645
1992/2

ISSN 0321—1509

ეროვნული ბიბლიოთეკა

საქართველოს ქალი

8•1992

საქართველოს რესპუბლიკის
ჟურნალი ქალებისა და
ოჯახისათვის

მთავარი რედაქტორი
ნარგიზა მგელაძე

სარედაქციო კოლეგია:

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

ტექრედაქტორი ნანული ბუკია

გარეკანის პირველ გვერდზე — თამარ გვერდწითელი

ჟურნალი გამოდის 1928 წლიდან

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

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

წაიკითხეთ ნომერში:

გვ. 19

სიყვარულის სელოვნება: როგორ დავატყვევოთ მამაკაცი

გვ. 16

ევა ბრაუნის კაბა, რომელიც ქართველი რეჟისორისათვის იღბლიანი გამოდგა

გვ. 22

ბატონები და ქალბატონები

ქეთი წიკლაური ფრაიბურგიდან გვ. 12

ოთარ რამიშვილი ქალების შესახებ გვ. 8

ან გამარჯვება საქართველოსთვის

ქართველმა დიდოსტატებმა მაია ჩიბურდანიძემ, ნონა გაფრინდაშვილმა, ნანა იოსელიანმა და ნინო გურიელმა ფილიპინების დედაქალაქ მანილაში მოიგეს მსოფლიოს ქალთა მე-15 საჭადრაკო ოლიმპიადა. ეს გამარჯვება მალამოსავით დაედო თავისუფალ საქართველოს, რომელიც ახალი სპორტული დიდებისკენ მიილტვის.

ეს არ იყო ჩვენი მოჭადრაკეებისათვის ოლიმპიური ჩემპიონობის პირველი ოქროს მედლები. ადრეც, 1980, 1982, და 1986 წლების ოლიმპიადებშიც მოუპოვებიათ მათ ჩემპიონის ტიტული, მაგრამ მაშინ ისინი საბჭოთა კავშირის სახელით გამოდიოდნენ. ახლა კი [illegible]ელად გამოდიოდნენ საქართველოს დრ[illegible], რაც განუზომლად ზრდიდა მათ ძალისხმევას.

მე-15 ოლიმპიადაში 66 სახელმწიფოს ნაკრები მონაწილეობდა. შვეიცარიული სისტემის მეოხებით ყოველ ტურში (ასეთი კი თორმეტი იყო) ჩვენს დიდოსტატებს ყოველთვის ლიდერებთან უხდებოდა შეხვედრები, მაგრამ ეს როდი აშინებდათ. პირიქით აძლიერებდა მათ პასუხისმგებლობასა და მონდომებას. ამიტომაც 11 შეხვედრა მოიგეს და 3 ყაიმით დაამთავრეს. მეორე ადგილზეა უკრაინა (29) მესამეზე — ჩინეთი (28, 5) მეოთხეზე უნგრეთი (28).

აი, ჩვენი ნაკრების თითოეული წევრის წვლილიც: მაია ჩიბურდანიძე 11,5 (13-დან), ნონა გაფრინდაშვილი 4 (9-დან), ნანა იოსელიანი 10 (12-დან), ნინო გურიელი 5 (8-დან). ისიც უნდა ითქვას, რომ მაიამ პირველ, ნანამ კი მესამე დაფაზე ყველაზე მეტი ქულა დააგროვეს და ორივემ მცირე ოქროს მედლები დაიმსახურეს.

ალბათ საინტერესოა სტატისტიკის მოყვარულთათვის ქართველ მოჭადრაკეთაგან ვინ რამდენი ოლიმპიური ჩემპიონის ოქროს მედლის მფლობელია. ნონას 11 მედალი აქვს, მაიას — 6, ნანას — 3, ნინოს 1, —აგრეთვე 6 მედალი აქვს ნანა ალექსანდრიას, რომელიც მანილაში ჩვენი ნაკრების კაპიტანი გახლდათ.

ახლა ჩვენს მოჭადრაკეებს ახალი საპასუხისმგებლო შეხვედრები ელით. ფიდეს-ს 62-ე კონგრესის გადაწყვეტილებით ოქტომბერ-ნოემბერში შანხაიში გაიმართება მსოფლიო პირველობის პრეტენდენტთა მატჩ-ტურნირი, სადაც ერთმანეთს შეხვდებიან ნონა გაფრინდაშვილი, მაია ჩიბურდანიძე, ნანა იოსელიანი, ალისა მარიჩი (იუგოსლავია), ირინა ლევიტინა (აშშ), პენგი, ვანგი, ცინი (ყველა-ჩინეთი) და ჟუჟა პოლგარი (უნგრეთი). აქ გამარჯვებული 1993 წლის 14 აგვისტოს ლოს-ანჟელესში (აშშ) შეუდგება ბრძოლას მსოფლიო ჩემპიონ სე ცზიუნთან (ჩინეთი).

როგორც ხედავთ, ჩვენს ოლიმპიელებს მალე კვლავ ვიხილავთ მოპაექრეთა უძნელეს ასპარეზობაში. გვჯერა, რომ გამარჯვებული ერთ-ერთი მათგანი იქნება!

სამშობლოში დაბრუნებულ მოჭადრაკე ქალებს ვთხოვეთ ორიოდ სიტყვით გაგვსაუბრებოდნენ

მაია ჩიბურდანიძე:

ეს იყო ჩემი მერვე ოლიმპიადა, მაგრამ ყველაზე ძნელი, რადგან პირველად ვთამაშობდი საქართველოს სახელით. მიზანი მხოლოდ გამარჯვება მქონდა. არ მოვერიდებივარ ავტორიტეტს. ალბათ ყველაზე მეტად მოვინდომე მსოფლიო ჩემპიონ სე ცზიუნთან შეხვედრაში, რომელიც ოცდახუთ სვლაში მოვიგე. კმაყოფილი ვარ, რომ შევძელი წარმატებით თამაში.

ნონა გაფრინდაშვილი:

პირველად არ ამეწყო თამაში, რომელშიც მეთორმეტედ ვმონაწილეობდი. ფილიპინების უჩვეულო კლიმატმა მაწყინა. ავად გავხდი. მაინც ვიბრძოდი დიდი მონდომებით, თუმცა ამჯერად ნაკლები ქულები დამიგროვდა. დიდ ქებას იმსახურებს მაია და ნანა. მათმა რაინდულმა თამაშმა გაამარჯვებინა ჩვენს ნაკრებს. მაია ჭეშმარიტი ლიდერი იყო. მისი მაგალითი ძალას და სიმხნევეს გვმატებდა. მანილაში გამარჯვება ყველას გვეამაყება. იგი ყველაზე მეტად დღეს სჭირდებოდა საქართველოს.

ნინო გურიელი:

ოლიმპიადაში პირველად ვმონაწილეობდი და, ბუნებრივია, ვღელავდი. დიდ პასუხისმგებლობას ვგრძნობდი. ამიტომ უფრო მინდა გულითადი მადლობა ვუძღვნა ჩვენი ნაკრების ყველა წევრს და ჩვენს კაპიტანს — ნანა ალექსანდრიას თანადგომისა და ერთსულოვნებისთვის. სადაც კი შემეძლო, არ დამიკლია მონდომება და სწრაფვა გამარჯვებისაკენ. ალბათ ამიტომ არც ერთი პარტია ყაიმით არ დამიმთავრებია. კმაყოფილი ვარ, რომ ამ მძიმე ჟამს გაიხარა საქართველომ ჩვენი წარმატებით.

ნანა იოსელიანი:

უჩვეულო პირობებში (მხედველობაში მაქვს დიდი სიცხე, რაც სცოდნია მანილაში) არ დამიკლია მონდომება, რომ გვესახელებინა ჩვენი სამშობლო. ვფიქრობ, გავამართლეთ იმედები, თუმცა თამაშის ნამდვილად უკეთ დამთავრება, უფრო სწორად, მეტი ქულების დაგროვება შეგვეძლო. მაგრამ მთავარი მაინც ისაა, რომ მიზანს მივაღწიეთ. მადლობა ყველას, ვინც ხელი შეგვიწყო ამ წარმატების მოპოვებაში.

თენგიზ გიორგაძე

საქართველოს პარლამენტის ეროვნული ბიბლიოთეკა

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ინტერვიუ თამარ

მოგეხსენებათ, ქართველებს ყველაზე უკეთ და უშუალოდ სუფრასთან გვეხერხება ლაპარაკი. იქნებ ამანაც განაპირობა თამარ გვერდწითელთან გულახდილი საუბარი, იქნებ თამრიკოს დედის – ქალბატონ ინასა და მეუღლის კახა კახაბრიშვილის გულითადმა მიღებამაც... ეს კი იყო, ისე შინაურულად ვგრძნობდი მათ სტუმართმოყვარე ოჯახში თავს, თითქოს დიდიხნის მეგობრები ვყოფილიყავით. სახელდახელო სუფრა თამრიკომ გაშალა...

— თამრიკო, გეხერხება დიასახლისობა?

თამრიკო შესანიშნავი დიასახლისი ყოფილა. ეს დედამაცა და მეუღლემაც ერთხმად აღნიშნეს.

კახა: დედა მყავდა შესანიშნავი დიასახლისი. რა გინდა, რის მურაბა, ჩვენთან რომ არ გაკეთებულიყო. ამაზე ერთხელ მეგობართან სანაძლეოც მოვიგე... ასე, რომ მიჩვეული ვარ, შინ ყველაფერი ლაზათიანად კეთდებოდეს და ამისთანა კაციც ვერ ვუწუნებ ნახელავს. თამრიკოს ძალიან გემრიელი ხელი აქვს.

— შენ მისი ადუღებული წყალიც მოგწონს, — ეღიმება ქალბატონ ინას (აი, მესმის სიყვარული)...

თამრიკო: დრო ძალზე ცოტა მაქვს, რა თქმა უნდა, და როცა მომეცემა საშუალება, დიდი ხალისით ვდიასახლისობ.

ქალბატონ ინას თქმით, თამრიკო ბავშვობიდანვე მეოჯახე გოგონა ყოფილა. ისე არ ჩამოვიდოდა საზღვარგარეთიდან, რომ ოჯახისათვის რაიმე ნივთი, თუნდაც ლამაზი ხელსახოცები არ ჩამოეტანა.

— თამრიკო, ასე ხშირად გაქვს გასტროლები, თვეობით მიდიხარ საზღვარგარეთ, კონცერტები, რეპეტიციები... როგორ გიძლებს მეუღლე?

— კახა გმირულად ეწევა ამ ტვირთს. ერთხელ მითხრა: არ მეგონა, ასეთი მასშტაბის ქალი თუ გამოხვიდოდიო. ისე, აბა რისი ქართველი კაცია, ხანდახან თავისი მკაცრი სახე თუ არ დამანახა.

— ოჯახში რომელი უფროსობთ?

— კახა. მე არ ვეკუთვნი ინიციატივიან ქალების ჯგუფს. ამ მხრივ, ნამდვილი აზიელი ვარ... ქალს ქალურობა უნდა ამშვენებდეს. ყოველთვის მერჩივნა, სერენადები ემღერათ ჩემთვის...

—შვილს მკაცრად ზრდი თუ ლმობიერად?

— მე მგონი ზომიერად. სანდროს ხშირად ენატრება ჩემთან ყოფნა. უყვარს, როცა მე ვუკითხავ საბავშვო ბიბლიას, ვაძინებ, ვამღერებ, ან ინგლისურს ვასწავლი.

— გინდა, ისიც მომღერალი გამოვიდეს?

— თვითონ რაც მოუნდება, ის უნდა გამოვიდეს. მთავარია, ნიჭი და უნარი ჰქონდეს. ვაღმერთებ ნიჭიერსა და თავისი საქმის კარგად მცოდნე ადამიანს.

— შევიტყვე, დედა ებრაელი გყოლია, აი, თურმე რატომ მღერი ასე მგრძნობიარედ ებრაულ სიმღერებს...

— დედა ოდესელი ებრაელია, ქართველებზე შეყვარებული. სამი წლის იყო, თბილისში რომ ჩამოსახლდნენ...

— როცა პატარა მომღერალ თამრიკო გვერდწითელს ვუყურებდი, სულ სევდიანი მეჩვენებოდა გამხდარი, დიდთვალებიანი თამრიკო. რაიმე ზეგავლენა თუ მოახდინა მშობლების დაცილებამ?

— რა თქმა უნდა. თერთმეტი წლის რომ ვიყავი, მაშინ დაცილდნენ დედა და მამა. ეს დიდი ტრავმა იყო ჩემთვის.

— მამასა და მის ახლობლებთან თუ გაქვს ურთიერთობა?

— აბა რა. მე ძალიან მიყვარს ისინი და ვფიქრობ, ეს დედის დამსახურებაა. მეცა და ჩემი ძმაც ახლოს ვართ მამის ნათესაობასთან და, რაც მთავარია, უსაზღვროდ გვიყვარს ბებია — თამარ გვერდწითელი.

— თამრიკო ხომ არ გეწყინება, მიკიბ-მოკიბვის გარეშე რომ გითხრა: შენს ნიჭზე ორი აზრი არ არსებობს, მაგრამ ზოგს არ მოსწონს შენი ჩაცმულობა.

მზიურელები

თამრიკო დედასთან ერთად

გვერდწითელთან პირად საკითხებზე

თამრიკო მეუღლესთან ერთად

ჯვრის მონასტერში

— პირიქით რომ ყოფილიყო, ის მეწყინებოდა. ჩემთვის მთავარი სიმღერაა და სულაც არა მსურს, ძალზე ბრწყინვალე ჩაცმულობამ სიმღერა უკანა პლანზე გადასწიოს. ეს ერთი და მეორეც, განა ჩვენს ლატაკ ქვეყანაში მომღერალს შეუძლია გემოვნებით შეირჩიოს, რაც მოსწონს?

პარიზში გასტროლებზე, ისეთი ჩაცმულობა შემირჩიეს, მარტო გარეგნობას კი არა, ჩემს ხასიათსა და რეპერტუარსაც მორგებოდა. კარგ სიმღერას პლუს კარგი ჩაცმულობა, ისეთი იდეალური გამოვიდა, რომ თვით ყოვლისმნახველი ფრანგებიც აღაფრთოვანა. შედეგი ის იყო, რომ პარიზის რამდენიმე ფირმამ შემომთავაზა, ამიერიდან... ჩემს ჩაცმულობაზე იზრუნოს! აქ კი, რა მოგახსენოთ, საკუთარი მკერავიც არა მყავს.

— მშვენიერი სახის კანი გაქვს, ფერიც — საოცარი. დიდ დროს ანდომებ მის მოვლას?

— დამიჯერებთ? ჩემს სიცოცხლეში კოსმეტოლოგთან არ ვყოფილვარ. ისე კი, ვიცი რაღაც საიდუმლოებები, მაგალითად, შემიძლია ძოლლილობა მალე მოვიხსნა. აქვე გეტყვით, არც საკუთარი პარიკმახერი მყავს.

— მოგწონს საკუთარი თავი?

— ძალიან თვითკრიტიკული ვარ.

— თავს ყველაზე ლაღად, საქართველოს გარდა, რომელ ქვეყანაში გრძნობ?

— ისრაელში, ის ხომ დედის სამშობლოა და მაშასადამე, ნაწილობრივ — ჩემი სამშობლოც. ისრაელი ზღაპარია, ხოლო საფრანგეთი — ზღაპრის ახდენა, ძალიან შემიყვარდნენ ფრანგები და ვფიქრობ, მათაც შევუყვარდი. ერთ-ერთი ფრანგული გაზეთი წერდა: თამარ გვერდწითელი წინა ცხოვრებაში ალბათ ფრანგი იყოო. იქნებ მართლაც ასეა... და საერთოდ ფრანგებმა იმდენი დახმარება გამიწიეს და იმდენი რამ აღმითქვეს, რომ... ხელშეკრულება მაქვს დადებული რამდენიმე ფირმასთან.

