

# თიკა ჯამბურია: „ბეჭამ შერიგება მთხოვა“ 33.33

## „მეონდა სივანთიაბი ერთი პიროვნების ვივართ, მავრამ დანსრულდა და არც არანდროს ედღებება“



### რამომ დავითხოვა გორა ჩირბკოვებამ სოლისკამ პრეჩქიდან

„თუ ვინევა ნაწყენი დავრჩა, სივი წყალი დავლიოს!“



### „ჩვევამ „ნაშვამ“ უსევესი რომ არ გამოვიგზავნოს, ხვანს არ გავწყვე“

თვლის თუ არა ნინე წერილაშვილი სოფო ნიქარაქანს კონკურენტად



### დათო ფორჩხიკე: „ჩემი სიღადრი დავსაჯა და პირველ შვილს მისი სახელი დავარქვი“



### საბნია ბუნიათიშვილი: „თითები ყველაზე მოუწვლელი მაქვს“



### ჩაპირული გევის ქავიბანი გოლო ნაშაფა მავველებს ეგომისი უხომობდა

ზღვაში დატრიალებული ტრავმადიის დეგაღები 33.10

## 13 ნოემბერიდან!

მსოფლიოს ხალხთა ზღაპრები 4

### ფრანგული ზღაპრები

### ქურნალ-სარკესთან ერთად



ახეს ხვება დედის სიღვებო „გომონია, რომ ჩემი ბიოლოგიური მამა სულ სხვა კასია“ 33.46



გვ. 31

**ნიუსმა:**

„გაჩეგნობით ჰაჯას, გორა აბაშიძეს მამსგავსებენ“

**ნენე გაბუნიას შვილიშვილია ოსნება არ აუსრულა**



გვ. 22

**„ნანუკა ხუსკივაძის „კოვადი შოუს“ მსახიობებისადმი სული და მოკიდებულია კქონდა“**

„**ხა ჰხეტენიები აქვს ამიყო ჩიხხაძეს შოუს ვიუჯიხითან**“



გვ. 30

**რაზა ჩხუბოვან სხლუი ქეუბი ბარბაქაძეუბი**



გვ. 37

**ხა ეხიზმხეუბა ეუნუვაში გუხამ შახაძის სიძეს**



გვ. 52

**რაბაზ ლაზარიაშვილს სეკვაბ სიყვარული აპოვინდა „მე და სოფო ნიუჯიაძე ამ ჰხოუქცის შემდეგ ვუხ ვიმეგობხეუბთ“**

# „m<sup>2</sup> იპოდრომთან“ სახსოვრებალი კოვქლექსის გარშემო ტერიტორიის გემწანებაზა ზრუნავს



„m<sup>2</sup> იპოდრომთან“ საცხოვრებელ კომპლექსში ბინების რემონტი გრძელდება. ამ დროისთვის ასევე მიმდინარეობს შიდა ეზოს სამუშაოები — ასფალტის საფარის დაგება, ქვაფენილისა და საყვავილეების მოწყობა. „m<sup>2</sup> იპოდრომთან“ საცხოვრებელ კომპლექსში გარემონტდა და მოწყობა ერთი საჩვენებელი ბინა (შოურუმი), სადაც დაინტერესებულ პირებს შეუძლიათ იხილონ, როგორი იქნება ბინები დასრულებული რემონტით და საკუთარი თვალთ შეაფასონ სარემონტო სამუშაოების ხარისხი.

გარდა ამისა, „m<sup>2</sup> იპოდრომთან“ საცხოვრებელი კომპლექსის გარშემო არსებულ ნარგავებსა და ხეებზე მასშტაბური მოვლითი სამუშაოები განხორციელდა: ხელახლა დაიბარა ნარგავების გარშემო მიწა, ხეებიდან ჩამოირეცხა მშენებლობის მიმდინარეობის დროს დაღეილი სამშენებლო მტვერი, თითოეული ხე და მუშავდა სპეციალური სტიმულატორით და მოხდა ფესვების გაჯანსაღება სპეციალური გრანულებითა და სასუქით.

ამ საკითხებთან დაკავშირებით გაცესაუბრეთ „m<sup>2</sup>“-ის სამეთვალყურეო საბჭოს თავმჯდომარეს, ირაკლი ბურდილაძეს.

— რამდენად მნიშვნელოვანია გარემოს დაცვა თქვენი კომპანიისთვის, მით უმეტეს, როდესაც კომპანიის საქმიანობა მშენებლობაა?

— გარემოს დაცვა ჩვენი კომპანიისთვის პრიორიტეტული მიმართულებაა. მოგახსენებთ, რომ ახალ პროექტებს სწორედ ენერგოეფექტურობის პრინციპით ვაპროექტებთ, რაც ბუნებრივი აირის მოხმარებას და გარემოზე მავნე გავლენას ამცირებს.



გარდა ამისა, შენობებს ვარგებთ არსებულ რეალობას, რომ შევინარჩუნოთ მრავალწლოვანი ხეები და გამწვანების ზოლი.

— როგორი იქნება „m<sup>2</sup> იპოდრომთან“ სარეკრეაციო ზონა? ეზო? იქნება თუ არა ნარგავები, ხეები, გამწვანება?

— „m<sup>2</sup> იპოდრომთან“ საცხოვრებელ კომპლექსს ექნება 6.000 მ<sup>2</sup>-ზე მონყობილი სარეკრეაციო ზონა ბავშვების სათამაშო მოედნით, ასევე კალათბურთი/ფეხბურთის კომბინირებული სტადიონით. როგორც მოგახსენებთ, ჩვენ დავასრულეთ კომპლექსის მიდამოებში არსებული მრავალწლოვანი ხეების მომზადების პროცესი ზამთრის სეზონისთვის, ხოლო გაზაფხულზე რეკრეაციულ ზონაში ახალი ნარგავების დარგვას ვგეგმავთ.

— აპირებთ თუ არა, იზრუნოთ გარემოზე მომავალი პროექტების განხორციელების დროსაც?

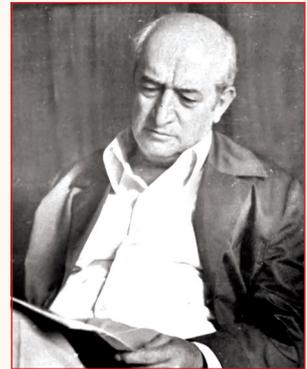
— როგორც ზემოთ მოგახსენეთ, ამ მიმართულებით ჩვენს ძალისხმევას ვააქტიურებთ და ახალ პროექტებს „მწვანე სტატუსის“ პრინციპით ვქმნით — ვაპროექტით ისე, რომ მივალნიოთ მაღალ ენერგოეფექტურობას.

|  |    |
|--|----|
| <b>სარედაქციო</b>  |    |
| როგორი იქნება საქართველოს ისტორიაში ყველაზე იაფი ინფლაციის პერიოდი   | 8  |
| <b>ტრაგედია</b>  |    |
| ■ დაკარგული ნინო გვასალიას ძეგლის ტრაგიკული დასასრული  | 9  |
| ■ ჩადირული გემის კაპიტანი ბოლო წამამდე მშველებლებს უხმობდა — ეგვიპტის ზღვაში დატრიალებული ტრაგედიის დეტალები | 10 |
| <b>გულანდობილი საზოგადოება</b>   |    |
| <b>როგორ ვიღებ</b>   |    |
| რატომ დაითხოვა გინა ჩერტოკოვსკა ცოლისძმად პროექტიდან   | 14 |
| <b>პოლიტიკა</b>  |    |
| ■ ლევან ბერიძის შეფასება: „ისიც არ უნდა დაეჭიროთ, ვინც დაიჭირეს“   | 16 |
| ■ აკაკი ბობოხიძე: „არჩილ კბილაშვილმა სელისუფლებას თავისი ადამიანურებით შეუქმნა პრობლემა“                     | 17 |
| ■ კახა კუკავა: „ალასანია და რესპუბლიკელები რასაც ვერ უბედავენ ივანიშვილს, ყველაფერს დაიბრუნებენ“             | 19 |
| <b>კონკურსანტი</b>   |    |
| ■ თვლის თუ არა ნინო წერეთლის ძეგლი სოფო ნიჟარაძეს კონკურენტად  | 21 |
| ■ ამიკო ჩიხრაძე: „ნანუკა ხუციანთაძეს „კომედი მოუს“ მსახიობებისადმი ცუდი დამოკიდებულება ჰქონდა“               | 22 |
| <b>გალერეა</b>   |    |
| რამაზ გიორგობაძის — მსახიობი, რომელსაც კინო ბედისწერად ექცა  | 26 |
| <b>მოზარდები</b>   |    |
| <b>დადამოუკიდებელი</b>   |    |
| რაზე ჩხუბობენ სახლში მძებნი ბარბაქაძეები   | 30 |
| <b>შთაბრძნობა</b>  |    |
| სუნე ვაბუნიას შეილიშვილმა ოცნება არ აუხრულა  | 31 |
| <b>ჯიჯი</b>  |    |
| თიკა ჯამბურია: „ბექამ შეირთვა მთხოვა“  | 33 |
| <b>გაგონი და გონი</b>  |    |
| დათო ფორჩხიძე: „ჩემი სიდედრი დავსაჯე და პირველ შვილს მისი სახელი დავარქვი“                                   | 34 |
| <b>ნარკოტიკის ფორმულა</b>  |    |
| სატია ბუნიათიშვილი: „თითები ყველაზე მოუვლელი მაქვს“  | 35 |
| <b>ნანგრევი სანა</b>   |    |
| თემო გოგიტიანი: „ჩემს შვილს უკვირს, ფული რატომ არ მაქვს“   | 37 |
| <b>ავტობიოგრაფიული</b>   |    |
| ირაკლი აბუსერიძე: „იმდენად ფრთხილი მძღოლი ვარ, მუსიკასაც არ ვუხმენ მალაღ სმარტს“                             | 38 |
| <b>სწავლა და მომზადება</b>   |    |
| ზაზა კარინთელი: „კულისბრია ქვეყნის შეცნობის ერთ-ერთი შემადგენელი ნაწილია“                                    | 43 |
| <b>გეგმვა</b>  |    |
| მოუსკენარი, ქუჩიანი და დაუფიქარი რაბათი  | 44 |
| <b>სახლი</b>   |    |
| დედის საიდუმლო — „მგონია, რომ ჩემი ბიოლოგიური მამა სულ სხვა კაცია“   | 46 |
| <b>გონიერ ქალებისთვის</b>  |    |

|  |    |
|--|----|
| <b>დადამოუკიდებელი</b>                     |    |
| <b>დადამოუკიდებელი</b>                     |    |
| <b>დადამოუკიდებელი</b>                     |    |
| <b>დადამოუკიდებელი</b>                     |    |
| რამაზ ლაზარაშვილს ცეკვამ სიყვარული ახოვინა | 52 |
| <b>სპორტის ვიდეო</b>                       |    |
| <b>შეშლილი, შეშლილი, შეშლილი მსოფლიო</b>   |    |
| <b>სახლისმო</b>                            |    |
| <b>იყავით ჯანმრთელი</b>                    |    |

## პანტანო ნინუას ორი სიყვარული

„მამას უთქვამს, ცხოვრებაში ერთი შეცდომა ჩავიდინე და დემრტმა არ მანატიაო“



მსახიობი ვახტანგ ნინუაზე ამბობენ, რომ თავის ეკრანულ გმირებს ჰგავდა — ყოველთვის მხიარული, უბოროტო და თბილი იყო. თუმცა ღიმილის მიღმა მისი პიროვნული დრამა იმალებოდა. მისი ცხოვრების გზა ორმა დიდმა სიყვარულმა, ორმა ქალმა გადაკვეთა. ერთთან 30 წელი იცხოვრა, მეორესთან — 20 წელი. პირველი ქორწინებიდან ორი ქალიშვილი ეყოლა — მარიკა და მანანა, მეორედან — ვაჟი, ოთარი. მსახიობის პორტრეტი „სარკის“ გალერეისთვის მისი ოჯახის წევრებმა „დახატეს“.

„უდიდებლომ სახიძო“ ხომ გადაიღეს, სანამ ეჩხანებზე გავიდოდა, მოსკოვში წაიღეს და იქ უჩვენეს. ნიუიკა ხეშჩოვს ისე მოსწონებოდა, იმდენი უცინოა, ხომ უნდალამ სჯამიდან გადავახდინოდა. მისივე ბიძანებით, ყველა მსახიობს, ვინც ამ ფილმში იყვნენ დაჯავებული, ძალიან დიდი ჰქმნია გამოუწეხს“.

83.24

|  |    |
|--|----|
| <b>კროსსორდები</b>   |    |
| <b>ჭრალაჭრალა</b>  |    |
| <b>სიხილის გვირგვინი</b>   |    |
| <b>უხსოვარი დატყვევება</b>   |    |
| წითელი სახლის საიდუმლოება (გაგრძელება)   | 64 |
| <b>ქალური მოთხრობები</b>   |    |
| თინათინ ბონი, ოცნების ძიებაში (გაგრძელება)   | 66 |
| <b>გზა ტაქსისაკენ</b>  |    |
| მოდერნიზაციის სასწაულების მოქმედი ვახტანგ  | 71 |
| <b>წმინდანები</b>  |    |
| დემრტის სხვადასხვა ფორმით სულ ჩვენთან არის, თუ ჩვენ გვაქვს ამის სურვილი — სხეულებს დიდმოწამისა პროკოფისა (დასასრული) | 72 |
| <b>კითხვები მოქალაქისათვის</b>   |    |
| „მცხეთის ყოველთვის გვისწავლებს თხოვნას, მგარამ ისე როგორც ჩვენთვის უკეთესია“   | 74 |
| <b>საგაგონო გვირგვინი</b>  |    |
| <b>კულტურული შედეგები</b>  |    |
| <b>ხელსაქმი</b>  |    |

„სარკე“ რეგიონების ყველაზე კითხვადი გამოცემა

2013

წელს არასამთავრობო ორგანიზაცია „სიდას“, აღმოსავლეთ-დასავლეთის მართვის ინსტიტუტის „ჯიპას“ პროგრამის მხარდაჭერითა და აშშ-ის საერთაშორისო განვითარების სააგენტოს დაფინანსებით ჩატარდა სოფლის საქორეების კვლევა, რომელიც პროექტ „სამოქალაქო საზოგადოების რეგიონული ქსელის“ ფარგლებში განხორციელდა. პრეზენტაცია 2013 წლის 1 ნოემბერს გაიმართა სასტუმრო „ქორთიარდ მარიოტში“.

გამოკითხვებზე საქართველოს 10 რეგიონის 65 სოფლის მცხოვრებლები. როგორც გაირკვა, ყველაზე პოპულარული ბეჭდვითი საშუალებებია



„არ დაიდარდოს“ უსმენს, 1,2 პროცენტი პროცენტი — „ათინათ“.

სხვადასხვა ეტაპზე მედიაკვლევებში უფროსი „სარკე“ ყოველთვის ლიდერობს. ზუსტად ერთი წლის წინ, 2012 წლის ნოემბერ-დეკემბერში, მარკეტინგის ლაბორატორიის მიერ ჩატარდა კვლევა საქართველოს ბეჭდურ მედიასთან დაკავშირებით. კვლევის მიზანი იყო მომხმარებლის კრიტიკიუმების დადგენა, თუ რის მიხედვით აფასებენ ბეჭდურ მედიას, რა სახის ინფორმაციის მიღებას ანიჭებენ უპირატესობას, როგორ რეაგირებენ მარკეტინგულ სტიმულებზე და რამდენად ჩანაცვალა ინტერნეტმედია ტრადიციული უფროს-გაზეთები. გამოკითხულთა 52% უპირატესობას ანიჭებს უფროს-გაზეთებს, 36% — ინტერნეტ-მედიას, 12% არც ერთ მათგანს მოიხმარს.

მომხმარებლების აზრით, უფროსის სანდოობას განსაზღვრავს: ინფორმაციის ობიექტურობა — 66% ინფორმაციის მიწოდების სისწრაფე — 5% ინტერვიუები ცნობად სახეებითან — 7% საინტერესო უფროსისტური გამოძიებები — 16% უფროსის/გაზეთის სტატისტიკური რეიტინგი — 6%. გამოკითხვამ, მკითხველთა რაოდენობის მიხედვით, ამგვარი შედეგი აჩვენა: უფროსი „სარკე“ — 12%, „თბილისელები“ — 8%, „გზა“ — 4%.

უშიშროების საბჭოს ბიუჯეტი უშიშროების საბჭოს ბიუჯეტი

უშიშროების საბჭოს კატასტროფული ბიუჯეტი აღარ ექნება — ამის შესახებ ფინანსთა მინისტრმა ნოდარ ხადურმა უფროსისტებთან საუბრისას განმარტა.

— შარშან უშიშროების საბჭოს მიერ 2013 წლის ბიუჯეტთან დაკავშირებით მოთხოვნა 25 მლნ ლარი იყო, რაც 18 მლნ-ზე დავიყვანეთ. ამ ეტაპზე ხარჯებს ვაანალიზებთ, შეიძლება ძალიან უმნიშვნელო ზრდა იყოს. ისეთი კატასტროფული ბიუჯეტი, როგორც უშიშროების საბჭოს წინა პერიოდში ჰქონდა, აღარასოდეს ექნება, — აცხადებს ხადური.



სარკე

უფროსი გამოცემა 1998 წლის 23 იანვრიდან

დამფუძნებელი მთავარი რედაქტორი კომერც. დირექტორი უფროსი „სარკე“ ვალან სანაია ვაჟა ჟანგალია

რედაქციაში შეზღუდული მასალები არ რეკონსტრუირდება და ავტორებს არ უბრუნდება. სტატიაში მოყვანილი ფაქტების სიზუსტეზე პასუხს აგებს ავტორი. უფროსისტის მიერ ჩაწერილი აუდიო მასალა ინახება 14 დღის განმავლობაში. ამ ვადის გასვლის შემდეგ სტატიის შესახებ პრეტენზიები არ მიიღება. „სარკეში“ გამოქვეყნებული ნაბეჭდი და ფოტომასალების გამოყენება რედაქციასთან შეთანხმებულად არაა დაშვებული.

მთავარი რედაქტორის მრავალწლიანი — ირინე მჭედლიძე, ორმა გოგინაძე, ათო ჩიტოძე.

პოლიტიკა — მანანა გვგია. საზოგადოება, სამართალი, გოგინაძე — ირინე მჭედლიძე, რუსუდან ავაძე, ლანა კიკიაძე, სოფიო ბოჭორიძე, მანანა ნოღია, ათო ჩიტოძე, ქეთი დინოშვილი, ეკა ლეონიძე, თათია ბოჭორიძე, მელიქიანი — აზა გავლიძე, ნათია ტოტიკაშვილი. გოგინაძე — ქეთი ყარბილიშვილი. მხარგრძობი — ქეთი ხარატიშვილი. კომპიუტერული მომსახურება: დაკაბდონება — ორმა გოგინაძე, ნონა კანდელაკი. ავტორი — მარინა ჟღერტი, მათა ფიფია. კორექტურა — ლანა გაბუნია, მათა ფიფია. სარედაქციო სამსახური — მაგუა ბარბაქაძე; 599 975-699; e-mail: mgb7@mail.ru მდებარეობა — იზა ბარბაქაძე.

მისამართი: თბილისი, ჩუბინაშვილის ქ.№50, მე-3 სართული. ტელეფონი: 296-75-43. ფაქსი: 296-75-43.

ელ.ფოსტა: SARKE@MAIL.RU მისამართი: SANA.GE

სააკაპვილის დაწყებულისთვის არქიმანდრიტს უნიჭიანი დაადეს



არქიმანდრიტ ბართლომეს (ფორცხალაიშვილი) წყველის გამო ეპიტეშია დაადეს. საქართველოს საპატრიარქოს განცხადებით, მას არ ჰქონდა უფლება, ეს თვითნებურად გაეკეთებინა.

არქიმანდრიტმა 6 ნოემბერს „ფეისბუქის“ მეშვეობით საქართველოს მოქმედი პრეზიდენტი და მისი გუნდი დაწყევლა:

„წყველი იყოს მიშა სააკაპვილი და მისი ზრგო! მისთვის შეე დაბნელდეს, მთვარე ნათელი არ მისცეს, მინის ნაყოფი შხამად შეერგოს, წყალი გამწარდეს, მარილი განქარდეს და ჰაერი მავნებელ იქმნას! ამინ...“

მომხდართან დაკავშირებით საპატრიარქომ განცხადება გაავრცელა, სადაც საზოგადოებას აუწყებს:

„როგორც ცნობილია, რამდენიმე დღის წინ ინტერნეტით გავრცელდა არქიმანდრიტ ბართლომეს (ფორცხალაიშვილი) მიერ დადებული წყველი. მსგავსი ქმედება უკვე მეორედ განხორციელდა. მართალია, ორივე შემთხვევაში მას ეკლესიის და ქვეყნის დაცვის სურვილი ამოძრავებდა, მაგრამ, როგორც მღვდლობის ხარისხის მქონეს, არა აქვს უფლება, ეს განახორციელოს თვითნებურად, რაც სერიოზული დარღვევაა და ამის გამო დაედო ეპიტეშია. ეკლესია ყოველთვის ლოცულობს საქართველოსთვის და ავედრებს ჩვენს ქვეყანას უფალს, ყოვლადწმიდა ღვთისმშობელს, ანგელოზთა და წმინდანთა დასს, რაც, ბუნებრივია, გულისხმობს ჩვენს მფარველად და წინამძღოლად ყოვლადწმინდა სამების და ზეციური ძალთა მოხმობას. უფალი ყველას მიაგებს საქმეთა მათათებრ და დაუსჯელი არავინ დარჩება — არც ცილისმწამებელი და არც ღვთისა და ქვეყნის მოღალატენი. ასე რომ, ღმერთის მსჯავრი ისედაც აღსრულდება თითოეულ ჩვენგანზე, ოღონდ, როდესაც ესა თუ ის პიროვნება ზოგჯერ წყველით ცდილობს, დააჩქაროს უფლის სასჯელი, ამით იგი საფრთხეში იგდებს თავის თავსაც, რადგან თუ ის მართალი არ არის ღვთის წინაშე, თავად აღმოჩნდება უფლის სასჯელის ქვეშ.“

„არ გამოვიცხადო, ივანიშვილი გააგორე“

თბილისის მერიის პიარისა და მედიის სპეციალისტი დავით ოსევაშვილი „ფეისბუქის“ საკუთარი გვერდით სენსაციურ მოსაზრებას ავრცელებს. ის ამბობს, რომ შეიძლება პრემიერმინისტრ ბიძინა ივანიშვილის სიცოცხლის საფრთხე დაემუქროს. როგორც ოსევაშვილი წერს, ეს იმ შემთხვევაში მოხდება, თუ მიხეილ სააკაპვილის სისხლის სამართლებრივი დევნა დაიწყება:

„იმ შემთხვევაში, თუ ივანიშვილმა თავისი ხელის ბიჭების მეშვეობით 17 ნოემბრის მერე სააკაპვილის სისხლის სამართლებრივი დევნა დაიწყო და ღრმად შეტოვა, არ გამოვიცხადებ, რომ დასავლეთმა თავისი სპეცსამსახურების მეშვეობით ივანიშვილი გააგოროს.“

### კახა კალაქაშვილი ანგარიში ჩააბარა

ენერგეტიკის მინისტრმა, ვიცეპრემიერმა კახა კალაქაშვილმა მედიას მისი უწყების მუშაობის ერთწლიანი ანგარიში ჩააბარა. მან პრეზენტაციისას იმ ინვესტიციების შესახებ ილაპარაკა, რომლებიც ენერგეტიკის სფეროში ბოლო 6 თვის განმავლობაში განხორციელდა. ვიცეპრემიერმა აღნიშნა, რომ საქართველოში ამ დროისათვის 15 ჰესის მშენებლობა მიმდინარეობს. მისი თქმით, მისი უწყების ერთ-ერთი მთავარი მიღწევა ელექტროენერჯისა და ბუნებრივ აირზე ტარიფების შემცირებაა.

— მოვახერხეთ, რომ ელექტროენერჯის საფასური შეგვემცირებინა 4 თეთრით, ხოლო ბუნებრივ აირზე ტარიფი 5 თეთრით შევამცირეთ. ამასთან, ვფიქრობ, ძალიან მნიშვნელოვანი იყო, რომ დაიწყო უშუალო სოფლების



ელექტრიფიკაცია და ასეთი 32 სოფელი გვაქვს ქვეყნის მასშტაბით. წლის ბოლომდე 7 სოფელში დასრულდება ეს სამუშაოები, დანარჩენ სოფლებში კი ერთი წლის განმავლობაში გაგრძელდება პროცესი, — განაცხადა კალაქაშვილმა.

ვიცეპრემიერი სოჭის ოლიმპიადასაც შეეხო და აღნიშნა, რომ იქ გიორგი მარგველაშვილის ნაუსვლელობის მიზეზს ვერ ხედავს.

— ჩემი აზრით, სოჭის ოლიმპიადაზე ნაუსვლელობის მიზეზი არ არსებობს. თუ დავინახავთ, რომ ამით საფრთხე ადგება ჩვენს ქვეყანას, საქართველოს დამოუკიდებლობას და განვითარებას, მიღებული იქნება შესაბამისი გადაწყვეტილება, — აღნიშნა კალაქაშვილმა.

სოჭის ოლიმპიადაზე საქართველოს პრეზიდენტის წასვლის თემა მთავრობაში რომ განიხილებოდა, ამის შესახებ გიორგი მარგველაშვილმა რუსეთის „პირველ არხთან“ ინტერვიუში განაცხადა.

— ჩვენ ასევე განვაცხადეთ, რომ მონაწილეობას მივიღებთ რუსეთის ისტორიისთვის ერთ-ერთ ყველაზე მნიშვნელოვან მოვლენაში — ოლიმპიურ თამაშებში და გავფანტეთ დაძაბულობის ფონი. ამ ეტაპზე განიხილება სოჭის ოლიმპიურ თამაშებზე ქართველ სპორტსმენთა მხარდასაჭერად სახელმწიფოს მეთაურთა წასვლის საკითხი. სოჭის ოლიმპიადაზე ქართველ სპორტსმენების გამგზავრება კარგი დასაწყისია იმისთვის, რომ არ შეიქმნას რაიმე პოლიტიკური დაძაბულობა. ქართული მხარე მოლოდინით უყურებს სოჭის ოლიმპიადას, — განაცხადა გიორგი მარგველაშვილმა რუსულ მედიასთან საუბარში და დასძინა, რომ იმედიანებს, სპორტული და კეთილი ნების ემოცია დასაბამს მისცემს გარკვეული სახის ახალ ურთიერთობებს არა მხოლოდ რუსეთში, არამედ მთელ მსოფლიოში.

### სანაპირო მოხუცი ქალი იხსნება

11 ნოემბერს თბილისში, ციხისძირის ქუჩაზე მდებარე სახლს ცეცხლი გაუჩნდა. უბედურ შემთხვევას 75 წლის ქალის სიცოცხლე ემსხვერპლა. შემთხვევის დროს მოხუცი სახლში მარტო იყო. სახანძრო-სამაშველო ბრიგადები ოპერატიულად გამოცხადდნენ ადგილზე, ცეცხლიც მალე ჩააქრეს, მაგრამ ცეცხლმა მეზობელი სახლების სახურავებიც დააზიანა. ხანძრის გამოძვევი მიზეზი დგინდება, სავარაუდო ვერსიად ძველი ელექტროსადენები სახელდება.

დაზარალებულ ოჯახებს სახლის გადახურვაში გამგეობა დაეხმარება. გარდაცვლილის დაკრძალვის ხარჯებსაც გამგეობა გაიღებს.

### ელისო კილაქა ელისო ჩაფიძის სასამართლოში უჩივლებს

უკრაინა „სარკის“ 44-ე ნომერში გამოქვეყნდა წერილი — „კუდის აგენტებმა გამოცხადებული დეპუტატები პროკურატურაში ჩივიან“, სადაც გაზეთ „ქრონიკა“-ის რედაქტორი, ელისო კილაქა ამბობდა, რომ მას აქვს უტყუარი მტკიცებულებები, რომელთა მიხედვით, „ქართული ოცნების“ სიით გასული პარლამენტის დეპუტატები ნაციონალების ხელისუფლებაში ე.წ. კუდის აგენტები იყვნენ. აგენტად მოხსენიებულმა ყოფილმა უკრაინულმა, პარლამენტის დეპუტატმა ელისო ჩაფიძემ და გაზეთის რედაქტორმა ელისო კილაქამ „სარკისთვის“ მიცემულ ინტერვიუში ერთმანეთის ოჯახის წევრების ნარკომანობის შესახებ ისაუბრეს. ელისო კილაქამ აღნიშნული სტატიის გამოქვეყნების შემდეგ „სარკის“ რედაქციას თხოვნით მიმართა, ჩაფიძის პასუხად მისი საჯარო კომენტარი გამოგვექვეყნებინა, რომელსაც ქვემოთ გთავაზობთ:

1. მაშაჩემი, ჯემალი გიორგის ძე კილაქა, 1986 წელს გარდაიცვალა, იყო დამსახურებული ინჟინერი და ქუთაისში ცნობილი კაცი.
2. ჩემი ძმა, გოჩა ჯემალის ძე კილაქა, ყოფილი რაბისტია, ცხადია, ნარკოტიკებთან არასოდეს არანაირი შეხება არ ჰქონია. არც ნასამართლევი ყოფილა არასოდეს. ბოლოს ლაშა ნაცვლიშვილთან ჩემი ცნობილი დაპირისპირების გამო რამდენჯერმე მიიყვანეს ნარკოლოგიურში და პასუხი, ცხადია, უარყოფითი იყო.
3. ჩემი შვილი ნამდვილად დაიჭირეს ორჯერ, მას შემდეგ, რაც ბადრი პატარკაციშვილის საარჩევნო შტაბში წავედი. უმორჩილესად გთხოვთ, ჩემი ეს საჯარო კომენტარი გამოაქვეყნოთ უკრაინა „სარკეში“, სადაც გამოქვეყნდა ელისო ჩაფიძის ინტერვიუ. რაც შეეხება პარლამენტარის მიერ გავრცელებულ დეზინფორმაციას, მე მის წინააღმდეგ აუცილებლად მივმართავ სასამართლოს.

✓ რუსუდან ავაქი

### მწერლები და მუსიკაზი ილიაოზა პრემია „საბავშვოთი“ დააჯილდოვეს



8 ნოემბერს დიდი ქართველი მწერლის, ილია ჭავჭავაძის დაბადებიდან 176 წელი შესრულდა. ილიაოზის ტრადიციული დღესასწაული ყვარულში საზეიმოდ აღინიშნა, სადაც გაიცა ყოველწლიური პრემია „საბავშვოთი“. წელს სხვადასხვა ნომინაციებში დაჯილდოვდნენ: კრიტიკა — ლალი ავალიანი, პოეზია — მარიამ ნიკოლაური, პროზა — კოტე ჯანდერი, თარგმანი — ნინო დოლიძე, ჰუმანიტარული მეცნიერება — ელიზბარ ჯავახიძე, ხელოვნება — ნიკო ზაზუნისვილი, საბავშვო მწერლობა — ლია რუსიაშვილი.

— წლებანდელი ილიაოზა გამორჩეული იყო, რადგან მისი აღნიშვნა ყვარულში მოხდა. ტრადიციულად, ეს დღე ყოველთვის ილიას მუზეუმში, საგურამოში ტარდება ხოლმე. მომავალშიც ასე გაგრძელდება, თუმცა ამჯერად გადაწყვიტეთ, ეს დღე დიდი მწერლის მშობლიურ კუთხეში აღგვენიშნა. რაც შეეხება საგურამოს, იქ ხალხი მხოლოდ ეკლესიაში შეიკრება და მწერალი გაიხსენეს. წლებანდელი ილიაოზა გამორჩეული იყო იმ მხრივაც, რომ პირველად დაემატა ნომინაცია „საბავშვო მწერლობა“, რომელიც პოეტ ლია რუსიაშვილს გადაეცა, — გვითხრა „ილია ჭავჭავაძის ფონდის“ გამგეობის თავმჯდომარემ და ილია ჭავჭავაძის სახელმწიფო მუზეუმის დირექტორმა ანდრო ბედუკაძემ.

— ილიას სახელობის პრემია მივიღე საბავშვო წიგნისთვის „სალი კოლხელი“. დიდ მადლობას მოვახსენებ ყველა იმ დიდებულ ადამიანს, ვინც დაიანხა ჩემი წიგნის საჭიროება თანამედროვე ბავშვებისთვის და გვერდით დამიდგა საქმით და თბილი წერილებით. აგრეთვე მინდა, უღრმესი მადლობა გადავუხადო „ილია ჭავჭავაძის ფონდს“, რადგან ის ჩვენს დიდ მწერალს და მის შემოქმედებას პატივს მიაგებს. მადლობა თქვენს უკრაინულს და ყველა სხვა მედიის წარმომადგენელს თანადგომისთვის. ილიას პრემიის ყველა ლაურეატს კი ვუსურვებ, საქართველოს ამ უკრაინევიზიო მეფის გზით ევლოს! — გვითხრა პოეტმა ლია რუსიაშვილმა.

✓ თონა კვციავაშვილი

### გაიაღვილეთ საჭმლის მოწოდება

იკონიეთ მიიღეთ უკმატური

# კრეზამი

თითო კაფსულა ყოველი ჭამის დროს

www.krezam.ge

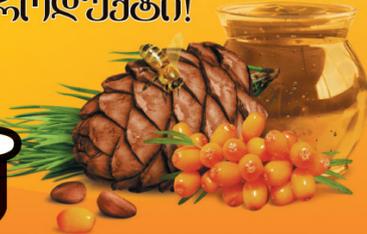
გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას, გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.



# ჯეთი

# 100% ნატურალური პროდუქტი!

# შიჟიცა



როცა თვით  
ბუნება კურნავს...

„შიჯიცას“ ანუ კედრის ფისის სამკურნალო თვისებები უზსოვარი დროიდან წარმატებით გამოიყენებოდა ხალხურ მედიცინაში. ჯერ კიდევ, რუსეთში ნათლისღებამდე, გლეხები ხმარობდნენ „შიჯიცას“ კანის ზედაპირული დაზიანებების დროს. ხოლო დიდი სამამულო ომის დროს ფისს იყენებდნენ ქირურგიული ჭრილობების დასამუშავებლად. დღესდღეობით, ექიმები „შიჯიცას“ სხვადასხვა დაავადების კომპლექსური მკურნალობის და პროფილაქტიკის მიზნით იყენებენ.



უკრაინის კლინიკური გამოყენებითი მეცნიერებათა სამედიცინო ინსტიტუტის პროფესორი **ივანე პლადიმერსკი**

- ბატონო ვლადიმერ, რა კომპონენტებისგან შედგება ზეთი „შიჯიცა“?

- „შიჯიცას“ შემადგენლობაში შედის კედრის ზეთი, კედრის ფისი, დინდგელი და ქაცვის ზეთი. თითოეული კომპონენტი აჯანსაღებს ადამიანს, ხოლო მათი ჰარმონიული ერთობლიობა ზრდის კომპონენტების ეფექტურობას

- რა დაავადებებს შეეხება ზეთი „შიჯიცა“?

- მისი სამკურნალო თვისებები განუსაზღვრელია. ადამიანის ორგანიზმში ძნელია იპოვოთ ორგანო, ან ქსოვილი, რომელშიც მუდმივად არ ხდება რთული ბიოქიმიური პროცესები, „შიჯიცას“ აქტიური ნივთიერებები ახდენს სასარგებლო ეფექტს ადამიანის ორგანიზმის ნებისმიერ სისტემაზე, როგორც სასუნთქ, ისე საჭმლის მომნელებელ სისტემაზე. გამოიყენება აგრეთვე როგორც სარეაბილტაციო საშუალება ონკოლოგიური ავადმყოფებისთვის. მას გააჩნია ანთების საწინააღმდეგო, ანტიბაქტერიული და რეგინერაციის უნარი. „შიჯიცას“, შემადგენლობაში შედის უჯვრი ცხიმოვანი მჟავები, ცხიმის დამშლელი ვიტამინები, რომლებიც ეფექტურად ებრძვიან გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული და საჭმლის მომნელებელი სისტემის სხვადასხვა დაავადებებს. ზეთი „შიჯიცა“, მდიდარია ანტიოქსიდანტებით, კერძოდ, E ვიტამინით, რომელიც ფართოდ გამოიყენება ათეროსკლეროზის პროფილაქტიკურად ებრძვიან გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული და საჭმლის მომნელებელი სისტემის სხვადასხვა დაავადებებს. ზეთი „შიჯიცა“, მდიდარია ანტიოქსიდანტებით, კერძოდ, E ვიტამინით, რომელიც ფართოდ გამოიყენება ათეროსკლეროზის პროფილაქტიკურად



რეკომენდირებულია კუჭის წყლულისა და 12-გოჭა ნაწლავის, ბუასილის, ლეიქოსის, თირკმელების, გინეკოლოგიური დაავადებების დროს. ზეთს აქვს ანთებითი საწინააღმდეგო თვისებები და ეფექტურად გამოიყენება, როგორც დერმატიტების, ფსორიაზის, ეგზემის, ნიროდერმიტის, ჭრილობების,

ბუნებისაგან ბოძებული სასწაული, როცა ტაივის უძველეს ბუმბერაზ კედარზე ჩნდებოდა ჭრილობა ან ნახეთქი, მის ტანზე ჩნდებოდა კედრის ფისის ქარვისებური გამჭირვალე წვეთები. ბუნებრივი მკურნალი ასე აშუშებს ჭრილობებს, რომელთაგანაც კვალიც კი არ რჩება რამდენიმე დღეში

კისათვის. ეს პრეპარატი აღადგენს სისხლძარღვების კედლებს, რაც აუმჯობესებს ორგანიზმისა და ქსოვილების სისხლით მომარაგებას. გულის მუშაობას. მისი რეგულარულად მიღებისას ქოლესტერინის დონე სისხლში რეგულირდება, ქვეითდება თრომბოზით, ინფარქტით, ვარიკოზისა და ინსულტით დაავადების რისკი. ზეთი „შიჯიცა“ აუმჯობესებს ორგანიზმის ქსოვილების ტროფიკას და გამოიყენება შაქრიანი დიაბეტის, თრომბოფლებიტის, ტროფიკული წყლულების სამკურნალოდ. „შიჯიცა“

დამწვრობის დროს, აგრეთვე პირის ღრუს ანთებითი პროცესების სამკურნალოდაც, კერძოდ ისეთი დაავადებებისას როგორცაა: პულპიტი, პარადონტიტი, სტომატიტი, გინგივიტი და სხვა. კარგი შედეგია მიღებული პროსტატიტის, ადენომის, პოტენციის დაქვეითების მკურნალობაში. ზეთი „შიჯიცაში“, არ არის ქიმიური პრეპარატები. იგი აძლიერებს ორგანიზმის დამცავ ფუნქციას. ვთვლი, რომ ზეთი „შიჯიცა“, აუცილებელია ყოველი ადამიანისთვის, რომელსაც უნდა, რომ იცოცხლოს ღიბანს და ჯანმრთელად.

20 წლის განმავლობაში მქონდა ფარისებრი ჯირკვლის პრობლემა. თავიდან პატარა იყო, მაგრამ მუდმივად გარდაცვალების შემდეგ გაიზარდა, გადიარდა ჩიყვში. შიშის გამო, ოპერაციაზე უარი ვთქვი. მუდმივად მანუხებდა ნახველი. ზეთი „შიჯიცას“, მიღების შემდეგ ნახველი გამიქრა, თავისუფლად ვსუნთქავ, ყელში აღარ მიჭერს. ზეთმა „შიჯიცამ“ უდიდესი შედეგი მომიტანა, რადგან გამიარა სტენოკარდიით გამოწვეულმა ჰაერის უკმარისობამ, წნევა დამირეგულირდა. დიდი მადლობა დახმარებისთვის! ბოლქვაძე ჟანა. სურამი

ზეთი შიჯიცას ცხიმოვან ზეთს მეთულისთვის. 20 წლის ასაკში მან გადაიტანა დიდი სტრესი. მის თვალწინ ცოცხლად დაინვა ადამიანი, რამაც შეურყია ფსიქიკა. ძლიერი ნერვიულობის ნიადაგზე მას განუვითარდა ფსორიაზი. მოვარდისფრო-მონითალო ფსორიაზული ნაღები გაუჩნდა იდაყვებსა და მუხლებზე, შემდეგ კი მთელ სხეულზე. იდაყვებზე კანი სულ დაუსკვდა და სისხლი სდიოდა. მცირე ნერვიულობის გამოც კი პროგრესირებდა დაავადება. ზეთმა შიჯიცამ უშველა ჩემს მუდმივს. მან ჩაიტარა 3 სრული კურსი და მალევე დაეცო გაუმჯობესობა, იდაყვებსა და მუხლებზე კანი აღარ უმრებოდა და აღარც ექერცლებოდა, შეუნყადა სისხლდენა, ფსორიაზული ბალები შეუმცირდა, ზოგან კი გაუქრა. უღრმესი მადლობა ამისთვის! ლიპარტელიანი გალინა. ლანჩხუთი

შიჯიცა რომ არ ყოფილიყო, მამაჩემი დიდი ხნის გარდაცვლილი იქნებოდა. ეს ერთადერთი პრეპარატია, რომელიც მას დაეხმარა. 5 წლის განმავლობაში ანუხებდა ბრონქიალური ასთმა, იხრჩობოდა, რის გამოც დაერღვა გულის მუშაობა. წნევა ჰქონდა 200/120 და შეუძლებელი იყო მისი დაწევა. ადენომის ამოკვეთის შემდეგ მამას ანუხებდა ტკივილები საზარდულის არემი და ხშირი შარდვა. ორი წლის უკან მან გაზეთიდან შეიტყო სასწაულმოქმედ ზეთი შიჯიცას შესახებ. პირველი კურსის ჩატარებისთანავე მამაჩემი გამოცოცხლდა. ორი თვის შემდეგ წნევამ დაუნია 160/80-მდე, გაუმჯობესდა საერთო მდგომარეობა, შეუძლირდა ტკივილები საზარდულის არემი. ბრონქიალურმა ასთმამაც გაუარა და თავისუფლად სუნთქავს. ახლა მამაჩემი თავს უფრო ახალგაზრდად და ჯანმრთელად გრძნობს და ყველა თავის ნაცნობს ურჩევს მიიღონ ზეთი შიჯიცა. კიკნაძე რიმა. ზესტაფონი



მაქვს მეორე ხარისხის შაქრიანი დიაბეტი, გადმომეცა მემკვიდრეობით. მცირე ნერვიულობის გამოც მიწვევს შაქარი ხელეზე კანი მქონდა გამომშრალი,



დახეთქილი და სისხლი მდიოდა. ეს ყოველივე დიდ დისკომფორტს მიქმნიდა და ტკივილებიც მანუხებდა. როცა შევიტყე ზეთ „ჟივიცაზე“ და ბალზამ „პრომიოდის“ შესახებ, გადავწყვიტე მიმელო. ერთი თვის შემდეგ შაქარმა დამინია, კანიც აღარ მისკდებოდა. ჟივიცის საშუალებით ვმკურნალობ სურდოსაც, რომელიც ხშირად მემართება ქრონიკული ოტიტის გამო. თქვენი პროდუქციის წყალობით მე ვცოცხლობ ტანჯვის გარეშე. უდიდესი მადლობა კომპანიას ამისთვის! ოდიშარია ნაილი. ქობულეთი



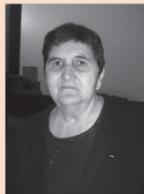
მთელი ცხოვრება წიგნების ქარხანაში ვმუშაობდი. მთელი დღე გადამქონდა წიგნები, სიმძიმეებისგან მტყავდა ფეხებში, მჩხვლტედა ნემსებივით და ვერ ვიძინებდი. 2 წლის წინ ექიმებმა დამისვეს დიაგნოზი - ვენების ვარიკოზული გაგანიერება. ფეხები მქონდა დაღურჯებული და იოგები დაზიანებული. გაზეთიდან შევიტყე ზეთ ჟივიცას შესახებ და გადავწყვიტე მიმელო. ყოველდღე ვისვამდი ფეხებზე და ვსვამდი, ერთი თვის შემდეგ მწვავე ტკივილმა, სიღურჯემ და შესიებამ გამიარა. ახლა უკვე მშვიდად მიძინავს, არაფერი მანუხებს. ეს ყველაფერი ზეთ ჟივიცას დამსახურებაა! ჩხეიძე ნანა. ქარელი



მაქვს ოსტეოქონდროზი. კისერში ნერვის ჩაჭედვა. ამის გამო, მქონდა ძლიერი ტკივილები და თავბრუსხვევა, მანუხებდა 12-გოჭა ნანღავის წყლული, ვერაფერს ვჭამდი. დიდი ხნის განმავლობაში ვმუშაობდი სამხედრო ქარხანაში ქიმიკოსად, რამაც მოახდინა უარყოფითი გავლენა ჩემს ორგანიზმზე. ზეთ ჟივიცას შესახებ გავიგე შემთხვევით, გაზეთიდან. მივიღე მთელი კურსი. ამის მერე გამიარა თავის ტკივილმა და თავბრუსხვევამ. ჩავიტარე სამედიცინო გამოკვლევა და ექიმებისგან შევიტყე, რომ წყლული გამიქრა. დიდი მადლობა თქვენ, ჩემო ძვირფასებო! დიდებაშეილი თინა. ახმეტა



ინსულტის შემდეგ ზეთმა „ჟივიცამ“, ნამომაცენა



ფეხზე, თავი კარგად ვიგრძენი. მანამდე ძლიერ მტკიოდა ფეხის ძარღვები. ტკივილები იყო ჯოჯოხეთური, თითქმის მდულარე წყალში მქონდა ფეხები ჩაყოფილი. ვისმევი ზეთ „ჟივიცას“, და ახლა მისი წყალობით, თავს უკეთესად ვგრძნობ. თქვენ მე გადაამარჩინეთ, დიდი მადლობა! ქანთელაძე მარიამი. საგარეჯო



წლებია რაც მაქვს შაქრიანი დიაბეტი. დიდი ხნის განმავლობაში ვიყავი მედიკამენტოზურ მკურნალობაზე. მაგრამ შაქრის დონის დარეგულირება მაინც არ გამომდიოდა. თქვენი პრეპარატის შესახებ გავიგე შემთხვევით, გაზეთიდან. გადავწყვიტე დამეწყო მკურნალობა ზეთი „ჟივიცათი“. ერთი ფლაკონის მიღებისთანავე ჩემდა გასაკვირად შაქრის დონემ სისხლში დამინია. რეზულტატებით ვაგრძელებ მკურნალობას ზეთი „ჟივიცათი“. უდიდესი მადლობა თქვენს კომპანიას! ყურაშვილი ლევანი. თბილისი

## გაყიდვის განრიგი

### თბილისი

**13, 14, 15, 16, 17, 18 და 26, 27, 28, 29, 30 ნოემბერი, 1, 2 დეკემბერი** მის.: ბახტრიონის 22. 15.00-17.00 სთ.

ვარკეთილი-3, 2-მ/რ, სუხიშვილის ქუჩის ბოლოს, სეს. თაყაიშვილის 1, 167 და 150 მარშუტის ბოლო განერება, ავერსის ავთიაქის თავზე 10.00-20.00 სთ. ყოველდღე.

**თელავი. 16 და 30 ნოემბერი.** მის.: 26 მაისის ქ. 5,

ჭადრაკის სახლი 11.00-12.00 სთ.

**რუსთავი. 17 ნოემბერი და 1 დეკემბერი.** შარტავას გამზ. 15, ქალთა კონსულტაცია. 12.00-13.00 სთ.

**გორი. 18 ნოემბერი და 2 დეკემბერი.** მის.: სტალინის .26.

სასტურ. „ჯორჯია“. 12.00-13.00 სთ.

**ბათუმი. 19 ნოემბერი და 3 დეკემბერი.** მის.: ზუბალაშვილების 18. სასტ. „თიკო“, 10.00-12.00 სთ.

**ოზურგეთი. 19 ნოემბერი და 3 დეკემბერი.** იოანე პეტრიწის 1, რესტ. „იზაბელა“. 11.00-12.00 სთ.

**ქობულეთი. 19 ნოემბერი და 3 დეკემბერი.** მის.: აღმაშენებლის 388, სასტ. „რივიერა“. 13.00-14.00 სთ.

**ფოთი. 19 ნოემბერი და 3 დეკემბერი.** მის.: 9 აპრილის 10. „ბალუ“ 15.00-16.00 სთ.

**ზუგდიდი. 19 ნოემბერი და 3 დეკემბერი.** მის.: გამსახურდიას 26. „ატრიუმი“, 17.00-18.00 სთ.

**სამტრედი. 20 ნოემბერი და 4 დეკემბერი.** მის.: რუსთაველის 21, რესტ. „ჭურტავა“, 10.00-11.00 სთ.

**ქუთაისი, 20 ნოემბერი და 4 დეკემბერი.** მის.: კოსტავას 25. სასტუმრო

„ლია“, 12.00-13.00 სთ.

**ზესტაფონი. 20 ნოემბერი და 4 დეკემბერი.** მ. ჭანტურიას 42, ბაზრის მიმდებარე ტერ. 14.00-15.00 სთ.

**ჭიათურა. 20 ნოემბერი და 4 დეკემბერი.** მ. აღმაშენებლის 91, სასტ. „ნელი ტაბატაძე“, 16.00-17.00 სთ.

**ახალციხე. 21 ნოემბერი და 5 დეკემბერი.** კოსტავას 4/24, ბარი „სტუმრად ნუკისთან“ 12.00-13.00 სთ.

**ბორჯომი. 21 ნოემბერი და 5 დეკემბერი.** მის.: რუსთაველის 101. სასტ. „ოლიმპი“. 14.00-15.00 სთ.

**ხაშური. 21 ნოემბერი და 5 დეკემბერი.** მის.: კოსტავას 6. ავთიაქი. 16.00-17.00 საათამდე.

ზეთი „ჟივიცა“ ერთი შუშუთვის ფასი: 31.60 ლარი  
 ინვალიდებისა და პენსიონერებისათვის: 28.60 ლარი  
 ალბიჯში მიტანით ქ. თბილისში (ფასდაკლება არ მოქმედებს)  
 მიღების კურსი - 3 შუშუთვა.  
 არ ვარაუდობენ მემიკაშიანს.  
 მიღებაზე გაიარეთ ექიმის კონსულტაცია.  
 საქონელი სერტიფიცირებულია  
 ასევე გააქვითვა ბაზზაში „პრომიოლი“

www.apifito.net



(+995) 571 22 98 98

# როგორი იქნება საქართველოს ისტორიაში ყველაზე იაფი ინაუგურაცია

## „გიოხგი მაჩვენებელი ალბათ მაჯა ჩიჩქასთან ერთად გამოჩნდება“



მემატება ასეთი საბუშაროსთვის. მგონია, რომ გიორგი იქნება ისეთი პრეზიდენტი, როგორც ფიქრობდა და ოცნებობდა საზოგადოება. თუ გნებავთ, რამდენიმე თვის შემდეგ კიდევ გავისაუბროთ და იმედი მაქვს, რომ ჩემი ეს სიტყვები გამართლდება. ყველაზე მთავარი და მნიშვნელოვანი ის არის, რომ გიორგი გახლავთ უნესიერესი პიროვნება და მე, პირადად, შემძლია ერთი ფრაზით დავახასიათო — ეს ის ადამიანია, რომელთან ერთადაც მე თვალდახუჭული წავიცი და ვერ ვივარაუდებ.

საქართველოს ახალი პრეზიდენტის ინაუგურაცია 17 ნოემბერს გაიმართება. ამ დღეს გიორგი მარგველაშვილი ოფიციალურად გამოცხადდება პრეზიდენტად. ცერემონიალი სადა, არაპომპეზური და საქართველოში ჩატარებულ ინაუგურაციათა შორის ყველაზე იაფი იქნება. ეს გადამწყვეტილება პრეზიდენტის ინაუგურაციის საორგანიზაციო კომისიამ მიიღო. მიზეზი, რის გამოც პომპეზურ ღონისძიებაზე უარი ითქვა, ბიუჯეტთან ერთად მოსახლეობისთვის ისეთი დისკომფორტის აცილება გახლავთ, როგორც გზების გადაკეცვა.

„აუცილებლად იქნება სამხედრო კომპონენტი, შესრულდება საქართველოს ჰიმნი, დროშის აღმართვა და სხვა რიტუალური ქმედებები ჩატარდება, გმირთა მოედანზე გაიმართება ერთი პატარა ცერემონიალი, რაც იმით გამოიხატება, რომ საქართველოს პრეზიდენტი ფიცის დადების შემდეგ პატივს მიაგებს საქართველოს გმირებს. იქნება საზეიმო კონცერტი და უცხოელი სტუმრებისთვის გაიმართება მიღება. ყველაფერი იქნება სადა და დაჯდება იმაზე ბევრად ცოტა, ვიდრე ოდესმე საქართველოში ყოფილა. არ იქნება არც ერთი მონვეული შემსრულებელი, ანუ ეს ხარჯიც არ იქნება. პარლამენტის ეზოში ინაუგურაციის გამართვამ შეიძლება თავიდან აგვაცილოს ქუჩების გადაკეცვა და, სანამ ტრიბუნა აშენდება, შემდეგ დაიშლება, რამდენიმე დღით ქალაქის პარალიზება“, — ამბობს ქვეყნის საგარეო საქმეთა მინისტრი მაია ფანჯიკიძე.

ინაუგურაცია დღის პირველ საათზე პარლამენტის ეზოში ფიცის დადების ცერემონილით დაიწყება.

საგარეო საქმეთა სამინისტრომ მოსანვევი 70-ზე მეტ ქვეყანას გაუგზავნა. ინაუგურაციამდე ერთი კვირით ადრე ოფიციალური დასტური 30-მა ქვეყანამ გამოგზავნა. მონვეულ ქვეყნებს შორის რუსეთი არ არის.

„რუსეთთან ჩვენ არ გვაქვს დიპლომატიური ურთიერთობა და შესაბამისად მოსანვევი არ გაგზავნილა... დაახლოებით 30-მდე დელეგაციისგან გვაქვს მეტნაკლებად დადასტურებული ინფორმაცია. დონე არის პრაქტიკულად მალალი. ველოდებით 2-3 ქვეყნის პრეზიდენტს, რამდენიმე ქვეყნიდან პარლამენტის თავმჯდომარეებს. ბევრი ქვეყნიდან ველოდებით საგარეო საქმეთა მინისტრებს, ზოგიერთი ქვეყნიდან — ორ-ორ მინისტრს, ზოგიდან კი — ეკონომიკური გუნდის მინისტრებს. ალბათ ჩვენს მეგობარ ქვეყნებში შერჩევა მოხდა იმის მიხედვით, თუ რომელ ქვეყანას რომელი სფერო აინტერესებს განსაკუთრებით. ამ დღეებში სრულად გვეცოდინება სტუმრების რაოდენობა და მათი ვინაობა“, — აცნობა ჟურნალისტებს მაია ფანჯიკიძემ 11 ნოემბერს გამართულ პრესკონფერენციაზე.

ინაუგურაციის მხატვრულ მხარეს საქართველოს კულტურის მინისტრის მოადგილე, ხელოვნების მეცნიერებათა დოქტორი, პროფესორი მანანა ბერიძეაშვილი ხელმძღვანელობს. ქალბატონი მანანა „სარკისთვის“ მიცემულ ინტერვიუში ამბობს, რომ ინაუგურაციის ყველა დეტალი გიორგი მარგველაშვილთან არის შეთანხმებული.

**მანანა ბერიძეაშვილი:**  
— ინაუგურაცია პარლამენტის ეზოში

ყველანაირი პროტოკოლის დაცვით ჩატარდება. მონაწილეობას მიიღებს ოპერისა და ბალეტის ორკესტრი და გუნდი, ანსამბლები „რუსთავი“ და „მართვი“. ანსამბლები თითო-თითო ნომერს შეასრულებენ, ორკესტრი — ორს. გვეყოლება ბევრი მონვეული სტუმარი, მაგრამ ეს არ იქნება მასობრივი ღონისძიება. არ გადაიკეცება ქუჩები და ვეცდებით, ხალხი მინიმალურად შენუხდეს. სამხედრო კომპონენტი იქნება, მაგრამ ალუმის სახე არ მიეცემა, რასაც პრეზიდენტის ინაუგურაციის დროს ვართ მიჩვეული. შემდგომ იქნება ორმხრივი შევედრები ჩამოსულ დელეგაციებსა და ჩვენს მთავრობას შორის. საღამოს 6 საათზე კი რუსთაველის თეატრში „ერისიონის“ კონცერტი ჩატარდება.

— ინაუგურაციაში მონაწილე ანსამბლები ანსაზღვრებებს მიიღებენ?

— არავინ მიიღებს ანსაზღვრებას. ეს არის სახელმწიფო ღონისძიება. ეს ანსამბლები კი სახელმწიფო დოტაციაზეა და ხელფასები აქვთ. მათ ჰონორარი არც თავად მოუთხოვიათ და არც ჩვენ გვიცემია, რომ ასეთ მნიშვნელოვან სახელმწიფო ღონისძიებაზე იმ კოლექტივებმა, რომლებიც სახელმწიფო დოტაციაზე არიან, გარკვეული თანხა აიღონ. ამაზე საუბარს კი არ ყოფილა.

— თბილისში პარლამენტის ეზოში მოწყობილი და მზად არის ასეთი ღონისძიებისთვის?

— დიახ. ჩვენ ყველაფერი გავაკეთეთ იმისთვის, რომ ეს ძალიან ლამაზი, სადა და აკადემიური ინაუგურაცია ამ ეზოში ჩატარდეს.

— ხალხს შეუწყებათ კი ერთდებით, მაგრამ ასეთ ღონისძიებაში სხვა ქვეყნებში ხალხს ერთობა. პარლამენტის ეზოში კი ეს ალბათ შეუძლებელი იქნება.

— ჩვენმა ხალხმა აირჩია გიორგი მარგველაშვილი. ამ ღონისძიების შემდეგ იგი ოფიციალურად შეუდგება პრეზიდენტის საქმიანობას და ქვეყნის მთავარსარდალი გახდება. ხალხმა თავისი ნება და ჩართულობა გამოხატა იმით, რომ გიორგი მარგველაშვილი პრეზიდენტი გამხდარიყო. პრეზიდენტობის განმავლობაში ხალხს მასთან კონტაქტი მუდმივად ექნება. ყველას მიეცემა საშუალება, რომ მას პრეზიდენტობა სხვა დროს მიულოცოს და არა — ინაუგურაციის დროს. სამწუხაროდ, პარლამენტის ეზო ყველას ვერ დაიტევს.

— გიორგი მარგველაშვილთან თუ ათანსმებთან ამ დეტალებს?

— რა თქმა უნდა. პირველ რიგში, პირადად მისი სურვილი იყო, რომ ამ ღონისძიებაზე მინიმალური თანხები დახარჯულიყო და ხალხი მინიმალურად შენუხებულიყო. გიორგის დიდი ხანია ვიცნობ და ჩემთვის ის ისეთი დღეებითი თვისებებით შემკული ადამიანია, რომ არც

**„პრეზიდენტობის განმავლობაში ხალხს გიოხგი მაჩვენებელი ეთანსმებთან შევედრება, ხომ მას პრეზიდენტობა სხვა ეხოს მიულოცოს და ახა — ინაუგურაციის ეხოს. პრეზიდენტის ეზო ყველას კვი დაიტევს“.**

რო სტატუსა და არა — მოძრაობა, რადგან პარლამენტის ეზოში სამხედროების გადაადგილება ფაქტობრივად შეუძლებელია, პატარა ფართია.

— წინაპრობები პრეზიდენტები მისიელ სააკაშვილს და ელვარდ შეგარდნაძეს დაესწრობან ინაუგურაციას?

— როგორც ვიცი, მონვეულები არიან, მაგრამ მოვლენ თუ არა, ვერ გეტყვით.

— ფაქტობრივად ამ ღონისძიების რეჟისორი თქვენ ხართ?

— თითქმის ყველა უწყება მუშაობს ინაუგურაციის მონყობაზე. მე უბრალოდ კოორდინაციას ვუნვე პარლამენტის სენატისთან გამართულ ღონისძიებას და აგრეთვე — რუსთაველის თეატრში გასამართ კონცერტს. თუ გნებავთ, რეჟისორი დამარკვით. ალუმის შემდეგ პრეზიდენტი გმირთა მოედანზე მივა და პატივს მიაგებს დალუპულ გმირებს. ექნება სერიოზული შეხვედრებიც. ყველა კომპონენტს თავისი ორგანიზატორი ჰყავს.

— ოფიციალური პირველი დღეი საქართველოს ამ დროისთვის არ ყვდება. ვიარგი მარგველაშვილის გვერდით ინაუგურაციის დღეს მისი მეგობარი ქალი მაკა ჩიჩქა იქნება?

— ალბათ მაკა ჩიჩქასთან ერთად გამოჩნდება. ეგეთი დეტალები მე უხუტად არ ვიცი.

საქართველოს პრეზიდენტის ინაუგურაცია მთავრობის სარეზერვო ფონდიდან დაფინანსდება. როგორც წესი, ეს ხარჯები პრეზიდენტის ფონდიდან უნდა იქნეს განეული, მაგრამ, რადგან ამ ფონდში ფული ალარ არის — ის სააკაშვილმა ბოლომდე გახარჯა, სახსრებს მთავრობა გამოყოფს. გიორგი მარგველაშვილი 17 ნოემბერს მარჯვენა ხელს დაადებს კონსტიტუციას და წარმოთქვამს ფიცს:

„მე, საქართველოს პრეზიდენტი, ღვთისა და ერის წინაშე ვაცხადებ, რომ დავიცავ საქართველოს კონსტიტუციას, ქვეყნის დამოუკიდებლობას, ერთიანობასა და განუყოფლობას. ვიზრუნებ ჩემი ქვეყნის მოქალაქეთა უსაფრთხოებისა და კეთილდღეობისათვის, ჩემი ხალხისა და მამულის აღორძინებისა და ძლევაშისილებისათვის“.

✓ რუსუდან ადგაძე

# „მშენიერი გოგონა იყო, კარგად სწავლობდა... ბიჭებთან კი არა, ზედმეტად გოგონებთანაც არ მინახავს“

**17** ოქტომბერს დაკარგული 22 წლის გოგონას, ნინო გვასალიას ბედი და დედამისის მუდარა, შვილი მომაქებნიერთ, მთელი საქართველოს მოსახლეობამ გულთან ახლოს მიიტანა. გოგონამ თავისი უკანასკნელი წერილით ტკივილი და თითქოს დაგვიანებული, გამოუსწორებელი დანაშაულის გრძობა დაუტოვა ყველას, რომელიც, სამწუხაროდ, გამართლდა. ნინო გვასალია გარდაცვლილი იპოვეს.

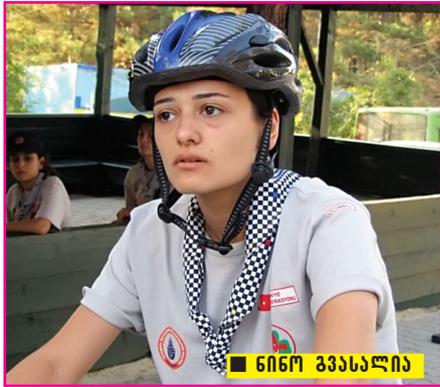
გოგონას ამ ხნის განმავლობაში სამართალდამცავებთან ერთად უბრალო მოქალაქეებიც ძებნდნენ. მისი ცხედარი ორმა ბაიკერმა 10 ნოემბერს, შუაღლისას, მუხათწყაროს ტყეში ხეზე ჩამომხრჩვალნი დაინახეს. ისინი მიმდებარე ტერიტორიაზე ვარჯიშობდნენ. ლევან ტყის მასივში, დაახლოებით 2-3 კილომეტრის სიღრმეში იპოვეს. იმ ადგილზე მხოლოდ საფეხმავლო ბილიკია.

წინასწარი მონაცემებით, ნინო გვასალია გაუჩინარებულა მალევე გარდაცვლილი. საქმე თვითმკვლელობამდე მიყვანის მუხლითაა აღძრული. რა დროს და რა ვითარებაში მოხდა სუიციდის ფაქტი, ჯერ უცნობია. ექსპერტიზა ლევან სამხარაულის სახელობის სასამართლო-სამედიცინო ექსპერტიზის ბიუროში ჩატარდა. ჯერჯერობით მხოლოდ ისაა ცნობილი, რომ გარდაცვლილს ძალადობის კვალი არ აღენიშნება. შინაგან საქმეთა სამინისტროს პრესსამსახურის უფროსმა ნინო გიორგობიანმა განაცხადა, რომ ექსპერტიზის საბოლოო პასუხი თვეებია იქნება ცნობილი.

სამართალდამცავებმა სამებრო ღონისძიებები ნინო გვასალიას დაკარგვის დღესვე დაიწყეს. მათთან ერთად გოგონას ოჯახის წევრები 23 დღის განმავლობაში უშედეგოდ ეძებდნენ. საქმეში კინოლოგებიც იყვნენ ჩართული. თბილისის მერიის საგანგებო და გადაუდებელი სიტუაციების მართვის სამსახურის თანამშრომლებმა მდინარე მტკვრის სანაპირო ტერიტორიაზე დაათვალიერეს. ინფორმაცია მიწოდებული ჰქონდა ყველა სასაზღვრო გამშვებ პუნქტს. 22 ოქტომბერს სამაშველო სამსახურმა როგორც სახმელეთო, ისე წყალქვეშა საძიებო სამუშაოებიც ჩატარა თბილისის ზღვის მიმდებარე ტერიტორიაზე, მტკვრის სანაპიროზე, ასევე კოჯრის, ტაბახმელას, ოქროყანის ტყის მასივების ტერიტორიაზე. სამებრო საქმეში საზოგადოებაც ჩაერთო, ნინოს ფოტოსურათები თითქმის მთელი თბილისის მასშტაბით იყო გავრული.

შვილის გაუჩინარების შესახებ გოგონას დედა, ლალი ცინცაძემ განაცხადა. მან თქვა, რომ ნინომ თვითმკვლელობის სურვილის შესახებ უმცროს ძმას გაუხილა. ერთ-ერთ ინტერვიუში ლალი ცინცაძე ამბობს: „...მისთვის უთქვამს, ყველაფრით დავილაღე და თავი უნდა მოვიკლა, ოღონდ ისე, რომ ვერავინ მნახოს. იმდენად სისულელედ მიიჩნია ბავშვმა დის ნათქვამი, რომ ყურადღების ღირსადაც არ ჩათვალა და ჩემთვისაც არაფერი უთქვამს მაშინვე“. როგორც გაირკვა, ნინოს 100 ლარი ჰქონდა, სახლიდან კი მხოლოდ 50 ლარი წაიღო. სავარაუდოდ, წინასწარ გათვალა, გზაში რამდენი დასჭირდებოდა. ინტერვიუში ნინოს დედა იმასაც ამბობდა, რომ მისმა შვილმა მშობლების გაყრის გამო სტრესი გადაიტანა.

როგორც ზემოთ აღვნიშნეთ, ნინო გვასალიამ წერილიც დატოვა, სადაც წერდა: „დედიკო და მამიკო, აღარ მინდა, აღარ მინდა, თქვენნი ნაწილი ვიყო. ჩემი წერილი არის პინკ ფლოიდის ცნობილი სიმღერის „მშვიდობით, სასტიკო სამყაროვ“ საუნდტრეკი“. როგორ და რა ვითარებაში აღმოაჩინეს



**დაჯახედი ნინო გვასალიას ძებნის სტაგირეტი დასახედი**

ნინო გვასალიას ცხედარი, ამის შესახებ „სარკეს“ საგანგებო სიტუაციების სამსახურის უფროსმა, **თემურ გიორგაძემ** უამბო:

— 10 ნოემბერს, შუაღლის 4 საათზე, პოლიციამ შეგვატყობინა, რომ გვამი იყო ნაპოვნი. მისვლისთანავე დადასტურდა, რომ ეს ის ადამიანი იყო, რომელიც დიდი ხნის განმავლობაში იძებნებოდა. მთელი ამ ხნის განმავლობაში ძებნაში ჩვენც ვიყავით ჩართული. გოგონას ხმელეთზე ვეძებდით და წყალშიც. რა ვითარებაში, როგორ, რაინაირად ჩამოიხრჩო თავი, რამდენი ხნის ჩამომხრჩვალ იყო, ამას უკვე გამოძიება დაადგენს. გარდაცვლილს ექსპერტიზა ჩაუტარდა, გვამი ბაკვეთეს.

— **როცა ცხედარი ნახეთ, რა მდგომარეობაში იყო?**

— ნორმალურ მდგომარეობაში, გაფუჭებული არ იყო.

— **შესაძლებელია თუ არა, რამ გვამი 23 დღის განმავლობაში არ გახრწნდიყო ან თუნდაც ბუნებაში აძლიან ხნის განმავლობაში გარეგანი დაზარებები არ მიყლი?**

— ზუსტად ვერაფერს გეტყვით. ახლა გრილა და ნამდვილად შესაძლებელია, გვამი შენახული იყოს. ყველაფერს ექსპერტიზა დაადგენს.

— **კანკრულად რა ტერიტორიაზე აპოვეს გოგონა?**

— მუხათწყაროს სოფლის მიმდებარე ტყის მასივია. გოგონა ტყეში 2-3 კილომეტრის სიღრმეში იყო შესული, იქ მხოლოდ საფეხმავლო ბილიკია.

— **იქ სამებრო სამუშაოები არ გაწარმოებთ?**

— მიმდებარე ტერიტორიაზე კი, მაგრამ მიგნით — არა. ჩვენ პოლიციის მითითებით ვეძებდით, დაახლოებით ინფორმაცია სადაც ჰქონდათ. თბილისის გარშემო იმდენი ტყის მასივია, ძებნა ყველგან ვერ მოვასწარი.

■ გოგონას ოჯახის წევრებს გასაგები მიზეზების გამო ყურნალისტებთან საუბარი არ სურთ. მეზობლები კი სხვადასხვა კომენტარს აკეთებენ.

ნანილის თქმით, ნინო გვასალიას მშობლები გაშორებული იყვნენ, სახლშიც მატერიალური პრობლემები ჰქონდათ. ნანა ილა კი არც იცოდა, გარდაცვლილის მშობლები გაყრილი რომ იყვნენ, რადგან წყვილი კვლავ ერთ სახლში ცხოვრობს.

**ნათელა გუგუნაშვილი**, მეზობელი: „გარდაცვლილს სამი ძმა ჰყავს. ნინოს პირადად არ ვიცნობ, მაგრამ ყოველდღე ვხედავდი, ძალიან გარეთ სეირნობდა ხოლმე. მამამისს ძალიან ახლოს ვიცნობ. დედა პარლამენტში მუშაობს, მამა, თუ არ ვცდები, უმუშევარია, ადრე ბანკში მუშაობდა. აქ ერთად ცხოვრობენ. ოჯახში რაღაც პრობლემები ჰქონდათ, მატერიალურადაც უჭირდათ. სხვისი ოჯახის ამბის ასე დეტალურად მოყოლა რთულია და არც ვიცი წერილობითი ნინო სამხატვრო აკადემიაში სწავლობდა, სტუდენტი იყო. არავინ იცის ზუსტი მიზეზი, თავის მოკვლა რამ გადააწყვეტა. როგორც ამბობენ, თოკი სახლიდან წაიღო“.

**ამელეონ ბლიაძე**, მეზობელი: „ნინო არაჩვეულებრივი გოგონა იყო, ყოველდღე ვხედავდი, გარეთ ძალს ასეირნებდა. კარგად სწავლობდა. თავი რატომ მოიკლა, არ ვიცი, ყველა გაკვირვებული ვართ. სანამ იპოვიდნენ, დღე და ღამე ოჯახს მოსვენება არ ჰქონდა. ურთიერთობაში უცნაური არაფერი შემიმჩნევია, არც ბიჭებთან მინახავს ხშირად. ბიჭებთან კი არა, ზედმეტად გოგონებთანაც არ მინახავს“.

**მეზობელი** (ვინაობის გამხელა არ ისურვა): „ნინოს მამას, თამაზს ვიცნობ, დედამისთან ახლოს არ ვყოფილვარ. ვიცი, რომ გარდაცვლილს სამი ძმა ჰყავს. მშობლებს ბოლოს ურთიერთობა აერიათ. ნინოს მამა ადრე ბანკის მმართველი იყო და ფინანსურად კარგად იყვნენ, მერე, თუ არ ვცდები, „გადააგდეს“ და პრობლემებიც დადნა. როგორც ვიცი, ბანკებში ჰქონდათ ვალები. უბანში ამბობენ, რომ ცოლ-ქმარი გაშორებული იყვნენ, მაგრამ ერთ სახლში ცხოვრობენ.“

ნინოს რაც შეეხება, მშვენიერი გოგონა იყო, კარგად სწავლობდა. პატარა, ფინია ძალიან ჰყავდა და ეზოში სულ იმას ასეირნებდა. დედა პარლამენტში მუშაობს. როგორც ამბობენ, ნინო სახლიდან რომ წავიდა, თოკით თან წაიღო. მათ წინ პოლიციელი ცხოვრობს და იმას დაუნახავს, სახლიდან რომ გამოდიოდა, ჩანთიდან თოკი გამოუფარდაო. დღეს გამოჩნდება, ხვალ გამოჩნდებაო და ამ იმედებით ელოდებოდა ოჯახში...“

ნინო გვასალია ექსპერტიზის ბიუროდან სახლში, თელავის ქუჩაზე, 11 ნოემბერს მიასვენეს.

✓ **კა ლეონიჯავა**

## გაიაღვილეთ საჭმლის მონაღება

**იქონიეთ მიიღეთ უკმატური**

# კრეზამი

თითო კაფსულა ყოველი ჭამის დროს

[www.krezam.ge](http://www.krezam.ge)

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

# „ნადით, ნადითომ — სხვებს ეძახდა და ამ დროს ამოყირავდა გემი... ეს ლევანის შეხლომა კი არა, თავბანნიკაა“

## ჩაძიხედი გემის ეპიკური ბოლო წამამდე მამველებს უხმობდა

2013 წლის 3 ნოემბერს, ღამის 3 საათზე, ეგეოსის ზღვაში, კარპათოსის სანაპიროსთან, პატარა ქართულ ეკიპაჟს უბედურება დაატყდა თავს. რიფთან შეჯახების შედეგად გემი „სტელა“ ჩაიძირა. გემზე მხოლოდ ექვსი კაცი იმყოფებოდა და ექვსივე ქართველი იყო — კაპიტანი ლევან თებიძე, კაპიტნის თანამშემწე რობერტ დარციმელია, უფროსი მექანიკოსი ირაკლი ჩავლეიშვილი, მეორე მექანიკოსი კობა ლაქლაქიშვილი, მზარეული მამუკა კერესელიძე და მატროსი ელიზბარ ჯიჯავაძე.

სუთმა სამაშველო ნაგზე გადასვლა მშვიდობით მოახერხა და მეტეველების დახმარებით ხმელეთზე გააღწია. ყველა უკვე სამშობლოში იმყოფება. ერთი კი, გემის კაპიტანი ლევან თებიძე, დაკარგულად ითვლება. არავინ იცის, ზღვის უფსკრულმა შთანთქა თუ სადმე, საბერძნეთის დაუსახლებელ კუნძულს შეაფარა თავი და მამველს ელის. ოჯახისა და თავად მეზღვაურების ეჭვის მიუხედავად, რომ შესაძლოა კაპიტანი თებიძე ცოცხალია, მამველებმა მისი ძებნა ოფიციალურად შეწყვიტეს.

ლევან თებიძე 38 წლისაა. ბათუმის სახელმწიფო საზღვაო აკადემია დაამთავრა. 6 წელია კაპიტნის წოდება აქვს. სახლიდან ერთი თვის წინ გავიდა და გემს, რომლის კაპიტნობაც პირველად უნდა ეთავა, თურქეთში ჩააქვითა. სწორედ ამ ქვეყანაში შეიძინა „სტელა“ მისმა ბერძენმა მფლობელმა. იმ დროისთვის, როცა უბედური შემთხვევა მოხდა, გემი ცარიელი იყო. ტვირთშიდევ სანაოსნო საშუალებას ტვირთი კვიპროსზე უნდა ჩავტვირთა.

ლევან თებიძის ცოლმა, ირმა ტარიელაშვილმა, საქართველოს ახალარჩეულ პრეზიდენტს, გიორგი მარგველაშვილს მიმართვა გაუზგანა, სადაც მისი ქმრის ძიების საქმის პირად კონტროლზე აყვანას სთხოვს.

„პატრონო გიორგი, მიშველეთ, გთხოვთ... ჩემმა მეუღლემ ყველა ზომას მიმართა, რაც კაპიტნის მოვალეობაში შედიოდა — ბრძანება გასცა სამაშველო ჟილეტების ჩაცმასთან დაკავშირებით თითოეულ ეკიპაჟის წევრზე. შემდეგ ნავში გადასვა ყველა სათითაოდ, თვითონ კი SOS ბრძანება გასცა. ამის მიუხედავად, გემიდან არ გადმოიტანა ბოლო წუთამდე. გემი თითქმის დაძირული იყო, მუხლებამდე წყალში იდგა და დამატებით მამველების გამოძახებას ითხოვდა, როდესაც ეკიპაჟის ბოლო წევრმა უთხრა, გემი იძირება და თქვენც უშველეთ თავსო. მიუხედავად ამ შესახილისა, ლევანი კვლავ აგრძელებდა მამველების რაციით გამოძახებას. ეკიპაჟის წევრებს გასძახა, თქვენ ნადით, მეც გადმოვსტებო. ლევანის გარდა, ყველა ნავში იჯდა, როცა გემი ამოყირავდა და სრულიად ჩაიძირა. ჩემი მეუღლე გადმოხტარა არ უნახავთ, თუმცა არსებობს იმედი, რომ სადაღაც კუნძულზე წყალმა გაროცა.“

გვედრებით, როგორც საკუთარი შვილის გადარჩენისთვის იბრძოლებდით ასეთ მდგომარეობაში, ისე მიიღეთ და იბრუნეთ საქართველოს მოქალაქის, ლევან თებიძის უფლებების დასაცავად. ჩვენი სახელმწიფო ვალდებულია, დაიცვას თითოეული მოქალაქის უფლებები და მათ შორის — ჩემი და ჩემი მეუღლის. გთხოვთ, პირად კონტროლზე აიყვანოთ ეს საქმე და მამოვინეთ მეუღლე.



■ **მარცხნიდან: კობა ლაქლაქიშვილი და ლევან თებიძე**

### ეგეოსის ზღვაში დაბრიალებული ტრაპედიის დეტალები

წინასწარ გისდით მადლობას“.

ლევან თებიძე და ირმა ტარიელაშვილი ბათუმელები არიან. 6 თვეა, რაც დაოჯახდნენ და დიდი ქორწილი გადაიხადეს. ახალი პატარძალი იმედს არ კარგავს, რომ ქმარს დაიბრუნებს.

#### ირმა ტარიელაშვილი:

— ლევანმა 1993 წლიდან დაიწყო ზღვაში გასვლა. ბათუმის სახელმწიფო საზღვაო აკადემია წარჩინებით დაამთავრა. 6 წელია კაპიტნის წოდება აქვს. მანამდე კაპიტნის მოადგილე იყო. უნიჭიერესი ადამიანია. თავისი საქმე უყვარს და დიდი პასუხისმგებლობის გრძნობა აქვს.

ეს გემი ბერძნული კომპანიის დროშის ქვეშ ცურავდა. შარშან გემთმფლობელმა გემი გაყიდა და ლევანი გემზე დასვა. აპრილში ჩვენი ქორწილისთვის დაბრუნდა. მაშინ ექვსთვიანი კონტრაქტიც შეუსრულდა. გემის

**იხმა ცახიედაშვილი: „შეიძლება ლევანი სადმე უჩნებოდა და ცოცხად ადამიანს ნიხავენ! იქნებ გაცუხა და დახმარება სჭიხებოდა!“**

მფლობელი სთხოვდა, ორი თვეც დარჩიო, მაგრამ ლევანს უთქვამს, ქორწილს ვერ გადავდებო და ჩამოვიდა. მის მაგივრად უკრაინელი კაპიტანი აიყვანა მფლობელმა. ლევანისნაირი წესიერი ადამიანი იშვიათად თუ მოიძებნება. იმ უკრაინელს თურმე სივარეტები შეუძენია და მეორე ქვეყანაში უაქციზოდ გადაუტანია ჩუმად, გემთმფლობელის გარეშე. გემი პორტში დააპატიმრეს და ყველა დაიჭირეს. გემის პატრონმა დაურეკა ჩემს ქმარს და უთხრა, ეს რა დამემართა, ვინ ავიყვანე, გემი შვედეთში ჩამიხვეს და ახლა ჯარით ვაბრუნებ, ახალი უნდა ვიყიდე, შენ გარდა, არავინ მინდა, დამატებით ხელფასაც მოგცემ, ოღონდ ჩამოდიო.

„სტელა“ ამ ბერძენმა თურქებისგან იყიდა. როგორც გაირკვა, დიდი ხნის გემი ყოფილა. ლევანმა 5 კაცი წაიყვანა და წავიდა თურქეთში. იმ გზაზე, სადაც ეს კატასტროფა მოხდა, არასოდეს გაუვლია.

თურმე აპარატი, რომელიც აჩვენებს პერი-

მეტრებს, შკალას, რომ გემმა აიცილოს სამიშროება, დაზიანებული ყოფილა და არ აჩვენა ის საფრთხე, რომელიც გემს ელოდა. დაეჯახნენ რიფს და ამიტომაც დატრიალდა ტრაგედია.

აჭარის მთავრობა გვეხმარება, მაგრამ გვეუბნებიან, საგარეო საქმეთა სამინისტროზე და მოკიდებული მისი მოძებნაო. სრული განუკითხაობაა ამ სამინისტროში, ვერაფერი გავარკვეეთ. ხომ საქართველოს მოქალაქეა, ხომ ასეთი გემირობა ჩაიდინა და სხვები რომ ცოცხლები არიან, ხომ მისი დამსახურებაა?! ნადით, ნადითომ — სხვებს ეძახდა და ამ დროს ამოყირავდა გემი. თურმე სამველად უხმობდა რაციით მამველებს და იმიტომ არ გადმოიტანა გემიდან. მამველები 3 საათის შემდეგ მისულან. პირველად მეტეველებს უნახავთ ეკიპაჟის წევრები. მეტეველებმა გააგებინეს მამველებს, რომ ერთი ადამიანი იყო დაკარგული. მხოლოდ ამის შემდეგ მომხდარა ვერტმფრენით იმ ადგილის დათვალიერება მხოლოდ 5 წუთით. არ მჯერა, რომ ყველა კუნძულზე მოძებნეს ლევანი. საბერძნეთის მხრიდან ტყუილი გავრცელდა, რომ ვითომ 12 წუთში მივიდნენ მამველები. შეიძლება ლევანი სადმე კუნძულზეა და ცოცხალ ადამიანს ნიხავენ! ერთი ადამიანით საზღვრავენ და იმიტომ! უფრო მეტი რომ დაკარგულიყო, ალბათ უფრო ეცდებოდნენ მოძებნას.

ცხელ-ცხელი ამბავი რომ იყო, ტელეკომპანიებმაც გააშუქეს, სახელმწიფო უწყებებიც აკეთებდნენ კომენტარებს. ახლა კი ძებნაც შეწყვიტეს და ადამიანზე ზრუნვაც. საერთოდ უარს ვიტყვი საქართველოს მოქალაქეობაზე, თუ რამე ღონეს არ იხმარენ და ლევანს არ მოძებნიან! ნატო-ში განეკრებას რომ აპირებენ, ერთი კაცი ვერ უნდა მოძებნონ?! ადამიანია, ადამიანი ამხელა წოდება აქვს ლევანს და თან სხვების სიცოცხლე გადაარჩინა! გემთმფლობელს ხომ ევალებოდა, გაუფუჭებული რადარი არ ჩაეჭვა გემი ზღვაში?! არც კი დაუკითხავთ ის ბერძენი მფლობელი.

#### — რა გიძლევი სიფუცხელს, იფიქრო, რომ თქვენი ქმარი შეიძლება სადმე კუნძულზე ცოცხალი იყოს?

— ბიჭები ამბობენ, რომ იმ ადგილას ბევრი პატარ-პატარა დაუსახლებელი კუნძულია. რუკაზეც ვნახე და მართლა ასეა. გადარჩენის შანსი არსებობს. გემი რომ ამოყირავდა, თურმე მაშინ სულ ზემოთ, გემბანზე მდგარა. წყალი მუხლებზემოთ ჰქონია შემდგარი და პანიკაში მინც არ ჩავადრინლა. სხვები ისტერიკაში ყოფილან. ლევანი კი ამბობდა თურმე, ნუ გემინიათ, გამაგრდით, ჩქარა ჩაიცვითო. ასეთი იყო, უშიშარი და არასოდეს იბნეოდა. იქნებ გაცურა და დახმარება სჭირდება?

ყველა რომ სამშვიდობო გაიყვანა, უკვე ჰქონდა უფლება, თავისთვისაც ეშველა, მაგრამ, როგორც ჩანს, პასუხს ელოდა მამველებისგან და იმიტომ არ ხტებოდა. თურმე ბიჭები უხანდნენ, გადმოხტითო. თქვენ ნადით, მეც გადმოვსტებოთ, ეუბნებოდა. ამ დროს გემი ამოვიყრავებოდა და ჩაძირულა. ამ ჩაძირვას წყლის ისეთი ინერცია მოჰყოლია, ეკიპაჟის სხვა წევრები შორს გაუფრთხილან. ამბობენ, არ არსებობს, ლევანიც არ გაეფრთხილანა წყალსა და მათს. საზღვაო ჟილეტი ხელზე ჰქონია მოხვეული. ყველას ეცვა თურმე და თვითონ რატომ არჩაიცვა, მიკვირს. საკუთარ თავზე რატომ არ იფიქრა, ვერ გავიგე! გემიდან

გადმომხტარი ლევანი არავის დაუნახავს, მაგრამ რომ დაინახა, გემი იძირებოდა, აუცილებლად გადასტუმრდა. ასლომასლო კი უამრავი პატარა კუნძულია და იქამდე მიაღწევდა!

— **ერეკლეტა ინფორმაცია, რომ არც ჩაძირული გემი დაუფიქრებიათ.**

— ვერ მოხერხდა დათვალერება, რადგან, როგორც მითხრეს, 250 მეტრი სიღრმის უფსკრულშია გემი ჩაძირული. იქ ყველაზე ღრმა ადგილი ყოფილა და შეუძლებელია დათვალერება. თურმე ეს მხოლოდ სპეციალური აპარატის მეშვეობით უნდა მოხერხდეს. ამას თანხა

სჭირდება. საქართველოში არსებობს მეზღვაურთა ფონდი. ხომ შეიძლება გასწიონ ხარჯები და მოხდეს იმ აპარატის დათვალერება? ან დაავალონ გემთმფლობელს, რომ მან გამოყოფს ამისთვის ხარჯები? არჩევნებზე და აღლუმებზე ფიქრობენ და არა — ადამიანზე! საელჩოებთან მივალ და ყველას თვალწინ ვიტყვი უარს საქართველოს მოქალაქეობაზე, ყველას თვალწინ დახვებ პირადობის მონაშობას!

— **თქვენს და ლევანს ურთიერთობა რა პერიოდის ითვლის?**

— სულ 6 თვის დაქორწინებულები ვართ. აპრილში შეველდით და გრანდიოზული, ორდღიანი ქორნილი გადავიხადეთ. ერთმანეთი სოციალურ ქსელში გავიცანით. 3 თვე ასე ვიკონტაქტებ და სწორედ ამ დროს გაჩნდა ჩვენ შორის გრძობა. ერთ მშვენიერ დღეს ვნახეთ ერთმანეთი და მას შემდეგ მუდმივი ურთიერთობა გვქონდა. ზედმიწევნით ყურადღებიანი იყო, სულ თვალში მიყურებდა. მანებობრებდა, მეუბნებოდა, საკუთარ თავზე მეტად მიყვარხარო. მეც იმავეს ვგრძობდი. უბედნიერესები ვიყავით. ძალიან გვიყვარს ერთმანეთი. 11 ოქტომბერს გავიდა სახლიდან...

დაღუპული გემის ეკიპაჟის გადარჩენილი წევრი, მეორე მექანიკოსი კობა ლაქლაქიშვილი, ამბობს, რომ ლევან თებიძემ თავი სხვების გამო გაწირა.

**კობა ლაქლაქიშვილი:** 3 ნოემბერი თენდებოდა, როცა ძლიერი ბიძგი ვიგრძენი. ვიყვირეთ, რალაცას დავუჯახეთ-თქო. პატარა გემი იყო და მე, როგორც მექანიკოსმა, შემომწება დავინწყე, მაგრამ ბჭებმა თქვეს, გემი უკვე იმ დონეზეა გახეული, არაფერი ეშველება, თან გადახარცე დაიწყა. კაპიტანმა გემის დატოვების ბრძანება გასცა. სამაშველო ჟილეტები ჩავიცვი. კაპიტანის ბრძანების შემდეგ უფროსმა მექანიკოსმა სამაშველო რეზინის ნავი გადააგდო ზღვაში. ეს ნავი თავისი იბერება და წყლის ზედაპირზე იხსნება. წყალი უკვე მუხლებთან მქონდა მომდგარი და გადახტომაც კი აღარ მომიწია, პირდაპირ წყალში გადავედი. წინ ვინც ხტებოდა, შემობრუნდებოდა და უკანას უბნებოდა, ნავედითო, ანუ უკან მდგომს უყურადღებოდ არ ვტოვებდით... ლევანი ჩემს მესიერებაში ბოლოს ჩარჩა ისე, რომ გადამცემი ეჭირა ხელში და დამხმარეს იჩახებდა. წყალი რომ მომადგა, დაფუძახე, ლევან, დააგდე მე გადამცემი და წამოდი-მეთქი. თქვენ წადით და მე წამოვალ, მითხრა. არც მომსვლია თავში აზრად, რომ დავლოდებოდი. რიგის მიხედვით ვმოქმედებდით და ვიცოდი, ჩემი გადახტომის შემდეგ მზარეული უნდა გადმომხტარიყო და შემდეგ — ლევანი. სიტყვა უკვე ნათქვამი იყო და ბრძანება — გაცემული.

ნავი სიბნელეში იდგა. ცოტა რომ მოვშორდი გემს, ციმციმა დავინახე. სპეციალური ნათება აქვს ნავს, რომ მეზღვაურმა შენიშოს. მისკენ ავიღე გემი და ნავთან ყველამ სხვადას-

ხვა დროს მოვიყარეთ თავი. შევნიშნეთ, რომ ლევანი ჯერ არ იყო მოსული. დავწყვეთ ძახილი, ფანრიტ ვანათხდით ტერიტორიას. ვყვიროდით, ლევანს ვეძებდით, მერე ცოტა ხანს ვჩუმდებოდით, რომ იქნებ საიდანმე გაგვეგონა მისი ხმა, მაგრამ არაფერი გაგვიგონია. გემის ამოტრიალებამდე იქ სინათლე ენთო, რადგან გენერატორი ჩართული იყო. გემი რომ ამოტრიალდა, გენერატორი გაითიშა და საერთოდ აღარ ჩანდა არაფერი.

