7•1992

საქართველოს ქალი

ISSN 0321—1309

645/2
1992

საქართველოს რესპუბლიკის
ჟურნალი ქალებისა და
ოჯახისათვის

მთავარი რედაქტორი
ნარგიზა მგელაძე

სარედაქციო კოლეგია:

- ნაზი თარგამაძე,
- ლია კაკაბაძე (პასუხისმგებელი მდივანი),
- ნაზი კილასონია,
- ლაშა კიკალეიშვილი,
- გუჩა კვარაცხელია,
- ცინარა ტერელაძე (მხატვრული რედაქტორი),
- ირმა ჩოფიკაშვილი,
- ნინო ჯავახიშვილი,
- ეთერ ჯაფარიძე.

ტექრედაქტორი ნანული ბუკია

გარეკანის პირველ გვერდზე:
საქართველოს სახელმწიფო საბჭოს თავმჯდომარე ბატონი ედუარდ შევარდნაძე და ქალბატონი ნანული ცაგარეიშვილი შვილებთან მანანასა და პაატასთან ერთად.

ჟურნალი გამოდის 1923 წლიდან

საქართველოს ჟურნალ-გაზეთების გამომცემლობა „სამშობლო“.
მ. კოსტავას ქ. № 14.

„Sakartvelos Kali“
Georgian Woman
a Magazine for Women of the
Republic of Georgia

ეროვნული ბიბლიოთეკა

სხვა რაკურსით

ამ იდილიური ოჯახის მამას მკითხველთა წინაშე წარდგენა არ სჭირდება. მას მსოფლიო იცნობს.

ჩვენმა თანამემამულემ მთელი ეპოქა შექმნა იმ სფეროში, რომელშიც უაღრესად რთულ დროს მოუხდა მოღვაწეობა. ისტორია ვერ უარყოფს მის დიდ როლს „ბოროტების იმპერიის“ დანგრევაში. ბევრი დაიწერა და მომავალში გაცილებით მეტი დაიწერება მსოფლიოსათვის ცოტა არ იყოს, ძნელად ამოსახსნელ ფენომენზე, რომელსაც ჩვენთვის ესოდენ ნაცნობი სახელი — ედუარდ შევარდნაძე ჰქვია.

დაე, მსოფლიოს პოლიტოლოგებმა და პუბლიცისტებმა კვლავ იმტვრიონ თავი ფენომენის ამოხსნაზე. ჩვენთვის დღესავით ნათელია: იგი, ჩვენი მიწა-წყლის შვილი, საქართველოსთვის გულანთებული კაცია, რომელმაც თავისი უდიდესი გამოცდილება, პოლიტიკური ალღო, მძლავრი ინტელექტი სამშობლოს სამსახურში ჩააყენა და საყოველთაო აზრით, დღეს არ არის მეორე ადამიანი, რომელსაც ამ დრამატულ დროსა და სიტუაციაში უკეთ შეეძლება წარმართოს „მამულის საწალმართოდ სვლაი“.

იქნებ იმიტომ, რომ ჩვენი ჟურნალი ქალთა ჟურნალია, რა გინდ ჩინებულ, რჩეულ და საამაყო მამაკაცზე უნდა ვწერდეთ, აუცილებლად დავინტერესდებით: როგორი ოჯახი აქვს მას, რადგან მიგვაჩნია, რომ კაცი, რომელსაც ოჯახი ვერ აუწყვია, ვერც დიდ სახელმწიფო საქმეს გაუძლვება.

ბატონი ედუარდი მართლაც რომ ღირსეული ოჯახის მამაა.

კარგად დააკვირდით სურათს. ნახეთ, რაოდენი სითბო და სინაზე ილვრება ყველას თვალებიდან. აქ ხომ სიყვარული და ურთიერთპატივისცემა მეფობს!

ამ სიტუაციის შექმნაში ლომის წილი ბ-ნ ედუარდის მეუღლეს ნანული ცაგარეიშვილს მიუძღვის.

ქალბატონი ნანული ჩვენი კოლეგაა, ჟურნალისტია. ორ ათეულ წელზე მეტი იმუშავა მან „საქართველოს ქალის“ რედაქციაში და თავისი ნიჭიერი კალმით, სიკეთით და არამოჩვენებითი თავმდაბლობით საუკეთესო სახელი მოიხვეჭა. ყველამ იცოდა და იცის, რომ „ნანულის არაფერი ეშლება“. ბატონი ედუარდი რომ ყველაზე მძაფრ სიტუაციაშიც კი დინჯი და გაწონასწორებულია, ალბათ ასეთი ოჯახის „ბრალიცაა“.

ქალბატონ ნანულისა და ბატონ ედუარდს ჰყავთ ორი შვილი და ოთხი შვილიშვილი. ქალიშვილი — მანანა მუსიკისმცოდნეა და ტელევიზიის მუსიკალური ფილმების სტუდიაში მუშაობს, ხოლო ვაჟი — პაატა ფილოგიურ მეცნიერებათა კანდიდატი მუშაობს პარიზში, იუნესკოს ერთ-ერთ განყოფილებაში.

— როგორი მამა და როგორი მეუღლეა ბატონი ედუარდი? — ვკითხე ერთხელ ქ-ნ ნანულის.

— შესანიშნავი მამა და ძალიან კარგი მეუღლეა, მაგრამ ისეთი დაკავებულია, რომ შინაური საქმეებისთვის არ სცალია. ახალგაზრდობიდანვე ასე იყო და ვცდილობდი, რაც შეიძლებოდა, ხელი შემეწყო მისთვის.

...ჩემი მეუღლე თვინიერი კაცია. შენი ბედი, რომ ჩხუბი არ მიყვარსო, — გამეხუმრება ხოლმე.

ეს ნაწყვეტი ინტერვიუდან იმიტომ მოვიტანე, რომ მეჩვენებინა, როგორია ჩვენი სახელმწიფო საბჭოს თავმჯდომარე არაოფიციალურ გარემოში, ოჯახში, რაც ასე აინტერესებს ჩვენს მკითხველს, რომელსაც უფლება აქვს და სურს კიდეც ყველაფერი იცოდეს იმ ადამიანზე, რომელსაც არჩევნებში თავის ხმას მისცემს.

ძვირფასო ქალბატონებო, როცა 11 ოქტომბერს თქვენი ოჯახის წევრებთან ერთად საარჩევნო ყუთებთან მიხვალთ, ერთი წუთით წარმოიდგინეთ ბატონი ედუარდი ოჯახურ გარემოცვაში.

მერე კი... რაც გულმა გიკარნახოთ, ის ჰქენით!

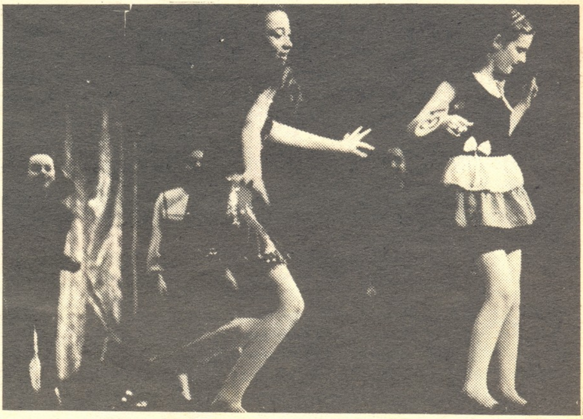
ნარგიზა მგელაძე

ეროვნული ბიბლიოთეკა

საქართველოს ფერიები

მაგდა კოტრიკაძე

თინიკო მიქაბერიძე   თამრიკო გაჩეჩილაძე



ნინო კერესელიძე, ეთერ საბანაშვილი

ეკა ტოგონიძე

„საქართველოს ფერია“, — ასეთი მიმზიდველი სახელი ერქვა კონკურსს, რომელიც ფილარმონიის დიდ საკონცერტო დარბაზში გაიმართა 14-16 ივნისს. კულისებსა და დარბაზში სილამაზე და სამეჯლისო განწყობილება გამეფებულიყო. 9-12 წლის ასაკის გოგონები ერთმანეთს ეჯიბრებოდნენ მომხიბვლელობასა, სინარნარესა და ნიჭიერებაში. თითოეულმა მათგანმა შეასრულა სიმღერა, უპასუხა ჟიურის მიერ დასმულ შეკითხვებს, იცეკვა. პატარა ფერიების მუსიკალობამ, არტისტიზმმა, გონებამახვილობამ მაყურებლის მოწონება დაიმსახურა, ჟიურის მართლაც რომ გაუჭირდა საუკეთესოთა შორის საუკეთესოს დასახელება, მაგრამ კონკურსი კონკურსია და აი, გამოცხადდნენ გამარჯვებულნი (უფრო სწორად, პრიზებისა და წოდებათა მფლობელები, თორემ გამარჯვებული გახლდათ ყველა მონაწილე). მაყურებლის სიმპათიის სპეციალური პრიზი გადაეცა ნინო კერესელიძეს, გონებამახვილი ფერიისა — მაია ბუთხუზს, ნაზი ფერია გახდა ეკა ტოგონიძე, ფერიას ღიმილი — ნინო ასათიანი, თამამი ფერია — თათია კოკაია, მუსიკალური ფერია თამრიკო გაჩეჩილაძე, პლასტიკური ფერია—ნინო გაჩეჩილაძე, გამარჯვებისაკენ სწრაფვა — მეგი მითაიშვილი, მოკრძალებული ფერია — ნატო მიკუჩაძე, არტისტული ფერია — მედეა ფალავა, მხიარული ფერია — ეთერ საბანაშვილი, გრაცია — მარიამ შმიტი-ბაქრაძე. ფირმა „არგომ“ 10. 000 მანეთი, ხოლო ფირმა „ტეესმა“ საგზური ევროპაში სამოგზაუროდ გადასცა ხელოვნების სკოლის მე-8 კლასის მოსწავლეს მაგდა კოტრიკაძეს.

მესამე ფერიის წოდება მიიღო ნია კაშიამ, მეორე ფერია გახდა თინიკო მიქაბერიძე, პირველი ფერია — მარიამ ქაცარავა.

საქართველოს ფერიობა კი მშვენიერ თამთა გოდუაძეს მივულოცეთ. მის მიერ შესრულებულმა „ავე მარიამ“ დაატყვევა მაყურებელი.

— რას გრძნობ, საქართველოს ფერიავ? — ვკითხეთ თამთას შედეგების გამოცხადების შემდეგ.

— ძალიან აღელვებული და უსაზღვროდ ბედნიერი ვარ, — მიპასუხა ფერიამ ღიმილით, რომელიც აგრერიგად უხდება.

თინათინ ჩხიკვაძე

საქართველოს პარლამენტის
ეროვნული ბიბლიოთეკა

ეროვნული ბიბლიოთეკა

რომანტიკა, ბედნიერება, წარმატება

აი, ყოველივე თქვენს პერსონალურ რიცხვშია

ნუმეროლოგები გვარწმუნებენ, რომ დაბადების წელი, თვე და რიცხვი მოგვეხმარება ჯამოვიცნოთ ჩვენი პერსონალური რიცხვი. ამერიკელი ასტროლოგი უელ ნიკოლსი გვასწავლის, როგორ გავაკეთოთ ეს. ვთქვათ, დაბადებული ხართ 1949 წლის 19 ნოემბერს. (19. 11 1949). ყველა ეს ციფრი სათითაოდ და მიღებული ჯამის ციფრები უნდა შევკრიბოთ. აი, ასე: 1+ 9+ 1+ 1+ 1+ 9+ 4+ 9 უდრის 35. 3+5=8. მაშასადამე თქვენს პერსონალურ რიცხვს შესაბამისი ფერი აქვს, რომელიც სასიამოვნო ვიბრაციას ქმნის თქვენს ირგვლივ.

რას გვეუბნება ჩვენი შესაბამისი ფერი ჩვენს შესახებ:

1. **ერთიანები** დამოუკიდებლები, ძლიერები და მგრძნობიარენი არიან. მათ უყვართ ყურადღების ცენტრში ყოფნა. წითელი ფერი გმატებთ ენერგიას და განამტკიცებს თქვენს ნებისყოფას და სიმამაცეს. წითელთან კარგ დროს გაატარებთ. ხოლო ცისფერთან (5) უფრო მშვიდი და წყნარი ცხოვრება გექნებათ.

ცისფერთან მშვიდი ცხოვრება გელით

2. **ორიანები** მდიდარი ინტუიციის მქონე და ძალიან რომანტიკულები არიან: ცხოვრებაში რაც შეიძლება მეტ სილამაზეს ეძებენ, მაგრამ ამავე დროს მატერიალისტებიც არიან, თქვენში შერწყმულია მღელვარება და მომხიბვლელობა. თქვენი ფერი — სტაფილოსფერია. ეს ფერი მოგეხმარებათ მიაღწიოთ ურთიერთგაგებას სახლში და სამსახურში. ეცადეთ, იქ, სადაც ხანგრძლივად გიწევთ ყოფნა, წინ გედოთ ფორთოხლებით სავსე ლარნაკი. წითელ ფერთან (1) დიდი უთანხმოება გელით. ამიტომ მეგობრად მწვანე (4) უნდა აირჩიოთ.

ამოირჩიეთ მწვანე

3. **სამიანებს** ახასიათებთ ოპტიმიზმი, სიყვარული და ხელგაშლილობა. თქვენ მსუბუქად დააბიჯებთ და თვალებიც მუდამ გიციმციმებთ. სამიანები ყოველთვის გულითადი მეგობრები არიან. თქვენი ფერი მზესავით ყვითელია. როდესაც ეს ფერი გაკრავთ გარშემო, განსაკუთრებულად ამაღლებული ხართ. ყვითელს და ოქროსფერებს (9) შეუძლიათ იყვნენ შესანიშნავი წყვილი — როგორც სიყვარულში, ასევე ფინანსურ საქმეებში.

ეძებეთ ოქროსფერი

4. **ოთხიანებს** ახასიათებთ წინსვლის უნარი, ამბიცია, იშვიათი ჭკუა და მდიდარი წარმოსახვა, მაგრამ ზოგჯერ ვერ უგებენ, რადგან ისინი ცდილობენ არ იარონ გატკეპნილი გზით. თქვენს ინდივიდუალურობას პატივს ცემენ. ოთხიანების ფერი მწვანეა. ეცადეთ შინ და სამუშაო ადგილზე ბევრი მწვანე მცენარე გქონდეთ. თუ ცუდ გუნებაზე ხართ, ხასიათს გამოგიკეთებთ წითელი ან ვერცხლის ფერი. მწვანე და ინდიგო (6) ქმნის ჰარმონიულ წყვილს, მაგრამ თუ ჯერ დაოჯახებას არ აპირებთ, ეცადეთ ყვითელთან (3) კარგ დროს გაატარებთ.

ყვითელთან კარგ დროს გაატარებთ

5. **ხუთიანები** ძალიან ცნობისმოყვარე და მოუსვენრები არიან. მამაკაცები როგორც წესი, კარგი ხელმძღვანელები გამოდიან. ისინი საკმაოდ წინდახედულები არიან და არასოდეს მოქმედებენ დაუფიქრებლად. ხუთიანების ფერი ცისფერია. თუ სამსახურში მძიმე სიტუაციები გელით, ეცადეთ თან იქონიოთ ცისფერი საგნები, რაც თქვენზე დამაწყნარებლად მოქმედებს. თუ რომანტიკას ელტვით, მონახეთ ცხრიანი (9).

მონახეთ ცხრიანი

ეროვნული ბიბლიოთეკა

56789

6. ექსიანები ძალიან ცოცხალი არიან და ცდილობენ ცხოვრებაში ყველაფერი მოიპოვონ. მათ უყვართ თავიანთი სახლი და სხვა ხალხთან ყოფნა. ექსიანებს შეუძლიათ მაგნიტივით მიიზიდონ ხალხი, რაც მათ არ აძლევს უფლებას იყვნენ ზარმაცები. ექსიანებს ძალიან უხდებათ ინდიგოს ფერი. როდესაც დისკომფორტს გრძნობთ, ჩაიცვით ინდიგოსფერი ტანსაცმელი და ცხოვრება ისევ საამო გახდება. მეგობრობაც ინდიგოს ფერთან გამოგივათ.

იმეგობრეთ ინდიგოსთან

7. **შვიდიანები** საიდუმლოების, ღირსებისა და სიბრძნის მფლობელი ხალხია. ისინი თვითდარწმუნებულები და ხშირად განმარტოებულები არიან. თქვენი ფერი — იისფერი ძლიერ პიროვნებას გამოხატავს. ჩაიცვით იისფერი კაბა და გაიკეთეთ ასეთი ყელსაბამი, თუ გინდათ რომ დიდი შთაბეჭდილება მოახდინოთ. ორ იისფერს შეიძლება ჰქონდეთ განსაკუთრებული სექსუალური ურთიერთობა, მაგრამ შესაძლებელია იგი მალე გაქრეს. გირჩევთ თქვენი ცხოვრების თანამგზავრად ოქროსფერი (9) აირჩიოთ.

თქვენი ცხოვრების თანამგზავრია ოქროსფერი

8. რვიანები ყოველთვის აღწევენ თავისას. ხშირად მათ დიდი წარმატება აქვთ ბიზნესში და სოციალურ ცვლილებებში. მათ არ ახასიათებთ ილუზიები და ადვილად არ ტყუვდებიან. ცხოვრებაში ძალიან მგრძნობიარენი არიან და უმაღლეს წერტილს ადვილად აღწევენ. თქვენი საუკეთესო ფერი ვარდისფერია. ეს ფერი გეხმარებათ სითბოს გამოსამჟღავნებლად. ვარდისფერი ოთახი ენერგიას გმატებთ. თქვენი საუკეთესო მეგობარი და მრჩეველი არის იისფერი (7).

თქვენ იისფერი გაიხადეთ მეგობრად

9. ცხრიანები ძლიერები და აქტიურები არიან. არ უყვართ დაუფიქრებელი რჩევები და ურჩევნიათ თვითონ დასძლიონ ცხოვრებისეული პრობლემები. თქვენი ფერი ოქროსფერია. ეს ფერი ნერვებს გიმშვიდებთ და ბედნიერებას მოგიტანთ. ოქროსფრის მეგობრობა ცისფერთან წარმოშობს ფეიერვერკს.

თარგმნა **ინგა ნამთალაშვილმა**

თქვენ ცისფერთან იმეგობრეთ

ქალთა საბჭოში

თანადგომა

რესპუბლიკის ქალთა საბჭომ რუსთაველის პროსპექტის აღდგენის ფონდში ათი ათასი მანეთი გადარიცხა. ამ რამოდენიმე ხნის წინ ქალთა საბჭოების წარმომადგენლებმა მოინახულეს ქალაქსა და სხვა ადგილებში დროებით შეხიზნული ყველა მარტოხელა ოჯახი და მცირე ნობათიც მოუტანეს.

დაზარალებულებს მძიმე საცხოვრებელი პირობების გარდა კვების პრობლემაც აწუხებთ. მართალია, პირველ რიგში, ამ საკითხებს სახელმწიფო ორგანოები აგვარებენ, მაგრამ რესპუბლიკაში არსებული დღევანდელი სიტუაციის გამო, მათაც ხშირად ეშლებათ ხელი. ამიტომ ახლობლებისა და კეთილი ადამიანების თანადგომა ბევრს ნიშნავს.

ცხადია, ქველმოქმედებით კიდევ ბევრი რამის გაკეთება შეიძლება. დაზარალებულ ოჯახებთან სიახლოვე, მატერიალური და მორალური თანადგომა, მოფერება, გამხნევება ნაწილობრივ მაინც შეუმსუბუქებს ტანჯულ ადამიანებს ჭირვარამს. ამ კეთილშობილურ საქმეში ქალთა საზოგადოებები და ქალთა ორგანიზაციები მართლაც დიდი ძალაა.

ეროვნული ბიბლიოთეკა

შალვა ამონაშვილი

პედაგოგიკა ახალი რაკურსით

დაიბადა ადამიანი

„ვერ წარმომიდგენია პედაგოგიური პროცესი, რომელსაც არ გააჩნია ფილოსოფიური საფუძველი. არა. მე ნებისმიერი ფილოსოფია კი არ მჭირდება, არამედ ისეთი, რომელიც დამეხმარება გავიაზრო ბავშვი, მისი ბედის საიდუმლოება, საზოგადოებრივ ცხოვრებაში მისი დანიშნულება. ასეთი ფილოსოფიის გარეშე გამიჭირდება ამოვარჩიო ან თავად შევქმნა საკუთარი პედაგოგიური პოზიცია, რომელიც ჩემი პედაგოგიური ფიქრების სათავედ და ჩემი პედაგოგიური პრაქტიკის ორიენტირად იქცევა. ეს ფიქრები და ეს პრაქტიკა კი ბავშვებს ეხება“

ასე იწყებს ცნობილი პედაგოგი და მეცნიერი შალვა ამონაშვილი თავისი უაღრესად საინტერესო წერილების ციკლს, რომელშიც პედაგოგიკის დანიშნულება კი ახლებურადაა გააზრებული. ვფიქრობთ. ბატონმა შალვამ ერთ-ერთი პირველი აგური დადო მომავლის იმ მეცნიერების საძირკველში, რომელსაც თვითონ ბავშვის კოსმოლოგიას ან ბავშვის მისიოლოგიას უწოდებს.

მშობლებსა და პედაგოგებს ვთხოვთ ყურადღებით გაეცნონ ამ ციკლის მასალებს ჩვენს ჟურნალში.

„იმ ხანად მივიდნენ მოწაფეები იესოსთან და ჰკითხეს, ვინ უფრო დიდია ცათა სასუფეველში?