და კიდევ, ისინი ჩემთვის სპეციალურად დგამენ როკსპექტაკლს „ჟანა დარკს“ და მე ვიქნები ჟანა დარკი — ფრანგების საყვარელი გმირი ქალი. განა ეს ცოტაა? ხოლო ცნობილმა კომპოზიტორმა მიშელ ლეგრანმა ჩემთვის სპეციალურად ოთხი სიმღერა დაწერა...

ლეგრანთან დაკავშირებით ქალბატონმა ინამ გაიხსენა: „უჩვეულო ბავშვი იყო თამრიკო, საერთოდ არ ტიროდა. ეს მაშფოთებდა და ვჩქმეტდი, რომ როგორმე ამეტირებინა. და აი, ერთხელ, როცა „შერბურის ქოლგებს“ უყურა, იმდენი ცრემლი აღვარღვარა, ვერაფრით გავაჩერეთ“...

გაივლის დრო, და ლეგრანი თამრიკოს სიმღერებს დაუწერს...

— ახლო მომავალში რას აპირებ?

— სულ მალე გერმანიაში გავემგზავრები ბალვეს საერთაშორისო ფესტივალზე მონაწილეობის მისაღებად. ძალიან პრესტიჟული ფესტივალია და ბუნებრივია, ვღელავ.

აქვე ვიტყვით, რომ თამრიკო ფესტივალიდან გამარჯვებული დაბრუნდა, თუმცა საკმაოდ მოგვიანებით ჩამოვიდა — ფესტივალი დასრულდა და მას მაინც ვერ შეელივნენ — კვლავ მოუხდა კონცერტების ჩატარება.

— თამრიკო, რა არის შენთვის ყველაზე მთავარი?

— ისევ და ისევ სიმღერა და სურვილი, სიამოვნება მოვუტანო ჩემს მსმენელს. უფრო მეტსა და მეტს ვთხოვ საკუთარ თავს... თითქოს ორი ადამიანი ვარ — ერთი ცხოვრებაში, მეორე — სცენაზე, და რომელია უფრო ჭეშმარიტი? — ვფიქრობ სცენაზე, ის, რაც ცხოვრებაში მაკლდება, სცენა მივსებს და მილამაზებს.

— როგორ ფიქრობ, იღბლიანი ხარ?

— უფრო მეტად შრომისმოყვარე...

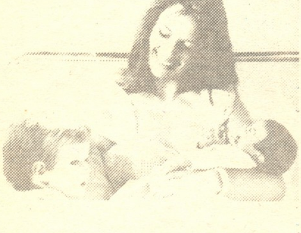
— გმადლობ გულახდილი საუბრისათვის.

ესაუბრა **მანანა ზარიძე**

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ვაჟი

ეს საოცარი გენეტიკა



მას შემდეგ, რაც ჩვენმა უშორესმა წინაპრებმა „აკრძალული ნაყოფი“ იგემეს და იწყეს შობა (ანუ ღმერთიივით სხვების შექმნა), ყოველი მოვლენა ამგვარი კანონიდან „ამოვარდნისა“ — უშვილობა, მცირერიცხოვანი ნაგრამის არსებობა და თვით ვაჟის უყოლობა, ბრალდებოდათ ქალებს.

უფრო მეტიც, შუა საუკუნეებში უშვილო ქალებს მონასტერში გამოკეტავდნენ ხოლმე, როგორც „ეშმაჩაბუდებულებსა და უწმინდურებს“...

„უნაყოფო ხე უნდა მოიჭრას, უნაყოფო ქალი კი უნდა მოიკვეთოს“, ასეთი გახლდათ საზოგადოების სასტიკი მოთხოვნა და რადგანაც მამაკაცები ამ საქმეში ეჭვმიუტანლად მიიჩნეოდნენ, არასრულფასოვნების კომპლექსით შეპყრობილ ქალებს თავადაც გამოჰქონდათ უმკაცრესი განაჩენი საკუთარი თავის მიმართ.

ამგვარმა მიდგომამ და უცოდინარობამ თავისი მავნე როლი ითამაშა კაცობრიობის ისტორიაში.. გაუთვითცნობიერება პლუს მამაკაცური თვითდაჯერებულობა ხშირად გამხდარა მრავალი ოჯახის დამანგრეველი, მრავალი სიყვარულის მკვლელი. თუმცა მედიცინის, კერძოდ, ანდროლოგიის მიღწევებმა ბევრად შეარყია ამ მხრივ მამაკაცთა თვითდაჯერებულობა (რომ უშვილობის დიდი პროცენტი კაცებზე მოდის), დღესაც აქა-იქ ისევ თამაშდება ოჯახური ტრაგიკომედიები, რომელთაგან უმრავლესობა სავალალო შედეგით მთავრდება... უფრო მეტიც. ცოლები არა მარტო უშვილობისათვის ისჯებიან, არამედ იმისთვისაც, რამდენიმე თვალხატულა გოგონა რომ დაურბით სახლში...

არადა, „ბიჭის გაჩენის მექანიზმს ვერც „მონდომებული ქალები“, ვერც „ნამდვილი ვაჟკაცები“ და ვერც მედიცინა ჯერჯერობით ვერ ფლობენ. როგორც ვაჟის, ასევე ქალის გაჩენა ღვთიური გათვლის შედეგია და ამიტომაც მიიჩნევს ქრისტიანული რელიგია ცოლ-ქმარს შორის ინტიმურ კავშირს საკრალურ აქტად...

მეცნიერებამ მემკვიდრეობის შესახებ, რომელსაც გენეტიკა ეწოდება, კარგა ხანია დაამტკიცა, რომ ვაჟის გაჩენა დამოკიდებულია იმ პატარა სასქესო (y) ქრომოსომაზე-მამაკაცურ საწყისზე, რომელიც ემბრიონს მამაკაცად აქცევს და რომელიც მხოლოდ მამაკაცების კუთვნილებას წარმოადგენს.. და იმაზე, რამდენად „გაიმეტებს“ მამაკაცი (განაყოფიერებისას) ამ ქრომოსომას, დამოკიდებულია ვაჟის გაჩენა... ასე რომ, „დამნაშავენი“ მამები ყოფილან და დროა ცოლებმა —პრეტენზია განუცხადონ ქმრებს...

ხუმრობა იქით იყოს და, სინამდვილეში არც კაცები და მით უმეტეს, არც ქალები არიან დამნაშავენი გოგოსა თუ ბიჭის გაჩენაში.

ჩასახვის მომენტში ახალი ორგანიზმი თავისი მამაკაცური თუ ქალური ღირსების ნიშნად მამის ორგანიზმისაგან იღებს ერთ განსაკუთრებულ ქრომოსომას (ან „X“ — ქალისას ან „y“ — ვაჟისას) და განაყოფიერებისას ამ მნიშვნელოვანი ქრომოსომის მიღებაზეა დამოკიდებული სქესი, ეს კი მიიღება — ღვთის მიერ განსაზღვრულ ალბათობაზე.

ბედნიერი ვარ შენი სიყვარულით

პეტრე შმიდტი 1905 წლის ივლისს, გვიან საღამოს, კიევიდან ყირიმში მიმავალი მატარებლის ვაგონში ავიდა.

ნახევრად ჩაბნელებულ კუპეში ქალი იჯდა. მათ საუბარი გააბეს. ორმოცი წუთის შემდეგ ზინაიდა ივანეს ასული, (ასე ერქვა თანამგზავრს), დარნიცაში ჩავიდა. შმიდტმა წერილის მიწერის ნებართვა ითხოვა. დაიწყო მიმოწერა...

მეორედ ისინი 1906 წლის იანვარში შეხვდნენ ერთმანეთს ციხეში, სადაც შმიდტი კრეისერ „ოჩაკოვის“ მეზღვაურთა აჯანყების ხელმძღვანელობისათვის მოათავსეს. პაემანის შემდეგ შმიდტმა ზინაიდა ივანეს ასულს მისწერა:

„ჩვენ მხოლოდ ორჯერ შევხვდით ერთმანეთს, მაგრამ კიდევ შევხვდებით და აღარც დავშორდებით. სულიერმა კავშირმა ბედნიერებაც მოგვიტანა და მწუხარებაც, მაგრამ ცრემლებმა კიდევ უფრო დაგვაახლოვა. და აი, ერთ სიცოცხლედ ვიქეცით. ამაშია სიყვარულის საიდუმლოება, ქორწინების სიწმინდე!

შენდამი ჩემს დიდ სიყვარულს დღეს ნამდვილი მიწიერი გრძნობა შეეპარა. მე ვიცოდი, რომ იგი ადრე თუ გვიან მოვიდოდა, აბა, უხორცო სულები ხომ არა ვართ! მაგრამ არ მეგონა, ეს ლტოლვა ასე უეცრად თუ გაჩნდებოდა.

ეს ახალი გრძნობა ისეთი ძლიერია, რომ სიკვდილზე ფიქრს თრგუნავს. მისი გავლენით სიცოცხლის ხელყოფა სიმახინჯედ, წარმოუდგენლად მამაჩნია.

ბედნიერი ვარ შენი სიყვარულით. და მთელი სამყაროს, ცისა და ვარსკვლავების წინაშე ვაცხადებ მოსალოდნელი სიკვდილით დასჯის გამო პროტესტს. იგი არ უნდა მოხდეს, არც მოხდება. ჩვენ ბედნიერები ვიქნებით, ზინა, ჩვენ ვიცოცხლებთ“!

... 1906 წლის 6 მარტს სამხედრო-საზღვაო სასამართლოს განაჩენით შმიდტი დახვრიტეს.

მოამზადა ქ. ლიაძემ

ეროვნული ბიბლიოთეკა

აუცილებლად გაჩნდება

თუ თეორიულად ვიმსჯელებთ, „X“ და „Y“ ქრომოსომიან სპერმატოზოიდების რიცხვი თანაბარია და ამდენად გოგონები და ბიჭები თანაბარი რაოდენობით უნდა იბადებოდნენ, მაგრამ სტატისტიკური მონაცემების მიხედვით ყოველ 100 გოგონაზე 107 ბიჭი იბადება... ხოლო თუ ჩანასახის გამოკვლევას მოვახდენთ, აქ ბიჭების რაოდენობა უფრო მეტია და 100 გოგოზე 114 ბიჭი მოდის.

ვარაუდობენ, რომ ამის მიზეზი შეიძლება იყოს „Y“ ქრომოსომის შედარებით მცირე ზომა და სიმსუბუქე, რის გამოც ის უფრო სწრაფად მოძრაობს, პირველი აღწევს კვერცხუჯრედამდე და ამით უზრუნველყოფს ვაჟის ჩასახვას...

ბუნებამ კი თითქოს გაითვალისწინა ეს და მოაწყო ისე, რომ მდედრობითი სქესის ემბრიონებს მეტი სიცოცხლისუნარიანობა მიანიჭა და ამით შექმნა თანაფარდობა 100-ზე 107 (დაბადებისას)... ხოლო შემდგომ აღმოჩნდა, რომ არა მარტო ემბრიონები, გაჩენილი გოგონებიცა და გაზრდილი ქალებიც უფრო სიცოცხლისუნარიანნი არიან, ვიდრე მამაკაცები (როგორც ამბობენ ამას ისინი „X“ ქრომოსომას — ქალურ საწყისს უნდა უმადლოდნენ). ასე რომ, საბოლოო ჯამში შეფარდება 100-107-ზე ასაკის მატებასთან ერთად იცვლება ქალთა რაოდენობის უპირატესობით...

ეტყობა, ბუნებას ქალები უფრო დასჭირდა, მაგრამ ასე არ ფიქრობს ადამიანი... და მართლაც, რა ადამიანია, თუ ბუნების წესრიგში საკუთარი კორექტივები არ შეიტანა და ამით რაღაც უბედურება არ მოიმკო.

გენეტიკაში უკანასკნელი დროის მიღწევებმა სავსებით შესაძლებელი გახადა სქესის დადგენა ჯერ კიდევ მუცლად ყოფნის პერიოდში (5-6 კვირის ემბრიონი) და ამ გზით შეეცადა სურვილის მიხედვით მოეხდინა სქესის რეგულირების სახიფათო საკითხი. არადა, სამედიცინო ეთიკით სქესის დადგენა შეიძლება მოხდეს მხოლოდ იმ შემთხვევაში, როცა მემკვიდრული დაავადების გამომჟღავნება დამოკიდებულია სქესზე და ქორწინებაში მყოფი წყვილის გენოტიპზე... მაგ. საყოველთაოდ ცნობილია დაავადება — ჰემოფილია, როცა პათოლოგიური გენი აავადებს მხოლოდ ვაჟებს. ამ შემთხვევაში არასასურველი სქესის ემბრიონის თავიდან მოცილება (აბორტის გზით) გამართლებულია. ყველა სხვა შემთხვევაში სქესის დადგენა და ამ გზით მისი მართვა ადამიანური ჭირვეულობის გამო არასასურველის გარდა დანაშაულიცაა!

როცა ამ მიზნით გამოკითხვა ჩაატარეს ინგლისში, აღმოჩნდა, რომ მომავალი მშობლების ოთხმოცმა პროცენტმა პირმშოდ ვაჟი ისურვა, თანაც ერთი ან ორი შვილი. ამის შემხედვარე მკვლევარებმა დაასკვნეს: თუკი ადამიანებს ხელში ჩავუგდებთ სქესზე ზემოქმედების საშუალებებს, დედამიწას წალეკავენ ვაჟები, თანაც უქალებოდ... ე. ი. დაირღვევა ბუნების მიერ დაწესებული სქესობრივი ბალანსი. წარმოიდგინეთ უქალო ე. ი. ულამაზო და სასტიკი მსოფლიო... ხომ საშინელებაა. აბა, რას ვემართლებით ბუნების კანონებს? ამიტომაც ამბობენ, მეცნიერების გზა არა მარტო მწვერვალისკენ მიდის, ის ქვესკნელშიც ეშვება ხოლმეო. ამიტომ არ უნდა გვაცდუნოს ეშმამ და თვით ამ გზაზეც ნებელობის აღვირად ისევ რელიგიას, ადამიანურობას და სიყვარულს უნდა მოვუხმოთ...

ძვირფასო მშობლებო, რომ გახდეთ ვაჟის დედ-მამა, ნუ დაეყრდნობით მეცნიერების მიღწევებს, ის ამაში შეგნებულად არ დაგეხმარებათ... უბრალოდ საჭიროა გიყვარდეთ ერთმანეთი, გააჩინოთ ბევრი შვილი, რომელთაგანაც ერთ-ერთი აუცილებლად ვაჟი იქნება...

მანანა კეიდია
გენეტიკოსი

ლეგენდარული ჯეინი

ჯეინ ფონდა 52 წლისაა — საოცრად ლამაზი, არაჩვეულებრივად სექსუალური, ფანტასტიკურად ძლიერი.

1968 წელს ჯეინ ფონდამ მთავარი როლი შეასრულა ფილმ „ბარბარელაში“, სადაც სექსუალური მიმზიდველობით გამოირჩეოდა. ფილმს დიდი წარმატება ხვდა.

ცნობილი კინოვარსკვლავი „აერობიკის დედოფალიცაა“. მისი ვარჯიშები ხუთი წლის წინათ ვიდეოკასეტებზე ჩაიწერა, და მთელს მსოფლიოში გავრცელდა.

