ყვარლის მუნიციპალიტეტის „მედია ცენტრის“ გაზეთი
2021 წელი, 8 ნოემბერი, №12-13-14 (6541)

ყვარელი

გამოდის 1932 წლიდან
ფასი 1.50 თეთრი

დღეს, 8 ნოემბერს ილია ჭავჭავაძის დაბადებიდან 184- ე წლისთავი შესრულდა. არასახარბიელო ეპიდემიოლოგიური მდგომარეობის გამო, საიუბილეო ღონისძიება არ ჩატარდება

ყვარლის მუნიციპალიტეტის მერი გივი ზაუტაშვილი

დაიბადა 1982 წელს, თელავში. 1999 წელს დაამთავრა ყვარლის აკაკი წერეთლის სახელობის №2 საჯარო სკოლა. 2000 წელს ჩაირიცხა საქართველოს ტექნიკურ უნივერსიტეტში ჰუმანიტარულ-ტექნიკურ ფაკულტეტზე. 2005 წელს მიენიჭა ბაკალავრის აკადემიური ხარისხი, სპეციალობა – სამართალმცოდნეობა, იურისტი. 2006-2007 წლებში ეკავა ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგეობის იურიდიული სამსახურის ხელმძღვანელის პოზიცია; 2007-2011 წლებში იყო ყვარლის მუნიციპალიტეტის მთავარი სპეციალისტი იურიდიულ საკითხებში. 2011-2012 წლებში მუშაობდა საქართველოს განათლებისა და მეცნიერების სამინისტროს სსიპ საგანმანათლებლო დაწესებულებების მანდატურის სამსახურის ყვარლის ცენტრის კოორდინატორად.

2014-2017 წლებში მუშაობა განაგრძო ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგეობის ქონების მართვის, ეკონომიკური განვითარების საკითხთა დაგეგმვისა და სტატისტიკის განყოფილების უფროსად. 2017-2020 წლებში იყო ყვარლის მუნიციპალიტეტის მერის მოადგილე. 2020 წლიდან 2021 წლის თვითმმართველობის არჩევნებამდე მუშაობდა ყვარლის მუნიციპალიტეტის მერის პირველი მოადგილის პოზიციაზე.

ჰყავს მეუღლე და ორი შვილი.

წარმატებებს გისურვებთ მეგობრებო!

ადგილობრივი თვითმმართველობის არჩევნების მე-2 ტურის ჩატარებიდან ერთი კვირა გავიდა, მაგრამ ოპოზიციური პარტიები და განსაკუთრებით ნაციონალური მოძრაობა, რომელიც 20 მუნიციპალიტეტში გამარჯვებას წინასწარ ზეიმობდა, უკმაყოფილოები არიან ფაქტიური შედეგებით და ათასგვარ ბრალდებებს გამოთქვამენ გამარჯვებული ოცნების მისამართით.

„ქართული ოცნების“ მერობის კანდიდატებმა მე-2 ტურში გამარჯვება იზეიმეს 14 მუნიციპალიტეტში და 5 თვითმმართველ ქალაქში, მხოლოდ ერთ მუნიციპალიტეტში – წალენჯიხაში გაიმარჯვა ნაციონალური მოძრაობის მერობის კანდიდატმა. დამკვირვებლებიც და ფაქტებიც მეტყველებენ, რომ პირველი და მეორე ტურის არჩევნებმა ჩაიარა მშვიდ, კონსტრუქციულ გარემოში და საქართველოს მოსახლეობამ უარი გამოუცხადა დესტაბილიზაციას, არეულობას და წარსულში დაბრუნებას, კიდევ ერთხელ ნდობა გამოუცხადა „ქართულ ოცნებას“.

„ქართული ოცნების“ პოლიტიკური საბჭოს წინასაარჩევნო მიმართვაში წერია – თქვენ კარგად იცით სამშობლოს სიყვარულის, მშვიდობისა და თავისუფლების ფასი. ეს არის ის ღირებულებები, რომელთა ერთგულება თითოეული ჩვენგანის ვალია და რომლებმაც უნდა გაგვაერთიანოს ჩვენი ქვეყნისა და ხალხის საკეთილდღეოდ. „ქართული ოცნების“ პოლიტიკური საბჭო, ჩვენი მრავალათასიანი გუნდის სახელით აცხადებს, რომ მყარად დაიცავს ჩვენს ეროვნულ ინტერესებს და არავის მისცემს მძიმე წარსულში დაბრუნების შესაძლებლობას. „განვითარება ყველა რეგიონს“ – ეს არის ჩვენი მიზანი, რომელიც თქვენი მხარდაჭერით და თქვენთან ერთად, აუცილებლად შესრულდება.

ადამიანი, რომელიც ამ მიმართვის შინაარსს ჩაუღრმავდება, უნებლიედ აღმოჩნდება ქართული ოცნების მხარეს, რადგანაც ხედავენ მომავლის პერსპექტივას, რაშიც ყოფა-ცხოვრების პირობების გაუმჯობესება იგულისხმება უპირველესად. ამიტომაც მოხდა ასე, რომ ყვარლის მუნიციპალიტეტის მოსახლეობამ კვლავ „ქართულ ოცნებას“ მიანიჭა უპირატესობა და საკრებულოს შემადგენლობაში 19 დეპუტატის მანდატით არის წარმოდგენილი. მაჟორიტარულ ოლქებშიც, ყველგან „ქართული ოცნების“ საკრებულოს დეპუტატობის კანდიდატებმა გაიმარჯვეს.

ხოლო ყვარლის მუნიციპალიტეტის მერის არჩევნებში „ქართული ოცნების“ მერობის კანდიდატმა გივი ზაუტაშვილმა მოსახლეობის 57 პროცენტიანი მხარდაჭერა მიიღო და დამაჯერებელი გამარჯვება დააფიქსირა.

ახალგაზრდული ენერგიით აღსავსე გივი ზაუტაშვილმა და მისი გუნდის წევრებმა წინასაარჩევნო პერიოდში თავიანთი საქმიანობით დაგვანახვეს თუ როგორი მუშაობაა საჭირო მოსახლეობასთან. ისინი ყოველდღიურ რეჟიმში მუნიციპალიტეტის სოფლებში, ქ. ყვარელში კარდაკარ ხვდებოდნენ ამომრჩევლებს, აცნობდნენ სამომავლოდ მოქმედების პროგრამას და განიხილავდნენ მათ მიერ წამოყენებული პრობლემების მოგვარების გზებსა და საშუალებებს.

დიდი მტკიცება არ უნდა იმას, რომ არჩევნებში შთამბეჭდავი გამარჯვება გივი ზაუტაშვილის პიროვნულმა ღირსებებმა განაპირობეს. იყო სამაგალითო, პატიოსნებით გამორჩეული ოჯახის წარმომადგენელი, სპეტაკი, მეგობრებისთვის

გაგრძელება მე-2 გვ.-ზე

ყვარელი ჩვენთვის ყოველთვის იყო და იქნება აღთქმული მიწა, სადაც დაბრუნება იყო ოცნებაც და მიზანიც

ნიკოლოზ და ზურაბ ჭავჭავაძეების შთამომავლებმა მამა-პაპეული სახლ-კარი დაიბრუნეს

საქართველოს ისტორია გვამცნობს, რომ ყვარლელი ჭავჭავაძეები ოდითგანვე უდიდეს როლს ასრულებდნენ საქართველოს დამოუკიდებლობის შენარჩუნებისა და მომხდური მტრებისგან თავდაცვის საქმეში. ოტია, პაპუნა, მამუკა, ფარემუზ და პაატა მეთხუთმეტე–მეთვრამეტე საუკუნეების ისტორიული პიროვნებები იყვნენ, მათგან ყველაზე სახელოვანი, ილიას პაპის მამა, ბესპაზ ჭავჭავაძე იყო, რომელიც 1755 წელს ხუნძახის ბატონს, ნურსალ ბეგის მრავალათასიან არმიას შეებრძოლა და უკუაგდო.

ერეკლე მეორეს მისთვის სიგელი უბოძებია, სადაც სწერია – „სჯულის გულისთვის თავი საყათლანოდ გადადო და ოცდასამი დღე ლომსავით იბრძოლაო“.

ნიკოლოზ ზურაბის ძე ჭავჭავაძე – დიდი ნიკო, რუსეთის არმიის კავალერიის გენერალი კახეთს შამილის რაზმების თავდასხმებისაგან იცავდა, იყო ყირიმისა და რუსეთ-თურქეთის ომის მონაწილე. 1880 წელს დანიშნეს დაღესტნის სამხედრო გუბერნატორად.

ერთხელ თომას მანს ჰკითხეს – ვინ არის მწერალი? მან ასეთი პასუხი გასცა: „ის ვისი ცხოვრებაც სიმბოლოა“.

ამ სიტყვების მარადიული ჭეშმარიტების შესანიშნავი მაგალითია ილია ჭავჭავაძე, ვისი ცხოვრებაც არა მხოლოდ ქართველი მწერლის, არამედ ქართველი ხალხის ისტორიული ცხოვრების, სამშობლო ქვეყნის წარსულის, აწმყოს და მომავლის სიმბოლოდ იქცა. ადამიანი, რომელიც უანგაროდ ემსახურა მამულს, ფასდაუდებელი ღვაწლი მიუძღვის და უზარმაზარი ამაგი ჩადო ერის გადარჩენისა და ქართული საქმეების კეთებაში. იგი იყო გამორჩეული პოლიტიკოსი და

გაგრძელება მე-3 გვ.-ზე

ბრინჯაოს მედალი მსოფლიო ჩემპიონატიდან

11-14 ოქტომბერს ნორვეგიის დედაქალაქ ოსლოში ჩატარდა მსოფლიო ჩემპიონატი თავისუფალ ჭიდაობაში.

საქართველოს ეროვნულმა ნაკრებმა ერთი ვერცხლი და ერთი ბრინჯაოს მედალი მოიპოვა და რაოდენ სასიხარულოა, რომ ერთ-ერთი მედლის მფლობელი ყვარლის სასპორტო სკოლის აღზრდილი ზაურაბ იაკობიშვილია.

ზურაბმა პირველ წრეში დაამარცხა შარშანდელი ევროპის ჩემპიონი თურქი მოჭიდავე, მეორე წრეში ინდოელი მოჭიდავე, მეოთხედფინალში მცირე უპირატესობით დათმო შეხვედრა პოლონელ მაგომედ გაჯიევთან, სწორედ იმ გაჯიევთან, რომელსაც 2017 წელს მსოფლიო ჩემპიონატზე მოუგო ფინალური შეხვედრა. გაჯიევის ფინალში გასვლის შემდეგ ზურაბმა გააგრძელა შეხვედრები მესამე ადგილისთვის. მომდევნო წრეში ზურაბმა დაამარცხა ინგლისელი მოჭიდავე, მესამე ადგილისთვის ბრძოლაში კი მეტად დაძაბულ შეხვედრაში დაამარცხა აზერბაიჯანის უძლიერესი მოჭიდავე ბაირამოვი და მოიპოვა მსოფლიო ჩემპიონატის ბრინჯაოს მედალი.

უნდა აღინიშნოს ის ფაქტი, რომ ზურაბს ბოლომდე მოშუშებული არ ჰქონდა ტრავმა, (ცნობისათვის მან საფრანგეთის დედაქალაქში გაიკეთა მხრის რთული ოპერაცია).

ვულოცავთ ზურაბს ამ დიდ წარმატებას და იმედს ვიტოვებთ, რომ მომავალ მსოფლიო ჩემპიონატზე ოქროს მედლისთვის იბრძოლებს (მწვრთნელები: გივი მეტრეველი, ვანო ჭანტურიძე).

ალექსანდრე გიგილოშვილი

პასუხისმგებლობა დიდია, როცა მომავალ თაობასთან გიწევს ურთიერთობა

ინტერვიუ პედაგოგთან, რომელიც დროის უდიდეს ნაწილს საკუთარ პროფესიას უძღვნის. მუშაობს ყვარლის მე-2 საჯარო სკოლაში ქართული ენისა და ლიტერატურის მასწავლებლად, პარალელურად, ამავე სკოლაში „თანამედროვე მწერლობის კლუბი“-ს ხელმძღვანელია, მუდმივად სწავლის და განვითარების პროცესშია.

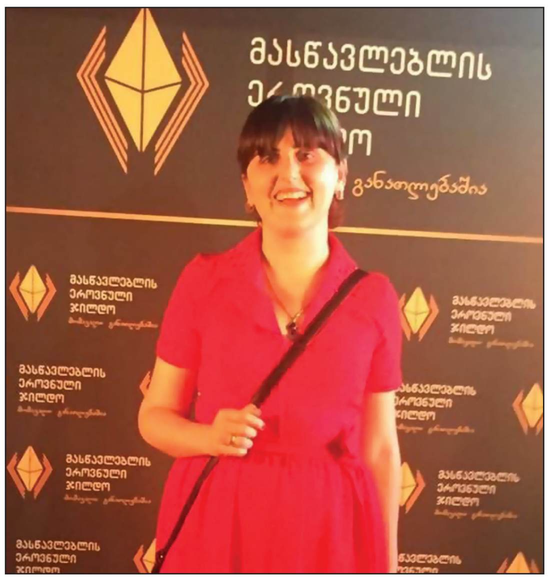
თათა ფეიქრიშვილი – ყველა მოსწავლისთვის საყვარელი მასწავლებელი.

11 წელია ქართულ ენასა და ლიტერატურას ასწავლის. ცდილობს, მოსწავლეებს შეაყვაროს ლიტერატურა, განუვითაროს კრიტიკულად აზროვნების უნარი და დაგეგმოს ბევრი საინტერესო აქტივობა.

– თათა, ცოტა რამ გვიამბეთ თქვენ შესახებ. რატომ გადაწყვიტეთ მასწავლებლობა და როგორ ფიქრობთ, რა პასუხისმგებლობა ეს?

– მე ვარ თათა ფეიქრიშვილი, დავიბადე 1990 წლის 23 აპრილს, ყვარელში. დედა და ბებია მისაბაძი მასწავლებლები მყავს და მათ კვალს გავყევი, შევიყვარე და შევისისხლხორცე ეს პროფესია. პასუხისმგებლობა დიდია, როცა მომავალ თაობასთან გიწევს ურთიერთობა და შენი წვლილის შეტანა მათ პიროვნებად ჩამოყალიბებაში.

გაგრძელება მე-2 გვ.-ზე



წარმატებებს გისურვებთ მეგობრებო!

დასაწყისი მე-1 გვ.-ზე

თავდადებული, ადამიანების მიმართ ყურადღებიანი და გაჭირვებულთათვის მხარში მდგომი, ცოტას არ ნიშნავს და ამიტომაც მოსახლეობის უმრავლესობამ ამ ღირსებებით შემკულ პიროვნებას დაუჭირა მხარი.

ბატონო გივი, სასიხარულოა, რომ ყვარლის მუნიციპალიტეტის მოსახლეობის უმრავლესობამ მოგანიჭათ ნდობის მანდატი და აგირჩიათ მუნიციპალიტეტის მერად. ვიმედოვნებთ, რომ უაღრესად საპასუხისმგებლო მოვალეობის შესასრულებლად ძალისხმევას არ დაიშურებთ და თქვენი სახელოვანი წინაპრის, გივი ზაუტაშვილის მაგალითისამებრ ყვარლის მუნიციპალიტეტის განვითარებისა და მოსახლეობის ყოფა-ცხოვრების გაუმჯობესების საქმეში თვალსაჩინო შედეგებს მიაღწევთ.

უფალი იყოს თქვენი შემწე და მფარველი. საგულისხმოა ისიც, რომ ახლადარჩეული საკრებულოც ასეთივე ღირსეული ადამიანებით არის წარმოდგენილი.

გილოცავთ გამარჯვებას არჩევნებში, რომლის მისაღწევად ძალა და ენერგია არ დაიშურეთ.

ყვარლის მუნიციპალიტეტის მერი გივი ზაუტაშვილი უფლებამოსილებას 27 ოქტომბრიდან შეუდგა, მალე საკრებულოც შეიკრიბება, ვიმედოვნებთ, რომ მოსახლეობისთვის დანაპირები საკითხების დროულად და დადებითად გადაწყვეტა იქნება თქვენი საქმიანობის მთავარი პრიორიტეტები.

ყვარლის მუნიციპალიტეტის მმართველობაში თქვენი მობრძანება წმინდა ილია მართლის 184-ე წლისთავს დაემთხვა.

უნდა გვახსოვდეს, რომ ილია ჭავჭავაძის გენიალური ხედვა და მისი უკვდავი ფრაზები არასდროს კარგავს აქტუალობას, გთხოვთ კიდევ ერთხელ თვალი გადაავლოთ და ჩაუღრმავდეთ მის ნააზრევს – „ეს ანდერძად გქონდეთ ჩემგან: არა საქმეში უზნეობა, უპატიოსნობა არ გაურიოთ. გახსოვდეს ყოველთვის, რომ ქვეყანაზედ ქაღალდის გარდა არის კიდევ სინდისი, რომელზედაც იწერება პირობა იმ სიმკვიდრით და სიმტკიცით, რომ არავითარი ძალა არ ამოშლის და არ გააუქმებს. ადამიანთა ურთიერთობა შეუძლებელია დააფუძნო უზნეობის საწყისებზე და საქმე, რომელიც ზნეობრივი პრინციპების დარღვევიდან გამომდინარეობს, არავის გამოადგება. სამუდამოდ დაიმახსოვრე, რომ მოვალეობის გარეშე უფლება არ არსებობს, ხოლო მოვალეობა ისაა, რომ პატივი სცე, დაიცვა კიდეც სხვისი უფლება და არ დაარღვიო იგი“.

„სიკეთით სძლიე შენს მტერსა, ერიდე სისხლით ზღვევასა: სულგრძელობითა ძლევა სჯობს ვაჟკაცობითა ძლევასა“.

მისი ბრძნული ნააზრევი ყოფილიყოს თქვენი საქმიანობის მეგზური, რათა გაგრძელდეს ყვარლის მუნიციპალიტეტის განვითარება და გაუმჯობესდეს მოსახლეობის ცხოვრების პირობები.

წარმატებებს გისურვებთ მეგობრებო!

ალექსანდრე გიგილოშვილი

ილია

რით გამოვხატო ჩემი გულისთქმა,
ვაი, თუ ვერ ვთქვა სიტყვა სათქმელი,
მთელი ცხოვრება სულ თან დამყვება
დიდი წინაპრის სული თანმდევი.

ვიცი, ძნელია აზრთა ჭიდილი,
ვიცი, ძნელია ლექსის მოქარგვა
და მაინც ერთხელ, თუნდ
მხოლოდ ერთხელ
მსურს დიდ წინაპარს მადლობა ვუთხრა.

ერისკაცობა ყველას არ ძალუძს,
ერისკაცობა მძიმე ტვირთია,
ვერვინ გიბრძანებს იყო პოეტი
და მით უმეტეს გერქვას ილია.

ერისკაცობა ზენადან მოდის,
იქ ყველაფერი განსაზღვრულია,
უსასრულოა განგება მისი,
ადგილი ყველას მიჩენილი აქვს.

თუ თავგანწირვის არა გაქვს რისკი,
თვალში ჩაგიდგა სიკვდილის შიში,
არ იქნებოდა არც ცოტნე დიდი,
არც ქეთევანი ლეგენდა, მითი.

აქ დაიბადა დურუჯის პირას,
აქ არის მისი ფუძე და კერა,
აქ გამოძერწა პირველი ლექსი,
მან დაგვიბრუნა ამაყი ცქერა.

არ შეუშინდა ქვეყნის ორგულებს,
ბევრი მტერი ჰყავს სამშობლოს ახლაც,
ბერბიჭაშვილის შთამომავლები
არ ასვენებენ ილიას დღესაც.

არავის ინდობს, სუყველას ებრძვის,
ვინც შეურაცხყოფს ქართლის
ღირსებას,
ხელთათმანს ესვრის, დუელში იწვევს,
გათავხედებულ რუსის გენერალს.

იყო ურყევი და შეუვალი,
ვით გალიაში ლომი დაჭრილი,
იყო უშიშარ, ვითა უხორცო,
ცხრა დაყელი აქვს გადატანილი.

არ შეეშინდა არც მაშინ, როცა
მისი სიცოცხლის ბედი წყდებოდა;
მაინც წავიდა წიწამურისკენ
და შეუერთდა მარადისობას.

ჩემო ყვარლელნო, სულით ძლიერნო,
გახსოვდეთ ყველგან ჩვენი მესია,
ფეხზე ავუდგეთ და შევსვათ ღვინო,
ღვინო რომელსაც სვამდა ილია.

არ შეუშინდა ქვეყნის ორგულებს,
ბევრი მტერი ჰყავს სამშობლოს ახლაც,
ბერბიჭაშვილის შთამომავლები,
არ ასვენებენ ილიას დღესაც.

ფიქრები სამშობლოზე

თუ გამოხედავ ალაზნის მხრიდან
და თვალს შეავლებ ყვარლის მთებს მაღალს,
ზედ მოცურავე ღრუბლების ტალღას
და ულამაზეს უცხადეს ზღაპარს.
შენ დაინახავ შავი კლდის ნაშალს,
სადაც დურუჯი თავს იღებს სწრაფად,
მოექანება ღვთიური რისხვით
არავის ინდობს, არც ნადირს, არც კაცს.
მოექანება როგორც მეწყერი,
ყველაფერს ჰგლეჯს და მიწაში მარხავს
მთებში ჩაკარგულ თეთრი დურუჯის
ხმა ისმის ჩუმად, თითქოს და ბოდავს.
გამოპარული ნისლებში სხივი,
წყლიდან ამომხტარ კალმახთან როკავს.
შორიდან მოსჩანს ნინიკას ციხე
დარაჯად უდგას დაღესტნის საზღვარს.
დროსა და ჟამის უთქმელი მოწმე
კუშტად გაჰყურებს ნისლიან მთა-ბარს.
უმალ შეიგრძნობ ამ სილამაზეს,
შუამთის გორს რომ მიუხვალ გზაყარს.
მოგაგონდება ბავშვობის წლები,
წამსვე ფიქრებში დაიწყებ ნავარდს.
დურუჯის წყალი თუ არ გისვია,
შიგ ფეხშიშველას თუ არ გივლია,
შუადღის ხვატზე ხეობის ჩრდილში,
ქართულ სუფრასთან არ გიმღერია,
შენ ვერ გაიგებ ამ მიწის ძალას,
სადაც წინაპრის ძვლები მარხია.
წინაპარს ჩვენსას დიდი აქვს ხვედრი,
გამოიყვანეს თიხაში ქვევრი,
ნახეს ველური ყურძენი ტყეში
და შიგ ჩაწურეს მომღვრიო ფერის,
რად არ გიჩნდებათ კითხვები იმის,
საიდან გაჩნდა სახელი ღვინის?
ღვრიე და ღვინო ერთია იგივ,
ღვრიესგან მოდის სახელი მისი.
ასე გავრცელდა მთელ მსოფლიოში
საქართველოდან ღვინის სახელი
ასე უწოდებს ამ სითხეს ყველა
ევროპელი თუ ამერიკელი.
რად უყვარს ქართველს
ვაზისთვის მღერა
რატომ უგალობს მას „შენ ხარ ვენახს“,
რატომ ლოცულობს ღვინობის თვისას
სამშობლოს მიწას, მზისას და ცისას?
საქართველოა დედა ღვინისა,
ის მოიგონა წინაპართ ჩვენმა
და რომანტიკულ ქართულ სუფრაზე
მშვიდობა არის პირველი სიტყვა.
რამდენი სისხლი, რამდენი ცრემლი
ჩვენსა ქვეყანას გადუტანია,
რამდენჯერ აჭრეს, გადახნეს, დაწვეს
და მაინც ჩვენი გაგვიტეხია.
ვერ ამოძირკვეს ვაზის ფესვები,
სპარსმა, თურქმა თუ არაბ-მონღოლმა,
კარგად იცოდნენ საიდან მოდის
ქართველი კაცის შეუპოვრობა?
ქინძმარაულის ღვინო დავცალე,
ცაში ავფრინდი როგორც გნოლია,
ვთრთი, მეხათრება, როდესაც ვწურავ
ჩემი წინაპრის სისხლი მგონია.

პასუხისმგებლობა დიდია, როცა მომავალ თაობასთან გიწევს ურთიერთობა

დასაწყისი მე-1 გვ.-ზე

– რამდენად ძნელი ან ადვილია დღეს მასწავლებლობა. რა არის ყველაზე დიდი სირთულე?

– ჩემთვის არ არის რთული. ყოველ დილით დიდი ხალისით მივდივარ სკოლაში და ერთი სული მაქვს როდის შევხსნი კლასის კარს.ვფიქრობ,პრობლემა კლასში მოსწავლეთა რაოდენობაა, როცა გიწევს სათითაო ბავშვამდე სათქმელის მიტანა, მაგრამ კლასი მრავალრიცხოვანია, დრო კი – ცოტა.

– რა კრიტერიუმებს უნდა აკმაყოფილებდეს კარგი მასწავლებელი თქვენთვის?

– ერთადერთს,უზომოდ უყვარდეს თავისი საქმე და მოსწავლე!

– რა გამოწვევების წინაშე დგას დღეს ქართული ენა?

– სამწუხაროდ, ხშირად ვხვდებით ბარბარიზმებს. თითოეულმა ჩვენგანმა უნდა ვიბრძოლოთ,რომ ის ქართული შესატყვისით შევცვალოთ. მყისიერად შესწორებული სიტყვა კარგად გვამახსოვრდება.

– რაზე უნდა გააკეთოს ქართულის მასწავლებელმა ძირითადი აქცენტი?

– ქართულის მასწავლებლებს დიდი როლი გვაკისრია მოსწავლის ღირსეულ პიროვნებად ჩამოყალიბებაში. ჩვენ ვაყვარებთ ქართულ ლიტერატურას, ვასწავლით სწორად მეტყველებას. ალბათ, მიკერძოებაში არ ჩამომართმევთ თუ გეტყვით,რომ ქართული ენისა და ლიტერატურის სწავლა ყველა ადამიანისთვის საჭიროა.

– ქართული ენის გრამატიკა შედარებით შევიწროებულია დღევანდელი პროგრამით, ეს გამართლებულია?

– დღეს ჩვენ გვაქვს ქართული ენის საკმაოდ კარგი სახელმძღვანელოები, უამრავი რესურსი,რასაც ვაწვდი გაკვეთილზე. ვფიქრობ, ეს პრობლემა მეტნაკლებად აღმოფხვრილია.

– რაც შეეხება ქართული ლიტერატურის საგანს, ბევრი მიიჩნევს, რომ იგი ნაკლები საზეპიროებითა და რთული ტექსტების „დაუზუთხავად„უნდა ისწავლებოდეს – სჯობს ელემენტარულად წაკითხულის გააზრება-გაანალიზება შეძლონ და არა დაზეპირება. საინტერესოა, თქვენი აზრი ამასთან დაკავშირებით.

– ჩემთვის მნიშვნელოვანია მოსწავლემ შეძლოს წაკითხულის გააზრება, გამოყენება, მსჯელობა. მექანიკურად დაზეპირებას არანაირი აზრი არ აქვს.

– ხშირად საუბრობენ ახალი თაობის პრობლემებზე. როგორ ფიქრობ, პრობლემები მხოლოდ ახალ თაობაშია, თუ მშობლებსა და პედაგოგებშიც არის პრობლემა? ამაზე ყურადღებას ნაკლებად ამახვილებენ.

– ვფიქრობ, თაობათა ცვლა წარმოქმნის ამ პრობლემებს. ხშირად მშობლებს უჭირთ შვილის გაგება, რადგან მათ უამრავი საფიქრალი აქვთ, შვილებისთვის დრო ნაკლებად რჩებათ.ბავშვებს ყურადღება, მოფერება, მოსმენა, მხარში დგომა სჭირდებათ. რაც შეეხება პედაგოგებს, ფეხი უნდა ავუწყოთ თანამედროვეობას, მოვაწყოთ ისე, რომ მოსწავლეს ჩვენს გაკვეთილზე მოუხაროდეს.

– ხშირად გვესმის, დღევანდელ ბავშვებს არ უყვართ წიგნი, არ კითხულობენ, ამ საკითხზე რას ფიქრობთ, რა შეიძლება იყოს გამოსავალი,რა რჩევას მისცემთ მშობლებს?

– ძალიან დიდი პრობლემაა ის, რომ მოზარდების უმრავლესობა მხოლოდ კომპიუტერით, ტელეფონით თუ სხვა თანამედროვე ციფრული ტექნოლოგიებით არის გადატვირთული და წიგნების კითხვა აღარაა აქტუალური.კარგი იქნება თუ მშობლები შვილებთან ერთად წავლენ წიგნის მაღაზიაში და აარჩევენ მათთვის საინტერესო ლიტერატურას.

ასევე, ერთად იკითხონ ახალ-ახალი ნაწარმოებები და გაუზიარონ ერთმანეთს შთაბეჭდილებები. განსაზღვრონ კითხვის დრო.

– უახლოეს პერიოდში, რა გეგმები გაქვს პროფესიული განვითარების მხრივ, როგორი გინდა იყოს მომავალში სკოლა, ანუ, რა არის შესაცვლელი სასწავლო პროცესში?

– რა თქმა უნდა ვგეგმავ პროფესიულ განვითარებას, ვნახოთ რას შემოგვთავაზებს სამინისტრო.

ვფიქრობ, რომ შესამცირებელია კლასში მოსწავლეთა რაოდენობა. საჭიროა, თანამედროვე ტექნოლოგიებით აღჭურვილი საკლასო ოთახები.

რაც მთავარია, მინდა პანდემია მალე დასრულდეს და ყველანი ჯანმრთელები დავუბრუნდეთ საკლასო ოთახებს.

– წარმატებებს გისურვებთ!

ესაუბრა
ია გიგიაშვილი

გიორგი ღოღობერიძე – როგორ განვასხვაოთ ერთმანეთისგან გრიპი, კოვიდი და გაციება?

როგორ განვასხვაოთ ერთმანეთისაგან კოვიდი, გრიპი და სხვა სეზონური ვირუსები, როგორ იმართება ისინი სახლის პირობებში და როდის არის საჭირო ტესტის ჩატარება – აქტუალურ თემაზე „ფეისბუქ ლაივის“ საშუალებით ექიმი გიორგი ღოღობერიძე საუბრობს.

„პანდემიის ფონზე ნელ-ნელა სხვა ვირუსების სეზონიც დადგა და ყველას აინტერესებს, არის თუ არა შესაძლებელი კოვიდის, გრიპის და სხვა სეზონური ვირუსების ერთმანეთისაგან გარჩევა. როგორც იცით, ყველა ეს ინფექცია სიმპტომებით ძალიან მსგავსია. ამ დროს შეიძლება გქონდეთ სიცხე, ყელის ტკივილი, ხველა, სურდო, თავის და კუნთების ტკივილი და ა.შ. ბავშვების შემთხვევაში ყველას შეიძლება ახლდეს გულისრევა და ფაღარათი. გამორჩეულად განსხვავებული სიმპტომი ყნოსვის და გემოს დაქვეითება ან გაქრობაა, რომელმაც უფრო კოვიდზე უნდა გვაფიქრებინოს, ვიდრე ნებისმიერ სხვა ვირუსზე. თუმცა საერთო ჯამში, მათი ერთმანეთისაგან გარჩევა რთულია.

როგორ გავარჩიოთ კოვიდი, გრიპი და გაციება ერთმანეთისგან და როგორ მოვიქცეთ იმ შემთხვევაში თუ რომელიმე გვაქვს? თავიდან კოვიდის ამოცნობა უფრო იოლი იყო, მაგრამ დღევანდელი შტამი ძალიან ჰგავს სეზონურ გრიპს და გაციებას, ამიტომ მათი ასი პროცენტით გარჩევა ტესტის გარეშე შეუძლებელია. კლინიკურად კოვიდი და ინფლუენცა ძალიან ჰგვანან ერთმანეთს, თუმცა მაინც არსებობს გარკვეული ტაქტიკა, რომელიც დაგვეხმარება მათ ერთმანეთისაგან განსხვავებაში. ბუნებრივია საუკეთესო გზა ტესტის ჩატარებაა. ტესტი უნდა ჩავიტაროთ მაშინ, თუკი ინფიცირებულ ადამიანთან კონტაქტი გვქონდა და კონტაქტიდან 3-5 დღე გავიდა. იქამდე ჩატარებულ ტესტზე შესაძლოა მცდარი უარყოფითი პასუხი მივიღოთ და გვეგონოს, რომ კოვიდი არ გვაქვს. ისეც ხდება, რომ ტესტი დადებით პასუხს მხოლოდ ინფიცირებიდან ერთ კვირაში უჩვენებს. ტესტის გარეშე ზუსტი პასუხის მიღება შეუძლებელია, თუმცა მაინც შეგვიძლია ვივარაუდოთ გაციებული ვართ თუ კოვიდი გვაქვს და ამისათვის უნდა დავაკვირდეთ დროს. იმან, თუ რა დრო გავიდა ინფიცირებულ ადამიანთან კონტაქტიდან თქვენი პირველი სიმპტომების გამოვლენამდე, შესაძლოა გვიპასუხოს კითხვაზე, გრიპი გაქვთ თუ კოვიდი. საქმე იმაშია, რომ გრიპი თავს უფრო ადრე იჩენს, ვიდრე კოვიდი. ინფიცირებიდან 1-2 დღეში ადამიანს უკვე უვლინდება სიმპტომები მაშინ, როდესაც კოვიდის შემთხვევაში ეს ინტერვალი მინიმუმ 5 დღეა. ზოგჯერ ისეც ხდება, რომ კოვიდიც ვლინდება ინფიცირებიდან მეორე დღეს, მაგრამ ძირითადად ის თავს მინიმუმ 4-5 დღეში იჩენს. ამიტომ თუ ინფიცირებულთან კონტაქტიდან მეორე დღეს სიმპტომები გამოვლინდა, უფრო გრიპზე უნდა ვიფიქროთ, თუ სიმპტომებმა თავი უფრო გვიან, მე-5-6 დღეს იჩინა, კოვიდზე. კიდევ ერთი მნიშვნელოვანი მომენტია სიმპტომების გამოვლენის ხანგრძლივობა. როგორც წესი, გრიპი და გაციება ადამიანს 4-5 დღეში გაუვლის, კოვიდი კი 10 დღეს და მეტ ხანსაც გრძელდება. ამასაც შეგვიძლია დავაკვირდეთ.

როგორც კოვიდის, ასევე გაციების და გრიპის რისკ-ჯგუფში არიან 65 წელს ზევით მყოფი ადამიანები, პაციენტები, ვისაც ასთმა, დიაბეტი ან გულის დაავადებები აწუხებს, ორსულები, გამოხატულად ჭარბწონიანები და ა.შ

. ამ ადამიანებს მეტი ყურადღება სჭირდებათ, რადგან მეტი აქვთ რისკი, რომ რამე გართულდეს. ამიტომ ასეთ პაციენტებს სიფრთხილით უნდა დავაკვირდეთ და თუ მათ თავბრუსხვევა, კრუნჩხვები, შარდის შეკავება, მკერდის ძვლის მიდამოში ტკივილი, ქოშინი, სიცხის სწრაფი ვარდნა და მატება შეაწუხებთ, აუცილებლად დაუყოვნებლივ უნდა მივმართოთ ექიმს, როგორც კოვიდის, ასევე გრიპის და გაციების სახლის პირობებში მკურნალობა ერთნაირად ხდება.

ვიყენებთ სიცხის დამწევს, თუკი ტემპერატურა 38 გრადუსზე მეტია. არასდროს არ ვიყენებთ ამ დროს ასპირინს ან მის შემცველ მედიკამენტებს, მათ შორის ციტრამონს, მით უმეტეს ბავშვებში. ვიყენებთ მხოლოდ პარაცეტამოლს და იბუპროფენს. დოზებს შორის ინტერვალი 4-6 საათი უნდა იყოს.

თუ გრიპი მძიმე ფორმით ვლინდება, ანტივირუსული მედიკამენტები პირველ 48 საათში უნდა მივიღოთ, რადგან შემდეგ მათი ეფექტურობა იკლებს. ბევრი ადამიანი გაციების, გრიპის თუ კოვიდის დროს ლიმონიან ჩაის სვამს. თუმცა ასეთ დროს უმჯობესია თაფლიანი და ლიმონიანი გრილი წყალი მივიღოთ, რადგან C ვიტამინი 30 გრადუსზე იშლება და მდუღარე ჩაიში ფაქტობრივად აღარ არის. პაციენტებისათვის იმის მიუხედავად გრიპი აქვთ, კოვიდი თუ გაციებული არიან, რეკომენდებულია მოძრაობა და ბევრი სითხის მიღება. ყელის ტკივილის დროს შეგიძლიათ გამოიყენოთ საწუწნი აბები, რომლებიც ადგილობრივ საანესთეზიო საშუალებებს შეიცავენ, თუმცა ყელის ტკივილს კარგად უმკლავდება პარაცეტამოლიც.

ყვარელი ჩვენთვის ყოველთვის იყო და იქნება აღთქმული მიწა, სადაც დაბრუნება იყო ოცნებაც და მიზანიც

დასაწყისი მე-1 გვ.-ზე

საზოგადო მოღვაწე, მწერალი, პოეტი და პუბლიცისტი, ეროვნულ-განმათავისუფლებელი მოძრაობის ლიდერი.

და ამიტომაც ქართული მართლმადიდებელი სამოციქულო ეკლესიის მიერ ილია ჭავჭავაძე შერაცხულია წმინდანად, სახელით– „ილია მართალი“.

ერის ღირსეული მამის წმინდანად შერაცხვის ერთ-ერთი თავგამოდებული ინიციატორი იყო და ორგანიზაციული საკითხების მოგვარება ითავა ზურაბ ჭავჭავაძემ.

სახელოვანი წინაპრების შთამომავლებმა, მამა-შვილმა ნიკოლოზ და ზურაბ ჭავჭავაძეებმა, უდიდესი როლი შეასრულეს საქართველოს დამოუკიდებლობის მოპოვებაში.

ნიკოლოზ ზურაბის ძე ჭავჭავაძე – ფილოსოფოსი და საზოგადო მოღვაწე, ფილოსოფიის მეცნიერებათა დოქტორი, პროფესორი, საქართველოს მეცნიერებათა აკადემიის წევრ-კორესპონდენტი, 30 წელი ხელმძღვანელობდა საქართველოს მეცნიერებათა აკადემიის ფილოსოფიის ინსტიტუტს. მისი თაოსნობითა და ხელშეწყობით საქართველოში განვითარდა ფილოსოფიური ანთროპოლიგია, კულტურის ფილოსოფია და აქსიოლოგია, იყო თბილისის ივ. ჯავახიშვილის სახელმწიფო უნივერსიტეტის ესთეტიკის კათედრის გამგე, საქართველოს პარლამენტის მესამე მოწვევის დეპუტატი. ხოლო ნიკოლოზის შვილი, ზურაბ ჭავჭავაძე ქართულ პოლიტიკაში და ეროვნულ-განმათავისუფლებელ მოძრაობაში სრულიად განსაკუთრებული და დიდმნიშვნელოვანი ფენომენი გახლდათ, რომელსაც ამ სფეროში არსებული ყველაზე დეფიციტური თვისებები ახასიათებდა – ინტელექტი, ვაჟკაცობა, ადამიანობა, სახელმწიფოებრივ-ეროვნული აზროვნება, პრინციპულობა. ზურაბი ყოველთვის ლიბერალურ პოზიციაზე იდგა.

1989 წლის 13 ოქტომბერს სოფელ ბორითთან საეჭვო ვითარებაში მომხდარ ავტოკატასტროფაში, რომელსაც ემსხვერპლა მერაბ კოსტავა, ზურაბ ჭავჭავაძე მძიმედ დაშავდა, მოგვიანებით კი გარდაიცვალა საავადმყოფოში, ოფიციალური დიაგნოზით – ჰეპატიტი. მყისვე გაჩნდა ვერსიები მისი თავიდან მოშორების თაობაზე. ერთი ვერსიით, შეუმოწმებელი სისხლის გადასხმის შედეგად განგებ მოწამლეს, მეორე ვერსიით კი, ექიმის დაუდევრობას ემსხვერპლა.

ზურაბ ჭავჭავაძე დაკრძალულია ყვარელში, იოანე ნათლისმცემლის სახელობის ჭავჭავაძეთა საგვარეულო ეკლესიაში.

ზურაბ ჭავჭავაძე თითქმის ერთადერთი იყო ეროვნული მოძრაობის ლიდერებს შორის, ვინც აფხაზეთსა და სამაჩაბლოში მართლა ცდილობდა ისეთი ურთიერთობის მიღწევას, ომსა და სისხლისღვრას რომ აცილებდა საქართველოს. სოხუმსა და ცხინვალში იგი უდიდესი ავტორიტეტით სარგებლობდა.

სამწუხაროა, რომ საქართველომ დაკარგა ისეთი გულანთებული პატრიოტი და მებრძოლი, რომელმაც შეძლო აფხაზებთან და ოსებთან ისეთი მეგობრული ურთიერთობის დამყარება, რომლის მეშვეობით კონფლიქტები ჩანასახშივე მოისპობოდა, მაგრამ გარე და შინაურმა მტრებმა ზურაბი გზიდან ჩამოიცილეს, რათა თავიანთი მზაკვრული მიზნები განეხორციელებინათ.

2018 წელს ზურაბ ჭავჭავაძეს ეროვნული გმირის წოდება მიენიჭა.

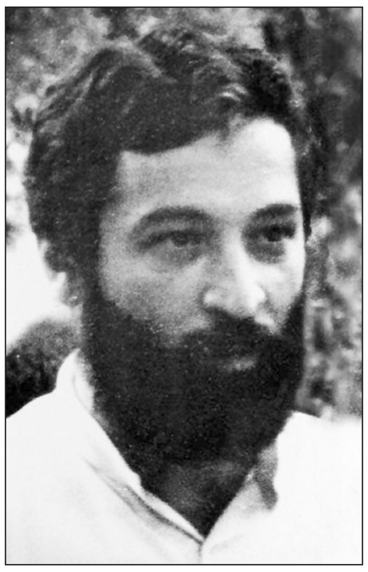
ზურაბ ჭავჭავაძის გვარს მისი ქალიშვილები აგრძელებენ და თავიანთი მოკრძალებული წვლილი შეაქვთ ქვეყნის აღმშენებლობის საქმეში. ზურაბის მეუღლე, ქალაბატონი ნანა, ქალიშვილები ნინო, ეკა, ქეთი უზომოდ შეყვარებული არიან ყვარელზე, მათი ოცნება იყო საკუთარი ფუძე ჰქონოდათ ყვარელში. ნიკო, ზურაბი, შემდეგ ქალიშვილები გამუდმებით ითხოვდნენ მამა-პაპეული სახლ-კარის დაბრუნებას, მაგრამ მცდელობა უშედეგოდ მთავრდებოდა ყოველთვის (ლაპარაკია მარჯანიშვილის სახლ-მუზეუმის ადმინისტრაციულ შენობაზე).

სასიამოვნოა, რომ კეთილი ადამიანების წყალობით, მიმდინარე წელი უდიდესი სიხარულის მომტანი აღმოჩნდა სახელოვანი მამულიშვილების შთამომავლებისათვის, მათ დაუბრუნდათ საკუთრების უფლება და ახლა შენობის კეთილმოწყობაზე ზრუნავენ.

ამიტომაც გადავწყვიტე ილია ჭავჭავაძის იუბილისადმი მიძღვნილი საგაზეთო ნომრისათვის ჩაგვეწერა ინტერვიუ ზურაბის ქალიშვილებთან.

– ქალბატონო ეკა, ქალბატონო ნინო, პირველ რიგში გილოცავთ ახალმოსახლეობას, ყვარლელობას.

– მადლობას მოგახსენებთ ყურადღებისთვის და იმ დიდი სიყვარულისა და ერთგულებისთვის, რასაც ყოველდღიურად ვგრძნობთ ჩვენი ყვარლელებისგან. ესაა საოცარი ქალაქი, სადაც ყოველი შემხვედრისგან უამრავ სითბოსა და კეთილგანწყობას ვიღებთ. დიდი იმედი გვაქვს, არც ჩვენ დავრჩებით ვალში და შევძლებთ კარგი ყვარლელები ვიყოთ, სიკეთე სიკეთით გადავიხადოთ და ყვარლის წინსვლასა და განვითარებაში ჩვენი წვლილი შევიტანოთ.



ნიკოლოზ და ზურაბ ჭავჭავაძეების შთამომავლებმა მამა-პაპეული სახლ-კარი დაიბრუნეს

– ზურაბ ჭავჭავაძის მოღვაწეობისა და საქმიანობის შესახებ ინფორმაციების ინტერნეტში მოძიება შესაძლებელია, მაგრამ მისი პირადი ცხოვრების შესახებ არაფერია ცნობილი. როგორი მეუღლე და მამა იყო?

– თავს ბედნიერ ადამიანებად მივიჩნევთ – ჩვენ გვყავდა ძალიან მოსიყვარულე და ყურადღებიანი მამა, რომელიც, მიუხედავად უამრავი საქმისა და პრობლემისა, არასდროს გვტოვებდა სიყვარულისა და მზრუნველობის გარეშე. აქტიურად იყო ჩართული ჩვენს აღზრდაში. საოცარი მთხრობელი იყო და როცა ეცალა, გატაცებით გვიყვებოდა სხვადასხვა ამბავს, გვიკითხავდა ვაჟა-ფშაველას (სულ პატარები ვიყავით, „გოგოთურ და აფშინა„რომ წაგვიკითხა, არადა, ახლაც მახსოვს ის თავბრუდამხვევი შტაბეჭდილება, რაც მაშინ მივიღე), დავით გურამიშვილის, ილიას თხზულებებს... „ვეფხისტყაოსანიც„მან შეგვაყვარა.

გვქონდა საოცარი მამა-შვილობა – დღემდე მიკვირს, როგორ ახერხებდა, ერთდროულად ყოფილიყო გულითადი მეგობარიც და მკაცრი მშობელიც და ეს ზღვარი არასდროს დაერღვია.

თავად ხომ თავს არ ზოგავდა და ჩვენგანაც ყოველთვის სამაგალითო საქციელს ელოდა. მაგალითად, ძალიან ღელავდა, რომ დადგებოდა დღე და კომკავშირში შესვლას მოგვთხოვდნენ. სხვადასხვა ვერსია გვქონდა შემუშავებული ამის თავიდან ასარიდებლად და კმაყოფილები ველოდით კომკავშირის სამდივნოს გაწბილებას. ჩემდა „სამწუხაროდ„და ქვეყნისთვის საბედნიეროდ, ეს დღე აღარც დამდგარა, რაც ცხადია, მამას დიდი დამსახურებაც იყო.

– ოთხმოცდაათიანი წლები საქართველოს ისტორიის ავადმოსაგონარი წლებია, ვინაიდან შინაური და გარეშე მტრების მიერ ყველაფერი კეთდებოდა იმისათვის, რომ სიტუაცია გამწვავებულიყო სოხუმსა და ცხინვალში, ზურაბი კი ყოველნაირად ცდილობდა დაძაბულობა განემუხტა. როგორი ურთიერთობა ჰქონდა აფხაზებთან და ოსებთან, რას გიყვებოდათ სოხუმში და ცხინვალში ვიზიტების შესახებ?