იესომ დაუძახა ბავშვებს, მათ შორის ჩააყენა. და თქვა: ჭეშმარიტად გეუბნებით თქვენ: თუ არ მოიქცევით და არ იქნებით როგორც ბავშვები, ვერ შეხვალთ ცათა სასუფეველში.

ამრიგად, ვინც დაიმდაბლებს თავს, როგორც ეს ბავშვი, ის არის უდიდესი ცათა სასუფეველში.

და ვინც შეიწყნარებს ერთ ამნაირ ბავშვს ჩემი სახელით, მე შემიწყნარებს.

და ვინც აცდუნებს ერთ მცირეთგანს, რომელთაც მე ვწამვარ, უჯობს წისქვილის დოლაბი დაჰკიდონ ყელზე და ზღვის უფსკრულში დანთქან.

ეკრძალეთ, ნუ შეურაცხყოფთ ნურცერთ ამ მცირეთაგანს, რადგანაც გეუბნებით თქვენ, რომ მათი ანგელოზები ცაში თვალს არ აცილებენ მამის ჩემის ზეციერის სახეს.

ასევე არ ნებავს მამას ჩემსას ზეციერს, რომ დაიღუპოს ერთი ამ მცირეთაგანი.“

ბავშვო, სამყაროს საოცრებავ! მაქვს კი უფლება, თუნდაც მასწავლებლის, მეცნიერებათა დოქტორის, პროფესორის და ა. შ. დიპლომებით შეგეხო შენ, თუ წინასწარ სრულად არ გავიცნობიერებ, რომ შენ ხარ უსაზღვროება და განუმეორებლობა? როგორ შემიძლია გასწავლო თუნდაც კითხვა, წერა, ანგარიში, თუ არ აღვივსები ბუნების წინაშე უაღრესი პასუხისმგებლობის გრძნობით, იმის შეგნებით, რომ შენ მოგაქვს განსაკუთრებული მისია შენთვის და ადამიანებისთვის, მე კი მაკისრია აღგზარდო ისე, რომ შეძლო შენი მიზნის მიღწევა?

სწორედ ამიტომ მჭირდება ბავშვის ფილოსოფიური და, შესაძლოა კოსმოსური ხედვა. საიდან ავიღო იგი. ფილოსოფიური სამყაროდან? იქ არ არიან ბავშვები, ფილოსოფოსები არ არიან დ✱ინტერესებული ბავშვებით. მათ უფრო იზიდავთ ზრდადასრულებული ადამიანი თავისი საქმეებით. მაშ, იქნებ თავად პედაგოგიკამ იზრუნა, რომ შეექმნა თავისთვის ნაირნაირი ფილოსოფიური კონცეფცია ბავშვებზე და მათ საფუძველზე აეგო ასევე განსხვავებული პედაგოგიური პროცესები? არა, ბავშვის ფილოსოფიური გააზრება აქ არ სცილდება ღარიბ მსჯელობებს იმის შესახებ, თუ როგორია გარემოს, მემკვიდრეობითობისა და აღზრდის წვლილი ადამიანის ჩამოყალიბებაში.

და მე იძულებული ვარ ავაგო ჩემი შეხედულება ბავშვზე, განვავითარო მასზე ჩემი, შესაძლოა, არც თუ საკმაოდ დასაბუთებული, ზოგჯერ კი საკამათო მსჯელობებიც, რომლებშიც ასახული იქნება ჩემი რწმენა.

არ მინდა ფატალურად წარმოგიდგინოთ ადამიანების ცხოვრება და ცხოვრება თითოეული პიროვნებისა ადამიანთა შორის, მაგრამ გარკვეული თვალსაზრისით შეიძლება იმის მტკიცება, რომ ყოველი ადამიანის განუმეორებლობა ინახავს მისი მისიის განუმეორებლობის არსს ცხოვრებასა და საზოგადოებაში. მე, როგორც პედაგოგს, ასეთი პოსტულატი იმისთვის მჭირდება, რომ ჩავწვდე ჩემს როლს არა მხოლოდ ამა თუ იმ კონკრეტული ბავშვის ბედში, არამედ ადამიანთა ბედშიც, შესაძლოა, მთელი საზოგადოებისა და ალბათ, მთელი პლანეტის ცხოვრებასა და ბედშიც, რომელშიც ჩემი აღსაზრდელი შევა. მე უნდა გავერკვე აგრეთვე ჩემი პედაგოგიური საქმიანობის აზრში, რაც ჩემი რწმენით, იმაში მდგომარეობს, რომ დავეხმარო ბავშვს გაიხსნას და შეიცნოს თავი როგორც თავისთვის, ასევე გარშემო მყოფ ადამიანთათვის, კაცობრიობისათვის.

როგორ ფიქრობთ, ბავშვები ცარიელი ხელებით იბადებიან, თუ თითოეულ მათგანს თან მოაქვს საჩუქარი ადამიანებისათვის? არა, და ამაშია ჩემი რწმენის ფესვი, ბავშვები ცარიელი ხელებით არ იბადებიან. მათ დაჰყვებათ სწრაფვა, რომ შექმნან სულიერი და მატერიალური ფასეულობანი. მათ შეუძლიათ შექმნან ეს სიმდიდრე, ისინი იმიტომ იბადებიან, რომ ეძიონ, აღაშენონ, შექმნან, მხოლოდ საჭიროა, რომ ჩვენ დავეხმაროთ მათ გაიფურჩქნონ და ვეცადოთ, რომ საზოგადოებამ, საზოგადოებრიობამ თუ სხვა სახის მოვლენებმა არ დაამახინჯონ მათი ბედი.

გავბედავ და ვისარგებლებ მორის მეტერლინკის შესანიშნავი ზღაპრული სახით. გახსოვთ, ალბათ, როგორ ალმოჩნდება ტილტილი ლურჯი ფრინველის ძიების დროს მომავლის სამეფოში, აქ ლაზარეს თვალუწვდენელ სასახლეებში, ფირუზისფერ თაღებქვეშ, სადაც ყველაფერი ჯადოსნურად ცისფერია, ცხოვრობენ ბავშვები, რომლებიც უნდა დაიბადონ. აქ თითოეული მათგანი უხსნის ტილტილს, რაზე მუშაობს, რას მოუტანს ის ადამიანებს დედამიწაზე.

ტილტილი: ვინ არის ის ლაჟლაჟა პატარა ბიჭი, ასეთი სერიოზული სახით საკუთარ თითს რომ წოვს?

ბავშვი: რამდენადაც ჩემთვის ცნობილია, მან უნდა მოსპოს უსამართლობა დედამიწაზე... ამბობენ, ეს საშინლად ძნელია...

ტილტილი: ის წითური ბიჭი, რომელიც ისე დადის, თითქოს ვერ ხედავს. ის რა, ბრმაა?

ბავშვი: ჯერ არა, მაგრამ მერე დაბრმავდება. დააკვირდით მას უფრო ყურადღებით... მგონი, მან სიკვდილი უნდა დაამარცხოს...

ტილტილი: რას ნიშნავს ეს?

ბავშვი: ზუსტად არ ვიცი, მაგრამ ამბობენ, რომ მეტად მნიშვნელოვანია...

ტილტილი: ისინი, რომლებსაც სძინავთ, — ოჰ, რამდენი არიან, — ისინი არაფერს გამოიგონებენ?

ბავშვი: ისინი ფიქრობენ.

ტილტილი: რაზე?

ბავშვი: მათ ჯერ თვითონაც არ იციან, მაგრამ ისინი უთუოდ რაღაცით უნდა მოვიდნენ დედამიწაზე — ცარიელი ხელებით იქ არ უშვებენ...

ჩვენთან დედამიწაზე ცარიელი ხელებით ბავშვებს არ უშვებენ.

ვინ არ უშვებს? ღმერთი, ბუნება თუ კიდევ რაიმე ძალა?

საქმე ადამიანის მიერ გამოუცნობ მოვლენაში კი არა, იმაშია, რა ვირწმუნოთ ჩვენ, მასწავლებლებმა, აღმზრდელებმა: ის, რომ ბავშვი ცარიელი ხელებით არ იბადება, თუ ის, რომ მას არაფერი მოაქვს თან? აქ მე არაფერს ვიგონებ ისეთს, რასაც პედაგოგიური აზროვნება თავის განვითარებაში არ შეხებია. მაგრამ ჩემს თავზე გამომიცდია შემდეგი: ხანგრძლივი დროის განმავლობაში ვიმყოფებოდი იმ გაბატონებული თეორიის გავლენის ქვეშ, რომელიც გვაუწყებდა, რომ ბავშვს, თუმცა თან დაჰყვება მემკვიდრული მონაცემები, მაგრამ იგი არც თუ მაინცდამაინც მნიშვნელოვანი ფაქტორია მის ჩამოყალიბებაში, ხოლო უპირველესი ფაქტორებია — გარემო და, განსაკუთრებით, მიზანმიმართული აღზრდა. შექმენი ეს გარემო, მიზანმიმართული აღმზრდელობითი პროცესი და მიიღებ საჭირო ადამიანს, შეძლებ გამოიყვანო სხვადასხვაგვარი ადამიანები, წინასწარ დაგეგმილები, როგორც ამას მიჩურინი აკეთებდა: სხვადასხვა მცენარეთა შეჯვარების შედეგად იღებდა სხვადასხვა ხარისხის ნაყოფს. გამოდის, რომ ადამიანი იმარჯვებს ბუნებაზე, ის ყოვლისშემძლეა, მას ბუნების ძალთა დამორჩილების უნარი შესწევს.

არა, ბუნება უძლეველია, და არ არის საჭირო მასზე გამარჯვება. შეჯვარებაც შეიძლება რისიც გნებავთ, სინთეზირებაც, ხელოვნური ზღვების შექმნაც, მაგრამ ღირს კი ყოველივე ამას ბუნებაზე გამარჯვება ვუწოდოთ, თუ ამ ჩვენს „ძლევამოსილ" შეჭრას ბუნებაში ადამიანისათვის, პლანეტისათვის არაერთხელ მოუტანია ტრაგედია და კატასტროფა?

ადამიანი ყოვლისშემძლეა, როცა ის ბუნების მოკავშირეა, მისი თანამზრახველი, მესაიდუმლე, თანამონაწილე და დამხმარე. მაგრამ იგივე ადამიანი, იქნებ მთელი თაობაც კი ბუნებამ შეიძლება მკაცრად დასაჯოს, თუ თავს ზებუნებრივ ძალად წარმოიდგენს და ბუნებას კარნახს დაუწყებს, შეეცდება დაანგრიოს მის მიერ დადგენილი ჰარმონია.

როგორად იბადება ბავშვი? სუფთა დაფად ან იქნებ სანთლის მასად?

ეს კონცეფცია, ოდესღაც ლამაზი, შესაძლებელია, საჭიროც, ჩაბარდა წარსულს. მაგრამ დღემდე გვესმის, წარმოიდგინეთ, სამასწავლებლოებშიც კი „ბავშვი ტაბულა რაზაა". ის ვისაც ამ ფორმულისა სწამს, ან პატივმოყვარეობითაა შეპყრობილი, აქაო და მომეცით ბავშვი და მისგან რასაც გნებავთ იმას გამოვძერწავო, ან ცდილობს პაციფიზმისკენ მოგვიწოდოს: კეთილო ადამიანებო, უჩვენეთ ბავშვებს კარგი მაგალითები, ვინაიდან ისინი უმალ ჩაიბეჭდება მათ სუფთა დაფებზეო.

ბავშვი არ იბადება ცარიელი ხელებით.

თითოეულ ბავშვს თავისი განსაკუთრებული მისია დაჰყვება.

აი, რა ვირწმუნე უკვე დიდი ხანია.

მისტიკაა, მეტი არაფერი, — მეტყვის ზოგიერთი მასწავლებელი და აღმზრდელი. ესე იგი, გამოდის, ბავშვები მისიონერებად იბადებიან? გამოდის, თითოეულ მათგანს თავის თავში მოაქვს წინასწარ მოფიქრებული იდეა, რომელსაც დედამიწაზე ახორციელებს? თანაც რა იდეები: დათრგუნოს უსამართლობა, იზეიმოს სიკვდილზე გამარჯვება! იქნებ ლაპარაკია განსაკუთრებულ შემთხვევებზე, გენიოსებზე? იქნებ ეს „ლაზარეს სასახლეები" თავისებური სათბურია, სადაც გენიოსები გამოჰყავთ? წარმოუდგენელია, რომ ყველა ბავშვი დედამიწაზე ამ სამეფოებიდან გვევლინებოდეს! იქნებ არის სხვა ტაძრებიც, სადაც დასაბადებლად ემზადებიან ჩვეულებრივი ბავშვები, ყოველგვარი მისიისა და გენიოსობის გარეშე?..

ოჰ, რა უთავბოლო კითხვებს ვუსვამ საკუთარ თავს!

არც ისეთი მეამიტი ვარ, რომ ყველაფერი გამარტივებულად დავინახო. რა მისიაზეა ლაპარაკი? მინდა დავაზუსტო ჩემთვის ამ სიტყვების გაგება. ბავშვი თავის მისიით — ესე იგი, თითოეული ბავშვი არის განუმეორებლობა და მას ბუნების მიერ მინიჭებული აქვს შესაძლებლობების, ნიჭიერების განსაკუთრებული და ასევე განუმეორებელი შენაერთი. არის ყველასათვის საერთო შესაძლებლობანიც, მაგრამ თითოეულს მხოლოდ მისი — განსაკუთრებული — მარცვალიც დაებედება.

რა მარცვალია ეს? მასში, ჩემი რწმენით, ინახება მისიის არსი, და თუ მას კეთილგანწყობილ, ხელშემწყობ პირობებს შევუქმნით, რომ გაღვივდეს, განვითარდეს და გაიზარდოს, მაშინ ბავშვი, როცა იგი დიდი გახდება, გარშემო მყოფ ადამიანებს მცირე შეღავათსა და სიხარულს მაინც მოუტანს. ვიღაცისთვის დამხმარე და იმედი იქნება. ადამიანთა უმრავლესობა სწორედაც ასეთები ვართ ერთმანეთისთვის. უჩემობა, უთქვენობა ბევრი ადამიანისთვის ცხოვრებასა და ბედს შეიძლება ამოუცნობ ნაკაწრად დააჩნდეს, მაგრამ ისეთებიც იქნებიან, რომლებიც, ასე ვთქვათ, სასწაულებს მოახდენენ და ადამიანები, კაცობრიობა, იქნებ მომავალი თაობებიც მათ მიმართ მადლიერების გრძნობით განიმსჭვალებიან.

აი, რა მისიაზე ვლაპარაკობ.

მე იმას ვამბობ, რომ არცერთი ბავშვის დაბადება არ არის შემთხვევითობა.

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ახალგაზრდა ქალის ენციკლოპედია

დღეს ჩეხი ექიმი მიროსლავ მატოუშეკი განაგრძობს პასუხის გაცემას ახალგაზრდა დედების შეკითხვებზე. ვფიქრობთ, ეს პასუხი გამოადგებათ იმათ, ვინც პირველ შვილს ზრდის და აკლია პრაქტიკული გამოცდილება.

პირველი ტანსაცმელი: ჩახსნილი პერანგი (რახპაშონკა), ტრიკოტაჟის მოსაცმელი და სახვევები, საკმარისია თუ არა პირველ ხანებში?

— საკმარისია, ჩახსნილი პერანგის სახელოები წინასწარ გაუყარეთ ტრიკოტაჟის მოსაცმელის სახელოებში. ეს გაგიადვილებთ ჩაცმას ბავშვის შეუწუხებლად.

საფენები მაგიდაზე დაფინეთ. ქვემოთ დადეთ ორად მოკეცილი ფლანელის საფენი, მასზე სამკუთხედად გაკეცილი, ხოლო ზემოთ სწორად გაკეცილი საფენი. ამ მესამე საფენის გადანაკეცში მოაყოლეთ წყალგაუმტარი (მუშამბის) ნაჭერი. როცა პერანგები უკვე აცვია, ბავშვი დააწვინეთ ამ საფენებზე და ზედა საფენი ამოუდეთ ფეხებს შორის. შემდეგ ფეხებიანად შეახვიეთ ბავშვი ფლანელის საფენში, საჭირო არ არის ძალიან მჭიდროდ შეკვრა, რადგან ბავშვის განვითარებისათვის საჭიროა მენჯის სახსრების მოძრაობა. ასეთი შეფუთვა მხოლოდ პირველ კვირეებშია საჭირო, შემდეგ კი გამოიყენეთ სპეციალური თათებიანი შარვლები.

— მუცელზე რომ დავაწვინო, ხომ არ გაიგუდება?

— ყველაზე ჩვილ ასაკშიც კი შეიძლება ბავშვი ხანგრძლივად მუცელზე იწვეს. მხოლოდ ის ბავშვები, რომლებსაც ჭამის შემდეგ მუცელზე წოლის მდგომარეობაში ალებინებთ, ჭამის შემდეგ უნდა დავაწვინოთ გვერდზე, ხან მარჯვენა, ხან მარცხენა მხარეს. არ შეიძლება ყოველთვის ზურგზე იწვეს, რადგან არ არის გამორიცხული წალებინების შემთხვევაში ეს მასა გადაეყლაპოს. საჭიროა მდგომარეობა ვუცვალოთ: ხან ზურგზე იწვეს, ხან — მუცელზე და ხან — გვერდზე. გაგუდვა მხოლოდ მაშინ შეიძლება, თუ ბავშვი სახით ბალიშზე ან ბუმბულის საბანზე წევს.

თუ მყარ და სწორ ზედაპირზე დავაწვენთ, ყოველთვის ექნება სუნთქვის საშუალება. (პირდაპირ მუშამბაზე ნუ დააწვენთ) მიუხედავად იმისა, რომ თავის აწევა უჭირს, ბავშვი მაინც ახერხებს ოდნავ იცვალოს თავის მდგომარეობა და ისუნთქოს. ეს მოძრაობა მისთვის ვარჯიშიც არის. მალე შეამჩნევთ, რომ მუცელზე წოლისას ისე ხრის და შლის ფეხებს, თითქოს ცოცავსო.

— დავახუროთ თუ არა თბილი საბანი?

— არა. გამთბარ ოთახში სრულიად საკმარისია კონვერტი, რომელშიც წევს. ის კი არა, შეიძლება ზემოთ ჩაცმულ ბავშვს მხოლოდ წელს ქვემოთ დავახუროთ ფლანელის საფენი. თუ ბავშვს ხელი ცივი აქვს, ეს არ ნიშნავს, რომ ცივა. ხელი სხეულის სხვა ნაწილთან შედარებით ყველაზე უფრო ცივია, თუ ხელები ცხელი აქვს, უთუოდ ცხელა.

— თუ გამოყენებული საფენი სუფთა მეჩვენება, შეიძლება მისი მეორედ გამოყენება?

— არავითარ შემთხვევაში. თოთო ბავშვის საფენები ყოველთვის უნდა გამოიხარშოს, ერთი ლაქაც რომ არ აჩნდეს ზედ. რადგან ნახმარ საფენებში შეიძლება იყოს მიკრობები, რაც ხარშვით და ცხელი უთოთი ისპობა. პირველ ხანებში დღეღამეში 30 საფენი გეყოფათ. შემდეგში — 50-დან 60-მდე, ისინი ბამბის ქსოვილისაგან უნდა იყოს შეკერილი.

— თუ გაცივებული ვარ, გავიკეთო თუ არა მარლის ნიღაბი?

— ნიღაბი პირველ კვირეებში ყოველთვის უნდა გეკეთოთ, რადგან ის მიკრობები, რაც შესაძლოა თქვენთვის საშიში არ იყოს, ბავშვისთვის ბევრი უსიამოვნების წყაროდ იქცეს.

ნიღაბი თვითონვე შეკერეთ მარლის ნაჭრისაგან 20X15 სმ-ზე. ოთხივე კუთხეში მიაკერეთ ზონარები. აიკარით ცხვირ-პირი, ზონარები კეფაზე შეიკარით. ნიღაბი ყოველთვის აუცილებელია, როცა სურდო გაქვთ.

— როცა ძუძუს ვაძლევ, ძუძუ ხელით მიჭირავს, რომ სუნთქვაში ხელი არ შეუშალოს.

— დიახ. ეს აუცილებელია. პატარას უსათუოდ სჭირდება დახმარება, რადგან ძუძუს თავი ზოგ შემთხვევაში ძალიან პატარაა, ზოგჯერ ძალიან მაგარია, ან იმდენად სავსე და დაჭიმულია, რომ ბავშვი პირს ვერ კიდებს. ზოგჯერ საჭირო ხდება ცოტაოდენი რძის გამოწველა, რომ დაძაბულობა გაქრეს და ბავშვმა ადვილად მოწოვოს. თუ წოვისას ცხვირით ვერ სუნთქავს და ძუძუს პირიდან აგდებს ჰაერის ჩასასუნთქად, მალე დაიღლება.

— იცით რა ხმაურით ყლაპავს? განა ეს ნორმალურია?

— როგორც წესი, ბავშვები ხმაურით ყლაპავენ საჭმელს და საჭმელთან ერთად ჰაერს. თუ ეს ჰაერი არ ამოუშვა, ბავშვი წუხს, ტირის. ამ დროს ბავშვი, ვერტიკალურად უნდა დავიკავოთ, სანამ არ გავიგონებთ კუჭიდან ამოსული ჰაერის ხმას. ხანდახან ამ ხმას ცოტა რძეც ამოჰყვება ხოლმე.

— ხანდახან ჭამიდან კარგა დიდი დროის გასვლის შემდეგაც ალებინებს.

— ალბათ არ არსებობს ბავშვი, რომელსაც არ ალებინებდეს. ეს იმიტომ ხდება, რომ მეტი რძე მიიღო, ვიდრე მონელება შეუძლია. ხშირადაც რომ ალებინებდეს, თუკი წონაში ნორმალურად იმატებს, საშიში არაფერია.