გამოვიდა მისი წიგნიც აერობიკაზე, სადაც მსახიობი ამტკიცებს, რომ დღეში ორსაათიანი ვარჯიში, ველოსიპედით სეირნობა, ხილისა და ბოსტნეულის დიეტა, სტაფილოს, პამიდვრისა და ფორთოხლის წვენები — ხელს უწყობენ ჯანმრთელობის და სილამაზის შენარჩუნებას.

ამასწინათ მსახიობს ჟურნალისტი შეეკითხა.

— ახალგაზრდობაში ქორწინებას ბურჟუაზიულ, სულელურ გამონაგონად თვლიდით, ახლა რას ფიქრობთ ამაზე?

— ასე ლაპარაკობენ მხოლოდ ოცი წლის ასაკში. ამჟამად ვთვლი, რომ ქორწინება ბრწყინვალე გამოგონებაა, რომელიც იმ დროში წარმოიშვა, როცა ხალხი ჯერ კიდევ ორმოცი წლის ასაკში კვდებოდა.

ერთი წლის წინ ჯეინი ტომას ეჰიდენსაც გაცილდა და მარტო დარჩა. ერთგული მეგობრები ურჩევდნენ, სიმარტოვე მუსიკით, საინტერესო წიგნებით, შრომით გაელამაზებინა.

მაგრამ ღმერთს სიმარტოვისთვის არ გაუჩენია ჯეინი. იგი ცოლად გაჰყვა ტედ ტერნერს, რომელიც ამერიკის ტელეკომპანია თი-ბი-ეს-ის პრეზიდენტი და „კეთილი თამაშების“ ორგანიზატორია.

ამასწინათ ისინი ერთად იყვნენ მოსკოვში, სადაც ფილმ „ქარწაღებულნის“ გალა-პრეზენტაცია მოეწყო. კინოთეატრის ფოიეში უმშვენიერესი მსახიობი მრავალრიცხოვან თაყვანისმცემლებს შეხვდა.

ჯეინ ფონდა კარიერას აგრძელებს თავის მწარმოებლურ ფირმაში „ფონდა ფილმში“.

ეროვნული ბიბლიოთეკა

სათუთად დავანებულა

სათნო, დარბაისელი ქალი ბინის კარის ზღურბლთან ღიმილით შემხვდა. ქალბატონ ქეთევან ციციშვილის სტუმარი ვარ. ალბომები, ფერგადასული სურათები ოჯახის მეტად ძვირფასი რელიკვია გამხდარა. ულამაზესი ქალის ხატება კედლიდან ღიმილს აფრქვევს.

ლევან ციციშვილი სტუდენტობისას

დები — ანასტასია და ქეთევან ციციშვილები

ლევანის ქალიშვილი ტასო ციციშვილი

ეს ჩემი და არის, ანასტასია ციციშვილი, — საუბარს იწყებს ქალბატონი ქეთევანი. 1918 წლის 26 მაისს, თბილისში, ეროვნულ დღესასწაულზე ქართველი ქალის სიმბოლოდ ნაციონალური კაბით გამოიყვანეს. ანასტასია პოეტების მუზა იყო მაშინ. შემდგომში ზოოტექნიკურ მეცნიერებათა დოქტორი გახდა. უფროსმა დამ მარიამმა ქალთა გიმნაზია დაასრულა. მეცნიერებათა აკადემიის გეოლოგიის ინსტიტუტის სამეცნიერო ბიბლიოთეკის გამგე გახლდათ. ჩინებულად ფლობდა ფრანგულ ენას. თარგმნა პროსპერ მერიმეს, გი დე მოპასანის, ემილ ზოლას, ჟორჟ სანდის ნაწარმოებები.

ადრე წრომში, შემდეგ ხაშურში ცხოვრობდნენ. მამა — ლევან ციციშვილი ქიმიკოსი იყო, უმაღლესი განათლება საფრანგეთში ჰქონდა მიღებული. სორბონის უნივერსიტეტში საბუნებისმეტყველო ფაკულტეტზე ის და თედო სახოკია ერთად სწავლობდნენ. დედამ — ნადია ხერხეულიძემ წმინდა ნინოს სასწავლებელი დაასრულა. 1905 წელს რკინიგზის სადგურში აკაკი შეხვედრიათ. აკაკისათვის ლევანს ცოლი გაუცვნია. იმ ხანად სასწავლებელში რუსული ენა იყო წამყვანი და ნადიაც ამ ენაზე მეტყველებდა. აკაკის ეს არ მოსწონებია და ლევანისათვის უთქვამს: რაშია საქმე, რუსულად ჭიკჭიკებს შენი მეუღლეო. არ იცის თქვენი საკადრისი ქართული და რცხვენიაო, — ლევანს უხერხულობისაგან უხსნია ცოლი. შემდეგ კი ოჯახზე, ქმარ-შვილზე თავგადადებულმა დედამ ბრწყინვალე ქართულით აღზარდა შვილები.

წრომში ორსართულიანი სახლი ედგათ. ლევანს საკუთარი ქიმიური ლაბორატორია ჰქონდა. გერმანიიდან იწერდა სათეს მანქანებს, მექანიკურ გუთანს, ეწეოდა მეურნეობას და გლეხობასაც ეხმარებოდა, რისთვისაც სოფელი მეტად მადლიერი ჰყავდა.

ქეთევანი მიამბობს: — ერთ საღამოს — მამა აივანზე იჯდა და გაზეთს კითხულობდა — სოფელ ოსიაურში ვეზირიშვილების ოჯახი ამოუწყვეტიათო, — შეშფოთებით წარმოთქვა მან. აბა, მაშინ რა ვიცოდით, თუ ეს განსაცდელი იმ ღამით ჩვენც გველოდა.

ოსი ბანდიტები დაგვესხნენ თავს. გაგვძარცვეს. მე მხოლოდ რვა წლისა ვიყავი და მაშინდელი განცდა და შიში დღემდე შემომრჩა. ნადავლი ურმებით გაზიდეს. ლაბორატორია ააოხრეს. ბიბლიოთეკა დაწვეს. მწარე მოულოდნელობით ზარდაცემულებს ჯერ კიდევ არ მოგვეკრიბა გონი, მეორედ მობრუნდნენ და მამა მოკლეს.

— მამა წრომში, მეექვსე საუკუნის კათედრალური ტაძრის ეზოში დაკრძალეს, სადაც ციციშვილთა ძვალთშესალაგი გახლდათ. ისინი საციციანოს მფლობელები იყვნენ. ისტორიას შემორჩა ტაძრის საოცარი მოზაიკური ფრესკები, რომელსაც გიორგი ჩუბინაშვილმა მონოგრაფია „წრომი" უძღვნა.

ლევანი დიდებულად უკრავდა თარზე. მღეროდა. თარი ბიძამისმა სარდიონ ამირეჯიბმა აჩუქა. მაკინე და სარდიონ ამირეჯიბები სოფელ საღოლაშენში (ქარელის რაიონი) ცხოვრობდნენ, რვა შვილი ჰყავდათ. გამოჩენილი მწერლები, მსახიობები და სხვა საზოგადო მოღვაწეები ხშირად იკრიბებოდნენ მათთან. მაკინე ამირეჯიბი სიმღერითა და ცეკვით იყო განთქმული. ილია და აკაკი, ეთნოგრაფიულ ექსპედიციაში მყოფი ივანე ჯავახიშვილი, გერონტი ქიქოძე და სხვები წრომსა და საღოლაშენში ციციშვილებისა და ამირეჯიბების ხშირი სტუმრები იყვნენ.

მასპინძლის თხოვნით წესად დაამკვიდრეს შვიდი მეტრი სიგრძისა და მეტრნახევარი სიგანის ტილოს სუფრაზე სტუმრებს ხელმოწერები დაეტოვებინათ. მაკინეს ხუთივე ქალიშვილი: საშა, რახილი, თამარი, ნინო და მერი ამ ხელმოწერებს უმალ ამოქარგავდნენ. პირველი წარწერა 1878 წლით არის დათარიღებული, ბოლო — 1941 წლით. სუფრაზე ოლია ჭავჭავაძის ორი ხელმოწერაა ამოქარგული. აქვეა აკაკის, კიტა აბაშიძის, შიო არაგვისპირელის, ვალერიან გუნიას, შალვა დადიანის, ნატო გაბუნიას, იაკობ ნიკოლაძის, არტურ ლაისტის, მარიამ დემურიას, ვანო სარაჯიშვილის, ზაქარია ფალიაშვილის, ელისაბედ ჩერქეზიშვილის და სხვათა 1060 ხელმოწერა. 1944 წელს მაკინეს ქალიშვილმა მერიმ სუფრა გიორგი ლეონიძის სახელობის ქართული ლიტერატურის მუზეუმს გადასცა.

ქეთევან ციციშვილის ალბომის ფერგადასულ ფურცლებში, აკაკის, ნინო ორბელიანის, გრიგოლ აბაშიძის, ქაიხოსრო ავალიშვილის (სარდიონის სიმამრი იყო) და სხვათა ექსპრომტად წარმოთქმული ლექსებია თავმოყრილი, „სარდიონს და მაკინეს". სიზმარი.., ხმატკბილი, ნარნარი, ხელთ ეპყრათ ქნარი, მხიბლავდა მღერა გასაოცარი, მაგრამ მე მაინც, ზე აღტაცებულს, მეგონა მხოლოდ ტკბილი სიზმარი. აკაკი. 1900 წელი".

ქეთევანი იგონებს: ქარელში მცხოვრები ციციშვილების რამდენიმე ოჯახს მოურავიანს ეძახდნენ. დიდედაჩემის, ქეთევანის გადმოცემით მისი მამამთილი ამირიდონ ციციშვილი ქალაქის მოურავის დავით ციციშვილის შვილიშვილი იყო, რომელსაც მეუღლედ ერეკლე მეორის უფროსი ქალიშვილი — მარიამ ბატონიშვილი ჰყავდა.

ქალბატონ ქეთევან ციციშვილის ჭერქვეშ მდიდარი ბიბლიოთეკაა. ამ უმდიდრეს წიგნთსაცავში გარდასულ დროთა მოგონებებიც სათუთად დავანებულა.

ეთერ ჯაფარიძე

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ვაი, რომ ესეც საჭიროა!

ჟურნალში „სოციოლოგიჩესკიე ისლედოვანია“ გამოქვეყნდა რეკომენდაციები, რომლებიც დაამუშავა აშშ-ის ერთ-ერთმა საზოგადოებრივმა ორგანიზაციამ „ქალები ძალადობის წინააღმდეგ ბრძოლაში“.

გთავაზობთ ამ რეკომენდაციებს მცირეოდენი შემოკლებით.

როგორ ავიცილოთ თავიდან ძალადობა

არასოდეს დატოვოთ სახლის გასაღები ფეხსაწმენდის ქვეშ, საფოსტო ყუთსა თუ სხვა ისეთ ადგილას, სადაც ბოროტმოქმედს ხელი იოლად მიუწვდება.

თუ შინ მარტო ხართ, კარი მანამდე არ გააღოთ, სანამ კარგად არ დარწმუნდებით, ვინ დგას გარეთ. თუ უცნობია, ნუ მოგერიდებათ მოსთხოვოთ დოკუმენტის ჩვენება.

ნურასოდეს შეუთანხმდებით ტელეფონზე უცნობ ადამიანს.

ნუ დადებთ გამოსაჩენ ადგილზე ისეთ ნივთებს, რომლებიც იარაღად გამოიყენება. ბოროტმოქმედთა უმეტესობა ბინაში უიარაღოდ შემოდის, რადგან თქვენივე იარაღის — სამზარეულოს დანების თუ სხვა ნივთთა გამოყენების იმედი აქვს.

თუ შინიდან მთელი დღით გიწევთ გასვლა და გვიან ბრუნდებით, სჯობს ნათურა ანთებული დატოვოთ. ეს, რა თქმა უნდა, გაზრდის თქვენ ხარჯებს. სამაგიეროდ დამნაშავეს არ მისცემს ბინაში შესვლის საშუალებას. კარგი გამოსავალია ხმამაღლა ჩართული რადიოს დატოვება.

თუ მარტო ხართ და კარებზე აკაკუნებენ, ბინის სიღრმიდან ხმამაღლა დაიძახეთ: „მე გავაღებ!“

თუ მანქანას ატარებთ, ნუ დატოვებთ მის კარებს ღია. ეცადეთ მანქანის დასაყენებლად შეარჩიოთ კარგად განათებული, ხალხმრავალი ადგილი. გასაღები ყოველთვის ხელთ გქონდეთ, ისე წადით მანქანისკენ. განსაკუთრებით კი, ღამით. სანამ ჩაჯდებოდეთ, კარგად შეათვალიერეთ, ხომ არავინ ზის უკანა სავარძელზე.

ქუჩაში გასვლისას შეძლებისდაგვარად დაიცავით შემდეგი წესები:

თუ გრძელი თმა გაქვთ, სჯობს აიკრიფოთ კეფაზე, რადგან ჩამოშვებულ თმაში ბოროტმოქმედი ადვილად გწვდებათ და არ მოგცემთ გაქცევის საშუალებას.

შეძლებისდაგვარად ჩაიცვით მოხერხებული ტანსაცმელი, უფრო კი შარვალი, და რბილი ფეხსაცმელები. ძალზე მოუხერხებელია სირბილი გრძელი კაბითა და მაღალქუსლიანი ფეხსაცმელებით.

კარგი იქნება, თუ გასაღების აცმაზე დაიკიდებთ სასტვენს. ეცადეთ ყელზე არ ატაროთ არანაირი სამკაული და მოსახვევი, რადგან ბოროტმოქმედმა შეიძლება თქვენი მოხრჩობა განიზრახოს.

იარეთ კარგად განათებულ ქუჩებში. ბნელ უბანში გაიარეთ შუა ქუჩაში. მოერიდეთ ბუჩქებსა და ხეივნების გასწვრივ სიარულს.

თუ უცხო ავტომანქანა თქვენს გვერდით მოდის, გადადით ქუჩის მეორე მხარეს და სვლა საპირისპირო მიმართულებით განაგრძეთ.

თუ გრძნობთ, რომ ვიღაც მოგდევთ, შეამოწმეთ, სიფრთხილეს თავი არ სტკივა. ამისათვის შეცვალეთ სიარულის რიტმი ან გადადით მეორე მხარეს. თუ დარწმუნდით, რომ მოგდევენ, ეცადეთ იპოვოთ უსაფრთხო (განათებული ან ხალხმრავალი) ადგილი. თვალით გაზომეთ მანძილი ამ ადგილამდე და დაუფიქრდით, ხომ არაფერი გიშლით ხელს გაქცევაში.

იუმორი

თუ ქალთა აუდიტორიის გაჩუმება გსურთ, დაუსვით კითხვა:

— რომელია თქვენში ყველაზე ხნიერი?

* * *

ახალგაზრდა ცოლ-ქმარი რესტორანში შედის.

— ალა, გენაცვალე, მე და შენ ერთნი ვართ.

— მართალი ხარ, ოღონდ ნუ დაგავიწყდება, ვახშამი ორ კაცზე შეუკვეთო.

* * *

— ცოლად გამომყვებით?

— სამწუხაროდ, არ შემიძლია. თუმცა შენს გემოვნებას დიდად ვაფასებ.

* * *

პოლიციელი: — ბოდიშს ვიხდი, ქალბატონო, ამ ტბაში ბანაობა აკრძალულია.

ქალიშვილი: — კი მაგრამ, იქამდე ვერ მითხარით, ვიდრე გავშიშვლდებოდი?