მხოლოდ გემის სილუეტს ვხედავდით. ამ დროს დინებამ წაგვილო და გემს მიგვაახლოვა. ამით ვისარგებლეთ და ნიჩბებით გემის კორპუსს დავეუნთხეთ. მხოლოდ გემის სილუეტს ვხედავდით. ამ დროს დინებამ წაგვილო და გემს მიგვაახლოვა. ამით ვისარგებლეთ და ნიჩბებით გემის კორპუსს დავეუნთხეთ. მხოლოდ გემის სილუეტს ვხედავდით. ამ დროს დინებამ წაგვილო და გემს მიგვაახლოვა. ამით ვისარგებლეთ და ნიჩბებით გემის კორპუსს დავეუნთხეთ.

ყეთ ბრახუნი. ეჭვი გვეკონდა, რომ გადმოსტომა ვერ მოასწრო და შიგ მოყვა. ნიშანი არ მოუცია. მერე შევნიშნეთ სამაშველო ჟილეტი, რომელსაც ციმციმა ენთო. მივედით ახლოს და ცარიელი აღმოჩნდა. შევწუნდით, ხომ არ გაძვრაო, მაგრამ უფროსმა მექანიკოსმა თქვა, ხელს მიშლიდა მოძრაობაში და მე გავიხადეო. ამ დროს გემმა ჩაძირვა დაიწყო. როცა გემი იძირება, ძალიან საშინელია.

ამ დროს უნდა მოშორდე, რომ არ ჩაგითრიოს. წვალებით დავშორდით ცოცხათი და ამ დროს გემი ჩავარდა. მაშხალა ვისროლეთ რამდენჯერმე. ვიყვირეთ, მაგრამ... დაახლოებით 3 საათის შემდეგ მეთევზეებმა მოგვაგნეს. ბანარი გადმოგვიგდეს და გადაგვიყვანეს. მამინვე ვუთხარით, რომ ერთი კაცი დავეკარგეთ. ამ დროს გამოჩნდა ვერტმფრენი. მეთევზეებმა გადასცეს რაკითი, ერთი კაცი რომ იყო დაკარგული. ვერტმფრენმა იმ ადგილას დაიწყო ბრუნვა, სადაც გემი ჩაძირა. კარგა ხანს იფრინა, მაგრამ მერე მობრუნდა და ჩვენ აგვიყვანა. გადაგვიყვანეს ბაზაზე და გვითხრეს, რომ სანჯვას შეავსებდნენ და გააგრძელებდნენ ძებნას. ძალიან ვთხოვეთ, ძალ-ღონე არ დაეშურებინათ. ჩვენ ყველანაირი გამოკვლევა ჩავატარეს. ეს იყო საბურთალოს ტერიტორიაზე, ვუწიულ როდოსზე. იქ მოხდა ჩვენი დაკითხვა. შემდეგ გამოგვიშვეს.

მაღლოსას ვუხედი ჩვენი კონსულს საბერძნეთში, რადგან დროულად მოგვაქცია ყურადღება. ახლა კი ვთხოვთ ყველას, იქნებ მყვინთავები დაიჭირავონ და როგორმე მოხდეს ჩაძირული გემის დათვალერება. იქნებ ცოცხალი და კუნძულ შეაფარა თავი.

— **თქვენი გეგმა, რომ შეიძლება მართლა ცოცხალი იყოს?**

— ათასი ვარიანტი გვაქვს და დასკვნას ვერ ვაკეთებთ. მხედველობა ჭირდა და შეიძლება ვეღარ მოასწრო გადმოსტომა, შეიძლება გადმოსტა და დინებამ წაიღო... ლევანი ბოლოს მზარეულმა, მამუკა კერესელიძემ ნახა. უკვე კართან იყო გამოსული და კიდევ უხმობდა მამუკელსო. გემი უკვე ძალიან გადახრილი იყო და თავისშეკავება გაუჭირდებოდა. შეიძლება წყალში გადმოვარდა ან ტალღა მიანვა და შიგნით შეითრია.

— **იმ ადგილას საშისი წყლის ბინდრები თუ არაან?**

— პირველ რიგში, ეგ ვკითხვთ და გვითხრეს, ზვიგენები არ არიანო, მაგრამ თევზები ხომ არიან და ისინიც ყველაფერს

ჭამენ. თუ მალე ჩავლენ მყვინთავები და მოძებნიან, ასეთი რამ არ უნდა მოხდეს... გვითხრეს, ირგვლივ 15-მდე პატარა-პატარა კუნძულია, კლდეებივით. ღმერთმა ქნას, რომელიმეზე იყოს. არ ვიცით, კარგად ექებენ თუ ცუდად და ამიტომ არ ვართ დარწმუნებული, რომ დაღუპულია.

— **ვისი პასუხისმგებლობის საკითხი უნდა დადგეს ამის გამო, რომ გაუპრთავი გემით განსჯადი ზღვაში?**

— ვერ გეტყვით. რადარი სარემონტოდ ჰქონდათ ნაღებული და მაინც ვერ იმუშავა გამართულად. ბერძნები, რომლებსაც გემი ეკუთვნოდა, ჩვენთან კავშირზე არ გამოსულან. ჩვენ არც მათი კოორდინატები გვაქვს. მხოლოდ კაპიტანი უკავშირდებოდა. საკონსულსო კი დაუკავშირდა და მათ დაფარეს ჩვენი საქართველოში დაბრუნების ხარჯები. სასტუმროს ხარჯიც დაფარეს, ტანსაცმელიც გვიყიდეს, რადგან ზოგი მისიურით გადმოსტა, ზოგი ტრუსით და წინდებით...

დღემდე მოკვი ვართ ყველა. ლევანს დიდი ხანია ვიცნობ და გული მტკივა. ჩემს სსოვანში რაკითი ხელში დარჩება. ეს კადრი თვალებიდან არ ამომდის. უნდოდა, დარწმუნებულიყო, რომ მამუკელს მოუხმობო. იქიდან კი პასუხს არავინ სცემდა. იმასაც ვფიქრობთ, გემის ამბორუნების დროს თავი ხომ არ დაარტყა რამეს და ხომ არ გაითიშა.

— **როგორ ფიქრობთ, ლევანმა შეცდამა დაუშვა, რომ თავის დროზე არ გადასტუმრდა?**

— არა, ეს ლევანის შეცდომა კი არა, უფრო თავგანწირვაა. უნდოდა დარწმუნებული იყო, რომ ვიღაცამ გაიგონა ჩვენი ამბავი. ლევანი ზღვაზე უზომოდ შეყვარებული იყო. ნამდვილი მეზღვაური, კარგი მეგობარი გახლდათ. იმედის ნაპერწკალი მაინც არის, რომ ცოცხალია.

— **ადრე ამბობდნენ, ჩაძირულ გემს კაპიტანი აუცილებლად თან უნდა ჩაჰყოლიდა.**

— კი, მეზღვაურული ტრადიციაა, რადგან კაპიტანისთვის ადრე გემი ყველაფერი იყო. თუ გემს დაკარგავდა, მის სიცოცხლეს აზრი აღარ ჰქონდა. ახლა ნამდვილად არ იყო ამის საჭიროება, რადგან კაპიტანის ბრალი არ იყო ეს ამბავი.

საქართველოს საგარეო საქმეთა სამინისტროს ოფიციალური განცხადება ასეთია: „პირეოსის გაერთიანებული სამაშველო საკოორდინაციო ცენტრიდან მიღებული ინფორმაციის თანახმად, ჩაძირული გემის, „სტელას“ დაკარგული ეკიპაჟის წევრის სამქებრო-სამაშველო სამუშაოები შეწყდა 5 ნოემბერს, 6 საათსა და 55 წუთზე. გემის კაპიტანი ლევან თებიძე დაკარგულად ითვლება.“

✓ **რუსიდან ავტო**



■ **ირმა და ლევანი**

**ირმა ტახიჯაშვილი:** „სულ 6 თვის დაქორწინებულები ვართ. მანებიხედა, მეუბნებოდა, საკუთარ თავზე მეტად მიყვარხარო. მეც იმავეს ვგრძობდი. უბედნიერესები ვიყავით.“

**ნათელახილველი სელინა**  
გაითხოვს ტაროს კარტზე და ყაყაზე  
აკეთავს თილისნაბს და ხსნის ჯადოს  
230-68-19  
599-37-59-58



### „მე და ჩემს ქმარს შვილის გაზრდა გვიჭირს“

**ბ**ევრი ვიფიქრე, ეს წერილი გამო-მეგზავნა თუ არა, მაგრამ ჩემმა ტკივილმა იმდენად შემანუხა, ბო-ლოს გადავწყვიტე, თქვენთვის მომე-მართა. ვიცი, ჩემი პრობლემა ასე ადვილად არ გადაწყდება, მაგრამ ჩუმად ყოფნაც აღარ შემიძლია.

პატარა ასაკში გავთხოვდი. ჩემი ქმარი ღარიბი ოჯახის შვილია. საშინელ გაჭირვებაში ვცხოვრობთ. საჭმლის ფულს ძლივს შოუ-ლობდა. ერთი პერიოდი რალაც სამსახური მონახა და თითქოს ამოვისუნთქეთ, მაგრამ მერე ყველაფერი თავიდან დაიწყო. ბავშვი გვეყოლა და ათასი პრობლემა გაჩნდა. ჩვენს პატარას ნესიერად ვერ ვპატრონობთ. ახლობლების გამონაცვალის ტანსაცმლით ვზრდით. ახლა მეორე ბავშვს ველოდებით და უკვე აღარ ვიცი, მის გაზრდას როგორ მოვახერხებ. ექიმთანაც კი ვერ მივდივარ.

მუშაობა არც მე მუზარება და არც ჩემს ქმარს. ოჯახებში დავდივარ და სახლებს ვალაგებ, მაგრამ ჩემი წვლებით გამოუშა-ვებული თანხა არაფერში გვეყოფის. ამ ქვეყანაში შრომას ფასი არ აქვს. აქედან გაქცევა მინდა. ახალგაზრდები ვართ, მუშაობა შეგვიძლია და რატომ უნდა ვიყოთ ამ დღეში?! რატომ არ უნდა გვეორდეს სამსახური, შესაფერისი ანაზღაურებზე.

პრობლემებზე ფიქრმა ძალიან დამალა. აღარ ვიცი, ამ ყველაფერს დასასრული თუ ექნება.

„სარკის“ ერთგული მკითხველი

### „მეგობრებმა გარეგნობის გამო ამითვალწუნეს“

**დ**იდი და კვებიანი ცხვირი მქონდა, რის გამოც ბევრი კომპლექსი ჩამომიყალიბ-და და გადავწყვიტე, პლასტიკური ოპერაციის მეშვეობით ეს კომ-პლექსი დამეძლია. მშობლებმა და ნათესავებმა მხარი დამიჭირეს. მითხრეს, რომ თუ სურვილი მქონდა, ოცნება აუცილებლად უნდა ამესრულებინა. ოპერაცია გავიკეთე. ჩემი ახალი გარეგნობა, გულახდილად გეტყვით, არ მაკმაყოფილებდა, თუმცა ჩემს წინა ცხვირთან შედარებით პროგრესი იყო. მეგონა, მეგობრები მხარს დამიჭერდნენ, მაგრამ პირიქით, პირში მომახალეს, საკუთარ გარეგნობას დალი დაასვიო. მეტიც, ვგრძნობდი, რომ ამის გამო ამითვალწუნეს და ჩემთან ნაკლებ კონტაქტს იჭერდნენ.

ვიფიქრებდი, ჩემი შურთ-მეთქი, მაგრამ ისინი ჩემზე გაცილებით ლამაზი გოგონები არიან. თუმცა ეს მათ იმის უფლებას არ აძლევთ, რომ დამციონონ და გარეგნობის გამო ზურგი მაქციონ. მთავარი ხომ მეგობრობაა და არა — გარეგნობა. გული ძალიან მტკივა. იძულებული ვარ, მეგობრები დავკარგო. ასე გაძლება არ შემიძლია. იქნებ გამოუმეხმუროთ და გამამხნევოთ.

„სარკის“ ერთგული მკითხველი



### „ქმნის საცუარტელმა ანც მე გამახსნა, მაგტამ უძც თუითნ გაიხსნა“

**უ**რნალ „სარკის“ 42-ე ნომერში გამოქვეყნდა წერილი — „წლების წინ მე სხვას დაუწერე ოჯახი, ახლა კი ჩემს შვილს წაართვეს ქმარი“. რამდენიმე წლის წინ მეც ასე მომექცნენ. 15 წლის ოჯახი დამინგრეს. ჩემს ქმარს ქალმა თავბრუ დაახვია, მოსვენება არ მისცა, სწორად განსჯის უნარი დაუკარგა. ბევრი ვიზბოდი, რომ მისი კლანჭებიდან დამეხსნა, მაგრამ არაფერი გამომივიდა. იქამდე იომა, სანამ არ გაიმარჯვა და ქმარი არ წამართვა.

იმ დღის შემდეგ ჩემს ცხოვრებაში რალაც ეტაპი დამთავრდა. ბევრი დრო დამჭირდა იმისთვის, რომ ახალი რეალობისთვის თვალი გამესწორებინა, ყველაფერი თავიდან დამეწყო. შვილებმა შემმატეს ძალა, ამ პრობლემას გავმკლავებოდი და შეეძელი კიდევ.

ჩემმა ქმარმა იმ ქალთან მხოლოდ სამი თვე გაძლო. მერე კი მათ შორის პრობლემები გაჩნდა. როგორც მეუბნებიან, გაუთავებლად ჩხუბობდნენ, ბოლოს კი დაშორდნენ. ასე რომ, იმ ქალმა ვერც თვითონ გაიხსნა, არც მე გამახსნა და ჩემს ქმარსაც ცხოვრება დაუწერია. მისი პატიება ვერ შეეძელი. ამიტომ თავშესაფარი მორიგ გასართობ ქალთან იპოვა. ახლაც ერთი ქალის სახლიდან მეორეში გადადის. ზოგჯერ მეცოდება კიდევ, მაგრამ, როცა ვისხნებ, რამხელა ტკივილი მომაყენა, მის მიმართ სიზნაღული მიქრება. მან ეს დაიმსახურა!

„სარკის“ მკითხველი

### „შვილები რომ გყავდეს, გაგახსენდებოდა ის ბავშვი, რომელიც შენ გამო არ დაიბადა?“

**უ**რნალ „სარკის“ 45-ე ნომერში დაბეჭდილმა სტატიამ — „თავს ვერ ვპატიობ, რომ საყვარელ ქალს მუცელი მოვამუ-ვინე“ — ისე აღმაშფოთა, რომ საპასუხო წერილი დამამერინა. იმ კაცს კითხვას ვუსვამ — შვილები რომ გყავდეს, მაშინაც გაგახსენდებოდა ის ბავშვი, რომელიც შენ გამო არ დაიბადა? რატომღაც მგონია, რომ — არა. ახლა, როცა ბევრმა გაგიცრუა იმედი და შვილიც არავინ გაგიჩინა, სინანულმა შეგიპყრო. გვიან გაგახსენდა ორსული, რომელიც მიაგადე, ბავშვი, რომელსაც შენ გამო დაბადება არ ეღირსა. მონანიება ყოველთვის კარგია, ადამიანის სულს წმენდს, მაგრამ რას გამოასწორებს? ვერც ვერაფერს!

სამწუხაროდ, ცხოვრებამ მეც შემახვედრა შენნაირ სუსტ ადამიანს, რომელმაც ჩემს ცხოვრებას დალი დაასვა. ვუყვარდი, ჩემ გამო გიჟდებოდა, მაგრამ დამოუკიდებლად ვერაფერს წყვეტდა. მის მშობლებს რძლად არ ვუნდოდი, ამიტომ ცოლად არ მომიყვანა. ყოველდღე მოდიოდა და ჩემს მუხლებთან ტიროდა. ამბობდა, რომ ჩემ გარდა არავინ უნდოდა, მაგრამ არ შეეძლო ოჯახის წინააღმდეგ წასვლა.

თავიდან მეც ვუგებდი, ამასობაში კი ოთხი წელი გავიდა. ხალხმა ჩემზე დაიწყო ჭორაობა, რომ საყვარელი მყავდა, არადა ჩვენ შორის სუფთა სიყვარული იყო და სხვა არაფერი. წმინდა გრძნობის იქით ჩვენი ურთიერთობა არ წასულა. ვეცადე, მისი ოჯახის წევრების გული მომეგო, მაგრამ ვერაფრით შეეძელი. ბოლოს თვითონ გავწყვიტე კავშირი. ტირილით დამემშვიდობა, მითხრა, უშენოდ მოვეკვებები, მაგრამ იმ კრიტიკულ სიტუაციაშიც კი ვერ მიილო გადანყვეტილება.

ახლაც მართო ვარ. ზოგჯერ ვფიქ-რობ, იქნებ ვიჩქარე, რომ დავშორდი-მეთქი, მაგრამ საბოლოოდ მაინც იმ აზრამდე მივდივარ, რომ არ შეეძცდარვარ. ის დამო-უკიდებელ ნაბიჯს ვერასოდეს გადადგამდა. ქალი მშობლებმა შეურჩიეს და ცოლად დაუსვეს. ის კი ამას მშვენივრად შეეგუა. არ ვნანობ, რომ მისი ცოლი არ გავხედი.

ექვენი ერთგული მკითხველი

#### გამოხმაურების მსარეკლავი დაგვიკავშირდნენ ბალეფონებზე:

296-75-43 ან 5 (99) 30-93-89. იმითნით იმინე მჭეფლიკი ან იხა ბარბაქაძე, 11-ღან 16.30 სთ-მეა, შოველია.

#### თქვენი ისტორიების გამოგზავნა შეგიძლიათ სამი გზით:

1. ნენითი სიბსana.ge-ს, დაანაჟანეთ ღილაკს „მოგზავნა“ და დაბეჭდით თქვენი ისტორია.
2. გამოგზავნით სსს-ით ნომერზე 93887 მატონიდან და 1779 ჯეონალიდან.
- 1 სსს-ის ფასი: მატონიდან 1 ლარი, ჯეონალიდან 50 თეთრი.
3. ელფოსტაზე:irmchedlidze@mail.ru ანონიმურობა დასულია

# „ცთვია აბ მასუნჯის – შვილის შეყვარებულს მუცელი მთავმლოვინო“

ჩემი ცოდვა მოსვენებას არ მაძლევს, ხან საიდან შემახსენებს ხოლმე თავს და ხან — საიდან. ახლაც გადავშალე უურნალ „სარკის“ 45-ე ნომერი და იქ დაბეჭდილმა წერილის სათაურმა ცუდად გამხადა. კაცი წერს, თავს ვერ ვპატიობ, საყვარელ ქალს მუცელი რომ მოვამლევინეო. წარსულში ჩადენილი ცოდვა ისევ ამომიტივტივდა და ეს წერილიც აღსარებასავით დამაწერინა.

ჩემი უფროსი ბიჭი ყოველთვის პოპულარული იყო გოგონებში, რადგან გარეგნობა და ხასიათი ისეთი ჰქონდა, ყველას ყურადღებას იქცევდა. მისი თავყვანისმცემლები მოსვენებას არ გვაძლევდნენ, ლამის სახლში გვივარდებოდნენ. ამას მე და ჩემი ქმარი ღიმილით ვუყურებდით. მართალია, შვილს სულ ვკიცხავდი, მკაცრად ვექცეოდი, მაგრამ გულს სიღრმეში ვამაყოფდი, რომ ასეთი კარგი იყო. გოგონების ყურადღებაც ძალიან მომწონდა. ისეთი სასაცილოები იყვნენ, მეც რომ მეპრობნებოდნენ, ისეთი საყვარლები...

ერთ დღესაც ჩემი შვილი მოვიდა და შეწუხებულმა მითხრა, რომ სერიოზული პრობლემა ჰქონდა. ბოლო პერიოდში ცვლილებას ვატყობდი, ვხვდებოდი, რომ რაღაც ვერ იყო კარგად, მაგრამ არაფერს მეუბნებოდა. იმ დღეს კი გამიხილა, რომ ერთი გოგო მისგან ორსულად იყო და არ იცოდა, ეს პრობლემა როგორ მოეგვარებინა. ამან შოკში ჩამაგდო, რადგან ჩემი ბიჭი 18 წლის იმ დღეებში გახდა, ის გოგო ოდნავ უფროსი იყო მასზე. ბავშვების დაქორწინებაზე არც მიფიქრია, ეს გამოვრიცხე. თანაც შვილი მეუბნებოდა, რომ ის გოგო არ უყვარდა, მის მიმართ მხოლოდ სიმპათია ჰქონდა.



მე ასეთი გადაწყვეტილება მივიღე. ის გოგო ჩემთან მოვიყვანე სახლში და ვკითხე, რას აპირებდა. ტირილი დაიწყო. მშობლებს ვერ გავუხსელ, ამას სიკვდილი მირჩევნიაო. შევთავაზე, რომ ნაყოფის მოშორებაში დავეხმარებოდი, ოღონდ ეს ჩვენი საიდუმლო უნდა ყოფილიყო. შეცბა. ერთხანს ხმა არ ამოიღო. მერე კი ძლივს გასაგონად ამოიკვნესა, თუ სხვა გამოსავალი არ არსებობს, რა გავწყობაო.

გამოსავალი როგორ არ იყო! ის ბავშვი გულში უნდა ჩამეხუტებინა და ის ჯვარი, რაც მას ჰქონდა, ერთად გვეტარებინა. მე კი ვითომ იოლი გამოსავალი მოვძებნე — ორსულობის შეწყვეტა. მაშინ ვერ ვაცნობიერებდი, რამხელა ტვირთს ვიკიდებდი მხრებზე, ტვირთს, რომელსაც მთელი ცხოვრება ვერ მოვიშორებდი. ერთი სიტყვით, ჩემს პირველ შვილიშვილზე უარი ვთქვი. ის ანგლოზივით გოგო კი თავისი გზით წავიდა. მერე გავიგე, უცხოეთში წავიდაო და სხვა არაფერი ვიცი, არც მინდა, ვიცოდე. ამით მეტი ტკივილისგან ვიცავ თავს.

ჩემს ბიჭს ქორწინებიდან რომ ეყოლა შვილი და ის გულში ჩავიკარი, აი, მაშინ ვიგრძენი, რა გავაკეთე. ჩვილი თავისი სუსტი ხელებით რომ ჩამებლაუჭა, რომ მისთვის ხელები არ გამეშვა, მაშინ გავაცნობიერე, ისეთივე ჩვილი როგორ გავწირე, როგორ მოვიშორე.

ოთხი შვილიშვილის ბებია ვარ, ღმერთმა კარგად მიმოყოფოს მათი თავი, მაგრამ ბავშვებს ისე ვერ ვეფერებო, ცოდვამ რომ თავი არ შემახსენოს. ვინც ასეთი განსაცდელის წინაშე დგახართ, ყველას გთხოვთ, სიბრძნე, მონყალება გამოიჩინეთ და უსუსურ ქალს და ბავშვს ნუ განირავთ!

თქვენი ურთავლის ერთგული მკითხველი

## „დედამთილს არ ხჯერა, რომ ავად ვარ“

ავიკითხე ურნალ „სარკის“ 45-ე ნომერში გამოქვეყნებული წერილი „ჩემს შვილს ცოლი თავისი ავადმყოფობით აშანტაუებს“ და ჩემი დედამთილის სახე წარმომიდგა თვალწინ. მართალია, ამ წერილის ავტორი სულ სხვა ისტორიას ყვება, მაგრამ შეიძლება, ჩემი დედამთილი რომ ალაპარაკოთ, ზუსტად ასეთი სცენა დაგხიბატოთ. სიმართლე კი სულ სხვა იქნება — ის უბრალოდ ვერ მიტანს.

დედამთილი მეუბნება, ჩემმა შვილმა რომ არ მიგატოვოს, თავს ავადმყოფად აჩვენებო. არადა ჯანმრთელობის სერიოზული პრობლემები მაქვს. თირკმლები ბავშვობიდან მანუხებს. შვილების გაჩენის შემდეგ კი დაავადება გამომწვავდა. მან სხვა ორგანოებიც ჩაითრია და თავს მართლა ცუდად ვგრძნობ, მუდმივად წამლებს ვსვამ. ჩემი დედამთილი კი არტისტს მეძახის. ცუდად რომ გავხდები და, ვთქვათ, სასწრაფო დახმარების ექიმებს ველოდები, უცებ ჩაიქროლებს ჩემს საძინებელთან და შემომძახებს: „არტისტკა!“. ამ სიტყვების გაგონებაზე სიმწრით ლამის ხელები დავიგლიჯო. ქმარი მეუბნება, დედას ხომ არ მოვკლავ, შეეგუე, მისი ნათქვამი ერთ ყურში შეუშვი და მეორიდან გაუშვიო, მაგრამ არ შემიძლია. მეც ხომ ადამიანი ვარ, როგორ ნაფუყრო ამ საშინელებას?!

ასე რომ, რა ვქნა, იმ წერილის ავტორისაც არ მჯერა. დარწმუნებული ვარ, მის რძალს მართლა სერიოზული პრობლემები აქვს, დედამთილი კი მის გაჭირვებას უგულოდ უყურებს.

„სარკის“ ერთგული მკითხველი

## „ბტცა ანგატრებით თხტუღები, მუდნიუტრემა გუტრის აგიულის“

სარკის“ 45-ე ნომერში ახალგაზრდა ქალი წერდა, მაჭანკალმა როგორ გააუბედურა. საქართველოში ქალების 50 პროცენტი ალბათ მაჭანკლების მსხვერპლად მიიჩნევა თავს, რადგან ოჯახი ვარდისფერის სათვალის გარეშე სულ სხვანაირი ჩანს. სანამ გათხოვდები, გგონია, რომ ყველაფერი იდეალურად იქნება, მაგრამ რეალობა სხვანაირია ხოლმე. ზოგჯერ წლები დადიან ერთად, ერთმანეთი უყვართ, მაგრამ ცოლქმრული უღელი მათ სიყვარულს ანგრევს. მოკლედ, შეიძლება სიყვარულით გათხოვდე, მაგრამ მსგავსი რამ მაინც დაგმართოს.

მეც მაჭანკალმა გამათხოვა და, რა თქმა უნდა, რასაც ჩემს საქმროზე მეუბნებოდა, იმის მესამედი არ აღმოჩნდა სიმართლე. ქმარს მეც გავშორედი, მაგრამ ამაში არავის ვადანაშაულებ. ვაღიარებ, რომ მაჭანკლის მოყოლილმა ზღაპრებმა მომხიბლა, სახლი — აქ, სახლი — იქ, აგარაკი — აქ, აგარაკი — იქ, მანქანები, ბიზნესი... დიას, ანგარებით გავთხოვდი. მეგონა, ეს პრობლემა არ იყო, რადგან, თუ ყველაფერი მექნებოდა, სიყვარულიც მოვიდოდა ჩემთან, მაგრამ ასე არ აღმოჩნდა. ასე რომ, ანგარებას ბედნიერება არ მოაქვს. თხოვდები ანგარებით, შენი ანგარიშებით? მაშინ იმასაც შეეგუე, რომ ბედნიერება, სულ თუ არა, ცოტათი მაინც აგივლის გვერდს.

„სარკის“ ერთგული მკითხველი

✓ რუბრიკა მოამზადა ირინე მკვლდიძე

**გაიაღვილეთ საჭმლის მონაღება**

**იქონიეთ მიიღეთ უფაქტური**

# კრეზამი

**თითო კაფსულა ყოველი ჭამის დროს**

[www.krezam.ge](http://www.krezam.ge)

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

# რატომ დაითხოვა გოჩა ჩერტოკოვაძე სოლისკმა პროექტიდან

## „თუ ვინმე ნაწეენი დამრჩა, ცივი წყალი დალიოს!“



PHOTO BY GIORGI TSAIA

**ს**როექტის „ცეკვავენ ვარსკვლავები“ ჟიურის უცვლელი წევრი, ცნობილი სამჯელი-სო მოცეკვავე, ექსცენტრიკული გოჩა ჩერტოკოვი გასულ სეზონში ამბობდა, რომ ჟიურის მაგისტრატთან ველარ ვიზილავდით, მაგრამ ცდუნებას ვერ გაუძლო და მესამე სეზონზეც კუთვნილი ადგილი ამაყად დაიკავა. უნდა, რომ სამჯელისო ცეკვები უფრო პოპულარული გახდეს საქართველოში. ამჯერად მას „კონკურენტული“ გამოუჩნდა ჟიურში — მოსკოვის დიდი თეატრის ყოფილი არტისტი, ბალეტის ვარსკვლავი ნიკოლოზ ცისკარიძე, რომელიც ამავე დროს რუსეთის ცენტრალურ არხზე ასეთივე პროექტის ჟიურის უცვლელი წევრია. მას და ბატონ გოჩას აქვთ რაღაც საერთო — დამტკრეული ქართული საუბრის რაღაცნაირად საყვარელი მანერა, პირდაპირი, შეუღამაზებელი შეფასებები კონკურსანტების მიმართ და, რაც მთავარია, პიროვნული ხიბლი. თუმცა ცისკარიძე კიდევ უფრო „დაუნდობელია“ და მის ფონზე გოჩა ჩერტოკოვი მონაწილეებისთვის გარკვეულ შეგებადც კი იქცა.

ამერიკიდან თბილისში გოჩა ჩერტოკოვის ჩამოსვლას ოჯახური სკანდალი დაერთო. მესამე სეზონზე მოცეკვავის სტატუსით მონაწილეობა უნდა მიეღო მის ცოლისძმას, რატი გაჩეილაძეს (გიგი გაჩეილაძის უმცროს ძმას), მაგრამ, როგორც კი გოჩამ ეს ამბავი გაიგო, პირდაპირ უთხრა რატომ უნდა მოსთხოვა — ან მე, ან რატი პროექტში. შედეგად, რატის ჩანაცვლება სწრაფად მოხდა. ჩერტოკოვს კი

**„ჩემი ფაქიზიტი უჩუქხობით ნანა ნებიერიძეა, მაგამ ვეი ვამბობ, ხომ ის მოიგებს, ხაგან შეიძლება ნებისმიერმა გაიმარჯვოს“.**

ცოლის ოჯახი, მათ შორის, მისივე აღმზრდელი თენგიზ გაჩეილაძე გაუნაწყენდა. დანარჩენ დეტალებზე, კონკურსის კულუარებსა და პირად დამოკიდებულებებზე „სარკეს“ გოჩა ჩერტოკოვი, როგორც ყოველთვის, გულახდილად ესაუბრება.

**— ბატონო გოჩა, ზოგადად რაფორ შეაფასებთ პროექტის „ცეკვავენ ვარსკვლავები“ მესამე სეზონს წინა ორზე უკეთესად თუ უარესად?**

— ეს სეზონი უკეთესია. ჯერჯერობით შოუ წინ მიდის, რადგან დეტალებიც იხვენება. ყველა კონკურსანტი ვიზუალურად თუ სხვა მონაცემებით კარგია, მაგრამ ეს, ჩემი აზრით, ჭკვიანური არ არის — არჩევანის გაკეთება რთულია.

**— მეორე სეზონზე მკარებელს შობიქცადილება დარჩა, რომ შემდეგში ჟიურის წევრად აღარ გახსილავდით, რადგან ძალიან დატოვეთ ჟიურის სკამი. რატომ დაბრუნდით, რა ისტერესი გექვთ ამ შოუსთან დაკავშირებით?**

— მე მხოლოდ პირველ წელს ვაპირებდი ჟიურის წევრად ყოფნას. რომ გავიგე, აქ „ცეკვავენ ვარსკვლავები“ დინყოფი, საკუთარ

მოვალეობად ჩავთვალე, ჩემს ქვეყანაში ჩამოვსულიყავი და შოუსთვის მხარი დამეჭირა. მეორედ აღარ ვაპირებდი ჩამოსვლას, მაგრამ საბოლოოდ მესამე სეზონშიც ვარ. ასე იმიტომ მოვიქეცი, რომ მინდა, ამ შოუს განვითარებაში წვლილი შევიტანო. სამწუხაროდ თუ საბედნიეროდ, მესამე სეზონში ჩემი ყოფნა საჭიროა. პასუხისმგებლობის გრძობა მაქვს. ამერიკაში ამ საქმით ვარ დაკავებული და მინდა, საქართველოშიც განვითარდეს ეს სფერო — სამჯელისო ცეკვები.

განვითარებულ ქვეყნებში ეს შოუ ძალიან წარმატებულია. მინდა, აქაც ასე იყოს, რადგან, ჩემი აზრით, საქართველოში თუ ვერ იქნება წარმატებული, ეს ქვეყნის ჩამორჩენილობას

**„ანატოლი ბოისა ყველა კონკურსანტზე უკეთ გადმოსცემს მამაკაცის დამოკიდებულებას ქალის მიმართ. უკუკუბში უნდა ჩანდეს, მამაკაცმა ხოგოხ უნდა უნახოს ქალს, მაგამ, ხა თქმა უნდა, თუ ნიხიად ახ იცეკვებს, მხოლოდ ეს დამოკიდებულება მოხს ვეი ნაყვანს“.**

განსაზღვრავს. შტატებში ჩემს საქმეს მოვწყდი. ჩემი მთავარი მიზანია, პროდიუსერებს დავეხმარო, ჩემი შემცველელი მოვაქებინო, რომ შემდეგ სეზონში ამ შოუსთვის აღარ ვიყო საჭირო და უჩემოდ გაგრძელდეს. ვნახოთ, რა იქნება, ნინასაზ ვერაფერს ვიტყვი.

**— პირველივე სეზონიდან ჟიურის ყველაზე მკაცრ წევრად ხართ აღიარებული. თქვენ რაფორ აფასებთ საკუთარ თავს?**

— ვფიქრობ, მკაცრი არც ერთ სეზონზე ვიყავი. უნდა შეაფასო ის, რასაც ხედავ — ეს ჩვეულებრივი ამბავია. ამისთვის ცოდნა და გამოცდილებაა საჭირო. ჟიურის წევრობა ადვილი არ არის, ყველა ერთმანეთს უნდა შეადარო, არაფერი უნდა გამოგარჩეს. თუ ზედმედ ნეგატიურ შეფასებას აძლევ კონკურსანტს, ერთ დღეს შედარებით რბილი უნდა იყო, რომ ბალანსი დაიცვა. კოლეგების ქულებს უნდა მივაქციო ყურადღება.

**— თან სეზონის განმავლობაში თქვენზე დაბალ ქულებს არაფერს წერდა, თუმცა ახლა ნიკა ცისკარიძე „გაჯიბნით“.**

— კონკურსის დასაწყისიდანვე მაღალ ქულას ვერ დანერ. წარმოუდგენელია, კონკურსანტებმა დასაწყისშივე ასეთი ცეკვა აჩვენონ. კონკურსის განმავლობაში დაიხვეწებიან და ქულებიც ამაღლდება. ნიკა დაბალ ქულას თუ წერს, ეს ნიშნავს, რომ მას თავისი დამოკიდებულება აქვს კონკრეტული ცეკვის მიმართ. ყველას თავისი აზრი გააჩნია.

**— თაყვან ჟიურის წევრებს შორის თუ იგრძნობთ კონკურსანტს?**

— არა. ჟიურის ეს შემადგენლობა ძალიან მომწონს. კონკურსანტი ჟიურის წევრებს შორის არც არასდროს ყოფილა. პირველი სეზონი ცოტა ისეთი იყო...

**— დასბოლია?**

— ასეც ვერ ვიტყვი, თუმცა მე არც მადარდებს ასეთი რაღაცეები. ამ სეზონზე ყველას თავისი ადგილი აქვს. ერთმანეთის საქმეებში არავინ ვერვით. მაგალითად, სოფო შევარდნაძე თუ 10 ქულას დანერს, მე შემიძლია 1 ქულა დავწერო. ეს არც სოფოს ენყინება და არც — მე. აბსოლუტურად გვემის ერთმანეთის.

**— პირველ სეზონზე თქვენ გვერდით ნინეკა ჟორჯიანი იჯდა და ისე ჩანდა, რომ ძალიან დამეგობრდით. ახლა ნინო სურგულაძის გვერდით ხართ. ასევე კარგად გუჯობთ ნინოს?**

— ძალიან მომწონს ნინო სურგულაძე. ბუნებრივია, ნანუკა და ნინო პიროვნულად განსხვავდებიან ერთმანეთისგან. ნანუკა ჟურნალისტიკა, ამიტომ სხვანაირად ურთიერთობს ადამიანებთან, სხვა ენერჯია აქვს. ნინო მომღერალია, სულ სხვანაირი ემოცია და დამოკიდებულება აქვს. ამ სეზონზე ცოტა უფრო ახლოს რომ ვისხდეთ ჟიურის წევრები ერთმანეთთან, კარგი იქნებოდა. ძალიან დამორბეულები ვართ და მხოლოდ გვერდით მჯდომთან თუ გვაქვს კონტაქტი. მე ნინოს და ნიკას შემიძლია ვეკონტაქტო, სოფო და ოთარ ტატიშვილი უკვე მომორბეობს სხედან.

**— ჟიურის წევრებს — არა, მაგრამ შეიძლება კონკურსანტებს სწავლით დაბალი ქულა. თუნდაც გუგა კუხნიანიც ურჩილობს განაცხადს, რომ ქართულ ტურში თქვენ მკარ დაწერილი შეადარებთ დაბალი ქულა ქვენს.**

— არ ვიცოდი, გუგამ ეს თუ თქვა. საერთოდ კონკურსი ისეთი ფორმატია, რომ, გამარჯვებულის გარდა, ყველა ნაწყენი რჩება. ამიტომ ამას შეჩვეული ვარ. თუ ვინმე ნაწყენია, ცივი წყალი დალიოს!

**— ამ სეზონზე ვინ მოგწონთ განსაკუთრებით, ვინ ცეკვავს კარგად?**

— როგორც თავიდან ვახსენე, ამ სეზონის სირთულე არის ის, რომ ყველა კონკურსანტი ძლიერია. ჩემი ფავორიტი ჯერჯერობით ნანა ნებიერიძეა, მაგრამ ვერ ვამბობ, რომ ის მოიგებს, რადგან შეიძლება ნებისმიერმა გაიმარჯვოს. ნანა ძალიან ნიჭიერია, თუმცა შეიძლება ყველა ეპიზოდში სხვადასხვა ფავორიტი მყავდეს. ქართული ცეკვის ტურში უპირობო ლიდერი მეცამეტე კონკურსანტი, ქეთი ხატიშვილი იყო. იულია ქავთარაძეც ძლიერი იყო, მაგრამ გავარდა.

**— მის დაბრუნებასთან დაკავშირებით დიდი აუთოტაჟი ატყავს. პროექტის პრეპარატის ნაყოფს სულაბრებიც განაცხადს, რომ კარ დაბრუნდება, რადგან კონკურსის ფორმატი ამას არ ითვალისწინებდა. თქვენზე რომ ყოფილიყო დამოკიდებულია დაბრუნებით?**

— არა თქმა უნდა, არ უნდა დაბრუნდეს. ეს შოუა და კონკურსანტმა თუ დატოვა პროექტი, აღარ უნდა დაბრუნდეს. მხოლოდ გამოწვევის შემთხვევებში შეიძლება ყოფილი კონკურსანტის დაბრუნება, თუ პროექტში რაღაც მოხდა, მაგალითად, სხვა კონკურსანტი ცუდად გახდა ან სხვა ამგვარი შემთხვევის დროს. რატომ უნდა წავიდეთ კონკურსის წინააღმდეგ, თუ კონკურსანტს მასურებელი არ უჭერს მხარს? მარტივი ლოგიკაა. ჟიურის წევრები ვაფასებთ კონკურსანტებს, მაგრამ ხალხი ირჩევს მათ.

**— ანატოლი ბოისის მიმართ თითქოს ლიბერალური ხართ. მართლა ასე კარგად ცეკვავს?**

— ანატოლი ბოისამ კონკურსის დაწყებიდან მეორე ეპიზოდში ძალიან ცუდად იცეკვა, მაგრამ შემდეგ ტურში გამოასწორა და ძალიან კარგი შედეგი აჩვენა. მიუხედავად იმისა, რომ კალათურთელია, მოუტენელი არ არის და სხვანაირი ენერჯია აქვს. კარგად ასრულებს დავისრებულ მოვალეობას. ის ყველა კონკურსანტზე უკეთ გადმოსცემს მამაკაცის დამოკიდებულებას ქალის მიმართ. ეს კი ამ პროექტში მთავარია. ცეკვები უნდა ჩანდეს, მამაკაცმა როგორ უნდა მოუაროს ქალს. ანატოლი ამაში

ძლიერია, ამას კარგად გადმოსცემს, მაგრამ, რა თქმა უნდა, თუ სწორად არ იცეკვებს, მხოლოდ ეს დამოკიდებულია შორს ვერ წაიყვანს.

— **ყოფის წყურბი სოფი ნიუარაძესაც კარგ შეფასებებს აძლევთ. შეიძლება თქვენს გამომჩენულად დადებითად ითვლებოდა მას. ასე არ არის?**

— არ ვფიქრობ, რომ რომელიმე კონკურსანტი უფრო კარგი შეფასება აქვს ჩვენგან, ვიდრე სხვას. არა მგონია, რომ სოფოს უფრო

**ჩემგან განსხვავებით, ხალხი იცნობს სოფი ნიუარაძეს თუ სხვა კონკრეტულ ხელოვნებას, იცნობს მათი ისტორიას, ნახსენებ. მე კი მათი სახელები მხოლოდ მხივრებას აძლევს. ჩემთვის ისინი მხოლოდ კონკრეტული ხელოვნების სახელებია. ახ მინტერესებს მათი ისტორია და ახ მინდა, ვიცოდე\*.**

მეტი ქულა ჰქონდეს ჩვენგან, ვიდრე სხვებს. ჩვეულებრივად მიიღეს, როგორც ყველა სხვა დანარჩენი კონკურსანტი. არ ვიცი, ხალხი რას დაპირაკობს. ჩემგან განსხვავებით, ხალხი იცნობს სოფი ნიუარაძეს თუ სხვა კონკურსანტებს, იცნობს მათი ისტორიას, ნარსული. მე კი მათი სახელები მხოლოდ მხივრებას აძლევს. ჩემთვის ისინი მხოლოდ კონკურსანტები არიან. არ მინტერესებს მათი ისტორია და არც მინდა, ვიცოდე. ამიტომ ყველას მიმართ ობიექტური ვარ.

— **რა შეთხვევაში შეიძლება იყოს სოფი ნიუარაძის და თქვენს ახსნის?**

— სუბიექტური არასდროს ვიქნები, მაგრამ შემძლია თვალის დახედვით ისეთ შემთხვევებზე, როგორც არის ცეკვის დროს იატაკზე ფეხის მოცურება. ასეთ დროს შეიძლება ძალიან მკაცრი არ ვიყო. საბოლოოდ მაინც ის იგებს, ვისაც ფეხი არ მოუსრიალებდა, ვინც ნეგატიური ხასიათის არ არის, ვინც ცდილობს, იცეკვოს და ა.შ.

— **შტატებში ასეთივე პროექტის მენეჯერი და პროდიუსერი იყავით. რა განსხვავებაა ქართულსა და ამერიკულ პროექტებს შორის, მინაწილების მართვის მხრივ?**

— აქ ზრდილობა აკლიათ. ამერიკაში ვერავისგან გაიგებთ, ვილადაც ცუდს რომ ამბობდეს. იქ ან დადებითს ამბობენ, ან — არაფერს. აქ, კონკურსანტი რომ გავარდებოდა, მიდიან და ეუბნებიან, შენ როგორ გავარდი და ეს მახინჯები როგორ დარჩნენო. აქ ასეთი საუბარი ნორმალურად მიიჩნევა. „რა ცუდია, რომ გავარდი, ეს საზიზღარი როგორ დარჩა კონკურსში და შენ გარეთ უნდა იყო!“ — ასეთი ტექსტი აქვთ. ხანდახან ისეთი ნეგატიური რალაყები მესმის, რომ, ნეტა, არ ვიგებდე! ალბათ კარგი იქნება, თუ დიდ ბანკის გავაკეთებთ და დავანერო: „შური და ბოროტება კვლავ ადამიანს!“. აქ კონკურენტს მტრად აღიქვამენ. ურჩენიათ, ცუდებში იყვნენ კარგი, ვიდრე კარგებში — საუკეთესო. ამერიკაში ასეთი რამ არ ხდება. აქ კონკურენტის პატივისცემა არ იცინა. არადა კონკურენტი უნდა დააფასო.

— **თქვენ ვინ გავაყენებთ იტალიურად, ვის რჩევას და აზრს თვალისწინებთ ცხივრებაში?**

— ჩემი მეუღლე, შორენა. ჩვენ ერთმანეთს ობიექტურად ვაფასებთ. შეიძლება ითქვას, რომ ერთმანეთი გავზარდეთ. მე, შორენა და ჩემი შვილი ლევანი — ეს სამედიცინო ერთმანეთის მიმართ ყოველთვის ობიექტური ვართ. ვუსმენთ ერთმანეთს და ვითვალისწინებთ აზრს. თუ შორენა ხედავს, რომ კარგად არ გამოვიყურებები, მეტყვის: „რამე გააკეთე! რატომ გასუფთო?“. მეც — ანალოგიურად, თუ არ მომწონს, რა აცვია, ვუბნები, რომ სხვა კაბა უფრო უნდა. შვილსაც, ლევანსაც, ასევე ვურჩევ იმას, რაც უკეთესად მიმაჩნია და ისიც ხშირად მაძლევს რჩევებს. ამას ერთმანეთს ნეგატიურად არ ვუბნებთ, არამედ იმიტომ, რომ ერთმანეთზე გული შეგვტკივა.

— **როგორი მქედლე ხართ?**

— რთულია საკუთარი თავზე საუბარი. ჯერ ერთი, საკუთარი თავი მეუღლედ არ მიმაჩნია — მე და შორენა ძალიან ახლო მეგობრები ვართ. მეგობარი კი იმას ნიშნავს, რომ მისი ნახვა და მასთან ლაპარაკი ყოველდღე გინდა. ეს უფრო მეტიც, ვიდრე ცოლქმრობა.

— **არ აბიურთ, შეილა, ლევანი, წამოიყვანით საქართველოში და გავაყენებთ ქვეყანაში?**

— არ მინდა, ლევანმა ამ ეტაპზე ნახოს ქვეყანა. ის სხვანაირად არის გაზრდილი, სხვა რამე ესმის საქართველოზე. ვერ წარმოიდგენს, რომ ქუჩაში შეიძლება ხელგანვიდლი ბებო დანახოს ან ბავშვები, რომლებიც ფულს გთხოვენ. ეს პირველად რომ დავინახე, შოკი მივიღე. არ მინდა, იგივე განიცადოს. ადრე თუ გვიან ლევანი ნახავს საქართველოს და, იმედია, იმ დროისთვის ქვეყანაში უკეთესი სიტუაცია იქნება.

— **როგორც შეეცდეთო ვაგი განვიხილავთ მის ანუ თქვენს ცოლისმის, რატომ ამ პროექტში მინაწილება აუკრძალეთ უფრო მეტიც რაც თბილისში ჩამოსვლათ, ის უკვე მინაწილე იყო და მისა ვაწილეთ მითხოვეთ, რატომ?**

— ჩემი პროფესიონალიზმი მართო ქულებით არ შემოიფარგლება. ჩემიანი — ჩემიანია და არ მინდა, კონკურსში იყოს. ცუდი საქციელი იქნებოდა ჩემგან, კონკურსში რომ ნათესავი დამეშვა.

— **ვაგი განვიხილავთ სიმ ნათესავა, ის წინა სეზონში მინაწილებდა ამ კონკურსში.**

— გიგი მ წელი არ მყავდა ნანახი. რატი აქედან 16 წლის წინ იყავი ამერიკაში და ჩვენთან ცხოვრობს. მართალია, მის მიმართ ობიექტური ვიქნებოდი, მაგრამ ვფიქრობ, მაინც ცუდი ტონი იქნებოდა, ასეთი ახლო ნათესავი დამეშვა კონკურსში.

— **როგორც ამბობენ, ამ გადაწყვეტილებამ თქვენს დამსრულებელ ბუღალტერს, სიდერ-სიმონს თქვენს და ლარისა განვიხილავთ განსაწილება და როგორც ვაგეა, ამ სუბსიდი ურთიერთობა გავაყენებთ.**

— არ ვიცი, ჩემამდე ეს განწყობა არ მოსულა. თქვენგან მესმის, განვიხილავდით ურთიერთობა რომ დამიფუჭდა. არ ვიცი, ვინ რას ამბობს ინტერვიუებში, პირადად ჩემთვის ეს არავის უთქვამს. თუ ვინმე ნაწყენია, ცივი წყალი დალიოს! არავისთან არანაირი კონფლიქტი არ მქონია, არც გიგისთან, არც — რატისთან. ჩემთან არაფერი უთქვამთ.

— **ალბათ შეიტყობდით, რომ წინა სეზონის წიგლი — ვაგეა ვარდასანიძე და სალომე ქაჭავა შეეცდებოდა განსაწილება, სალომე და თქვენი ცოლისმის ვაგი განვიხილავთ, რაიმე უკეთესი შეეცდებოდა იყენებ, ერთმანეთს დაწინაურებთ. ეს ფაქტი როგორ აღიქვამთ?**

— გიორგის და სალომეს ამბავი ჩამოსვლისას გავიგე. ასე ხდება, ხალხი ხან ერთდება, ხან — ყვრება. სალომე ისევ ის არის ჩემთვის, რაც მანამდე იყო. ძალიან ბევრი მოკვირავი ცეკვის დროს ერთად არის, შემდეგ კი, თუ ცეკვას წყვეტენ, ერთმანეთს შორდებიან.

— **წინა სეზონზე „სარკემ“ აღნიშნა, რომ**

ქუჩაში ხალხი თქვენს დანახვაზე განსხვავებულ რეაქციებს გამოხატავდა, თქვენი იმიჯი უკარგადია. ამ ჩამოსვლაზე როგორ რეაქციას აჩვენებთ?

— ალბათ უფრო შეეჩვივნენ ჩემს იმიჯს, ქუჩაში მცნობენ. ახლა ისე გულახდილად აღარ გამოხატავენ თავიანთ ემოციას ჩემი სტილის მიმართ, როგორც ადრე. სამოსი ჩემთვის მხოლოდ ტანსაცმელი არ არის. ყველა სიტუაციაში შესაბამისად უნდა მეცვას. სამოსმა პიროვნება უნდა გამოხატოს. ამჟამად 6 ჩემოდნით ვარ წამოსული.

— **რას გრძობთ ხალხისგან?**

— ნეგატიური დამოკიდებულება არავისგან მიგრძობნია და ეს ძალიან მახარებს. ხალხი ძალიან კეთილია.

— **ფაქტობ, რომ საბოლოოდ საქართველოში დაბრუნდებით?**

— სამწუხაროდ — არა. ის სფერო, რაშიც ვარ, აქ განვითარებული არ არის. ზოგადად კი, ძალიან მინდა, საქართველოში მოუბრუნდეს განვითარება, ოღონდ აუცილებლად დადებითი გავლენა უნდა მოახდინოს ხალხზე. ყველას უნდა ეს მოედეს, რომ მოუბრუნდეს თაობებს ზრდის. ამიტომ ყურადღება უნდა მიექცეს, რას აჩვენებენ და ა.შ.

— **უყურებთ ქართულ მუსიკას?**

— ვერ ვუყურებ, რადგან ძალიან კრიტიკული ვარ. კარგი იქნებოდა მეტი მომზადება.

— **გამართული ქართული მუსიკა უკეთესია სხვა ვერა ვაგეა. რატომ ვერ გააუქმებდით ქართულს?**

— თუ ყურადღებას მივაქცევ ნინადადების სწორად დანერგვას, იმ რეაქციას და ემოციას ვეღარ გამოვხატავ, რაც პირველად მომდის თავში. ამიტომ, რა ენაზეც მომდის შეფასებები თავში, მას ვიყენებ შოუში. თან, რაც უფრო შეზღუდული ვარ დროში, რომ მწრაფად უნდა ვთქვა სათქმელი, მით უფრო მჭირს ემოციის ქართულ ენაზე სწორად გადმოცემა.

✓ **მანანა ნიდა**



**„აქ ხდებოდა აკრიათ. ამეჩივამი ვეჩივისგან გაიგებთ, ვილადაც ცუდს ხომ ამბობდეს. აქ, კონკრეტული ხომ გავაჩივებ, მიდიან და ეუბნებიან, შენ ხომ გავაჩივებ და ეს მახინჯები ხომ გავაჩივებ. ხანდახან ისეთი ნეგატიური ხალხები მესმის, ხომ, ნეტა, ახ ვიგებდე! ალბათ უკეთესი იქნება, თუ გიგეა ვაგეა უბნებდა და დავანერო: „შუი და ბოროტება ეტყვს ადამიანს!“.“**

**განლომა 5-დან 20 კგ-მდე თვეში**  
**განსუქება 2-დან 5 კგ-მდე თვეში**

მარტივად და უსაფრთხოდ, დიეტების, ვარჯიშებისა და აკრძალვების გარეშე, რეგულორდება მადა, ქრება უსიამოვნო სუნი პირიდან, წესრიგდება ნივთიერებათა ცვლა და კუჭ-ნაწლავი. ორგანიზმი ინაწილებს მთლიანად შლაკებისგან, სისხლძარღვები — ქოლესტერინისგან. ძლიერდება იმუნოლოგი, კანი ხდება უფრო ახალგაზრდა, ელასტიკური. დადებითი სასურველი ნივთიერებები შეინარჩუნებთ სტაბილურად შედეგს და საბოლოოდ დაივიწყებთ ამ პრობლემას.

**სიმაღლეში ზრდის უახლესი პროგრამები:**  
სწრაფი და ეფექტური ზრდა 2-დან 25 წლამდე, კურსით 3-5 სმ-ის მომატებით. ინდივიდუალურად შედგენილი პროგრამა-დანიშნულებით. კურსის გამეორება შეგიძლიათ სასურველ შედეგამდე. შედეგები 100%-იანია. **მ-60 ქაი03360**

**☎ 577-29-37-41, 247-58-83**



ამას ადრეც გეტყვოდა. პარლამენტში ვთქვი და მეტი რა უნდა მექნა? ტყუილად გვეუბნები, რომ გვიან გაგახსენდა. მიუხედავად ამისა, მაინც მადლობა უნდა ვუთხრათ კბილაშვილს, რადგან პროკურატურას ურთულეს დროს უხელმძღვანელა. მან რაც ყველაზე კარგი გააკეთა, ის არის, რომ ახალაია და მერაბიშვილი პირველივე დღეს არ გატყდნენ და არ დაიწყეს საკუთარ თავზე ჩვენებების მიცემა. ეს იმას ნიშნავს, რომ ადამიანურად ეპყრობოდნენ. მე კარგად მახსოვს, ირაკლი ოქრუაშვილის საუბრები დაჭერიდან მეორე დღეს. პროკურატურამ რომ ადამიანური სახე შეინარჩუნა, ეს არის კბილაშვილის დამსახურება და ამას ყოველთვის ვიტყვი, მაგრამ მინუსებიც უნდა ვთქვათ.

**— კბილაშვილმა სააკაშვილის შესაძლო დაპატიმრებაც დააინსა.**

— სააკაშვილის დაპატიმრება არ შედის საქართველოს ინტერესებში. სააკაშვილის დაპატიმრება შედის ერთი ძალის ინტერესებში, რომელმაც არჩევნებში მიიღო 10 პროცენტი. სააკაშვილი არის ჩვენი წარსული. ილია ჭავჭავაძემ თქვა, მოვიკლათ წარსული დროებზე დარდი და ვიფიქროთ მომავალზე. ჩვენს მომავალში არის ევროკავშირი, რომელიც გვეუბნება, არ დააპატიმროთო. თუ არ გვინდა და ჯინაზე ვართ, კი, ბატონო, მაგრამ სამართლიანობის აღდგენა ასე შეუძლებელია.

მე რომ ვიჯექი 1085 დღე 45 გრადუსიანი ყინვაში, ვინმე იმ წართმეულ დღეებს მაჩუქებს? სამართლიანობის აღდგენა შეუძლებელია, უბრალოდ შენ არ უნდა ჩაიდინო უსამართლობა ან ამის გამკეთებელი სისტემა არ უნდა ააშენო. თუ ისეთი რამე აღმოაჩნდება ჩადენილი, მე ვინ მკითხავს, ასამართლო, პროკურატურა ჩაერევა, მაგრამ, თუ ლაპარაკია რაღაც უმნიშვნელო დანაშაულებებზე, მისი დაპატიმრება არ არის ქვეყნის ინტერესებში, რადგან ეს არის სასამართლო ანგარიშის გასწორება. თუ დააპატიმრებენ იმ კაცს, რომელმაც მე რუსეთის საელჩოსთან წნურით მიბმული მიწა და, შეიძლება გამიხარდეს, მაგრამ საქართველოსთვის არის ცუდი. უნდა გვექონდეს დიდსულოვნება და ქვეყნის ინტერესებიდან გამოვიდეთ და არა — კერძო.

**— 17 ნოემბრიდან საქართველოში ახალი პოლიტიკური ცსოვრების წესი მკვიდრდება?**

— ასეა, შევდივართ ერაში, როცა ნორმალური, უბრალო, ჩემნაირი და შენნაირი ადამიანები არიან ხელისუფლებაში. სათავეში არის არა ბერლინის კედლის დამაგრეველი შევარდნაძე, არამედ რემიერი, რომელსაც აქვს ჩვეულებრივი ეკონომიკური პრობლემები გადასაწყვეტი, ანუ ყველანი არიან თანასწორები. პრემიერის, პრემიერის და პარლამენტის თავმჯდომარეს შორის იქნება პარტნიორული ურთიერთობა, არავინ არავის დირექტორი არ არის და არავინ ისეთი დიდი არ არის, რომ ერთმანეთს არ მოუსმინონ. ანუ შევდივართ ახალ ევროპულ ფაზაში, მანამდე ნამდვილი ქართული სახელმწიფო ვიყავით. სააკაშვილი იყო ლმერთი, შევარდნაძეც, გამსახურდიაც, ჩვენც ჩვენი გვყავდა და ახლა შევალთ ადამიანების ერაში; ერაში, სადაც მესიები არ გვეყოლება, რომლებიც ყველას გადაგვარჩენენ, ამიტომ თვითონ უნდა მოვიფიქროთ რაღაც-რაღაცეები. კარგია, რომ ეს ერა იწყება ევროკავშირთან ხელშეკრულების პარაფირებით.

**— ადამიანების ერაში პოლიტიკა რიგორი იქნება?**

— ველოდები, რომ პარლამენტის როლი გაიზარდება, პრემიერი იქნება ძალიან პრეზიდეციული და კოალიცია გაძლიერდება.



**აკაკი ხოვჩავა: „არჩილ კბილაშვილმა ხელისუფლებას თავისი ადამიანურობით შეუქმნა პრობლემა“**

სი ნათქვამი არასწორად გახმოვანდა; როცა 49 კაციანი ჯგუფი ინიციატივით შემოდის, რომ საბანკო სექტორს დაუნესდეს რეგულაციები და ნებისმიერი განაღდება გადავადდეს 6 თვით, მერე ამას პარლამენტი პირველი მოსმენით იღებს, მოგვიანებით კი პრემიერი ამბობს, რომ პარლამენტმა სისულელე გააკეთა; როცა ჯერ აცხადებენ მორატორიუმს უცხოელებზე მიწების გასხვისებაზე და მერე ამას შეცდომად აფასებენ; ანუ, როცა გონზე არ არიან, რა პოლიტიკა უნდა გაატარონ, სხვა რას ელით? საქართველოს მოსახლეობამ ხმა მისცა ივანიშვილის 8 მილიარდის იმედებს და დარჩება ამ 8 მილიარდის იმედად, თუ გონზე არ მოვა.

**— კონსტიტუციური პრობლემები რამ დახვდათ მემკვიდრეობით თქვენგან, ამას მოსვლის დღიდან ამბობდნენ.**

— რა, გინდათ თქვათ, რომ 500 მილიონიდან 9 მილიარდამდე აყვანილი ბიუჯეტი პრობლემა? კიდევ კარგი, ცოტა დიდხანს არ გაგრძელდა ჩვენი ხელისუფლება, თორემ 15 მილიარდიანი ბიუჯეტის სახით დავუტოვებდით დიდ პრობლემას. ჩვენ რომ ბიუჯეტი ჩავიხრეთ, იმ რაოდენობით ამთ უკვე გაარღვივს.

**— ირაკლი ღარიბაშვილი მოიყვებ ამ პრობლემებს, მის პერსონას ამ ბოსტნე რიგორ სედავთ?**

— ღარიბაშვილის კადრს ჯერჯერობით ვერსად ვხედავ, ერთადერთი რეალური ცვლილება, რაც განხორციელდა, ეს არის მთავარი პროკურორის შეცვლა. არ ვიცი, როგორი პროკურორი იქნება ბატონი ოთარ ფარცხალაძე, ამას დრო გვიჩვენებს, ჯერჯერობით კი, რითიც თავი დაგვამახსოვრა, ეს არის მერიის საქმე, რომელიც ძალიან მაგონებს 1991 წლის 2 სექტემბრის სიტუაციას, როცა ამერიკელი კონგრესმენების ჩამოსვლას დაამთხვავს ყველაზე დიდი არეულობა თბილისში, მან კი ნატო-ს გენერალური მდივნის ჩამოსვლას დაამთხვავა აბსოლუტურად გაუგებარი მოქმედება. მეორე აქტი, ასევე რითიც თავი დაგვამახ-



საქართველოს ეკონომიკის საქმე ვერ არის კარგად. ფინანსთა მინისტრის, ნოდარ ხადურის განცხადებით, ქვეყანაში ეკონომიკის მაჩვენებელი მხოლოდ 2,5%-ით გაიზარდა. მინისტრი, რომელიც ცოტა ხნის წინ 6 პროცენტთან ზრდაზე საუბრობდა, სავალალო შედეგს კოაბიტაციასა და მოქმედი პრეზიდენტის მიერ მუდმივ ხელისშეშლას აბრალებს. მმართველი კოალიციის ძირითადი ოპონენტი ნაციონალური მოძრაობა კი, რა თქმა უნდა, ხადურის არგუმენტებს უარყოფს და თვლის, რომ მომავალმა პრემიერმინისტრმა ირაკლი ღარიბაშვილმა პირველ ამოცანად პროკურატურის ეფექტური ორგანოდ ჩამოყალიბება კი არა, ეკონომიკური გუნდის პროფესიონალებით დაკომპლექტება უნდა უზრუნველყოს.

**„ივანიშვილი სამოქალაქო სექტორიდან ედება, ხომ საქართველოს ახასოღეს ჰყავდეს ძიეხი ხელისუფლება“.**

აკაკი ხოვჩავა, საპარლამენტი უმცირესობის წევრი: — ღარიბაშვილს ნამდვილად არ უნდა აკმაყოფილებდეს ის ეკონომიკური გუნდი, რომელმაც ქვეყანა ეკონომიკური კატასტროფის წინაშე დააყენა. ქვეყანას ელოდება მილიარდამდე გარღვევა ბიუჯეტში. ეკონომიკური ზრდა რომ 2 პროცენტს არ ასცდება, ამას უკვე მთავრობის ფინანსური ჯგუფი აღიარებს, თუმცა სულ ერთი თვის წინ პარლამენტში ეკონომიკურ ჯგუფთან დებატების დროს ჩვენი გაფრთხილება მოსალოდნელი გარღვევის შესახებ ისე მონათლეს, როგორც ნაციონალურმა მორიგი ტყუილი. ერთი თვის შემდეგ კი თვითონ დაიწყეს საუბარი, რომ ქვეყანა ეკონომიკური პრობლემების წინაშე დგას.

**— ამის მიზნად ფინანსთა მინისტრი მისეილ სააკაშვილს და კოაბიტაციას ასახელებს. თქვენ რას აბრალებთ ამ პრობლემებს?**

— ყველაფერი ხელისგულზე დევს. როცა კოალიციაში არის კონცეპტუალურად განსხვავებული პოლიტიკური ჯგუფები; როცა ერთი იძახის, რომ ევრაზიისკენ უნდა წავიდეს და ნატო-დან ჯარები უნდა გამოიყვანონ, მეორე ჯგუფი კი ამბობს, რომ პირიქით, უნდა გავაფართოოთ ნატო-სთან ურთიერთობა; როცა ერთი ჯგუფი ამბობს, რომ სათამაშო ბიზნესი უნდა აიკრძალოს და პრემიერი ჯერ ეთანხმება, მერე კი გვიხსნის, რომ არ უნდა აიკრძალოს და მი-

**გაიაღვილებთ საჭმლის მონელება**

**იქონიით მიიღეთ უკმატური**

**პრეზამი**

**თითო კაფსულა ყოველი ჭამის დროს**

**www.krezam.ge**

გამოყენებისა და გაცემის ინსტრუქციას, გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

სოვრა, ადიგენში მინარეთის დემონტაჟის გამო შექმნილი რელიგიური დაპირისპირება და მესამე, რითიც მახსოვს, ის არის, რომ ჩვენი ხელისუფლების დროს იყო ერთ-ერთი რეგიონის საფინანსო პოლიციის უფროსი.

როცა ჩვენ ბრალს გვდებენ ათას უბედურებაში, თუ ეს დანაშაული ხორციელდებოდა, ყველაზე მთავარი ბერკეტი და მთავარი „აქტიორი“ ამ საქმეში სწორედ რომ კუდი, პროკურატურა და საფინანსო პოლიცია იყო. ეტყობა, შემსრულებლები სჭირდება ამ ხელისუფლებასაც.

ლარიბაშვილი მუდმივად იმას უსვამს ხაზს, რომ ახალი მთავარი პროკურორი იქნება ეფექტური. თუ მას დაუფერებთ, ქვეყანაში კრიმინალიზაცია იკლო და ამ ფონზე რაში სჭირდება ძალიან ეფექტური პროკურატურა? ანუ დანაშაული იკლებს, მაგრამ მაინც დააპატიმრებენ ვინმეს?

— ალბათ უფრო თაროზე შემიძებულ და გაჭიანურებულ საქმეებს გულისხმობდა, ხალხი საბრძოლველისად აღდგენს რომ უწოდებს. 45 თამაშის საჩივარი ყოფილა შესული პროკურატურაში, როგორც არაკლი სესიაშიც განაცხადა.

— ანუ პოლიტიკურ რეპრესიებს გულისხმობს? პრემიერს პრეზიდენტის ინაუგურაციის მერე პოლიტიკური პასუხისმგებლობაც ეკისრება, ანუ იქნება პასუხისმგებელი არამხოლოდ ეკონომიკურ გუნდზე, არამედ ქვეყნის პოლიტიკურ მომავალზეც. თუკი ყბადაღებული საპარტიო ბიზნისის აღდგენას ეფექტური პროკურატურის გზით აპირებს, გარწმუნებთ, რომ ეს ძალიან მძიმე ფასად დაუჯდება ქვეყანას. იმედი მაქვს, როცა ლარიბაშვილი რეალობის წინაშე აღმოჩნდება და იგრძობს პასუხისმგებლობას, საკმარისად ახალგაზრდა იმისთვის, რომ დროზე მოახერხოს გადაწყობა და გამოსვლა ძველი გავლენებისგან. ყოველ შემთხვევაში, იმედი მაქვს, მინიმუმში, ასაკიდან გამომდინარე, არ გაევიდება იმ ადამიანებს, რომლებიც ნოსტალგიას განიცდიან 30 მანეთიან თბილისი-მოსკოვის ავიანი ლეტების და 10 მანეთიანი ტანიების მიმართ და ჩვენი ქვეყნის განვითარების გზაზე ხელისშემშლელ ფიგურად არ იქცევა.

— წყდან შექმნილად ახსენეთ, ანუ ფინანსური პოლიციის შეფასება მთავარ პროკურატურად შექმნილად არ არის?

— ლარიბაშვილი შეიძლება მართლაც აპირებდეს რეპრესიული მანქანის კიდევ უფრო გაძლიერებას, მაგრამ ეს დიდხანს ვერ გაგრძელდება, რადგან ჩვენს ქვეყანას რესურსი არ აქვს, რომ რეპრესიულ სახელმწიფოდ ჩამოყალიბდეს. რეპრესიულ და პოლიტიკურ სახელმწიფოს ძალიან დიდი ფინანსები სჭირდება.

— მაგრამ პოლიციური სახელმწიფოს შექმნა — ეს არის ის ბრალდება, რასაც სწორედ თქვენ, საციანალებს, გიყენებენ.

— ბრალდება, რომ ჩვენი სახელმწიფო პოლიტიკური იყო, მაშინდელი ოპოზიციის მიერ შექმნილი მითია, რომელიც ძვირად დაგვიჯდა.

— თანამდებობიდან არჩილ კბილაშვილის წასვლას როგორ ხსნიან?

— კბილაშვილის მიმართ მძიმე დამოკიდებულება არ მაქვს, მაგრამ მან, როგორც მთავარმა პროკურორმა, დაუშვა სერიოზული შეცდომები, როცა აანონსებდა, რომ ამა თუ იმ საქმეს ანაოყრავებდა, შემდეგ კი

ფაქტების დასამტკიცებლად არანაირ ნაბიჯებს არ დგამდა. თუმცა მგონია, რომ მთავარი პრობლემა სხვა რამეშია. ის არის დასავლური ორიენტაციის, თავისი მენტალობით ადვოკატია და პროკურატურაში რეფორმების გატარება უნდა, მაგრამ, ეტყობა, ბიძინა ივანიშვილს და პრემიერობის ასალ კანდიდატსაც მიაჩნიათ, რომ პროკურატურა ჯერჯერობით დასავლური ტიპის არ უნდა იყოს. მას უნდა ევროპეიზაცია, ამათ უნდათ თურქმენიზაცია. ყოველ შემთხვევაში, ლევან ბერძენიშვილმა სიტყვასიტყვით თქვა, რომ მის მიმართ ასეთი პრეტენზია იყო — ადამიანურობა. ეს

**„ახ ვიცი, ხოგოი ჰოკუიხი იქნება მთაჲ ფახცხადაქ, ჯეჯეხობით ჯი, ჩიოთჲ თავი დაგვამახსოვია, ეს ახიხ მუიხის საქმე. მეოჯე აქტი, ასევე, ჩიოთჲ თავი დაგვამახსოვია, ადიგენში მინახითის დემონტაჟის გამო შექმნილი ჩილიგიჯი დაპიხისპიხება და მესამე, ჩიოთჲ მახსოვს, ის ახიხ, ჩიომ ჩვენი ხელისუფლების გიოს იყო ეთ-ეითი ჩეგიონის საფინანსო პოლიციის უფიხიხი“.**

ბრალი არც ნაცმოძრაობას ნაუყენებია მისთვის და არც — საზოგადოებას. როგორც ჩანს, კოალიციაში იყო საუბარი, რომ კბილაშვილი ზედმეტად ადამიანურია. ეს ბრალდება ლევანს ნამდვილად არ ეკუთვნის, პირიქით, მას მიაჩნია, რომ პროკურორი, პირველ რიგში, ადამიანი უნდა იყოს, მაგრამ, ეტყობა, „ქართულ ოცნებას“ მიაჩნია, რომ პროკურატურა არაადამიანური უნდა იყოს.

კონკრეტულად რა პოლიტიკურ კურსს აირჩევს ირაკლი ლარიბაშვილი, ამის შეფასება ალბათ 4-5 თვის შემდეგ შეიძლება, როცა მას საკმარისი დრო შეეცემა, რომ, როგორც პრემიერმა, თავისი შეფასებები და დასკვნები გააკეთოს. გამოვა თუ არა ივანიშვილის ჩრდილიდან, ამასაც მომავალი აჩვენებს. მეეჭვება, რომ მას ჰქონდა დრო, კარგად დაფიქრებულიყო მინისტრთა კაბინეტის ჩამოყალიბებაზე. თუ ეს მინისტრთა კაბინეტი მართლა მინისტრთა კაბინეტი, მაშინ, ვაი, ჩვენს ხალხს და ჩვენს ქვეყანას!

— ღარიბაშვილს „ოცნების“ პოლიტიკურ ლიდერადც მოიაზრებენ.

— მათი შიდა კოალიციის პრობლემები ნაკლებად მანუხებს და მაინტერესებს, მთავარია, ლარიბაშვილი რას გადაწყვეტს კონკრეტულ სიტუაციაში. მას ამ სიტუაციაში ჰყავს ერთადერთი დასაყრდენი — ბიძინა ივანიშვილი და, თუ უნდა, რომ პოლიტიკური დასაყრდენი ჰყავდეს, ბუნებრივია, ამაზე უნდა იფიქროს — ეს იქნება კოალიცია თუ კონკრეტული პარტია.

— მისი გაპოლიტიკოსება რამდენად შეუძლებელია პოლიტიკურ სურათში?

— პოლიტიკურ „სურათში“ ჯერჯერობით არის ორი ბანაკი — ნაციონალური მოძრაობა და ანტინაციონალური მოძრაობა. ხომ ნახეთ, ბოლო საპრეზიდენტო არჩევნები რა ნიშნით წარიმართა? ყველა კანდიდატი — სახელისუფლებო თუ არასახელისუფლებო, ებრძოდა ისევ სააკაშვილს და, როგორც ეტყობა, კიდევ დიდხანს გააგრძე-

ლებენ მასთან ბრძოლას.

— ლეგიკურად, კბილაშვილი უნდა იყოს იმ შედეგით, რასაც არჩევნებზე მაღწიოთ.

— ნაცმოძრაობის შედეგით კბილაშვილი ვარ, მაგრამ ქვეყნისთვის ეს შედეგი ცუდის მომტანი იქნება.

— ნაცმოძრაობას რა გეგმა გაქვთ?

— არაფერი. ვაპირებთ, ისევ კონსტრუქციულ რეჟიმში გააგრძელოს მუშაობა. ის ყბადაღებული თემა — თანამშრომლობა და კოალიცია — ქვეყანას სჭირდება და არა — ნაცმოძრაობას. მესმის, არჩევნების წინ კოალიციაში დასრულებაზე რატომ ლაპარაკობდნენ. ამით ამომრჩევლების გულის მოგება უნდადოთ, მაგრამ თუ ეს სიმართლეა და მართლაც ასე აპირებენ, მაშინ უფრო უარესად ყოფილა საქმე. ქვეყანაში, სადაც არ არის პოლიტიკური სტაბილურობა და არის ბრძოლაზე მისული დაპირისპირება პარტიებს შორის, ინვესტიციებს არავინ ჩადებს. ამიტომ მზად ვართ, ვითანამშრომლოთ მმართველ ძალასთან კონსტრუქციულ რეჟიმში. ისე კი, თამაშის ნესებს გვთავაზობს უმრავლესობა და არა — უმცირესობა, ასე რომ, მივიღებთ იმას, რასაც შემოგვთავაზებს.

— სამოქალაქო სექტორში გადასვლის ტენდენციას როგორ უყურებთ? ჯერ იფინანსოლი, მერე კბილაშვილი...

— კარგი, რა! საზოგადოებრივი სექტორი ყოველდღიურ აქტიურობას ითხოვს და კაცი, რომელსაც პრემიერმინისტრის მოვალეობის შესრულება ეზარებოდა, გვერათ, რომ სამოქალაქო სექტორში აქტიურად ჩაერთვება? მას შეუძლია (თუ მართლა უნდა, სიკეთე გააკეთოს), საქართველოში სამოქალაქო სექტორი დაფინანსოს იმ აკუსებებით, როგორც ამას უროჯ სოროსი იკვებებს მთელ მსოფლიოში.

უკეთესი იქნება, თუ ფულს ჩადებს ქართულ ეკონომიკაში, ოღონდ არა — ტრანსნაციონალურ პროექტებში, არამედ მცირე საწარმოებში, რომლებიც განთავსებული იქნება ყველა რაიონსა და სოფელში, მაგრამ, დარწმუნებული ვარ, ბიძინა ივანიშვილი გადაამაშუშავებელი მუერნობით არ დაკავდება და თითო ქილა მანვინიდან შემოსული თითო ლარის ფულის თვით არ დაინტერესდება. არაფრის გადამხდელი რომ არ არის, ეს კარგად გამოჩნდა, როცა მის რეზიდენციასთან მდგარ ადამიანებს უთხრა, თქვენ რომ დაგაფინანსოთ, შემდეგ სხვებიც მომთხოვენ. ეტყობა, რასაც აფინანსებდა, იმას პოლიტიკური ქულებისთვის ავეთებდა და შედეგიც მიიღო. მან საქართველოში ეკონომიკური ოპერაცია ჩაატარა.

— უფრო გასაგებად აგვისხნით, რა ოპერაციაა საუბარი.

— ის იქნება განმკარგავი ყველა მსხვილი პროექტის, რომელიც შეიძლება საქართველოში განხორციელდეს. ვიმეორებ, მსხვილი პროექტების!

— მინიშნებას ჰქვებისკენ აკეთებთ?

— კი, ლაპარაკია პესებზე, რკინიგზაზე, პორტებზე, მაგრამ არა — საკონსერვო ქარხნებსა და გადაამაშუშავებელ მრეწველობაზე. ბიძინა ივანიშვილი ერთ თეთრს არ დახარჯავს ქართული პროდუქციისთვის. რაც შეეხება ჰესს, მისი აშენებისთვის ადგილის მოძებნა არ სჭირდება ბაზარზე. ყველამ ვიცით, რომ მსოფლიო განიცდის ელექტრომატარებლების სიმცირეს.

# კახა კუკავა: „ალანია და ჩისუბლიკალები ჩასას ვერ უბედავდნენ ივანიშვილს, ყველაფერს ღარიბაშვილს აკჷიღებენ“

— თქვენ რა აზრის ხართ ასეთი მასშტაბის ჰესების მშენებლობაზე?

— არ ვიცი, ამაზე პასუხი უნდა გასცენ პიდროინჟინერებმა და არა — ეკოლოგებმა, აქვს თუ არა საქართველოს რესურსი, ჩაანაცვლოს მსხვილი ჰესები საშუალო და მცირე ჰესებით. თუ რესურსი არ არსებობს, მოგვიწევს გარკვეულ დათმობებზე წასვლა. ვიცი, რომ თანამედროვე სამყარო ეკოლოგიასთან მთლად ჰარმონიაში ვერ არის. არჩევანის გაკეთება აუცილებლად მოგვიწევს.

— ივანიშვილის ერთწლიან მუშაობას როგორ აფასებთ?

— ივანიშვილის მოსვლა და წასვლა — ეს არის მილიარდამდე გარღვევა ბიუჯეტში. ეს არის „გენიალური“ მართვის შედეგი. მან მასტერკლასი ჩაუტარა მთელ პოლიტიკურ სპექტრს, ყველას დაანახა, რომ მას და მის მილიარდებს, ყოველ შემთხვევაში, ამ თაობის საქართველოში, შეუძლია ნებისმიერი ტიპის ხელისუფლება დაამარცხო, თუნდაც ისეთი მონოლითური, როგორც იყო სააკაშვილის. ძლიერი სახელწიფოსთვის ოლიგარქი არ არის საფრთხე, მაგრამ დიდი საფრთხეა სუსტისთვის. ივანიშვილი, როგორც ეტყობა, ეცდებოდა, სამოქალაქო სექტორიდან დააფინანსოს ის, რომ საქართველოს არასოდეს ჰყავდეს ძლიერი ხელისუფლება. თუ მანამდე თვითონ წყვეტდა ქვეყნის ბედ-იღბალს, ახლა მისი დატოვებული გააგრძელებენ.

ივანიშვილი რომ წავიდა, ის კი არ არის პრობლემა, პრობლემაა, რომ ცდილობს, კიდევ მართოს. მან პირდაპირ უთხრა ქართველ საზოგადოებას, ერთ ლუკმასაც არ მოგიგდებთ, თუ მარგველაშვილი 60 პროცენტზე მეტს არ მიიღებსო. სიტყვა „მიგდება“ არ უხმარია, მაგრამ იგულისხმა, როცა თქვა, არაფერს გავაკეთებ, თუ არ მივიღებ პოლიტიკურ გარანტიებსო და თურმე მადლიერი უნდა ვიყოთ, თუ რაღაც პროექტებს განახორციელებს.

— სააკაშვილი სად მიდის?

— სააკაშვილი ნაცმოდრობის თავმჯდომარეა და მუშაობას ამ კუთხით გააგრძელებს. თუ როგორ იქნება მისი და ნაცმოდრობის პოლიტიკოვალი, ამას საქართველოს მოსახლეობა გადაწყვეტს და ამაში, როგორც ჩანს, „ქართული ოცნება“ ხელს შეგვიწყობს.

— ბევრი მას ცისეს უწინასწარმეტყველებს.

— ამ ქვეყანაში ყველაფერი შესაძლებელია, მაგრამ ხედავთ, რომ საზოგადოების გასაგონად წაყენებულ ბრალდებებს და სასამართლოს წინაშე წაყენებულ ბრალდებას შორის დიდი განსხვავებაა.

მომაველმა პრემიერმა ირაკლი ღარიბაშვილმა თავისი შემცვლელი შს მინისტრის პოსტზე უკვე დაასახელა — ყველაზე გავლენიან სამინისტროს ღარიბაშვილის შემდეგ 28 წლის ალექსანდრე ჭიკაიძე უხელმძღვანელებს. ის შს-ს კადრია და, როგორც ამბობენ, წარმატებული. თურმე ირაკლი ღარიბაშვილთან ერთად შეძლო, რომ შემოეტრიალებინა კრიმინალური სიტუაცია თბილისში, მაგრამ მის აღმასვლაში ნაციონალი ირმა ნადირაშვილი ისევ ნეოპოტიზმს ხედავს. დარწმუნებით აცხადებს, რომ ჭიკაიძეს ღარიბაშვილის ცოლისძმა ლექსო თამაზაშვილთან ნათელირობა აკავშირებს. ძალიან ძლიერი ხელი რომ არ ეხმარებოდეს და ამ შემთხვევაში ასეთი ხელი არის თამაზაშვილების და ღარიბაშვილების კლანი, ადამიანი, რომელიც იყო ჩვეულებრივი ლეიტენანტი, 9 თვის მერე პოლკოვნიკად ვერ მოგვლინებოდა და 9 თვის მერე შინაგან საქმეთა მინისტრი ვერ გახდებოდაო — ასეთია ნადირაშვილის არგუმენტი. ჭიკაიძის კიდევ ერთ მთავარ ნაცვალად ნაციონალი დებუტატი იმას მიიჩნევს, რომ ისეთ საკვანძო პოსტზე, როგორც შს მინისტრია, პოლიტიკური ფიგურა არ ინიშნება.

საქართველოს შინაგან საქმეთა სამინისტროს ინფორმაციით, ალექსანდრე ჭიკაიძე 1985 წელსაა დაბადებული თბილისში, 2007 წელს დაამთავრა ივანე ჯავახიშვილის სახელობის თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტის ისტორიის ფაკულტეტი დიპლომატიის სპეციალობით. ნოდებთი პოლიციის პოლიოფიცია. უმუშავია თბილისის მთავარი სამმართველოს სხვადასხვა განყოფილებაში, ბოლოს შს-ს თბილისის მთავარი სამმართველოს უფროსი გახლდათ. ფლობს ქართულ, რუსულ და ინგლისურ ენებს. ჰყავს მეუღლე და ორი შვილი.

ღარიბაშვილის კადრსა და ბოლო დროს მომხდარ პოლიტიკურ ცვლილებებზე პარტია „თავისუფალი საქართველოს“ ლიდერი კახა კუკავა გვესაუბრა.

— ბატონო კახა, თქვენც თვლით, რომ ირაკლი ღარიბაშვილმა პრიფესიონალიზმზე წინ მეგობრობა დააყენა?

— მართლაც გასაგებია, რომ ღარიბაშვილმა შემცვლელი პირადი მეგობრობის კუთხით შეარჩია. მისი უარყოფითი დეტალი არის ასაკი, თუმცა ცალკე აღებული ესეც არ არის რაიმე ნეგატიური მოვლენა. ალბათ მისი შეფასება ჯერ ნაადრევია. არჩილ კბილაშვილი როცა დაინიშნა, ერთი შეხედვით, ჰქონდა ყველანაირი მონაცემი, რომ კარგი პროკურორი ყოფილიყო, მაგრამ ვნახებ, რომ არ გამოდგა. ამას იმიტომ ვამბობ, რომ წინასწარი მონაცემები ყოველთვის არ ამართლებს. ის, რომ ჭიკაიძეს დიდი გამოცდილება არ აქვს და ახალგაზრდაა, მისი სუსტი მხარეა, მაგრამ არა — გადამწყვეტი.

— მთავარი პრიკურორის შემცვლელი ფინანსური პოლიციიდან მოვიდა. ეს რამის მანიშნებლია?

— ეს არ არის დადებითი მოვლენა. პროკურორატურა არის ელიტა, სადაც, როგორც ნესი, ოპერატიული სამსახურებიდან არ გადაჰყავთ თანამშრომელი. ფინანსური პოლიციის კადრის მთავარ პროკურორად დანიშნა სახელოებით ისეა, ტექნიკუმის გამგე თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტის რექტორად დანიშნო. ამიტომაცაა, რომ ოთარ ფარცხალაძის დანიშვნას ყველა ეჭვის თვლით უყურებს, თუმცა მე, როგორც



პარტიის ხელმძღვანელი, რომელიც თავისუფალი ვარ ყველანაირი პირადი სიმპათიის და ანთიპათიისგან, ვამბობ, რომ ჩემთვის მთავარია, რა შედეგებს მოიტანს.

არაერთხელ მოთქვამს, რომ ღარიბაშვილის მიმართ ლოიალურად ვარ განწყობილი და მინდა ვუთხრა, რომ ცეცხლს ეთამაშება. ძალიან ცუდ დროს შეაგდეს პრემიერმინისტრის პოსტზე. ბიძინა ივანიშვილი პრემიერის პოსტზე თაფლობისთვეში მოვიდა, რაც უნდა ეთქვა, ხალხისგან 100 პროცენტის მხარდაჭერა მაინც ჰქონდა. ღარიბაშვილს კი პრემიერმინისტრობა მაშინ უნდა, როცა „ქართულ ოცნებას“ ალარ აქვს ძველებური მხარდაჭერა. მით უმეტეს, ფინანსთა მინისტრმა უკვე დაადასტურა, რომ ბიუჯეტში მინიმუმ საეკვესტრი და ეკონომიკის მინისტრმა ციფრები დაეკონტროლა და განაცხადა, რომ საქართველოს ეკონომიკაში

არის რეცესია. ასეთ რთულ ვითარებაში ღარიბაშვილი ნებისმიერ დანიშვნას უნდა მიუდგეს ფრთხილად. მას არ აქვს პოლიტიკური გამოცდილება. მინდა, ვუთხრა, რომ ოპერატიულ სამსახურებში მონაშუავე კადრებს ჰგონიათ, ძალაუფლების შენარჩუნებისთვის გადაამწყვეტი მნიშვნელობა აქვს, რამდენი აგენტი ეყოლება, არადა ხელისუფლების შენარჩუნება დამოკიდებულია იმაზე, რამდენად არის კმაყოფილი საზოგადოება. ამიტომ, რაც უნდა თავისი ახლობლები დანიშნონ პროკურორებად და მინისტრებად, თუ სეკვესტრი და პრობლემები ვერ მოგვარდა, ამ მთავრობას ვერავინ დაიცავს. ღარიბაშვილის ადგილზე უფრო მეტად იმაზე ვიზრუნებდი, რომ ფინანსთა და ეკონომიკის მინისტრები შემეცვალა, ვიდრე პროკურორი ან სხვა ძალოვანი.

— მაგრამ გარკვეულია, რომ ასეთი ცვლილებები არ იქნება, ანუ ივანიშვილის „გარეცა და უკეთესი“ მინისტრებით დაკომპლექტებული კაბინეტი რჩება.

— კი, რჩება, მაგრამ ივანიშვილმა რაც შექმნა, ეს არის ჩამორჩენილი მთავრობა.

— რა თვალსაზრისით?

— თუ შევადარებთ მიხეილ სააკაშვილის მთავრობას, ადრეც ვამბობდი და ახლაც ვიტყვი, რომ ესენი ფრთხიანი ანგელოზები არიან ნამდვილად, მაგრამ ხომ არ შეიძლება შევადაროთ მაინცდამაინც ბანდიტს? ჩემთვის საზოგადოების ევროპული სტანდარტი. ნებისმიერ ევროპულს თუ შევადარებთ, მაშინ კი ეს არის ჩამორჩენილი კაბინეტი, რომელმაც არ იცის, რას აკეთებს და რა უნდა. ფინანსთა მინისტრი, →20

## გაგაკავებინათვის!

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

ქაიში — ქალბატონი შიჩი  
☎ 514-246-446, 218-48-99  
მის.: აღმაშენებლის 154.

რომელიც გვიმტკიცებდა, ეკონომიკაში 6 პროცენტის ზრდა იქნებოდა, ნოემბერში კი გვეუბნება, მხოლოდ 2,5 პროცენტი იქნება, შეიძლება სამსახურში დარჩეს? სამჯერ გააკეთა არასწორი პროგნოზი. ევროპის ქვეყანაში განცხადების დანერგვას არ დასჭირდება, კაბინეტშიც არ შეუშვებდა არავინ. ჩვენთან კი, როცა ამის შემდეგ ხადური ადგილზე რჩება, გასაგებია, რომ მთავრობაში არის ტოტალური არაკვალიფიციურობა და უპასუხისმგებლობა.

იგივე შეიძლება ითქვას სხვა მინისტრებზეც, იგივე სოზარ სუბარზე, რომელიც ამბობდა, რომ პატიმარი დაგორდა და მოკვდა, მეორე დღეს კი ჟურნალისტებისგან გაიგო, რომ თურმე კი არ დაგორდა, ცემით მოკლეს. ამის შემდეგ რომ მინისტრი ადგილზე რჩება, ხომ გასაგებია, რომ ჩვენს მთავრობაში არის ნათლიამობა და ბიძაშვილმამიდაშვილობა? ხოლო კვალიფიკაცია არის სულ უკანასკნელი.

**— ახლა, ივანიშვილის წახვლის მერე რატომ ვაძლავს ეს ცხადი?**

— იმიტომ, რომ ეს მთავრობა არის არაპროფესიონალიზა ბრბო. „ქართული ოცნება“ — ეს არის ყველაზე ადრე ტყუილი. ქართველმა ხალხმა თავის დროზე თავი მოიტყუა, ახლა თითოეუ კბენა გვიანია. რაც მოხდებოდა, თავიდანვე ნათელი იყო, მაგრამ ცდილობდნენ, ბიძინა ივანიშვილისთვის იმიჯი არ გაეფუჭებინათ. იმიტომ, შეიძლება ითქვას, რომ ლარიბაშვილი განირჩეს. რალაც სასწაული უნდა მოახდინოს, რომ ეს გარღვეული ბიუჯეტი და ეკონომიკა გადაარჩინოს. თუ მოახერხა, ბევრად უფრო საპატიო ადგილას დარჩება, ვიდრე საპატივი და ივანიშვილი, თუ ვერა — დათხოვილი იქნება უახლოეს მომავალში.