ღებინების მიდრეკილების მქონე ბავშვები ჭამის შემდეგ ფრთხილად, ზედმეტი მოძრაობის გარეშე უნდა დავაწვინოთ. საწოლი თავის მხარეზე ავწიოთ 6-10 სმ-ით მაღლა.

— მე კი მეგონა ღებინების და ტირილის მიზეზი გაზები იყო.

— ზოგჯერ ასეცაა. ეს უფრო მგრძნობიარე ბავშვებს ემართებათ.

— ჭამის დროს ეძინება. როგორ მოვიქცე?

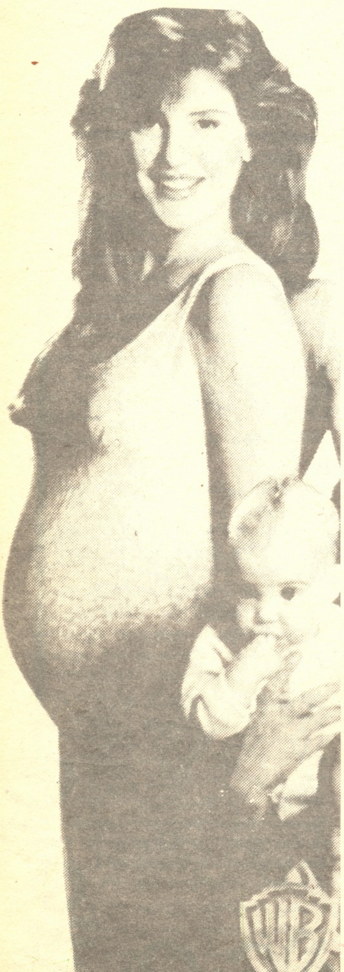
— ეს ხშირად ხდება. ბავშვი მოუმაგრებელია, წოვის დროს იღლება. წინასწარ გამოიწველეთ რძე ისე, რომ წვეთები შეგრჩეთ ძუძუზე. რძის გემო აიძულებს ბავშვს მოწოვოს. შეიძლება ძუძუს თავი მოუცაცუნოთ ენაზე, ლოყაზე თითით შეეხეთ, პირში რძის წვეთი ჩაასხით. მაგრამ არ შეიძლება ხელი მოვუჭიროთ ცხვირზე. ნუ დაღლით. აწოვეთ მხოლოდ 10-15 წუთი.

თუ არაფერმა გაჭრა, კოვზით მიეცით გამოწველილი რძე.

პრაქტიკუმი მშობლებისათვის

ვარჯიშები ფეხმძიმობის დროს

ჯანსალი ადამიანისთვის ვარჯიშს სიკეთის მეტი არაფერი მოაქვს. რაკი ასეა. რატომ არ უნდა ივარჯიშოს ჯანმრთელმა ფეხმძიმე ქალმა? ასეთ კითხვას ესპანელი ექიმი ენრიკე გონსალეს რუანო და გვირჩევს.



ოღონდ, დასაწყისში აუცილებელია გინეკოლოგს გაესინჯოთ და თუკი ექიმი ვარჯიშის ნებას დაგრთავთ, იცოდეთ, რომ ვარჯიში სისხლის მიმოქცევას აწესრიგებს, აიოლებს ნაყოფისთვის ჟანგბადის მიწოდებას, ხელს უწყობს ჰორმონალურ სტაბილიზაციას და ოფლის მეშვეობით სხეულიდან დევნის მავნე ნივთიერებებს. ნავარჯიშები ქალი უფრო მომზადებული ხვდება მშობიარობას და მშობიარობის წინაც საუცხოო ფორმაშია. „მე თავად ვიცნობ ფიზკულტურის მასწავლებელ ქალს, რომელიც მშობიარობამდე ერთი კვირით ადრეც ვარჯიშობდა, ბოლო მშობიარობიდან ორი კვირის თავზე ვერავინ იტყოდა, რომ მან ეს-ესაა შვილი გააჩინა, — ამბობს ექიმი იბანიეხი.

სპორტის სახეობის შერჩევა

ამ საკითხში ნაჩქარევი გადაწყვეტილების მიღება არ შეიძლება. თუკი ხახლთან ახლოს ჩოგბურთის კორტებია, მაშინვე ჩოგანს ნუ წამოავლებთ ხელს. დასაწყისისთვის შეარჩიეთ ე. წ. „ბუნებრივი სპორტი“, ე. ი. სპორტის სახეობა, რომელიც ადამიანთან ერთად გაჩნდა და არა ის, რომელიც ადამიანმა მოიგონა, მაგალითად, სიარული და ცურვა.

სიარული. იარეთ ყოველდღიურად ოცოცი წუთი ჩქარი ნაბიჯით, შეუსვენებლად. ეს ხელს შეუწყობს ფეხებში სისხლის მიმოქცევას და თავიდან აგაცილებთ ქვედა კიდურების შეშუპებას. ამ ოცი წუთის მანძილზე ნურც ნაბიჯს შეანელებთ და ნურც ვიტრინების დასათვალიერებლად შეჩერდებით, განსაკუთრებული ყურადღება მიაქციეთ ფეხსაცმელს. მაღალქუსლიანი ფეხსაცმლისკენ არც გაიხედოთ, თქვენ გჭირდებათ სპორტული, ან მოხერხებული და რბილი ფეხსაცმელი.

ცურვა. სპორტის ეს სახეობა ამაგრებს მუცლის, ხელებისა და ფეხების კუნთებს. ხშირად ცვალეთ ცურვის სტილი. მაგრამ გახსოვდეთ, ბრასი ყველაზე მიზანშეწონილია ფეხმძიმე ქალებისთვის. ცურვა ფეხმძიმობის მანძილზე შეგიძლიათ ერთადერთი პირობით: თუ დარწმუნებული ხართ აუზის წყლის სისუფთავეში.

სირბილი. შეიძლება ირბინოთ მცირე ხნით, სპორტული ფეხსაცმლით. ბოლო თვეებში, როცა მუცელი საგრძნობლად დაგეტყობათ და წონაში მოიმატებთ, სირბილს თავი დაანებეთ.

ველოსიპედი. ველოსიპედით სიარულიც პირველ თვეებშია მიზანშეწონილი. როცა მუცელი მართვაში ხელს შეგიშლით, სხვა რა გზაა — უნდა ჩამოქვეითდეთ. ველოსიპედის შერჩევაში სპეციალისტს ჰკითხეთ რჩევა, რადგან აუცილებელია დასაჯდომის ტიპისა და მისი სიმაღლის სწორი შერჩევა.

რიტმული ტანვარჯიში. სპორტის ამ სახეობაში მხოლოდ ექიმის რჩევითა და მის მიერ შერჩეული ვარჯიშებით უნდა შემოიფარგლოთ. არ შეიძლება ისეთი ვარჯიშების კეთება, რომლებიც პირდაპირ მუცელს აწვება.

ციგურაობა. სპორტის ყველა სახეობა, რომელიც დაცემის რისკს შეიცავს, მავნეა ფეხმძიმე ქალისთვის. მაგრამ, თუკი კარგი მოციგურავე ბრძანდებით და საკუთარი თავის იმედი გაქვთ, შეგიძლიათ იციგუროთ, მხოლოდ ფეხმძიმობის ბოლო თვეებამდე.

იოგა. აქაც ექიმის რჩევაა საჭირო. მის მიერ ამორჩეული ელემენტარული იოგას ვარჯიშები ზიანს არ მოგიტანთ.

პინგ-პონგი. უპრობლემოდ შეგიძლიათ ითამაშოთ მშობიარობამდე.

ჩოგბურთი. თუ მომავალი დედა პროფესიონალი ჩოგბურთელი არ არის, ფეხმძიმობის დროს მხოლოდ წყვილთან ერთად შეუძლია თამაში, ისიც მეოთხე, მეხუთე თვემდე. წყვილთან ერთად იმიტომ, რომ აქეთ-იქით ბევრმა სირბილმა არ მოუწიოს.

თუკი ფეხმძიმობამდე მისდევდით სპორტს, ამას რა სჯობია, მაგრამ თუ ფეხმძიმობისას გადაწყვიტეთ ვარჯიში, დასაწყისში მეტი სიფრთხილე გამოიჩინეთ. დაივიწყეთ სპორტის ის სახეობა, რომელშიც დიდია დაცემის საფრთხე.

ფეხმძიმე ქალებს კატეგორიულად ეკრძალებათ სპორტის შემდეგი სახეობები: ცხენოსნობა, ათლეტიზმი, ტანვარჯიში სპეციალურ იარაღებზე, საწყლოსნო თხილამურები, ნიჩბოსნობა, კალათბურთი, ხელბურთი, ფეხბურთი, აერობიკა, მთამსვლელობა, ცურვა მდინარეში, ტბაში, ან ზღვაში!

ესპანურიდან თარგმნა
თეა გვასალიამ

ჟურნალი „სერ პადრეს ოი“

თამარი ჯაჯის საქართველოში

იანვრის იმ მძიმე დღეებში, როცა არც გაზეთები იბეჭდებოდა, არც ტრანსპორტი მოძრაობდა და თბილისის შუაგულში ჯერ კიდევ ბოლავდა გადამწვარი და გაპარტახებული რუსთაველის პროსპექტი, ერთ თბილისურ ბინაში, ერთმანეთისთვის და ჭირისუფლისთვისაც სრულიად უცხო ქალები ცხარე ცრემლებით დასტიროდნენ მიცვალებულს. ქალებს თან ახლდათ შვილები, რომელთა უმრავლესობას თამარი ერქვა. თამარი ერქვა გარდაცვლილსაც.

ბარემ აქვე ვიტყვი, რომ ყველა ეს ბავშვი ქალბატონ თამარ საყვარელიძის წყალობით მოევლინა ამ ქვეყანას. „თქვენ ვერც კი წარმოიდგენთ, რა უსუსურად ვგრძნობ თავს უთქვენოდ... გულში ღმერთად გთვლით...“ ეს სტრიქონები ერთ-ერთი მადლიერი პაციენტის წერილიდანაა. მსგავსი ხშირად მოდიოდა თამარ საყვარელიძის სახელზე, თვით ქალბატონ თამარს კი „თავის“ ბავშვების სურათების რამდენიმე ალბომი ჰქონდა სათუთად შენახული...

...შორეული 1941 წელი. ოდესის სამედიცინო ინსტიტუტის კურსდამთავრებული თამარ საყვარელიძე დანიშნულების ადგილას უნდა წავიდეს ფრონტზე, ერთ-ერთ სანიტარულ ბატალიონში, მცირეწლოვანი შვილი კი ევაკუაციაში უნდა გააგზავნოს. მაგრამ ახალგაზრდა დედა სხვა გადაწყვეტილებას იღებს. ზურგჩანთაში ჩასმული პატარით ცხადდება კომისარიატში. ომი ერთად განვლო დედაშვილმა. სანამ დედა ოპერაციებს აკეთებდა, ბიჭუნა დაჭრილებთან ტრიალებდა...

...უკან დარჩა ომის მძიმე წლები. თბილისში დაბრუნებული ქალბატონი თამარი თავის მასწავლებელთან იოსებ ჟორდანიასთან ერთად აყალიბებს ინსტიტუტს, რომელსაც ახლა ჟორდანიას სახელობის ადამიანის რეპროდუქციის ინსტიტუტი ეწოდება და სათავეში უდგება კლინიკურ ლაბორატორიას. მის მიერ დანერგილ მეთოდებს ჩვენშიც წარმატებით იყენებდნენ და საზღვარგარეთაც. სწორედ მან გამოიკვლია ქალთა უნაყოფობის გამომწვევი ისეთი მიზეზები, რომლებსაც ადრე ყურადღება არ ექცეოდა და შექმნა მათი ეტაპობრივი მკურნალობის სისტემა ავადმყოფობის სირთულის გათვალისწინებით. ქირურგიული გამოკვლევის ახალი მეთოდის — ლაპარასკოპიის შემოღებაც ქალბატონი თამარის დამსახურებაა.

დღე არ გავა, კოლეგებმა სიყვარულით არ გაიხსენოთ თამარ საყვარელიძე. ყოველთვის მხნედ და შემართულად გამოიყურებოდაო, იხსენებენ ექიმები. მისი რჩევებით და მისი მეთოდებით დღესაც ვსარგებლობთო. თამარ საყვარელიძის ხელმძღვანელობით მომზადდა ინსტიტუტში ბევრი დისერტაცია, სტატია, მეთოდური ლიტერატურა, მაგრამ ყველაზე სქელტანიანი დისერტაცია, ყველაზე მნიშვნელოვანი გამოკვლევაც კი ზღვაში წვეთია იმ დაღლილ და ამავე დროს ბედნიერ ღიმილთან, მრავალი წლის ამაო ლოდინით გატანჯულ დედას რომ ეხატება სახეზე ნანატრი პირმშოს პირველი ტირილის გაგონებისას...

ვინც ეს გრძნობა ქალბატონი თამარის წყალობით გამოსცადა, არასოდეს დაივიწყებს საყვარელ ექიმს.

განა სხვა რამეში უნდა ვეძიოთ ადამიანის — მითუმეტეს, ექიმის უკვდავება?

თეა გვასალია

ქრონიკა

ფრანგი ქალები და შიდსი

ამა წლის იანვარში გამოქვეყნებულ მსოფლიო ჯანმრთელობის დაცვის ორგანიზაციის მონაცემებით, საფრანგეთში რეგისტრირებულია შიდსით დაავადების 2355 შემთხვევა ქალებში, შემდეგ მოდიან იტალიელები — 1894, მერე ესპანელები — 1581. მათ შორის 55,7 პროცენტი შიდსის ტოქსიკომანია, 28,1 პროცენტი დასნებოვანებულია ჩვეულებრივი სქესობრივი კონტაქტით.

ბოლო გამოკვლევები გვიჩვენებს, რომ ასეთი კონტაქტით, შიდსით დაავადება ყოველდღიურად იზრდება.

● ლევ ტოლსტოის და ალექსანდრე პუშკინის ბებიის დედები ღვიძლი დები იყვნენ.

● გერმანელმა მეცნიერმა ო. ნოლდმა გამოიკვლია რა მრავალი ათასი ჭაბუკი, დაადგინა, რაც უფრო დაშორებულია ერთმანეთისაგან მშობლების დაბადების ადგილი, მით უფრო მაღალი იქნება მათი შვილი.

● 20 წლის მამებთან შედარებით 50 წლისანებს ნიჭიერი შვილის შეძენის თითქმის 10-ჯერ მეტი შანსი აქვთ, რაც არ ითქმის დედის ასაკზე. აქ პირიქითაა. 45 წლის ქალს 64 ჯერ მეტი შანსი აქვს შვას ბავშვი დაუნის სინდრომით, ვიდრე 20-24 წლისას.

შაქრიანი დიაბეტი

შაქრიანი დიაბეტი ქრონიკული დაავადებაა, რომელსაც ორგანიზმში ინსულინის ნაკლებობა იწვევს. თუ ინსულინის რაოდენობა შემცირებულია, ორგანიზმი ვერ შეითვისებს ნახშირწყლებს და სისხლში მატულობს შაქარი.

შაქრიანი დიაბეტის გამომწვევი მიზეზებია: მწვავე და ქრონიკული პანკრეატიტები, კუჭუკანა ჯირკვლის სიმსივნური პროცესი, ჯირკვლის სისხლძარღვთა მიმოქცევის მოშლა, დაავადებები, რომლის დროსაც იმატებს ინსულინის საწინააღმდეგო ჰორმონების გამოყოფა. შაქრიანი დიაბეტის წარმოქმნას ხელს უწყობს ნერვული გადაძაბვა, ნერვული და ფსიქიური ტრავმები, მწვავე ინფექციური დაავადებები, კვებისა (ტკბილეულის ჭარბად მიღება) და მემკვიდრეობითი ფაქტორი, ჭარბი წონა.

შაქრიანი დიაბეტისათვის დამახასიათებელია პირის სიმშრალე, ძლიერი წყურვილი, ხშირი და ჭარბი შარდვა, მადის გაძლიერება, წონაში კლება, საერთო სისუსტე, კანის ქავილი, გამონაყარი, ჭრილობების ძუნე შეხორცება.

დიაბეტის ზერელე მკურნალობა ვერ სპობს შაქრის რაოდენობას, რასაც მოჰყვება დიაბეტური გართულებები: ჩირქოვანი გამონაყარი, ფურუნკულოზი, თავის ტვინის და გულსისხლძარღვთა ათეროსკლეროზის მოვლენები, სტენოკარდია, გულის კუნთის ინფარქტი, სისხლის წნევის მომატება, ფილტვების ტუბერკულოზი, სქესობრივი ფუნქციის მოშლილობა და სხვა.

გართულებებიდან ყველაზე უფრო საშიშია წვრილ სისხლძარღვთა ათეროსკლეროზული გადაგვარება (ანგიოპათია). ამ დროს ქვემო კიდურებში ვიწროვდება სისხლძარღვები, რასაც მოსდევს განგრენა. თვალის წვრილი სისხლძარღვების შევიწროვება კი იწვევს მხედველობის დაქვეითებას, ზოგჯერ სიბრმავესაც. ამგვარივე ცვლილებები თირკმლის წვრილ სისხლძარღვებში იწვევს თირკმლის ფუნქციის მოშლას.

საგანგაშოა შაქრის ძლიერი მომატება სისხლში და გაძლიერებული გამოყოფა შარდში, რაც იწვევს ყველაზე საშიშ გართულებას — დიაბეტურ კომას. ამ დროს კუნთები დუნდება, კანი და ლორწოვანი გარსები შრება, რეფლექსები ქვეითდება, გულისცემა ხშირდება, სისხლის წნევა ეცემა; ხშირია პირღებინებაც. ავადმყოფი კარგავს გონებას და თუ მიღებული არ იქნება სასწრაფო ზომები, შეიძლება დაიღუპოს კიდეც.

შაქრიანი დიაბეტის პროფილაქტიკისათვის აუცილებელია: მკაცრად შეიზღუდოს შაქრის, თაფლის, მურაბის, ნამცხვრის და სხვა ადვილად შესათვისებელი ნახშირწყლების მიღება, საჭიროა აგრეთვე შრომისა და დასვენების რაციონალური რეჟიმი, სამკურნალო ფიზკულტურა.

შაქრიანი დიაბეტი მით უფრო მძიმეა, რაც უფრო ადრეულ ასაკში იწყება იგი.

ბავშვებში შაქრიანი დიაბეტის მკურნალობა აუცილებელია ინსულინით.

დიაბეტის დროს განსაკუთრებით საშიშია სისხლში შაქრის დონის დაცემა, რის შედეგადაც ავადმყოფს ეწყება უსიამოვნო შეგრძნებები — კანკალი, ცივი ოფლი, გაბრუება. სათანადო ზომების დაგვიანება კი გამოიწვევს ეპილეფსიური კრუნჩხვების მსგავს მოძრაობებს, გონების დაკარგვას, უნებლიე შარდვას და ჰიპოგლიკემიურ კომას. ჰიპოგლიკემიის თავიდან ასაცილებლად ტაბლეტების და ინსულინის მიღების დროს აუცილებელია დიეტის, კვების რეჟიმის ზუსტი დაცვა, ხოლო ჰიპოგლიკემიის მოვლენების დაწყებისას სწრაფად ორი-სამი ჩაის კოვზი ტკბილისა და საკვების მიღება, და თუ მდგომარეობა მაინც გართულდა, ვენაში გლუკოზის შეყვანა.

შაქრიანი დიაბეტის მკურნალობისას მთავარია დიეტა. მსუბუქი ფორმის დიაბეტის დროს შაქრის მოსაწესრიგებლად საკმარისია მხოლოდ დიეტური მკურნალობა. საშუალო სიმძიმის დიაბეტს დიეტასთან ერთად მკურნალობენ ანტიდიაბეტური ტაბლეტებით, ხოლო მძიმე ფორმისას ინიშნება ინსულინი.

დიეტა ისე უნდა დაინიშნოს, რომ ჭარბი წონის ავადმყოფმა წონაში დაიკლოს, ნაკლები წონისამ — მოიმატოს.

კვება სასურველია დღეში 4-5 ჯერ.

დიაბეტიანთათვის აუცილებელია ნახშირწყლების შემცველი ძირითადი საკვების (პური, ხილი) ყოველ დღე თანაბარი რაოდენობით მიღება. იგივე ითქმის პურის შემცვლელების (ბურღულეული, მაკარონის ნაწარმი, კარტოფილი, ძველი ლობიო) მიმართ. რძის ნაწარმის, ხორცეულის, თევზეულის, ბოსტნეულის მიღებისას ასეთი შეზღუდვა აუცილებელი არ არის.

შალვა ჩხენკელი,
ექიმი ენდოკრინოლოგი.

მე და ის

ადამიანი სიყვარულისგანაც იღლება

თანამედროვე მეცნიერება — ბიორიტმოლოგია გვასწავლის, რომ ბუნებაში ყველაფერი ემორჩილება საიდუმლო ციკლს, ყველაფერი დინამიურ წონასწორობაშია. ადამიანის ორგანიზმი ბუნების ნაწილია და გარკვეული კანონები მასზეც ვრცელდება. ვერც ცალკეული ცოცხალი უჯრედი და ვერც მთლიანი ორგანიზმი ვერ იარსებებენ მუდმივად და შეუსვენებლად. ცოცხალი ორგანიზმის მაღალი აქტიურობა პასიურობით იცვლება, როცა ორგანიზმს ძალების აღდგენა სჭირდება.