– მამას ბოლომდე ჰქონდა გააზრებული, რაოდენ დაუნდობელ, მზაკვარ და საშიშ მტერთან იბრძოდა. შესაბამისად, ძალიან ცდილობდა, მოღვაწეობის ეს სფერო ოჯახისგან გაემიჯნა. ცხადია, უშედეგოდ. ძლიან ვამაყობდით მისით, ვგულშემატკივრობდით და, შეძლებისდაგვარად, მხარს ვუჭერდით. დედა ყველაფერს აკეთებდა, რათა მამას მოუცლელობა უმტკივნეულოდ გადაგვეტანა. მახსოვს მისი ერთ-ერთი პირველი გამოსვლა დავით გარეჯის გადასარჩენად გამართულ მიტინგზე... გვეამაყებოდა სოხუმის მიტინგზე მისი აფხაზურ ენაზე გამოსვლა; ცნობილია, როგორ ცდილობდა აფხაზებთან საერთო ენის გამონახვას, მათ რიგებში თანმოაზრეთა პოვნას. უნდოდა ისინიც დაერწმუნებინა, რომ „არ შეიძლება არსებობდეს აფხაზური ეროვნული პრობლემა, რომელიც იქნებოდა ანტიქართული და პირიქით, – არცერთი ქართული ეროვნული პრობლემა არ შეიძლება იყოს ანტიაფხაზური. თუ ასეთი „პრობლემები„არსებობს, ისინი გამოგონილი, შეთითხნილი და არაბუნებრივია„. მაგალითად, სთავაზობდა დახმარებას აფხაზური საშუალო სკოლის შექმნასა და აფხაზურ ენაზე სასკოლო სახელმძღვანელოების გამოცემაში... კარგად მახსოვს, რა იმედიანი და კმაყოფილი დაბრუნდა ცხინვალიდან „ადამონ ნიხასის„წარმომადგენლებთან შეხვედრის შემდეგ. ეს იყო უმნიშვნელოვანესი შეთანხმება, რომელსაც ორივე მხარე აწერდა ხელს და მოვლენების გაკონტროლება მართლაც შესაძლებელი ხდებოდა –“კი არ უნდა გავუცხოვდეთ, უნდა დავამყაროთ ერთმანეთთან უშუალო კონტაქტები და ვეძებოთ ის, რაც კი არ განგვანსხვავებს, არამედ გვაახლოებს ერთმანეთთან. ჩვენი ურთიერთობის გაუარესებით ორივე ხალხის მტერია დაინტერესებული,’ – ნათქვამი იყო 1989 წლის 21 ივლისის მიმართვაში, რომელსაც ზურაბ ჭავჭავაძე და ალან ჩოჩიევი აწერდნენ ხელს... წლების შემდეგ, ქართველებსა და ოსებს შორის მორიგ მოლაპარაკებას ესწრებოდა აფხაზეთის საკითხთა კომისიის თავმჯდომარე, პაპაჩვენი, ნიკო ჭავჭავაძე. ოსების დელეგაციაში კი ალან ჩოჩიევიც ყოფილა. საკმაოდ დაძაბული და უსიამოვნო შეხვედრის დასრულების შემდეგ, ნიკო მისულა და გაცნობია – ზურა ჭავჭავაძის მამა ვარო. ალან ჩოჩიევს ფერი ეცვალა, ვიგრძენი, როგორ შერცხვა საკუთარი საქციელის, ჩამეხუტა, ატირდა და ბოდიში მომიხადაო, გვიყვებოდა გულაჩუყებული პაპა...

პოლიტიკური, რელიგიური, ეთნიკური, თუ კულტურული მრავალფეროვნება დემოკრატიული სახელმწიფოს ქვაკუთხედია. დემოკრატია ემყარება საზოგადოებას, რომელსაც აერთიანებს ისეთი ღირებულებები, როგორიცაა ზნეობა, თავგანწირვა, მოყვასის სიყვარული, პიროვნული თავისუფლება, ურთიერთპატივისცემა,სამართლიანობა, მიმტევებლობა, პატრიოტიზმი... ეს ღირებულებები თავისთავად უკავშირდება კონკრეტულ მაგალითებს, რომელთაც გამორჩეული ადამიანები გვაძლევენ. სწორედ მათი ღვაწლის სათანადო დაფასება ბადებს ახალ გმირებს, ახალ იდეალებს, ასე მიიწევს საზოგადოება წინ, უკეთესობისკენ. მამას მუზეუმის გახსნა, ვფიქრობთ, ამ საერთო მიზნისკენ კიდევ ერთი გადადგმული ნაბიჯი იქნება.

– ქალბატონო ეკა, თქვენ ოთარაანთ ქვრივივით რკინის ქალამნები ჩაიცვით და იბრძოდით სამართლიანობის აღდგენისათვის, რათა მამა-პაპეული სახლ-კარი დაგებრუნებინათ, ვინ იყვნენ ის ადამიანები, ვინც თქვენი წუხილი გულთან მიიტანეს და მხარში ამოგიდგნენ?

– ოცდაათი წლის განმავლობაში წარმოუდგენელი დაბრკოლებები გადავლახეთ... უამრავი ადამიანი გვეხმარებოდა, მეშინია, ვინმე არ გამომრჩეს. განსაკუთრებულად დასაფასებელია ყვარლელების მხარში დგომა – ჩვენი წამოწყების მხარდასაჭერად, მარტო ორ დღეში, ყვარელში ათასამდე ხელმოწერა შეგროვდა. ძალიან დაგვეხმარნენ ბატონები – ლევან კოკორაშვილი, ოთარ დავითაშვილი, მამა ბენიამინ ჩიხორლიშვილი. ცალკე გვინდა მადლობა გადავუხადოთ ყვარლის მერიას, რომლის ჩართულობის გარეშე, ნამდვილად გაგვიჭირდებოდა ამ საქმის აღსრულება.

– სასიხარულოა, რომ ყვარელი ასე ძლიერ გიყვართ და ხშირად იმყოფებით, მაგრამ მამულის გარეშე ცხოვრება წარმოუდგენელია, რას გეგმავთ ამ მიმართულებით?

– ყვარელი ჩვენთვის ყოველთვის იყო და იქნება აღთქმული მიწა, სადაც დაბრუნება იყო ოცნებაც და მიზანიც. ჩვენდა საამაყოდ უნდა ითქვას, რომ ამას მივაღწიეთ. რას გავაკეთებთ ამის შემდეგ, დამოკიდებულია მხოლოდ ჩვენზე, რაც, თავისთავად დიდი გამოწვევაა. კარგად გვესმის, რომ წინ კიდევ ბევრი დაბრკოლებაა, მაგრამ არაფრის გვეშინია. მამამ მხოლოდ სათაყვანებელი მოგონებები კი არა, უამრავი ერთგული და თავდადებული ადამიანი დაგვიტოვა, რომელთა მეშვეობით, შეუძლებელი შევძლეით და საბოლოო მიზანსაც მალე განვახორციელებთ – გავხსნით მუზეუმს.

მამა დღესაც გვეხმარება. სწორედ მისი დამსახურებით, ყვარელში გავიცანით საოცარი ადამიანი – ბატონი მამუკა ბერიაშვილი, რომლის მხარში დგომა და მეგობრობა ჩვენთვის ფასდაუდებელია. ბატონი მამუკას ტიტანური შრომის შედეგად, კიდევ ერთი სანუკვარი ოცნება აგვიხდა – გვაქვს ვენახი და მასთან დაკავშირებული გეგმები.

რაც მთავარია, დავბრუნდით, ყვარელში ვცხოვრობთ, შევიძინეთ უძვირფასესი მეგობრები და წასვლას აღარსად ვაპირებთ, რაც უსაზღვრო ბედნიერებას გვანიჭებს.

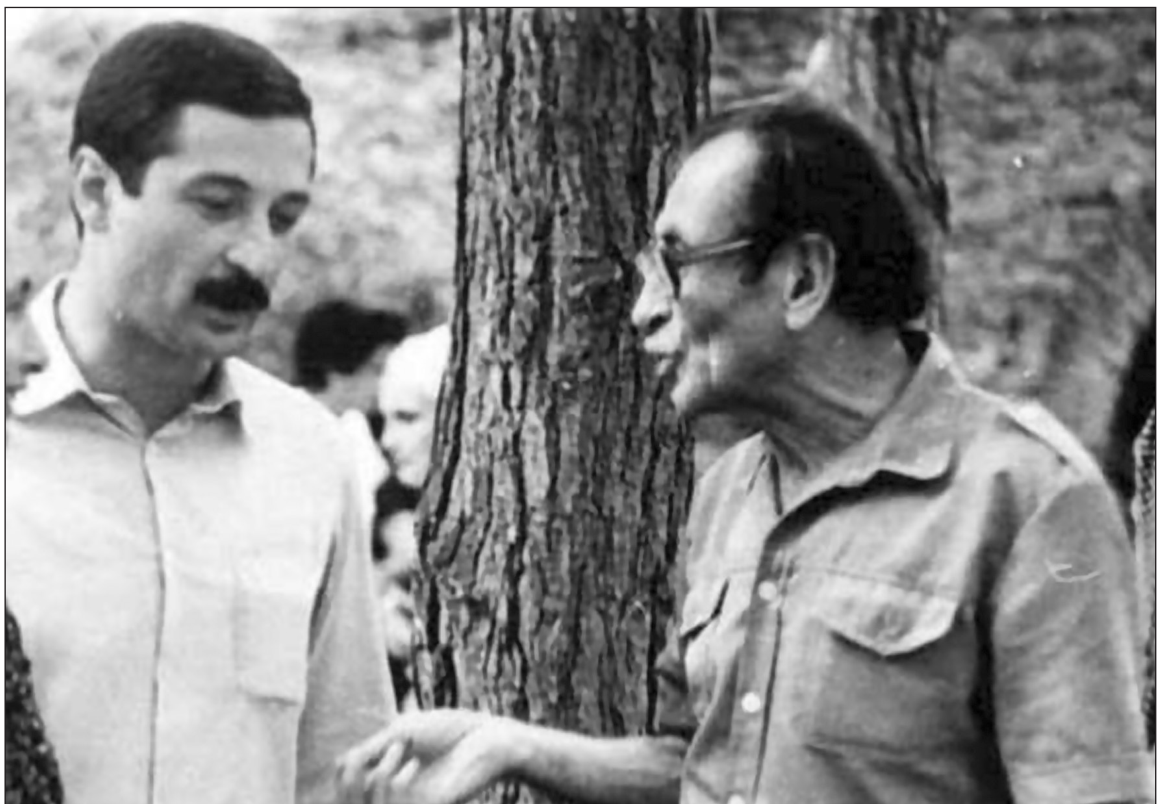
– დღეს თქვენი დიდი წინაპრის ილია ჭავჭავაძის 184 წლისთავია, სამწუხაროდ, პანდემიის გამო, იუბილის აღნიშვნა გრანდიოზული მასშტაბით აღარ ხდება. თუმცა, საღად მოაზროვნე ადამიანები პატივს მიაგებენ წმინდანს.

თქვენ რას უსურვებდით და რით გაამხნევებთ საქართველოს და ყვარლის მუნიციპალიტეტის მოსახლეობას?

– უპირველეს ყოვლისა, გილოცავთ ყველას! ეს დღე ჩვენი ოჯახისთვის, ისევე როგორც ყველა ყვარლელისთვის, განსაკუთრებული შინაარსის მატარებელია.

ძალიან სიმბოლურია 2021 წელი ჩვენთვის – ზუსტად ასი წლის თავზე, დასრულდა ჩვენი ოჯახის დევნილობა და საბოლოოდ დავბრუნდით ჩვენთვის უძვირფასეს მხარეში. სწორედ მაგ მიზნითა და იმედით, არ წავიდა ჩვენი დიდი პაპა, ზურა ჭავჭავაძე ემიგრაციაში. მას მტკიცედ სწამდა, რომ წითელი ტერორი, რეპრესია და ენითაუწერელი განსაცდელი ვერ დაამარცხებდა საკუთარი მიწაწყლისა და მშობელი ხალხის სიყვარულს, რომ დადგებოდა ჟამი და დავბრუნდებოდით. მისი თავგანწირვა ყოველთვის იყო ჩვენი პაპის, ნიკო ჭავჭავაძის, მამის, ზურაბ ჭავჭავაძის და კადნიერებაში ნუ ჩამოგვართმევთ და ჩვენი მამოძრავებელი ძალა. ეს გამარჯვება კიდევ ერთხელ გვარწმუნებს, რამხელა ძალა აქვს სიმართლეს და იმედს გვიტოვებს, რომ ერთ მშვენიერ დღეს, ჩვენი დევნილი თანამემამულენიც დაუბრუნდებიან საკუთარ კერას და ამ ისტორიულ კანონზომიერებას ტანკები, ტყვიები და „სამშვიდობო ჯარები„წინ ვერ აღუდგება.

ესაუბრა
ალექსანდრე გიგილოშვილი



კოვიდ-პაციენტებს საქართველოში მონოკლონური ანტისხეულებით უმკურნალებენ

კოვიდ-პაციენტების სამკურნალოდ საქართველო მონოკლონური ანტისხეულების გამოყენებას იწყებს. ქვეყანაში უკვე შემოტანილია მონოკლონური ანტისხეულების 5000 დოზა, რომელთაგანაც, 3000 განკუთვნილი იქნება ჰოსპიტალიზირებული პაციენტებისათვის, 2000 კი ბინაზე, ან კოვიდ-სასტუმროებში დარჩენილი ავადმყოფებისთვის.

თბილისის ინფექციური საავადმყოფოს დირექტორისა და პანდემიის კლინიკური მართვის გუნდის ხელმძღვანელის, თენგიზ ცერცვაძის თქმით, მონოკლონური ანტისხეულებით მკურნალობა საქართველოში 5-7 დღეში, ანუ დაახლოებით 10 ნოემბრიდან უნდა დაიწყოს. საერთაშორისო გამოკვლევების თანახმად, მონოკლონური ანტისხეულები მნიშვნელოვნად ამცირებს პაციენტის გამოჯანმრთელების პერიოდს, საავადმყოფოში დაყოვნების ვადას და რაც მთავარია, ამცირებს გარდაცვალების რისკს:

ოჯახის ექიმმა უნდა შეაფასოს ის რისკ-ფაქტორები, რამაც შესაძლოა პაციენტის დამძიმება გამოიწვიოს და პაციენტს მონოკლონური ანტისხეულებით მკურნალობის დანიშნულება მისცეს. მონოკლონური ანტისხეულის მისაღებად, პაციენტები რამდენიმე საათით იქნებიან გადაყვანილნი კლინიკაში, სადაც მათ ჩაუტარდებათ გადასხმა, რის შემდეგაც ისინი კვლავ სახლში დაბრუნდებიან.

„მინდა მივმართო მოსახლეობას, დღეს ჩვენ საქართველოში გვაქვს ისეთი შესაძლებლობები პაციენტების მართვის, როგორც ბინაზე, ისე განსაკუთრებით ჰოსპიტალში, რომ თუკი პაციენტები მოგვმართავენ დროულად, ინფიცირების პირველი ერთი კვირის განმავლობაში, ვიძლევით გარანტიას, რომ პაციენტების მაქსიმალური რაოდენობა იქნება გადარჩენილი რეანიმაციაში მოხვედრისგან და სიკვდილისგან“, – ამბობს თენგიზ ცერცვაძე.

საქართველომ ორი ჯგუფის მონოკლონური ანტისხეულების 5000 დოზა, აშშ-ისა და გერმანიისგან, დონაციის სახით მიიღო. პირველი ჯგუფის, ამერიკული ფარმაცევტული ფირმა Lილლყ-ს

• ჭარბწონიანობა;
• დიაბეტი;
• ჰიპერტენზია;
• გულსისხლძარღვთა დაავადებები;
• ფილტვის ქრონიკული დაავადებები (საშუალო და მძიმე ფორმის ასთმა, ინტერსტიციული დაავადებები, ფილტვის არტერიის ჰიპერტენზია);
• იმუნოდეფიციტი და სუსტი იმუნური სტატუსი;
• და სხვა ქრონიკული დაავადებები;

მონოკლონური ანტისხეულები – სახლში დარჩენილი პაციენტებისთვის

ბინაზე სამკურნალოდ დარჩენილი პაციენტებისათვის განკუთვნილ

მონოკლონური ანტისხეულები ჰოსპიტალიზირებული პაციენტებისთვის

რაც შეეხება მონოკლონური ანტისხეულების მეორე ჯგუფს, კასირივიმაბისა და იმდევიმაბის კოქტეილს, ის განკუთვნილია უკვე ჰოსპიტალიზირებული პაციენტებისათვის, რომლებსაც აქვთ ვირუსის დამძიმების საფრთხე. თენგიზ ცერცვაზის თქმით, ანტისხეულების გადასხმამ ისინი უნდა იხსნას რეანიმაციაში მოხვედრისგან, ინტუბირებისგან, სიკვდილისგან.

მონოკლონური ანტისხეულების ფასი დღეს 1200-დან 2400 დოლარამდე მერყეობს. გარდა დონაციით მიღებული მონოკლონური ანტისხეულებისა,

მედიკამენტები და ყველაზე რეალური საშუალება, რომ მაქსიმალურად შევამციროთ პაციენტების მოხვედრა რეანიმაციაში, მათი ინტუბირება და სიკვდილობა“.

როგორ აპირებს ხელისუფლება მართოს მძიმე ეპიდემიოლოგიური ვითარება?

მიუხედავად უკიდურესად მძიმე ეპიდემიოლოგიური მდგომარეობისა, როდესაც ინფიცირების ყოველდღიური მაჩვენებელი 6000-ს გადასცდა,

ნა ხელისუფლებას, წარმოგიდგენიათ ამას რა ნეგატიური რეაქცია მოჰყვებოდა? ამიტომ ჩვენი ქვეყანა ფრთხილად დგამს ამ ნაბიჯებს, მაგრამ ახლა უკვე დადგა დრო, როდესაც სხვა გზა აღარ არის“.

ჯანდაცვის უწყებაში აცხადებენ, რომ ამ ეტაპზე, არანაირი შემზღუდავი ღონისძიებების შემოღება არ იგეგმება და საზოგადოებამ ის რეკომენდაციები უნდა გაიზიაროს და შეასრულოს, რაც დღეს მოქმედებს, მაგალითად, პირბადის ტარება ღია და დახურულ სივრცეებში, სოციალური დისტანციის დაცვა

მიერ წარმოებული მონოკლონური ანტისხეულები – ბამლავივიმაბი და ეტესებიმაბი, განკუთვნილია მხოლოდ ამბულატორიული პაციენტებისათვის.

მონოკლონური ანტისხეულების მეორე ჯგუფი, შვეიცარული კომპანია ღოცჰე-სა და წამყვანი ბიოტექნოლოგიური კომპანიის ღეგენერონ-ის მიერ წარმოებული – კასირივიმაბისა და იმდევიმაბის კოქტეილია, რომელიც ჰოსპიტალიზირებული პაციენტებისთვისაა განკუთვნილი.

ორივე შემთხვევაში, არსებობს გარკვეული კრიტერიუმები, თუ ვის და როდის ენიშნება მონოკლონური ანტისხეულებით მკურნალობა.

მონოკლონური ანტისხეულით მკურნალობა ძირითადად უტარდებათ პაციენტებს, რომლებსაც აქვთ ავადობის დამძიმების რისკ-ფაქტორები:

• ასაკი – 65 წელს ზემოთ;

მონოკლონურ ანტისხეულებს – ბამლავივიმაბსა და ეტესებიმაბს, აშშ-ის საკვებისა და მედიკამენტების ადმინისტრაციამ () საგანგებო გამოყენების ავტორიზაცია მიანიჭა და ის აშშ-ის არაერთ შტატში აქტიურად გამოიყენება. ანტისხეულებით შეიძლება ვუმკურნალოთ, როგორც ზრდასრულ, ისე 12 წლიდან ზემოთ პაციენტებს, რომლებიც მინიმუმ 40 კილოს იწონიან. მონოკლონური ანტისხეული მექანიკური ბმით ანეიტრალებს ვირუსის სპაიკ ცილას და უჯრედთან ბმას:

როგორც თენგიზ ცერცვაძე უხსნის რადიო თავისუფლებას, ბინაზე დარჩენილი პაციენტებისათვის მონოკლონური ანტისხეულებით მკურნალობის გადაწყვეტილებას ოჯახის ექიმები მიიღებენ. ამისათვის, მისი თქმით, ექიმები უკვე გადიან და მომავალშიც გაივლიან შესაბამის ტრენინგებს.

თენგიზ ცერვაძის თქმით, უახლოეს ორი კვირაში საქართველოში შემოვა კიდევ 500 დოზა კასირივიმაბი და იმდევიმაბი, რომელიც საქართველომ გერმანიისგან შეიძინა:

„ჩვენ გვექნება მსოფლიოში არსებული ყველაზე ეფექტიანი ანტივირუსული მედიკამენტის 3500 დოზა. 3500 დოზა ერთი შეხედვით ბევრი არ არის, მაგრამ ამ კლასის მედიკამენტისთვის არც ცოტაა, რადგან ის განკუთვნილია არა ყველა პაციენტისთვის, არამედ მძიმე ავადმყოფებისთვის და მძიმე ავადმყოფი, ერთ-ორი თვის განმავლობაში, ამაზე მეტი არ გვეყოლება. ამის შემდეგ, რაც ეს მარაგი წავა ამოწურვისკენ, ქვეყანა უკვე იღებს ზომებს, რომ მიუხედავად მედიკამენტის საკმაოდ მაღალი ფასისა, პრეპარატი უწყვეტ რეჟიმში შევიძინოთ“.

დამტკიცების შემთვევაში, მიიღებს თუ არა საქართველო ანტივირუსულ პრეპარატებს?

გარდა მონოკლონური ანტისხეულებისა, როგორც თენგიზ ცერცვაძე ეუბნება რადიო თავისუფლებას, მას შემდეგ, რაც დასრულდება კომპანია „ფაიზერისა“ და „მერკის“ მიერ შექმნილი ანტივირუსული პრეპარატების კლინიკური კვლევები და მედიკამენტები -ის რეკომენდაციას მიიღებენ, საქართველო იქნება ერთ-ერთი პირველი ქვეყანა, რომელიც ამ პრეპარატებს მიიღებს:

„მეცნიერები და ექიმები წლის ბოლოს ველოდებით უახლეს მედიკამენტებს – „მერკის“ მიერ შექმნილ „მოლნუპირავირს“ და „ფაიზერის“ მიერ შექმნილ ტაბლეტირებულ მედიკამენს, რომლებიც პრევენციული მიზნებით იქნება გამოყენებული. როგორც კლინიკური კვლევები გვიჩვენებს, ის შეიძლება დიაგნოზის დასმისთანავე მისცე ყველა კოვიდ-ავადმყოფს და ისინი აღარ დამძიმდებიან. ველოდებით, რომ ეს მედიკამენტები -ის რეკომენდაციას დაახლოებით ნოემბერ-დეკემბერში მიიღებენ. საქართველომ წინმსწრებად გაატარა ყველა ღონისძიება. სამინისტრო მუდმივ კონტაქტშია ამ ორ კომპანიასთან და არის მყარი შეპირება, რომ საქართველო ერთ-ერთი პირველი მიიღებს ამ მედიკამენტებს. ხოლო სანამ ეს ორი ტაბლეტირებული მედიკამენტი გამოვა, მონოკლონური ანტისხეულები არის ყველაზე მაღალტექნოლოგიური

ხოლო გარდაცვალების ყოველდღიური რიცხვი 40-50-ს შორის მერყეობს, ხელისუფლება ჯერ კიდევ არ აკონკრეტებს, როგორ და რა გზებით აპირებს ურთულესი ეპიდემიოლოგიური მდგომარეობის მართვას.

ამ ფონზე იმასაც თუ გავითვალისწინებთ, რომ ქვეყანაში ვაქცინაციის პროცესი, ფაქტობრივად, ჩავარდნის პირასაა, არის მოლოდინი, რომ ზამთრის მოახლოებასთან ერთად, ეპიდემიოლოგიური ვითარება კიდევ უფრო დამძიმდება. დაავადებათა კონტროლის ეროვნული ცენტრი უკვე აღიარებს, რომ ვაქცინაციის მსურველთა რაოდენობა ამოწურულია, ის ქვეყნის მოზრდილი მოსახლეობის 33-35%-ზე შეჩერდა და ცენტრის დირექტორის, ამირან გამყრელიძის თქმით, თუკი არ იქნება შემოღებული უფრო ქმედითი ღონისძიებები, მათ შორის, შემზღუდველი ღონისძიებები, ვაქცინაციის მაჩვენებელი აღარ გაიზრდება.

ამ ეტაპზე, საქართველოს ხელისუფლება, მათ შორის კი უპირველესად საქართველოს პრემიერ-მინისტრი, ირაკლი ღარიბაშვილი, გამორიცხავს მაგალითად, გარკვეული ჯგუფებისთვის სავალდებულო ვაქცინაციის შემოღების საკითხს. რამდენიმე დღის წინ მან თავად განაცხადა, რომ ის სავალდებულო ვაქცინაციას „არ დაუშვებს“.

პანდემიის კლინიკური მართვის გუნდის ხელმძღვანელი, თენგიზ ცერცვაძე აცხადებს, რომ მიუხედავად გადაწყვეტილების სირთულისა, დადგა დრო, როდესაც ვაქცინაცია სავალდებულო უნდა გახდეს კონკრეტული ჯგუფებისათვის. ის ემხრობა ქვეყანაში ე.წ. მწვანე პასპორტების შემოღებასაც:

„ვთვლი, რომ ექიმებისთვის, პედაგოგებისთვის, ძალოვანი სტრუქტურებისთვის ვაქცინაცია სავალდებულო უნდა იყოს, ისევე როგორც სხვა არაერთ ქვეყანაში. ეს არ არის საქართველოში იოლად მისაღები გადაწყვეტილება. ევროპაშიც დიდი წინააღმდეგობა მოყვა ამას. ვნახეთ აქციები, რომლებიც ძალისმიერი მეთოდებითაც დაშალეს. ამ პოლარიზებულ და პოლიტიკურად უკიდურესად დაძაბულ სიტუაციაში, მწვანე პასპორტის გასაპროტესტებლად გამოსული ხალხის წინააღმდეგ რომ კიდევ წყლის ჭავლი და ცრემლმდენი გაზი გამოეყენებინა ხელისუფლებას, წარმოგიდგენიათ

და ხალხმრავალი შეკრებებისგან თავის არიდება.

თუმცა, როგორც ჩანს, არ არის გამორიცხული, რომ უახლოეს პერიოდში, ამოქმედდეს ე.წ. მწვანე პასპორტის მექანიზმი. 3 ნოემბერს, ჯანდაცვის სამინისტროში გამართულ ბრიფინგზე, ჯანდაცვის მინისტრის მოადგილემ, თამარ გაბუნიამ თქვა, რომ უკვე დამუშავებულია მწვანე პასპორტის კონცეფცია, რომელიც ერთი მხრივ უნდა იქცეს ვაქცინაციის წახალისების ერთ-ერთ გზად და მეორე მხრივ, სხადასხვა სივრცეში განსაზღვროს ადამიანთა უსაფრთხოება:

„ტექნიკურ დეტალებზე მიდის მუშაობა და ვფიქრობ, რომ მოკლე ხანში უკვე მზად იქნება ეს სისტემა იმისთვის, რომ ჩაეშვას. ამ შემთხვევაში, მთავარია, რომ პირი, რომელიც მიიღებს მონაწილეობას ეპიდემიურად სარისკო ღონისძიებებში, იყოს ეპიდემიურად უსაფრთხო. არსებული მოდელით კოვიდ-პასპორტი უფრო აქტიურად გამოიყენება გასართობ ღონისძიებებზე დასასწრებად, ასევე სარესტორნო ბიზნესში, სასტუმროებში. საკოორდინაციო საბჭო განიხილავს ამ საკითხს და დაზუსტდება როდიდან შემოვა ძალაში მწვანე პასპორტები“, – თქვა თამარ გაბუნიამ.

საინტერესოა ისიც, რომ 3 ნოემბერს გამართულ ბრიფინგზე, ჯანდაცვის მინისტრის მოადგილემ, თამარ გაბუნიამ, ჩავარდნილი ვაქცინაციის პასუხისმგებლობის ტვირთი ირიბად, მაგრამ მაინც, აცრილ მოსახლეობას აჰკიდა:

„დღეს მილიონამდე ადამიანია ვაქცინირებული. თითოეულმა ვაქცინირებულმა ადამიანმა რომ იმუშაოს კიდევ ერთ ადამიანთან და ის დაარწმუნოს ვაქცინაციის აუცილებლობაში, ამითი ჩვენი ეპიდემიოლოგიური სურათი მნიშვნელოვნად გაუმჯობესდება. საზოგადოებრივი პასუხისმგებლობის გაზიარების გარეშე, ეპიდემიები არ დამთავრებულა არცერთ ქვეყანაში“.

ბოლო 24 საათში, საქართველოში კორონავირუსით ინფიცირებულთა ახალი პიკი, 6024 შემთხვევა დაფიქსირდა. ეს 17 აგვისტოს შემდეგ ყველაზე მაღალი დღიური მაჩვენებელია. გარდაიცვალა 49 პაციენტი. ვირუსის დადებითობის დღიურმა მაჩვენებელმა კი 10.33% შეადგინა.

* * *

ასე ამბობენ, საქართველო ღვინის დედაა,
აქ დაიწურა სულ პირველად ყურძნის მტევანი,
აქ ჩაეყარა საფუძველი სიტყვა — თამადას
და ძარღვიანი სადღეგრძელოც აქ დაიბადა.

ნეტავ ვინ იყო ის სულმნათი, ვინაც პირველად
ხელი შეახო ვაზის ნაყოფს ქარვისფერ მარცვლებს,
დაკრიფა იგი და ჩაყარა თიხის ჭურჭელში,
ასე დაიწყო ღვინის დუღილი საქართველოში.

ქართული სუფრა არის მშვენება, ჩვენი ღირსება,
ქართულ სუფრაზე ოდითგანვე სიტყვა ითქმოდა,
ნუ გადააქცევთ ქართულ სუფრას მხოლოდ ღრეობად,
პატივს მივაგებთ წინაპრების სულის მხნეობას.

აზარფეშები აივსება კახური ღვინით
მრავალჟამიერს შემოსძახებს დედას ლევანა,
სუნთქვა შეგეკვრის და ძარღვებში სისხლი ჩერდება
სუფრას წაიყვანს კარგი თამადა, არ მოგწყინდება.

როცა ამბობენ შილდაში მღერის დედას ლევანა
და ართანაში დარდიმანდი ყარალაშვილი,
არ დაგავიწყდეთ ჯიღაურის ბერი კაცი ვარ
ან გონაშვილის „დაიგვიანეს ჯერ არსად ჩანან“.

ღვინო გიყვარდეს, მაგრამ იცოდე ნუ გალოთდები,
ქართული სუფრა ღვინის გარეშე არ არსებულა
თვით ხაიამი დიდი პოეტი მუდამ ამბობდა
ღვინო დალიე, მაგრამ იცოდე ზომიერება.

ირაკლი მათიკაშვილი

„მე სხვა ქალაქში ავად რომ გავხდე, ყვარელი არის ჩემი წამალი“

პირველად მას წლების წინ შევხვდი, ილიას მუზეუმის ძველი თეატრის შენობაში. ის იყო რაღაც სპექტაკლი დამთავრდა და გასასვლელში ახალგაზრდა, ბრჭყვიალა, შავთვალება გოგომ შემომანათა, ალექსიშვილების რძალიაო, მითხრეს. მას შემდეგ წლები გავიდა. შემდგომში, იყო შეხვედრები, დაახლოვდნენ ჩვენი შვილებიც. ეს ქალბატონი ზეინაბ ჭიჭიკოშვილია, – ყვარლის I,II და III საშუალო სკოლების ყოფილი ქართული ენისა და ლიტერატურის მასწავლებელი. მასწავლებელი განათლებული, თავმდაბალი, ამავე დროს პირდაპირი და ერთგული თავისი კოლეგების, მოსწავლეების და მეგობრების მიმართ. დღეს ქალბატონი ზეინაბ მასწავლებელი პენსიაზეა, მაგრამ ერთი წუთით არ ჩერდება, ხშირი ურთიერთობები აქვს თავის კოლეგებთან, საზოგადოებასთან და რაც მთავარია რაიონულ გაზეთ „ყვარელთან“, – არის გაზეთის შტატგარეშე კორესპონდენტი და მისი არაერთი მასალა, გამოქვეყნებული ჩვენი გაზეთის გვერდზე, მკითხველისთვის ყოველთვის საინტერესოა. წლები რაიონის განათლების განყოფილების სასკოლო ინსპექტორის თანამდებობაზე მუშაობდა, შემდგომ კი ყვარლის მესამე საშუალო სკოლის დირექტორად. ის განათლების სამინისტროს მიერ გატარებული არაერთი სასკოლო რეფორმის მომსწრეა და კარგად აქვს გათვითცნობიერებული ამ სისტემაში მუშაობის გამოცდილება.

ილიაობის დღესთან დაკავშირებით იგი გაზეთის რესპოდენტად ავირჩიეთ და თავად გვესაუბრება თავისი წარსული საქმიანობის და სხვა საინტერესო საკითხების შესახებ.

– ქალბატონო ზეინაბ, პირველ რიგში გილოცავთ ილიაობის დღესასწაულს, გისურვებთ ჯანმრთელობას, მხნეობას და წარმატებებს თქვენს საქმიანობაში. ტრადიციულ კითხვას დაგისვამთ, – ბევრისთვის უცნობია თქვენი ოჯახის შექმნის ისტორია, – როგორ გახდით ყვარლელების რძალი?

– როგორც იტყვიან, – „ბედი ისეთი რამეა, ვერ გაექცევა ვერავინ“. ასე მოხდა ჩემს შემთხვევაშიც. დასთან, რომელიც ცხოვრობდა და მუშაობდა ყვარელში, სტუმრად ჩამოსული სამუდამოდ დავრჩი ილიას ნააკვნარში. გავხდი ალექსიშვილების რძალი და ღირსეული მამაკაცის მეუღლე, რომელიც იყო განათლებული, მშრომელი და პატიოსანი. ასე, რომ გამიმართლდა.

– რას ნიშნავს თქვენთვის „ილიაობა“?

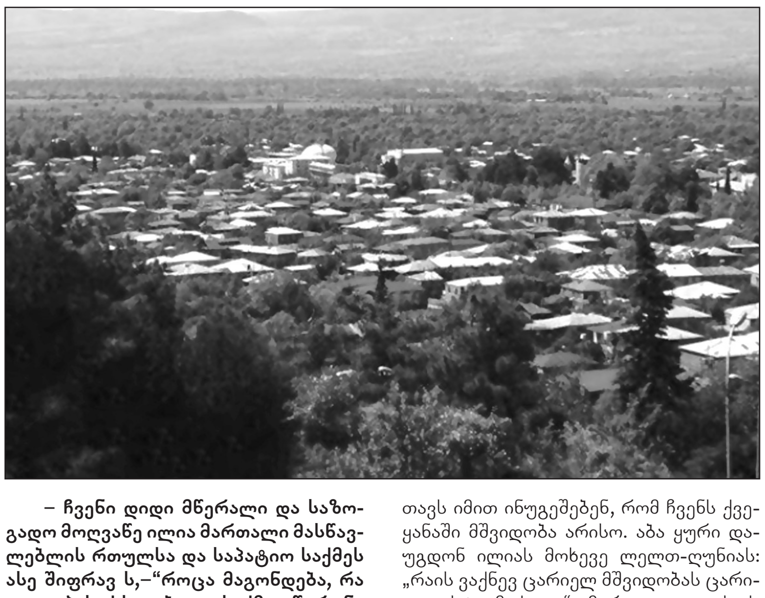
– ილიაობა ჩემთვის არის ერის გამოფხიზლება, სულიერი ამაღლება, ილიას იდეების შეხსენება და მოწოდება, რომ საქართველომ იაროს ილიას გზით. მხოლოდ ამაშია გზა ხსნისა.

ახლა კი მინდა ვისარგებლო შემთხვევით და ეს ბრწყინვალე დღესასწაული მივულოცო ყველა ყვარლელს, თქვენი გაზეთის თითოეულ თანამშრომელსა და მთელ საქართველოს, განსაკუთრებით კი ყვარლის ახალ მერს – გივი ზაუტაშვილს. მე დიდი ხანია რაც ჩამოვშორდი აქტიურ ცხოვრებას, მაგრამ ჩემი ქვეყნის, განსაკუთრებით ყვარლის თვალყურმადევარი მაინც ვარ, იქნებ იმიტომ, რომ მინდა მომავალ თაობებმა იცხოვრონ მშვიდობიანსა და ეკონომიურად ძლიერ საქართველოში. ამისთვის კი აუცილებელია მოისპოს პარტიებს შორის სიძულვილის ენით საუბარი, ქიშპობა და მტრობა. თქვენ კი, როგორც ყვარლის მერმა, ბატონო გივი, ადამიანებთან ურთიერთობის დროს გაითვალისწინოთ არა მათი პარტიულობა, არამედ პროფესიონალიზმი. არასოდეს დაივიწყოთ, რომ ხალხია მეფის თვზე გვირგვინის მდგმელი, მუდამ გახსოვდეთ ილიას სიტყვები: „კრიტიკა არის განხილვაც, განჩხრეკვაც, გარკვევაც, გარჩევაც და დაფასებაც ერთად“.

უფალმა მოგიმართოთ ხელი სამართლიანსა და კეთილშობილურ საქმეში. გახსოვდეთ, ყვარლის მერობა საპატიო და ამავე დროს საპასუხისმგებლოც არის.

– წლების წინ თქვენ გახდით ყვარლის საპატიო მოქალაქე. რა მოგიტანათ ამ ჯილდომ?

– მე იმ იღბლიან ადამიანთა რიცხვს ვეკუთვნი, ვისი შრომაც ყველა ხელისუფლების მიერ იყო დაფასებული. ამდენად, ჯილდოებიც მრავლად გამაჩნია, მაგრამ ჩემთვის გამორჩეულია ყვარლის საპატიო მოქალაქის წოდების მონიჭება. ნეტავ შემეძლოს ჩემი მშობლიური ქალაქისათვის რაიმე სასიკეთო საქმის გაკეთება, მაგრამ, ვაი, რომ ფიზიკური მდგომარეობის გამო, ეს უკვე აღარ შემიძლია. სამაგიეროდ უხვად გავცემ სიყვარულს ყველა იმ ყვარლელის მიმართ, ვინც სიტყვით და საქმით ერთგულად ემსახურება ილიას ნააკვნარს. ამასთან ერთად, მინდა მადლიერება გამოვხატო თქვენს მიმართ ჩემი გახსენებისა და დაფასებისათვის.



– ჩვენი დიდი მწერალი და საზოგადო მოღვაწე ილია მართალი მასწავლებლის რთულსა და საპატიო საქმეს ასე შიფრავ ს,–“როცა მაგონდება, რა დიდი პასუხსაგებელი საქმეა წვრთნა ყრმისა – გინდ დამიჯერე, გინდ – არა, კანკალი ამიტანს ხოლმე შიშისაგან“.

– ვფიქრობ, დღეს მათი რთული შრომა დაფასებულია ჩვენი ხელისუფლების მხრიდან მათი ხელფასების გაზრდით და კვალიფიციური პედაგოგების სიმრავლისათვის ტრენინგების ჩატარებით.

– როგორია თქვენი აზრი აღნიშნულის შესახებ?

– სიმართლე გითხრათ, თუ გავითვალისწინებთ დღეისათვის სასიცოცხლოდ აუცილებელი მედიკამენტებისა და პროდუქტების ფასების საოცარ ზრდას, მაშინ მასწავლებელთა ხელფასების გაზრდა დიდად შესამჩნევად აღარ მოგეჩვენებათ. აღნიშნულ რეფორმას კი დადებითთან ერთად უარყოფითიც გააჩნია. ილია ბრძანებდა: „სკოლაში სწავლება და აღზრდა ხელიხელჩაკიდებული უნდა ვიდოდნენ“. სამწუხაროდ, დღეს კრედიტ ქულების შეგროვებით დაინტერესებულ პედაგოგებს უნებურად მოსწავლეთა აღზრდა უკანა პლანზე აქვთ გადატანილი. არა და, ვფიქრობ, სკოლამ პირველ რიგში აღნიშნულზე უნდა იზრუნოს, ვინაიდან მომრავლდა ქუჩური გარჩევები, კრიმინალური შემთხვევები. სასურველი იქნება ტრენინგებზე დიდი ყურადღება დაეთმოს სწავლებისა და აღზრდის ერთ მთლიან კომპლექსში წამოდგენას, ვინაიდან, ილიას თქმისა არ იყოს: „კაი კაცობის შემწეობა მხოლოდ ზნე-ხასიათისაგან ეძლევა ადამიანს“.

მე ძველი თაობის წარმომადგენელი ვარ, ამიტომ ჩემთვის მასწავლებელთა შეფასების უტყუარ საშუალებად მაინც გაკვეთილებზე დასწრება მიმაჩნია, ალბათ იმიტომ, რომ მე ყოველთვის ცოდნასთან ერთად დიდ ყურადღებას ვაქცევდი მასწავლებლის ტაქტს, დიქციას, მანერებს, კომუნიკაციის უნარს, მოსწავლეებში დამოუკიდებელი აზროვნების განვითარებას, ჩართულობას და სხვა.

– სულ ცოტა ხანია, რაც დამთავრდა ჩვენი ქვეყნის თვითმმართველობის ადგილობრივი არჩევნები. თითქოს ვიწყებთ ახალ ცხოვრებას. ხალხი უკეთესის მოლოდინშია, ალბათ ისევ უნდა დავჯერდეთ ილიას ნათქვამს: „აწმყო თუ არა გვწყალობს, მომავალი ჩვენია“. თქვენ როგორ გესახებათ ჩვენი ქვეყნის მომავალი?

– არ ვიცი, რა გითხრათ, საკმაოდ გულგატეხილი ვარ, ზოგჯერ სასოწარკვეთილიც. უკეთესობის ნაცვლად უარესობისკენ მივექანებით. ხელისუფალნი თავს იმით ინუგეშებენ, რომ ჩვენს ქვეყანაში მშვიდობა არისო. აბა ყური დაუგდონ ილიას მოხევე ლელთ-ღუნიას: „რაის ვაქნევ ცარიელ მშვიდობას ცარიელი სტვამაქითო“. მართლაც გაუსაძლის მდგომარეობაშია ხალხი. მიმაჩნია, რომ ადამიანები მართლები უნდა იყვნენ პირველ რიგში საკუთარ სინდისთან და არ უნდა დაივიწყონ დავით გურამიშვილის სიტყვები: „სულს წინ მიუძღვის ხორცთ ნაქნარი“.

მე პირადად ჩემი ქვეყნის ნათელ მომავალს კოალიციურ მმართველობაში ვხედავ, მთავარია არა მუდმივად წარსულ შეცდომებზე საუბარი, არამედ ფიქრი იმაზე, თუ როგორ უნდა შევძლოთ დღევანდელი გაუსაძლისი მდგომარეობიდან გამოსვლა. ათწლიანი გეგმები მომავლის საქმეა. ქართველ კაცს უთქვამს: „დღევანდელი კვერცხი მირჩევნია, ხვალინდელ ქათამსო“. მოუთმენლად ველით სიტყვას საქმიანს და საქმეს სიტყვიანს, რაც იქნება გარანტი ჩვენი ცხოვრების უკეთესი მომავლისა.

– ველისციხეში გაზრდილმა ქალმა ილიას სამშობლოში დაიდეთ ბინა,შექმენით ღირსეული ოჯახი, გყავთ სამი შვილი. რას გვეტყვით მათ შესახებ?

– დიახ, მეუღლესთან ერთად დიდი რუდუნებით გავზარდე სამი შვილი. ლელა ფილოლოგია, ეკა – ექიმი, ლევანი – პოლიტოლოგი. სამწუხაროდ, არც ერთი არ მუშაობს სპეციალობით, რაც ძალიან მაწუხებს, მაგრამ რას ვიზამ? დღეს მთავარი ოჯახისა და თავის გადარჩენაა. საბედნიეროდ, ამას ახერხებენ, მოსიყვარულე და პატივისმცემელი შვილები და შვილიშვილები მყავანან. მე კი მაინც ვწუხვარ იმის გამო, რომ ჩემი მცირე შეურაცხმყოფელი პენსიის შედეგად მათი შესანახი ვხდები.

– „ილიაობის“ დღეს ზეიმობს მთელი ყვარელი. როგორც ქართული ენისა და ლიტერატურის მასწავლებელმა გვითხარით ცოტა რამ ამ დიდებული მწერლის ნააზრევ-ნაფიქრალის შესახებ.

– ილია ჭავჭავაძე ჩვენი ცხოვრების თითქმის ყველა დარგს შეეხო როგორც მწერალი და როგორც საზოგადო მოღვაწე. გამოთქმული აქვს სერიოზული, ღრმა, კომპეტენტური მოსაზრებები. ამიტომ ამ ბრძენკაცის ცხოვრება-მოღვაწეობის ამსახველი მასალები უნდა იქცეს ყველას სამაგიდო წიგნად. ილიას სიბრძნიდან შეგახსენებთ რამდენიმეს, რომლის გათვალისწინება დღეს ჩვენი ქვეყნისათვის სასიცოცხლოდ მნიშვნელოვანია: „საცა ხალხის სიყვარული არ არის, ის სახელმწიფო ფუღუროა, ფუყეა. ერთი ლაზათიანის ქარის შემობერვა და იმისი გადამსხვრევა ერთია“.

სრულად გთავაზობთ ილიას წინა საარჩევნო მიმართვას, წარმოთქმულს 1897 წელს: „იცოდეთ, დიდი ცოდო-მადლი თანა სდევს არჩევნებს და ვიდრე ხელი კენჭის ჩასაგდებად დაიძროდეს, თქვენს ჭკუას რამდენჯერმე დაეკითხეთ, ვინ არის ღირსეული და ვინ – არა. განურჩევლად დიდისა და პატარისა, ვისაც ხელი მიგვიწვდება, ყველანი უნდა მიხვიდეთ არჩევნებზე და თქვენი მოქალაქური, კაცადკაცური მოვალეობა გადაუხადოთ თქვენს მშობელ ქალაქს. გულს ნუ გაიმრუდებთ, სულს ნუ წაიწყმედავთ. იცოდეთ, ეს დიდი საქმე თქვენს ნამუსს, თქვენს სინდისს, თქვენს პატიოსნებას აბარია. ახსენეთ ღმერთი და ღვთისა და მართლის სახელით შეუდექით არჩევნების დიდ საქმეს და მარჯვენას თქვენსას ის არ აქნევინოთ, რასაც გული და სინდისი არ გეუბნებათ“.

მიმაჩნია, რომ ნათქვამს კომენტარი არ სჭირდება. „კარგ მთქმელს კარგი გამგონე უნდა“. რაც შეეხება ჩვენს მომავალ თაობას, კარგი იქნება, თუ ცხოვრების საგზლად გაიყოლიებენ ილიას სიბრძნეს.

– ია ვარდებით რომ არ არის ეს ცხოვრება მოფენილი, ყველამ კარგად ვიცით. არის სიხარულიც და არის მწუხარებაც. ყველაზე მძიმე და არასასიამოვნო დღეს თქვენს ცხოვრებაში?

– ჩემს ცხოვრებაში სიხარულზე მეტი ტკივილი იყო. ჩემს გულს პირველი ბზარი მაშინ გაუჩნდა, როცა 36 წლის წინ მოულოდნელად გარდაიცვალა ჩემი უკეთილშობილესი ერთადერთი და. იგი 46 წლის იყო. შემდეგ მას მიჰყვნენ: 60 წლის ჩემი ძმა, 65 წლის უსინათლო მეუღლე, 54 წლის მაზლი, აღარაფერს ვამბობ მშობლებსა და სხვა საყვარელ ადამიანებზე. ასევე გამიჩინეს სულში სევდა ამქვეყნიდან ნაადრევად წასულმა ჩემმა მოსწავლეებმა და მეგობრებმა. რამ გადამატანინა? მოვალეობის გრძნობამ შვილებისა და სამსახურის მიმართ. ტკივილს სკოლის კარებთან ვტოვებდი და გაღიმებული შევდიოდი მოსწავლეებთან. ძალას მმატებდა ბრძნული ნათქვამი: „ცხოვრება ბრძოლაა, ბრძოლა კიდევ – სიცოცხლე“. მინდა, გაჭირვებაში მყოფ ყველა ადამიანს შევახსენო ჭილაძის დიდებული სიტყვები: „ვიდრე ხარ, ვიდრე გათოვს და გაწვიმს, არ წარიკვეთო არასდროს სასო“.