**— ივანიშვილის პოლიტიკის მიღმა რიგობრ ნეალო?**

— მე ის მაინტერესებდა მანამ, სანამ პრემიერი იყო, ახლა გადადის ბიზნესში თუ სამოქალაქო საზოგადოებაში და საინტერესო აღარ არის. საუბარი იმაზე, რომ კულუარებიდან შეიძლება მართოს ქვეყანა, ფაქტობრივად წარმოუდგენელია. ამის მაგალითები ისტორიაში არ არსებობს. იმისათვის, რომ ზოგადად არალაც სტრუქტურა მართო, უფრო დიდი სტრუქტურის ხელმძღვანელი უნდა იყო, მაგრამ სახელმწიფოზე დიდი შეიძლება იყოს მხოლოდ უფრო დიდი სახელმწიფო. როგორც კი ლარიბაშვილი დაიკავებს პრემიერის სკამს, ის იქნება ყველაზე გაყვანილი. თუ ვინმეს ჰგონია, ასე არ იქნება, რამდენიმე თვეში ნახავს.

**— საქართველო ახალ რეალიზაციაში გადადის. თქვენს სურვილს, როგორ დალაგდება პოლიტიკური სიტუაცია?**

— ჩემი აზრით, ვერ დალაგდება. ჩვენ არ გვყავს მთავრობა, ვისაც რაიმეს დალაგება შეუძლია. გასული საუკუნის 90-იანი წლების დასაწყისში იყო, რომ „შპანა“ ხვდებოდა სათავეში.

**— „შპანა“ ეს მთავრობა?**

— „მხედრონს“ ვერ შევადარებ, მაგრამ თუ გადავხედავ, თითოეუ ჩამოსათვლელია, რომელსაც შეუძლია თავის სამინისტროს უხელმძღვანელოს. იმიტომაც ვგულშემამტვრობ ლარიბაშვილს — პატარა, მაგრამ არის შანსი, რომ დაიწყოს სწრაფი რეფორმების გატარება, რაც საკადრო გადაადგილებებსაც გულისხმობს. საქართველოს კრიზისიდან გამოყვანა დღეს შეუძლებელია მხოლოდ ზემოროფესიონალებს და ეს პროფესიონალიზმი გადამდები იქნება ქვედა იერარქიისთვისაც.

**— კბილაშვილი მისწესი თუ წაიდა?**

— მისწესს, რა თქმა უნდა. მე ერთადერთი ვიყავი, რომელიც ვამბობდი, რომ პროკურატურაში იყო პრობლემები. მაშინ ყველა კბილაშვილს აქებდა, ახლა კი ყველა მას

ლანძლავს. მინდა, რომ ეს ლარიბაშვილმაც გაითვალისწინოს. ერთადერთი დაცვა პოლიტიკოსისთვის და მხედართმთავრისთვის არის წარმატება. გამარჯვებულებს არ ასამართლებენ. კბილაშვილი წავიდა არასწორი გზით. ჩათვალა, რომ თუ შეინარჩუნებდა ივანიშვილთან კარგ ურთიერთობას, შეინარჩუნებდა პოსტსაც. „ქართულმა ოცნებამ“ კი არ აიღო პასუხისმგებლობა პროკურატურაში მიმდინარე სიტუაციაზე და ყველაფერი კბილაშვილს გადაბრალა. იგივე დაემართება ლარიბაშვილსაც, რადგან ყველა იცით, რომ კოალიციაში არიან სერიოზული კონკურენტები რესპუბლიკელების და ირაკლი ალასანიას სახით, რომლებიც, რასაც ვერ უზბდავდნენ ბიძინა ივანიშვილს, ყველაფერს აპკიდებენ ირაკლი ლარიბაშვილს.

**— აღბრუნ სწორედ ამიტომაც, რომ „ოცნებაში“ მისი სტატუსის შესახებ აქტიურად დაიწყეს საუბარი.**

— ეს გადაწყვეტილია. კოალიცია უკვე ემზადება ადგილობრივი არჩევნებისთვის და ამის გამო შიდა კონკურენცია აუცილებლად

**„ეს ერთი წელი მოანდომეს ბიზნესების გადმობახებას. ხა მივიღეთ? თუ არჩევნებამდე დიხი მიჰქონდათ ნაციონალებს ბენზინიდან, ახლა ის დიხი მიჰქვს „ოცნებას“. სანამ ბიზნესი ახ იქნება გათავისუფლებული, ეკონომიკური ზხდა ახ იქნება!“**

იქნება. სავარაუდოდ, ლარიბაშვილი შეუმცირებს რამდენიმე კვოტას სხვა სუბიექტებს.

**— გათრეა მარგველაშვილი როგორ სედავთ პრეზიდენტის რანგში?**

— არ მომწონდა და მის მიმართ ძალიან კრიტიკული შენიშვნები მქონდა. სხვებსაც მოეუწოდებდი, ხმა არ მიეცათ მისთვის, მაგრამ ჩემთვის პოლიტიკა არ არის პირადი ცხოვრება, ჩემთვის პოლიტიკა არის საქმე, სადაც ადამიანებს ვაფასებ შედეგების მიხედვით. მეც და თქვენც ვართ ამ ქვეყნის შვილები, მთავრობის წევრები კი არიან ჩემი და თქვენი დაქირავებული მენეჯერები. შეიძლება მენეჯერი არ მოგეწონოს, მაგრამ კარგად თუ მუშაობს და მოგება მოაქვს, სამსახურიდან არ დაითხოვ. ზუსტად ასე ვუყურებ პრეზიდენტსაც და პრემიერმინისტრსაც. შეიძლება მარგველაშვილი ძალიანაც არ მომწონს, მაგრამ მას თავისი საქმიანობა ჯერ არ დაუწყია. მაინც იმედს ვიტოვებ, რომ ჩამოყალიბდება ევროპული მთავრობა, რომელიც ყველას თავის ადგილს მიუჩენს. ბუნებრივია, რომ იმ კითხვებზე პასუხის გაცემა, რასაც პრემიერი ივანიშვილს არ უსვამენ, მათ მოუწევთ.

**— როგორ ატყობთ, კობახილა და მთავრობა და, რომე და მთავრობის ეს რას შეცვლის?**

— საპრეზიდენტო არჩევნების შემდეგ გაამართლეს ბაჩო ახალაია და საბერძნეთის სასამართლომ უარი თქვა გირგვლიანის მკვლელობაში ეჭვმიტანილ ჩხიტიუნიძის ექსტრადიაციაზე, რადგან მტკიცებულებები არ იყო დასაბუთებული, ანუ უკვე ჩანს, რას ნიშნავს კობახილას დასრულება. ყველაფერი უკან მიდის. სეკვესტრით და რევესით 9 ბალიანი მიწისძვრა უკვე მოხდა, ამაზე უარესი ქვეყანას შეიძლება დაემართოს მხოლოდ ტერიტორიების დაკარგვით. ეკონომიკაში რატომ არის რევესტრით? იმიტომ, რომ სამართლიანობა არ აღდგა.

საკავშირს ჰქონდა გარკვეული ეკონომიკური მოდელი, რომელიც დაფუძნებული იყო რევეტზე — ყველას ყველაფერი წაართვა. ზოგადად ქვეყანაში ინვესტიციები არ იყო თავისუფალი, მაგრამ, ვინც მისი მეგობრები იყვნენ, ისინი უზრუნველყოფდნენ რა-

ლაც რაოდენობის დოვლათის შექმნას. პირველი ოქტომბრის შემდეგ სწორი იქნებოდა, ეს ეკონომიკური კომპლექტი გათავისუფლებულიყო. ამის ნაცვლად კი რა გააკეთა ახალმა ხელისუფლებამ? დაიბეჭდა კერძო-სეილის ნაცვლად დააყენა გია ხუხუაშვილი და ეს ერთი წელი მოანდომეს ბიზნესების გადმობახებას. რა მივიღეთ? თუ არჩევნებამდე ლარი მიჰქონდათ ნაციონალებს ბენზინიდან, ახლა ის ლარი მიჰქვს „ოცნებას“. სანამ ბიზნესი არ იქნება გათავისუფლებული, ეკონომიკური ზრდა არ იქნება!

**— ადგილობრივ არჩევნებამდე რაიმე ცვლილებების აძლავს გავქეთ?**

— რთული სათქმელია, რადგან ამ მოვლენებმა ძალიან შეცვალა სიტუაცია. თუ ვინმეს ეგონა, რომ „ქართული ოცნება“ ინერციით მიაღწევდა ადგილობრივ არჩევნებამდე, ეს სევესტრია და რევესტრია ცვლის დამოკიდებულებებს. ძნელად წარმომიდგენია, რომ ოფიციალურად დადასტურების შემდეგ „ქართულმა ოცნებამ“ შეინარჩუნოს ის ნდობა, რაც თუნდაც საპრეზიდენტო არჩევნებზე ჰქონდა.

**— კობახილას დამლას მიუღიო?**

— ბზარები აშკარად არის, უფრო მგონია, რომ დაიშლება, რადგან ალასანიას პარტიას იმდენად შეურაცხყოფელ კვოტას შესთავაზებენ, რომ ცალკე მიიღებს მონაწილეობას. ეს დამლა დაზარალებულ თვითონ კოალიციაზეც. მოხდება ის, რაც დემარტა „მოქალაქეთა კავშირს“, როცა იქიდან უვანია-საკაშვილის გუნდი გავიდა, ანუ სრული კოლაფსი.

**— არჩევნების ამ შედეგმა გადაადგილი საპრეზიდენტო არჩევნების თემს დადის წესრიგადან ამოავალი, არადა ამხვე თქვენ ბეკონს საუბრობდით.**

— არა, ნამდვილად ვიცი, რომ ლარიბაშვილის გუნდი ამ თემს განიხილავს. ვიცი, ვინ რას ვარაუდობდა და ვის რა პროპორციით უნდოდა შესვლა პარლამენტში, მაგრამ იმდენად შეიცვალა ყველაფერი, რომ „ოცნება“ ვერ გაბედავს ვადამდელი არჩევნების დანიშვნას. შეიძლება ეს მოხდეს არასაპარლამენტო ოპოზიციის მოთხოვნით.

**— რესპუბლიკელები ამის მიზნებს ვერ სედავენ.**

— კოალიციიდან გავა ალასანიას პარტია და გუბაზ სანიკიძე, რაც ავტომატურად უკვე ნიშნავს ვადამდელ არჩევნებს, რადგან უმრავლესობა კარგავს უმრავლესობას. ეს ჩვენი კონსტიტუციის მიხედვით მოასწავებს ვადამდელ არჩევნებს.

**— მართლა აპირებთ არასაპარლამენტო ოპოზიციას ადგილობრივ არჩევნებში ერთად გასვლას?**

— კი, ამას ვგეგმავთ და ვფიქრობ, ჩვენ პარტიას აქვს ძალა, ქვეყანას სწორი გზისკენ უბიძგოს. ხელისუფლებაში არიან ძალები, რომლებსაც გამაერთიანებელი დიდა არ გააჩნიათ. „ოცნებაში“, ხომ არ ითვლება, რომ ყველა მანდატსაა გამოკიდებული, თორემ არც საგარეო კურსი აინტერესებთ და არც — საშინაო. ეს ნორმა არ არის, ნორმალური ქვეყანაში ადამიანები იდეის გარშემო იკრიბებიან და არა — ხელფასის.

**— ბეკრეჯერ სედავთ არასაპარლამენტო ოპოზიციის გაერთიანებაზე, მაგრამ არ გამოიყვანდით, ახლა რატომ გავქეთ აძლავს? ნილა ბურჯანაძის შემთხვევაზე გასწესეთ.**

— საქართველოში არჩევნების წარმატებების მაგალითები რაც კი არსებობს, ყველამ კოალიციით მიიღწია — გამსახურდია, სააკაშვილმა და „ოცნებამ“. სამწუხაროდ, ბურჯანაძემ ეს არ გაითვალისწინა და იწვინა კიდევ საფასური.

✓ პოლიტიკის რეპორტი მოამზადა მანანა გვიამი

# „ჩვენა „ნაშა“ ესაქონს რომ არ გამოიღვაჯონ, ხმას არ გავსა“

## თვლის თუ არა ნინა წკრიალაშვილი სოფო ნიქარაძეს კონკურენტად



მომღერალმა ნინა წკრიალაშვილმა პირად ცხოვრებაში ტრაგედიის გადატანის შემდეგ, რაშიც ფსიქოლოგის დახმარებაც კი დასჭირდა, საკუთარ თავს ამოცანად დაუსახა, შესაძლებლობები რაიმე ახალ ამბულაში მოეხიჯა. ამის შანსი მალე მიეცა კიდევ პროექტის „ცეკვავე ვარსკვლავები“ სახით. ექსპერიმენტმა გაამართლა და ნინა უფროს წევრებისგან არცთუ ისე ცუდ შეფასებებს იღებს. არც მასურებისგან აკლია ყურადღება. ამაში წვლილი, რა თქმა უნდა, მის მენეჯერს, პროფესიონალ მოცეკვავე რეზორბაქიძესაც მიუძღვნება. რომელსაც ხანდახან ნინაზე გაბრაზება უნდა, მაგრამ ვერაფრით გამოსდის, რადგან მის ჭკუამხიარულ პარტნიორს ყველაფერი იუმორში გადააქვს.

**ნინა: „ჩეხტოევთან ნინა სეზონებიდან მოყოლებული ვეუბობხობ. ხოცა ყავის დარევა გვიწევს ერთად, სიცხით ვკლავ ხოლმე და ჰგონია, ხოგოხი იუმოხივ მაქვს, ისე უნდა ვიყავო“.**

— **ნინა, ამ პროექტშიც ცეკვის გამოცდილება გქონდა?**  
ნინა: ჩემდა სამარცხვინოდ, ცეკვაზე არ მივიღია და მივივირს, ეს როგორ გამომეპარა. ვისაც ცეკვაზე უვლია, იმისთვის ეს გაცილებით ადვილია. თუ არ ვცდები, მე, გუგა კუხანოვმა, ტოლი ბოისამ და კოტიკო თოლორაიამ არ ვიცოდით ცეკვა და ეს გვემჩნევა კიდევ დანარჩენებს მეტნაკლებად რალაც შეხება ჰქონიათ. ნინა სეზონების დროს კონცერტებზე დავდიოდი, ეს პროექტი ძალიან მომწონდა, მაგრამ ვერც ერთ მათგანში მონაწილეობა ვერ მივიღე, რადგან ჯანმრთელობის პრობლემა მქონდა, თან ცეკვის მემინოდა, მეგონა, ვერ შევძლებდი.

— **რეზო, თქვენს შეფასებით, როგორ გამოისადის ნინას ცეკვა?**  
ნინა: ახლა არ თქვა, კარგად გამოსდისო, თორემ მოკვალა!  
**რეზო:** მე თვლი, რომ კარგად გამოგდის. არადა, როცა ამას ვამბობ, სულ მეჩხუბება. ცეკვა ისე გამოსდის, როგორც საჭიროა, თუმცა მეტის გაცეკვება შეუძლია.  
— **ნინა, უფროს უმცირესი წევრი გონა ჩერტოკოვს იმავეს გუგუნებით, რომ თქვენთან მეტს ელოდება.**  
ნინა: ჩემი აზრით, გონა ჩემგან უფრო მეტს იმიტომ ელოდება, რომ კარგი იუმორი მაქვს. მასთან ნინა სეზონებიდან მოყოლებული

**ნინა: „ხოცა ვიხუმი, ვიხაყ მიდახი „ნაშ“ ჰყავს, ის მოიგებს-მეთქი, ვილაყებმა იფიქხე, ხომ ამით სოფოს უკვინე. ახავისთვის მიკვინია, მახილა ვიხუმი“.**

ვეგობრობ. როცა ყავის დაღვევა გვიწევს ერთად, სიცხით ვკლავ ხოლმე და ჰგონია, როგორი იუმორივ მაქვს, ისე უნდა ვიცეკვო. ვფიქრობ, ამიტომ ელოდება ჩემგან უფრო მეტს. სულ მეუბნება, ცხოვრებაში უფრო ლაღი ხარო. ცხოვრებაში კი ვარ ლაღი, მაგრამ ცეკვაში მეტი არ შემიძლია. მაშინ ეს ყველაფერი კარგად უნდა გავივლიყო, იმაზე არ ვიფიქრო, რა რის მერე მოდის, ჩვენ კი ამდენი დრო არ გვაქვს.

— **რეზო, როგორათ თქვენს რეპერტუარში, ნინას როგორ ასწავლით ცეკვას და რამდენად კარგად მოგვყვებით?**

სულ მეუბნება, მოდი, კიდევ ერთხელ გავიმეოროთო, მე კიდევ, წელი მთელი ვივითქი, ვასახუბობ. ეს კიდევ — არ გტკივაო. ამაზე ვბრაზდები — მე უფრო ვიცი, მტკივა თუ არა, თუ შენ-მეთქი. მხრებში გასწორდით, სულ ამას მეუბნება. მერე გავსწორდები-მეთქი, ვასახუბობ და ვართ ასე.

— **რეზო, ყველაზე რთული რა იყო ნინასთვის რისი დაძლევა გაუქმარდა?**  
**რეზო:** შაგატში ვერ ჯდებო. ნინა: და არც ვცდილობ. ორი თვე ვვარჯიშობ და თავი რომ მომეკლა, აქამდე ჩავჯდებოდი. მოკვლევ, შაგატში ხომ ვერ ვჯდები, ტრიალის მერე თავბრუსხვევაც მაქვს.  
**რეზო:** როცა ადამიანს ერთ დღეში შეუძლია მთლიანი კომპოზიცია, ცეკვა ისწავლოს, ვთვლი, რომ ერთ-ერთი ლიდერი უნდა იყოს. ნინას შეუძლია უფრო მეტი გააკეთოს და ივარჯიშოს. ნელ-ნელა ცეკვის ხარისხს ვუმატებთ, ნინა წინ მიდის, ყოველი მისი ცეკვა ნინა ტურის ცეკვას ჯობია.

ნინა: ყველაზე კარგად თავი რუმბას ცეკვისას ვიგრძენი. შემდეგი ტური ლათინური ცეკვებისა და ვანაობ, რომ რუმბა უკვე ნაცეკვი გვაქვს, რადგან ფიზიკურად უფრო შევიკარი და ახლა უფრო მომწონს ჩემი სხეული, ვიდრე სამი ტურის წინ.

— **რეზო, ნინას კარსკვლავური ჩეკუბო, ჭარველიტობა ხომ არ ახასიათებს, მაგალითად, რეპერტუარზე თუ იფიქრებთ და ა.შ?**  
**რეზო:** ნინა ძალიან უბრალო ადამიანია. ვგრძნობ, რომ თავს ვარსკვლავად არ თვლის. ორივეს მიგაჩნია, რომ უბრალო ადამიანები ვართ, არავისზე მეტი და არც არავისზე ნაკლები. ეს კი ყველაზე მეტად გვეხმარება ამ საქმის კეთებაში. ნინა ადამიანურია, ყველა-ნაირი პრობლემის გაგება შეუძლია და ძალიან მეგობარულია.

**რეზო:** ჩვენი მეცადინეობა საერთოდ სხვა თემაა. ყველა წყვილისგან განსხვავებით, ჩვენი გაცვეთილები იუმორით იწყება და იუმორით მთავრდება. რაც შეეხება ნიქს, ნინა ცეკვას მთლიანად ერთ გაცვეთილში სწავლობს. ბევრი დასვენება უყვარს, მაგრამ ზარმაცია არ არის. როცა იცის, რომ საქმე უნდა გაკეთდეს, გააკეთებს, მაგრამ უფრო მეტის მუშაობას ნაცვლად, ცდილობს, დაისვენოს. ამის გამო ვკვლავ ხოლმე.

ნინა: ნაბიჯებს ადვილად ვსწავლობ და იმაზე მეტი მუშაობა მაგრად მენარება. ნაბიჯები რადგან გამომდის, მგონია, რომ მაგრად ვცეკვავ. რეზიკო

**ჩეხო: „ჩაც უნდა მოხდეს, ნინას ვეხ ვეჩხუბები. თავიდან გადანყვებილი მქონდა, მეჩხუბა, მაგამ ამა ახ გაჭია, ამიტომ ტაქტიკა შევსაღე და მხიხუდად მიუდექი. ამ მიდგომამ უფრო გაამაჩხა“.**

— **დამკვირვებაც მიახწარით?**  
**რეზო:** ჩვენ პირველივე დღიდან ვმეგობრობთ.

ნინა: ეს ბოლო ორი თვეა, ყველაზე დიდი დოზით რეზიკოს ვნახულობ და, როგორ შეიძლება ვერ დამეგობრდეთ?! შეიძლება რეზიკოს ჩემგან რალაცეები სწყენია კიდევ ერთი-ორჯერ მივხვდი, რომ ძალიან დაღლილი იყო და ჩემგან რალაც ეწყენა. თვითონ არ იმჩნევს, მაგრამ მე ვგრძნობ, რომ ვანყენი. მერე ვეტივინი ხოლმე.

— **რეზო, რა არის იმისათვის საქმარი, რომ სრულად არამციდნენ ცეკვა სწრაფად ისწავლოს?**

**რეზო:** ის, რაც ნინას აქვს. მასში ყველაზე ძალიან ის მომწონს, რომ იღებებს რიტმულად და მუსიკალურად იმასოვრებს. როცა კონკურსზე გამოდიხარ, პირველ რიგში, მუსიკალური კუთხით ფასდები.

— **მინუსებიც ექნება.**  
**რეზო:** მხრების პრობლემა აქვს. დგომა უკვე ისწავლა.

ნინა: როცა რეზოს ჩემი გაბრაზება უნდა, მეუბნება, ნინა, ძალიან ცუდიარო. ჰგონია, მენყინება და ძალიან მოვიდომებ. მე კიდევ ვეუბნები, ვიცი, რომ არ ვარგა-მეთქი და სიცხით ვკვდები. ამაზე ბრაზდება.

**რეზო:** რაც უნდა მოხდეს, ნინას ვერ ვეჩხუბები. თავიდან გადანყვებილი მქონდა, მეჩხუბა, მაგრამ ამა არ გაჭრა, ამიტომ ტაქტიკა შევცვალე და მხიარულად მიუდექი. ამ მიდგომამ უფრო გაამართლა.

— **რეზო, მიდით, ნინა და წინა სეზონზე თქვენს პარტნიორს ეკო ფანგანი შეადარეთ ერთმანეთს.**  
ნინა: მგონი, ის არ იყო ზარმაცი, არა?

**რეზო:** ეკო ფანგანი ძალიან მშრომელი ადამიანია. ცეკვით ეკოვ მაკმაყოფილებდა თავის დროზე და ახლა ნინაც მომწონს.

ნინა: ეკო შაგატში ჯდებოდა?  
**რეზო:** ვერ ჯდებოდა.

ნინა: ქერა გოგოები კი გაყავს!  
— **რეზო, პროექტში ქერა ქალები დაგებდათ, მაგრამ ცხოვრებაში როგორ**

→ 22

### ქალ-სახსართო პრობლემების:

კოქსარტროზის, ოსტეოქონდროზის, ოსტეოპოროზის, ოსტეოართროზის, რევმატიოიდული არტროზის, ანკილოზიკური სპონდილიტის, პოდაგრული არტრიტის, პოლიარტრიტის მკურნალობა. დაზიანებული ხრტილისა და გაცივებული ძვლის სტრუქტურის აღდგენა, სითხის დაბალანსება სახსარში, ტკივილების მოხსნა, ნერვული სისტემისა და ძლიის მონესრიგება. მკურნალობა საოპერაციო და ნაოპერაციო სახსრებზე — ძვლის მკვებავებით, მცენარეული პრეპარატებით, წონის დარეგულირებით, სისხლის მიმოქცევის აღდგენით, იმუნიტეტის გაძლიერებით, მარილებისა და შლაკებისგან გათავისუფლებით. უკუწვენება არაა. შედეგები საუკეთესოა და მყარი.

☎ 599-91-37-65. ქალბატონი ქეთათო

რი გოგონები მოგწონთ?

რეზო: ქერა იქნება თუ შავგვრემანი, ამით გოგონს არ ვარჩევ. ამ ეტაპზე არც არავინ მყავს და ჯერჯერობით არც ვაპირებ, მყავდეს. ერთი წლის წინ რთული პერიოდი გადავიტანე, ასე რომ ვთქვამთ, აღარაფრის მჯერა. შეიძლება ცუდად გამიგოს ჩემმა თაობამ, მაგრამ ჩემი თაობის გოგონები არ მჯერა.

ნინა: ამიტომ ძალიან ბებრებში ეძებ ან, ახლა რომ დიბადენ, იმათში.

— შიდა კონკურენციაზე მინდა გათხრო. არ მითხრათ ახლა, რომ ერთმანეთს ყველა კარგად ხართ, ერთმანეთს გულშემატკივრობთ და სხვისი გამარჯვება ვინდათ.

ნინა: დაძაბული ურთიერთობები მძულს და კონფლიქტურიც არ ვარ. ერთმანეთს ხოცავენ-მეთქი, რომ გითხრა, ასე არ არის, მაგრამ დაძაბულობა უკვე შეიმჩნევა. ძალიან დიდი პლუსი მაქვს, კონკურენტებზე ვერაფერს აღვიქვამ. იმიტომ კი არა, რომ კარგი ვარ და ვინმეს ვვლივარ, უბრალოდ კონკურსები არ მომწონს და აქაც ყოველ გამოსვლას ისე ვუყურებ, როგორც კონცერტს. ვიცი, რომ ვიღაცები ჩემზე უკეთესად ცეკვავენ, ვიღაცები — უარესადაც, მაგრამ ეს თამაშია და კაცმა არ იცის, წინ ვინ წავა.

ეს სეზონი გამორჩეულია, წინა სეზონებში ერთი-ორი ლიდერი იყო და წინასწარ ხვდებოდი რაღაცებს. მიუხედავად ამისა, იქაც მოხდა აბსურდული რამ, ქრისტინე იმედაძე არაჩვეულებრივად ცეკვავდა და პროექტს შუა ნაწილიდან გამოეთიშა, იულია ქავთარაძეც კარგი იყო და პროექტი დატოვა. ახლა, როგორც ვხედავ, რამდენიმე გოგოს მაღალი შეფასებები აქვს, ჩვენც ძალიან ბევრი ესემესი მოგვდის, უბრალოდ ყოფიერი „ორიანებს“ გვინერს ხოლმე.

— ნინა, თქვენ გეკითხებათ ფრანკა ვისაც ყველაზე მდიდარი „ნაშა“ ჰყავს, ის გამარჯვებულია. ამაში რა იფიქრებ?

ნინა: ვიხუმრე, მაგრამ ხალხი ვერ მიხვდა და მლანძღავდნენ.

— ხალხის მსრიდან ძირითადი აქცენტები თქვენსა და სოფო ნიუარაძეზე კეთდება, რომ ფული თქვენ გაქვთ და ამ კონკურსს რომელიმე თქვენგანი მიაგებს.

ნინა: საიდან მოიტანეს, რომ ფულიანი ვარ?! უფლის წყალობით, საქმელი არ მიჭირს. მაშინვე ერთ დროს ძალიან შეძლებული იყო, მაგრამ ბოლო რამდენიმე წელია, ისიც ჩვეულებრივად ცხოვრობს. მე კიდევ ერთი წელია არ ვმუშაობ. ნუნუნა მძულს, მაგრამ ნამდვილად არ მაქვს ამ ეტაპზე ის მდგომარეობა, რომ საკუთარ თავს სხემსებში ვუგზავნო.

ან სოფო საიდან არის ფულიანი? არც სოფოა მშვიერი, ჩემზე მეტი გასტროლიც აქვს და ჰონორარიც, მაგრამ არ მგონია, იდგეს და საკუთარ თავს ესემსებს უგზავნიდეს. როცა ვიხუმრე, ვისაც მდიდარი „ნაშა“ ჰყავს, ის მოიგებს-მეთქი, არ ვიცი, საიდან მოიტანეს, მაგრამ ვიღაცებმა იფიქრეს, რომ ამით სოფომ ვუკბინე. სოფოს გარდა, გოგონები არ არიან? არავისთვის მიკბენია, მართლა ვიხუმრე. მართლა ასე რომ ვფიქრობდე, არც ვიტყვოდი. ანდა ცუდი რა არის იმაში, ვისაც

„ნაშა“, შეყვარებული, ქმარი ჰყავს და ესემებს გამოუგზავნის?

— შეგიძლიათ გავთხროთ, რამდენ ესემესს აგზავნის თქვენს თქვენს მხარდასაჭერად?

ნინა: მაშინვე, ჩემი ძმა და მათი სამეგობრო მიგზავნიან ესემებს, ასევე — ჩემი სამეგობროც. როგორც მე ვიცი, დაახლოებით 2-3 ათასი ესემესი საკმარისია იმისთვის, რომ შემდეგ ტურში გადახვიდე. ერთი ესემესი 50 თეთრი ღირს. არ მჯერა, რომ მას ვინც მონაწილეობს, მყურებლისგან 1000 ესემესი მაინც არ შეუგროვდეს. გორში დავიბადე და რამდენადაც ვიცი, ჩემი ქალაქი გვერდში მიდგას, ძალიან დიდი მადლობა მათ. ვიცი, რომ ძალიან ბევრს არ ვუყვარვარ, მაგრამ ძალიან ბევრსაც

ვუყვარვარ. თუ ვინმეს მდიდარი ქმარი ჰყავს და „ნაშა“, გამოუგზავნოს, ღმერთმა შეარგოს! მეც რომ მყავდეს და არ გამომიგზავნოს, ხმას არ გავცემ.

— ამ პროექტში თქვენს მინაწილებას რამდენიმე ნეგატიური შეფასებაც მოჰყვა. სიცხადილურ ქსელში ვკითხვობდი თქვენზე კომენტარებს, რამდენიმე დღის წინ მელაპარაკე იყო, ახლა კი ცეკვავს ბედნიერადაა და ა.შ.

ნინა: მე ხან ვტირი, ხან ვმღერი. აი, რეზიკოს ჰკითხეთ, ეს ბიჭი შევშაღე. ქართული ცეკვების ტურზე „ცანგალა და გოგონა“ რომ ვიცეკვნი, იმ დღეს თენგოს (წინას ყოფილი ქმარი, თენგო წიფნივაძე, რომელიც ცეკვოვარია იმი დიდი ხანა. ავტ.) უფროსი შვილი იყო მოსულში, მაშამისს ძალიან ჰგავს. კულისებში შემომძახა, ჩავეხუტე და, სცენაზე

ზე სანამ გავიდოდი, ისე ვტიროდი, ვიზაჟისტი დამდევდა, ეს რა ქენი, მთელი მაკიაჟი ჩამოგივიდაო. ვისაც ეს არ ესმის, არც ვაპირებ, ავეუსხნა და თავი მოვანონო. როცა ადამიანი შეუგნებელია, ეს მისი პრობლემაა, ასეთი მე ვერ მაწყენინებს. ყველამ თავის თავს მიხედოს!

— ნინა, არაჩვეულებრივ ფორმაში ხართ, არადა ერთ-ერთი სტატუსაში პლასტიკური ქირურგიის მსხვერპლია შირის თქვენც დაგასხელებს თქვით, რომ მართლაც ხართ პლასტიკური ქირურგიის მსხვერპლი?

ნინა: სულაც არ ვთვლი ასე. ყურადღების ნაკლებობა არც მანამდე მიგრძენია და არც პლასტიკური ოპერაციის შემდეგ. ამ შემთხვევაში, იმ ქალბატონ ქირურგს უფრო აქვს პრობლემა, ვინც ამას ამბობს. სამედიცინო ეთიკა არსებობს, რომლის დარღვევაც არ შეიძლება. არც ერთ პლასტიკურ ქირურგს უფლება არ აქვს, ასე გააკრიტიკოს სხვა, მით უმეტეს, როცა ეს ოპერაცია მას არ გაუკეთებია. ეს ქალი ჩემს თვალში ძალიან დამცირდა. მან შეურაცხყოფა მე კი არა, სხვებს მიაყენა, სამედიცინო ეთიკა დაარღვია.

✓ კა ლეონიჯვა



**ნინა: „მე ხან ვტირი, ხან ვმღერი. აი, რეზიკოს ჰკითხეთ, ეს ბიჭი შევშაღე. იმ დღეს თენგოს უფროსი შვილი იყო მოსული. მაშამისს ჰგავს. კულისებში შემომძახა, ჩავეხუტე და, სცენაზე ზე სანამ გავიდოდი, ისე ვტიროდი, ვიზაჟისტი დამდევდა, ეს რა ქენი, მთელი მაკიაჟი ჩამოგივიდაო. ვისაც ეს არ ესმის, არც ვაპირებ, ავეუსხნა და თავი მოვანონო. როცა ადამიანი შეუგნებელია, ეს მისი პრობლემაა, ასეთი მე ვერ მაწყენინებს. ყველამ თავის თავს მიხედოს!“**

# „ნაშა ხუსკივაძის „კოვლი შოუს“ მსახიობებისადმი სული და მოკიდებულია ჰქონდა“

## ჩა ჰეტენიები აქვს ამიკო ჩოხაძეს მოუს ვიქისთან

პროფესიით მეზღვაური ამიკო ჩოხაძე თავის დროზე ტელემყურებელმა იუმორისტად, უფრო კი პაროდისტად გაიცნო. ახლა კი ის პროფესიონალ მომღერლებს და მსახიობებს უწევს კონკურენციას შოუში, სადაც გარეგნულადაც, ვოკალურადაც და პლასტიკურადაც ასი პროცენტით უნდა დაემსგავსოს ცნობილ ქართველ თუ უცხოელ მომღერლებს. თუ ამ საქმეში მის არაპროფესიონალობას გავითვალისწინებთ, ეს მართლაც კარგად გამოსდის, მაყურებელსაც მოსწონს, მაგრამ ამიკო ჟიურის წევრების არცთუ დადებითი შეფასებებით დაზნეულია და მათ მიმართ უკმაყოფილებას ლიად გამოხატავს. „სარკეს“ სწორედ ამ თემზე ესაუბრა.

— ამიკო, ვინ და რატომ მთავრად „შოუ კონკურსში“ ერთი ერთი?

— როგორც ამ პროექტის დამფუძნებელმა საქართველოში — „ჯიდივის“ ხელმძღვანელობამ მითხრა, პირველი ადამიანი ვიყავი, ვისზეც გათვალეს, რომ ამ პროექტში უეჭველად უნდა ვყოფილიყავი. აქამდეც ბევრი ადამიანის პაროდია გამიკეთებია, ოღონდ — იუმორისტულ ხასიათში. ამ შემთხვევაში მიბაძვა ერთი ერთი მიხედავს.

პირველი ლაივ შოუ მე გავხსენი და ძალიან ვინერვიულე. ამიტომ ისეთი კარგი არ გამოვიდა, როგორიც მინდოდა, რომ ყოფილიყო. ამ ყველაფერს საკმარისი დროც ვერ დავუთმე, რადგან ამ შოუს პარალელურად სხვა პროექტებსაც ვაკეთებ, რომლებიც „ჯიდივის“ ეთერში მალე გავა.

— რა უფრო ადვილია, ოპორტუნულ ხასიათში გააკეთო ვინმეს პაროდია თუ ერთი ერთი მბაძის ცნობილ ადამიანს?

— ერთი ერთი მიბაძვა უფრო რთულია, რადგან ადამიანის კოპირება გინებს. მოკლედ რომ ვთქვა, ცნობილი ადამიანის სარკე უნდა იყო, თუმცა შეიძლება, სხვებთან შედარებით, მე უფრო ადვილად გამომდის. სხვა ადამიანს თუ ორი საათი სჭირდება რომელიმე პერსონაჟის მისაბაძად, შეიძლება მე ერთ ან ნახევარ საათში გავაკეთო და პირიქით, შეიძლება რომელიმე ადამიანის მიბაძვა მე გამიჭირდეს და სხვას გაუადვილდეს. მაგალითად, ანრი ჯოხაძემ ფილიპ კირკოროვის იმიტაცია გააკეთა. ჩემთვის კი მისი მიბაძვა რთული იქნებოდა, რადგან ანრი კირკოროვის ვიზუალურადაც ჰგავს, პლუს, ისიც მომღერალადაც. გემი შემოდინა ისევე კარგად ნავიყვანო, როგორც ანრი მღერის კარგად. ამიტომ მინდა, ჟიურისთვის სწორი შეფასებები გააკეთოს და მაყურებელმაც.

— ფიქრობთ, რომ ყოფილი უკმაყოფილო მკაცრი თქვენს მბაძაში?

— ასეთი შთაბეჭდილება ბევრს რჩება. შეიძლება ჩემგან ბევრს მოითხოვენ, რადგან

ის მეტი ვერ დაინახეს, რაც შემძლია და დაბალი ქულეებიც ამიტომ დაინერგეს. უკეთესზე უკეთესი არ დაილევია. ჟიურის რალაც გადაწყვეტილებებს არ ვე-თანხმები, რადგან ზოგი პერსონაჟი რალაცვების საშუალებას არ გაძლევს. მაგალითად, „გან-გამ სტაილის“ შესრულები-სას არ შემეძლო სცენიდან სხვა ტერიტორიაზე გასუ-ლიყავი ან იმ ცეკვის გარდა სხვა მეცეკვა, თავი ვოკა-ლურად გამოემჩინა, რად-გან საი, ანუ ის ადამიანი, ვინც ამ სიმღერას ასრულებს, ძლიერი მომღერალი არ არის. რაც შეეხება ცეკვას, რასაც ის ცეკვადა, მეც ის გავიმეორე.

ჟიურიმ მითხრა, შენგან მეტს ველოდითო. რა მხრივ, ვერ გავიგე. საის იმტაცია ერთი ერთში გავე-კეთე, კორეულიც კი ვისწავლე, რაც ადვილი სულაც არ იყო. მინდოდა, სიმღერის შინაარსი გამეგო და გავიგე კი-დეც. განგამ სტაილი სამხრეთ კორეაში „სვეციკების“ უბანია, რომელზეც საი ამ სიმ-ღერაში ხუმრობს, მთელი სიმღერის იდე-ეა სწორედ ამაშია.

— როგორ ფიქ-რობთ, ჟიურის წევრ-ბა თქვენ მამართ სუბ-ექსტურები არიან?

— არ ვიცი, ქალბატონ ნანუკა ხუსკვიცაძეს პირადად ჩემ მიმართ რა დამოკიდებულება აქვს, მაგრამ მას ზოგადად „კომედი შოუს“ მსახიობებისადმი ცუდი დამოკიდებულება ჰქონდა, რადგან ის თეატრალია. შეიძლება ამიტომ მინერს ასეთ დაბალ ქულეებს. ყოველ შემთხვევაში, იმის ღირსი არ ვიყავი, რა ქულეებიც დაინერგა. ამას მეც ვამბობ და ხალხიც. მაიკლ ჯექსონი რომ შევასრულე, მისმა ბექ ვოკალისტმა 7 ქულა დაინერგა. თუ ეს ადამიანი 7 ქულას წერს, ჟიურის დანარ-ჩემმა წევრებმა მისი შეფასება უნდა გაითვა-ლისწინონ, რადგან ჯექსონს ყველაზე კარგად

**„შოუსთვისაც უკეთესი იქნება, ქელებზე შემდგაიჩი მაგაიჩი „ნაშა“ თუ „გავიჩითები“. დაეებითი განწყობა შეიქმნება. შეიძლება ამაღ მინც იმოქმედოს ვიეიჩიზუ. შეიძლება ამას მოუციან, ხომ კაბა ჩავიცვა.“**

და ახლოს ის ადამიანი იცნობდა. არც იმის ამბიცია მაქვს, რომ რომელიმე ტურზე ჩემ-თვის 12 ქულა უნდა მოეცათ, ამის ღირსი არც ვყოფილვარ, მაგრამ არც იმის ღირსი ვიყავი, რა ქულეებიც დაინერგეს.

თუმცა ამით გულს არ გავიტებს, წინ მ კონცერტი მაქვს და, ვფიქრობ, მაყურებელსაც გავაოცებ და ჟიურისაც. შევძლებ, რომ ქალ-ბატონმა ნანუკამ მაღალი ქულა დაინერგოს.

— საერთო ჯამში, საკუთარი ნამუშევრით კმაყოფილი ხართ?

— არც პირველ ტურით ვარ კმაყოფილი და არც — მეორით, უფრო უკეთესად შემძლია ვილაღ-ვილაღეების მიბაძვა, რომ-ლებიც მოიხვედნენ ლიტორტონში ამომივა.

— ლიტორტონში მართლად შექმნილი აბი-

დას მომღერალი თუ წინასწარაა გათ-ვლილი, ვის ვინ შესყუება?

— წინასწარ არ არის გათვლილი. ახლა ჯამროქვაი ამომივიდა, ძალი-ან მაგარი ტიპია და მაგრად უნდა მივბაძო. ამ ადამიანის სიმღერის სტილი ძალიან მომწონს და ის სიმღერაც, რომელიც უნდა შე-ვასრულე. ჯამროქვის ტი-პაჟი, მისი მოძრაობები, ჩემ-თვის მისაღებია. მოკლედ, უნ-და მაქვარერხო და ჯამროქ-ვაი სოქართველოში „ჩამოვიყ-ვანო“.

— როგორი ტაბაჟა თქვენ-თვის როულად მისაბაძია, რას ვერ გააკეთებთ?

— ასეთი კითხვა ბევრჯერ და-ვუსვი საკუთარ თავს, მაგრამ მასუ-ხი ვერ გავეცი. ქალის ამპლუაშიც ვყოფილვარ, მაღალ ქულეებზეც ვმდგარვარ, რამდენიმედენიანი კოლ-გობებიც მცმია და მინი ქვედაბანე-ბიც. მოკლედ, ძალიან მარტივად შემძლია ქალს მივბაძო. შოუსთვისაც უკ-ეთესი იქნება, ქულეებზე შემდგარი მაგარი „ნაშა“ თუ „გავიჩითები“, დადე-ბითი განწყობა შეიქმნე-ბა. შეიძლება ამაღ მინც იმოქმედოს ჟიურებზე, შე-იძლება ამას მოეციან, რომ კაბა ჩავიცვა.

აქვე უნდა ვთქვა, რომ ჩემთვის მაყურებელი და ხალხია მნიშვნელო-ვანი, სწორედ ეს ჟიური მაძლევს მაღალ ქულეებს და ამით ვარ კმაყოფილი. ხალხთან შედარებით ის ჟიური, რომელიც იქ ზის, ჩემთვის არ არსებობს.

— გრამს ვინ ვაკეთებთ?

— ბულგარეთიდან ორი გრამიორი ქალ-ბატონი ჩამოიყვანეს. სხვათა შორის, გრამით კმაყოფილი არ ვარ. ჯექსონის პაროდისა სხვა დროს რომ ვაკეთებდი, ჩემი მიმიკით და სახით უფრო ვემსგავსებოდი მას, ვიდრე იმ მაკია-ჟით, რომელიც პირველ ტურში გამიკეთეს. როცა „განგამ სტაილი“ შევასრულე, ვილაღ კორეელი ადამიანი ვიყავი, ოღონდ ვილაღ და არა — საი. ცოტა მოსუქებული ტიპი უნდა ვყოფილიყავი, ლოყებიც უფრო მსუქანი უნდა მქონოდა. თმაც არასწორად მქონდა. ამ პრეტენზიებს კი გამოვხატავ, მაგრამ ვინაიდან ჩემზე კომპეტენტურები ისინი არიან, მეტის თქმის უფლება არ მაქვს. შემძლია პრეტენ-ზია გამოვხატო და რალაც შემისწორონ ან — არა.

— სიმღერის დროს გრამს ალბათ სელსაც ვაშ-ლით.

— კი, როგორ არა! სახეზე გადევს სილიკო-ნი, ლეიკო, ნუბო, საღება-ვები, პარიკი... ეს ყველა-ფერი სიმღერის დროს ხელს გიშლის, მაგრამ ისიც უნდა გავითვალის-წინოთ, რომ, ჩემ გარდა, ეს ხელისშემშლელი ფაქ-ტორები სხვებსაც აქვთ.

— ყველაზე რეალურ კონკურენტად ვის აღი-კამთ და რამდენად დაბაზუ-ლია შენით სიტუაცია?

— კონკურენტად ვის აღვიქვამ? არ ვიცი. მე ვერც ანრი ჯოხაძეზე უკეთესად ვიმღერებ, ვერც სალომე ქათამაძეზე, რადგან ისინი მომღერლები არიან. ვერც ლაშა რამიშვილზე უკეთ, რადგან ის მუსკომედიის მსახიობია და ვოკალური მონაცემებიც აქვს. მე შემძლია მათი პაროდია გავაკეთო, ანრი ჯოხაძეს, სალომე ქათამაძეს, ლაშა რამიშვილს მივბაძო. რატომღაც ხალხმა ისე აღიქვა, რომ მე

**„ჩემთვის მაყუებელი და ხალხია მნიშვნელოვანი, სწორედ ეს ვიეიჩი მაძლევს მაღალ ქულეებს და ამით ვაი კმაყოფილი. ხალხთან შედარებით ის ვიეიჩი, ხომელიც იქ ზის, ჩემთვის აი ახლებობს“.**

მომღერალიც ვარ. თუმცა იმის ამბიციაც მაქვს, რომ შეიძლება ისეთი ადამიანის მიბაძ-ვა მომიწიოს, რომ ჩემი ვოკალური მონაცე-მებით ანრიც ჩამოვიტოვო, სალომეც და ლაშაც.

გამარჯვება ყველას უნდა, მაგრამ ადამი-ანური დაპირისპირება არავისთან მაქვს, პი-რიქით, ზოგჯერ რალაც იდეებსაც კი ვუზი-არებ მათ, რადგან ეს გადაცემა იმ არხზე კეთდება, სადაც მე ვმუშავებ. ამიტომ მინდა, ეს შოუ ბევრს მოეწონოს.

— რა პრისაა გამარჯვებულისთვის?

— პირველ ადგილზე გასულისთვის 40 000 ლარია დანებული, მეორე ადგილზე გასუ-ლისთვის — 20 000, მესამე ადგილზე გასულს კი ავტომობილი ერგება წილად. ნებისმიერი ადგილი ჩემთვის მისაღებია. ვიბრძვი იმის-თვის, რომ ხალხმა თქვას, ამიკო ნიჭიერიაო. კიდევ ერთხელ ვამბობ, ჩემი ჟიური ხალხია!

— ამიკო, ასეთი დატყართული სამუშაო რეჟისის პარალელურად თქვენი აჯახური ცხოვ-რება როგორ მდის?

— ორი შვილის, საბას და ემილის მამა ვარ. საბა 2 წლის და ნ თვისაა, ემილი კი — 6 თვის. იმის გამო, რომ სახლში ერთი-ორი თეთრი შვიტანო, დღის მთავარ ნაწილს — დღიდან საღამომდე, სამსახურს ვუთმობ. შვილებს ერთი საათით ძილის წინ ან გაღვიძებისას ვნახულობ. ამის გამო მუფლესთან კამათიც მომსვლია, რომ ბავშვი გასასეირნებლად ვერ მიმყავს და ა.შ. რა თქმა, უნდა, გული მწყდება, რომ ცოლ-შვილს ბევრ დროს ვერ ვუთმობ. ბავშვებთან ყოფნა ძალიან მიყვარს, მათთან პრობლემები მაგნიყდება, არც ბანკის ვალეში მახსოვს, არც — შოუ. ჩემი ცოლი, ანა ონიანი, ძალიან მაგრად მიდგას გვერდით, აქტიურად მიჭერს მხარს.

✓ კა ლეონიჯავა

**გაიაღვილით საჭმლის მონელება**  
**იკონიით მიიღეთ უფაქტური**  
**კრეზამი**  
თითო კავსულა ყოველი ჭამის დროს  
[www.krezam.ge](http://www.krezam.ge)  
გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას, გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

# პახტანგ ნინუას ორი სიყვარული

**მ**სახიობ ვახტანგ ნინუაზე ამბობენ, რომ თავის ეკრანულ გმირებს ჰგავდა — ყოველთვის მსიარული, უბოროტო და თბილი იყო. თუმცა ლიმილის მიღმა მისი პიროვნული დრამა იმალებოდა. მისი ცხოვრების გზა ორმა დიდმა სიყვარულმა, ორმა ქალმა გადაკვეთა. ერთთან 30 წელი იცხოვრა, მეორესთან — 20 წელი. პირველი ქორწინებიდან ორი ქალიშვილი ეყოლა — მარიკა და მანანა, მეორედან — ვაჟი, ოთარ.

მსახიობის პორტრეტი „სარკის“ გალერეისთვის მისი ოჯახის წევრებმა „დახატეს“.

**მანანა ნინუა** — უმცროსი ქალიშვილი:

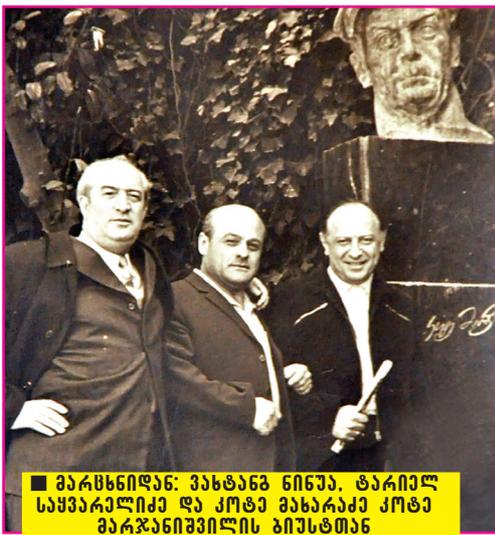
— მამა ბაქოში დაიბადა. მამამისი, დავით ნინუა, შეძლებული პიროვნება გახლდათ. მას ბაქოში ორი ნავთობსარენი და კონიაკის ქარხანა ჰქონდა, სადაც თავისი სახელობის კონიაკს უშვებდა. მამა იხსენებდა, როცა სახლში შემოვიდოდა, იმდენი ფული ჰქონდა, რომ აქეთ-იქით ისროდა, მე და ჩემი ძმა კი ვკრეფდითო. საქართველოში საბჭოთა ხელისუფლება რომ დამყარდა, ბაქოში მცხოვრები ქართველების დიდი ნაწილი საზღვარგარეთ წავიდა, ნაწილი საქართველოში დაბრუნდა. ბაბუამ გადაწყვიტა, ბათუმში გადმოსულიყო. ბათუმში ორი სახლი და ერთი აგარაკი შეიძინეს. ქარხნის ბედი ჩემთვის უცნობია.

მამა ბათუმის მანქანათმშენებლობის ტექნიკუმში სწავლობდა. მერე მშენი თბილისში გადმოვიდნენ საცხოვრებლად, ვახუშტის ქუჩაზე შეიძინეს ბინა. მამამ თბილისში საქართველოს ინდუსტრიულ ინსტიტუტში გააგრძელა სწავლა. მეორე მსოფლიო ომის დროს 31-ე ქარხანაში ცვლის უფროსად მუშაობდა. როგორც დედა იხსენებდა, თვეობით არ მოდიოდა სახლში. ომი რომ დამთავრდა, ქარხნიდან წამოვიდა და კინოსტუდიასთან არსებული სასწავლებელი დაამთავრა.

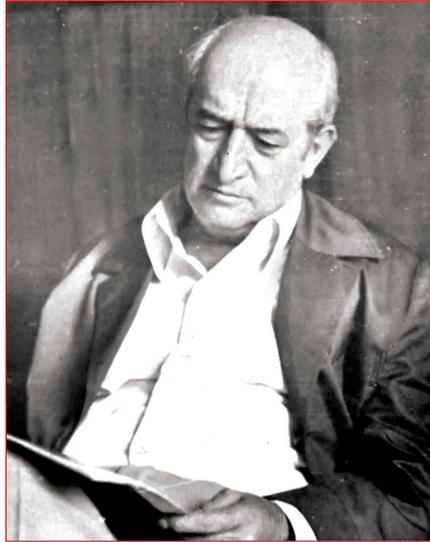
**მის ფილმებზე ეკრანულ სასუბუქე გვახსოვს. რამდენი რილი უყვარდა გამორჩეულად?**

— მამა 50 ფილმშია გადაღებული, მაგრამ განსაკუთრებით უყვარდა ფილმი „რაც გინახავს, ვეღარ ნახავ“. როცა მიხეილ ქაიურელმა თავადი ავთანდილის როლზე დაამტკიცა, ბავშვივით იყო გახარებული. არ ვიცო, რატომ, მაგრამ მამაჩემის გმირს ამ ფილმში ედიშერ მალალაშვილი ახმოვანებს.

ფილმ „განაჩენს“ რომ იღებდნენ, მამამ თავისი გმირისთვის გრიმი თავად მოიფიქრა. გადაღებები დილით იწყებოდა და ადრინადად გადიოდნენ ველზე. მამა ქარიან ამინდში ყოველთვის უნომრო სათვალეს (მამის სათვალეს არ ხმარობდა) იკეთებდა. ერთხელ სათვალე სახლში დარჩა და გრიმგაკეთებული უკან მობრუნდა.



**მარხნიდან: ვახტანგ ნინუა, ტარილ საყვარელიძე და კიტა მახარაძე კიტა მარჯანიშვილის ბიუსტთან**



## „მამას უთქვამს, ცხოვრებაში ერთი შეცდომა ჩავიდინე და დემრთმა არ მანატიაო“

კარი რომ გავაღე, მამა ვერ ვიცანი და შიშით გული წამივიდა. მამა მომვარდა, ხმაურზე დედაც გამოვიდა. გონზე რომ მოვდიოდი და მამას შევხედავდი, ისევე ცუდად ვხდებოდი. ბოლოს დედა მივკვდა და მამას უთხრა, გადი, შენ რომ გრიმით გხედავს, იმიტომ მისდის გულიო.

ფილმი „უდიპლომო სასიძო“ ეკრანებზე რომ გამოვიდა, მამაზე ნაწყენი ვიყავი. სკოლაში ამხანაგები დამცინოდნენ, მამაშენი ლორებს კოცნისო. სახლში ატირებული მივედი და მამას საყვედური ვუთხარი, ამ ფილმში რატომ ითამაშე-მეთქი. მომეფერა და მითხრა, იცი, რამდენი ფული მომცეს ამ როლშიო. მაშინ მსახიობებს ძალიან უჭირდათ, ავეჯიც მირ გვექონდა.

„აკაკის აკვანი“ რომ გადაიღეს, ნატო ვაჩნაძემ ყავის სერვიზი შეიძინა და მამასაც აყიდვინა. იმ სერვიზს დედა ფეხსაცმლის ყუთში ინახავდა.

„უდიპლომო სასიძო“ რომ გადაიღეს, სანამ ეკრანებზე გავიდოდა, მოსკოვში წაიღეს და იქ უჩვენეს. ნიკიტა ხრუშჩოვს ისე მოსწონებია, იმდენი უყვინია, რომ კინალამ სკამიდან გადავარდნილა. მისივე ბრძანებით, ყველა მსახიობს, ვინც ამ ფილმში იყვნენ დაკავებული, ძალიან დიდი პრემია გამოუწერეს. ამ ფულით დედა მოსკოვში წავიდა და ავეჯი შეიძინა, ბავშვებსაც რაღაცეები გვიყიდა.

**— როგორი იყო ვახტანგ ნინუა თქვენს მეგობრებთან, კოლეგებთან?**

— თავის გმირებს ჰგავდა, მსიარული და ალერსიანი იყო. მისთვის შური და ლალატი მიუღებელი იყო. უნაგაროდ შეეძლო ადამიანის დახმარება. ერთხელ მალაზიაში ვილაც ქალი ატირებული დანახა და დახმარება შესთავაზა. ქალმა უთხრა, რომ მისი შვილი ფსიქიატრიულ საავადმყოფოში იწვა, მაგრამ წამლებს არ აძლევდნენ. მეორე დღეს მამამ ის ქალი ჯანდაცვის მაშინდელ მინისტრთან შეიყვანა და მინისტრს უთხრა, რომ ის ადამიანი მისი ახლობელი იყო. იმ ქალის შვილი წამლებიც მისცეს და ყველანაირად დაეხმარნენ.

მამა სახლში არასოდეს მოვიდოდა ხელცარიელი. თავად აზიზი მჭამელი იყო, წინა დღის სადილს მეორე დღეს აღარ ჭამდა. მაცივარში ყველაფერი გვექონდა, მაგრამ დედაჩემი თუ არ გაუშლიდა სუფრას, მთელი დღე მშვიდი იყო.

**— თქვენს მშობლებს სად ვაჯცეს ერთმანეთი, რიგთან მათი სიყვარულის ისტორია?**

— მამამ და დედამ, ნატო ინაშვილმა, ერთმანეთი ქობულეთში ფილმ „ბედნიერი შეხვედრის“ გადაღების დროს გაიცნეს. მამა ქობულეთში გადაღებაზე იყო, დედა კი — დასასვენებლად. მამა ხუმრობით იხსენებდა, როდესაც ხელი მოვანერეთ, ბუნება დამტიროდა, მაგრამ იხსენებდა, ცოლი არ მოიყვანო, მაგრამ მაინც მოვიყვანეო.

**— ამბობენ, ძალიან განცვიდა ვაჟი რომ არ ჰყავდა. ეს სიმართლეა?**

— კი, ძალიან განიცდიდა, ბიჭი რომ არ ჰყავდა. ჩემი და, მარიკა, ჩემზე მწლით უფროსი იყო. დედა ჩემზე რომ იყო ფეხმძიმედ, მამას ძალიან უნდოდა, მეორე შვილი ბიჭი ყოლოდა და, როცა გაიგო, გოგო დაიბადა, ეწყინა. მსახიობ სანდრო ჟორჯოლიანის ხუმრობაც მწარედ მოხვდა გულზე.

**— ასეთი რა უინა?**

— მამა თურმე ჩვენ სანახავად მოვიდა სამშობიაროში. იქიდან კი მარჯანიშვილის თეატრში ფეხით წავიდა. გზაში სანდრო ჟორჯოლიანი შეხვდა. მამამ რომ უთხრა, მეორეც გოგოც მეყოლაო, ჟორჯოლიანმა პირდაპირ მიახალა: „არ დალუპულხარ, კაცო?!“. იმ დღის შემდეგ მამა სამშობიაროში აღარ მოსულა, მე



**ნატო ინაშვილი უფროსი შვილ მარიკასთან ერთად**

## „მუხედავად იმისა, ხომ მამამ გული აკუნა. დედამ მისი გახდაცვლება ძალიან განიცადა. ისე ინეჩიუდა, ხომ ოხ კუჩხში ეიაბუჯი დაემახთა. დედას მამა მთელი ცხოვრება უყვარდა“.

და დედა იქიდან მამიდან გამოგვიყვანა. დედა მიყვებოდა, რომ მამა 3 თვის განმავლობაში ახლოს არ გამკარებია, ერთხელაც არ დაუხედავს ჩემთვის. ერთი ოთახი ჰქონდათ და როცა სადმე მიდიოდა, ჩემს აკვანს გარს შემოუვლიდა და ისე გადიოდა სახლიდან.

მეორე კი მე და მამას ძალიან ახლო ურთიერთობა გვექონდა, ჩემს დაზე მეტად უყვარდით. მამა-შვილიც ვიყავით და მეგობრებიც. მას ძალიან ვყავარ, ამიტომ ვახტანგს ვინმე რომ ეტყოდა, მანანა შენ გგავს, მამა პასუხობდა, ნუთუ ასეთი უშნო ვარო.

**— ქალიშვილებს რა პრიფესია აინჩიო?**

— მე ფილოლოგი ვარ, პოლიტიკნიკურ უნივერსიტეტში ლექციებს ვკითხულობ. ჩემი და, მარიკა, რუსული ენის სპეციალისტი გახლდათ, 55-ე სკოლაში პედაგოგად მუშაობდა. რამდენიმე წლის წინ გარდაიცვალა.

ერთ ამბავსაც გავისხენებ. როცა ჩემი დის-შვილი დაიბადა, მამა გადაღებაზე იყო. როცა გაიგო, რომ შვილიშვილიც გოგონა ეყოლა, გაბრაზებულმა თქვა, ფუ, ეს ჩემი სიძე მე დამმსგავსებიაო. ჩემს დას ქალ-ვაჟი დარჩა. მე ერთი ვაჟი, ირაკლი ინასარიძე მყავს და ორი შვილიშვილი, 11 წლის თემიკო და 6 წლის ანი. ჩემი მუცელს ვენიონერია.

**— ამბობენ, ვახტანგ ნინუას სისუსტე ქალებს**



# რამაზ გიორგობიანი — მსახიობი, როგორცაა ქინო ბელისნაკად ქეხა

## „ზოგჯერ ანაფერს იტვოდა, მაგრამ მის თვალებში დიდი სევდა ჩანდა“



**მ**ისი გამოჩენა კინოეკრანებზე მოულოდნელი იყო, მისი ამქვეყნიდან წასვლაც — მოულოდნელი. ნიჭიერი მსახიობი და რეჟისორი რამაზ გიორგობიანი 49 წლის ასაკში გარდაიცვალა. იმქვეყნად გაიყოლა დარდი დაუსრულებელ ფილმზე, თავის სცენარებზე, არეულ ქვეყანაზე, ოჯახზე, ერთადერთ შვილზე... რამაზ გიორგობიანის ბოლო ნაშუაგვრის ფილმ „მორევის“ პრემიერა მისი გარდაცვალების შემდეგ შედგა. ოჯახის წევრები ამბობენ, ამ ფილმზე დარდმა მოუსწრაფა სიცოცხლე. ეკრანზე განსახიერებული მისი ყველა პერსონაჟი თითქოს ღრმა სევდას ატარებდა, თავადაც ასეთი იყო — ფიქრიანი და სევდიანი.

რამაზ გიორგობიანს „სარკვეში“ მისი და, მაია გაჩეჩილაძე იხსენებს.

### დედა

#### მაია გაჩეჩილაძე:

— რამაზი ჩემზე 14 წლით უფროსი იყო. დედით ერთი ვიყავით, მამემი გვყავდა სხვადასხვა. მამაჩემს, გივი გაჩეჩილაძეს, რამაზთან არაჩვეულებრივი ურთიერთობა ჰქონდა და მის აღზრდაშიც დიდ მონაწილეობას იღებდა. სხვათა შორის, ჩემს ძმას ძალიან უნდოდა, დედამისი გივის გაპყოლოდა ცოლად. ის რამდენჯერმე იყო დედასთან სახლში სტუმრად. ერთხელაც თურმე რამაზი აღარ უშვებდა, ჩვენთან დარჩიო, ეუბნებოდა. ბებიამეც ქალიშვილისთვის უთქვამს, აი, ხომ ხედავ, ბავშვს გივი მოსწონს და შენც სერიოზულად იფიქრო. მოკლედ, დედაჩემი ხელმეორედ გათხოვებისგან თავს იკავებდა, მაგრამ ეს ნაბიჯი რამაზის გავლენით გადადგა.

მამაჩემი კონსერვატორიის პროფესორი და ოპერის რეჟისორი იყო. 1970 წელს მან გახსნა ქუთაისის ოპერის თეატრი და „აბესალომ და ეთერი“ დადგა. ის 4 წლის წინ გარდაიცვალა. სულ ვამბობ, რომ მამა ორჯერ მოკვდა. პირველად, როცა რამაზი, მისი გერი გარდაიცვალა და მეორედ, როცა თვითონ წავიდა ამქვეყნიდან.

დედაჩემი, ნუცა მიქელაძე, ძალიან ლამაზი ქალი იყო. სულ ამბობდა, გარეგნობით ვერცერთი შვილი დავიშგავსე, ორივე მამებს

ჰგვანანო. დედა ოპერის მომღერალი იყო საკმაოდ კარგი მონაცემებით, მაგრამ თავისი კარიერა 40 წლის ასაკში შეწყვიტა. პოეტი ირაკლი აბაშიძე ამბობდა, ნუცა საქართველოს იადონიაო. ოპერიდან ინტრიგების გამო წამოვიდა. საშინელება ხდებოდა, მსახიობები ერთმანეთს ფარულად ებრძოდნენ. მაშინდელი „ცეკვა“ წყვეტდა, ვის ეთამაშა და ვის — არა. დედამ ვერ

ფეხბურთსაც თამაშობდა. საქართველოს ფეხბურთის ნაკრებში უნდოდათ მისი აყვანა, მაგრამ „დინამოს“ სანჯრთელ ბაზაზე რომ მივიდა და ივარჯიშა, მეორედ იქ წასვლა აღარ მოუხდა. ისხენებდა, მთელი სტადიონი მუხლიჩოქა რომ შემომატარეს, მაშინ მივხვდი, ამას ვერ შევძლებდიო. ყოველ მხრივ განათლებული იყო, ხატავდა, წერდა, სპორტი უყვარდა...

ლო. მეუბნებოდა, რეჟისორი უნდა იყოს განათლებული, იცოდეს მხატვრობა, არქიტექტურა, მუსიკა, კინო, ამის გარეშე რეჟისორი ვერ შედგებაო. ჩემს განათლებაზე ზრუნავდა, სხვადასხვა სახის ლიტერატურა მოჰქონდა და მირჩევდა, წამეკითხა. თეატრალურ ინსტიტუტში რომ ვაბარებდი, მომიტანა ნიგინი, რომელიც ყველაფერი ეწერა მხატვრობაზე. ისეთ რაღაცეებს მასწავლიდა, რასაც ჩემით ვერ ვისწავლიდი და არც ინსტიტუტში მასწავლიდნენ. ჩემთვის არამარტო ძმა, მასწავლებელი იყო. ჩემს განვითარებაში მას დიდი წვლილი მიუძღვის.

რამაზი ძალიან მაკლია. მან ყოველთვის უფრო მეტი იცოდა ჩემზე. უამრავ რჩევა-დარიგებას მაძლევდა. ყველაზე ხშირად ამ სიტყვებს მიმეორებდა, ენამ არ უნდა გაუსწროს ტვისს, ჯერ სათქმელი გაიაზრე და მერე თქვიო. რაღაც რომ მიჭირდა, პირველ რიგში, რჩევას მას ვეკითხებოდი.

**„ფილმში „მოხვი“ ბუხი ისტოხია მის ცხოვრებას ნაგავს. სცენაჩის ნახვის შემდეგ მივხვდი, ხომ ჰამაზისთვის ბუნდოვანი იყო მიზეზი, ხის გამოც მისი მშობლები ეხთად აუხ იყვნენ. ხოგოვი ჩანს, ეს ამბავი და გაუჩვევლობა ყოველთვის ანუხებდა და გელისტიკვილი ფილმში გადმოიყანა.“**

შეძლო ამდენ უარყოფითთან გამკლავება. მან და მისმა მეგობარმა ლამარა ჭყონიამ ერთად მიიღეს გადაწყვეტილება, ოპერა დაეტოვებინათ და უკრაინაში წასულიყვნენ. მაშინ მე ერთი წლისაც არ ვიყავი, ამიტომ დედამ წასვლა გადაიფიქრა. მე ვერ დამტოვა.

ლამარა მარტო წავიდა და იქ ფურორი მოახდინა, კარგი კარიერა აიწყო. ნუცაც რომ წასულიყო, წარმატებული იქნებოდა, მაგრამ მან წინა პლანზე ოჯახი დააყენა. ასე ნაადრევად შეწყდა მისი საქმიანობა. არადა 40 წელი ოპერის თეატრის მსახიობისთვის გაფურჩქვნის ასაკია და ამის შემდეგ იწყება ყველაფერი. მეორე დედამ პედაგოგად დაიწყო მუშაობა, ქართულ ფილმებსაც ამზოვანებდა. ბევრ ფილმში ცნობილ მელოდიებს სწორედ ის მღეროდა — „ბედნიერი შეხვედრა“, „ჯურღალის ფარი“, „ქეთო და კოტე“. საერთოდ მას, ისევე როგორც რამაზს, კარიერაში ძალიან არ გაუმართლა. ეს ალბათ ბედი იყო — ინტრიგებთან გამკლავება ვერ შეძლო.

დედას გულის მანკი ჰქონდა და 1984 წელს გარდაიცვალა. ბოლო პერიოდში საავადმყოფოში იწვა. მე, ჩემი ძმა და მამაჩემი მორიგეობით ვრჩებოდით მასთან. დედა ამბობდა, რამაზს მთელი ღამე არ სძინავს და გაფართოებული თვალებით მიყურებს, კარგად მივლის, მაგრამ სულ დაძაბულიაო. დედის გარდაცვალება მან ძალიან მძიმედ გარდაიტანა.

### გაძმობა

— ჩემი ძმა ბავშვობაში ძალიან კარგად იდგა თხილამურებზე და

რებთ-მეთქი. ბებია მბასუხობდა, მამა არ ჰყავს და ამიტომ მას მეტი ყურადღება სჭირდებაო.



რამაზი ღვლასთან და ჯასთან ერთად

ერთხელაც გავბრაზდი და ჩუსტები მაკრატლათ ნაკუნ-ნაკუნ დაუფუჭე, თან ვამბობდი, ესეც თქვენი რამაზიკო-მეთქი. როდესაც ცაღინებოდა, ვცდილობდი, მისთვის ხელი შეემშალა. ოთახიდან ვერ მაგდებდა და ყვიროდა, ეს ბავშვი მომამორეთო.

ეს ყველაფერი ღრმა ბავშვობაში დარჩა. რომ წამოვიზარდე, რამაზი ჩემთვის ახლობელი გახდა. არასოდეს არაფერი დაუშლია. დედას ეუბნებოდა, თავისუფლება მიეციო. შინაგანად თავისუფალი ადამიანი იყო და უნდოდა, გარშემოყოფნიც ასეთი ყოფილიყვნენ. თავისი ქალიშვილისადმიც ასეთი დამოკიდებულება ჰქონდა. ცოლს ეტყობდა ხოლმე, თინათინი ამხანაგებთან გაუშვი, ნუ შეზღუდავო.

მე თეატრალური უნივერსიტეტის ასოცირებული პროფესორი ვარ. ასევე ვასწავლი თბილისის სახელმწიფო კონსერვატორიაში და ქუთაისის ოპერის თეატრის რეჟისორი გახლავართ. ჩემი არჩევანი რამაზმა ძალიან დადებითად მიი-

მის გვერდში დგომას მუდამ ვგრძნობდი. ჩემთვის რამაზი ყველაფერის ეტალონი იყო, რადგან თავისი განათლებითა და ნიჭიერებით ყოველთვის გამოირჩეოდა.

### ზიჟივი ცხვილი

— რამაზი 16 წლის იყო, როდესაც მამამისი, დღუტუ გიორგობიანი, გარდაიცვალა. ის თანამდებობის პირი გახლდათ. ჩემი ძმა 7 წლის იყო, როდესაც დედა და დღუტუ დაშორდნენ, მაგრამ მამასთან ურთიერთობა ჰქონდა, თანაც ძალიან კარგი. ის ყურადღებას აქცევდა შვილს და მასზე ზრუნავდა. ჩემი ძმა მშობლების დამოკიდებულებას ძალიან განიცდიდა, მაგრამ ამას არასდროს გამოხატავდა. წლების შემდეგ მან ფილმი „მორევი“ გადაიღო, რომელშიც ბევრი ისტორია მის ცხოვრებას ნაგავს. სცენარის ნახვის შემდეგ მივხვდი, რომ რამაზისთვის ბუნდოვანი იყო მიზეზი, რის გამოც მისი მშობლები ერთად აღარ იყვნენ. როგორც ჩანს, ეს ამბავი და გაურკვევლობა ყოველთვის ანუხებდა და გულისტკივილი ფილმში გადმოიტანა.

### შეხვევა, ხომელმაც ჰამაზის ცხოვრება შეცვალა

— ჩემი ძმის კინოკარიერა ისე დაიწყო, რომ ამას არათუ ოჯახი, თავადაც არ ელოდა. რამაზი რეჟისორ ოთარ იოსელიანის აღმოჩენა. ის მაშინ ფიზიკა-მათემატიკის ფაკულტეტზე სწავლობდა, მათემატიკურ ოლიმპიადაზე გამოიძლია. ამ დროს რეჟისორი „გიორგობისთვის“ გადასალებად ემ-

ზადებოდა და მთავარი როლის შემსრულებელს ეძებდა. რამაზი მისმა ასისტენტმა შეამჩნია და ბატონო ოთართან მიიყვანა. მას უთქვამს, ზუსტად ასეთ ბიჭს ვეძებდი. რამაზის სახით რეჟისორმა ქართულ კინოში ახალი გიგანტი შემოიყვანა.



■ გურამ ლორთქიფანიძე და რამაზ გიორგიშვილი

მოკლედ, „გიორგიობის თვეში“ გადაიღეს და აქედან დაიწყო მისი კინოთი მოწინაველი. იმდენად ღრმად შევიდა ამ სფეროში, რომ ფიზიკა-მათემატიკურ სწავლის გაგრძელება აღარ მოუწონდა. ჟურნალისტიკის ფაკულტეტზე გადაიტანა საბუ-

თან მუშაობა, პარტნიორთან ურთიერთობა, შუქ-ჩრდილების აღქმა არაჩვეულებრივად გამოსდიოდა. ეს ბატონი ოთარის დამსახურებაც იყო, რადგან კინოში ფეხი მან აადგმევინა. საერთოდ, რამაზის ის ძალიან უყვარდა, მისთვის ბატონი ოთარი ყველაფერი იყო. სხვათა შორის, როდესაც ფილმს „იყო შაშვი მგალობელი“ იღებდა, მთავარ როლზე ჩემი ძმის აყვანა სურდა. იმ დროს რამაზი თენგიზ აბულაძეს დათანხმდა, ეთამაშა ფილმში

**„გიორგიობის თვეს“ ლინის კახანაში იღებდნენ. გადამღები ზაფხუი ყოველი დღის ბოლოს ქვიფობდა. ჩემი ძმაც მათთან ერთად სვამდა. დედა ამის გამო ძალიან ბზაზობდა. ერთხელ ოთარს იოსელიანს დაუხედა და კახაძე გამოიღწა. უთხრა, შვილს მიუქვებთ, გამიღოთეთო“.**

თები, რადგან კარგად წერდა. სწავლა რომ დაამთავრა, მოსკოვში წასვლას და კინორეჟისორის პროფესიის დაუფლებას აპირებდა. ეს დედას ძალიან არ უნდოდა, მაგრამ რამაზს უუკვე გადაწყვეტილი ჰქონდა. ზუსტად იმ წელს, რეზო ჩხეიძის, თენგიზ აბულაძისა და ეთერ გუგუშვილის დიდი ძალისხმევით, კინოსარეჟისორო ჯგუფში თბილისშიც გაიხსნა. ჩემმა ძმამ სწორედ იქ ჩააბარა. დედა ბედნიერი იყო, რომ მისი შვილი მოსკოვში აღარ წავიდოდა და თავისი კალთის ქვეშ ეყოლებოდა.

„სამკაული სატრფოსათვის“, ამიტომ ბატონი ოთარისთვის უარის თქმა მოუწია. მას ეწინაა და ჩემმა ძმამაც ძალიან იმერევილა. სიცოცხლის ბოლომდე აწუხებდა, რომ მაშინ ოთარ იოსელიანს უარი უთხრა. ამაზე ხმაამაღლა არაფერს ამბობდა, მაგრამ ეტყობოდა.

რამაზს ბევრ ფილმში იღებდნენ და შემდეგ უკვე თავადაც იღებდა. სამწუხაროდ, რეჟისორობა ქვეყნისთვის მძიმე პერიოდში — გასული საუკუნის 90-იანი წლების დასაწყისში მოუხდა, ამიტომ ფართო საზოგადოებამ ნაკლებად იცოდა მისი ფილმების შესახებ. მისი ფილმებიდან ყველაზე ცნობილი მაინც „ლოლიტა“ იყო. ბოლომდე არ ეძლეოდა საკუთარი ძალების და ნიჭის გამოვლენის საშუალება. ეს ალბათ იმ საშინელი წლების ბრალიც იყო, რომელიც ჩვენი ქვეყანა იმყოფებოდა. ერთხელ ამერიკელებმა სცენარი შეუკვეთეს. მასსოვს, გაყინულ სახლში, ლამპის შუქზე, გაყინული ხელებით წერდა.

რამაზის მსახიობობას დედაჩემი უარყოფითად შეხვდა. „გიორგიობის თვეს“ ლინის ქარხანაში იღებდნენ. ბუნებრივია, რომ მსახიობები და გადამღები ჯგუფი ყოველი დღის ბოლოს ქვიფობდნენ. ჩემი ძმაც მათთან ერთად სვამდა. დედა ამის გამო ძალიან ბზაზობდა. ერთხელ თურმე ოთარ იოსელიანს დაურეკა და კარგად გამოიღწა. უთხრა, შვილს მიუქვებთ, გამიღოთეთო. ძალიან უნდოდა, მისი ვაჟი ფიზიკა-მათემატიკოსი გამოსულიყო. შემდეგ ოცნებობდა, ჟურნალისტი გამხდარიყო. მსახიობი შვილი სასტიკად არ უნდოდა. ჟურნალისტიკის ფაკულტეტზე რომ დაამთავრა, რამაზმა დიპლომი დედას გადასცა. უთხრა, ამას შენ გჩუქნი, კედელზე გააპარი, მე კი კინოში მივიდივარო.

**დიდი სევდა**  
— რამაზი ძალიან ემოციური იყო, ყველაფერი გულთან ახლოს მიჰქონდა. განსაკუთრებით განიცდიდა იმ არეულობას, რაც ქვეყანაში იყო. ერთხელ მომიყვა: თურმე რუსთაველზე ფეხით მიდიოდა, ფილარმონიასთან თავისი უახლოესი მეგობარი შეხვდა. იმ დღეს ფილარმონიაში „მრგვალი მაგიდის“ შეკრება იყო. მეგობარმა ჰკითხა, დღეს ყრილობაა და ხომ შემოხვალო. რამაზმა უპასუხა, ცოტას გაცივლი და მერე მოვალო. გზა ფეხით განაგრძო და კინო „რუსთაველთან“ მისულს მეორე მეგობარი შეხვდა. იქ კი რომელიღაც ოპოზიციური პარტია მართავდა შეხვედრას. მეგობარს უთქვამს, ჩვენთან ხომ მოხვალო. რამაზი მასაც შეკვირდა, რომ მივიდოდა. მითხრა, არსად წავსულვარ, შევწუხდი, რომ ხალხი ასეთი არეული იყო.

ფილმში „სერენადა“ რამაზი დიდხანს იყო თოვლში ჩაფლული, შემდეგ არცთუ ზედდნენ, რომ არ გაცივებულიყო. დედა ამაზეც ბევრს ნერვიულობდა, მაგრამ რალას გაანწყობდა — ჩემმა ძმამ არჩევანი გააკეთა და კინოს არ მიატოვებდა. ფილმ „მხიარული რომანის“ რამდენიმე კადრი ჩვენს სახლთან გადაიღეს. მაშინ რამაზს რომ ვუყურებ, მივხვდი, ის ნამდვილი არტისტი იყო. არ იყო პროფესიონალი მსახიობი, მაგრამ კამერას-

რამაზი ძალიან აპოლიტიკური იყო და გული სტკიოდა, როცა ხედავდა, როგორ ეჯახებოდნენ ადამიანები ერთმანეთს პოლიტიკური შეხედულებების გამო. აწუხებდა ყველაფერი, რაც მის ქვეყანასა და ხალხს ეხებოდა. ზოგჯერ ხმაამაღლა არაფერს იტყოდა, მაგრამ მის თვალში დიდი სევდა ჩანდა ხოლმე.

**პიქიუხა**

**სიკვდილის შემდეგ**

— რამაზის ბოლო ფილმი იყო „მორევი“, რომლის პრემიერაც მისი გარდაცვალების შემდეგ შედგა. მის გადაღებაზე რამაზი ძალიან განვალდა. ფილმის გამოსვლას ვერ მოესწრო, არადა მასში მთელი სული და გული ჩადო. სცენარიც თავად დაწერა, რეჟისორიც თავად იყო და თამაშობდა კიდევც. მთავარი როლის შემსრულებელს სერიოზული პრობლემები შეექმნა და ჩემმა ძმამ ჩათვალა, რომ გადაღება დროებით უნდა შეეწყვიტა. როცა ყველაფერი ჩანსარდა, ფილმზე მუშაობა განაგრძო, მაგრამ არ დასცალდა, მოულოდნელად გარდაიცვალა. ძირითადი ყველაფერი გაკეთებული იყო, ხმა იყო დასადგები და კიდევ პატარა-პატარა რალაცები ავლდა. ფილმი რეჟისორებმა გიზო გაბისკირიამ და გოგი ჩხაიძემ დაასრულეს.

გარდაიცვალა. მანამდე არ უავადმყოფია და ყველასთვის მოულოდნელი იყო მისი ინსულტი. სახლში იყო, როცა თავი შეუძლოდ იგრძნო და გონება დაკარგა. 49 წლის იყო.

**ხენანეხები**

— რამაზის გარდაცვალების შემდეგ შევავროვე მისი ხენანეხები და ორ ტომად გამოვეცი. ერთი ტომი მის დაწერილ პიესებს დაეთმო, მეორე კი — თხზულებებს. მართალია, დღიურები და პირადი ჩანაწერები არ ჰქონდა, მაგრამ პიესებში მთლიანად თავის ცხოვრებას ასახავდა. ბევრი მისი ნაწერი გარდაცვალების შემდეგ წავიკითხეთ, რადგან მანამდე არავის გვაკითხებდა. მერე კი გაცოცხლებული დავრჩით. რამაზი ძირითადად თავის გულისტივილისა თუ ცხოვრებისეულ გამოცდილებებზე წერდა.

**„ბეჰი მისი ნაწიხი გახდაცვალების შემდეგ წავიკითხეთ, ხადგან მანამდე ახავის გვაკითხებდა. მეხუკი გაცოცხლებნი დაქჩიხით“.**



■ მაია ბაჩიანიძე

ბევრი გეგმა ჰქონდა, მაგრამ განხორციელება არ დასცალდა. მხოლოდ 4 ფილმი გადაიღო, სცენარები კი მეტი ჰქონდა დანერვილი.

**სიცოცხლე გიძელება**

— ჩემს ძმას ცოლი და ერთი ქალიშვილი — თინათინი დარჩა. რამაზის მეუღლე ნუნუკა ქიქოძეა, ინგლისური ენის სპეციალისტი. ახალგაზრდობაში ოდრი ჰეპბერნს ჰგავდა და

შეუძლებელი იყო, რამაზს არ მოსწონებოდა. ერთხელ მეგობრების საერთო წრეში გაიცნეს. 4-5 წელი შეეყვარებულენ იყვნენ. დედაჩემმა ბოლოს უთხრა, ამდენი სიარული რა უბედურებაა, ზარემ იქორწინეთო. რამაზი 27 წლის იყო, როდესაც ნუნუკა შერთო ცოლად.

თინათინი უკვე გათხოვილია და პატარა დაჩი ჰყავს, რომელიც 8 წლის არის. გული მწყდება, ჩემი ძმა შვილიშვილს რომ ვერ მოესწრო.

✓ თურა კრეზამაშვილი

**გაიაღვილეთ საჭმლის მონაღეაა**

**იქონიეთ მიიღეთ უკეატური**

**კრეზამი**

**თითო კაფსულა ყოველი ჭამის დროს**

**www.krezam.ge**

გამოყენებისა გაეცანი ინსტრუქციას, გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

# „გაბიასთან ურთიერთობა ამიქრქალეს“



**16** წლის გოგო გნერთ. მინდა, იმ პრობლემის შესახებ გიამბოთ, რომელიც ძალიან მანუხუხებს. ჩემი მამა და ბებია, ანუ სიძე-სიდედრი, ერთმანეთს ვერ იტანენ, გამუდმებით ჩხუბობენ. მამა ყველასთან ამბობს, რომ ცუდი სიდედრი ჰყავს, დედაჩემს მშობლების სახლში მისვლას უკრძალავს, მე კი ბებიასთან ურთიერთობას მიშლის. ტელეფონით რომ მოვიკითხო, ისიც კი აღიზიანებს, ამბობს, იცოდე, სახლიდან გაგაგდებ, მას ნუ ელაპარაკებო.

თურმე ბებიას საშინლად არ მოსწონდა სასიძო და დედას მასთან ურთიერთობას უკრძალავდა. რამდენჯერმე სცადა, ისინი ერთმანეთს დაშორებოდნენ, მაგრამ არაფერი გამოუვიდა. აზრი არც შვილის გათხოვებამ შეუცვალა. ვერ შეეგუა, რომ დედაჩემმა ასეთი არჩევანი გააკეთა. ახლაც ხშირად მეტყვის ხოლმე, დედაშენს უამრავი თავყვანისმცემელი ჰყავდა და რაღა მამაშენი აირჩიაო. როგორც მამა ამბობს, ბებია მათი ოჯახის დანგრევა რამდენჯერმე სცადა. დარწმუნებული ვარ, მართლა ასე იყო, რადგან ჩემთვისაც აქვს ნათქვამი, სულ იმაზე ვოცნებობ, თვალი როდის აეხილება, მამაშენის ნამდვილ სახეს როდის დაინახავს და იტყვის, დედაჩემი როგორი მართალი ყოფილაო. ნათესავეები, ოჯახის წევრები ბებიას გამუდმებით ეუბნებიან, რომ ამაზე ფიქრი უკვე გვიანია, რომ ამ მდგომარეობას უნდა შეეგუოს.

მამას ერთი ცუდი თვისება ნამდვილად აქვს — ეჭვიანია და დედას მარტო არსად უშვებს, ან თვითონ უნდა ახლდეს გვერდით, ან — მე. დედა სამედიცინო ინსტიტუტის მესამე კურსის სტუდენტი იყო, მამას ცოლად რომ გაჰყვა. თურმე ერთი სემესტრი ატარა ინსტიტუტში და მერე თავი დაანებებინა. ბებია სწორედ ამას ვერ პატიობს. ამბობს, ჩემს შვილს მთელი ცხოვრება მასწავლებლებთან ვატარებდი, უმაღლესში რომ აბარებდა, ნერვიულობისგან მიკრონიფარქტი გადავიტანე, ვოცნებობდი, ექიმი გამოსულყო და მისმა ქმარმა ყველაფერი წყალში ჩამიყარაო. ახლაც ცუდად რომ გახდება, ამბობს, რა იქნებოდა, ჩემი გოგო ექიმი ყოფილიყო. თეთრხალათიანს რომ დაინახავს, სულ კვნესის.

ერთი მხრივ, ბებიასი კარგად მესმის. თურმე დედა დღე და ღამეს ასწორებდა, რომ სამედიცინოზე ჩაებარებინა. ეს მას დიდი შრომის და ნერვიულობის ფასად დაუჯდა, მამამ კი სახლში დასვა. ზოგჯერ დედაც ნანობს ხოლმე, რომ ქმარს დაუჯერა. მეუბნება, შენ ასეთი რამ არ გააკეთოო. სკოლაში მეც საუკეთესო მოსწავლე ვარ, ძალიან ბევრს ვმეცადინეობ და წარმოუდგენლად მიმჩნია, ვილაცამ მომთხოვოს, რომ ჩემს ოცნებაზე ხელი ავილო. ამიტომ ბებიასი ცოტათი მესმის, მაგრამ იმას ვერ ვხვდები, რითი აღარ გაუარა წყენამ.

მამა ამბობს, რომ ბებია ჩემზე ცუდ გავლენას მოახდენს, ამიტომ მასთან არ უნდა მივიდე. ამაზე ბებია სულ გიჟდება, მამაჩემს ურევავს, ლანძლავს. მერე მამა აქედანაც არ აკლებს და...

ეს ომი ჩვენს ოჯახში არა და არ დამთავრდა. აღარ ვიცი, როგორ მოვიქცე. მამის გაბრაზება არ მინდა, მაგრამ მოხუცი ბებოც მენატრება და მეცოდება. თან სულ მიმეორებს, ჩემს შვილს ძალიან ჰგავხარო. რომ მხედავს, ისე მეფერება, სულ ცრემლები სდის.

მინდა, ჩემს ოჯახში ეს პრობლემა როგორღაც გადაწყდეს, რადგან უკვე ძალიან დავიღალე!

ქეთევანი

## გაომონაურების მსარქველანი ღაგვიკავშირდენი გალაფონება:

296-75-43 ან 5 (99) 30-93-89. იპითხით ირინე მჭაფლიძე ან იზა პარბაძე. 11-ღან 16.30 სთ-მდე, ყოველღა.

თჰჰანი ისტორიების გაომონაურა შჰიპლიათ სჰიი გჰით:

1. ანჰით სჰიი [sana.ge](http://sana.ge)-ს, ღაანჰაუნეთ ღილას „ომონაურა“ ღა ღაგჰჰეთ თჰჰანი ისტორია.
2. გაომონაურათ სხ-ით ნომარჰა 93887 გაბთიღან ღა 1779 ჰჰოსალიღან. 1 სხ-ის ფანი: გაბთიღან 1 ღარი, ჰჰოსალიღან 50 თითარი.
3. ელფონაჰა: [irmchedlidze@mail.ru](mailto:irmchedlidze@mail.ru)

ანონიჰარა ღახლანი

# „ღედას ვერ ვაჰაბიებ, რომ მამას უღალატა“

**ღ**ედას ხმას არ ვცემ, მაგრამ იძულებული ვარ, მის გვერდით ვიცხოვრო და როგორღაც ავიტანო. მის პატიებას ვერასოდეს შევძლებ. ოქროს კოშკები რომ ამიგოს, იმას, რაც გააკეთა, არასოდეს დავივიწყებ.

ჩვენ ძალიან კარგი ოჯახი გვექონდა, არაჩვეულებრივი მამა მყავდა, მაგრამ ეს ყველაფერი დედამ წამართვა. ახლა 15 წლის გოგო ვილაცის სახლში ვცხოვრობ, სადაც არც გათბობაა და არც წესიერი საჭმელი გვაქვს. მეგობრები დავკარგე, რადგან უზანიც შევიცვალე და სკოლაც. სახლში არც კომპიუტერი მაქვს და არც — ინტერნეტი. მოკლედ, რაც გამაჩნდა, დავკარგე და ეს ყველაფერი დედის უწესო საქციელის გამო მოხდა.



ჩვენს სახლში გაზაფხულიდან აირია ყველაფერი. მამამ დედაზე ეჭვიანობა დაიწყო, ამჩნევდა, რომ ის ქმარს ღალატობდა. ეს ვერაფრით წარმოემდგინა, ამიტომ დედის მხარეს ვიჭერდი. მაშინ მეგონა, რომ მამიდა დედას ჭორებს

უკრცელებდა და მისი შურდა. დედაც ამბობდა, მული ოჯახს მინგრევსო, ამიტომ დედას კბილებით ვიცავდი. ამის გამო მამიდას და ბებიას დაჯუპირისპირდი. ისინი საშინელი სიტყვებით გამოვლანძღე. მამიდამ ერთხელ სახეში გამარტყა და ხელი მეც შევუბრუნე. ამის შემდეგ აღარც მამიდა მელაპარაკება და არც ბებია. მითხრეს, ჩვენი სახელი არ ახსენოო.