გარკვეული პერიოდულობა ადამიანთა ემოციურ ურთიერთობებშიც შეინიშნება, და, რა თქმა უნდა, ცოლ-ქმარს შორისაც. თბილი ემოციური დამოკიდებულება გულგრილობით, სიცივით იცვლება; „ადამიანი ყველაფრისგან იღლება და მათ შორის სიყვარულისგანაც“, — წერდა ანდრე მორუა.

აბა დააკვირდით თქვენს პატარას საღამოს, ძილის წინ. რაღაცას ჯუჯღუნებს, რაღაცას შემოგჩივით: არაფერი არ მოსწონს. ეს იმიტომ, რომ დაღლილია. მისი სუსტი ნერვიული სისტემა გადაიღალა მთელი დღის მანძილზე ადამიანებთან ურთიერთობებით. მას დასვენება და ძილი სჭირდება. ზოგჯერ ახლობელ ადამიანებთან ურთიერთობისას, ჩვენც ისე ვიქცევით, როგორც დაღლილი ბავშვი: ვბრაზობთ მათზე, ვაწყენინებთ ხოლმე, ვჭირვეულობთ, აუტანელი ვხდებით.

„მობეზრების“ მომენტი ყველას შეიძლება ჰქონდეს: ამხანაგებს, მეგობრებს, თანამშრომლებს, თუმც ზოგჯერ ამის შემჩნევა ძნელია, რადგან ისინი მუდამ ერთად არ არიან. ხოლო როცა ურთიერთობები მოსაბეზრებელი ხდება, ადამიანები შორდებიან ერთმანეთს და ერთობიან თავიანთი საქმით.

როცა ცოლ-ქმარს შორის დაძაბულობა წარმოიქმნება, მათ განცალკევებისაკენ მიდრეკილება უჩნდებათ. ან კედლისკენ გადაბრუნდებიან, ან გაზეთს ჩააშტერდებიან, ოღონდ ერთმანეთს არ უცქირონ, არც კითხვაზე უპასუხონ, საუბარში არ ჩაებან. ეს ყველაფერი მშვიდად, შეგნებულად უნდა აიტანოთ: როცა დარწმუნდებით, რომ ცოლს არ სურს შენი დანახვა, რაიმე მოიმიზეზე და გადი სახლიდან: ან მაღაზიაში წადი, ან ბიბლიოთეკაში, ანაც ეზოში, სადაც გსურს, დაე, დაისვენოს შენგან.

ამგვარად, მუდმივი ურთიერთობა მეუღლეებს შორისაც კი მოწყენილობას და გაღიზიანებას იწვევს, რაც ზოგჯერ კონფლიქტში, ჩხუბში გადაიზრდება ხოლმე. ხოლო თუ კონფლიქტის წინაპირობები ნერვიული სისტემის მოქმედებითაა გამოწვეული, მაშინ ეს უთანხმოება გარდაუვალია. ცოლქმრულ ურთიერთობებზე სწორი შეხედულება, მათი განმტკიცებისათვის ზრუნვა, მოთმინების უნარი ოჯახის შენარჩუნების მტკიცე გარანტიაა.

პუბლიკაცია მოამზადა ქ. ლიაძემ

ასე ფიქრობს ივ. ჯავახიშვილის სახელობის სახელმწიფო უნივერსიტეტის დოცენტი, საქართველოს ბაირონის საზოგადოების პრეზიდენტი ინესა მერაბიშვილი.

ინგლისელი ქალი ჩვენს პირობებს ვერ გადაიტანს

— ქალბატონო ინესა, თქვენ საკმაო ხანს ცხოვრობდით ინგლისში. შესაძლებლობა გქონდათ დაკვირვებოდით ინგლისური ოჯახის ყოფას.

ერთ-ერთ წინა ინტერვიუში, რომელიც დიდ ბრიტანეთში თქვენს სამეცნიერო მივლინების პერიპეტიებს ეხებოდა („ბაირონი და ქართველი ქალები") დაგვპირდით, რომ სიამოვნებით გვიამბობდით ინგლისური ოჯახის ზნეობრივ და ყოფით საკითხებზე, იქაური ქალების ყოფისა და ცხოვრების სტილზე, რაც ჩვენი მკითხველისათვის ინტერესმოკლებული არ უნდა იყოს.

მაშ ასე, რა არის ოჯახი ინგლისელისთვის, რა ადგილი უკავია მას პიროვნების, თუ გნებავთ, სახელმწიფოს ცხოვრებაში?

— დავიწყოთ იმით, რომ გაერთიანებულ სამეფოში, ანუ, როგორც მას თვითონ უწოდებენ, ბრიტანეთში, ოჯახი რჩება მათი ზნეობრივი ცხოვრების სათაყვანებელ პირობად, თუმც ბრიტანელები არ ჩქარობენ ადრეულ ასაკში მოეკიდონ ოჯახს, პირიქით, ოჯახის შექმნა დიდ პასუხისმგებლობას აკისრებს განსაკუთრებით მამაკაცს, რომელიც იმ შემთხვევაში ქორწინდება, თუ წინასწარ უზრუნველყოფილია და დარწმუნებულიც, რომ ოჯახს შეინახავს.

სამეფო ოჯახი კი გაერთიანებული სამეფოს ზნეობრივი სიმტკიცის სიმბოლო გახლავთ. ცნობილია, თუ რაოდენ დადებითი გავლენა იქონია XIX საუკუნის ბრიტანეთის კეთილდღეობაზე დედოფალ ვიქტორიასა და მისი მეუღლის პრინც ალფრედის სამაგალითო ოჯახმა და მათ მიერ მაღალი მორალისა და მუყაითი შრომის ქადაგებამ. დღეს ბრიტანელები გულწრფელი სიყვარულითა და პატივისცემით ეპყრობიან სამეფო ტახტის მემკვიდრის — უელსის პრინცის ახალგაზრდა ოჯახს.

— ოჯახის ხსენებაზე ჩვენს ცნობიერებაში უნებლიეთ ამოტივტივდება ცნება „პრობლემა". ეს ალბათ ჩვენი მოუწესრიგებელი ყოფის, მუდმივად პრობლემების წინაშე დგომის ბრალია. თუ აქვს ასეთი პრობლემები ბრიტანულ ოჯახს?

— ერთი შეხედვით თანამედროვე ბრიტანელს წვრილმანი პრობლემები თითქმის არც კი გააჩნია, უმთავრესად ყოფით საკითხებს ვგულისხმობ. დიასახლისს მაქსიმალურად შემსუბუქებული აქვს შრომის პირობები. ინგლისელი ქალი ჩვენს დღევანდელ პირობებში რომ აცხოვროთ, იგი ამას არამც თუ ვერ აიტანს, დარწმუნებული ვარ, ვერც გადაიტანს. აქ მხედველობაში მაქვს არა მარტო მტანჯველი ფიქრი იმაზე, თუ როგორ და რითი გამოკვებოს ოჯახი, კეთილმოიწყოს თავისი ყოფა, არამედ პირველყოვლისა ის უმძიმესი გარემო, რომელშიც ჩვენ ვცხოვრობთ: ეკოლოგიურად დაბინძურებულია ქალაქები, ქალაქში, პრაქტიკულად არ არის დასვენების საშუალება. ბრიტანეთში კი ყოველ ნაბიჯზე სიმწვანე და სილამაზე გეგებებათ. ლონდონში კი საუცხოო პარკების ისეთი სიუხვეა, თავი სიზმარში გეგონებათ. „ინგლისური პარკი" — დეკორაციულ ხელოვნებაში სტილიც კია ასეთი, რომელიც საოცარ სიფაქიზეს და ბუნებრიობას გულისხმობს. ბრიტანელის ძირითადი პრობლემაა მიიღოს სათანადო განათლება, იშოვოს შესაფერისი სამსახური და მიაღწიოს კარიერას თავის პროფესიულ საქმიანობაში, რაც სახელმწიფოს მხრივ მისი კეთილდღეობის პრაქტიკული გარანტი გახლავთ. სახელმწიფოში, სადაც კანონის უზენაესობა ურყევია, მისი ყოველი მოქალაქე სოციალურად დაცულია. ალბათ ესეცაა მიზეზი იმ გარეგნული სიმშვიდისა, რომელიც სახეზე აწერია ყოველ ბრიტანელს.

— უცხოეთში მოგზაურობისას ხშირად მინახავს უხნესი ბრიტანელი ტურისტები, უფრო მეტად ცოლქმარი, ფაქიზად მოვლილნი, კოხტა ღია ფერის სამოსით, თვალებში დიდი ინტერესი და სიცოცხლის სიყვარული უდგათ. პირდაპირ გესიამოვნებათ მათი ცქერა, როგორ ფიქრობთ, როგორ აღწევენ ამას?

— საუკუნეს მიღწეული ინგლისელები არ ეპუებიან ასაკს და ცდილობენ აქტიური ცხოვრებით იცხოვრონ. მათი სიცოცხლის ხანგრძლივობის ფენომენი მრავალასპექტიანია. ბრიტანელი თავისი აღმსარებლობით და ცხოვრების წესითაც ჭეშმარიტი ქრისტიანია. ამავე დროს, იგი აუცილებლად ჯენტლმენია, ე. ი. რაინდულია, კათილშობილი და ფაქიზი, რაც თავისთავად დადებით ემოციებს იწვევს და

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ჯანმრთელობის შენარჩუნებაშიც ეხმარება ადამიანს. ჩემი აზრით, მნიშვნელოვანი გარემოება (გახლავთ ისიც, რომ ბრიტანელს ტრადიციულად გამომუშავებული აქვს გარემოსთან და სამყაროსთან ურთიერთობის მაღალი კულტურა. თითოეული ინგლისელი მოქალაქე ზოგავს და უფრთხილდება არა მარტო საკუთარი ოჯახის ბიუჯეტს, არამედ თავისი ქვეყნის დოვლათს. ინგლისელს აზრადაც არ მოუვა სადილად მიპატიჟებული სუფრის სიუხვით გააკვირვოს. იგი არ დაუშვებს საკვების გაუფასურებასა და ზედმეტ ხარჯვას. დიასახლისი სადილს ზუსტად იმდენს გაამზადებს, რამდენიც სჭირდება. უფრო მეტსაც გეტყვით, ინგლისურ ოჯახში ჭურჭელს ტრადიციულად კვლავ ორ ჯამში რეცხავენ — ერთში გასაპნიან, მეორეში გაავლებენ, მაგრამ არავითარ შემთხვევაში — გამდინარე წყალში. დიასახლისს მშვენივრად აქვს გაცნობიერებული, თუ ამ გზით როგორ უზოგავს წყალს ქვეყანას. ინგლისელი მიჩვეულია შრომას, მაგრამ ცდილობს თავი არასოდეს გადაიღალოს. ლონდონის პარკებში კვირა დღეს შეხვდებით დასასვენებლად გამოსულ ოჯახებს, ყველგან სუფევს სიწყნარე, არსად ისმის ხმაური. დილიდან ინგლისელი იწყებს ზრუნვას საკუთარი ენერგიის გაწონასწორებაზე. ამიტომაც გაღვიძებისთანავე მიირთმევს ფინჯან ჩაის ან ყავას რძით — უბრალოდ გამოფხიზლებისთვის. საუზმობს დილის 8 საათზე და კითხულობს პრესას, რომელიც ამ დროისათვის სახლში მოსდის, 11 საათზე ინგლისელი კვლავ ფინჯანს ჩაის ან ყავას მიირთმევს რძითა და მშრალი ნამცხვრით. 1-2 საათზე მსუყე საუზმეს — ინგლისურ „ლანჩს“ შეექცევა. 5 საათი კი მიჩნეულია საზოგადოდ ჩაის სმის დროდ. 7-8 საათზე ბრიტანელები სადილობენ. ასეთი სადილი ხშირად ვახშამს ემთხვევა.

ბრიტანელების სიმდიდრე და კეთილდღეობა გამოწვეულია უმთავრესად მათი ყაირათიანობით, რაც სულაც არ გამორიცხავს მათ სტუმართმოყვარეობას. ყაირათიანი ინგლისელი უვლის და უფრთხილდება მიწის ყოველ გოჯს, ყოველ სახლს, ძნელად თუ მოძებნით სახლს, რომლის შესასვლელ კართან სიმწვანე და ყვავილები არ იყოს. ყვავილები ამშვენებს ყოველი ფანჯრის რაფას. ბრიტანელთა ყველაზე დიდი ყაირათიანობა და გონიერება დროსთან მიმართებაში გამოიხატება. დრო ფულიაო, — ამბობს ინგლისურად მოაზროვნე პრაგმატიკოსი და მართლაც, შესაშური სიფრთხილითა და სიზუსტით ზოგავს მას, როგორც თავის სასიცოცხლო ენერგიას. აი, ის გონიერება და ზომიერება, რომელიც გამოარჩევს ბრიტანელს ყველგან და ყველაფერში და აძლევს მას საშუალებას შეინარჩუნოს ყველაზე ძვირფასი რამ — თვითმყოფადი ეროვნული ენერგია.

— ქალბატონო ინესა, თქვენ როგორც განათლების დარგის სპეციალისტი, ალბათ მეტად დაინტერესდით ბრიტანული განათლების სისტემით, რომელსაც თავისი შედეგებით, მგონი ანალოგი არც მოეპოვება მსოფლიოში. მარტო კემბრიჯი და ოქსფორდი რად ღირს. კონკრეტულად რამ მიიქცია თქვენი ყურადღება ამ მხრივ?

— განათლების სისტემა ბრიტანეთში ღრმად ტრადიციულ ფესვებზე დგას. მარტო იმის შეხსენება რად ღირს, რომ სწორედ ის სახელგანთქმული კემბრიჯის უნივერსიტეტი მე-13-ე საუკუნეში შეიქმნა, ხოლო ოქსფორდი — მე-12-ში, განსაკუთრებით აღსანიშნავია ბრიტანელებისათვის დამახასიათებელი თავისუფლება სასწავლო პროგრამის მხრივ, რომელიც ინდივიდუალურია ყოველი სასწავლებლისათვის.

მომავალი თაობის აღზრდა და განათლება ბრიტანეთში სკოლიდან იწყება, სადაც ყველაფერი კეთდება იმისათვის, რომ ბავშვი ხალისიანად მოეკიდოს სწავლას, არ გადაიღალოს და გული არ აუცრუვდეს სწავლაზე. მოზრდილ მოსწავლეს დავალებას ისე, კი არ აძლევს როგორც ჩვენთან — სახელმძღვანელოს ესა თუ ის პარაგრაფი, თავი და ა. შ., ანუ აქედან-აქამდე, არამედ თემატურად. მისცემენ თემას, დაუსახელებენ ლიტერატურას და შემდეგ მოსწავლე ბიბლიოთეკაში მუშაობს ამ საკითხზე და დანიშნულ დროს გაკვეთილზე მასწავლებელთან ერთად მთელი ჯგუფი მსჯელობს საკითხის ირგვლივ. რომ აღარაფერი ვთქვათ ასეთი გზით მიღებული ცოდნის ხარისხზე, ძნელი წარმოსადგენი როდია, როგორი უნდა იყოს თვით მასწავლებლის მომზადების დონე, რომელმაც პასუხი უნდა გასცეს მისი მოსწავლეების უამრავ შეკითხვას და დაარწმუნოს ისინი თავისი შეხედულების სისწორეში. სკოლების ძირითადი ნაწილი ბრიტანეთში სახელმწიფო დოტაციაზე რჩება. კერძო სკოლებში სწავლობს მოსწავლეთა მხოლოდ 10 პროცენტი. ასეთ სასწავლებელში გადასახადი ძალზე დიდია და, ტრადიციისამებრ, ამ გზას მიმართავს ბრიტანეთის არისტოკრატია. მაგრამ, როგორც იტყვიან, ჩიტი ბდღვნად ღირს და მათაც ძალიან კარგად იციან, რაში აბანდებენ ფულს. მაგალითად, მსოფლიოში ყველაზე სახელგანთქმული იტონის კოლეჯი სწორედ კერძო ტიპის სკოლებს განეკუთვნება. აქ მხოლოდ ვაჟები სწავლობენ და ეს კოლეჯი გამოირჩევა არა მარტო ცოდნის აკადემიურობით და ცხოვრების საუკეთესო პირობებით, არამედ უმკაცრესი დისციპლინითა და მოსწავლეთა ფიზიკური გაკაჟებით.

იტონის კოლეჯი 1440 წელს შეიქმნა და სწორედ იქ აღიზარდა ბრიტანეთის მრავალი ცნობილი საზოგადო მოღვაწე, არაერთი პრემიერ-მინისტრი.

— ჩვენს ამ მოკლე საუბარში ცოტათი მაინც გამოიკვეთა ინგლისელის იმიჯი უცხოელის თვალით. საინტერესოა თვით ბრიტანელები როგორ აღიქვამენ თავიანთ თავს, როგორ ხატავენ თავის ეროვნულ კოლექტიურ პორტრეტს?

— ამ თვალსაზრისით ვფიქრობ, გამორჩეულად საყურადღებოა „ფორსაიტების საგას“ ავტორის ჯონ გოლზუორთის აზრი, გამოთქმული „თანამედროვე კომედიაში“, რომელიც საკმაოდ ზუსტად განსაზღვრავს ბრიტანელის ხასიათსა და ადგილს მსოფლიო ცივილიზაციაში. პასაჟი სპეციალურად თქვენთვის ვთარგმნე: „ჩვენ კვლავ ის ხალხი ვართ, რომ ვერ ააჩქარებ და ვერ ჩააგდებ უკიდურესობაში, რომელსაც მუდამ გადაარჩენს მისი დამცველი იუმორის გრძნობა და რომელიც თავისი ბუნებით არის თავდაჭერილი, რომელსაც აღაშფოთებს მის საქმეში ჩარევა და რომელიც არის მფლანგველიც და მხარჯველიც, მაგრამ ამავე დროს დაჯილდოვებულია დაკარგულის ანაზღაურების უბადლო ნიჭით. ჩვენ რომ ქვეყნად არაფრისა ვიწამოთ, საკუთარი თავის რწმენა მაინც მუდამ გვექნება. ინგლისური ხასიათის ეს თავისებურება კი მარად განსჯის საგნად რჩება. მაგალითად, რატომ ვკიცხავთ გამუდმებით საკუთარ თავს? უბრალოდ იმიტომ, რომ ჩვენ არ გვჭირს არასრულფასოვნების კოპლექსი და ჩვენთვის მნიშვნელობა არა აქვს იმას, თუ რას ფიქრობენ ჩვენზე სხვა ხალხები. დედამიწის ზურგზე არ მოიძებნება ერი, რომელიც საჯაროდ ჩვენზე ნაკლებ იყოს დარწმუნებული საკუთარ თავში, მაგრამ შინაგანად ჩვენზე უფრო თვითდაჯერებული არავინაა. და თუ მაინც მოხდა ისე, რომ რომელიმე ჩვენთაგანი მიდრეკილი აღმოჩნდა, საჯაროდ იტრაბახოს ინგლისელობით, გვილირს შევახსენოთ მას, რომ თავის ქება და კვეხნა მხოლოდ ფარული დასაწყისია არასრულფასოვნების კომპლექსისა.“

— ვფიქრობ, მეტისმეტად დამაფიქრებელი პასაჟია ჩვენი დღევანდელი ქართული თვითშემეცნების კორექტირებისათვის. მადლობას მოგახსენებთ საინტერესო საუბრისათვის.

ნარგიზა მგელაძე

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ჩვენ და ასტროლოგია

ბავშვი თორმეტ

ვერძი
(21 მარტი—20 აპრილი)

ვერძის ნიშნის ქვეშ დაბადებული ბავშვი ენერგიულია, დამოუკიდებელი, საზრიანი, მაგრამ თავნება და ახირებული, სურს პირველობა.

ჩვილ ასაკში ძალიან მოძრავი და აქტიურია, ცნობისმოყვარეობას აკვნიდან ამჟღავნებს და ტირილით მოითხოვს ყურადღებას. იცოდეთ, მას მოთმინება არა აქვს და არც ექნება.

ასეთ ბავშვს ყველაფერი ახალი იზიდავს. ამიტომ გადამალეთ ბასრი და სახიფათო საგნები, საყოფაცხოვრებო ქიმიური ნივთიერებები.

ამ ნიშნის ქვეშ დაბადებულ ბავშვს, სპორტი შეუყვარდება, მაგრამ თუ რაიმე არ გამოუვა, ინტერესს დაკარგავს. ასე იქნება ყველა საქმისადმი, ამიტომ ეცადეთ პატარობიდანვე განუვითაროთ მოთმინება, კუბიკებით ააშენებინეთ სახლები, კონსტრუქტორის დეტალებისგანააწყობინეთ პირამიდები და მანქანები.

ვერძი ბიჭები აგრესიულები იზრდებიან. დიდი ტაქტია საჭირო, რომ გარდატეხის ასაკში შეპასუხებას და ჩხუბს არ შეეჩვიონ.

ვერძი ბავშვი ძნელად ემორჩილება დისციპლინას, უჭირს ყოველდღე სამეცადინოდ დაჯდომა. თუ წესრიგს არ მიაჩვევთ, დაიტანჯება.

სასკოლო ასაკში ბავშვი შეიძლება შეაწუხოს ღამის კოშმარებმა. ხშირად ეს ნევროზის სიმპტომია და მიმართეთ ექიმს. ზოგჯერ შეიძლება თავის ტკივილიც ჰქონდეს. ყურადღება მიაქციეთ კბილებსა და ყურებს.

ვერძის ნიშნის ქვეშ დაბადებული ბავშვი თავისებურია, ამიტომ დარწმუნების გზით მიაჩვიეთ წესრიგს, ასწავლეთ სხვებზე ზრუნვა. წარმართეთ მისი უზღვავი ენერგია სასარგებლო მიმართულებით. ამავე დროს, შეეცადეთ მისცეთ კარგი განათლება და ასწავლეთ ფულის მომჭირნეობა.