მაგრამ ადამიანს ზოგჯერ ავიწყდება ეს შეგონებები და პესიმიზმში ვარდება. ასე დამემართა ამ ცოტა ხნის წინ, როცა გავიგე ჩემი სულიერი მეგობრის, თამარ ღვინიაშვილისა და ყვარლის პირველი საჯარო სკოლის ყოფილი მოსწავლის ბადრი სეფაშვილის გარდაცვალების ამბავი. ბადრი ჩემი მეგობრის შვილი და ჩვენი ოჯახის ნათლული იყო. იგი დააკლდა არა მარტო ოჯახს, მშობლიურ ქალაქს, არამედ – სრულიად საქართველოს. ბადრის, როგორც ექიმს, მუშაობა მოუხდა მსოფლიოს სხვადასხვა ქვეყანაში, სადაც ყველას პატივისცემა და სიყვარული დაიმსახურა. იშვიათია, რომ ნიჭიერება და სულიერება ისე იყოს შერწყმული ადამიანში, როგორც მის პიროვნებაში იყო.

ჩემთვის ამ საუკეთესო ადამიანების ნაადრვად გარდაცვალებამ ტკივილები გამიახლა და უნებურად მათქმევინა: „მაპატიეთ, თუ ვერ შევძელ, თქვენთვის სულის მოცემა“.

– რა არის თქვენთვის ყვარელი და რას ეტყოდით ილიას ფუძეზე გაზრდილ მოსახლეობას?

– ყვარელი საქართველოს ის ულამაზესი კუთხეა, სადაც ზეცასაც კი განსაკუთრებული ფერი აქვს, სადაც ეკლესიის ზარები ლოცვის ხმას გამოსცემენ.

ყვარლელობა ეს დიდი პატივი და დიდი მოვალეობაც არის. თითოეული მოქალაქე უნდა იბრძოდეს და შრომობდეს იმისათვის, რომ არ ჩაულპეს მარცვალი ხნულში და არ ჩაუჟანგდეს ნაღველი სულში. ამისთვის კი ილიას თქმისა არ იყოს, „მოძრაობა და მხოლოდ მოძრაობა არის ქვეყნის ღონისა და სიცოცხლის მომცემი“. და კიდევ, ვისურვებდი, ყვარელი, ჩვენი საქართველო და მთელი მსოფლიო მალე გათავისუფლდეს უხილავი მტრის – კორონასაგან. ისევ ვხედავდეთ ღიმილიან სახეებს, ისევ გვესმოდეს ხალისიანი სიცილ-კისკისი, ისევ ეხუტებოდნენ მონატრებული ადამიანები ერთმანეთს, სამშობლოს დაუბრუნდნენ ემიგრანტები და აქ, მამაპაპეულ მიწაზე, შეძლონ ღირსეულად ცხოვრება.

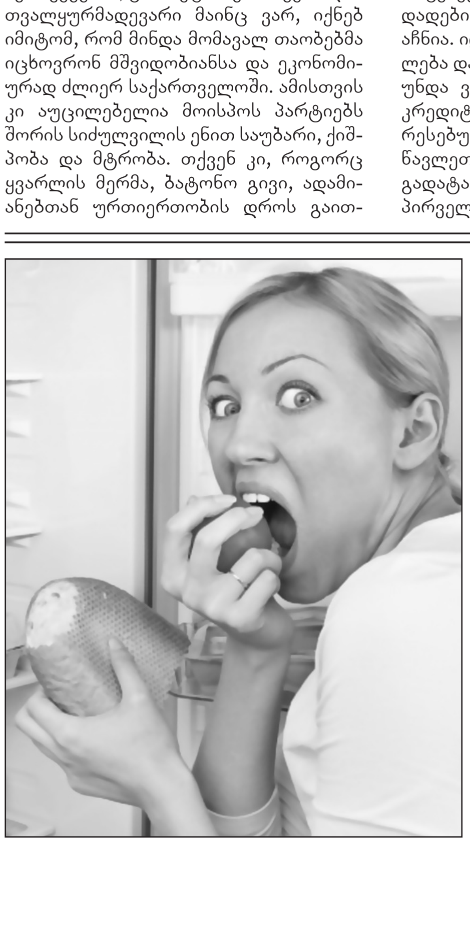
მიუხედავად ჩემი პესიმისტური განწყობისა, მჯერა, ილიას ნატერფალზე ამოვა ლამაზი ენძელა, რომელიც ლურჯთვალა იას ამაყად გადასძახებს: „ქართველად რჩება ქართველი“.

რაც შემეხება მე, იმდენად მიყვარს ილიას ნააკვნარი, რომ „მე სხვა ქალაქში ავად რომ გავხდე, ყვარელი არის ჩემი წამალი“,

გმადლობთ.

ესაუბრა
დალი ტატულიშვილი

გვიანი ვახშმის 6 „ოქროს წესი“



წესი 1-ელი: სწორად შეარჩიეთ პროდუქტები

ბევრს ჰგონია, რომ ვახშამი აუცილებლად უნდა იყოს მშრალი და ცივად საჭმელი. სინამდვილეში ტემპერატურასა და კონსისტენციას მნიშვნელობა არ აქვს. მშვიდად შეგიძლიათ მიირთვათ ქათმის მოხარშული ხორცი, ჩაშუშული ბოსტნეული, მოხარშული თევზი ან მსუბუქი წვნიანი. ასეთ მენიუს ნაწლავებიც უფრო უკეთ გადაამუშავებენ, ვიდრე მშრალ ლორიან, ყველიან და კარაქიან ბუტერბროდს. ბევრი ცდილობს, მძიმე სამუშაო დღის შემდეგ თავი რამე გემრიელით დაისაჩუქროს – ლუდით, ნაყინით, ნამცხვრით... ესენი ვახშმად ნამდვილად დამღუპველია.

წესი მე-2: ნუ მიეძალებით ხილს

ბევრს რატომღაც მიაჩნია, რომ საღამოს შეგიძლია მიირთვა იმდენი ხილი, რამდენიც გინდა – არ გაგასუქებს. სულაც არ არის ასე! ხილსაც შეუძლია, წონა შეგმატოთ, რადგან მდიდარია ნახშირწყლებით. უმჯობესია, ხილი მიირთვათ დღის განმავლობაში – დილით და შუადღისას, სადილის შემდეგ. ყველაზე საშიშია ბანანი, მანგო, ყურძენი და ზოგიერთი ჯიშის ვაშლი. გარდა ამისა, ღამით ხილი იწვევს აირების დაგროვებას ნაწლავებში, რაც დაძინებას უშლის ხელს.

წესი მე-3: მიირთვით მაკარონი

დიახ, დიახ, მაკარონი! იგი, გავრცელებული შეხედულების საწინააღმდეგოდ, წელის ზომას ნამდვილად არაფერს ავნებს. მთავარია, სწორად შეურჩიოთ სოუსი. მაიონეზი, არაჟანი და ნაღები არ შეიძლება, აი, ჩვეულებრივი ტომატის წვენით კი შეგიძლიათ მშვიდად მიირთვათ.

წესი მე-4: აიყვანეთ თავი ხელში

თუ შინ ვახშმობას გეგმავთ, ეს მთელი დღის განმავლობაში გახსოვდეთ, რომ მუცელში ვახშმისთვის ადგილი დაიტოვოთ. მთავარია, დღის განმავლობაში ნებადართული კალორიების რაოდენობას არ გადააჭარბოთ. შეგიძლიათ, ვახშმად მიირთვათ ნებადართულ კალორიათა ნახევარი, მეორე ნახევარი თანაბრად გაანაწილოთ საუზმესა და სადილზე.

წესი მე-5: ივახშმეთ დაწოლამდე 3 საათით ადრე

თუ დაძინებამდე 3 საათით ადრე ივახშმებთ, ჭარბი კალორიები დაწვას მოასწრებს და ძილიც მშვიდი და ჯანსაღი გექნებათ, მას არც მუცლის ყურყური დაგირღვევთ, არც მისი შებერვა და სხვა უსიამოვნო სიმპტომები.

წესი მე-6: ვახშმად ყოველგვარი სალათა როდი გამოდგება

მიჩნეულია, რომ სალათები წონას არ გვმატებს. არც ეს არის სიმართლე. სალათა სხვადასხვანაირია. თუ იგი შეიცავს მაიონეზს, არაჟანს, ძეხვს, მწვანე ბარდას და ხორცს – დიდი ზომის ტანსაცმლის შესაძენად მოემზადეთ. ვახშმად განკუთვნილ სალათაში უნდა დომინირებდეს ყველი, პომიდორი, სხვა ბოსტნეული, კვერცხი, მწვანილი. შეაზავეთ მცენარეული ზეთით ან ლიმონის წვენით. გაითვალისწინეთ ეს რჩევები და ნოყიერი ვახშამი ჯანმრთელობას ვერაფერს დააკლებს, წონას კი არაფერს შემატებს.

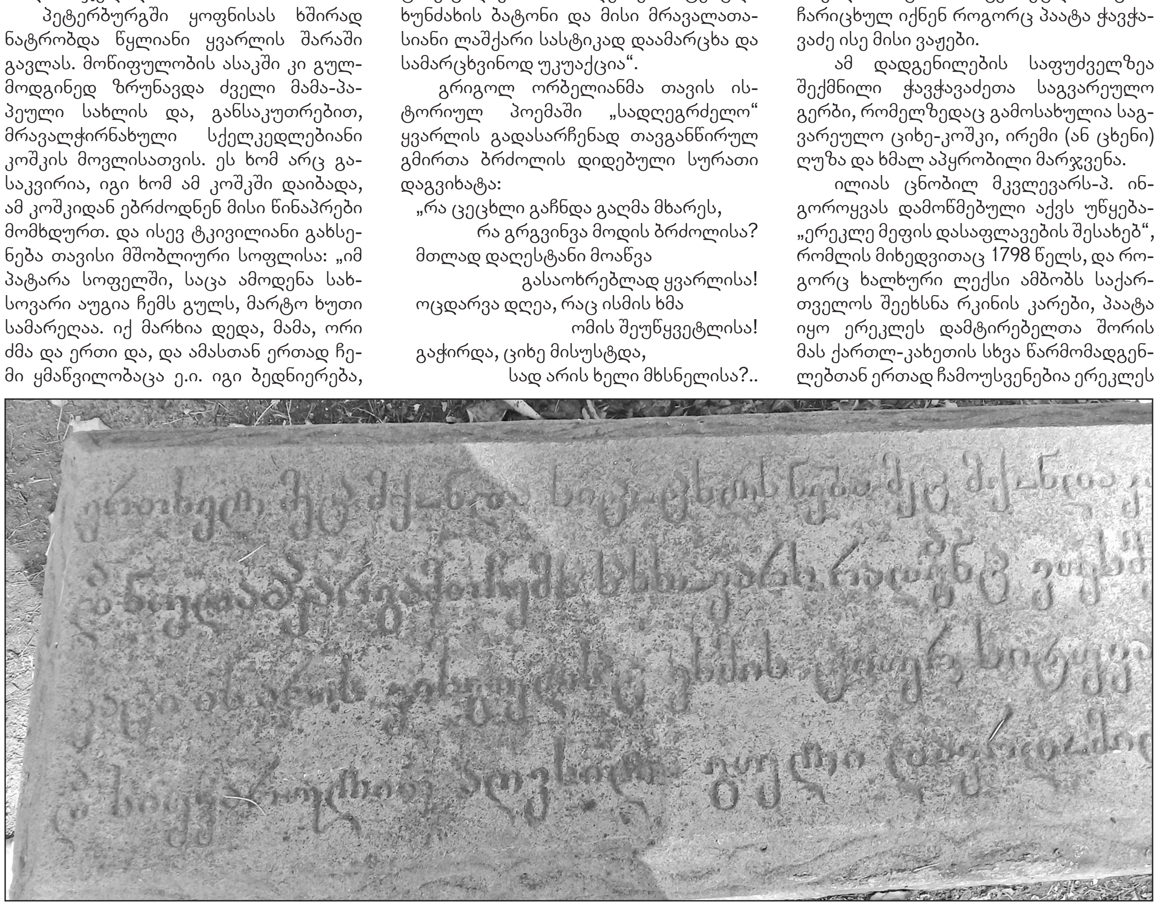
საფლავის ქვებს შორის, ჭავჭავაძეთა გვარის სამი საფლავის ქვა მოვიძიეთ და ისინი მუზეუმის ეზოში განვალაგეთ

მოკრძალებული სიჩუმე სუფევს მუზეუმის ეზო-კარში, უჩვეულო სიფაქიზის იერი დაჰკრავს აქაურობას დიდი ილიას უხილავი აჩრდილი თავს დასტრიალებს მშობლიურ ადგილსამყოფელს, მის პატარა სახლსა და მწვანე ეზოს.

„მეძნელება დატოვება ჩვენი ყვარლისა, ნამეტნავად ამ ჩვენი სახლისა, სადაც ყოველი ნაწილი ალაგისა მაგონებს ხოლმე ჩემს დაუდევნელ ყმაწვილობის დროს, სადაც ყოველი ხე არის ძვირფასი ჩემთვის სასიამოვნო მოგონებითა“.-ასე წერდა ილია პეტერბურგში სასწავლებლად გამგზავრების წინ. ეს უჩვეულო სითბო და სიყვარული მშობლიური ყვარლისადმი სიცოცხლის ბოლომდე გაჰყვა მას.

„რარიგ მიყვარდით, მეგობარნო ჩემ ყმაწვილ ყრმობის, და აწ მაშორებს თქვენთან ვალი ამ წუთი-სოფლის, მომავლის ბედი გაყრას ითხოვს ჩემგან მსხვერპლად და რას მომთხოვდა უარესსა დასასჯელადა?!“

პეტერბურგში ყოფნისას ხშირად ნატრობდა წყლიანი ყვარლის შარაში გავლას. მოწიფულობის ასაკში კი გულმოდგინედ ზრუნავდა ძველი მამა-პაპეული სახლის და, განსაკუთრებით, მრავალჭირნახული სქელკედლებიანი კოშკის მოვლისათვის. ეს ხომ არც გასაკვირია, იგი ხომ ამ კოშკში დაიბადა, ამ კოშკიდან ებრძოდნენ მისი წინაპრები მომხდურთ. და ისევ ტკივილიანი გახსენება თავისი მშობლიური სოფლისა: „იმ პატარა სოფელში, საცა ამოდენა სახსოვარი აუგია ჩემს გულს, მარტო ხუთი სამარეღაა. იქ მარხია დედა, მამა, ორი ძმა და ერთი და, და ამასთან ერთად ჩემი ყმაწვილობაცა ე.ი. იგი ბედნიერება,



რომელიც წავიდა და თავის დღეში აღარ მომიბრუნდება“.

ჭავჭავაძის გვარი თავისი წარმოშობით ისტორიაში საკმაოდ ცნობილ გვარს ეკუთვნოდა. XVIII ს-ის სახელოვანი ქართველი გეოგრაფი და ისტორიკოსი ვახუშტი ბაგრატიონის შრომაში „აღწერა სამეფოსა საქართველოსი“ სხვა დიდგვაროვან უწარჩინებულესთა შორის მოხსენიებულნი არიან ჭავჭავაძეებიც.

როგორც ისტორიული დოკუმენტებიდან მტკიცდება, თავდაპირველად ჭავჭავაძეები კახეთის მკვიდრნი არ ყოფილან. ილია ჭავჭავაძის ერთ-ერთი პირველი ბიოგრაფი გრიგოლ ყიფშიძე წერს: „გადმოცემა ამბობს, რომ ჭავჭავაძენი ხევსურეთის მკვიდრნი იყვნენ, იქიდან არიან გადმოსულნი და ამ გვარის კაცნი დღესაც არა ერთი და ორი კომლია ხევსურეთში“.

ცნობილ ისტორიულ დოკუმენტში „აღწერა საქართველოში მცხოვრებ თავადთა და აზნაურთა გვარებისა, რომელიც თანდართული ჰქონდა რუსეთ-საქართველოს შორის 1783 წლის დადებულ ტრაქტატს გარკვევით სწერია, რომ ჭავჭავაძეთა გვარი ფშავიდან ყოფილა კახეთს გადმოსული: „თავადი ჭავჭავაძეარიან ორ გვარად: პირველი, რომელნიცა სახლობენ გაღმა მხარს, ყვარელსა შინა, იგინი არიან ძველათგანვე, დროსა მეფისა ლეონისასა, წელსა ქრისტეს აქეთ 1529. ესენი იყვნენ ადგილით და მუნ მოსახლენი თავადადვე და მერე გადმოსახლდნენ ყვარელსა შინა“.

დიდი ილიას წინაპრებს-ყვარლელ ჭავჭავაძეებს კახეთის სამეფო კარზე საკმაოდ მაღალი მდგომარეობები დაუმკვიდრებიათ. მისი პირდაპირი წინაპრები ოტია, პაპუნა, მამუკა, ფარემუზ, ბესპააზ და პაატა ჭავჭავაძეები XV-XVIIIს-ს კახეთში ისტორიული პიროვნებანი ყოფილან.

კახეთის მეფე კონსტანტინე I მიერ ჭავჭავაძეთა სახლობისათვის 1726 წელს მიცემულ სიგელში ვკითხულობთ: „ერთგულებასა სამსახურსა შინა აღსრულებულ იყვნეს, რამეთუ მრავალნი შრომანი და ჭირნი თავს ესხნეს და მრავალჯერ ექსორიაქმნილ იყვნენ უცხოთა ადგილთა და ქვეყანათა კურთხეულთა მამათა და პაპათა ჩვენთაი... ხოლო რომელნი აწ დაშთომილ იყვენით-შვილნი მათნი უფროსნი მსახურებანი აღასრულენით, რამეთუ არა ჰრიდეთ ხორცთა თქვენთა სიკვდილად“.

ილიას პაპის მამა ბესპააზ ჭავჭავაძე ერთ-ერთი თვალსაჩინო მებრძოლი იყო 1755 წელს ხუნძახის ბატონის ნურსალ-ბეგისა და მისი 20000-იანი ლაშქრის წინააღმდეგ ბრძოლაში, რომელნიც ყვარელს დასხმიან თავს და ალყა შემოურტყიათ ყვარლის ციხისთვის:

1755 წელს მეფე ერეკლე II-ის წყალობის სიგელში მოხსენიებულია ბესპააზ ჭავჭავაძე: „რჯულის გულისათვის თავი საყათლანოდ გადასცა, ოცდასამი დღე ლომსავით იბრძოლა და ყვარლის ციხე-გალავანს ალყაშემორტყმული ხუნძახის ბატონი და მისი მრავალათასიანი ლაშქარი სასტიკად დაამარცხა და სამარცხვინოდ უკუაქცია“.

გრიგოლ ორბელიანმა თავის ისტორიულ პოემაში „სადღეგრძელო“ ყვარლის გადასარჩენად თავგანწირულ გმირთა ბრძოლის დიდებული სურათი დაგვიხატა:

„რა ცეცხლი გაჩნდა გაღმა მხარეს,
რა გრგვინვა მოდის ბრძოლისა?
მთლად დაღესტანი მოაწვა
გასაოხრებლად ყვარლისა!
ოცდარვა დღეა, რაც ისმის ხმა
ომის შეუწყვეტლისა!
გაჭირდა, ციხე მისუსტდა,
სად არის ხელი მხსნელისა?..
გაჩდნენ,.. დაჰკივლეს...
ხმალ-და-ხმალ შუა გააპეს ლეკთ-ძალი
და გამოიხსნეს მბრწყინავი,
კახეთის თვალი-ყვარელი“.

ილია კანონიერად ამაყობდა თავისი წინაპრების პატრიოტული თავდადებით. 1873 წელს თავის მეუღლეს პოლტავის გუბერნიიდან, სადაც მას სათავადაზნაურო ბანკის საკითხებთან დაკავშრებით მოუწია ყოფნა, სწერდა: „პოლტავის გუბერნიაში ბევრი ქართველები არიან უწინდელნი გადმოსახლებულნი და ძალიან მდიდრებიც; ბარათოვები, ორბელიანები, მუსხელოვები, და თითქმის ყველა გვარის კაცი ჭავჭავაძიაანთ გარდა. როგორც ეტყობა, რომ ჭავჭავაძიაანთ უწინაც თავის ქვეყანა ჰყვარებიათ, რომ თავი არ დაუნებებიათ“.

ილიას უშუალო წინაპარი-პაპა-პაატა ბესპააზის-ძე ჭავჭავაძე დაიბადა 1775 წელს. იგი გარდამავალი ეპოქის შვილი იყო, ახალგაზრდობის გატარება მეფე ერეკლეს მეფობის უკანასკნელ ხანებში მოუხდა, ხოლო საქართველოს რუსეთთან შეერთების შემდეგ თითქმის სამი ათეული წელი იმ ახალ პოლიტიკურ ვითარებაში გაატარა, რომელიც საქართველოში XIXს-ის დასაწყისიდან დამყარდა.

პაატა ჭავჭავაძეს ჯერ კიდევ 25 წლის ასაკში კახეთის სამეფო კარის ყურადღება მიუქცევია და საპატიო სამხედრო თანამდებობა მიუღია. მეფე გიორგი XIII-მ 1800 წლის 13 აპრილის სიგელით მას უბოძა ხუთასისთაობა გაღმა მხარეს ბახტრიონიდან მოყოლებული სოფ. გავაზამდე.

„ეცადე ერთგულად გვემსახურო, სანაცვლოდ ჩვენგან წყალობას ელოდე, როცა ჯარი დაგვჭირდება, შენ უნდა გამოიყვანო და განაგოო, დაწესებულ ჯამაგირისა და ულუფას ჩვენგან მიიღებ“.

საქართველოში რუსეთის ხელისუფლების დამკვიდრების შემდეგ იგი როგორც არასაიმედო პიროვნება ადგილობრივ ხელისუფლებას განზე გაუწევია. იგი ამ პერიოდში აქტიურადაა ჩაბმული მოთარეშე ლეკების წინააღმდეგ ბრძოლაში და შიშის ზარსა სცემდა მათ. ლეკთა ასეთი თავდასხმის მოგერიებისას მას სასიკვდილო ჭრილობები მიუღია და 1825 წელს გარდაიცვალა.

ისტორიულ დოკუმენტში პაატა ჭავჭავაძის შესახებ მწირი მასალები მოგვეპოვება. ერთ-ერთი ცნობილი დოკუმენტის მიხედვით მას თავად-აზნაურთა დეპუტატების საკრებულოსთვის თხოვნით მიუმართავს მისი რუსეთის იმპერიის თავად-აზნაურთა სიებში ჩარიცხვის შესახებ, რომელშიაც სწერს, რომ „ჩვენი ძველი სიგელები ღირსებებისა და მამულების თაობაზე ჯერ კიდევ ჩვენს წინაპართ დაჰკარგვიათ იმ დროს, როცა საქართველო ირანელთა და თურქ მფლობელთა უღელქვეშ იმყოფებოდაო. პაატას მიერ აღძრულმა თხოვნამ შედეგი გამოიღო და 1828 წლის 11 აპრილს სახელმწიფო საბჭოს დადგენილებით რუსეთის იმპერიის თავად-აზნაურთა საგვარეულო წიგნში ჩარიცხულ იქნენ როგორც პაატა ჭავჭავაძე ისე მისი ვაჟები.

ამ დადგენილების საფუძველზეა შექმნილი ჭავჭავაძეთა საგვარეულო გერბი, რომელზედაც გამოსახულია საგვარეულო ციხე-კოშკი, ირემი (ან ცხენი) ლუზა და ხმალ აპყრობილი მარჯვენა.

ილიას ცნობილ მკვლევარს-პ. ინგოროყვას დამოწმებული აქვს უწყება-„ერეკლე მეფის დასაფლავების შესახებ“, რომლის მიხედვითაც 1798 წელს, და როგორც ხალხური ლექსი ამბობს საქართველოს შეეხსნა რკინის კარები, პაატა იყო ერეკლეს დამტირებელთა შორის მას ქართლ-კახეთის სხვა წარმომადგენლებთან ერთად ჩამოუსვენებია ერეკლეს ცხედარი თელავიდან მცხეთაში, საქართველოს ძველ დედაქალაქში.

პაატას ცოლად ჰყავდა თავად ანდრონიკაშვილის ასული პელაგია, რომელთანაც ხუთი ვაჟი და ერთი ქალი შესძენია: მიხეილი, სვიმონი, გარსევანი, ალექსანდრე, გრიგოლი (ილიას მამა) და იოსები, რომელიც მცირეწლოვანი გარდაიცვალა, მაკრინე-ილიას გამზრდელი მამიდა.

ილიას გამზრდელი მამიდის მაკრინე ჭავჭავაძე-ერისთავის დაბადება-გარდაცვალების თარიღები არ არის ცნობილი.

დიდი ილია თავის ავტობიოგრაფიაში მამის, გრიგოლ ჭავჭავაძის შესახებ წერს: „მამაჩემი რამდენადმე განათლებული კაცი იყო, ოფიცრად მსახურობდა ნიჟეგოროდის დრაგუნთა პოლკში და რუსული კარგად იცოდა“.

იგი 1845 წლის 24 მაისს დაინიშნა ათასკაციანი კახეთის მილიციის უფროსად და მალე მონაწილეობა მიიღო დიდოეთის დალაშქვრაში. ამ ლაშქრობაში გამოჩენილი სამაგალითო მამაცობისათვის მას შტაბს-კაპიტნობა უბოძეს.

კახეთის მილიციის დაშლის შემდეგ იგი თადარიგში გადის და ყვარელში ცხოვრობს, სადაც მეურნეობას უძღვება. 1849-50 წ.წ. გმირული შემართებით იბრძვის ჯერ დაღესტნის სამხედროს ექსპედიციაში, ხოლო 1850 წელს ყვარელზე მომხდურ ლეკთა ხუთასკაციანი ლაშქრის მოსაგერიებლად გამართულ სისხლიმღვრელ შეტაკებაში, რომლის დროსაც მოკლულ იქნა მტრის ბელადი ადალა ნაიბი. ამის შესახებ თვითონ გრიგოლ ჭავჭავაძე წერს: „წელსა ჩყნ (1850) ივლისის (14), პარასკევს დილით 6 საათზე შემოვიდა ყვარელში ჯარი და იდგა ბაზარში. იდგა ნახევარი საათი (1). ქართველი მოკვდა სულ 14 და ლეკი 13. ადგილობრივ დარჩა ცამეტი მკვდარი, რომელთაგან ერთი აღმოჩნდა ადალა ნაიბი.

გრიგოლ ჭავჭავაძის ამ ბრძოლაში გამოჩენილი გმირობა დაწვრილებით აქვს აღწერილი ამიერკავკასიის სამოქალაქო უფროსს გენერალ-ლეიტენანტ ბებუთოვს მეფის ნაცვლისადმი წარდგენილ მოხსენებით ბარათში, თვით მეფისნაცვალ მ. ს. ვორონცოვის მიერ სამხედრო მინისტრ ჩირნიშოვისადმი 1850 წლის 24 ნოემბერს გაგზავნილ მიწერილობაში, რომლის საფუძვეზეც იმპერატორმა ნიკოლოზ I 1851 წლის 25 იანვრის ბრძანებით, გრიგოლ ჭავჭავაძე წმ. ანას მეოთხე ხარისხის ორდენით დააჯილდოვა.

რუსეთ-თურქეთისა და კავკასიის ომებში, აგრეთვე ყვარლის დაცვის დროს გამოჩენილი გულადობისა და მამაცობისათვის გრიგოლ ჭავჭავაძე სხვადასხვა დროდ დაჯილდოვებულ იქნა წმ. ანა მეორე ხარისხის ორდენით და წმ. ანას მეოთხე ხარისხის წარწერიანი ორდენით „მამაცობისათვის“. აგრეთვე რუსეთ-თურქეთის 1828-29 წლების ომში მონაწილეობის დროს გამოჩენილი მამაცობისათის ვერცხლის მედლით.

რაც შეეხება გრიგოლ ჭავჭავაძის ძმებს, მათ შესახებ მასალებს ვეცნობით თვით ილიას მამის-გრიგოლ ჭავჭავაძის მიერ 1848 წლის 30 იანვარს კავკასიის მეფისნაცვლის ვორონცოვისადმი წარდგენილ მოხსენებით ბარათის მიხედვით, რომელშიც იგი წერდა: „ჩემი ოთხი ღვიძლი ძმა, მამის მაგალითსამებრ მტრის წინააღმდეგ ბრძოლაში დაეცა. მიხეილი-მოკლული იქნა კახეთში სოფ. გავაზზე ლეკების თავდასხმის დროს, სიმონი-რომელიც შტაბ-კაპიტანის ჩინით მსახურობდა ქართველ გრენადელთა პოლკში, მოკლეს სპარსელებმა 1827 წელს ასეულთან ერთად გამაგრებული პოზიციის დაცვისას; პროპორშჩიკი-ალექსანდრე-მოკლეს 1838 წელს დაღესტანში გენერალ-ლეიტენატ ფეზის რაზმში; შტაბსკაპიტანი-გარსევანი, რომელიც მეთაურობდა კავკასიის მეორე მესანგრეთა ასეულს, დაიღუპა 1847 წელს გერგებილზე იერიშის დროს, რომელსაც პირადად თქვენი ბრწყინვალება (მ.ს. ვორონცოვი) სარდლობდა.

ყვარლის ჭავჭავაძეების გვარის ამ დიდი წარმომადგენლობის გვირგვინი ამ პატარა სახლში დაბადებული ილია გახდა, რომელმაც ქართველი ერის წინაშე აღასრულა „უფროსნი მსახურებანი“ და 1907 წელის 30 აგვისტოს წიწამურის ველზე „არ დაჰრიდა ხორცი თვისი სიკვდილად“.

აქ მინდა ხაზი გაუსვა იმ გარემოებას, რომ ქართული საზოგადოებისათვის, ჩვენი შთამომავლობისათვის, დაკარგულია ამ სამშობლოსათვის თავდადებულ ადამიანთა საფლავები, რომელთაც ღირსეულად არ დაჰრიდეს ხორცი თვისი სიკვდილად.

ამ გარემოებამ სურვილი გამიჩინა, რომ ჩემი პირადი მოსაზრება გაგიზიაროთ ყვარლის ჯვარი-პატიოსანის ეკლესიის ეზოსა და მის მიმდებარე ტერიტორიის შესახებ.

დიდი ილია ჭავჭავაძე წერდა: „ჩვენი ისტორია ომებისა და მეფეების ისტორიაა, ხალხი კი არსად ჩანს“. ქართველმა ხალხმა კი ჩვენი ისტორიის გარკვეული ფაქტები ხალხურ გადაცემებში და თქმულებებში შემოგვინახა, შემოგვინახა ის ფაქტები, რომლებიც საქართველოს ისტორიის დიდ წიგნში არ შესულა.

ყვარლის ჯვარი პატიოსანის ეკლესიის ეზო და მისი მიმდებარე ტერიტორია ჩვენი ქვეყნის დიდი ისტორიის ერთ-ერთი პატარა შემადგენელი ნაწილია, რომლის შესახებაც ყვარელში დღემდე არსებობს გადმოცემა, რომ იგი თავის დროზე თავადების სასაფლაოს წარმოადგენდა.

ბ-ნი ილო ბეროშვილი სწორედ ამ გადმოცემიდან გამომდინარე გამოთქვამდა მოსაზრებას, რომ ილიას წინაპრები სწორედ ჯვარი-პატიოსანის ეკლესიის ეზოში არიან დაკრძალულნი. თავის დროზე პრესაში ამის თაობაზე ცხარე კამათიც გაიმართა ბ-ნ ილო ბეროშვილსა და ილიას ცნობილ მკვლევარ გურამ შარაძეს შორის.

ჯვარი-პატიოსანის ეკლესიის ეზოს ტერიტორია ვერ გადაურჩა საქართველოს ისტორიის ავ ქარტეხილებს. გასული საუკუნის 20-იან წლებში ახლად შექმნილი საბჭოთა ხელისუფლების წარმომადგენელმა ყვარლის თავკაცებმა, ყვარლის ცენტრალურ ქუჩაზე (დღევანდელი ჭავჭავაძის ქუჩა) ჩამომდინარე არხის მოპირკეთება ჯვარი-პატიოსანის ეკლესიის ეზოში არსებული ჩვენი წინაპრების საფლავების ქვებით გადაწყვიტეს და გადაწყვეტილება სისრულეშიც მოიყვანეს. განხორციელდა ვანდალური აქტი. სხვა უსასრულოდ მრავალთან ერთად საქართველოს წინაშე ჩადენილი იქნა დიდი და გამოუსწორებელი დანაშაული.

მაგრამ ისტორიის ობიექტურობის შედეგი ხომ ისიცაა, რომ ბოროტებაზე ბოლოს სიკეთე იმარჯვებს და აი, 1997 წელს დიდი ილიას დაბადებიდან 160 წლისთავთან დაკავშირებით ყვარლის რაიონის საიუბილეო კომისიამ მიიღო გადაწყვეტილებით, რომ ეს საფლავის ქვები, რომლითაც, როგორც აღვნიშნეთ, არხი იყო მოპირკეთებული, მოიხსნა და განლაგებული იქნა ყვარლის სასაფლაოს შემოსასვლელში.

ყვარლის იოანე ნათლისმცემლის ეკლესიის წინამძღვარ მამა ბენიამინთან ერთად მუზეუმის თანამშრომლებმა ამ საფლავის ქვებს შორის ჭავჭავაძეთა გვარის სამი საფლავის ქვა მოვიძიეთ და ისინი მუზეუმის ეზოში განვალაგეთ.

დიდი ილია ხომ იმასაც ამბობდა, რომ „ერის დაცვა და გათახსირება მაშინ იწყება, როცა იგი თავის ისტორიას ივიწყებს“-ო, ამ საფლავის ქვების ისტორიაც ხომ მცდელობა იყო მათი ისტორიის გაქრობისა.

ამიერიდან ჭავჭავაძეების გვარის ამ საფლავის ქვებმა ილია ჭავჭავაძის სახელმწიფო მუზეუმში დაიმკვიდრეს ადგილი. სამუზეუმო ექსპონატები გახდნენ, მუზეუმის მნახველები აქ წარმოდგენილ საფლავის ქვათა სევდიან ისტორიასაც გაეცნობიან. ყველა საფლავის ქვის ქვეშ ხომ თავისებური ისტორია ინახება.

ლიანა ავაზაშვილი

აღნიშნული დოკუმენტები მიუთითებს იმ ფაქტზე, რომ ერეკლე გამორჩეულად ევროპული ორიენტაციის ლიდერი იყო

გასული 2020 წელს სრულიად საქართველოში აღინიშნა ერეკლეს-300 წლისთავი, სამასწლიანი საიუბილეო თარიღი იმ მეფის, რომელიც როგორც დიდმა ილიამ შეაფასა „ნახევარ საუკუნეზე მეტი ხმალამოღებული ჰპატრონობდა და, თავგამოდებით, რაც ძალი და ღონე ჰქონდა ქართველობისა, ინახავდა ყველა მილეთის და თესლის კაცსა, ვინც კი შემოკედლებულნი იყვნენ მის საფარველ ქვეშ... ერეკლე ბრწყინვალე მეფე იყო საქართველოსი და ტფილისი მისი სახტახტო ქალაქი! „ვერ გაგიგიათ, ქართველნო, შეგეხსნათ რკინის კარია, აღარ გყავთ მეფე ერეკლე, ბაგრატიონთა გვარია“-ო, ასე ამოიკვნესა ქართველმა ერმა, როცა დასტიროდა გვამს თავისის სახელოვანის მეფისა, მეფე ერეკლე რკინის კარი იყო საქართველოსი. აი, მისი ისტორიული ხატი ეს არის. და თუ არა დიდბუნებოვანს კაცს სხვა ვის შეუძლიან რკინის კარობა გაუწიოს ქვეყანას? ერის ასეთი მოწმობა უტყუარი საბუთია მეფე ერეკლეს დიდბუნებოვნობისა“...

ახლახანს გამოვიდა ხელოვნების აკადემიის დირექტორის პროფესორ გიორგი კალანდიას მეტად საინტერესო წიგნი „მეფე ერეკლე“; ამ წიგნში ავტორმა მეტად საინტერესო და მოულოდნელი მასალები წარმოგვიდგინა მეფე ერეკლესი და მისი სამშობლოს-საქართველოს შესახებ XVIII საუკუნის ბრიტანულ და ირლანდიურ პრესასა და სამეცნიერო ნაშრომებში.

ავტორს აქვს ჩამოთვლილი 29 დასახელების ინგლისური გაზეთი და ჟურნალი, რომლებშიც გამოქვეყნებული მასალები შევეცდები ნაწილობრივ მაინც წარმოგიდგინოთ.

აი, რა სწერს ერთ-ერთი ინგლისური გაზეთი: „საკუთარ თავში მან ამდენი ბრწყინვალე თვისება გააერთიანა, რომელიც ძლევამოსილად ფლობს საქართველოს და სპარსეთის, სომხეთის ორ დიდებულ სამეფოს. ვისაც გააჩნია ყველაზე დიდი უპირატესობა იყოს აღმოსავლეთის ყველაზე დიდი ერების მთავარსარდალი, იმ ხალხისა, რომელიც საკუთარი პრინციპისა და ქრისტიანული რწმენის დასაცავად დაუფიქრებლად გაწირავს თავს“.

ერეკლეს გამოჩენა ინგლისურენოვან პრესაში მის პოლიტიკურ აქტივობასთან და სამხედრო წარმატებებთან იყო დაკავშირებული. 1750 წელს, როცა ერეკლემ დამარცხება აგემა აღა მაჰმად-ხანს და ყარაბაღის მფლობელ ფანა-ხანს ინგლისის პრესამ იგი დიდების შარავანდედით შეამკო. შემდეგ 1760 წელს ქართველმა მეფემ ტყვედ იგდო სპარსეთის ტახტის ერთ-ერთი უძლიერესი პრეცენდენტი აზატ-ხანი, დაამარცხა ყარაბაღის ხანი, საკუთარი გავლენის ქვეშ მოაქცია შაქისა და ნახჭევანის მფლობელები.

1765 წელს ერთ-ერთი ინგლისური გაზეთის კორესპოდენტი წერს: „ქართველი პრინცის ჰერაკლიუსის სამხედრო ნიჭი წარმოსახვასაც აჭარბებს. მან თანამემამულეები დაუძლეველი მამაცობით შთააგონა, შექმნა ადგილობრივთაგან სათანადო ლეგიონები, მოამარაგა ისინი ძლიერი არტილერიით. ქვეყანაში ყველა გზა გამაგრებულია და შეესაბამება თანამედროვე საბრძოლო ხელოვნებისათვის საჭირო პირობებს. ამიტომაც ფიქრობენ, რომ ქართველები თავიანთ თავისუფლებას სისხლის ბოლო წვეთამდე დაიცავენ“.

ის ბრძოლები, რომლებიც ერეკლემ გადაიხადა, მას ევროპის სახელმწიფოებთან ურთიერთობაში სხვა კუთხით წარმოაჩენს, თუნდაც ის, რომ მას კორსიკის რესპუბლიკის მთავრობის მეთაურისათვის პასკალ პაოლოსათვის 1767 წელს ექვსი ულამაზესი აქლემი და წერილი გაუგზავნია, რომელიც ასე მთავრდება: „დიდებულო სერ, მაშინ როცა თქვენი წარმატებების ზენიტში, დამდეთ პატივი მიგეღოთ ხარკი მისგან, ვინც ამაყობს თქვენ დროში მოღვაწეობით და თაყვანისმცემელია გენერალ პაოლოს დიდებული ხასიათის, ისე რომ იოტისოდენა შურიც არ გააჩნია“. ამ წერილით ჩვენ შეიძლება გამოვიტანოთ დასკვნა იმისა, რომ ერეკლე კარგად ერკვეოდა თავის თანამედროვე ევროპულ მოვლენებში და რამდენად სერიოზულად ეჭიდებოდა ევროპულ ქვეყნებთან დამოკიდებულებას.

ავტორს ამ წიგნში მოყვანილი აქვს ცნობილი ქართველი მკვლევარის ზაქარია ჭიჭინაძის მიერ შესწავლილი ერეკლე II-ის და დიდი ბრიტანეთის მონარქს შორის გასაფორმებელი ხელშეკრულების პროექტი, რომლის შინაარსიც ასეთია:

„ინგლისის მთავრობა საქართველოს საქრისტიანოს მეფედ სცნობს ერეკლე მეფეს, და ამავე მეფეს იგი აძლიერებს და უწევს ყოველნაირ დახმარებას და მფარველობას. იგი ყურადღებას აპყრობს საქართველოს და სომხეთის ერის ქვეყნების მდგომარეობას, როგორც ქრისტიანი ხალხების. ამ დახმარების სანაცვლოდ მეფე ერეკლეც ვალდებულია, რომ დახმარება და

მფარველობა უნდა გაუწიოს სომხებს და იმ სხვა ქრისტიანებს, რომლებიც კავკასიის ტერიტორიაზე სცხოვრობენ. უნდა ეცადოს სომხეთში ამ ერის სამეფოც აღადგინოს და სომხეთის მეფეთაც თვით მეფე ერეკლე გამოცხადდეს. ამით კი შეერთდეს და გაძლიერდეს ამ ორი საქრისტიანო ერისგან ერეკლე მეფის საქართველოს სამეფო.

ამიტომ ინგლისის მთავრობა საქართველოში გზავნის თავის ნასწავლ სამხედრო კაცებს, ისინი საქართველოში ქართველ ჯარს აწყობენ ევროპულად, სწვრთნიან ინგლისურად, ადგენენ სამხედრო წესებს. საქართველოს ქალაქებში არსდება ევროპული წესები, ფართოვდება ვაჭრობისა და აღებ-მიცემობის საქმე, რაშიც ინგლისის მთავრობაც უჩენს დახმარებას.

იმართება პოჩტა, წერილების გასაგზავნი, როგორც ქალაქებში ისევე გზებში-სპარსეთს, ინდოეთს და ინგლისს შორის. ფუძნდება გზის ყარაულები, რათა ვაჭრებმა თავისუფლად შეძლონ საქართველოდან სპარსეთსა, ინდოეთსა და ინგლისში სიარული და საქონლის გატან-შეტანა. ქალაქ თბილისში არსდება ევროპელთა საკონსულოები. ასევე საქართველოს სამეფო ნიშნავს კონსოლებს ევროპიელთა ქალაქებში. ფუძნდება ევროპიელთა სამმართველოები და საქმეები ირჩევა ევროპიელთა ერის წესებით ქართულ და ადგილობრივ ენებით.

ინგლისის მთავრობა თბილისში ხსნის სხვადასხვა საჭირო სასწავლებელს. მასწავლებლად იმყოფებიან ინგლისელები, ესენი ამზადებენ ქართველებს, ასწავლიან ამათ ევროპულად ყველაფერს სწავლა-განათლებას და მერე ასე გამოწვრთნილი ქართველები ხსნიან ასეთ სასწავლებლებს საქართველოს სხვადსხვა ქალაქებში. ტფილისში ფუძნდება სრულიად ევროპული წესები და ქართველებს, სომხებსა და სხვა ქრისტიანებსაც ასწავლიან ევროპულ ენებს, სხვადასხვა მეცნიერებასაც“.

მეფე ერეკლეს ინგლისთან ურთიერთობის დამყარებაში აქტიურად ეხმარებოდა ვინმე იოსებ ემინი, ცნობილი სამხედრო პირი, რომელიც დიდხანს ცხოვრობდა ინგლისში, სადაც საფორტიფიკაციო მშენებლობების ხელოვნება შეისწავლა, ლეიტენანტის წოდებაც მიიღო, ინგლისელთა მხარეზე ფრანგების წინააღმდეგაც იბრძოდა. იგი საინტერესოდ გვიყვება მეფე ერეკლესთან შეხვედრის შესახებ, როცა იგი აწარმოებდა მასთან მოლაპარაკებას ქართულ-სომხური სახელმწიფოს შესაქმნელად და ახალი გაერთიანების მეთაური ერეკლე უნდა გამხდარიყო.

1766 წელს ერთ-ერთ ინგლისურ კრებულში გამოქვეყნდა იოსებ ემინის წერილი, რომელშიც წერს მეფე ერეკლეს „მზად ვარ თქვენს უდიდებულესობას ჩემი სამსახური შევთავაზო სანაცვლოდ მე არანაირ საზღაურს არ ვითხოვ. მე აქ დიდებული მფარველი მყავს, ის ინგლისის ხელმწიფის შვილია და თუ თქვენი ბრწყინვალება ინებებს მე მზად ვარ მას დავეთხოვო და წამოვიდე საქართველოში იმისათვის, რომ თქვენს ჯარისკაცებს ევროპულ ყაიდაზე ბრძოლა შევასწავლო. თქვენმა ბრწყინვალებამ ხომ ძალიან კარგად იცის ევროპული ბრძოლის უპირატესობა. როცა რამდენიმე გაწვრთნილ ჯარისკაცს ბევრად მეტი მოწინააღმდეგის დამარცხება შეუძლია. თქვენს ბრწყინვალებას გერმანელი ერის შესახებაც აქვს გაგონილი. მათ 20 ათას კაციანი არმიის წყალობით 100 ათასი მუსლიმისა და თურქის დამარცხება შეძლეს“.

1766 წელს ერთ-ერთი ინგლისურ გაზეთის იანვრის ნომერში გამოქვეყნდა ინფორმაცია ერეკლეს ევროპაში ყოფნის შესახებ: „პრინცი ჰერაკლიუსი, ქართველთა მეთაური, ამ მომენტისათვის ოტომანთა იმპერიისათვის ყველაზე მნიშვნელოვანი მოწინააღმდეგეა. ხალხი ამბობს, რომ მან ევროპის უმეტეს ნაწილში უკვე იმოგზაურა ფარულად და კარგად გაიცნო რამდენიმე გამორჩეული ოფიცერი“.

უფრო მოგვიანებით, 1793 წელს ლაიბციგში გამოვიდა ელია ჰაბეცკის წიგნი სახელწოდებით-„პრინც ერეკლესა თანამედროვე საქართველოს მდგომარეობის მოკლე ისტორია“. ამ წიგნში ძირითადად ერეკლეს ყმაწვილ-კაცობის პერიოდია აღწერილი: „ჰერაკლე დიდი ხნის განმავლობაში ევროპაში იყო და ბოლოს პრუსიის არმიაში სამსახური კაპიტნის ჩინით დაამთავრა. ბევრი გასაჭირი და უბედურება გადაიტანა მაგრამ თან დიდი გამბედაობისა და უშიშროების რწმენა შეიძინა. პატრიოტული იდეებით სამშობლოში დაბრუნდა ქვეყნის მდგომარეობის გაუმჯობესების,თურქეთის უღლის გადაგდებისა და შესაბამისად, ქვეყნისათვის იმ სირცხვილის მოშორების სურვილით, რომელიც მას თან სევდა. დაიბადა დიდი საქმეების კეთების სულით. მოუსვენარი, მაგრამ სიბრძნით გაჯერებული სიცოცხლის უნარით. დაჯილდოებული მრავალმხრივი ინტელექტით და უსაზღვრო ცნობისმოყვარეობით, ძლიერი აღნაგობითა და შესაშური ჯანმრთელობით.

პატარა კახის დაუოკებელი სწრაფვა ქონდა დაემყარებინა სამხედრო და პოლიტიკური კავშირები ავსტრიასთან, საფრანგეთთან, პრუსიასთან, ვენეციასთან, რომლის დამადასტურებელი დოკუმენტებიც არსებობს.