მამას და დედას კონფლიქტი იმით დამთავრდა, რომ გაიყარნენ. მამამ დედას დაუმტკიცა, რომ მის ნაცნობთან ღალატობდა. დეტალების გამხელა არ მინდა, მაგრამ ისე მოხდა, რომ ეს ღალატი დედამ ბოლოს აღიარა და თქვა, ძალიან შევცდიო, თუმცა მისი სინანული საქმეს რას უშველიდა. მამამ ბარგი ჩაგვლია და სახლიდან ქუჩაში გამოგვისტუმრა, ჩემი ძმა კი დაიტოვა. დედას გამოუცხადა, ჩემს ბიჭს არსად გაგატან, ეს კი შენჩაირია და ერთმანეთს კარგად გაუგებთო. მამიდამ და ბებია, რა თქმა უნდა, არ დამიცვეს, რადგან ამის ღირსი არ ვიყავი და ასე აღმოვჩნდი დედასთან. სიამოვნებით გავიქცეოდი მისგან, მაგრამ წასასვლელი არსად მაქვს. ჩემი ძმა და მამა ძალიან მენატრებიან. არ ვიცი, ასე როგორ უნდა ვიცხოვრო.

დედა მუშაობს და, კიდევ კარგი, რომ მთელი დღე სახლიდან არის გასული. მეხვეწება, რომ დაველაპარაკო, ვაპატიო, მაგრამ ამას არ გავაკეთებ. მან ცხოვრება დამინგრია და თანაც ისეთი კაცი გამო, ვინც მამაჩემთან ახლოსაც ვერ მოვა. სულ ვფიქრობ, იმ კაცში მამა როგორ გაცვალა. მისი ქმარი ხომ ათიათასჯერ სჯობდა იმ კაცს და საყვარლად როგორ გაიხადა?! ალბათ ჩვენი გამწარება უნდოდა და ასე იმითომ მოიქცა. ვერავინ დამარწმუნებს, რომ დედას ვუყვარვარ. ასე რომ იყოს, ასეთი ცხოვრებისთვის არ გამომეტება.

მამა მენატრება და მინდა, რომ მამაპატიოს. ჩემი სახლის გარეშე ძალიან მიჭირს. თუ საჭირო გახდება, ბებიას და მამიდასაც მოვუხდი ბოდიშს. მართლა ვერ წარმოემდგინა, რომ დედა ასეთ რამეს გააკეთებდა, თორემ მათ არ ვაწყენინებდი.

„სარკის“ ერთგული ქეთევანი

# „გაგია რომ გარდაიცვალა, მეზოგლებმა თქვენს, ცუდი ქალი იყო“

**16** წლის გოგო ვარ. არ შემიძლია, ჩემი ტკივილი არ გაგიზიაროთ. ენაჭარტალა ადამიანებმა გული ძალიან მატკინეს. ბებია ძალიან მიყვარდა. მისისიკვდილი ძალიან განვიცადე, მეზობლებმა კი თქვეს, ცუდი ქალი იყო.

ბებია სინამდვილეში ძალიან სამართლიანი ქალი იყო. ჩვენი კარის მეზობელს მდგომარეობიდან გამოჰყავდა. ბებიას ჯიბრიოთ, ლობე ზედ ჩვენი სახლის საძირკველთან გაავლო. პაპა დიდი ხნის წინ გარდაიცვალა, მამაჩემი წყნარი ადამიანია და ამას მშვიდად შეხვდა. ბებიამ კი არ მოუთმინა, უთხრა, თანდათან ჩემი სახლისკენ მოიწევე, რამდენჯერმე გადმოსწიე ლობე, მაგრამ ჩხუბს მოვერიდე, ახლა ლამის ოთახებში გამივლო საზღვარიო. ძალიან იჩხუბეს. ბოლოს ბებიამ დაუმტკიცა, რომ ის მინის ნაკვეთი, საიდანაც მისი ეზო იწყებოდა, ჩვენი იყო. იმ ტერიტორიაზე კი იმ კაცის სამზარეულო მოყვა. ბებიამ უთხრა, ამას არ დაგანგრევიან, უბრალოდ ლობე გადასწიე, რომ სახლის გვერდით გასავლელი გვეკონდესო. მეზობელმა კი, თავი დაჩაგრულად რომ ეჩვენებინა, სამზარეულოც დაანგრია. თან ყველას ეუბნებოდა, ნახეთ, რა გამიკეთაო. ბებიამაც უკან არ დაიხია და...

ჩემი აზრით, ბებია სამართლიანად მოიქცა. ამიტომ მეზობლებს უფლება არ აქვთ, მასზე ცუდი რაღაცეები თქვან. ბებო ძალიან მიყვარდა. ჩემ გასაგონად მაინც არ უნდა ეთქვათ, რომ ცუდი ქალი იყო. ყველამ კარგად იცის, რომ იმ სამზარეულოს დანგრევა ბებოს არ მოუთხოვია, მაგრამ მაინც მას აბრალებენ.

ვიცი, ამ წერილს მეზობლებიც წაიკითხავენ და მიინდა, მათ ვუთხრა, რომ ამის შემდეგ არავის ვაპატიებ, ბებო ცუდად მოიხსენიონ. თუ ბევრს ილაპარაკებენ, შევახსენებ, თითოეული მათგანისთვის რამდენი სიკეთე აქვს გაკეთებული. მარტო ის ერთი რაღაც რომ დაინახეს, სიკეთეზე რატომ დაბრმავდნენ?!

*„სარკის“ მკითხველი*

✓ რუბრიკა მიაზხადა ირინე მჭედლიძე

# „მიკვირს. ჩემს დაქალბთან რა საერთოს ვნახულობდი“

**6** ელს მეთავე კლასში გადავედი. სკოლაში მისვლა მიხაროდა, რადგან კლასელებს ვნახავდი. ორ გოგოსთან ძალიან კარგი ურთიერთობა მქონდა. წელს კი თითქოს უცხო ადამიანებად იქცნენ ჩემთვის. მეც გოგო ვარ, მაგრამ მათთან საერთოს ვერ ვნახულობ. ისეთ თემებზე ლაპარაკობენ, რაც მე არ მაინტერესებს და არც მომწონს. ახლა ხშირად ვფიქრობ და მიკვირს, მათთან რა საერთოს ვნახულობდი.



არდადეგები ხომ ძალიან ცოტა ხანს გაგრძელდა, ამიტომ რამდენიმე თვეში ადამიანები ვერ შეიცვლებოდნენ. შეიძლება მე ვერ ვამჩნევდი, რომ ჩვენ შორის დიდი ზღვარი იყო და ახლა დავინახე. მოკლედ, მათთან ურთიერთობა ძალიან მიჭირს და ამას უკვე გრძნობენ. მეუბნებიან, ძალიან შეიცვალე, ვერ ვხვდებით, ჩვენგან რა გწყინსო. სინამდვილეში არაფერი მწყინს, უბრალოდ მათი საქციელი არ მომწონს და ხშირად მაღიზიანებს კიდევ.

ერთ დღეს ჩვენს სკოლელ გოგოს ძალიან დასცინეს, გოიმური კედები და შარვალი გაცვიო. ამის გამო მათთან სერიოზული კამათი მომივიდა. ვერ გავაგებინე, რომ ეს დაცინვა იყო. თვითონ ჩათვალეს, რომ უბრალოდ გააკრიტიკეს. იმ გოგოზე კი არ იფიქრეს, ასეთი მწარე სიტყვები იმდენ ბავშვთან ერთად რომ უთხრეს და სხვებიც აცინეს. თუ მართლა მისი სიკეთე სურდათ, ცალკე ეთქვათ.

ასე იმითომ მოიქცნენ, რომ სხვების თვალში მაგარი გოგოები გამოსულიყვნენ. არ მიინდა, მათთან უცებ გავწყვიტო ურთიერთობა, მაგრამ მეგობრობაც აღარ შემიძლია. მათ არ ვგავარ და არ მიინდა, ვინმემ იფიქროს, რომ ჩვენ რამე გვაქვს საერთო.

*თქვენი ერთგული მკითხველი*

www.abdiibrahim.com.tr

## უფუთნეთ „ხაეთრის ინფექციები“ თქვენი ოჯახის ერთგული მეგობრების დახმარებით

**ბენეტი**  
ორალური სპრეი



**ბენეტი კლიუსი**  
ორალური სპრეი

### ყელის ტკივილისა და პირ-ხახის ინფექციურ-ანთებითი დაავადებების ეფექტური, სწრაფი და უსაფრთხო მკურნალობა

- ▶ სწრაფად ხსნის ტკივილსა და დისკომფორტს
- ▶ უზრუნველყოფს ხანგრძლივ გაუტკივარებას
- ▶ აუზოგახებს ლაქვისა და ყლაპვის ფუნქციას
- ▶ გამოიყენება ყველა ასაკობრივ ჯგუფში: ბავშვებში, მოზრდილებსა და ხანდაზმულებში
- ▶ აქვს სასიომოვნო გემო

ბენეტი სპრეის გამოყენება შეიძლება ნ წლამდე ასაკის ბავშვებში, ხოლო ბენეტი პლიუსი ბავშვებში ინიშნება ნ წლის ასაკიდან.

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

საქართველო, თბილისი 0112,  
დ. აღმაშენებლის გამზ. 148/III



**ბენეტი**  
ბენზიდამინი



**ბენეტი კლიუსი**  
ბენზიდამინი/ქლორპექსილინი

# რაზე ჩხუბობენ სასლუი ძმები ბარბაქაძეები

**ს**ატარა მსახიობები, ძმები ვიქტორ და გიორგი ბარბაქაძეები, სხვადასხვა სერიალში თამაშობენ. უმცროსი, გიორგი, ქართველმა ტელემაყურებელმა უკვე კარგად გაიცნო და შეიყვარა კიდევ ჯეკოს გმირით. ვიქტორს კი გადასაღებ მოედანზე მუშაობის საკმაო გამოცდილება აქვს, რამდენიმე ფილმში მონაწილეობს, ახლახან სერიალში „ნათია და ნათია“ გამოჩნდა, სადაც კომპიუტერით „დავადებულ“ მოზარდს თამაშობს. ძმებს მოსწონთ ის, რასაც ახლა აკეთებენ — გადასაღებ მოედანზე მუშაობა, თუმცა სერიალმა და პოპულარობამ მათგან მსხვერპლიც მოითხოვა — ვიქტორი გაცდენების გამო სკოლიდან გაუშვეს და სხვაგან მოუწია გადასვლა, გიორგი კი იძულებული გახდა, უდროობის გამო საყვარელი სპორტისთვის — ფეხბურთისთვის დაენებებინა თავი.

ვიქტორი 15 წლის არის, გიორგი — 12-ის. ძმები ერთად გვეწვივნენ „სარკეში“ და თავიანთ ძმობაზე, პერსონაჟებსა და ინტერესებზე გვიამბეს.

— როგორ მოხვდით ძმები კინოში?

**ვიქტორი:** მსახიობობაზე არასდროს მიოცნებია. უფრო მეტად სპორტი მანტირებდა, ველოსიპედი, მთიდან დაშვება მიყვარს ძალიან. პატარაობაში ვმღეროდი და პროექტ „ანა-ბანაშიც“ მივიღე მონაწილეობა. იქ მოვეწონე პროდიუსერებს და ფილმში „რენე მიდის პოლივუდში“ გადამიღეს, სადაც უჩას როლი ვითამაშე. შემდეგ მოკლემეტრაჟიანი ფილმში „ჩიტების გამომზამთრებელი“ ვითამაშე, ამის შემდეგ იყო „სიყვარული აქცენტით“, ასევე — მოკლემეტრაჟიანი ფილმი „მირზას დაბადების დღე“ და „მე ვარ ბესო“.

საკმაოდ დიდი გამოცდილება დამიგროვდა. თავიდან თამაში მიჭირდა, ტექსტი მავინყდებოდა. ახლა ეს ყველაფერი მოგვარებულია.

**გიორგი:** არც მე მიფიქრია, რომ მსახიობი გამოვიდოდი. ჩემი ოცნება ფეხბურთელობა იყო და სპორტის ამ სახეობაზე დავდიოდი კიდევ. 5-ე სკოლის გუნდში ვთამაშობდი, თავდამსხმელის პოზიციაზე ვიყავი. ძალიან კარგი გუნდლები მყავდა, ერთ-ერთ მათგანს ახლაც ვხვდები. სამწუხაროდ, ფეხბურთის თამაშს სერიალის გადაღებების გამო დავანებე თავი.

**ვიქტორი:** ფეხბურთზე მეც დავდიოდი, ოღონდ — უფრო მოზრდილების გუნდში და მეკარის პოზიციაზე ვიყავი. შემდეგ გუნდი დაიშალა და მეც თავი დავანებე.

— გიორგი, გავინარდა, ძმის მსგავსად კერანზე გამიჩინეს საშუალება შენც რომ მოგეცა?

**გიორგი:** ერთ დღეს, სკოლიდან რომ დავბრუნდი, ბებიაჩემმა მითხრა, სერიალში მიგინვივსო. მაშინ ეს ძალიან არ გამხარებია. ჩემთვის უცხო გარემო იყო, არ ვიცოდი, რა უნდა გამეკეთებინა, როგორ მეთამაშა, ამიტომ ეს ყველაფერი ცოტა გამიჭირდა. შემდეგ შევეჩვიე და უკვე ყველაფერი ადვილი იყო.

— ტექსტების დამახსოვრება შენც ვიჭირდა, როგორც ვიქტორს?

**გიორგი:** არა, ტექსტის სწავლა არასდროს გამიჭირებია. ყველაფერს რეჟისორი,



სასლუი მშობლებს მოსწყენას არ აძლევთ.

**ვიქტორი:** მშობლები გვიძლებენ. ისე, გიორგი უფრო ცელქია, თან სულ კომპიუტერთან ზის, არ დგება.

**გიორგი:** ეს კიდევ ლამის 12 საათზე ველოსიპედით დადის ქუჩაში და მანქანებს აქეთ-იქით უძვრება.

— ლაბარაკზე გეტყობათ, ძმები სწორად ჩხუბობთ.

**გიორგი:** როცა ვიქტორი მეუბნება, რომ კომპიუტერთან დიდი ხანი არ ვიჯდებ, არ ვუჯერებ და ვჩხუბობთ. ამას რომ დავარტყა, ამერიკაში გავფრინდებ, ჩხუბი არც იცის.

— აქნებ, უმცროსი რომ ხარ, იმიტომ ვითმობს?

**გიორგი:** შეიძლება ასეც არის.

**ვიქტორი:** მე კომპიუტერთან დაჯდომა კი არ მინდა და იმიტომ კი არ ვეუბნები, რომ ადგეს, უბრალოდ დიდი ხანი ზის და იმიტომ.

— როცა ჩხუბობთ, ვინ გაშეკლებთ?

**გიორგი:** დედა გვაშეკლებს. ისე, ყველა გვანებიერებს. ისე, ჩვენ დაც გყავს, 17 წლის მარიამი. ისიც ძალიან ზრუნავს ჩვენზე. კარგია, უფროსი და რომ მყავს და არა — უმცროსი, ნერვებს არ მიშლის.

— თორივე გადაღებებში ხართ და-

კავებულნი. სკოლაში სწავლას როგორ ასწრებთ?

**გიორგი:** მე სკოლის ხშირი გაცდენა არ მინევს, ახლა კვირაში ერთხელ მაქვს გადაღებები. წინა სეზონზე უფრო აქტიურად ვიყავი დაკავებული და ხშირადაც ვაცდენდი. სკოლაში მეუბნებიან, კარგია, გადაღებებზე რომ ხარ, მაგრამ სკოლაშიც უნდა იარო, აღარ გაცდინო. სწავლაც მიყვარს, მაგრამ სპორტი უფრო მომწონს.

**ვიქტორი:** მე კი თითქმის მთელი დღე გადაღებებზე ვარ, იმიტომ სკოლის გაცდენა ხშირად მინევს.

**გიორგი:** ვიქტორი გადასაღებ მოედანზე 17 საათს ატარებს. ერთხელ შუადღის პირველ საათზე წავიდა და დილის 5 საათზე დაბრუნდა სასლუი.

— ელიდები სოღმე ძმას, როდის მოვა სასლუი?

**გიორგი:** არა, მე ვიძინებ, ეს რაში მადარდებს!

**ვიქტორი:** ყოველთვის არ მინევს გადაღებაზე 17 საათი ყოფნა, მაგრამ საკმაოდ ვიღებები და მძინებ. სკოლას და სწავლას რაც შეეხება, ახლახან ახალ სკოლაში გადავედი.

— რატომ?

**ვიქტორი:** ძველიდან გამომაგდეს.

— რატომ გამომაგდეს, გაცდენების გამო თუ სწავლა არ გიყვარს?

**ვიქტორი:** ძალიან ბევრს ვაცდენდი და ამიტომ გამომაგდეს. მე-10 კლასში ვარ.

— ვიქტორ, რა გეგმები გაქვს სკოლის დამთავრების შემდეგ, სწავლის გაგრძელებას

გიორგი ლიფონავა გვასწავლიდა, მე და ქეთას (ქეთა ორბელაძე, ტასოს როლის შემსრულებელი სერიალში „ჩემი ცოლის დაქალები“. ავტ.) გვეუბნებოდა ხოლმე, აქ დასხედით, ტელევიზორს უყურეთ და ასე გამოიხედეთო. ყველაფერს ადვილად ვიგებდით. მსახიობებიც გვეხმარებოდნენ, რადგან უფროსები არიან და თან გამოცდილები.

— ვიქტორ, შენი ძმა ჯეკოს ჰგავს რაიმეში?

**ვიქტორი:** ზოგ რამეში ჰგავს. მაგალითად, გიორგიც ჯეკოსავით სულ კომპიუტერთან ზის და თამაშობს. ამაზე კი დედაჩემი ეჩხუბება.

**გიორგი:** ჯეკო ალბათ ცელქობით მგავს, მეტი არაფრით.

**ვიქტორი:** „ჩემს გმიხს კომპიუტერი ისე ძალიან უყვარს, ხომ დედ-მამას ახც ეკონტაქტება. მე ჯი მშობლებთან ახლო ხიოთიხითობა მაქვს“.

**ვიქტორი:** გიორგი კარგად თამაშობს, მომწონს. ბებიაჩემიც ამბობს, რომ კარგად თამაშობს.

**გიორგი:** ვიქტორს მეც ვუყურებ, მაინტერესებს, როგორ თამაშობს, მაგრამ შენიშვნები არ მაქვს, კარგად გამოისდის.

**ვიქტორი:** გიორგი სულ კომპიუტერთან ზის და რა შენიშვნას მომცემს?!

**გიორგი:** ეს კიდევ სულ ველოსიპედით სეირნობს, მამაჩემი კიდევ ეჩხუბება.

— ანუ, როგორც ვატყობ, თქვენს სიცვლქით

# ნუნუ გაბუნის შვილიშვილია ოხნება არ აუსრულა

## ნინუცა: „გარეგნობით ზანას, გოჩა ახაშიძეს მამსგავსებენ“

კომპოზიტორ ნუნუ გაბუნის შვილიშვილი, ნინუცა ბედიას შვილი, 2 წლიდან მღერის. ცნობილი ბებია სპეციალურად მისთვის წერდა სიმღერებს, პირველი მსმენელები კი მათი ოჯახის სტუმრები იყვნენ. ქალბატონმა ნუნუმ მთავარი შექმლი — შვილიშვილს ქართული სიმღერა შეაყვარა, ამით კი ყველანაირი სირთულის სიმღერის დაძლევის უნარი გამოუმუშავა. ამიტომაც ახლა ძალიან მშვიდად ადევნებს თვალს პროექტს „ახალი ხმა“, სადაც 26 წლის ნინუცამ ბრმა კასტინგიც წარმატებით გადალახა და რინგიც.

— ქალბატონო ნუნუ, გასაკვირი არ არის, რომ თქვენს შვილიშვილი მღერის. ალბათ ჰატარა ასაკიდანვე ამყვანდნებდით.

ნუნუ: ნინუცა 2 წლიდან მღერის. სიმღერებს ვუნერდი და ის მისი და მღეროდნენ. სტუმრებს და ახლობლებს მათი სიმღერით ვართობდით. 16-17 წლის იქნებოდა, როცა მივხვდი, რომ კლასიკური ვოკალი ჰქონდა. სიმართლე გითხრათ, ნინუცა ესტრადისთვის ძალიან მენანება. ჯიუტი რომ არ იყოს, კლასიკას გაჰყვებოდა. მას არაჩვეულებრივი საოპერო ხმა აქვს.

ნინუცა: ბუბიასთან მოსწავლეები რომ მოდიოდნენ, მათთან ერთად ვიდექი და ვმღეროდი. მოსწავლე-პედაგოგის ურთიერთობა არასოდეს გეჭონია, მაგრამ ბებო საკმაოდ მკაცრი და მომთხოვნია.

— ქალბატონო ნუნუ, ნინუცას მუსიკალურ გემოვნებას როგორ აფასებთ?

ნუნუ: ძალიან მომწონს. ზოგ ნაწარმოებს ისე ასრულებს, გაცივებული ვუსმენ. თბილისის ბენდთან გაზაფხულიდან მღერის. ბენდის ხელმძღვანელი, დირიჟორი გივი გაჩეჩილაძე, არაჩვეულებრივი მუსიკოსია. ეს ადამიანი რომ ვინმეს შეაქვს და იტყვის, დახვეწილი გემოვნებით მღერის, თბილი და ლამაზი ტემბრი აქვსო, ძალიან ბევრს ნიშნავს. ეს სიტყვები ამ ადამიანმა ჩემს შვილიშვილზე თქვა, რამაც ძალიან გამახარა. გამოდის, ამაგი დამიფასდა, მაგრამ, რაც მე მინდა, იმ მხრივ რომ დამიფასდეს, ეს ჩემთვის კიდევ უფრო სასიხარულო იქნება. მიუხედავად იმისა, რომ მე ესტრადისთან ძალიან ახლო კავშირი მაქვს, ნინუცა კლასიკურ ვოკალში უფრო მომწონს.

— ნინუცა, ბუბიას ოცნება ოცნებად რჩება, არ გინდათ, კლასიკას გაჰყუთ?

ნინუცა: კლასიკური ვოკალი დიდ შრომას მოითხოვს, ხმას განსაკუთრებული მოვლა სჭირდება. ვფიქრობ, ისეთი ნებისყოფა არ მაქვს, რომ გავრისკო და კლასიკის განხრით წავიდე. საესტრადო ხმას ამდენი მოვლა არ სჭირდება. კლასიკური მუსიკის მომღერლები სხვა რეჟიმით ცხოვრობენ. შეიძლება ერთი კვირა არ ილაპარაკონ, გარკვეული პროდუქტების ჭამა არ შეიძლება... ბევრი აკრძალვაა და ამის მეშინია. ამ გზას რომ გავეყვებო და არ გამოვიფიქვს, ბუბიას იმედებს გავეცრუებ, ეს კი არ მინდა.

ნუნუ: ისეთი მონაცემები გაქვს, იმედებს არ გაშიცრუებ. ნოტების კითხვა ვინც იცის, მას კლასიკური ნაწარმოებების შესწავლა არ სჭირდება. ესტრადაზე ახალ-ახალი მომღერლები ყოველ წელს ჩნდებიან, საოპერო ხმა კი ყველას არ აქვს.

ნინუცა: ჩვენი ერთადერთი საკამათო თემა ისევ და ისევ კლასიკური ვოკალია. გამას რომ წავიმღერებ კლასიკურად, გამოვა და მეტყვის, აი, როგორ მღერის, შენ კი არ გინდა, რომ კლასიკას გაჰყუო.

— ნინუცა, ბუბიას სიმღერებს ისევ მღერით?



ნუნუ და შვილიშვილი

ნუნუ: „მინდა, ნინუცამ გზა თავისით გაიკვლოს. მე ყველაფერი შემოიძია, ყველასთან მიმსჯელება, მაგამ ამას შეგნებულად ახ ვაქეთებ“.

ნინუცა: კი, ბუბიას სიმღერებს დღემდე ვმღერი და რეპერტუარშიც მაქვს. მისი შემოქმედებიდან „სულ ყველაფერი შენს თავს მაგონებს“ ძალიან მიყვარს. ბებოს ვარსკვლავის გახსნაზეც ეს სიმღერა შევასრულე. მე და ბუბია ერთად ძალიან ხშირად ვმღერით.

— ქალბატონო ნუნუ, ყოველთვის გეჭნებოდათ შესაძლებლობა, ნინუცა უფრო ადრე გამოეყვანათ ესტრადაზე. აქამდე ეს რატომ არ გააკეთეთ?

ნუნუ: არ მიყვარს, მშობლები სულ ვილატის კარზე რომ არიან ატუზული. ამ სფეროში ნათესავებიც მყავს, უამრავი ნაცნობიც და მეგობარიც, მაგრამ მინდა, ნინუცამ გზა თავისით გაიკვლოს. მეც ჩემით მოვედი აქამდე.

— ნინუცა ამას არ აბრატებს, არასოდეს უთხოვია დახმარება, ხელის წაჭრა?

ნუნუ: არა, ჩუმად არის. ამ საკითხზე დედამისი უფრო მეკამათება ხოლმე, ნახე, ის მღერის, ნახე, იქ რალაც კონცერტი ჩატარდა... მე ყველაფერი შემოიძია, ყველასთან მიმსჯელება, მაგრამ ამას შეგნებულად არ ვაქეთებ.

ნინუცა: დედაჩემი ძალიან აქტიურობს, მაგრამ ბუბიასიც მესმის. მირჩევნია, თვითონ მივალნიო წარმატებას. არ მინდა, ვინმემ თქვას, ნუნუს შვილიშვილია და ამიტომ გამოჩნდაო. მინდა, ყველამ იფიქროს, ეს გოგო მართლა მაგარია და სცენაზე დგომას იმსახურებსო.

ნუნუ: ნინუცა „ახალ ხმაში“ რომ მონაწილეობდა, ყველამ შემთხვევით გაიგო. ლელა წურწუმას ძალიან კარგად ვიცნობ, ეს ადამიანი მიყვარს, მაგრამ



აბირებ?

ვიქტორი: თეატრალურში მინდა ჩაბარება.

— სერიალი „ნათია და ნათია“ მიგწონს?

ვიქტორი: კარგი სერიალია, მაგრამ ჯერ-ჯერობით პოპულარული არ არის. ჩემი გმირი, ვალოც კომპიუტერის „ხამია“.

გიორგი: კომპიუტერსაა მიბრძვნილი!

ვიქტორი: „ქაუნთერი“ უყვარს, ჩემპიონატებს იგებს, გეიმერია, რა! საერთოდ არ მგავს, სულ კომპიუტერს თამაშობს, მე ასე არ ვარ. ჩემს გმირს კომპიუტერი ისე ძალიან უყვარს, რომ დედ-მამას არც ეკონტაქტება. მე კი მშობლებთან ახლო ურთიერთობა მაქვს.

— მძეპი ამაზრცხ სომ არ ჩხებობთ, რომლის სერიალი უკეთესია?

გიორგი: ჩემი სჯობს. ამის სერიალი ახლა დაიწყო, ჩემსას კი დიდი რეიტინგი აქვს.

— რეიტინგი რა არის, ამისხსენა.

გიორგი: რეიტინგი! თუ დაბალი რეიტინგი ექნება, შეიძლება შემდეგი სერია აღარ გავიდეს და სხვა გადაცემა დაიწყო.

ვიქტორი: მეც „ჩემი ცოლის დაქალები“ მიჩვენია. „ნათია და ნათიაში“ ყველაფერი ერთ სახლში ხდება, იმ სერიალში კი გარე გადაღებებიც აქვთ და კარგია.

— ვიორგი, შენი გმირის, ჯეკოს ოჯახში დიდი თირიშობაა. მამა ბაგუს ცოლისგანაც ელოდება და სხვა ქალისგანაც. შენ ვარსკვლავი ამ თემაზე ალბათ ბევრს ღაბაღაბებენ და შენც გაიფიქრია. შენი აზრით, ამ შემთხვევაში შეიძლება რა პოზიცია უნდა დაიკავოს?

გიორგი: ასე მოქცევა არ შეიძლება, კაცმა პირველ ადგილზე ოჯახი უნდა დააყენოს. არ ვიცი, ჯეკოს რეაქცია როგორი იქნება, მაგრამ მე ვთვლი, რომ დათო გოცირიძის საქციელი მიუღებელია. მე, პირადად, მამაჩემს ამ საკითხში ვერ გავუგებდი.

✓ კა ლეონჯავა

**გაიაღვილეთ საჭმლის მონაღება**

**იქონიეთ მიიღეთ უკმატური**

# კრეზამი

**თითო კაფსულა ყოველი ჭამის დროს**

[www.krezam.ge](http://www.krezam.ge)

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

მანაც მერე შეიტყო, რომ ჩემი შვილიშვილი იყო.

**ნინუცა:** პროექტის მონაწილე ბავშვებიდან მხოლოდ რამდენიმემ იცოდა, რომ ნუნუ გაბუნია ბებიანემ იყო.

**ნუნუ:** კასტინგზეც არ გავყევი. მერჩინა, თავისით გაეკეთებინა ყველაფერი. ვილაც მანაც იტყოდა, ნუნუს შვილიშვილია და იმიტომ გადალახა ბრმა კასტინგი.

— **ქალბატონო ნუნუ, თქვენს პროექტსთან დაკავშირებით მისწავლა დღესაც გეხარება?**

**ნუნუ:** მე ხომ ვიცი, რომ სინდისი სუფთა მაქვს და ლელამაც არ იცოდა, რომ ნინუცა ჩემი შვილიშვილი იყო. ვიცოდი, რომ ბენდში ჩემი უახლოესი ადამიანი, გია მაჭარაშვილი, კლავიშთან იჯდა, რეპეტიციებს მასთან გადიოდნენ კონკურსის მონაწილეები. ერთადერთი, რაც გავაკეთე, ბრმა კასტინგამდე გიას დავურეკე. მას ჩემი არაერთი სიმღერის არანაწილი გაუკეთებია.

— **რატიმ დაურეკეთ?**

**ნუნუ:** თუ ნინუცასთან რამე შენიშვნა გაქვს, მითხარი, რომ მის გამოსვლამდე გამოვასწორო-მეთქი. გადაიარა, რომელია შენი შვილიშვილი, ისიც არ ვიცი, აქამდე როგორ არ მითხარი, რამდენი ხანია რეპეტიციებს გავდივართო.

**ნინუცა:** ბებომ მითხრა,

გიასთან მიდი და უთხარი, რომ შენ ხარო, მაგრამ არც მიფიქრია მისვლა. მერე ბებომ უთხრა, რომელი ნომერიც ვიყავი და თვითონ მოვიდა გია ჩემთან. ბენდის წევრებს ძალიან გაუკვირდათ, რადგან მანამდეც ბევრჯერ გვეკონდა რეპეტიცია და ასე განსაკუთრებულად არავინ მომეცევი. ბოლოს გიამ მითხრა, კარგი გოგო ხარ, ბებიას მოვიტყუე გადაეციო. დათო მახანაშვილს გაუკვირდა, ბებიამისს საიდან იცნობო. უთხრა, ეს გოგო ნუნუ გაბუნია შვილიშვილია... ვერ გეტყვით, რა დამემართა, თავი ძალიან უხერხულად ვიგრძენი.

**ნუნუ:** სანამ პროექტი არ დასრულდება, ლელას არაფერს ვეტყვი. არ ვიცი, შეიძლება მისთვის უნდა დამერეკა და მადლობა მეთქვა, რომ თავის გუნდში აიყვანა. სანამ გავიგებდი, რომ მწვრთნელებში ლელაც იქნებოდა, მინდოდა, ნინუცა სტეფანეს გუნდში მოხვედრილიყო.

**ნინუცა:** ბებომ მითხრა, ვინც უნდა შემოგიბრუნდეს, აუცილებლად ლელასთან უნდა წახვიდეო.

— **ქალბატონო ნუნუ, თქვენს სურვილი იყო, შედილიყვილი ამ პროექტში მიეღო მონაწილეობა თუ თავად მისი?**

**ნუნუ:** მე არ მინდოდა, რადგან ნინუცა დიდ სცენაზე არაერთხელ მდგარა, მათ შორის — მოსკოვში, პეტერბურგში, ყაზახეთშიც. დირიჟორმა მირიან ხუხუნაიშვილმა მისი გამოსვლა რომ ნახა, „ფეისბუქზე“ მისწერა, როგორ გაბედე და პროექტში გახვედი, როცა შენ უკვე დიდ სცენაზე დგახარო. უხერხულია, როცა ჩემს შვილიშვილზე ასე ვლაპარაკობ, მაგრამ სიმართლეს ვამბობ.

— **ნინუცა, რატიმ არ დაურეკეთ ბებიას და რატიმ გახვედით პროექტში?**

**ნინუცა:** შეიძლება ვილაცისთვის სასაცი-

ლოც იყოს, მაგრამ სახლის ან მანქანის მოსაგებად ნამდვილად არ მივსულვარ პროექტში. უბრალოდ ამ პროექტის ძალიან დიდი გულშემატკივარი ვიყავი და რატიმ არ შეიძლებოდა, მეც მიმელო მონაწილეობა და ის ეტაპები გამეყო?

— **რა რჩევებს გაძლევთ ბებო?**

**ნინუცა:** ბებო სულ მეხმარება, მისმენს და



ნინუცა შვილიშვილს და ბებოსთან ერთად

**ნინუცა: „ღეს ხომ ჰხოუქის მონაწილე ვაი, ჩემი ქმრის დამსახურება“.**

რჩევას ყოველთვის მაძლევს. რა თქმა უნდა, ვითვალისწინებ. თუ სადმე კონცერტზე გამოვდივარ, სიმღერასაც ვუთანხმებ. რეპერტუარს მე ვარჩევ, მაგრამ დედაც მეხმარება.

— **ლელა წურწუშა როდის მოხვალა?**

**ნინუცა:** არანაწილი დღეები მწვრთნელია, ძალიან მიყვარს და დიდ პატივს ვცემ. თბილი და ყურადღებიანია. მისი მეუღლე კახა (მამულაშვილი. ავტ.) ჩვენთვის მართლა მამასავითაა, ლელა და მამულა გუნდის წევრებს ისე გვიყვარს, რომ დედას და მამას ვეძახით. იმდენად მეგობრულები არიან, ჩვენ შორის ასაკობრივ სხვაობას ვერ ვგრძნობ. ვოკალის პედაგოგი სხვა არავინ გვყავს, ჩვენთან ლელა და ბენდი მუშაობს. ის ყველა დეტალში ჩართულია, მათ შორის — ჩაცმულობაშიც. რინგზე სულ სხვა ამპლუაში წარმომაჩინა. ასეთ სტილში არასოდეს მცმია და არც ასეთი ვარცხნილობა მქონია, სულ სხვანაირი ვიყავი.

— **ქალბატონო ნუნუ, პროექტის მონაწილეების მუსიკალურ გემოვნებაზე რა აზრის ხართ?**

**ნუნუ:** ზოგი რამ მომწონს, ზოგი — არა. ქართულ სიმღერას რომ არავინ ასრულებს, ეს ძალიან ცუდია, მაგრამ, იცით, ქართულ სიმღერას რატიმ არ მღერინა? ვერ მღერინა და იმიტომ! მისი მთელა ასე ადვილი არ არის. თუკი ვინმე ქართულ სიმღერას კარგად იმღერებს, მერწმუნეთ, ის ყველაფრის მღერას შეძლებს.

დღეს ესტრადაზე ნივილ-კვიციანი მოდაში, რაც ახალგაზრდა შემსრულებლის ხმაზე თავის კვალს ტოვებს. სახმო სიმღერებზე ისეთი კვანძები შეიძლება გაჩნდეს, ოპერაცია დას-

ჭირდეს. ამდენი ნივილ-კვიციანის გამო ბევრი კარგი მომღერალი დაეკარგეთ. არ მინდა, ვინმეს გული ვატკინო, მაგრამ აქ დასამალი არაფერია. ლევან ლაზარაშვილი დღეს ნომერი პირველი მომღერალი იქნებოდა, ბავშვობაში ასეთი დამაბუღელი სიმღერები რომ არ შეესრულებინა. სიმღერაში ამდენი ნივილ-კვიციანი, იცით, ჩემზე როგორ შთაბეჭდილებას ტოვებს? მამლების პაექრობა მასხენდება ან ძალღების ჩხუბი. თუ ვინმე ძალიან მაღალ ხმაზე დაიკვივლებს, ეს სიმღერა ჰგონიათ.

**ნინუცა:** ლელა ისეთ რეპერტუარს გვირჩევს, რომ არ არის აუცილებელი, ვიყვიროთ.

**ნუნუ:** ლელა თვითონ მომღერალია და იცის, ყვირილი რას მოუტანს ბავშვებს. ამიტომაც მინდოდა, ნინუცა ლელასთან წასულიყო.

— **ნინუცა, თქვენს კარიერას ესტრადაზე სედავთ?**

**ნინუცა:** პროფესიით ჟურნალისტი ვარ, მაგრამ ამ განხრით არც ერთი წუთი მიმუშავია. პირველი კურსის სტუდენტი ვიყავი, როცა მონაწილეობა მივიღე პროექტ „ნუნუცა სკოლაში“. იმ პერიოდში მუსიკამ ისე მომხიბლა, მთლიანად ამ სფეროში გადავერთე, ჩემი ძირითადი პროფესია კი გვერდით გადავე. ხანდახან, ტელევიზორს რომ ვყურებ, ვფიქრობ, საინტერესოა, როგორი ჟურნალისტი ვიქნები-მეთქი. შეიძლება ერთხელაც ამ სფეროში ვცადო ბედი.

— **თქვენს პაპა ცნობილი მსახიობი ვინაა აბაშიძე იყო. მსახიობობაზე არასოდეს ვაფიქრიათ?**

**ნინუცა:** კი, ვფიქრობდი და ერთი პერიოდი ვეშაბდებოდი კიდევ, რომ სამსახიობოზე ჩამებარებინა, მაგრამ ბოლო წუთებში გადავიფიქრე. დღემდე არ ვიცი, ასე რატიმ მოვიქეცი. სხვათა შორის, გარეგნობით პაპას ძალიან მამსგავსებენ.

— **უკვე გათხოვება და შვილის გაჩენაც მოგისწრიათ. გიაბაშეთ თქვენს ქმარ-შვილზე.**

**ნინუცა:** 22 წლის ვიყავი, როცა გათხოვდი. ჩემი მეუღლე ყოფილი ფეხბურთელი დავით მეკოკიშვილია. წლის და რვა თვის ნიკოლოზი გვყავს. დღეს რომ პროექტის მონაწილე ვარ, ჩემი ქმრის დამსახურებაა.

ძალიან უნდოდა, რომელიმე კონკურსში მეცადა ბედი.

**ნუნუ:** დავითი არ სვამს, არ ეწევა და ჯანსაღი ცხოვრების წესით ცხოვ-

რობს. სანამ გავიცნობდი, მასში ამ თვისებებმა მოხიბლა, მაგრამ მანაც არ მინდოდა, ნინუცა ასე მალე გათხოვილიყო.

**ნინუცა:** ბებოს ვუბნებდი ხოლმე, შენ რამდენი წლის გათხოვდი-მეთქი. თვითონ 16 წლისა გათხოვდა. გათხოვებამდე ბებიასთან ერთად ვცხოვრობდი. ჩემებს ვერ ველევი და ყოველდღე აქ ვარ, ერთი დიდი ოჯახი ვართ.

— **ქალბატონო ნუნუ, თქვენ განთქმული დასახლისი და კულისარი ხართ. შეიძლება ამასაც დაგეგმავთ?**

**ნუნუ:** ნინუცა, როგორც დასახლისი, საკმაოდ კარგი გოგოა. დედაჩემი ძალიან კარგი მკარეული იყო და ის უამრავ რამეს ასწავლიდა.

✓ სოფიო ბოჭორიძე

# თიკა ჯამბურია: „ბეჰაჰ შერიზაჰა მთხოვა“

მომღერალ თიკა ჯამბურია ცხოვრებაში ახალი ეტაპი დაიწყო — პოლიტიკაში ჩაერთო, „ქართული ოცნების“ ახალგაზრდული ფრთის წევრია და სხვადასხვა ღონისძიების ორგანიზებითა დაკავებული. იმედი აქვს, რომ ქვეყანაში მომხდარ პოლიტიკურ ცვლილებებს შოუბიზნესშიც მოჰყვება სასიკეთო ძვრები. თვითონ უკვე ჩანერა ახალი დუეტი და ირინა ბაირამაშვილთან ერთად მუსიკალური სტუდიაც გახსნა. მის პირად ცხოვრებაში კი ჯერჯერობით არაფერი შეცვლილა. ისევ ქმრის გარემოა. ახლო წარსულში ახალი ურთიერთობის დაწყების მცდელობა უშედეგოდ დასრულდა. სამაგიეროდ თიკას გოგონა, პატარა ნინა უკვე მღერის და ახალგაზრდა დედიკო „სარკეს“ გამოუტყდა, რომ ამ ფაქტით ძალიან ბედნიერია.



## „მქონდა სიმპათიები ეხით ჰიოვნების მიმართ, მაგამ დახედა და ახვ ახახხის აღდება“.

— თიკა რა სახეობა იქნის ცხოვრებაში? — მე და ჩემმა მეგობარმა ირინა ბაირამაშვილმა დუეტი ჩავეწყურეთ, აკომპანემენტს მარიამ ლიკლიკაძე გვიკეთებ. ეს არის მუსიკალური ესპერიმენტი, რომლის პრემიერაც მალე შედგება. კლიბის გადაღებასაც ვაპირებთ. ასევე — მე და ირინამ ჩამოვყალიბეთ საბავშვო მუსიკალური სტუდია. ეს გადამწყვეტილება ხანგრძლივი შემოქმედებითი პაუზის გამო მივიღეთ. ჩვენს საყვარელ საქმეს გავაკეთებთ და ამით პროფესიას არ ჩამოვშორდებით. ფსიქოლოგებთან სრული კურსი გავიარეთ, თუ როგორ უნდა ვასწავლოთ და შევავსოთ ბავშვებს სიმღერა.

— ერთ დროს საქმად პოპულარობა ვაიყენებ კელისებში გადაინაცვლეო ამის ბევრი მაზეზი შეიძლება დაასახლოთ მაგრამ მთავარი მაინც რა არის რამაც თქვენს კარიერულ წინსვლას სელი შეუქმალა? — ცხოვრებაში ბევრი ეტაპი გავიარე, არადა სულ რაღაც 22 წლის ვარ. ჯერ სტუდენტობა, შემდეგ — ოჯახი, შვილი. ამ ყველაფერს თან დაერთო პირადი პრობლემები, რამაც ჩემს კარიერულ წინსვლას ხელი შეუშალა. სიმღერისთვის თავი მაინც არასოდეს დამინებებია, ფართო მასებისთვის — არა, მაგრამ სხვადასხვა კლუბში ხშირად ვმღეროდი. დიდი კონცერტები რომ არ ტარდება, ხალხს პგონია, მომღერლები ახალ პროდუქტს არ ქმნიან.

— შარშან პრიეტში „ახალი სხა“ ისევ სკადეთი მსმენელის დაბრუნება მერე კი კვლავ გაუჩინარდათ. ისევ რამდენი შეგიძლიათ სელი? — ამ პრიეტით საზოგადოებამ გაზრდილი თიკა ჯამბურია გაიცნო. ვფიქრობ, რომ ახლო მომავალში შოუბიზნესი გააქტიურდება და ამ საქმეში მეც აქტიურად ჩავეერთვები. მე ვარ მომღერალი და რეალიზებში სელი სხვამ უნდა შემინდოს. აუცილებლად უნდა ჩამოყალიბდეს საპროდიუსერო კომპანიები, რომლებიც მომღერლის პროდიუსინგზე იზრუნებენ.

— გასული წლებში რა გასწავლით? — ცხოვრებას ახლა სულ სხვა თვალთ ვუყურებ, დედა ვარ და ეს ჩემთვის უმთავრესი მოვალეობაა. ახლა უკვე სხვაგვარად ვფასებ ადამიანებს, მათთან ურთიერთობებს. ჯერ ჩამოყალიბებული ქალი არ ვარ, ბავშვური თვისებები კვლავ არის ჩემში, რაც ძალიან მახარებს. ჩემს ცხოვრებაში გაჩნდა ადამიანი, რომელიც საკუთარ თავზე მეტად მიყვარს და მასზე ვზრუნავ — ჩემი შვილი, ნინა უკვე 2 წლისა და 6 თვისაა. არაჩვეულებრივი ზნის ბავშვია. შემიძლია თამამად ვთქვა, რომ კარგი სასიძლერო მონაცემები აქვს. ამ ასაკში უკვე გადაწყვეტილი აქვს, რომ ან მომღერალი გამოვა, ან მოცეკვავე. ის ჩემზე ადრე დადგა სცენაზე, მე 4 წლის ვიყავი, როცა სცენაზე

პირველად ვიმღერე, 2 წლის ნინამ კი სობის ფესტივალზე ისეთი გამოჩენილი და პატივსაცემი მომღერლების გვერდით იმღერა, როგორებიც არიან პაატა ბურჭულაძე, თამრიკო გვერდნიძე და სხვები.

### — როგორ აღმოჩნდა და სცენაზე 2 წლის ნინა?

— თავისთავად მოხდა ეს ყველაფერი. მთავარი ისაა, რომ სცენისა და მაყურებლების არ შეეშინდა. სიმღერა რომ დაამთავრა, მაყურებელს თავიც დაუკრა და აპლოდისმენტებიც შეიფერა. იმ წუთებში ყველაზე ბედნიერი ვიყავი. ნლებია სცენაზე ვდგავარ, მაგრამ ისე არასდროს მინერვიულია, როგორც ნინას სიმღერის დროს.

### — პოლიტიკურად ძლიან გააქტიურდათ. „ქართული ოცნების“ ახალგაზრდული ფრთის წევრი ხართ, მაგრამ რატომღაც სასრუ-ზღვრულ არჩევნებში ნინა ბურჯანაძის საარჩევნო კამპანიაში მონაწილეობდით.

— არა! ნინო ბურჯანაძის საარჩევნო კამპანიაში არაჩინო მონაწილეობა არ მიმიღია, ეტყობა, ბეჭედი (ბეჭედი ხოფერია, თიკას ყოფილი ქმარი. ავტ.) გემსებოდა. დღემდე „ქართული ოცნების“ ახალგაზრდული ფრთის წევრი ვარ და ბოლომდე ჩემს პარტიასთან ვდგავარ. ნინასარჩევნოდ ვაქტიურობდი, ღონისძიებებს ვაკეთებდი.

### — „ქართული ოცნებაში“ უშუალოდ რა ვაკლუბათ?

— პიარის განხრით ვმუშაობ. ვატარებთ ღონისძიებებს, ვწასალი ცხოვრების პროპაგანდას ვწევით. ერთ აქციაზე გეტყვი. ახალგაზრდებმა ენგურის ხიდზე მოგანყვეთ მშვიდობიანი მსვლელობა, ქართული სიმღერითა და ლექსებით მივუყვებოდი გზას. ე.წ. საზღვარზე 300 ფრანი გავეშვით მშვიდობის ნიშნად.

### — თქვენს საქმიანობაში ალბათ პოლიტიკოსობაც დაგაწლიათ.

— მათთან ურთიერთობა მიწევდა, მთელი საქართველო ერთად შემოვიარეთ. გავიცანი როგორც ჩვენი ქვეყნის ახალი პრეზიდენტი, ასევე „ქართული ოცნების“ ყველა წევრი. აქამდე აპოლიტიკური ადამიანი ვიყავი, თითქმის არც ერთი მინისტრის ვინაობა არ ვიცოდი, მათ მხოლოდ სახეზე ვცნობდი. ახლა კი ამ ყველაფერში გავერკვიე.

### — რატომ გადაწყვიტეთ პოლიტიკურად გააქტიურებულიყოთ?

— ეს გადაწყვეტილება ციხის სკანდალური კადრების შემდეგ მივიღე. არაჩინო სურვილი არ მქონდა, ნაციონალური მოძრაობის მიერ ჩატარებულ კონცერტებში მიმელო მონაწილეობა. საჯაროდ დავაფიქსირე ჩემი პოლიტიკური შეხედულება და მას მერე ამ აზრზე ვერ.

### — თქვენს თვალს ნაციონალური მოძრაობისთან არც მანამდე შექნდა კარგი დამოკიდებულება.

— კი, ასე იყო. მამაჩემი, გუჯა ჯამბურია, ეღუარდა შეგარდნაძის ხელისუფლებაში იყო. ვარდების რევოლუციის შემდეგ კი დააპატიმრეს.

— თქვენს პირად ცხოვრებას ისევ ვაჩინებთ. ხან გასიან ვაკლუბებ და ხან — გასიან. თქვენ გვერდით მართლაც არის ვინმე? — ერთხელ და სამუდამოდ ვიტყვი: რომანი არავისთან მაქვს.

მქონდა სიმპათიები ერთი პიროვნების მიმართ, მაგრამ დასრულდა და არც არასდროს აღდგება. უურნალისტების შიშით სოციალურ ქსელში მეგობარ ბიჭებთან გადაღებული ფოტოები ვეღარ ამიტვირთავს. მასწინვე მომაკვებენ, რომ ჩემი შეყვარებულია. პირობას ვაძლევ, როცა სიყვარული მენვევა, საჯაროდ ვიტყვი. ეს ისეთი გრძობაა, რომლის დამალვაც სწორად არ მიმაჩნია.

### — ამბობენ რომ ყოფილმა ქმარმა ბუქს სიყვარულს შერიგება ვისთავია. მართალია?

— გამოცემის შემდეგ ვარგახანს ვფიქრობდი და დიდი სურვილიც მქონდა, რომ ისევ ერთად გვეცხოვრა, მაგრამ არაფერი გამოვიდა. ახლა მას უნდა ჩემი დაბრუნება, მე კი აღარ მაქვს ამის სურვილი, უარი ვუთხარია.

### — რატომ?

— აღარ მიყვარს. ბუქს მიმართ მეგობრული სიყვარული მაქვს. ურთიერთობის თავიდან დაწყების არ მჯერა, რაც იყო, იყო და დამთავრდა. ერთადერთი, იმის მეშინია, როცა ნინა გაიზრდება, მეტყვის, პატივსაცემად მთხოვ, რატომ არ შეურიგდით. ნინა გოგონა და გოგონა, გამიგებს. ბევრი ვიბრძოლე, რომ ოჯახი შემენარჩუნებინა. ასე რომ, ვერაფერ ვეღარაფერში დამადანაშაულებს.

### — ერთ-ერთ გადაცემაში მკითხავს ვისთან, ბუქს შერიგდებოდა ეს „წინასწარმეტყველება“ როგორ მაიღო?

— ვიფიქრე, ამ გადაცემაში წასვლით გავერთობოდი, მაგრამ ისე ვინერვიულე, კარგა ხანი მდგომარეობიდან ვერ გამოვედი. მკითხავა ყვე-

## „ვიფიქრე, ამ გადაცემაში წასვლით გავერთობოდი, მაგრამ ისე ვინერვიულე, კარგა ხანი მდგომარეობიდან ვერ გამოვედი. მკითხავა ყველაფერის ახ მუქა“.

ლანაირად ჩამიკვება გზა, მითხრა, რომ ჯადო მაქვს და ბუქს იქით გზა არ მაქვს. ამ ყველაფერს არ მჯერა. არა მგონია, ღმერთი გარდა ვინმემ იცოდეს, რა მელის.

### — მასთან რატომ წასვლით ასეთ ექსპერიმენტზე ჩვენთან საუბრისას გაიქვამთ, რომ დადისნათ კვლავ სასა, მიღვარა ვყავთ.

— ამ ყველაფერისთვის სერიოზულად არ შემიხედავს. ეს იყო სუბრობა და გართობა.

### — თავად როგორ სვლათ საქვარს მიმავლენ?

— ჩემი მშობლები ასაკში არიან და მინდა, მათ ვუზაპრობო, როგორც იტყვიან, ტუპი სიბერე შექონდეთ. მთელი ცხოვრება შვილებისთვის აკეთებდნენ ყველაფერს, ახლა ჩვენი ვერია. მამა უმუშევარია, რასაც ძალიან განიცდის. ოჯახს ფინანსურად მე ვუზაპრობი. მინდა, ძლიერი ქალი ვიყო, ბევრს მივალნიო. ზუსტად ვიცი, რომ ჩემი გემების 80 პროცენტი 3 წელიწადში შემისრულდება.

✓ ლანა კიკნაძე

**ნათელახილველი ნელი ზირიკაშვილი**

სამწუხაროდ, დღევანდელ ყოფაში პრობლემები ჩვენი ყოველდღიური თანამგზავრი გახდა. თუ ბევრი გასაკვირი დაგატყდათ თავს, როგორცაა უზარაქობა, ბედის ჩაკეცვა, უშვილობა, ჯადოსანი ზემოქმედება, ნარკომაია, ღიოთობა, კანხიონდამოკიდებულება და სხვ. მიმართეთ ნათელახილველი ნელი ზირიკაშვილი! ქ-ნი ნელი იმ ერთუფლოდ შორისაა, ვისაც შუქილია უზუსტესად იწინასწარმეტყველოს თქვენს თავს დატეხილი უბედურების მიზეზი და ამ მიზეზის განეიტრალება მოახდინოს. ქ-მა ნელიმ ბევრ უშვილოდ წყვილს ანუქაშვილის ყოლის ბედნიერება.

მერწმუნეთ, ქ-ნი ნელის წინასწარმეტყველება ბევრ სიუბრობის გაორდება...

**ჩანერა ხელა ნინასნარ.**

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

# დათო ფორჩხიძე: „ჩემი სიღარი დასსაჯე და პირველ შვილს მისი სახელი დავარქვი“



**მ**უსიკოსი დათო ფორჩხიძე სამი შვილის მამაა. მესამე, ნაბოლარა ბიჭი, მისთვის და მისი ცოლისთვის, ხატია ნარაიკისთვის სრული მოულოდნელობა იყო, მით უმეტეს, ორი გოგოს მერე. დღეს 12 წლის ნანუკა, 6 წლის თათუკა და 3 წლის სანდრო მამის სიამაყეები არიან და კარგად ესმის იმ მშობლების, რომლებსაც მეოთხე შვილის ყოლის ბედნიერება აქვთ.

სანამ უფროსი, ნანუკა, გაჩნდებოდა, მომავალმა დათომ მისი სქესი არ იცოდა და არც ანტიერესებდა. ის ჩემი პირველი სიხარულიაო, გვითხრა. მიუხედავად უზომო სიყვარულისა, დათო მომთხროვნი, ობიექტური მამაა და, სხვათა შორის, ასეთივე ხასიათს ამჟღავნებს მის მიმართ ნანუკაც. მამაშვილურ ურთიერთობაზე ისინი „სარკეს“ ესაუბრებიან.

— დათო, სანამ თქვამს მიყვარებოდა, რამდენ შვილს „გეგმავდათ“?

დათო: მასსოვს, ჩემს ბავშვობაში დედისერთობა პრესტიჟულად ითვლებოდა და, ვინც დედისერთობა იყო, მაგარი ტიპი იყო. მეც მეგონა, რომ ერთი შვილი მეყოლებოდა, მაგრამ სამი მყავს. როცა ჩემი მეგობრები მეუბნებიან, მეორე შვილი რა მაგარი ყოფილაო, თქვენ არ იცით, მესამე რა მაგარია-მეთქი, ვპასუხობ. ჩემ გარშემო იშვიათად, მაგრამ არიან ადამიანები, რომლებიც მეუბნებიან, შენ არ იცი, მეოთხე შვილი რა მაგარიაო.

— ანუ მეთხროვებ ფაქტობაზე?

დათო: ამაზე არ ვფიქრობ, უბრალოდ, ჩემი აზრით, მინიმუმი, სამი შვილი უნდა გყავდეს.

— სულ პარულად მამისს შერჩინება რაფორი იყო, გახსოვთ?

დათო: ჩემს უფროს შვილს, ნანუკას, ეუბნებიან, რომ პირველი ბიჭი მინდოდა და გოგო რომ დაიბადა, ძალიან გავბრაზდი. მართალია, შვილებს არავინ არჩევს, მაგრამ ნანუკა ჩემი პირველი სიყვარული და სიხარულია. როცა პირველად ჩამეხუტა, მაშინ მივხვდი, რომ ის ადამიანი იყო და არა — ბიოლოგიური არსება. მაშინ ნანუკა დედა-მისთან იყო, ბათუმში, როცა ჩავედი, მიცნო და ჩამეხუტა. თვეების იყო და მაშინ მივხვდი, შვილი რას ნიშნავდა. ის შერჩინება არასოდეს დამავიწყდება.

ნანუკა: თურმე ლმერთს ესვენებოდნენ, ნეტავ, 8 მარტს ბიჭი არ დაიბადოსო. 7 მარტს გაჩნდი და თან გოგო.

დათო: ჩემი სიდედრი ექიმია, მან ხატისა ექოსკოპია ნახა, მაგრამ არ გამიხილა, რომ გოგოს ველოდებოდი. ჩემი სიდედრი დავსაჯე და ნანუკას მისი სახელი დავარქვი.

— ნანუკა, როგორი მამაკა დათო?

ნანუკა: ძალიან მზრუნველია. მამამ გაბრა-

ზება კი იცის, მაგრამ ხშირად — არა. სხვათა შორის, ხშირად ვუშლი ნერვებს, მაგრამ ცდილობს, არ მანყენინოს. რასაც მეტყვის, ყველაფერს პირიქით ვაკეთებ. თავიდან არაფერს მეუბნება, მაგრამ მერე ნერვები ეშლება. მკაცრი საერთოდ არ არის.

დათო: სამივე შვილთან ვემგობრობ, მაგრამ ნანუკა უკვე დიდი გოგოა და ურთიერთობა სხვანაირად მაქვს დალაგებული.

ნანუკა: მამა, რაღაცის კეთებას რომ დაიწყებს, უნდა, უკვე ბოლოში იყოს გასული და პროფესიონალი იყოს. ნანუკა თავისთვის მღერის და უნდა, უკვე ვირტუოზი იყოს. ძირითადად იმაზე ვჩხუბობთ, რომ ყველაფერი პატარა რაღაცედან უნდა დაიწყოს. გაიზრდება და ამას მიხვდება. ნანუკა კარგი დედის შვილია და ცუდს არაფერს გადაკეთებს. ჩემმა შვილებმა უნდა იცოდნენ, რომ მთავარია, საკუთარი თავი არ შეარცხვირონ, თავიანთი მორალის და პრინციპების წინაშე იყვნენ მართლები. დედა, მამა, ბებია, ბაბუა და დანარჩენი საზოგადოება მეორე ადგილზე დგას.

— ნანუკა, დედასთან უფრო ხარ გახსნილი თუ მამასთან?

ნანუკა: ორივეს ყველაფერს ვუყვები.

დათო: შეყვარებულზე ძირითადად მეორე ქალიშვილი, 6 წლის თათუკა მესაუბრება ხოლმე, მათ ნინდებივით იცვლის.

— დათო, სამი შვილის მამას მათი მოვლა თუ გეხერხება, ვიქვით, ცალი რამ სადღე წაყავს ბავშვებს თავსუფლად დაფიქრებ?

დათო: შევძლებ, მაგრამ ბევრი ადამიანი მყავს, ვინც მეხმარება — მეუღლის და ჩემი მშობლები, ძიძა. ხატია წასულა კიდევ სადღაც ერთი კვირით, მაგრამ ყველაფერისთვის გაგვირთმევა თავი, უბრალოდ გვენატრებოდა ხოლმე.

— ნანუკა, რამ შეიძლება მამას ხასიათი გაუფუჭოს და ამ დროს რა უკულის სიღებ?

ნანუკა: მამა ცუდ ხასიათზე დილით არის, რადგან ადრე გაღვიძება არ უყვარს. არადა ჩვენ გამო ხშირად უწევს — სკოლაში მივყავართ. ყავას რომ გავუკეთებთ, მერე კარგ ხასიათზე დგება. მამა ბევრს მუშაობს და სახლში იშვიათად ვხედავთ, ამიტომ მისი მოსვლა ძალიან გვიხარია.

დათო: ჩვენთან ასეთი სიტუაცია: მე და ნანუკამ თუ ვიჩხუბებთ, ყველა მის მხარეს გადადის, ამიტომ გამარჯვებული გამოდის. თუ დედასთან იჩხუბა, ჩვენ ვართ ნანუკას მხარეს, ამიტომ ყოველთვის ბავშვები არიან გამარჯვებულები. მომთხროვნი ბავშვები არ არიან. ძირითადად ისეთი მოთხოვნები აქვთ, რაც სხვა მათ ტოლებს. მაგალითად, ამას თუ „აიფონი“ აქვს, მეორესაც უნდა. არც ერთისთვის მე არ მიყიდა, ზოგი ბიძამ უყიდა, ზოგი — ბებია-ბაბუამ. როცა ვუბნები, რომ ფული არ მაქვს,

ჩერდებიან. ასეთი სამწუხარო შემთხვევებიც ხშირია ხოლმე.

აი, სანდროს მალაზიაში შეყვანა არ შეიძლება, ყველაფერი მოაქვს, იპარავს და ჯიბეში იტენის. რომ გაიზრდება, ისიც მიხვდება, მოთხოვნები იმის მიხედვით უნდა ჰქონდეს, რა შესაძლებლობებიც მშობლებს აქვთ.

— მეორეც რამ გოგო შეგყვინათ, ამაზე რა რეაქცია გქონდათ?

დათო: მები რომ გავარდა და მეორეც გოგო გვეყოლა, მასსოვს, ხატისა ცრემლები მოსდიოდა. ეგონა, რომ მეწყინებოდა. მაშინ 30 წლის ვიყავი, პატარა ბიჭი აღარ გახლდით და ხატისა ვჩხუბებ, როგორ შეიძლება, თ შეწყინოს-მეთქი. მოკლედ, თათუკა პრინცესა გყავს.

რელიგიური თვალსაზრისიდან გამომდინარე, ამბობენ, რომ აბორტის გაკეთება არ შეიძლება. ეს ადამიანის მოკვლაა, თან საკუთარი შვილის. მესამე შვილზე არ ვფიქრობდი, ამიტომ ძალიან ფრთხილად ვიყავით, რომ ასეთი პრობლემის წინაშე არ აღმოვჩენი-

ლიყავით. ერთ მშვენიერ დღეს კი ხატიმ მითხრა, ორსულად ვარო. რატომღაც დაბნეულული ვიყავი, რომ სამი გოგო უნდა მყოლოდა. ხატია ამბობდა, აღარ შემიძლია, ვერ გავაჩერო. ზუსტად ვიცი, რამხელა ტვირთია ქალისთვის ის 9 თვე, მერე მშობიარობა, გაზრდა. ამ ყველაფერში 5 პროცენტი თუ მივიღე მონაწილეობა, დანარჩენი 95 პროცენტი ხატიაზე გადავიდა, ამიტომ მისთვის წინააღმდეგობა არ გამიწევია, როგორც გინდა, ისე გააკეთე-მეთქი, ვუთხარი. ხატიმ კი გადაწყვიტა, უნდა გავაჩერო, მეუბნებიან, რომ ბიჭიაო. რა თქმა უნდა, სანდრო ჩემი გვარის გამგრძელებელია, მაგრამ, როცა ის გაჩნდა, მივხვდი, რამხელა სისულელეა, შვილები სქესის მიხედვით გააჩრიო. ამიტომაც უნდა გყავდეს ბევრი შვილი, რომ მიხვდეთ, რა მნიშვნელოვანია ბევრი შვილი და არა — ბევრი გოგო ან ბევრი ბიჭი.

— ნანუკას მამაფლზე უკვე ფიქრობთ ვინდათ, რამ სცენაზე დადგას?

დათო: თუ ძალიან ბევრს იმუშავებს, კარგი მეგობარი, მრჩეველი და დახმარე რომ ვიქნება, ეს ფაქტია, მაგრამ მოთხოვნებიც მექნება. მინდა, ჩემი შვილები პატიოსნები და პროფესიონალები იყვნენ.

— ყველაზე მეტად რომელ შვილს გამოაჩნდა მუსიკის ნიჭი?

დათო: თუ ადამიანი ფიზიოლოგიურად სმენდაქვეითებული არ არის, მუსიკალური სმენა ყველას აქვს. ამათ შესანიშნავი აქვთ, მაგრამ ეს იმას არ ნიშნავს, რომ მომღერლები გამოვლენ.

— ნანუკა ვინდა სცენაზე დგობ?

ნანუკა: კი, მაგრამ ჯერჯერობით ისეთ დონეზე არ ვარ, რომ სცენაზე გამოვიდე. მამიკოს და დავით ზუგუაძის სტუდიაში დავდივარ, ვოკალში ვემუშავებ.

დათო: ნანუკა ფორტეპიანოზეც უკრავს, ყველა სიმღერას თვითონ არჩევს, ნიჭიერი ბავშვია, მაგრამ უნდა იცოდეს, რომ დღეს საქართველოში ასეთი შეხედულება აქვთ — თუ ვინმე ცნობილი ადამიანის შვილია და წარმატებას აღწევს, ესე იგი, მას ქაჩავენ, ეხმარებიან, ჩაუწყობს და ა.შ. ამიტომ ნანუკამაც და დანარჩენმა შვილებმაც უნდა იცოდნენ,

# საბია ბუნიათიშვილი: „თითაბი ყველაზე მოუვლელი მაკაჟი“

რომ თუ არ ანგრევინ და არ გლიჯავინ, მთელი საქართველო იმას იტყვის, რომ ისინი ფორჩხიდის შვილები არიან. ნანუკას ვერავინ დაჩაგრავს, მაგრამ თავისი მონაცემებით და შრომით ყველაფერი უნდა დაანგრიოს!

— ნანუკა, როცა ვუკუ „სასის“ ჩანაწერებს უყურებ, მაშინდელ დათოზე რას ფიქრობ?

ნანუკა: ჩემი აზრით, „სასე“ იმ დროისთვის კარგი იყო.

დათო: დღეს არა?

ნანუკა: როგორ არა, მაგრამ ვიდუროჩანანელები არ მომწონს.

— ნანუკა, არ ვინა, რომ დღეს მამა ისევე სცენაზე დგას და მღერის?

ნანუკა: კი, მაგრამ, ჩემი აზრით, თავის სფეროში უნდა განაგრძოს საქმიანობა, კომპოზიტორობას ვგულისხმობ.

დათო: ჩემი ნამღერი არ მომწონს.

ნანუკა: როგორ არ მომწონს?!

დათო: მამაჩემის ახალგაზრდობის სურათებს რომ ვუყურებ, სხვა ადამიანი, სხვა კაცს ვუყურებ. ნანუკაც ვერ მცნობს იმ ჩანაწერებში. ნანუკა კი არა, მეც ვერ ვცნობ საკუთარ თავს. ის სხვა დათო ფორჩხიძე იყო, ცოლი, შვილი არ ჰყავდა, საკუთარ თავზე ფიქრობდა. ნანუკას ახლა სხვა მამა ჰყავს და ასეთი ურჩევნია.

— ნანუკა, სად უფრო მკაცრია მამა — სახლში თუ „ახალ სსპში“?

ნანუკა: ორივეგან ერთნაირია.

დათო: ამბობენ, რომ ფარისეველი და მლიქვნელი ვარ, რადგან ყველას ვაქებ. ადრე ასეთი არ ვიყავი. ახალგაზრდობაში ყველაფერს პირდაპირ, მკვახედ ვამბობდი, მაგრამ გავიზარდე და მივხვდი, რომ „მოყვარეს პირში უძრახე“ ამ ქვეყანაში საერთოდ არ მუშაობს. როცა ადამიანს პირდაპირ ეუბნები, არ ვარგისარო, ჰგონია, რომ მისი მტერი ხარ. როცა მოეფერები, ეტყვი, რომ რაღაცას უნდა მოუმართოს, თან აგვანობინებ, რომ პროფესიონალი არ არის, თან გულს არ ატყენ, ეს მიდგომა უფრო მუშაობს.

— დათო, სიყვარული ქსელებში სწრაფ წერებს რომ მჭერთიყლებს წინასწარ იცის, კონკრეტულად ვის აიყვანთ და მოულოდნელი თქვენთვის თქვენს არაფერია. ამას საბრძოლველს მარცხელი არის?

დათო: საქართველოში ყველა ყველას იცნობს, სადაც შეიძლება ნებისმიერი ვიღაცის ახლობელი აღმოჩნდეს, დაგირეკოს და გითხრას, ჩემი შვილი მღერის, შენთან უნდა წამოსვლიათ. მე ფული არ მაქვს. რაც ამ პროექტში დავჯექი, უფრო გავლარობდი. ადრე სტუდიაში ვმუშაობდი და შეკვეთები მქონდა. ამ 2000 ლარზე გაცილებით მეტს თუ არა, რომელიც ახლა ხელფასის სახით მაქვს, ცოტათი მეტს მაინც ვმუშაობდი. ეს ფული საერთოდ არ მყოფნის, მით უმეტეს, კონკურსანტებთან რომ ჩავაწყვი და ჩემთან წამოვიდნენ. მე ამბიციური ადამიანი ვარ, ვინც ნიჭიერია, ყველას ვუბნებ, ჩემთან წამოდი-მეთქი და, თუ ეს ჩანს, ამ ჩანსოვას კიდევ გავაგრძელებ.

— მთელი ეს პერიოდი მჭერთიყლებს შორის დაბრუნდება იყო. დარეგულირდა თქვენი ურთიერთობა?

დათო: კი. სტეფანე ამბობს, რომ ჩემი ადვოკატის როლი მოირგო, მაგრამ ეს „დვოკატი“ ხანდახან ჩხვლეტებითაც გამოირჩევა ხოლმე. მაიაც, დათოც, სტეფანეც და ლელვაც პროფესიონალები არიან. ერთმანეთის სამტრო არაფერი გვაქვს, მაგრამ ვერც იმას ვიტყვი, რომ გადაჯაჭვული მეგობრები ვართ, უბრალოდ ერთმანეთს პატივს ვცემთ. ახლა, სტეფანეს და მაიას რომ უფრო უყვართ ერთმანეთი, ეს ცხადია, საერთო შვილი ჰყავთ. მათ მიანიჭიათ, რომ რაღაცეებში ვიჭინჭყალებ. ზოგ რაღაცაში შეიძლება მართლმად იარაღი, ზოგ რაღაცას ამეტებენ. ✓ კვა ლეონიჯავა

სახლში შოუ „ნიჭიერის“ ჟიურის წევრი, 26 წლის პიანისტი საბია ბუნიათიშვილი, საქართველოში ბოლო პერიოდში გახდა ცნობილი სახე. ის მსოფლიოს სხვადასხვა ქვეყანაში პროფესიული წარმატებებით არის ცნობილი, აქ, სამშობლოში კი, პოლიტიკური შეხედულებებით — პრეზიდენტ მიხეილ სააკაშვილის იდეოლოგიის ღია მხარდამჭერია.

საბია წლის ასაკიდან უკრავს როგორც ორგესტრთან, ასევე ცალკე. უამრავი კონცერტი აქვს ჩატარებული მთელ მსოფლიოში. პარიზში ცხოვრობს და მომავალი 3 წლის პროგრამა უკვე განერილი აქვს. მიუხედავად ამისა, უარი არ თქვა, საქართველოში ჩამოსულიყო და „ნიჭიერის“ ჟიურის დამჯდარიყო, რადგან, როგორც თავად ამბობს, ძალიან სურდა ხალხთან კონტაქტი.

— საბია, ბავშვიდან დაისახეთ მისწინა ფიგურაფიცი ცნობილი და წარმატებული?

— ბავშვობაში ძალიან მშვიდად ვფიქრობდი მომავალზე. მინდოდა, აუცილებლად სცენაზე ვყოფილიყავი და საზოგადოების აქტიური წევრი გავმდარიყავი, მაგრამ ამისთვის საგანგებოდ ნაბიჯები არ გადამიდგამს, ყველაფერი თავისით გამოვიდა. ალბათ იმიტომ, რომ რეალურად ვხედავდი, სად იყო ჩემი ადგილი.

— 6 წლის ასაკში უკვე თბლისის ორგესტრთან ერთად უკრავდით. პირველად რაის შექმნილ ვერაქვს?

— 3 წლიდან დედამ დამანყებინა მელიოდის აწყობა. თამაშ-თამაშით ვისწავლე დაკვრა. 6 წლიდან უკვე პატარა კონცერტებზე გამოვდიოდი. 11 წლის ასაკიდან კი კონცერტებზე საზღვარგარეთ გავდიოდი. უცხოეთში სასწავლებლად 19 წლისა წავედი. ვენის უნივერსიტეტში ჩავაბარე. დღეს კი პარიზში ვცხოვრობ.

— პარიზი თავად აირჩიეთ, მან აფრჩიათ თუ თქვენს მამამ ჩავაყვანათ?

— პარიზი ჩემი ოცნების ქალაქია და მინდოდა, იქ რამდენიმე წელი მაინც გამეტარებინა, მისი ნაწილი ვყოფილიყავი. პარიზში ვცხოვრობ, მაგრამ ყველა ქვეყანაში ვმოგზაურობ, ანუ ყველგან ვარ. აქამდე ერთი კვირა თუ მქონდა თავისუფალი, საქართველოში ჩამოვდიოდი, ახლა კი „ნიჭიერი“ დაიწყო და აქ სმირად ვარ.

— საზღვარგარეთ თბისის დამკვიდრების სართულს — ადაპტაცია, სოსტადა... დაძლიეთ?

— პარიზში გადასვლამდე 4 წელი ვენაში ვცხოვრობდი. შესაბამისად, გარდატეხის რთული პერიოდი ვენაში გავიარე. ვენაში თუ სასწავლებლად წავედი და სტუდენტური წლები გავატარე, პარიზში უკვე ჩემი არჩევანით დავიწყე ცხოვრება. ჩემმა ოცნების ქალაქმა იმედები არ გამიცრუა —



ნანობს თუ ახა ჰინისტი მიხეილ სააკაშვილისადმი გამოცხადებულ მხახაქეხას

ისეთივე განსაკუთრებული და ზღაპარულია, როგორც კინოსა თუ ლიტერატურაში. პარიზში რეალურად შეიძლება იპოვო მუზა და ინსპირაციის წყარო. ხელოვანისთვის ამ ქალაქში გარკვეული დროის გატარება მნიშვნელოვანია.

— სხვადასხვა მუსიკალური ჯიღლის მფლობელი ხართ. თქვენ ჩვენს მკითხველსაც გაცნობთ თქვენი მღვწეობა.

— კარიერის დასაწყისში „ამომავალი ვარსკვლავის“ ნომინაციაში გავიმარჯვე. ევროპის საუკეთესო დარბაზებში გადაწყვეტილებას იღებენ, თუ ვინ არის ყველაზე ბრწყინვალე სახე. შემდეგ ტურნე მქონდა ამ კლასიკურ დარბაზებში. ეს რამდენიმე წლის წინ იყო. დისკოს ჩანერა ყველაზე დიდი წარმატება იყო ჩემს ცხოვრებაში, თუმცა მანამდეც მქონდა სხვადასხვა ჯიღლო. გამიმართლა, რომ კონცერტები და დისკოს ჩანერა ერთდროულად და წარმატებით მოვახერხე.

— იტალიაში ხართ?

— იტალია ჩემს შემთხვევაში იყო ის, რომ მუსიკალური ნიჭი მაქვს. გამიმართლა, რომ ისეთი მშობლები მყავს, რომლებიც ყოველთვის ხელს მინდობდნენ, არ მზღუდავდნენ და მომცეს იმის საშუალება, რომ, როგორც ხელოვანი, გავსწავლიყავი. რეალურად ეს რთული პროცესია, მაგრამ პატარაობიდანვე

რომ მიმყვები, ბევრად მარტივი ხდება. ყველაფერი მაინც შრომის დამსახურებაა. ადამიანი თუ შრომობს, არ იკარგება. უაზრო მიზეზების გამო ბევრი არ აკეთებს იმას, რაც რეალურად უნდა, არადა შრომა ყოველთვის იძლევა შედეგს.

— ცნობილია პანისტების საბუზაო რეჟიმი — მრავალსაათიანი დაკვრა. ამას თუ არ ჩაეთვლით, რა გიბიძებთ ინსტრუმენტსკენ, რაიღს გიმხდებთ დაუძლეველი სურვილი, რომ კლაკაქებს მოუვადეთ?

— ზოგადად, ესთეტიკა მიყვარს და შეიძლება ეს იყოს ჩემთვის ინსპირაციის წყარო. ყველაზე დიდ შთაგონებას მაინც ადამიანებისგან ვიღებ. მიყვარს მათზე დაკვირვება. მხედველობაში დიდი მინუსი მაქვს, ბავშვობაში კარგად ვერ ვხედავდი და → 36

გაიაღვილეთ საჭმლის მონაღება

იქონიეთ მიიღეთ უკმატური

# კრეზამი

თითო კაფსულა ყოველი ჭამის დროს

www.krezam.ge

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

როცა ლინზები გავიკეთე, ისეთი რალაცებები დაფიქსირე, რასაც მანამდე ვერ აღვიქვამდი. თუნდაც ის, რომ ფოთლის მწვანე ფერი სხვადასხვანაირი შეიძლება იყოს. ეს აღმოჩენა

**„ძლიან ყომფოხეული, ახ გამოხატო შენი აზრი და ნიჭიხადი ჰოხიყა დაიჭიხი. ეს უფო გეოხსეხი — ახავინ განგსვის და შენს საქმეს მშვიდად გააქეთებ. ბეხიად ხოელია, ჰახეხინმგებლობა აილო და გამოხატო ის აზრი, ხომლის გამოც შეიძლება ძლიან გაგაქიხიკოონ. ხა ინტეხეხი შეიძლება მქონდეს დამაიხეხეხი ჰახიყის მხაიქაქეხიხას? ანგაქეხით ახაფეხს ვაქეთებ, ამიკომ ახე ახაფეხს ვნანობ“.**

იყო ჩემთვის, ამიტომ ბუნებაც იქცა მუზად. ხელოვნებისგან კი ყველაზე მეტ შთაგონებას ვიღებ.

— თქვენ ღაღ გამოხატე პრეზენტ მისელო საგაშეილის მიმართ სიმპათია, როცა მას გენიოხი უწოდეთ. მის მხარდასაქერ აქეხებუც გამოხედიო. საქართველოში როცა ხელოვანი რიძელოძე პოლიტეკური პარტიის აშკარა მხარდაქეხი სდება, ბეწვის ხიღუ გადის. მის მიმართ შეიძლება დიდი აგრესია, ნეგატიური განწყობა განდეს ხალხის მხრიდან. თქვენ რა იგრექეხი ხაზიგადეხისგან?

— უპრინციპობადა მიმანჩია ის ადამიანები, რომლებიც მანამდე აფასებდნენ ჩემს ხელოვნებას და ახლარალაც მიზუნების გამო მკარეტიკებენ. მე კონკრეტულ პოლიტიკურ პარტიას კი არ ვუჭერ მხარს, არამედ საქართველოს წინსვლას და იმ მხარეს ვიჭერ, რომელიც უკეთესად მიმანჩია. ევროპულ, დემოკრატიულ ღირებულებებზე უკეთესი ჯერჯერობით არაფერი გვაქვს. მე სრულიად პროდასავლური ვარ. ამიტომ ძალიან მარტივი იყო ჩემთვის არჩევანის გაკეთება, საქართველოში თუ რომელ პოლიტიკურ ძალას დავუჭერი მხარს. და საერთოდ, მე ვუყურებ მთლიან სურათს, დეტალებს ნაკლებ მნიშვნელობას ვანიჭებ, მიუხედავად იმისა, რომ დეტალებიც მნიშვნელოვანია.

მეავს მეგობრები, რომლებსაც ჩემგან ძალიან განსხვავებული პოლიტიკური მოსაზრება აქვთ, მაგრამ ვერც მიბედავენ კამათს, რადგან მათ ამის გამო სიყვარულს არ ვაკლებ. არ მაქვს პრობლემა, ადამიანს განსხვავებული პოლიტიკური აზრი ჰქონდეს. ჩემი შტავიოდ ჩამოყალიბებული შეხედულება მაქვს პოლიტიკასთან დაკავშირებით, მაგრამ სხვის აზრსაც პატივს ვცემ. როცა ჩემი და სხვისი აზრები ერთმანეთს არ ემთხვევა, ნამდვილად არ ვეუბნები, რომ ის არარაობაა. მაშინ რა უფლება აქვს სხვას, იგივე მითხრას?

— გქონათ ამგვარი შექმნევა?  
— არასოდეს! რადგან კითხვა დასვით, იმიტომ განვავრცე ეს თემა. მე აზრს პოლიტიკური ძალის ცვლილებასთან ერთად არ ვიცვლი.

— მისელო საგაშეილიან რიგორი ურთიერთობა გექვთ?

— მას ძალიან უყვარს კლასიკური მუსიკა. მისი მეუღლე, სანდრა რულოვსკი, ასევე კარგი მცოდნეა კლასიკური მუსიკის. ისინი მიყურებენ მე, როგორც ადამიანს, რომელიც ძალიან პოპულარულია კლასიკური მუსიკის სამყაროში.

— რატომ დანტერესდით „ნიჭიყის“ უფორის წყურბობით, რისი მიმცემა ეს პრაქტი თქვენთვის?

— ჩემი მთავარი მიზანი ისაა, რომ ძალიან

მინდა კლასიკური მუსიკის პოპულარიზაცია. არ მინდა, ის მხოლოდ ელიტური პროექტად იყოს და მარტო ელიტას ანიჭებდეს სიამოვნებას. მუსიკა მაინც ზოგადად ყველასთვის იქმნება. მე მინდა ხალხთან კონტაქტი. მინდა, დაინახონ, რომ მათაც შეუძლიათ იმავს მიაღწიონ, რასაც მე მივალნი. მიყვარს ხალხი და მათთან ურთიერთობა. მეორე მხრივ, ჩავთვალე, რომ საინტერესო და სახალისო შოუა.

— თითქმის ყველა კონკურსანტს დადებითად აფასებთ. რამდენად სწორია ეს?

— არ მინდა, ადამიანს შრომა არ დავუფასო და ჩემი უარყოფითი შეფასებით ტრაუმა მიიღოს. მიკლედ, არ მინდა ის, რასაც საკუთარ თავს არ ვუსურვებდი. ვცდილობ, ყველაში დავინახო კარგი, რომ მათაც იგივე დაინახონ, მოტივაცია არ დაკარგონ და მიზანს მიადნინონ. ყველა ადამიანში



**„ძლიან მიყვარს ია ფაქევა, ხადგან სჰონტანეხი და ბავშეხი. ცოტა ცინიყური ჩანს და მასში, ხა თქმა უნდა, იოხონია ახის, მაგამა ხეაღე ცხოვეხეხაში სხვანაიხია. იას ყახგად შევენყე და, მგონი, ეთიძანეთი მოგვნონს. საეხიოდ მიმანჩია, ხომ ქალებს ეთიძანეთის ახ უნდა შეხედო. ძიეხი ქაღი ახ შეიძლება შეხიანი იყოს და სხვა ქაღი მეტოქეს ხედავენ“.**

არის სხვადასხვა დოზით ნიჭი. ნებისმიერ პროფესიაში ადამიანმა შეიძლება საქმე კარგად გააკეთოს.

— თქვენი ვაწინასწარიუბეობა რიგორ ეგუება ა ფარულაყას სკანდალურობას?

— ჩვენ ერთმანეთი პროექტში გავიცანიო. ძალიან მიყვარს ია ფარულაყა, რადგან სჰონტანური და ბავშეურიია. ცოტა ცინიყური ჩანს და მასში, რა თქმა უნდა, იოხონია არის, მაგრამ რეალურ ცხოვრებაში სხვანაირია და, მგონი, ეს „ნიჭიყემა“ გამოავლინა. იას კარგად შევენყე და, მგონი, ერთმანეთი მოგვნონს. საერთოდ მიმანჩია, რომ ქალებს ერთმანეთის არ უნდა შურდეთ. მე არ მაქვს ეს მომენტი, ამას ქალები გრძნობენ და მათთან ურთიერთობას მარტივად ვინყებ. ძლიერი ქაღი არ შეიძლება შურიანი იყოს და სხვა ქაღი მეტოქეს ხედავდეს. პროფესიონალებში, მამაკაცია თუ ქაღი, ყველას მეგობრულად და პატივისცემით ვუყურებ.

— ანუ ძლიერ ქაღად მიმნიჭეთ თავს?

— კი, ნამდვილად ძლიერი და დამოუკიდებელი ქაღი ვარ, თუმცა მაქვს ქალური სისუსტეც, მგრძნობიარე ვარ.

— ჯან არის თქვენი შეხეხებელი, მნიჭეული ყისი აზრე თქვენთვის ძალიან მნიჭეულიყანა?

— ობიექტურად დედა მათასებს. მას მუსიკალური განათლება აქვს და ხელოვნებაში ძალიან ნიჭიერიია. ჩემი აზრი კონკრეტის მაქვს და საბოლოოდ მაინც თავად ვიღებ გადაწყვეტილებას. ეს ჩემმა მშობლებმაც იცინა, მაგრამ როცა რალაც მაინტერესებს და დაბნეული ვარ, დედა ყოველთვის ობიექტურ რჩევას მაძლევს.

— თქვენს იმაზეც დედა ზრუნავს?

— კონცერტების შინაარსის მიხედვით ვიდეგენ იმიჯს. ჩემი სტილისტი დედა ყოველდღიურ ცხოვრებასა თუ კონცერტებზე. მან ძალიან კარგად იცის ჩემი ხასიათი.

— თქვენს პრაქტიკულ „არაღს“ — ხელებს განსაკუთრებულად უყვლით?

— ხელებს არანაირად არ ვუყვლი. პიანისტისთვის მანიკურის გაკეთება არ შეიძლება, შესაბამისად, თითები ყველაზე მოუვლელი მაქვს. თავის მოვლას, რა თქმა უნდა, მნიშვნელობას ვანიჭებ. პარიზში ვცდილობ ვირბინო და კვების რეჟიმს მივაცვიო ყურადღება. ჭამა არ მიყვარს, მაგრამ გურმანი ვარ, სამზარეულოს მრავალფეროვნება მიზიდავს.

— გიყვრება ინფორმაცია, რომ დაინიშნეთ ჯან არის თქვენი საქონი?

— არა, ეს მცდარი ინფორმაციაა.

— თქვენ გეყრდით თავყანისძეულია, საყვარელი მამაკაცი არის?

— არ მიყვარს პირად ცხოვრებაზე საუბარი და ამ თემას დახურულად დავტოვებ.

— 26 წელი არ არის ის ასაკი რომ რამეს სერაიზებლად ნახებდეთ, მაგრამ აღბათ შეცდიბთ დეგოყათა.

— მე ერთადერთ რამეს ვნანობ — თუ ვინმეს გულს ვატყენ. შეიძლება ჩემს თავს დავუშვაო რალაც, მაგრამ ამას არ ვნანობ, გამოსწორება ყოველთვის შეიძლება. თუ ისევე პოლიტიკას გულსისხმობთ შეცდომებში, ძალიან კომფორტულია, არ გამოხატო შენი აზრი და ნეიტრალური პოზიცია დაიჭირო. ეს უფრო ეგოისტურიია — არავინ განგსვის და შენს საქმეს მშვიდად გააკეთებ. ბევრად რთულია, პასუხისმგებლობა აილო და გამოხატო ის აზრი, რომლის გამოც შეიძლება ძალიან გაგაკრიტიკონ. რისთვის ვუჭერ მიხელო სააკაშვილის პოლიტიკას მხარს? შეგიძლიათ მითხრათ, რა ინტერესი შეიძლება მქონდეს? საქართველოში პორნარო არასოდეს ამიღია. ჩემს ქვეყანას განვითარება სჭირდება და მაქსიმალურად უნდა შევუწყო ხელი. აქედან გამომდინარე, რა ინტერესი შეიძლება მქონდეს დამარცხებული პარტიის მხარდაჭერას? ანგარებით არაფერს ვაკეთებ, ამიტომ არც არაფერს ვნანობ.

— თქვენი მთავარი მიზნის — ჩვენს ქვეყანაში კლასიკური მუსიკის პოპულარიზაცია — გამო შეიძლება გქონეთ რამე გეგმა პოლიტიკასა?

— პოლიტიკა ჩემთვის სახელმწიფოებრიობის და მოქალაქეობის მოვალეობის შეგრძნებაა. რეალურად პოლიტიკა და ძალაუფლება არ მაინტერესებს. მე მაინტერესებს ადამიანები და ჩემი მთავარი მოტივაცია ადამიანის უფლებებია. თუ რალაცნაირად შემიძლია ჩემი პოტიციალი გამოვიყენო და ვინმეს, ჩემი ასაკისას, გონება გავოვინათო (არ მაქვს პრეტენზია, რომ ვინმეს ჭკუა დავარიგო), გამოვიყენებ. ევროპაში ცხოვრება პრაქტიკული გამოცდილებაა, ხედავ, როგორ არის აწყობილი იქ სისტემა. შემიძლია იქიდან აქ ჩამოსულმა სურათს სხვანაირად შევხედო, დაახლოებით მიგხედვ, რა ნაბიჯებია აქ გადასადგმელი და ა.შ. რეალობა ეს არის, თორემ მირჩევნია, პოლიტიკა საერთოდ არ გავინტერესებდეს. ასეთი კარგი დრო რომ დადგება, ნამდვილად არ გამოვალ სტადიონზე რომელიმე პარტიის მხარდასაჭერად.

✓ მანა ხიღია

# თეომ გოგიია: „ჩემს შვილს უპირს, ფული რატომ არ მაქვს“

## ხა ეხიზმეხა ვენევაში გუხამ შახადის სიძეს



**„იცით, ხა მარცხებს? ტიპები უცებ ხედვიან თბილისელები. ახ უხვავითა, ახ უმომიათ და დაემსახეხებდაც გახდნენ თბილისელები, უჩიანაც დაიჭიხეს და ჰიხესაც.“**

რამდენიმე წლის წინ თბილისის ცენტრში, ხალხის თვალწინ ტყვიით მოკლული ცნობილი მეცნიერის, გურამ შარაძის ქალიშვილი, რუსუდანი და სიძე, მსახიობი თეომ გოგიე, იმ პერიოდში შექმნილმა ვითარებამ იძულებული გახადა შვეიცარიაში, უენევაში წასულიყვნენ. იქ ცოლი სწავლობდა, ქმარი კი ძირითადად შვილის, 11 წლის მარიკუნას სწავლა-აღზრდით იყო დაკავებული. გასულ ზაფხულს თემოს შანსი მიეცა საქართველოში ჩამოსულიყო და საყვარელ საქმეს დაბრუნებოდა — რეჟისორ გიორგი ლივონავასგან მიწვევა მიიღო ახალ სერიალში. უენევაში ცოლქმარს გაშუდებით ენატრებოდათ სამშობლო. მათალია, იქ ვცხოვრობთ, მაგრამ აქ ვართო — გვითხრა თეომ გოგიემ, რომელიც „სარკეს“ ცოლ-შვილზე, სიმამრზე, თავის სიტყვატყვის-დროინდელ თბილისად და უსაყვარლეს მშობლიურ ცაგერზე უამბობს.