კურო
(21 აპრილი—20 მაისი)

ამ ნიშნის ქვეშ დაბადებული ბავშვი შეუპოვარია, უღალატო, ერთგული, თამამი, შრომისმოყვარე, უყვარს მუსიკა და ადვილად სწავლობს წერას. ერთ დღეს შეუძლია გამოგიცხადოთ, რომ არ მოსწონს საბავშვო ბაღში ყოფნა. თუ ძალით წაიყვანთ, არ გაჩერდება. იგი ჯიუტია და ერთხელ მიღებულ გადაწყვეტილებას დაჟინებით გაატარებს ცხოვრებაში.

კურო ბავშვი აუჩქარებელია, ყველაფერს აკეთებს საფუძვლიანად, მაგრამ ნელა, რაც აღიზიანებს მშობლებს და მასწავლებლებს, ნუ ააჩქარებთ ბავშვს, ნუ შეუქმნით სტრესულ სიტუციას.

კუროები ძნელად იტანენ ცხოვრებისეულ ცვლილებებს. ისინი მიჯაჭვულნი არიან საკუთარ სახლზე, მშობლებზე, ნათესავებზე. ძნელად ეგუებიან ახალ ბინას, ახალ კლასს, უყვართ წყნარი გარემო, სილამაზე, ხელოვნება.

მართალია ხშირად ხდებიან ავად ანგინით, ლარინგიტით, ფარინგიტით, მაგრამ დიდი სიცოცხლისუნარიანობა აქვთ.

ტყუპები
21 მაისი — 20 ივნისი

ამ ნიშნის ქვეშ დაბადებული ბავშვა გაუგონარია, მოუსვენარი და ნერვიული. მას მრავალფეროვნებისადმი მიდრეკილება აქვს, და შეუძლია ერთდროულად რამდენიმე საქმე აკეთოს.

ჭამაში ჭირვეულს არც ბანაობა უყვარს. დიდი მოთმინებაა საჭირო რომ სისუფთავეს მიაჩვიოთ.

ამ ზოდიაქოს ბავშვი უცხო ენებს ადვილად ითვისებს და პატარობიდანვე რამდენიმე ენას ეუფლება. მუსიკის სწავლა მას მიაჩვევს სიბეჯითეს.

იგი მეტად ჭკვიანია და მიმნდობი. თუ მოატყუებთ, პატივისცემას დაკარგავთ.

ტყუპები ზომიერად სიცოცხლისუნარიანი არიან. სასარგებლოა მთის ჰაერი, ფიზიკური შრომა სუფთა ჰერზე, მაგრამ მალე ცივდება, გაუფრთხილდით ფილტვებს.

ბავშვს აზროვნებისთვის მუდმივი საზრდო სჭირდება.

კირჩხიბი
22 ივნისი — 22 ივლისი

კირჩხიბი ბავშვი მეტად მგრძნობიარეა, ამიტომ ადვილია მისი გულისტკენა. იგი ემოციურად დაუცველია, არ შეიძლება მისი შეშინება, არც დაცინვა. დაჯერება უყვარს და თხოულობს ფაქიზად მოქცევას, შინ და გარეთ.

კირჩხიბის დამოკიდებულება საქმისადმი ყველა ასაკში რთულია. არ იღებს იმ საკვებს, რომელიც არ უყვარს. ამიტომ კუჭ-ნაწლავის დაავადება ემუქრება. საჭიროა საკვების გაწონასწორება. ადვილად უავადდება ნერვული სისტემა. საუკეთესო წამალია მშვიდი ცხოვრება და სიყვარული.

ლომი
23 ივლისი — 22 აგვისტო

ამ ზოდიაქოს ყველა ბავშვი პატარა „მეფეა“, უყვარს მბრძანებლობა, თუ ყველაფერს აუსრულებთ, მაშინ გეყოლებათ ტირანი. ამასთან ის სტუმართმოყვარეა და გულუხვი.

სწავლობს ადვილად და სწრაფად, მაგრამ ზარმაცია. უყვარს წიგნები დიდ ადამიანებზე; წამოზრდილს პოლიტიკა დააინტერესებს.

ადვილი შესაძლებელია, თქვენს შვილს დიდი მომავალი ელოდეს, ამიტომ მიეცით ფართო განათლება, რადგანაც მას პირველობა სურს, ადამიანებთან ურთიერთობა გაუჭირდება.

ლომს ბანაობა არ უყვარს. წყლის დინების ხმა აშინებს. ამიტომ მოარიდეთ წყალს.

ამ ტიპის ბავშვს ორი უკიდურესობა ახასიათებს: ან ძალიან ჯანმრთელია ან ყოველთვის სიცხე აქვს და რაღაცა აწუხებს. მაგრამ მაინც გამოირჩევა სიცოცხლისუნარიანობით.

ეროვნული ბიბლიოთეკა

თანავარსკვლავედში

ქალწული
23 აგვისტო — 22 სექტემბერი

ამ ნიშნის ქვეშ დაბადებული ბავშვის აღზრდა ადვილია. ის მშვიდია, შრომისმოყვარე, ერთგული, მაგრამ შეზღუდულია და ეჭვიანი, არ ჩხუბობს, არ უყვარს ხმაური.

კარგად სწავლობს. იზიდავს მედიცინა და ქიმია, მუსიკისა და ხელოვნების შესწავლა შეზღუდულობას მოუხსნის.

სასწორი
23 სექტემბერი — 22 ოქტომბერი

ამ ნიშნის ქვეშ დაბადებული პატარა სიურპრიზებს შემოგთავაზებთ. მარტოდ დარჩენილი მწარედ და საცოდავად ტირის, რადგანაც სასწორს მარტოობა არ უყვარს. აქვს სასიამოვნო გარეგნობა და კარგად ჩამოსხმული ხელ-ფეხი. ის გულღიაა, ელეგანტური, მაგრამ გაუბედავი, ვერ იტანს ჩხუბს, ყვირილს, ძალადობას. კარგად სწავლობს, მაგრამ მალე იღლება. სპორტი არ უყვარს. დიდ ინტერესს ამჟღავნებს ხელოვნებისადმი, განსაკუთრებით იტაცებს ხატვა და მუსიკა.

ბავშვი ბუნებით გულღიაა, სტუმართმოყვარე, თავადაც უყვარს სტუმრად წასვლა. ნუ შეზღუდავთ, ეს მისთვის აუცილებელია.

გადაწყვეტილების მიღება უჭირს. ნუ მისცემთ ასარჩევად სამ ან ოთხ შესაძლებლობას, შესთავაზეთ ორში ერთი.

მისი სიცოცხლისუნარიანობა ზომიერია. შეიძლება შეაწუხოს თირკმელმა და შარდის ბუშტმა.

ღრიანკალი
23 ოქტომბერი — 21 ნოემბერი

ღრიანკალის ნიშნის ქვეშ დაბადებულთ სიყვარულსა და სიძულვილში საინტერესო, განსხვავებული ემოციები აქვთ.

ბავშვი დამოუკიდებელია, ტემპერამენტიანი, გამჭრიახი, მტკიცე, მაგრამ ძალაუფლებისმოყვარე, მესაკუთრე, ეჭვიანი და. გულჩათხრობილი, მიდრეკილია მისტიკისაკენ.

ბიჭი აგრესიულია, დაუნდობელი, ულმობელია ადამიანების მიმართ. ხასიათის გამოსწორება ინტელექტუალური აღზრდით შეიძლება. მართალია, ძნელად აღსაზრდელია, მაგრამ ფიზიკური ან მორალური ძალდატანებაც არ ივარგებს.

ღრიანკალი ძლიერ სიცოცხლისუნარიანია, ტემპერამენტის გამო ადრე მიაჩვიეთ სასქესო ორგანოების ჰიგიენას.

მშვილდოსანი
22 ნოემბერი — 21 დეკემბერი

თქვენი ბავშვი დაბადებიდანვე აქტიურია, გულღია. მშვიდად იძინებს სტუმრებით სავსე ოთახში, რადგანაც საზოგადოებაში თავს უკეთ გრძნობს.

ბავშვობიდანვე ახასიათებს თანდაყოლილი პატიოსნება და სიმართლე. ამ ღირსებებს ინარჩუნებს მოწიფულობაშიც, ამიტომ მისი აღზრდა იოლია.

მშვილდოსანს, როგორც სხვა ცეცხლოვან ეტლთა ქვეშ დაბადებულთ, უყვარს ხმაური. თუ დოლს აჩუქებთ, ძალზე კმაყოფილია, უყვარს სახლის გარეთ საქმიანობა და გართობა. სიბეჯითე არ ახასიათებს. ამიტომ ეცადეთ შეაყვაროთ კითხვა. მშვილდოსანს კარგი ჯანმრთელობა აქვს, მაგრამ შეიძლება ჰქონდეს ღვიძლთან დაკავშირებული უსიამოვნებები.

თხის რქა
22 დეკემბერი — 19 იანვარი

თქვენი ბავშვი უცხოებთან მორცხვი და გაუბედავია, შინაურებთან კი — მბრძანებელი. ის სერიოზულად უყურებს ცხოვრებას, იშვიათად იცინის. არ ჰყოფნის იუმორის გრძნობა. მარტოობა უყვარს და აღიზიანებს დიდი თავყრილობები. ორი მეგობარიც ჰყოფნის, ამიტომ მოარიდეთ სტუმრიანობას.

შრომისმოყვარეობის, მონდომებულობის და პატივმოყვარეობის გამო ნუ ეტყვით, რომ სხვა მასზე უკეთესია.

ამ ნიშნით დაბადებულის სიცოცხლისუნარიანობა თანდათან მაღლდება, ზოგჯერ მოელის ფათერაკი, განსაკუთრებით საშიშია მისთვის კიბეები. ნერვიულ ფონზე შეიძლება კუჭნაწლავმა შეაწუხოს.

მერწყული
20 იანვარი — 18 თებერვალი

ამ ნიშნის ქვეშ დაბადებული ბავშვი დამოუკიდებელია, ორიგინალური, გამომგონებელი და ჰუმანისტი.

მას უარყოფითი ნიშნებიც აქვს: ეგოისტობა, ინდივიდუალობა, მერყეობა.

მერწყულს კარგი ათვისების უნარი აქვს, მიზნის მიღწევისას შეუპოვარია, სწავლაში პრობლემები არა აქვს და უყვარს მარტო მეცადინეობა, სასურველია ცალკე ოთახი ჰქონდეს.

ამ ნიშნის ბავშვი კაფანდარა და სუსტია. მისთვის სასარგებლოა მთის ჰაერი, და რკინითა და ვიტამინებით მდიდარი საკვები. ბავშვის სიცოცხლისუნარიანობა საკმაოდ ზომიერია.

თევზი
19 თებერვალი — 20 მარტი

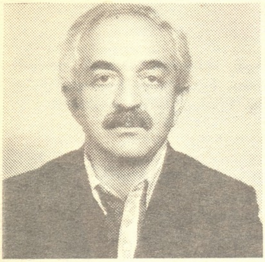
ამ ზოდიაქის ბავშვი მოქნილია, ემოციური და რელიგიური, მაგრამ გაუბედავია, არაპრაქტიკული და სევდიანი.

ჩვილ ასაკში შეუძლია ეძინოს მაშინ, როცა უნდა ეღვიძოს ან პირიქით. საყმაწვილო დაავადებებიც არატიპიური აქვს. ჩუტყვავილა შეიძლება ალერგიას გავდეს და ალერგია — ჩუტყვავილას. საჭმლის არჩევაშიც ცვალებადია.

თევზს წყალთან თამაში უყვარს. ვერ იტანს ხმაურს. უჭირს სასტიკ ბავშვთან ყოფნა. არ იცის ფულის მოხმარება. მიეცით ჯიბის ფული და ასწავლეთ როგორ მოიხმაროს. ადვილად ექცევა ზეგავლენის ქვეშ. მშობლებმა თვალი უნდა ადევნონ, ვინ არიან მისი მეგობრები.

ბავშვის სიცოცხლისუნარიანობა ძალიან მაღალი არ არის. ნუ აწყენინებთ, შეიძლება ნერვიულობისაგან ავად გახდეს.

პოეზია



ბივი ჭიჭინაძე

* * *

არა, არ შემოჭრილხარ,
ისე, ღიმილ-სიცილით
შემოდი და მორჩილად
(თითქოს მქონდა მისჯილი),
არ ავყევი სხვათა ხმებს:
ათას „არას", ათას „ჰოს",
მიჯნურივით დაგითმე
ჩემი გულის სატახტო.
ვიგრძენ მოსვლის უმალვე
(მაგრამ რაღას ვიზამდი),
რომ არ იყავ სტუმარი
და მით უფრო-მიჯნური.
დღეს მე, როგორც ხიზანი,
ჩემს სახლშივე ვდუმარებ
და ერთადერთ იარაღს
ვეღარ ამყრი — სიძულვილს.

* * *

თეთრი ბალღები სხედან ქვიშაზე,
ზღვას უერთდება წუხილი მათი.
ვერ იქნა, ტანი ვერ გაიშავეს,
მზე უკვე ჩადის...
„ო, რისთვის ჩადის!"
ტალღა ზეცისკენ იწევს, მაღლდება,
წყალი ამოსწვდა ფეხსაცმლის
ლანჩებს
ალბათ მზეს უნდა თეთრი ბალღები
თეთრადვე დარჩნენ.

* * *

რომელი ჭკუათმყოფელი
გაჰყვება ცოლად
ღრუბლებში მფრინავ
მუსიკოსს?!
„შენ გაწევს მხრებზე
ეგ დიდი ცოდვა," —
თითქოსდა მპასუხობ უსიტყვოდ...
და ვგრძნობ, ეს ჩუმი
ქილიკი ოდნავ
წლებით დაქანცულ
გულს გვითბობს.

შაშვები

წრეგადასული ფორიაქი
მაოცებს მათი.
შეხედეთ შაშვებს, თითქოს დაღლას
არ გრძნობს არცერთი.

პირიქით — ზრუნვა მშობლიური
დღითიდღე მატებთ
ჯადოსნურ ძალას... და გალობა
მეცხრე ცას ერთვის.

ბარტყებს კი თავი
გადმოუყვიათ ბუდიდან დაბლა
და თახთახებენ — წარამარა
საჭმელს ითხოვენ.

ახლა ესენი ზეციურ ფრთოსნებს
რით ჰგვანან აბა,
მაღლ სტვენით რომ ალამაღლებენ
მიწიერს ყოველს?

ვაი თუ გამრჯე მფლობელნი მუზის
ამაოდ დაშვრნენ;
ვაი, თუ გუგულის ბარტყები უზით
ბუდეში შაშვებს!

ჩემს შვილიშვილებს

ლევანს

იგი ღიმილით მეწვია მაშინ,
როცა უძლურის შიშით ვიგრძენი,
ამაოების ჩრდილთან თამაშით
მხრებს მიმძიმებდა ფიქრი ძირძველი.
უსახლო ბავშვის თუ ბრძენი კაცის,
უსულგულობის დროთა ბრუნვაში,
რომ დასდეს სხვისი სასჯელი მკაცრი.
იგი მეწვია და მე უეცრად
თითქოს გამეხსნა დახშული სივრცე.
იასამნისფრად გაბრწყინდა ზეცა,
იმედის კიმპალს ნელი-ნელ ვიმცვრევ.
მე ახლა მივხვდი — ახდენილ სიზმარს
ბოლო ჰქონია ჩემთვის კეთილი...
და მოზღვავებულ მიწის და ცის მადლს
ვგრძნობ მხარზე შემჯდარ თეთრი
მტრედივით.

გიორგის

როგორ მოხველ და როგორ დაგიხვდი...
რა ფორიაქი დაგყვა საშოდან?!
მწამს, ყოველივე ნება არის ღვთის
და მით უფრო ის, რაიც აგვშორდა.
გაყინულ გულში ამოენძელდი
და ბნელი ღამე გამიცისკროვნე.
აბა, უშენოდ რაღას შევძლებდი,
ფრთები შევაჭერ ავბედ ციკლონებს
აპრილის სისხლით და ტყვიით შემკრთალს
კვლავ ნუგეშად მყავს ნუში მთოველი.
წმინდა ვაზის ჯვრით მიგვიხმობს მცხეთას
ცას მიბჯენილი სვეტიცხოველი.

* * *

შენთან შეხვედრის დროს გვიმოკლებენ
დღეები შფოთვის, არდასვენების...
და ჰგავს სურვილებს დაუოკებელს
მინდვრად გაჭრილი რემა ცხენების.
სულს დაობლებულს ვერა უწამლეთ,
შავი ფიქრები გვდევენ ღრუბლებად.
ქარზე უსწრაფეს, დროზე უსწრაფეს
დრო მოჰქრის ჩვენდა დასაუფლებლად.
ყმაწვილკაცური ვნებების მსგავსად
დაშიშვლებულან გზისპირ ვერხვები,
გონდაკარგული გადავალთ საზღვარს,
ბნელ უფსკრულებში ჩავიჩეხებით.
და დაიმსხვრევა გვიან თუ ადრე
ეს დაჟანგული რკინის ხუნდები,
გვალვიან ცაში ჩვენც გავიავდრებთ
და ელვასავით ავგრუხუნდებით...
და მოვა, მოვა, რასაც ველოდით
მზით გადამწვარნი და შეშლილები,
როს მკვდრეთით აღმდგარ საქართველოთი
იამაყებენ ჩვენი შვილები.

* * *

და ქალბატონი — ეს თუთიყუში,
მაძღარი შავი მარცვლით, ნადუღით.
„დაწყნარდით"! — ფრთხილად ჩამძახის ყუ
ჩემი სიმშვიდე ნეტავ რად ულირს!
ნურაფრად ჩათვლით უცნაურ ჭორებს,
იცხოვრეთ, როგორც შეჰფერის პოეტს.
არ განარისხოთ მეუფე, თორემ
იმასაც წაგგლეჯთ, რაც დღემდე ჰპოვეთ.
კუთვნილ ულუფას უხმოდ დასჯერდით
და ნუ აჰყვებით ვნებებს ეჭვიანს.
გწამდეთ, ყველაზე მკაცრი სასჯელით
თამამ მესიტყვეს სწორედ დღეს სჯიან.
მიმიხვდით?
— დიახ, მიგიხვდით მგონი...
მთავრდება ჩვენი კითხვა-პასუხი
და სიამისგან თრთის ქალბატონი
მაძღარი შავი მარცვლით, ნადუღით.

* * *

წყალწაღებული ხავს ვეჭიდები,
ეს ხეტიალი არ ღირს ერთ ღამედ...
და მოყივყივე სველი ჩიტები
ძველ ნანგრევებზე ფრთებს იფერთხავენ.
წახველ და ახლა უფრო მჭირდები,
აქ შენზე ფიქრი გზას მიფერმკრთალებს.
ვით გარინდული, სველი ჩიტები —
შორს ვარსკვლავებიც ხუჭავენ თვალებს.
ამ სამარხებში რად ვიფიტები,
ან ვინ მაახლა მეფეთა დარბაზს?!
ყინვით დამზრალი, სველი ჩიტები
ნანგრევებიდან ცვივიან დაბლა.

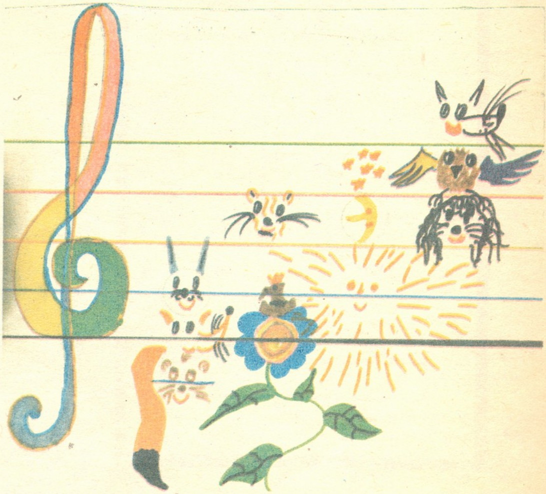
ეროვნული ბიბლიოთეკა

ვის უყვარს სოლფეჯიო?

ვის უყვარდა ბავშვობაში სოლფეჯიოს გაკვეთილი? არა მგონია, ბევრმა თქვას: მე.

თუ დიდი მონდომება და სიყვარულია, თურმე შეიძლება ეს მოსაწყენი გაკვეთილი ხალისით სავსე გართობა-მეცადინეობად აქციო, თანაც ისე, რომ ბავშვები ხელოვნების სხვა დარგსაც აზიარო, ფანტაზია გაუღვიძო და ინტელექტუალური სიამოვნება განაცდევინო. ეს შეძლო ქალბატონმა იზა ნადირაძემ — სოლფეჯიოს პედაგოგმა, მუსიკათმცოდნემ და ფერმწერმა. მან შეიმუშავა მეთოდი, რომელზეც მოსკოვის მუსიკალური პედინსტიტუტის პროფესორმა სერგეი ზორინმა თქვა. „ეს მეთოდი გასაოცარად მნიშვნელოვანი და საჭიროა, ბავშვის ცინცხალი, ნათელი ასოციაციებისა და წარმოდგენის გამოყენება საშუალებას იძლევა არა მარტო სწრაფად და სასიამოვნოდ შეითვისოს მასალა, არამედ მისი საერთო ესთეტიკური განვითარებაც განაპირობოს. ეს, უბრალოდ, ფასდაუდებელია“.

სპეციალისტის აზრი ანგარიშგასაწევია, მთავარი კი იცით რა არის? უკლებლივ ყველა ბავშვი ხალისით ესწრება სოლფეჯიოს გაკვეთილს და დიდი მონდომებით ხატავს... სოლფეჯიოს, დიახ ხატავს.