მან ავსტრიის იმპერატორ იოზეფ II-ს გაუგზავნა შემდეგი წერილი, რომელიც თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტის პროფესორმა ილია ტაბაღუამ აღმოაჩინა და გამოაქვეყნა: „რამდენადაც ვცხოვრობთ ისეთ ადგილას, რომელიც გარემოცულია საფრთხით, თუ ჩვენ არ გაგვაძლიერებენ, მუდმივი საშიშროება გვემუქრება. ჩვენ არ ვართ აღჭურვილნი ძალით რომ შევქმნათ ისეთი რიგის ჯარი, როგორც ევროპას ჰყავს. თანაფარდობის მიხედვით ჩვენ ჯერ კიდევ ცოტანი ვართ, მტერი კი გვჭარბობს. ღვთის წყალობით მოვიკრებთ ძალას მათ დასამარცხებლად, ჩვენი მოწინააღმდეგენი ვერ შეძლებენ წინააღმდეგობის გაწევას. ვიმყოფებით სპარსეთის და აზიის სხვა სამეფოებს შორის. ამ სამეფოებს შორის მტრობა ჩამოვარდა, ყველა შფოთვამ მოიცვა. ახლა ისინი დასუსტებულნი არიან. ამჟამად მათ არაფერი შეუძლიათ. განსაკუთრებით, თუ ჩვენ გვეყოლება დისციპლინირებული, ევროპული რიგის ჯარი, მაგრამ, რაკი არ გვყავს ასეთი ჯარი, ლეკები დაღესტნიდან და კავკასიიდან და სხვა მეზობელი მაჰმადიანები ერთდებიან და ჩვენ გვაწიოკებენ. ამრიგად, გთხოვთ თქვენს დიდებულებას და მოწყალე უდიდებულესობას ერთი პოლკი ჯარის შესანახი თანხა მოგვცეს ჩვენს გასაძლიერებლად. შესაძლებელია ერთ დღეს უზენაესის წყალობით თავის ძალების შესაბამისად ეს ქვეყანაც ჩადგეს ევროპის მეფის სადიდებლად მის სამსახურში.

მეფე ქართლისა, კახეთისა და სხვათა ერეკლე. ასეთივე შინაარსის წერილი მისწერა პატარა კახმა პრუსიის მეფეს ფრიდრიხ ვილჰელმ II-ს, საფრანგეთის მეფე ლუი XVI-ს.

აღნიშნული დოკუმენტები მიუთითებს იმ ფაქტზე, რომ ერეკლე გამორჩეულად ევროპული ორიენტაციის ლიდერი იყო. მიუთითებს აგრეთვე იმ ფაქტზე რომ დიდი ერეკლე გეორგიევსკის ტრაქტატის გაფორმებამდე აქტიურად ცდილობდა ევროპულ სახელმწიფოებთან და მათ ლიდერებთან კავშირების დამყარებას. დიდი მეფე ამავე წერილებში აშკარად მიუთითებდა, რომ ვინც უნდა დაგვხმარებოდა, ისინიც ნაკლებად გვეშველებიან და ამიტომ ჩვენ დიდ განსაცდელში ვვარდებით. ამ გულგრილ დამოკიდებულებაში დიდი მეფე, რათქმაუნდა, რუსეთის იმპერიას გულისხმობდა, რომელმაც კარგად უწყოდა, რომ რუსული ხელისუფლების წარმომადგენლები ევროპაში ერეკლეს გაგზავნილ ელჩებს ფეხდაფეხ მიჰყვებოდნენ და ცდილობდნენ მეფის წერილების ხელში ჩაგდებას.

რუსეთის იმპერიის ხელისუფლება ხომ საქართველოსთან ურთიერთობას არც ერთ ეტაპზე მოკავშირედ არ განიხილავდა. მისი მიზანი ხომ მხოლოდ იმპერიული იყო და მიზნად რუსეთის ტერიტორიების გაფართოებას ისახავდა მიზნად.

ეს კარგად იცოდა პატარა კახმაც, მას გამოსავალი არც ევროპის ქვეყნებთან მიმოწერამ გაუჩინა, არც ევროპის სახელმწიფოთა მეთაურები იმ ეტაპზე განსაკუთრებულ დაინტერესებას საქართველოთი არ იჩენდნენ.

სწორედ ამ მდგომარეობამ აიძულა ერეკლე, მიეღო ურთულესი გადაწყვეტილება, არჩევანი ცუდსა და უარესს შორის და შექმნილი ისტორიული გარემოების გამო მოაწერა ხელი გეორგიევსკის ტრაქტატს.

ლიანა ავაზაშვილი

ზინობიანში, სოფლის დამაარსებლის, უდიური თემის წინამძღოლის ზინობი სილიკაშვილის სკულპტურა გაიხსნა

ია გიგიაშვილი, 8 ნოემბერი 2021წ

16 ოქტომბერი ღირსშესანიშნავი დღე იყო, ყვარლის მუნიციპალიტეტის სოფელ ზინობიანისთვის. ამ დღეს, სოფელში, მისი დამაარსებლის, უდიური თემის წინამძღოლის ზინობი სილიკაშვილის სკულპტურა გაიხსნა.

ამ საქმის ინიციატორი და სულისჩამდგმელი, ზინობი სილიკაშვილის დის შვილთაშვილი, პროფესიით ისტორიკოსი ალექსანდრე ქავთარაძეა. იგი, ამჟამად, ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის დოქტორანტია კულტურის კვლევების მიმართულებით. მის საკვლევ თემას წარმოადგენს: საქართველოს და აზერბაიჯანის უდიები (ეთნოგრაფიული კვლევაა). არის ასევე, ორგანიზაციების: „სამოქალაქო დარბაზის“და „საქართველოს უდიების“თანადამფუძნებელი. უდიების საკითხზე აქტიურად მუშაობს რამდენიმე წელია (დაახლოებით 4 წელი).

ალექსანდრე ქავთარაძის თაოსნობით 2020 წლის აგვისტოში დაიწყო, ზინობი სილიკაშვილი სკულპტურის დადგმისთვის სპეციალური კამპანია. სადაც აქტიურად ჩაერთო მრავალი ადამიანი, მათ შორის ემიგრანტები. ყველაზე მეტად კი ზინობიანის მოსახლეობა და განსაკუთრებით ახალგაზრდები. ამ ადამიანების შემოწირულობებით და უდიდესი თანადგომით დაგვირგვინდა კიდეც ეს საქმე.

მანამდე, კამპანიის ფარგლებში გაკეთდა:

– ზინობი სილიკაშვილზე დაიწერა სტატია ჟურნალ „პაიდეა“-ში, ქართულ და ინგლისურ ენებზე შედგა სტატიები ვიკიპედიაში. მის მოღვაწეობაზე გაკეთდა შემეცნებითი ვიდეოები ქართულად და ინგლისურად. კვლევის შედეგად გამოიკვეთა მისი ბიოგრაფიის აქამდე უცნობი დეტალები, მოეწყო მისი სახელობის კვირეულები.

– ზინობიანის ნახევრად განადგურებული ბიბლიოთეკის ასეულობით წიგნი გადაურჩა სრულ განადგურებას და დროებით იქნა გადატანილი უსაფრთხო ადგილას.

შეიქმნა „საქართველოს უდიები“-ს გვერდი, რომელიც ეწევა უდიური ისტორიის, კულტურისა და ენის პოპულარიზაციას.

დაარსდა ორგანიზაცია „საქართველოს უდიები“

ჩაიწერა ინტერვიუები სოფელი ზინობიანის რამდენიმე მაცხოვრებელთან და გაკეთდა შემეცნებითი ვიდეოები. დაიწერა სტატიები კავკასიის ალბანეთსა და უდიებზე. გაკეთდა საჯარო მოხსენები ამ თემატიკაზე.

სხვადასხვა მედია საშუალებამ გააკეთა სიუჟეტები ზინობიანზე და უდიებზე. ამაღლდა უდიური თემის ცნობადობა ქართულ საზოგადოებაში.

სკულპტურის კონსტრუქციაზე დამონტაჟდა წარწერა, რომელიც შეიცავს წარწერას უძველესი კავკასიური ალბანური დამწერლობით. ეს დამწერლობა ასეთ საჯარო სივრცეში, ამ ფორმით, ადრეული შუა საუკუნეების შემდეგ არ გამოყენებულა.

ზინობი სილიკაშვილის სკულპტურის გახსნას, როგორც ალექსანდრე აღნიშნავს, თან ახლავს კიდევ ერთი ისტორიული მნიშვნელობის ამბავი. ქვაზე ქართულის გარდა, კავკასიურ ალბანური უძველესი დამწერლობის გამოყენებით დაწერილია – ზ ი ნ ო ბ ი. – ადრეული შუა საუკუნეების შემდეგ პირველად ამ დამწერლობას, ასეთ საჯარო სივრცეში, შევძინეთ ახალი სიცოცხლე.

ღონისძიებას, ზინობიანის მოსახლეობასთან ერთად ესწრებოდნენ მოწვეული სტუმრები, კავკასიელი ხალხების ისტორიით დაინტერესებული მეცნიერები, ზინობი სილიკაშვილის შთამომავლები, სკულპტურის ავტორი, მოქანდაკე გიორგი სონღულაშვილი და სხვები.

როგორც ალექსანდრე ქავთარაძე აღნიშნავს, ეს დასაწყისია. სამომავლოდ დაგეგმილია იმ ტერიტორიის კეთილმოწყობა, სადაც სკულპტურა გაიხსნა. განახლდება ძველი ბიბლიოთეკაც და ეს ადგილი მნიშვნელოვანი გახდება სოფლისთვის, როგორც კულტურულ-საგანმანათლებლო კერა.

...და ბოლოს, არ შემიძლია არ აღვნიშნო ერთი ძალიან უსიამოვნო ფაქტი. დიახ ფაქტია, რომ ჩვენს სინამდვილეში არ არსებობს შესაბამისი ინფორმაცია უდიების და მათი შთამომავლების შესახებ.მიუხედავად იმისა, რომ ერთი საუკუნეა ისინი ჩვენს გვერდით ცხოვრობენ, ცოტამ თუ იცის რეალურად რას წარმოადგენს ეს ხალხი, საიდან მოდიან და ვინ არიან, რა უჭირთ და რა ულხინთ, რომ მათი იდენტობა და ერთერთი უძველესი ენა გაქრობის წინაშე დგას. დიახ, ცოტამ თუ იცის, რომ ისინიც მართლმადიდებელი ქრისტიანები არიან და ბევრ ქართველზე მეტად უყვართ საქართველო. ერთმა უსაყვარლესმა ზინობიანელმა ქალბატონმა ჟენია მამულაშვილმა თქვა: ჩვენ გვარ-ტომით ვართ სხვები, მაგრამ სულით ქართველები ვართ და ჩვენი სამშობლო საქართველოაო. ეს სიტყვები ძალიან მრავლისმთქმელია.

მომავალ წელს სოფლის დაარსებიდან 100 წელი სრულდება. ეს თარიღი გრანდიოზულად აღნიშვნის ღირსია.

ვფიქრობ, ალექსანდრე ქავთარაძის მსგავსი ახალგაზრდები აუცილებლად შეცვლიან მსგავს დამოკიდებულებებს. უდიების ისტორიის, დღევანდელი ყოფა-ცხოვრების შესახებ ინტერესიც გაიზრდება.

ამიტომაც, გთავაზობთ მის სამეცნიერო სტატიებს ზინობი სილიკაშვილის და საქართველოს უდიების შესახებ:

„სხვებისთვის ნაცხოვრები ცხოვრება ნამდვილად შეიძლება ჩაითვალოს ღირებულად“– ამ სიტყვებს ალბერტ აინშტაინს მიაწერენ და ალბათ, სწორედ ეს სიტყვები გამოხატავს ყველაზე უკეთ საქართველოს უდიური თემის პირველი რწმუნებულის და წინამძღოლის, ზინობი სილიკაშვილის ამქვეყნად განვლილ გზას

ალექსანდრე ქავთარაძე

ზინობი ანდრიას ძე სილიკაშვილი დაიბადა 1891 წელს, სილიკოვების (მამა – ანდრია სილიკოვი; დედა – მარიამ ჯეირანოვი/ჯეირანიშვილი) ოჯახში, აზერბაიჯანის სოფელ ვართაშენში (რომელსაც დღეს ოღუზი ეწოდება). სილიკოვები ადგილობრივი უდიური თემის გამორჩეული წევრები იყვნენ. მათ ეკუთვნოდათ აბრეშუმის ფაბრიკები, მიწები და სხვა ტიპის ქონება ვართაშენსა და მის შემოგარენში. ზინობი ადრეულ ასაკშივე, ჯერ კიდევ მეფის რუსეთის დროს, გაემგზავრა სასწავლებლად რუსეთში, სადაც განათლების მისაღებად წაიყვანა თავისი დაც: ანასტასია სილიკაშვილი. შემდგომში ის ქართულის სასწავლებლად მიაბარა ცნობილი ქართველი მომღერლის, მარო თარხნიშვილის რძალს – გორში.

„ახლადგადმოსული უდიების დასახმარებლად შეიქმნა ქართველ-უდინთა დამხმარე საზოგადოება, რომლის გამგეობაშიც, სხვებთან ერთად, შედიოდნენ ცნობილი ქართველი ისტორიკოსი და სახელმწიფო უნივერსიტეტის ერთ-ერთი დამაარსებელი ივანე ჯავახიშვილი და ცნობილი დრამატურგი და მწერალი შალვა დადიანი“

1920 წელს ზინობი მოსკოვის კომერციული ინსტიტუტის მეცნიერებათა კანდიდატია. ამავე წელს მან სატუსაღოდან გამოიხსნა როსტოვში დაპატიმრებული 160 ქართველი ვაჭარი, რომლებსაც სასჯელის ზომად მაღაროებში 2 წლიანი მძიმე სამუშაოები ემუქრებოდათ. გამოხსნილ ვაჭრებს მან მატარებელში მოუნახა რამდენიმე ვაგონი და საშვი, რის შემდეგაც სამშობლოში დააბრუნა. მადლიერმა ქართველმა ვაჭრებმა გაზეთ „ერთობის“1920 წლის აგვისტოს ერთ-ერთ ნომერში მისდამი სამადლობელო წერილიც გამოაქვეყნეს.

ამ პერიოდში, სომხურ-აზერბაიჯანული დაპირისპირების შედეგად, უდიური თემი საფრთხის წინაშე აღმოჩნდა. მშობლიურ მხარეში დაბრუნებულმა სილიკაშვილმა მიიღო გადაწყვეტილება ვართაშენის უდიური თემის დიდი ნაწილის საქართველოში გადმოყვანის თაობაზე. უდიების გადმოსახლების ნებართვის პირველი მოთხოვნა 1920 წელს ჰქონდათ გადმოგზავნილი, საქართველოს დემოკრატიული რესპუბლიკის პერიოდში, თუმცა მათი ძირითადი ნაკადი საქართველოში 1922 წლისთვის ჩამოვიდა.

ზინობი სილიკაშვილის ხელშეწყობით და ზედამხედველობით, ყვარლის რაიონში მათთვის გაშენდა სოფელი, ხოლო ახლადგადმოსული უდიების დასახმარებლად შეიქმნა ქართველ-უდინთა დამხმარე საზოგადოება, რომლის გამგეობაშიც, სხვებთან ერთად, შედიოდნენ ცნობილი ქართველი ისტორიკოსი და სახელმწიფო უნივერსიტეტის ერთ-ერთი დამაარსებელი ივანე ჯავახიშვილი და ცნობილი დრამატურგი და მწერალი შალვა დადიანი.

საქართველოში გადმოსული უდიებისთვის, პირველადი დახმარების გაწევის შემდეგ, ზინობი სილიკაშვილის ხელშეწყობით და ინიციატივით, 1923 წლიდან, სოფელში ეტაპობრივად იხსნება ფაბრიკა-ქარხნები, წითელი ჯვრის

სამედიცინო პუნქტი, ფოსტა და სკოლა; სოფელში გაჰყავთ დენი. მადლიერი უდიები მის პატივსაცემად 1923 წელსვე არქმევენ სოფელს „ზინობიანს“. აი, რას იხსენებს გაზეთ „კომუნისტის“1923 წლის 7 დეკემბრის ნომერში, „ქართველ-უდინთა დამხმარე საზოგადოების“წევრი ა. კაკაბაძე (რომელიც აღწერს მის მოგზაურობას სოფ. ზინობიანში, ზინობი სილიკაშვილთან ერთად):

„თუ რამ თვალსაჩინო გაკეთებულა სოფლისთვის დღემდე, მაგ. სახერხი ქარხანა, გოგირდის წყლებზე, თუმცა პრიმიტიულად, მაგრამ მაინც ბანაობის მოწყობა, კოოპერატივი და სხვა, ეს შედეგია განსაკუთრებით ამხ. ზინობი სილიკაშვილის შრომისა. ამხ. ზინო მთელ ძალღონეს, ენერგიას, ჯამაგირს და ერთი სიტყვით ყველაფერს რაც მას გააჩნია, აწვდის ამ ხალხს. მხოლოდ და მხოლოდ მისი არაჩვეულებრივი ცდით იქნა ეს ხალხი ჩამოსახლებული საქართველოში და, რა თქმა უნდა, ხალხიც კმაყოფილია ამხ. ზინოთი. შესანიშნავი იყო ზინოს შეხვედრა ხალხთან. ყველა სიყვარულის თვალებით და იმედით შესცქეროდა მას, გარს ეხვევიან დიდი და პატარა და უზიარებენ თავის გაჭირვებას. ამ სურათით უსათუოდ დავრწმუნდი თუ რა შეუძლია საზოგადოებისთვის ერთ პიროვნებას, თუ ის თავს გადადებს ისე, როგორც ამას შვრება ზინო სილიკაშვილი. ამხ. ზინოს მისი დაუზოგავი შრომისთვის და იმ თავდავიწყებამდე სიყვარულისათვის, რომლითაც ის გამსჭვალულია თავისი ხალხისადმი, სოფელმა შესანიშნავად დააჯილდოვა: სოფელს დაერქვა ზინოს სახელი – ზინობიანი. სოფელმა ზინოს სიცოცხლეშივე შეუმკო თავი უკვდავი გვირგვინით“

სილიკაშვილი ამ დროისთვის ჩართულია არა მხოლოდ უდიური სოფლის, არამედ მთლიანად რეგიონის დახმარების საქმეში. ამას ადასტურებს თუნდაც მის მიერ გაზეთში „კომუნისტი“გამოქვეყნებული მოთხოვნა მდინარე ალაზანზე ახალი ხიდის გადების საჭიროებასთან დაკავშირებით. ასევე, საინტერესოა, რომ ცნობილი ქართველი პოეტის, გალაკტიონ ტაბიძის დღიურებში ზინობი სილიკაშვილის შესახებ აღმოჩენილი ჩანაწერები ცხადყოფენ მათ სავარაუდო ახლობლურ ურთიერთობას. საგულისხმოა, რომ 1930 წელს სილიკაშვილი მას ზინობიანში ვიზიტს სთავაზობდა.

1933-34 წლებში უდიური თემის გამორჩეული წევრები, ძმები – მიხეილ და თევდორე ჯეირანიშვილები, ლათინურ გრაფიკაზე დაფუძნებით, ქმნიან ახალ უდიურ ანბანს. ამავე პერიოდში, იქმნება კომისია უდიური ლექსიკონისა და სასაუბრის შესადგენად. აღნიშნულ კომისიაში შედიან: ზინობი სილიკაშვილი, ძმები ჯეირანიშვილები, ალექსანდრე აჯიაშვილი (ზინობიანელი უდი), ვაგან გუკასიანი (ნიჯელი უდი) და დავით კარბელაშვილი (ქართველი ენათმეცნიერი).

1930-იან წლებში ზინობი სილიკაშვილს ეკავა საქართველოს კომუნალური მეურნეობის სახალხო კომისარიატის ტრესტ „საქმომარაგების“სამმართველოს უფროსის თანამდებობა. ამის მიუხედავად, ის არ იყო გაწევრიანებული კომუნისტურ პარტიაში და იყო „უპარტიო“, როგორც ამას მისი დახვრეტის ოქმშივე ვკითხულობთ. ამ დროისთვის ის მეუღლესთან, ნადეჟდა ანტიპოვასთან, და ორ მცირეწლოვან შვილთან ერთად ცხოვრობდა თბილისში, ფალიაშვილის 18 ნომერში.

1938 წელს, საბჭოთა რეპრესიების დროს, ზინობი სილიკაშვილი დააპატიმრეს და ოფიციალურ ბრალდებად წაუყენეს, რომ იყო „მემარჯვენეთა ორგანიზაციის წევრი, ეწეოდა აქტიურ ძირგამომთხრელ საქმიანობას და იყო პარტიისა და ხელისუფლების წინააღმდეგ ტერორისტული აქტის მომზადების საქმის კურსში.“სასჯელის ზომად მას განესაზღვრა დახვრეტა და ქონების კონფისკაცია – ორივე მალევე აღსრულდა.

ზინობი სილიკაშვილი 1938 წლის 16 ოქტომბერს დახვრიტეს, ოჯახს ჩამოართვეს მთელი ქონება და მალევე უდიების სოფელს გადაარქვეს სახელი. სოფელს „ოქტომბერი“ ეწოდა. 1956 წელს ზინობი სილიკაშვილი რეაბილიტირებულთა სიაში მოხვდა, ხოლო რამდენიმე ათწლეულის შემდეგ სოფელმა თავისი თავდაპირველი სახელი – „ზინობიანი“დაიბრუნა. დღეს სოფელს კვლავ მისი დამაარსებლის და საქართველოში უდიური თემის პირველი რწმუნებულის – ზინობი სილიკაშვილის სახელი ჰქვია.

საინტერესოა ერთი გადმოცემა: ზინობის დახვრეტის შემდეგ უკვე რამდენიმე წელი იყო გასული, როცა მის დაარსებულ სოფელში და შემოგარენში ხმა დაირხა თითქოს ის გადასახლებიდან ბრუნდებოდა. რამდენიმე სოფლის მოსახლეობა დაირაზმა მის დასახვედრად და უახლოესი რკინიგზის სადგურისკენ დაიძრა. ცხადია, მალევე გაირკვა, რომ ზინობი არ ბრუნდებოდა.

რთულია იმის წარმოდგენა თუ რაზე ფიქრობდა მისი სიცოცხლის ბოლო წუთებში, განაჩენის აღსრულებამდე, ზინო სილიკაშვილი, მაგრამ მისი განვლილი ცხოვრებიდან გამომდინარე შეგვიძლია თამამად ვთქვათ, რომ მან ღირსეულად განვლო ეს მძიმე გზა: მან ნამდვილად იცხოვრა მის გარშემო მყოფთათვის, უდიური თემისთვის, ახლობლებისთვის, უცნობებისთვის – სხვა ადამიანებისთვის. მან „იცხოვრა სხვებისთვის“.

ჩვენი უდიები – „პაწია ხალხი“ დიდი წარსულით

ალექსანდრე ქავთარაძე

ოდესღაც, ანტიკურ ეპოქასა და ადრეულ შუა საუკუნეებში, ქართული სამეფო-სამთავროებისა და სომხეთის მეზობლად კიდევ ერთი სახელმწიფო – რანთა სამეფო, იგივე კავკასიის ალვანეთი (ალბანეთი) არსებობდა. ქართულ წყაროებში ამ ქვეყანას რამდენიმე სახელით მოიხსენიებდნენ, მათ შორის: „რანი და მოვაკანი“, „რანი“, „ჰერეთი“ (რომელსაც ხან მთლიანად ალვანეთის სამეფოს უწოდებდნენ, ხანაც მისი კულტურული არეალის ერთ ნაწილს – კახეთის აღმოსავლეთსა და ჩრდილოეთ აზერბაიჯანში).

სხვადასხვა ცნობით, კავკასიის ალვანეთი აერთიანებდა ოცზე მეტ ტომს, რომლებიც ხშირად საკუთარ დიალექტზე ან სულაც ენაზე საუბრობდნენ. ამ ტომებიდან ერთ-ერთი ყველაზე დიდი და გავლენიანი უტიები ანუ უდიები იყვნენ. უდიებს თავიანთი ენა გააჩნდათ, რომელიც სასაუბრო ალვანურ ენად მიიჩნევა, ხოლო სალიტერატურო ენად ალვანელები შესაძლოა, გარგარულს (კიდევ ერთი ტომი) იყენებდნენ. არსებობს მოსაზრებები (რომლებიც სამეცნიერო წრეებში ნაკლებად მიღებულია), რომ უდიები ამ რეგიონში მოსული გუტიების შთამომავლები იყვნენ. გუტიები ძველად ზაგროსის მთების მიდამოებში (დღევანდელ ირანში) სახლობდნენ და, დაახლოებით, ძვ.წ. XXII საუკუნეში შუმერს დაეპატრონნენ, რომელსაც, დაახლოებით, ასი წელი მართავდნენ.

ნამდვილად გუტიების შთამომავლები არიან თუ არა უდიები, ამისი თქმა გაგვიჭირდება, თუმცა დანამდვილებით ვიცით, რომ ჩვენს ხელთ არსებულ წყაროებში ისინი (უდიები) პირველად მოხსენიებულები არიან მარათონის ბრძოლის აღწერისას, როცა ძვ.წ. 490 წელს ბერძნებმა სპარსელთა ლაშქარი დაამარცხეს. სწორედ სპარსულ ჯარში იბრძოდნენ უტიები. ჰეროდოტეს დახასიათების თანახმად, უტიები შემოსილნი იყვნენ ტყაპუჭების მაგვარი სამოსით, ხოლო მათ შეიარაღებაში ადგილობრივი წარმოების მშვილდები და ნაჯახები შედიოდა.

გუტიელები იპყრობენ ბაბილონურ ქალაქს

ჰ.ლ. ბეიკონი, „ერების ისტორია“, 1915 წ.

„აგრეთვე საგულისხმოა, რომ XIX-XX საუკუნეების, წარმოშვებით ინგილო, ქართველი პუბლიცისტი და საზოგადო მოღვაწე მოსე ჯანაშვილი უდიებით დასახლებულ ამ ადგილებს „საუდოს“უწოდებს“

შუა-საუკუნეებში კავკასიის ალვანთა სახელმწიფოს ჩამოშლის შემდეგ უდიებმა განაგრძეს ისტორიულ სამშობლოში ცხოვრება – შეინარჩუნეს ენა და თვითმყოფადობის სხვა ნიშნები. XVIII საუკუნის პირველ ნახევარში უდიებს ჯერ კიდევ ახსოვდათ თავიანთი ალვანური წარმომავლობის შესახებ, რაც დასტურდება 1724 წელს რუსეთის იმპერატორის, პეტრე პირველისადმი მიწერილი წერილით. ამ წერილში რამდენიმე სოფლის უდიები (დღევანდელი აზერბაიჯანიდან) რუსეთის იმპერატორს სწერენ იმ დევნაზე, რომელსაც განიცდიან, როგორც ქრისტიანები, ხოლო წერილის ბოლოს მიუთითებენ: „ჩვენ ვართ ალვანები და ერით უტიები“ (აღუანქი/ალუანქი – სომხები ასე მოიხსენიებდნენ ალვანეთს).

რეგიონში რუსეთის იმპერიის გაბატონების შემდეგ უდიების ნაწილმა მჭიდრო კავშირი დაამყარა მეზობელ საქართველოსთან, სადაც ზოგიერთი მათგანი სხვადასხვა საქმეზე, მათ შორის, სასწავლებლადაც ჩადიოდა. როგორც ჩანს, XIX საუკუნის მიწურულს ამ კუთხით აქტიურობდა ვართაშნელი (ამჟამად – ქ. ოღუზი) უდი განმანათლებელი – სტეფანე ბეჟანიშვილი. გაზეთ „ივერიის“1890 წლის ერთ-ერთ ნომერში ვკითხულობთ: „რაც სტეფანე ბეჟანიშვილი გარდაიცვალა, მას აქეთ ქართულ გაზეთებში ჩვენ პაწია ხალხ უდებზე, მათ ყოფა-ქცევაზე, ავკარგიანობაზე არაფერი არ დაბეჭდილა. განსვენებული ბეჟანიშვილი ვართაშნელი უდი იყო.“ აგრეთვე საგულისხმოა, რომ XIX-XX საუკუნეების, წარმოშვებით ინგილო, ქართველი პუბლიცისტი და საზოგადო მოღვაწე მოსე ჯანაშვილი უდიებით დასახლებულ ამ ადგილებს „საუდოს“უწოდებს.

არჩილ აჯიაშვილი

ქართულ-უდიურმა ურთიერთობებმა კულმინაციას მიაღწია 1920-22 წლებში, როდესაც უდიური თემის ერთ-ერთი წინამძღოლი, ზინობი სილიკაშვილი, სომხურ-აზერბაიჯანული კონფლიქტის გამო, ვართაშნელი უდიების ნაწილს ყვარლის რაიონში გამოუძღვა. თავდაპირველად უდიებისთვის ადგილის გამოყოფას შორეულ აფხაზეთში აპირებდნენ, თუმცა სილიკაშვილმა ამაზე უარი განაცხადა და, საბოლოოდ, უდიები ყვარლის მახლობლად დაასახლა. ზინობისადმი მადლიერების ნიშნად, ახლად დაარსებული სოფლის მკვიდრებმა ამ ადგილს „ზინობიანი“უწოდეს. 1938 წელს საქართველოს კომუნალური მეურნეობის სახალხო კომისარიატის ტრესტ „საქმომარაგების“სამმართველოს უფროსად მომუშავე უპარტიო ზ. სილიკაშვილი დააპატიმრეს შემდეგი ბრალდებით: „რომ იყო ა/ს მემარჯვენეთა ორგანიზაციის წევრი, ეწეოდა აქტიურ ძირგამომთხრელ საქმიანობას და იყო პარტიისა და ხელისუფლების ხელმძღვანელობის წინააღმდეგ ტერორისტული აქტის მომზადების საქმის კურსში.“სასჯელის ზომად მას დახვრეტა და ქონების კონფისკაცია მიუსაჯეს. 1938 წლის 16 ოქტომბერს სილიკაშვილი დახვრიტეს და უდიების სოფელს „ოქტომბერი“დაარქვეს. რამდენიმე ათწლეულის შემდეგ სოფლის მკვიდრის, არჩილ აჯიაშვილის, მეოხებით, სოფელმა ჯერ არაოფიციალურად დაიბრუნა თავისი სახელი, ხოლო პრეზიდენტის 2010 წლის ბრძანებულებით უკვე ოფიციალურად.

უდიები დღეს, ზინობიანის გარდა, ცხოვრობენ აზერბაიჯანში: ქ. ოღუზში (ყოფილი – ვართაშენი) და სოფელ ნიჯში. ბევრი მათგანი 90-იან წლებში რუსეთსა და უკრაინაში გადასახლდა. ამჟამად მსოფლიოში მხოლოდ რამდენიმე ათასი უდია დარჩენილი. მათგან მხოლოდ ნაწილი ფლობს უდიურ ენას, რომელიც, ამ გადმოსახედიდან, შესაძლოა, მალე გაქრობის პირას დადგეს.

პომიდვრის სასარგებლო თვისებები, მიირთვით მეტი პომიდორი!

პომიდვრის სამშობლოა სამხრეთ ამერიკა. ევროპაში იგი კოლუმბმა შემოიტანა, სადაც თავდაპირველად მოჰყავდათ როგორც დეკორატიული მცენარე.

შემადგენლობა

პომიდვრის ნაყოფი შეიცავს 85-96% წყალს და 3,5-10,5% მშრალ ნივთიერებებს, რომელთა შორის არის ცილები (0,75-0,95%), ნახშირწყლები (1,7-6,4%), C ვიტამინი (15-40 მგ) და კალიუმი (316 მგ-მდე).

პომიდორი ვიტამინების ნამდვილი საბადოა, იგი შეიცავს: A, B1, B2, B6, B9, C, E, K, PP ვიტამინებს და ბეტა კაროტინს, ვაშლის, ლიმონისა და ღვინის ორგანულ მჟავებს.

დაბალკალორიულია — 100 გრამი 23 კკალ-ს შეიცავს.

B ჯგუფის ვიტამინების წყალობით პომიდორი აუმჯობესებს სახის კანის ფერს, აფერხებს ნაოჭების წარმოქმნას და საერთოდ გამაახალგაზრდავებლად მოქმედებს კანზე.

პომიდორში შემავალი პექტინი ორგანიზმიდან წიდისა და სხვა მავნე ნივთიერებების გამოდევნას უწყობს ხელს.

პომიდორს საუკეთესო ნატურალური ანტიდეპრესანტია მასში შემავალი სეროტონინი, რომელიც ამაღლებს გუნება-განწყობილებას.

პომიდვრის უკუჩვენებები

პომიდორი ერთ-ერთი ძლიერი ალერგენია, ამიტომ ვისაც საკვების მიმართ ალერგია ახასიათებს სიფრთხილე უნდა გამოიჩინონ.

პომიდორს უნდა მოერიდეთ თუ თირკმლის მწვავე პათოლოგიით ხართ დაავადებული.

პომიდორი მავნებელია ნაღველკენჭოვანი დაავადების მქონე პირებისთვისაც, რადგან ნაღვლის დენას აძლიერებს და ხელს უწყობს კენჭების გადაადგილებას.

ზომიერებაა საჭირო გასტრიტის, პანკრეატიტის და კუჭის წყლულის დროს.

პომიდვრის სასარგებლო თვისებები

ჩვეულებრივ როცა ლაპარაკია პროდუქტის სარგებლიანობაზე, იგულისხმება, რომ სამკურნალო ეფექტი მიიღება მისი ცოცხლად მიღების შემთხვევაში, პომიდორი კი კონსერვირებულიც სასარგებლოა. მაგალითად დამჟავებული (ძმრის გარეშე) მწვანე პომიდორი, თითქმის ყველა იმ სასარგებლო თვისებას ინარჩუნებს, რაც ცოცხალ პომიდორს აქვს.

პომიდვრის წვენის ხშირი გამოყენება ამცირებს ტრომბოზის, ნაწლავის გაუვალობას, ვარიკოზის რისკს.

თუ პომიდორს ხშირად მიირთმევთ, სიმსივნური დაავადება ნაკლებად დაგემუქრებათ, რაც პომიდვრის შემადგენლობაში შემავალი ლიკოპენისა და კაროტინოიდების დამსახურებაა.

პომიდორი შეიცავს ძლიერ ანტიოქსიდანტს – ლიკოპენს (პიგმენტი, რომელიც პომიდორს წითელ ფერს აძლევს), ლიკოპენი მეტად მნიშვნელოვანია სიცოცხლისთვის საშიში ისეთი დაავადებების წინააღმდეგ, როგორებიცაა: პროსტატის, სწორი ნაწლავის, მკერდის და ყელის ავთვისებიანი სიმსივნე;

ლიკოპინის შეთვისება უკეთესად ხდება პომიდვრის თერმული დამუშავების შემდეგ.

ლიკოპენს ცხიმებთან ერთად უკეთ ითვისებს ორგანიზმი, ამიტომ სასურველია, პომიდორი მცენარეულ ცხიმთან ერთად მიირთვათ.

პომიდორი აუმჯობესებს ნივთიერებათა ცვლასა და საჭმლის მონელებას, ამცირებს სისხლში ქოლესტერინის შემცველობას და ზრდის ჰემოგლობინის დონეს.

სახის ნიღაბის რეცეპტი

ინგრედიენტები:

* 1 ცალი მწიფე პომიდორი;
* 1 სუფრის კოვზი შვრიის ბურღული;
* 1 ჩაის კოვზი ლიმონის წვენი.

ბლენდერში გაატარეთ პომიდორი და შვრია, დაამატეთ ლიმონის წვენი, კარგად მოურიეთ და თხელ ფენად დაიდეთ სახეზე. ნიღაბი გაიჩერეთ 15 წუთი და ჩამოიბანეთ.

თაფლი და ხახვის წვენი – უებარი და მარტივი საშუალება, რომელიც თავის ტვინის სისხლძარღვებს ასუფთავებს

გიზიარებთ მკითხველის რეცეპტს: ყველასათვის ცნობილია, რამდენად მნიშვნელოვანია სისხლძარღვების ნორმალური ფუნქციონირება. მათი საშუალებით იკვებება და მარაგდება სისხლით ქსოვილები. ამდენად, სისხლძარღვები უნდა იყოს სუფთა, რომ სისხლის გატარებასა და მოძრაობას პრობლემები არ შეექმნას:

• 1 ჩაის ჭიქა თაფლი და იგივე მოცულობის ხახვის წვენი კარგად აურიეთ. მიიღეთ დღეში 3-ჯერ, 2 სუფრის კოვზი, ჭამამდე 5-10 წუთით ადრე. მკურნალობის კურსი სამი თვეა.

როგორ ხდება ძვირადღირებული მედიკამენტების უცხოეთიდან ჩამოტანა დაბალ ფასად?

შუამავალი კომპანიის დახმარებით საზღვარგარეთ მედიკამენტების შეკვეთა და ჩამოტანა არცთუ ისე გავრცელებული პრაქტიკაა, რადგან პროცესს ბევრი სირთულე ახ-ლავს თან, რაც განსაკუთრებით სერიოზულ პრობლემებს უქმნის ონკოლოგიური და ქრონიკული დაავადებების მქონე პაციენტებს. რეალურად, შესაძლებელია ძვირა-დღირებული მედიკამენტების შეძენის დროს თანხა დავზოგოთ და ისინი ნახევარ ფასად ან უფრო იაფადაც კი შევიძინოთ.

ძვირადღირებული ან არარეგისტრირებული მედიკამენტების, საკვები დანამატებისა და სამკურნალო კოსმეტიკის უცხოეთიდან შემოტანისას მომხმარებლები აწყდებიან ისეთ სირთულეებს, როგორიც არის: მაღალი ფასი, გახანგრძლივებული ტრანსპორ-ტირება და ხელმისაწვდომობის პრობლემა, რომელთაგან თავის დაზღვევა სანდო შუამავალი კომპანიის დახმარებით არის შესაძლებელი.

როგორ უნდა მივხვდეთ, სანდოა თუ არა შუამავალი კომპანია და რამდენად აგებს ის ხარისხზე პასუხს?

კომპანიის შერჩევისას მნიშვნელოვანია გავითვალისწინოთ თუ რამდენად სრულყო-ფილ და დეტალურ ინფორმაციას გვაწვდის იგი პროდუქტის შესახებ. კერძოდ, იქნე-ბა ეს მედიკამენტის მწარმოებელი კომპანიის შესახებ ინფორმაცია, ფასი თუ მიწოდე-ბის ვადები და პირობები.

როგორც მედიკამენტების, საკვები დანამატებისა და კოსმეტიკის იმპორტიორ კომპა-ნია „დოიჩე აფთიაქში“ განგვიმარტეს, მომხმარებლის მხრიდან აღნიშნულ მომსახუ-რებაზე მოთხოვნა მაღალია, რადგან ზოგიერთი ძვირადღირებული მედიკამენტის უცხოეთიდან ჩამოტანა ხშირად საგრძნობლად იაფი ჯდება. როგორც ზემოთ აღვნიშ-ნეთ, სერვისი განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ქრონიკული და კრიტიკული დაავა-დებების მქონე პაციენტებისთვის, რომლებიც სამკურნალო მედიკამენტებს მუდმი-ვად საჭიროებენ, მათი საქართველოში შეძენა კი დიდ ხარჯებთან არის დაკავშირე-ბული. რეალურად, პაციენტებს შეუძლიათ, მედიკამენტების უცხოეთში შეკვეთით დაზოგონ თანხა.

„დოიჩე აფთიაქმა“ აღნიშნული სერვისის შეთავაზება მაღალი სოციალური პასუხისმგებლობიდან გამომდინარე გადაწყვიტა, რომლის მიზანია პაციენტების დახმარება და მათთვის მეტი კომფორტის შექმნა. კარდიოლოგია, ონკოლოგია, დერმატოლოგია, ენდოკრინოლოგია და ა. შ. – ეს იმ ნოზოლოგიათა არასრული ჩამონათვალია, რომ-ლის ჩამოტანაც შეკვეთით არის შესაძლებელი. ასევე, შესაძლებელია ჩამოვიტანოთ პაციენტებისათვის საჭირო საკვები დანამატები და სამკურნალო კოსმეტიკა“, – განგვიმარტეს „დოიჩე აფთიაქში“.

მედიკამენტებისა და სხვა სამედიცინო პროდუქციის შესაკვეთად დაგვჭირდება მხო-ლოდ ჯანმრთელობის ცნობა, ე. წ. ფორმა 100 და პაციენტის საიდენტიფიკაციო დო-კუმენტი. შეკვეთის შემდეგ კი კომპანია ვალდებულია, მომხმარებელი ინფორმირე-ბული იყოს შეკვეთილი პროდუქტის ჩამოტანის დეტალებზე.

რაც შეეხება „დოიჩე აფთიაქს“, ის საქართველოს ბაზარზე 2021 წელს შემოვიდა და ამ დროისთვის 7 აფთიაქით ოპერირებს. ბრენდმა მალევე მოიპოვა მომხმარებლების ნდობა. მისი აფთიაქები არის თბილისში, ქუთაისსა და ბათუმში.

„დოიჩე აფთიაქში“ ხელმისაწვდომ ფასად არის წარმოდგენილი ბაზარზე არსებული ყველა მედიკამენტი. ასევე, ქსელში შესაძლებელია, გერმანიაში წარმოებული მედი-კამენტების, პარაფარმაციის, საკვები დანამატებისა და უმაღლესი ხარისხის სხვა პროდუქციის შეძენა ხელმისაწვდომ ფასად.

მეცნიერებმა აღმოაჩინეს, რომ ოხრახუშს უნარი აქვს განკურნოს დეპრესია, შიზოფრენია და ალცჰეიმერის დაავადება

ბიოაქტიური ნივთიერება, რომელსაც შეიცავს ოხრახუში, გვირილა, ნიახური, ქონდარა და სხვა ბევრი მცენარე, ეხმარება თავის ტვინს ნერვიული უჯრედების ფორმირებაში და აძლიერებს კავშირს მათ შორის. ეს აღმოჩენა გააკეთეს მეცნიერებმა რამდენიმე ბრაზილიური სამეცნიერო ცენტრიდან, რომელთა შრომები გამოქვეყნდა ჟურნალში Advances in Regenerative Biology.

საუბარია ბუნებრივ ფლავონოიდ აპიგენინზე. შედარებით ადრეულმა, ცხოველებზე ჩატარებულმა ექსპერიმენტებმა იმის დემონსტრირება მოახდინა, რომ ფლავონოიდები პოზიტიურად მოქმედებს სწავლასა და მეხსიერებაზე. ბრაზილიელმა მეცნიერებმა შეძლეს ეჩვენებინათ აპიგენინის ეფექტი უშუალოდ ადამიანის ნერვიულ უჯრედებზე და ამასთან, აღმოაჩინეს მისი მოქმედების მექანიზმი.

მეცნიერებმა აპიგენინი პეტრის ფინჯანში მოთავსებულ ადამიანის პლურიპოტენტულ ღეროვან უჯრედებს დაუმატეს. ასეთი ღეროვანი უჯრედები, რამდენადაც ცნობილია, უნარი აქვთ განვითარდნენ სხვადასხვა ტიპის უჯრედებში. 25 დღის შემდეგ ეს უჯრედები ნეირონებად გადაიქცნენ. აპიგენინის დამატების გარეშე მსგავსი ეფექტი არ მიუღიათ. ამასთან, კავშირი ფლავონოიდების ზეგავლენის ქვეშ ჩამოყალიბებულ ნეირონებში (სინაფსი) გაცილებით ძლიერი აღმოჩნდა, ვიდრე ჩვეულებრივ.

„ძლიერი, დატოტვილი კავშირი ნეირონებს შორის წარმოადგენს თავის ტვინის კარგი ფუნქციონირების საკვანძო პირობას, სასარგებლო მეხსიერებისთვის და სწავლისთვის.„– აღნიშნა სამეცნიერო კვლევის ერთ-ერთმა ავტორმა სტივენს რეჰენმა.

რეჰენმა და მისმა კოლეგებმა დაადგინეს, რომ აპიგენინის პოზიტიური მოქმედება ეფუძნება უჯრედშიდა ესტეროგენული რეცეპტორების დაკავშირებას. ცნობილია, რომ ჰორმონების ზუსტად ეს ჯგუფი მოქმედებს ნერვიული სისტემის განვითარებაზე, მომწიფებაზე, ფუნქციონირებასა და პლასტიურობაზე. ესტეროგენის მოქმედებაზეა დამოკიდებული ისეთი ფსიქიატრიული და ნეიროდეგენერაციული დაავადებების დაწყების შეფერხება, როგორიცაა შიზოფრენია, დეპრესია ალცჰეიმერის დაავადება. თუმცა, თერაპიის მეთოდები, რომელიც ესტეროგენებს ეფუძნება, შეიცავს სიმსივნისა და გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების განვითარების რისკებს.

ამის გამო, მეცნიერები დარწმუნებულები არიან, რომ აპიგენინი შესაძლოა გახდეს ესტეროგენების ალტერნატიულ ეფექტურ და უსაფრთხო საშუალებად ნეიროდეგენერაციული დაავადებების სამკურნალოდ. იქიდან გამომდინარე, რომ ამ ფლავონოიდს დიდი რაოდენობით შეიცავს მცენარეული პროდუქტები, რეჰენმა და მისმა კოლეგებმა ივარაუდეს, რომ ფლავონიდებით მდიდარი დიეტის მეშვეობით, შესაძლებელია ტვინის ფუნქციონირების გაუმჯობესება.

ჩიკაგოს უნივერსიტეტის მიერ ჩატარებულმა ადრეულმა კვლევებმა აღმოაჩინეს, რომ ნეიროდეგენერაციული დაავადებების პროფილაქტიკისთვის შესაძლოა ისპანახის გამოყენება. მეცნიერები ამას იმით ხსნიან, რომ მცენარე ბევრ ვიტამინს შეიცავს.

რა სამუშაოები უნდა ჩავატაროთ ნოემბერში ბაღსა და ბოსტანში

ნოემბერი ბაღში ჩასატარებელი სამუშაოებისათვის ბოლო თვეა. ამ დროს ბაღი და ნებისმიერი სახის მიწის ნაკვეთი ყველანაირი მცენარეული ნარჩენებისაგან უნდა გავწმინდოთ.

კომპოსტის გროვა კი პოლიეთილენის ფირით ან ტოლით (რუბეროიდი) უნდა დავფაროთ.

თუკი ნაკვეთი ფერდობზე მდებარეობს, სასურველია, ეროზიის საწინააღმდეგო სამუშაოების ჩატარება, რათა გაზაფხულის წვიმებმა მიწის ზედაპირი არ გადარეცხოს. ამისთვის საჭიროა არხების გათხრა ან არსებულის გაწმენდა. შესაძლებელია, ზოგიერთ ადგილას პატარა მიწაყრილის გაკეთებაც, რომელიც წყლის ნაკადს დააბრკოლებს.

ზოგიერთი სახეობის ხეხილის ხეებს (მაგალითად, ვაშლს ხშირად ზიანს აყენებენ თაგვები), ამიტომ, კარგი იქნება ვარჯზე რუბეროიდის ფირფიტის შემოხვევა. თუმცა, მანამდე ძველი ქსოვილის ნაჭრები ან ტომრის ნარჩენები უნდა შემოვახვიოთ, რომ გაზაფხულზე ვარჯის ქერქმა სითბური დამწვრობა არ მიიღოს. აუცილებელია, ხის ვარჯის დაფარვა მოხდეს მიწის დონემდე. ვარჯის მიწასთან ახლოს არსებული არეალი, სადაც მყნობის ადგილია მავნებლებს განსაკუთრებულად იზიდავს.

განსაკუთრებით ბევრი მავნებელი ჰყავს ხეხილოვან მცენარეებს მსუყე ნიადაგებზე. ამიტომაც აუცილებელია, ასეთი ნაკვეთების განსაკუთრებული გულმოდგინებით გაწმენდა და ცალკეულ შემთხვევებში შხამ-ქიმიკატების გამოყენებაც. თუმცა, შხამ-ქიმიკატების გამოყენება მხოლოდ სპეციალისტების რეკომენდაციების საფუძველზე და თანაც სიფრთხილით უნდა მოხდეს.