— თეომ, შვეიცარიიდან საქართველოში სერიალით დაგაბრუნა?

— ასე გამოდის. ზაფხულში ვიყავი ჩამოსული და წასვლა რომ დავაპირე, სერიალი მონაწილეობა მაშინ შემომთავაზეს. ძალიან გამისარდა და სექტემბერში ამიტომაც დავბრუნდი.

— თეომ, თეომი „შვეიცარიაში რატომ აღმოჩნდა“?

— რუსუდანმა უენევის უნივერსიტეტი დაამთავრა. მე და ჩვენი შვილი, მარიკუნა, აქ ვცხოვრობდით, მაგრამ პოლიტიკური ვითარების გამო ჩვენც შვეიცარიაში წავედით.

შვეიცარიაში მსახიობის პროფესიას ძალიან დიდ პატივს სცემენ. მე და მარიკუნა იქ რომ ჩავედით, ჩემი შვილი აღფრთოვანებული იყო — ვინც გაიგო, მსახიობი მამა მყავს, ყველა გადაირიოა. ბავშვი სოკში ჩავარდა, ეს რა მაგარი პროფესიაა გქონია და ფული რატომ არასოდეს გაქვსო. მსახიობობა ევროპაში და ნორმალურად განვითარებულ ქვეყნებში ძალიან დაფასებული პროფესიაა.

— შვეიცარიაში საქართველო ძალიან გენატრება?

— ჩვენ შეიძლება შვეიცარიაში ვცხოვრობთ, მაგრამ აქაც ვართ. უენევაში რომ ვარ, ჩემი ცაგერი მესიზმრება, ჩემი სახლი და ეზო სულ თვალწინ მიდგას. დედა მყავს, რომელიც უმადოგოა. როცა აქ ვარ, როგორც კი დროს ვნახავ, სულ იქით მივიჩქარე. 20 წლის ოცნება ამისდა, ქუთაისიდან ლეჩხუმისკენ ავტობანი გააკეთეს და ცაგერში უკვე 35 წუთში შემიძლია ჩავიდე. ვერ გეტყვით, ეს ჩემთვის რამხელა ბედნიერება და კომფორტია! წყალტუბოს რომ გავცდებოდა, მეორე უელტელტხილზე უკვე განსვავებული ემოცია მუფლდება, ეგრევე იქაურ, ცაგერულ კილოს ვიკიდებ. თბილისიდან გურიამი რომ მიდიოდა, უკვე იქაური კილო ჰქონდა.

ვერ გამოგვცემთ, ლეჩხუმზე რა მემართება, ჩემთვის საქართველო იქიდან იწყება. დღემდე იქ ვარ ჩანწერილი, სხვაგან არც არაფერი გამაჩნია. ვერ წარმომიდგენია, იქიდან ამოვიწყო და სადმე სხვაგან ჩავენერეო, ასე მგონია, იმ წუთში გავქრები. იქ სხვანაირად ღამდება და თენდება, სხვანაირად მიჩნავს. თონური გამომცხვარ ღობინანსა და ხაჭაპურსაც კი სხვა გემო აქვს. მეზობლის ხმები, ჭა, მამალი... დილაუთენია მუზობელი რომ დაგადგება თავზე და უპვირს, 7 საათზე რატომ გძინავსო...

— თეომ, მისხვედრი არ არის, თქვენს მუდღეობაც როგორ ენდობება საქართველოში ჩამოსვლა.

— კი, რუსო ჩემზე უარესია. მამისა და ძმების

სავლეთანა მიჯაჭვული ვერ გამოგვცემთ, გურამი როგორი მამა იყო. მისი ლოცვა ჩემს შვილს დახვდა წინ... შვეიცარიაში ისეთი სიცოცხლე ჩქეფს, ცხოვრება ყველასთვის ბედნიერია. იქ დაბრკოლება არ არსებობს. აქედან გულნატკენები წავედით, ახლა კი სიტუაცია შეიცვალა, ქუჩაში დავდივარ და აღარ მემჩინია. საპრეზიდენტო არჩევნები ისე მოვიდა და ისე დამთავრდა, ვერაფერი გავიგე. ეს არის ნამდვილი არჩევნები.

პოლიციის თანადგომა პირველად შვეიცარიაში ვიგრძენი. ადამიანის უფლებებს პოლიცია იცავს. ინტეგრირება თბილისში უფრო რთულია, ვიდრე შვეიცარიაში.

— სოფლიდან ჩამოსული ბჭია თბილისში ძნელად მიაღწიო?

— ამ ქალაქში მე არაფერი მქონდა და ძალიან რთულად, შრომით და სიყვარულით მოვიპოვე. სმირად ვხუმრობ, ცაგერული ვაკელი ვარ-მეთქი. თბილისელების მეგობარი რომ გავმხდარიყავი, ამისთვის ძალიან ბევრი ვიშრომე. მყავდა უახლოესი მეგობარი, დათო ლოლაძე, პირველი ჯაზ-კლუბის მუპატრონე, საოცრად ნიჭიერი ადამიანი, მაგრამ მისი მეგობარი რომ გავმხდარიყავი, ამისთვის ვიშრომე.

მოზარდ მსყრებელთა თეატრში სპექტაკლ „მე, ბებია, ილიკო და ილარიონში“ ზურვიკელას ვითამაშობდი. ახლაც თვალწინ მიდგას ის დღე. თეატრისკენ მივბაძე და თან ძალიან მშობილა, ვიტრინაში ფუნთუშები დავინახე. გავიფიქრე, მუშტს ჩავარტყამ, გავტყებ და ავიღებ-მეთქი, მაგრამ ვერ გავაკეთე... ასეთი ცხოვრებით ბევრი კარგი მეგობარი შევიძინე. დღეს კი, იცით, რა მათეობა? ტიპები უცებ ხედვიან თბილისელები, სოფელი ავიწყდებათ. არ უსწავლიათ, არ უშრომიათ, არ უწვდიან და ამ წლებმა მოიტანა ის, რომ დაუსმარებლად გახდნენ თბილისელები.

რუსო მამაყირებს, შვეიცარიიდან საქართველოში წახვედი სამუშაოდო. მიჩვენებია, ჩემს ქვეყანაში ვიყო და ნაკლები ანაზღაურება მქონდეს. უენევაში არ ვმუშაობდი, მარიკუნას ვესმარებოდა რალაყეობა და პენსიონერვით სულ დავხეირობდი.

— გურამ შარაძის მკვლელობის საქმეში რაიმე ახალი გამოჩნდა?

— ეს საქმე ჩემმა მეუღლემ ვერ კიდევ წინა მთავრობის დროს გამოიძია. საქმის 10-15% არ იცოდა მხოლოდ. ახლანდელმა მთავრობამ რომ მოინდომოს, გურამ შარაძის საქმეს, მაქსიმუმი, სამ დღეში გახსნიან. ფაქტობრივად გახსნილია, უბრალოდ ამ თემაზე საუბარი არ მინდა.

— ბატონ გურამთან როგორი ურთიერთობა გქონდათ, ახლოს იყავით მისთან თუ დისტანციას გინდობდათ?

— მე და რუსოს დედის დედაშვილური ურთიერთობა უფრო გვეკონდა, ვიდრე სიძე-ინდერის. არც მე და გურამს გვეკონდა სიძე-სიმამრის ურთიერთობა. ძალიან თბილი დამოკიდებულება გვეკონდა. ჩემი მესაიდუმლო იყო. მკაცრი ჩანდა და ესეც იმიტომ, რომ სულ იბრძოდა. სახლში კიტკბილი კაცი

იყო. შვილიშვილებთან ურთიერთობით გამოირჩეოდა. ბავშვივით სათუთი იყო. ჩემი შესრულებული როლები ძალიან მოსწონდა.

სერიალში „ქალაქის ტყვია“ გიჟი ნიკას როლს რომ ვითამაშობდი, იმ პერიოდში გურამთან ერთად გარეთ ვივარე. ორი პოლიციელი მოვიდა და გამომელაპარაკა, ძალიან მოგვწონს ეგ სერიალიო. ისე წავიდნენ, გურამისთვის არც კი შეუხედავთ. თეომ, შენთან ერთად აღარც მამჩნევენ, ჩვენ ერთად აღარ გამოვალთ გარეთო, გამეხუმრა. დიდ სიამოვნებას ანიჭებდა, მე რომ ასე მცნობდნენ. მართლა შვილივით ყვავდი.

— სანამ გურამ შარაძის თვალსაზრისით „შესეფიდათ, მისი სიმ გემოსიდათ“?

— რუსომ იყოჩაღა და ჩემი მომავალი სიმამრი დაოჯახებამდე გავიცანი. ძალიან ვლელავდი, მაგრამ მაინც კარგად ვაცნობიერებდი, ჩემს თავს რა ხდებოდა. მაშინ მაინცდასთან ვცხოვრობდი და ეს ფაქტი მას ძალიან მოეწონა. თვითონაც რომ ჩამოვიდა თბილისში სასწავლებლად, ისიც მამიდასთან ცხოვრობდა. მე და რუსო შევეკარებულვით ძალიან ცოტა ხანს ვიყავით, მალე დავექორწინდით, 1998 წელს.

— როგორ გავიცანით თქვენ და რუსუდანს ერთმანეთი?

— მაშინ ძალიან მძიმე პერიოდი იყო, კანინო „აჭარაში“ ვმუშაობდი, გათამაშება მიმიყვავდა. იქ იყო ჯაზ-კლუბი. რუსოს ისეთი „ჩაფუტარე“, დღემდე ვერ მოდის აზრზე. მოკლედ, ერთმანეთი ჯაზ-კლუბში შემთხვევით გავიცანი. არ ვიცი, ის რა საღამო იყო, მაგრამ, მასსოვს, მთელი ღამე არ მეძინა, რალაც ემოცია დამრჩა. იმ საღამოს მერე რუსო შვეიცარიაში გაფრინდა. მაშინ მივხვდი, რომ რალაც დამაკლდა. ვერ ტელეფონზე ვურეკავდი და მერე იქაც ჩავაკითხე, ოღონდ შვეიცარიაში ვერ შევედი და ერთმანეთს გერმანიის საზღვარზე შევხვდით. რამდენიმე დღის შემდეგ უკან გამოვბრუნდი. რუსომ მამამის წერილი გამოუგზავნა, სადაც ჩემ შესახებ სწერდა. დღეს ერთმანეთი ისე გვიყვარს, ვერ წარმომიდგენია, რომელიმე ქმარს ცოლი ასე უყვარდეს.

— ერთმანეთისგან შორს ყოფნას როგორ ეგუებოთ?

— „სკაიპის“ საშუალებით სულ ვეკონტაქტებით ერთმანეთს. სერიალის გამო ვერ ვერხვებ მათთან წასვლას. საშობაო არდადეგებზე ისინი ჩამოვლენ საქართველოში. მარიკუნას გარეშე ვერ ვშვებ.

მე და რუსომ ოჯახშიც და ცხოვრებაშიც ჩვენი ადგილები ვიცით. რუსო ოჯახის და მეგობრების მიმართ თავგანწირული ადამიანია. ქალმა ყველაფერი უნდა მოასწროს — მეგობრობაც, დედობაც და ცოლობაც.

— თქვენს შვილს შვეიცარიაში საშობალოს და შობილოური ტრადიციების დაჟინება არ ეძუქნება?

— სისხლის ყვილი სულ სხვაა. როგორ შეიძლება, გურამის შვილიშვილი და ჩემი და რუსოს შვილი ტრადიციებს ასცდეს?! ეს გამოცდისუღია! ასცდება და აქ არ ვართ? აუცილებლად მივუთითებთ.

✓ სოფი ბოგორდი

ლოუიზოლი **იზრუნეთ თმაზე!**

**Louise-all** თმის ცვენა, ქერტლი, ქავილი, დაჭიმულობა, სიმშრალე, ცხიმოვანობა, თმის ძირების ტკივილი

კაბინეტი **ლოუიზოლი** იოსებძის ქ. 53 **სწრაფი შედეგით**

ტელ.: 237 38 13; 599 58 02 06

# ირაკლი აბუსარიძე: „იღანად ფრთხილი მძღოლი ვარ, მუსიკასაც არ ვუსმენ მაღალ ხმაზე“



საქართველოს რაგბის ნაკრების ყოფილი კაპიტანი, ირაკლი აბუსარიძე, საფრანგეთიდან 8 თვის წინ დაბრუნდა საქართველოში და თბილისური მოძრაობის წევრებს ჯერ კიდევ ვერ შეეგუა. უკვირს, როცა მძღოლები უსაფრთხოების ნორმებს არ იცავენ. თავად ისევ „ფრანგულად“ მოძრაობს და ყველა წესს იცავს, ერთის გარდა — თავზე დამდობილი შეიძლება სიგნალითაც აიკლოს და მაგარ-მაგარი გამოთქმებიც მიაყოლოს. 2006 წელს გამოშვებული, 25 000 ევროიანი „მერსედეს ცველესი“ საფრანგეთიდან ჩამოიყვანა, მისი საოცნებო მანქანა კი „ბუგატი ვეირონია“, რომელიც მილიონები ღირს.

— **ირაკლი, რა არის თქვენთვის ავტომობილი — გადაადგილების საშუალება თუ ფუნქციების საგანი?**

— უმანქანოდ გადაადგილება, ჯერ ერთი, ძალიან რთულია და თან კარგი ავტომობილის ყოლა სიამოვნება და დიდი კომფორტი. საზოგადოებრივი ტრანსპორტით ბავშვობის მერე არ მიმგზავრია. 18 წლიდან საქვსთან ვზივარ. ჩემი პირველი ავტომობილი მამაპაპური მექანიკური მართვის „ნივა“ იყო. ახალბედა მძღოლისთვის პირველი წლები საქვსთან რთული აღმოჩნდა. ავარიაც მომიხდა. მასსოვს, გვერდით გავიხედე, ყურადღება გამეფანტა და ჩემ წინ მდგარ მანქანას დავეჯახე. ეს ჩემი პირველი და უკანასკნელი ავარია იყო. უკვე 17 წელია, მანქანას ვმართავ. 3 წელია 2006 წელს გამოშვებული „მერსედეს ცველესი“ მყავს.

— **რატომ მაინცდამაინც „მერსედესი“?**

— მანამდე „ბუგატი“ მყავდა. მასთან შედარებით სავალი ნაწილები „მერსედესს“ უფრო ძლიერი აქვს, თან ვიზუალურადაც ძალიან მომწონდა და ამიტომაც შევიძინე. საფრანგეთში 25 000 ევროდ ვიყიდე და ძალიან კმაყოფილი ვარ. ძლიერი მონაცემებისა და ამავე დროს ძალიან კომფორტული მანქანაა. ფორმა ძალიან მომწონს, ოთხკარიანი, მაგრამ კუმბე ითვლება და სპორტული უფრო არის, ვიდრე ბიზნესკლასის. შესანიშნავი აეროდინამიკა აქვს და სწრაფიცაა. ძრავის სიმძლავრე 3,5-ია.

— **სწრაფი სიარული გიყვარო?**

— კი, მაგრამ ქალაქში სწრაფად სიარულს მაინც ვერიდები. თავიდან უფრო ვმოძრაობდი სწრაფად, ახლა გაცილებით ყურადღებიანი ვარ. ალბათ ასაკვამც თავისი მოიტანა და ფრთხილი მძღოლი ამიტომაც გავხეხი. 10 წელი საფრანგეთში ვცხოვრობდი, შეიძლება ამანაც შეეცვალა, როგორც მძღოლი.

— **აქ როგორი წესებია, რა ეკრძალებოდა მძღოლს და რა — არა?**

— საფრანგეთში მოძრაობის წესებში ასეთი რამ არსებობს: მძღოლი 12 ქულა აქვს. ნითელ შუქნიშანზე გავლით 6 ქულას გართმევენ. თუ ნასვამი დაჯდები საქვსთან, ქულებსაც გართმევენ და, სასამართლოს გადაწყვეტილებით, ერთი წელი მართვის

**„საფრანგეთში, ჩვენგან განსხვავებით, მძღოლს 3 კატორღის ფაქტის უფლება აქვს. თუნდაც შეამოწმონ, ეს იქ პრობლემას არ წარმოადგენს“.**

უფლებაც გეკრძალება, რის შემდეგაც მართვის მოწმობის ასაღებად გამოცდას ხელახლა აბარებ. საფრანგეთში რომ ჩავედი, პირველ წელს 150 კმ/სთ სიჩქარით გავიარე იქ, სადაც მაქსიმალური სიჩქარე მხოლოდ 90 იყო. ამის გამო 45 დღე მანქანის მართვის უფლება ჩამომართვეს. საგზაო მოძრაობის წესებს მას შემდეგ ძალიან ვიცავ და აქაც ასე ვმოძრაობ.

— **ფრანგული მოძრაობის კულტურა ქართულიდან ალბათ მკვეთრად განსხვავდება.**

— საფრანგეთში ყველამ თავისი გზა იცის, სიგნალი აკრძალულია. თუ ძალიან საავარიო სიტუაცია არ შეიქმნა, სიგნალის მიცემის უფლება არავის აქვს. საქართველოში რომ დავბრუნდი, ვთქვი, სიგნალი ჩვენი ქვეყნისთვისაა გამოგონილი-მეთქი. იქ მოძრაობის წესები ძალიან კარგადაა აწყობილი, მძღოლებმა ერთმანეთის დათმობა იციან.

— **თბილისურ მოძრაობაში ყველაზე მტკადა რა არ მოგწონს?**

— ჩვენთან მძღოლები გზას მაშინაც არ გითმობენ, როცა ეს შეუძლიათ. ამ დროს ნერვები მემულება და შეიძლება ცუდი სიტუაცია წამოქცდეს. ყოველთვის ვცდილობ, დეათმობი მძღოლი ვიყო და წესრიგი დავიცვა. საგზაო ნიშნებს ყველა უნდა დაემორჩილოს და ვინორე უჩვენებს ბავშვებს ყურადღება უნდა მიაქციონ. ისეთი ცხოვრებაა, რომ, როგორც მძღოლი, ასევე ფეხით მოსიარული, ყველა დაბნული და დისციპლინა და ამიტომ დიდი სიფრთხილე და ყურადღება გემართებს. რეაგირებას შეძლებისდაგვარად სწრაფადაც ვახერხებ და დისციპლინის დაცვაც არ მავიწყდება. ამით თავს ვიზღვევ, რომ საჭირების დროს მანერვობის დროს მაინც ვიზღვევ, რომ საჭირების დროს მაინც ვიზღვევ, რომ საჭირების დროს მაინც ვიზღვევ.

ნერვირება მოვასწრო. იმდენად ფრთხილი მძღოლი ვარ, მუსიკასაც არ ვუსმენ მაღალ ხმაზე. 8 თვეა, რაც საფრანგეთიდან დაბრუნდი და მხოლოდ ორი ჯარიმა მაქვს გადახდილი, ერთი — იმიტომ, რომ ნითელ შუქნიშანთან ხაზი გადაკვეთე, ანუ არასწორად გავეჩრდი. მეორედ კი ვაუ-ფშავვლას გამოხიზრე სისწრაფის გადაჭარბების გამო დაზარატივს.

ბატრული წესრიგს იცავს და მის ნების-

მიერ ქმედებას ვეთანხმები. სიმართლე გითხრათ, იშვიათად მაჩერებენ. რამდენიმე დღის წინ მობილურზე ვსაუბრობდი, როცა გვერდით ბატრული ამომიდა, რომ დამინახეს, აღარ გამაჩერეს, ბოდიში მოუხადე და ერთმანეთს დავეშორდი. ყოველთვის ვცდილობ, ჩემი ცნობადობით არ ვისარგებლო. ჯარიმა თუ მეკუთვნის, უნდა გამომიწერონ კიდევც. არასოდეს მითქვამს ბატრულისთვის, მე ირაკლი აბუსარიძე ვარ და არ დამაჯარიმოთ-მეთქი. თუ მიცნეს, მიცნეს, თუ არა — თავს არავის შევახსენებ.

— **ნასვამი მჯდარხნო საქვსთან?**

— ოდნავ ნასვამი — კი. საფრანგეთში, ჩვენგან განსხვავებით, მძღოლს 3 კატორღის ფაქტის უფლება აქვს. თუნდაც შეამოწმონ, ეს იქ პრობლემას არ წარმოადგენს. თუ დავღვევ, საქვსთან ჩემი მეუღლე ჯდება.

— **როგორი მძღოლია თქვნი ცოლი?**

— თუა კარგი მძღოლია, მაგრამ სულ ვეჩხუბები. ჩემთან შედარებით გაცილებით ფრთხილია. ეს ქალებისთვის ისედაც დამახასიათებელია, მაგრამ, ციმციმას მოსახვევში შევსვამდე შორიდანვე რომ რთავს, ამაზე ვუბრაზდები.

ამ მანქანით ორივე დავდივართ. როცა საზოგადოებრივ ვარ, თუა ჩემი ავტომობილით სარგებლობს, ბავშვების წაყვანა-წამოყვანის საკითხს ჩემი მანქანით აგვარებს. მოკლედ რომ გითხრათ, თუა ისეთი მძღოლია, ავტომობილსაც ვანობ და შვილებსაც. ქალები მამაკაცებთან შედარებით საქვსთან უფრო ფრთხილები არიან და ისეთ სიტუაციაში შეიძლება დაიბნენ, სადაც კაცები არ დაიბნევიან, თუმცა ამას ყველა ქალზე ვერ ვიტყვის. ბევრი შეიძლება მამაკაც მძღოლსაც სჯობდეს, ესეც ალბათ გამოცდილებათაზე.

— **თავად, როგორც მძღოლი, ცლისგან რა შენიშვნებს იღებ?**

— სწრაფ დამუხრუჭებაზე ძალიან ნერვიულობს ხოლმე. ბოლო წუთებში ვიცი დამუხრუჭება და ამაზე სწირად მიბრაზდება.

— **მანქანის ნაწილებს კარგად იცნობ?**

— ძალიან ცუდი რამ მცითხეთ. მთლად კარგადაც ვერ ვერკვევი, ხმაზე შეიძლება მიხვდეთ, რომ მანქანას რალაც ანუხეხს, მაგრამ ის „რალაც“ რა არის, ამის გაგება უკვე მიჭირს. ერთადერთი, რისი გაკეთებაც შემიძლია, საბურავის გამოცვლაა. ჩემს „მერსედესს“ ელექტროსატრუმი აქვს და მეხსოვთ საბურავი არ მოჰყვება. ამას წინათ რაგბის ფედერაციასთან, ბორდიურზე, საბურავი გამეჭრა, რის გამოც მისი მოხსნა და გასაჭრებლად წაღება მომიხდა.

— **თქვნი „მერსედესის“ ღია ფერის ხალონის მოვლა რთული არ არის?**

— კი, საკმაოდ რთულია. ყოველთვის ვბრუნავ სალონის სისუფთავეზე, მიყვარს ეს პროცესი, თუმცა აქსესუარების დიდი მოყვარული არ გახლავართ. არ მომწონს, როცა მანქანა გადატვირთულია ათასი ნივით. საბატრული სავარჯიშო ტანსაცმელს ვინახავ.

— **დაბნულობა, მართლაც, თქვნი მანქანა ძალიან მოგწონს, მაგრამ არსებობს ისეთი, რომელიც ჯერჯერობით თქვენს ოცნებად რჩება?**

— „ბუგატი ვეირონი“ ძალიან მომწონს. ორკარიანი სპორტული მანქანაა, სიჩქარე 415 კმ/სთ სიჩქარე აქვს. მილიონახევრიდან ორ მილიონახევრამდე ღირს.

✓ სოფი ბოლორძე



## პაკო რაბანი - ქალი ჯავშანები *მოდა*

პაკო რაბანის მოდის სახლი ყოველთვის გამოირჩევა თავისებური ინოვაციებით. ამ მხრივ, არც წლევანდელი შემოდგომა-ზამთრის კოლექციაა გამონაკლისი. ლიდია მაურერმა წარმოადგინა კოლექცია, რომელიც ინოვაციური ტექნოლოგიებითა და ფორმებით გამოირჩეოდა. ფუტურისტი და ცოტა გასამხედროებელი კლასიკა კოლექციის მთავარი ხასიათი გახლდათ. პატარა შავი კაბები, სარაფნები, ტოპები და ქვედატანებიც კი თხელი ლითონისებური ქსოვილისგან იყო შექმნილი.



„ეს თანამედროვე ქალის ჯავშანია, რომელიც იცავს მას მოდის ცვალებადობისაგან და აძლევს გარანტიას, რომ რამდენიმე წელი მასზე ვერ იჭორავენ“, — ამბობს დიზაინერი.



# ტერაფლექსი ჯანსაღი ცხოვრებით სანსრების შესაძლებლობა!



150 Years  
Science For A Better Life

- ✓ ამცირებს ტკივილს და ანთებას სახსრებსა და ხერხემალში
- ✓ ახდენს ხრტილოვანი ქსოვილის აღდგენის სტიმულირებას
- ✓ ზრდის სახსრების მოქნილობას
- ✓ ამცირებს მოთხოვნილებას ანთების საწინააღმდეგო არასტეროიდულ პრეპარატებზე
- ✓ აუმჯობესებს პაციენტთა სიცოცხლის ხარისხს



ტერაფლექსი ადვანსი  
დაავადებების  
გამწვავებისას



ტერაფლექსი  
დაავადებების ბაზისური  
თერაპიისთვის

სავაჭრო ლიცენზიის მფლობელი: Bayer Consumer Care AG (Switzerland)

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



■ ბილ გეიტსი

## პლანეტის უმდიდრესი ადამიანები

პარსკლავური

კომპანია „ბლუმბერგმა“ პლანეტის უმდიდრესი ადამიანების ქონება ხელახლა გადაითვალა და ახალი სია გამოაქვეყნა. რეიტინგის სათავეში, წლებია, ლიდერობას არავის უთმობს „მაიკროსოფტის“ დამფუძნებელი ბილ გეიტსი. მისი ქონება 72,9 მილიარდი დოლარით განისაზღვრა. გასულ წელთან შედარებით, მისი ქონება 10 მილიარდით გაიზარდა.

მეორე ადგილი მექსიკელმა მედიამაგნატმა კარლოს სლიმ ელუმ დაიკავა 65 მილიარდი დოლარით. მისთვის ეს წელი წამგებიანი აღმოჩნდა, რადგან ქონება 9 მილიარდით შეუმცირდა.

მესამე ადგილზე მოდური ბრენდის „ზარას“ მფლობელი ამანსიო ორტეგა გავიდა, რომლის ქონებაც 61,9 მილიარდი დოლარია.

უმდიდრეს ადამიანთა ხუთეულში ასევე შევიდნენ უორენ ბაფეტი (58 მილიარდი დოლარი) და „იკეას“ დამფუძნებელი ინგვარ კამპრადი (50,3 მილიარდი დოლარი).

უმდიდრეს ადამიანებს შორის აღმოჩნდნენ მოდის სფეროს წარმომადგენლებიც, მაგალითად, „ლორელის“ დამფუძნებლის ქალიშვილი, ლილიან ბეტანკური, 33 მილიარდი დოლარით მეცამეტე ადგილზე გავიდა.

პლანეტის მდიდარ ადამიანებს შორის ინტერნეტგენიოსებიც შედიან. „გუგლის“ დამაარსებლები ლარი პეიჯი 25,5 მილიარდი დოლარით 23-ე ადგილზე გავიდა, ხოლო სერგეი ბრინი 25,1 მილიარდი დოლარით 24-ე ადგილს დასჯერდა. უმდიდრესი ადამიანების 25 კაცთან სიას მარკ ცუკერბერგი ასრულებს 24,5 მილიარდით.



■ კარლოს სლიმ ელუ

## ტომ კრუზი: „შვილი არასდროს მიმიტოვებია!“

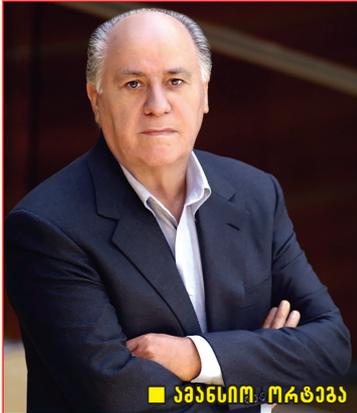
ტომ კრუზი იშვიათად ლაპარაკობს ყოფილ ცოლზე, მსახობ კეტი ჰოლმსზე და ქალიშვილ სურინზე, მაგრამ ამჯერად, სასამართლო პროცესიდან გამომდინარე, ჰოლივუდის ვარსკვლავს პირადულზე ლიად მოუხდა საუბარი. 51 წლის მსახიობმა ერთ-ერთ დასავლურ გამოცემას იმის გამო უჩივლა, რომ მათ დაბეჭდეს სტატია, სადაც ნათქვამია, რომ კეტი ჰოლმსთან დაშორების შემდეგ ტომმა ურთიერთობა ქალიშვილთანაც განწყვიტა და სურიც მიატოვა. ტომ კრუზი გამოცემისაგან 50 მილიონ დოლარს ითხოვს.



■ სური და ტომი

ჟურნალისტებს ხელში ჩაუვარდათ სასამართლო ჩანაწერები, სადაც ტომ კრუზი აცხადებს:

— იმის მტკიცება, რომ ცოლთან გაყრის შემდეგ შვილიც მივატოვე, აბსოლუტური სისულელეა. სური ჩემი ცხოვრების ნაწილია. არც ფინანსურად, არც ემოციურად და არც ფინანსურად შვილი არასოდეს მიმიტოვებია. იმ პერიოდშიც კი, როცა გადაღებების გამო შორეულ ქვეყნებში მივემგზავრები, სურისთან მუდმივ კონტაქტში ვარ. თითქმის ყოველდღე ველაპარაკები ტელეფონით, ვინტერესდები, როგორ მიდის მისი საქმეები სკოლაში. საზიზღრობაა, როდესაც შვილის მიტოვებაში დაგადანაშაულებენ. ყველაფერი შეუძლიათ დანერონ ჩემზე, გარდა იმისა, რაც მე და ჩემს გოგონას გვეხება. ის გიჟდება ჩემზე, მე კი — მასზე — ამბობს მსახიობი.



■ ამანსიო ორტეგა

# რელაქსო - მიქსი™

ბიოლოგიურად აქტიური საკვები დანამატი

პანისფლორა 50მგ, კახაბალანა 80მგ, გვირილა 30მგ - 30 კაფსულა



გზა მშვიდი ცხოვრებისკენ...



კომბინირებული დამაფრთხილებელი ფიტოპრეპარატი

# ჯენიფერ ლოპესი: „პლასტიკური ოპერაცია არ გავიკეთებია“

ჯენიფერ ლოპესი სასტიკად უარყოფს, რომ მის გარეგნობაში პლასტიკური ქირურგიის რაიმე კვალი არსებობს. თავის-მართლება მას შემდეგ დასჭირდა, რაც ცნობილმა პლასტიკურმა ქირურგმა აიხამ ალ აიუბიმ სოციალურ ქსელში გამოაქვეყნა ჯენიფერის ფოტო, წარწერით: „ჯენიფერს სახეზე ეტყობა, რომ ბევრი პლასტიკური ოპერაცია აქვს გადატანილი. ის ბუნებრივად ლამაზია, მაგრამ პლასტიკური ოპერაციების შედეგი უბრალოდ შეუდარებელია“.

44 წლის ჯენიფერი პლასტიკური ქირურგის ასეთმა შეფასებამ საშინლად გააბრაზა,



მას სულ მატყუარა უძახა და საპასუხოდ სოციალურ ქსელში სტატუსიც კი დადო: „მაპატიეთ, მატყუარა ექიმო, მაგრამ არასდროს გამიკეთებია პლასტიკური ოპერაცია და, როცა დამჭირდება, თქვენთან ნამდვილად არ მოვალ. ჩემი სახე და სხეული იდეალურ მდგომარეობაშია. როგორც ჩანს, პრობლემები თქვენ უფრო გაქვთ, ვიდრე — მე“.

სვავთა შორის, სწორედ ამ პლასტიკურმა ქირურგმა გასცა თავისი პაციენტების საიდუმლო და ლიად განაცხადა, რომ შერონ ოსბორნის, ჰაიდი მონტაგისა და მელანი გრიფიტის სილამაზე მისი ნახელავია.



## ვანესა პარადიმ ჯონი დევის შემსვლელი იპოვა

ჯონი დევი აღარ მალავს პირად ცხოვრებას და ახალ რჩეულთან, ემბერ ჰარტთან ერთად ყველგან თამაზად ჩნდება. მისმა ყოფილმა სიყვარულმა, ვანესა პარადიმ, გადაწყვიტა, ყოფილ ქმარს მიბაძოს და საზოგადოებას ახალი სიყვარული, ფრანგი მუსიკოსი ბენჟამენ ბიოლე წარუდგინა.

ვანესა ჯონი დევისთან დაშორების შემდეგ სრულიად არაგლამურულ ცხოვრებას ეწევა. რჩეულთან ერთად პარიზში მუსიკალურ საღამოებზე, კლასიკური მუსიკის კონცერტებზე დადის და გახედვაც არ სურს პოლიეუ-დისკენ.

„როგორც იქნა, ვანესამ იპოვა მამაკაცი, რომელთანაც ყველაფერი ჰარმონიულად აქვს“, — ამბობს მსახიობის და მომღერლის მეგობარი.

ვანესას და ბენჟამენს ბევრი საერთო აქვთ — წელს ორივეს 40 წელი უსრულდება, ორივე ფრანგია, ორივე მუსიკოსი და მსახიობი. სვავთა შორის, წყვილი ერთმანეთს კარლ ლაგერფელდმა გააცნო.

ბენჟამენი ყოველთვის გამოირჩეოდა ხმაურიანი რომანებით. ვანესამდე მას რომანი ჰქონდა კარლა ბრუნისთან და კიარა მასტროიანისთან.



**Rennie**

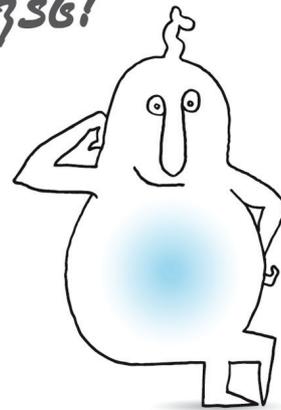


150 Years  
Science For A Better Life

## სწრაფად მოგიხსნით გულოძმარვას!

- უზრუნველყოფს კუჭში ჭარბი მარილმჟავას ნეიტრალიზაციას;
- მოქმედებს სწრაფად – ეფექტი მიიღწევა მილებიდან 1-6 წუთში;
- გააჩნია დამცავი მოქმედება კუჭის ლორწოვან გარსზე;
- ნებადართულია ორსულობის და ლაქტაციის პერიოდში.

**შემადგენლობა:** კალციუმის კარბონატი – 680 მგ (CaCO<sub>3</sub>), მაგნიუმის კარბონატი – 80 მგ (MgCO<sub>3</sub>);  
**მიღების წესი და დოზირება:** მოზრდილები და 12 წელზე უფროსი ასაკის ბავშვები 1–2 ტაბლეტი დაიღვოს (ან გაჩერდეს პირის ღრუში ტაბლეტის სრულ გაწოვამდე)  
**გამოშვების ფორმა:** რენი №12, №24 მენთოლის არომატით, რენი №24 ფორთოხლის გემოთი



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

საგაჭრო ლიცენზიის მფლობელი: Bayer Consumer Care AG (Switzerland)



# პერსილ ექსპერტი არ არსებობს უკეთესი ფხვნილი რთული ლაქების წინააღმდეგ!\*



## სარიისის გერმანული სტანდარტი

\*აღაზი, ალუბლის ფურაა, პომიდორო, აპრილის აპრი, ბაჟის სხეი, ხილი (ბანანი, მარწყვი, ბანანი). მარჯმსილით 30°C მამარკარაზა.

# „ვისურვებდი, როგორც ბალტიისპირეთის ქვეყნებში უყვართ საქართველო, ისე გვიყვარდნენ ჩვენ ერთმანეთი“

## ზაზა კორინთელი: „კულინარია ქვეყნის შეცნობის ერთ-ერთი შემაღვენელი ნაწილია“

მუსიკოსი ზაზა კორინთელი, იგივე ზუმბა, იმდენს მოგზაურობს, შეიძლება ითქვას, რომ ცაზეა გამოკიდებული. მისი თითქმის ყველა ვოიაჟი ჯგუფ „ზუმბა ლენდს“ გასტროლებს უკავშირდება. ზაზას ცოლი, ნინო ალლაძე, ჯგუფის პროდიუსერია და ამიტომ ცოლ-ქმარი ერთად მოგზაურობენ. მუსიკოსი უცხო ქვეყნის შეცნობას მუხუშუმებითა და სხვა ღირსშესანიშნაობების მონახულებით არ ინწყებს, მისთვის მთავარი ჯერ ხალხთან ურთიერთობა, კონტაქტის დამყარებაა.

პირველი ქვეყანა, რომლითაც მისთვის უცხოეთთან გაცნობა დაიწყო და საკუთარი სტილიც იპოვა, პოლონეთი გახლდათ, მასთან საინტერესო მოგონებები აკავშირებს და ამიტომ მასზე გულგრილად ვერასოდეს საუბრობს. ოკეანის გაღმა კი არასოდეს ყოფილა და ამერიკის მონახულების დიდი სურვილი აქვს.

— ზაზა, რა ადგილი უჭირავს თქვენს ცხოვრებაში მთავრობას?

— მოგზაურობა ჩემი ცხოვრების ერთ-ერთი მთავარი ნაწილია. ეს პროცესი სტიმულია, რომელიც ადამიანს საკუთარი თავის უკეთ შეცნობის საშუალებას აძლევს.



ზაზა კორინთელი ერთად პარაგვაში

**„გახელი საუკუნის 90-იან წლებში 4-5 წელი ყჩაყოხა და ვახშავაში გავატაჟე. უქსეხიმენები ფორტლოხთან და თანამეგობრე მუხიკასთან და ის, ხასაც დღეს ვქმნი, პოლონეთში დაიწყო“.**

სულ სხვაა, როდესაც სხვა ხალხის კულტურას ეცნობი, სხვადასხვა გრძობებში ტრიალებ და სხვადასხვა საზღვრებს გადახარ. ჩემთვის მოგზაურობა დაუსრულებელი და საინტერესოა, დღემდე ვცდილობ, მუდმივად გზაში ვიყო. მსურს, ჩემი ქვეყნის საუკეთესო ნაწილი გარეთა სამყაროს გავაცნო და მათგანაც რაღაც ახალი ვისწავლო. მუსიკოსი ვარ და ჩემი მოგზაურობაც შემოქმედებითია. ყველგან დავდივართ, მაგრამ აღმოვაჩინეთ ევროპა ჩემთვის ყველაზე ახლობე-

ლია. ლიტვა, ლატვია, ესტონეთი, პოლონეთი, უკრაინა, გერმანია...

— რითაა აღმოსავლეთ ევროპა თქვენთვის ახლობელი?

— ლიტვა, ლატვია, ესტონეთი გამორჩეულად მიყვარს. ალბათ ზღვით არის ჩემთვის ახლობელი. იმას ბალტიის ზღვა ჰქვია, ამას — შავი. შემიძლია ხმამაღლა ვთქვა, რომ იქ უფრო კარგად ვგრძნობ თავს, ვიდრე ჩემს სახლში. მგონი, ქართველები იმათ უფრო უყვართ, ვიდრე ჩვენ, ქართველებს, ერთმანეთი. ეს ყოფილი საბჭოთა კავშირის დაშლის შემდეგ პირველივე ჩასვლაზე ვიგრძენი. ის მუსტი, რომელიც ბალტიისპირელმა ხალხმა მაგრძნობინა, დღემდე გამომყვია. მას შემდეგ იქ ბევრჯერ ვიყავი და ვგრძნობ, რომ მათი სიყვარული საქართველოს მიმართ ამოუწურავია. გულთ ვისურვებდი, როგორც ბალტიისპირეთის ქვეყნებში უყვართ საქართველო, ისე გვიყვარდნენ ჩვენ ერთმანეთი.

— გერმანიის სწრაფი სტუმარი ხართ?

— არც ისე. წლის დასაწყისში ვიყავი ოჯახთან ერთად. ბერლინში და ჰამბურგში გახლდით და შევხვდი ადამიანებს, რომლებთანაც ურთიერთობებს ავანწყობთ. კულტურის მხრივ, ბერლინი დემოკრატიის ევროპული ცენტრია, სადაც ხელოვნების ყველა მიმართულებაა წარმოდგენილი და, ამ მხრივ, დამოუკიდებელი ქალაქ-სახელმწიფოა. ჰამბურგთან კი ოჯახური კონტაქტები მაქვს — ჩემი და იქ გახლავთ გათხოვილი, სიძე გერმანელი მყავს. ამ ქალაქის დათვალიერება წესიერად ვერ შევძელი, მაგრამ ყველაფერი წინაა.

გერმანია არაერთგვაროვანია. ყველა კუთხესა და რეგიონს თავისი კუთხური ნიშანი გააჩნია. რაც ყველაზე მკაფიოდ ჩანს, მათ ხელოვნება უყვართ და საიხლეების გამოჩენა ყოველთვის უხარიათ. უახლოეს ხანში იქ ტურნე გვაქვს დაგეგმილი. ამჯერად მიუნჰენში ჩასვლა გვინევს, სადაც აუცილებლად შევხვდებით ქართულ სათვისტომოს, ოფიციალურ კონცერტს გავმართავთ თეატრალურ დარბაზში და საღამოსაც გავაკეთებთ ვინრო წრეში.

— უცხო ქალაქის გაცნობას რითი იწყებთ?

— სხვა ქვეყანასთან ურთიერთობა ენის მუსიკით იწყება. საერთოდ ენა კულტურის დიდ კოდს მოიცავს, მას ყველაზე დიდი მუსიკა გააჩნია. ამის მერე არის ხალხი, ჩვეულებები და ტრადიციები. როდესაც ამ ყველაფერს პირადად ეხები, ხვდები, რომ მართლ შენ არ ხარ დედამიწის ჭიბი. ძალიან ბევრ ქვეყანას, ერსა და კულტურას უამრავი ფასეულობა აქვს დატოვებული, რომლის არდანახვაც არააღიარება შეუძლებელია. ჯერ ჩვენი სა-

კუთარი ვისწავლოთ, მერე სხვასაც შევხედოთ, ეს ყველაფერი გავაერთიანოთ, ჩვენს პატარა პლანეტას ზემოდან გადმოვხედოთ და მხოლოდ ამის შემდეგ მივხვდებით, რა ვართ. სამყაროსთვის მართლაც ბევრი გვაქვს სათქმელი, ოღონდ ჯერ კარგად უნდა გავიაზროთ, ვინ ვართ, საიდან მოვედით და საით მივდივართ.

— ამ ყველაფერში მუხუშუმების და ისტორიული ადგილების დათვალიერება არ გეხმარება?

— ქვეყნის შეცნობას მუხუშუმებით არ ვინწყებ. ჯერ პირადი ურთიერთობები მაინტერესებს. ჩემთვის ქვეყანა, პირველ რიგში, ხალხი, მათი სულიერი მდგომარეობა და სამყაროა და შემდეგ მოდის ისტორია, არქიტექტურა და მუხუშუმები.

— ჯგუფთან ერთად მოგზაურობა რითაა გამორჩეული?

— ამ შემთხვევაში ჯგუფი ერთი ორგანიზაციაა. ჩვენ ბევრი საერთო გვაქვს, ხუმრობიდან დაწყებული და მუსიკალურად შეთანხმებული ფორმით დამთავრებული, რასაც უკვე სცენაზე ვავლენთ ხოლმე. ხელოვანი მხოლოდ სცენაზე ვერ იქნები, 24 საათი მთელი შენი ყოფილი ხელოვანი უნდა იყო. თუ ცხოვრების ეს წესი არ გააჩნია, მაშინ მატყუარა ხარ. ჩემს ჯგუფში არამხოლოდ კარგი მუსიკოსები არიან, ისინი არაჩვეულებრივი მეგობრები, ადამიანები და პატრიოტები არიან. საერთოდ როცა გამოცდილებას, მუსიკას და გემოვნებას ინტელექტი ახლავს, იქ უკვე კომფორტიცაა და, ღვთის წყალობით, მე ეს კომფორტი მაქვს.

— ყველაზე კარგი მსმენელი სად გყავთ?

— ყველაზე კარგი მსმენელი არ არსებობს. მსმენელი ან არსებობს, ან — არა. მაგალითად, ყველაზე დიდი ტაში ასპინძალი ვიგრძენი. აქ საქმე ტაშში კი არაა, იმ ენერჯის მიღებაზე და დაბრუნებაზეა საუბარი, რასაც ხელოვანი სცენიდან გასცემს. ევროპის ქვეყნებს ის ფუფუნება აქვთ, რომ ხშირად მსოფლიო ვარსკვლავებს მასპინძლობენ, მაგრამ ვფიქრობ, რომ ხელოვნების გაცემას და მიღებას ერთი პატარა მარტივი წესი აქვს — თუ არსებობს ცეცხლი, რომელიც ანთია, იმას აუცილებლად მივლევს მსმენელი, განურჩევლად სქესისა, ეროვნებისა, პოლიტიკური შეხედულებებისა. —>44

### გაიაღვილით საჭმლის მონელება

იქონიით მიიღეთ უკმატური

# კრეზამი

თითო კაფსულა ყოველი ჭამის დროს

www.krezam.ge

გამოყენებისა და გაცნობის ინსტრუქციას, გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მიხედვით მიმართეთ ექიმს.

ბისა თუ წარმომავლობისა. ეს ექსპერიმენტები საქართველოს სხვადასხვა კუთხეში და სოფლებშიც ჩამიტარებია და სხვა ქვეყნის ქალაქებსა და სოფლებშიც. ასე რომ, ვერ გეტყვით, სად გვყავს კარგი მსმენელი. კარგი მსმენელი არის იქ, სადაც კარგად დაუკრავ.

— საზღვარგარეთ თქვენს კონცერტებს ბევრი ქართველი ესწრება?

— რა თქმა უნდა და მათგან დიდი მონატრება იგრძნობა. საზღვარგარეთ მე თვითონაც არაერთი წელი მიცხოვრია და საკუთარ თავზე გამომიცდია, რას ნიშნავს, როცა შენი კუთხე, კულტურა, ენა, გემო, სუნი და წყალი გენატრება. ქართველები საზღვარგარეთ ჩვენს კონცერტებზე გაათმაგებული მოთხოვნით მოდიან, მათ ჩვენგან ბევრი რამ სჭირდებათ.

— ცნობილია, რომ საქართველოს ყველა კუთხე გაქვთ მოვილიდა. ესეც მოგზაურობაა თქვენთვის.

— ჩემი ქვეყნის კუთხე-კუნძულების მოვლას თამამად შემძლია მოგზაურობა უწოდო, რადგან ყოველ 5-10 კილომეტრში იცვლება ხასიათი, დიალექტი, მუსიკა, გემო, ტრადიციები. მულტიკულტურული ქვეყანა გვაქვს, სადაც ყველა რეგიონს ნებისმიერ მიმართულებაში თავისი დამახასიათებელი ნიშანი გააჩნია, იქნება ეს ხუმრობა, სამზარეულო, ქორეოგრაფია თუ სხვა.

სიმართლე გითხრათ, საქართველოში მოგზაურობა უფრო რთულია, ვიდრე ევროპულ ქვეყნებში. პოლონეთი დიდი ქვეყანაა და იქ ცხოვრების პერიოდში სხვადასხვა ქალაქებში სიარული მიწვევდა. ერთი ქალაქიდან მეორეში წასვლას ძალიან დიდი დრო სჭირდება. იმ 8-10 საათიან მოგზაურობას იმხელა ემოციური ფონი არ ახლდა თან, რაც თბილისიდან ბობოყვათში ჩასვლას. თქვენ წარმოიდგინეთ, იქაც ჩაკვიტარებია კონცერტი. ღმერთმა ისეთი კუთხე გვარგუნა, რომელიც მრავალმხრივი ხასიათითა და უცნაურობებითა დახუნძლული, ბუნებაც ამ კლიმატს ქმნის.

— ცოლ-შვილიან ერთად წმინდა მოგზაურობთ?

— ჩემი ცოლი, ნინო აღლაძე, თეატრისა და კინოს მსახიობია, მაგრამ ამჟამად თავისი პროფესიით არ გახლავთ დაკავებული, ჩვენს ჯგუფის პროდიუსერია და ერთად მოგზაურობაც ხშირად გვიწევს. დანი უკვე 6 წლისაა და ისიც დაგვყავს. ბოლოს ცოლ-შვილიან ერთად პოლონეთსა და გერმანიასში გახლდით.

ოჯახთან ერთად მოგზაურობა იმითაა გამორჩეული, რომ ბავშვს ვლლით ხოლმე. ბავშვთან ერთად ლამის ცხოვრების შეგ-



სოლთან ერთად ბარკლიში

რძნებას ვერ ვახერხებდით. კლუბებში გვიანობამდე კი ვრჩებოდით, მაგრამ შეზღუდულები ვიყავით. ყველანაირ კლუბში სიარული არ მიყვარს, კულტურულ კლუბებში კი სიამოვნებით დავდივარ, კონკრეტულად იქ, სადაც რაღაც საინტერესო ხდება. კლუბები გართობის მიზნით ნაკლებად გვინტერესებს, უფრო ხელოვნების, ენერგეტიკისა და

**„უცხო ქვეყნის შეცნობას მეზუემებით ახ ვინებ. ჯეხ ჰიხაი უხითიხობები მაინტერესებს. ჩემთვის ქვეყანა, ჰიხედი ხიგში, ხაღნი, მათი სელიეხი მდგომარეობა და სამყარო და შემდეგ მათი ისტორია, ახიქეჯეხა და მეზუემები“.**

სიახლეების შესაცნობად დავდივარ. ცოლი ჩემზე აქტიურია. ხანდახან ბევრი ინფორმაციის მიღება მეზარება და მიჭირს, მას კი ეს არ ეზარება.

ჩემს ცოლს საყიდლებზე სიარული უყვარს. მიყვები, მაგრამ მღელ ვიღლები და სადმე ველოდები ხოლმე.

— საზღვარგარეთ რისი ყიდვა უფრო გსამოყვებთ?

— ტანსაცმლით ნაკლებად ვინტერესდები. მთავარია, სუფთად და კომფორტულად მეცვას. უფრო მუსიკალური ინსტრუმენტები მაინტერესებს. შეიძლება მთელი ქალაქი მოვიარო და ყველა მუსიკალურ მაღაზიაში შევიდე. თუ საზღვარგარეთ ცოლ-შვილის გარეშე ვარ, მათთვის საჩუქრებს აუცილებლად ვყიდულობ და არამხოლოდ ტანსაცმელს. სამხსოვრო ნივთებიც მომაქვს.

— რესტორნებს წმინდა სტუმრობთ?

— რესტორნები უფრო დეგუსტაციის კუთხით მაინტერესებს, მეც და ნინოც გურმანები ვართ. ყველა ქვეყანას თავისი გემო და

სუნი აქვს. გერმანული სამზარეულო არამხოლოდ ხორცეულითაა გამორჩეული, იქაური ლუდიც ძალიან მიყვარს. ბევრი სხვადასხვა ლუდი დამიგემოვნებია. ხორცეულზე რომ აღარაფერი ვთქვა, სხვადასხვა ქვეყნის წვნიანებიც მომწონს. კულინარია ქვეყნის შეცნობის ერთ-ერთი შემადგენელი ნაწილია.

— ერთი პერიოდი პოლონეთში ცხოვრობდით, მოგვყვით ამ ქვეყნის შესახებ.

— პოლონეთზე რომ გიამბოთ, ალბათ ძალიან სუბიექტური ვიქნები. ამ ქვეყანასთან ბევრი რამ მკავშირებს, თუნდაც სტუდენტობა. გასული საუკუნის 90-იან წლებში 4-5 წელი კრაკოვსა და ვარშავაში გავატარე. ექსპერიმენტები ფოლკლორთან და თანამედროვე მუსიკასთან და ის, რასაც დღეს ვქმნი, პოლონეთში დაიწყო. იქაური მსმენელი პირველი ფილტრი იყო იმ შემოქმედების, რასაც ჩვენ მათ ვთავაზობდით და მათგან პირველი მოთხოვნა ის იყო, რომ საკუთარი გვეჩვენებინა. პოლონეთში დაიწყო ხალხური შემოქმედებისა და თანამედროვე მუსიკის პირველი სინთეზი. ამ ყველაფერს კი ხელი უწეწყო კრაკოვში ჯაზისა და თანამედროვე მუსიკის აკადემიამ, სადაც ვსწავლობდი.

პოლონეთი ჩემთვის უბრალო ქვეყანა არ არის. მას ზღვაც აქვს, თუბიცი და ევროპული ქალაქებიც. მან მიაღწია იმას, რომ ყველა ქალაქს განვითარების ერთნაირი საშუალება მისცა. ყველგან თანაბრად შეგიძლია მიიღო განათლება და ნებისმიერ ადგილას დასაქმდე. ამის მიღწევას ის ხალხი ბევრი წელი მოუწდა. ჩვენზე ადრე დაიწყეს თანამედროვე ქვეყნის მშენებლობა და გამოუვიდათ კიდეც. სახელმწიფოს მოწყობის კუთხით მათგან ძალიან ბევრი რაღაცის სწავლა შეიძლება. რაც შეეხება შემოქმედებასა და ხელოვნებას, პოლონელი მსმენელი განსხვავებულია, თავის ფესვებსაც დიდ პატივს სცემს და სხვისიც ძალიან უყვარს.

— უახლეს მობავალში სად გეგმათი გამგზავრებას?

— ძალიან მალე თვენახევრიან მოგზაურობას ვინებ. მოვივლით ბალტიისპირეთის ქვეყნებს, უკრაინას, პოლონეთს, გერმანიას და ალბათ ბელორუსსაც. ძალიან მაინტერესებს ოკეანის გადაღმა ქვეყნები, სადაც ჯერ არ ვყოფილვარ. ამერიკის მონახულების დიდი სურვილი მაქვს.

— თვითმონახულება როგორ გრძნობთ თავს?

— ძალიან მიყვარს ფრენა. ერთ-ერთი საუკეთესო ტრანსპორტია ჩემთვის, დაღლას ვერ გგრძნობ. საძილე აბებს არ ვიღებ, მაგრამ ცოტა ალკოჰოლს ვსვამ ხოლმე.

✓ სოფიო ბოჭორიძე



კაბათი

# მთესუნაბი, ჭიქციანი და დაუიწყაბი ტამათი



ბათი ჩრდილოეთ აფრიკაში მდებარე მაროკოს სამეფოს დედაქალაქია. ამასთანავე, ის რაბატ-სალე-ზამურ-ზაერის რეგიონის დედაქალაქსაც წარმოადგენს. ქალაქი ატლანტის ოკეანის სანაპიროზე, მდინარე ბუ-რეგრერის შესართავთან მდებარეობს. საოცარი ტრადიციებისა და კულტურის გასაცნობად რა-

ბათში ყოველწლიურად მილიონობით ტურისტის იკრიბება. ქალაქი ცნობილია თავისი აქტიური დღისა და ღამის ცხოვრებით.

## ეტიმიატი

რაბათზე ატლანტის ოკეანის ჰავა ვრცელდება. ამავდროულად, მისთვის უდაბნოს კლიმატია დამახასიათებელი. აქედან გამომდინარე, იქ ცხელი ზაფხული იცის, ხოლო ზამთარი თბილი, მაგრამ წვიმიანი. გაითვალისწინეთ, რომ წლის ნებისმიერ პერიოდში რაბათში ღამით ყოველთვის გრილა.

ზაფხულში მაროკოს დედაქალაქში მოგზაურობა თვითმკვლელობის ტოლფასია. ამ დროს გაუსაძლის სიცხესთან ერთად საშიშერი სუნი ისე შეგანახებთ, რომ თავს აგატყვიებთ. განსაკუთრებით საშიში და ცხელი პერიოდი მაისიდან სექტემბრის ჩათვლით. ზამთარი კი, ზაფხულთან შედარებით, ბევრად გრილია, თუმცა სხვა ქვეყნებიდან ჩასულთათვის, მიუხედავად ხანგრძლივი, ხშირად კოკისპირული წვიმებისა, რაბათის ზამთარი ზაფხულს უფრო ჰგავს.

ენა

რაბათის სახელმწიფო ენად არაბული ითვლება, მაგრამ მე-19 საუკუნიდან მოყოლებული ფრანგულია და ესპანურის გავლენა იმდენად დიდია, რომ არაბულისაგან თითქმის აღარაფერი დარჩა. თუ იქაური არაბულის არაფერი გაგებებთ, აჯობებს, ესპანური ან მცირედი ფრანგული მაინც ისწავლოთ. ქალაქში შენარჩუნებულია უძველესი ბერბერული ენაც, რომელიც მხოლოდ ძირძველმა მცხოვრებლებმა იციან.

მიუხედავად ყველაფრისა, გასოვდეთ, რომ ფუნქციონირებს სასტუმროებსა და ტურისტული თავშესაფრის ადგილებში ინგლისური თითქმის ყველა მომსახურე პერსონალმა იცის.

ფული

მაროკოული დიპრამი ამ ქალაქის ოფიციალური ვალუტაა. სხვა ქვეყნებიდან შეტანილი მაროკოული დიპრამი არალეგალურად ითვლება. სასურველია, დოლარი ან ევრო ჩაიტანოთ და შემდეგ რაბათის ბანკებს მიმართოთ გადასახურდავებლად. ბოლო მონაცემებით, 1 ევრო 11,15 მაროკოული დიპრამის ტოლფასია, 1 ამერიკული დოლარი კი 8,5 მაროკოულ დიპრამს უდრის.

გასოვდეთ, დედაქალაქში, ქვეყნის სხვა ქალაქებისაგან განსხვავებით, თვინიანი ფულის გარდა სხვა ვალუტასაც იღებენ.

ჩივილი

რაბათის ოფიციალური რელიგია ისლამია. მოსახლეობის 70% მისი მიმდევარია, მაგრამ ისინი დიდი რელიგიურობით არ გამოირჩევიან. ადგილობრივების 20% ქრისტიანია, ისინი ემიგრანტები არიან, ასევე ფრანგი და ესპანელი დამპყრობლების შთამომავლები.

აღსანიშნავია, რომ ისლამურ სახელმწიფოში ქრისტიანებს არავითარი შეზღუდვები არ აქვთ.

გადაადგილება

რაბათამდე მიღწევის მთავარი საშუალება რკინიგზა და დედაქალაქთან ახლოს მდებარე რაბატ-სალეს აეროპორტია, რომელიც ყველაზე გადატვირთულია მთელ მაროკოში. ის ემსახურება როგორც შიდა, ისე საერთაშორისო ფრენებს.

2011 წლიდან რაბათსა და ქალაქ სალეს შორის ტრამვაი დადის. ლიანდაგის ხაზი სულ 19 კილომეტრია და 31 გაჩერება აქვს. რაბათიდან სალესი ტრამვაით ჩასვლა 6 მაროკოული დიპრამი დაგიჯდებათ. მაროკოს სამეფოს ნებისმიერი ქალაქიდან რაბათში ჩასვლა მატარებლითაა შესაძლებელი. მარაქემიდან 4 საათს მოუნდებით მგზავრობას, ხოლო კასაბლანკაიდან 1 საათში ჩახვალთ.

რაც შეეხება ავტობუსს, მიუხედავად იმისა, რომ მატარებელზე სწრაფია, ადგილობრივებში ნაკლები პოპულარობით სარგებლობს.

შიდა გადაადგილებისათვის ყველაზე პოპულარული საზოგადოებრივ ტრანსპორტს ავტობუსი წარმოადგენს. ქალაქის თავიდან



მეკააჟე მესუთის მეკოლაქი

ბოლოში გასვლა 4 მაროკოული დიპრამი დაგიჯდებათ. რაც შეეხება ტაქსს, რაბათში მისი დაქირავება ძვირი სიამოვნებაა. მძღოლს ფასზე წინასწარ უნდა შეუთანხმდეთ ან სთხოვოთ, რომ მრიცხველი ჩართოს. თუ მრიცხველი არ აქვს, ე.ი. სახელმწიფო ტაქსი არაა და მძღოლი ტურისტების მოწყობაზე მუშაობს.

სამზახელო

მსოფლიოში სახელგანთქმული მაროკოული სამზარეულო საუკეთესოთა ათეულში შედის. ის არაბული და ევროპული სამზარეულოების ნაზავს წარმოადგენს. რაბათში ასობით უგემრიელეს კერძს ამზადებენ. კუს-კუსისა და ტაგინის შემდეგ აუცილებლად დააგემოვნეთ მაროკოული ნუგარი, რომელიც საუკეთესო ტკბილეულადაა აღიარებული მსოფლიოში. ზღვის პროდუქტების მოყვარულებს გირჩევთ, სანაპიროზე განლაგებულ ბარ-რესტორნებს მიმართოთ.

რაც შეეხება სასმელს, სპეციალური პიტინის ჩაის დალევა ხშირად მოგიწევთ. აი, ალკოჰოლის დასაგემოვნებლად კი ღამის

თლიან გასეირნებას, ისე რამდენიმეკვირიან ტურებს.

რაბათის მეზობელი ქალაქი სალეს ერთვარი ტურისტული ცენტრია. კართაგენელების მიერ დაარსებულ ქალაქში ქვეყნის ისტორიას საფუძვლიანად გაეცნობით. სალესში შესვლა დილიდან საღამოს 5:30 საათამდე შეგიძლიათ, შუა საუკუნეების ნანგრევების დათვალიერება 10 მაროკოული დიპრამი დაგიჯდებათ. 2012 წლიდან სალეს მსოფლიო მემკვიდრეობის სიაშია შეტანილი.

ისტორიულ შენობას წარმოადგენს რაბათის ცენტრში მდებარე მუჰამედ მეხუთის მავზოლეუმი, სადაც მაროკოს მეფის და მისი ორი ვაჟის საფლავებია. სამეფო სასახლე უზარმაზარ შენობას წარმოადგენს, იქაურობის დათვალიერება ყველასთვის შესაძლებელია, ოღონდ შეიარაღებული დაცვის თანხლებით.

არ შეიძლება რაბათის დატოვება მის გარეუბანში მდებარე გამაგრებული ქალაქის აით-ბენ-ჰადუს დაუთვალიერებლად. ქალაქი ბორცვზე, მდინარე უნილას გასწვრივ მდებარეობს. ეს ისლამური ქალაქი ყოველი შტორმის შემდეგ დაუზიანებელი რჩებოდა. 1987 წლიდან აით-ბენ-ჰადუ იუნესკოს-ს მსოფლიო მემკვიდრეობის ძეგლთა სიაშია. ქალაქში გადაღებულია რამდენიმე მხატვრული ფილმი, მათ შორის „გლადიატორი“ და „მუმი“.

რაბათში უძველესი მედინაა, მდიდრულად მორთული მატარა ქუჩები, პალმის ქალები და, რა თქმა უნდა, განუმეორებელი, ათასფერად აჭრელებული ალმოსაგული ბაზრები. სწორედ რაბათში მდებარეობს მაროკოს უდიდესი ტრადიციული ბაზარი, ასევე ერთ-ერთი ყველაზე დიდი და გადატვირთული მოედანი მთელ აფრიკასა და მსოფლიოში, სადაც უამრავი აკრობატი, მარჩიელი, წყლის გამყიდველი, მოცეკვავე და მუსიკოსი ერთდროულად საქმიანობს. ღამით აქ იხსნება კვების ობიექტები და მოედანი ღია ცის ქვეშ მდებარე უდიდეს რესტორნად იქცევა.

უსაფრთხოების წესები

რაბათში ყოფნის დროს სიფრთხილის დაცვა აუცილებელია. არასოდეს გამოელაპარაკოთ ქუჩაში უცნობ ადგილობრივებს. ზოგიერთი მათგანი რალაც საქონელსაც შემოგთავაზებთ, ზოგი სახლში მიგიპატიუფებთ, მავანი ნარკოტიკს გაჩვენებთ, ზოგი კი უბრალოდ დახმარებას დაგპირდებთ. მათ იქაურები „მე-ლია გიდეუს“ ეძახიან.

რაბათი ერთ-ერთი ყველაზე ანტისანტირეული ქალაქია, განსაკუთრებით ზაფხულის პერიოდში კი ხშირია მასობრივი ინფექციების გავრცელება. ამიტომ, რაც უნდა სიცხემ შეგანუხოთ, არ გაბედოთ ქუჩაში ფეხსაცმლის გახად და ისე სიარული ან ონკანის წყლის დალევა.

1999 წლიდან ქვეყანას მეფე მოჰამედ მეექვსე და მისი სამეფო ოჯახი მართავს, რომელთა შერევა უკანონო კანონით ისჯება, ამიტომ მოერიდეთ მონარქზე საუბარს. შეეცადეთ, მაქსიმალურად კონსერვატიულად ჩაცმულმა იაროთ და ადგილობრივი წესები დაიცვათ.

უბის ნიგნაი

ქვეყანა — მაროკოს სამეფო; დედაქალაქი — რაბათი; სახელმწიფო ენა — არაბული; ოფიციალურ ვალუტა — მაროკოული დიპრამი; ფართობი — 117 კვ.კმ.

✓ მოაზნად თათის ბოჭორიძე



ქალაქი სალეს

კლუბში ან დისკოტეკაზე წასვლა დაგჭირდებათ, სადაც შეიძლება ვიზის ჩვენებაც კი მოგიხდეთ იმის დასამტკიცებლად, რომ უცხოელი ბრძანდებით.

ვეგეტარიანული რესტორნები რაბათში საერთოდ არ არსებობს.

ლიხსმენანიშნაობები

რაბათში ყველა პირობაა იმისათვის, რომ თქვენი მოგზაურობა დაუფიქარი იყოს — მდიდარი კულტურა, რომელიც არაბული, ევროპული და აფრიკული კულტურების ნარევის წარმოადგენს, უძველესი ისტორია, განსხვავებული პეიზაჟები და უგემრიელესი საჭმელი.

რაბათი უფრო მდიდარი ტურისტების სიამოვნებაზეა გათვლილი. ცათამბჯენი სასტუმროებითა თუ ულტრათანამედროვე სავაჭრო ცენტრებით დედაქალაქი უამრავ ტურისტს იზიდავს.

გასეირნება აქლემებით ერთ-ერთი პოპულარული გართობაა რაბათში. აქლემების სააგენტო წარმოადგენს როგორც ერთ-

# დედის საიდუმლო



„მოგონია, რომ ჩემი ბიოლოგიური მამა სულ სხვა კაცია“

და დეზემონასავით ჩანდნენ. უშნო კაცი ლამაზ ცოლს ვერ შეიშნოვებს, ეჭვიანობით დაგტანჯავსო, ჩასჩინინებდა ბიცოლა.

— **ქკეან და ვანსიურ ბიჭს მსოლიდ გარეგნობას უწუნებდა?**

— მერაბი ხელმოკლე ოჯახიდან იყო. მისი მშობლები უბრალო ადამიანები გახლდნენ, ბიცოლას კი უნდოდა, დედა ძლიერ ოჯახში გაეთხოვებინა, კარგ წრეში მოხვედრილიყო, საზოგადოების ცენტრში ეტრიალა. ერთი სიტყვით, მიდგამოდა, დატრიალდა და გააცნო კობა, ანუ მამაჩემი, რომელიც მაშინ სახელოვანი ოჯახის შვილი და კარგი მემკვიდრეობის პატრონი გახლდათ.

— **გარეგნობა როგორი ჰქონდა?**

— მამაც დედასავით თეთრი და ცისფერთვალე იყო, სწორი ნაკვთებით. ერთმანეთს დაძახავით ჰგავდნენ, ხასიათით კი ძალიან განსხვავდებოდნენ. ამბობენ, თუ ცოლ-ქმარი გარეგნობით ჰგვანან, მათგან ბედნიერი წყვილი შედგებაო, მაგრამ, როგორც ჩანს, გამონაკლისებიც არსებობს. დედამ მამას ხელში ვერ გაიხარა.

— **დედათქვენს შეყვარებულს როგორ აუხსნა, ცოლად სხვას რომ გაჰყავდა?**

— არც არაფერი აუხსნია, ისე დაშორდა. ბიცოლას დიდხანს უნევდა წინააღმდეგობას, ტიროდა, თავს იკლავდა, მერაბის მეტი არავინ მინდო. მამაჩემი რომ გააცნეს, ცოტა მოტყდა — მზეჭაბუკივით ბიჭი მოეწონა.

**„დედას და მამას ერთმანეთი ახ ჰყვავიხებიო. გახდა ამისა, შავგუხემანი ვახ, ჩემი მშობლები კი ქეხები ახიან. იქნებ მამაც იმავეს გხმობდა და მაგიტომ ახ ვუყვავიხით? ჩემ გახდა შვილი ახ ჰყავს და მეც ახ ვენივავი“.**

ბიცოლას გავლენის ქვეშ მოექცა, კარგ ცხოვრებაზე ოცნებამ სძლია. მერაბს დაშორდა, ერთიორჯერ შეხვდა მამაჩემს და ცოლადაც გაჰყავა. ყველაფერი ძალიან სწრაფად და მარტივად მოხდა.

— **მერაბმა შეყვარებულის დაღატი როგორ გადაიტანა?**

— ძალიან გამწარდა, თქვა, რომ ლალატს არასდროს აპატიებდა. რუსეთში წავიდა და ოჯახსაც მოუკიდა. ამბობენ, რომ ცოლი დედაჩემის ჯიბრზე შეირთო.

— **როგორც ზემოთ თქვით, დედათქვენს ქმართან ბედსაერი არ იყო. ერთმანეთი ვერ შეყვარდნენ თუ სხვა მიზეზი ჰქონდათ?**

— მამას, სანამ დედას გაიცნობდა, შეყვარებული ჰყავდა, თუმცა თავისი მძიმე ხასიათის გამო მასთან ხშირი უსიამოვნება ჰქონდა. ფიცხი, იმპულსური და ფეთქებადი გახლდათ. ამას სხვადასხვა ფორმით ავლენდა. ის გოგო მის ამ თვისებას ვერ ეგუებოდა, თუმცა ძალიან უყვარდა. მორიგი უსიამოვნების დროს მამამ დაიფიცა, შეყვარებულს დაეშორებო. სწორედ მაშინ გააცნეს დე-

და, მოეწონა და ცოლობა სთხოვა. რამდენიმე ხანს ცოლ-ქმარი ერთმანეთში კარგად იყვნენ, შემდგომ მამამ თავისი მძიმე ხასიათის და მავნე ჩვევების გამოვლენა დაიწყო. მათ შორის შავმა კატამ გაიბრინა. მამამ დაასკვნა, ყველა ქალი ერთნაირიაო და გული დასწყდა თავის შეყვარებულზე, რომელიც ასე ხელალებით მიატოვა.

დედას და მამას ერთმანეთი არ უყვარდათ. მალე მიხვდნენ, რომ ეს ქორწინება შეცდომა იყო.

— **თქვენმა დაბადებამ მათ ურთიერთობას ვერ უშუქავა?**

— პირიქით, გააუარესა. ჩემთან მიმართებაში მამა ეგოიზმს ავლენდა, ვერ იტანდა, დედა რომ ბევრ ყურადღებას მითმობდა და თავად კი მზრუნველობის მიღმა რჩებოდა. ხშირად მეც უხეშად მექცეოდა. შვილად კი არა, მეტოქედ აღმიქვამდა. ყველაფერს თავისთვის ყიდულობდა, მე და დედა არაფრად მივაჩნდი. ცოლს თავის წრეშიც არ ატარებდა, ზემოდან უყურებდა, დაბალ ლობედ თვლიდა. დედა ხშირად ტიროდა და გაჩენის დღეს იწყებოდა. გაუსაძლის პირობებში გვიწევდა ცხოვრება.

ერთ დღეს კი გაიყარნენ. მე და დედა ქუჩაში აღმოვჩნდით. მამამ არაფერი მოგვცა, სახლი და ქონება მემკვიდრეობით მაქვს მიღებული და თქვენ არაფერი გეუთვნითო. ბინა გვიქირავა და მხოლოდ რამდენიმე თვის ქირა გადაიხადა. ამით ამოწურა თავისი ვალდებულება ოჯახის წინაშე.

დედამ სიმწრით გამაზარდა — სხვადასხვა ადგილებში მუშაობდა, ათას დამცირებას იტანდა, რომ ლუკმაპური არ მომკვებოდა. ბიცოლაც გარდაეცვალა და დამხმარე არავინ ჰყავდა. მასსოფს, მის საფლავზე როგორ ტიროდა ხოლმე, რას მერჩოდი, იმ უჯიშო კაცს როგორ მიმათხოვეო. ეს კაცი, ანუ მამაჩემი, რომელიც გვარიშვილობას იკვებნიდა და ამყობდა, მართლაცდა უჯიშო გამოდგა.

— **სხვა ცოლი მოიყვანა?**

— ყოფილ შეყვარებულთან აღადგინა ურთიერთობა. ჯვარი არ დაუნერიათ, მაგრამ ერთხანს ერთად ცხოვრობდნენ. მას შემდეგ რამდენიმე ქალი გამოიცვალა, ვინ იცის. ეს არის კაცი, რომლის პასუხისმგებლობის დონე ნულზეა დასული. ცოლ-შვილი მისთვის ზედმეტი ბარგია და მოიშორა კიდეც. მთავარია, თვითონ იყოს კარგად და სხვა არაფერი აღადგებს.

— **დედათქვენს ახალი ცხოვრების აწყობა არ უცდია? ლამაზ ქალს თაყვანისმცემლები გამოუჩნდებოდა?**

— 9 წლის ვიყავი, ჩვენს ოჯახში პირველად ძია სერგო რომ გამოჩნდა. საინტერესო კაცი იყო, რთული ცხოვრება ჰქონდა გავლილი და ათას რამეს მიაშობდა. მასთან საერთო ენა ადვილად გამოვინახე, შემიყვარდა და არალაცნაილად მივეწევე, ალბათ მამის დეფიციტის რომ მივსებდა, იმიტომ. ხელცარიელი არასდროს მოდიოდა. სავსე პარკებით ხელში ნამდვილ სანთა კლაუსს ჰგავდა. ერთ საღამოს მითხრა, დედაშენი მიყვარს, პატივს ვცემ და, თუ წინააღმდეგი არ იქნები,

**ქ**რაჯანსად გარემოში გაზრდილი შვილები არასრულწლოვანების კომპლექსით, ეჭვებითა და შიშებით იტანჯებიან. მშობლების მიმართ გაორებული დამოკიდებულება აქვთ, თან უყვართ ისინი, თან გაუტყბობას გრძნობენ.

ჩვენი რესპონდენტი, ახალგაზრდა ქალი, ნია, მზრუნველი დედის კალთის ქვეშ გაიზარდა, მამისგან კი სითბო არასდროს უგრძნვია. მამამ ისინი ბედის ანაბარა მიატოვა. ამიტომ ნია იმ კაცთან ურთიერთობით, ვისთანაც დედას ახალგაზრდობაში სიახლოვე ჰქონდა, მამის დეფიციტის შევსებას ცდილობს, უფრო მეტიც, მასში ექებს ბიოლოგიურ მშობელს. უფრო დანვრილებით ამ ამბავს მისივე მონათხრობიდან შეიტყობთ.

**ნია:**

— დედაჩემმა თავისი კალთის ქვეშ გამაზარდა, ცივ ნიავეს არ მაკარებდა, ჩემი გულისთვის ტყავიდან ძვრებოდა და მისი მდგომარეობის ქალისთვის შეუძლებელსაც მიკეთებდა, რკინის ქალამნებს იცვამდა, ყოველგვარი ბოროტებისგან მიცავდა და მივარავდა. ამისთვის მაღალობელი ვარ, მაგრამ უკვე მეტისმეტი მოსდის. ვეღარ საზღვრავს, რომ ზრდასრული ასაკის ვარ. თავისი ყურადღებით და ზედმეტი მზრუნველობით ძალიან მღლის.

— **დედასურთებს მშობლები, როგორც სანთელს, თავს ევლებიან და ელაციციებიან, ამიტომ ეს გასაკვირი არ არის.**

— გასაგებია, მაგრამ არ შეიძლება შვილს მუდმივად სახელი უყურო, რას და როგორ იცვამს, მის სატელეფონო საუბრებს უსმინო, ყველაფერში აკონტროლო, დააძალო საჭმელი, როცა არ შია და ა. შ. რომელი ერთი ჩამოვთვალო... ყველაფერს საზღვარი აქვს!

— **ასე ეპართებათ ქალებს, რომელთაც პირადი ცხოვრება არ აქვთ აწყობილი და ერთადერთი შვილით ამართლებენ საკუთარ არსებობას. თუ შეიძლება, დედათქვენს ცხოვრებაზე მეტი გვიამბეთ.**

— დედა ძალიან ლამაზი იყო, მაგრამ რთულმა ცხოვრებამ კვალი დააჩნია. ადრე დაობლდა და ბიცოლამ გაზარდა, განათლებაც მისცა. ახალგაზრდობაში დედას შეყვარებული ჰყავდა, სახელად მერაბი. გარეგნობით დიდი ვერაფერი, მაგრამ ნიჭიერი და ჭკვიანი ბიჭი იყო. კარგადაც სწავლობდა. გამაზრდელი ბიცოლა ამ ურთიერთობის წინააღმდეგი იყო, ანგლოზივით გოგო ამ „მურთხივით“ ბიჭს როგორ გააყალოო. მართლაც, ერთმანეთის გვერდით ოტელოსა

ტქვენთან დავრჩები ხოლმეო. თავად დედამ ჩემთან ამის თქმა ვერ გაბედა.

**— ეს წინადადება როგორ მისული?**

— ტირილი დაიწყო, ვერ მივხვდი, უნდა გამხარებოდა თუ მწყნოდა. გულის სიღრმეში სულ ვოცნებობდი ნამდვილ ოჯახზე, ამიტომ დავთანხმდი. ძია სერგო მამობას მიწევდა. პატარა ბინაც გვიყიდა. ყველა გასავალს საკუთარ თავზე იღებდა, დედას ტვირთი შეუმსუბუქა. ორი წელი ყველაფერი კარგად იყო, სანამ ასპარეზზე მისი

**„გამოუვსედი, ვინც ვიყავი. ჩემ მიმართ უთიღად განწყობ, ექვს თბილად მოიკითხა. ხოგოხ ჩანს, ეხო უჩინავს იახებს. ხამენჯუხიმ შევხვითი უთიანეთს, კახგი ჰიხოვნება ჩანს. მასთან უფხო მეტ საეხთოს ვეხძნობ, ვიდე მამარქმთან“.**

ცოლ-შვილი არ გამოჩნდნენ. დედას აშანტა-უბდნენ და სისხლს უშრობდნენ, შეურაცხყოფდნენ, ათას საშინელებას ეძახდნენ. იმ სახლიდანაც გვაგდებდნენ, სერგომ რომ გვიყიდა.

**— სერგო ცოლთან განქორწინებული არ იყო?**

— თავიდან სერგომ დედას უთხრა, ცოლს გავეყარეო, ის ქალი კი ირწმუნებოდა, მისი ცოლი ვარო. განქორწინების მოწმობა, როგორც დოკუმენტი, დედას თვალით არ უნახავს. ისიც უჩვეულოა, იმ ქალს ქმარი ორი წლის შემდეგ რომ გაახსენდა. ერთი სიტყვით, დედა იძულებული გახდა, ბინა დაგვეტოვებინა. კვლავ ნაქირავეებში აღმოვჩნდით.

**— სერგო ცოლ-შვილთან დაბრუნდა თუ ვინმე სხვა იბოჟა?**

— არ დაბრუნდებოდა და ვაი მის დღეს! დედა-შვილი აფთრებივით იყვნენ — ვინ მოერეოდათ. ეს ამბავი ისე მწარედ განვიცადე, რომ დედამ საერთოდ დაივიწყა კაცის სახსენებელი და გადაწყვიტა, დარჩენილი ცხოვრება მთლიანად ჩემთვის მოეძღვნა.

**— ალბათ მის ცხოვრებაში სერგოს უფლისც არაყის გამოჩნდა.**

— როგორ არა, იყო ერთი-ორი შემთხვევა, მაგრამ მე ავუკრძალე, ვუთხარი, კიდევ ერთ შეცდომას ვერ გადავიტან-მეთქი, ამიტომ გათხოვებზე ან მეგობრის ყოლაზე ფიქრი დასაბამარა.

**— ესე იგი თქვენ შეგაზღუდავთ.**

— დიას და, მართალი გითხრათ, ახლა ვნანობ. ჯობდა, გაერისკა და პირადი ცხოვრება ჰქონოდა. დღეს ამ სიტუაციაში აღარ აღმოვჩნდებოდი.

**— ნუთუ არ შეგიძლიათ დედის მზრუნველობა, თუნდაც მეტისმეტად, ასე გაუხადისად არ აღიქვით?**

— ვცადე, მაგრამ არ გამომდის. საშინლად მაღიზიანებს. ბავშვი რომ ვიყავი, ამას ვერ ვგრძნობდი. ახლა ძალიან განვიცდი. სრულიად დამოუკიდებელი ვარ, ვმუშაობ, განვადებთ ბინაც შევიძინე და დედასთან ერთად გადავედი, მაგრამ მისი გამუდმებული კონტროლი მაგიჟებს. ლამისაა, ბინა ვიქირავეო და ცალკე გადავიდე, მაგრამ დედა ამას ვერ გადაიტანს და ამიტომ ვჩერდები.

**— ასე რამ გაგაგულისათ? ალბათ დედა თქვენს პირად ცხოვრებაშიც ერევა.**

— თვითონ რომ სიმწარე ნახა, ეშინია, მეც არ წავიშვებო ცხვირი, ამიტომ ალვი-

რით დამდეგს. ყველას მიწუნებს, ვინც მომწონა. მაგას რომ ვუყურო, გაუთხოვარს დამტოვებს, ისედაც უკვე შინაბერობის კანდიდატი ვარ. უნდა, რომ სულ გვერდით ვყავდე. მუდმივად ჭირვეულობს და ნუნუნებს. ქმარი რომ სახლში მოვიყვანო, ალბათ სულ გადაირევა.

**— უკარგავად, მაგრამ ცოტათი სომ არ აჭარბებთ?**

— მის გამო დასაცინიც გავხდები. ერთმა თავყანისმცემელმა მითხრა, ძალიან მომწონხარ, მაგრამ სიდედრს თუ მზითვევში წამომიყოლებ, უნდა დავფიქროდო... ახლა განსაჯეთ, ვაჭარბებ თუ არა.

**— არასერიოზულად ჩანს, მზრუნველი დედის გამო საცოდავს რომ იწუნებენ. შეყვარებული გყავდათ?**

— საქმე იქამდე არ მიდის, რომ ვინმე შემეყვარდეს. ურთიერთობა დასაწყისშივე წყდება — დედაჩემი ყველასთან მიშლის ხელს. ჰგონია, რომ ამქვეყნად ყველაზე უკეთესი ვარ და ჩემი შესაფერისი კაცი არ დაბადებულა. თავისი არაჯანსაღი დამოკიდებულებით მეც დამაავადა.

**— თქვენ „დაავადება“ რაში მდგომარეობს?**

— მთელი პასუხისმგებლობით ვამბობ, რომ დაავადებული გავხდი. ვანალიზებ ჩემს განვლილ ცხოვრებას და ყველაფერს ეჭვის თვალთ ვუყურებ, აღარაფერში ვარ დარწმუნებული.

**— მაინც რაში ვაპარებთი ეჭვი?**

— მგონია, რომ მამაჩემი სინამდვილეში ჩემი ბიოლოგიური მამა არ არის.

**— მთავარი რომ ფიქრობთ, ალბათ მიზანი მამათქვენის გულგრილობაში უნდა ექებოთ და არა — დედის ზედმეტ მზრუნველობაში.**

— ფიქრობ, ორივეში ერთად. მე რომ სიყვარულის ნაყოფი არ ვიყო, დედა ასე ძალიან არ დაფთვებოდა ჩემზე. დედას და მამას კი ერთმანეთი არ ჰყვარებიათ. გარდა ამისა, როგორც ხედავთ, შავგვრემანი ვარ, ჩემი მშობლები კი ქერები არიან. იქნებ მამაც იმავს გრძნობდა და მაგიტომ არ ვუყვარდით? ჩემ გარდა შვილი არ ჰყავს და მეც არ ვუნდევარ.

**— შავგვრემანი გვარში არაყის გყავთ?**

— ჩემი დიდი ბებია ყოფილა შავგვრემანი, ბიცილასგან ვიცი, მაგრამ მას ნამდვილად არ ვგავარ.

**— ესე იგი ეჭვი გაქვთ, რომ დედამ თავისი ძველი შეყვარებულის, მერაბისგან გაგაჩინათ?**

— ეს ეჭვი დიდი ხანია გულს მიღრღნის. ვფიქრობ, დედა რალაც საიდუმლოს მაღავეს. მამის ყველაფერი ისე ნაუცბათევეად მოხდა, რომ...

**— თქვენს ეჭვის შესახებ დედას უთხრათ?**

— რა თქმა უნდა, ვუთხარი. ტირილი დაინყო, როგორ არ გრცხვენია, ჩემს პატიოსნებაში ეჭვი გეპარებაო. მისი ამგვარი დამოკიდებულება ნამდვილად არ მესმის. პირიქით, გამიხარდება, მერაბი თუ მამაჩემი აღმოჩნდება. არ ჯობია, გამიმხილოს?

**— ისე ლაპარაკობთ, თითქოს ამაში დარწმუნებული იყოთ. მაგ კაცს საერთოდ სცნობთ?**

— რაადენიმე წლის წინ დაბრუნდა თბილის-

ში ცოლ-შვილთან ერთად. ღირსეული პიროვნებაა, ცხოვრება შესანიშნავად აანყო. თავის სფეროში გავლენიანი კაცია, წონა და ფული არ აკლია. მასსოვს, დედას რომ უთხრეს, მერაბი დაბრუნდაო, ერთიანად განითლდა. მთელი ღამე თვალი არ მოუხუჭავს, შფოთავდა.

**— იქნებ სინდისმა შეაწუნა, თავის დროზე მერაბს რომ უღალატა? თავისმა უიღბლო ცხოვრებამაც თავი შეასხნა.**

— მარტო ამაში არ არის საქმე, ინტიციით ვგრძნობ, რომ მის მიღმა რალაც იმალება. თუ ფარდა აეხადა, დავეყნარდები თუ არადა, უკვე აღარ ვიცი, რა განმეურნავს.

**— იქნებ მამის დეფიციტი გაბიძგებთ, დედათქვენის ყოფილ შეყვარებულში მამა ექვსით?**

— არც მთლად მასეა საქმე. ეს ეჭვი რომ გამოჩნდა, მერაბი მოვებენ — თბილისში კაცის პოვნა არცთუ ძნელია. თავიდან დედა არ ვუხსენე. როგორც კორესპონდენტი, ისე მივედი. მერე გამოვუტყვი, ვინც ვიყავი. ჩემ მიმართ კეთილად განეწყო, დედაც თბილად მოიკითხა. როგორც ჩანს, დრო კურნავს იარებს. რამდენჯერმე შევხვდით ერთმანეთს, კარგი პიროვნება ჩანს. მასთან უფრო

**„დედა გაგიყდა, ხომ გაიგო. ისე განიცადა, სასწაულო დახმარებას გამოვეძახეთ. ის ფაქციც საექვოდ მეჩვენება, ასე ხომ გადაიხია. იქნებ ეშინია, ხომ სიმართლე გაიხევევა?“.**

მეტ საერთოს ვგრძნობ, ვიდრე მამაჩემთან. თანაც ორივე შავგვრემანი ვართ. როგორც ხედავთ, სახეზე არც მე ვარ ლამაზი, უბრალოდ დედის თვალში გამომყვა. მერაბის შვილებიც ვნახე, მათ მიმართაც რალაც მშობლიურის შეგრძნება მაქვს.

**— მერაბისგან რაიმე განსაკუთრებული დამოკიდებულება იგრძნობთ?**

— შეიძლება მან არაფერი იცის და ეს მხოლოდ დედის საიდუმლოა.

**— დედას უთხრათ, მერაბს რომ უხსენებთ?**

— დედა გაგიყდა, რომ გაიგო. ისე განიცადა, სასწაულო დახმარებას გამოვუძახეთ. ის ფაქციც საექვოდ მეჩვენება, ასე რომ გადაიხია. იქნებ ეშინია, რომ სიმართლე გაირკვევა? უკვე აღარ ვიცი, რა ვიფიქრო ან რა გზით შევიტყო სიმართლე. მერაბს ხომ ვერ ვეტყვი, რასაც ვეჭვობ? რა ვქნა, დემის ანალიზი მოვიტოვო? ამით ხომ დედას მივაყენებ შეურაცხყოფას. დედა იფიცება, რომ ასე არ არის. საკუთარ ფიქრებს ვებრძვი. თუ ვერ ვძლიე, არ ვიცი, რას მოვიმოქმედებ.

✓ ნანა კობახიძე

**გაიაღვილით საჭმლის მონელება**

**იქონიით მიიღეთ უკეთესი**

**კრეზამი**

**თითო კაფსულა ყოველი ჭამის დროს**

**www.krezam.ge**

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

# ხელების გაახალგაზრდავების 5 საშუალება



**ქ**ალის ხელები მისი სავიზიტო ბარათია. მათი სილამაზე დამოკიდებულია არა იმდენად აკურატულ და მოდურ მანიკურზე, რამდენადაც რეგულარულ და გულმოდგინე მოვლაზე.

ზაფხულში ულტრაიისფერის სიჭარბე, ზამთარში — დაბალი ტემპერატურა, ამას დაუმატეთ საყოფაცხოვრებო ქიმიის მაგნე ზემოქმედება, რომელსაც ქალი ყოველდღიურად იყენებს. ამიტომ 30 წლისთვის ქალის ხელებს დახმარება ესაჭიროებათ. გთავაზობთ 5 მარტივ საშუალებას, რომლებიც მათ ახალგაზრდაობას დაუბრუნებს.

## 1. კვება

ხელებზე კანი თხელია. მცირე რაოდენობის ცხიმის ჯირკვლების გამო, პრაქტიკულად დამცავი ფენა არ აქვს, რომელიც ტენის შენარჩუნებაში დაეხმარებოდა. სიტუაციის გამოსწორება შესაძლებელია ტონუსის ამაღლებული ნატურალური ნიღბებით.