გიორგი მეგრელიშვილი — II კლასი

ინტუიციამ მიკარნახა, რომ სოლფეჯიოს შესწავლა დამეკავშირებინა ფერთან, ხატვასთან, რადგან ფერწერა თვალის ხარებაა. შავი ფერი ისეთ ეფექტს არ იძლევა, როგორც ლია, სასიამოვნო ფერები, ფერების დანახვა აძლიერებს დამახსოვრების მომენტს, მიგნების ხალისს, იხვეწება ბავშვის გემოვნება და უღვივდება სიყვარული ამ ურთულესი მუსიკალური ხელოვნებისადმი.

მეთოდი — „მუსიკალურ-თეორიული დისციპლინები ფერში და ნახატში“, განსაცვიფრებელ შედეგებს გვაძლევს. ბავშვები მასალას სწრაფად და სიამოვნებით ითვისებენ, თავისუფლად ამჟღავნებენ თავიანთ აზრს, ფანტაზიას და ხატვასთან ერთად სიმღერით ასრულებენ დავალებას.

ჩემი მეთოდის პირველი ეტაპი სანოტო ანბანის შესწავლაა, რომელსაც კი არ ვწერთ, არამედ ვხატავთ. ბავშვი ინდივიდუალურად ქმნის თავის ანბანს, ვიოლინოს და ბანის გასაღებს, გამებს, დიეზებს, ბემოლებს, გრძლივობებს, ინტერვალებს, აკორდებს. ფერები მოწაფეს არა მარტო ნოტების წაკითხვაში ეხმარება, საერთოდაც ხვეწს და ავითარებს მის ესთეტიკურ გემოვნებას. თითოეული ხაზი სხვადასხვა ფერისაა და ბავშვს ისინი აღარ ერევა ერთმანეთში, ხოლო თითოეული ნოტი ბავშვის ცოცხალი ფანტაზიით უჩვეულო ფორმებს იღებს (მზე, ყვავილი, სახე და ა. შ.). ყველა ნოტსაც ასევე თავისი ფერი აქვს. ბავშვები განსაკუთრებულ აზრს აქსოვენ ინტერვალების, აკორდების გამოხატვაში, მაჟორული თუ მინორული განწყობილების ასახვაში.

შემდეგი ეტაპია მუსიკალური ფორმის შესწავლა. მოწაფე ხატავს მუსიკალურ ფორმას, სონატურ ალეგროს, იზონდოს, ვარიაციას, თანაც ჭეშმარიტად გრძნობს ამას, ითვისებს, ფერის საშუალებითა და თავისუფალი ხერხებით გამოხატავს ნაწარმოების ან თემის შინაარსს; რასაც მოჰყვება მასალის სწრაფი შეთვისება, მუსიკალური ფორმის და შინაარსის ღრმა ცოდნა, ფანტაზიის და აზროვნების განვითარება. აქ წარმოდგენილი ნიმუშები ცხადყოფს ჩემი მეთოდის ღირსებას. შესაძლებელია, ეს მეთოდი პერსპექტიული იყოს სხვა დისციპლინების შესწავლაშიაც.

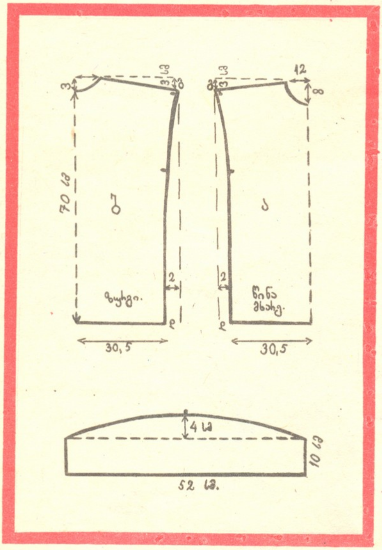
სოფიკო ბერიძე — IV კლასი

სოლფეჯიოს გაკვეთილი მუსიკალური ბგერებისა და აკორდების, ნაირფეროვანი მხატვრული სახეების სამყაროა. სამწუხაროდ, სამუსიკო სკოლებში მისი სწავლება ცხრილით კვირაში ერთხელაა გათვალისწინებული, თანაც მხოლოდ საათი და 10 წუთი, რაც საკმარისი არ არის. და კიდევ ერთი: კარგი იქნებოდა, თუ არსებულ კრებულებთან ერთად, რომლებითაც ამჟამად სოლფეჯირება ისწავლება, სამუსიკო სკოლებსა და ზოგადსაგანმანათლებლო სკოლებთან არსებულ სტუდიებში დაინერგოს ქართულ მასალაზე შედგენილი კრებულები, ვინაიდან ეროვნული სიმღერა ბავშვებისათვის გენეტიკურად ახლობელი და გასაგებია. ეს კი უფრო გააადვილებს მუსიკის შესწავლას.

იზა ნადირაძე

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ამგვარი ბლუზი ყველას მოუხდება



დღეს ქსოვილების სიძვირე, მრავალ პრობლემას გვიქმნის. გამოსავალი მხოლოდ ფანტაზიასა და ხელმარჯვეობაშია. გადახედეთ თქვენს ძველ, მრავალი წლის წინათ ნაქონ კაბებს და ქვედა ბოლოებს. მათგან შეიძლება შექმნათ კომბინირებული კაბა ან ბლუზი. გააცოცხლოთ ისინი დიდი თეთრი ან ჭრელი საყელოებით.

ამჯერად ჩვენ შემოგთავაზებთ მაისურის მაგვარ, მარტივი ბლუზის თარგს. ის პრაქტიკულია იმით, რომ ყველა ასაკის ქალისთვის არის შესაფერისი და სახმარად მოხერხებული.

ახალგაზრდა ქალიშვილი მას სხვადასხვა ატრიბუტებთან ერთად უფრო მოდურ იერს მისცემს, უფროსი ასაკის ქალი კი — სოლიდურს და ელეგანტურს.

ეს თარგი მოსახერხებელია იმითაც, რომ ადვილად შეიძლება მიეცეს სხვადასხვა იერი. კერძოდ, იგი შეიძლება დაგრძელდეს ან დამოკლდეს, ყელთან უფრო მეტად ამოიჭრას. იცვლება სახელოს სიგრძეც, რომელიც შეიძლება საერთოდ არ წაკერდეს. სურვილის მიხედვით მკერდთან შეგიძლიათ დააკეროთ ჯიბე და დაამშვენოთ მასთან ფერში შერწყმული დეკორატიული ცხვირსახოცით. ქსოვილი შეიძლება იყოს ერთფერი ან ჭრელი. თუ კერვა გეხერხებათ, მიმართეთ კომბინირებას და ყელთან და სახელოებზე მიაკერეთ შესაფერისი ბრტყელი კანტები, ბლუზი შეგიძლიათ იხმაროთ უქამროდ და ქამრითაც, არ დაგავიწყდეთ, რომ ზომა ოდნავ სრული უნდა იყოს, რადგანაც სიგამხდრისა და სიმსუქნის შემთხვევაშიც ის უფრო მოდურად გამოიყურება.

ასეთი ბლუზი საჭიროებს მცირე ქსოვილს. დიდი ზომის შემთხვევაში — 1 მეტრს. პატარა ზომის — კი 2-ს. მის შესაკერად შეგიძლიათ გამოიყენოთ უკვე მობეზრებული, მაგრამ ლამაზი ნაჭრის ფართო ქვედა ბოლო.

თარგი აუცილებლად ჯერ ქაღალდზე გააკეთეთ და დაკვირვებით გადაზომეთ. ნაჭერზე გამოჭრისას გვერდებზე დატოვეთ 2-2 სმ, რათა შესაძლებელი გახდეს თარგის ხაზზე მანქანის ნაკერის გაკეთება.

თუ თქვენი ზომები არ ემთხვევა მოცემულ თარგს, დააპატარავეთ ან გაადიდეთ მხოლოდ ა და ბ დეტალები. ეს ძალიან ადვილია გ-დ ხაზის პარალელურად გაავლებთ ხაზს შიგნით ან გარეთ, იმისდა მიხედვით, გადიდება გინდათ, თუ დაპატარავება, ზუსტად გაიზომეთ მკერდის, წელის და თეძოს გარსშემოწერილობა და ამ ზომებს მიუმატეთ 4-4 სმ. რათა ბლუზი ოდნავ თავისუფალი გამოვიდეს. თუ კიდევ უფრო თავისუფალი გნებავთ, შეგიძლიათ მიუმატოთ კიდევ უფრო მეტი.

მოცემული თარგი შეესაბამება შემდეგ ზომებს:

მკერდის გარსშემოწერილობა — 92-96 სმ.

წელის ზომა — 74-78 სმ.

თეძოს ზომა — 98-102 სმ.

თამარ ბებეჩკორი

ვისი სული გსურთ?

ასეთია თემურ ბაბლუანი

ათიოდე წლის წინათ თემურ ბაბლუანის ფილმი „ბელურების გადაფრენა“ ვნახე, ახლა ვერც ვიხსენებ რამდენჯერ – ხუთჯერ, ექვსჯერ, ან იქნებ ათასჯერაც კი. იმის შემდეგ, შეიძლება ითქვას, სულმოუთქმელად ველოდები რეჟისორის ყოველ ახალ ფილმს.

და აი ისიც: „უძინართა მზე“ ეს არაჩვეულებრივი ფილმი, დარწმუნებული ვარ, სერიოზული განსჯის თემად იქცევა. აქ მხოლოდ იმას ვიტყვი, რომ მაისის ბოლო რიცხვებში სოჭში პირველად ჩატარდა დიდი მასშტაბისა და მნიშვნელობის კინოფესტივალი „კინოტავრი“. კომპეტენტურმა ჟიურიმ გრამ-პრი და კინოკრიტიკოსთა სპეციალური პრიზი თემურ ბაბლუანის ახალ ფილმს მიანიჭა. ქართველი რეჟისორი ამ ფილმით მიწვეულია ბერლინის, მონრეალის, ტოკიოს და რიო-დე-ჟანეიროს კინოფესტივალებში მონაწილეობის მისაღებად.

თემურ ბაბლუანს სამონტაჟოში შევხვდი. ფილმის ზოგიერთი ადგილი საბოლოოდ იხვეწება. რეჟისორი თავაზიანად დამთანხმდა ინტერვიუზე. დერეფანში ვიღაცის ხმა ისმის:

– თემურ!

– რომელი ხარ, ბიჭო?

უნებურად მახსენდება „ბელურების გადაფრენა“:

– მალიარი ხარ. ბიჭო?

და პირველი კითხვაც თავისთავად ჩნდება:

– ბატონო თემურ, რატომღაც მგონია, რომ „ბელურების გადაფრენა“, „ძმა“ „უძინართა მზე“ თქვენ გგავთ, რომ თქვენც ამ ფილმებივით დაუმუხტული, მართალი და მკაცრი ხართ. ხომ არ ვცდები?

– რამდენადაც შეიძლება ნაწარმოები ჰგავდეს ავტორს, ამდენად ალბათ მეც ვგავარ ჩემს ფილმებს.

– ჩვენს ჟურნალს თუ კითხულობთ?

– თქვენ წარმოიდგინეთ, ბავშვობიდან. დედაჩემი ყოველთვის იწერდა „საქართველოს ქალს“. ისიც მახსოვს, საინტერესო მასალებს ამოჭრიდა და შემდეგ მამაჩემს უკითხავდა.

– ჩვენი ჟურნალის მკითხველთა უმრავლესობა ქალია. მათი უმრავლესობა კი (სარწმუნო წყაროებიდან ვიცი) თქვენი თაყვანისმცემელია. ქალების ცნობისმოყვარეობა ალბათ მოგეხსენებათ, ბევრი რამ აინტერესებთ თქვენს შესახებ. მაგალითად, რას ფიქრობთ ქალებზე. მოდით, ვისაუბროთ მშვენიერი სუსტი სქესის შესახებ. ან იქნებ არ მეთანხმებით და ქალი სულაც არ არის მშვენიერი?

– ქალზე უფრო მშვენიერი არსება დედამიწაზე არ არსებობს.

– ამას გულწრფელად ამბობთ?

– აბსოლუტურად გულწრფელად. უფრო მეტსაც გეტყვით, სვანეთში ყვავილზე ამბობენ, ლამაზი ქალის სულიაო.

– მამაკაცთა ერთი ნაწილი თვლის, რომ ქალის გარეშე მათი ცხოვრება აზრს დაკარგავდა. მეორე სხვაგვარად ფიქრობს: „ქალი? ისე, რა, ხანდახან“? თქვენ რომელ აზრს იზიარებთ?

– რამდენადაც შესაძლებელია, ორივეს ვიზიარებ. ერთი მეორეს ხელს არ უშლის.

– თქვენი თვალით დანახული ქართველი ქალი. როგორია ის? ოღონდ გთხოვთ არ მიპასუხოთ ძალიან მოკლედ, „კარგი“ ან „ცუდი“.

– დღევანდელი ქალების დიდი ნაწილი იმ დროის ნიშანს ატარებს, რა დროშიც ჩვენ ვცხოვრობთ, რაც პირადად მე დიდად არ მომწონს.

– მამაკაცების კიდევ ერთი კატეგორია ხუმრობს, რომ „ქალი ადამიანის მეგობარია“. თქვენ ასე ფიქრობთ. თუ... გააჩნია რა შემთხვევაში?

– ამ შემთხვევაში „არაფერს არ გააჩნია.“ ეს გამოთქმა ჩემთვის მიუღებელია. შეურაცხყოფად მიმაჩნია როგორც ქალისთვის, ისე მამაკაცისთვის.

– მამაკაცისთვისაც? მე მგონი, ეს „სიბრძნე“ სწორედ მისგან მომდინარეობს.

– შეიძლება. ეს რომ თქვა, ალბათ ძალიან ცუდ ხასიათზე იყო.

საქართველოს პარლამენტის ეროვნული ბიბლიოთეკა

— ვინ არის თქვენი მეუღლე?

— ჩემი ოთხი შვილის დედა.

— თუ ეხმარებით საოჯახო საქმეებში?

— ჩემი დახმარება იმით გამოიხატება, რომ ხელს არ ვუშლი მას.

— ესეც საქმეა! თქვენი აზრით, როგორი მეუღლე ჰყავს თქვენს მეუღლეს?

— ჩემი აზრით, კარგი, ნორმალური.

— ამბობენ, მამაკაცის გულთან მისასვლელი გზა კუჭზე გადისო. რამდენად შეესაბამება სინამდვილეს ეს აზრი?

— ზოგისთვის იქნებ ასეცაა, პირადად ჩემთვის ეს გზა მიულებელია. როცა შევუღლდით, ჩემმა მეუღლემ საერთოდ არ იცოდა საჭმელის გაკეთება, მაგრამ ამას ჩვენი ურთიერთობისთვის არაფერი დაუკლია. სამაგიეროდ, ახლა შესანიშნავი დიასახლისია.

— როგორი უნდა იყოს იდეალური ქალი? თუ, რა თქმა უნდა, შესაძლებლად მიგაჩნიათ ასეთი რამ.

— ქალი უპირველესად უნდა იყოს დედა. ეს ყველაზე საპატიო მდგომარეობაა მისთვის. ქალი ოჯახისთვის უნდა არსებობდეს. უნდა იყოს მომთმენი. ცხოვრება ძნელია და გაჭირვების გადალახვის ერთ-ერთი ძირითადი და მთავარი საშუალებაა მოთმინება. თუ ძალიან ხმამაღალი ნათქვამი არ გამომივა, ჩემი იდეალი ჩემი მეუღლეა.

— ო, ეს იდეალური შემთხვევაა. ახლა მივუბრუნდეთ შემოქმედებას.

როგორია თქვენი უახლოესი გეგმები?

— წლის ბოლოს ფრანგ კინემატოგრაფისტებთან ერთად დავიწყებ მოსამზადებელ სამუშაოებს ახალ ფილმებზე, რომლის სათაურია „შენ რომ ერთი შავი ხალი გქონდა" და რომელსაც ჩემივე სცენარით გადავიღებ. ჩემს ფილმებში ქალს მეორე პლანის ფუნქციები აკისრია. ახალ ფილმში კი ერთ-ერთი მთავარი გმირი იქნება ქალი.

რამდენად ამომწურავია ჩემი პასუხები?

— ვფიქრობ, ყველაფერზე მიპასუხეთ. თუ იმას არ ჩავთვლით, რომ ზოგიერთი კითხვა პასუხზე გაცილებით დიდი...

— ასეთი ვარ. არ მიყვარს ბევრი ლაპარაკი.

დიახ, ასეთია თემურ ბაბლუანი. თავისი ფილმებით დამუხტული და მართალი. მაგრამ არა — მკაცრი!

მარინე ნაკაიძე

ციალა ვაჭარაძე

მხატვარი კარლო ფაჩულია

სანაძლეო

ახალ სამუშაოზე რომ მოვეწყვე, გაზაფხული იწყებოდა — სწორედ ის დრო, შინ რომ ვერ გაჩერდები.

სახლიდან ადრიანად გამოსული ქალიშვილებს თვალს ვაყოლებ და მიხარია. მიხარია, მაგრამ... ცოდვა გამხელილი სჯობს, თითქოს გულიც მწყდება: მინდა, ყველაფერი თავიდან იწყებოდეს, თუმცა რა, ჯერ ოცდათხუთმეტისაც არა ვარ...

ფიქრები სამუშაო ოთახამდე მაცილებენ. აქ თენგიზი მხვდება, ჩემი ბავშვობის მეგობარი. ჩვენ ძუნწად გავისაუბრებთ, მერე კი... მთელი დღე ნახაზებს ვუზივართ თავდახრილები. ვხაზავთ, ვამოწმებთ, ვისვენებთ და ისევ ვხაზავთ...

ფანჯრებზე ტოტებმობჯენილი ჭადრები მზისაგან გვიფარავს.

ყველა დღე ერთმანეთსა ჰგავს, ყველა დღე ერთნაირად გარბის. გარბის რაღაცის მოლოდინში...

... ის დღეც ჩვეულებრივად დაიწყო... მე და თენგიზი სასაუზმეში ჩავედით შესვენებაზე. შესასვლელში საოცრად ლამაზი ქალი შემოგვეფეთა. გამიკვირდა: დღეს იგი პირველად ვნახე. გზა დავუთმე და თვალიც გავაყოლე. ალბათ, ზურგსუკან დაჟინებული მზერა იგრძნო, ფეხი წაუბორძიკდა.

— რა მშვენიერი გოგოა! — წამოვიძახე.

— გოგო კი არა, ქალია, ქმარ-შვილიანი ქალი!

— ლამაზი კია და!..

— მოგწონს თუ?

— მერცხალივით სახე აქვს!

— ახირებული კაცი ხარ. მერცხალივით სახე... პირველად მესმის!

— აბა, შენ ყოფილხარ... გგონია, გასაფრენად ემზადება, ჰოდა, გაგიფრინდება ხელიდან. აქამდე რატომ არ მინახავს?!

— კარგა ხანია, მეც თვალი არ მომიკრავს, ალბათ...

— ღმერთივით ქალია — პირიდან სიტყვა გამოვგლიჯე და ეშმაკურად გავუღიმე.

— თავს ნუ შეიწუხებ! — დაჯერებული კაცის კილოთი მითხრა.

— თუ ძალიან ვეცდები?

— სანაძლეოს ჩამოვალ, ვერაფერს გახდები! — ეს ისე დაბეჯითებით თქვა, ცოტა არ იყოს, შევფიქრიანდი, მაგრამ უკან არ დავიხიე, სანაძლეოზე მაინც, დავთანხმდი. — მაინც ქალია! — ჩავილაპარაკე.

დარდად ჩამყვა ის დღე... სანაძლეო... ის ლამაზი ქალი... მეორე დღეს სახლიდან ადრიანად გამოვედი. სამუშაო მაგიდას მთელი დღე მოუსვენრად ვუჯექ. შესვენებამდე რამდენიმე წუთით ადრე სასაუზმეში ჩავირბინე და... თვალები გამიდიდდა. ისიც მარტო უჯდა მაგიდას... გულმა გამიწია, მაგრამ რაღაცამ შემაჩერა. თითქოს არც შემემჩნიოს, ისე ჩავუარე. ვიგრძენი, თვალი რომ გამომაყოლა და ზურგი ამეწვა. დახლთან მივედი. პაპიროსი ავიღე, ავანთეც და გამოვბრუნდი.

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ახლა უკვე ვიცი, იგი ყოველთვის აქ იქნება ამ დროს.

მეც აქა ვარ, მაგრამ...

ისე ვიქცევი, თითქოს ვერც ვამჩნევდე. ქურდულად ვუცქერი. ასე გარბიან დღეები...

ერთხელ კი... იგი ისე მომხიბლავი ჩანda, თავი ვერ შევიკავე. უცებ რაღაც გავიფიქრე. ლიმონათი მოვითხოვე და მის მაგიდასთან გავჩნდი.

— თუ ნებას მომცემთ!..

ყაყაჩოს გულივით შავი თვალები შემომანათა. სიტყვა არ უთქვამს.

დავიბენი. ლამის ბოთლი გამივარდა ხელიდან. შემატყო და სიტყვა შემაშველა; — დაბრძანდით!

დავჯექი. ლიმონათი მასაც დავუსხი და იმ საოცარი სილამაზის თუ ძალის თვალებში ჩავხედე.

—ნუ სწუხდებით, მე...

— გთხოვთ! — სიტყვა არ დავამთავრებინე. ამ ერთი სიტყვით მეგონა გული გადავუშალე.

ტუჩებზე ბავშვის გულუბრყვილო ღიმილი გაეკრა. მერე თვალი უცებ მომაცილა, თავი დახარა, ლიმონათი მოსვა და წამოდგა.