* * *

— რა არის ყველაზე მძიმე სასჯელი მრავალცოლიანობისთვის?

— სიდედრები.

* * *

— ათი წელიწადი მე და ჩემი ცოლი ბედნიერები ვიყავით.

— რა მოხდა შემდეგ?

— დავქორწინდით.

* * *

— მარტო ხართ?

— დიახ.

— სექსუალური თუ ხართ?

— ეგ თქვენ უნდა გადაწყვიტოთ.

* * *

ჩაბნელებულ რესტორანში მიმტანმა შემთხვევით აკოცა ერთ-ერთ კლიენტს.

— ეს რაღას ნიშნავს? — აღშფოთდა იგი.

— მაპატიეთ, სერ, თქვენს მეუღლეში აგერიეთ.

* * *

— კიდევ გახსოვს ის ქალიშვილი, რომელსაც პირველად აკოცე?

— რა სისულელეა, მე ისიც არ მახსოვს, რომელსაც ამ დილას ვაკოცე.

* * *

ცოლი: — სად წაიღე წიგნი „როგორ ვიცოცხლოთ ას წლისადე“?

ქმარი: — დავწვი, მე მაინც ვერ მივაღწევ იქამდე.

* * *

დარბაისელი მამაკაცი: — სად შეიძლება ვიყიდო თქვენთან წიგნი „მამაკაცი — ქალთა მპყრობელი?“

გამყიდველი ქალი: — ფანტასტიკაა, მეორე განყოფილებაში, სერ!

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ამავე დროს არ დაგავიწყდეთ ფეხის აჩქარება. დარწმუნდით, რომ თუ გაქცევა მოგიწევთ, თქვენ უფრო ადრე მიაღწევთ უსაფრთხო ადგილამდე, ვიდრე ბოროტმოქმედი. გაიქეცით უეცრად და სწრაფად. ამასთან ერთად ხმამაღლა ითხოვეთ დახმარება და ჩაბერეთ სასტვენში.

თუ საცხოვრებელ სახლებთან ხართ, ნუ დაიძახებთ: „მიშველეთ". სჯობს იყვიროთ „ხანძარია, ხანძარი!". თუ სახლის წინ აღმოჩნდით, დააბრახუნეთ კარებზე, დაიძახეთ და თუ არავინ გაგიღოთ, გატეხეთ ფანჯარა. გახსოვდეთ, რომ თქვენი სიცოცხლე საფრთხეშია და მორიდების დრო არ არის!

თუმცა გაქცევა საუკეთესო საშუალება როდია. შესაძლოა კიდევ ორი ვარიანტი. არ შეიმჩნიოთ აღელვება და შეეცადეთ თავდამსხმელზე მოახდინოთ ფსიქოლოგიური დაწოლა. იქნებ ცრემლებმა მოულბოს გული? ან იქნებ თქვენმა სიმშვიდემ დაამოშმინოს? იქნებ დააჯეროთ, რომ წუთიწუთზე თქვენი შეყვარებული ან მამა მოვა? შეიძლება გაითამაშოთ გიჟის როლი ან გულყრა. ან დაარწმუნოთ რომ ვენერიული დაავადება გჭირთ. ამ მეთოდებს ბევრი ქალი გადაურჩენია, მაგრამ ამ შემთხვევაშიც არ ღირს თავის დამშვიდება.

მეორე ვარიანტია უეცარი დარტყმა დროის მოგების მიზნით. ნუ ჩაარტყამთ მამაკაცს წელს ქვემოთ. როგორც წესი, ეს მოძრაობა ნაკლებეფექტურია და მხოლოდ ამხეცებს დამნაშავეს.

ბოროტმოქმედი თქვენგან არ ელოდება წინააღმდეგობას და ამიტომ ნებისმიერი თქვენი უეცარი მოქმედება დააბნევს მას და გაქცევის საშუალებაც მოგეცემათ.

თუ დამნაშავე მაინც დაგეწიათ, გამოიყენეთ ის იარაღი, რაც ხელთ მოგხვდებათ:

1. ანთებული სიგარეტი — ჩაარტყით თვალში ან მის მახლობლად.
2. კალმისტარი ან ფანქარი — პირდაპირ სახეში ან კისერში.
3. სახრახნისი ჩაარტყით სახეში, ყელში ან მუცლის არეში და შემოატრიალეთ.
4. აეროზოლის ბალონი — მიასხით თვალებში.
5. გასაღების აცმა-ძლიერი მოქნევით მოარტყით სახეში.
6. ქოლგა — გამოიყენეთ, როგორც ხიშტი. არ დაიწყოთ მისი აქეთ-იქით ქნევა, რადგან დამნაშავე იოლად წაგართმევთ მას.
7. რკინის ჯაგრისი, რკინის სავარცხელი, მაღალი ქუსლები, ქინძისთავი — ეს ყველაფერი გამოიყენეთ შეძლებისდაგვარად.

გახსოვდეთ, რომ ყველა ამ ნივთის გამოყენება მხოლოდ გაქცევისათვის დროის მოგების მიზნით ხდება. ნუ დარჩებით ადგილზე მანამ, სანამ თავდამსხმელი გონს მოეგება. თუ ცეცხლსასროლი იარაღით დაგემუქრნენ, მაშინ დაივიწყეთ თქვენი იარაღი. ამ შემთხვევაში ეცადეთ გადაარწმუნოთ დამნაშავე თხოვნით ან ცრემლებით.

თუ თან არაფერი აღმოგაჩნდათ, შეიძლება ორივე ფეხით, მთელი ძალით დაახტეთ მოწინააღმდეგეს ფეხებზე ან ძლიერად ჩაარტყათ ფეხით წვივში. ეს ძალზე მტკივნეულია და თქვენ გაქცევის საშუალება მოგეცემათ.

თუ უკნიდან დაგიჭირეს, ეცადეთ გაუხსნათ ცერა თითები. ამით მარწუხი შერბილდება და გაქცევის საშუალება მოგეცემათ.

ძვირფასო ქალბატონებო! აქ ჩამოთვლილი მეთოდების ნაწილი იქნება უხამსადაც მოგეჩვენოთ. გეთანხმებით, ეს ქალის საქმე როდია, მაგრამ გახსოვდეთ, თქვენ — უდანაშაულო ადამიანს თავს დაგესხნენ. და თუ ვინმე ბოროტების ჩადენას მოისურვებს, თავის დასაცავად ყველა ღონის ხმარება გამართლებულია.

ოთარ რამიშვილი ქალებზე

ოთარ რამიშვილს წარმოდგენა არ სჭირდება. ეს ჯანმაგარი, ღვთის მადლით აღსავსე თბილისელი მთელი ცხოვრება უმღეროდა და ახლაც უმღერის ყოველივე უძვირფასესს. იყო დრო, როცა მის სიმღერებს არ წყალობდნენ, მაგრამ ხშირად, როგორც ვიცით, „რაც აკრძალულია, სწორედ ის არის სასურველი"...

ბატონ ოთარს ამასწინათ ერთ-ერთ წვეულებაზე შევხვდი, სადაც ჩვენს მეგობარ მომღერალს საერთოდ არ ემღერებოდა, მაგრამ როცა საუბარი ქალებზე ჩამოვარდა და მითუმეტეს, როცა შეიტყო, რომ ჟურნალ „საქართველოს ქალის" სტუმარი გახდებოდა, არა მარტო ექსპრეს-ინტერვიუზე, სიმღერაზეც დიდი სიამოვნებით დამთანხმდა.

გულნაზ და ოთარ რამიშვილები

ამ ასე, გთავაზობთ სახუმარო ექსპრეს-ინტერვიუს ოთარ რამიშვილთან, იქნებ ცუდი ამბებით დამძიმებული გუნება ცოტათი მაინც გამოგიკეთდეთ.

— ბატონო ოთარ, რას იტყვით ლამაზ ქალებზე?

— სიმღერას, თუმცა, როცა ამ სიმღერას ვმღერი, მთელ სხეულში დენი მივლის:

ლამაზი ქალი მაინც სხვისია,
რაგინდ სინდისი ჰქონდეს ანკარა.
მისკენ ოცნებით ვარდებს ისვრიან
და ჟრუანტელის დგება თაკარა.

— ბრწყინვალე სიმღერაა, მაგრამ დენის გავლა აქ რა შუაშია?

— ეს შეკითხვა უკეთესია გულნაზის დაუსვათ, ჩემს მეუღლეს.

— ისიც მომღერალია?

— კი, ოღონდ სხვანაირად მღერის.

— როგორ?

— კონცერტებზე თან დამყვება, გვერდიდან არ მშორდება.

— სცენაზეც, კაცო?

— არა, სცენაზე არასოდეს გამოსულა. მხოლოდ კულისებში მელოდება, რომ მერე სიმღერით დაღლილი სახლში წამიყვანოს.

— სიმღერით იღლებით, თუ...

— ეს ჭორებია! თუმცა ქალბატონი გულნაზი სულ მეუბნება, არ დალიო, არ დალიოო, მაგრამ აბა წარმოიდგინეთ, რო-

ეროვნული ბიბლიოთეკა

მელი ცოლი ეტყვის მომღერალ ქმარს, მით-უმეტეს, რომელიც სვამს, გინდა თუ არა, დალიეო...

— აა, გასაგებია. ახლა მივხვდი, თუ რატომ გივლით მთელ სხეულში დენი.

— ეს ყველაფერი იუმორით ვთქვი, ისე, მე ჩემი გულნაზი ქვეყანას მირჩევნია, თანაც სამი ვაჟიშვილის დედაა და მეოთხე ძნელადდალსაზრდელი მე ვყავარ.

— ბატონო ოთარ, გული ხომ არ გწყდებათ, რომ ქალიშვილი არ გყავთ?

— დამტირებელი? კი საჭიროა, მაგრამ გულნაზიც მეყოფა, ისეთი ხმა აქვს, მით-უმეტეს, იმერელია, შეუძლია ეშმაკი თავდაყირა დააყენოს. ისე კი, გოგონაც რომ მყოლოდა, უფრო გავიხარებდი...

— ბატონო ოთარ, მოდით სულ ქალებზე ვისაუბროთ. შეუხედავ ქალებზე რას იტყვით?

— შეუხედავი ქალი არ არსებობს, ყოველი ქალი თავისებურად ლამაზია.

— გიყვართ მომღერალი ქალები?

— ზომაზე მეტად.

— რას იტყვით დღევანდელ სიდედრებზე?

— დღევანდელი სიდედრი, როგორც სიდედრი, არ არსებობს, ისინი უკვე გაუტოლდნენ დედებს.

— დედამთილებზე რას იტყვით?

— ვენაცვალე ყველა დედამთილს, ყველა დედამთილი ძვირფასია. წარმოვიდგინე ჩემი გულნაზი, მან კიდევ ორი რძალი უნდა შემოიყვანოს ოჯახში და აქედანვე ვუკეთებ რეკლამას.

— რძლებზე რაღას გვეტყვით?

— ეს ჩემი საქმე არ არის, თუმცა ერთი რძალი უკვე მყავს. ისე, ჩემი აზრით, რძალი და მამამთილი მეგობრები უნდა იყვნენ.

— რას იტყვით სპორტსმენ ქალებზე?

— ყველაზე მეტად მოჭადრაკე ქალები მიყვარს.

— ყველაზე მეტად რას გაგონებთ მშვენიერი ქალი?

— შვლის ნუკრს, მიყვარს ნუკრივით ქალები, სიყვარული, გაზაფხული.

მარტის თვეა შენი,
შენს ხასიათს შვენის,
აპრილი სულ აგაჭრელებს ფერებით,
შენ ნუკრი ხარ შვლისა,
ეს ნუკრობა გშვენის,
გაწყენინე და მაინც მეფერები

— კიდევ ერთი შეკითხვა ქალებზე, ამჯერად ბებიებზე. რას იტყვით ბებიებზე?

— ეს შეკითხვა თავიდანვე უნდა დაგესვათ. მე ისინი ძალიან მიყვარს...

— რას უსურვებდით საქართველოს მანდილოსნებს?

— რაც შეიძლება, მეტი აკვანი დაერწიოთ.

— გმადლობთ ტკბილი საუბრისათვის.

— უკაცრავად, ერთი წუთით, თქვენ დედაზე, დედაზე არაფერი შემეკითხეთ.. ყველაზე და ყველაფერზე საყვარელი დედაა... და კიდევ, დედასამშობლო, დედაქალაქი, დედაბოძი, ე. ი. ყველა ის სიტყვა, რომელსაც დედა ურევია.

ესაუბრა **ბელა ზაუტაშვილი**

ივნისში რუსთაველის თეატრმა სტამბოლის მე-4 საერთაშორისო ფესტივალზე წარმოადგინა შექსპირის „მეფე ლირი" (რეჟისორი რობერტ სტურუა), გონერილის როლს თამაშობდა თამარ ჯოხაძე. ეს იყო მისთვის პრემიერა უცხო მიწაზე. ასეთი რამ კი ხშირად არ ხდება.

ვარდები უცნობი მამაკაცისგან

— ქალბატონო თამარ, შექსპირის გმირის თამაში მნიშვნელოვანი ფაქტია მსახიობის ცხოვრებაში. რა გზა განვლეთ გონერილამდე?

— თეატრში 16 წლის წინათ მოვედი. მთავარი როლებიც მითამაშია, ეპიზოდურიც და მასობრივ სცენებშიაც ვმდგარვარ. — მოკლედ, თეატრის ტკბილ-მწარე ცხოვრების მადლი არ მომკლებია. ინსტიტუტში ჩემი პედაგოგი იყო თემურ ჩხეიძე და თუკი რაიმე შევძელი, როგორც მსახიობმა, მისი დამსახურებაა. „მეფე ლირი" რომ განაწილდა, იმ ხანებში მე დედა გავხდი. მიუხედავად ამისა, გამუდმებით ვფიქრობდი გონერილზე. ხომ აქვთ მსახიობებს სანატრელი როლები. „მეფე ლირის" პრემიერიდან დიდი დრო არ გასულა, მივედი რობერტ სტურუასთან და ვთხოვე გავესინჯე ამ როლზე. ასეთი რამ იშვიათად ხდება, გაბედულების გარდა, ამას იქნებ თავხედობაც ჰქვია, მაგრამ დიდმა სურვილმა, მეთამაშა გონერილი, გადამადგმევინა ეს ნაბიჯი, მაგრამ ჩემი პრემიერა არ შედგა. გავიდა სამი წელი. თეატრის მსახიობთა ერთი ჯგუფი გალა — კონცერტით წავიდა ავსტრალიაში, რასაც დაემთხვა სტამბოლის საერთაშორისო თეატრალურ ფესტივალზე „მეფე ლირის" მიწვევა. მე გონერილის როლზე დავინიშნე. ყოველთვის მჯეროდა, როცა ცხოვრებაში რაღაც ძალიან გსურს, უეჭველად აგისრულდება, ოღონდ არჩევანს არ უნდა უღალატო.

— გონერილზე სულ ერთი თვე იმუშავეთ. განა ერთი თვე უმცირესი დრო არ არის ასეთი როლისათვის?

— რა თქმა უნდა, მაგრამ მე არ ვაპირებ გონერილთან განშორებას. ნებისმიერ როლზე მუშაობა პრემიერით არ მთავრდება, იგი გრძელდება სპექტაკლის არსებობის მანძილზე.

— რას იტყვით კოლეგებზე, იგრძენით მათგან თანადგომა?

— რა თქმა უნდა, განსაკუთრებით მინდა გამოვყო დარეჯან ხარშილაძე — რიგანი. თუმცა სპექტაკლში გონერილი და რიგანი დაუძინებელი მტრები არიან, ცხოვრებაში პირიქით მოხდა.