უთოვლო ზამთარში წაყინვებით ხშირად ზიანდება ისეთი კენკროვანი კულტურები, როგორიცაა მარწყვი. თიხნარ ნიადაგზე კი ხშირად მიწიდან ამოიყრება კიდეც, ამიტომაც კარგი იქნება თუ მარწყვის ნარგავებს ტორფით მულჩირებას გავუკეთებთ. რაც გულისხმობს იმას, რომ მწკრივებს შორის 2-3 სანტიმეტრის სისქეზე ტორფი უნდა გავფინოთ. ეს მცენარეს დაიცავს და გაზაფხულზე იგი მეტად მოსავლიანი გახდება. თოვლისაგან დასაცავად კი კარგი იქნება წიწვოვანების ტოტებით მწკრივების დაფარვა.

ნოემბერში თუკი შედარებით თბილი ამინდები დაიჭირა, შესაძლებელია, გარკვეული სახის ბოსტნეულის თესვაც. მაგალითად: სალათა, ოხრახუში (მაკიდო), სტაფილო, ცერეცო და ისპანახი. მარტივი ფორმის სათბურში კი შესაძლებელია ბოლოკისა და ხახვის დათესვა და დარგვა, რომლის მოსავლის მიღება იანვრის თვეშიც შეიძლება.

კარგი იქნება იმ ნაკვეთის გადაბარვაც, სადაც ერთწლოვანი კულტურები მოჰყავთ. დადგენილია, რომ რაც უფრო გვიან გადაიბარება ასეთი ნაკვეთები, მით უფრო მეტი მავნებელი იღუპება.

ნოემბერში გადაბარული ნაკვეთის უპირატესობა ისაა, რომ ამ დროს მიწა თოვლისა და წვიმის საშუალებით მეტ მინერალებს იღებს და მასზე მოწეული მოსავალი უფრო უხვია. უკეთესია თუ მიწის ბელტები ასეთ დროს დაუშლელი დარჩება.

აუცილებელია ხეხილოვანი მცენარეების ვარჯის გასუფთავება, რომ მასში მავნე მწერებმა არ დაიბუდოს და გამოიზამთროს. წინააღმდეგ შემთხვევაში, ისინი დაბალ და უხარისხო მოსავლიანობას გამოიწვევენ. შესაძლებელია, დაცვის მიზნით ვარჯზე წიწვოვანი მცენარეების ტოტების შემოხვევა. თუმცა, ასეთ დროს წიწვოვანთა ტოტები ქვევით უნდა იყოს დახრილი.

ნოემბერში აუცილებელია ადრე აღებული და შენახული მოსავლის კიდევ ერთხელ გადარჩევა და შემოწმება. მნიშვნელოვანია მათი შენახვის ტემპერატურის კონტროლიც. თუ შენახვის ადგილი თბილია, უნდა იზრუნოთ დამატებით ვენტილიციაზე, რათა ტემპერატურა დაიწიოს, ხოლო ზედმეტი სიცივის დროს კი მის დათბუნებაზე უნდა იზრუნოთ. არ უნდა დაგვავიწყდეს იმ ადგილების მღრღნელებისაგან დაცვა, სადაც მოსავალს ვინახავთ.

არ უნდა დაგვავიწყდეს საბაღო ინვენტარიც. აუცილებელია მათი შეკეთება, გალესვა, გარეცხვა და დეზინფექცია, რის შემდეგაც უნდა შევინახოთ მშრალ ადგილას.

შენახვამდე კი კარგი იქნება თუ გავპოხავთ მანქანის ზეთით, რაც ინვენტარის ჟანგვას აგვაცილებს თავიდან. წინააღმდეგ შემთხვევაში, ეს საქმე გაზაფხულზე ბევრ დროს დაგვაკარგვინებს. აუცილებელია სათბურების დეზინფექციაც.

არ უნდა დაგვავიწყდეს ხეზე დარჩენილი ნაყოფების მოცილებაც, რადგანაც შემდგომში ისინი მრავალი სოკოვანი და სხვა სახის დაავადებების გამომწვევად გვევლინებიან.

კარგი იქნება ხეხილოვანი მცენარეების ვარჯების კირით შეთეთრება. ასეთი მცენარეები ადრე გაზაფხულზე უკეთესად უმკლავდებიან სხვადასხვა სახის მავნებლებს.

თუკი ამინდები საშუალებას გაძლევთ, შესაძლებელია ბაღში ძველი, გამხმარი და დაბალპროდუქტიული ხეებისა და ბუჩქების მოჭრა და ამოძირკვა, რომ გაზაფხულზე ნაკლები საქმე გქონდეთ და უფრო შედეგიანად გამოიყენოთ ნაკვეთი.

არ უნდა დაგვავიწყდეს ფეიჰოას, მანდარინის, ფორთოხლისა და ლიმონის ახალგაზრდა მცენარეების შეხვევა და დათბუნება. წინააღმდეგ შემთხვევაში ისინი შესაძლებელია, თოვლმა დატეხოს და შემდგომში მათი ზრდა შეფერხდეს.

სოციალურ-ეკონომიკური განვითარების მიზნით, აუცილებელია დავამკვიდროთ საქართველოს, როგორც აგროტურისტული ქვეყნის, იმიჯი, დავეხმაროთ ადგილობრივ აგროტურისტულ ინდუსტრიას საკუთარი პროდუქტის საერთაშორისო ბაზარზე პოპულარიზაციის ეფექტურად წარმოჩენაში; შევქმნათ ხელსაყრელი გარემო აგროტურისტული ბიზნესის განვითარებისათვის; დავეხმაროთ ადგილობრივ ახალგაზრდა შრომისუნარიან მოსახლეობას სამუშაო ადგილებით დაკავდეს.

აგროტურიზმი ტურისტული ინდუსტრიის შედარებით ახალი სექტორია, რომელიც რეკრეაციის მიზნით ითვალისწინებს ტურისტული ჯგუფების მოგზაურობას დასვენების, ხშირ შემთხვევაში კი, ცენტრიდან მოშორებულ ტრადიციულ დასახლებებში ადგილობრივი ტრადიციებისა და სოფლის ცხოვრების გაცნობას.

აგროტურიზმის განვითარების გზები და პერსპექტივები საქართველოში

აგროტურიზმის განვითარებისათვის საქართველოში არსებობს ხელშემწყობი პირობები, რადგანაც ეს ქვეყანა ძალზე მრავალფეროვანი ბუნებრივ-ეკონომიკური პირობებით ხასიათდება, რაც განსაკუთრებულ გავლენას ახდენს სოფლის მეურნეობის განვითარებაზე.

აგროტურიზმის განვითარების მნიშვნელობა, ხელშემწყობი გარემოებები, აუცილებლობა და წინაპირობები დასტურდება იმით, რომ საქართველოს სოფლის მეურნეობის გაძლოლის კულტურის ნიშნები აისახა მითოლოგიურ და ეთნოგრაფიულ ძეგლებში, რაც გამოვლენილია ამ დარგთან დაკავშირებულ ადათ-წესებსა და ჩვეულებებში, სარწმუნეობრივი ხასიათის რიტუალებში.

აგროტურიზმის განვითარებისათვის დამახასიათებელია საქართველოს მრავალფეროვანი კონტრასტული ბუნება: უმდიდრესი ფლორით და ფაუნით, დიდი სამონადირეო და სათევზაო სივრცით, ტყის ფონდის სიდიდითა და უნიკალობით, სამთო-სათხილამურო ტრასებით, მდიდარი ისტორიული და საეკლესიო-ხუროთმოძღვრული ძეგლებით.

აგროტურიზმის ძირითადი არსი მდგომარეობს იმაში, რომ ქალაქის მცხოვრებლები (ზედმეტად ურბანიზებული გარემოს წარმომადგენლები) გაეცნონ სოფლის ყოფას, შეითვისონ ხალხური ტრადიციები, იცხოვრონ ეკოლოგიურად სუფთა გარემოში, მიიღონ სუფთა პროდუქტი და სხვა.

პროდუქციის წარმოების ტრადიციული წესი და ტექნოლოგიები, სივრცე, ლანდშაფტი, პეიზაჟი, განვითარებული ინფრასტრუქტურა ერთად მიმზიდველ გარემოს ქმნის. ადგილობრივი წარმოების პროდუქტის უნიკალურობა (ნატურალური გემო და ხარისხი), შინარეწვისა და ხელოვნების ნიმუშები

აგროტურიზმის პოპულარობას ყოველწლიურად ზრდის. ამ სახეობით დაინტერესებული ტურისტების მოტივაციაა: ბუნებასთან განმარტოება, კლიმატი, ეკოლოგიურად სუფთა პროდუქცია, ცხოვრების წესისა და სტილის შეცვლა. ტურისტებისათვის ყურადღებამისაქცევი იქნება ნიადაგის დამუშავების და სასოფლო-სამეურნეო კულტურათა მოვლა-მოყვანის ადგილობრივი ტექნოლოგია, სასოფლო-სამეურნეო ნედლეულის გადამუშავების წესები.

საქართველოში აგროტურიზმის განვითარებისათვის არსებობს კარგი პერსპექტივები, რაც გამოიხატება შემდეგში:

1. საქართველოს ბუნებრივი პირობები უაღრესად ხელსაყრელია აგროტურიზმის განვითარებისათვის;

2. მეურნეობის ნატურალური ხასიათი, მემცენარეობისა და მეცხოველეობის სტრუქტურა, ჩამორჩენილი ტექნოლოგიების გამოყენება, წარმოებული პროდუქციის მეურნეობაშივე გადამუშავების ტრადიცია, ადგილობრივი პროდუქტებით გემრიელი კერძების მომზადების შესაძლებლობა სერიოზულ მოტივაციას უქმნის ქალაქის მცხოვრებთ აგრარული ტურიზმის სასარგებლოდ გადაწყვეტილების მისაღებად;

3. სოფლად მცხოვრებთა სახლების საერთო ფართობი, ოთახების რაოდენობა და განლაგება, აუცილებელი საყოფაცხოვრებო ტექნიკით უზრუნველყოფა შესაძლებელს ხდის შედარებით მცირე დანახარჯებით მოეწყოს ტურისტებისათვის დასვენების პირობები;

4. სოფლად შინამეურნეობების შემოსავლებისა და ხარჯების ანალიზი უბიძგებს სოფლის მცხოვრებთ გაიჩინონ დამატებითი შემოსავლის წყარო, რაც შესაძლებელია აგრარული ტურიზმის განვითარებით.

აგროტურიზმის, აგრომრეწველობის და აგრობიზნესის კომპლექსური განვითარების პრიორიტეტულობა დადგენილია ლანდშაფტური გარემოსა და აგრარული მეცნიერებების განხორციელების ფარგლებში. ეს სექტორები წარმოადგენენ ქართული სოციალურ-ეკონომიკური განვითარების ღერძს. საქართველოს რეგიონების პირობებისათვის არ არსებობს ლანდშაფტსარგებლობის კულტურისა და აგროტურიზმის განვითარების სტრატეგიული გეგმა და კონცეფცია.

საბაზრო ურთიერთობების დატვირთვა საჭიროებს კულტურულ-ინტელექტუალურ, ტექნოლოგიურ, სოციალურ-ეკონომიკურ და სამართლებრივ შეფასებას. შედეგად ხდება ქაოტური და ეკოლოგიურად დამანგრეველი შეჭრა რიგ რეგიონებში, ადეკვატურად იკარგება ის ღირებულებითი ორიენტირები, რომელთა გამოც ქვეყნის უაღრესად საინტერესო აგრარულ-ტურისტულ-რეკრეაციული ობიექტი გარკვეულწილად გახდება პრიორიტეტული.

საქართველოს რეგიონების ისტორიაში ძველისა და ახლის დიფუზიის ყველაზე მკაფიო და თვალსაჩინო გამოხატულებაა ე.წ. აგრარულ-რეკრეაციული მოდერნიზმი, სადაც შერწყმულია წარსული და თანამედროვეობა, ტრადიცია და ნოვაცია, დღესასწაულები, რელიგიური და სპორტული ზეიმები, ბუნებრივი სილამაზე, კლიმატი და ა.შ. უპირველესად საჭიროა ლანდშაფტური კომპონენტების ფუნქციონალური მნიშვნელობის დადგენა და ამ საფუძველზე ლანდშაფტსარგებლობის სინთეზურ გადაწყვეტილებათა მიღება. აქ მნიშვნელოვანი სოციალურ-ეკონომიკური პრობლემები უნდა გადაწყდეს კომპლექსურად ურთიერთქმედით ურთიერთსასარგებლო აგროტურისტული განვითარების გზით.

აგრარულ სფეროში მიღებული ნატურალური პროდუქციის რეალიზაცია ადგილზევე მოხდება, რითაც ტურისტული მეურნეობის განვითარებას გზას გაუკაფავს. რაც შეეხება მეორად პროდუქციას, იგი მეცხოველეობის საკვებად გამოიყენება და განავითარებს უნარჩენო ტექნოლოგიურ პროცესს.

რეკრეაციული მეურნეობა ადგილზე დაასაქმებს ახალგაზრდა მუშახელს და აამაღლებს სოფლის სოციალურ-ეკონომიკურ მდგომარეობას.

საბაზრო კულტურისა და აგროტურიზმის კონცეფცია აჩვენებს, თუ რისი გადარჩენა და აღდგენა შეიძლება დღეს, როგორ შეიძლება მათი ადეკვატური ბიზნესღირებულების მქონე აგროტურისტულ პროდუქტად ჩამოყალიბება, რათა აქედან მიღებულმა შემოსავლებმა თვითონ მოახდინონ ისტორიულ-კულტურული მემკვიდრეობის დაცვა-აღდგენისა და ადაპტაციის პროგრამის რეალიზება.

ოცდამეერთე საუკუნე კაცობრიობის ისტორიაში შემოდის სოციალურ-ეკონომიკური, ეკოლოგიური და ტურისტულ-რეკრეაციული დიფერენციით, როგორც ინტეგრაციისა და ურბანიზაციის ეპოქა, რომლის საფუძველშიც იგულისხმება პროგრესისა და განვითარების პროცესი.

აგროტურისტული გარემო სოციო-ეკონომიკური მოთხოვნილებების რთული კომპლექსია. აგროსაწარმოო ძალების ზრდა და ბუნებრივ გარემოზე მოქმედი ტურისტულ-რეკრეაციული ზეგავლენა წარმოშობს როგორც დადებით, ასევე უარყოფით ცვლილებებს. 2002 წელს საქართველოში იმყოფებოდა ევროსაბჭოს ექსპერტთა ჯგუფი, რომელიც მუშაობდა ანგარიშზე ქართული ურბანული კულტურისა და ტურიზმის პოლიტიკის შესახებ.

მათ მიერ წარმოდგენილ რეკომენდაციებში მწვავედ წარმოჩნდა მთიანი და მაღალმთიანი ტერიტორიების, ლანდშაფტური მიწათსარგებლობის მიზნობრივი დანიშნულების, ეკოკულტურისა და აგროტურისტული მეურნეობების პოლიტიკის არასწორი მართვის პრობლემა.

ტურიზმის ეს სახე საქართველოში განვითარების საწყის ეტაპზეა. ამ მხრივ საქართველოს თითოეული რეგიონი დიდი პოტენციალის მატარებელია. იგი ორიენტირებულია საშუალო და საშუალოზე დაბალი ფინანსური შესაძლებლობების მქონე ადამიანების მოთხოვნების დაკმაყოფილებაზე, ვინაიდან გამოირჩევა იმით, რომ დასვენება შეიძლება შედარებით მცირე დანახარჯებით.

იზრდება როგორც სოფლად მცხოვრებთა შემოსავლები (საცხოვრებლის დაქირვება, მომსახურება, კვების პროდუქტების, ეროვნული სამზარეულოს წარმოჩინება, ხალხური რეწვის ნაწარმის გაყიდვა), ასევე მათი დასაქმებაც.

მნიშვნელოვანია ის ფაქტი, რომ ტურისტები იცხოვრებენ გლეხთა (ფერმერთა) სახლებში, როგორც ორიგინალურ მინი ტურისტულ სასტუმროებში, ჩაერთვებიან გლეხური ცხოვრების ატმოსფეროში, რომელიც მოიცავს საკარმიდამო ნაკვეთების დამუშავებას, ბოსტან-ბაღჩაში საქმიანობას, ტყისპირებში სოკოების შეგროვებას, ჟოლოს, მოცვის, შინდის, მაყვლის, პანტის, ზღმარტლის, ასკილის, უნაბის, ფშატის და ტყის ფლორის სხვა პროდუქტების მოპოვებას.

საინტერესო და დიდი გამოყენებითი მნიშვნელობა ექნება სამკურნალო-საწამლო ბალახეულობის შეგროვებას და ხალხური მედიცინის გაცნობას.

აგროტურიზმის განვითარების იდეა მოდის ევროპიდან, კერძოდ კი იტალია-საფრანგეთი-ესპანეთიდან, სადაც დღესაც არსებობს ფერმერული მეურნეობის ისტორიული ტიპები, ძირითადად განაპირა პროვინციების კულტურულ-ისტორიულ ადგილებში.

როგორც ევროპის ტურისტული ბაზრის შესწავლა გვიჩვენებს, ინტერესი აგროტურიზმის მიმართ ყოველწლიურად იზრდება. სულ უფრო ფართოვდება მისი საერთაშორისო ხასიათი, რაც იმის საფუძველს იძლევა, რომ მთიანეთის სოფელი თავისი უნიკალური თვისებებით, სტუმართმასპინძლობით და წეს-ჩვეულებებით შესაბამის ადგილს დაიკავებს მსოფლიო-აგროტურისტულ ბაზარზე. ამასთან, მისი სპეციფიკიდან გამომდინარე, ტურიზმის ამ სახეობის სისტემაში მოქცევა შედარებით იოლია და ნაკლებ ფინანსურ ხარჯებთანაა დაკავშირებული.

საქართველოში აგროტურიზმის დანერგვისა და ხელშეწყობის თვალსაზრისით აქტიურად საქმიანობს არასამთავრობო სექტორი. ამ მხრივ საინტერესოა „ქალთა ინიციატივების მხარდამჭერი ჯგუფის“ საქმიანობა. აგროტურიზმი მსოფლიოს სხვადასხვა ქვეყანაში დაახლოებით 80-იან წლებში გაჩნდა და დღეს ყველგანაა განვითარებული. იქ, სადაც გლეხი არსებობს, არსებობს სტუმართმასპინძლობის ტრადიციაც. „ქალთა ინიციატივების მხარდამჭერთა ჯგუფი“ დაუკავშირდა საფრანგეთის აგროტურისტულ ასოციაციას.

საფრანგეთიც იმავე პრობლემის წინაშე აღმოჩნდა 70-იან წლებში, რომელშიც ჩვენ ვართ დღეს. სოფლებმა დაიწყო დაცარიელება, დაბერება, სოფლებიდან ხდებოდა ახალგაზრდების მასობრივი გადინება. გლეხები ბაზარზე პროდუქციის მოჭარბებას კონკურენციას ველარ უწევდნენ და ამ დროს გაჩნდა იდეა, რომელიც თავდაპირველად გლეხებს შორის ერთგვარი ცოდნის გაცვლას გულისხმობდა. გლეხები სტუმრობდნენ ერთმანეთს, რათა გამოცდილება გაეზიარებინათ, შემდეგ კი ნელ-ნელა ეს იქცა ამ ფორმის ერთგვარი ტურისტული სერვისის ობიექტად. შემდეგ დაიწყო ქსელად ჩამოყალიბება და აგროტურიზმი გახდა გლეხის დამატებითი საქმიანობის წყარო.

იტალიაში სახელმწიფომ სპეციალური კანონიც კი შეიმუშავა, რომელიც ამგვარი საქმიანობით დაკავებულ გლეხებს გარკვეულ შეღავათებს ანიჭებდა. მთავარი პირობა, რომელსაც აგროტურისტულ ქსელში გაერთიანებული გლეხი უნდა აკმაყოფილებდეს, არის ის, რომ იგი არ უნდა იყოს მოწყვეტილი საკუთარ ფერმას და საკუთარ საქმიანობას; ჩვეულებრივი ტურიზმისგან განსხვავებით, ტურისტული მოგზაურობის დროს ტურისტი გლეხის ოჯახში უნდა ცხოვრობდეს, მეორე პირობა — სტუმარი უნდა იკვებებოდეს ეკოლოგიურად სუფთა, იქვე ფერმაში მოყვანილი პროდუქტით. თუ პროდუქტი არ ექნებათ, მეზობლისგან უნდა შეიძინონ. მთავარი მაინც მასპინძელია.

თუ ჩვეულებრივი ტურიზმის მომხმარებელი ორიენტირებულია ლუქსზე ან ფუფუნებაზე და ა.შ., აქ პირველ ადგილზე ადამიანი დგას. ტურისტები თანახმანი არიან იცხოვრონ გაცილებით ცუდ პირობებში, მაგრამ, როგორც თვითონ ამბობენ, შიგნიდან დაინახონ ქვეყანა. ეს არ იქნება ფოტოზე გადაღებული ძეგლი, მანქანის ფანჯრიდან დანახული პეიზაჟი, არამედ ადამიანების გვერდით ცხოვრების საშუალება და მათი მეშვეობით გაცნობილი ქვეყანა. პაკეტი, რომელსაც სთავაზობენ ოჯახებს, სამი ძირითადი ნაწილისგან შედგება.

ერთია ქვეყნის თავისებურება, კოლორიტი, ტრადიციები, მეორე — რეგიონები, რომლებსაც საკმაოდ განსხვავებული ტრადიციები და კულტურა აქვთ და მესამე ის, თუ ინდივიდუალურად რას სთავაზობს თვითონ მასპინძელი სტუმარს.

აგროტურიზმის განვითარება მოითხოვს შესაბამისი ეკონომიკური მექანიზმისა და ინსტიტუციური სისტემის დამუშავებას, რამაც უნდა უზრუნველყოს მისი სრულყოფილი მართვა და რეგულირება.

ეს მოიცავს მორგებული ეკონომიკური და სამართლებრივი ბაზის შექმნას და შესაბამისი ნორმების დამუშავებას. უაღრესად მნიშვნელოვანია შედგეს აგროტურიზმის რეგიონული ატლასი, რაც მარკეტინგული მოტივაციების რეალიზებისა და უზრუნველყოფის საფუძვლად იქნება მიჩნეული. ასეთი ატლასის შექმნა საგარეო-ეკონომიკურ ურთიერთობათა საერთო სისტემაში უდავო სიახლეა.

აგროტურიზმის განვითარება საქართველოში ბევრი სხვა სპეციფიკური და მკაცრად მიზნობრივი ამოცანის გადაწყვეტასაც მოითხოვს, რამაც საერთო ჯამში უნდა შექმნას აგროტურიზმის ერთიანი, ცენტრალიზებული სისტემა და სამსახური, რომლის რეალიზაციაც განამტკიცებს ქვეყნის ეკონომიკურ და სოციალურ პოტენციალს და აამაღლებს მის როლსა და ფუნქციას მსოფლიო თანამეგობრობაში.

ცნობილია, რომ მომხმარებლის არჩევანის თეორია ადამიანის მიერ გადაწყვეტილების მიღების აღწერასა და შესრულებას იკვლევს. ამ თეორიის პოზიციებიდან გამომდინარე, აგროტურიზმის განვითარება ტურიზმის ერთ-ერთი საუკეთესო ფორმა და საშუალებაა.

აგროტურიზმი ახალ იმპულსს აძლევს რეგიონების განვითარებას. მცირე და საშუალო ტურსაწარმოებში შეიძლება გაერთიანდნენ სოფლის თვითმმართველობა, კულტურული ობიექტების წარმომადგენლები, მცხოვრებნი, რომლებიც ადგილზე მზად არიან ტურბიზნესისათვის. შემუშავებულია სპეციალური პროგრამა, რომლის მიხედვით ყოველწლიურად ხდება სოფლის სახლების რესტავრაცია ეროვნულ სტილთან მისადაგებით, ასევე კომფორტისა და სიმყუდროვის შენარჩუნებით.

ასეთი ტურისტული პროდუქტი პასუხობს გადახდისუნარიანი მომხმარებლის მოთხოვნებს. აგროტურიზმის პროგრამები რეგიონების მაკროეკონომიკური გეგმის ნაწილი უნდა გახდეს, რაც ტერიტორიის ეკონომიკური განახლებისა და აგროტურიზმის სწრაფი აღმავლობის ინსტრუმენტი იქნება. საქართველოს აგროტურისტული საქმიანობა უნდა განხორციელდეს ინდივიდუალური მოთხოვნით, ანუ მოხდეს ერთიანი ტურისტული პაკეტის რეალიზაცია სპეციალური ტურების მიხედვით და ეს ყველაფერი აისახოს სოფელში რეგისტრირებულ ოჯახებთან გაფორმებულ ხელშეკრულებაში.

აგროტურიზმი, როგორც ერთ-ერთი პერსპექტიული მიმართულება, არა მარტო ტურიზმის სფეროს განვითარების ხელშემწყობია, არამედ ერთგვარი მულტიპლიკატორი როგორც რეგიონის, ისე ქვეყნის ეკონომიკისათვის. იგი შეიძლება მივიჩნიოთ სოფლის მდგრადი განვითარების ერთერთ ფაქტორად.

აგროტურიზმის სწრაფი განვითარებისათვის აუცილებელია:

* აგროტურიზმის პრიორიტეტულ მიმართულებად გამოცხადება;
* ლიბერალური საგადასახადო პოლიტიკა;
* ტურიზმის საინფორმაციო ცენტრების ფართო ქსელის შექმნა;
* ტურისტების უსაფრთხოების დაცვა, მოწესრიგებული საბანკო და სადაზღვევო სისტემის შექმნა;
* მუნიციპალურ და სასოფლო ადგილებში სემინარებისა და ტრენინგების მოწყობა;
* თანამედროვე საინფორმაციო ტექნოლოგიების აქტიური გამოყენება, მონაცემთა ელექტრონული ბაზისა და ინტერაქტიული ტურისტული პორტალების შექმნა ცალკეული რეგიონის დონეზე, სადაც თავს მოიყრის სრული ინფორმაცია მარშრუტების, ისტორიული ადგილების, კერძო სახლების შესახებ და სხვა;
* ინვესტიციები ბიოპროდუქტების წარმოებისათვის;
* რეგოინების ტურისტული ბრენდის შექმნა და სტუმართმასპინძლობის სტანდარტების დაცვა;
* სახელმწიფოს მხრიდან მოსახლეობის უზრუნველყოფა მცირე ტექნიკითა და ტექსერვისით.

ეკოლოგიურად სუფთა გარემოში დასვენება და ეროვნული სამზარეულოს პროდუქტებზე მოთხოვნა ტურისტულ ბაზარზე თანდათან იზრდება.

აგროტურიზმის, როგორც დიდი, პერსპექტიული და სახელმწიფოებრივი მნიშვნელობის დარგის, კვლევის მიზანია საქართველოში აგროტურიზმის განვითარების შესაძლებლობებისა და არეალის განსაზღვრა, მისი სისტემური მოდელის შექმნა, მართვისა და რეგულირების ეკონომიკური მექანიზმის დამუშავება და უკუგების ოპტიმიზებული დონეების დადგენა. ამ მიზნით:

* აუცილებელია შეიქმნას საქართველოში აგროტურიზმის სიტემური მოდელი და მისი მენეჯმენტის ავტომატიზებული, ტექნოლოგიური ციკლი სხვადასხვა დონეზე;
* შემუშავდეს აგროტურიზმის განვითარების ეკონომიკური მექანიზმი;
* შეიქმნას ელექტრონული ვიზიტის პროექტი და შემუშავდეს მისი მართვისა და რეგულირების მექანიზმი;
* განისაზღვროს ხალხური შემოქმედებითი ხელოსნობის განვითარების შესაძლებლობები და პერსპექტივები აგროტურიზმის საერთო სისტემაში;
* დამუშავდეს აგროტურიზმის რეგიონალური ატლასი;
* შედგეს აგროტურიზმისათვის კადრების მომზადებისა და კვალიფიკაციის ამაღლების სასწავლო-საგანმანათლებლო პროგრამა;
* შეიქმნას აგროტურიზმის სისტემური მონაცემთა ბანკი (ბაზა) და მისი ინფორმაციულტექნოლოგიური სისტემა სახელმწიფოებრივ დონეზე.

ხათუნა ბერიშვილი,
სოხუმის სახელმწიფო უნივერსიტეტის
ასოცირებული პროფესორი

რა არის ორგანული სოფლის მეურნეობა

ტერმინ „ორგანულ სოფლის მეურნეობას“ მრავალგვარი განმარტება და განსაზღვრება აქვს, მაგრამ ყველა ისინი ერთმანეთს ემსგავსება იმაში, რომ ეს არის ისეთი სისტემა, რომელიც მიმართულია ეკოსისტემის მართვისაკენ და არა შიდა სასოფლო-სამეურნეო რესურსების გამოყენებისაკენ.

ორგანული სოფლის მეურნეობა – არის წარმოების მართვის მთლიანი, სრულყოფილი სისტემა, რომელიც ხელს უწყობს აგროეკოსისტემების შენარჩუნებას და უზრუნველყოფს მათ სიჯანსაღეს, მოიცავს ბიოლოგიურ მრავალფეროვნებას, ბიოლოგიურ ციკლებს და ნიადაგის ბიოლოგიურ აქტიურობას.

ეს სისტემა ეყრდნობა პრაქტიკით მიღებულ მართვის პრინციპებს. ყურადღებას ამახვილებს იმაზე, რომ კონკრეტული რეგიონალური პირობები მოითხოვენ განსაკუთრებულ, ადაპტირებულ სისტემებს თითოეული რეგიონისათვის. ყველა ეს პროცესი მიმდინარეობს, სადაც კი შეიძლება აგრონომიული, ბიოლოგიური და მექანიკური მეთოდების გამოყენებით, სინთეზური მასალების გამოყენების გარეშე შიგა სისტემების ფუნქციონირება და უზრუნველყოფა.

ორგანული სასოფლო–სამეურნეო წარმოება არის მართვის ერთიანი სისტემა, რომელიც ზრდის და აძლიერებს აგროეკოსისტემების განვითარებას, ბიომრავალფეროვნების, ბიოლოგიური ციკლის და ნიადაგის ბიოლოგიური აქტივობის ჩათვლით ფერმერულ რესურსთან შედარებით.

ის უპირატესობას ანიჭებს მართვის პრაქტიკის გამოყენებას და ითვალისწინებს ფაქტორს, რომ რეგიონალური პირობები მოითხოვს ადგილობრივად ადაპტირებულ სისტემებს, რაც მიიღწევა შესაძლო კულტურული, ბიოლოგიური და მექანიკური მეთოდებით ხელოვნური ნივთიერებების გამოყენების გარეშე.

ორგანული სასოფლო–სამეურნეო წარმოება იმ მეთოდოლოგიების ფართო სპექტრის ნაწილია, რომლებიც გარემოს დაცვას უჭერს მხარს. ორგანული გზით მიღებული პროდუქციის სისტემები ეყრდნობა პროდუქციის სპეციფიურ და განსაზღვრულ სტანდარტებს, რომლებიც გამიზნულია ოპტიმალური აგროეკოსისტემების მისაღწევად და მისაღებია სოციალურად, ეკოლოგიურად და ეკონომიურად.

ორგანული სასოფლო–სამეურნეო წარმოება დაფუძნებულია გარეშე დანამატების მინიმალურ გამოყენებაზე და ერიდება ხელოვნური სასუქებისა და პესტიციდების მოხმარებას. ორგანული სასოფლო–სამეურნეო წარმოება ვერ უზრუნველყოფს, რომ პროდუქცია მთლიანად თავისუფალი იყოს ნარჩენებისაგან, რაც გარემოს დაბინძურებითაა გამოწვეული. მიუხედავად ამისა, სხვადასხვა ზომებია მიღებული ჰაერის, წყლისა და ნიადაგის დაბინძურების შესამცირებლად.

ორგანული სურსათის მიმწოდებლები, დამამუშავებლები, გამყიდველები იცავენ არსებულ სტანდარტებს, რათა შეინარჩუნონ ორგანულად მიღებული სასოფლო–სამეურნეო პროდუქციის მთლიანობა. ორგანული სასოფლო–სამეურნეო წარმოების ძირითადი მიზანია უზრუნველყოს ურთიერთდამოკიდებული ერთობის: ნიადაგის, მცენარეების, ცხოველებისა და ადამიანების ჯანმრთელობა და პროდუქტიულობა.

ორგანული სოფლის მეურნეობის სისტემა და მის მიერ წარმოებული პროდუქტები ყოველთვის არაა სერთიფიცირებული. ამ შემთხვევაში მას უწოდებენ „არასერთიფიცირებულ ორგანულ მეურნეობას ან პროდუქტებს“. აქ არ ერთიანდება სისტემები, რომლებიც არ იყენებენ სინთეზურ დანამატებს, მაგრამ არ გააჩნიათ ნიადაგის რეკონსტრუქციის გამოცდილება.

ორგანულ სოფლის მეურნეობაზე მოქმედებს სამი განსხვავებული მამოძრავებელი ძალა:

• მოთხოვნილებაზე და ბაზარზე ორიენტირებული ორგანული სოფლის მეურნეობა. აქ წარმოებული პროდუქტები გამოკვეთილად იდენტიფიცირდებიან, როგორც ორგანული, ექვემდებარება შესაბამის სერთიფიცირებას და შეფუთვას. მომხმარებელი ამ შემთხვევაში თავად ახდენს გავლენას ორგანულ წარმოებაზე.

• მომსახურებაზე ორიენტირებული ორგანული სოფლის მეურნეობა. ევროკავშირის ბევრ ქვეყანაში შექმნილია ფონდები, რომლებიც უზრუნველყოფენ ორგანულ სოფლის მეურნეობას სუბსიდიებით, რომელიც აწარმოებს ეკოლოგიურ პროდუქციას და მომსახურებას. მაგალითად როგორიცაა ბრძოლა გრუნტის წყლების გაჭუჭყიანების წინააღმდეგ, ანდა შედარებით მდიდარი და ბიოლოგიურად მრავალფეროვანი ბუნებრივი ლანდშაფტის შექმნა.

• ფერმერებზე ორიენტირებული ორგანული სოფლის მეურნეობა.ზოგიერთი ფერმერი თვლის, რომ სოფლის მეურნეობის ტრადიციული მეთოდები არარაციონალური და მავნეა, შესაბამისად თავად ამუშავებენ საკუთარ ალტერნატიულ მეთოდებს, რათა გაამყარონ ოჯახის ჯანმთელობა, ფერმის ეკონომიკური სიცოცხლისუნარიანობა, ან კიდევ საკუთარ ძალაში მოიპოვონ დამაჯერებლობა.

ბევრ განვითარებად ქვეყანაში ორგანული სოფლის მეურნეობის მეთოდები გამოიყენება საკვებ პროდუქტთა უსაფრთხოების შენარჩუნებისათვის, რომელიც მოჰყავთ მეურნეობაში, ასევე შიგა რესურსების შესყიდვაზე დანახარჯების შემცირებისათვის. ასეთი მეურნეობების პროდუქცია არაა აუცილებელი მოხვდეს ბაზარზე, ანდა შეიძლება გაიყიდოს ნებისმიერ ფასად, რადგან ის არ არის სერტიფიცირებული.

განვითარებულ ქვეყნებში წვრილი ფერმერები ცდილობენ თავიანთი ორგანულად წარმოებული, მაგრამ არასერტიფიცირებული პროდუქტები გაიტანონ პირდაპირ მომხმარებელზე. აშშ-ში წვრილი ფერმერების პროდუქტები, რომლებიც ყიდიან მცირე რაოდენობის ორგანულ პროდუქციას, სერტიფიცირებას არ ექვემდებარება.

ორგანული წარმოების სისტემა მიმართულია:

– ნიადაგის ბიოლოგიური აქტივობის გაზრდისაკენ;

– ნიადაგის ნაყოფიერების ხანგრძლივობის შენარჩუნებისაკენ;

– მცენარეული და ცხოველური წარმოშობის ნარჩენების რეცირკულაციისა და საკვები ნივთიერებების აღდგენისაკენ, რაც აღუდგენელი რესურსების გამოყენებას შეამცირებს;

– ადგილობრივ სასოფლო-სამეურნეო სისტემებში აღდგენად რესურსებზე დაყრდნობისაკენ;

– ნიადაგის, წყლის და ჰაერის ჯანსაღი გამოყენებისაკენ. ამასთან სასოფლო-სამეურნეო საქმიანობის შედეგად გამოწვეული დაბინძურების მინიმუმამდე დაყვანისაკენ;

– სასოფლო-სამეურნეო პროდუქტთან შეხებისას ისეთი მეთოდების გამოყენების დამუშავებისაკენ, რომლებიც უზრუნველყოფენ ორგანულ ერთიანობას და პროდუქტის სასიცოცხლო თვისებების ყველა საფეხურზე შენარჩუნებას;

– ყველა არსებულ ფერმაში, კონვერსიის პერიოდის მეშვეობით, ხანგრძლივობის განსაზღვრული სპეციფიური ფაქტორების დაფუძნებისაკენ, როგორიცაა მიწის ისტორია და მარცვლეულისა და პირუტყვის სახეობა.

ორგანული წარმოების მეთოდები მიისწრაფის ეკოსისტემების ზრდისაკენ, პროდუქტიულობის ამაღლებისაკენ, უზრუნველყოფს სარეველების, მავნებლების და დაავადებების კონტროლს, მცენარეული და ცხოველური ნარჩენების კვლავწარმოებას, თესლბრუნვას და შერჩევას, წყლის რეგულირებას, ნიადაგის დამუშავებას.

ამ სისტემების გამოყენებით იზრდება ნიადაგის ნაყოფიერება, რომელიც მიიჩნევს, რომ ნიადაგის ბიოლოგიური აქტივობა, ფიზიკური და მინერალური ბუნება მცენარისა და ცხოველისათვის უზრუნველყოფს ბალანსირებულ საკვებს და ხელს უწყობს მიწის რესურსების შენახვას.

წარმოება უნდა ხასიათდებოდეს მდგრადობით მცენარეებისათვის აუცილებელი კვების პროდუქტების კვლავწარმოების ზრდის მეშვეობით, რაც სასუქების მოხმარების სტრატეგიის განუყოფელ ნაწილს წარმოადგენს. მავნებლებისა და დაავადებების კონტროლის მენეჯმენტი მიიღწევა გადამტანის, მავნებლის ბალანსირებული ურთიერთობის, სასარგებლო მწერების პოპულაციის ზრდის, ბიოლოგიური კონტროლის, მავნებლებისა და მცენარეების დაზიანებული ნაწილების მექანიკური ლიკვიდაციის მეშვეობით.

ორგანული მესაქონლეობის განვითარება ეფუძნება მიწას, მცენარისა და პირუტყვს შორის ურთიერთობის ჰარმონიზაციას, პირუტყვის ფიზიოლოგიურ საჭიროებებს, რაც მიიღწევა ცხოველის შესაბამისი ხარისხის ორგანულად მიღებული საკვებით უზრუნველყოფით, მეცხოველეობის პრაქტიკის ცოდნით, რომელიც მინიმუმამდე ამცირებს ცხოველთა შორის სტრესსა და დაავადებებს, უზრუნველყოფს ცხოველთა ჯანმრთელობას, თავიდან იცილებს დაავადებებს და ერიდება ალოპათიური ვეტერინალური წამლების გამოყენებას ანტიბიოტიკების ჩათვლით.

ორგანული სოფლის მეურნეობის საგანი, ამოცანები და მნიშვნელობა

მე-19 საუკუნის ბოლოს და მე-20 საუკუნის დასაწყისში ქიმიური და მძიმე მრეწველობის განვითარებას მოჰყვა სოფლის მეურნეობაში ქიმიური სასუქებისა და პესტიციდების, სასოფლო-სამეურნეო ტექნიკისა და ტექნოლოგიების აქტიური დანერგვა, რამაც ერთგვარი რევოლუცია მოახდინა აგრარულ დარგში, კერძოდ, გაიზარდა მოსავლიანობა, შემცირდა ხელით შრომა და შესაბამისად შემცირდა პროდუქციის თვითღირებულებაც, მზარდი მოსახლეობა უზრუნველყოფილი გახდა სასოფლო-სამეურნეო პროდუქციით.

სურსათით მოსახლეობის უზრუნველყოფა ერთგვარად წყვეტდა შიმშილის პრობლემას, მაგრამ დროთა განმავლობაში მეცნიერებისა და პრაქტიკოსი გლეხების მიერ დადგენილ იქნა, რომ მოსავლიანობის ზრდასთან ერთად იმატა მცენარეთა მავნებელ-დაავადებათა რიცხვმა, ამაღლდა მათი გამძლეობა ქიმიური პრეპარატების მიმართ. მავნებელ-დაავადებების წინააღმდეგ საბრძოლველად საჭირო გახდა ახალი ქიმიური საშუალებების შექმნა, მათი ასორტიმენტისა და დოზების გაზრდა.

ქიმიური სასუქების ინტენსიური გამოყენება ერთის მხრივ ზრდიდა მოსავლის რაოდენობას, მაგრამ მეორეს მხრივ აბინძურებდა გარემოს, აუარესებდა ნიადაგის ნაყოფიერებას. ამავ დროულად ნიადაგის ნაყოფიერების აღდგენა-გაზრდა ქიმიური სასუქების გაზრდილი დოზებით გამოყენება ჯამში საბოლოოდ ხდიდა სოფლის მეურნეობას სულ უფრო დამოკიდებულს ქიმიურ ინდუსტრიაზე.

ქიმიური საშუალებების მზარდი დოზებით გამოყენება კი მავნე ზეგავლენას ახდენდა, როგორც ადამიანის ჯანმრთელობაზე, ასევე გარემოზე, თავი იჩინა ადამიანის ათასნაირმა დაავადებებმა, დაირღვა ბუნებაში ეკოლოგიური წონასწორობა, და რაც მთავარია, ასეთნაირად მოყვანილი პროდუქცია ნაკლები საყუათო ღირებულებებით ხასიათდება.

მე-19 საუკუნის დასაწყისში შვეიცარიელმა მეცნიერმა ჰანს მიულერმა საფუძველი ჩაუყარა ორგანული სოფლის მეურნეობის კონცეფციას. 1921 წელს შვეიცარიაში მან დააფუძნა გლეხთა მოძრაობა, რომელიც მიზნად ისახავდა გლეხთა ცნობიერების ამაღლებას, რათა შეძლებოდათ საზოგადოებაში თავისი ადგილი ეპოვათ. ჰანს მიულერმა მეუღლესთან მარია მიულერთან და ექიმ ჰ.პ. რუშთან ერთად შეიმუშავეს ბიოორგანული მიწათმოქმედების საფუძვლები, რაც გულისხმობდა:

– განთავისუფლებას ქიმიურ მრეწველობაზე დამოკიდებულებისაგან, კერძოდ, ქიმიური სასუქებისა და სხვა საშუალებების გამოყენების შეზღუდვას, მცენარეთა დაცვისა და ნიადაგის ნაყოფიერების ამაღლებისათვის საკუთარი მეურნეობის რესურსების მაქსიმალურ გამოყენებას.

– დამოუკიდებლობის მიღწევას პროდუქციის გასაღებაში, პროდუქციის ხარისხის გაუმჯობესებით საკუთარი ბაზრის მოპოვებას, იმ მომხმარებელზე გათვლით, რომელიც დაინტერესებულია საღი საკვებითა და სუფთა გარემოთი. 1946 წელს, გაკეთებული დასკვნების საფუძველზე, ჰ. მიულერმა დაარსა საწარმოო-სავაჭრო კოოპერატივი V, რომელიც შვეიცარიაში დღესაც ასაღებს ბიოორგანულ ნაწარმს და ცნობილია „V ბიობოსტნეულის“ სახელწოდებით. ჰ. მიულერის იდეები გამოიყენეს დასავლეთ გერმანიის ფერმერებმა და 1971 წელს შექმნეს გაერთიანება, რომელიც მიზნად ისახავდა ხელის შეწყობას ბიოორგანული მიწათმოქმედების და მებაღეობის განვითარებისათვის. მოგვიანებით გაერთიანებას „ბიოლანდი“ უწოდეს. 1991 წელს გაერთიანებამ გამოსცა დირექტივები და რეგისტრაციაში გაატარა სავაჭრო ნიშანი „იოლანდ.

მე-20 საუკუნის ოციანი წლების დასაწყისში ცნობილმა ავსტრიელმა მეცნიერმა რუდოლფ შტაინერმა სასოფლო-სამეურნეო კულტურების მოსავლიანობის, მათი საყუათო ღირებულებების, მავნებელ-დაავადებათა საგრძნობლად მატების და სხვა საკითხების საფუძვლიანად შესწავლის შემდეგ გააკეთა მნიშვნელოვანი დასკვნა, რომ ყოველივე ზემოთ აღნიშნული ხელოვნური სასუქებისა და შხამქიმიკატების გამოყენების შედეგია, ქიმიური სასუქები მცენარისათვის არ არის სრულყოფილი საკვები, რადგანაც შეიცავენ მხოლოდ ცალკეულ ელემენტებს ხსნადი მარილების სახით.

მის მიერ ჩამოყალიბებული ბიოდინამიური მეთოდი გულისხმობს სოფლის მეურნეობაში სპეციალური წესით დამზადებული პრეპარატების გამოყენებას, რომლებიც აძლიერებენ მცენარის სასიცოცხლო ძალას. ბიოდინამიური მეთოდის მიხედვით მეტად მნიშვნელოვანია სასოფლო-სამეურნეო კულტურების წარმოებისას გათვალისწინებული იქნას მცენარეებზე კოსმიური ფაქტორების გავლენა, რომელიც გულისხმობს აგროღონისძიებების ჩატარებას მთვარისა და სხვა პლანეტების განლაგების მიხედვით.

ბუნება მეტად რთული და გაწონასწორებული სისტემაა, რომელიც უამრავ ურთიერთდამოკიდებულ ელემენტებს შეიცავს. მცენარის სრულყოფილი ზრდა-განვითარება მრავალ ფაქტორზეა დამოკიდებული, მათ შორის მის ირგვლივ არსებულ ცოცხალ ორგანიზმებზე, რომელთაგან თუნდაც ერთიც რომ გამოვრიცხოთ, შესაძლოა შეუქცევადი შედეგი მივიღოთ.

ცოცხალ ორგანიზმებს შორის არსებობენ სასარგებლო ორგანიზმები, რომლებზეც ქიმიური საშუალებები დამღუპველად მოქმედებენ, კერძოდ შხამქიმიკატები სპობენ არამარტო მავნებელ არამედ სასარგებლო ორგანიზმებსაც, რაც არღვევს ბუნებაში არსებულ წონასწორობას, ეს კი იწვევს გარემოს „დაავადებას“. სწორედ დაავადებული გარემოს შედეგია ნიადაგის გამოფიტვა, ეროზია, მავნებლების „აფეთქებები“ და დაავადებების ეპიდემიები.

ყოველივე აღნიშნულიდან გამომდინარე ორგანული მეურნეობის ამოცანას წარმოადგენს:

– ბუნების კანონზომიერებების შესწავლა და მათი გამოყენება მეურნეობრიობაში;

– ნიადაგის ნაყოფიერების ამაღლება და შენარჩუნება;

– ბუნებრივი რესურსებისადმი ფრთხილი დამოკიდებულება და მათი შენარჩუნება მომავალი თაობებისათვის;

– შინაური ცხოველების მოვლა-პატრონობა მათი ბუნებრივი ინსტიქტების გათვალისწინებით;

– მეურნეობაში ჩაკეტილი წრებრუნვის მიღწევა;

– მაღალი საყუათო ღირებულების პროდუქციის შექმნა.