აიღეთ 1 ჩაის კოვზი გლიცერინი, 2 სუფრის კოვზი წყალი, 1 ჩაის კოვზი თხევადი თაფლი და 1 ჩაის კოვზი ხორბლის ფქვილი. ყველა ინგრედიენტი კარგად აურიეთ და ხელის კანზე 15-20 წუთი დაიდეთ. შემდეგ თბილი წყლით ჩამოიბანეთ.

## 2. განმენდა

პილინგის საშუალებით გარქოვანებული კანის ზედა ფენის მოცილება ადვილია, რაც უანგბადის უჯრედებისკენ მიწოდებას და მათ განახლებას ხელს უწყობს.

გამწმენდ საშუალებად იხმარება გამოყენებული ყავის ნალექი ან ლიმონის ცედრა.

ერთი ან მეორე საშუალება ხელის კანზე დაიდეთ და 5 წუთის განმავლობაში შეიზილეთ. შემდეგ ჩამოიბანეთ და ზეითუნის ზეთი წაისვით. 5 წუთი შეიზილეთ, ბოლოს წყლით დაიბანეთ.

## 3. კონიხიება და დაკენიანება

წვრილი ნაოჭები ხელების გარეგნობას აფუჭებს. მათთან ბრძოლა პარაფინის აბაზანებით შეიძლება. კოსმეტიკური პარაფინი გააღვით, ჭურჭელში ჩაასხით, ოდნავ გააგრილეთ და ხელები 2-3 წუთი ჩაყავით. შემდეგ 15-20 წამი ამოიღეთ და ისევ ჩაყავით. 5-6-ჯერ გაიმეორეთ. საბოლოო ჯამში ხელები პარაფინის სქელი ფენით უნდა დაიფაროს. ხელებზე ჯერ პოლიეთილენის პაკეტი ჩამოიცვით (ან ერთჯერადი პოლიეთილენის ხელთათმანი), შემოდან თბილი ხელთათმანი. 20 წუთის შემდეგ პარაფინი მოცილეთ, ხოლო ხელები თბილ წყალში ჩაყავით.

კანის დატენიანება საჭიროა მუდამ, ამიტომ დამატენიანებელი კრემის ტუბი ყოველთვის თან გქონდეთ. თუ ქუჩაში გასვლას აპირებთ, ნახევარი საათით ადრე წაისვით.

## 4. მასაჟი

ხელების მასაჟი სისხლის ცირკულაციას და კანის უჯრედებში ნივთიერებათა ცვლას აუმჯობესებს. პროცედურის წინ

ხელზე ეთერზეთი წაისვით (თქვენთვის სასიამოვნო არომატი შეარჩიეთ), რომელიც კანს არბილებს. მასაჟის დროს მოძრაობა უნდა იყოს ნარნარი, ნელი, მცირე ზეწოლით. დაიწყეთ მაჯიდან და თანდათან ხელისგულის ცენტრისკენ წაიწიეთ. კანის არც ერთი მილიმეტრი დაუშუშავებელი არ დატოვოთ. მასაჟს თითებზე ვამთავრებთ. განსაკუთრებული ყურადღება ეთმობა თითების ბოლოებს, ვინაიდან იქ ბევრი ნერვული დაბოლოებაა თავმოყრილი. პროცედურის შემდეგ ხელები 5-7 წუთი დაასვენეთ, ზეთი მოიბანეთ და დამატენიანებელი კრემი წაისვით.

## 5. გამეციხება

ვიტამინები ნებისმიერი სახით ჩვენი ორგანიზმისთვის აუცილებელია, როგორც კვების პროდუქტებში, ასევე ვიტამინურ-მინერალურ კომპლექსებში. მაგალითად, ვიტამინი A კანის ტონუსს ალადგენს; B კვებავს, სიმშრალეს, მოდუნებასა და ნახეთქებს ებრძვის; C პასუხისმგებელია კანის სიგლუვესა და ელასტიკურობაზე. ნახევრადუჯერი ცხიმოვანი ომეგა-3 სასარგებლო ამინომჟავების წყაროა, რომელიც კანს ჭიმავს და ნაოჭებს ებრძვის. ის უხვადაა ზღვის თევზში, ამიტომ კვების რაციონში თევზი აუცილებლად ჩართეთ.

**ხ**ანისა და თმის ღამით სწორად მოვლა დაბერების პროცესს ანელებს და თქვენს სილამაზეს აღადგენს. ხოლო სპეციალური მოვლის საშუალებები ნამდვილ სასწაულს ახდენს, სანამ გძინავთ და სიზმრებს ხედავთ.



ღამით გაძლიერებულად გამოიშუავდება ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი ჰორმონი — სომატოტროპინი. ის პასუხისმგებელია კანის უჯრედების განახლებაზე და თმის ზრდის პროცესს ააქტიურებს. გარდა ამისა, სომატოტროპინი ხელს უწყობს სხვა ჰორმონების დიდი რაოდენობით გამოიშუავებას, რომლებიც კანს ვიტამინებისა და კოსმეტიკური საშუალებების აქტიური კომპონენტების შეთვისებაში ეხმარებიან. უბრალოდ ძილის წინ გასუფთავებულ კანზე წაისვით და მშვიდად დაიძინეთ — ისინი თქვენს სილამაზეზე იზრუნებენ.

## ძილის სამეფო

ძილის წინ კანი გულმოდგინედ გაისუფთავეთ. მშრალი და მგრძობიარე კანისთვის გამოიყენება რძე, ცხიმოვანისთვის — გელი ან დასაბანი ქაფი. ამის შემდეგ სახე ტონიკით გაიწმინდეთ და ღამის კრემი წაისვით.

ღლის კრემისგან ღამისა იმით განსხვავდება, რომ ამ უკანასკნელში ცხიმების, მკვებავი და აღმდგენი კომპონენტების უფრო მაღალი შემცველობაა — ისინი კანს

# ღამის პროგრამა

სიმშრალისგან იცავენ და ელასტიკურს ხდიან. გარდა ამისა, ღამის კრემში შედის ნივთიერებები, რომლებიც კანის უჯრედების განახლებას აჩქარებს.

შეშუბება რომ არ გამოიწვიოს, ღამის კრემი დაძინებამდე ერთი საათით ადრე წაისვით.

თვალების ირგვლივ მიდამოსთვის წყლის ფუძეზე მსუბუქი, უცხიმო ტექსტურით დამზადებული საშუალება შეარჩიეთ.

კვირაში ორჯერ, ღამის კრემის წასმამდე, სახეზე ნიღბი გაიკეთეთ. ის განსაკუთრებით კარგად შეითვისება თბილი კომპრესისა და მასაჟის შემდეგ.

არ დაგავიწყდეთ თმის მოვლა. ყოველ საღამოს ნატურალურ ბენვიანი ჯაგრისით დაივარცხნეთ. ასეთი მარტივი პროცედურა მათ ზრდას გააუმჯობესებს, მტკვრსა და ვარცხნილობის დასაფიქსირებელი საშუალებების ნარჩენებს მოაშორებს.

ძილის წინ წამწამებზე წაისვით სპეციალური ზეთი ან მოსავლელი კონდიციონერი, რომლებიც მათ მტკვრებსა და ჩამოცვენას თავიდან აგაცილებთ.

ღვანდის, გვირილის ან ფიჭვის დამამშვიდებელი ეთერზეთები ღრმა ძილზე იზრუნებს — ორი წვეთი ბალიშზე აუკურეთ. ყურადღება! საძინებელში ტემპერატურა 20 გრადუსზე მაღალი არ უნდა იყოს.

ძილის დროს სხეულის ტემპერატურა იმატებს, რაც კრემების მოქმედების ეფექტს აძლიერებს. მაგრამ, თუ ძლიერ ცხელია, კანი ოფლიანდება და ფორების დახშობა ხდება.

ღამის თეთრეული სუფთა ზამბის შეარჩიეთ — ცხიმის ჯირკვლების ზედმეტ გამონაყოფს იწოვს.

## შინაური რეცეპტები

### კანის დამარბილებელი

ბანანის ნიღბი კანს ატენიანებს და კვებავს, ასევე წვრილ ნაოჭებს ასწორებს. 1 სუფრის კოვზი ბანანის რბილობა, 1 კვერცხის გული, 1 ჩაის კოვზი არაუხანი და 1 ჩაის კოვზი თხევადი თაფლი აურიეთ. ნარევი სახეზე დაიდეთ და 15-20 წუთის შემდეგ ჩამოიბანეთ. მეტი ეფექტისთვის ასეთი ნიღბები კვირაში 2-3-ჯერ გაიკეთეთ.

### გამაახალგაზრდავებელი ნიღბი

ზეითუნის ზეთი მდიდარია A და E ვიტამინებით, რომლებიც კანის ახალგაზრდაობას ახანგრძლივებენ, მისი დატენიანების დონესა და სიგლუვეს იცავენ. ამიტომ ის ბევრი შინაური რეცეპტის შემადგენლობაში შედის.

1 სუფრის კოვზი ცხიმოვანი ხაჭო და 2 სუფრის კოვზი ზეთუნის ზეთი აურიეთ. მიღებული ნარევი სახეზე დაიდეთ და 20 წუთი გაიჩერეთ. ნიღბის ნარჩენები ჯერ თბილი, შემდეგ გრილი წყლით ჩამოიბანეთ. საუკეთესო ეფექტის მისაღწევად ნარევი 1 ჩაის კოვზი თხევადი თაფლი ჩაუმატეთ.

✓ მოაჩხადა აზა გაფოშიძე

# აინდის ცვლილებაზე პატარების ჩაახიჩხება

აინდის ცვლილებასთან ერთად თქვენი პატარა აშკარად იცვლება და თქვენც განუხებთ თავის ტკივილს? მეტეოდამოკიდებულება ხშირად შვილებს დედებისგან გადაეცემათ. როგორ შეიძლება გავუმკლავდეთ ამ პრობლემას.

ზოგი ბავშვი დაბადებიდანვე მეტეოდამოკიდებულია. ხშირად ტირის უმიზეზოდ, ყვირის, ლურჯდება, ჭირვეულობს. როგორც სტატისტიკური მონაცემებით დადგინდა, ჩვილები უფრო მეტად არიან დამოკიდებული აინდის ცვლელადობაზე, ვიდრე მოზრდილები.

**არარსებული დიაგნოზი** — უმრავლესობა მიიჩნევს, რომ მეტეოდამოკიდებულება ძირითადად შუა ასაკისა და ხანშიშესულების ჩივილია. ეს მოსაზრება მცდარია. მართალია, დიაგნოზი „მეტეოდამოკიდებულება“, როგორც ასეთი, არ არსებობს, მაგრამ მედიკოსები არ უარყოფენ, რომ აინდი რეალურად ახდენს გავლენას ბავშვებისა და უფროსების თვითშეგრძნებაზე. ექიმები მეტეოდამოკიდებულებას ასე განმარტავენ — ეს არის ორგანიზმის რეაქცია აინდის ცვლილებაზე.

ახალშობილისთვის რთულია აინდის მკვეთრ ცვლილებებთან შეგუება. ამისათვის მას გარკვეული პერიოდი სჭირდება. მისი სისხლძარღვოვანი და ნერვული სისტემა უნდა მიეჩვიოს და სათანადოდ რეაგირებდეს აინდის ცვლილებებზე. მანამდე კი, სანამ ეს მოხდება, პატარას სტიკვა მუცელი, აგზნებულობა (ან პიროქით — მოთენთილი), ჭირვეულობს.

თუ ორსულობა რთულად მიმდინარეობდა და მშობინარობის პროცესიც რთული იყო, ამ შემთხვევაში 90%-იანი ალბათობა არსებობს, ბავშვი მეტეოდამოკიდებული დაიბადოს.

## აღმოვაჩინოთ სიმპტომები

ყურადღებით დააკვირდით ჩვილს და ნებისმიერი ცვლილება, რომელიც აინდის შეცვლის დროს იჩენს თავს, არ დატოვოთ უყურადღებოდ. მართალია, საქმეს ბევრად ართულებს ის, რომ პატარას არ შეუძლია თქვას, რა აწუხებს, მაგრამ გარკვეული სიმპტომები მიგანიშნებთ, რომ ის მეტეოდამოკიდებულია. მაშ, ასე:

- ხანგრძლივი და უმიზეზო ტირილი;
- ჩვილი ფეხებს იქნევს, ვერ იძინებს, მიუხედავად იმისა, რომ ეძინება;
- ხშირად ამოაქაფებს როგორც ჭამის შემ-

დეგ, ისე უშუალოდ ჭამის პროცესში.

არის თუ არა საჭირო ექიმის დახმარება

თუ ბავშვი თავს ცუდად გრძნობს და ეს მდგომარეობა მჭიდროდა დაკავშირებული აინდის ცვლილებასთან, მშობელმა ის კონსულტაციისათვის ექიმთან უნდა მიიყვანოს. თვითმკურნალობა დაუშვებელია!

შესაძლოა საჭირო გახდეს ბავშვის დღის რეჟიმის კორექტირება. ეცადეთ, მეტი დრო გაატაროთ სუფთა ჰაერზე, იკვებოთ ერთსა და იმავე დროს. თუ მოზრდილია, ნაკლებად იჯდეს ტელევიზორისა და კომპიუტერის წინ. კარგია ნევროპათოლოგის კონსულტაციაც, განსაკუთრებით, თუ ბავშვის ჩივილები რეგულარულია.

## დამნაშავე აინდია?

**ძლიერი ქარი** — 3 წლამდე პატარები, როგორც წესი, ქარზე ძალიან რეაგირებენ. ასეთ დროს ხალხური მედიცინის მრავალწლიან ნაცად მეთოდს მიმართეთ და ბავშვს ასეთი ნუგბარი მოუშაბეთ: აურიეთ თანაბარი რაოდენობით თაფლი, ლიმონი, ნიგვისის ზეთი და დღეში 1 ჩაის კოვზი დააღვინეთ.

**ელვა და ჭექა-ქუხილი** — ეს სერიოზული გამოცდა ორგანიზმისთვის. შესაძლოა გამოინვიოს შაკიკის პროვოცირება და ბავშვის სერიოზული აფორიაქება. საქმე ისაა, რომ ჭექა-ქუხილში ორგანიზმი ისევე „მუშაობს“, როგორც სტრესის დროს. თავს იჩენს თავის ტკივილი, ოფლიანობა, ისტერიკული ტირილი.

**ძლიერი სიცხე** — შესაძლოა წნევის დაწვევის მიზეზი გახდეს, უარესდება სისხლის მიმოქცევა, ბავშვი ფსიქიკურად დათრგუნულია. მდგომარეობის გამოსასწორებლად საჭიროა ჰაერის დატენიანება, სასურველია ბევრი სისხის დაღვევა, გრილი აბაზანის მიღება.

## ხოგის დავებში ჩაახიჩხება

თბილი აბაზანა — წვიმის, ქარისა და თოვლიანი აინდის დროს პატარებს ძალიან შევლით თბილი აბაზანის მიღება — უნთ-



ხოგის დავებში ჩაახიჩხება მეტეოდამოკიდებულ ბავშვს

ბის დაჭიმულობა-დაძაბულობას ხსნის. უკეთესია, თუ დამამშვიდებელი მცენარეების, მაგალითად, ლავანდის, გვირილას ნაყენის აბაზანას მიიღებს.

## მასაჟი და სამკურნალო ფიზკულტურა

— ეფექტურია მეტეოდამოკიდებული პატარებისათვის. სამკურნალო მასაჟის კურსის ჩატარება და სპეციალური სახის ვარჯიშების სწავლება მშობლისათვის სასურველია, რადგან მნიშვნელოვნად დაეხმარებათ შვილს მდგომარეობის შემსუბუქებაში.

**სიყვარული, ალერსი და ძუძუთი კვება** — არანაკლებად მნიშვნელოვანია დამხმარეა სტრესის მოსახსნელად და ჩვილის დასამშვიდებლად.

**მშვიდი, წყნარი მუსიკა** — მოგესხენებათ, მუსიკა ნერვულ სისტემას ამშვიდებს და დიდ დახმარებას უნებს აგზნებულ ბავშვს. ეფექტურად ხსნის კუნთების ტონუსსაც.

**სუფთა ჰაერზე სეირნობა** — ჰაერის აბაზანების მიღება ეფექტურ საშუალებად ითვლება. ჩააცით პატარა აინდის შესაბამისად და სუფთა ჰაერზე დღეში ორჯერ ასეირნეთ. ის დამშვიდდება, ფილტვები ჟანგბადით ავსდება და პრობლემასაც ადვილად გაუმკლავდება.

**აბაზანები** — აბაზანის ტემპერატურა 20-22 გრადუსს არ უნდა აღემატებოდეს. ხანგრძლივობა არაუმეტეს 20 წუთისა. ექიმები გვირჩევენ, მსგავსი აბაზანები ბავშვმა დღეში რამდენჯერმე მიიღოს, განსაკუთრებით მაშინ, თუ ძალიან ცხელია.

**გრილი წყლის გადავლება** — ეს გაკაჟებისთვის აუცილებელი პროცედურაა, რომელიც ამავედროულად აძლიერებს ბავშვის გულ-სისხლძარღვთა სისტემას.

გადასავლები წყლის ტემპერატურა აბაზანის წყლის ტემპერატურაზე დაახლოებით 1-2 გრადუსით დაბალი უნდა იყოს.

ასაკის მატებასთან ერთად პატარას ორგანიზმი ნაკლებად მეტეოდამოკიდებული ხდება. ბავშვი გაცილებით ადვილად ახერხებს აინდის ცვლილებებთან ადაპტირებას, ტემპერატურულ ნახტომებთან შეგუებას და მისი ცხოვრებაც გაცილებით ხალისიანი ხდება.

# ჩრვევი უხეპიეთათვის — როგორ მოიქცეთ, თუ...

შვილის დაბადების მოლოდინი ორსულისთვის ხშირად იოლი სულაც არ არის. მომავალ დედიკოს ბევრი სირთულისა და პრობლემის გადალახვა უხდება.

**გულისრევის შეგრძნება გაქვთ** — ეს ჩივილი ბევრი ორსულისთვისაა ნაცნობი პირველ ტრიმესტრში. ამ დროს ქალის ორგანიზმი უამრავ ცვლილებას განიცდის, თუმცა დღემდე არაა დადგენილი, რატომ რეაგირებს სწორედ ამ სიმპტომით. შესაძლოა, ჰორმონული ცვლილებების გამო.

ეცადეთ, ორსულობის პირველ ტრიმესტრში ძირითადად დაისვენოთ, ხშირად ისევე როგორც სუფთა ჰაერზე, ჭამით ხშირად და მცირე ულუფობით. კვებათაშორის სვით მინერალური წყალი ან ჩაი. დილით ლოგინიდან არ ადგეთ, სანამ ერთ ლუქმას მაინც არ შეჭამთ, მაგალითად, ვაშლს ან იოგურტს.

**ზურგის არეში ტკივილები გაქვთ** — ნაყოფის ზრდასთან ერთად იცვლება მისი მდებარეობა — თავი იწყებს დაბლა ჩამო-

წევას და დედის ნერვულ დაბოლოებებს აწვება. მნიშვნელოვნად იზრდება ზომამი მუცელი, რაც წელისა და ზურგის არეში ტკივილს იწვევს.

ივარჯიშეთ, შეგიძლიათ ჩაიტაროთ სპეციალური მასაჟები და, თუ ექიმი ნებს დაგართავთ, იაროთ აუზზე. ისმარეთ ე.წ. ორსულის ბანდაჟი, რომელიც მუცელს აფიქსირებს და ზურგზე დანოლას ამცირებს. საოჯახო საქმის კეთებისას ხშირად დაისვენეთ და შეიცვალეთ პოზა. ატარეთ კომფორტული და მოსახერხებელი ფეხსაცმელი. წელის ძლიერი ტკივილის დროს აუცილებლად დაწექით.

**ქრონიკული ვენური უკმარისობა გაქვთ** — მოგესხენებათ, ორსულობის პერიოდში დიდი დატვირთვა მოდის ფეხებზე, მატულობს ვენებზე ზეწოლა. ქალის ორგანიზმში მიმდინარე ჰორმონული ცვლილებები, სწრაფად მზარდი მუცელი — ყველაფერი ვენებისათვის პრობლემების შემქმნელია.

დღეში რამდენჯერმე ნამოწქით და ფეხები შემალბებლად ადგილზე შემოახვეთ, რათა სისხლის ცირკულაცია მოწესრიგდეს. აკონტროლეთ წონა. ხშირად მიიღეთ კონტრასტული აბაზანა, რათა ვენების კედლების ტონუსი გაზარდოს. ატარეთ სპეციალური ყელწინდები.

**გულმძარვა გაქვთ** — ორსულობის ბოლო პერიოდში გულმძარვა ავტომატურად იჩენს თავს. საშვილოდ მნიშვნელოვან მატულობს ზომამი და მუცელი აწვება კუჭს, რის გამოც ხშირია გულმძარვის პროვოცირება.

მოერიდეთ ცხიმოვან, მწარე და მჟავე საკვებს, შემწვარ კერძებს, ყავას, შოკოლადს, საერთოდ ისეთი სახის პროდუქტებს, რომლებიც კუჭის ლორწოვან გარსს აღიზიანებენ. მოერიდეთ ღამით ჭამას. თუ გულმძარვა ძირითადად ღამის საათებში განუხებთ, კარგი იქნება, თავქვეშ შედარებით დიდი ზომის ბალიში დაიდოთ.

✓ **მიაზება ნათი ტოტიკაშვილი**

# შეფთავება ტექნიკური ვიდეო

ფროსობასთან კამათი შეიძლება, ზოგჯერ საჭიროც არის, მაგრამ იმ შემთხვევაში, თუ არამხოლოდ „ასი პროცენტით“ მართალი ხართ, არამედ ამის დამტკიცებაც შეგიძლიათ. კამათის ტექნიკის შერჩევას თქვენი ხელმძღვანელის ხასიათის თავისებურებები გაითვალისწინეთ.

## ენისპოტი

სწორად ჭკვიანი, მკაცრი, ავტორიტარული, სხვის აზრს არ აღიარებს, უტაქტო გამოთქმებს არ ერიდება და ინიციატივით თანამშრომლებს არ ინდობს.

**კამათის ტექნიკა.** თქვენი ბრწყინვალე არგუმენტებითა და უდავო ფაქტებით მის რკინაბეტონივით მტკიცე „სიმართლესთან“ ვერაფერს გახდებით. უმჯობესია, თქვენი ბოსის გვერდის ავლით, პირდაპირ ზემდგომ უფროსობას მიმართოთ და საკითხი უფრო მაღალ დონეზე გადაჭრათ. სუბორდინაციის ასეთი დარღვევის უფლება შეიძლება თავს მისცენ მხოლოდ უნიკალურმა სპეციალისტებმა, რომლებმაც იციან, რომ ვინმეთი მათი შეცვლა ძნელია. და, რა თქმა უნდა, მზად უნდა იყოთ იმისთვის, რომ დესპოტი ბოსის რისხვა თავზე ნიაგარის ჩანჩქერის სიძლიერით დაგატყდებოდეს.

## სპეციალისტი

თავის საქმეში კარგად ერკვევა, მიჩვეულია დეტალებში ჩაკვირვებას, შედეგებზე მუშაობს და მისი ქვეშევრდომებისგან ამასვე ითხოვს.

**კამათის ტექნიკა.** ემოციები გვერდზე გადადეთ. თქვენი არგუმენტები მკაფიო და ლოგიკური უნდა იყოს. არ დაგავიწყდეთ, მიუთითოთ, თქვენი აზრით, არასწორი გადაწყვეტილების შედეგებზე. დაეყრდენით მხოლოდ შემონეშულ მონაცემებს. თქვენი მოსაზრების დასაბუთებლად გამოიყენეთ გრაფიკები, სქემები, დიაგრამები, კონკრეტული მაგალითები. მოერიდეთ ბუნდოვან ფორმულირებებს და ასეთი ტიპის ფრაზებს „მე ვფიქრობ“, „დარწმუნებული არ ვარ“.



„არსებობს ალბათობა“.

## უპრობლემატი

ხელმძღვანელი პროტექციის ან მეზობელი ხასიათის წყალობით გახდა. ნიჭიერი მანიპულატორია, ადამიანების მართვის ხელოვნებაში იმაზე უკეთესად ერკვევა, ვიდრე საქმეში, რომელსაც ხელმძღვანელობს. მისი არაკომპეტენტურობის შესახებ ნებისმიერ ქარაგმულად ნათქვამს მტკიცებულად აღიქვამს. ყოველთვის პოულობს მას, ვისაც შეუძლია საკუთარი წარუმატებლობა ან საეჭვო გადაწყვეტილების დანაშაული გადააბრალოს.

**კამათის ტექნიკა.** არადროს შეეკამათოთ საზოგადოების წინაშე: თუ მართალი აღმოჩნდებით, ხელმძღვანელი დამსწრე საზოგადოების წინაშე დამცირებას არასდროს გააბატობთ. მასთან პირისპირ საუბრის დროსაც კი თავაზიანობა გამოიჩინეთ და გამოიყენეთ ასეთი ფრაზები: „თქვენი გამოცდილებისა და ცოდნის ადამიანი მაშინვე დანახავს ასეთი გადაწყვეტილების უპირატესობას“. საბოლოო გამარჯვებამდე

ჯიუტობას ნუ გამოიჩინებთ, თქვენი მოსაზრებები გადმოცემით და ნუ გაგვიკვირდებით, თუ ორი დღის შემდეგ ბოსი მათ დაეთანხმება, თანაც თქვენი იდეების ავტორობას მიიწერს. არ ღირს, კმაყოფილებით გაიღიმოთ და თქვათ: „თავიდანვე ასეც ვიცოდი“.

## ქაჩიზმადი

მიმზიდველი და ენერგიულია, შეუძლია თავისი ენთუზიაზმი სხვებს გადასდოს. მუდამ ახალი იდეები აქვს და მათი არასტანდარტულად გადაჭრა შეუძლია. სწორად სურათს მთლიანობაში კარგად ხედავს, მაგრამ დეტალების მიმართ უყურადღებოა. ხელქვეითების მიმართ თბილი და კეთილმეგობრულია.

**კამათის ტექნიკა.** ის შემთხვევაა, როდესაც შეგიძლიათ საზოგადოების წინაშე განსახილველად საკუთარი შეხედულება გამოიტანოთ და საერთო შეკრებაზე დაიცვათ, მაგრამ გახსოვდეთ: თქვენი გამოსვლა უნდა იყოს არამხოლოდ არგუმენტირებული, ასევე ეფექტური, ემოციური. იაზროვნეთ გლობალურად. კარგი იქნება, თუ სხვა თანამშრომლებს წინასწარ დაითანხმებთ. ასეთი ტიპის ხელმძღვანელს უმეტესობის აზრის გათვალისწინება ახასიათებს.

## დემოკრატი

კომპეტენტური, მოაზროვნე, ხელქვეითების პატივისცემელია, რომელმაც მოსმენა და გაგება იცის. ნამდვილად სწამს, რომ კამათში ჭჭმარტობა იბადება.

**კამათის ტექნიკა.** არასდროს შეეკამათოთ, თუ დისკუსიის ერთადერთი მიზანი თქვენი სიმართლის დამტკიცებაა. დემოკრატიულობის მიუხედავად, თქვენი ხელმძღვანელი სულელებს ვერ იტანს. დისკუსიის დაწყება ღირს მხოლოდ მაშინ, თუ კამათის პროცესში აღმოჩნელი ჭჭმარტობა ფირმას სასიკეთო სამსახურს გაუწევს. და თუ შეძლებთ, თქვენი სიმართლე არგუმენტებით დაამტკიცეთ, დემოკრატი ხელმძღვანელი დაგაფასებთ, როგორც ჭკვიან, საქმიან და პრინციპულ თანამშრომელს.

# კარგ ბანსობას მიბრუნებთ

ყველასთვის ნაცნობია სიტუაცია, როდესაც განწყობა სწრაფად ფუჭდება და ბოლოს ნულზე ჩამოდის. შედეგი — სამყაროთი და ხალხით უკმაყოფილება, შრომისუნარიანობის დაქვეითება, ზოგჯერ საერთო უქეიფობა ან ქრონიკული დაავადებების გამწვავება. თუ ასეთ განწყობას მკაფიო მიზეზი აქვს, მაშინ ადამიანი კონცენტრირებას თვითონ პრობლემების გადაჭრაზე ახდენს. თუ განწყობის გაფუჭება ამკარად გამოხატული საბაბის გარეშე ხდება, ხშირად არ ვიცით, თავს როგორ დავეხმაროთ, როგორ დავიბრუნოთ მეზობელი სული და ცხოვრების ინტერესი. ამის სწავლა შეიძლება. გთავაზობთ რამდენიმე მეთოდს.

**1. ქალღმის დესკადრია.** ერთი შეხედვით, ეს თითქოს ბავშვური გასართობია. სინამდვილეში მისგან ეფექტი მაღალია. აიღეთ ქალღმის ფურცლები და თითოეულზე დაწერეთ თქვენი დამწუხრების ერთი ან რამდენიმე ერთმანეთთან დაკავშირებული საბაბი, რომელიც გაქვთ და ისინიც, რომელთა გამოც მოცემულ მომენტში არ განიცდით. თითოეული ფურცლისგან თვით-

მფრინავი გააკეთეთ. რაც მეტი იქნება, მით უკეთესი. შეარჩიეთ ადგილი, სადაც თქვენი ფრთოსანი მამულები ბუნებას არ დააბინძურებენ და სათითაოდ გაუშვით. შეიგრძენით, უარყოფითი განწყობა როგორ გტოვებთ. მთავარი: დატკბით მომენტით და სავარჯიშო მექანიკურად არ შეასრულოთ.

**2. სისხარულის ძებნა.** თქვენი მიზანია სისხარულისთვის 10 საბაბი იპოვოთ. გადით ქუჩაში, სკვერში, ირგვლივ მიმოიხედეთ. ათი პატარა სისხარულის პოვნა ადვილია. მთელი დღის განმავლობაში მათზე იფიქრეთ და ცუდი განწყობა პოზიტივის შეტევისგან უკუიქცევა.

**3. მხიარული შეხვედრა.** დაურეკეთ მეგობრებს და შეიკრიბეთ ვინმესთან სახლში, კაფეში, პარკში. მთავარი პირობა: შეხვედრამ საინტერესოდ და მხიარულად უნდა ჩაიაროს. მისი ფორმატი წინასწარ მოიფიქრეთ. ამ სავარჯიშოს ჩარჩოებში ცხოვრებაზე ჩივილი და პრობლემებზე საუბარი დაუშვებელია.

**4. აფეთქება.** ნალველი, დეპრესია თქვენგან გაუშვით, იტირეთ, ბალიშს ან მაგიდას მუშტები დაუშინეთ, ჭურჭელი დაამსხვრ-



ით. მას შემდეგ, რაც ნეგატივს უკანასკნელ წვეთამდე ამოაფრქვევთ, შვებას იგრძნობთ და განწყობა გაუმჯობესდება.

**5. სიკეთე აკეთეთ.** ირგვლივ მიმოიხედეთ. ამაჯერად ეძებეთ ის, ვისაც მოცემულ მომენტში უჭირს, ცუდად არის ან მარტოა. იფიქრეთ, როგორ შეგიძლიათ დაეხმაროთ ამ ადამიანს (ან ცხოველს). მიეცით ის, რაც აკლია. სიკეთის ჩადენა სისხარულს მოგგვრით.

დაბოლოს, ცუდი განწყობა მხოლოდ განწყობაა. განწყობას ქმნიან, არ ნებადებიან. გახსოვდეთ: წვიმის შემდეგ ყოველთვის ცისარტყელა ჩნდება.

✓ მოაჩხადა აზა გავიშვიძე

# ყურძნის სიყვითე

ყურძენი არამხოლოდ ტკბილი სასუსნავია. მისი სამკურნალო თვისებების შესახებ ჯერ კიდევ რამდენიმე ათასი წლის წინ იცოდნენ. უნიკალური შემადგენლობის წყალობით, ყურძნის ნაყოფი, რბილობი, კანი და ნიჰნები მრავალ ორგანოსა და სისტემაზე მოქმედებს.



**გლუკოზა და ფრუქტოზა** (მათი შემცველობა დამოკიდებულია ყურძნის ჯიშსა და ამინდის პირობებზე და დაახლოებით 30%-ია) ენერჯის მარაგს სწრაფად აღადგენს, თავის ტვინის მუშაობაზე სასიკეთოდ მოქმედებს. ყურძენი ბუნებრივი ტონიკია.

**კალციუმი** (მისი რაოდენობის 60% ნაყოფის კანსა და რბილობში) ასევე კენკრაში არსებული გლიკოზიდები აუცილებელია გულის ნორმალური მოქმედებისა და თირკმლების ჯანმრთელობისთვის.

**ორგანული მჟავები** — ღვინის, ვაშლის, ქარვის, ფოსფორის, ლიმონის და სხვა — ნივთიერებათა ცვლას აუმჯობესებენ. ისინი ასევე საჭიროა კუჭქვეშა ჯირკვლის კარგი მუშაობისთვის.

ყურძენი შეიცავს ვიტამინების სრულ ნაკრებს, მაგრამ განსაკუთრებით მდიდარია ასკორბინის მჟავით, კაროტინით, B ჯგუფის ვიტამინებით.

**პოლიფენოლები, ფლავონოიდები და ანტოციანები** (განსაკუთრებით ბევრია კანში) ბუნებრივი ანტიმუანგავებია. ეს უკანასკნელები მავნე თავისუფალ რადიკალებს ებრძვიან და ამით დაბერების პროცესს ანელებენ, ონკოლოგიური დაავადებების განვითარებას ხელს უშლიან.

**ფოსფორი და კალციუმი** ძვლის სისტემასა და კუნთებს ამაგრებენ. ყურძნის წვენი თავისი შემადგენლობით ახლოსაა რძესთან და ვეგეტარიანელებისთვის მისი შემცველია.

ყურძენი მდიდარია **აპექტინებით**, რომლებიც ნაწლავების მუშაობის ნორმალუზაციას ეხმარებიან და ორგანიზმიდან ტოქსინები გამოაქვთ.

როგორც ტკბილი ნამალი, ყურძენი რეკომენდებულია გულისა და თირკმლების დაავადებების, ბრონქიტისა და ფილტვების ანთების, ნერვული აშლილობისა და პიპერტონიის დროს. ამასთან, ყურძნის სამკურნალო ეფექტი უფრო მაღალია, თუ კენკრას მთლიანად — კანთან და ნიჰნებთან ერთად შეჭამებ და არამხოლოდ წვენს დალევთ.

## ყურძენი სწრაფად ეხმარება

ყურძნის თერაპიის დროს საჭიროა ზოგიერთი მნიშვნელოვანი წესის დაცვა. მაშინ მისი სამკურნალო ეფექტი სწრაფად გამოვლინდება. მუქი ფერის ყურძენი ჯანმრთელობისთვის უფრო სასარგებლოა, ვინაიდან მასში მეტი ბიოლოგიურად აქტიური ნივთიერებაა. ჭამეთ მხოლოდ მთლიანი, ჯანსაღი კენკრა. ყურძენს ნიჰნებთან ერთად დიდი სამკურნალო თვისება გააჩნია, ვინაიდან თესლებში ჩვენთვის აუცილებელი ბევრი ცხიმმჟავაა. მაგრამ, თუ ნიჰნების ღეჭვა არ გსურთ, შეინახეთ, გაახმეთ და ყავის საფქვავეში დაფქვით. ფხვნილი ნებისმიერ კერძში ან სასმელში დაუმატეთ, როგორც სასარგებლო ცხიმმჟავებისა და მიკროელემენტების წყარო.

ყურძენი მოიხმარეთ კვების შუალედებში, ჭამიდან 2-3 საათის შემდეგ, უფრო ადრე არა. ეს სამკურნალო პროდუქტი შეუთავსებელია რძესთან, ცხიმთან კერძთან, სპირტიან სასმელებთან, ქორფა ბოსტნეულსა და სხვა ხილთან. სამკურნალო მიზნით მიირთვით, როგორც ცალკე კერძი.

ყურძნის წვენი საჭმელს არ დააყოლოთ, ცალკე დალიეთ ჭამამდე ნახევარი საათით ადრე ან ჭამიდან 2 საათის შემდეგ.

**შენიშვნა!** ყურძენი, განსაკუთრებით მისი წვენი, უკუნაჩვენებია შაქრიანი დიაბეტის, კუჭის წყლულის, მაღალი მჟავიანობის გასტრიტის დროს (ორგანული მჟავების დიდი რაოდენობა დაავადების გამწვავებას იწვევს), თირკმლების უკმარისობის, კალციუმის ცვლის დარღვევის, ჰეპატიტის, ციროზის, კარიესის, სტომატიტის, ორსული ქალებისა და პათარა ბავშვებისთვის (შეიძლება ნივთიერებათა ცვლის დარღვევა და ანემია გამოიწვიოს).

ყურძენი მეტად კალორიულია, შესაბამისად წონაში მატებას ეხმარება.

# შემოდგომის სილამაზის რეცეპტები

ქორფა ბოსტნეული, კენკრა, ხილი... თქვენი სამზარეულო იდეალური ლაბორატორიაა შინაური კოსმეტიკური საშუალებების

მოსამზადებლად, რომლებიც არამხოლოდ კანის გაახალგაზრდავებას, ასევე სეზონური ცვლილებების დაძლევის ეხმარება.



გატბობის სეზონში სახის კანი ძლიერ შრება ჰაერში ტენის არასაკმარისი რაოდენობის გამო. ამ შემთხვევაში დაგეგმარებათ დამატინანებელი სტაფილოს წვენი. საშუალო ზომის სტაფილო წვრილად გახეხეთ და კვერცხის გული შეურიეთ. ერთი წვეთი ზეთის ზეთი დაუმატეთ. ნარევი კარგად გასუფთავებულ კანზე ნახევარი საათი დაიდეთ, შემდეგ სველი ბამბის ტამპონით მოცილეთ. კვირაში არაუმეტს 1-2-ჯერ გამოიყენეთ.

კანს კარგად ატონიზირებს ძახველის ნილაბი. კენკრის წვენი მკვებავ კრემში ან კვერცხის ცილაში თანაბარი რაოდენობით აურიეთ. ნილაბი სახეზე 30-40 წუთი, 3-4 კვირის განმავლობაში დღეგამოშვებით გაიკეთეთ.



ქარისგან აქერცლილ-დამსკდარ კანს ნიგოზი ეხმარება. ნიგოზი დანაყეთ, 1 ჩაის კოვზი ნაღების კარაქი, კვერცხის გული და თაფლი დაუმატეთ, ყველაფერი აურიეთ. ნილაბი 20-30 წუთი გაიჩერეთ.

დალღილ კანს გამოაცოცხლებს, ქარისა და სიცივის ზემოქმედებისგან დაცვას კომბოსტოს ნილაბი. კომბოსტოს ფოთლები ნორცხაკვებ მანქანაში გაატარეთ და ათქვეფილ კვერცხის ცილაში აურიეთ. სახესა და ყელზე 25-30 წუთი დაიდეთ.

ნებისმიერი კანისთვის უნივერსალურია გოგრის ნილაბი. 3 სუფრის კოვზ მოხარშულ გოგრის პიურეს 1 კვერცხის გული და 1 ჩაის კოვზი თაფლი დაუმატეთ. თბილი ნილაბი სახის კანზე 20 წუთი დაიდეთ.

✓ მოამზადა აზა გაფთხიძე

**გაიაღვილეთ საჭმლის მონელება**

**იქონიეთ მიიღეთ უკმატური**

# კრეზამი

**თითო კაფსულა ყოველი ჭამის დროს**

[www.krezam.ge](http://www.krezam.ge)

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

# ჩემი ლაზარიშვილი სეკვა სიყვარული აკონინა „მე და სოფო ნიჟარაძე ამ პროექტის შემდეგ ვერ ვიმეგობრებთ“



**ტ**ამაზ ლაზარიშვილი სიყვარულმა ააცეკვა ამ სიტყვის პირდაპირი მნიშვნელობით. 3 წლის წინ გადამწყვიტა, შეყვარებულისთვის სიურპრიზი მოეწყო და ტანგოს შესასწავლად სტუდია „თელაში“ მივიდა. ნიჭიერი მოსწავლე რამდენიმე კვირაში უკვე კონკურსზე აღმოჩნდა და ასე დაიწყო მისი საცეკვაო კარიერა. მერე იმ შეყვარებულს დაშორდა, მაგრამ ცეკვა მის ცხოვრებაში სამუდამოდ დარჩა. ახლა ტელეპროექტში „ცეკვავენ ვარსკვლავები“ მომღერალ სოფო ნიჟარაძის მეწყვილეა.

21 წლის რამაზი შეყვარებულია. მისი რჩეული მოცეკვავე თიკო დარახველიძეა. ისინი მენყვილეები არიან და კონკურსებშიც ერთად მონაწილეობენ. რამდენიმე ხნის წინ რამაზმა თიკო დედასთან, იტალიაში ჩაიყვანა და სარძლო გააცნო. ახლა გაზრდა მოცეკვავეს ბევრი გეგმა აქვს, რაზეც თავად გვიამბო:

— იტალიაში დედასთან ერთად უნდა მეცხოვრა, ჩავედი კიდევ. უნივერსიტეტიც ჩავაბარე, მაგრამ ვერ გაქმელი და საქართველოში დავბრუნდი. ამჟამად საავიაციო უნივერსიტეტის მეოთხე კურსის სტუდენტი ვარ. წესით, უნდა დაფერინავდე, მაგრამ ტელეპროექტში ვარ. იტალიაში ვერ გაქმელი, მაგრამ მხოლოდ საქართველოში ყოფნაც არ მიყვარს.

— **ცეკვა რიდის დაწყებით?**

— ცეკვა ყოფილი შეყვარებულის გამო დავინწყე 18 წლის ასაკში. მისთვის სიურპრიზის გაცეკვავა გადავწყვიტე და სტუდია „თელაში“ ტანგოს შესასწავლად შევედი. ორ კვირაში კი კონკურსზე გამიმხვეს, სადაც 7 წყვილიდან მე-6 ადგილზე გავედი, რამაც კიდევ უფრო შემმატა სტიმული. ეს სიყვარული დიდხანს არ გაგრძელდება, მაგრამ მოცეკვავე გახვდით.

— **თქვენს ცხოვრებაში ქალის სხვა დროსაც უთამაშა მნიშვნელოვანი როლი?**

— დედამ ჩემს ცხოვრებაში მნიშვნელოვანი როლი ითამაშა, დღეს თუ რამეს წარმოვადგენ, მისი დამსახურებაა. ამ ადამიანმა მასწავლა შრომის ფასი. ვცდილობ, მის მიმართ თბილი ვიყო. მისი ბედნიერებისთვის ყველაფერს გავაკეთებ. ჩემთან სულ აქვს შენიშვნა და გამუდმებით რჩევებს მაძლევს. როცა მირეკავს, მისგან კომპლიმენტებს არ ველოდები. რა შენიშვნა გაქვს მეთქი, მაშინვე ამას ვეკითხები. გრამატიკული შეცდომებიდან დანებებული და ჩაცმით დამთავრებული, ყველაფერში მაკრიტიკებს. ორი და მყავს, ერთი საფრანგეთში ცხოვრობს, ერთი აქ არის გათხოვილი. მე ბებიასთან ვცხოვრობ, მოკლე, სულ ქალების გარემოცვაში ვარ. ქალის გარეშე არც ეს ცეკვები იარსებებდა. ცეკვა ჩემთვის სხეულის ენაა და მოცეკვავემ აზრინად უნდა იცეკვოს.

— **მართლაც ქალებით ყოფილხართ გარემოცული და ალბათ კარგად იცნობთ ქალებს**

**ბუნებას. როგორი დამოკიდებულება გაქვთ მშვენიერი სქესისადმი?**

— ვერ ვიტყვი, რომ ქალებთან მიმართებაში რომანტიკული ან ლობიერი ვარ, შეიძლება ითქვას, რომ მკაცრიც ვარ, თუმცა ალბათ ვისთან როგორ.

— **„ცეკვების“ წინა სეზონზე თქვენი მეწყვილე მასხიბო ია სუსნიტაშვილი იყო. მასთან როგორი ურთიერთობა ააწყვეთ?**

— მაშინ შოუსში მონაწილეობის გამოცდილება არ მქონდა, ამიტომ იას მიმართ ცოტა მკაცრი და სხვანაირად მომთხოვნი ვიყავი. მერე ვისწავლე ის, რომ ქალთან ყოველთვის არ ჭრის სიმკაცრე და ცუდი ტონით ლაპარაკი. ია პროექტში გავიცანი, საკმაოდ მშრომელი ადამი-

ანია. რადგან ჩემთვის ეს პირველი შოუ იყო, სულ ვერვიულობდი, რომ კარგად გვეცეკვა. ეს ყველაფერი კი ძალიან მძაბავდა და ვფიქრობდი, რომ იას ბევრი უნდა ევარჯიშა, ისევე, როგორც მე ვვარჯიშობდი.

— **ახლანდელ პარტნიორ სოფო ნიჟარაძის მიმართაც ასეთი მოთხოვნა ხართ?**

— გადავწყვიტე, სოფოსთან მკაცრი არ ვიყო, ასე ჯობს. მასთან სიმკაცრე არ მჭირდება. ვიცი, როდის რა ან როგორ უნდა ვუთხრა, რა არ გამოხდის და კიდევ, თუ რამე არ გამოუვა, პირში არ უნდა მივახალო. ერთიანად ბევრი რამ რომ ვუთხრა, სტიმულს დავკარგავს.

სოფოს ვარჯიში არასოდეს ეზარება. ფეხზე დიდი ტრავმა მიიღო, მაგრამ, ამის მიუხედავად, თავს არ ზოგავს, გამაყურებლებს იკეთებს და მაინც ვარჯიშობს. ქართულის ტურზეც ამ ტრავმით იყო, მაგრამ ძლიერი გამაყურებლის დახმარებით მაინც დადგა სცენაზე, ტკივილი არ შეიმჩნია და პროფესიონალივით იცეკვა. სოფო იმდენად შრომისმოყვარეა, იმდენად დიდი პასუხისმგებლობა გააჩნია, რომ ჩემი მითითებები არ სჭირდება. მასთან მუშაობა არ მიჭირს, ყველა მოძრაობას ჩემთან ერთად ითვისებს და ხანდახან ისე სწრაფადაც, რომ სულ ვფიქრობ, არ დამასწროს, თორემ სირცხვილია-მეთქი.

— **მოსვენებად ამისა, ალბათ მაინც გაქნებთ ერთმეორესთან შენიშვნები.**

— მას თავიდანვე ვუთხარი, რომ ჩემთვის ნებისმიერი შენიშვნის მოცემა შექმლო. ყველაფერს სოფოს უთანხმებ — თმის შეჭრას ან გარეგნობაში სხვა სახის ცვლილებას, რადგან ჩვენ ვართ წყვილი და არა — ცალ-ცალკე ვარსკვლავები. შეიძლება სოფო ასე დეტალურად არ მითანხმებდეს

რალაც-რალაცებს, მაგრამ ყველაფერს მაინც ურთიერთშეთანხმების საფუძველზე ვაკეთებთ.

— **როგორ ატყობთ, ისე დახლოვდით, კონკურსის შემდეგ მეგობრები იქნებით?**

— სოფოსთან ურთიერთობაში თავიდანვე ზომიერი ვიყავი. ის ძალიან კარგი ადამიანია. ვერ გეტყვით, რომ პროექტის გარეთ ვიმეგობრებთ, რადგან ამისთვის დრო თითქმის არ გვაქვს.

— **თქვენს ცხოვრებაში არის საყვარელი გოგონა?**

— კი და ის ადამიანი ჩემი მენყვილეა. უკვე მეორე წელია თიკო დარახველიძე მიყვარს.

— **ეს საყვარელი ცეკვამ გაბოყნინათ თუ ჯერ შეიყვარდათ და წყვილად მერე იქცა?**

— ცეკვის დროს საკმაოდ მობილიზებული ვარ და ქალს სხვა თვალთ არ ვუყურებ. თიკოსთან ერთი წელი ისე ვიცეკვე, გრძნობა არ გამჩენია. მერე თიკო სტუდიიდან დროებით წავიდა და მე სხვა მენყვილედ მყავდა. ამ დროს გიგმი (გაჩეჩილაძე) იაქტიურა და მიბიძგა, თიკო ძალიან კარგი გოგონა, მარტო რას დადიხარო. თან იცით, რა იყო? თიკო ცეკვისას სულ სხვა ტიპაჟი, ზედმეტად ჩუმი იყო. როცა რალაცაზე ვეკამათებოდი, უბრალოდ ჩუმად იყო და ამაზე ვგიჟდებოდი. არც სწყინდა და არც მეჩხუბებოდა. მე კი საკმაოდ ემოციური ვარ და მისგან ყოველთვის რალაცას ველოდი. თან გაგონილი მქონდა, რომ მეგობრების გარემოცვაში სულ სხვანაირი იყო, გიგობდა და ბევრს ლაპარაკობდა. ალბათ ჩემი ყურადღება ამ გარემოებაზე მიიქცია. სულ მაინტერესებდა, ეს ადამიანი ცეკვის მიღმა როგორი იყო, ჩემთვის ის ამოუხსნელ განტოლებად იქცა.

ერთი წლის განმავლობაში ერთმანეთს არ ვნახულობდით, „ფეისბუქზე“ თუ ვწერდით, ისიც მოკითხვის მიზნით. ჩემზე გიგის ბიძგაც იმოქმედა და თიკოს მიმართ იმ ქვეცნობიერმა ინტერესმა, რაც სულ გამაჩნდა. მერე თიკო სტუდიაში დაბრუნდა. ვხვდებოდი, რომ ჩემ მიმართ ისიც რალაცას გრძნობდა, მაგრამ მისი ქვეცევიდან ეს არ ჩანდა, უბრალოდ მამაკაცური ინტუიციით ვიგრძენი. არ არსებობს, დავკვირვებულ კაცს ქალისგან რამე გამოეპაროს. თიკოსგან რომ რალაც არ მეგრძნო, მისკენ ამ ნაბიჯს არც გადავდგამდი, ამ საკითხში საკმაოდ თავშეკავებული ვარ. ჩვენი ურთიერთობა საკმაოდ მალე აუწყო და შეყვარებულებიც გავხდით.

— **რიდის გაციანათ ნამდვილი თიკო?**

— სტუდიაში რომ დაბრუნდა, მე სხვა მენყვილედ მყავდა და ის სხვასთან ცეკვავდა. ეჭვიანობა არ მახსიათებს, მაგრამ ძალიან მესაყურებ ვარ და გავდიხიანდი, ჩემი გოგო სხვასთან რომ ცეკვავდა. მოვითხოვე, თიკოს ისევ ჩემთან ეცეკვა და კვლავ დავწყვილდით. მერე სტუდიის გარეთაც გვქონდა ურთიერთობა და კარგად გავიცანი. სამხატვრო აკადემიაში სწავლობს, ხელეოვანია და თან

ჩემს ხასიათს საკმაოდ კარგად იცნობს. ის ყველაზე ქალურია ჩემთვის.

— მის ქალურობას რა განსაზღვრავს?

— პირველ რიგში, მანერები და ქცევები, ამასთან ერთად, თავის მოვლასაც და ჩაცმასაც დიდ ყურადღებას ვაქცევ. ეს ყველაფერი კი ერთიანობაში ქმნის ქალურობას. ალბათ ყველა მამაკაცისთვის ასეა. ქალი რომ სულ სპორტულდება და კედებში იყოს, არ მომეწონება. წვეულებაზე კედებით წასვლა ხომ არ შეიძლება?

— ქალის რა მანერები ან ჩვეულებები გადისანებთ?

— ყველაფერში ზომიერი უნდა იყოს. არ მომწონს, როცა ქალი ეწევა. მე თვითონ მწვევლი ვარ, მაგრამ ქალი რომ ეწევა, სუნი არ მსიამოვნებს. ცოლს მოწვევას არ დავუშლი, მაგრამ ალბათ არ მესიამოვნება. თიკო არ ეწევა, ჩემი წინა შეყვარებულები კი ეწეოდნენ... არ მინდა, ყველაფერი ვთქვა, რაც ქალში არ მომწონს.

— მაშინ ის გვითხარით, რა მოგწონს.

— ბუნებრიობა ყველაზე მეტად მომწონს. ბუნებრივად ქალური ქალი სულ სხვაა. არსებობს გოგონების კატეგორია, რომლებიც ქალურად იქცევიან, ოღონდ არაბუნებრივად. ეს უკვე მიზადაა. ქალმა ევრანდიდან შეიძლება რალატეები ისწავლოს, მაგრამ საკუთარი თავი არ უნდა დაკარგოს.

— ეს სიყვარული რითი განსხვავდება წინა გრძნობებისგან?

— შედარებები არ მიყვარს. ყველა გრძნობისგან შეიძლება რალაც ისწავლო. ისე კი, ეს სიყვარული სხვებისგან ნამდვილად განსხვავდება, მაგრამ რითი, ამაზე ლაპარაკი არ მინდა. მე და თიკო იტალიაში კონკურსზე ვიყავით, დედაც გავაცანინა და, საბედნიეროდ, მას სარძლო მოეწონა, თორემ ვაიძე!..

— როგორც კონკურსანტი, თიკო როგორ ვაფასებთ?

— ერთ-ერთ სკოლაში ერთად ვასწავლით, მაგრამ ერთად გაკვეთილის ჩატარება სულ სხვაა და მასთან შეხვედრა — სხვა, რასაც ხშირად ვვლარ ვახერხებთ. ამის გამო ჩემი პროექტში მონაწილეობა დიდად არ მოსწონს, მაგრამ ხელს მიწყობს.

— თქვენს თავყვანისმცემლებზე ხომ არ ეჭვანობთ?

— თიკო ზომიერად ეჭვიანია. თავყვანისმცემლებს რაც შეეხება, მათ ვერ ვამჩნევ. პოპულარობა მართლა არ მინდა და ამას თავმდაბლობის გამო არ ვაბზობ.

✓ სოფიო ბოჭორიძე

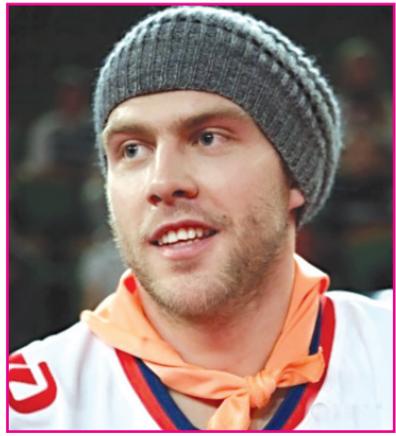
დაწვარში რუსი ჰოკეისტი დააპატიმრეს

ქალაქ დენვერში რუსეთის ჰოკეისტა ნაკრებისა და ნჰლ-ს კლუბ „კოლორადო ეველანის“ მეკარე სემიონ ვარლამოვი დააპატიმრეს.

რუსი მეკარე ოჯახური ძალადობის ბრალდებითაა დაკავებული. როგორც გამოცემა იუწყება, ჰოკეისტი თავად გამოცხადდა პოლიციის განყოფილებაში და სამართალდამცავებს ჩაბარდა.

კლუბ „კოლორადო ეველანის“ ხელმძღვანელობას ამ ინფორმაციასთან დაკავშირებით ჯერჯერობით კომენტარი არ გაუკეთებია.

სემიონ ვარლამოვი დღეს ნჰლ-ს ერთ-ერთ ლიდერად ითვლება, კლუბების მეკარეთა შორის შაიბების მოგერიების სტატისტიკური მონაცემების მიხედვით. მიმდინარე სეზონში მ შეხვედრაში მისმა კლუბმა 7 მატჩში იზეიმა გამარჯვება.



რასიზმის მორიგი გამოვლინება რუსულ ფეხბურთში

რუსეთის საფეხბურთო ლიგის უსაფრთხოების სამსახურის დირექტორმა ალექსანდრ მეიტინმა ახლახან განაცხადა, რომ საფეხბურთო კლუბ „ყუბანის“ ორი გულშემატკივარი, რომლებმაც მახანკალის „ანჟისთან“ პრემიერლიგის მატჩის დროს დალესტინის დროშა დაწვეს, აღმინისტრაციულ პასუხისგებაში არის მიცემული და დაჯარიმდა.

თავის მხრივ, ინტერნეტსაიტი „რ-სპორტი“ კრასნოდარის მხარის პოლიციაზე დაყრდნობით იუწყება, რომ მხოლოდ ერთი გულშემატკივარი დასაჯეს — 1994 წელს დაბადებული ადგილობრივი მცხოვრები. ჯარიმის თანხამ 1 000 რუბლი შეადგინა. მეიტინის თქმით, დამნაშავე გულშემატკივრებმა ჩადენილი საქციელი მოინანიეს და საჯაროდ სურთ ბოდიშის მოხდა.

კითხვაზე, თუ რა მიზეზით დაწვეს დალესტინის დროშა, ლიგის დირექტორმა განაცხადა, რომ გულშემატკივრებს ასეთი სახით სურდათ საკუთარი თავის წარმოჩენა.

— როგორც ჩანს, მათ ფეხბურთი საერთოდ არ აინტერესებთ. ისიც კი არ იციან, თუ ვინ არის „ყუბანის“ გუნდის კაპიტანი და რომელ ადგილზეა კლუბი ქვეყნის ჩემპიონატში, — განაცხადა მეიტინმა.

ფოტოსურათი, რომელზეც დალესტინის დროშის დაწვის ფაქტია აღბეჭდილი, „ტივიტრში“ „ანჟის“ გვერდზეა გამოქვეყნებული, რომელსაც თან ახლავს დამნაშავეების დასჯის მოთხოვნაც. მატჩი კრასნოდარში 28 ოქტომბერს გაიმართა და მასპინძლების გამარჯვებით 2:0 დასრულდა.



დევიდ ბექჰამი კლუბის თანამფლობელი გახდება

სიტი“ და ბეისბოლის კლუბი „ნიუ იორკ იანკიზი“ არიან, 100 მილიონი დოლარი დაჯდა. ნიუიორკული კლუბი ოფიციალური მატჩების გამართვას 2015 წელს დაიწყებს.

— მე მართლაც სერიოზულად ვარ დაინტერესებული ამ საქმით, — განაცხადა დევიდ ბექჰემმა, — ამერიკის საფეხბურთო ლიგა ძალიან ახალგაზრდაა, უახლოეს მომავალში კი განვითარდება და გაფართოვდება, ხოლო მაიამი მეტად აზარტული ქალაქია, სადაც ძალიან უყვართ სპორტული გუნდები. ამ საქმეში ბექჰემის პარტნიორები იქნებიან ბრიტანელი ბიზნესმენი საიმონ ფულერი და ბოლივიელი მილიარდერი მარსელო კლარე.

✓ მოამზადა კახა ხატიაშვილმა

**პატარძალმა მეჯვარედ ცხენი აირჩია**



ინგლისში, კერძოდ კი ნოტინგჰემშირში, 28 წლის ქალმა, ალექს უელსმა, ქორწილში მეჯვარედ 17 წლის ცხენი, სახელად ტოფი, აირჩია. საქმე ის გახლავთ, რომ ტოფი პატარძლის ოჯახის სრულუფლებიანი წევრია. ნეფე — 29 წლის გრემ სეილზი კი ბედნიერია იმ ფაქტით, რომ იგი ალექს ისევე ძლიერ უყვარს, როგორც თავისი ცხენი.

ქორწილის შემდეგ ალექსი დღეში ორჯერ მიდის ტოფის სანახავად, ხოლო უქმე დღეებს სულ მასთან ერთად ატარებს.

**მე-17 სართულიდან გადმოვარდნილი სტუდენტი გადაარჩა**

ნიუ იორკში, მანჰეტენზე, 19 წლის სტუდენტი ეშარ ვონგტაუ, 17 სართულიანი საერთო საცხოვრებლის სახურავიდან გადმოვარდა და... სახლისა და ავტოფარების კედლებს შორის გაიჭედა. ვონგტაუ საერთო საცხოვრებლის დარაჯმა იპოვა. კედლებს შორის მანძილი მხოლოდ 60 სანტიმეტრი იყო. მამულები 24 საათის განმავლობაში ცდილობდნენ ბიჭის გამოყვანას. მის გადასარჩენად კედლის დანგრევაც კი გახდა საჭირო.

სტუდენტმა მძიმე დაზიანებები მიიღო — თავის ქალის, მენჯისა და ხელების მრავლობითი მოტეხილობა აქვს, მაგრამ, მიუხედავად ამისა, გონება არ დაუკარგავს. რა გარემოებაში მოხდა უბედური შემთხვევა, ჯერჯერობით უცნობია.

**66 წლის კახა აღმოაჩინა, რომ ქალია**

ჰონგ კონგში მცხოვრებმა კაცმა 66 წლის ასაკში აღმოაჩინა, რომ სინამდვილეში ქალია. პაციენტს საშინელი მუცლის ტკივილები აწუხებდა და თანდათან მუცელიც ეზრდებოდა. ექიმებმა გადაწყვიტეს, მუცლის ღრუს ოპერაცია გაეკეთებინათ. ქირურგიული ჩარევის შემდეგ კი აღმოაჩინეს, რომ კაცის დაავადება საკვერცხეების კისტა იყო. შემდეგმა გამოკვლევებმა აჩვენა, რომ პაციენტს მემკვიდრეობითი ავადმყოფობა, ე.წ. ტერნერის სინდრომი ჰქონდა, რომლის დროსაც ქალები უნაყოფოები არიან. პაციენტის ორგანიზმში მამაკაცური ჰორმონები ქალისას ჭარბობდა, რის გამოც კაცის გარეგნობა ჰქონდა.

მოულოდნელმა აღმოჩენამ პაციენტი შოკში ჩააგდო. საბოლოოდ მან გადაწყვიტა, ცხოვრება მამაკაცის ამპლუაში გააგრძელოს. ამისათვის კი სიცოცხლის ბოლომდე დამატებით მამაკაცური ჰორმონები უნდა მიიღოს, რისთვისაც მზად არის.

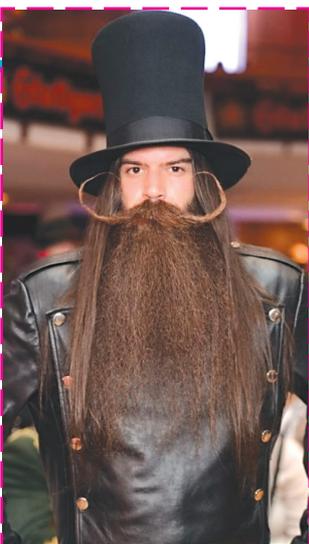
**ჯონ ლენონის ბავშვობის სახლი აუქციონზე გაიყიდა**

ლივერპულში მდებარე ჯონ ლენონის ბავშვობის სახლი, რომელშიც ის 15 წლამდე ცხოვრობდა, აუქციონზე გაიყიდა. წითელი აგურით ნაშენებ ოთხთახიან სახლში 772 800 დოლარი გადაიხადეს, რაც სანყის ფასთან შედარებით სამჯერ ძვირია.



მყიდველის ვინაობა უცნობია, მაგრამ გავრცელდა ინფორმაცია, რომ სახლი აშშ-დან სატელეფონო ზარის საშუალებით შეიძინეს. აუქციონში ჯონ ლენონის ფანები მთელი მსოფლიოდან მონაწილეობდნენ.

**ორიბინალური წვერ-ულვაშის მსოფლიო ჩემპიონატი**



წვერ-ულვაშის მსოფლიო ჩემპიონატი გერმანიაში, ქალაქ შტუტგარტთან მდებარე პატარა სოფელში ჩატარდა. ეს ჩემპიონატი, 1990 წლიდან მოყოლებული, ყოველ 2 წელიწადში ერთხელ იმართება. წლებიდან დღემდე ლონის-ძიებს 20 ქვეყნიდან ჩასული 300 მონაწილე სტუმრობდა. ისინი ერთმანეთს შემდეგ კატეგორიებში ეჯიბრებოდნენ: სალვადორ დალის საუკეთესო ულვაში, ყველაზე მოდური წვერი, საუკეთესო თხის წვერი და ა.შ.

მონაწილეებს შორის იყვნენ დეპუტატები და თვით ბრენდონ ბიგინსი — ფილადელფიის წვერ-ულვაშის კლუბის მეთაური და სხვადასხვა შეჯიბრების გამარჯვებული. გამარჯვებულები ფულადი პრიზებით დააჯილდოვეს. შეჯიბრის ბოლოს საზეიმო მიღებაც ჩატარდა.



### მხათონი 50 740 მოხბენადით



ამერიკის ქალაქ ნიუ იორკში მართონი ჩატარდა, რომელშიც 50 740-მა მორბენალმა მიიღო მონაწილეობა. როგორც გაირკვა, ეს რე-

კორდული რაოდენობაა.

აპრილში ბოსტონში მართონის დროს მომხდარი ტერაქტის გამო ნიუ იორკში უსაფრთხოების განსაკუთრებული ზომები მიიღეს. შარშან კი ამ პრესტიჟული ღონისძიების ჩატარებას ქარიშხალმა „სენდიმ“ შეუშალა ხელი და ზუსტად ერთი წლით გადაიდო.

### კაფე ბუებით

ბოლო წლებში იაპონიაში მეტად უცნაური და უჩვეულო კაფეები იხსნება. ერთ-ერთი — „ბუების კაფე“ გახლავთ. კაფე საესვა ბუებით და სტუმრებს შეუძლიათ, ისინი ხელში დაიჭირონ და მოეფერონ. კაფეში ბუების უამრავი ნაირსახეობაა,



ამიტომ ის გამოდგებით გადავსებულია ცნობისმოყვარე ადამიანებით. შეგახსენებთ, რომ ბუ ერთადერთი ფრინველია, რომელიც ყველაფერს ლურჯ ფერში ხედავს.



### ოფიცინტი ქალი ვარსკვლავებზე „ნადირობს“

ელისი, შეიძლება ითქვას, მთელი სიცოცხლე ცნობილ ადამიანებთან ერთად ფოტოების გადაღებითაა გატაცებული. მიუხედავად იმისა, რომ ის ოფიცინტი და სრული განაკვეთით მუშაობს, ყოველდღიურად დაახლოებით 12 საათს ანდომებს სელებრითების მოძებნას და მათთან ერთად ფოტოკამერის წინ პოზირებას.



ვანესა უკვე ცნობილ ადამიანებთან ერთად გადაღებულ 10.000 ფოტოს ფლობს. მის „მსხვერპლთა“ შორის არიან: ლედი გაგა, ჯონი დეპი, შერი, მერაია ქერი და კიდევ უამრავი მსოფლიო დონის ვარსკვლავი. ეს უცნაური პირობა ვანესასთვის ყველაზე და ყველაფერზე წინ დგას.

### 18 თვის ბავშვს წვერი ამოუვიდა

ინდოეთში, ბიჰარის შტატში მცხოვრებ 18 თვის ადრტი კუმარს წვერი ამოუვიდა. ფერმერების ოჯახში დაბადებულ ბიჭუნას ასაკთან შედარებით დიდი შეხედულება აქვს. მშობლების განცხადებით, ბავშვს დაბადებისას პრობლემები არ ჰქონია და აბსოლუტურად ჯანმრთელი იყო, 1 წლის ასაკში კი წვერის ზრდა დაეწყო და წონაშიც საგრძნობლად მოიმატა.



გამოკვლევებით დადგინდა, რომ ადრტიას იშვიათი ჰორმონული დარღვევა აქვს, რომელიც ადამიანის სხეულს ხშირი თმით ფარავს და წონაში მატებასაც უწყობს ხელს.

### ჩინელ გოგოს მკარდზე სახე გაუზარდეს



ფუძიანის პროვინციაში ჩინელმა ექიმებმა 17 წლის სუი ჯიანმეის მკერდზე ახალი სახე გამოუზარდეს. სუის სახე 5 წლის ასაკში დამწვრობის გამო დაუზიანდა. გასულ კვირას მას პლასტიკური ოპერაცია გაუკეთეს. ნარკოზიდან გამოსვლის შემდეგ პაციენტმა აღმოაჩინა, რომ ნიკაპი, ქუთუთოები და ყურები აქვს. სუის თქმით, ყველაზე მეტად ის ახარებს, რომ გაღიებმა შეუძლია.

ფუძიანის საავადმყოფოში ეს უკვე მეორე შემთხვევაა. გასულ თვეში იმავე კლინიკის ექიმებმა 22 წლის კაცს ცხვირი მუბლზე გამოუზარდეს, მოგვიანებით კი თავის ადგილზე დაუბრუნეს.

# რა ღოჭით გაქვთ პატივმოყვარეობა?

**მ**ესტის თითოეული შეკითხვის „ა“ პასუხზე 0 ქულა დაინერეთ, „ბ“-ზე — 1, ხოლო „გ“-ზე — 2.

1. ხშირად გიჩნდებათ გრძნობა, რომ...

- ა) არ გიმართლებთ.
- ბ) ბედნიერ ვარსკვლავზე ხართ დაბადებული.

გ) ყველა თქვენი მიღწევა თავდაუზოგავი შრომით დაიმსახურეთ.

2. თქვენი აზრით, რაშია წარმატების საიდუმლოს გასაღები?

- ა) ფულში.
- ბ) დიპლომატიასში.
- გ) საჭირო კავშირებში.

3. ბავშვობაში მშობლები...

- ა) არ გენდობოდნენ.
- ბ) ისე გექცეოდნენ, რომ მათთან ურთიერთობა გიჭირდათ.
- გ) არასოდეს გისმენდნენ, რას ეუბნებოდით.

4. სასიყვარულო ურთიერთობის დროს აუცილებელია...

- ა) თავი რაც შეიძლება კარგად წარმოაჩინოთ.
- ბ) არაფრის დამტკიცება არ არის საჭირო.
- გ) ისეთი იყოთ, როგორიც რეალურად ხართ.

5. თქვენთვის საკმაოდ მძიმეა...

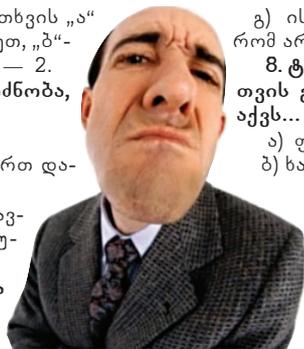
- ა) დილით ადრე ადგომა.
- ბ) ღამე ჩაძინება.
- გ) მთელი დილა ლოგინში კოტრიალი.

6. როგორ სწავლობდით სკოლაში?

- ა) საშუალო მოსწრება გქონდათ.
- ბ) საუკეთესო მოსწავლეთა ხუთეულში იყავით.
- გ) პირველობას არავის უთმობდით.

7. შეყვარებულს დედა ესტუმრა და ამის გამო თქვენთან შეხვედრა გადადო, რა გრძნობა დაგეუფლებათ?

- ა) მისი იმედი არასოდეს გქონიათ.
- ბ) იმედი გაქვთ, რომ თქვენ სანახავად 2 წუთს მაინც გამოწახავს.



გ) ისეთი გაბრაზებული ხართ, რომ არც კი იცით, რას გააკეთებთ.

8. ტანსაცმლის შექმნისას თქვენთვის გადამწყვეტი მნიშვნელობა აქვს...

- ა) ფასს.
- ბ) ხარისხს.
- გ) ბრენდს.

9. შეყვარებული გეკითხებათ, რას ფიქრობთ მის შესახებ, თქვენ პასუხობთ:

- ა) „შენი დაკარგვა არ მინდა“.
- ბ) „მინდა, შეგინარჩუნო“.

10. შესაძლებელი რომ ყოფილიყო, თვითონ აირჩევდით თქვენს...

- ა) სახელს.
- ბ) ოჯახს.
- გ) გარეგნობას.

11. როდესაც მეგობრები სამსახურზე გაიამბობენ, რა გშურთ მათი?

- ა) სტაბილური მდგომარეობა.
- ბ) მომავლის გეგმები.
- გ) მათი წარმატებები.

12. სამსახურში თქვენთვის მნიშვნელოვანია...

- ა) კოლეგების აღიარება.
- ბ) სტაჟირება და წინსვლა.
- გ) სწრაფად დაწინაურება.

13. როდესაც პირადი პრობლემები და განცდები გახსენდებათ, ფიქრობთ, რომ...

- ა) მთლად ნორმალური არა ხართ.
- ბ) ისეთივე პრობლემები გაქვთ, როგორც სხვებს.
- გ) თქვენ გარდა, ამქვეყნად ასეთი პრობლემები არავის ექნება.

14. დარწმუნებული ბრძანდებით, რომ სამსახურში...

- ა) იმაზე უკეთ მუშაობთ, ვიდრე გარშემოყოფნი ფიქრობენ.
- ბ) სათანადოდ გაფასებენ.
- გ) უკეთეს სამუშაოს იმსახურებთ.

15. რას შეიცვლიდით სიამოვნებით?

- ა) ხელმძღვანელი.
- ბ) კოლეგებს.

გ) პროფესიას.  
16. როდესაც მეგობარი რაიმე სფეროში წარმატებას აღწევს, თქვენ...

- ა) ფიქრობთ, რომ მას უმართლებს.
- ბ) მისი წარმატებები გიხარიათ.
- გ) რაღაც შურისმაგვარი გრძნობა გიჩნდებათ.

17. მოულოდნელი საჩუქრები თქვენთვის...

- ა) ცოტა არ იყოს, გაცხუნებთ.
- ბ) გსიამოვნებთ.
- გ) იმედგაცრუების გრძნობას გიჩენთ.

18. ეროტიკულ სიზმრებში თქვენი პარტნიორი...

- ა) თქვენთვის უცნობი ადამიანია.
- ბ) თქვენი ნაცნობია.
- გ) ცნობილი პიროვნებაა.

19. როდესაც საკუთარ ცხოვრებას გადახედავთ, შეგიძლიათ თქვათ, რომ...

- ა) შეიძლება უარესიც ყოფილიყო.
- ბ) ცხოვრება დიდად არასოდეს განებივრებდათ.
- გ) ყველაფერი ჯერ კიდევ წინ გაქვთ.

20. როდესაც შეყვარებულის დედა ქედმაღლურად გიყურებთ და მიგანიშნებთ, რომ მისი შვილის შესაფერისი არ ხართ, თქვენ...

- ა) გრცხვნიათ.
- ბ) თვლით, რომ უსამართლოდ გექცევით.
- გ) ეს გაცოცხვებთ.

**შედეგები:**  
0-13 ქულა — პატივმოყვარეობის ზომიერი გრძნობა გაქვთ. თქვენი ცხოვრება მოგწონთ, საკუთარ თავს უკეთესს ვერაფერს უსურვებდით. ყველა ოცნება აისრულეთ და ერთადერთი ამბიცია უსიამოვნებების თავიდან აცილებაა. თუ საჭირო გახდა, წარმატებების, ძალაუფლებისა და ტიტულების გარეშეც გაძლებთ. თქვენი აზრით, ცხოვრება ისეთი უნდა მიიღო, როგორც არის და არაფერის შეცვლა არ შეიძლება. ეს არასწორია, რადგან, როგორც წარმატების, ისე სიყვარულისათვის რწმენა აუცილებელია.

14-27 ქულა — გსურთ, ცხოვრებისგან რაც შეიძლება ბევრი მიიღოთ, ისიც კი, რასაც ვერ შესწვდებით. წარმატების გეგმით და მას ხელმძღვანელი იზიარებთ. პატარა მიღწევების გამო საკუთარი თავი გენიარებთ სულაც არ გგონიათ. თუ ვინმეს თავდავიწყებით უყვარხართ, მთელ ქვეყანას ნამდვილად არ მოსდებთ, რომ მსოფლიოში საუკეთესო შეყვარებული ხართ. ყოველთვის სათანადოდ აფასებთ მდგომარეობას, როდესაც რაღაც მიზანი გაქვთ დასახული და ნაბიჯ-ნაბიჯ მიიწევთ წინ. ზედმეტი პატივმოყვარეობა თქვენთვის ხელისშემშლელი არ არის.

28-40 ქულა — ზღვარგადასული პატივმოყვარეობა და წარმატების დაუოკებელი ღონი გამოძრავებთ. თქვენთვის ბარიერები არ არსებობს, იქაც კი აღწევთ წარმატებას, სადაც სხვები არც კი ოცნებობდნენ. ზოგჯერ არა-არეალური ამბიციები გაქვთ. ყველასგან განსაკუთრებულ დამოკიდებულებას მოითხოვთ და სწორედ ამიტომ გაქვთ ეჭვიანობისა და შურის გრძნობა სხვების მიმართ. ისე, დიდად არც სხვისი წარმატებები გიხარიათ.

## წინა ნომერში გამოქვეყნებული სულოკუს პასუხები იხ. გვ. 78

სულოკუს არის იანონური თავსატეხი, რომელმაც ბოლო დროს ევროპაშიც მოიკიდა ფეხი. მისი ამოხსნისთვის საკმარისია ლოგიკური აზროვნების უნარი. თავად ამოხსნის პროცესი კი დიდ სიამოვნებას გპირდებით.

**№ 1**

|   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   |   | 2 | 6 |   | 7 |   |   |
|   | 5 |   | 3 |   |   | 9 | 8 |
| 1 |   |   |   | 7 |   |   |   |
|   | 6 |   |   | 9 |   | 4 |   |
| 7 |   |   |   | 3 |   | 2 | 6 |
|   |   | 3 | 1 |   | 8 |   |   |
|   |   |   | 1 |   | 5 |   |   |
|   | 8 | 9 |   | 7 |   | 3 |   |
| 4 |   |   | 2 |   | 5 |   | 9 |

**№ 2**

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   | 9 |   |   |   | 7 |   |   | 6 |
|   |   | 2 |   | 3 |   |   |   | 1 |
| 3 |   |   | 5 |   |   | 8 |   |   |
|   |   | 5 | 4 |   |   | 6 |   |   |
| 7 |   |   |   |   | 1 | 2 |   |   |
|   | 4 |   | 8 |   |   |   | 9 |   |
|   |   | 8 | 7 |   | 9 |   | 5 |   |
|   | 1 |   |   | 8 |   |   |   | 2 |
| 6 |   |   |   | 1 | 3 |   |   |   |

სულოკუს შედგება 9-9 კორიზონტალური და ვერტიკალური სვეტისა და 9 ბლოკისგან. შევავსოთ ცარიელი უჯრები 1-დან 9 ციფრებით ისე, რომ კორიზონტალურ და ვერტიკალურ სვეტებსა და ბლოკებში ერთი და იგივე ციფრი არ განმეორდეს.

# რბ ფორმით დაშორდებით შეყვარებულს?



1. დიდი ხანია, ერთ ადამიანს ხვდებით და უკვე აშკარაა, რომ ამ ურთიერთობამ თავი ამოწურა. მასთან მორიგ შეხვედრაზე უკვე შეთანხმებული ხართ, როგორ მოიქცევით?

ა) შეხვედრებით და ურთიერთობას მოგვიანებით შეწყვეტთ — 1

ბ) გააფრთხილებთ, რომ არ შეხვედრებით და ერთ წაშვით განწყვეტთ ურთიერთობას — 0

2. საყვარელ ადამიანს უკვე დაშორდით. დღესასწაული ახლოვდება, მაგრამ წვეულებაზე მარტო წასვლა არ გინდათ, რას იზამთ?

ა) მართალია, ასეთ დღეს მარტო რჩებით, მაგრამ არაფერია, თავს მოერევიტ და ყველაფერს გადაიტანთ — 1

ბ) დღესასწაულს ერთად გაატარებთ, მაგრამ მასთან ერთად ღამის გათევვაზე უარს იტყვიტ — 0

გ) ერთად წახვალთ წვეულებაზე და ისე მოიქცევით, თითქოს ყველაფერი წესრიგშია, თუმცა ნამდვილად იცით, რომ, როგორც კი წვეულება დამთავრდება, მას დაშორდებით და გული არ დაგწყდებატ — 0

3. მას უნინდებურად თავდავიწყებით უყვარხართ, თქვენი გრძნობა კი მეგობრულს დაემგავსა...

ა) ეტყვიტ, რომ შესანიშნავი პიროვნებაა და აუხსნით, რატომ აღარ შეხვდებით — 0

ბ) ეტყვიტ, რომ მეგობარივით გიყვართ და ამ გრძნობას ვერაფერს უხერხებტ — 1

გ) მოულოდნელად გაიცანით ადამიანი, რომელიც იმდენად საინტერესოა, რომ სულ მასზე ფიქრობტ და შეყვარებული აღარ გახსენდებტ. დიდი ფიქრის შემდეგ ეტყვიტ მას, რომ ყველაფერი დამთავრდა, რადგან... — 1

ა) დამთავრდა და მორჩა, არაფრის ახსნა არ არის საჭირო! — 0

ბ) თქვენ შორის ბევრი გაუგებრობა იყო და ამიტომ შორდებით — 1

გ) სხვა ადამიანთან აპირებტ ურთიერ-

ობის აწყობას, ეს კი იმას ნიშნავს, რომ მას უნდა დაშორდებტ — 0

დ) აუხსნით, რომ სხვა შეგიყვარდატ თავდავიწყებით — 0

5. თქვენ მას საბოლოოდ ეშვიდობებტ, ის კი დაჟინებით გიმეორებტ, რომ უთქვენოდ სიცოცხლე ვერ წარმოუდგენია. ეუბნებტ...

ა) „ნამდვილად შეგიძლია“ — 0

ბ) „მეც გული მწყდება, მაგრამ ჯობია, მშვიდობიანად დავმორდებტ“ — 0

გ) „შენი არ მჯერა“ — 0

დ) „შენმა სიტყვებმა შემძრა, მაგრამ შემიძლია მხოლოდ მეგობრად დავჩქ“ — 1

6. ყოფილი პარტნიორი დაშორების მიზეზის დადგენას ცდილობს, თქვენ...

ა) ეუბნებტ იმას, რაც თავში პირველად მოგივატ — 0

ბ) სხვა თემაზე გადაგაქვტ საუბარი და

შეკითხვაზე პასუხის გაცემას თავს არიდებტ — 0

გ) რამდენიმე გადაულახავ მიზეზზე უმასვილებტ ყურადღებას — 1

დ) ისეთ ტყუილს ეუბნებტ, რომელიც მის თვალში უსინდისო ადამიანად წარმოგაჩნებტ — 0

7. დარწმუნებული ხართ, რომ თავიდან უნდა მოიშორებტ, მაგრამ გეშინიატ, რომ საშინელ სცენას მოგინყობტ...

ა) მოკლე შეტყობინებას უგზავნებტ ტელეფონებტ — 0

ბ) რესტორანში ან სადმე მსგავს ადგილას უცხადებტ, რომ დაშორება გადაწყვიტებტ — 1

გ) გრძელ, თბილ, წერილს მიწნებტ — 0

დ) წერილს მიწნებტ და შეხვედრაზეც შეუთანხმდებტ — 0

## შედეგები:

0-3 ქულა — კატეგორიული ბრძანდებით. არ არის გასაკვირი, რომ ყოფილი შეყვარებულივიდან თქვენი მიმართ თბილი გრძნობა არავის შემორჩენია. თქვენ მათ ძალზე გულცივად ექცეოდებტ. მართალია, ეს მათთან მოკლე ხანში დაშორებაში დაგებმართ, მაგრამ სხვა ადამიანის გრძნობებსა და იმ ატმოსფეროზეც უნდა იფიქრობტ, რომელსაც ქმნიტ.

4-6 ქულა — შესაძლოა, შეუბრალებელი ადამიანი არა ხართ, მაგრამ განშორებისას უფრო დელიკატური უნდა იყოტ. ყოფილი შეყვარებულს ისე უნდა უთხრათ „ნახვამდის“, რომ გული არ ატკინობტ. როდესაც ამის გაკეთებას შეეცდებით, მიხვდებით, რომ არც ისე ძნელია.

7 ქულა — კეთილგონიერი ბრძანდებით. მეორე ადამიანს შეგიძლიათ დელიკატურად აგრძნობინებტ, რომ თქვენი შორის ყველაფერი დასრულდა და ამ დროს თავმოყვარეობა არ შეუღახობტ. ძალზე პატიოსანი და გულწრფელი ადამიანი ხართ, უფრთხილდებით იმ ურთიერთობას, რომელიც ერთ დროს საყვარელ ადამიანთან გქონდატ.

# შეგიძლიათ, ტყალბმას თვალის გაუხწობტ?

ესტის კითხვებს „დაიხ“ ან „არა“ უპასუხებტ და ნებისმიერ უარყოფით პასუხში 5 ქულა დაიწერებტ.

1. გეშინიატ დიდი სიჩქარით მოძრაობს?

2. გიყვართ სასიყვარულო რომანების კითხვა?

3. როდესაც გალიზიანებული ან უხასიათოდ ხართ, ზომიზე მეტს ჭამებტ?

4. ინახავტ ძველ სასიყვარულო წერილებს?

5. გიყვართ ფანტასტიკური ჟანრის ლიტერატურის კითხვა?

6. სანამ კითხვას დაიწყებტ, გაზეტს ჯერ ზოგადად გადახედებტ?

7. ცდილობტ, სიკვდილზე არ იფიქრობტ?

8. ზოგჯერ გინდებტ სურვილი, სხვა ქალაქში იცხოვრობტ?

9. ფსიქოლოგია გაინტერესებტ?

10. გიყვართ მოგზაურობა?

11. გიყვართ ძილის წინ სანოლში მშვიდად წოლა და ოცნება?

12. უპირატესობას იმ ფილმებს ანიჭებტ,

სადაც ლამაზი სიყვარულია ნაჩვენებ?

13. მიგაჩნიატ, რომ ადამიანის ხასიათი მემკვიდრული თვისებაა?

14. გქონიატ შემთხვევა, როცა ფიქრებში გართული საჭირო გაჩერებას გასცდებინხართ?

15. რვასაათიანი ძილის შემდეგ ხშირად იღვიძებტ დაღლილობის შეგრძნებით?

16. ახლობლებს საკუთარ პრობლემებზე ელაპარაკებტ?

17. სიმარტოვეს გაურბიხართ?

18. უსიამოვნების გამო ავად გამხდარხართ?

19. გჩვევიატ ჭამის დროს საქმეებსა და პრობლემებზე ფიქრი?

20. გჯერათ ბედნიერი შემთხვევის?

## შედეგები:

0-20 ქულა — რეალობას გაურბიხართ. სირაქლემას მსგავსად, თავს სილაში მალავტ. კარგი იქნება, ზოგჯერ სინამდვილეს თვალის გაუხწორობტ. ეს არამხოლოდ ცხოვრებაში სწორი და უკეთესი ორიენტაციის აღებაში, ასევე სხვადასხვა უსიამოვნებისაგან თავდაცვაში დაგებმართებატ.

25-45 ქულა — ხშირად ღრუბლებში დაფრინავტ, ამიტომ თქვენი ოცნებები ცხოვრების მწარე სინამდვილეს სულაც არ შეესაბამება. ეს ნაწილობრივ ცხოვრებას გირთულებტ. რეალობისგან შორს ხართ და ამის მიზეზი თქვენი ხასიათია.

50-70 ქულა — ოცნებასა და რეალობას შორის ზღვრის დადგენა შეგიძლიათ. ეცადებტ, თქვენთვის დამახასიათებელ სენტიმენტალურობასა და ნამდვილ შესაძლებლობებს შორის ზომიერების დაცვა მომავალშიც შეძლოტ. მაშინ ცხოვრებაში ბევრ სიმწელეს თავიდან აიცილებტ და რეალობასაც არ მოსწყებებტ.

75-95 ქულა — მეტისმეტად მიწიერი ხართ. ცოტადენი რომანტიკულობა და მეოცნებეობა სასიკეთოდ წაგადგებოდატ. ცხოვრება თავისთავად რთული და სერიოზულია, ამიტომ იუმორის გრძნობა ზოგჯერ საუკეთესო საშუალებაა ცხოვრების გზაზე არსებული დაბრკოლებებისა თუ უბედურების დასაძლევად.

# შეაოწმათ თირკმლები, სანამ გვიან არ არის



**წ**ენი თირკმლები ნამდვილი შრომის-დამკვერლები არიან. ეს ორგანო დღე-ღამეში 2000 ლიტრ სისხლს ასუფთავებს. ორგანიზმიდან ცვლის პროდუქტები, ტოქსინები და სხვა მავნე ნივთიერებები გამოაქვს, ნივთიერებათა ცვლაში, არტერიული წნევის რეგულაციაში, ერთროციტების გამომუშავებასა და ბევრ სხვა პროცესში მონაწილეობს. თირკმლები იმდენ მნიშვნელოვან ფუნქციას ასრულებს, რომ დანაშაული იქნება, მათ ჯანმრთელობაზე არ ვიზრუნოთ.

## საშიში სიგნალები

რაიმე გართულების შემთხვევაში თირკმლები მოახლოებული საშიშროების შესახებ დიდხანს დუმს, ბოლომდე მუშაობს, ზოგჯერ დახმარების შესახებ სიგნალს იძლევა. ეს როგორ გამოიხატება?

ტკივილის შეგრძობება წელის მიდამოში, ნეკნების ქვეშ, რომელიც მოძრაობის დროს ძლიერდება; თირკმლის ჭვალის შეტევები; ხშირი და მტკივნეული შარდვა; მუდმივი დაღლის, აპათიის შეგრძობება, სისხლის წნევის მომატება; თვალის ქვეშ ჩალურჯება, სახის, ხელების, ფეხების შეშუპება; შარდის ფერის შეცვლა, მასში სისხლის კვალი.

ჩამოთვლილი სიმპტომები შეიძლება სხვა დაავადებების არსებობაზეც მიგვითითებდეს. ამიტომ ხშირად მათ პირდაპირ თირკმლების მუშაობას არ ვუკავშირებთ. შედეგად, ექიმთან ვიზიტს და დიაგნოსტიკას არ ვჩქარობთ. დიდი რისკია სერიოზული სენულება გამოგვეპაროს.

## ხისხის ჯგუფი

ძალიან ხშირად შინაგანი ორგანოების დაავადებების მიზეზი ცხოვრების წესია. ასეა თირკმლების შემთხვევაში. სწორედ ის იღებს თავზე გადაჭარბებული ლეღვის, განგაშის და სხვა უარყოფითი ემოციების ძირითად დარტყმას. თირკმლები ჰორმონ ადრენალინის სიჭარბით იტანჯება. ალკოჰოლისა და მედიკამენტების ბოროტად გამოყენება ამ ორგანოს მუშაობაზე ცუდად აისახება. ამას ემატება ისიც, რომ ხშირად მინუს ტემპერატურასა და ქარიან ამინდში მოკლე ქურთუკით სიარული გვიყვარს, რაც შარდსასქესო სისტემის სერიოზული დაავადებით იმუქრება. ამას ემატება ნახევარი დღე გადავსებული შარდის ბუშტიც სიარულის ჩვევა. არ დაგავიწყდეთ, ჩვენი ორგანიზმი მთლიანი სისტემაა და თავის ნებაზე მიშვებულ ნებისმიერ ინფექციას (მაგალითად, გაჭიანურებული ანგინა ან ჩვეულებრივი კარიესი) შეუძლია თირკმლებს ზიანი მიაციოს.

## ყველაფეხი თქვენს ხელთაა

თირკმლების დაავადება თავიდან რომ აიცილოთ, თქვენი ორგანიზმის მიმართ მეტი ყურადღება და სიფრთხილე გამოიჩინეთ.