— რას იტყვით სტამბოლზე?

— ვერაფერს. მე იგი არ მინახავს. ოთხივე დღე ისეთი გადატვირთული გვქონდა და ისეთი აღგზნებული ვიყავი ამ დიდი გამოცდის წინ, რომ სხვა რამეზე ფიქრი არ შემეძლო.

— ახლა, როცა ამდენი ოცნება შეგისრულდათ, რა გრძნობით შეხვალთ თეატრში?

— იმავე გრძნობით, რითაც შევდიოდი — კრძალვითა და მორიდებით. თანაც, ჩემი პროფესიიდან გამომდინარე, ყველაფრისათვის მზადა ვარ — სიხარულისთვისაც და ტკივილისთვისაც. ასეთია მსახიობის ხვედრი.

— თურქი მაყურებელი, მიუხედავად ენობრივი ბარიერისა, სულგანაბული გისმენდათ და შეუფასებელი არ დარჩენიათ სპექტაკლის არცერთი მნიშვნელოვანი ეპიზოდი. ბოლოს თავიანთი აღტაცება ხანგრძლივი ოვაციებით დაგიდასტურეს. თუ საიდუმლო არ არის, ვინ იყო ის სიმპათიური თურქი მამაკაცი, თქვენ რომ ვარდები მოგართვათ?

— ამაზე ძვირფასი საჩუქარი არასოდეს მიმიღია, სწორედ იმიტომ, რომ ის მამაკაცი ქართველი არ იყო და სწორედ იმიტომ რომ არ ვიცნობდი.

ესაუბრა **ლილი ფოფხაძე**
სტამბოლი-თბილისი

ახალგაზრდა ქალის ენციკლოპედია

თქვენი წერილები მოწმობენ, რომ ბევრ სასარგებლოს იგებთ ჩვენი რუბრიკიდან „ახალგაზრდა ქალის ენციკლოპედია". რაკი ასეა, განვაგრძოთ კონსულტაცია ჩვენ ექიმთან მირიანლავ მატოუშეკთან.

— ჭამის შემდეგ ხშირად ასლოკინებს. ვითომ ცივი რძის ბრალია?

— სრულიადაც არა. სლოკინი დიაფრაგმის მკვეთრი შეკუმშვის ბრალია. ეს გამოწვეულია არა სიცივით, არამედ იმ ფაქტორებით, რაც იწვევს დიაფრაგმის გაღიზიანებას. ჭამის შემდეგ ეს სავსე კუჭიც შეიძლება იყოს. სლოკინი გარკვეული დროის შემდეგ თავისთავადაც შეწყდება, მაგრამ მისი შეჩერება შეიძლება, თუ ერთი ორჯერ ძუძუს მოაწოვინებთ. ხანდახან სლოკინის დროს ცოტას ამოაღებინებს— ხოლმე.

— ერთი ძუძუს თავი პატარა მაქვს და ბავშვი კარგად ვერ კიდებს პირს.

— ბრტყელი და ჩაბრუნებული თავი ბავშვს წოვისას სიძნელეს უქმნის. ამიტომ ურჩევენ კონსულტაციაში ფეხმძიმე ქალებს ხელით დაიმუშაონ იგი. ზოგჯერ ბავშვი ახერხებს კერტის გარშემო ადგილიც მოიქციოს და ასე გაიადვილოს წოვა. თუ ესეც არ შველის, უნდა აწოვოთ შუშის თავიანი რეზინის სპეციალური საწოვარათი, რომელიც კარგად გამოხარშვის შემდეგ უნდა მიიდოთ ძუძუს თავთან. ზოგჯერ ამითაც არაფერი გამოდის. მაშინ მეტი აღარაფერი დაგრჩენიათ, რძე უნდა გამოიწველოთ და კოვზით მისცეთ ბავშვს.

— ძუძუს თავზე კანი დამისკდა, რაც დიდ ტკივილს მაყენებს.

— თქვენ ალბათ ზედმეტი მოგივიდათ — დიდხანს აწოვეთ. ბავშვის ნერწყვმა კანზე ცხიმი გამოგიშროთ, ამან გამოიწვია კანის დასკდომა. ამით გამოწვეული ტკივილი ზოგჯერ ისე ძლიერია, რომ რძის გამომუშავებაც კი წყდება. ტკივილის გამო გამოწველას ერიდებით, რაც თავის მხრივ რძის შემცირებას იწვევს. მეორე საშიშროება ნაპრალში ინფექციის შეჭრაა, რაც იწვევს ჩირქოვან ანთებას — მასტიტს. მასტიტს ახასიათებს ციება, თავის ტკივილი. ასეთ შემთხვევაში აუცილებელია ძუძუს დაცლა რძისაგან, გარდა ამისა, ძუძუ ისე უნდა შეიხვიოთ, რომ არ იმოძრაოს. ანთების ადგილზე ხშირად უნდა დაიდოთ ცივი სპირტიანი კომპრესი. ავადმყოფი უსათუოდ უნდა იწვეს, გამორიცხულია ყოველგვარი საქმიანობა, ბავშვის მოვლაც კი...

პენიცილინი თუ სხვა ანტიბიოტიკები ექიმმა უნდა დაგინიშნოთ. ყველა შემთხვევაში ავადმყოფობის დაწყებისთანავე მიმართეთ ექიმს.

— ამ ანთების თავიდან აცილება თუ შეიძლება?

— ფეხმძიმობის პირველი თვეებიდანვე უნდა იზრუნოთ იმაზე, რომ ძუძუს თავი გამაგრდეს, ხოლო კანი მასაჟით და ცხიმიანი კრემის ან ვაზელინის შეზელვით რბილად შეინახეთ. თუ სახლში ვინმეს ჩირქოვანი კერა გაუჩნდა, განსაკუთრებული სიფრთხილეა საჭირო. მას უნდა ჰქონდეს ცალკე პირსახოცი და საპონი. სასურველია ლიფი ყოველდღე გამოხარშონ, ან გარეცხვის შემდეგ გულდაგულ გააუთოვონ.

— ლიფის ტარება აუცილებელია?

— რა თქმა უნდა. რძით სავსე მკერდი მძიმდება და ტკივილს იწვევს ზურგსა და მხრებში. კანიც იჭიმება მკერდიც ფორმას კარგავს. აუცილებელია შეიძინოთ ჩვეულებრივ ზომაზე დიდი ლიფი, წინ მოსახერხებელი შესაკრავით.

— როცა ერთ ძუძუს ვაწოვებ ხანდახან რძე მეორედაც მოდის. საშიში ხომ არ არის?

— რადგან რძე საკმარისი გაქვთ, საშიში არაფერია. საჭიროა ლიფში ჩაიდოთ სუფთა, დაკეცილი ნაჭერი, რადგან რძე მიკრობებს იკრებს. ხანდახან რძე ბავშვის კვებასა და კვებას შორისაც ილვრება. სამწუხაროდ, ამის წამალი არ არსებობს. ცოტათი დაგეხმარებათ ცივი კომპრესები.

— მე მგონი რძე არ ყოფნის. დამატებით ხომ არაფერი მივცე?

— თუ თქვენი დაკვირვებით ცოტას წოვს და ერთი კვირის მანძილზე წონაში ნაკლებს იმატებს, მიეცით თქვენივე გამოწველილი რძე. იგი ჭიქით ჩადგით 50 გრადუსიან წყალში, რათა სხეულის ტემპერატურა შეინარჩუნოს. ბავშვის ძუძუთი და გამოწველილი რძით კვება 15-20 წუთზე ხანგრძლივად არ უნდა გაგრძელდეს, რადგან ბავშვი იღლება. ჭამის შემდეგ ბავშვი დააწვინეთ, წყნარად გამოიწველეთ დარჩენილი რძე გამოხარშულ ჭიქაში და მაცივარში შეინახეთ. საჭიროა აბსოლუტური სისუფთავე, კოვზის და ჭიქის ხშირი გამოხარშვა.

თუ ადვილად გეხერხებათ გამოწველა და რძე თავისუფლად მოდის, მაშინ ძუძუს მიცემის შემდეგ პირდაპირ კოვზზე ჩამოიწველეთ და ისე მიეცით. კოვზით რძე ბავშვს უნდა შევთავაზოთ, მაგრამ არ დავაძალოთ. კოვზი ძალიან ღრმად არ უნდა ჩაუდოთ პირში, რათა არ გამოიწვიოთ გულისრევის შეგრძნება.

—ნუთუ რძე არ ფუჭდება გამოწველისა და გაცხელების შედეგად?

— რა თქმა უნდა, იგი 100 პროცენტით იგივე აღარაა, მაგრამ ყველა სხვა საჭმელს მაინცა სჯობს. ამიტომ უნდა ეცადოთ ძუძუთი კვებოთ. შემჩნეულია; როგორც კი საწოვარათი მისცემთ საჭმელს, საიდანაც სითხე უფრო ადვილად გადმოდის, ბავშვი უარს ამბობს ძუძუზე. ამიტომ სჯობს კოვზით კვება, ან საწოვარას ისეთი წვრილი ნახვრეტი უნდა გაუკეთდეს, რომ ბავშვმა ისეთივე ენერგია დახარჯოს, როგორც ძუძუს წოვისას. საწოვარა გახურებული ნემსით უნდა გაიხვრიტოს. მანამდე ყუნწით საცობში უნდა ჩაარჭოთ, რომ ხელი არ დაგეწვათ. 1-2 ნახვრეტი 0, 5 მმ სავსებით საკმარისია. ისე რომ, თუ საწოვარწამოცმულ ბოთლს საწოვარათი ქვემოთ დაიჭერთ, რძე არ უნდა გამოვიდეს.

საწოვარიანი ბოთლი უნდა გეჭიროთ ისე, რომ ბოთლის ყელი სავსე იყოს რძით, რათა იქ არ გაჩნდეს ჰაერის ბუშტები.

— თუ გამოწველილი რძე მაინც არა ყოფნის?

— მაშინ უნდა მისცეთ ის საკვები, როგორსაც აძლევენ ხელოვნურ კვებაზე მყოფ ბავშვებს.

— მე მგონია დამატებითი საკვების მიცემისაგან სჯობს თავი შევიკავოთ?

— არა. ასეთი მოსაზრება სწორი არ არის. სხვა საქმეა, რომ დედის რძე სჯობს, რადგან მასთან ერთად ბავშვი იღებს სხვადასხვა დამცავ ნივთიერებებსაც, თორემ ისე, მშრალი რძის დამზადება მაღალ დონეზეა და ხელოვნური ბავშვები წონით არ ჩამოუვარდებიან დედის რძით გაზრდილებს.

ეროვნული ბიბლიოთეკა

მამის სიტყვა გადამწყვეტია

შუაღამეა. სახლში სიჩუმეს დაუსადგურებია. ყველას ძინავს. უცებ პატარა სანდრის ოთახიდან სლუკუნი ისმის. პატარა შესაბრალისი ხმით ტირის — „დედაო“ და სანამ შეშინებული მშობლები გაითვითცნობიერებდნენ, რა მოხდა, ბავშვი უკვე მათ ოთახშია და თავის ხავერდის დათუნიასთან ერთად მშობლებს შორის საიმედოდ მოკალათებულა.

მსგავსი სცენა ათასობით ოჯახში მეორდება. შეშფოთებული მშობლები და სპეციალისტებიც კი თავს იმტვრევენ კითხვაზე: რა ვქნათ? მივიღოთ „ღამის სტუმარი“, თუ ერთხელ და სამუდამოდ შევაჩვიოთ საკუთარ საწოლში ძილს?

უპირველეს ყოვლისა, შევთანხმდეთ, რომ ორი წლის ბავშვი მშობლების საწოლისკენ კი არა, დედის საწოლისკენ მიილტვის. მისთვის ამქვეყნად ყველაზე საყვარელი და საიმედო არსება დედაა და პატარაც მასთან აფარებს თავს.

თუ ბავშვი ათასში ერთხელ დედის საწოლში მოისურვებს ნებივრობას, აქ საგანგაშო არაფერია. არც ისაა გასაოცარი, თუ ხანდახან დედას მოუნდება თავის პატარასთან ძილი და თვითონ გადაიყვანს მას თავის საწოლში. არაფერს ვამბობთ ისეთ შემთხვევებზე, როცა ბავშვი ავადაა ან სხვა პრობლემა აწუხებს . მთავარია, ასეთი ფაქტები სისტემატურად არ განმეორდეს და ბავშვისთვის (ან მშობლისთვის) მოთხოვნილებად არ იქცეს.

ორ წლამდე ბავშვებს საკუთარი ზრდა აწუხებთ. მაგალითად, როცა პატარას კბილი ამოსდის, იგი ტკივილს გრძნობს, აგრესიული ხდება და ჭირვეულობს. იგივე ხდება ზრდის ყოველ ფაზაში.

ღამისა და სიბნელის შიში მეტნაკლებად თითქმის ყველა ბავშვს აქვს: როცა პატარა ძილის წინ ჭირვეულობს და გეხვეწებათ არ გახვიდეთ მისი ოთახიდან, მის ნებას უნდა დაჰყვეთ. ჩამოუჯექით გვერდით, მშვიდად დაელაპარაკეთ, სიმღერა უმღერეთ ან ზღაპარი მოუყევით, სანამ რული არ მოერევა.

დედას ბევრი რამის გაკეთება შეუძლია ბავშვის დასაწყნარებლად, მაგრამ გადამწყვეტი სიტყვა მსგავს სიტუაციაში მამას ეკუთვნის.

დავუშვათ, ბავშვი გამუდმებით ჭირვეულობს და ყოველ ღამე დედასთან ძილს ითხოვს. მამა მშვიდად უნდა შევიდეს მის ოთახში და უთხრას: „ეს შენი საწოლია. შენ აქ უნდა იწვე. დიდ საწოლში კი მე და დედას გვძინავს“. იოლი შესაძლებელია ამის გამგონე ბავშვი ატირდეს ან მთელი ღამე სინათლის ანთება მოისურვოს. აქ მამა უნდა დაეთანხმოს, უთხრას, რომ შეუძლია გააკეთოს ის, რაც სურს. მართალია, ძნელი დასაჯერებელია, მაგრამ ბავშვს არა მარტო ესმის მამამისის, არამედ გარკვეულწილად მშვიდდება კიდეც. თუ მამა დროებით ან სამუდამოდ წასულია სახლიდან, მაშინ დედა მამის სახელით უნდა ელაპარაკოს პატარას. „გახსოვს, მამას არ მოსწონს, შენ რომ ამ საწოლში წევხარ, ან „მამამ ხომ გთხოვა, ყველამ საკუთარ საწოლში დავიძინოთო!.“

წარმოვიდგინოთ ასეთი სურათი. ძილგამტყდარი ბავშვი სლუკუნით ცდილობს მშობლების საწოლზე აბობღებას. მამა მტკიცე გადაწყვეტილებით ეუბნება. „არა, არა... ჩვენ ხომ მოვილაპარაკეთ. წამო, შენს საწოლში დავბრუნდეთ“. აი აქ, ყოვლად დაუშვებელია დედის ჩარევა. მაგალითად: „დაანებე თავი ბავშვს, მოვიდეს, რა მოხდა, ერთი ღამე არაფერს წყვეტს“.

იცოდეთ, რომ ბავშვი, როგორც კი მშობელს ყოყმანს შეატყობს, გათამამდება და ყოველ ღამე მოისურვებს დედ-მამასთან ძილს. ეს კი ყველაფერს რომ თავი დავანებოთ, ჰიგიენური თვალსაზრისითაც მიუღებელია.