მეც გავყევი. რაღაცის თქმა დავაპირე. სართულების გასაყართან თავი დამიკრა და მიიმალა. არ გამომპარვია, სახეალეწილი რომ დამცილდა. იმედი მომეცა, ახლა სულ იმ სართულისკენ გამირბოდა თვალი, ქურდულად ვუთვალთვალებდი. თითქმის ერთი კვირა არ შევხვედრივარ.

სასაუზმეში რომ ჩავედი, პირველად მის თვალებს წავაწყდი: მეგონა, გადაკარგვის მიზეზს მეკითხებოდნენ.

მივესალმე. ისიც მომესალმა და თვალი ამარიდა. ალბათ, იგრძნო, როგორ გაწითლდა. შინ რომ დავბრუნდი, მაშინაც მასზე ვფიქრობდი. გულში შიში შემეპარა, ნაღველიც. და ეს სანაძლეოს წაგების შიში არ იყო.

ერთი თვე გავიდა ასეთ ყოფაში, ერთი უშედეგო თვე. მეგობარი მიღიმის და დროს არ მიზღუდავს...

რა ვქნა?!

ერთ საღამოს ტროლეიბუსის გაჩერებასთან დაველოდე... ვწრიალებ, ვღელავ. პაპიროსს ვექაჩები.

და აი, ისიც — თავდახრილი მოდის, როგორც ყოველთვის.

ამბობენ, კაცს რომ დაჟინებით უყურებ, შეუძლებელია. არ იგრძნოსო. არ მჯეროდა, მაგრამ თვალი აქეთ გამოექცა, ჩემსკენ. არ მომესალმა, ისე გამიარა.

გული შემიქანდა, ის თავშეკავება, ამდენი ხანია ასე რომ მიჭერდა, სადღაც გაქრა და თვითონაც გამიკვირდა, მის გვერდით რომ აღმოვჩნდი...

შეშინებულივით შემომხედა. მერე ისე გამიღიმა, **თითქოს მხოლოდ ახლა დამინახაო** პირველად.

— ალბათ ახლოს ცხოვრობთ! — ეს ისე ვთქვი, უხერხულობის გასაფანტავად.

სიტყვა თავის დაკვრით დამიდასტურა.

— ქვეყნის კიდემდე რომ გაგრძელდეს ეს გზა!...

თვალები აენთო. თითქოს ნაღველიც შეინიშნებოდა ამ სხივიანი თვალების მიღმა.

— იმედია, პირველად არ ამბობთ ამ სიტყვებს!

— შემიძლია, დაგიფიცოთ! — ისე გულწრფელად ვთქვი და ისეთი საცოდავი ხმით, თვითონვე შემეცოდა საკუთარი თავი.

— მაგრამ... როცა გზა საერთო ხდება, უსაზღვროდ დამქანცველია, არა?

— თქვენ ცდებით!

— შეიძლება, მაგრამ... — დანარჩენი სათქმელი ღიმილს მოაფარა.

ეს ღიმილიც სხვაგვარი მეჩვენა.

— თუ საკუთარი გამოცდილება...

თვალები ისე შემომანათა, სიტყვა გამიწყდა. ადგილზე გავქვავდი. გზის გასაყართან შედგა.

— საქმეზე უნდა შევიარო!— მითხრა და გამშორდა.

შეფერდებული გზა დინჯად აიარა, მერე შემობრუნდა, გამიღიმა და წავიდა... შინ რეტდასხმულივით წამოვედი..

— რას ჰგავს ეს, რა უგემურია! — ავბურტყუნდი იმ დღეს სადილზე.

— რა გემართებათ ამ ბოლო დროს.. — ღიმილით მითხრა მეუღლემ.

შემრცხვა. ულაზათოდ გავუღიმე და მოვეხვიე. ვატყობ, ცუდად მაქვს საქმე...

მეორე დღეს კვლავ სართულების გასაყართან შევეფეთეთ ერთმანეთს. ზღვა სიხარულის ტალღა მომაწვა სახეზე. ასე ყველაზე ახლობელ ადამიანს თუ შეეგებება კაცი.

— თქვენ კარგი მსახიობი ხართ! — მითხრა და ნაბიჯი გადადგა.

— და ვთამაშობ მართალი კაცის როლს! — სიტყვა მივაშველე, რომ არ გამცლოდა.

— თქვენ თვალებში არ მიყურებთ, თვალები კი გულწრფელად ამბობენ ყველა სათქმელს! — ვთქვი და დაჟინებით მივაჩერდი.

— ეს შეუძლებელია! — მზერა იატაკს ესროლა. ასე თავდახრილი გამცილდა.

სამუშაო ოთახში უგუნებოდ შევბრუნდი...

— როგორაა საქმე? — ეშმაკური ღიმილით ჩამეკითხა მეგობარი.

— რა ვიცი!

თენგიზს ყველაფერი თამაში ჰგონია...

დიდი დრო არ გასულა ამის შემდეგ... ერთ დღესაც ფიქრისგან დაღლილ-დაქანცული სამსახურში დაგვიანებით მივედი. თენგიზი კარებში შემომხვდა ღიღინით. უაზროდ მივაჩერდი.

— იცი, რა! — მეუბნება, — მორჩა ცდები და პროგნოზები!

— რა მოხდა?! — ვფითრდები.

— მერცხალივით სახეს აწი აქ ველარ იხილავ! — ღიმილი აკვდება ტუჩებზე.

ვუახლოვდები. მხარში ხელს ვავლებ, ჯიქურ ჩავცქერი.

— წავიდა ჩვენგან, სხვაგან გადავიდა, გესმის?

— მიზეზი?!

— მიზეზი? — გაოცებული მიყურებს.

— მაშ რა იყო ის — სიწითლე, სიფითრე, არეული ნაბიჯები. რა იყო, თქვი, მოჩვენება?

— არა, ეს სინამდვილე იყო. შენ მართალი თქვი. ის მაინც ქალია. ჰოდა, სწორად მოიქცა.

სახე მეწვის, ყურებს არ ვუჯერებ, ფიქრები ერთმანეთში მერევა. დამთავრდა კი ეს უცნაურად დაწყებული თამაში?

— სანაძლეო?! — ვცდილობ ჩემი ეს ფორიაქი როგორმე მივაფუჩეჩო.

— წაგებულია! — ეშმაკურად, მხრების აჩეჩვით ამბობს თენგიზი და სამუშაო მაგიდასთან ჯდება...

იუმორი

ბირმინგამელი ქალიშვილი, ენი საუმენი, თავის სატრფოსთან ერთად ადგილობრივ ჩინურ რესტორანში შევიდა. ჩინურ ენაზე შედგენილ მენიუში ასოები მას ისე მოეწონა, რომ რამდენიმე მათგანი გადმოხატა და სახლში ისინი თავის კაბაზე გადაიტანა. რამდენიმე ხნის შემდეგ ქალიშვილს იგივე რესტორანში მოუხდა შესვლა, სადაც იქ მყოფ ჩინელთა ცხოველი ყურადღება მიიპყრო. რესტორნის პატრონმა თავაზიანად ურჩია ქალიშვილს აღარ ჩაეცვა ეს კაბა, რადგან მასზე გამოსახული ჩინური წარწერა იუწყებოდა: „ძალიან გემრიელი და იაფი".

შვეიცარიაში, ფირვალდშტედტის ტბაზე დადის თბომავალი, რომელსაც ეწოდება „ქალწული" (ბერნის ზეგანის ერთ-ერთი ულამაზესი მწვერვალის მიხედვით) ამ კოხტად მორთული გემის ქვემო ბაქანზე გაკრულია ლითონის ფირი წარწერით: „ქალწული — ზიდვის უნარი — 902 კაცი"

თარგმნა

გიორგი ჯაბაშვილმა

გერმანული ქალთა ჟურნალი „ფიურ-დიხ".

ეროვნული ბიბლიოთეკა

სასახლის დიასახლისები

მწერალთა სასახლეში თხუთმეტი წელი ვიმოღვაწე — 1951 წლიდან აქ მოთავსებულ მწერალთა კლუბს ვხელმძღვანელობდი, ხოლო 1958 წლის მაისამდე სასახლის ორ ოთახში შეყუჟულ „ლიტერატურული გაზეთის“ რედაქციაში პოეზიის განყოფილების გამგედ ვმუშაობდი.

თხუთმეტი წელი იმ ადამიანებთან ვიტრიალე, რომლებმაც იცოდნენ ერთმანეთის ფასი, ცდილობდნენ ერთმანეთს რამეში მიხმარებოდნენ. იმ მცირერიცხოვან თანამშრომელთა შორის კიდევ უფრო ცოტანი იყვნენ ქალები, რომელთა ღირსება და ღვაწლი აუცილებლად უნდა აღინიშნოს.

მწერალთა კავშირის ერთ-ერთ კონსულტანტად წლების მანძილზე მუშაობდა მარიამ ალექსიძე-მარიჯანი, უაღრესად კეთილი გულისა და ნათელი გონების მწერალი და მოქალაქე, რომელიც იშვიათი კეთილსინდისიერებით ასრულებდა დაკისრებულ მოვალეობას და აქტიურად მონაწილეობდა საზოგადოებრივ საქმიანობაში.

ერთ-ერთ ოთახში ისხდნენ ხანდაზმული მანდილოსნები — არქივის გამგე ნინო კლდიაშვილი და მემანქანე ნადია გოგმეჩაძე.

ორმოცდასამი წელი გაატარა ნინო კლდიაშვილმა საქართველოს მწერალთა კავშირში. ის აქ 1921 წელს სულ ახალგაზრდა მოსულიყო და სიცოცხლის ბოლო დღეებამდე უანგარო სიყვარულით აკეთებდა საქმეს. მთელი ჩვენი მწერლობის, ყოველი მწერლის ბედით დაინტერესებულმა, აქ იგემა ცხოვრების სიტკბოც და სიმწარეც.

მდივანი ქალები ჰყავდათ კავშირის გამგეობის თავმჯდომარესა და გამგეობის მდივანს. ესენი იყვნენ ნინო თოფჩიშვილი, რამდენიმე საინტერესო წიგნის ავტორი და ნინო ლელაშვილი — თბილისის ძველ ტრადიციებზე აღზრდილი მანდილოსანი, მარილიანი სიტყვისა და კეთილი გულის პატრონი.

მწერალთა კავშირის კონსულტანტად წლების მანძილზე ნაყოფიერად მუშაობდა თამარ ანდღულაძე, რომელიც შემდეგ ჟურნალ „მნათობის“ რედაქციაში გადავიდა.

კავშირის არქივს განაგებდა მზექალა ლალიაშვილი, რომელმაც თანამშრომელთა პატივისცემა დაიმსახურა.

განსაკუთრებული პატივისცემით მინდა გავიხსენო სასახლის მორიგე რიფსიმე წულუკიძე; იგი მწერალთა კავშირს, როგორც საკუთარ ოჯახს, ისე დასტრიალებდა თავს. სამაგალითო მეუღლეობას უწევდა თავის ქართველ მეუღლეს, იმ ხანებში უკვე წლებისაგან და ავადმყოფობისაგან ნირშეცვლილ, მაგრამ მაინც რაინდული შესახედაობის კაცს.

და მოხდა ის, რასაც არავინ მოველოდით. უცებ ლოგინად ჩავარდა და რამდენიმე დღეში გათავდა. ჩვენ ის გულწრფელი მწუხარებით გავაცილეთ უკანასკნელ გზაზე.

ჩემს ხსოვნაში განსაკუთრებულად შემორჩა სათაყვანებელი მწერლის ნიკო ლორთქიფანიძის ქვრივი, ქალბატონი თამარი, მიუხედავად იმისა, რომ მწერალთა კავშირში ჩემი მისვლის შემდეგ მან აქ სულ ორიოდე წელი დაჰყო. თამარ ლორთქიფანიძე მწერალთა კავშირის ბუღალტერიაში მუშაობდა მოლარე-მოანგარიშედ. ეს დახვეწილი გემოვნების ადამიანი საოცრად მდიდარი გარეგნობისა და ამაღლებული სულის პატრონი იყო. მას ხაზგასმული პატივისცემითა და მოკრძალებით ეპყრობოდნენ მწერლებიც და თანამშრომლებიც.

მწერალთა კავშირში მომსახურე ქალთა ამ მცირერიცხოვან გუნდს მხარში edgნენ მწერალთა კლუბისა და „ლიტერატურული გაზეთის“ რედაქციის თანამშრომელი ქალები.

მწერალთა კლუბის ბიბლიოთეკის გამგე, თავისი საქმის კარგი მცოდნე გუია ბერულავა ბიბლიოთეკარ თამარ ფოფხაძესთან ერთად ყველაფერს აკეთებდა წიგნადი ფონდის დაცვისა და შევსებისათვის. წარმოუდგენელი იყო ბიბლიოთეკიდან წიგნი, თუნდაც უმნიშვნელო ბროშურა, წაეღო და უკან აღარ დაგებრუნებინა. ისიც წარმოუდგენელი იყო, რაიმე წიგნი გდომებოდა და არ მიგეღო, თუ იქ არ ჰქონდათ, რესპუბლიკის ბიბლიოთეკებს გადააქოთებდნენ და მაინც გიშოვიდნენ. ქალბატონი გუია დოდო ჩიკვაიძემ შეცვალა.

შესანიშნავმა ქალებმა დაიწყეს მოღვაწეობა „ლიტერატურული გაზეთის“ რედაქციაში.

მათი წარმოდგენა მბეჭდავ-მემანქანით მინდა დავიწყო. მუდამ ხმადაბლა მოლაპარაკე და სიტყვაძუნწი იყო დარო ჩიკვაიძე, რომელიც რედაქციაში გაჭაღარავდა. ხელნაწერის ამოკითხვის საოცარი უნარი ჰქონდა. სამუშაო საათებს არ დაგიდევდათ, თუ საჭირო იყო, გვიან ღამემდე იმუშავებდა ყოველგვარი დაყვედრებისა და დაჩივლების გარეშე. ჩვენი მწერლობის თითქმის ყველა წარმომადგენლის ნაწარმოების პირველმკითხველს ყველანი ღრმა პატივისცემით ვეპყრობოდით. ეს მოკრძალებული ადამიანი თუ ოდნავ ხმას აიმაღლებდა, მხოლოდ თავის შვილთან — ლენასთან, რომელიც სულ ახალგაზრდა მოვიდა ამ რედაქციის ბუღალტერიაში.

გაზეთის შემოქმედებით მუშაკთაგან აღსანიშნავია მედეა ზუბადალაშვილი, ნიჭიერი ჟურნალისტი და შესანიშნავი მოქართულე.

ქეთევან ცერცვაძე კი, რომელიც წლების მანძილზე ცნობილ მოჭადრაკესთან ლილი წეროძესთან ერთად უძღვებოდა გაზეთის გამოშვების ტექნიკურ მხარეს, დღესაც რედაქციაშია. არ შეიძლება არ აღვნიშნოთ კორექტორების დარეჯან გავაშელაშვილისა და დოდო ბუაძის დამსახურება, მათ გარეშე ხომ გაზეთს ერთი დღეც არ შეუძლია არსებობა.

მეოთხედი საუკუნე გავიდა, რაც ამ ადამიანებს გავეცანი და დავუახლოვდი. ზოგიერთი აღარც არის ამ ქვეყანაზე, მაგრამ ისინი ჩემს ხსოვნაში მაინც მკვიდრად დარჩნენ. ადამიანი კი საბოლოოდ მაშინ მიდის საწუთროდან, როცა აქ დარჩენილთა ხსოვნაში კვდება...

ცოცხალი მეგობრების დავიწყებაც მიუტევებელია. მადლობა მათ, ძველ თანამოსაგრეებს იმ სიკეთისათვის, იმ სითბოსა და თანადგომისათვის, თუ გინდ უნებლიე წყენისთვისაც, რომელიც მათგან გვახსოვს!

თეიმურაზ ჯანგულაშვილი

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ელდარ მალხაზიშვილის ფოტო

იცნობდეთ: თამთა კოსტავა!

სანამ ამ წერილს ჩაიკითხავ, მოდი შენს ბავშვობას გადაავლე თვალი იმ ასაკიდან, როცა მეხსიერება გეწყება და თოთხმეტ წელზე შეჩერდი. ამ საოცარ ასაკს, როცა ყველაფერი ვარდისფრად გეჩვენება, ვერასოდეს დაივიწყებ.

თამთა კოსტავა თოთხმეტი წლისაა. ესე იგი, იმ ასაკშია, როცა მთავრდება ბავშვობა და იწყება სამყაროს სხვაგვარი აღქმა. გოგონა ბავშვობიდან ხატავს და დღემდე შექმნილი ნახატებიდან ბევრი ბავშვობის ლამაზი ზმანებაა.

თამთამ ასაკისათვის შეუფერებელი ბევრი დარტყმა გადიტანა. მამისა და ძმის გარდაცვალება, გაავებული ქალების მუჯლუგუნები და გესლიანი საგაზეთო სტატიები, სადაც თორმეტი წლის ბავშვს, არც მეტი, არც ნაკლები, იარაღის ტარებას აბრალებდნენ. ყოველივე ამის გადატანას გენებში ჩადებულ სიამაყესთან ერთად ფუნჯმა და საღებავმაც შეუწყო ხელი.

მისი ნახატები უამრავმა ხალხმა ნახა 53-ე სკოლაშიც და ძმები სისაურების გალერეაშიც. ორივე გამოფენისადმი მიძღვნილ სამახსოვრო ჟურნალებში მაღალფარდოვანი სიტყვების კორიანტელი დგას. ქება ვის არ უხარია, მაგრამ თამთა ამას ისე აღიქვამს, როგორც ჩვეულებრივ ამბავს. აღტაცებულ შთაბეჭდილებებზე მეტად მას ადამიანთა გაცნობა უხარია და ყოველი ახალი ნაცნობის შეძენით გამოწვეული სიხარულის ნიშანი — ლამაზი ღიმილი დიდხანს არ შორდება მის სახეს.

თამთა ლექსებსაც წერს, თქვენი არ ვიცი, მე კი ძალიან მომწონს:

მოვიდა წვიმა, მომაზია უეცრად უბე...
ვაი, რაღა ვქნა, რაღა ვუთხრა დარბეულ ღრუბლებს...

ბევრი მეგობარი ჰყავს, ახლობლის ტკივილს მუდამ ითავისებს, თუმცა გამოხატვა არ შეუძლია. ეს სიტყვით, თორემ — შეხედავ მის ნახატებს და მიხვდები, რომ იქიდან სხვათა ტკივილებიც იმზირება.

ცხოვრობს ვერაზე, დედასთან და ბებოსთან ერთად, ულამაზეს თბილისურ ეზოში, სადაც მეზობლებს ეზოსთან ერთად ონკანიც საერთო აქვთ და აივანიც.

ძალიან უყვარს ძველი ჯინსებით სიარული. კაბას ყოველთვის შარვალს ამჯობინებს. ოცნებობს იმ დროზე, როცა მეგობრებთან ერთად სწორედ ამგვარი ჯინსით გაივლის ბულვარად ქცეულ რუსთაველზე და გამვლელები ქირქილით არ მოუხედავენ, თითქოს კოპენჰაგენში ან ამსტერდამში იყოს.

თუ ვინმეს ამ წერილის წაკითხვის შემდეგ თამთას გაცნობის სურვილი გაუჩნდება, სიამოვნებით ავივლი მასთან ერთად ხუთასამდე ნაბიჯს თამთას მამის სახელობის ქუჩიდან — ბარნოვამდე, შევალთ ძველებურ თბილისურ ეზოში, ავივლით მონჯღრეულ ხის კიბეს და სულ სხვა სამყაროში აღმოვჩნდებით. იქ კი აუცილებლად მოგვიდულებენ ყავას ან ჩაის და ფიროსმანისა არ იყოს, დავჯდებით და ხელოვნებაზე ვილაპარაკებთ. კედლებზე გაკრული თამთას ნახატებიდან კი თავისუფლება დაგვიწყებს ცქერას. „ასე ნანატრი თავისუფლება".

მამუკა კვარაცხელია

აქეთური—იქითური

მწვანე ჩაი კიბოსგან გვიცავს

ამერიკელმა და იაპონელმა მკვლევარებმა დაადგინეს, რომ მწვანე ჩაი ყველაზე იაფი და პრაქტიკული მეთოდია სხვადასხვა სახის კიბოთი დაავადების პროფილაქტიკაში.

თაგვებზე წარმოებულმა ცდებმა აჩვენა, რომ ეს სასმელი ხელს უშლის ღვიძლის, ფილტვების, კანის და კუჭის კიბოს განვითარებას. შესაძლებელია, იგივე მოქმედებას ახდენს ადამიანის ორგანიზმზე.

მწვანე ჩაის ასეთი მოქმედება ფართო ინტერესს იწვევს, მაგრამ მკვლევარები ჯერ ვერ უწევენ რეკომენდაციას მისი დიდი რაოდენობით მოხმარებას. სასმელმა რომ მართლა კიბოს საწინააღმდეგო ზემოქმედება მოახდინოს, საკმარისია დღეში 10 ფინჯანის დალევა.

მაცივარა ტაშს უკრავს

ამერიკელ ესტრადის ვარსკვლავს-მადონას ვერ წარმოუდგენია აპლოდისმენტების გარეშე ცხოვრება.

მისი მაცივარა და ტელეფონი კი არ რეკავენ — ტაშს უკრავენ.

ამერიკული ჟურნალიდან „სტარ"

„ერთი ამბავი მინდა მოვიგონო“, — ასე იწყებს სანდრო შანშიაშვილი თავის მოგონებას, რომელიც კოტე მარჯანიშვილის ერთ მშვენიერ ჩანაფიქრს — რუსთაველის თეატრის სცენაზე „ვეფხისტყაოსნის“ დადგმის იდეას ეხება.