ორგანული მეურნეობის ძირითადი მეთოდებია:

– თესლბრუნვის ინტენსიური გამოყენება;

– სიდერაცია; – შეთესვა; – მულჩირება;

– შერეული კულტურების გამოყენება;

– ნიადაგის მექანიკური გაფხვიერება;

– ნიადაგში ორგანული სასუქების შეტანა;

– ნიადაგში ბუნებრივი მინერალური სასუქების შეტანა;

– ცოცხალი ღობეების მოწყობა;

– მცენარეთა დაცვის ბიოლოგიური მეთოდების გამოყენება;

– სარეველა მცენარეთა გავრცელების კონტროლი მექანიკური საშუალებებით;

– აგროვადების ზუსტი დაცვა;

– შინაური ცხოველების ბუნებრივ ქცევაზე ორიენტირებული მოვლა;

– შინაურ ცხოველთა კვება საკუთარ მეურნეობაში მოწეული საკვებით;

აღნიშნულიდან გამომდინარე ორგანულ მეურნეობაში იქმნება ერთგვარი წრებრუნვა-ადამიანი, ცხოველი, მცენარე, ადამიანი.

ნ. ნაკაშიძე, დ. ჯაში
ბათუმის შოთა რუსთაველის სახელმწიფო უნივერსიტეტი, აგროეკოლოგიისა და სატყეო საქმის დეპარტამენტი

რას უნდა ეფუძნებოდეს ორგანული სოფლის მეურნეობა

ბოლო დროს წავიკითხე რამდენიმე სტატია, სადაც ორგანული (ბიო) სოფლის მეურნეობის მეთოდები (ბიოლოგიური, აგრონომიული და სხვ.) წარმოდგენილია როგორც პრინციპები. ვფიქრობ მნიშვნელოვანია ტერმინების და განმარტებების სწორი ცოდნა.

ორგანული სოფლის მეურნეობის პრინციპები მიღებულია ორგანული სოფლის მეურნეობის მოძრაობის საერთაშორისო ფედერაციის მიერ დაყველა ქვეყნისათვის საერთოა, ეს პრინციპები საფუძვლად უდევს ორგანული სოფლის მეურნეობის მოძრაობის საერთაშორისო ფედერაციის პროგრამებსა და სტანდარტებს.

დღეს ორგანული სოფლის მეურნეობის პრინციპები ჩამოყალიბებულია შემდეგნაირად:

– ჯანმრთელობის პრინციპი;

– ეკოლოგიის პრინციპი;

– სამართლიანობის პრინციპი;

– მზრუნველობის პრინციპი.

ჯანმრთელობის პრინციპი. ორგანული სოფლის მეურნეობა ზრუნავს ნიადაგების, მცენარეების, ცხოველების, ადამიანებისა და, მთლიანად, პლანეტის ჯანმრთელობის შენარჩუნებისა და გაუმჯობესებისათვის.

ეს პრინციპი აჩვენებს, რომ შეუძლებელია ჯანმრთელი ინდივიდისა და საზოგადოების არსებობა ჯანმრთელი (ჯანსაღი) ეკოსისტემისგან დამოუკიდებლად (ჯანსაღ ნიადაგებზე იზრდება ჯანსაღი მცენარეები, რაც განაპირობებს ცხოველებისა და ადამიანების ჯანმრთელობას).

ეს პრინციპი გულისხმობს მაღალი ხარისხისა და ყუათიანი სურსათისა და საკვების წარმოებას. ამ პრინციპის მიხედვით დაუშვებელია ისეთი სასუქების, პესტიციდების, ვეტპრეპარატების და საკვები დანამატების გამოყენება, რომელთაც შეუძლიათ დააზიანოს ჯანმრთელობა.

ეკოლოგიის პრინციპი. ორგანული სოფლის მეურნეობა უნდა ეფუძნებოდეს ბუნებრივი ციკლების და ეკოსისტემების პრინციპებს, ეწეოდეს სამეურნეო საქმიანობას ამ სისტემების შენარჩუნებისა და გაუმჯობესებისათვის.

ეს პრინციპი „ამკვიდრებს“ ორგანულ სოფლის მეურნეობას ცოცხალ ეკოსისტემაში. წარმოება ეფუძნება ეკოლოგიურ პროცესებს და წარმატება მიიღწევა საარსებო გარემოს „ეკოლოგიზაციით“. ორგანული სოფლის მეურნეობა ადაპტირებული უნდა იყოს ადგილობრივ პირობებთან, გარემოსთან, კულტურასთან და მასშტაბებთან, ხოლო გარემოზე ზემოქმედება უნდა შემცირდეს რესურსების მეორადი გამოყენებისა და ბუნებრივი რესურსების „ეკოლოგიური ხარისხის“ გაუმჯობესების გზით. მეურნემ უნდა მიაღწიოს ეკოლოგიურ ბალანსს მიწათსარგებლობის სწორი სისტემის დანერგვისა და ბიომრავალფეროვნების, მათ შორის აგრარული ბიომრავალფეროვნების შენარჩუნებით.

სამართლიანობის პრინციპი. სამართლიანობა გულისხმობს ობიექტურობას, პატივისცემას, კორექტულობას როგორც ადამიანებს შორის, ისე სხვა ცოცხალ არსებებთან მიმართებაში.

ეს პრინციპი გულისხმობს, რომ ყველა და ყველაფერი, რასაც მოიცავს ორგანული სოფლის მეურნეობა, უნდა ეფუძნებოდეს ჰუმანურობას, რაც იქნება სამართლიანობის გარანტია ყველა დონეზე და ყველა მხარისათვის (ფერმერები, მუშახელი, გადამმუშავებლები, დისტრიბუტორები, მომხმარებლები).

ეს პრინციპი აგრეთვე გულისხმობს ცხოველების ცხოვრების ისეთ პირობებს, რომელიც შეესაბამება მათ ბუნებრივ ინსტინქტებს.

მზრუნველობის პრინციპი ორგანულ სოფლის მეურნეობაში გულისხმობს გარემოს, დღევანდელი და შემდგომი თაობების ჯანმრთელობისა და კეთილდღეობის დაცვის პასუხისმგებლობას.

ორგანული სოფლის მეურნეობა ცოცხალი და დინამიკური სისტემაა, რომელიც შიდა და გარე ფაქტორების, გარემოს ცვლილებების ზემოქმედებით ვითარდება.

ორგანული სოფლის მეურნეობისთვის მისაღები ახალი ტექნოლოგიების დანერგვა პასუხისმგებლობით და ფრთხილად ხდება, რათა რისკის წინაშე არ დადგეს ჯანმრთელობა, უსაფრთხოება და ეკოლოგიურობა. ასევე დაუშვებელია გენეტიკური ინჟინერიის ტექნოლოგიების გამოყენება, ვინაიდან წინასწარ განსაზღვრა, თუ რა შედეგებს გამოიწვევს ის მომავალში შეუძლებელია.

ნუკრი მემარნიშვილი,
სმმ დოქტორი

მეცნიერები და ექიმები გვაფრთხილებენ,

როგორ მოვიწესრიგოთ ქოლესტერინი – რა არის საჭირო ჯანსაღი სისხლძარღვების შესანარჩუნებლად?

ასაკის მატებასთან ერთად ტერმინები: წნევა, ქოლესტერინი, პროთრომბინი – ყველა ადამიანისთვის კარგად ნაცნობი ხდება,

ყველა ცდილობს, ამა თუ იმ მეთოდით გაიხანგრძლივოს ახალგაზრდული ფიზიკური შესაძლებლობები, ჯანმრთელობა, მაგრამ ცოტამ თუ იცის, რომ ჩვენი ორგანიზმის საერთო მდგომარეობა ბევრად არის დამოკიდებული გულისა და სისხლძარღვების სიჯანსაღეზე. სისხლძარღვთა პათოლოგიური ცვლილებები კი მთელ რიგ დაავადებებს უდევს საფუძვლად.

დღეს ყველასთვის ცნობილია, რომ სისხლძარღვის სანათურის შევიწროება ათეროსკლეროზის შედეგია. ათეროსკლეროზი სისხლძარღვთა ქრონიკული დაავადებაა. ის სისხლძარღვთა კედლებში ეგრეთ წოდებული ათეროსკლეროზული ფოლაქების ფორმირებით ხასიათდება. რატომ ვითარდება ათეროსკლეროზი?

არსებობს ათეროსკლეროზის მრავალი მიზეზი. მათ სხვანაირად ათეროსკლეროზის რისკფაქტორებს უწოდებენ. სიტყვა „რისკფაქტორი„ აღნიშნავს, რომ ეს ფაქტორები ზრდიან ათეროსკლეროზის აღმოცენების რისკს.

• ასაკი. ასაკთან ერთად ათეროსკლეროზის რისკიც იზრდება. ათეროსკლეროზის რისკი საგრძნობლად იწევს მაღლა 45-50 წლის შემდეგ.

• გენეტიკური განწყობა. ათეროსკლეროზის მომატებული რისკი აქვთ მათ, ვის გენეტიკაშიც ათეროსკლეროზის სხვადასხვა ფორმაა დადასტურებული. მიჩნეულია, რომ სწორედ გენეტიკური განწყობაა ათეროსკლეროზის შედარებით ნაადრევად, 50 წლამდე, დაწყების მიზეზი. 50 წლიდან კი მემკვიდრეობა ნაკლებ როლს ასრულებს.

• თამბაქოს წევა. ეს მავნე ჩვევა ზრდის დაავადებათა მთელი წყების, მათ შორის – ათეროსკლეროზის, არტერიული ჰიპერტენზიის, ჰიპერლიპიდემიის, გულის იშემიური დაავადების განვითარების ალბათობას.

• არტერიული ჰიპერტენზია. ის ათეროსკლეროზის განვითარების დამოუკიდებელი ფაქტორია. არტერიული წნევის აწევის ფონზე იმატებს ცხიმებით არტერიების კედლების ინფილტრაცია, რაც ათეროსკლეროზის საწყისი ეტაპია. თავის მხრივ, ათეროსკლეროზიც ზრდის არტერიული წნევის მატების რისკს არტერიების ელასტიკურობის დაქვეითების გამო.

• სიმსუქნე. იგი ათეროსკლეროზის ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი რისკფაქტორია და, ამავე დროს, ზრდის არტერიული ჰიპერტენზიისა და შაქრიანი დიაბეტის აღმოცენების რისკს. მაგრამ ნუ გვეგონება, რომ ათეროსკლეროზი მხოლოდ მსუქან ადამიანებს ემუქრებათ.

• ლიპიდების ანუ ცხიმების ცვლის დარღვევა. ის ათეროსკლეროზის განვითარების უმნიშვნელოვანესი ფაქტორია. ათეროსკლეროზისა და მასთან დაკავშირებული გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებების განვითარებაში მნიშვნელოვან როლს ასრულებს ეგრეთ წოდებული „ცუდი„ქოლესტერინის ანუ დაბალი სიმკვრივის ქოლესტერინისა და ტრიგლიცერიდების მომატება.

• არასწორი კვება ცხოველური ცხიმებისა და კალორიების მაღალი შემცველობით, რომელიც აჩქარებს ათეროსკლეროზის პროგრესირებას.

• ცხოვრების უმოძრაო წესი ანუ ჰიპოდინამია ათეროსკლეროზის, შაქრიანი დიაბეტისა და არტერიული ჰიპერტენზიის აღმოცენების მნიშვნელოვანი ფაქტორია. უმოძრაობა ხელს უწყობს ცხიმებისა და ნახშირწყლების ცვლის დარღვევას, ეს კი ზრდის დასახელებული დაავადებების რისკს.

ათეროსკლეროზი ჩვენი ორგანიზმის მსხვილი სისხლძარღვების დაავადებაა. მისი საბოლოო შედეგი კი სისხლძარღვთა სანათურის შევიწროებაა. იმის მიხედვით, თუ უპირატესად რომელ სისხლძარღვებს აზიანებს ათეროსკლეროზი, მისი კლინიკური გამოვლინება სხვადასხვაგვარი შეიძლება იყოს:

• გულის გვირგვინოვანი ანუ კორონარული არტერიების ათეროსკლეროზული შევიწროება იწვევს გულის იშემიურ დავაადებას, რომელიც გულის არეში ტკივილით ვლინდება. შესაძლოა განვითარდეს მიოკარდიუმის მწვავე ინფარქტი.

• თავის ტვინის არტერიების ათეროსკლეროზი იწვევს სისხლის მიმოქცევის მოშლას, რაც შესაძლოა ინსულტის მიზეზად იქცეს.

• ქვედა კიდურების სისხლძარღვთა არტერიების ათეროსკლეროზი სიარულისას კიდურების ტკივილის, გარდამავალი კოჭლობის მიზეზია. გართულებულ შემთხვევებში შესაძლოა განვითარდეს განგრენა. მამაკაცებს შესაძლოა ერექციული დისფუნქცია განუვითარდეთ.

ჩვენი ორგანიზმი ქოლესტერინს ორი გზით იღებს – საკვებითა და თვით ორგანიზმშივე სინთეზით. ქოლესტერინით მდიდარია მრავალი ცხოველური პროდუქტი. განსაკუთრებით დიდი რაოდენობით არის ის ცხოველურ ცხიმში, კვერცხში, ღვიძლში. საკვებთან ერთად ნაწლავში მოხვედრისას ქოლესტერინი შეიწოვება ქილომიკრონების შემადგენლობაში და ჩვენი ორგანიზმის ყველა ორგანოში ხვდება.

ათეროსკლეროზით გამოწვეული დაავადებების ხასიათის გათვალისწინებით, განსაკუთრებული მნიშვნელობა ენიჭება მის მკურნალობასა და პროფილაქტიკას. ამ თვალსაზრისით თანამედროვე მიდგომა, პირველ რიგში, გულისხმობს რისკფაქტორების ზემოქმედების თავიდან აცილებას, რაც მნიშვნელოვნად ამცირებს გართულებებისა და ფატალური შედეგის რისკს. ათეროსკლეროზის მკურნალობა კომპლექსურია და გულისხმობს ცხოვრების წესის შეცვლას, დიეტას, მავნე ჩვევებზე უარის თქმას და, რა თქმა უნდა, მედიკამენტურ მკურნალობას, რაც საშუალებას გვაძლევს, მივაღწიოთ დაბალი სიმკვრივის ლიპოპროტეინების ქოლესტერინის სასურველ მაჩვენებელს. აუცილებელია:

• სწორი კვება, ქოლესტერინით მდიდარი საკვების მიღების შემცირება;

• ბრძოლა სიმსუქნესთან, კალორიების კონტროლი – ეს საშუალებას გვაძლევს, შევამციროთ ათეროსკლეროზის, დიაბეტის, ჰიპერტენზიის, გულის იშემიური დაავადების განვითარების რისკი;

• თამბაქოს წევასა და ალკოჰოლის ჭარბ მოხმარებაზე უარის თქმა;

• ფიზიკური აქტივობა;

• სტრესებისა და გადაღლის თავიდან აცილება.

ათეროსკლეროზი და ბუნებრივი სამკურნალო საშუალებები

ვისაც კი ფიტოთერაპიასთან შეხება აქვს, ათეროსკლეროზის ხსენებაზე მაშინვე ნიორი გაახსენდება. არაერთი კვლევით არის დადგენილი ნივრის ანტიქოლესტერინული ეფექტი. საინტერესოა, რომ ნიორი ათეროსკლეროზის არა მხოლოდ საპროფილაქტიკო საშუალებაა, არამედ ამცირებს ორგანიზმში უკვე არსებული ათეროსკლეროზული პროცესის ხარისხს და მის კლინკურ გამოვლინებას.

ნივრის სასწაულებრივ ეფექტს ეყრდნობა მრავალი ქვეყნის ხალხურ მედიცინაში გავრცელებული გასაახალგაზრდავებელი და სიცოცხლის გამახანგრძლივებელი საშუალებებიც.

ნივრის გამოყენებას აქვს ერთი უარყოფითი მხარე, მასში შემავალი ეთერზეთი ხასიათდება მეტად მძაფრი სუნით და ნივრის პრეპარატების გამოყენებისას, ადამიანი შეზღუდულია ყოველდღიურ საქმიანობაში.

მაგრამ არსებობს საკმაოდ ეფექტიანი და გონივრულად შედგენილი ფიტოპრეპარატი ანტი-ქოლესტერინი, რომლის შეძენაც სახალხო აფთიაქებში შეგიძლიათ. ამ პრეპარატის ძირითადი კომპონენტებია: ნიორი, კუნელი და ცაცხვი. პრეპარატს არ აქვს არავითარი უსიამოვნო სუნი და გემო. არის წვეთების სახით.

ნივრის ეფექტზე უკვე აღვნიშნეთ. რაც შეეხება კუნელს, იგი ხელს უწყობს გულის კუნთის მუშაობას. კარგ ეფექტს იძლევა ისეთი პათოლოგიების დროს, როგორებიცაა ჰიპერტონია, ათეროსკლეროზი, არითმია, ტაქიკარდია, სტენოკარდია. უხდება გულის სისუსტეს, აძლიერებს გულის კუნთის შეკუმშვას და, იმავდროულად, აქვეითებს მის აგზნებადობას, დაბლა სწევს მაღალ არტერიულ წნევას, აუმჯობესებს სისხლის მიმოქცევას როგორც გულის, ასევე თავის ტვინის სისხლძარღვებში, აწესრიგებს გულის რიტმს, აუმჯობესებს გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებების მქონე პაციენტთა საერთო მდგომარეობას. მეცნიერული კვლევები მოწმობს, რომ კუნელის ნაყოფი აქვეითებს სისხლში მავნე ქოლესტერინის დონეს, ასტიმულირებს ფარისებრი ჯირკვლის ფუნქციას, ყოველივე ეს კი ათეროსკლეროზული პროცესის შეფერხებას უწყობს ხელს.

ცაცხვის ფუნქცია ანტი-ქოლესტერინულ ეფექტში კი ის გახლავთ რომ ის აადვილებს ნაღვლის გამოყოფას, აუმჯობესებს სანაღვლე გზებისა და ღვიძლის ფუნქციებს, ეს კი ძალიან მნიშვნელოვანი ქოლესტერინის ცვლის პროცესში. გარდა ამისა ცაცხვი არის დამამშვიდებელი, ანთების საწინააღმდეგო ეფექტის მქონე მცენარე, აწესრიგებს კუჭ-ნაწლავის ფუნქციას.

ვინ უნდა გამოიყენოს ანტი-ქოლესტერინი

ეს პრეპარატი უნდა მიიღოს ყველამ, ვისაც სურს შეინარჩუნოს ჯანსაღი ორგანიზმი, სისხლძარღვები, მოიწესრიგოს ქოლესტერინი. ზოგადად კი 40 წლის ზევით ყველა ადამიანი უნდა ზრუნავდეს ამ ყველაფერზე.

პრეპარატი ნაჩვენებია:

• სისხლში ქოლესტერინის და ლიპიდების მაღალი დონის მქონე პირებისთვის

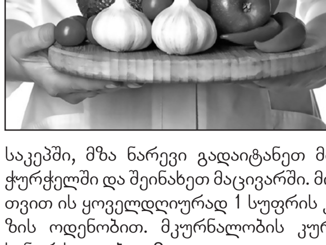
• მაღალი წნევის მქონე პირებისთვის

• მათთვის, ვისაც გულის ფრიალი, სტენოკარდია და ტაქიკარდია აწუხებს

• მათთვის, ვისაც საჭმლის მონელების პრობლემები აქვს.

უნდა მიიღოთ 20-30 წვეთი მცირე რაოდენობით წყალთან ერთად, 2-ჯერ დღეში.

სისხლძარღვები იდეალურად სუფთა რომ იყოს, ამ 5 საშუალებიდან ერთ-ერთს ვიღებ. ასე დავამარცხე ათეროსკლეროზი



ასაკის მატების პარალელურად ადამიანების უმრავლესობა განიცდის ისეთ უსიამოვნო შეგრძნებებს, როგორიც ღამის საათებში ხელებისა და ფეხების თითების დაბუჟებაა. ეს ნიშნები ყველაზე ხშირად სისხლძარღვებში ათეროსკლეროზის განვითარებაზე მიგვანიშნებს.

ათეროსკლეროზი – გულის ერთ-ერთი ყველაზე საშიში და სერიოზული დაავადება, რომლის დროსაც სისხლძარღვების კედლები ქვავდება, კარგავს მოქნილობას, ხოლო დაზიანების ადგილებში დაგროვებას იწყებს ქოლესტერინის ფენები, რაც სისხლის ნორმალური მიმოქცევის პროცესს არღვევს.

თუ პრობლემას დროულად არ მივხედავთ, საკმაოდ მაღალი იქნება სტენოკარდიის, მიოკარდიუმის ინფარქტისა და ინსულტის განვითარების რისკი. ამ საშიში მოვლენების თავიდან ასარიდებლად, აუცილებელია, საჭირო ზომები მივიღოთ დროულად, ანუ რაც შეიძლება სწრაფად ვიზრუნოთ სისხლძარღვების გაწმენდაზე. დღევანდელ სტატიაში შემოგთავაზებთ ნატურალური ინგრედიენტებისგან შემდგარ მოქმედ, ძალიან სასარგებლო საშუალებას, რომელიც მარტივად გაართმევს თავს ამ დავალებას.

სისხლძარღვების წმენდა ნატურალური საშუალებებით

ქვემოთ მოცემული მეთოდებიდან რომელიც არ უნდა აირჩიოთ, მისი გამოყენების პარალელურად თქვენ აუცილებლად უნდა დაიცვათ დიეტა და მაქსიმალურად მოერიდოთ ისეთი პროდუქტების მიღებას, რომლებიც დიდი რაოდენობით ქოლესტერინს შეიცავს.

გახსოვდეთ, თვითმკურნალობამ შეიძლება სავალალო შედეგებამდე მიგვიყვანოს. თუ სისხლძარღვების გაწმენდას ნატურალური საშუალებებით გადაწყვეტთ, აუცილებლად გაიარეთ კონსულტაცია სპეციალისტთან.

პროდუქტები სისხლძარღვების გასაწმენდად

1. სელის კისელი

სელის თესლში შემავალი ომეგა 3-ის ცხიმოვანი მჟავები არეგულირებს წნევას, თავიდან გვარიდებს არტერიების ელასტიკურობის დაკარგვას და თითქმის 75%-ით ამცირებს სისხძარღვების კედლებზე არსებულ ქოლესტერინის ფენებს.

სისხლძარღვების გამწმენდი ძალიან ეფექტური საშუალების დასამზადებლად თქვენ დაგჭირდებათ მესამედი ჩაის ჭიქა სელის თესლი და ერთი ლიტრი წყალი. საღამოს საათებში დაასხით სელის თესლს წყალი, მიიყვანეთ დუღილამდე და 2 საათით გააჩერეთ წყლის აბაზანაზე.

დილით, გაღვიძებისთანავე გადაწურეთ ნარევი და მიღებული გელისებური მასა გადაიტანეთ მინის ქილაში, რომელსაც მჭიდროდ ეფარება თავსახური. თქვენ დაგრჩებათ დაახლოებით 850 მლ კისელისებური სითხე, რომელიც უნდა მიირთვათ 5 დღის განმავლობაში ყოველ დილას, უზმოზე და საღამოს, ჭამის შემდეგ, 1/3 ჩაის ჭიქის ოდენობით.

2. ნიგოზი და ზეითუნის ნაყოფი

სისხლძარღვების გამწმენდი ნატურალური საშუალების მოსამზადებლად აიღეთ დაახ. 1,5 კილოგრამი ნიგოზი და ნახევარი კილოგრამი ზეითუნის ნაყოფი. ორივე ინგრედიენტი გაატარეთ ხორცსაკეპში, მზა ნარევი გადაიტანეთ მინის ჭურჭელში და შეინახეთ მაცივარში. მიირთვით ის ყოველდღიურად 1 სუფრის კოვზის ოდენობით. მკურნალობის კურსის ხანგრძლივობა – 2 თვე.

3. ლიმონისა და ნივრის ნაყენი

როგორც მოგეხსენებათ, ლიმონი არაჩვეულებრივი ანტიოქსიდანტია, რომელიც იცავს ჩვენ სისხლძარღვებს. რაც შეეხება ნიორს, ის შეიცავს არაერთ ძალიან სასარგებლო შენაერთს, რომელიც ათეროსკლეროზის განვითარებას თავიდან გვარიდებს. თუ ყოველდღიურად 3 ან 5 კბილ ნიორს მიირთმევთ, ეს ძალიან სასარგებლო იქნება თქვენ გულ-სისხლძარღვთა სისტემისთვის.

ლიმონისა და ნივრისგან მომზადებული ნაყენი არაჩვეულებრივად ებრძვის ანთებით პროცესებს და მოჰყავს მწყობრში არტერიული წნევა. გაატარეთ ბლენდერში, გახეხეთ ან დაკეპეთ 10 კბილი ნიორი და 1 ლიმონის თავის კანთან ერთად, მიღებულ ნარევს დაასხით ნახევარი ჩაის ჭიქა ანადუღარი წყალი და დააყოვნეთ 3 დღე-ღამის განმავლობაში. მიირთვით ეს საშუალება დღეში 1-ხელ ან 2-ჯერ 1 სუფრის კოვზის ოდენობით, 1 თვის განმავლობაში. შეინახეთ ის ბნელ და ცივ ადგილზე.

4. თაფლი და დარიჩინი

სამკურნალო საშუალების მოსამზადებლად დაგჭირდებათ ნახევარი ლიტრი ანადუღარი წყალი, 2-3 სუფრის კოვზი ნატურალური თაფლი და 25 გრამი დარიჩინი. უბრალოდ შეურიეთ ინგრედიენტები ერთმანეთში და მიიღეთ ის ყოველ დილას და საღამოს ნახევარი ჩაის ჭიქის ოდენობით. მკურნალობის კურსის ხანგრძლივობა – 1 თვე.

5. ბალახეულის ნაყენი

თქვენ დაგჭირდებათ 1 ჩაის კოვზი გვირილა, ათასფურცელა, უკვდავა და არყის ხის კვირტები. თითოეული მათგანის შეძენას შეძლებთ აფთიაქებში. შეურიეთ ყველა კომპონენტი ერთმანეთში და 1 სუფრის კოვზ ასეთ ნარევს დაასხით ნახევარი ლიტრი მდუღარე წყალი.

დააყოვნეთ ის დაახლოებით 20 წუთით და შემდეგ გადაწურეთ რამდენიმე ფენად გადაკეცილი დოლბანდის გამოყენებით. მიიღეთ მზა საშუალება ღამით, დაძინების წინ და დილას, საუზმობამდე 20 წუთით ადრე. მკურნალობის კურსის ხანგრძლივობა – 2 კვირა.

გარდა ყოველივე ზემოთ თქმულისა, არაჩვეულებრივი იქნება, თუ სისხძარღვების გამწმენდი კურსის ჩატარების დროს თქვენ გარკვეულ წესებს დაიცავთ და კვებაში შეზღუდვებს დააწესებთ.

ვიმედოვნებ, რომ ეს ინფორმაცია თქვენთვის სასარგებლო და გამოსადეგარი აღმოჩნდება. გისურვებთ ჯანმრთელობასა და ბედნიერებას!

გერმანული საშუალება, რომელიც სწრაფად გაწმენდს არტერიებს და გააძლიერებს ორგანიზმს

ახლა აფთიაქებში უამრავი საშუალება არსებობს, რომლებიც წმენდს სისხლძარღვებს არასასურველი დაგროვებებისგან. თუმცა, სამწუხაროდ, თითოეულ მათგანს აქვს გვერდითი მოვლენები და უკუჩვენებები, გარდა ამისა, ქიმიური ნივთიერებები ნეგატიურად მოქმედებს ღვიძლისა და თირკმლების მდგომარეობაზე.

სხვადასხვა ქვეყნის ხალხურ მედიცინაში არსებობს ნაცადი საშუალებები, რომლებსაც ადამიანები უკვე ძალიან დიდი ხნის მანძილზე იყენებენ სისხლძარღვებთან დაკავშირებული პრობლემების სამკურნალოდ. დღეს ჩვენ გთავაზობთ ეფექტურ, გერმანულ მეთოდს სისხლძარღვების ქოლესტერინისა და კალცინირებული ნადებებისგან გასაწმენდად.

ამ საშუალების ყველა ინგრედიენტი ნატურალურია, კარგად აითვისება ორგანიზმის მიერ და არც სუნს ტოვებს (ნიორიც კი – მომზადების სპეციალური მეთოდის დამსახურებით).

სისხლძარღვების გაწმენდა

ინგრედიენტები

- 4 ლიმონი
- 4-5 კბილი ნიორი
- ჯანჯაფილის ბოლქვის პატარა ნაჭერი
- 2 ლ წყალი
- 2 ს.კ. თაფლი

მომზადება და გამოყენება

1. ლიმონი კარგად გარეცხეთ, დაასხით მდუღარე წყალი ცვილის ნალექის მოსაცილებლად. დაჭერით ციტრუსი თხელ რგოლებად. შეგიძლიათ გაატაროთ ხორცსაკეპშიც.

2. გაწმინდეთ ჯანჯაფილის ნაჭერი და ნივრის კბილები, დააქუცმაცეთ ბლენდერში ან გაატარეთ ხორცსაკეპში.

3. მოათავსეთ ლიმონები ერთ 3-ლიტრიან ან 3 1-ლიტრიან ქილებში, გადაანაწილეთ თანაბრად.

4. აადუღეთ და გააგრილეთ 60 გრადუსამდე წყალი.

5. დაუმატეთ წყალს ნიორი, ჯანჯაფილი და თაფლი. კარგად მოურიეთ და მაშინვე დაასხით ლიმონს. მოხმარებისთვის ეს მასა უკვე 2 საათში იქნება მზად.

6. ყოველდღე, უზმოზე მიირთვით 0.5 ფინჯანი (100 მლ) მიღებული ნაყენი.

7. 3-კვირიანი მკურნალობის კურსის შემდეგ შეისვენეთ ერთი კვირით და განაახლეთ კურსი 4-კვირიანი ხანგრძლივობით, ამჯერად წამალი დილა-საღამოს მიიღეთ. შედეგი 10-14 დღეში იქნება თვალსაჩინო. შეინახეთ მასა მაცივარში და უშუალოდ მოხმარების წინ შეათბეთ ორთქლის აბაზანაზე.

გისურვებთ ჯანმრთელობას!

გვირჩევენ, გვთავაზობენ!

რატომ უნდა მიირთვათ ბროწეული კურკასთან ერთად

ტყუილად არ უწოდებენ ბროწეულს სამეფო ხილს. და ეს, არა მხოლოდ მის „გვირგვინთანაა„კავშირში, არამედ იმ უამრავ სასარგებლო ნივთიერებებთან და უნიკალურ შემადგენლობასთან, რომელიც მასშია თავმოყრილი, რის გამოც ბროწეული ფართოდ გამოიყენება სამედიცინო დანიშნულებით. აღნიშნული ხილი შეიცავს ვიტამინებისა და მინერალების კომპლექსს, რომელიც არაჩვეულებრივ გავლენას ახდენს ადამიანის ორგანიზმზე. გამოსცადეთ საკუთარ თავზე. შედეგით ნამდვილად აღფრთოვანებული დარჩებით!

როგორც აღმოჩნდა, ბროწეულის წვენში 15 სახეობის ამინომჟავა შედის, აქედან 6 მხოლოდ ხორცში აღმოაჩენთ. ასე რომ, თუ გადაწყვიტეთ ხორც-პროდუქტზე უარი თქვათ, შეგიძლიათ ჯანმრთელობისთვის საჭირო ნივთიერებები სწორედ რომ ამ ხილისგან მიიღოთ. სტატიაში მოგითხრობთ ბროწეულის საოცარი თვისებების შესახებ. წაიკითხეთ და დასკვნები თავად გააკეთეთ.

ბროწეულის სასარგებლო თვისებები

ბროწეულის კურკა შეიცავს ზეთებს, რომელიც აღადგენს ორგანიზმში ჰორმონალურ ბალანსს. განსაკუთრებული ყურადღება ქალებმა უნდა მიაქციონ, რამდენადაც ხსნის მენსტრუალურ ტკივილებს, აგაცილებთ თავის ტკივილებს და ეხმარება კლიმაქსის დროს. ამასთან, ასრულებს ბუნებრივი ინსულინის ფუნქციას – ძალიან სასარგებლოა შაქრიანი დიაბეტის დროს. 0, 5 ჩაის კოვზი ბროწეულის წვენი დღეში 4-ჯერ სისხლში შაქრის დონეს ამცირებს.

ზრდის ჰემოგლობინის დონეს

იმ ადამიანებისთვის, რომლებიც ანემიით იტანჯებიან, რეკომენდირებულია 0.5 ჭიქა წყალში გაზავებული ბროწეულის წვენი დღეში 3-ჯერ ჭამამდე 30 წუთით ადრე 2 თვის მანძილზე.

ახდენს პირის ღრუს დეზინფექციას

ბროწეულის ქერქის ნახარში ხსნის ტკივილს და ახდენს ყელისა და პირის ღრუს დეზინფექციას სტომატიტის, ფარინგიტის და ანგინის დროს.

ამცირებს არტერიულ წნევას

ბროწეული მნიშვნელოვანია ჰიპერტონიკებისთვის, რამდენადაც უნარი აქვს შეამციროს არტერიული წნევა ორგანიზმისთვის რაიმე სახის ნეგატიური შედეგების გარეშე. ამასთან, ეს ხილი ფლობს დამამშვიდებელ თვისებას. იმისთვის რომ ნერვიული სისტემა დამშვიდდეს, გათავისუფლდეთ უძილობისა და შფოთვისგან, საჭიროა მიიღოთ ჩაი და ბროწეულის გამხმარი გარსი დაუმატოთ.

აუმჯობესებს მეხსიერებას

როგორც აღმოჩნდა, ყოველდღიურად 8 გრ. ბროწეულის წვენის მიღება 4 კვირის მანძილზე აუმჯობესებს ვერბალურ და თვალის მეხსიერებას.

ხსნის ანთებას

ღვიძლის, თირკმელების, სისხლძარღვების, თვალის და სასქესო ორგანოების დაავადებების დროს ექიმები გირჩევენ მიიღოთ ბროწეულის ქერქის ნახარში. იმისთვის რომ მოამზადოთ, საჭიროა 2 ჩ.კ. დაფქულ ქერქს დაასხათ 1 ჭიქა ცხელი წყალი და ადუღოთ სითხე 30 წუთის მანძილზე წყლის აბაზანაზე. შემდეგ გადაწურეთ ნახარში და დაუმატეთ მდუღარე წყალი. ამ საშუალებას დღეში 2-3-ჯერ იღებენ, 50 გრ.-ს ჭამამდე ნახევარი საათით ადრე.

ამცირებს შიმშილის გრძნობას

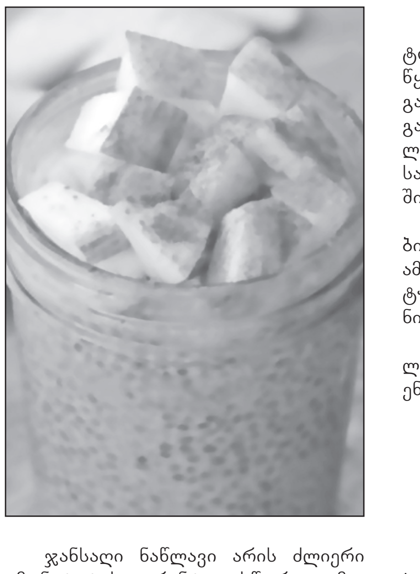
დღეში მხოლოდ 1 ჭიქა ბროწეულის წვენი ეხმარება წონის ნორმალიზებას. მეცნიერები ამტკიცებენ, რომ მსგავსი ეფექტი წვენში არსებული პოლიფენოლებით მიიღწევა, რომელიც ცნობილია მადის დამთრგუნველი თვისებებით.

იცავს ორგანიზმს გულ-სისხლძარღვთა დაავადებებისგან

ბროწეულის ჩართვა თქვენს რაციონში, მნიშვნელოვნად ამცირებს გულ-სისხლძარღვთა დაავადებებით გამოწვეულ სიკვდილის რისკს. ამასთან, 0, 5 ჭიქა ბროწეულის წვენი დღეში 3-ჯერ იცავს ორგანიზმს გულის შეტევისა და ინსულტისგან.

დაიხსომეთ, რომ ჩვენ ის ვართ, რასაც მივირთმევთ, ამიტომ ეცადეთ მიიღოთ სწორი და სასარგებლო პროდუქტები. ნუ დაივიწყებთ, რომ ყველაზე ძლიერ და ჯანმრთელ ორგანიზმსაც სჭირდება ვიტამინებითა და მინერალებით უზრუნველყოფა. იმედს ვიტოვებთ დაგარწმუნეთ იმაში, რომ ბროწეულს ღირსეული ადგილი უნდა ეკავოს თითოეული ადამიანის კვების რაციონში.

ნატურალური საფაღარათო საშუალება, ნაწლავების წმენდის ეფექტით



ჯანსაღი ნაწლავი არის ძლიერი იმუნიტეტის გარანტია. სწორედ ამიტომ, აუცილებელია, ამ ორგანოს შეუნარჩუნოთ ჯანმრთელობა. ამისთვის კი ძალიან დიდი ყურადღება უნდა მიაქციოთ კვებას.

თუ თქვენ რეგულარულად მიირთმევთ გადამუშავებულ და ცხიამიან საკვებს, ჩათვალეთ, რომ თქვენი მსხვილი ნაწლავი სავსეა ტოქსინებითა და ნარჩენებით, რაც იწვევს ჯანმრთელობის მდგომარეობის გაუარესებას. ამ შემთხვევაში ნაწლავები აუცილებლად უნდა გაიწმინდოთ. სასურველი შედეგის მისაღებად ბუნებრივი ინგრედიენტების გამოყენება საუკეთესო გამოსავალია.

სტატიაში შემოგთავაზებთ დეტოქს საშუალების რეცეპტს, რომლის წყალობითაც შეძლებთ ნაწლავების გაწმენდას, ლორწოსა და ტოქსინების გამოდევნას. შემოთავაზებული საშუალება საუკეთესოა ზედმეტი წონის მოსაშორებლად. ერთი თვის განმავლობაში 10 კგ დაიკლებთ.

სასმელი დატვირთულია ვიტამინებით, მინერალებითა და ბოჭკოებით. მოამზადეთ უმარტივესი, საოცრად ეფექტური საშუალება და გაიჯერეთ ორგანიზმი სასარგებლო ნივთიერებებით.

დეტოქს სასმელის მოსამზადებლად დაგჭირდებათ შემდეგი ინგრედიენტები:

- 1 ს. კ. სელის თესლი
- 1 ვაშლი
- 1 ს. კ. ჩიას თესლი
- 1 ს. კ. თაფლი
- 1 ჩ. ჭ. წყალი

მომზადებისა და მიღების წესები:

1. პირველ რიგში, ვაშლი დაჭერით პატარა ნაჭრებად, დაამატეთ წყალი, თაფლით და დააბლენდერეთ. შემდეგ დაამატეთ ჩიას თესლი, სელის თესლი და აურიეთ. სასმელი მიიღეთ მომზადებისთანავე.
2. სასმელი მიიღეთ 21 დღის განმავლობაში, ყოველ დილით, უზმოზე.

როგორც უკვე ზეომთ აღვნიშნეთ, სასმელით შეძლებთ მეტაბოლიზმის ასწრაფებასა და წონაში დაკლებას.

მოამზადეთ შემოთავაზებული საშუალება, გაიწმინდეთ ნაწლავები, გამოდევნეთ ნარჩენები, ლორწო, ტოქსინები და მოიგვარეთ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემები.

საშინაო რეცეპტი, რომლის დახმარებითაც ნაწლავებსა და კუჭში მავნე ბაქტერიების მოსპობა მარტივადაა შესაძლებე

კუჭსა და ნაწლავებში მავნე ბაქტერიების არსებობა საკმაოდ გავრცელებული პრობლემაა. მათგან განკურნება რთულია და დიდ დროს საჭიროებს. წვრილი ნაწლავი შედარებით ნაკლებად არის ბაქტერიებით დატვირთული, მაგრამ გარკვეულ ფაქტორებს შეუძლია ხელი შეუწყოს მათ გავრცელებას.

ასაკის მატებასთან ერთად მცირდება კუჭის მჟავას სეკრეციის რაოდენობა. თუ კუჭში ნაკლები მჟავაა, ბაქტერიები ძალიან სწრაფად ვრცელდება. ასევე ბაქტერიების ზრდას იწვევს ანტაციდების გადაჭარბებული მოხმარება.

ბაქტერიების სწრაფად ზრდას იწვევს წვრილი ნაწლავის სტრუქტურული დარღვევები: წვრილი ნაწლავის დივერტიკულა, ნაწლავის გაუვალობა და სხვა.

მავნე ბაქტერიების ზრდის შესაძლო მიზეზებია: იმუნოდეფიციტი, სტრესები, გარკვეული მედიკამენტები, როგორიცაა სტეროიდები, ანტიბიოტიკები, ჩასახვის საწინააღმდეგო აბები და პანკრეასის ფერმენტების დეფიციტი.

იხილეთ იმ სიმპტომთა ჩამონათვალი, რომელიც მიგანიშნებთ, რომ თქვენი კუჭი და ნაწლავები მავნე ბაქტერიებითაა დატვირთული:

- მუცლის შებერილობა, გაზების დაგროვება ჭამის შემდეგ
- ყაბზობა
- დიარეა
- დაღლილობა, ანემია, ვიტამინ 12-ის დეფიციტი
- დეპრესია
- საკვები ნივთიერებების დეფიციტი (მიუხედავად კარგი კვებისა)
- მუცლის არეში ტკივილი

გთავაზობთ ეფექტურ, უსაფრთხო და ბუნებრივ საშუალებას, რომლის წყალობითაც შეძლებთ კუჭსა და ნაწლავებში არსებულ ბაქტერიებთან ბრძოლას.

მოცემული პრობლემის გადასაჭრელად ლეღვისა და ზეითუნის ზეთის კომბინაცია საუკეთესო საშუალებაა. ერთლიტრიანი ქილა ნახევრამდე გაავსეთ 4 ნაწილად დაჭრილი ლეღვის ჩირით და ქილა პირამდე აავსეთ ზეითუნის ზეთით. სამკურნალო ნაზავი 40 დღით დააყოვნეთ. ამ გზით ხელს შეუწყობთ მისი ეფექტურობის გაძლიერებას. მითითებული დროის გასვლის შემდეგ, ყოველ დილით შეჭამეთ ლეღვის ერთი ნაწილი და მიიღეთ 1 ს. კ. ზეითუნის ზეთი. მაქსიმალური ეფექტის მისაღებად აუცილებელია დიეტის დაცვა, რათა კუჭსა და ნაწლავებში აიცილოთ ბაქტერიების წარმოქმნა.

მკურნალობის პროცესში მოერიდეთ სანელებლებით შეზავებული და ცხრე საკვების მიღებას, უარი თქვით ცხიმიან ხორცზე, ძეხვეულზე. სასურველია, კერძები მოამზადოთ ზეითუნის ზეთით.

ზეითუნის ზეთი და ლეღვი საუკეთესო ბუნებრივი წამალია. გამოცდილებამ გვიჩვენა, რომ ორი უძლიერესი სამკურნალო პროდუქტის კომბინაცია შეგიძლიათ გამოიყენოთ ჰემაროის, ყაბზობის, ბრონქიტის, ასთმისა და სხვა დაავადების სამკურნალოდ.

გოგრა ღვიძლის, თირკმელების, კუჭ-ნაწლავის დაავადებების დროს

სპილენძის, ფოსფორის და რკინის მარილებით მდიდარი გოგრა – რატომ უნდა მივირთვათ? არომატული და ტკბილი გოგრის ნაჭერი შვებას ჰგვრის ადამიანს „ზღვის დაავადების„დროს, ორსულს ტოქსიკოზისას. გახეხილი ბოსტნეულის ფაფა შესანიშნავი კომპრესია ეგზემის, დამწვრობისა და მუწუკოვანი გამონაყარის დროს.

ნედლი, გახეხილი გოგრის პიურე შესანიშნავი საშუალებაა კუჭის შეკრულობის დროს. თირკმელების სამკურნალოდ გამოიყენება არა რბილობი, არამედ უმი გოგირს წვენი 1/2 ჭიქა დღე-ღამეში.

ტკბილ ნარინჯისფერ წვენს აქვს დამამშვიდებელი ეფექტი, აუმჯობესებს ძილს. მიიღეთ 1 ჭიქა 3-ჯერ დღეში ჭამამდე.

უძილობის შემთხვევაში მიიღეთ 1/2 ჭიქა ღამით.

გოგრის დიეტა რეკომენდებულია მათთვის, ვისაც აწუხებს გულის დაავადებები და თირკმელებისგან გამოწვეული შეშუპება. ასეთი პრობლემების დროს ავადმყოფმა 4 თვის განმავლობაში უნდა მიიღოს გოგრა უმი სახით 0,5 კგ დღე-ღამეში და 1,5 კგ მოხარშული ან შემწვარი სახით.

რა უნდა ეწეროს სათვალეს, რომელიც თვალს 100%-ით იცავს და რომელი ფერის ლინზაა ყველაზე საშიში?

საუკეთესოა სათვალე, რომელიც თვალს 100%-ით იცავს. ასეთ სათვალეს უნდა ეწეროს V400. რაც უფრო ნაკლებია ეს ციფრი, ის უფრო მეტად ატარებს ულტრაიისფერ სხივებს. ბევრს ჰგონია, რომ თუ სათვალე მუქი შეფერილობისაა და შუქს მარტივად არ ატარებს, ასეთი სათვალე ყველაზე კარგია თვალისთვის. თუმცა ეს მცდარი შეხედულებაა.

თვალისთვის ყველაზე დიდ საშიშროებას სწორედ უხარისხო მუქი ფერის სათვალე წარმოადგენს, რადგან მისი მეშვეობით მზის მიმართულებით მარტივად ვიყურებით და თუკი ამ დროს სათვალეს არ გააჩნია ულტრაიისფერი სხივებისგან დამცავი ფუნქცია ის შეიძლება ჩვენი დაბრმავების მიზეზიც კი გახდეს.

ამიტომ უკიდურეს შემთხვევაში თუ არჩევანს მაინც უხარისხო სათვალეზე გააკეთებთ უმჯობესია ის შედარებით ღია ფერის იყოს, რადგან ასე თქვენ ვერ შეძლებთ მზისთვის თვალის გასწორებას და ნაკლებ საფრთხეს შეუქმნით თვალებს.

სათვალისთვის საუკეთესო ფერად მწვანე, ყავისფერი და ნაცრისფერი მიიჩნევა. ასეთი ფერების აქსესუარები ამშვიდებს თვალებს. წითელი ფერის ლინზის მოხმარება არ არის რეკომენდებული. ყველაზე საშიში კი ლურჯი ფერის სათვალეა, რომელიც კატეგორიულად იკრძალება ექიმების მიერ.

2021 წლის 2-30 ოქტომბერს გამართული თვითმმართველობის არჩევნების საბოლოო შედეგები

2021 წლის 2 და 30 ოქტომბერს ჩატარდა მუნიციპალიტეტის წარმომადგენლობით ორგანოს – საკრებულოსა და თვითმმართველი ქალაქის, თემის მერის არჩევნები.

ყვარლის მუნიციპალიტეტის საკრებულო შედგება პროპორციული საარჩევნო სისტემის საფუძველზე არჩეული 18 წევრისა და მაჟორიტარული საარჩევნო სისტემის საფუძველზე არჩეული 9 წევრისაგან.