ესპანურიდან თარგმნა **თეა ბვასალიამ**
ჟურნალი „სერ პადრეს ოი“

ქეთი წიკლაური ფრაიბურგიდან

ქეთი წიკლაური მოხევეა. წარჩინებით დაასრულა თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტის იურიდიული ფაკულტეტი და მოსკოვის სახელმწიფოსა და სამართლის ინსტიტუტის მიზნობრივი ასპირანტურა. ემზადებოდა უცხოეთში სტაჟირებისათვის, როცა დასავლეთ გერმანიიდან დოქტორმა ზიგფრიდ ლამიხმა მიწვევა გამოუგზავნა. სისხლისსამართლის პრობლემებზე გამართულ კონფერენციაზე დასასწრებად, ქეთი წიკლაური ჩავიდა გერმანიაში და... ცოლად გაჰყვა ზიგფრიდ ლამიხს.

ლამიხი იურისტია, მუშაობს მაქს პლანკის სახელობის საერთაშორისო სისხლისსამართლის ინსტიტუტში, ხელმძღვანელობს აღმოსავლეთ ევროპის განყოფილებას. თბილისში ბევრჯერ ყოფილა. საქართველო ძალიან უყვარს.

ამჟამად ქეთი ქალაქ ფრაიბურგში ცხოვრობს. ჰყავს ერთი წლის გოგონა კატრინ-სონია-მარია ლამიხი.

ამ ზაფხულს ქეთი წიკლაური თბილისში ჩამოვიდა და რედაქციაში გვესტუმრა.

ზიგფრიდი კარგი მამაა

დედის სიხარული

„უცხოეთში გათხოვება უბრალოდ არ გადამიწყვეტია, — თქვა მან, — ჩვეულებრივ პირობებში ვერც წარმოვიდგენდი, სამშობლოდან ასე მოშორებით ცხოვრებას. მაგრამ ამას წინ უძღოდა ის უბედურება, რომელიც ჩემს ოჯახში დატრიალდა. მოკლე დროში გარდამეცვალნენ მშობლები. დედისერთა სულ მარტო დავრჩი. ხალისით სავსე ოჯახში მწუხარებამ დაისადგურა. აქ ველარ ვძლებდი.

რით მომხიბლა ზიგფრიდმა? — კეთილი და გულისხმიერია, განათლებული, მშრომელი, კეთილსინდისიერი. ცდილობს საინტერესო და ბედნიერი ცხოვრება მქონდეს. პროფესია ერთი გვაქვს და ბევრი რამ გვაკავშირებს. ერთი წლის წინ ქალიშვილი შეგვეძინა, რომელსაც ჩემი სახელი დავარქვით. გერმანული წესით გოგონას შეიძლება ორი ან სამი სახელი ჰქონდეს და ჩემს პირმშოს დედისა და ბებიას სახელებიც ვაჩუქე — კატრინ-სონია-მარია.

გერმანიაში ფეხმძიმე ქალი მუდმივ სამედიცინო მეთვალყურეობის ქვეშაა, მშობიარობისთვის 3-4 თვის ფეხმძიმობიდან ემზადება, ასწავლიან სწორ სუნთქვას, ვარჯიშებს. ქალთან ერთად მოსამზადებელ პერიოდს გადის მეუღლეც და როგორც წესი, მშობიარობასაც ესწრება.

ვიწექი ცალკე პალატაში. მქონდა ტელევიზორი და ტელეფონი, რომლითაც საქართველოშიც კი ვრეკავდი. ჩემთან ერთად იყო მეუღლე და ერთი წუთითაც არ დავუტოვებივარ. მერე ახალნამშობიარებსაც ზიგფრიდი მეხმარებოდა — ბავშვს აბანავებდა, ღამეს უთევდა...

სამედიცინო მომსახურების სფეროში ასეთი მექანიზმი არსებობს — საყოველთაო სამედიცინო დაზღვევა უფლებას გაძლევს უსასყიდლოდ მიმართო ექიმს. მკურნალობის ხარჯებს სადაზღვევო ფირმა იხდის იმ 300 მარკიდან, რასაც ყოველთვიურად ვიხდით. ჩასული ადამიანი, რომელიც დაზღვეული არ არის, რთულ პირობებში აღმოჩნდება, რადგან მკურნალობის ღირებულება კერძოდ უნდა გადაიხადოს. მაგალითად, ჩემი მშობიარობის ხარჯები (ჯერ დაზღვეული არა ვარ) ათი ათასი მარკა დაჯდა.

გერმანიაში ქალის შრომა ისეა გაიოლებული, ვერც კი შევადარებთ აქაურს. არც რიგში დგომაა საჭირო, არც პროდუქტების ძებნა, არც ბავშვის საკვებზე ზრუნვა. საოჯახო საქმიანობაში ფართოდ იყენებენ ტექნიკას. ბინაზე ვღებულობ სამრეწველო და სამომხმარებლო ფირმების სარეკლამო კატალოგებს. იქიდან თუ რაიმე მომეწონება, შევუკვეთავ და შინ გამომიგზავნიან.

გერმანიაში ორ წელიწადს ცხოვრებამ ბევრი რამ მასწავლა. იქ არ მინახავს ნაგავში გადაგდებული პური. დიასახლისი ზედმეტს კერძსაც არ დაამზადებს. გერმანელი ყიდვაშიც ძალიან ყაირათიანია.

იქაურ ახალგაზრდებს და სტუდენტებს, სანამ ფეხზე დადგებიან, ცხოვრება უჭირთ. დასავლეთში 17-18 წლის ახალგაზრდა დამოუკიდებელ ეკონომიურ ცხოვრებას იწყებს. ქირაობს ბინას და თუ საშუალება აქვს, სწავლის ღირებულებასაც თვითონ იხდის. საერთოდ, მოსახლეობის ნახევარს ბინა ნაქირავები აქვს, ქირა-

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ში კი შემოსავლის თითქმის ნახევარი უნდა გადაიხადოს.

ჩემს მეუღლეს საკუთარი სამსართულიანი სახლი აქვს, შესანიშნავად მოვლილი ეზოთი და ყვავილნარით. ბინა თავისი შრომით და სახსრებითაა აშენებული.

ზიგფრიდის მეზობლების გაცნობამ და მათთან ურთიერთობამ, უფრო ნათლად დამანახა გერმანული ყოფა. გამიკვირდა, რომ ბევრ მათგანს მანქანა, ვიდეო და სხვა აპარატურა არა აქვს. ყიდვა ყველას შეუძლია (მთელი ცხოვრება ფულს აგროვებენ), მაგრამ მიაჩნიათ, რომ მანქანის შენახვა ძვირია.

გერმანელები ძირითადად ველოსიპედით სარგებლობენ. ხუთი წლის ბავშვი თუ ოთხმოცი წლის მოხუცი ველოსიპედით დადის, რადგანაც საქალაქო ტრანსპორტი ძვირია. მე ჯერჯერობით მეუღლეს დავყავარ მანქანით.

ბედნიერი ვარ? — ჩემი პირადი ბედნიერება საკმარისია იმისთვის, რომ თავს კარგად ვგრძნობდე, მაგრამ ვერ ვიქნები ბოლომდე ბედნიერი, ვიდრე საქართველოს და ჩემიანებს უჭირთ.

მოგეხსენებათ, ევროპაში შობა და ახალი წელიწადი ყველაზე დიდი დღესასწაულებია და საოცრად ლამაზადაც აღნიშნავენ. ჩემი გონება იმ დღეებში კი აქეთკენ იყო მომართული და მისხალ-მისხალ ვაგროვებდი ინფორმაციას საქართველოს შესახებ, რომელიც მოსკოვიდან მოდის და ძირითადად არასწორია.

ჩვენს ქალაქ ფრაიბურგში (შვეიცარიისა და საფრანგეთის საზღვარზეა), მიხაელ ლაუტერბახის ხელმძღვანელობით ჩამოვაყალიბეთ საქართველოსთან მეგობრობის საზოგადოება „მედეა“, რომლის ფუძემდებლები მე და ჩემი მეუღლე ვართ. აგიტაციას ვუწევთ ქართულ კულტურასა და ხელოვნებას, გერმანელებს ვაცნობთ საქართველოს, როგორც მომავალ პარტნიორს სამეურნეო-ეკონომიკურ სფეროში.

ჩვენ გვჯერა, კრიზისულ პერიოდს მალე დავაღწევთ თავს, რადგანაც ამჟამად ქართველი ხალხი გაცილებით უკეთეს სასტარტო პირობებშია, ვიდრე ომის შემდეგ ევროპა და იაპონია. მათ შრომის მაღალი ორგანიზაციითა და სოციალური თანასწორობის გარანტიებით, რაც სახელმწიფომ უნდა შექმნას, მოახერხეს დასავლური ცივილიზაციის აშენება.

სწორედ ასეთ საქართველოზე ვოცნებობთ მე და ჩემი მეუღლე. მსურს ჩემმა შვილებმა მდიდარი და ბედნიერი საქართველო იხილონ.

ესაუბრა **ირმა ჩოფიკაშვილი**

ზურაბ დათიაშვილის ფოტო

ზაფხულის დაავადებები

ზაფხული განსაკუთრებით საშიშია ნაწლავური ინფექციების გავრცელებისათვის. ნაწლავური ინფექციის დროს ადრეული, განსაკუთრებით წლამდე ასაკის ბავშვებს, შეიძლება ძალიან სწრაფად განუვითარდეს მძიმე, ზოგჯერ სიცოცხლისათვის საშიში მდგომარეობა, რადგან ამ დროს ორგანიზმი დიდი რაოდენობით კარგავს წყალს, კალიუმს, ნატრიუმს, სხვა მინერალურ მარილებს და ვითარდება ორგანიზმის გამოშრობა. ამ შემთხვევაში დიდი ყიფლიბანდი ჩავარდნილია, თვალები — ჩაცვენილი, ლორწოვანი გარსები — მშრალი, რის შედეგადაც შეიძლება განვითარდეს კრუნჩხვები.

თუ ბავშვს შეამჩნიეთ უხალისობა, უმადობა, მოუსვენრობა, ღებინება, კუჭის აშლილობა, ტკივილები მუცლის არეში და ტემპერატურის მომატება — სასწრაფოდ გამოიძახეთ ექიმი! ექიმის მოსვლამდე ბავშვს ყოველ 3-5 წუთში მიეცით გადადუღებული წყალი, სტაფილოს ნახარში, ბორჯომი ან სხვა მინერალური წყალი, მაღალი ტემპერატურის შემთხვევაში შუბლზე დააფინეთ ცივ წყალში დასველებული გაწურული ტილო, შეიძლება მისცეთ ანალგინის ან ამიდოპირინის აბები ასაკის შესაბამისი დოზით და დაზილეთ ნახევრად სპირტით ან ძმრით გაზავებული წყლით.

თუ ექიმი საჭიროდ ჩათვლის, ბავშვი უნდა მოთავსდეს სტაციონარში. თვითმკურნალობა დაუშვებელია! როგორ ავაცილოთ ბავშვს ნაწლავთა ინფექციები? გახსოვდეთ: ბავშვს ხელები საპნით უნდა დაბანოთ თამაშის, ტუალეტის, ქუჩიდან დაბრუნების შემდეგ, ჭამის წინ, ჭამის შემდეგ. აუცილებელია ჰიგიენის ეს წესები მშობლებმაც მკაცრად დაიცვან!

არ მიაჩვიოთ, გადააჩვიეთ ბავშვი პირში თითების ჩაყოფას და ფრჩხილების კვნეტას.

გულმოდგინეთ გარეცხეთ ხილი და ბოსტნეული, შემდეგ გადაავლეთ გადადუღებული ცივი წყალი!

კარაქი, არაჟანი, ხაჭო, მაწონი და ისეთი პროდუქტები, რომლებიც ხმარების წინ თერმულად არ მუშავდება, განსაკუთრებით დაიცავით დაბინძურებისაგან! არ იხმაროთ აუდუღარი წყალი, თუ დარწმუნებული არ ხართ მის ვარგისიანობაში.

ოჯახის პირობებში ინფექციასთან ბრძოლის ეფექტური საშუალებებია: თეთრეულის გამოხარშვისას სოდის ან სარეცხი ფხვნილის და სხვა ხსნარების გამოყენება, იატაკის მორეცხვა, მტვრის გაწმენდა სველი წესით, ჭურჭლის და სათამაშოების საპნით გარეცხვა, სასმელი წყლის გადადუღება.

ქრისტინე თედიაშვილი,
ექიმი-პედიატრი.

საყმაწვილო გვერდი — ჯეჯილი

მერი გოლქვაძე

რეკავს ფისო

— ალო, ალო! — რეკავს ფისო
ჩქარა; ხთხოვეთ ირაკლისო...
— ფისუნიავ, რა გიჭირსო?
— ოჰ, როგორ თუ რა მიჭირსო ..
სახლში ველარ შემოვსულვარ,
კართან დიდი მურა ზისო.

რად არ ადნობს?

— აღარც თოვს და აღარც ყინავს, —
უკან დახდევს ნინო ციცარს —
თოვლის ფიფქებს
შენს ქათიბზე
რად არ ადნობს
აპრილის მზე?

რად მოსტაცა?

— ქარმა კაბა რად მოსტაცა
ყაყაჩოსა? — ფიქრობს ანა, —
ვითონ ხომ ვერ ჩაიცმევდა.
რად დასტოვა ტიტლიკანა?

ასე რატომ ღელავს?

მურამ მელიას მისწერა,
— წუწკო, კუდაგრძელავ,
საქათმესთან რომ გნახო,
შუაზე გაგლეჯავ!...

მელა პასუხს უბრუნებს
წერილობით, ხელად:
— შენ არავინ გიტაცებს,
ასე რატომ ღელავ?

წიწილა წუწუნებს

— წიი, — წიწილა წივის, —
წვეთი მოხვდა წვიმის...

დედიკოხთან ჩქარა,
ფრთის ქვეშ შეეფარა.
— ჰაი, შე მშიშარა, —
კრუხი უგურგურებს,
წიწილა წუწუნებს:
— გაუჯავრდი ღრუბლებს!...

ვინ

ვინ მიაბა ყაყაჩოს
ჩემი ლურჯი ბაბთა?
— ეგ ხომ ბაბთა არ არის,
პეპელაა, თამთა.

შორს და, აქ არა

კანკალებენ ჩიტები
ნაძვში შემალულები:
სადაცაა საშინლად
იჭექებენ ღრუბლები;
იჭექებენ ღრუბლები
ელვით დაისრულები...
ცმუკავს ბოლოქანქარა:
— რა იქნება,
რა, რა, რა...
დაიჭექონ ხმადაბლა,
ანდა — შორს და, აქ არა!..

მხატვარი ცინარა ტერელაძე

შალვა ამონაშვილი

დაიბადა ადამიანი

იპოვოს საკუთარი მისია

წერილი მეორე

ადამიანის განუმეორებლობა მესმის არა ვიწრო ფიზიკური გაგებით, რომ ეს ადამიანი მეორედ აღარ დაიბადება, რომ დედა მეორედ მას აღარ შობს, რომ ის არ აღსდგება მკვდრეთით, რომ სიკვდილი, სიკვდილია. არა, სული შეიძლება კვლავ და კვლავ დაიბადოს და სრულყოფას ესწრაფვოს.. განუმეორებლობა მესმის იმ მნიშვნელობით, რომ სწორედ მისი გაჩენა, მოვლენა სჭირდებოდათ ადამიანებს, შესაძლოა, მთელ საზოგადოებას, მთელ თაობას, წარსულ და მომავალ თაობებსაც. ადამიანს სჭირდება ადამიანი და [illegible]ინი ერთმანეთისთვის იბადებიან. ერთი ადამიანი მეორე ადამიანის საყრდენი და საფეხურია. თავად ცხოვრება, რომელიც საკუთარი კანონების შესაბამისად ბობოქრობს, უხმობს ადამიანს დასაბადებლად და იგიც იბადება თავისი მისიით.