ჩვენც ახალ რუბრიკას „მინდა მოვიგონო“ დავარქვით. იქნებ თქვენც გაქვთ გასახსენებელი ისეთი რამ, რაც საზოგადოებისათვისაც საინტერესო იქნება? ნუ დაიზარებთ, მოგვწერეთ...

დღევანდელ ნომერში წარმოდგენილი მასალები რედაქციას მოაწოდა ჟურნალისტმა დავით ბუზუკაშვილმა.

როგორ ვერ დავდგით „ვეფხისტყაოსანი“

Ერთი ამბავიც მინდა მოვიგონო. კოტე მარჯანიშვილს სანდრო ახმეტელი ძალიან უყვარდა. სანდრო ახმეტელი არანაკლები სიყვარულით იყო გამსჭვალული კოტე მარჯანიშვილის მიმართ. მე მათი ხშირი სტუმარი ვიყავი და ვისმენდი მათ საუბარს გეგმებსა და რეპერტუარის შესახებ. კოტე მარჯანიშვილი მუდამ ცეცხლივით აგზნებული იყო და ხანდახან ისე მომეჩვენებოდა, თითქოს ვიღაცამ აწყენინა ან გაახარა მეთქი. ბოლოს შევეჩვიე მის აღფრთოვანებას. ერთ დღეს, სადილის შემდეგ უცბად ს. ახმეტელს მიახალა: — რატომ ჰქვია ჩვენს თეატრს რუსთაველის სახელობის თეატრი? და თუ ჰქვია, რა შევიტანეთ ჩვენ ამ თეატრში რუსთაველისა?

ს. ახმეტელმა ვერაფერი უპასუხა. კოტე კი განაგრძობდა: — ჩვენ „ვეფხისტყაოსანი“ უნდა დავდგათ.

— დიახ, დიახ, „ვეფხისტყაოსანი!“ ვიცნობ მე ზოგიერთი ავტორის მიერ გაკეთებულ „ვეფხისტყაოსნის“ ინსცენირებას, მაგრამ ისინი არ მაკმაყოფილებენ... რუსულადაც არის, მაგრამ არც ის მოსწონს, ახალი ინსცენირება უნდა გაკეთდეს... თქვა მარჯანიშვილმა და ანთებული თვალები შემომანათა.

— აი, შენ უნდა დაგავალოთ „ვეფხისტყაოსნის“ ახალი ინსცენირება, უნდა დავდგათ და ყოველ წელიწადს თეატრის სეზონი „ვეფხისტყაოსნით“ გავხსნათ, რადგან ჩვენი თეატრი რუსთაველის სახელწოდებისაა.

ჩემთვის ასეთი დავალება მოულოდნელი იყო, როგორც შევატყვე, კოტე მარჯანიშვილს უკვე ემუშავა „ვეფხისტყაოსანზე“, რადგან უცებ გად-

„ვაჰ, დრონი, დრონი“...

ნათქვამია, ადამიანი კარის ზღურბლიდან იცნობაო. ავყვეთ ჩვენი სახლების სადარბაზოების კიბის საფეხურებს (აქ გამეფებული ანტისანიტარიაზე არ შევჩერდები, აღარ შეგაწყენთ ამ თემაზე გაუთავებელი ლაპარაკით თავს) და მივადგეთ ნებისმიერი კარის ზღურბლს. მარცხნივ ნაირნაირი ფინური, ინგლისური, ჩეხური საკეტებით, გასაღებებით, კლიტეებით ჩაკეტილი, ჩარაზული აჭედილი ლითონის გისოსებიანი კარ-ფანჯრები, ჩაბეტონებული რკინის საკნები, ცხრაკლიტულში მომწყვდეული ბინადარნი და ამ რკინა-ბეტონის კონსტრუქციების სათვალთვალო „პუნქტებიდან“ — ჭუჭრუტანებიდან თავიანთი ავლადიდების დამცველი ადამიანების მოციმციმე, დამფრთხალი, ეჭვიანი, შეშინებული, უნდობელი, აგრესიულად მომზირალი თვალები; დაცვის თანამედროვე სისტემებით ელექტრული, ავტომატური სიგნალიზაციით აღჭურვილი ბინები, თურქეთის, რუმინეთის, ჰონკონგის, ტურისტულ „შარაგზებზე“ ნაშოვარი ნადავლით „მორთულ-მოკაზმული ოთახები, რადიოში და სატელევიზიო გადაცემებში, პრესის ფურცლებზე მოზღვავებული ცნობები, ფაქტები, შემთხვევები ძარცვა-გლეჯის, ქურდობის, ყაჩაღობის, ავაზაკობის, მკვლელობის, ვანდალიზმის შემზარავი ფაქტები ანუ უნდობლობა-დაუნდობლობის უწყვეტი ჯაჭვი, არნახული სისასტიკე და გაუგონარი განუკითხაობა. ელემენტარული პასუხისმგებლობის გრძნობის სრული ატროფია; ყოველგან და ყველაფერში ანუ დანაშაული კი არა, არამედ ჩვენი ცხოვრების ნორმა თუ არსებობის ჩვეულებრივი წესი, რასაც წაჰგლეჯ, შენია, რაც არა — დაკარგულია, როდემდის?! და...

აი ნაწყვეტი პოლონელი მოგზაურის მატეუშ გოდივსკის ჩანაწერებიდან, რომელმაც საქართველოში იმოგზაურა XIX საუკუნის დასაწყისში. მოგზაური გაოცებული იყო იმ კონტრასტების გამო, რომელიც დახვდა რუსეთის კოლონიად ქცეულ, ახლად სამეფო წართმეულ გაპარტახებულ ქვეყანაში:

„...ეს ლამაზი და მშვენიერი ბუნებრივი პირობებით შემკული ქვეყანა გაღატაკების პირას მიიყვანა რუსეთის თვითმპყრობელმა პოლიტიკამ, მაგრამ საოცარი ის არის, რომ ქართველები არა მარტო სოფლად, ტფილისშიაც სახლებს არ ჰკეტავენ. ჩემი მოგზაურობის დროს თითქმის არ მსმენია ძარცვის ან ქურდობის შესახებ, უფრო მეტიც, ნაშუადღევს პაპანაქება სიცხითა და ქალაქის მტვრით გათანგული თბილისელი ვაჭრები, სასადილო სახლებში გაკრეფილნი, უპატრონოდ მიტოვებულ მაღაზიების კარებსაც კი ღიად ტოვებენ“.

რანი ვიყავით, რანი...

მედეა თავდიშვილი

ეროვნული
ბიბლიოთეკა

მომიმალა ინსცენირების გეგმა, თუ რა ადგილებისათვის უნდა მიმექცია განსაკუთრებული ყურადღება.

კოტე მარჯანიშვილმა კონსულტანტად სანდრო ახმეტელი დამინიშნა. მე გამალებით ვმუშაობდი „ვეფხისტყაოსნის" ინსცენირებაზე და ყოველ სცენას სანდრო ახმეტელს ვუკითხავდი. იგი მეტყოდა ხოლმე: მე კი მომწონს, მაგრამ ვნახოთ, კოტე რას იტყვისო.

ინსცენირება დავამთავრე, მაგრამ კოტე მარჯანიშვილმა თავისი ოცნება ვეღარ განახორციელა, რადგან დიდი რეჟისორები დაშორდნენ ერთმანეთს

სანდრო შანშიაშვილი

წარსულიდან

ბერბიჭობა სამარცხვინოა

ბერბიჭა საქორწინო ასაკს გადაცილებული მამაკაცია. მათი მომრავლებით შინაბერების რიცხვიც იზრდება, რაც იწვევს დემოგრაფიული პრობლემების გამწვავებას და ასუსტებს სახელმწიფოს. ამიტომ ძველად ხანგადასულ უცოლოებს საზოგადოება აიძულებდა დაქორწინებულიყვნენ.

საბერძნეთში მხოლოდ ავადმყოფებს ჰქონდათ უცოლოდ დარჩენის უფლება. სხვა შემთხვევაში კი უცოლო მამაკაცებისათვის დადგენილი იყო სასჯელი, კერძოდ, მათ ზამთარში არბენინებდნენ შიშვლებს ბაზარში და ხმამაღლა აყვირებდნენ, რომ ისინი დამნაშავენი არიან ქვეყნის წინაშე და რომ ზიანი მოაქვთ სახელმწიფოსათვის.

სპარტელი ქალები ბერბიჭებს შიშვლებს დაატარებდნენ კოცონის გარშემო და წკეპლავდნენ. რათა დროზე მოსულიყვნენ გონს, შეექმნათ ოჯახი. თუ ეს ხერხიც არ გაჭრიდა, მაშინ ბერბიჭებსა და დასაქორწინებელ ქალიშვილებს ერთად ჩაკეტავდნენ ბნელ ოთახში, თითოეული მათგანი დაქორწინდებოდა იმ ქალზე, რომელსაც სიბნელეში დაიჭერდა.

ძველ რომში ომში დაღუპულის ქვრივს ძალად მიათხოვებდნენ უცოლო მამაკაცს.

საფრანგეთში უცოლო მამაკაცს ნადირობას და ვაჭრობას უკრძალავდნენ.

ძველ გერმანიაში ბერბიჭებად 25 წელს გადაცილებულნი ითვლებოდნენ, და მათ არავინ სცემდა პატივს, თვით უმცროსებიც კი. ბერბიჭების ქონებას ნათესავთაგან ვერავინ ეპატრონებოდა, იგი სახელმწიფოს რჩებოდა.

სერბიასა და ბულგარეთში დიდხანს შემორჩათ ტრადიცია: როცა იღუპებოდა უცოლო ახალგაზრდა, საქორწინოდ მორთულ გოგონას მის ცხედართან მიჰქონდა ორი გვირგვინი, სრულდებოდა საქორწინო რიტუალი. დაკრძალვის შემდეგაც რამდენიმე ხანს, გოგონა ძაძებით დადიოდა და მას გარდაცვლილის მშობლები „რძლად" მოიხსენიებდნენ.

ძველ რუსეთში, სილეზიასა და გერმანიაში მამაკაცად თვლიდნენ და პატივს სცემდნენ მხოლოდ ცოლიანებს. უცოლოს ისე უყურებდნენ, როგორც საზოგადოების არასრულფასოვან წევრს.

პლატონმა (მიუხედავად იმისა, რომ თვითონ უცოლო იყო) სპეციალური გადასახადი დააწესა უცოლოებისათვის, რომელსაც 35 წლის ასაკიდან იხდიდნენ. გადასახადი ცოლის შესანახი თანხის ნახევარი იყო.

ინდოეთში გარდაცვლილ მამაკაცთან ერთად კოცონზე წვავდნენ მის ცოლსაც, რათა მეუღლეები ზეციურ სამყაროშიც ერთად ყოფილიყვნენ. ამ ტრადიციის ნიშნები აღმოჩენილია ბერძნებთან, სლავებთან, რომაელებთან და არაბებთანაც. მაგრამ თუ გარდაცვლილი უცოლო იყო, მაშინ მიცვალებულს ჯვარს დაწერდნენ გასათხოვარ ქალზე, რომელსაც ქმართან ერთად აგზავნიდნენ იმ ქვეყნად.

როგორც ვხედავთ, უცოლობა მამაკაცს დანაშაულად ეთვლებოდა და სათანადოდ ისჯებოდა. ეს წესები სათავეებს იღებდა ხალხის იმ შეხედულებებიდან, რომ ოჯახი და ქორწინება აუცილებელია, როგორც ქალისა და მამაკაცისათვის, ასევე სახელმწიფოს სიმტკიცისათვის.

ეს ყველაფერი ძველად იყო. დღეს კი როცა ჩვენში ბერბიჭები მეტისმეტად მომრავლდნენ და სხვაზე უკეთ ცხოვრობენ, ზოგი ძველი ტრადიციის მიმართ ერთგვარი ნოსტალგია გვეუფლება. მართლაც, მალამოსავით მოუხდებოდათ ჩვენს ბერბიჭებს, რომლებსაც თავი ვერავისათვის გაუმეტებიათ და ცოლ-შვილის მოსავლელად „თავის ატკივებაც" არ სურთ, რეგულარულად გადაეხადათ ჯარიმა — გადასახადი მრავალშვილიანი ოჯახების სასარგებლოდ. ქვეყანა ამით მხოლოდ მოიგებდა.

თინათინ ჩხიკვაძე

n 18/34

ეროვნული ბიბლიოთეკა

მამაკაცი სამზარეულოში

თქვენთვის უკვე კარგად ნაცნობი ბულგარელი მუსიკოსი და კულინარი პეტრე სარალიევი მამაკაცებს სთავაზობს ადვილად მოსამზადებელი გემრიელი კერძების რეცეპტებს. ავტორი თავს ბედნიერად ჩათვლის, თუ ამ რეცეპტებით შიგადაშიგ ქალებიც ისარგებლებენ.

ისპანახის შეჭამანდი

500 გრ. ისპანახი, 1/4 ჭიქა ბრინჯი, ამდენივე ზეთი, 1 თავი ხახვი, 2 ჩაის კოვზი ფქვილი, მარილი, წიწაკა, ოხრახუში, არაჟანი.

გაარჩიეთ და კარგად გარეცხეთ ისპანახი, 4 ჯერ მაინც, რომ ქვიშა არ შეყვეს. 1 ლიტრა ადუღებულ წყალში ჩაყარეთ მარილი, დაჭრილი ხახვი (მწვანეც შეიძლება), ჩაასხით ზეთი. 2-3 წუთის შემდეგ ჩაყარეთ დაჭრილი ისპანახი, მოურიეთ და ჩაყარეთ გარეცხლი ბრინჯი, ერთი მწიკვი წიწაკა. 20-25 წუთის შემდეგ მზა ბრინჯს ნელ-ნელა დაასხით ცოტა წყალში გახსნილი ფქვილი, თან ისე, რომ სულ ურიოთ. შეკაზმეთ დაჭრილი ოხრახუშით! შესქელებული შეჭამანდი გააზავეთ ადუღებული წყლით.

უყავით კვერცხი გემოვნების მიხედვით. სუფრასთან მიიტანეთ არაჟანთან ერთად. არაჟანი წინასწარ გადმოიღეთ თეფშზე, კარგად მოურიეთ და გააზავეთ წვენით.

საქონლის ენა კარტოფილით

500 გ. ენა, 7-8 ცალი კარტოფილი (800 გრ) 1/4 შეკვრა კარაქი, 1 კოვზი მარილი, წიწაკა.

ენა დაამარილეთ, დაასხით წყალი და ადუღეთ, ვიდრე არ მოიხარშება. გააცივეთ. კარტოფილი გათალეთ, დაჭერით მსხვილ ნაჭრებად, ჩააწყვეთ ცხელ ბულიონში და ხარშეთ 20 წუთს. ენა გაატყავეთ, დაჭერით და შეურიეთ კარტოფილს. უყავით წიწაკა, ყურადღებით მოურიეთ და 5 წუთი ნელ ცეცხლზე ხარშეთ. სუფრაზე მიიტანეთ კიტრის სალათასთან ერთად.

კვერცხი საჩურთით

600 გ. ფარში, 7 კვერცხი, 1/4 ჭიქა ზეთი, 1 თავი ნიორი, 100 გ. სოკო, მარილი, ოხრახუში.

5 კვერცხი კარგად მოხარშეთ, გააცივეთ. ფარშს უყავით მარილი, 15 წუთი მოშუშეთ ზეთსა და 1/4 ჭიქა წყალში, ხშირად ამოურიეთ და გაანაწილეთ ტაფაზე. კვერცხი გაფცქვენით, სიგრძეზე გაჭერით, ამოიღეთ გულები და ღრმა ჭურჭელში მოათავსეთ. შეურიეთ 2 კვერცხის უმი გული, დანაყული ნიორი, წვრილად დაჭრილი სოკო, ოხრახუში, ცოტა მარილი, კარგად აურიეთ. ამ ნარევით დაჩურჩეთ მოხარშული კვერცხის ცილა და დააწყვეთ მომზადებულ ფარშზე. 10 წუთი ცხელ აერლუმელში აცხვეთ. სუფრაზე მიტანის წინ შეგიძლიათ მოასხათ სოუსი, რომელიც ასე მზადდება: წვრილად დაჭრილი ხახვი და ოხრახუში მოშუშეთ 3 სუფრის კოვზ ზეთში. დაუმატეთ $^1/_2$ ჩაის კოვზი ფქვილი, კიდევ ცოტა შუშეთ, კარგად აურიეთ. უყავით 1 ჭიქა თეთრი ღვინო, ცოტა მარილი, რამდენიმე წვეთი ლიმონი.

შემწვარი ყველი

200 გ. ყველი, 1 კვერცხი, ზეთი, მარილი.

ყველი დაჭერით ოთხკუთხედ ნაჭრებად. ჩააწყვეთ ცივ წყალში 5-6 წუთით. კვერცხი ათქვიფეთ, უყავით მარილი, სხვა ჭურჭელში ჩაყარეთ ფქვილი. ყველი ამოავლეთ ფქვილში, მერე კვერცხში, ეს პროცედურა გაიმეორეთ. შეწვით ორივე მხარეს, სანამ ვარდისფრად არ დაიბრაწება.

ხილის კრემი

1 კვერცხის ცილა, 1 ჭიქა კურკებგაცლილი ალუბალი, 1 ჭიქა შაქრის ფხვნილი.

კვერცხის ცილა 3-4 წუთი მიქსერით ან სადღვებელათი ათქვიფეთ, სანამ ქაფისმაგვარ მასას არ მიიღებთ. დაამატეთ შაქარი და კიდევ თქვიფეთ შაქრის დადნობამდე. ალუბალი გარეცხეთ, დაამატეთ ცილას პატარა ულუფებად ისე, რომ მიიღოთ კრემის მსგავსი მასა. კრემი ჭიქებში მოათავსეთ და შემდგით მაცივარში. ასეთი დესერტი შეიძლება მოამზადოთ აგრეთვე მარწყვით, ჟოლოთი, ხენდროთი, ჭერმით, ნესვით, ბანანით. ზოგჯერ ხილის მიმატება კრემს ათხელებს, მაგრამ ეს მის საგემოვნო თვისებებზე როდი მოქმედებს.

როგორ მოვხალოთ ყავა

აერლუმელი მაქსიმალურად გაახურეთ. ტაფაზე ყავის მარცვლები ისე დაყარეთ, რომ მხოლოდ ძირს ფარავდეს. შედგით აერლუმელში. ცოტა ხნის შემდეგ ყავის მარცვლები ფერს იცვლის, მუქი ყავისფერი გახდება. როცა მარცვლები სკდომას დაიწყებს 1-2 წუთში ყავა გამოიღეთ. მარცვლები მბზინვარე იქნება, მაგრამ დაუშვებელია ზედმეტად შეწვაგაშავება. მარცვლები გადმოყარეთ ღრმა ჭურჭელში, დააფარეთ ტილო და დატოვეთ 20-30 წუთი. შემდეგ ხელით მოსრისეთ, ისე რომ კანის დიდი ნაწილი გაძვრეს. ჩაყარეთ ქილაში 20-30 სმ სიმაღლიდან, თან სული უბერეთ. კარგია, თუ ამას გარეთ გააკეთებთ.

რედაქციის მისამართი:
380096, ქ. თბილისი,
მ. კოსტავას ქ. № 14

ტელეფონები:
რედაქტორის
99-98-71;
პ. მგ. მდივნის
99-71-68;
ცნობებისათვის
98-95-79.

მასალები გადაეცა ასაწყობად 9. 06. 92 წ.
ჟურნალი ხელმოწერილია დასაბეჭდად
17. 08. 92 წ. ქაღალდის ზომა 60X90 1/8
ფიზიკური ნაბეჭდი ფურცელი 3. სააღრიცხვო-საგამომცემლო თაბახი 5,3. ტირაჟი 78 000. შეკვ. 971

ეროვნული ბიბლიოთეკა

„ქართლის ვედრება"

აკვანს ყიდიდა მოხუცი
ხალხმრავალ ბაზრის კარებთან,
ნაიარევი ხელები
საბრალოდ უკანკალებდა.

ეგებ მუქთადაც მისცემდა,
სხვა იყო მისი ვარამი,
თვალს აყოლებდა გამვლელი,
მსურველი იყო არავინ.

ფასი არავის უკითხავს,
არათუ ვინმე ძვირობდა.
იდგა მდუმარედ მოხუცი,
იდგა, თვალებით ყვიროდა:

– გონს მოდი, ქართვლის დედაო,
აკვანს დაადგი ნათელი,
სანამდე საქართველოში
მოგვენატრება ქართველი.

ნუ გინდა ნურა სიმდიდრე
შვილის იყავი ნატრული,
სანამდე საქართველოში
კიდევ წკრიალებს ქართული.

გონს მოდი, ქართვლის დედაო,
ვაი, რა ღმერთი გიწყრება,
სანამდე საქართველოში
ლომების ბრდღვინვა მიწყდება.

აღზევდი, სულო ერისავ,
მზეო, აფრქვიე ნათელი,
რომ საქართველოს მეუფე
მარადის იყოს ქართველი.

ხსოვნავ დავითის ქვეყნისავ,
მომავალს შუქად მიერთვი,
ნუ დაცოტავდი, ქართველო,
იმრავლე, გაცამლიერდი!

მერაბ მეტრეველი

მოქანდაკე მერაბ მეტრეველი

არქიტექტორები: მერაბ ბოლქვაძე და
ილია ბუზარიაშვილი

„საქართველოს ფერია“

თამთა გოდუაძე

ინდექსი 76178

გვ. 1

გვ. 10

გვ. 4

ფასი 1 მანეთი