N16 ყვარლის საარჩევნო ოლქში ამომრჩეველთა რაოდენობა – 28124

კენჭისყრის დღეს მისული ამომრჩევლების რაოდენობა – 17035

საარჩევნო სუბიექტების მიერ მიღებული ხმები:

მესამე ძალა – სტრატეგია აღმაშენებლი – მიიღო 170 ხმა

ევროპული საქართველო – მოძრაობა თავისუფლებისთვის – მიიღო 68 ხმა

ერთიანი ნაციონალური მოძრაობა – მიიღო 5909 ხმა

ევროპელი დემოკრატები – მიიღო 39 ხმა

დავით თარხან – მოურავი ირმა ინაშვილი – საქართველოს პატრიოტთა ალიანსი – მიიღო 271 ხმა

ლელო – მიიღო 465 ხმა

შალვა ნათელაშვილი – საქართველოს ლეიბორისტული პარტია – მიიღო 201 ხმა

გახარია საქართველოსთვის –მიიღო 909 ხმა

გირჩი – მიიღო 137 ხმა

„ქართული ოცნება – დემოკრატიული საქართველო“ – მიიღო 8251 ხმა

საკრებულოში მანდატები მიიღეს:

ერთიანი ნაციონალური მოძრაობა – 7 მანდატი

გახარია საქართველოსთვის – 1 მანდატი

„ქართული ოცნება – დემოკრატიული საქართველო“ –19 მანდატი

პროპორციული საარჩევნო სისტემის საფუძველზე საკრებულოს წევრებად არჩეული არიან:

ეთიანი ნაციონალური მოძრაობა

1. თამარი გიგიაშვილი
2. შალვა ადეიშვილი
3. გიორგი ბერიაშვილი
4. ვალერი ვარადაშვილი
5. ია ამირანაშვილი
6. პეტრე კიკნაძე
7. ნიკოლოზი ღონიაშვილი

გახარია საქართველოსთვის

1. ლაშა ალადოშვილი

„ქართული ოცნება – დემოკრატიული საქართველო“

1. ილია მზექალაშვილი
2. თამილა ბურკიაშვილი
3. თამარ ჭერაშვილი
4. იოსები სოლომნიშვილი
5. ლუკა ბულბულაშვილი
6. ლალი თვალიაშვილი
7. ზურაბი ჩხეიძე
8. ვანო მამულაშვილი
9. ქეთევანი ჭიპაშვილი
10. დავითი ქანდაურიშვილი

მაჟორიტარულ საარჩევნო სისტემის საფუძველზე საკრებულოს წევრებად არჩეული იქნენ:

№16.01.01 ყვარლის ქალაქის ადგილობრივ მაჟორიტარულ ოლქში – **ოთარ ბუჯიაშვილი**

№16 01.01 ყვარლის ოლქში ამომრჩეველთა საერთო რაოდენობა – 3856

არჩევნებში მონაწილეთა საერთო რაოდენობა – 2358

ოთარ ბუჯიაშვილმა მიიღო 1166 ხმა

№16.01.02 ყვარლის ქალაქის ადგილობრივ მაჟორიტარულ ოლქში – **ლევანი გელაძე**

№16.01.02 ყვარლის ოლქში ამომრჩეველთა საერთო რაოდენობა –3864

არჩევნებში მონაწილეთა საერთო რაოდენობა – 2249

ლევანი გელაძემ მიიღო – 1090 ხმა

№16.03 მთისძირი – ბალღოჯიანის ადგილობრივ მაჟორიტარულ ოლქში – **ზურაბ კაპანაძე**

№16.03 მთისძირი – ბალღოჯიანის ამომრჩეველთა საერთო რაოდენობა – 1347

არჩევნებში მონაწილეთა საერთო რაოდენობა –906

ზურაბ კაპანაძემ მიიღო – 599 ხმა

№16.04 ახალსოფლის ადგილობრივ მაჟორიტარულ ოლქში – **კახა ასისტიშვილი**

№16.04 ახალსოფლის ოლქში ამომრჩეველთა საერთო რაოდენობა – 4752

არჩევნებში მონაწილეთა საერთო რაოდენობა – 3004

კახა ასისტიშვილმა მიიღო – 2111 ხმა

№16.05 ჭიკაანის ადგილობრივ მაჟორიტარულ ოლქში – **ვლადიმერ გელაძე**

№16.05 ჭიკაანის ოლქში ამომრჩეველთა საერთო რაოდენობა – 2505

არჩევნებში მონაწილეთა რაოდენობა – 1515

ვლადიმერ გელაძემ მიიღო – 717 ხმა

№16.06 გავაზის ადგილობრივ მაჟორიტარულ ოლქში – **დავით ვარადაშვილი**

№16.06 გავაზის ოლქში ამომრჩეველთა საერთო რაოდენობა – 4144

არჩევნებში მონაწილეთა რაოდენობა – 2632

დავით ვარადაშვილმა მიიღო – 1666 ხმა

№16.07 შილდის ადგილობრივ მაჟორიტარულ ოლქში – **გიორგი ამირხანოვი**

№16.07 შილდის ოლქში ამომრჩეველთა საერთო რაოდენობა – 3735

არჩევნებში მონაწილეთა რაოდენობა – 2044

გიორგი ამირხანოვმა მიიღო – 817 ხმა

№16.08 ენისელი, გრემი, შაქრიანის ადგილობრივ მაჟორიტარულ ოლქში – **კონსტანტინე ცხოვრებაძე**

№16.08 ოლქში ამომრჩეველთა საერთო რაოდენობა – 2330

არჩევნებში მონაწილეთა რაოდენობა – 1423

კონსტანტინე ცხოვრებაძემ მიიღო – 759 ხმა

№16.09 საბუე-ალმატის ადგილობრივ მაჟორიტარულ ოლქში, მეორე ტურის არჩევნებში – **მამუკა ბერიაშვილი**

№16.09 საბუე-ალმატის ოლქში ამომრჩეველთა საერთო რაოდენობა – 1587

არჩევნებში მონაწილეთა რაოდენობა – 909

მამუკა ბერიაშვილმა მიიღო – 492 ხმა

ყვარლის თვითმმართველი თემის მერად არჩეულია **გივი ზაუტაშვილი.**

მინის ნებისმიერი ზედაპირი შესაძლოა მზის პანელად იქცეს

ამერიკულმა (მერილენდის შტატი) კომპანიამ შოლარჭინდოწ ™ თეცჰნოლოგიეს, მინის დაფარვის რევოლუციური ტექნოლოგია შექმნა, რომლის მეშვეობითაც ნებისმიერი

ფანჯრის შუშა (მინის ნებისმიერი ზედაპირი) შესაძლოა მზის პანელად იქცეს.

ამ ტექნოლოგიით, შესაძლებელია სახლისთვის (ბინისთვის, ოფისისთვის) საჭირო ელექტროენერგიის მნიშვნელოვანი ნაწილის (რიგ შემთხვევებში სრული) გამომუშავება.

მონტაჟი მარტივია, ჩვეულებრივი მინას თხელი გამჭვირვალე ფენას აკრავენ, ასე ხდება ნებისმიერი მინის მზის ბატარეად გარდაქმნა.

კომპანიის წარმომადგენლების განცხადებით, აქამდე არსებული მზის პანელებთან შედარებით, ახალი ტექნოლოგია გაცილებით მეტ ენერგიას გამოიმუშავებს 1მ2-ზე, შესაბამისად მოგებაზე გადსვლაც მნიშვნელოვნად ადრე იწყება.

გარდა ამისა არ არის საჭირო დამატებითი პანელების განლაგება, გამჭვირვალე ფირი ეკვრება პირდაპირ ფანჯრის მინებს, რაც ძალიან მოსახერხებელია და იძლევა შესაძლებლობას სწრაფად და ეფექტურად იქნას გამოყენებული, როგორც ახალ, ისე ძველ შენობებში.

კომპანიის გათვლებით მათი პროდუქციით, პირველ რიგში საოფისე შენობების მფლობელები დაინტერესდებიან.

„ეს არის ინოვაციური გარღვევა, რომელიც პირველ რიგში საშუალებას მოგვცემს, ნახევარ მილიარდი მინის ზედაპირიდან, რომელის ყოველწლიურად მონტაჟდება აშშ-ს კომერციულ შენობებზე, მივიღოთ ელექტროენერგია“,-ამბობს ჯონ კონკლინი კომპანია შოლარჭინდოწ ™ თეცჰნოლოგიეს გენერალური დირექტორი.

ფასადის და ზოგადად შენობის დიაზაინში, ეს ტექნოლოგია აქამდე არსებულისგან განსხვავებით არავითარ ცვლილებებს არ ითხოვს.

კომპანია SolarWindow ™ Technologies საიტი: www.solarwindow.com

როგორ შევინახოთ ლობიო, რომ დიდხანს გაძლოს

ლობიომ დიდხანს რომ გაძლოს და ბურნა არ გაუჩნდეს, სწორად უნდა შეინახოთ. ლობიოს სითბოში შენახვა არ შეიძლება, გრილ ადგილას უნდა გქონდეთ. თუკი სალხში ისეთი ადგილი არ გაქვთ, სადაც მუდმივად დაბალი ტემპერატურაა, გაგიზიარებთ ყველაზე სანდო მეთოდს:

1. ახალაღებულ ლობიოს თუკი რამე მავნებელი ჰყავს, ყველაფრისგან გათავისუფლდება, თუკი ლობიოს რამდენიმე დღით საყინულეში შეინახავთ. 2-3 დღის შემდეგ გამოიღეთ ლობიო, კარგად გააშრეთ და გრილ ადგილას შეინახეთ.

2. ლობიოს მარცვლები მინის ქილებში ჩაყარეთ, თავი დაახურეთ და მაცივარში შეინახეთ. მეტი საიმედოობისთვის ზოგიერთი დიასახლისი ქილაში რამდენიმე კბილ ნიორსაც აგდებს.

შეგროვილ ნედლეულს აშრობენ ჩრდილში, ჰაერზე ან თბილ შენობაში. გაშრობის შემდეგ ნედლეული შეინახეთ ქილებში, ან კოლოფებში 2 წლის განმავლობაში.

ბალბის ყვავილები და ფოთლები შეიცავენ ლორწოვან ნივთიერებებს, ტანინს, კაროტინს (პროვიტამინი), ვიტამინ C-ს, ორგანულ მჟავებს, ეთერზეთს, მინერალურ მარილებს (10-15%) შაქარს, ფიტოსტეროლს. ყვავილები შეიცავენ აგრეთვე ანტოციანურ გლიკოზიდ მალვინს.

ბალბის ყვავილები და ფოთლები გამოიყენება როგორც სპაზმოლიტური, ხველის საწინააღმდეგო საშუალება. გააჩნია ანთების საწინააღმდეგო მოქმედება. ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება ბალბის ნაყენი ან ნახარში (დამტკბარი) კუჭნაწლავის ტრაქტის მოშლილობის, სასუნთქი გზების ანთების დროს. მისი ნახარშის მიღებას ურჩევენ აგრეთვე კუჭქვეშა ჯირკვლის ანთებისა და ღვიძლის ჭვალის დროს.

კარგია მისი ნახარშებისა და ნაყენის გამოვლება საყლაპავი მილისა და ხორხის ანთების დროს (განსაკუთრებით ხმის ჩახლეჩვისას), კანის გაღიზიანებისა და დამწვრობის დროს. ბუასილის სამკურნალო ნაყენი გამოიყენება საფენების სახით.

ბალბა – სამკურნალო მცენარე, რამდენიმე რეცეპტი

ბალბა (ლათ. malva sylvestris l) – ერთწლიანი (მრავალწლიანი) ბალახოვანი მცენარეა ბალბისებრთა ოჯახიდან, სიმაღლით 1 მ-მდე, ძლიერი ღერძული ფესვით.

მას ქართლში – ჩიტიპურას, ხევსურეთში – აბაზას, მესხეთ-ჯავახეთში – კორკოტინას, რაჭაში – მოლოქა ფხალს, სამეგრელოში ბუდორიას ეძახიან.

ბალბის ღერო ან სწორმდგომია ან დაწოლილი, სიგრძით 30-80 (150) სმ-მდე, დატოტვილი. ფოთლები გრძელყუნწიანია, მომრგვალო, ხუთი ან შვიდფრთიანი, კიდედაკბილული, ზემოდან ოდნავ შებუსული, ხოლო ქვემოდან დაფარულია თეთრი ბეწვებით.

ყვავილები მსხვილი აქვს ვარდისფერი ან იისფერი, მუქი ძარღვებით. 5-10-ად შეკრებილი სხედან ფოთლის უბეებში. ყვავილსაფარი ორმაგი აქვს, ხუთფურცლიანი, ბევრი მტვრიანითა და ერთი ზედანასკვიანი ბუტკოთი. ნაყოფი მშრალია, რგოლის ფორმის, რომელიც იშლება 10 თითო თესლად.

ბალბა ყვავილობს მაის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება ივნის-აგვისტოში.

გავრცელებულია მთელს საქართველოში როგორც სარეველა. იგი გვხვდება ბაღებში, საცხოვრებელ სახლებთან ახლოს, ძირითადად იქ, სადაც სარწყავი მიწებია.

სამკურნალოდ გამოიყენება ყვავილები და ფოთლები. ყვავილებს კრეფენ ყვავილობის დასაწყისში, როდესაც ყვავილი ჯერ კიდევ მთლიანად არაა გაშლილი. კრეფენ ხელით, მთელ ყვავილებს ჯამთან ერთად, ყვავილსაჯდომის გარეშე. ფოთლებსაც ამავე დროს აგროვებენ ყუნწების გარეშე.

ნაყენი შეიძლება მომზადდეს შემდეგნაირად: 20 გრ. ნედლეული მოათავსეთ მომინანქრებულ ჭურჭელში, დაასხით 200 მ (1 ჩაის ჭიქა) წყალი, თავი დაახურეთ და გააცხელეთ მდუღარე წყლის აბაზანაში 15 წუთი. გადმოდგით, გააცივეთ ოთახის ტემპერატურაზე 45 წუთი, გადაწურეთ, დარჩენილი მასა გამოწურეთ და შეავსეთ საწყისი მოცულობის (200 მლ) მიღებამდე ანადუღარი წყლის დამატებით. მიიღეთ 1/4 ჭიქა 3-4-ჯერ დღეში. ნახარში მზადდება პროპორციით 1:20.

ხალხურ მედიცინაში ბალბა გამოიყენება საჭმლის მომნელებელი სისტემის ანთებთი დაავადებების, ხველების, ცისტიტების, ქოლეცისტიტის დროს, კონიუნქტივიტების, ჩირქოვანი ჭრილობების მოსაწმენდად.

მათი რეკომენდაციებით ნაყენი ასე შეიძლება მოამზადოთ: 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ფოთოლს დაასხით 200 მლ (1 ჩაის ჭიქა) ცივი წყალი, გააჩერეთ 5 საათი, გადაწურეთ. ნაყენი დალიეთ ყლუპებით 2-3-ჯერ დღეში.

ყვავილების ცხელი ნაყენის მოსამზადებლად 1 ჩაის კოვზ მშრალ ყვავილს დაასხით 200 მლ ცხელი წყალი, 10 წუთის შემდეგ გადაწურეთ და დალიეთ ერთი დღის განმავლობაში 3 ჯერზე.

პირის ღრუში გამოსავლებად და კომპრესებისათვის 2 ჩაის კოვზ ნედლეულს დაასხით 200 მლ. ცხელი წყალი, გააჩერეთ 10-15 წუთი და გადაწურეთ.

ავტორები: ს.ჩაგელიშვილი, მ.გოგორიშვილი

*გამოიყენეთ ექიმის რეკომენდაციის გათვალისწინებით

ოფლის სუნის წინააღმდეგ

ოფლის სუნი საკმაოდ დიდი პრობლემაა, დილა-საღამოს წყლის გადავლება ამ პრობლემას ვერ ხსნის.

გთავაზობთ რამდენიმე ნატურალურ პროდუქტს, რომლებსაც ოფლის სუნის წინააღმდეგ იყენებენ.

მცენარეული ეთერზეთები

ნატურალური დეოდორანტის (დეზადორანტი) სახლის პირობებში დასამზადებლად ხშირად იყენებენ მცენარეულ ეთერზეთებს. თქვენს შეგიძლიათ შეარჩიოთ რამდენიმე მათგანი, შეურიოთ ერთმანეთში (სცადეთ სხვადასხვა ვარიანტი) და გამოიყენოთ.

ამისთვის აფთიაქებში შეგიძლიათ შეიძინოთ შემდეგი მცენარეების ეთერზეთები:

- ფორთოხლის;
- ბერგამოტის;
- ფიჭვი;
- ევკალიპტი;
- მიხაკის;
- კედრის და სხვა.

ჩვეულებრივ სუფთა ეთერზეთების გამოყენება სხეულის სხვადასხვა ნაწილებზე შესაზელად პირდაპირ არ ხდება, რადგან მათ გააჩნიათ ძალიან მაღალი კონცენტრაცია და შესაძლოა კანი გააღიზიანოს, ამიტომ საჭიროა მათი გაზავება მცენარეულ (საბაზისო) ზეთში.

შეგიძლიათ შეიძინოთ გვირილას, ნუშის, ყურძნის, ზეითუნის, სელის ან სხვა ზეთი და შეურიოთ მას ეთერზეთი ან ეთერზეთების ნარევი.

ბუნებრივ სუფთა ეთერზეთს საბაზისო ზეთთან 1:10 პროპორციით აზავებენ. ეთერზეთების უმეტესობა სათანადო მითითებას შეიცავს გაზავების და კონცენტრაციის წესების შესახებ.

მიღებული ხსნარის რამდენიმე წვეთი წაისვით იღლიებში.

ზოგადად მცენარეული საშუალებების გამოყენებისას კონსულტაცია გაიარეთ ექიმთან, შესაძლოა, რომელიმე მცენარის ეთერზეთის გამოყენება თქვენთვის არ იყოს მიზანშეწონილი.

გვირილა

აიღეთ 6 სუფრი კოვზი გვირილას გამხმარი ყვავილები, დაასხით 2 ლიტრი ადუღებული წყალი, გააჩერეთ ერთი საათი, გადაწურეთ და დაამატეთ 2 ჩაის კოვზი საჭმელი სოდა.

მიღებული ხსნარით გაიწმინდოთ იღლიები ან ჩაასხით დეოდორანტის ფლაკონში და შეისხურეთ.

ვაშლის ძმარი

ზოგადად ძმარი ოფლის სუნს ნამდვილად გააქრობს, მაგრამ არც მისი მძაფრი სუნია სასიამოვნო, ნაკლებად მძაფრია ვაშლის ძმარი, 1 ჩაის კოვზი ვაშლის ძმარი გააზავეთ 70-80 გრ. წყალში და წაისვით იღლიებში.

საჭმელი სოდა

საკვები სოდის გამოყენება ამ მიზნით საკმაოდ გამოცდილი ხერხია, მწიკვით აიღეთ სოდა და წაისვით იღლიებში.

გარდა ამისა შეგიძლიათ დაამზადოთ ხსნარიც, 1 ჩაის კოვზი სოდა გახსენით ერთ ჭიქა ანადუღარ წყალში, სურნელისთვის შეგიძლიათ 2-3 წვეთი მცენარეული ეთერზეთი დაამატოთ, მაგ. ბერგამოტის ან სხვა ნებისმიერის (ფიჭვის, ფორთოხლის და ა.შ).

მიღებული ხსნარით შეიზილეთ იღლიები ან ჩაასხით დეოდორანტის ფლაკონში და შეისხურეთ.

თამარ ღვინიაშვილის გახსენება

თამარი, ყვარლის მუნიციპალიტეტის პედაგოგებისთვის იყო საუკეთესო მეგობარი, მრჩეველი, გვერდში მდგომი, ყველას ჭირის გამზიარებელი, მანუგეშებელი, დამხმარე და მოსიყვარულე ადამიანი. წლების განმავლობაში იგი გახლდათ ყვარლის განათლების პროფკავშირის თავჯდომარე. მან, თავის უანგარო საქმიანობით ყვარლის საგანმანათლებლო სკოლების მასწავლებელთა გულებში შეაღწია და დაიმკვიდრა თავისი ადგილი. დიდი დანაკლისია თამარი არა მარტო ოჯახისათვის, არამედ მთელი განათლების სისტემისათვის. უფალმა დაუმკვიდროს ცათა სასუფეველი.

ქალაქ ყვარლის
საგანმანათლებლო რესურსცენტრი

ყვარლის საგანმანათლებლო რესურსცენტრი, საჯარო და კერძო სკოლების ადმინისტრაცია და პედაგოგიური კოლექტივები ღრმა მწუხარებას გამოთქვავენ თამარი ღვინიაშვილის გარდაცვალების გამო და სამძიმარს უცხადებენ მის ოჯახსა და ახლობლებს.

მზია აბესაძის გახსენება

არის ხოლმე სამწუხარო ფაქტი, რომლის გამო გიჭირს ხელში კალმის აღება და რაიმეს დაწერა. ასეა ახლაც. დაწერო წარსულ დროში განსაკუთრებული გულისხმიერებით გამორჩეულ ადამიანზე, ძალიან ძნელია“...

ასეთი ადამიანების იმქვეყნად წასვლა, მოულოდნელ მწუხარებად ექცევა ხოლმე საზოგადოებას. სწორედ ასეთი გახლდათ, ყვარლის ცენტრალური ბიბლიოთეკის ხელმძღვანელი, მზია აბესაძე, რომელიც ვერაგი პანდემიის მსხვერპლი გახდა.

სრულიად ახალგაზრდა, ყვარლის კომკავშირის რაიკომის მდივნად დაინიშნა. შემდეგ გადაიყვანეს ყვარლის ცენტრალური ბიბლიოთეკის ხელმძღვანელად და იგი ამ თანამდებობაზე სიცოცხლის ბოლომდე მუშაობდა.

მზია აბესაძე გამორჩეული იყო ადამიანთა მიმართ თბილი, გულისხმიერი და მზრუნველი დამოკიდებულებით. იგი უამრავი ახალგაზრდის გზამკვლევი და უფროსი მეგობარი გახლდათ.

მზიას თაოსნობით, ცენტრალურ ბიბლიოთეკაში, ხშირად იმართებოდა: შეხვედრები, ლიტერატურული საღამოები, კონკურსები, გამოფენები.

აქტიური ადამიანის, საზოგადოების ღირსეული წევრის მოულოდნელი გარდაცვალება, დიდი დანაკლისია ყვარლის კულტურის სამსახურისა და მთელი საზოგადოებისათვის.

ღრმა მწუხარებაში თანავუგრძნობთ ბატონ სოსო ფუტკარაძეს მეუღლის გარდაცვალების გამო.

მზია აბესაძე გახლდათ პასუხისმგებლობით გამორჩეული და ერუდირებული პიროვნება.

ვალმოხდილი და ამაგდარი ადამიანის სახელი დიდხანს ემახსოვრება ყვარლის საზოგადოებას.

ყვარლის კულტურის განვითარების
ცენტრის თანამშრომლები

ყვარლის კულტურის სამსახურის თანამშრომლები მწუხარებაში თანაუგრძნობენ ლევან ბალიაურს, მეუღლის თამარ ღვინიაშვილის გარდაცვალების გამო.

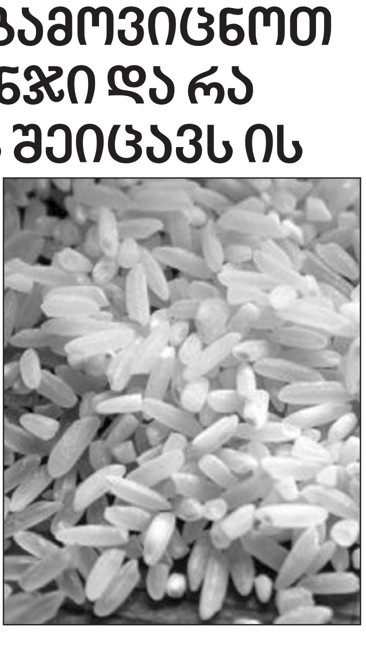
გიული იორამიშვილი ოჯახით მწუხარებაში თანაგრძნობას უცხადებს ლევან, მარი, ანი ბალიაურებს, ნატო ღვინიაშვილს მეუღლის, დედის და მამიდის თამარ ღვინიაშვილის გარდაცვალების გამო.

საქართველოს ფრენბურთის ფედერაცია ღრმა მწუხარებას გამოთქვამს ნეკრესის ეპარქიის მიტროპოლიტის მეუფე სერგის (ჩეკურიშვილის) უდროოდ გარდაცვალების გამო და თანაგრძნობას უცხადებს მის ახლობლებს, სანათესავოს და სრულიად საქართველოს სასულიერო საზოგადოებას.

კახეთის რეგიონალური ფრენბურთის ფედერაცია მწუხარებით იუწყება სპორტის ამ სახეობის დიდი გულშემატკივრისა და მოამაგის, ნეკრესის ეპარქიის მიტროპოლიტის მეუფე სერგის (ჩეკურიშვილის) გარდაცვალებას და თანაგრძნობას უცხადებს როგორც ეპარქიის მთელ შემადგენლობას, ისე ქართული ფრენბურთის დიდ ოჯახს.

ფრენბურთის სპორტული კლუბი „ყვარელი“ ღრმა მწუხარებით იუწყება ჩვენი გუნდის დამაარსებლისა და დამფუძნებლის, ფრენბურთელთა დღევანდელი თაობის აღმზრდელისა და მასწავლებლის, უანგარო მოამაგისა და თანამდგომის, ნეკრესის ეპაქრიის მიტროპოლიტის მეუფე სერგის (ჩეკურიშვილის) უდროოდ გარდაცვალებას და მწუხარებაში თანაუგრძნობს ყველა მის ახლობელსა და სამეგობროს, ეპარქიის ყველა სასულიერო პირსა და თანამშრომელს.

როგორ უნდა გამოვიცნოთ ყალბი ბრინჯი და რა საფრთხეებს შეიცავს ის



ყალბი ბრინჯის გავრცელების შესახებ ალბათ ყველას გსმენიათ, ყალბი ბრინჯი თავიდან ჩინეთში გავრცელდა. შემდეგ ვიეტნამსა და ინდოეთში.

ყალბი ბრინჯი ძალიან დიდ ზიანს აყენებს ორგანიზმს რადგან ის შეიცავს დიდი ოდენობით პლასტიკურ მინარევებს, რაც უამრავი უკურნებელი დაავადების გამომწვევი მიზეზია.

როგორ გამოვიცნოთ ნამდვილია ბრინჯი თუ ყალბი?

როდესაც თქვენ ბრინჯს ჩაყრით მოსახარშათ ყალბი ბრინჯი არც ზომაში იმატებს და არც ისე არ იხარშება როგორც ნამდვილი. ასევე შეგიძლიათ აიღოთ ბრინჯი და თუ მას უცნაური სუნი აქვს ე.ი. ის ყალბია. იყავით ჯანმრთელები და იკვებეთ ჯანმრთელად.

რომელ მინერალს, რა სარგებლობა მოაქვს ჯანმრთელობისთვის?

მინერალებს სხვადასხვა სახის სარგებლობა მოაქვს ჯანმრთელობისთვის, მაშასადამე, ვერცერთ მინერალზე ვიტყვით რომ უფრო სასარგებლოა ვიდრე მეორე. თითოეულ მათგანს გადამწყვეტი მნიშვნელობა აქვს ორგანიზმის სწორი ფუნქციონირებისთვის.

მინერალების უმეტესობა დიდ როლს თამაშობს მეტაბოლიზმის პროცესში, წყლის ბალანსის დროს, ძვლოვანი სისტემის გაძლიერებაში, ამასთან, ასობით სხვადასხვა გზით შეუძლია ეფექტურად გააუმჯობესოს ორგანიზმის ჯანმრთელობის მდგომარეობა.

სტატიაში წარმოგიდგენთ მინერალების ჩამონათვალს და მათთან ასოცირებულ სარგებლობას ჯანმრთელობისთვის. ყურადღებით გაეცანით, შეისწავლეთ და მიიღეთ თქვენი ორგანიზმისთვის მაქსიმალური სარგებელი.

ბორი: ეს მინერალი უმნიშვნელოვანეს როლს თამაშობს ძვლოვანი სისტემის ჯანმრთელობის პროცესში, ტვინის ნორმალურ ფუნქციონირებაში, აფერხებს სიბერის პროცესს, ხელს უშლის სიმსივნის განვითარებას, ეხმარება ალცჰეიმერის დაავადების განკურნებას და ამცირებს კუნთების ტკივილს.

ბორის წყარო: ისეთი ხილი, როგორიცაა ვაშლი, ფორთოხალი, წითელი ყურძენი, მსხალი, ქლიავი, ფინიკი; ასევე განსაზღვრული ბოსტნეული, ავოკადო, სოიო დიდ რაოდენობით შეიცავს აღნიშნულ მინერალს. ამასთან, შეიცავს თურქული ბარდა, თხილი, წითელი ლობიო, ოსპი, ზეთისხილი, მოცხარი, პომიდორი, კარტოფილი, ღვინო და ლუდი.

კალციუმი: ეს უმნიშვნელოვანესი მინერალი აუმჯობესებს ძვლოვანი სისტემის ჯანმრთელობას (ხელს უშლის ოსტეოპოროზის განვითარებას), ამსუბუქებს ართრიტს, ხელს უწყობს კბილების ჯანმრთელობას, პოზიტიურ როლს თამაშობს უძილობის, კრუნჩხვების, მენოპაუზისა და პრემენსტრუალური სინდრომის დროს. ამასთან, ხელს უშლის სიმსუქნის, მსხვილი ნაწლავის კიბოს, გულის დაავადებების, მჟავიანობის და მაღალი არტერიული წნევის განვითარებას.

კალციუმის წყარო: რძის პროდუქტები, როგორიცაა ყველი, ხაჭო, იოგურტი; ასევე, დიდ რაოდენობით შედის თხილეულში, დაკონსერვებულ ორაგულსა და ცერცვში. პოპულარული იდეაა, თითქოს რძე ყველაზე დიდი რაოდენობით შეიცავს ამ მინერალს, თუმცა, ეს ასე არ არის. სინამდვილეში ბროკოლის შეუძლია ყველაზე სწრაფად გაზარდოს კალციუმის დონე თქვენი კვების რაციონში. ამ მინერალის მდიდარი წყაროა ისპანახი, ფორთოხლის წვენი, სოიო, ნუში, ბარდა, რიკოტა.

ქრომი: აღნიშნული მინერალი მნიშვნელოვანია გლუკოზის ათვისებისას, ასე რომ განსაკუთრებით აქტუალურია მათთვის, ვისაც დიაბეტი აქვს. ქრომი აუცილებელია სისხლში შაქრის ნორმალური დონის შენარჩუნებისათვის.

ქრომის წყარო: თხილი, ფინიკი, მზესუმზირა, ხორბლის მარცვლები, წიწიბურა, სიმინდი. თხის რძე, კვერცხი. შამპინიონები, ქათმის ხორცი, საქონლის ღვიძლი, ხახვი, კარტოფილი, ბარდა, ლობიო.

რკინა: საკვანძო როლს თამაშობს ჰემოგლობინის ფორმირების, მეტაბოლიზმის, კუნთების აქტივობის, იმუნიტეტის გაძლიერების და ტვინის ნორმალურად მუშაობის პროცესში, ამასთან, უძილობის, მოუსვენარი ფეხების სინდრომის და სხეული ტემპერატურის რეგულირებისას. ამ მინერალის უმთავრესი როლი ჰემოგლობინის ფორმირებაა, რომელიც უზრუნველყოფს სისხლის ნორმალურ მიმოქცევას და სხვადასხვა ორგანოებისთვის ჟანგბადის მიწოდებას. რკინის ნაკლებობისას ანემია ვითარდება, რომელის მახასიათებელი ნიშნებია კუნთების სისუსტე, დაღლილობა, კუჭ-ნაწლავის დისფუნქცია, კოგნიტური დარღვევები.

რკინის წყარო: ვეგეტარიანული და არავეგეტარიანული საკვები. პარკოსნები, ოსპი, სოიო, მწვანე ფოთლოვანი ბოსტნეული, მარცვლეული, ისპანახი, თალგამი, ბრიუსელის კომბოსტო, ბროკოლი, ჩირი, საქონლის ღვიძლი განსაკუთრებით მდიდარია რკინით.

კრემნიუმი: მინერალი მნიშვნელოვან როლს თამაშობს ძვლოვანი სისტემის, კანის, კბილების, თმისა და ფრჩხილების ჯანმრთელობის პროცესში, ებრძვის ათეროსკლეროზს, ტუბერკულიოზს და უძილობასთან დაკავშირებულ პრობლემებს.

კრემიუმის წყარო: ვაშლი, მარცვლეული, კომბოსტო, არაქისი, სტაფილო, ხახვი, კიტრი, გოგრა, თევზი, შვრია, ნუში და ფორთოხალი.

ნატრიუმი: ეს ცნობილი მინერალი საკვანძო როლს თამაშობს წყლის ბალანსის დროს, იცავს მზის დარტყმისგან, აუმჯობესებს ტვინის მუშაობას, ამსუბუქებს კუნთების კრუნჩხვებს, ხელს უშლის ნაადრევი სიბერის პროცესს.

ნატრიუმის წყარო: ვაშლი, მარილი, კომბოსტო, კვერცხის გული, პიტნა და ბანანი. ასევე სტაფილო, საცხობი ფხვნილი და საცხობი სოდა, თალგამი, ფოთლოვანი ბოსტნეული და ხმელი ბარდა კარგი საბადოა.

მაგნიუმი: მაღალი არტერიული წნევა, გულის შეტევა, ალკოჰოლიზმი, ძვლოვანი სისტემის ჯანმრთელობა, კრუნჩხვები, დიაბეტი, მენოპაუზა, ფეხმძიმობა, ასთმა – აღნიშნული მინერალი პოზიტიურად მოქმედებს. ამასთან, მნიშვნელოვან როლს თამაშობს უძილობასთან და სტრესთან გამკლავების პროცესში.

მაგნიუმის წყარო: ლობიო, კაკალი, სეზამის მარცვლები, ავოკადო, თხილი, თესლები, მწვანეფოთლოვანი ბოსტნეული, პარკოსნები, ტკბილი კარტოფილი, გოგრის თესლი.

იოდი: განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ფარისებრი ჯირკვალთან დაკავშირებული პრობლემების მოსაგვარებლად, გარდა იმისა, რომ ამცირებს სარძევე ჯირკვლების ფიბროზულ-კისტოზური დაავადებების განვითარების რისკებს, აუმჯობესებს კანის, თმის მდგომარეობას და ასევე ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლას. მნიშვნელოვანი მინერალია ფეხმძიმობის დროს.

იოდის წყარო: ზღვის პროდუქტები, დაკონსერვებული სარდინი და თინუსი, ასთაკვები, ომარები და კიბოსნაირთა ოჯახის სხვა წარმომადგენლები, ხამანწკები. ამ მინერალის მდიდარი წყაროა ხილი და კენკროვნები (ბანანი, ფორთოხალი, ლიმონი, ნესვი, ანანასი, ხურმა).

ფოსფორი: მინერალი არსებითად მნიშვნელოვანია კუნთების სისუსტის შემცირებაში, აუმჯობესებს ძვლოვანი სისტემის და კბილების ჯანმრთელობას, ზრდის ტვინის შრომისუნარიანობას, აწესრიგებს სექსუალურ დისფუნქციას და ხელს უწყობს ნივთიერებათა ცვლის ოპტიმიზაციას.

ფოსფორის წყარო: დიდი რაოდენობით შეიცავს ისეთი პროდუქტები, როგორიცაა ხორცი, თხილეული, პარკოსნები და რძის პროდუქტები. ასევე ფოსფორი დიდი რაოდენობით შედის შემდეგი საკვების შემადგენლობაში: მზესუმზირა, ბრინჯი, კარტოფილი, ბროკოლი, ბარდა, არაქისის კარაქი, თინუსი.

მანგანუმი: მნიშვნელოვან როლს თამაშობს მეტაბოლიზმის და რეპროდუქციის პროცესში, ეპილეფსიისა და მყესების დაჭიმულობის დროს, აუმჯობესებს ტვინის ფუნქციას, ებრძვის ოსტეოპოროზს, ამცირებს დაღლილობას.

მანგანუმის წყარო: ჟოლო, ანანასი, ნიორი, ყურძენი, ჭარხალი, მწვანე ლობიო, ბრინჯი, პიტნა, შვრია, თხილი, წიწმატი, მარწყვი, მაყვალი, ტროპიკული ხილი, სალათის ფოთოლი, ისპანახი, ბანანი, კიტრი, კივი, ლეღვი და სტაფილო. მანგანუმის უმდიდრესი საბადოა მწვანე ფოთლოვანი ბოსტნეული, ნუში, თხილი, ყავისფერი ბრინჯი, ქოქოსი.

სპილენძი: მინერალი აუმჯობესებს ტვინის ფუნქციას, ამსუბუქებს ართრიტს, ხელს უწყობს კანის ჯანმრთელობას, სპობს ყელის ინფექციებს, პოზიტიურად მოქმედებს ჰემოგლობინის დეფიციტის დროს, ხელს უშლის გულის დაავადებების განვითარებას, აძლიერებს იმუნიტეტს. ძირითადად ასოცირდება რკინის სინთეზთან და ამასთან, ეხმარება სისხლის მიმოქცევის სისტემის ნორმალურ მუშაობას.

სპილენძის წყარო: გვხვდება სხვადასხვა სახის საკვებში, როგორიცაა ხორცი, ღვიძლი, ზღვის პროდუქტები, ლობიო, ნუში, ავოკადო, ნიორი, ჭარხალი, ოსპი, ქერი. ხამანწკები სპილენძის უმდიდრესი წყაროა.

კალიუმი: შეუძლია ასწიოს დაბალი შაქრის დონე სისხლში, დაარეგულიროს არტერიული წნევა, ხელი შეუშალოს გულის დაავადებების, კუნთებთან დაკავშირებული პრობლემებისა და კრუნჩხვების განვითარებას, ზრდის ტვინის შრომისუნარიანობას, აწესრიგებს თირკმელების მდგომარეობას და ეხმარება ართრიტის და დიაბეტის დროს. როგორც სისხლძარღვების გამაფართოვებელი, ორგანიზმის უმნიშვნელოვანეს ორგანოებს ჟანგბადის მიწოდებით უზრუნველყოფს და ამასთან, იცავს კარდიოვასკულარული დაავადებებისგან.

კალიუმის წყარო: ყველაზე მეტ კალიუმს შეიცავს კარტოფილი, გოგრა, კომბოსტო, გარგარი, შავი ქლიავი, ჩირი (გარგარის, ქლიავის ჩირი, ქიშმიში), ლეღვი, ასკილი და ოხრახუში. მარცვლოვნები.

სელენი: შესაძლოა იშვიათი მინერალია, მაგრამ მისი ფუნქცია მნიშვნელოვანია. ის ერთ-ერთი ყველაზე ძლიერი მინერალი ანტიოქსიდანტია, ხელს უშლის უჯრედებისა და ქსოვილების ჟანგვას და ამით მათ სერიოზული დაავადებებისგან იცავს, ასევე ეწინააღმდეგება თავისუფალი რადიკალების ფორმირებას, თუმცა, ის ასევე მნიშვნელოვანია ძვლის ზრდის პროცესისთვის კალციუმთან, სპილენძთან და თუთიასთან ერთად. აქვეითებს შაქრიანი დიაბეტის ჩამოყალიბების, გულ-სისხლძარღვთა და საჭმლის მომნელებელი სისტემების ფუნქციის დარღვევის რისკს.

სელენის წყარო: აღნიშნულ მინერალს შეიცავს კვერცხი, თევზი, სოკო, ხორცი, სიმინდი, ბრინჯი, წიწიბურა. მნიშვნელოვანი რაოდენობითაა აღმოჩენილი ისეთ პროდუქტებში, როგორიცაა ცხოველის თირკმელები, კრაბი, თინუსი. ბრაზილიური კაკალი კი სელენის უმდიდრესი წყაროა.

თუთია: აღნიშნული მინერალი დიდ როლს თამაშობს კანთან დაკავშირებული პრობლემების მოგვარების დროს, როგორიცაა ეგზემა, აკნე, ჭრილობების შეხორცება. მნიშვნელოვანია ასევე პროსტატის, გაციების, ფეხმძიმობის, რეპროდუქციის, მადის დაქვეითების, თვალებზე მკურნალობის, ღამის სიბრმავის დროს. თუთიის გარეშე ორგანიზმი დაკარგავს ძირთად ფუნქციებს, რის შედეგადაც ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული უამრავი პრობლემა გაჩნდება. მისი დეფიციტი იწვევს კანის სიმშრალეს და ინფექციებს, ქერტლს, ღვიძლისა და ფარისებრი ჯირკვლის მუშაობის დარღვევას, ძვლის ზრდის შენელებას, დაღლილობას, თმის ცვენას.

თუთიის წყარო: მზესუმზირა, გოგრის თესლი, ყველი, ზღვის პროდუქტები, ჯანჯაფილი, კვერცხი, ხილი.

ქართული ფუტკარი – ბიომრავალფეროვნების საუკეთესო ნიმუში

უკანასკნელ წლებში დედამიწაზე ჰაერის ტემპერატურის მუდმივი ზრდა და მასთან დაკავშირებული ბიომრავალფეროვნების შემცირების საშიშროება მსოფლიო მეცნიერების ერთ-ერთ თავსატეხად იქცა.

გლობალური დათბობის საფრთხე მუდმივ პრობლემას უქმნის გარკვეულ ეკოსისტემებს. განსაკუთრებით კი იმათ, რომლებიც ბუნებრივი გავრცელების საზღვარზე არიან.

ამჟამად დედამიწაზე გამოყოფენ ბიოლოგიური მრავალფეროვნების 35 „ცხელ წერტილს“ (Hot spots). კავკასია, სწორედ ერთი ამათგანია. გარდა ამისა, იგი შედის ბუნების დაცვის მსოფლიო ფონდის (WWF) მიერ გამოყოფილ 200 გლობალურ ეკორეგიონს შორის.

საქართველო, როგორც კავკასიის შემადგენელი ნაწილი მდიდარია ცხოველთა და მცენარეთა მრავალფეროვნებით. აქ გავრცელებული მრავალი სახეობის ცხოველი იშვიათია გლობალური მასშტაბით და შეტანილია ბუნების დაცვის საერთაშორისო კავშირის (IUCN) წითელ ნუსხაში.

ქვეყანაში, ბიომრავალფეროვნების თვალსაზრისით, განსაკუთრებულ ყურადღებას იმსახურებს ქართული ფუტკარი (Apis mellifera caucasica-Georgia), რომელიც კავკასიის ბუნებრივ-კლიმატურ პირობებში ჩამოყალიბებული რუხი ფუტკრის ჯგუფში შედის.

რუხი შეფერილობის, თვინიერი, სუსტი და საშუალო ღალის კარგად ამთვისებელი, ნაყრობისადმი ნაკლებად მიდრეკილი, სამუშაო დღის მაქსიმალურად გამოყენების უნარის მქონე ქართული ფუტკარი ჯიშის შიგნით მოიცავს მრავალ პოპულაციას, რომელთაც როგორც მსგავსი, ისე განსხვავებული თვისებები ახასიათებთ.

ნათელია, რომ ამ განსხვავებათა მიზეზები გამოწვეულია იმ გეოგრაფიულ-კლიმატური პირობების ზემოქმედების შედეგად, რომელშიც მათ ასწლეულების მანძილზე მოუხდათ არსებობა.

გასული საუკუნის ქართველ მეცნიერთა მონაცემებით, რომლებიც ქართული ფუტკრის პოპულაციების შესწავლით იყვნენ დაკავებული დადგენილია, ქართული ფუტკრის შემდეგი პოპულაციები: მეგრული, აფხაზური, გურული, ქართლური, იმერულ-რაჭული, ზემო სვანური და კახური.

აღნიშნული პოპულაციებიდან ბიოლოგიური და სამეურნეო მაჩვენებლების კომპლექსით ყველაზე მნიშვნელოვანია პირველი ოთხი.

მეგრული პოპულაცია

მეგრული პოპულაცია – მისი გავრცელების ტრადიციული არეალია სამეგრელო, ჩხოროწყუსა და წალენჯიხის მუნიციპალიტეტები სადაც გაბატონებულია ნოტიო, სუბტროპიკული ჰავა.

მცენარეებიდან გავრცელებულია ბზა, ცაცხვი და წაბლის კორომები, მდინარე ხობისწყლის ზემო წელში ფართოდ არის წარმოდგენილი წიწვოვანი მცენარეები და ალპური ზონა, დამახასიათებელია ენდემური მცენარეების ფართო გავრცელება.

მეგრული პოპულაცია გამორჩეულია არამარტო ქართული ფუტკრის სხვა პოპულაციებს შორის, არამედ მსოფლიოში გავრცელებული ფუტკრის სხვა ჯიშებისგან თავისი ძირითადი ექსტერიერული მაჩვენებლით-ხორთუმის სიგრძით (7,1-7,2მმ).

გურული პოპულაცია

გურული პოპულაციის გავრცელების ტრადიციული არეალია გურია, ჩოხატაურის რაიონი (სოფელი ზემო სურები), სადაც კლიმატი სუბტროპიკულია. მცენარეული საფარი სიმაღლებრივი ზონების სახითაა გავრცელებული.

მთის კალთებზე ტყის შემქმნელი მთავარი ჯიშებია: წიფელი, მუხა, წაბლი, სოჭი, ჭადარი, რცხილა, თხმელა. ასევე გვხვდება: შქერი, წყავი, ბზა, მოცვი, თხილი, წიფელი. 1500 – 1600 მეტრიდან ჭარბობს ნაძვისა და სოჭის ტყეები.

ტყის სარტყლის ზემოთ მდელოები და ბუჩქნარებია. გურული პოპულაცია თავისი მორფოლოგიური და ბიოლოგიურ სამეურნეო მაჩვენებლებით ძალიან ჰგავს მეგრულ პოპულაციას.

აფხაზური პოპულაცია

აფხაზური პოპულაციის გავრცელების არეალია აფხაზეთი, გუდაუთის რაიონი. ჰავა ზღვის ნოტიო, სუბტროპიკულია. მრავალფეროვანია აფხაზეთის მცენარეული სამყარო, რომელიც ითვლის 2000-მდე სახეობას, აქედან 250-ზე მეტი მიეკუთვნება სამკურნალო მცენარეთა რიცხვს.

აფხაზეთში 133 – ზე მეტი ენდემური მცენარეა. გვხვდება ფიჭვი, სოჭი, ქართული მუხა, წაბლი, კავკასიური რცხილა, ჯაგრცხილა, ცაცხვი, იფანი, კოლხური ბზა და სხვ.

აღნიშნული პოპულაცია ხასიათდება დედა ფუტკრის მაღალი კვერცხმდებლობით და შედარებით უკეთესი ზამთარგამძლეობის უნარით.

ქართლური პოპულაცია

ქართლური პოპულაციის გავრცელების ტრადიციული არეალია დუშეთის მუნიციპალიტეტი, სადაც ჩამოყალიბებულია ძირითადად 3 ტიპის ჰავა: ზომიერად ნოტიო, ნოტიო და მაღალმთის ნოტიო ჰავა.

მუნიციპალიტეტის ტერიტორიაზე გავრცელებულია უროიან-ვაციწვერიანი და ჯაგეკლიანი სტეპური მცენარეულობა, შედარებით მცირე ფართობზე – მუხნარ-რცხილნარი და სხვა ფართოფოთლოვანი ტყეები.

მდინარე არაგვის გასწვრივ-ტუგაის ტყე. გვხვდება მთის ფიჭვნარები. მუნიციპალიტეტის ტერიტორიაზე არის ასევე სუბალპური და ალპური მდელოები.

ქართლური პოპულაციის ფუტკრის ხორთუმის სიგრძე ნაკლებია სხვა პოპულაციის იგივე მაჩვენებელზე, თუმცა იგი დედა ფუტკრის სადღეღამისო კვერცხმდებლობით სხვებს აჭარბებს.

ყველა პოპულაციას აქვს მსგავსი თაფლის და ცვილის პროდუქტიულობა და შესაბამისად მათი საშუალო მაჩვენებელი მერყეობს 18-25 კგ და 4-5 აშენებული ფიჭის ფარგლებში. ფუტკრის ოჯახის საერთო სიძლიერე კი – 15-19-ჩარჩო ფუტკარი.

აღწერილი პოპულაციები საჭიროებენ გაფრთხილებას და შენარჩუნებას, რის გამოც უპირველესად თითოეული დაცული უნდა იყოს სხვა პოპულაციების და ჯიშის ფუტკრის ზეგავლენისგან.