მე ვნახე ადამიანის დაბადება. ეს ხდებოდა სტერილიზებულ საოპერაციოში. ბავშვი დედას მოაცილეს. გაუნასკვეს ჭიპი — რატომ არ ტირის? — შფოთავს დედა. — ახლავე ატირდება! — ამშვიდებენ ექიმები... და ჩვილმა ტირილი მორთო. ან არის კი განა ეს ტირილი, თუ იგი ამ გზით თავის მოვლინებას გვაუწყებს?. თუმცა ჩვილი უმწეოა, მაგრამ წარმოიდგინეთ იგი უსაზღვროა, როგორც თვით ბუნება, ისევე მრავალფეროვანი და მდიდარი, გულუხვი და კეთილი.. მას თან მოაქვს ადამიანებისათვის იმედის თავისი წილი. ოღონდ ცხოვრებამ, რომელმაც ის გამოიძახა გასაჩენად, საზოგადოებამ, აღზრდამ, ადამიანებმა, რომელთა გარემოცვაში ის მოექცევა, არ დაამახინჯონ მისი ბედი, არ დაამსხვრიონ მისი დანიშნულება. შესაძლოა, ისინი ამას ჩაიდენენ საკუთარი ნების წინააღმდეგ, იქნებ არც კი ეცოდინებათ, რომ არა მხოლოდ ბავშვის ბედს ამსხვრევენ, არამედ თავის ბედსაც.

იგი ეს-ესაა დაიბადა, მაგრამ რა იყო დაბადებამდე? საიდან, საუკუნეების რა სიღრმეებიდან და რა უკიდეგანო სივრცეებიდან მოისწრაფვოდა იგი ჩვენსკენ, ჩვენს საუკუნეში, ადამიანებისკენ? ის ხანგრძლივად იცხოვრებს დედამიწაზე, შემდეგ კი სამუდამოდ წავა ცხოვრებიდან. საით გაემართება იგი? რა დროებისა და სივრცეებისაკენ? ან იქნებ მოკვდება და ამით ყველაფერი დასრულდება? მაგრამ ამას ხომ ვერ დავამტკიცებთ, როგორც ვერ დავამტკიცებთ იმას, რომ იგი მოისწრაფვოდა ჩვენსკენ რომელიღაც სიღრმისეული სივრცეებიდან და საუკუნეებიდან და რომ თან განსაკუთრებული მისიით მოგვევლინა!

აქ უნდა ირწმუნო ან ერთი, ან მეორე.

დედამიწაზე ადამიანის ცხოვრებას მე ღამის ცის კაბადონზე მოწყვეტილი ვარსკვლავის ნათებას ვადარებ. შესცქერი გამჭვირვალე, ვარსკვლავებით მოჭედილ ცას, ეფლობა ფიქრებში სამყაროს უსასრულობის შესახებ, ცდილობ ჩასწვდე მისი შექმნის არსს, და უცებ ხედავ, გაიელვებს ცაზე ვარსკვლავი, გაავლებს მგზნებარე ცეცხლოვან ხაზს და გაქრება. თუმცა ვიცით, რომ ვარსკვლავი კი არ მოწყვეტილა, არამედ რაღაც მეტეორიტი შემოიჭრა ჩვენი პლანეტის სტრატოსფეროში და დაიწვა. ბავშვობაში მეუბნებოდნენ, ადამიანის ვარსკვლავი ჩამოვარდა, ვიღაც წავიდა ცხოვრებიდანო.

ახლა კი ვარკვლავის პირველ აფეთქებას ცის კაბადონზე ადამიანის დაბადებას ვადარებ. მაგრამ ამ ვარსკვლავს დაბადებამდე ხომ მოუხდა ხანგრძლივად ეფრინა უცხო სივრცეებიდან ჩვენს ზეცამდე?

ცეცხლოვანი ზოლი, — ხან მოკლე, ხან გრძელი, ხან კაშკაშა, ხან მკრთალი, — ჩემს შედარებაში გარკვეული ადამიანის ცხოვრებაა. ხოლო ადამიანის არსებობის განტოლება სამი წევრისაგან შედგება, რომლის პირველი და მესამე — რა იყო და რა იქნება — უცნობია. მათ შესახებ შეიძლება მხოლოდ ვარაუდება დავუშვათ, ისინი შეიძლება მთლიანად უარვყოთ, მათზე შეიძლება იმედები დავამყაროთ, შეიძლება ვირწმუნოთ და იმისდამიხედვით, თუ როგორი იქნება ჩვენი დამოკიდებულება, ამ ორი უცნობისადმი, განისაზღვრება მრავალი ჩვენი ქცევა, შესაძლოა, ჩვენი განუმეორებელი ცხოვრების არსი და მისწრაფება საკუთარი თავის შეცნობისადმი. სწორედ ეს არის ცნობილი წევრი განტოლებისა.

მე, როგორც პედაგოგმა, მინდა ვირწმუნო, რომ თითოეულ ბავშვს აქვს ღრმა წარსული, რომ ეს წარსული ამზადებდა მას გაემდიდრებინა ადამიანთა ცხოვრება სინათლის განსაკუთრებული სხივით, რომ სწორედ სინათლის ეს სხივი აკლდა ადამიანებს და შესაძლოა დაეხმარება მომავალ თაობებსაც. „ადამიანის ამოცანა მდგომარეობს იმაში, რომ მოუტანოს გარშემო მყოფ ადამიანებს მაქსიმალურად დიდი სარგებლობა“, — ამბობს ვ. ი. ვერნადსკი, მისი სიტყვებითვე: „კაცობრიობა მთლიანობაში აღებული ხდება მძლავრი გეოლოგიური ძალა და მის წინაშე, მისი აზრისა და შრომის წინაშე დგება საკითხი.. ბიოსფეროს გარდაქმნის შესახებ. ბიო-

ეროვნული ბიბლიოთეკა

სფეროს ეს ახალი მდგომარეობა, რომელსაც ჩვენთვისვე შეუმჩნევლად ვუახლოვდებით, არის ნოოსფერო".

ნოოსფერო — ანუ ჩვენი პლანეტა გარემოცულია აზრის, გონიერების სქელი ფენით.

როგორ შევუწყოთ ხელი ჩვენ — ადამიანებმა — ბუნებას ნოოსფეროს შექმნაში?

სამყარო იცვლება, კაცობრიობა კოსმოსს ითვისებს. სხვადასხვა მეცნიერებათა მოძრაობა აფართოებს შემეცნების საზღვრებს. ტექნიკა აჩქარებს ცხოვრების ტემპს. სახელმწიფოებმა უნდობლობის გამო შექმნეს და დააგროვეს იარაღი, რომელსაც შეუძლია რამდენიმე წუთში ნაფლეთებად აქციოს პლანეტა. ატმოსფეროს ზედა ფენებში წარმოიშობა უზარმაზარი სიდიდის ოზონის ხვრელები, ხოლო ოზონის ფენის შემდგომი რღვევის შემთხვევაში კოსმოსური რადიაცია თავისუფლად შემოაღწევს დედამიწაზე და მაშინ შესაძლებელია ახალ დაავადებათა ეპიდემიების აფეთქება, სიცოცხლის დაღუპვა. კაცობრიობამ ჯერ კიდევ ვერ შეძლო სიმსივნით დაავადებულთა განკურნება, რომ უკვე წარმოიშვა უფრო საშინელი დაავადება — შიდსი...

მაშ, რატომ იბადება ადამიანი?

იმიტომ, რომ დაანგრიოს დედამიწაზე ცხოვრება, თუ ჰარმონიაში აღმოჩნდეს ბუნებასთან, ილვაწოს არა კაცობრიობის საზიანოდ, არამედ მის სასარგებლოდ?

თუ ბიოსფერო დაავადებულია, თუ საზოგადოება სხვადასხვა სენით არის შეპყრობილი, ვინ უნდა განკურნოს ისინი?

პირველ რიგში, რა თქმა უნდა, ადამიანმა. ის უნდა ზრუნავდეს პლანეტაზე, უახლოეს კოსმოსურ სივრცეზე, რომელშიც მან უკვე შეაღწია.

დედამიწაზე ადამიანის გვარის გადარჩენის პრობლემა გამოგონილი როდია და თითოეულ ბავშვს, რომელიც ამქვეყნად ჩნდება, ჩვენ უნდა ვლებულობდეთ როგორც წარმოგზავნილს... თავად განსაზღვრეთ, ვისგან... რათა დაეხმაროს ადამიანებს გამოასწორონ თავიანთი ბედი, ბედი მომავლისა. თითოეული ზრდადასრულებული ადამიანი ასევე ვალდებულია შეიცნოს საკუთარი თავი — ვინ არის ის და რატომ არის აქ.

„კოსმოსი ძერწავს დედამიწის სახეს", — ამბობდა ვ. ი. ვერნადსკი. გამოდის კოსმოსი დედამიწასთან ძერწავს ადამიანის პირველყოფილ ბუნებას. ხოლო საზოგადოებამ თავისი სკოლებით, აღზრდით, განათლებით ხელი უნდა შეუწყოს იმას, რომ ადამიანმა შეძლოს გახსნას თავისი ბუნება, დაიმკვიდროს თავი, შეძლოს შეასრულოს მასზე დაკისრებული მისია.

ეს მისია კი, დარწმუნებული უნდა ვიყოთ, მხოლოდ სიკეთისკენ, შემოქმედებისკენ არის მიმართული, რადგან ბუნება არ საჭიროებს ძალებს, რომლებიც ანგრევენ მის მთლიანობას, ჰარმონიასა და სილამაზეს.

ვიმეორებ: ჩემი აზრები, შესაძლოა, არ არის ლოგიკური, მათში, შესაძლოა, არაფერია განსაკუთრებით ახალი. იქნებ ყველაფერი, რაც ვთქვი, იდეალისტური, თეოლოგიური, ფატალური თვალსაზრისი იყოს ბავშვის მიმართ. ყველაფერი დამოკიდებული იქნება იმაზე, აყენებს თუ არა ადამიანი თავის თავს ბუნებაზე მაღლა, მიაჩნია თუ არა თავისი თავი ბუნების მეუფედ. ადამიანი, ჩემი ღრმა რწმენით, არ არის ბუნების მბრძანებელი, ის ბუნების უნიკალური ნაწილია, თანაც თითოეული, ვინც დაიბადა და ჩვენამდე ცხოვრობდა, ვინც ცხოვრობს ჩვენს დროში და ვინც იბადება დღეს და დაიბადება მომავალში, თითოეული ცალკე აღებული ადამიანი ბუნების უნიკუმია. და ეს არა იმიტომ, რომ ბუნებას არ შეუძლია შექმნას იდენტური ინდივიდები, არამედ იმიტომ, რომ უნიკუმების არსებობისას პროგრესის, მოძრაობის, აღმავლობის უფრო მეტი შანსი წარმოიქმნება. სწორედ უნიკუმები ქმნიან მთლიანობას, ჰარმონიას, ხოლო ადამიან-უნიკუმს თან მოაქვს თავისი მისია, ცხოვრების თავისი განსაკუთრებული ხაზით.

ასეა ეს სინამდვილეში?

ლოგიკის ძალით, ემპირიული და მეცნიერული ფაქტებით ასეთი ვარაუდის მტკიცება შეუძლებელია. მაგრამ არ ვკარგავ იმედს, რომ ამას მომავალი გააკეთებს. ამ მეცნიერებას მე ბავშვის კოსმოლოგიას ან ბავშვის მისიოლოგიას ვუწოდებდი.

საითკენ მიმმართავს მე ჩემი რწმენა საზოგადოებაში თითოეული ბავშვის ცხოვრების განსაკუთრებული დანიშნულების შესახებ?

იგი მეხმარება განვიმტკიცო ჩემი პედაგოგიური პოზიცია, რომლის არსიც შემდეგში მდგომარეობს: მხოლოდ ჰუმანური პედაგოგიური პროცესი, რომელიც ბავშვის პიროვნების განვითარებას უწყობს ხელს, დაეხმარება ადამიანს ზედმიწევნითი სიზუსტით მიუახლოვდეს თავისი ცხოვრების გზას, იპოვოს თავის თავში საკუთარი მისია, გაჰყვეს მას იმის სრული გაცნობიერებით, რომ სიკეთე მოაქვს ადამიანებისათვის, პლანეტისათვის და მთლიანად სამყაროსათვის.

ეკა

— ნინო, ჩვენს მკითხველებს მინდა შევახსენო თქვენი ფილმები: „შალვა ლამბაშიძე" „იმპროვიზაცია", „ვახტანგ ჭაბუკიანი" და „დივერტისმენტი, ანუ იზოლირებული ბინა კორდე-ბალეტის მსახიობისათვის". ეს ფილმები გადაღებულია მაშინ, როცა კინემატოგრაფია სახელმწიფო დოტაციაზე იყო. დღეს კი ფილმის გადასაღებად პირველ რიგში უნდა იშოვო ფული, რაც ყველას როდი შეუძლია...

— დიახ, სამწუხაროდ ჩვენთან ჯუნგლების კანონი მკვიდრდება. თუ ძლიერი ხარ და შეგიძლია კოლეგების გაწევ-გამოწევა, მაშინ ყველაფერი რიგზე იქნება. ამ პროცესმა შეიძლება ბევრი ნიჭიერი რეჟისორი განდევნოს კინემატოგრაფიიდან. საზღვარგარეთ კი რეჟისორისათვის აუცილებელია ნიჭი და პროფესიონალიზმი. სხვა დანარჩენს შესანიშნავად აგვარებს პროდიუსერი. ჩვენთან რაც შეიძლება დროზე უნდა შეიქმნას პროდიუსერების ინსტიტუტი, რომ ყველამ თავისი საქმე აკეთოს. საბაზრო ფილმებს ჩვენ ვერ ვაკეთებთ, ამის არც ტექნიკური საშუალებები არსებობს და არც ტრადიციები გვაქვს. ქართველი სპონსორების უმეტესობა კი დაინტერესებულია, რაც შეიძლება მეტი მოგება ნახოს დაბანდებული თანხიდან. მათთვის ფილმის მხატ-

ბრაუნის კაბა, *

რომელიც ქართველი რეჟისორისათვის იღბლიანი გამოდგა.

ალბათ არსაერთ პროფესიაში არ არის იმდენი „გამორჩეული" ხალხი, რამდენიც რეჟისურაში, დიახ, გამორჩეული და არა დევნილი.

ნინო ლაპიაშვილი თბილისის სამედიცინო ინსტიტუტის დამთავრების შემდეგ, სადისერტაციო თემაზე მუშაობდა. მაგრამ ყველასათვის მოულოდნელად თითქმის დასრულებული საქმე მიატოვა და მოსკოვის უმაღლეს სარეჟისორო კურსებზე მოეწყო. ერთი წლის შემდეგ – თეატრალურ ინსტიტუტში განაგრძო სწავლა.

ვრული ღირებულება ბევრს არ ნიშნავს. მეცენატი ნამდვილი მეცენატი უნდა იყოს და არა საქმოსანი.