პირველ რიგში, წყლის საკმარისად მოხმარება არ დაივიწყოთ. მისი მნიშვნელოვანი ფუნქციაა, ორგანიზმიდან ტოქსიკური ნივთიერებების გამოდევნის გარდა, თირკმლებიდან მავნე ბაქტერიები გამორეცხოს და აქტიური გამრავლების საშუალება არ მისცეს. ამიტომ დღის განმავლობაში 1,5-2 ლიტრი სუფთა წყლის დალევა აუცილებელია. ნაწილობრივ შეგიძლიათ, მწვანე ჩაით ან ბალახული ნაყენით ჩაანაცვლოთ.

რაციონში უნდა შედიოდეს რძის მჟავე პროდუქტები, ხილი და ბოსტნეული, მწვანილი, ზღვის თევზი, ხოლო შაქრისა და მარილის, ასევე შემწვრის, ცხარეს, შებოლილისა და მარინადების მოხმარება შემცირდეს.

თირკმლებს მოძრავი ცხოვრების წესი უყვარს. კარგია, ვისაც აგარაკი და ნაკვეთი აქვს. მუხლებში მოხრილ პოზაში მიწასთან მუშაობა თირკმლებში ქვების წარმოქმნის რისკს ამცირებს.

წელიწადში ორჯერ — გაზაფხულსა და შემოდგომაზე შეგიძლიათ თირკმლები ნატურალური საშუალებებით გაიწმინდოთ. ამ მიზნით გამოდგება შვრიის კისელი. მისი მომზადება იოლია. ნატურალური ჩენჩოიანი შვრია გარეცხეთ, ადუღებული წყალი დაასხით და 10-12 საათი თავდახურულ ჭურჭელში დატოვეთ. შემდეგ საცერში გაცხრილეთ. მიღებული მასა საუზმეზე უმარილოდ და უშაქროდ ჭამეთ. მკურნალობის კურსი 1 თვე.

თუ თირკმლების პრობლემა გაქვთ და ტემპერატურამ უეცრად აინია, სასწრაფოდ ექიმთან! ეს შეიძლება ანთებითი პროცესის დაწყების სიგნალი იყოს.

# ნაშაბი ყოველთვის რაბომ არ გვეხმარება?



**წ**ევრისთვის ნაცნობია სიტუაცია, როდესაც ექიმი პრეპარატს გვინიშნავს, მაგრამ მკურნალობისგან ეფექტი არ არის. ეს რატომ ხდება? მიზეზი სხვადასხვაა.

## წამლების არასწორად მიღება

სამედიცინო პრეპარატის შექმნისას, პირველ რიგში, გაეცანით ანოტაციას, რომელშიც აღნიშნულია, როდის და რა რაოდენობით მიიღოთ, ასევე მითითებულია გვერდითი მოქმედებები. თუ ექიმის მიერ დანიშნული დოზა ან მიღების რეჟიმი ანოტაციას არ ემთხვევა, საჭიროა თქვენი ექიმის რეკომენდაციებს მიჰყვეთ. ნამალი აუცილებლად სუფთა წყლით დალიეთ. ჩაი, ყავა, რძე, გაზიანი სასმელი, წვენი უკუნიშნავს, ვინაიდან შეუძლიათ ნამალში არსებულ ნივთიერებასთან რეაქციაში შევიდნენ და გვერდითი ეფექტები გამოიწვიონ. ამიტომ სასურველ ეფექტს ვერ მიიღებთ. პირიქით, კუჭ-ნაწლავის ლორწოვანი დაზიანდება. გახსოვდეთ, რეკომენდაცია „დღეში 3-ჯერ“ სულაც არ ნიშნავს „საუზმეზე, სადილზე და ვახშამზე“ მიღებას. არამედ იგულისხმება დღე-ღამეში 3-ჯერ, 8 საათიანი ინტერვალით. თუ ერთდროულად რამდენიმე პრეპარატს იღებთ, ყურადღებით წაიკითხეთ მათი შემადგენლობა, შეიძლება ერთმანეთთან შეუთავსებელი იყოს.

## პრეპარატი არ გშველით

ყოველი ადამიანის ორგანიზმი ამა თუ იმ ნამალზე ინდივიდუალურად რეაგირებს. განსაკუთრებით ეს ხდება ანტიბიოტიკებს. ზოგჯერ კოლეგა თავის ტკივილის გამაყუჩებელ ნამალს გვთხოვს და კონკრეტულ პრეპარატს ასახელებს. ამბობს, რომ მიღებულ არ შველის. ეს არ ნიშნავს, რომ სხვა პრეპარატი არაეფექტურია. უბრალოდ, მისმა ორგანიზმმა „თავისი“ შეარჩია. თუ ექიმის მიერ გამოწერილი ნამალი თქვენზე არ მოქმედებს, დაინტერესდით სხვა ანალოგით, რომელიც შეიძლება დაგეხმაროთ.

## მიჩვევა

ჩვენი ორგანიზმი ისეა მოწყობილი, რომ დროთა განმავლობაში ზოგიერთი ნამლის მიმართ შეჩვევა უვითარდება. სხვა სიტყვებით, რეზისტენტულობას (გამძლეობას) იძენს. საჭირო ეფექტის მისაღებად მისი შეცვლა მოგიწევთ, მაგრამ საკითხის დამოუკიდებლად გადაჭრა არ ღირს, ექიმს მიმართეთ.

## არასწორი მკურნალობა

თუ დანიშნულ პრეპარატს წესების მკაცრი დაცვით იღებთ, მაგრამ მკურნალობისგან ეფექტი არ არის, ამის შესახებ თქვენს ექიმს აცნობეთ. ზოგჯერ საკმარისია, სასურველი შედეგის მისაღებად, უბრალოდ თერაპიის სხვა ვარიანტი მოსინჯოს. მაგრამ არის გამონაკლისი შემთხვევები, როდესაც დიაგნოზი არასწორად დასმული. ეს ძალიან საშიშია. დასახმარებლად კვალიფიციურ ექიმს მიმართეთ.

## სამახსოვრო

ანოტაციაში მითითებული ნამლების მიღების დრო ასე უნდა გაიგოთ:

**უზმზე** — საუზმემდე ნახევარი საათით ადრე.  
**ჭამის წინ** — 20-30 წუთით ადრე საკვების მიღებამდე.

**ჭამის დროს** — მაშინვე საკვების მიღების შემდეგ.  
**ჭამის შემდეგ** — 30 წუთის შემდეგ საკვების მიღებიდან.

**ძილის წინ** — ნახევარი საათით ადრე დაძინებამდე.

✓ მოამზადა აზა გაგოშიძემ

**— მაქვს მიაბა. შეიძლება ეს უწყვილობის მიზეზი გახდეს?**

— მიომა კუნთოვანი ქსოვილისგან წარმოქმნილი სიმსივნეა. ყველაზე ხშირად საშვილოსნოს მიომა ვითარდება. მიომა ძირითადად 30-40 წლის ასაკში გვხვდება. იშვიათად უფრო ახალგაზრდა ასაკში. მიომის დროს პათოლოგიური ცვლილებები, საშვილოსნოს გარდა, ჰიპოთალამურ-ჰიპოფიზ-საკვერცხე-თირკმელზედა ჯირკვლის ქერქოვან შრეებშიც მიმდინარეობს. ამ დროს შეიძლება ჰიპოფიზის გონადოტროპული ფუნქცია მოიშალოს. უმრავლეს შემთხვევაში არასრულფასოვანი ყვითელი სხეული წარმოიქმნება, რაც, ბუნებრივია, დაფხმძიმებას ხელს უშლის. საშვილოსნოს მიომა დასაწყისში მხოლოდ კუნთოვანი ბოჭკოების ნაგრებაა. შემდეგ ეს კვანძები შეიძლება გაიზარდოს და გიგანტურ ზომასაც მიაღწიოს. თქვენი მიომა კატასტროფული ზომის არ არის, მაგრამ მთავარია, რა ტიპისაა და სად მდებარეობს. დღეისთვის უსისხლო (ლაპარასკოპიული) ოპერაციით მიომის მოცილება პრობლემას არ წარმოადგენს. ამ დროს საშვილოსნოს ღრუ არ იხსნება და შვილოსნობის უნარს ქალი არ კარგავს. მიმართეთ ენდოკრინოლოგ-გინეკოლოგს და, შესაბამისად, დაგეგმეთ ფეხმძიმობა.



**— კანზე მაქვს იარა, რომელიც მეკაფება, მოფხანის შემდეგ კანი მდიდრდება. იარა მხოლოდ ერთ ადგილას მაქვს, მთხრეს, სიკაფანი დააყადება, ვამკურნალე, მაგრამ მაინც მაქვს.**

— უმჯობესია, მიმართოთ დერმატოლოგს. შეიძლება თქვენ ნეიროდერმატიტი გჭირთ. ნეიროდერმატიტს ახლავს ქავილი, განავანრები, კანის გასქელება, ფერის შეცვლა. იგი ძირითადად ნერვული სისტემის, ენდოკრინოლოგიური დაავადებებისას, განსაკუთრებით ფარისებრი ჯირკვლის ფუნქციის მოშლისას ვითარდება. დიდი მნიშვნელობა აქვს ალერგიულ მდგომარეობას. ნეიროდერმატიტი ძირითადად მუხლქვეშ და იდაყვის ფოსოებში, კისერზე ჩნდება. ქავილი ღამით ძლიერდება. ექიმი-დერმატოლოგი მედიკამენტოზურ მკურნალობასთან ერთად შესაბამის დიეტასაც დაგინიშნავთ.

**— დაით თვალზე მაქვს დაწითლებული, თუ სასმელს ვსვამ, თვალზე მტკაა. რა უკლია? ვარ 32 წლის.**

— აუცილებლად მიმართეთ ოფთალმოლოგს. თქვენი სიმპტომებიდან შესაძლებელია წამწამის ტკიპა ან რომელიმე სოკოვანი დაავადება გჭირთ. აუცილებლად ჩაიტარეთ თვალის ლორწოვანას ნაცხის

# გვპასუხობს ექიმი

ანალიზი.

**— ვაშბობარე საკეისროთი, მუცელი დაძრვა. შეიძლება თუ არა მუცლის პრესის ვარჯიშები?**

— საკეისრო კვეთის შემდეგ ქალების დიდ რაოდენობას მუცელი „რჩებათ“. მიზეზი მუცლის კუნთის მოდუნებაა, რომელსაც შეკუმშვის უნარი შესუსტებული აქვს. თუ თქვენ საშვილოსნო ნორმალურ მდგომარეობაში გაქვთ, შეგიძლიათ ჩაიტაროთ მუცლის პრესის ვარჯიშები. ძლიერი ვარჯიშების დაწყებას თუ აპირებთ, ჯერ ჩაიტარეთ ექოსკოპიური გამოკვლევა.

**— ვარ 13 წლის. მაქვს ფერმქაფელები და წერტილი გამონაყარი. რითი ვუშველი?**

— 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 „ანვალებთ“, მიმართეთ დერმატოლოგს, მიიღეთ მსუბუქი საკვები. მოერიდეთ ძლიერ ცხიმოვან, ტკბილ და კოფეინის შემცველ საკვებს, დროებით მინც. უნდა აღინიშნოს, რომ გამონაყარი ზოგჯერ ჰორმონალური დისბალანსის ბრალია, ამიტომ თქვენს ორგანიზმს ამ მხრივაც მიუგდეთ ყური.

**თუ გსურთ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული კითხვის გაგზავნა, აკრიფეთ ანო S და გაგზავნეთ კითხვა ნომარზე 93887 მატითიდან და 1779 ჯამსაქილიდან. 1 სმს-ის ფასია: მატითიდან 1 ლარი, ჯამსაქილიდან 50 თეთრი.**

**ნითელი და რბილი ტუჩების საიდუმლო**

3 ომადის, ტუჩის სხვადასხვაგვარი საცხის რეგულარული გამოყენება დროთა განმავლობაში გარკვეულ კვალს ტოვებს მათზე — ტუჩები ფერმკრთალდება. ამ პრობლემის გადაჭრა კოსმეტოლოგის დახმარების გარეშე შესაძლებელია. ავთიაქში შეიძინეთ ა და ე ვიტამინები (კავსულებში). შეურიეთ ერთმანეთს და ტუჩებზე წაისვით, 20 წუთის შემდეგ ჩაიბიბინეთ. პროცედურა დღეში ერთხელ რეგულარულად გაიკეთეთ მანამ, სანამ შემოდგომა-ზამთარი მიიწურება. აშუკარად დაინახავთ, რომ ტუჩები ბუნებრივ ფერს დაიბრუნებენ.

**ჟოლაგენი**

დღეს ნივთიერება კოლაგენის შესახებ სულ უფრო ხშირად საუბრობენ. კოლაგენი ცილოვანი კომპონენტია, რომელიც კანის სიმკვრივეს და ელასტიკურობას უზრუნველყოფს. თუ სწორად დავეგეგმავთ და განვსაზღვრავთ რაციონს, ორგანიზმს თავად მიეცემთ მისი გამომუშავების საშუალებას.

„ც“ ვიტამინი — მიირთვიეთ ყოლო, მანდარინი (საერთოდ ციტრუსები), კომბოსტო.

თუთია — ბურღულეული, ლობიო;

რკინა — ვაშლი, წიწიბურა;

ომეგა 9, ომეგა 3 და ომეგა 6 — თევზული და ზღვის პროდუქტები;

ლუტეინი — მწვანელი, განსაკუთრებით პრასი.

**ფუტკრის კბენა სასარგებლოა?**

ფუტკრის კბენით მკურნალობის მეთოდს აპითერაპია ეწოდება. განსაზღვრულ დოზებში ფუტკრის შხამი იმუნურ და გულ-სისხლძარღვთა სისტემას ასტიმულირებს, ცვლის პროცესებს აჩქარებს, ტკივილს ამსუბუქებს და ახშობს, ასევე ადამიანის საერთო მდგომარეობას აუმჯობესებს.



ყველაზე ხშირად აპითერაპიას სახსრების ანთების, რადიკულიტის, ნევრალგიის, ბრონქიალური ასთმის დროს მიმართავენ. ის ჰიპერტონიული დაავადებისა და თრომბოფლებიტის, შაკიკისა და ჭრილობის ცუდად მოშუშების შემთხვევაში ეხმარება. მაგრამ ამ მეთოდს მთელი რიგი უუჩვენებელი გააჩნია. მაგალითად, ღვიძლის, თირკმლების, კუჭქვეშა ჯირკვლის დაავადებების, დიაბეტის და სიმსივნის, ტუბერკულოზისა და გულის უკმარისობის დროს. გარდა ამისა, არ შეიძლება ფუტკრის შხამის გამოყენება მის მიმართ მომატებული მგრძობელობის შემთხვევაში. ამ მიზეზით მკურნალობის კურსის წინ ატარებენ ტესტს, შხამი მცირე რაოდენობით ორგანიზმში შეჰყავთ და თვითშეგმნებაში, სისხლსა და შარდის ანალიზში ნებისმიერ ცვლილებას აკვირდებიან.

გარდა უუჩვენებებისა, ყურადღება მიაქციეთ შემდეგ შემთხვევებს: არ შეიძლება ფუტკრის შხამის გამოყენება მსუყე სადლის ან ფიზიკური დატვირთვის შემდეგ მაშინვე. მისი შეყვანიდან საჭიროა დასვენება მხოლოდ მდგომარეობაში 20-30 წუთი. ფუტკრის დასმის ადგილი ზუსტად უნდა იყოს განსაზღვრული სპეციალისტის მიერ, თქვენი დაავადების მიხედვით. ფუტკრის შხამით მკურნალობისას დაიცავით მცენარეული და რძის დიეტა, არ გამოიყენოთ ალკოჰოლი.

**გაიაღვილეთ საჭმლის მონელება**

**იკონიეთ მიიღეთ უფექტური**

# კრეზამი

თითო კაფსულა ყოველი ჭამის დროს

[www.krezam.ge](http://www.krezam.ge)

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





# ოჯინის მანიუ

## ხას ვჰამთ სამუშაოზე?

**ს**ომპიუტერთან ან უბრალოდ სამუშაო მაგიდასთან ჯდომისას, რა თქმა უნდა, ბევრს არ მოძრაობთ. დაძაბული მუშაობის მომენტში ორგანიზმში გამო-მუშავდება ნივთიერებები, რომლებიც წელის მიდამოში ცხიმის დაგროვებას ხელს უწყობენ. ხოლო როდესაც სტრესულ სიტუაციაში რაღაცას ჭამთ, კალორიები გვერ-დეზე და მუცელზე ილექება. როგორ გაუწიოთ წინააღ-მდეგობა სტრესს სამუშაოზე, ფიგურა რომ არ გაიფუჭოთ და თქვენს საქმეში წარმატებული იყოთ, ამაში სპეცია-ლისტთა რჩევები დაგეხმარებათ.

1. ნერვული სისტემის აღსადგენად ეცადეთ, დანა-წევრებულად იკვებოთ. თქვენს რაციონში აუცილებლად უნდა შედიოდეს ცილოვანი პროდუქტები (ხორცი, ქათა-მი, ზღვის პროდუქტები და სხვა).

2. ოქროს წესი მათთვის, ვინც დილით სამუშაოზე მიდის: საუზმე არ გამოტოვოთ მაშინაც კი, თუ ყელში არაფერი გადაგდით. დილის საათებში ჭამას თავი თანდათან მიაჩვიეთ. დაიწყეთ თუნდაც კვერცხით ან ბუტერბროდით.



3. დაძაბულ სიტუაციებში უმჯობესია საკვები არ მიიღოთ. შოკოლადით, ნაცხვრით ან ჩიპსებით სტრესის „შეჭმა“ არ ღირს. თქვენთვის ბევრად სასარგებლოა ქორფა ხილი ან ჩირი, სტაფილო.

4. ყავით ბოროტად არ ისარგებლოთ. უპირატესობა მიანიჭეთ მწვანე ან კოჭას ჩაის — გაგამხნელებთ.

5. გონებრივად მომუშავე პირებმა რაციონში აუცილებლად უნდა ჩართონ ტვინის მკვებავი ნივთიერე-ბები.

### ტვინის კვება

ხილის სალათა თაფლით შეაზავეთ. ფიგურა ამით არ დაზარალდება, სამაგიეროდ გლუკოზა წარმატებული სამუშაოსთვის მეტად მნიშვნელოვანია.

ცხიმოვანები და მიკროელემენტები, რომლებსაც ცხიმოვანი სახეობის თევზი (ორაგული, თინუსი, ქაშაყი) შეიცავს, ტვინის უჯრედების ჟანგბადით მომარაგებას ხელს უწყობს, ახალი ინფორმაციის კარგად შენახვას ძველის დაუკარგავად ეხმარება.

დღეში რამდენიმე ცალი ნიგოზი ჭამეთ გონებრივი მუშაობის სტიმულაციისთვის. მეხსიერებას აუმჯობესებს თხილიც.

შტოშის წყალობით, თქვენს ინტელექტუალური კოეფიციენტი ამაღლდება. ამავდროულად ზოგადი გამა-ჯანსაღებელი და გამაახალგაზრდავებელი ეფექტი გარან-ტირებულია. აქტიური გონებრივი მუშაობის დროს მორსი დალიეთ ან შტოშის ჯემი ჭამეთ. ასევე არ დაგავიწყდეთ ქორფა კენკრა.

ჭარხალი და თავხვეული კომბოსტო შეიცავს ნივ-თიერებებს, რომლებიც მეხსიერების გაუარესებას წინა-აღმდეგობას უწევს. მათი წყალობით, გულმავიწყობა არ გეშუქრებათ. ამავდროულად ორივე ბოსტნეული შესანიშ-ნავი დიეტური პროდუქტია.

# ფსიქოთერაპევტი თევზები



**ს**კვარიუმი არამხოლოდ ინტერიერის სამშენისი ნივთი ან ბავშვის გასართობია. თევზები აღირებულა, როგორც ერთ-ერთი საუკეთესო დამხმარე საშუალება არამყარი ნერვული სისტემის მქონე ადამიანე-ბისთვის.

ჯერ კიდევ ძველად ჩინელები პატარა გუბურებში ოქროს თევზებს ამრავლებდნენ. მიჩნეული იყო, რომ მათი ჭვრეტა არამხოლოდ ბრაზს აცხრობს და აშლილ ნერვებს აწყნარებს, ასევე გონება ნათდება, კონცენტრი-რება იწვრთნება, თვალები ისვენებს და გული უკეთესად მუშაობას იწყებს.

ექიმების მტკიცებით, აკვარიუმი თევზებით უბრალოდ აუცილებელია მათთვის, ვინც ნერვული შეტევით ხშირად იტანჯება, მიდრეკილია დეპრე-სიისკენ, წონასწორობიდან ადვილად გამოდის.

როგორც კი იგრძნობთ, ნერვები გლალატობთ ან უმიზეზო აპათია გეუფლებათ, აკვარიუმის წინ დაჯექით და ბოლოქანქარა თევზების ზომიერ მოძრაობებს, ფსკერზე წყალმცენარეების რხევას და კომპრესორიდან ამოსული ჰაერის ბუშტებს უცქირეთ. 10-15 წუთი ასეთი ჭვრეტა დამამშვი-დებელ აბზე უკეთესად მოქმედებს.

აკვარიუმს უფრო თვალსაჩინო სარგებლობა მოაქვს. ზედაპირიდან წყლის აორთქლების წყალობით, ბინაში მიკროკლიმატი უმჯობესდება, დატენიანებული ჰაერი სუნთქვის ორგანოებს ინფექციებისგან იცავს, კანს გამოშრობის საშუალებას არ აძლევს და ძილს აუმჯობესებს.

# ნარინჯისფერი ჯანმრთელობა

**მ**სოფლის ბევრი ქვეყნის ტრადიციულ მედიცინაში კალენდულა ფართოდ გამოიყენება. მისი ნახარში კუჭ-ნაწლავთან პრობლემე-ბის, ბრონქიტის დროს გამოსავლებად, ასევე პირის ღრუს დაავადებების დროს კარგია. კალენდულას სპირტიანი ნაყენი შესანიშნავი დამამშვიდებელი საშუალებაა. შინაური წამალი კალენდუ-ლას ექსტრაქტით კანზე სასიკეთოდ მოქმედებს: კანს არბილებს, გაღიზიანებას ხსნის, მუწუკებსა და ჭორფლს ებრძვის.



კალენდუ-ლას ნაყენი კუჭ-ნაწლავის პრობლე-მების, ყაბზობის, კუჭის აშლილობის დროს გამოიყენე-ბა, აგრეთვე მადას აუმჯობესებს.

ნაყენის მომ-ზადების წესი: 2 სუფრის კოვზ გამ-ხმარ ყვავილებს 1 ჭიქა მდულარე და-

ასხით, წყლის აბაზანაზე 15 წუთი გააჩერეთ, შემდეგ 3 საათი დადგით. თუ დრო არ გაქვთ, მაშინ ყვავილებს მდულარე დაასხით, თერმოსში 30 წუთი გააჩერეთ. გამოყენების წინ გაწურეთ. დღეში 3-ჯერ, ნახევარი ჭიქა, ჭამამდე 30 წუთით ადრე მიიღეთ.

დამამშვიდებელი საშუალება: 1 ჩაის კოვზ გამხმარ ყვავილებს 1 ჭიქა მდულარე დაასხით, ნახევარი საათი დადგით. 1 სუფრის კოვზი დღეში 3-ჯერ მიიღეთ. ნაყენი მაცივარში შეინახეთ არაუმეტეს 2 დღე. გამოყენების წინ შეაწვრიეთ.

✓ მიაზადა აზა გავოშიძე

**ქართული  
ანექდოტები**



— ხომ ვთხეხუბი, ყუხუბი მიზხუხის.  
— ნწევა გაქვს ადბათ.  
— ნწევა ჯი ახა, ცოლი ჩამეივის ყუხუბში.

— რატომ არ ჭამ სუბს?  
— თეფშში ბუზი გდია.  
— მერე რა, ბუზიც ხომ ხორციან?  
— ვეგეტარიანელი ვარ.  
— ექიმო, მთელი ტანი საშინლად შექავება. მიშველეთ რამე!  
— აი, თქვენ წამალი, წაისვით და მორჩა.  
— ქავილს ველარ ვიგრძნობ?  
— საერთოდ ველარაფერს იგრძნობთ.

— კდარი აქ არის? — კითხულობენ ქურთი მუსიკოსები.  
— ჯერ არ მომკვდარა, ჯიგრებო, ექიმმა თქვა, ორი დღე კიდევ იცოცხლებსო.  
— ეე, ხვალ არ არი ზაკაზი. მოდი, რა, ბარემ ინსტრუმენტებს დავტოვებთ და ზეგ აქა ვართ!

ციხეში:  
— რისთვის ზიხარ?  
— მაგრა დავთვეერი...  
— მერე მაგისტვის ვის იჭერენ?  
— ცოლი შევისწარი სხვა კაცთან და მაგრა ვუყუე.  
— მაგრამ შენ ხომ შენი ღირსება დაიცავი?  
— სხვის სახლში შეე-

სულვარ.  
— უსმინე წუხელის შოსტაკოვიჩს?  
— არა. მაინც რა მინდაო მაგ დეგენერატმა?  
გურული ქალი ქმარს დასტირის:  
— მიდიხარ და მტივებ, ხომ? მალადეც შენ!  
— მამი, მათემატიკის მასწავლებელი გიბარებს.  
— რაო, რა მინდაო?  
— ერთი ის დებილი მაჩვენა, ვინც ამოცანა ამოგისწნაო.



— მიხოვ. გელახილად მითხახ, ცოლი გიჩვენია თუ ვიჩი?  
— ხა თქმა უნდა, ვიჩი, ჯოვ.  
— ხათა, მიხოვ?  
— თუ ებ ახა მიხოვ და მჯატავეებს ჯიდეცა.

— ჩემი ცოლი სულ გათავხედდა, ლოგინში არ ჩამიწვეო.  
— უყურე შენ!  
— ეგ კიდევ რაა, გუშინ მითხრა, მაგიდასთან ჩემ გვერდით არ დაჯდეო.  
— ჭამაც აღარ შეგიძლია, შე სანყალო?  
— უცხო ენა თუ გესმის?  
— ეკითხებიან გურულს.  
— რათ გინდა მერე, ვიგებ რამეს თუ რა?!



ახა ხესკოხნის ახხუ: „ანონიმუხობა დაცულია, ნახევახ საათში ჯიუნტები ჯითმანეთს ველახ ცნობენ“.

— ვერ მოვალ, ხვალ დაკავებული ვარ.  
— აუ, მართლა? რა სამწუხაროა. პერედაჩის დღეები როდის გაქვს?  
— გოგო, ქალაქში შავი ჭირი გავრცელებულია. ძალიან საშიშია, არ გადაგვედოს, — ეუბნება ერთი დაქალი მეორეს.  
— მე არ გადამედება, მოხდელი მაქვს.  
— მართლა? როდის გქონდა, გოგო?  
— ჩემი ქმარი შავი ჭირი არ იყო?!

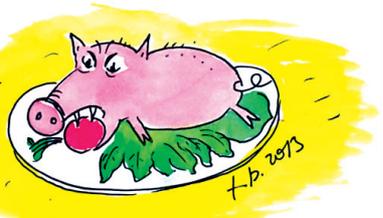
— რატომაა შენი შვილი ამნაირი ნერვული, ბავშვობაში ხომ არ სცემდი?  
— რის ბავშვობაში, შე ჩემო, ბავშვობაში რაფრა ვცემდი, მაგი რომ გაჩნდა, 39 წლის ვიყავი!  
— ქალთა რისხვა ვარ... ჩემთან განმარტოებისას ქალები კვილით იკლებენ იქაურობას.  
— ასეთი ძლიერი მამაკაცი ხარ?  
— აბა, სტომატოლოგი!  
— ძალიან მომრავლდნენ ცისფერები.  
— აბა, არ მრავლდებიანო?  
— ქუჩაში ორი ძმაკაცი ხედება ერთმანეთს.  
— ხვალ სალამოს სტუმრად მენვიე ოჯახში, — ეუბნება ერთი მეორეს.



— შაქო, ბუჯი ფული ხო გქონდეს, ხას იყიდი?  
— ღიწონსა და ხაშტამასა.  
— სუც ეგაა? ბუჯი უფხი ბუჯი ფული ხო გქონდეს?  
— ბუჯი ღიწონსა და ბუჯი ხაშტამასა.

✓ შეკრიბა მურმან მერკვილიშვილმა, ქეთი ხარატიშვილის ნახატები

ხესკოხანში:  
— ოფიცინტ, ხას მოგვახითმევეთ?  
— გოჭი გვაქვს ბოლოჯით.  
— მაგი ძვიჩი იქნება, მახტო ბოლოჯი ახ გაქვთ?  
— გოჭი ახ იზამს, ბაცონო, თვახა ვინ მამაძალდი... ბოლოჯ ხომ ვაცი, სუჯიხას ამტყევეს ხოლმე.



**გაიაღვილეთ საჭმლის მონელეაბა**

**იქონიეთ მიიღეთ ეფექტური**

# კრეზამი

თითო კაფსულა ყოველი ჭამის დროს

[www.krezam.ge](http://www.krezam.ge)

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

# წითელი სახლის საიდუმლოება



**ბ**ოტა ხნის შემდეგ ბილმა ამოყვინთა:

- ჭუჭყიანი წყალია.
- წყალმცენარეები?
- საბედნიეროდ, არა.
- მაშინ განაგრძე. გათენებამდე უნდა დავბრუნდეთ.

ბილი ისევ გაუჩინარდა, ორიოდე წუთის შემდეგ კი კვლავ ამოყვინთა, ამჯერად მომლიმარი სახით:

— ვიპოვე! ოლონდ ძალიან მძიმეა, ალბათ ვერ მოვერევი.

— ბილ, აი, ეს ბანარი სახელურზე გამოაბი, აქედან კი მეც მოგეხმარები.

ასეც მოიქცნენ, ხუთიოდე წუთის შემდეგ კი თავიანთი ნადავლით ნაპირზე იყვნენ. ენტონიმ ჩანთა ფეხებშუა მოიქცია და გახსნა.

- ტანსაცმელი! — შესძახა ბილმა.
- ენტონიმ ზემოთა ასწია, დაფერთხა და ბილს შეახედა:
- გეცნობა?
- მარკის პიჯაკია, ყავისფერი ფლანელის.
- გაქცევის დროს რომ ეცვა?
- ჰგავს. თუმცა მას ძალიან ბევრი კოსტიუმი ჰქონდა.

ენტონიმ მარკის კოსტიუმის გარე ჯიბიდან რაღაც ქაღალდი ამოიღო, ფარანი დანათა და დააკვირდა:

- რობერტის წერილია, რომელზეც კეილი ინსპექტორს ელაპარაკა. ნაგიკითხო?
- აბა, რა.
- „მარკ, შენი მოსიყვარულე ძმა ხვალ შენს სანახავად პირდაპირ ავსტრალიიდან გეწვევა. წინასწარ იმიტომ გაფრთხილებ, გაოცება რომ დამალო, მაგრამ იმედი მაქვს, არა სიხარული. დაახლოებით სამისთვის მელოდე“, — ენტონიმ წერილი ჯიბეში ჩაიდო და ჩაილაპარაკა, — რა იცი, როდის გამოგვადგება.

მერე ჩანთიდან სხვა ნივთებიც ამოიღო და იქვე ჩამოამწკრივა.

- აქ ყველაფერია, — თქვა ბილმა, — პერანგი, ჰალსტუხი, წინდები, ფეხსაცმელები და ქვედა საცვალის კი. მოკლედ, სრული კომპლექტი. კმაყოფილი ხარ?
- სულაც არა, — გაიცინა ენტონიმ, — მე ტანსაცმელს კი არა, ტანსაცმლიან მარკს ველოდი. ასე რომ... განზილებული ვარ და დაბნეულიც.

— კიდეც არის რამე? — შეეკითხა ბილი.

ენტონიმ ჩანთა ასწია, ბალახზე გადმოაპირქვა და ფარანი მიუშვირა:

- გასალები...
- მისი კაბინეტისაა, — შენიშნა ბილმა.
- მეორე გასალები... და ქვები... სხვა არაფერი.
- აი, რატომაც იყო ასე მძიმე, — თქვა ბილმა, — როგორც ჩანს, შეეშინდა, ჩანთა არ ამოტივტივებულყოს.
- ენტონიმ ორივე გასალები ჯიბეში ჩაიდო და ფანარი ბილს გაუწოდა:
- აჰა, გამომართვი და მომიჩინა. ეს ყველაფერი, ცხადია, ქვების გარდა, უკან უნდა ჩავანყო.

ის ყოველ ნივთს ფრთხილად იღებდა და ფრთხილადვე დებდა ჩანთაში, თან თითქოს რაღაცას ითვლისო. როცა მორჩა, ნამოდგა და ჩანთას დაავლო ხელი:

— ნავედით, ბილ, სადმე ტყეში უნდა დავმალოთ, — და სიბნელეში გააბიჯა. ფანარმომარჯვებული ბილიც მორჩილად გაპყვა უკან.

**უ**კან რომ გამობრუნდნენ, პირველი ენტონი ალაპარაკდა:

- ერთი გასაღები, როგორც შენ თქვი, კაბინეტისაა, მეორე კი ალბათ ფარულ გასასვლელებში რომ კარადაა, იმისი.
- საინტერესოა, რატომ გადაყარა?
- აღარ სჭირდებოდა და იმიტომ, ისე კი, კარადაში შეხედვა ალბათ ღირს, თუმცა არა მგონია, რამე საინტერესო ვნახოთ.
- არც მარკის გავამი?
- არა, თუმცა არც ის ვიცი, სხვაგან სად უნდა იყოს. დაბნეული ვარ. იქნებ კეილის ის არც მოუკლავს.

ბილი ზოგადი ფრაზით შემოიფარგლა:

- ამ საქმეში იმდენი უცნაურობაა, შეიძლება ნებისმიერი რამ მომხდარიყო.
- აბსოლუტურად მართალი ხარ. კიდეც?
- ვთქვით, მარკმა რობერტი მოკლა, კეილი კი დეიდაშვილს გაქცევაში დაეხმარა, უფრო სწორად, ამ ხერხით გზიდან ჩამოიშორა, რაკი იგივე ქალიშვილს ეკურკურებოდა, რომელსაც მისი დედიკო მარკს უმიზნებდა. რაც შეეხება ყავისფერ კოსტიუმს, აქ ყველაფერი ნათელია... კეილის დაჟინებით მარკმა ის გაიხადა და სხვა...
- ბილ, — შეანწყვეტინა ენტონიმ, — გაჩუმდი, ძალიან გთხოვ. ვფიქრობ. გესმის? შენ კი ხელს მიშლი... კარგი იქნება, თუ იმ მინისქვეშა კარადაში შევიხედავთ.

**შ**ეიხედეს კიდეც, მაგრამ რამდენიმე ცარიელი ბოთლის გარდა არაფერი იყო.

ენტონი კი, ჩაჩოქილი, ფანრით ხელში, კიდეც განაგრძობდა თვალყურებას.

— რას ექებ? — მოუთმენლად შეეკითხა ბილი.

— რაღაცას, რაც აქ არ არის, — მიუგო ენტონიმ, ნამოდგა, შარვალი ჩაიბერტყა და კარადა ჩაკეტა.

**მ**კვლეობის საქმის განხილვა ანუ გამოძიება სამი საათისთვის იყო დანიშნული, რის შემდგომაც ენტონი ჯილინკეში ველარ დარჩებოდა სტუმართმოყვარე წითელ სახლში. ათ საათზე მისი საკვო-აიუი უპკე „გეორგში“ ნაღები ელოდა. ნასაუზმევს მალე ასული ბილი მეგობრის ამგვარმა ფაციფუცმა ცოტა გააკვირვა:

- ასე რამ აგაჩქარა?
- საქმის გარჩევის შემდეგ აქ დაბრუნება აღარ გეჭირდება, ამიტომ შენი ბარგიც ახლავე ჩაალაგე და მთელი დარჩენილი დილა ჩვენს განკარგულებაში იქნება.
- მისმინე, ვეტყვიტ კეილის, „გეორგში“ რომ გაეჩერდებით?
- ბილ, ოფიციალურად შენ „გეორგში“ არ გაჩერდები.
- აბა?
- შენ ლონდონში დაბრუნდები, ამიტომ კეილის სთხოვე, შენი ბაგაუი სტენტონში გაგზავნოს, მატარებელში ჩაჯდომამდე მისი წაღება რომ შეძლო. შეგიძლია მას უთხრა, რომ ლონდონის ეპისკოპოსის სასწრაფოდ უნდა შეხვედ. ის ფაქტი, რომ ლონდონში კონფირმაციისთვის მიგეჩქარება, შენი გამგზავრებისთანავე „გეორგში“ ჩემი შეწყვეტილი მარტოობის განახლებას მეტ ბუნებრივობას შესძენს.

— ანუ დღეს ღამეს სად ვათევ?

— ოფიციალურად ფულემის სასახლეში ანუ ეპისკოპოსის რეზიდენციაში, არაოფიციალურად კი, ვფიქრობ, ჩემს სანორში, თუ „გეორგში“ კიდეც ერთი თავისუფალი ნომერი არ აღმოჩნდება. შენს კონფირმაციულ ატრიბუტიკას ანუ პიჟამას, კბილის ჯაგრისა და სხვა მისთანებს ჩემს საკვოიაში ჩავალაგებ. კიდეც გაინტერესებს რამე? რაკი — არა, წადი და მოემზადე, თერთმეტის ნახევარზე კი ვესტიბიულში დამხვდი. სალაპარაკო დამიგროვდა და ამისთვის მსმენელი მჭირდება ანუ ჩემი ვატსონი.

— კარგი, — მიუგო ბილმა და თავის ოთახს მიაშურა.

**რ**თი საათის შემდეგ, ამცნო რა კეილის თავისი ოფიციალური გეგმების შესახებ, ბილი ვესტიბიულში ენტონის შეხვდა და მასთან ერთად პარკისკენ გაემართა.

— აბა, — თქვა მან, როცა მალალი ხის ქვეშ ჩამოსხდნენ, — ასეთი რა დაგიგროვდა?

— დღეს დილით სააბაზანოში ბევრი ბრწყინვალე აზრი დამებადა, — დიწყო ენტონიმ, — მათ შორის მთავარი კი ის არის, რომ ამ საქმეს იმ მხრიდან არ მივუდევით. მოკლედ რომ გითხრა, ჩვენ ჰოლმსი და ვატსონი კი არა, ნამდვილი დილექტანტები აღმოვჩნდით.

— მგონი, დილექტანტების პირობაზე არც ისე ცუდად ვმუშაობთ, — შენიშნა ბილმა ნაწყენი ტონით.

— ჰო, მაგრამ პროფესიონალები რომ ვყოფილიყავით, ამ საქმეს სხვა მხრიდან მივუდებოდით.

— რას გულისხმობ?

— აქამდე ჩვენ მარკისა და კეილის გარშემო ვტრიალებდით. ხომ მეთანხმები?

— მერე?

— მოდი, ახლა რობერტისკენ გადავიწაცვლოთ.

— ჩვენ მასზე ძალიან ცოტა რამ ვიცით.

— მაინც ჩამოვთვალეთ, რაც ვიცით.

პირველ რიგში ის, რომ არამზადა იყო. იმ ტიპის ძმა, რომელზეც სხვებთან ლაპარაკი არ სურთ.

— ჰო.

— ვიცით, რომ მარკი თავისი სტუმრობის შესახებ საკმაოდ არასასიამოვნო წერილით გააფრთხილა, რომელიც ჯიბეში მაქვს.

— ჰო.

— საკმაოდ საინტერესო რაღაცა ვიცით. მარკმა თქვენ ყველას გამოგიცხადათ, თავის ნაძირალა ძმას რომ ელოდა. საკითხავია, ეს რატომ გითხრა?

— ბილი წამით დაფიქრდა, მერე ნელა თქვა:

— ალბათ იფიქრა, რობერტს მაინც დავინახავდით, ამიტომ წინასწარ გამოგიცხადა.

— როგორ დაინახავდით, როცა ყველანი გოლფის სათამაშოდ იყავით?

— ლამის გასათევად თუ დარჩებოდა, აუცილებლად ვნახავდით.

— ძალიან კარგი. აი, რა დავადგინეთ: მარკმა იცოდა, რობერტი რომ სახლში დარჩებოდა ან, სხვა სიტყვებით, მან იცოდა, რობერტისგან რომ თავს მაშინვე ვერ დააღწევდა.

— ეს უკვე საინტერესოა! — შესძახა ბილი.

— მან ისიც იცოდა, რომ როგორც კი რობერტს გააცნობდათ, ის ისე მოიქცეოდა, რომ ყველა მიხვდებოდა, რა გაიძვერა იყო.

— ალბათ ასეც მოხდებოდა.

— ბილი, ხომ არ გეჩვენება, რომ მარკმა თავისი გადაწყვეტილება ძალიან სწრაფად მიიღო?

— ანუ?

— წერილი საუბრის დროს გაეცნო და მაშინვე ყველას გაგანდოთ. სხვა სიტყვებით, მან ერთ წამში ყველაფერი გათვალა და ორ დასკვნამდე მივიდა: ის, რომ თქვენს დაბრუნებამდე რობერტის თავიდან მოშორება არარეალური იყო და რომ უცხო ადამიანების გარემოცვაში რობერტის ნორმალური ქცევა ნაკლებსავარაუდო იყო. და ამას ძალიან სწრაფად, წერილის ნაკითხვისთანავე მიხვდა. საკითხავია, როგორ?

— შენ რას ფიქრობ?

— მე... ჯერ არაფერს. მოდი, ისევ ძმებს მივუბრუნდეთ, ოღონდ ამჯერად მისის ნორბერთან მიმართებაში.

— მისის ნორბერთან? — გაუკვირდა ბილი.

— მარკისა და მის ნორბერის დაქორწინება თითქმის გადაწყვეტილი იყო. რაკი რობერტი ებღუდების უღირსი შთამომავალი გახლდათ, მარკმა მის შესახებ, ვიდრე ამას სხვები იზამდნენ, თავად მოუყვა დედაშვილ ნორბერებს, მაგრამ აქ სხვა რამეა უცნაური. მარკმა ეს რობერტის წერილის მიღების წინადადება გააკეთა. მოკლედ, რობერტი სამშაბათს ჩამოვიდა და მოკლეს, მარკი კი ნორბერებს ძმის შესახებ ორშაბათს ესაუბრა. ამას როგორ ახსნი?

— ალბათ დამთხვევაა.

— და კიდევ. მარკი მისის ნორბერს ორშაბათ დილას ელაპარაკა, როცა ავტომობილით მიდღესტონისკენ მიდიოდა.

— ამით რისი თქმა გინდა? მართლა ვერ ვხვდები.

— ო, ვატსონ, ვატსონ! მითხარი, მანქანა „ჯელენდას“ რა მანძილზე შეიძლება მიუახლოვდეს?

— ასე, ექვსას იარდში.

— ანუ მარკი „ჯელენდას“ სახლოვეს მანქანას აჩრებს, ექვსას იარდს ფეხით

გადის, მისის ნორბერს ეუბნება, რომ ცუდი ძმა ჰყავს, სახელად რობერტი, მერე ექვსას იარდს უკან გამოივლი, მანქანაში ჯდება და მიდღესტონისკენ განაგრძობს გზას. მითხარი, ეს დასაშვებია?

— დასაშვებია თუ არა, ხომ მოხდა?

— ცხადია, მოხდა, რაც იმას ნიშნავს, რომ მარკს ამისთვის სერიოზული მიზეზი ჰქონდა. ჩემი აზრით, მან ძმის ჩამოსვლის ამბავი უკვე ორშაბათს იცოდა და არა სამშაბათს და მაშინვე უნდა მოეყოლა რობერტის შესახებ იმ ქალებთან, ვიდრე ამას უსაქმური ჭორიკები იზამდნენ. სხვათა შორის, თავის სტუმრებსაც, მათ შორის — შენც, ამიტომ გაცნობათ ეს ამბავი.

— წერილს როგორღა ახსნი?

— მოდი, კიდევ ერთხელ ჩაახედოთ, — ენტონიმ ჯიბიდან წერილი ამოიღო, მუხლზე დაიდო და კითხვას შეუდგა, — „მარკ, შენი მოსიყვარულე ძმა ხვალ შენს სახლს ვიდრე პირდაპირ ავსტრალიიდან გენვება. წინასწარ იმიტომ გაფრთხილებ, გაცნობა რომ დაფარო, მაგრამ იმედი მაქვს, არა სიხარული. დაახლოებით სამისთვის მელოდე“, — ენტონიმ თავი ასწია, — ხედავ? არანაირი თარიღი, მხოლოდ „ხვალ“ და მორჩა, მეტი არაფერი.

— მაგრამ მან ის სამშაბათს მიიღო.

— ნამდვილად?

— ჩვენ კი სამშაბათს ნავიკითხა და...

— ჰო, რა თქმა უნდა.

— მარკა თუ აქვს?

— სამწუხაროდ, არც კონვერტი გვაქვს და არც — მარკა.

— და, შენი აზრით, მან ეს წერილი ორშაბათს მიიღო?

— ასე მგონია, ბილი. ერთ რამეში კი დარწმუნებული ვარ: ორშაბათს უკვე იცოდა, ძმა რომ ჩამოდიოდა.

— ეს რამეში გამოგვადგება? — დაინტერესდა ბილი.

— პირიქით, უფრო გვირთულებს ყველაფერს, — ენტონი გაჩუმდა, მერე კი დაამატა, — ამ ყველაფერი არის რაღაცა იდუმალი, მიუწვდომელი.

— იქნებ საქმის გარჩევამ წაგვიოს წინ.

— ვნახოთ, მაგრამ... დიდი იმედი არ მაქვს.

— ტონი, გასულ ღამეზე რას იტყვი? შენი აზრი მანინტერესებს.

— გასული ღამე... — დინჯად დაიწყო ენტონიმ, — ჩვენ უნდა უკუვაგდოთ იდეა, რომ მარკი მოკლულია, ანუ... რომ ის კვილიმ მოკლა. ჩემი აზრით, კვილის მხოლოდ ტანსაცმელი უნდა დაემაღლა და ასეც მოიქცა.

— კი მაგრამ, ფარულ გასასვლელში რატომ არ დატოვა?

— მის შესახებ მის ნორისმა იცის და იმის შეშინდა, არ ნახოსო.

— მაშინ თავის საძინებელში ან სულაც მარკის საძინებელში? ხომ ყველამ ვიცით, რომ მარკს შეიძლება ორი ყავისფერი კოსტიუმი ჰქონოდა და ალბათ ჰქონდა კიდევ.

— სასვებით დასაშვებია, მაგრამ მეფიქვება, რომ ეს კვილის დაამშვიდებდა. ყავისფერი კოსტიუმი საიდუმლოს ინახავდა,

ამიტომ მისი დამალვა აუცილებელი იყო. თეორიულად ყველამ ვიცით, რომ ყველაზე უსაფრთხო დასამალი ადგილი ყველაზე თვალსაჩინო ადგილია, მაგრამ ამგვარ რისკზე ცოტა ვინმე თუ მიდის.

— მაშასადამე, იქ დავბრუნდით, საიდანაც დავენიწყეთ, — მოწყენით თქვა ბილი, — მარკმა ძმა მოკლა, კვილი კი მას გაქცევაში დაეხმარა ან მისი კომპრომეტირების მიზნით, ან იმიტომ, რომ სხვა არჩევანი არ ჰქონდა, — ბილი გაჩუმდა, მერე კი მწარედ ჩაიციხა, — გუშინ თითქოს ყველაფერი კარგად იყო, თითქოს რაღაცეები გავარკვიეთ, საიდუმლოებები გავხსენით, დღეს კი...

— დღეს რა?

— ჩვეულებრივია და უფერული.

ენტონი ახარხარდა:

— უფერული! უფერული! მხოლოდ ერთი რამ რომ აღმოჩენილიყო უფერული, რაღაცას მოვიმოქმედებდით, მაგრამ უფერულია ყველაფერი, უფერული, სასერიო და სასაცილო!

— სასაცილო? რანაირად? — ბილს ისევ გაუნათდა სახე.

— ყველანაირად. თუნდაც ის ექსპერიმენტი რად ღირს, გუშინ ღამით რომ ამოვქექეთ ჩანთიდან. ყავისფერი კოსტიუმის ახსნა შეგძლია,

მაგრამ ქვედა საცვალს როგორ ახსნი? იქნებ თქვა, როცა ავსტრალიიდან ჩამოსული მავანის შესახებ ვერაფერს ვხედავდებოდა, ქვედა საცვალს ყოველთვის იცვლიდა? ჩემო ძვირფასო ვატსონ,

თუ ეს მართლა ასე იყო, მაშინ საყელო რატომ არ გამოიცივლა?

— საყელო? ვერ ვხვდები, რას ამბობ. ამისხენი, თუ შეიძლება.

— გუშინ ღამით ჩანთაში საყელო არ იყო, ყველაფერი, საყელოს გარდა. რატომ?

— მაშ, კარადაში მაგას ეძებდი? — ალელდა ბილი.

— რასაკვირველია. რატომ არ არის საყელო-მეტი, მაშინვე გავიფიქრე. რატომ გადამაღა კვილიმ ყველაფერი, რაც მარკს სავარაუდოდ მკვლელობის დროს ეცვას, საყელო კი დაავინწყა? დაავინწყა კი? ან სადაა ახლა ის? და უცებ გამახსენდა, სად მოკვარი საყელოს თვალი... ბილი, იქნებ შენ მითხრა, ჰა?

ბილიმა თავი გააქანა:

— აბა, რა ვიცი, ტონი!.. მოიცა, მოიცა, გასარეცხი თეთრულის კალათაში ხომ არა?

— სწორედ იქ, ბილი.

— მერე ნამდვილად ისაა, ჩანთას რომელიც აკლდა? — დაეჭვდა ბილი.

— ზუსტად ვერ გეტყვი, მაგრამ... სხვაგან სად უნდა ყოფილიყო? მითხარი, სად?

— კარადაში არ იყო, ამბობ... არ ვიცი, ტონი, არ ვიცი.

— მაგაზე ნუ იდარდებ, ბილი, — ენტონი ზანტად წამოდგა, — მთავარი მაინც ვიცი.

— მთავარი? რას გულისხმობ, ჰოლმს?

— იმას, ვატსონ, რომ მარკმა ორშაბათს იცოდა, რობერტი რომ მოემგზავრებოდა.

**ბაბრამილა შამილა ნოზიძე**

✓ **თარგმან გურამ ჩხეტიანმა, ქეთი ხარატიშვილის ნახატი**



# ოცნების ძიებაში

დასაწყისი №31-45

www.facebook.com/Tinatinbonney

თვალეები უცრემლიანდება.  
— არ მესმის, მართლა არ მესმის!  
— მე მინდოდა, შენ ყოფილიყავი ისევ ისეთი, როგორიც შეგიყვარე.

სანდროს გვერდით მელციებდა. გაბუსხულს სძინავს. უსაყვარლესია. ხელი ჩემს მუცელზე უდევს. მუშტები ისევ გადატყავებული აქვს. ამჯერად რამ გაამწარა? ალბათ ლენა დაინახა ისევ. ვიღებ მის ხელს და ვკოცნი. ძილში იშმუშნება. ძალიან ძვირფასი გახდა ჩემთვის ამ რამდენიმე დღეში. მის გარეშე ალბათ გამიჭირდება.

— დიდი ხანია გლვიდავს? — თვალებს ახელს.

— ისე, რა, — ვუპუნები ღიმილით.  
— რატომ არ გამალვიძე?

— მინდოდა, გამოგეძინა, — თვალს ვუკრავ.

— მე არ მჭირდება დასვენება, — თავისკენ მწევს და მკოცნის.

— ხელებზე რა გჭირს?  
— არაფერი, — ილუშება.

— მითხარი, ჩვენ ხომ მეგობრები ვართ.

— ლენა შემხვდა, — ზურგზე წვება.  
— მერე? — ბეჭზე

ვადებ თავს.

— მერე სახლში წამოვიყვანე და ვცადა... — ჩუმდება.

— რა სცადა, სანდრო? — ვეკითხები მშვიდად.

— ჩემებთან შევიტყუე და მინდოდა...

— კაი, მივხვდი. და რა მოხდა?

— ხელიდან გამისხლტა და ძალიან მშვიდად წავიდა.

— შენ რას ელოდი? გათხოვილია.

— არ ვიცი. რომ დავინახე, უცებ გავტიპიდი, დავინწყე ლადაობა და დავიჭირე ისეთი, ვითომ მეკიდა.

— ქალს არ უყვარს, როცა მას ექცევიან.

— ვიცი.  
— შემდეგზე როცა ნახავ, დაფიქრდი და ისე იმოქმედე.

— ვერ ვხსნი, ალექსანდრა, რა მემართება. ლენა არის ჩემი ყველაფერი.

— თუ მზად ხარ, ყველაფერი აპატიო და მისი დაბრუნება გინდა, შენ გჭირდება გეგმა, სანდრო.

— მაგალითად?

— დარწმუნებული ვარ, რომ შენ იცი, მას რა უნდა. ხოდა, მიეცი ეს.

— მოდი, არ გვინდა ლენაზე, — თავზე მკოცნის.

სახეს ზემოთ ვწევ და მისი ტუჩები ჩემსას ეხება. ჟრუანტელი მივლის. ეს კაცი საოცრებაა! და ის ლენა დეგენერატია, ამას რომ ასე აწვალავს. მის ბიბილოს ვეხები ენით და ღრმად ისუნთქავს. ვკოცნი მის ბეჭებს, მკერდს, მის შეუღარებულ პრესს. უეცრად ზურგზე მაგდებს. ცალი ხელით თავზევით მანევიწებს ხელებს და მეორე ხელით მკერდზე მეფერება. საოცარ შეგრძნებებს ვწვდები.



ზურა და ლიკა ერთმანეთის პირისპირ სხედან. ორივე ჩუმად. ლიკა ზურას უყურებს, ზურა კი მობილურზე მესიჯს კრეფს.

— ახლა მაინც მომაცქიე ყურადღება, — ამბობს ლიკა.

— რატომ ხარ მუდამ უკმაყოფილო? — ზურა მობილურს ჯიბეში იდებს.

— აღარ შემიძლია ეს ინტრიგები, ჭორები, ბოროტი ენები. ზურა, რატომ არ შეგვიძლია ვიყოთ, როგორც სხვები?

— ანუ, მე რატომ არ შემიძლია ვიყო ქართველი ხიზო და კვირაობით გატაროთ ვაკის პარკში?

— მე მესმის, როგორი ამბიციური ხარ...



— არ გესმის. რომ გესმოდეს, არ დამტოვებდი.

— მე უბრალოდ დავიდალე შენთან ბრძოლით.

— მარტო უკეთ ხარ? — წარბს კრავს.

— დასვენებული ვარ.  
— მაშინ აღარაფერია აქ სალაპარაკო, — ზურა ფეხზე დგება.

— აი, ისევე!  
— რა ისევ, ლიკა? ყველაფერს ვაკეთებდი, რომ არაფერი მოგკლებოდათ და შენ ადექი და წახვედი.

— შენ გადახვედი ცალკე...

— იმიტომ, რომ შენ ყოველ საღამოს ტიროდი! ბავშვები ვეღარ მიტანდნენ შენ გამო. შენ გგონია, ჩემთვის ეს ადვილი იყო?

— ვიცი, რომ არ იყო, მაგრამ მე დეპრესია მქონდა.

— რატომ ლიკა? რატომ?

— შენ არასდროს იყავი სახლში!

— მე ვმუშაობდი!

— ყოველთვის რალაც საბაბი იყო.

— და როცა სახლში ვიყავი, რა? ზედაც არ მიყურებდი.

— როგორ არ გესმის! — ლიკას

რამდენი ქალი ოცნებობს, რომ მე მასთან ვიყო?

— ბევრთანაც იყავი, ზურა, შენ გგონია, არ ვიცი?

— რა იცი? — ლიზიანდება ზურა.

— ლამის შეხვედრები, მივლინებები... კარგი, რა, არაფერს იკლებდი.

— როგორ არ გრცხვენია!  
— მე? კიდევ მე?

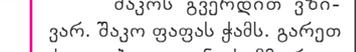
— მოდი, გადაწყვიტე, რა გინდა, ლიკა. განქორწინება გინდა?

— ლიკა ჩუმდება. ზურა მის გვერდით ჯდება და თვალეები უყურებს.

— ლიკა... გინდა, შევრიგდეთ?

— არა, — ხმის კანკალით ამბობს ლიკა და ცრემლები მოსდის.

— კარგი, — ზურა ფეხზე დგება და გაყინული სახით გადის ოთახიდან.



შაკოს გვერდით ვზივარ. შაკო ფაფას ჭამს. გარეთ ძალღები ყეფენ. სამზარეულოში ქალები ფუსფუსებენ.

ჩვეულებრივი ქართული დღეა.

— ამ ფაფას რატომ მატენიან, ვინმემ იცის?

— სასარგებლოა, — ვუპუნები და თავზე ხელს ვუსვამ.

— ნუ მექცევით ორი წლის ბავშვივით.

— უბრალოდ, ვზრუნავთ.

— ამ სახლში ყოფნა აღარ შემიძლია. ქალი მინდა, სხვა თუ არაფერი.

— სად გიშოვო ახლა ქალი?

— სადაც გინდა. აუ, რა გამახსენდაა! — ამბობს სიცილით.

— რა?

— ერთი გოგო მევასებოდა წლების წინ, ჩვენი უბნელი, რა.

— აჰა.

— და ძლივს დავპატიე პემანზე და დამთანხმდა. ხოდა, წავედით კავშირი. ვლაპარაკობთ ჯიგრულად და ბიჭებზე ჩამოვარდა ლაპარაკი. იდიოტკამ არ დაინყო უცებ ჩემი ერთი ძმაცაცის ქება?

— ლადაობ!

— გეფიცები. „აუ, ის რო ბიჭია და ის რო თავს უფლის და იმას რო სახე აქვს და ის რო გოგოებს ექცევა“... კი ავუწიე წარბი, მაგრამ არ გაჩერდა „იმენა“. ხოდა, მალევე ატყდა, სამეცადინო მაქვს, სახლში მინდო, მაგრამ ჩემსაში არაო, ბებიანთან, ვაზისუბანშიო. ხოდა, ჩავსხედით ტაქსში, თან დიდი გზა იყო და ბეჭზე ჩამომადო თავი. ვაკოცე ჯერ თავზე, მერე ხელზე და რომ გავეშადე ტუჩებში საკოცნელად... რას ვხედავ, გოგოს სძინავს და თან ისე ღრმად, რომ ძილში უფსტვენს! — შაკო ისტერიკუ-



ლად იცინის.

მეც ვიცინი.

- ეგ გოგო უნდა მოგეყვანა ცოლად!
- მაგის მერე აღარც ვესალმებოდი,

გოგო.

— სიყვარულის გჯერა? — ვეკითხები. თვითონაც არ ვიცი, რატომ.

— რა ვი. მე ბევრი მყვარებია, მაგრამ თავდავიწყებით — არავინ.

— რომ იცოდე, რომ არსებობს ქალი, რომელსაც თავდავიწყებით უყვარხარ...

— კარგი, ალექსანდრა, სიყვარულში უნდა გამომოიტყდე? — იცინის.

— სერიოზულად გელაპარაკები. რომ იცოდე ამ ქალის არსებობა, დაინტერესდებოდი?

— რა თქმა უნდა. რატომ მეკითხები? — ისე, — ვპასუხობ და ცალკებად ვიღიმი.

— მზაკვრულად გელიმება! ვინ არის?

— კაი, უნდა წავიდე ახლა მე, — ვდგები ფეხზე.

— ალექსანდრა! — ხელს მიჭერს.

— რა გინდა, ბიჭო?

— ვინ არის?

— მოვა დრო და გაიგებ.

— ლადაობ.

— არა. და ის არაჩვეულებრივია და შენზე ჭკუა ეკეტება.

— ვიცნობ?

— წავედი, — ვაშვებინებ ხელს და მივდივარ.

ნინიას და შაკოს ურთიერთობა უნდა ავანყო. მივდივარ სახლისკენ. ნეტა ირაკლი სად არის ახლა? იმედია, კარგადაა და ბედნიერია. იმსახურებს ამას. შევდივარ სახლში.

— რალაც მოგიტანეს, — სამზარეულოდან იძახის დედაჩემი.

— ვინ?

პასუხს აღარ მცემს. გართულია ჭურჭლის რეცხვით. შევდივარ ჩემს ოთახში და სანოლზე მოზრდილი ყუთი დევს. სწრაფად ვსწი. ლუი ვუიტონის ჩანთა. ეს რამდენიმე ათასი ლირს. სანდრო? არა მგონია. გივია?

შანსი არაა! ირაკლი? გამოორიცხულია! ვინ შეიძლება მიგზავნიდეს ასეთ ძვირფას საჩუქარს?



ზურა აუზიდან ამოდის. ნელი ნაბიჯით მიემართება გასახდელისკენ. ქალები თვალს აყოლებენ. ელიმება. გაუმარჯოს თავისუფლებას! გასახდელი თითქმის ცარიელია. შხაპს ივლებს და ფიქრებში მიდის. ყველაფერი აქვს, რაც უნდა. თამაშის ხასიათზეა, უფრო სწორად, ნადირობის. ზურა პირსახოცს იხვევს წელზე და კარადას ალესს. მობილურზე გამოტოვებული ზარია. ურეკავს.

— გაკეთებულია, — ეუბნება მამაკაცი.

— კარგია.

ზურა მობილურს თიშავს და უკან, კარადაში დებს.



მიმოს ქორწილის დღე დათქვა. ძლივს! ახლა დაინყება სრული საგიჟეთი. ბედნიერი ვარ. ის კი მაღლებებს, რომ ბინას ვარ მათ შეპირებული და ერთობისთვის თუ გაწვდებში სადმე სოღანლულში, თორემ მეტი ფული

აღარ მაქვს. ქორწილის მერე ყველაფერს ვეტყვი ჩემებს. რამდენი რამეა გასაკეთებელი — დარბაზი, სოფიკოს კაბა, მენიუ.

— რას აკეთებ? — ნინია გვერდით მიჯდება.

— მიშოს ქორწილზე ვფიქრობ.

— რამხელაა უკვე, ქორწინდება, — ოხრავს ნინია.

— წამო, შაკოსთან გადავიდეთ. ვდგები.

— ალექსანდრა, ძალიან გთხოვ! — ნინია ფითრდება.

— მოინახულე, რაც ჩამოვიდა?

— არა.

— გოგო, ბიჭს არავინ არ ჰყავს და ახლა არის ძალიან მგრძობიარე. თუ რამე გინდა, ახლა არის დრო!

— არ ვიცი, შემიძლია თუ არა, — ამბობს შეშინებული ნინია.

— წამოდი, — ხელს ვუწვდი.

რამდენიმე წამით აშტერდება ჩემს ხელს.

— ნინია, მიდი!

იღებს ჩემს ხელს და გავდივართ.

ვაკაკუნებ შაკოს კარზე. ყვირის, რომ შევიდეთ. ფეხბურთი აქვს ჩართული და ნახევრად მიძინებულ მდგომარეობაში იმყოფება.

— რა გოგოები! — ამბობს და ცდილობს, ფართოდ გაახილოს თვალები.

— ხო არ გაცდენთ? — კითხულობს ნინია.

— კი, გასასვლელი ვარ შეხვედრავ, — ეუბნება შაკო.

ნინია იბნევა და მე მიყურებს.

— ხუმრობს, — კბილებში ვცრი.

ნინია სკამზე ჯდება, მე — სანოლზე, შაკოს ფეხებთან.

— რითი გამართობთ?

— გინდა, ვითამაშოთ რამე? — ესენი უნდა დავაახლოვო.

— მაინც?

— წრეში ბურთი.

— ძალიან სასაცილოა.

ნინია ხმას არ იღებს.

— ვაიმე, რა გამახსენდა! — ფეხზე ვდგები.

— რა ხდება? — ნინიაც ფეხზე დგება.

— აუ, ნინია, მე უნდა გავიქცე და ძალიან გთხოვ, ამ ერთხელ ჩემ მაგივრად გაართე ეს აუტანელი ბიჭი.

შაკოს სახე ებადრება და ყურებამდე ეჭიმება ღიმილი. მიხვდა. ან უბრალოდ ეჭვობს, რომ ნინიაზე ვეუბნებოდი. მთავარია, ეს იდეა მოსწონს. ნინიას ისეთი სახე აქვს, გეგონება, ბავშვის გაჩენა ვთხოვე.

— იყავი, რა, — უცრად ეუბნება შაკო.

ახლა მე მეზადრება სახე. ყველაფერი ასიანზეა!

ჩემს საძინებელში შევდივარ და სანოლზე ვწვები. ვილაცის მანქანა დგას ჩემს სახლთან და მუსიკა ისმის. თვალს ვსუჭავ. რატომღაც ირაკლი მახსენდება. ნეტა როგორ არის? ოდნავ ვნანობ, რომ არ წავეყვი. რატომ დავრჩი? იქნებ ეს ჩემი შანსი იყო, ვყოფილიყავი ბედნიერი? სანდროს ლენა უყვარს. პრინციპში, არც მე მიყვარს სანდრო. ირაკლის სიტბო კი რატომღაც მაკლია. ნეტა, რას შვრება. იმეილს თუ ამონებებს, კარგია. ამ დღეებში მივწერ. ცუდად

ვგრძნობ თავს. რა მჭირს? მესიჯი წკარუნობს. იქნებ ირაკლია. ზურაა. ზურაა?! სანოლიდან ვსტები. რა უნდა უნდოდეს? თვალს ვჭუჭავ და ვხსნი მესიჯს. „სომ კარგად ხარ?“. ჰმმ. კარგად ვარ, ზურა, კარგად. უბრალოდ შენ ვილაც სხვა ზურა ხარ და ნეტა როგორ მოგიცილო თავიდან? ჯობია, არ ვუპასუხო.



ზურა კაბინეტში ზის და ხელში მობილური უჭირავს. პასუხს ელოდება უკვე 15 წუთია. რატომ არ პასუხობს? ირაკლის მითითებებს თუ არ ასრულებდა, ახლაც უნდა უპასუხოს. კიდევ 10 წუთიც მოიცდის, მაგრამ მერე საკუთარ თავზე პასუხს არ აგებს. კიდევ 5 წუთი გადის. ზურას ყბები ეჭიმება. რატომ არ პასუხობს? ველარ ითმენს და მესიჯს სწერს.



ვნეწარ გაუნძრევლად. კაი ვქენი, რომ არ ვუპასუხე. მესიჯი ისევ წკარუნობს. შემჭამს ახლა. ვხსნი შეტყობინებას. „იმედია, სანუქარი მოგეწონა“. თვალს არ ვუჯეკრებ. იცის, ვინც ვარ. კი მაგრამ, საიდან? ნომრით გაიგო? იმედია, ის მაინც არ იცის, რომ ირაკლის ვიცნობ. ან ვერც გაიგებს, მთავარია, მანამდე არ გაეგო. თუმცა საიდან? რადგან იცის, ვინც ვარ, უნდა ვუპასუხო. მაგრამ რა?



ამის მერეც თუ არ უპასუხა, არ დაიზარებს, რომ სახლში მიაკითხოს. არავინ ბედავს, რომ ასე უყურადღებოდ დატოვოს ზურა! შეტყობინება მოდის: „მე ამ საჩუქარს ვერ მივიღებ“.

ზურას კმაყოფილს ელიმება. ჯერ არ იცის, ვისთან აქვს საქმე.



უნდა დავუბრუნო ეს ჩანთა, მაგრამ მაშინ უნდა ვნახო და ნახვა არ მინდა. ვიცი ახლა, გამოძიებისთვის, რატომ მივწერე და საიდან მქონდა მისი ნომერი. ამხელა ისტორია მოვუყვე? მესიჯი წკარუნობს. „მე გაჩუქე და, თუ არ გინდა, გადააგდე“. ესეც მორიგი თავდაჯერებული თავხედა!



ზურა ტელეფონს ჯიბეში იდებს. იცის, რომ დღეს მეტი მესიჯი არ მოვა, მაგრამ, აი, ხვალ უკვე სხვანაირად დაელაპარაკება და მიიღებს იმას, რაც უნდა.



ირაკლი პირს იბანს. გოაზე ენით ალუნერელი სილამაზე დახვდა. თითქოს პირველივე წამიდან იპოვა სულიერი სიმშვიდე. ბუნგალო იქირავა და დასახლდა. ახლა ეს არის მისი სახლი. ხალხიც სხვანაირი ცხოვრობს. საერთოდ სხვა სამყაროა. ქართველი და-ძმაც გაიცნო. დემე და თინკა 25 წლის ტყუპები არიან. მშობლები გარდაეცვალათ 5 წლის წინ. მეტი პატრონი არ ჰყავდათ და გადმოსახლდნენ აქეთ. გარეგნულად არ ჰგვანან, მაგრამ ქცევებით — ძალიან. მათი ბუნგალო ირაკლისგან საკმაოდ ახლოსაა. პატარა კაფეც აქვთ და ამით ირჩენენ თავს. თინკას ჩალისფერი გრძელი თმა აქვს. დემე კი შავგვრემანია. კარგები არიან. ირაკლი პირსახოცით იმ-



შრალებს სახეს და გარეთ გადაის. მზე ანათებს, თბილა. სამოთხეა. ახლა შეჭამს რამეს და მერე წავა, გაისეირნებს. გონებას დაასვენებს.

— ფალაფელი მოგიტანე, — თინკა შემოდის და ხელსახოცში გახვეულ საჭმელს აწვდის ირაკლის.

— მადლობა, — ღიმილით ართმევს ირაკლი.

— საღამოს გამოსვალ ჩვენთან?

— აუცილებლად.

— ბევრი უცხოელი არის და გვინდა, დღეს მუსიკალური საღამო მოვანყოთ ცეკვებით.

— კი, მოვალ აუცილებლად.

— კარგი, — ამბობს თინკა და თვალეში უყურებს ირაკლის.

ირაკლის ეღიმება.

— ძალიან ლამაზი თვალეები გაქვს, — ბავშვურად ეუბნება თინკა.

— მადლობა. შენც, — უხერხულად პასუხობს ირაკლი.

— იცი, აქ აუცილებლად იპოვი შენს თავს.

— მაგისტვისაც ჩამოვედი.

— მშობლები რომ

გარდაგვეცვალა, მე და დემემ არამხოლოდ საკუთარი თავი, არამედ ერთმანეთიც დავეკარგეთ.

ირაკლი წარბს კრავს. ამ პატარა გოგოს რამდენი აქვს გადატანილი.

— მაგრამ აქ ღმერთი ვიპოვეთ და ჩვენი თავიც დავიბრუნეთ.

— მადლობა გაზიარებისთვის.

— იმიტომ გეუბნები, რომ პირველი დღეები ყველაზე რთულია.

— შენთვის რთული იყო?

— კი. საქართველოში ჩვენი მეგობრები დარჩნენ. მოგონებები, მშობლების საფლავები.

— ძნელია.

— იყო ძნელი, — იღიმის თინკა. ირაკლისაც ეღიმება.

— შენ რას გაექეცი? — თინკა მის ხელს იღებს.

თინკას შეხებაზე ირაკლის ყრუანტილი უვლის. აქ შეგრძნებებიც განსხვავებულია.

— მე გაექეცი ჩემს სისუსტეს, ბოლმას.

— მთავარია, რომ დატოვე ეგ ყველაფერი წარსულში.

— იმედია.

— მე ვიცი, რომ დატოვე.

— მადლობა გამხსენებისთვის.

თინკა ეხვევა ირაკლის. ირაკლიც იხუტებს. რამდენი სითბოა.



ტატუ მინდა. რალაციტ უნდა გავართო საკუთარი თავი. შევდივარ ტატუს სალონში. წვერიანი კაცი გაზეთს კითხულობს.

— გამარჯობა, — ვესალმები.

თავს მიქნევს.

— ტატუს აქ აკეთებენ?

— კი.

დებილი თუ არ ვარ, ამერიკაში გამეკეთებინა, ამ ტურტილიან სალონში რომ მოვედი, მაგრამ მირჩიეს ძალიან.

— კატალოგს მანახებ?

კაცი ჟურნალს მანვდის ისე, რომ გაზეთს თვალს არ აცილებს. ვიწყებ თვალერებას. ყვავილები, ცხოველები, გულები, რალაც წვეტიანი ჩახვეული ნახატები. რა მინდა? ან სად მინდა? წელზე, არა წვივზე. და რა მინდა? 13 მინდა და თავები გარშემო. რალაც წვეთვის არაა ეგ ტატუ. მოდი, ბარძაყზე გავიკეთებ ძალიან პატარას.

— მოიფიქრეთ? — მეკითხება ტატუ მასტერი.

— დიახ, მინდა 13, გარშემო თავებით, ბარძაყზე.

— დანეკი, — მიმითითებს შეზღონგზე.

ვისდი შარვალს და ვწვები. ტატუ მასტერი თავის საქმეს იწყებს და ტკივილს ვგრძნობ. აი, ეს მინდოდა! რა კარგია.

— გტკივა?



— არა, — შეიძლება ითქვას, მსიამოვნებს კიდევ.

— ყველა კივის და შენ რა მაგარი ხარ.

— ვცდილობ.

— რატომ მოგიინდა ტატუ?

— არ ვიცი, წამომიფრინა.

— წაშლა მართლაც აუტანლად მწარეა.

— არ ვაპირებ წაშლას.

ნემსი კანს მიკანრავს, მე კი თვალე-დახუჭული ვწვებარ და ვნებივრობ. ნეტა ირაკლი რას შვრება?



ირაკლი დემეს და თინკას კაფეში შედის. უსაყვარლესი სახელი დაარქვეს: „კრანუნა“. მეზობელი ჰყოლიათ ამ მეტსახელის. კარგი ბავშვები არიან. ირაკლის დანახვაზე თინკა მისკენ მირბის და ეხუტება. აქ ყველა ყველას ეხუტება. დემე ბარში მუშაობს. ირაკლის ხელს უწევს და უღიმის. უცხოელები საუბრობენ და ახალდაწურულ წვენებს მიირთმევენ.

— გინდა, გაგიწურო რამე? — ეკითხება თინკა ირაკლის.

— არა, მადლობა, — ირაკლი ხალხს ათვალეირებს.

— მიყვარს უცხოელები. მარტივია მათთან ურთიერთობა, — ამბობს თინკა.

— გეთანხმები.

— ნუ ხარ მოწყენილი.

— არ ვარ, — ირაკლი უღიმის.

— მაპატიე, თუ შენს პირად სივრცეში ვიჭრები.

— არა უშავს.

— ისეთი შეგრძნება მაქვს, თითქოს წლებია გიცნობ.

— მეც, სხვათა შორის.

— მართლა? — თინკა იბადრება.

— მართლა.

— წამოდი, სანაპიროზე გავისეირნოთ.

თინკა ირაკლის ჰკიდებს ხელს და გარეთ გაჰყავს. ასე კარგად ირაკლის ძალიან დიდი ხანია არ უგრძნებია თავი.



ზურა საბუთებს აწერს ხელს. დაუგროვდა. ბოლო პერიოდი გონება ჰქონდა არეული და სათანადოდ ვერ იცლიდა სამსახურისთვის. მისი მობილური რეკავს.

— გისმენთ.

— მზად არის.

— ყველაფერი ისეა, როგორც მოვითხოვე?

— დიახ.

— მადლობა.

ზურა მობილურს თიშავს და მაგიდაზე დებს. კმაყოფილია.



ტატუ შექავება. მთავარია, სუფთად იყოს რამდენიმე დღე და ყველაფერი კარგად იქნება. ვუახლოვდები სახლს. კიბეზე მიშო ზის და ლუდის ქილა უჭირავს ხელში. ვუახლოვდები და ვხედავ, რომ წაშლილი სახე აქვს.

— რა გჭირს?

— დავიღუპე, — მეუბნება და ლუდს წრუბავს, — წავაგე.

— რა წავაგე?

— ფული.

— რა ფული?

— ქორწილის ფული.

თვალეში მიბნელებდა და კედელს ვეყუდები, რომ არ წავიქცე.

— რას ჰქვია, წავაგე?

— ბინის ყიდვა მინდოდა, ალექსანდრა, ჩემით მინდოდა და ვითამაშე და წავაგე.

— არ გრცხვენია? — მეტს ვერაფერს ვამბობ.

— მაპატიე, რა, — მიშოს თვალეზე ცრემლები ადგება.

— ეს როგორ გააკეთე?!

— მასესხე ქორწილის ფული და გეფიცები, დავიბრუნებ, გეფიცები! — მთვრალი მიშო ჩემს ფეხებთან ეშვება და ტირის. მე კი გაუხმრევლად ვდგავარ. მტკივა, ძალიან მტკივა.

გაბრძანება შემდეგ ნომერში

# შინდი – ოციმი კუნტა

ოგორც სამკურნალო მცენარე, შინდი ცნობილი იყო ძველი სახალხო მკურნალებისთვის. ეს კენკრა ამტანობის სიმბოლოდ არის მიჩნეული. მი-



სი პრიალა კანის ქვეშ ბევრი სასარგებლო ნივთიერებაა. ძველად ამბობდნენ, სადაც შინდი ხარობს, იქ ექიმი საჭირო არ არისო. ნაყოფი კუჭის შეკვრას ეხმარება, კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის ანთებას ხსნის, იმუნურ სისტემას აძლევს და ორგანიზმს ტონუსში იცავს. შინდის წვეწვა და ნახარშს სიცხის დამწვევი და ანთების საწინააღმდეგო მოქმედება აქვს. ასევე სასარგებლოა შაქრიანი დიაბეტის დროს — სისხლში შაქრის დონეს ამცირებს. საერთოდ, ეს კენკრა იმდენად სასარგებლოა, რომ კოსმონავტების კვების რაციონში შედის.

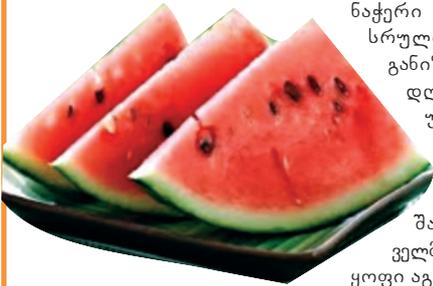
შინდი კოსმეტოლოგიაშიც გამოიყენება. მისი ნიღაბი კანს ფერიმჭამელებისა და პიგმენტური ლაქებისგან ასუფთავებს. 200 გრამი შინდი გახეხეთ. ფაფას 1 წვრილად გახეხილი კარტოფილი, 50 მლ გვირილის ნახარში დაუმატეთ და კარგად აურიეთ. ნიღაბი სახეზე 20 წუთი დაიდეთ. შემდეგ თბილი წყლით ჩამოიბანეთ.

# საზამთროს სარგებლობა

საზამთროს სამშობლოდ სამხრეთ აფრიკა ითვლება. მოგვიანებით საზამთროს კულტივირება ძველ ეგვიპტეშიც დაიწყო, შემდეგ ახლო აღმოსავლეთსა და ცენტრალურ აზიაში. საინტერესოა ის ფაქტი, რომ ეგვიპტელები საზამთროს ფარაონების აკლდამებში დებდნენ, რათა მბრძანებელს იმქვეყნიური სამყაროს გზაზე ტკბილი სასუსნავით დანაყრება და ღონეზე მოსვლა ყოველთვის შეეძლებოდა.

## ტაბილი სახეობები

მიუხედავად იმისა, რომ ნაყოფი 92% წყლისგან შედგება, ძალიან სასარგებლოა. ჯერ ერთი, საზამთრო სხვა ხილსა და კენკრას შორის ლიკოპენის (მეტად ძლიერი ანტიოქსიდანტი) შემცველობით ერთ-ერთი ლიდერთაგანია. მეორე, მდიდარია A და B<sub>6</sub> ვიტამინებით და ფოლიუმის მჟავით, ხოლო ორი ნაჭერი წვნიანი რბილობი სრულიად საკმარისია ორგანიზმის C ვიტამინით დღიური ნორმის უზუნველსაყოფად.



საზამთროს წვნიანი რბილობი მეტად ეფექტური შარდმდენი და ნალექმდენი საშუალებაა. ნაყოფი აგრეთვე სასარგებლოა პოდაგრის, ართრიტის, ათეროსკლეროზის, გასტრიტის, ლვიძლის დაავადებების, ჰიპერტონიის, ანემიის, გულის მანკისა და სიმსუქნის დროს.

საზამთრომ ღირსეული ადგილი დაიმკვიდრა კულინარიაში. მას სალატებში უმატებენ, წვეწვისგან ცუკატებსა და მორსს ამზადებენ, ხოლო კანისგან — მურაბას.

დღეს ჩვენს პლანეტაზე 100-ზე მეტი სახეობის საზამთრო მოჰყავთ. მაგალითად, იაპონელებმა პირველებმა გამოიყვანეს კვადრატის ფორმის საზამთრო. ის ტრანსპორტირებისა და შენახვის დროს ბევრად მცირე ადგილს იჭერს. ხოლო ახალი ჯიშით „მენამული მეფე“ სხვებისგან იმით განსხვავდება, რომ მასში თესლები საერთოდ არ არის.

ყველაზე დიდი საზამთრო რუსეთში მოიყვანეს, რომელიც 61,5 კგ-ს იწონიდა.

✓ მოამზადა აზა გაგოშიძემ

# ვაშლის ორდღიანი დიეტა



ყველაზე მარტივი და ხელმისაწვდომი დიეტაა. წონაში იკლებთ და ვიტამინებს იმარაგებთ — ორმაგი სარგებლობაა.

ვაშლის დიეტა კვირაში ორი დღე კარგია იმით, რომ კვებაში გარკვეული შეზღუდვით ორგანიზმი ყველა აუცილებელ ნივთიერებასა და მინერალს იღებს.

## მნიშვნელოვანი მომენტები

ფრუქტოზა სწრაფ ენერჯიას იძლევა, უჯრედების მკვებავი ნივთიერებებით მომარაგებას აუზღოვებს, და-ნაყრების შეგრძნებას იწვევს.

კალიუმის მარილებს მსუბუქი შარდმდენი მოქმედება აქვს, ამიტომ ვაშლი შესანიშნავია წონაში დასაკლებად.

ვიტამინი C იმუნურ სისტემას აძლიერებს და ორგანიზმის აქტიური მუშაობისას წარმოქმნილი შლაკები სწრაფად გამოაქვს. ამავდროულად ვაშლი მდიდარია რკინით, რომელიც ანემიას თავიდან აგაცილებთ.

ვაშლი შეიცავს ძვირფას ხსნად და უხსნად უჯრედი-სებს. კანში ბევრი ცელულოზაა, ხოლო რბილობში დიდი რაოდენობით პექტინია. კუჭში გაფუჭებისას, უჯრედების შიმშილის გრძნობას დიდი ხნით თრგუნავს.

## როგორ გავხდეთ?

დღილი: 2 სუფრის კოვზი შვრიის ფანტელი და გახეხილი ვაშლი კეფირით შეხავებული. დღისით: 3-4 ვაშლი. საღამოს: 2 შემწვარი ვაშლი და ჭიქა კეფირი. დალიეთ ბევრი წყალი და მწვანე ჩაი.

# ეს იყო დიოტი?

❖ 1918-19 წლებში გრიპის ეპიდემიამ აშშ-სა და ევროპაში 20 მლნ ადამიანი იმსხვერპლა.

❖ ადამიანი, რომელიც დღეში ერთ კოლოფ სიგარეტს ეწევა, წელიწადში ნახევარ ჭიქა კუპრს სვამს.

❖ ადამიანი ცოცხალ არსებათაგან ერთადერთია, რომელსაც სწორი ხაზის დახატვა შეუძლია.

❖ ადამიანს სიცოცხლის განმავლობაში საშუალოდ 725 კილომეტრი თმა ეზრდება.

❖ ზრდასრული ადამიანის გული 220-260 გრამს იწონის.

❖ ერთი ნაბიჯის გადადგმისას ადამიანი 200 კუნთს იყენებს.

❖ ადამიანის ფეხის ცერთით 2 ძვალი აქვს, სხვა დანარჩენ თითებს კი — 3.

❖ პირიდან კუჭში მოსახვედრად საკვებს 7 წამი სჭირდება.

❖ კბილის მინანქარი ყველაზე მყარი, მაგარი ნივთიერებაა ადამიანის სხეულში.

❖ მოვლენას, როცა ადამიანი ძალიან ვაშკაშა სინათლის გამო მხედველობას კარგავს, თოვლის სიბრძავეს უწოდებენ.

## ოღებენ.

❖ ადამიანის თვალი ფერის 10 მილიონ ტონალობას არჩევს.

❖ მესოპოტამიაში ექიმს, რომელსაც პაციენტი უკვდებოდა, კლავდნენ. თუ უბრძავედებოდა — აბრძავედნენ.

❖ ხელოვნური კბილები პირველად ეტრუსკებმა გამოიგონეს იტალიაში, ჩვენს ერამდე 700 წელს. რომაელებმა პირველებმა შექმნეს და გამოიყენეს კბილის პასტა.

❖ შუა საუკუნეების ევროპაში თუ ექიმი ზუსტ დიაგნოზს ვერ სვამდა, პაციენტს სიფილისის დიაგნოზით ისტუმრებდა.

❖ არსებობს 100 სხვადასხვა ვირუსი, რომლებიც სურდოს იწვევს.

❖ ძველ საბერძნეთში მიღებული იყო ფიზიკური ვარჯიშების კეთება ქუჩაში სრულიად შიშვლად.

❖ ჩინურ დამწერლობაში იეროგლიფი, რომელიც აღნიშნავს სიძველეს, გამოისახება, როგორც ორი ქალი ერთ ჭერქვეშ.