ამისათვის საჭიროა ქვეყნის შიგნით აღკვეთილების (აღკვეთილი – დაცული ტერიტორიის ერთ-ერთი სახე, რომელსაც მინიჭებული აქვს სპეციალური სტატუსი/აგროკავკასია) ჩამოყალიბება, კერძოდ მეგრული პოპულაციისთვის-ხობისწყლისა და სქურის ხეობებში, გურული პოპულაციისთვის-სოფელ ზემო სურებში, ქართლური პოპულაციისთვის სოფლების ბარისახოს, შუაფხოს და ჩარგალის ტერიტორიაზე, აფხაზური პოპულაციისთვის კი ასეთ ტერიტორიად მოიაზრება გუდაუთაში სოფლების ფსხუსა და ხაბიუს ტერიტორია (თუმცა სამწუხაროდ, ამ უკანასკნელზე ჯერჯერობით ხელი არ მიგვიწვდება).

გარდა ამისა, სავალდებულოა კვლავ ამოქმედდეს კანონი საქართველოს ტერიტორიაზე სხვა ქვეყნებიდან ფუტკრის უკანონო შემოყვანა-გავრცელების აკრძალვაზე. ჩამოთვლილი ღონისძიებების განხორციელება ხელს შეუწყობს ქართული ფუტკრის ბიომრავალფეროვნების შენარჩუნებას.

მაია ფეიქრიშვილი,
ალექსანდრე კორძახია

ციტრუსი – ნედლეულის დამზადება, შენახვა და ტრანსპორტირება

ციტრუსოვნების და სუბტროპიკული ხეხილოვნების ნაყოფი იკრიფება ასაღები სიმწიფის ფაზაში მშრალ მდგომარეობაში. სველი ხილი ხელს უწყობს სოკოვანი დაავადებების განვითარებას და დაბალია მისი შენახვის უნარიანობა. ნაყოფის აღება უნდა მოხდეს მხოლოდ ყუნწის გადაჭრით, რაც შეიძლება ნაყოფთან ახლოს და კანის დაზიანების გარეშე, სპეციალური საკრეფი სამარჯვეების გამოყენებით. მოკლე ყუნწი მინიმუმამდე ამცირებს სხვა ნაყოფის დაზიანების შესაძლებლობას.

მიუხედავად იმისა, რომ ციტრუსოვანთა ნაყოფის ქიმიური შედგენილობა, კერძოდ შაქრებისა და მჟავების შემცველობა, გავლენას ახდენს ნაყოფის სიმწიფის ხარისხზე, ჩვენს პირობებში სიმწიფის ხარისხის დადგენა ხდება კანის შეფერილობის მიხედვით. მაგალითად, მანდარინს უნდა ჰქონდეს ღია ნარინჯისფერიდან ნარინჯისფერი შეფერილობა, მაგრამ ამასთან ერთად დასაშვებია სიმწვანე ნაყოფის ზედაპირის ფართობის 3/4-მდე. ასეთივე მოთხოვნებია სხვა ციტრუსოვნების ნაყოფზე. საერთაშორისო ნორმების მოთხოვნათა შესაბამისად ციტრუსოვნების ნაყოფი ითვლება მომწიფებულად, თუ ნაყოფში წვენის რაოდენობა შეადგენს (არა ნაკლებ): ლიმონში-25 %, მანდარინში-33%, ფორთოხალი ვაშინგტონ ნაველი-30%, სხვა სახესხვაობის ფორთოხალში-35 %.

ციტრუსოვნების სიმწიფის ხარისხის დადგენა მიზანშეწონილია განხორციელდეს ისეთი ობიექტური ქიმიური მაჩვენებლით, როგორიცაა შაქრებისა და მჟავების (ან ხსნადი მშრალი ნივთიერებისა და მჟავების) შეფარდების მინიმალური სიდიდე, რომელიც შემდგომში აისახება ნაყოფის ხარისხის შეფასების ნორმებში. იმასთან დაკავშირებით, რომ ასეთი შეთანხმებული ნორმები არ არსებობს, რიგ მწარმოებელ სახელმწიფოებს შემოღებული აქვთ საკუთარი კრიტერიუმები. მაგალითად, შაქრების (ან ხსნადი მშრალი ნივთიერება) და მჟავების შეფარდების მინიმალური მაჩვენებელი ამერიკის შეერთებული შტატების ფლორიდის შტატის ფორთოხლისათვის შეადგენს 8,5:1, ხოლო ესპანური ფორთოხლისათვის –5,5:1. იგივე მაჩვენებელი ესპანური მანდარინისათვის შეადგენს –7,0:1, ხოლო სამხრეთ აფრიკული მანდარინისათვის –7,5:1.

მოკრეფილი სუბტროპიკული ხილი არ არის ერთგვაროვანი ზომით, სიმწიფის ხარისხით და ჯიშური შედგენილობით. ამიტომ საჭიროა მისი შემდგომი სასაქონლო დამუშავება, რომელიც შეიძლება განხორციელდეს ხელით და ტექნიკური საშუალებების გამოყენებით. სასაქონლო დამუშავების პროცესი მოიცავს შემდეგ ოპერაციებს: სუბტროპიკული ხილის მიღება ბაღიდან და წონის დადგენა, ინსპექცია, დაყალიბება და დაფასოება.

ინსპექციის ოპერაცია ხელით მიმდინარეობს და ითვალისწინებს მექანიკურად დაზიანებული და დაავადებული ნაყოფის გამორჩევას და მოცილებას.

დაყალიბების მიზანია სუბტროპიკული ხილის ნაყოფის დახარისხება ზომების მიხედვით. მანდარინისა და ფორთოხლის ნაყოფის დაყალიბება შესაძლებელია უდიდესი განივი დიამეტრის მაჩვენებლის მიხედვით, მათი ფორმიდან გამომდინარე, სპეციალური ტექნიკური საშუალებების გამოყენებით. ლიმონისა და სუბტროპიკული ხურმის ნაყოფის დაყალიბება ხდება ხელით.

ციტრუსოვანთა და ზოგიერთი სუბტროპიკული ხილის სტანდარტული ნაყოფი ზომებით, უდიდესი განივი დიამეტრის მიხედვით, უნდა შეესაბამებოდეს შემდეგ მაჩვენებლებს (არა ნაკლები): ფორთოხალი – 50მმ, მანდარინი – 38მმ, ლიმონი – 42მმ, სუბტროპიკული ხურმა – 50მმ, თხილი – 16მმ, თხილის გული – 9მმ, კაკალი – 23მმ. თხილის ნაყოფთან და მის გულთან მიმართებაში, გარდა ზომებისა, არსებობს სტანდარტის მოთხოვნა საშუალო მასაზე (არა ნაკლებ) – 1,4გ და 0,6გ შესაბამისად.

ციტრუსოვნებისა და სხვა ნაყოფწვნიანი სუბტროპიკული ხილის დაფასოება ხდება ხის, პლასტმასის ან მუყაოს სპეციალურ ყუთებში გარკვეული წესით. კერძოდ, ნაყოფი ყუთში ისეთნაირად უნდა ჩაიწყოს, რომ ნაკლებად ეხებოდეს ერთმანეთს და გამორიცხოს ყუნწით მეორე ნაყოფის დაზიანება. მანდარინისა და ფორთოხლის ნაყოფის მოთავსება ყუთში ხდება ყუნწით ქვემოთ, ხოლო ლიმონი იწყობა გვერდით და ყუნწები ერთ მხარეს არის მიმართული. ყუთში ეწყობა ერთი პომოლოგიური ჯიშის და ერთი ზომის ნაყოფი.

დაყალიბებული სუბტროპიკული ხილი, განსაკუთრებით კი ციტრუსოვანთა ნაყოფი დაფასოების წინ საჭიროა შეიფუთოს სპეცილურ ქაღალდში. კარგ შედეგს იძლევა შესაფუთი ქაღალდი, დამუშავებული დიფენილის ხსნარით. ქაღალდში შეფუთვის შემდეგ ნაყოფი იწყობა ყუთში, რომელშიაც შესაფუთი მასალაა გამოფენილი.

სასაქონლო დამუშავების შემდეგ სუბტროპიკული ხილი იგზავნება სარეალიზაციოდ ან ინახება.

სუბტროპიკული ხილი, წყლის მაღალი შემცველობის გამო, გამოირჩევა ნივთიერებათა ცვლის ინტენსივობით და მგრძნობიარობით გარემო ფაქტორების მიმართ. ნედლი ხილი უფრო მაღალი ხარისხობრივი მაჩვენებლებით ხასიათდება, ვიდრე მისი ტექნოლოგიური დამუშავების შედეგად მიღებული პროდუქტები. სუბტროპიკული ხილის ხანგრძლივი დროით შენახვა შესაძლებელია მხოლოდ გარკვეული გარემო პირობების შექმნის შემთხვევაში, რაც გულისხმობს ჰაერის გარკვეულ ტემპერატურის და ფარდობითი ტენიანობის შენარჩუნებას. შენახვის ხანგრძლივობა დამოკიდებულია ჰაერის ტემპერატურასა და ტენიანობაზე, მის შედგენილობაზე.

ჰაერის შედგენილობა ხასიათდება მასში ძირითადი აირების (ჟანგბადი, აზოტი, ნახშირორჟანგი), ინერტული (წყალბადი, ჰელიუმი, არგონი და სხვ.) და მავნე მინარევების (ოზონი, აზოტის ჟანგი, ამიაკი, ფრეონი და სხვ.) შემცველობით.

სუბტროპიკული ხილის და ნედლეულის შენახვის დროს წარმოიქმნება ნახშირორჟანგი, არომატული ნივთიერებები, ეთილენი და სხვა ნაერთები, რომლებიც მოქმედებენ ჰაერის შედგენილობაზე სათავსოში. გარემომცველ ჰაერში ნახშირწყალბადის – ეთილენის არსებობა ხელს უწყობს ნაყოფის დამწიფებას და აჩქარებს ამ პროცესს, რაც ნაყოფის ხელოვნურად დასამწიფებლად გამოიყენება. ამ ნაერთს ახასიათებს მწვანე პიგმენტების – ქლოროფილების ინტენსიური დაშლის უნარი, შედეგად ციტრუსოვანთა ნაყოფი იძენს დამახასიათებელ ნარინჯისფერ შეფერილობას.

სუბტროპიკული ხილის ხელოვნური დამწიფება შესაძლებელია აგრეთვე ჰაერის შემადგენლობაში ჟანგბადის კონცენტრაციის 3-4-ჯერ გაზრდით. ნაყოფის აღების შემდგომი დამწიფება ხელოვნურად მოდიფიცირებული შედგენილობის გარემომცველი ჰაერის შექმნით არის შესაძლებელი.

ტემპერატურა ძირითადი ფაქტორია, რომელზედაც დამოკიდებულია შენახვის დროს ნედლეულში მიმდინარე პროცესები. ტემპერატურის მომატებით აქტიურდება ფიზიკურ-ქიმიური, ბიოქიმიური და მიკრობიოლოგიური პროცესები. დაბალ ტემპერატურაზე, ნაყოფში წყლის გაყინვის დროს ზიანდება მისი სტრუქტურა, ზიანდება უჯრედის მთლიანობა.

სუბტროპიკული ხილის შენახვა შესაძლებელია დაბალ ტემპერატურაზე (2-60ჩ). ასეთი ტემპერატურის პირობებში მინიმალურია ნივთიერებათა ცვლის ინტენსივობა და მიკროფლორის მოქმედება. შენახვის პროცესში, ტექნოლოგიური თვალსაზრისით, დაუშვებელია ტემპერატურის შემცირება გაყინვის ტემპერატურამდე. სუბტროპიკული ხილის ნაყოფის გაყინვის ტემპერატურა მერყეობს – 1,5 – 2,50ჩ-ის ფარგლებში.

ფარდობითი ტენიანობა ხასიათდება ჰაერის წყლის ორთქლით გაჯერების ხარისხი, რომელზედაც დიდად არის დამოკიდებული ნაყოფის მიერ წყლის გაცემის ინტენსივობა. შესანახი ნედლეულიდან წყლის აორთქლება აისახება რაოდენობრივ და ხარისხობრივ დანაკარგებზე. ტენის მაღალი შემცველობის მქონე ნედლეული მაღალი ფარდობითი ტენიანობის პირობებში უნდა ინახებოდეს. ხოლო მშრალი პროდუქტების (ჩაი, დაფნა, სტევია და სხვ.) შენახვის დროს ჰაერის ოპტიმალური ფარდობითი ტენიანობის განსაზღვრა ხდება საქონლის ქიმიური შემადგენლობით, მისი ჰიგროსკოპიულობით და ტემპერული ფაქტორის გათვალისწინებით. ტენის ინტენსიური დაკარგვის შემთხვევაში სუბტროპიკული ხილის ნაყოფი ჭკნება, კარგავს სასაქონლო სახეს და ღირებულებას. საწყისი რაოდენობის ტენის შენარჩუნება ნაყოფში შესაძლებელია ჰაერის მაღალი ფარდობითი ტენიანობის (85-90%) პირობებში.

გარემო ჰაერის 2-60ჩ ტემპერატურისა და 85-90% ფარდობითი ტენიანობის პირობებში ციტრუსოვნების შენახვა შესაძლებელია შემდეგი ხანგრძლივობით: მანდარინი და გრეიპფრუტი – 3-4 თვე, ფორთოხალი – 4-5 თვე, ლიმონი – 5-6 თვე.

კივის ნაყოფის შენახვის ოპტიმალური პირობებია 0-50ჩ და 90% ფარდობითი ტენიანობა. ამ პირობებში ნაყოფის შენახვა შესაძლებელია 4-5 თვის განმავლობაში.

სუბტროპიკული ხურმის ნაყოფის შენახვა შესაძლებელია 2-3 თვის განმავლობაში 2-40ჩ და 85-90% ფარდობითი ტენიანობის პირობებში.

ჰაერის უფრო მაღალი ფარდობითი ტენიანობის შემთხვევაში მოხდება ნაყოფის დანამვა, რაც არასასურველია ხილის შენახვის პროცესში. ჰაერის პარამეტრების რეგულირება ხილის შესანახ საცავებში ავტომატურ რეჟიმში უნდა განხორციელდეს.

ჰაერის შედგენილობა გავლენას ახდენს შენახვის ხანგრძლივობასა და დანაკარგების შემცირებაზე. შენახვის დროს ნედლეულში მიმდინარე პროცესების შედეგად ჰაერში იზრდება ნახშირორჟანგის შემცველობა და მცირდება ჟანგბადის კონცენტრაცია. ნედლეულის შენახვის დროს ნახშირორჟანგის კონცენტრაციის მატება, ჟანგბადის შემცირების ფონზე, გარკვეულ კონცენტრაციამდე, ამცირებს სუნთქვის პროცესის ინტენსივობას და ხელს უწყობს ნაყოფის შენახვის უნარიანობის ამაღლებას. მაგალითად, რეგულირებად არეში (1%ჩ 2,10% 2,89% 2) 9-100ჩ ტემპერატურის პირობებში ლიმონის ნაყოფის შენახვის ვადის გახანგრძლივება 7 თვემდე არის შესაძლებელი.

აირცვლა – მაჩვენებელია, რომლითაც ხასიათდება ჰაერის ცვლის ჯერადობა ნედლეულის შესანახ სათავსოში. აირცვლის შედეგად ხორციელდება თანაბარი ტემპერატურული და ტენიანობის რეჟიმის დამყარება, აგრეთვე ნედლეულის სუნთქვის შედეგად გამოყოფილი აიროვანი ნივთიერებების მოცილება. აირცვლის შეფასება შესაძლებელია ჰაერის მოძრაობის სიჩქარით და მისი ცვლის ჯერადობით. პროცესი შეიძლება განხორციელდეს ჰაერის ვენტილირებით ან ცირკულირებით. აირცვლა შესაძლებელია იყოს ბუნებრივი – ცივი და თბილი ჰაერის ხვედრითი წონების ხარჯზე და იძულებითი – აქტიური აირცვლა.

თემურ რევიშვილი,
ტექნიკის მეცნიერებათა დოქტორი,
თამაზ მიქაძე,
ტექნოლოგიების დოქტორი

გამოსათხოვარი

... კაცურად გაიარა ნარეკლიანი გზა წუთისოფლის დასასრულამდე და უამრავი ადამანის სიყვარული და ცრემლების ზღვა გაიყოლა მარადიულ სასუფეველში

უკუღმართმა და ულმობელმა წუთისოფელმა კიდევ ერთხელ მოიქნია მსახვრალი ხელი და თავზარდამცემი მწუხარება დაგვატეხა თავს. სამოცდაერთი წლის ასაკში მოულოდნელად წავიდა ამ ცხოვრებიდან ბადრი სეფაშვილი – შესანიშნავი ვაჟკაცი და ჭეშმარიტი მამულიშვილი, რომელმაც თავისი სამაგალითო და შინაარსიანი მოღვაწეობით წარუშლელი კვალი დატოვა ამ ქვეყანაზე.

ადამიანი უფალმა შექმნა სახედ და ხატად... ზოგს ნიჭი მისცა, ზოგს სიკეთის ქმნის უნარი, ზოგს სილამაზე უბოძა, ზოგს ვაჟკაცობისა და კაცურ კაცობის გვირგვინის ტარება არგუნა.

ეს ყველაფერი კი არსთა გამრიგემ ერთბაშად დაანათლა ბადრი სეფაშვილს, რომლის განვლილი ცხოვრებაც სამაგალითო ნიმუშია იმისა, თუ როგორ შეიძლება მეგობრობდე ყველა ეროვნებისა და რასის ადამიანებთან და ამავე დროს რჩებოდე ჭეშმარიტ ქართველად!

ამ ქვეყანაზე შემთხვევით არაფერი ხდება. მის კაცურ კაცობას დიდი ოჯახიშვილობაც ედო საფუძვლად. სწორედ ეს გარემოება განაპირობებდა მის უნიკალურ ადამიანურ თვისებებს, რომ თავის ირგვლივ მხოლოდ საუკეთესო ტრადიციები და სიყვარული ეთესა.

რა თქმა უნდა, ამ სამყაროში ყველაფერს აქვს დასწყისი და დასასრული, მათ შორის ადამიანის სიცოცხლესაც. მაგრამ განვლილი გზის საზომად მხოლოდ შინაარსით დატვირთული ცხოვრება მიიჩნევა. ამ მხრივ ბადრის მოღვაწეობა სანიმუშოდ და სამაგალითოდ შეიძლება მივიჩნიოთ.

მან ძალზე მრავალმხრივი და საკმაოდ რთული გზა გაიარა ამ წუთისოფელში. ამასთან, ნიშანდობლივია ის გარემოება, რომ სიცოცხლის ყველა ეტაპზე წარმატებით დაძლია ცხოვრების ყველა საფეხური, რაც ღვთის მიერ ბოძებული ნიჭისა და შრომისმოყვარეობის წყალობით შეძლო.

1976 წელს ბადრიმ ოქროს მედალზე დაამთავრა ყვარლის პირველი საშუალო სკოლა, ხოლო შემდგომში ასევე წარმატებით დაასრულა საქართველოს სახელმწიფო სამედიცინო ინსტიტუტი ქირურგის სპეციალობით, რის შემდეგაც შეუდგა პროფესიულ მოღვაწეობას. მისი სამოღვაწეო ასპარეზი კი ერთობ მასშტაბური აღმოჩნდა: ნიჭიერი და მაღალკვალიფიციური ქირურგი წარმატებით მოღვაწეობდა საქართველოში, ძირითადად თბილისში, შემდეგ საფრანგეთში, გერმანიაში, აფრიკის ქვეყნებში და ყველგან, სადაც კი იმუშავა, სარგებლობდა დიდი ავტორიტეტით, პატივისცემითა და სიყვარულით, როგორც ჰიპოკრატეს ფიცის ერთგული და თავისი საქმის ზედმიწევნით მცოდნე სპეციალისტი.

ჭეშმარიტი პატრიოტი და მამულიშვილი მონაწილე იყო ცხინვალის რეგიონში 2008 წლის აგვისტოში გაჩაღებული ომისა, როგორც საველე ჰოსპიტალის ექიმი-ქირურგი, სადაც მუხლჩაუხრელად მუშაობდა დაჭრილი მებრძოლების სიცოცხლის გადასარჩენად. როგორც ბადრის დაკრძალვაზე თბილისიდან ჩამოსული ერთ-ერთი მისი კოლეგა იხსენებდა, ბადრის თურმე სამი დღე-ღამის განმავლობაში ერთი წუთიც არ დაუსვენია და 120 ქირურგიული ოპერაცია ჩაუტარებია, რაც თავისთავად მისი თავდადების, პროფესიონალიზმისა და შეუპოვრობის მკაფიო მაჩვენებელია.

აი, რას წერს გაზეთ „კვირის პალიტრის" კორესპონდენტი ხათუნა პაიჭაძე ბადრი სეფაშვილის შესახებ:"ექიმი ბადრი სეფაშვილი 2008 წლის აგვისტოს ომის დღეებში გავიცანი. საგურამოში დაბანაკებული სამედიცინო ბატალიონის ჯარისკაცებისაგან მინდოდა ინტერვიუს აღება. იმ ავადსახსენებელ დღეებში ქართველი ექიმების გმირობაზე ბევრს ლაპარაკობდნენ. სამედიცინო ბატალიონში მისულს ქირურგ ბადრი სეფაშვილზე მიმითითეს და მითხრეს, რომ თუ ვინმეს უნდა მიეცა ინტერვიუ და ვინმეს ჰქონდა უფლება ექიმების გმირობაზე ელაპარაკა, ეს ლეგენდარული ექიმი, მრავლისმნახველი ბადრი სეფაშვილი იყო!"

აი, ასე იწერებოდა ერთი პატარა და ლამაზი ლეგენდა ამ დიდი სულიერების მატარებელი ვაჟკაცის შესახებ.

ბადრი სეფაშვილს, უაღრესად ნიჭიერ და მაღალი კვალიფიკაციის სპეციალისტს, მსოფლიოს სხვადასხვა ქვეყნებში მოუწია ცხოვრებამ და მოღვაწეობამ. სამი წელი გაატარა საფრანგეთში, შემდეგ მუშაობდა გერმანიაში, მაგრამ განსაკუთრებული პოპულარობა მოიპოვა აფრიკის ქვეყნებში. აფრიკაში იგი ჰუმანიტარული მისიით გაემგზავრა, სადაც მოხვდა ლეგენდარული ალბერტ შვეიცერის კლინიკაში, რომელსაც აფრიკელები დიდი „თეთრი ექიმის" ეპითეტით მოიხსენიებდნენ, რადგან მან საკუთარი სახსრებით აუშენა აფრიკელებს კლინიკა, და 50 წლის განმავლობაში იდგა მათი სიცოცხლის სადარაჯოზე. სწორედ ამ კლინიკაში მოღვაწეობის პერიოდში გაითქვა ბადრიმ სახელი, როგორც დიდმა ექიმმა და სპეციალისტმა. წარმოიდგინეთ, რაოდენ საპასუხისმგებლო მისია ეკისრებოდა ექიმს აფრიკის ერთ-ერთ ჩამორჩენილ ქვეყანა ეთიოპიაში, სადაც მილიონ ნახევარ კაცზე ერთი ქირურგი მოდიოდა და რამხელა ძალისხმევა იყო საჭირო, რომ ასეთი ურთულესი მისიის შესრულებისათვის გაგერთვა თავი. და ამ ურთულეს მისიას პირნათლად ასრულებდა ჩვენი ბადრი, რომელიც მედგრად იდგა ადამიანთა სიცოცხლის სადარაჯოზე.

იგი დროგამოშვებით მიმოდიოდა შავ კონტინენტზე, მუშაობდა გაბონში, ეთიოპიაში, კონგოში და ყველა ამ ყვეყანაში ექიმისათვის დამახასიათებელი კაცთმოყვარეობისა და იშვიათი ადამიანური თვისებების წყალობით უზომო პოპულარობა და პატივისცემა დაიმსახურა.

უკანასკნელ პერიოდში, კორონავირუსის პანდემიასთან დაკავშირებით, ბადრიმ ვერ შეძლო აფრიკაში გამგზავრება, სადაც მის ჩასვლას სულმოუთქმელად ელოდნენ. ამას მოჰყვა მისი თაყვანისმცემლების წერილი აფრიკიდან, რაც ბადრის მიერ დათესილი სიკეთისა და კაცური ღირსების კიდევ ერთი ნათელი დადასტურებაა. აი,ეს წერილიც:"სალამი დოქტორო, ძალიან გვენატრებით და გვაკლიხართ. საოპერაციოში ყოველდღე თქვენზე ლაპარაკობენ. თქვენ გვასწავლეთ როგორ უნდა ვიცხოვროთ და ვიმუშაოთ. ძალიან კარგად გაწვრთენით ბიჭები, რომლებიც ურთულეს საქმეებს ართმევენ თავს. არც ერთი ქირურგი არ მონატრებია და დაჰკლებია ჩვენს გუნდს ისე, როგორც თქვენ. სულ ვლაპარაკობთ და ვსაუბრობთ ექიმ „მზეე" ბადრიზე (სუჰალის ენაზე „მზეე" ნიშნავს ჩვენებურად მახვშს, ხევისბერს). მთელი გუნდი მთხოვს გადმოგცეთ გულითადი სალამი. მუდამ დავრჩებით მადლიერი იმ დიდი ადამიანური სიყვარულისათვის, რაც თქვენ ჩვენ ხალხს აჩუქეთ. ჩვენ სამუდამოდ დავრჩებით თქვენს მოსწავლეებად და მიმდევრებად. გარწმუნებთ, რომ თვით სახელი დოქტორი ბადრი სიმღერად იქცა ჩვენში. აქ, რუტშურუში, მომავალი თაობები აუცილებლად იკითხავენ, თუ ვინ იყო დოქტორი ბადრი. შეიძლება ამის კითხვაც არ დასჭირდეთ, რადგან გადავწყვიტეთ თქვენი სახელობის საავადმყოფო ავაშენოთ. დიდი წვალებით შევაგროვეთ ფული და მიწა უკვე ვიყიდეთ 9 ათას დოლარად. ვიშოვით ფულს კლინიკის ასაშენებლადაც, რომელსაც დავარქმევთ „მზეე დოქტორ ბადრისაგან!"

ეს პატარა წერილიც საკმარისია იმის გასააზრებლად და წარმოსადგენად, თუ რაოდენ დიდი ადამიანური თვისებებით უნდა იყო დაჯილდოებული, რომ ასეთი აღიარება და სიყვარული მოიპოვო ქვეყანაში.

ყოველივე ეს კიდევ ერთხელ ნათლად მეტყველებს, რომ მას მართლაც ზენაარისგან ჰქონდა ბოძებული ჭეშმარიტი კაცთმოყვარეობა, უზადო პატიოსნება, უანგარო თანადგომა და თანდაყოლილი ვაჟკაცობა. სწორედ მისნაირი მამულიშვილობა და კაცობა უნდა იყოს მისაბაძი მაგალითი ყველასთვის ამ ქვეყანაზე.

შეუძლებელია ვინმეს დაავიწყდეს ის უანგარო თანადგომა და მზრუნველობა, რასაც იგი, როგორც პროფესიონალი ექიმი, იჩენდა ყველას მიმართ, განურჩევლად იმისა, იყო პაციენტი ყვარლელი, სხვა ქალაქელი თუ უცხოელი. და მაინც იგი სულით და გულით, მთელი არსებით, ყვარლის შვილი იყო და ამის გამოხატვა არასოდეს და არც ერთ მომენტში არ დაზარებია. ყველა ყვარლელი, ვინც ამ წლების განმავლობაში მისი პაციენტი იყო და მისი მადლიანი ხელის წყალობით გადაურჩა დიდ საცდელს, დღეს ცხარე ცრემლით დასტირის მის ხსოვნას.

ახლა, როცა უკვე შეუძლებელია რაიმეს შეცვლა, ბევრ რამეზე შეიძლება დაფიქრდეს კაცი, რომელიც თავისი შეგნებული ცხოვრების განმავლობაში მედგრად იდგა სხვისი სიცოცხლის გადარჩენის სადარაჯოზე, თავად კი ვერ გადაურჩა ბედისწერის განაჩენს... რატომ? აი, კითხვა, რომელსაც, სამწუხაროდ, პასუხი არ მოეძებნება... გაუგებარია და გულდასაწყვეტი ისიც, ამ ლაღ და ყველასათვის კარგად ცნობილ ოჯახს, ჩვენთვის დღემდე დაუვიწყარი სანდრო სეფაშვილის ოჯახს, განგებამ თუ არსთა გამრიგემ რატომ დაატეხა თავს ასეთი განსაცდელი და წარმოუდგენელი ტრაგედია. წუთისოფლის უკუღმართობის საიდუმლოც სწორედ ამაში იმალება ალბათ...

კაცურად იცხოვრა და იღვაწა ამ ქვეყანაზე ბადრიმ, კაცურად გაიარა ნარეკლიანი გზა წუთისოფლის დასასრულამდე და უამრავი ადამიანის სიყვარული და ცრემლების ზღვა გაიყოლა მარადიულ სასუფეველში.

კიდევ ერთი ღირსეული კაცი, მეგობარი და ყველას გულშემატკივარი კაცი დაგვაკლდა და ეს დანაკლისი მართლაც რომ აუნაზღაურებელია ამ სიტყვის პირდაპირი მნიშვნელობით.

მისი კაცური ღირსებისა და ქვეყნის წინაშე დიდი ღვაწლის დაფასებად უნდა მივიჩნიოთ ისიც, რომ იგი სამხედრო პატივით დაიკრძალა, როგორც 2008 წლის აგვისტოს ომის ვეტერანი – სამხედრო სალუტისა და სამგლოვიარო მუსიკის ფონზე.

დასანანია, ძალიან დასანანი და გულდასაწყვეტი, როცა ასეთ ადამიანს კარგავს ქვეყანა, როცა ასეთ მეგობარს ვკარგავთ ჩვენ...დასანანია ისიც, რომ ბადრიმ, კაცმა, რომელმაც ყველა მწვერვალი დაიპყრო ამ ცხოვრებაში, დაწყებული სწავლა-განათლებით, გაგრძელებული პროფესიული ოსტატობის სრულყოფით და დამთავრებული ადამიანთა საყოველთაო სიყვარულისა და პატივისცემის მოპოვებით, მხოლოდ ერთი ვერ შეძლო – ამ ცხოვრების ორომტრიალში ვერა და ვერ მოიცალა ოჯახის შესაქმნელად და ასე მარტოხელა გაეცალა წუთისოფელს...

რას ვიზამთ, ალბათ ესეც განგების უსამართლო განაჩენი გახლდათ...

წავიდა ჩვენი ბადრი და თან წაიღო სიკეთით სავსე გული, რომელიც ზღვა სიყვარულს იტევდა. თანამედროვე მედიცინამ ვერ უმკურნალა ვერაგ სენს და ტკივილებს, რასაც იგი ატარებდა. არავინ იცის რას ფიქრობდა საკუთარ თავთან მარტო დარჩენილი... და წავიდა ასე, ყველასათვის მოულოდნელად, თავის სათაყვანო და საფიცარ მამასთან მარადიულ სასუფეველში. გვინდა გჯეროდეს, რომ იგი უკვე იმ ქვეყანაშია,სადაც სიცოცხლე დაუსრულებელია და აღარ უკვდება მშობელს შვილი...

და სამუდამოდ დარჩა ჩვენს ხსოვნაში სამარის პირას დასვენებული ბადრის უსიცოცხლო სხეული და სულის შემძვრელი გლოვის ზარი– მწუხარებისგან განადგურებული დედის განწირული გოდება, რომელსაც ბოლო საძირკველი გამოეცალა ცხოვრებაში თავისი სალოცავი ერთადერთი ვაჟის სახით!

ვემშვიდობებით ბადრი სეფაშვილს და გვინდა მადლობა ვუთხრათ კარგი კაცობისათვის, უანგარო მამულიშვილობისათვის, ულალატო მეგობრობისათვის, ვაჟკაცობისათვის, სილამაზისა და ნიჭიერებისათვის, წლების მანძილზე გაწეული სანაიმუშო პროფესიული მოღვაწეობისათვის.

როგორც დიდი ილია ბრძანებდა, კაცს ორი სახელი უნდა ჰქონდეს ამ ქვეყნად – ერთი აქ დასარჩენი და მეორე თან წასაღები... ბადრიმ ორივე შეძლო, თან წაიღო იმქვეყნად სახელი, რომელსაც დავიწყება არ უწერია და აქ დატოვა სახელი და ხსოვნა, რასაც ამ უკუღმართი დროის დინება ვერასოდეს გააფერმკრთალებს!

ასე დასრულდა კიდევ ერთი ლამაზი ლეგენდა, რომელსაც ბადრი სეფაშვილი ერქვა...

ჩვენო ბადრი, განისვენე მშვიდად. შენს მიერ ამ ქვეყნად დათესილი სიკეთე სანთლის სხივად დაგადგეს სულთა საუფლოში. გფარავდეს ნათელი უფლისა და შუქი კელაპტრისა. ღმერთმა უმრავლოს საქართველოს შენისთანა შვილები!

ალიმან ლაფაჩიშვილი

ვწუხვართ და ვგლოვობთ

კიდევ ერთი თანაგუნდელი მივაბარეთ მიწას... ბევრმა ალბათ არც იცის, რომ ბადრი სეფაშვილი გასული საუკუნის 70-იანი წლების იმ დიდი გუნდის წევრი გახლდათ, რომელმაც ყვარლის ფრენბურთის სახელი შორს გაიტანა საქართველოს მასშტაბით.

ბადრი სრულიად ახალგაზრდა, 15 წლის ასაკში მოვიდა ჩვენი რაიონის ნაკრებში. ათლეტური აღნაგობისა და კარგი სპორტული მონაცემების მქონე ყმაწვილი მისმა მამამ, სანდრო სეფაშვილმა მოიყვანა ჩვენს გუნდში, რომელიც წარსულში თავად გახლდათ შესანიშნავი ფრენბურთელი და სპორტის ამ სახეობაზე ფანატიკურად იყო შეყვარებული. ბადრიმ ერთი წელი გულმოდგინედ ივარჯიშა და 16 ლის ასაკში, მე-10 კლასის მოსწავლე, უკვე ძირითადი შემადგენლობის მოთამაშე გახდა.

განგებამ ისე ინება, რომ ბადრიმ მხოლოდ ერთ ტურნირში ითამაშა ჩვენი გუნდის შემადგენლობაში. ეს იყო 1976 წლის აპრილში ქ. გურჯაანში გამართული აღმოსავლეთ საქართველოს ზონალური გათამაშება, რომელშიც რვა გუნდი იღებდა მონაწილეობას. ფავორიტებად აქ ყვარლისა და გურჯაანის ნაკრები გუნდები ითვლებოდნენ. მართლაც, ყველა მეტოქის დამარცხების შემდეგ, საქართველოს ჩემპიონატის ფინალური გათამაშების ერთადერთი საგზურის მოსაპოვებლად გადამწყვეტ შეხვედრაში სწორედ ისინი დაუპირისპირდნენ ერთმანეთს.

ეს თამაში 8 აპრილს გურჯაანის ძველ სპორტულ დარბაზში გაიმართა. სამართლიანობა მოითხოვს აღინიშნოს, რომ გურჯაანელებს იმ პერიოდში ძალიან ძლიერი გუნდი ჰყავდათ და ტოლს არ გვიდებდნენ არაფერში. თამაში უჩვეულოდ დაძაბულ ვითარებაში წარიმართა, რასაც თან ერთვოდა ადგილობრივი გულშემატკივრების ხულიგნობა და თავაშვებული მოქმედება. გადამწყვეტ მესამე პარტიაში, რომელიც ჩვენი უპირატესობით მიმდინარეობდა, მაყურებელთა ხულიგნობამ იმდენად გადააჭარბა დასაშვებ ნორმებს, რომ შეჯიბრების ორგანიზატორებმა და მსაჯებმა თამაში ჩაშლილად გამოაცხადეს.

მატჩის გადათამაშება დაინიშნა თბილისში და 4 მაისს გუნდები კიდევ ერთხელ დაუპირისპირდნენ ერთმანეთს. ეს შეხვედრაც უაღრესად დაძაბულად წარიმართა და საბოლოოდ ჩვენი გამარჯვებით დასრულდა, რაშიც გუნდის გამოცდილ წევრებთან ერთად დიდი წვლილი შეიტანა ბადრი სეფაშვილმა. აი, ამონარიდი გაზეთ „ყვარლის" 1976 წლის 15 მაისის №58 ნომერში დაბეჭდილი ამ შეჯიბრების ანგარიშიდან: „როგორც გურჯაანში, ისე თბილისში კარგად ითამაშა ჩვენი გუნდის ყველა წევრმა, მაგრამ განსაკუთრებით უნდა აღინიშნოს სრულიად ახალგაზრდა ბადრი სეფაშვილის კარგი თამაში, რომელიც პირველად მონაწილეობდა ასეთი რანგის შეჯიბრებაში და მიუხედავად იმისა, რომ არ ჰქონდა სათანადო გამოცდილება, ტოლი არ დაუდო უფროს მეგობრებს და ჯეროვანი წვლილი შეიტანა საერთო გამარჯვებაში. იგი უდავოდ პერსპექტიული მოთამაშეა ჩვენი გუნდისათვის".

შემდგომში, უკვე ფინალურ ტურნირში, რომელიც გორში გაიმართა, ჩვენი რაიონის ფრენბურთელთა ნაკრებმა ჩემპიონის წოდებაც დაისაკუთრა. ბადრიმ, დიდი სურვილის მიუხედვად, ფინალური ეტაპის გათამაშებაში მონაწილეობა ვერ მიიღო საპატიო მიზეზის გამო – შეჯიბრების ჩატარების დრო დაემთხვა სკოლაში საატესტატო გამოცდების პერიოდს. თუმცა, მისი წვლილი ამ საერთო წარმატებაში უდავოდ განუზომელი იყო.

საშუალო სკოლის დამთავრების შემდეგ ბადრი თბილისის სამედიცინო ინსტიტუტის სტუდენტი გახდა. მომავალი ქირურგისათვის სპეციალობის დაუფლება და სრულყოფა ცხოვრების მთავარი მიზანი გახდა და სწავლას მოწყურებულმა დიდი სპორტისათვის ველარ მოიცალა. თუმცა ჩვენი გზები ამის გამო არ გაყრილა – იგი ბოლომდე ჩვენს მეგობრად და მხურვალე გულშემატკივრად დარჩა.

დასანანია და გულსატკენი ასეთი მეგობრის დაკარგვა. 1976 წლის ჩვენი გუნდის ძირითადი შემადგენლობის იმ შემადგენლობიდან, რომლებიც მოედანზე ერთად გამოვდიოდით, ბადრი მესამეა, ვინც ნაადრევად გამოგვეცალა ხელიდან, ლევან ჩიტაშვილისა და ვანო კანანაძის შემდეგ.

მძიმეა ეს დანაკლისი და კიდევ უფრო მძიმეა ტკივილი, რასაც ყოფილი თანაგუნდელები განვიცდით. შემთხვევითი არ გახლავთ, რომ ასეთი ნიჭიერი კაცი ლეგენდარული ქირურგი გახდა და შორს გაითქვა სახელი. დარწმუნებული ვართ, სპორტს რომ არ ჩამოშორებოდა, ასეთივე ლეგენდარული ფრენბურთელი გახდებოდა!

იმაშიც დარწმუნებული ვართ, რომ ჩვენს ძახილს, ჩვენს ტკივილს მისი სული აუცილებლად გაიგებს, რადგან, როგორც ჩვენი უწმინდესი და უნეტარესი ილია მეორე გვასწავლის – არსებობს სულთა შორის კავშირი, რომელსაც ვერავითარი ძალა ვერ დაარღვევს!

ნათელი ედგას ჩვენი ბადრის ლამაზ სულს ზეციურ სამყაროში:

„მე არ მოვმკვდარვარ, გარდავიცვალე,
უსასრულობის შევცურე ზღვაში...
მე მხოლოდ ბინა გამოვიცვალე,
დედამიწიდან ავფრინდი ცაში".

მშვიდობით, ძმაო და მეგობარო, ჩვენ არასოდეს დაგივიწყებთ!

ვეტერანი ფრენბურთელები
და თანაგუნდელები
არნე ხატიაშვილი,
მიშა ოთარაშვილი,
ალიმან ლაფაჩიშვილი

მსოფლიო ჩემპიონატზე ვეტერანთა შორის ვერცხლის მედალი მოიპოვა

17-22 ოქტომბერს საბერძნეთის ქალაქ ლუტრაკში ჩატარდა მსოფლიო ჩემპიონატი თავისუფალ ჭიდაობაში ვეტერანთა შორის, სადაც წარმატებით იასპარეზა ყვარლის სასპორტო სკოლის მწვრთნელ-მასწავლებელმა მალხაზ როზომაშვილმა.

78 კგ წონით გატეგორიაში თავი მოიყარა ექვსმა უძლიერესმა სპორტსმენმა. პირველ წრეში მალხაზს ჩაეთვალა სუფთა გამარჯვება, რადგან მას ირანელი მეტოქე არ გამოუცხადდა, მომდევნო წრეში დაამარცხა უნგრელი კოვაჩი ანგარიშით 4:1 და გავიდა ფინალში.

ფინალური შეხვედრა მიმდინარეობდა თანაბარ ბრძოლაში, შეხვედრის ბოლო წამებში უფრო მოტივირებული აღმოჩნდა მისი მეტოქე და გამარჯვებაც მან მოიპოვა.

ვულოცავთ მალხაზ როზომაშვილს ვეტერან მოჭიდავეთა მსოფლიო ჩემპიონატზე ვერცხლის მედლის მოპოვებას და იმედია მომავალში ოქროს მოსაპოვებლად ბრძოლას ჩვეული შემართებით გააგრძელებს.

ყვარლის სასპორტო სკოლა მადლობას უხდის ყვარლის მუნიციპალიტეტის მერს გივი ზაუტაშვილს და კორპორაცია ქინძმარაულის ხელმძღვანელობას ფინანსური დახმარებისთვის.

ალეკო ქაფიანიძე

ბესო კალანდაძის ჯგუფის კონცერტი

27 ოქტომბერს ყვარლის კოტე მარჯანიშვილის სახელობის თეატრში გაიმართა ბესო კალანდაძის ჯგუფის კონცერტი პროგრამით – „ბესო კალანდაძე და მეგობრები საქართველოს ერთიანობისათვის“.

ბესო კალანდაძემ ჩვენთან შეხვედრისას აღნიშნა, რომ ასეთი კონცერტები იმართება საქართველოს რეგიონებში საქართველოს კულტურის სამინისტროს ეგიდით, რომლის მიზანია ეპიდემიოლოგიური ვითარების გამო შექმნილი დაძაბული ვითარების განმუხტვა, ადამიანებში ნერვული, სტრესული მდგომარეობის გაჯანსაღება, გუნება-განწყობილების ამაღლება.

კონცერტების დაგეგმვამდე კულტურის სამინისტრომ შემოქმედებითი ჯგუფების გამოსავლენად ჩაატარა ფესტივალი და გამარჯვებულთა შორის მოხვდა ჩემი ჯგუფიც. კონცერტის გამართვა დაგეგმილი იყო აგვისტოს თვეში, მაგრამ რთული ეპიდვითარების გამო გადმოტანილი იქნა ოქტომბრის თვეში.

საგულისხმოა, რომ ასეთი ღონისძიებები ადრეულ წლებში არ განხორციელებულა, ამიტომ ჩემი ჯგუფის სახელით დიდი მადლობა საქართველოს კულტურის სამინისტროს, პირადად მინისტრს, ქალბატონ თეა წულუკიანს.

კონცერტზე დამსწრე საზოგადოებამ მოისმინეს სახელოვანი ქართველი კომპოზიტორების ცაბაძის, ლაღიძის, მანაგაძის მიერ შექმნილი სიმღერები ენრიკო ჯანელიძის, და-ძმა მაკა და მიხეილ ქაჯაიების, ბორის ბედიას შესრულებით.

დასანანია, რომ ინფორმაციის დეფიციტის გამო დარბაზში ორმოციოდე მსმენელი იჯდა.

ალეკო ქაფიანიძე

მოდის ლურჯი წყლის ვეფხვის წელიწადი – როგორ შევხვდეთ მას ისე, რომ მთელი წელი წარმატებული გვქონდეს

მომავალი 2022 წელი, ჩინური კალენდრის მიხედვით, ლურჯი წყლის ვეფხვის წელია. როგორც ამბობენ, როგორც გაატარებ ახალ წელს, ასეთივე იქნება მთელი წელი, ამიტომაც, გიზიარებთ ასტროლოგთა რჩევებს, თუ როგორ უნდა შევხვდეთ ახალ, ვეფხვის წელიწადს ისე, რომ მთელი წელი წარმატებული გვქონდეს:

ასტროლოგთა თქმით, ვეფხვი უპრეტენზიოა, ასე რომ, შეგიძლიათ მოამზადოთ თქვენთვის საყვარელი ნებისმიერი კერძი. მაგრამ არ დაგავიწყდეთ, რომ ვეფხვი მტაცებელია, რაც ნიშნავს, რომ თქვენს მაგიდაზე ხორცი აუცილებლად უნდა იყოს.

ვეფხვი აფასებს მრავალფეროვნებას. დარწმუნდით, რომ მაგიდაზე კერძების დიდი არჩევანია. უპირატესობა მიანიჭეთ არა თევზს, არამედ ხორცს. გაახარეთ ვეფხვი ლამაზი გარემოთი. ნუ გადატვირთავთ სუფრას ზედმეტი ალკოჰოლითა და გაზიანი სასმელებით, რადგან ამ წლის მფლობელს ეს დიდად არ უყვარს.

საახალწლო სუფრის მორთვა, მოახლოებული ზეიმის ერთ-ერთი ყველაზე მნიშვნელოვანი დეტალია. უპირველეს ყოვლისა, უნდა გაითვალისწინოთ სუფრის, კერძების ფერის სქემა. როგორც ნაძვის ხის მორთვის, სადღესასწაულო წვეულების სუფრის მორთვის რამდენიმე სტილი არსებობს. მათგან ყველაზე ცნობილი და პოპულარულია სკანდინავიური, ეკო-სტილი და მინიმალიზმი. გაგიზიარებთ რამდენიმე მათგანს:

სკანდინავიური სტილი – ახასიათებს სერვირების თეთრი ტონი: ჭურჭელი, სუფრის ტილო, ვერცხლისფერი დანა-ჩანგალი. აუცილებელია ნაძვის ყლორტები, რათა სუფრაზე ზამთრის წიწვოვანი ტყის სურნელი იყოს.

ეკო-სტილი – აუცილებელია ხის ტოტები და გირჩები, რომლებიც ლამაზად გაფორმებული უნდა იყოს მაგიდაზე, ეს შექმნის სუსხისა და ზამთრის ტყის მყუდრო ატმოსფეროს.

მინიმალისტური სტილი – სუფრის გაფორმებაში შავი და თეთრი ფერი ჭარბობს. ჭურჭელი მსუბუქი, ხელსახოცები შავ-თეთრი უნდა იყოს. ინტერიერისა და საახალწლო სუფრის დეკორაციაში არ უნდა მოხდეს ფერთა მკვეთრი არევა.

გაზეთი ხელმძღვანელობს თავისუფალი პრესის პრინციპით. დამფუძნებელია ყვარლის მუნიციპალიტეტის საკრებულო, ხოლო გამომცემელი შპს „მედია ცენტრი“. გაზეთში გამოქვეყნებული წერილების ავტორთა თვალსაზრისი შესაძლოა არ ემთხვეოდეს რედაქციისას. ავტორები თავად აგებენ პასუხს მასალაში მოტანილი ფაქტების, არგუმენტებისა თუ ციტატების სიზუსტეზე. შემოსული წერილები ავტორებს არ უბრუნდებათ.

დირექტორი
ალექსანდრე გიგილოშვილი
მოადგილე
ნუგზარ ღონიაშვილი

პასუხისმგებელი მდივანი
ია გიგიაშვილი
კორესპონდენტი
დალი ტატულიშვილი

რედაქციის მისამართი:
ქ. ყვარელი, კუდიგორის №2
საკონტაქტო ტელეფონი:
22-01-86