გავიყნობ ქალს შეხვედრებისთვის

1. გავიყნობ 40-44 წლამდე ქალს, ვინც იცის მეგობრობის და ერთგულების ფასი. 551990025. ლუკა
2. გავიყნობ გოგოს შეხვედრებისთვის. ვარ 30 წლის, დასაქმებული, უცხოელი ბიჭი. 591218769, კახა
3. გავიყნობ 30 წლამდე ქალს. ვარ სიმპათიური ბიჭი. 598791218. გიო
4. გავიყნობ 30 წლამდე ქალს შეხვედრებისთვის, სასურველია იყოს თიანეთიდან, თუ გყავთ მანქანა უკეთესია. ვარ 25 წლის. 557505287
5. გავიყნობ თბილისში მცხოვრებ, მარტონელა ქალს შეხვედრებისთვის. 598327181
6. ვარ 38 წლის, თბილისელი მამაკაცი, გავიყნობ თბილისელ, არამსუქან, 35 წლამდე ქალს შეხვედრებისთვის. 593908100 ზურა
7. ვარ სიმპათიური, თბილისელი, მყავს მანქანა, გავიყნობ სიმპათიურ გოგოს შეხვედრებისთვის. 593135572. დათო
8. ვარ 32 წლის, დასაოჯახებელი, სამსახურით უზრუნველყოფილი, არამსმელი მამაკაცი. გავიყნობ ოჯახიან გორელ ან ახლოს მცხოვრებ ქალს. ვარ მშვიდი ხასიათის. 557321274
9. ვარ 38 წლის, მაღალი, სიმპათიური მამაკაცი. სამეგობროდ გავიყნობ ლამაზ ქალს, თბილისში მცხოვრებს. 557255777. ნიკა
10. ვარ 30 წლის, თბილისელი, სიმპათიური ბიჭი, შეხვედრებისთვის გავიყნობ 35 წლამდე, ლამაზ, ჯანმრთელ ქალს, აჭრია, გურჩიასა და სამეგრელოში მცხოვრებს. 593973884. ლამა
11. შეხვედრებისთვის გავიყნობ 40 წლამდე ქალს, რომელმაც იცის მეგობრობის ფასი და არ ეძებს სხვა ფასეულობებს. 551990025
12. გავიყნობ 35-40 წლამდე თბილისელ ქალს შეხვედრებისთვის. 555562562
13. გავიყნობ 28 წლამდე გოგოს თბილისში ან რუსთავეში მცხოვრებს, სერიოზული ურთიერთობისთვის. 577474753
14. ვარ ქუთაისელი, სიმპათიური ბიჭი, მანქანაიანი, მყავს ცოლი, შეხვედრებისთვის გავიყნობ ქმრის ან განათხოვარ ქალს. 555272506
15. გავიყნობ 38 წლამდე თბილისელ ქალს. დავარწმუნებ, რომ არ უნდა გაწყდეს მამაკაცის სინსილა. 557540464
16. შეხვედრებისთვის გავიყნობ მარტო მცხოვრებ ქალს, თბილისელს. ვარ 49 წლის მამაკაცი. 558117741. ემზარი
17. გავიყნობ 25 წლამდე გოგოს შეხვედრებისთვის. 551170146
18. სამეგობროდ გავიყნობ 30-45 წლამდე, ლამაზ, თბილისელ ქალს შეხვედრებისთვის, ვისაც ჩემსადიან ატკინეს გული. ვარ 40 წლის, სიმპათიური მამაკაცი. 555949083
19. შეხვედრებისთვის გავიყნობ სიმპათიურ, თბილისელ, 30 წლამდე გოგოს. ვარ 37 წლის, მაღალი, სპორტული აღნაგობის ბიჭი. 599909457. გია
20. გავიყნობ 25 წლამდე გოგოს, ვინც თავს მარტო და უმეგობროდ გრძნობს. ვარ თბილისელი, ძალიან მეგობრული და თბილი ადამიანი. 555217813
21. შეხვედრებისთვის გავიყნობ 40 წლამდე ქალს. ვარ 35 წლის, სანდო ადამიანი. 555487223
22. ვარ მაღალი, გამზდარი, სპორტული აღნაგობის, გავიყნობ 40 წლამდე ასაკის, სიმპათიურ, სუსტი აღნაგობის ქალს შეხვედრებისთვის. 551533792
23. ვარ 40 წლის, მაღალი, სიმპათიური, დასაქმებული, უცხოლო მამაკაცი, გავიყნობ 35 წლამდე სიმპათიურ, კარგი ხასიათის თბილისში მყოფ ქალს ხანგრძლივი მეგობრობისთვის. 557512738. ბელა
24. გავიყნობ სასიამოვნო ქალს სამეგობროდ. ვარ 41 წლის სიმპათიური მამაკაცი. 593201211
25. სამეგობროდ გავიყნობ თბილისში მცხოვრებ სულით წმინდა 35-40 წლამდე ქალს. ვარ თბილისელი, 47 წლის, მაქვს სამსახური და მყავს მანქანა. 557631392. ლევანი
26. ვარ 50 წლამდე, სამეგობროდ გავიყნობ ქალს. 557274186
27. შეხვედრებისთვის გავიყნობ მარტონელა ქალს ბინით უზრუნველყოფილს, წლოვანებას და სილამაზეს არა აქვს მნიშვნელობა. ვარ 30 წლის ბიჭი. 557639928
28. სამეგობროდ გავიყნობ 40 წლამდე ქალს, ვცხოვრობ თბილისში. 555225195
29. შეხვედრებისთვის გავიყნობ 25-40 წლამდე ქალს. 558191596
30. გავიყნობ სერიოზული ურთიერთობისთვის ქალს. ვარ 33 წლის. 598870337
31. ვარ 35 წლის, სპორტული აღნაგობის ბიჭი, შეხვედრებისთვის გავიყნობ წყნარ ქალს. 557985427. ლუკა
32. ვარ 29 წლის, სიმპათიური, სპორტული აღნაგობის, გავიყნობ გრძელთმიან, მოხდენილ, მშვიდ გოგოს, სერიოზული ურთიერთობისთვის. 555670378
33. გავიყნობ ლამაზ, 40 წლამდე ქალს შეხვედრებისთვის. ვარ სპორტსმენი. 551901204
34. სამეგობროდ გავიყნობ 37 წლამდე ქალს. ვარ 33 წლის, ქუთაისიდან. 551126761. კახა
35. გავიყნობ არამწვეკვლ, ლამაზ გოგოს სამეგობროდ. ვარ 33 წლის. 441191022. დათო
36. ვარ სიმპათიური, თბილისელი, მყავს მანქანა, გავიყნობ სიმპათიურ გოგოს შეხვედრებისთვის. 593135572. დათო
37. ვარ 26 წლის მამაკაცი, სამეგობროდ გავიყნობ 35 წლამდე ლამაზ ქალს. 555109884

**sms-ები**  
**გამოგზავნეთ**  
**ოქმბათიდან.**  
**sms-ის გამოგზავნის**  
**ბოლო ვადაა შაბათი,**  
**16 ნოემბერი,**  
**17 საათი.**

38. გავიყნობ 40 წლამდე ქალს შეხვედრებისთვის. 557581696
39. ვარ 40 წლის, სიმპათიური, თბილისელი მამაკაცი, ცოლს გაცილებული, სამეგობროდ გავიყნობ თბილისში მცხოვრებ ქალს. 555639450
40. ვარ 32 წლის, ქუთაისელი, სიმპათიური ბიჭი, გავიყნობ 45 წლამდე მომხიბვლელ, შეხვედრის ადგილის მქონე ქალს. 599568381
41. სამეგობროდ ან ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ ქალს. ვარ 28 წლის, ვცხოვრობ თბილისში. 598523571

- გავიყნობ ქალს ოჯახის შესაქმნელად**
1. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ გოგოს, ჰქონდეს სახლი, ვარ მშრომელი გლეხი. 577990578
  2. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ 27-დან 35 წლის ჩათვლით, სუსტი აღნაგობის, მაღალ ან საშუალო სიმაღლის ოჯახში გაზრდილ, მეოჯახე გოგოს. ვარ 38 წლის, ნორმალური შეხედულების მამაკაცი, უცხოლო, სუსტი აღნაგობის. 557918200
  3. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ 27-დან 35 წლამდე წესიერ და პატიოსან, გასათხოვარ გოგოს, ტრადიციული, პატიოსანი ოჯახიდან. ვარ უცხოლო, მოწესრიგებული, საშუალო სიმაღლის, 39 წლის მამაკაცი. 599156258
  4. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ ლამაზ, უმაღლესი განათლებით, მეოჯახე, 28 წლამდე ლამაზ გოგოს, ამბროლაურის რაიონიდან. ვარ 42/174/80 მამაკაცი ნაკლი. 555611755
  5. გავიყნობ შეძლებულ, თბილისელ ქალს, თუნდაც განათხოვრდეს, ოჯახის შექმნის მიზნით. ვარ ცოლს გაცილებული. 598729538
  6. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ თბილისელ, 30 წლამდე ქალს. ვარ თბილისელი, დასაქმებული, სერიოზული მამაკაცი. 557526058
  7. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ 28 წლამდე ასაკის, სასიამოვნო გარეგნობის გოგოს. ვცხოვრობ თბილისის გარეუბანში, მაქვს სამსახური, ვარ 28 წლის. 555490310
  8. ვარ სუფთა წარსულის, დასაქმებული, სერიოზული, 30 წლის მამაკაცი. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ თბილისელ, დედასერთა ან მარტონელა გოგოს. 555290345
  9. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ მაღალ, მოხდენილ, შუახნის ქალს. 599335363
  10. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ 40-50 წლამდე ქალს, განათხოვრდეს ან ქვრივს, სიმპათიურს, დიდმკერდიანს, პუტკუნას. 13 ნოემბერს ვხვდები 40 წლის. 557172135
  11. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ სასიამოვნო გარეგნობის, სუსტი აღნაგობის, თუნდაც განათხოვარ, 30-დან 40 წლამდე ქალს, სასურველია თბილისელი. 551790888
  12. ვარ 64 წლის მამაკაცი, ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ 38 წლამდე ქალს, რომელსაც არ ჰყავს და უნდა, რომ ჰყავდეს ბავშვი და იყოს დიასახლისი. 595469342
  13. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ გოგოს. ვარ 38 წლის, დასაქმებული მამაკაცი. 595591354
  14. ვარ ახალგაზრდა, სიმპათიური, თბილისელი, მარტონელა მამაკაცი. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ თბილისში მცხოვრებ 25-დან 35 წლამდე ქალს. 558270100
  15. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ 40 წლამდე პატიოსან ქალს. 555263388
  16. ოჯახის შესაქმნელად ან სამეგობროდ გავიყნობ ქალს. ვარ 28 წლის, ვცხოვრობ თბილისში. 598523571

- გავიყნობ მამაკაცს ოჯახის შესაქმნელად**
1. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ ყველანაირად შეძლებულ, კარგ, 27-დან 35 წლამდე მამაკაცს. ვარ განათხოვარი, მყავს შვილი. 555279625. მარი
  2. ვარ 39 წლის, პატიოსანი და ლამაზი გოგო, არ ვარ განათხოვარი. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ ბათუმელ ან თბილისელ საქმროს. 557692195. სოფო
  3. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ 35 წლამდე თბილისელ ბიჭს. 555226312
  4. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიყნობ 35 წლამდე თბილისელ, სიმპათიურ მამაკაცს. 555226312

- გავიყნობ მამაკაცს შეხვედრებისთვის**
1. სამეგობროდ გავიყნობ მხოლოდ თბილისელ, ინტელიგენტ, დასაქმებულ 45-დან 50 წლამდე მამაკაცს. 555309548
  2. გავიყნობ 40-დან 50 წლამდე ერთგულ, თბილ და დასაქმებულ მამაკაცს. ვარ 35 წლის, ბათუმელი ქალი. 558236102. ნანიკო სხვადასხვა
  1. ვინც იცის ოჯახის ფასი და არ გაუმართლა ცხოვრებაში, დამიძისიჯოს. 558454064
  2. სამეგობროდ გავიყნობ ნორმალურ ადამიანს. 591668065
  3. ვარ ლამაზი, ახალგაზრდა ქალი. ვეძებ 40-50 წლამდე მამაკაცს, ვინც გამიწვეს მეგობრობას და სასურველია იყოს დასაქმებული. 555669069

თუ გსურთ, ახლებელს მიუყოფთ ჩემი ან გაუზიაროთ თქვენი გიჟობები უჩინარ „სახის“ მეშვეობით, აჯიფეთ ახს „M“. შემდეგ – ტექსტი და გააგზავნეთ sms ნომერზე 2017 უკონტაქტის და 93887 მატის აბონენტებმა. გაყნობის განცხადებებში მიუთითეთ თქვენი ტელეფონის ნომერი. თქვენი ტექსტი დაიბეჭდება „სახის“ უახლოეს ნომერში. sms უნდა გამოგზავნოთ 16 ნოემბერს 17 საათამდე. ესთი sms-ის ლიხებუებაა 1 ლაჩი. ნუჩიცი, ჩმძიცი 3-ზე მეკ სმს-ში იქნება მოთავსებული, ახ დაიბეჭდება! ესთი ახეხაჯიხაჯი მიწიჩი ოხ ბაჩათუ მეცი ახ დაიბეჭდება

# მოქალაქე სილული სასწაულები მოწვევას გასდა

## მამა ზაქარია: „თავისი გოგოთის გზა ვევლამ უნდა გაიაროს“

კლდისუბნის წმინდა გიორგის სახელობის ეკლესია ძველ თბილისს ჯერ კიდევ მეთხუთმეტე საუკუნიდან ამშვენებს. ის ბეთლემის ქუჩის ბოლოშია და მთელ ქალაქს გადმოჰყურებს. ტაძართან მისასვლელი საცაღებო გზისა და ათობით საფეხურის ავლის შემდეგ საოცარ სილამაზესა და სიმშვიდით მოხვდებით. ეს ეკლესია წლების განმავლობაში დაკვეტილი იყო და მხოლოდ დღესასწაულებზე აღევლინებოდა წირვა-ლოცვა. 2002 წლიდან კი მოქმედი გახდა და, მიუხედავად რთულად მისასვლელი გზისა, ამ ულამაზეს ღვთის სახლს მრევლი არ აკლია.

ჩვენი რუბრიკის სტუმარი **მამა ზაქარია** (შონია) სწორედ კლდისუბნის წმინდა გიორგის სახელობის ტაძარში მსახურობს. „სარკვესთან“ მან არამარტო ტაძარზე, არამედ საკუთარ ეკლიან გზასა და კიდევ სხვა საინტერესო თემაზე ისაუბრა.

— მამა, გვიამბოთ ამ უძველესი ტაძრის ისტორია.

— კლდისუბნის წმინდა გიორგის ეკლესია მეთხუთმეტე საუკუნეშია აშენებული. არქეოლოგიური გათხრები ჩატარდა და გამოიკვია, რომ საკურთხეველი მრგვალი ფორმისაა. ასეთები კი მხოლოდ მესამე საუკუნეში შენდებოდა. როგორც ჩანს, ტაძრის მშენებლობა სწორედ მესამე საუკუნეში დაიწყო და შეჩერდა. მეთხუთმეტე საუკუნეში კი გაგრძელდა და დასრულდა კიდევ. ეს ეკლესია დაკვეტილი იყო და წირვა-ლოცვა მხოლოდ დღესასწაულებზე ტარდებოდა. ჩვენ რომ მოვედით, აქაურობა მოუწესრიგებელი იყო, ყველგან ნაგავი ეყარა. დავლაგეთ, ეზო მოვაპირკეთეთ. მე, ლერი თოდუა და ლადო ჯავახიშვილი დღე და ღამე ამ ტაძარში ვიყავით და აქაურობას ვანესრიგებდით.

— აქ თქვენ გარდა, კიდევ ვინ მსახურობს?

— ტაძრის წინამძღვარი არის მამა მიქაელი. კიდევ ჩვენთან მამა დავით ციციშვილი მსახურობს. ტაძრის გახსნაში წმინდა გიორგის შუამდგომლობას ვგრძნობდით. წმინდა გიორგის ერთი პატარა ხატი გვქონდა, რომელსაც ამ ტაძარში გადამოსვლისას მირონი გადმოუვიდა და მთლიანად დაიფარა. სხვა დროსაც მინახავს მირონმდინარე ხატი, მაგრამ ეს რალაც დიდ სასწაულს ჰგავდა. მამა მიქაელმა ეს ხატი მის უწმინდესობას აჩუქა და დღემდე მასთან, საპატრიარქოში ინახება. ერთხელ აქ ჯვარცმის და ღვთისმშობლის ხატებსაც წამოუვიდა მირონი. ასეთი ფაქტის შემდეგ ყოველთვის რალაც მნიშვნელოვანი და მაღლიანი ამბავი ხდებოდა ხოლმე. ზოგს რატომღაც არ სჯერა მირონმდინარე ხატების. ეს ისეთებს ემართებათ, რომლებიც რწმენაში მტკიცენი არ არიან. ქრისტიანული კუთხით თუ მიუდგები, მამინ დარწმუნდები, რომ ეს ღვთისგან მოვლენილი ერთ-ერთი სასწაულია.

— თქვენს ეკლესიაში რთულად მოსასვლელია გზა, ამის გამო მრევლის ნაკლებობას სიმ არ განიცდით?

— მიუხედავად იმისა, რომ ტაძარი შემალღებულ ადგილზეა და მოსასვლელი გზაც ცოტა რთულია, მრევლი მაინც გვყავს. აქ ამოდის ადამიანი, რომელიც

ნამდვილად უფალს ეძიებს და მასთან სიახლოვე უნდა. შემთხვევითი გამვლელიები ძალიან იშვიათად ამოდიან. გვყავს ოცვაციანი ჯგუფი, რომელიც ფსალმუნებს კითხულობს, გალობს და ყველანაირად გვეხმარება მსახურების ჩატარებაში. მე ხშირად ვაწყობ სამლოცველო ტურებს. ეს ჩვენი ერთგვარი ტრადიციაა. თვეში ან ორ თვეში ერთხელ მაინც მივდივართ სხვადასხვა ეკლესია-მონასტერში და იქაურობას მოვილოცავთ. რაც ყველაზე მთავარია, მრევლი ერთმანეთთან ახლოს არის, ერთმანეთის სიყვარული აქვთ და მე ეს ძალიან მახარებს. ქრისტიანობა ხომ სწორედ ერთობის სიყვარულზეა დაფუძნებული.

— თქვენს მონასტერში ოჯახში ვაჩვენებ?

— 1974 წელს დავიბადე და, მოგესვენებათ, მაშინ სარწმუნოების მიმართ ზოგადად როგორი დამოკიდებულება არსებობდა. რატომღაც ჩემი ოჯახის წევრები მორწმუნეები იყვნენ. ბებიანი და დედაჩემი სულ ლოცულობდნენ, სანთელს ანთებდნენ. მართალია, ეკლესიაში ხშირად ვერ მიდიოდნენ, მაგრამ გულში დიდ რწმენას ატარებდნენ. სწორედ ბავშვობიდან ნამოსულმა ამ სარწმუნოებრივმა ფესვებმა ცხოვრებაში ბევრი რამ გამკეთებინა. ძალიან დიდ რამეს ნიშნავს, როცა ოჯახში ერთი მლოცველი მაინც გყავს, რომელიც შენზე პატარაობიდან ლოცულობს. როდესაც ბავშვი ამ ყველაფერს ხედავს, შეუძლებელია უფლის მიმართ რწმენა მასაც არ გაუჩნდეს. დედა და ბებიანი მარხულობდნენ და მარხვას მეც ვიცავდი. მიუხედავად ამისა, ისე გავიზარდე, რომ ტაძარში არ შევსულვარ. 25 წლის ვიყავი, როდესაც ეკლესიაში პირველად წავიდი.

— სახამ კვლავსაქონს გზას შეუდგებოდათ, რას საქმანობდით?

— წარმოშობით აფხაზეთიდან ვარ. სოხუმში დავიბადე და გავიზარდე. 18 წლის ვიყავი, საომარი მოქმედებები რომ დაიწყო და მშობლიური კუთხე ჩემს ოჯახთან ერთად დევტოვდა. მას მერე თბილისში ვცხოვრობ. აფხაზეთის ომში ნახევარი წლის განმავლობაში ბრძოლაც მომიწია. ამის შემდეგ სამხედრო სამსახურში წავიდი. სამხედრო აკადემიის საოფიცრო სამთვიანი კურსები დავამთავრე. შემდეგ თითქმის 10 წელი ჯარში ვიყავი. ასეულის მეთაური და კაპიტანი გახლდით, მაგრამ იქ გაჩერება აღარ მინდოდა. არც სხვა სამსახურის დაწყების სურვილი მქონდა. უცებ გა-



**„დიდ ჩემს ნიშნავს, ხოცა ოჯახში ერთი მლოცველი მაინც გყავს, ხომელიც შენზე პატარაობიდან ლოცულობს. ხოდესაც ბავშვი ამ ყველაფერს ხედავს, შეუძლებელია უფლის მიმართ რწმენა მასაც აჩუქდეს“.**

დაწყვეტილება მივიღე და ჯარიდან მაშინვე ეკლესიაში წავიდი. მინდოდა, ისეთი ადამიანი მენახა, რომელიც ეკლესიაში წამიყვანდა და მოძღვართან ურთიერთობას შევძლებდი. შემდეგ გავიცანი კობა კვირიკაშვილი, ერისკაცი და მასთან ერთად გადავწყვიტე, რომ ამაღლების ტაძარში წავსულიყავი.

თავიდან ცოტა შეფერხებები გვქონდა. ორჯერ მივედით და მღვდელი არ დავგვხვდა. ერთი-ორჯერ კი გზაში გაუთვალისწინებელი რალაც შეგვემთხვა. მოკლედ, ბოლოს, როგორც იქნა, მივაღწიეთ. იქ დავგვხვდა ტაძრის წინამძღვარი მამა მიქაელ კაპანაძე. ასე, ერთად დავინწყეთ მე და კობამ ეკლესიაში სიარული, აღსარების ჩაბარება, ზიარება და სხვა ქრისტიანული წესების შესრულება. ამაღლებების ტაძარში 2 წელი ვიარე. მერე მამა მიქაელი კლდისუბნის წმინდა გიორგის სახელობის ტაძარში გადმოვიყვანეს და ჩვენც გამოვეყვით.

— როდის მისვდით, რომ ეკლესიის წიადში უნდა დარწმუნდით და სასულიერო პირი გამხდარიყავით?

— ნელ-ნელა დავდექი არჩევანის წინაშე, როდესაც უნდა ამერჩია, რომელი გზით წავსულიყავი. უფალს მთელი გულით ვევედრებოდი, ჩემთვის სწორი გზა ეჩვენებინა. მართლაც, იმ დროს, როცა ეკლესიის მოპირკეთებაში ვმონაწილეობდი, გამოჩნდა ჩემი გზა — ზარზმის მონასტერში წასვლა მომიწია. პეტრეპავლობის ორკვირიანი მარხვის პერიოდი სწორედ იქ გავატარე. ის ძალიან მაღლიანი ადგილია. იქ განისვენებს სერაფიმონ ზარზმელი.

მოკლედ, მონასტრიდან დიდი ემოციებით დავბრუნდი. ჩამოსვლიდან მალე დავოჯახდი. ამის შემდეგ სასულიერო სემინარიაში ჩავაბარე. ამასობაში შევიღე შემეძინა. 2009 წელს კი უწმინდესისა და უნეტარესის ლოცვა-კურთხევით, გურჯაანისა და ველისციხის ეპარქიის ეპისკოპოსმა მეუფე ექვთიმე დიაკვნად მაკურთხა. წელიწადნახევრის შემდეგ რუსთავისა და მარნეულის ეპარქიის მიტროპოლიტმა მეუფე იოანემ მღვდლად დამასხა ხელი. დიაკვნობა ქაშუეთის ეკლესიაში გავატარე, მღვდლობის პირველი წუთიდან კი ამ ტაძარში ვამოვეყვით.

— შეიძლება ითქვას, რომ ზარზმის → 75

**გაიაღვილეთ საჭმლის მოწოდება**

**იკონიეთ მიიღეთ უფიქტური**

# კრეზამი

**თითო კაფსულა ყოველი ჭამის დროს**

**www.krezam.ge**

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

# ღმერთი სხვადასხვა ფორმით სულ ჩვენთან არის, თუ ჩვენ გვაქვს ამის სურვილი ხსენება იდომონამისა ჰიოკოტისა (ჰიოკოჰისა)



## ბამბრკელაბა

**ნ**ენამ უპასუხა: „თუ ხართ ქრისტი ღმერთის ანგელოზები, მაშინ დამარ-წმუნეთ და ჯვარს ეციტ თაყვანი პირჯვრის გამოსახვით“. მისდა გასაკვირად, ანგელოზებმა დაუმორჩილებლობა გამოხატეს და მიუგეს: „ეჭვი რატომ შეგე-პარა და რატომ არ დაიჯერე ჩვენი?“ წმინდანს წინა დღეს მომხდარი მოვლენები გაახსენდა, როცა ამგვარი გზით ჰქონდა მცდელობა, ქრისტი შეეყვარებინა წარმართებისთვის და მიუგო ანგელოზებს: „იცით, რომ სამ ყრმას, დანიელთან ერთად წამე-ბულთ, ამგვარი გზით გამოუგზავნა უფალ-მა თავისი ანგელოზები და მათ შვება მიიღეს ანგელოზებისგან, რადგან ცეც-ხლთან უწევდათ ჭიდილი. მე კი, რომელიც არ ვარ ჩაბმული ცეცხლთან ჭიდილში, რით გავხდი ღირსი ანგელა პატივისა?“.

ეს სიტყვები იყო წმინდანის თავმდაბ-ლობის გამოხატულება. თვლიდა, რომ განსაკუთრებულს არაფერს აკეთებდა, თუმცა მის თავდადებას უფალი ხედავდა და ამჩნევდა ყველას გულთაშიღველი. მან დააჯილდოვა წმინდანი და საღვთო ნათ-ლით შემოსა. პირადად ასხურა უფალმა წყალი გონდაკარგულ წმინდანს და თვი-თონვე უწოდა ნენიას ნაცვლად სახელი პროკოპი: „ამ სახელის ტარების ღირსი იქმენი თვით ჩემი მამისგან, რადგან შეწა-ირები არიან ღირსნი, ატარებდნენ ამგვარ სახელს“ (ბერძნულად პროკოპოტი წინ-სვლას, წარმატებას ნიშნავს).

ეს არის წარმატებული ადამიანის სინო-ნიმი. წმინდანიც წარმატებული იყო, ვინა-იდან მას ჰქონდა გაბეზება, რომ სხეუ-ბისთვის, მტარვალისთვის მოეწოდებინა, მიეღოთ ქრისტეს ნათელი. წმინდანმა საკუთარი სახლის მოსმენისთანავე მუხ-ლი მოიყარა ღვთისა წინაშე და წარმოთქვა შემდეგი: „თანახმა ვარ, მივიღო, მეუფეო, თქვენი უსაზღვრო კაცთმოყვარის შემოთა-ვაზე და გვედრებო, განაძლიერე და განამტკიცე ჩემი სული ყოველგვარი სენი-საგან, რადგან ვმიშობ, არ შემერყეს რწმენა და უკან დახვევა არ მომიწიოს წამების შედეგად“. მაშინ მოესმა უფლის ხმა: „ნუ შეშინდები, რადგან ყოველთვის მე ვიქნები შენ გვერდით“.

სიტყვები, რომლებიც უთხრა უფალმა, წმინდა პროკოპისთვის ბოლო წვეთი აღ-მოჩნდა, რათა აღარასდროს შეჰპარვოდა ეჭვი, რომ უფალი ყოველთვის მის გვერ-დით იყო და არასოდეს მიატოვებდა. მეორე დღეს ულკიონმა მსახურები გაგზავნა, რათა ენახათ, ნენანია იყო თუ არა ცოცხალი. მოსულ მსახურს მოახსენა ტერენტისმა, ნენიას მეგობარმა, სრულიად ჯანმრთე-ლია, საერთოდ არაფერი ემჩნევა და ჩემ-თვისაც გასაკვირია, ეს როგორ ხდებაო. თუმცა ფაქტი იყო, რომ ნენანია სრულიად ჯანმრთელი იმყოფებოდა საპრობილეში. მაშინ გადანყვიტა ულკიონმა ნენიას

მოყვანა, რათა თავისი თვლით ენახა, მართალს ეუბნებოდნენ თუ არა თავისი მსახურები. მართლაც, გადაწყდა მოედანზე წმინდანის გამოყვანა ხალხის წინაშე და მისი დამცირება, მაგრამ მწარედ მოტყუე-და ულკიონი, როცა ხალხმა ნახა სრულიად ჯანმრთელი ნენანია, უკვე წმინდა მოწამე პროკოპი, გაკვირვებისგან აღიღებდნენ ნე-ანიას ღმერთს და აყვედრიდნენ ულკიონს: „ღმერთი, რომელიც ამ წმინდა კაცს სწამს, ჩვენც შეგვეწვევა ყოველთვის“.

ეს უკვე ცუდის ნიშანი იყო ულკიონისა და მისი ქურუმებისთვის, რადგან ხალხს ნანახი ჰყავდა რამდენიმე დღის წინ სასიკ-ვდილოდ ნაცემი ნენანია და ახლა კი მათ წინაშე იდგა სრულიად ჯანმრთელი. ეს იმის საფუძველი შეიძლებოდა გამხდარი-ყო, რომ ხალხის უმრავლესობას შეიძლება უარი ეთქვა კერპებისთვის მსხვერპლშე-წირვაზე, რასაც ვერავრით დაუშვებდა დიოკლეტიანეს ერთგული მსახური, ჯა-ლათი ულკიონი.

მტარვალმა თვითონ მიმართა ხალხს: „ძვირფასო თანამემამულენო, რა გიკვირთ, რას ხედავთ განსაკუთრებულს და რის-თვის შენატრით ნენიას? იმიტომ, რომ ჩვენმა დიდებულმა, უძლეველმა და კაც-თმოყვარი ღმერთებმა შეებრძალეს ეს უგ-ნური და ურჯულო და სასწაულებრივი ძალით განკურნეს, ვინძლო გონს მოვი-დეს?“. ამაზე წმინდანმა თვითონ უპასუხა სიტყვით გამომსვლელ მტარვალ და ცრუ ულკიონს: „აშკარაა, რომ გაოცებული ხარ მომხდარით. ამის დამალვას ვერ შეძლებ, რაც უნდა ეცადო. თუმცა მე მაინც მწადია, შევიდეთ ტაძარში და იქნებ იქ გავარკვიო-თ, ბოლოს და ბოლოს, სად არის ჭეშმა-რიტება“.

ულკიონმა ახლა ნამდვილად ველარ და-მალა სიხარულნარევი გაოცება. შესაძლე-ბელია, დაფიქრდა ნენანია თავის საქციელ-ზე და ნანობს კიდევ იმას, რაც მოხდაო, ფიქრობდა გახარებული ულკიონი თავის-თვის. მაშინვე ბრძანა, სასახლიდან სამ-სხვერპლოებამდე გზები მოერთოთ თეთრი ფარდავებით. ყველას, ვისაც ევალბოდა, მაღალი ხმით ემღერა შემდეგი სიტყვები: „ნენანია მობრძანდება ტაძარში, რათა მსხვერ-პლი შესწიროს ჩვენს უკვდავ ღმერთებს“.

მთელი ქალაქის წარმართი მოსახლეობა გზად გამოკრეფილიყო და ხარობდნენ მომ-ხდარის გამო. როგორც კი ტაძრის შესას-ვლელთან მიაღწიეს, მაშინვე დანინაურდა ნენანია და დიდებულებს განუცხადა: „დარ-ჩით გარეთ, რათა უფრო თავისუფლად შევძლო, ჩემი სათხოვრით მივმართო უფ-ალს, თუნდაც ეს იყოს ცრემლით, რათა მომიტევენ ღმერთებმა ჩემი მათდამი ლან-ძღვა-შეურაცხყოფა და თუ წინააღმდეგი არ ხართ, იქნებ ამის შემდეგ შემოხვიდეთ“. წინააღმდეგი არავინ წასულა და ყველა გარეთ დარჩა.

შევიდა მარტომარტო წმინდა ნენანია, ან უკვე პროკოპი, ტაძარში, დანარჩენები კი მოთხოვნისამებრ ტაძრის გარეთ განაგ-რძნობდნენ ლოდინს. სამსხვერპლოში შე-სულმა წმინდანმა აღმოსავლეთით ზეცას მიაპყრო მზერა და ილოცა შემდეგნაირად: „უფალო იესო ქრისტიე, ძეო მხოლოდშობი-

ლო უხილავო მამისაო, შემოქმედო ხილუ-ლისა და უხილავისაო, სიტყვაო მამისაო ყოვლადძლიერო, ახლავე ალაპყარ ხელნი შენინ ყოველისა შემოქმედო და ნანგრევე-ბად ჰქმენ სამსხვერპლო ესე ურჯულოები-სა და ცდომისა, რათა არცალა ცდუნდებო-დეს არცარავინ ხორციელი, რაითამცა მეფემანცა შეიცნოს ცთომილება თავისი და ყოველმან მსახურმან მისმან აღიაროს, რომ შენ ხარ უფალი მხოლოდშობილი და სამარადჟამო, თვინიერ შენსა ღმერთი არ არსებობს, შენ ხარ მეფე საუკუნეთა უკ-ვდავო“.

შემდეგ ნენიამ გამოისახა პირჯვარი, აპოლონის ქანდაკებას, რომელიც ტაძარში იდგა, ხელი მოამხსვრია და თქვა: „ჩემი უფლის სახელით გიბრძანებთ, ნამცეცებად იქეცით, მტვრად და მიწად გადაიქეცით, რათა დატოვოთ ეს ტაძარი და ველარავინ შეძლოს თქვენი ხილვა!“. ეს იყო სასწაუ-ლი, რომელიც აღასრულა უფალმა წმინდა პროკოპის თხოვნით და არათუ მიწად, წყლად იქცა ცოცხათმდე კერპი და გარეთ მყოფმა ხალხმა საკუთარი თვლით ნახა წყლად და მტვრად ქცეული თავისი „უძ-ლეველი და ყოვლისშემძლე“ ღმერთები.

ამის მხახველი ტაძრის გარეთ მყოფი ხალხი ხმაშალა გაიძახოდა: „ღმერთო ქრისტიანთაო, ჩვენც მოგვხედე მონათლითა თვალთაო!“. იმ ორმა მოსამართლემ, რომ-ლებიც ასამართლებდნენ წმინდანს ულკი-ონის ბრძანებით, იესო ქრისტიე აღიარეს ღმერთად. ამ სასწაულის ხილვის შემდეგ ტირანს უნდოდა მათი დახოცვა, მაგრამ იმ დღეს ხალხის შეეშინდა და მეორე დღის-თვის გადადო მათი წამება.

ღამით წარმოუდგენელი რამ მოხდა: საპრობილეში მივიდნენ წმინდანთან ულ-კიონის ჯარისკაცები და ითხოვეს პროკო-პისგან, ქრისტიანებად მონათლულიყვნენ, თუნდაც ეს სიკვდილის ფასად დასჯდო-მოდათ. უზომოდ ბედნიერმა წმინდანმა მიმართა მათ, ეპისკოპოსს ვთხოვ და ამის შემდეგ შემიძლია გიპასუხოთ თქვენ წინა-დადებაზეო. მართლაც, თანხმობა განაცხა-და ეპისკოპოსმა ლეონტიმ, წმინდანის თხოვნით მათი ნათლობა ჩაეტარებინა.

ბევრი რომ არ გავაგრძელოთ, მეორე დღეს შეიტყო საკუთარი ჯარისკაცების გაქრისტიანების შესახებ ტირანმა და გან-რისხებულმა ბრძანა მათი სამაგალითო წამება, რათა აღარასდროს აღარავის მოს-ვლოდა თავში მსგავსი რამ. როცა წმინ-დანმა ნახა სამსჯავროსკენ მიმავალი ახალ-მონათლულები, შესთხოვა უფალს, გამ-ძლეობა მიეცა მათთვის, რათა კიდევ შეჰმატებოდა ქრისტეს მხედრობას ნათ-ლობის, ქრისტიანობის მსურველნი. ზეცი-დან ხმა მოესმა წმინდანს: „შეისმინა უფ-ალმა შენი თხოვნა, პროკოპო!“.

22 მარის თვეში მოჰკვეთეს ახალმონათ-ლულ ჯარისკაცებს და მათთან ერთად ორ მოსამართლეს, რომლებმაც აღიარეს ქრის-ტიე, მათი სახელება — ნიკოსტრატოსი და ანტიოქე. პროკოპი ისევ ციხეში ჩაკეტეს, რათა სურდათ მისი სამაგალითოდ დასჯა. მასთან ერთად კიდევ დაატყვევეს თორმეტი ქალი, რომელთაც აღიარეს იესო ქრისტიე ღმერთად. მეორე დღეს ეს ქალებიც აწამეს,

კოცონი შეუნთეს, თუმცა ღვთის მადლით და წყალობით გაუღწიებლად მანც ვერაფერი დააკლეს.

ამ უბედურებას ტირანი ულკიონისთვის ისიც დაემატა, რომ წმინდანის დედამ თეოდოსიამ ალიარა თავისი შეცდომა და მოინდომა, ამ ქალებთან ერთად ისიც ეწამებინათ, რადგან თვითონაც ქრისტიანად აღიარა თავი. ახლა წმინდანის დედას მიმართა ბოროტეულმა ტირანმა: „ქალბატონო, როგორღა მოხდა, რომ ურჯულოების გზას დაადევით, უარი თქვით მამაპაპათა ღმერთებზე და შეიცვალეთ თქვენი სასოება ქვემარტი ღმერთებზე?“. მიუფო თეოდოსიამ: „მე არ დავდგომივარ ურჯულოების გზას, არამედ ურჯულო ვიყავი, როცა უმოქმედო, არაფრის შემძლე კერპებს ვალმერთებდი. ახლა მივხვდი, ვინ არის ქვემარტი ღმერთი და უარს ვამბობ ურჯულოებაზე, რომელსაც თქვენ ეთავყავებით“.

დამწუხრდა ტირანი თეოდოსის აღიარებით და ბრძანა, დანარჩენ ქალებთან ერთად საპყრობილეში ჩაესვათ, ვიდრე სიკვდილითი დასჯიდა მათ. 29 მაისს ნეტარ თეოდოსიასთან ერთად ყველას თავები მოჰკვეთეს. რამდენიმე დღის შემდგომ ბრძანა ულკიონმა წმინდანის მოყვანა სასახლეში. მთავარმა პკითხა: „ველარ გაძეხი, ამდენი უდანაშაულო სული რომ შეინიერე?“. წმინდანმა კი მშვიდად უპასუხა: „მე მათ წარვუძეხი არა დასალუპავში, შენაირების მსგავსად, არამედ მე მათ მივუძღვი, რომ დასალუპავიდან დავიხსნა“.

განრისხებული ტირანი ულკიონმა ბრძანა, რკინით ეცემათ დაუნდობლად, თუნდაც მოეკვლათ საერთოდ, მაგრამ ვერც მისი მოკვდინება შეძლეს. უფალი ძალას მატებდა, მხნეობა არ აკლდა, ლოცვის ხალისი ყოველთვის ჰქონდა. მტარვალი კი ძალიან ცუვდა გრძობდა თავს, რადგან ვერაფრით გატეხა წმინდანის სიმტკიცე. სიცხემ ისე აუწია, ძლივს გადაარჩინეს. ბოლომდე დაავადმყოფდა, ისე მოკვდა, ვერც ერთმა ექიმმა ვერაფერი გაუყო.

რაც შეეხება წმინდანს, მას უფალმა სასწაულომოქმედების უნარი მიჰმადლა, სამკურნალოდ იყენებდა ბუნებრივ მცენარეებს და ამასთან ერთად ყოველდღობრივ ჯვრის ძალით უწმინდური სულებისგანაც არაერთი ადამიანი განკურნა.

ულკიონის შემდეგ ახლა უკვე პალესტინაში მოღვაწე მთავარი, სახელად ფლაბიანე გადაეკიდა წმინდანს და მისი მოკვდინება განიზრახა. კესარიასი მყოფი წმინდანი დაიბარა და პკითხა, რა არის შენი სახელი. „ქრისტიანი ვარ და მეძახიან პროკოპის, ეს სახელი ჩემთვის არ მოუცია ადამიანს, არამედ ჩემმა უფალმა ღმერთმა“. ფლაბიანოსმა ისევ პკითხა: „ნუთუ არ იცი, რომ ის, ვინც ღმერთებს არ ეთავყანება და მსხვერპლს არ სწირავს, მეფის ბრძანებისამებრ სასტიკი ნამებით ისჯება, შენ კი გნამო ერთი, რომელიც ქალისგან არის შობილი და რომელიც ჯვარს აცვეს? ნუთუ შენი საქციელი მოგნონს, რომ მას აღიარებ ღმერთად? იცოდე, სიკვდილს იმსახურებ“.

წმინდანმა უპასუხა: „უმჯობესი იქნებოდა, მთავარო, ჯერ შეგცნო, რომ ღმერთი არის ერთი და არა რამდენიმე, რომელმაც შექმნა ხილული და უხილავი სამყარო, მათ შორის შენც და მეც. ისინი, რომლებსაც თქვენ ღმერთებს უწოდებთ, უბრალო, უსული კერპებია, რომლებიც ფილოსოფოსთათვისაც კი სახელად უწოდებენ, არა თუ მორწმუნეთათვის. თუ კიდევ არ გჯერა, მაშინ მეტი დამაჯერებლობისთვის იქნებ პლატონის ან არისტოტელეს ნაშრომებს

გაცენო, თუ რას ამბობენ ისინი. ეს სამყარო ხილულიც და კიდევ უხილავიც არის ერთი შექმნილი და არა ამ ქვისგან გამოთლილი უსული საგნების. ის ერთი კი არის უკვდავი. რაც შეეხება შენს შეფასებას, რომ ის ერთი არის ქალისგან შობილი და რომელიც ჯვარზე გააკრეს, მინდა გითხრა, რომ თუ გინდა, ეს დიდი საიდუმლო შენთვის გასაგები იყოს, ცოტადრო მჭირდება ამისთვის და შენი თვლით ნახავ“.

ფლაბიანეს ეგონა, წმინდანი ატყუებდა და განრისხებული უპასუხა: „ის, რაც ზეცაში ხდება, როგორც ამბობ, არის ზეციერების საქმე და არა ჩვენი, მიწაზე მყოფების. შენ გააკეთე, რასაც გუფებები, მსხვერპლი შენრივ ჩვენს მიწიერ ღმერთებს, რადგან სხვაგვარად სიკვდილი მოგელის“. წმინდანმა კი მიუფო: „უგნურო მონავ, რადგან არ გასურს ნამდვილი ღმერთის შეცნობა, როგორც გასურს, ისე მოიქეცი. მუქარით ბევრი იმუქრება და, ნეტავ, ვის აშინებთ თქვენი მუქარით? ადამიანების ხორციელ ხართ გამძღარნი, მე კი არ მანადვლებთ თქვენი მუქარა, არასდროს შევნირავ მსხვერპლს უსული უგნურებას, მოიქეცი ისე, როგორც გასურს. მე ერთ ღმერთს ვესაგ და ვეთავყვანები, ეს არის ქრისტი“.

განრისხებული ტირანი ცოფებს ყრიდა, მაგრამ ხალხის შეეშინდა და ვერ გაბედა წმინდანის მოკვდინება. ჩუმად უბრძანა ერთ მსახურს, სახელად არხელაოსს, თავი მოეკვიათ მისთვის. არხელაოსმა როგორც კი აღმართა ხმალი წმინდანის წინააღმდეგ, მაშინვე ხელგამძმარი უსული გაგორდა მიწაზე. ეს სასწაული ისილა არაერთმა ადამიანმა და ყველას შეეშინდა. შეშინებულმა ფლაბიანოსმა ბრძანა, ხელ-ფეხ-დაბმული ჩაეგდოთ საპყრობილეში, რათა ვეღარ გამოეყენებინათ თავისი მაგიური შესაძლებლობები, როგორც ეს სწამდათ წარმართებს, რომ იყენებდა მაგიურ ძალას.

ექვსი დღის შემდეგ დაიბარა ფლაბიანოსმა ხელ-ფეხშეკრული წმინდანი სასახლეში და უთხრა: „ვიდრე შენი სხეული ნამცვე-ნამცვე მიტყვევია, ახლავე მოიქეცი ისე, როგორც გიბრძანებ“. წმინდანმა კი მშვიდად უპასუხა: „აი, აქ მაქვს სხეული და მოქეცი, როგორც გინდა, რათა ასიამოვნო შენივე მსგავს დემონებს“. ფლაბიანოსმა უთხრა: „ამ შეურაცხყოფით შენ ცდილობ, კიდევ უფრო განმარისხო და ისეთივე მაგიით შემომიტიო მეც, როგორც ეს გაუკეთე არხელაოსს“. უბრძანა თავის მსახურებს, გააკარათ მიწაზე და ოთხმა კაცმა შეუბრალებლად ცხემით ხარის ნედლი ძარღვებით.

ამითაც ვერაფერი დააკლეს წმინდანს. კიდევ უფრო ბედნიერი იყო, რაც მეტად აწამებდნენ. შამფურზეც წამოაგეს, მაგრამ ამაოდ. ბოლოს ისლა დარჩნოდათ, იძულებით მიეყვანათ სამსხვერპლოსთან, იქნებ ამ გზით მანც შეეწირა მსხვერპლი. კერპი გავარვარებულ რკინაზე მოათავსეს, წმინდანის ხელი რკინით ეკავათ და ისე ცდილობდნენ, საკმეველი შეეწირა სამსხვერპლოსთვის. მართალია, ეს ყოველივე წმინდანის ნების საწინააღმდეგოდ ხდებოდა, მაგრამ ფლაბიანოსს მანც ეგონა, შევება იგრძობდა.

გულისტკივლით ცრემლი წამოსცივდა წმინდანს, რომ იძულებით ასეთი რამ შეიძლებოდა მომხდარიყო და ძველი აღთქმის მსგავსად შემდეგი სიტყვებით ილო-

ცა: „უფალო, თუ შესაძლებელია, ხელი გამიშეშე, რათა ვერ შეძლონ, ჩემი ხელით იმოქმედონ ამგვარი ბოროტებისთვის, საბრძოლველად გამინერთის ხელებს და მოჭიპავს სპილენძის მშვილდს ჩემი მკლავი“ (2 მეფეთა 22, 35-36). გახარებული ფლაბიანოსმა მიმართა წმინდანს: „აი იძახდი, ვერანაირი ნამებით ვერ შეარყევ ჩემს რწმენასო, მაშ, რატომ გაქვს თვალებზე ცრემლები?“.

წმინდანმა მიმართა: „ტყუილად ნუ ფიქრობ, მტარვალო, რომ ტკივილის გამო ვტირი, ჩემი სხეული ხომ არის თიხა და ყველამ იცის, როცა თიხა უახლოვდება ცეცხლს, რათა გამოინთოს და მტკიცე შეიქმნას, მაშინ წყალი გამოსდის და ამის შემდეგ ხდება უმტკიცესი. ისეა ახლაც. რადგან ცეცხლს მივუახლოვდი, ჩემი ცრემლები ის წყალი, რომელიც ჩემს სხეულს გამოსდის, რათა კიდევ უფრო მეტად გავაჟღეს. უფრო მეტად კი იმაზე ვტირი, რომ შენს უგნურებას და დემონების სამსახურს წარსაწმენდალად ჰყავხარ განიერული და არ ვიცი, რით გიშველო. უგნური ხარ, რადგან შეგიძლია, საუკუნო მეფობა გაცვალო წუთიერ მეფობაში და პატივში, იმას კი არ ფიქრობ, რომ საუბედუროდ მომაკვდინებელი ცეცხლი გელოდება, რომელიც არასდროს ქრება“.

ახლა უბრძანა თავის მსახურებს, ჩამოეკიდათ წმინდანი და ფეხებზე ლოდები დაეკიდათ, რათა ნაწილ-ნაწილ გაეხლიჩა. ამანაც ვერ გამოიღო შედეგი, ლოცვა არ შეუწყვეტია წმინდანს. მაშინ დიდი კოცონი დაანთებინა და შიგ ჩაუშვა წმინდანი, რომელმაც ჯვარი გადასახა და ხანძარი იქით-აქით გაფანტა. ახლოს ვინც იდგა, ყველა ცეცხლმა იმსხვერპლა. ამის მხანველებს ყველას შეეშინდა და ხმაძალე გაიძახოდნენ: „სიკვდილი დემონის მსახურს მაგიის გამო, რათა ქალაქი შეიძლება ჩააგდოს საფრთხეში თავისი მაგიური მოქმედებით!“.

დარწმუნდა მტარვალი, უზომოდ დამცირებული და შეურაცხყოფილი, რომ წმინდანს აზრს ვერ შეაცვლევინებდა, ამიტომაც გასცა ბრძანება, გაეყვანათ ქალაქის გარეთ და თავი მოეჭრათ მისთვის. როცა მკვლელმა მიიყვანა იმ ადგილ ას, სადაც უნდა აღსრულებულიყო მტარვალის ბრძანება, ღირსმა პროკოპიმ ლოცვისთვის დრო ითხოვა. უფალს შეევედრა, ქალაქის მცხოვრებლები დაეცვა დემონთა მსახურებისგან, ჩაენერგა მათთვის უფლის სიყვარული და სასოება. ბოლოს სთხოვა უფალს, ვინც კი მისი სიკვდილის შემდგომ მისი სახელით ითხოვდა რამე სულიერ სათხოვარს, ყველას აღსრულებოდა.

ლოცვის დასრულების შემდეგ ხმა შემოესმა ზეციდან: „შესმენილ იქნა შენი სათხოვარი, პროკოპი. უცილობლად აღსრულდება, რაც ითხოვე, შენ კი გელოდება ოქროს გვირგვინი, რომელიც დაიმსახურე ზეცათა მოქალაქეობის გამო“. მისი აღსასრული ღვთის, ყოვლადწმინდა სამების სადიდებლად იხსენიება 8 ივლისს და ვინც შეავდურებს წმინდა პროკოპის, ყველა ღვთისათნო ცხოვრება შეუსრულდება. მისმა სხეულმა გარდაცვალებისთანავე დაიწყო მირონის დანა. ქრისტიანებმა უდიდესი პატივით დაკრძალეს და არაერთი სასწაულიც აღსრულდა მის ცხედართან მიახლოებისას.

წმინდაო დიდო მონაწილე პროკოპი, შეგვენეი და მეო გვეყვ ჩვენ, ცოდვილთა წინაშე უფლისა ჩვენიას, ამინ!

**ქრისტესმიერი სიყვარულით  
პროტოდიაკონი მირიანი. ამინ!  
დასასრული**

# „აფხაზთა უფლისაჲს გვიხარებთ თხოვნას, ავადმჯანსაღი იქნეთ და სიხარულით აღიარებთ მისი სახელით“



მამა გიორგი

**მ**ორწმუნეთათვისაც სწორად გაუგებარია, თუ რას ნიშნავს მართლმადიდებლობა და ის ერთ-ერთი მრელიგიური მიმდინარეობა ჰგონიათ. საეკლესიო მამების განმარტებით, მართლმადიდებლობა სულიერი მდგომარეობაა, რომლის დროსაც ღვთის რწმენა იმდენად დიდია, რომ უსაფუძვლო შიშისთვის, ამქვეყნიური ამოებისა თუ კითხვებისთვის ადგილი აღარ რჩება. რადგან ადამიანის ბუნებისთვის ძლიერი რწმენა არცთუ სწორი მოვლენაა და ბევრს მარტვი კითხვებზე პასუხის არქონაც აბრკოლებს სულიერად, არსებობს მოძღვარი, რომელიც ყველა მნიშვნელოვან საკითხზე სრულ ინფორმაციას გვანდის. წმინდა იოანე ღვთისმეტყველის სახელობის ტაძრის დეკანოზი, **მამა გიორგი** (სხირტლაძე), ტრადიციულად, სხვადასხვა კითხვებზე გვცემს პასუხს.

— **მამა, რა არის მართლმადიდებლობის არს, რატომ ჰქვია ამ სარწმუნოებას ასე?**

— თვითონ სიტყვა მიგვანიშნებს, რომ მართლმადიდებლობა სიმართლის მადიდებლობაა. მართლმადიდებლური სარწმუნოება — ეს არის სარწმუნოება, რომელიც ქრისტეს აღდგომიდან დღემდე ცოცხალია. მართლმადიდებლობა გახლავთ მართალი სარწმუნოების დიდება.

— **რატომ სხუდვით იესო იუდეველებს?**

— ამის განმარტება ცოტა რთულია იმ თვალსაზრისით, რომ ამას ბევრი წინაპირობა აქვს, მაგრამ, მოკლედ თუ ვიტყვით, მიუღებელი გახდა იესო ქრისტეს მიერ ახალი აღთქმის სწავლება იუდეველებისათვის. ისინი ფიქრობდნენ, რომ მხოლოდ ძველი აღთქმით უნდა ეცხოვრათ. ასევე, უფალი, რომელიც ქადაგებდა სულის უკვდავებას, გარკვეული ადამიანების მხრიდან მიუღებელი გახდა იმის გამო, რომ თვითონ იესო ქრისტე, როგორც ძე ღვთისა და ძე კაცისა, მათთვის მიუღებელი იყო. ისინი ელოდებოდნენ მესიას, რომელიც მათ სიდიდრეს მოუტანდა.

— **რატომღაც სწორად, როცა ადამიანი ეკლესიურ ცხოვრებას იწყებს და ამ იმეათ იწყებს, რომ მისი ცხოვრება უფრო წინაშეაღებული ვაქნეს?**

— ჩვენ ეკლესიაში დავდივართ არა იმისთვის, რომ ბარაქა მივიღოთ და პრობლემები მოვავაროთ, არამედ სულის საცხოვრებლად, უპირველესად ამაზე უნდა ფიქრობდეს ადამიანი. დანარჩენი უკვე ღვთის მიერ დაიშვება. ამასთან დაკავშირებით შეგვიძლია გავისხენოთ მრავალტანჯული იობის მაგალითი ძველი აღთქმიდან: წმინდა მრავალტანჯული იობი (დაახლ. ძვ.წ. 2000-1800 წ.წ.) ცხოვრობდა ჩრდილოეთ არაბეთში, ყუცის ქვეყანაში. ღვთისმოშიში და ღვთისმოსავი იობი მთელი სულით უფლის ნებას ეყო მინდობილი. ღმერთმა აკურთხა მისი ციოლმსახურება და ურიცხვი სიმდიდრე მიჰმადლა: უამრავი საქონელი ჰყავდა და ყოველგვარი სიკეთით იყო აღსავსე. მისი შვიდი ვაჟი და სამი ასული ურთიერთსიყვარულით ცხოვრობდა. ისინი მორიგეობით იკრიბებოდნენ ერთმანეთთან საერთო ტრაპეზზე, სამართლიანობისა და პატიოსნებისთვის წმინდა იობი საყოველთაო პატივით სარგებლობდა თანამოქალაქეებში.

ერთხელ, როცა უფლის საყდარში წმინდა ანგელოზები გამოცხადდნენ, მათ შორის გამოჩნდა სატანაც. ღმერთმა ჰკითხა სატანას, ნახა თუ არა მან მონა უფლისა იობი, მართალი და უმანკო. სატანამ ქედმაღლურად უპასუხა, უფალი იცავს მას და უმრავლებს დოვლათს, მაგრამ თუ უბედურება დაატყდება თავს, იობი დაგმობს უფალსო. ღმერთს სურდა, გამოეცადა იობის მოთმინება და სატანას უთხრა: „ყველაფერს, რაც იობს გააჩნია, შენს ხელში ჩავაგდებ, მხოლოდ მას ნუ შეეხები“.

ამის შემდეგ იობს მოულოდნელი უბედურებების წყება დაატყდა თავს: ერთმა მაცნემ ხარების გატაცების ამბავი მოუტანა, მეორემ ცხვრის ფარისა და მსახური ბიჭების დანვა აუნვა ციდან ჩამოვარდნილი ცეცხლით, მესამემ აქლემების ამოხოცვა ამცნო, მაგრამ ყველაზე თავზარდაცემი იყო ის, რაც ბოლოს შეიტყო: როცა იობის ვაჟები და ასულები უფროსი ძმის სახლში იღვინდნენ, უდაბნოდან მოინახურმა მძლავრმა ქარმა ჭჭერი თავზე დაამხო ყმანვილებს და ყველა ამოხოცა. მწუხარებისაგან გულშემოყრილმა იობმა მოსასხამი შემოიხია, გლოვის ნიშნად თავი გადაიპარსა, მაგრამ უფლის დასაგმობად ერთი სიტყვაც არ დასცდენია, პირიქით, მინაზე დაეცა, შემოქმედს თაყვანი სცა და

**„ადამიანს თვითონ ახ შეუძლია, იყოს ბედნიერი, თუ მას უფალი ახ შეენია. ბედნიერების ნიშანი ახის მაცხოვარი, ამიტომ ადამიანი ბედნიერი ხომ იყოს, მან უნდა გამოიძიოს უფლის ნიშნად ნება და მიჰყვეს მას, ხაც დედა ეახლისი გახეშე შეუძლებელია“.**

თქვა: „შიშველი გამოვედ საშოთიდან დედის ჩემისა, შიშველი მივალ დედისა ჩემისა მინისა მიმართ. უფალმა მომცა, უფალმა წამგვარა. იყავს სახელი უფლისა კურთხეული ამიერთიგან და უკუნისამდე“.

უფლის ანგელოზები კვლავ წარდგნენ ღვთის წინაშე. სატანამ თქვა, რომ იობი მართალია, სანამ თვითონ არის უფნებელი, „თუ თვით მას შეეხება უბედურება, პირში დაგინყებს გმობას“. უფალმა აუნვა: „უფლენბას გაძიე, გააკეთო, რაც გინდა, ოღონდ სულს ნუ შეეხები“. სატანამ საშინელი ავადმყოფობა — კუთრი შეჭვარა იობს. ვნებული იძულებული გახდა, ხალხს განსოვროდა. მეგობრებმა და ნაცნობებმა მიართვეს ერთ დროს დიდებული და სახელგანთქმული კაცი. ცოლი კი საყვედურით ეუბნებოდა: „სად არის შენი სარწმუნოება და კეთილი საქმე, რატომ არ გშველის ღმერთი? სჯობს, ჰგმო იგი, იქნებ ბოლო მაინც მოგიღოს“.

მართალი იობი განსაცდელშიც უფლის ერთგული დარჩა და ერთი საყვედურიც არ დასცდენია ღვთის მიმართ. იობის უბედურება გაიგო მისმა სამმა მეგობარმა და მოინახულა ავადმყოფი. დავრდომილის დანახვაზე მათ ტირილი წასკდათ. შვიდი დღე-ღამის განტრობობაში უსიტყვოდ შესცქეროდნენ მის ტანჯვას და გულწრფელად უთანაგრძობდნენ. მეგობრები ფიქრობდნენ, რომ იობი ღვთისგან ისჯებოდა ცოდვებისათვის და ურჩივს მონანიება. მართალი კი პასუხობდა, რომ ის ცოდვებისთვის კი არ იტანჯებოდა, არამედ უფალმა გამოსაცდელად მოუვლინა ეს სატანჯველი. ამგვარი მოთმინებისთვის ღმერთმა ხელახლა დააჯილდოვა იობი. იგი სრულიად განიკურნა და უწინდელზე უფრო

გამდიდრდა. გარდა ამისა, მას კვლავ მიეცა შვიდი ვაჟი და სამი ქალი. ამის შემდეგ იობმა კიდევ 140 წელი იცოცხლა და გარდაიცვალა 248 წლის.

— **სწორად ვიქცევით როცა უფლის ნადაცას შევთხოვთ და სწავლად აღიქმას ვკებთ?**

— არ არის სწორი. აღთქმა ჩვენ დავდეთ, როცა მოვინათლეთ, რომ ვიცხოვრებთ ქრისტიანულად. უფალს ჩვენგან მხოლოდ ორი რამ სჭირდება — თავმდაბლობა და მორჩილება. მაცხოვარი ყოველთვის გვისრულებს თხოვნას, მაგრამ ისე, როგორც ჩვენთვის უკეთესია. ჩვენ კი ჩვენი ურწმუნოების გამო გვეგონია, რომ არ გვისრულებს. შეგახსენებთ ფსალმუნის სიტყვებს: „აღუსრულე უფალსა აღნათქვამი შენი“. ეს აღთქმა, ანუ დაპირება, ხდება უფრო ემოციურ ფონზე, ვიდრე გააზრებულია. თუკი გაიაზრებ, უფალს არ სჭირდება ჩვენი აღთქმა. ღმერთს ჩვენგან სურს ერთადერთი: სული შემუსვრილი და გული შემუსვრილი. თუ მაინცდამაინც რამეს შეპირდებით ღმერთს, ის აუცილებლად უნდა შესარულით. უფალთან მიმართებაში ვაჭრული დამოკიდებულება არ უნდა გვქონდეს.

— **როგორ უნდა გადავდგათ ეკლესიური ცხოვრებისკენ პირველი ნაბიჯები?**

— პირველი ნაბიჯის გადადგმა, რა თქმა უნდა, არის ეკლესიაში მისვლა, მოძღვართან გასაუბრება, მისი ლოცვა-დარიგების მიღება. შემდეგ ვინცეობთ ეკლესიური ცხოვრებას და ვეზიარებთ საღმრთო ჭეშმარიტებას. როგორც ჩველი ბავშვი იდგამს ფეხს, იწყებს სიარულს და ბოლოს სირბილიც შეუძლია, ამგვარად არის ადამიანიც. მოდის ეკლესიაში, ეცნობა ეკლესიურ ცხოვრებას, შემდეგ იწყებს სრულფასოვან ცხოვრებას და ეს არის მარადიული წინსვლის პროცესი, საკუთარი თავის მარადიული სრულყოფა.

— **რა არის საქარო ჭეშმარიტი ბედნიერებისათვის და როგორ მიუახლოვდეთ იგი?**

— გონიერება და სიბრძნეა ამისთვის საჭირო, სწავლა, მეტი მუშაობა საკუთარ თავზე. როცა ადამიანი მუშაობს, უფალიც მასთან არის და ეხმარება მას. შრომით დაფასდები. შენზეა დამოკიდებული ბედნიერების მოპოვება: იშრომე, იღვანე, გქონდეს სიყვარული, იცხოვრე უფლის მცნებებით. ადამიანს თვითონ არ შეუძლია, იყოს ბედნიერი, თუ მას უფალი არ შეენია. ბედნიერების წყარო არის მაცხოვარი, ამიტომ, ადამიანი ბედნიერი რომ იყოს, მან უნდა გამოიძიოს უფლის წმინდა ნება და მიჰყვეს მას, რაც დედა ეკლესიის გარეშე შეუძლებელია.

— **რატომ გვასწავლის ეკლესია, რომ დაფარულად სკაიოს კოთხე უფრო მაღალია?**

— სიკეთე თავისთავად მაღალია, მაგრამ მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ მას უანგაროდ ვაკეთებთ. სიკეთის აფიშირება არ შეიძლება. ნათქვამია, რომ რაც მარჯვენამ გააკეთოს, მარცხენამ არ უნდა დაინახოს. თუ სიკეთეს აკეთებ, ჩუმად და დაფარულად გააკეთე.

— **ბევრი მარწმუნე აუხსნელ შაშვს ფიარაქს ვინაობს, ეს რისი ბრალაა?**

— შიში, როგორც წმინდა იოანე სინელი ამბობს, ამპარტავნების ნიშანია. გვეშინია იმიტომ, რომ ბოლომდე არ ვენდობით უფალს, სამაგიეროდ, ვენდობით საკუთარ თავს და როცა ვდგებით ფაქტის წინაშე, რომ ვართ სუსტები, რაღა თქმა უნდა, შიში გვძლევს. ამიტომ უნდა ვილოცოთ, გვენამდეს ღმერთის და უსაფუძვლო ფორიაქს ყურადღება არ მივაქციოთ.

✓ მანანა ხოცია

71 მონასტერში ყოფნამ თქვენში ერთგვარი გარდატეხა მოახდინა.

— დიხ, იქ გატარებულმა ორმა კვირამ ჩემზე ძალიან იმოქმედა. ეს იყო ნამდვილი გარდატეხა, რაც ჩემს თავსა და ცხოვრებაში მოხდა. პირველად მაშინ გამიძლიერა აზრმა, რომ სასულიერო პირი გავმხდარიყავი. ეს ნამდვილად უფლის ნიშანია და ყველაფერი მისი ნებით მოხდა. იმდენად მომხიბლა მონასტრულმა ცხოვრებამ და იქ ყოფნამ ისე დამამშვიდა, რომ ერთი პერიოდი ბერად წასვლაც მინდოდა. შემდეგ დავოჯახდი და ამის გამო ბერობაზე ფიქრი შევწყვიტე. მონასტრული ცხოვრება მოითხოვს ყველაფრის დატოვებას, მათ შორის — ცოლის, შვილის. ამ გადაწყვეტილების მიღება კი არცთუ ისე ადვილია.

— როგორ აღმოჩნდა სასულიერო პირის ცხოვრება?

— კი, ბევრად რთული, ვიდრე ჩვეულებრივი ადამიანისა, თუმცა ყველას თავისი ჯგერა აქვს ნატვირთი. თავისი გოლგოთის გზა ყველამ უნდა გაიაროს. ბუნებრივია, ამ გზაზე ტკივილიც იქნება და განსაცდელიც. მაცხოვარმა ეს გზა ტანჯვანამებით გაიარა, მაგრამ ყველაფერი ადამიანური ბუნებით დაითმინა. ამით დაგვანახა, რომ გოლგოთის გზა მოთმინებით უნდა ავიაროთ, ამაში კი მოძღვარი უნდა დაგვემხაროს და უფლისკენ მიმავალ გზაზე მან უნდა დაგვაყენოს.

ეს წუთისოფელი ბოროტსა ზედა დგას და განსაცდელებით სავსეა. ამ მხრივ, არც ჩემი ცხოვრება ყოფილა გამონაკლისი. განსაცდელს არ უნდა შევუშინდეთ. ის უმეტეს შემთხვევაში სულიერად უფრო გვაძლიერებს, ვიდრე ფიზიკურად. სულიერი და დამძიმებული ადამიანი კი ირჩევს იმ გზას, რომელიც თავისუფლებას მიანიჭებს. ჩემს შემთხვევაშიც ასე მოხდა, ეკლესიისკენ გზას მას შემდეგ დავადექი, რაც სულიერი სიმძიმე ვიგრძენი და მისგან გათავისუფლება მომიხდა. ვინც ღვთის ნიაღში არ არის, ის მუდამ შფოთავს. ეს სამყარო უფალმა შექმნა, ადამიანებიც მან გაჩინა, ამიტომ მის გარეშე ჩვენ სულიერ სიმშვიდეს ვერ მივაღწევთ. შეიძლება მინიერ ფუფუნებას მივალწიოთ, მაგრამ არ გვერინდეს სულიერება. წმინდა მამები ბრძანებდნენ, ვისთვისაც დედა არ არის ეკლესია, მისთვის ღმერთი მამა ვერასდროს იქნება.

— შესაძლებელია, ამქვეყნად ადამიანმა სრულყოფილებას მიაღწიოს, თუ ჭკუშნარით მორწმუნის გზაზე ივლის?

— სრულყოფილებისთვის ძალიან დიდი შრომაა საჭირო. ეს მაშინ ხდება, როდესაც ადამიანი საკმაოდ სულიერებას მიაღწევს. იფიქრებს უფალზე, ცაბა სასუფეველზე და განღვობობილ გზაზე დადგება. ამის გარეშე სრულყოფილება ვერ

მიიღწევა. სასულიერო პირობა არ ნიშნავს იმას, რომ სრულყოფილება მიიღწეულია. წმინდა მამებს ათეულობით წლები სჭირდებოდათ, რომ წმინდანები გამხდარიყვნენ. ჩემი აზრით, ამქვეყნად სრულყოფილების მიღწევა არცთუ ისე ადვილია, მიუხედავად იმისა, არ დოზით ხარ ეკლესიის წიაღში.

საკუთარ თავზე ნამდვილად ვერ ვიტყვი, რომ სულიერების ბოლო ეტაპს მივალწიე. ჩემს თავს ყველაზე ცოდავს ვუნოდებ. პაველ მოციქული ამბობდა, პირველი ცოდავილი მე ვარო. თუ ის ასე ფიქრობდა, მაშინ მე, ანუ ჩვეულებრივი მოკვდავი, მასზე ათასჯერ ცოდავილი ვყოფილვარ.

**„ყოფილა შემთხვევა, ხომ ცაძახში ქალი მახვიტო ან მოყე კაბით შემოსედა. მას ხომ მაცხად ვეთხხა, ასე ჩაწმედი ხატომ ხახ-მეთი, გაბხაზებდა, თან შეხცხვება და ნავა. ნავა და შეიძლება აღახ დაბხუნდეს. ჯობია, მას სითბ აჩვენო და თავისით მიხვედს, ხომ მოიხე თუ ახა, მესამედ მაინც აღახ მოვიდეს ასე ჩაწმედი“.**

სრულყოფილების მიღწევა ალბათ მოსლოდლეთს ნიაღში შესაძლებელია.

— მრევლთან რაგორი ურთიერთობა გაქვთ?

— ყველა ადამიანს ერთნაირად ვერ მიუდგები. ზოგს უნდა გაუღიმიო, ზოგს მოეფერო, ზოგს ცოტა სიმკაცრე დაანახო, მაგრამ ეს ყველაფერი ზუსტად უნდა გააკეთო. მღვდლის მთავარი დანიშნულება ის არის, რომ ადამიანს საკუთარი თავი კი არა, უფალი შეაყვაროს. როდესაც ტაძარში მიდიხარ, იმას კი არ უნდა ფიქრობდე, რა კარგია, მოძღვარს ვნახავო, ის უნდა გიხაროდეს, რომ უფლის სახლში მიდიხარ. მოძღვარი კი არის შუამავალი, რომელმაც ღმერთი უნდა დაგანახოს. სულიერი მამისა და შვილის ურთიერთობა ძალიან უშუალო უნდა იყოს. ისეთი, რომ მრევლს არ ჰქონდეს კომპლექსი და რაღაცეები არ დაშალოს.

მღვდლად ახალი ნაკურთხი რომ ვიყავი, ჩემთან ერთი ადამიანი მოვიდა. თურმე 10 წელი აღმსარებელი იყო, მაგრამ ჰქონდა ერთი საიდუმლო, რომელსაც თავის მოძღვარს ვერ უყვებოდა და მე მომიყვია. მე სულ ცდილობ, მრევლთან ისეთი დამოკიდებულება მქონდეს, რომ ჩემთვის რამის თქმა არ გაუჭირდეთ. როგორც უნდა ერიდებოდეთ, ჯობია, მითხრან, ვიდრე უთქმელობით დაიტანჯონ. ადამიანი შენს გულამდე სიყვარულით და სითბოთი უნდა მოიყვანო.

ყოფილა შემთხვევა, რომ ტაძარში ქალი შარვლით ან მოკლე კაბით შემოსულა. მას რომ მკაცრად ვუთხრა,

ასე ჩაცმული რატომ ხარ-მეთი, გაბრაზდება, თან შერცხვება და ნავა. ნავა და შეიძლება აღარც დაბრუნდეს. ჯობია, მას სითბო აჩვენო და თავისით მიხვედს, რომ მეორედ თუ არა, მესამედ მაინც აღარ მოვიდეს ასე ჩაცმული.

წმინდანთა ცხოვრებაში ერთი ასეთი ისტორია წერია: ერთი კაცი ეკლესიაში შევიდა, აილო სანთელი და ისეთ ადგილას გაიარა, სადაც გავლა არ შეიძლებოდა, ანუ ამბიონიდან გადაიარა. მესანთელე ყვირილი დაუწყო, მანდ რატომ გაიარე, არ შეიძლებაო. კაცი გაოგნებული დარჩა, ხმა ველარ ამოიღო, სანთლები დადო და ეკლესიიდან გავიდა. იმ ღამეს მესანთელეს ანგელოზი გამოეცხადა და უთხრა, მაგ კაცს 35 წელია დაგდევ და ძლივს მოვიყვანე ტაძარში, შენ კი გაგაგე, ახლა, როგორც გინდა, ისე დააბრუნე.

დასაწყისში, როცა ადამიანი ეკლესიაში ცხოვრებისკენ მიიღვტის, შეიძლება ბევრი შეცდომა დაუშვას. ამ შეცდომებზე უნდა მივუთითოთ, გამოვასწორობინოთ, მაგრამ ეს სითბოთი უნდა გავაკეთოთ. იესო ქრისტეს მოციქულები წარმართებთან მიდიოდნენ, უქადაგებდნენ და ეკლესიისკენ მოაქცევდნენ. ისინი სიყვარულით და სითბოთი მიდიოდნენ მათთან, თორემ სიმკაცრე რომ გამოეჩინათ, ერთ ადამიანსაც კი ვერ მოაქცევდნენ.

— ვის არის თქვენი მეუღლე? რაიმეღმად ფიფიდიობის ჯგერა იტვირთა?

— ჩემი მეუღლე, მამა თათრისშვილი, პედაგოგია, ბოლოგობას ასწავლის. გყავს ერთი ვაჟი, 6 წლის ილია. მამა ცდილობს, რომ ფოფოდიის ყველა მოვალეობა შესრულოს და გვერდით დამიდგეს. ერთმანეთი მამა მიქაელმა გაგვაცნო. ზარზმის მონასტრიდან დაბრუნების შემდეგ ერთ თვეში შევხვდი. ერთმანეთის მიმართ გრძობები გაგვიჩნდა და ოჯახი შევქმენით. სანამ ცოლად გამოიყვებოდა, იცოდა, რასაც ვაპირებდი. ჩვენს მოძღვარ მამა მიქაელსაც ჰქონდა მისთვის ნათქვამი, ფოფოდია უნდა გახდეთ. სანამ ადამიანი რაიმე ჯგერს იტვირთავს, წინასწარ უნდა გააცნობიეროს, რამდენად შეიძლება მის ტარებას. ცოტა ხანი ამაზე ფიქრობდა, გააანალიზა ყველაფერი და გადაწყვეტილება ისე მიიღო.

რაც შეეხება ჩემს შვილს, ის სტიქაროსანია და ყველაფერს დიდი სიხარულით აკეთებს. ერთხელ მითხრა, მეც მინდა, მღვდელი ვიყოო. რომ შევეცოთხე, რატომ-მეთი, მიპასუხა, მინდა, ხალხი დავლოცოო. მრევლს ეუბნება ხოლმე, ღმერთმა დაგლოცოთ და გაგაძლიეროთო. ბავშვია, ბევრ რამეს ჯერ ვერ ხვდება, მაგრამ ეკლესიაში სიარულით, ლოცვების კითხვით და „ხალხის დალოცვით“ ბედნიერია.

✓ თონა კნჭაშვილი

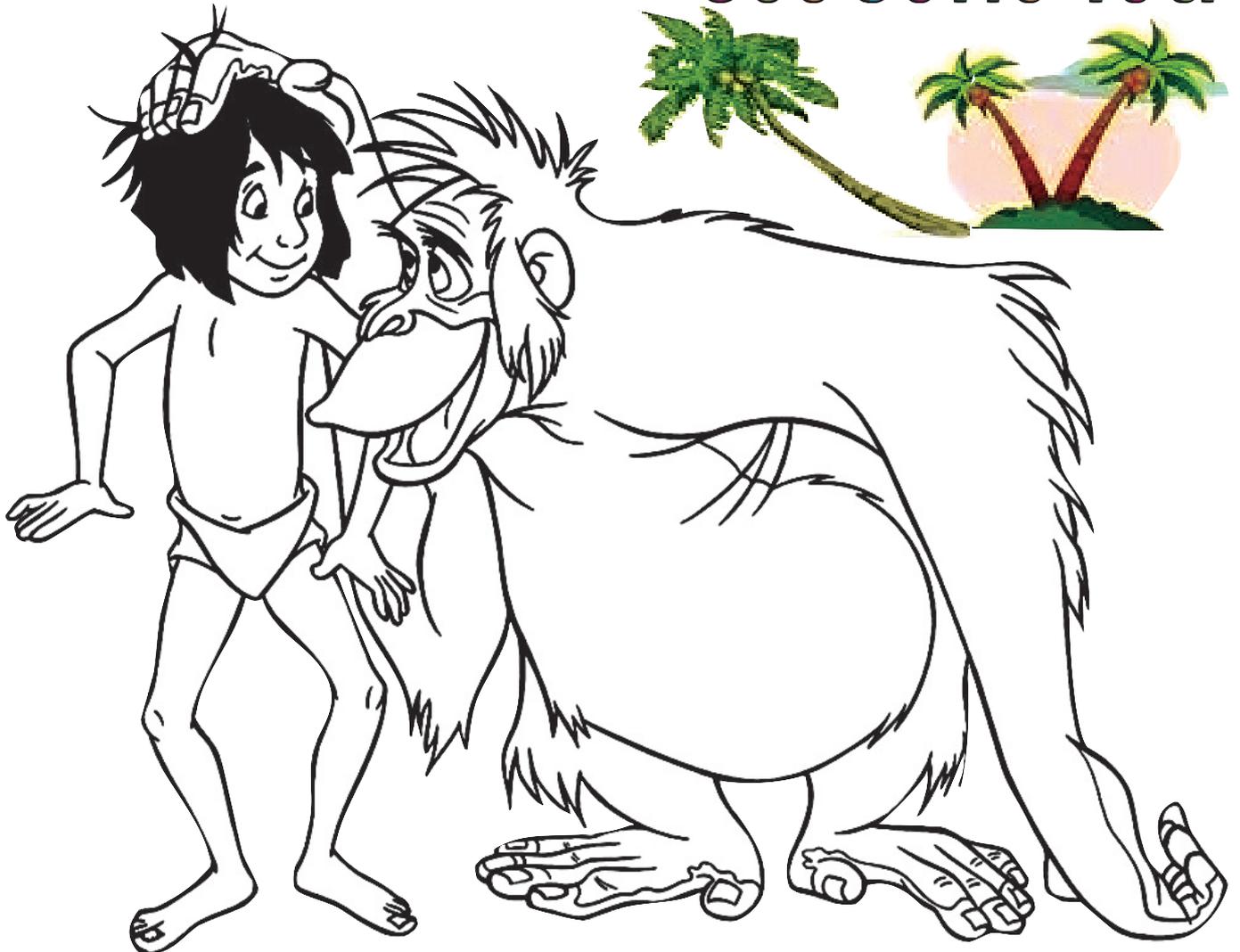
**გამოვიდა მოძღვრის ახალი «სიყვარულის ნიგნი»**  
„უფალი თვითონ არის სიყვარული, ყველა მოძღვარი სიყვარულს ქადაგებს, ალბათ მეც სიყვარულის მოძღვარი ვარ. მაშ, მიიღეთ ჩემი სიყვარული: ლექსებად, სიმღერებად და კეთილსურვილებად. მე თქვენ მიყვარხართ!“ — წერს დეკანოზი თავმასჩოხელი თავისი ახალი ნიგნის წინასიტყვაობაში. მამა თავმასჩოხელის ახალ კრებულს „მამის იავნანა (სიყვარულის ნიგნი)“ ჰქვია.  
ნიგნის პრეზენტაცია 19 ნოემბერს, სამების საკათედრო ტაძრის ახალგაზრდულ ცენტრში გაიმართება. საღამოზე მამა თავმასჩოხელის ლექსებზე შექმნილ სიმღერებს ხალხისთვის საყვარელი მომღერლები შეასრულებენ. „მამის იავნანა (სიყვარულის ნიგნი)“ გაიყიდება „ალილოს“ მაღაზიათა ქსელში და ლესელიძის ქუჩაზე განთავსებულ საეკლესიო მაღაზიებში.

**გაიაღვილით საჭმლის მონელება**  
იკონიით მიიღეთ უკმატური  
**კრეზამი**  
თითო კაფსულა ყოველი ჭამის დროს  
[www.krezam.ge](http://www.krezam.ge)  
გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას, გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

იპოვეთ  
განსხვავება



განსხვავება



### ბლითები სოკოსა და ყველის სატანით

- მასალა:  
 ფქვილი — 1,5-2 ჭიქა  
 რძე — 0,5 ლ  
 კვერცხი — 3 ცალი  
 შაქარი — 1 ს.კ.  
 მცენარეული ზეთი — 1-2 ს.კ.



მარილი — გემოვნებით  
 ხახვისა და სოკოს შიბ-თაშისნათვის:  
 ქაშა სოკო — 300 გ  
 ხახვი — 1-2 თავი  
 ყველი — 200 გ  
 მუავე კიტრი — 2-3 ცალი  
 მცენარეული ზეთი ან კარაქი შესანავად

მარილი, პილპილი — გემოვნებით  
**მომზადება:** ფქვილი, რძე, კვერცხი, შაქარი, ზეთი და მარილი ერთგვაროვან მასად ათქვიფეთ და თხელი ბლითები გამოაცხვეთ.  
 ქაშა სოკო გარეცხეთ, შეაშრეთ ქალაღის ხელსახოცზე და დაჭერით. ხახვი აკეპეთ. ზეთიან ან კარაქიან გახურებულ ტაფაზე ხახვი მოშუმეთ, დაუმატეთ სოკო, ურიეთ, სანამ კარგად არ მოშუმება.  
 ბლითის შუაში დადეთ 1 ს.კ. სოკო, მოაყარეთ გახეხილი ყველი და გადაახვიეთ.

### თევზის კატლავი ბოსტნეულით

- მასალა:  
 თევზის ფილე — 500 გ  
 კომბოსტო — 100 გ



ბ  
 სტაფილო — 1 ცალი  
 ხახვი — 1 თავი  
 ვი  
 ოხრახუში, კამა — თითო კონა  
 ნიორი — 1 კბილი  
 შერკულესი — 1-2 ს.კ.  
 ორცხობილა, მცენარეული ზეთი, მარილი და პილპილი — გემოვნებით.

**მომზადება:** თევზის ფილე გარეცხეთ, შეაშრეთ და ხორცსაკეპში გაატარეთ. კომბოსტო გაასუფთავეთ და ისიც გაატარეთ. ნიორი დაჭყლიტეთ ან წვრილად დაჭერით, ხახვი — აკეპეთ, სტაფილო გაასუფთავეთ და გახეხეთ.  
 ხახვი და სტაფილო ცოტაოდენ მცენარეულ ზეთში მოშუმეთ.  
 ჯამში აურიეთ თევზის ფარში, კომბოსტო, ხახვი, სტაფილო, მწვანილი, ნიორი, მარილი, პილპილი და იმდენი შერკულესი, რომ ერთგვაროვანი, წებოვანი მასა გამოვიდეს. ხელი წყალში დაისველეთ და ამ მასით კატლეტის ფორმები გააკეთეთ. ამოავლეთ ორცხობილაში და ზეთმოსხმულ გახურებულ ტაფაზე შეწვით ორივე მხრიდან.

### დასერბი ფორთოხლით

- მასალა:  
 ფორთოხალი — 3 ცალი (1 ფორთოხლის წვენი, 2-ის რბილობი)  
 ყელატინი — 1 ს.კ.  
 ნაღები — 1/2 ჭიქა



პიტნა — 2 ძირი  
**მომზადება:** ყელატინი დაალბეთ ცივ, ანადულარ წყალში. ფორთოხალს მოაშორეთ კანი და დაჭერით. ფორთოხლის წვენის ნახევარს დაუმატეთ დამბალი ყელატინი, დადგით ცეცხლზე, სანამ ყელატინი არ გადნება. დარჩენილ ფორთოხლის წვენს დაუმატეთ ნაღები, ყელატინი და ფორთოხლის ნაჭრები. ნაღების ნახევარი ფორმებში გადაიტანეთ, ზემოდან დაასხით ფორთოხლიანი მასა, გაცივებთ, დაუმატეთ ისევ ნაღების მასა და კვლავ გაცივებთ.  
 სუფრასთან მიტანის წინ გადმოიღეთ ფორმებიდან და გააფორმეთ ფორთოხლის ნაჭრებით და პიტნის ფოთლებით.

### ტკბილი რულაბი „ირინა“

- მასალა:  
 კვერცხი — 4 ცალი  
 პურის ფქვილი — 150 გ  
 შაქარი — 125 გ  
 სოდა — 1 ჩ.კ.  
 ვანილი — გემოვნებით  
**შოკოლადის პრემისთვის:**  
 შესქელებული რძე — 1 ჭილა  
 მარგარინი (ან კარაქი) — 200 გ  
 ყავა (ან კაკაო) — გემოვნებით



**მომზადება:** კვერცხის ცილები ათქვიფეთ 4 ს.კ. თბილ წყალთან ერთად, დაუმატეთ შაქარი და კვერცხის გულები, შემდეგ ფქვილი და სოდა. მიქსერით კარგად თქვიფეთ, რომ მიიღოთ ჰაეროვანი და ნაზი ცომი.  
 გამოსაცხო ფირფიტაზე დააფინეთ კარაქნასმული ქალაღი, დაასხით ცომი, გამოაცხვეთ 180 გრადუსზე 5-10 წუთი (ძალიან მალე ცხვება და ყურადღებით იყავით, არ დაგეწვათ!).  
 გაშალეთ სუფთა ტილო და ზედ გადმოაბრუნეთ ცხელი ბისკვიტი. ქალაღი მოაშორეთ და ცხელივე გადაახვიეთ რულეტით. აცალეთ გაცივება და მერე გაშალეთ. ნაუსვით კრემი და ისევ გადაახვიეთ.  
 კრემის მოსამზადებლად მიქსერით ათქვიფეთ მარგარინი, შესქელებული რძე და ყავა.  
 რულეტს გარედან შეგიძლიათ მოაყაროთ პუდრი ან ნიგოზი, ან მოასხათ ლიმონის ან შოკოლადის მინანქარი.

### ქათამი ზეთისხილითა და ფოთოხლით

- მასალა:  
 ზეთიუნის ზეთი — 2 ს.კ.  
 ქათმის თეთრი ხორცი — 500 გ  
 ნიორი — 3 კბილი  
 მწვანე ზეთისხილი — 1 ჭიქა  
 ფორთოხალი — 1 ცალი

მარილი, პილპილი — გემოვნებით  
**მომზადება:** ტაფაზე ზეთიუნის ზეთი გააცხელეთ. ქათმის ნაჭრებს ნაუსვით მარილი, პილპილი, დაანყვეთ ტაფაზე და ყველა მხრიდან შეწვით. დაუმატეთ დაჭყლტილი ნიორი, ზეთისხილი და პილპილი.  
 ფორთოხალს კანი მოაშორეთ, დაყავით ლებნებად და ოდნავ დაჭყლიტეთ, რომ წვენი გამოვიდეს, შემდეგ დაუმატეთ ხორცს. ტაფას სახურავი დაახურეთ, ალს დაუწიეთ და 5-10 წუთი შუმეთ, სანამ ხორცი მზად არ იქნება.

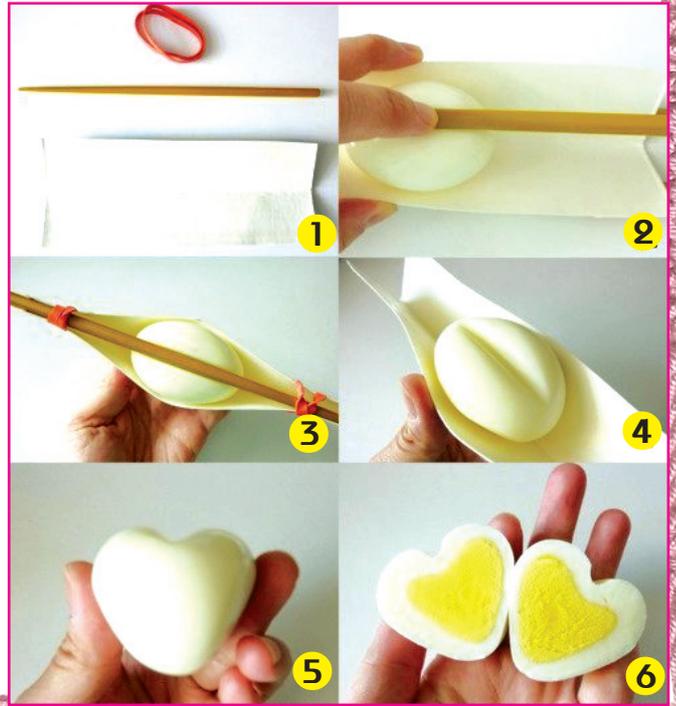
# გულის ფორმის მოხარშული კვერცხი

სადღესასწაულო სუფრის გაფორმება ბევრი ხელნაკეთი ნივთით შეიძლება, მათ შორის, გულის ფორმის მოხარშული კვერცხით, რომელიც ძალიან ადვილი გასაკეთებელია.

დაგჭირდებათ: ორი ცალი რეზინის წვრილი მომჭერი რგოლი, მუყაო ან პლასტმასის ფირფიტა (სურათზე მოცემული ფორმის), მოხარშული კვერცხი, მრგვალი, წვრილი ჯოხი (გამოგადგებათ ფანქარიც).

კვერცხი ნაჭუჭიანად მოხარშეთ, გააცივეთ და ნაჭუჭი მოაცალეთ. მოათავსეთ მუყაოს ფორმაში (იხ. სურათი), რომელსაც ორივე მხრიდან რეზინის მომჭერები ჩამოაცვით ისე, როგორც ეს ფოტოზეა მოცემული. კვერცხს თავზე დააჭირეთ წვრილი ჯოხი (ან ფანქარი). შედეგად მიიღებთ გულის ფორმის კვერცხს. ორად გაჭერით და სუფრაზე მოათავსეთ. არაჩვეულებრივი სამშვენისია.

გისურვებთ წარმატებას!



## წინა ნომერში გამოქვეყნებული სულოქუს პასუხები

№ 1

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3 | 1 | 4 | 8 | 6 | 5 | 7 | 9 | 2 |
| 6 | 9 | 2 | 7 | 1 | 4 | 5 | 8 | 3 |
| 7 | 8 | 5 | 2 | 9 | 3 | 1 | 6 | 4 |
| 4 | 5 | 7 | 3 | 2 | 6 | 8 | 1 | 9 |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 8 | 9 | 4 | 7 | 6 |
| 9 | 6 | 8 | 4 | 7 | 1 | 2 | 3 | 5 |
| 5 | 7 | 1 | 9 | 3 | 2 | 6 | 4 | 8 |
| 8 | 4 | 9 | 6 | 5 | 7 | 3 | 2 | 1 |
| 2 | 3 | 6 | 1 | 4 | 8 | 9 | 5 | 7 |

№ 2

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | 3 | 6 | 5 | 2 | 1 | 8 | 9 | 4 |
| 2 | 8 | 4 | 7 | 9 | 6 | 3 | 1 | 5 |
| 5 | 1 | 9 | 4 | 3 | 8 | 2 | 6 | 7 |
| 6 | 7 | 5 | 9 | 8 | 2 | 4 | 3 | 1 |
| 1 | 9 | 2 | 6 | 4 | 3 | 7 | 5 | 8 |
| 3 | 4 | 8 | 1 | 5 | 7 | 9 | 2 | 6 |
| 4 | 6 | 1 | 2 | 7 | 9 | 5 | 8 | 3 |
| 8 | 2 | 7 | 3 | 6 | 5 | 1 | 4 | 9 |
| 9 | 5 | 3 | 8 | 1 | 4 | 6 | 7 | 2 |

## ეს იცოდი?

❖ ჯულია რობერტი ვეტერინარობაზე ოცნებობდა. კინოში მისვლამდე კი ნაყინისა და ფეხსაცმლის გამყიდველიც იყო.

❖ კვენტინ ტარანტინოს საშუალო სკოლა არ დაუმთავრებია. 17 წლისა თეატრში ბილეთების კონტროლიორად მუშაობდა.

❖ ვუპი გოლდბერგი დამკრძალავ კომპანიაში გარდაცვლილებს გრიმს უკეთებდა. გარდა ამისა, სახლების მშენებლობაზეც მუშაობდა.

❖ ახალგაზრდა ბრედ პიტი ერთ-ერთ რესტორანში ქათმის კოსტიუმში გამოწყობილი ართობდა სტუმრებს. მომავალი პოლიუფდის ვარსკვლავი ლიმუზინის მძღოლადაც მუშაობდა და საყოფაცხოვრებო მაღაზიაშიც — გაყიდული მაცივრები კლიენტებისთვის სახლში მიჰქონდა.

❖ ჯიმ ქერი დამლაგებლად და ყარაულად მუშაობდა. ჯენიფერ ლოპესი კი ერთ-ერთ იურიდიულ ფირმაში ასისტენტი გახლდათ.

❖ ნიკოლას კეიჯი ლოს ანჯელესის ერთ-ერთ თეატრში პოპკორნს ყიდდა. ჯონი დეპი კი ტელეფონების გაყიდვით იყო დაკავებული.

❖ უმა თურმანი სახლიდან 15 წლის ასაკში გაიქცა და ერთ-ერთ პიცერიასში ჭურჭელს რეცხავდა.

❖ ალ პაჩინოს უმუშავია ოფიციალტად, ფოსტალიონად და დამლაგებლად.

❖ ბონსე დედას საპარიკმახეროში ეხმარებოდა და თმის შეჭრის შემდეგ სალონს ასუფთავებდა.

❖ დენი დე ვიტო სკოლის დამთავრების შემდეგ თავისი დის საპარიკმახეროში მუშაობდა და ცნობილი იყო, როგორც „მისტერ დენი“.

❖ ნაპოლეონი თვლიდა, რომ მან სახელი გაითქვა არამედ იმიტომ, რომ 1804 წელს სამოქალაქო კოდექსი შექმნა. ეს კოდექსი 70 ქვეყანაში მოქმედებდა. ამ კოდექსის 2281 მუხლიდან 1200-ს დღემდე ცვლილება არ განუცდია.

❖ ნაპოლეონ ბონაპარტისა და მისი ცოლის, ჯოზეფინას გაყრა პირველი ოფიციალური განქორწინება გახლდათ საფრანგეთში. კანონი ქორწინების შესახებ თავად ნაპოლეონმა შემოიღო საკუთარ განქორწინებამდე.

❖ საფრანგეთის მეფე ლუი მეოთხემეტე ორი კბილით დაიბადა.

❖ ამერიკის პრეზიდენტი ამავედროს ვაშინგტონის შტატის მერიცაა.

❖ დონ კისოტის ნამდვილი სახელი ალონსო კესადაა.

❖ ახალგაზრდობაში უილიამ ფოლკნერი ფოსტალიონად მუშაობდა და სამსახურიდან იმის გამო გააძევეს, რომ ზოგჯერ ადრესატის მისამართის ძებნა ეზარებოდა და წერილებს ნაგვის ურნაში ყრიდა.

❖ ებრაელმა ფრანც კაფკამ ცხოვრების დიდი ნაწილი პრაღაში გაატარა. იგი გერმანულ, ჩეხურ და ფრანგულ ენებზე წერდა. სიცოცხლეში მხოლოდ რამდენიმე ნაწარმოების გამოქვეყნება შეძლო და 3 დაუსრულებელი რომანი დარჩა.

❖ ურიკა სუპერმარკეტებისთვის ოკლაჰომა სიტის ერთ-ერთი დიდი მალაზიის მფლობელმა გამოიგონა, რომელმაც შენიშნა, რომ მომხმარებელი ზოგიერთ პროდუქტს სიმძიმის გამო არ ყიდულობდა.

მაგთის გათამაშებაში

# შოიბა!



2014 წლის რეინჯ როვერ სპორტი



ბინა ლისი ვერანდაზე



100 000 ლარი

მაგთის, ბანის, ბაღისა და მაგთი ფიქსის აბონენტებმა გათამაშებაში მონაწილეობისათვის

## დარეკეთ \*599



\*5990

[www.magticom.ge](http://www.magticom.ge)

# ღამის ექსპრესი

გაგარდე ინტერნეტი სიჩქარე 50მბ/წმ - მდე



0000 0000

**5 ლარი**  
ყოველთვიურად

მოქმედების პერიოდი: ღამის 12სთ-დან დღის 8სთ-მდე  
მხოლოდ ოპტიკური ქსელის აბონენტებისთვის