ქართული კინოსათვის ასევე ძალიან მტკივნეულია პროფესიონალიზმის პრობლემა. მე ქართველი რეჟისორი და უცხოელი რეჟისორი ორი სხვადასხვა პროფესია მგონია. ქართველები ხშირად ვტრაბახობთ, ნიჭიერები ვართ, მაგრამ ზარმაცებიო. სიზარმაცემ რა კატასტროფამდეც მიგვიყვანა, კარგად ვხედავთ. თუ ნიჭს შრომისმოყვარეობა და დახვეწილი პროფესიონალიზმი დაემატება, მეტად საინტერესო და მაღალ შედეგს მივიღებთ.

ყველგან იგრძნობა პროფესიონალიზმის დეფიციტი. ჩვენ თითქმის არ გვყავანან პროფესიონალი ასისტენტები, გრიმიორები, მემონტაჟეები.

რაკი ჩვენ ვსაუბრობთ არა მხოლოდ ქართულ კინოზე, არამედ გლობალურად კინემატოგრაფიაზე და გვინდა ამ სამყაროში ჩვენც ჩავეწეროთ, გარკვეულ პირობებს უნდა ვაკმაყოფილებდეთ.

— როგორც ვიცი, თქვენი ფილმი „დივერტისმენტი" იღბლიანი აღმოჩნდა.

— დიახ, ამ ფილმით მიმიწვიეს მიუნჰენის, დორტმუნდის, ლოს-ანჟელესის, პუატიეს, ლოკარნოს ფესტივალებში. ჩემთვის ყველა ფესტივალი მნიშვნელოვანია, მაგრამ განსაკუთრებით ძვირფასია ლოკარნოს ფესტივალი. ერთ-ერთ პროგრამაში ოცდახუთი ახალგაზრდა რეჟისორის, „ოქროს ლეოპარდის" პოტენციური ლაურეატების ფილმები უჩვენეს. მათ შორის ჩემიც. „ოქროს ლეოპარდი" ფესტივალის მთავარი პრიზია.

საფრანგეთის ფესტივალზე სახელდახელოდ შეიქმნა კოლეგების პრიზი, რომელიც მე მომაკუთვნეს. ეს პრიზი უფლებას იძლევა პრიზიორის ქვეყანაში გაიმართოს საერთაშორისო კინოფესტივალი. იდეა არის, მაგრამ არ ვიცი, განხორციელება უწერია თუ არა, იმდენ წინააღმდეგობას წავაწყდი.

კიევის ფესტივალზე მოვიპოვე ორი პრიზი: ჟანრული ძიებისათვის და საუკეთესო მუსიკალური ფილმისათვის.

ყველაფერი კი 1986 წელს დაიწყო. ლენინგრადში ჩატარდა ქართული კინოს დღეები. ირაკლი კვირიკაძის, მიხეილ კობახიძის, სერგო ფარაჯანოვისა და რეზო ესაძის ფილმებთან ერთად წარმოდგენილი იყო „დივერტისმენტი". მაყურებელს ჩემი თავი წარუდგინა სერგო ფარაჯანოვმა. იგი არტისტული პიროვნება იყო. უყვარდა გადაჭარბებული შეფასება, მაგრამ რეკლამა, რომელიც მან გამიკეთა, ძალიან მნიშვნელოვანი იყო ჩემთვის: „ძვირფასო მეგობრებო! ზოგჯერ ტალანტი პირველივე ნაბიჯებით აცხადებს თავის თავს. ასეთები იყვნენ ტარკოვსკი, მიხეილ კობახიძე და ამჟამად თქვენ იქნებით მოწმენი ახალი ტალანტის დაბადებისა. ეს გახლავთ ნინო ლაპიაშვილი".

რაც დრო გადის, უფრო ვხედავ, რას წარმოადგენდა სერგო ფარაჯანოვი ჩემთვის. ძალიან ბევრს მაძლევდა მასთან ყოველი შეხვედრა. ბევრი რამ დამრჩა სამახსოვროდ, მაგრამ ყველაზე ძვირფასია კაბა, რომელიც გარდაცვალებამდე რამდენიმე თვით ადრე მაჩუქა. მან მითხრა, რომ ეს იყო ევა ბრაუნის კაბა, რაც, რა თქმა უნდა, ხუმრობად ჩავთვალე. მაგრამ ცოტა ხანში მოხდა დაუჯერებელი რამ.

სერგომ მთხოვა, რომ ეს კაბა ჩამეცვა ჩემთვის მნიშვნელოვან დღეს. ასეთი იყო ლოკარნოს ფესტივალის გახსნა.

ბანკეტზე ჩემს გვერდით იჯდა ფოტოგრაფი, რომელსაც 30-40-იანი წლების კინო-ვარსკვლავები ჰყავს გადაღებული. იგი ჩემს კაბას დააკვირდა და მკითხა, საიდან გაქვთო. მე სიამაყით ვუპასუხე, ფარაჯანოვმა მაჩუქა-მეთქი. ჩემდა გასაკვირად მითხრა: ზუსტად არ მახსოვს, ვინ გადაიღე ამ კაბაში — მარლენ დიტრიხი, ევა ბრაუნი, თუ მარიკა როკიო.

მოგვიანებით შვეიცარიელმა რეჟისორმა ერიკ ზეტცელმა გადაიღო დოკუმენტური ფილმი რამდენიმე რეჟისორზე და ჩემს ნოველასაც ლაიტმოტივად სწორედ ამ კაბის ისტორია გასდევს.

— თქვენი ფილმები საბალეტო თემაზეა შექმნილი. რატომ?

— მამა ვახტანგ ჭაბუკიანთან მუშაობდა საბალეტო სპექტაკლებზე. მუდამ დავყვებოდი ოპერის თეატრში. ჩემი პირველი შთაბეჭდილებებიც სწორედ ბალეტთან არის დაკავშირებული.

— რახან მამა ახსენეთ, თქვენი ოჯახის წევრები გაგვაცანით.

— მამა — ფარნაოზ ლაპიაშვილი არის საქართველოს რესპუბლიკის სახალხო მხატვარი, სამხატვრო აკადემიის პროფესორი, თეატრალური დეკორაციის სახელოსნოს ხელმძღვანელი. დედა — ეთერ სიჭინავა სამედიცინო ინსტიტუტის დოცენტია, ყოფილი პიანისტი. ჩემი ძმაც მხატვარია.

— თქვენ თუ ხატავთ?

— ლაპარაკზე ადრე ხატვა დავიწყე. პირველი ნახატები სწორედ ბალეტის თემაზეა შექმნილი. ხატვა ძალიან მეხმარება ჩემს პროფესიაში. ჩემთვის მთავარია ადამიანის სხეული და პლასტიკა. პლასტიკის ენას არ სჭირდება თარგმნა. ჩემთვის გაცილებით მისაწვდომია აზროვნება პლასტიკაში.

— რას აპირებთ მომავალში?

— ცუდად მაქვს დაცდილი მომავლის გეგმების გამხელა. ხშირად უმნიშვნელო მიზეზით ჩამეშლება ხოლმე საათივით აწყობილი საქმე.

გერმანიაში ვმუშაობდი კინო-ფონო არქივებში. ეს კარგი სკოლა იყო ჩემთვის. ვფიქრობ, გადავიღო ერთი დოკუმენტური და ორი მუსიკალური ფილმი.

— ახლა, როცა ამდენი პრობლემა წარმოიშვა, ხომ არ ნანობთ, პროფესიის შეცვლას?

— არა და არც ვინანებ არასოდეს. მე ვაკეთებ საქმეს, რომელიც მაინტერესებს და მიყვარს. ეს კი უკვე ბედნიერებაა.

მარინე ნაკაიძე

საქართველოს პარლამენტის ეროვნული ბიბლიოთეკა

ეროვნული ბიბლიოთეკა

მინდა მოვიგონო

განვაგრძობთ მასალების ბეჭდვას რუბრიკით „მინდა მოვიგონო“. დღეს ვიხსენებთ თამარ ჭავჭავაძეს და ქეთევან ირემაძეს. პირველი ეკუთვნის როდიონ ქორქიას, მეორე — შალვა აფხაიძეს.

ქედს იდრეკდნენ თამარის წინაშე

თამარ ჭავჭავაძე
დონის ნახატი

1918 წლის 1 იანვარს ძველი არმიის ოფიცრები ახალ წელს ხვდებოდნენ. მე დაჭრილი ვიყავი და ოფიცერთა ჰოსპიტალში ვიწექი. რადგან ჭრილობა შეხორცებული მქონდა და სიარულს ვიწყებდი, ამხანაგებმა მითხრეს, საკრებულოში წავიდეთ, ახალ წელს შევხვდეთო.

საკრებულო უკვე სავსე იყო ოფიცრებით... ქალიც ბევრი იყო...

გაისმა მუსიკის ხმა და დაიწყო ცეკვა.

უცებ დარბაზში სიჩუმე ჩამოვარდა და ამ სიჩუმეში გაისმა:

— ოჰ, რა ლამაზია!

— პირდაპირ სასწაულია!

... კარებში იდგა კაპიტანი გრაფი რებინდერი, ლამაზი, ახოვანი ვაჟკაცი... გვერდით ედგა შავგვრემანი, ბაგენატიფი ქალიშვილი.

თითქოს ელვამ შემოანათაო დარბაზში.

— თავადის ქალი ჭავჭავაძე! გაიცანით, ბატონებო! — ამაყად წარუდგინა გრაფმა.

გრაფის მეგობარი ოფიცრები წარუდგნენ ჭავჭავაძის ქალს... მეც წარვუდექი... რაღაც მეექვსე გრძნობით გავიხარეთ, რომ ჩვენ ქართველები ვართ.

— თამარ ჭავჭავაძე ვარ, სტუდენტი, — მითხრა ქართულად თამარმა.

თამარს თხოვეს ლეკური ეცეკვა. ოფიცრებში ლეკური არავინ იცოდა, მე კი დაჭრილი ვიყავი. თამარმა მითხრა:

— მინდა ამ რუსებს თვალი დავუყენოთ. ერთი-ორი წრე შემოუარეთ. მეტი არ მინდა.

გაისმა მუსიკა, გავედი წრეში, ნახევარ წრეზე თამარს თავი დავუკარი, გამოვიდა თამარი. არა, როდი გამოვიდა, როდი დაუარა! ეს სიტყვები ვერ გამოხატავენ იმ საოცარ სინაზეს, სხეულის ჰაეროვნებას, კისრის მოღერებას, წარბების აზიდვას, გრძელ წამწამებიანი, ცეცხლის თვალების ელვარებას...

მე დამავიწყდა ჩემი ჭრილობა... უკვე მესამედ შემოვუარე წრე, მაგრამ ჭრილობამ თავი შემახსენა.

ტაშის გრიალში თამარმა სკამისკენ წამიყვანა...

ოფიცრები შემოეხვივნენ თამარს, როგორც ფუტკრები ყვავილს, და ეს ადამიანები: ნაომარი, ნატყვიარი, სიკვდილის წინაშე ქედმოუხრელნი, აქ, ამ დარბაზში ქედს იდრეკდნენ თამარის წინაშე.

დიდია ძალა სილამაზისა!

საღამო ქეთო ირემაძესთან

გოგლა ლეონიძე

სამამულო ომი მძვინვარებდა. ქალაქი ბინდში იყო გახვეული. გოგლა და მე ელბაქიძის დაღმართზე მივდიოდით... სახლის წინ, სადაც შალვა რადიანი და ქეთო ირემაძე ცხოვრობდნენ, პატარა სკამზე ვიღაც ქალი ჩამომჯდარიყო.

გავუსწორდით.

— შენ აქ რას აკეთებ, ქალო? — მიმართა გოგლამ. ეს ქალი ქეთო აღმოჩნდა.

— ვმორიგეობ. საჰაერო თავდაცვის რაზმის წევრი ვარ, — უპასუხა ქეთომ.

— კარგი, იჯექი აქ, სახლში დივერსანტი არ შემოგეპაროს, — უთხრა ქეთოს და გზის განგრძობა დააპირა, მაგრამ ვინ აცადა. ქეთო წამოდგა, მორიგეობას სულ მალე დავამთავრებ და ჩემთან შემოდითო.

ქეთოს და შალვას ვმეგობრობდით. ხშირად დავდიოდით მათთან. ერთგვარი ლიტერატურული სალონი ჰქონდათ მას და შალვას. საუბარი პოეზიასა და ხელოვნებას შეეხებოდა. ქეთო და მისი მეგობრები პროფესორი ქსენია სიხარულიძე პოეზიის მიჯნურნი იყვნენ. ქეთო ფრიად განვითარებული, გემოვნებადახვეწილი ქალი იყო, კარგად იცოდა ფრანგული ენა...

იმ საღამოსაც შევედით ქეთოსთან, რომელიც დატრიალდა და უმალვე პატარა სუფრა გაშალა. გამოიტანა გოგლას ლექსების წიგნი. ჯერ თვითონ დაიწყო კითხვა, შემდეგ გოგლას სთხოვა წაეკითხა. უყვარდა მისი როხროხა ხმის მოსმენა, მეტადრე, თუ თავის ლექსებს კითხულობდა, შემდეგ ქეთომ მოგვახარა. გალაკტიონმა ეს ლექსი წამიწერა ჩემს მიერ ფრანგული ენიდან თარგმნილ აბატ პრევოს რომან „მანონ ლესკოს“ გამოცემაზეო. (ეს ლექსი, ქეთოს მიერ წაკითხული, პირველად იქ მოვისმინეთ).

ნაზი, ხავერდოვანი ხმით კითხულობდა ქეთო მისდამი მიძღვნილ ლექსს:

მარად ისმის მარადისი —
სიყვარული ძნელია,
ვის ისარი მოხვდა მისი,
მუდამ ცრემლის მღვრელია...

პუბლიკაცია მოამზადა
დავით ბუზუკაშვილმა

როგორ დავატყვევოთ მამაკაცი

ნუ დაიჯერებთ, რომ მხოლოდ ფიზიკური მომხიბვლელობაა საკმარისია მამაკაცის დასატყვევებლად მიმოიხედეთ გარშემო, რამდენი მშვენიერი ქალი დადის კენტად. ეცადეთ შეისწავლოთ მამაკაცის მოხიბლვის ხელოვნება..... თუნდაც: ღიმილი ქალის ეფექტური იარაღია, რომლის მეშვეობითაც მას შეუძლია განაიარაღოს ყველაზე გულქვა მამაკაციც კი. ქალის ღიმილი საიდუმლოებით აღსავსე, მაცდუნებელი, ამავე დროს მხიარული და ბუნებრივი უნდა იყოს. ასეთ წამიერ ღიმილში იმალება მამაკაცის დაინტერესების უსაზღვრო შესაძლებლობები. სასურველია, ღიმილი ყოველთვის ამშვენებდეს თქვენს სახეს. თუმცა გულიანად გადაკისკისება იმ ქალს შეუძლია, ვისაც კარგი კბილები და ტუჩები ამშვენებს. საბედნიეროდ, სხვებისთვის არსებობს „მორიდებული ღიმილის“ ფორმა, რომელშიც მონაწილეობს თვალები, ფოსოები ლოყებზე, ცხვირი. ნუ შეგაშინებთ გავრცელებული აზრი, რომ სიცილი ხელს უწყობს ნაოჭების წარმოქმნას. დადგენილია, ღიმილის შეკავების შედეგად ხდება ლოყის და ნიკაპის კუნთების მოდუნება და თანდათან ჩამოშვება, რის გამოც მიიღება „მაიმუნის სახის“ მსგავსი ფორმა. ასეთი ფორმა კი არაესთეტიურობასთან ერთად, ;ასაკსაც მატებს ქალს. ასე რომ, იცინეთ შეძლებისდაგვარად ხშირად, გაითვალისწინეთ, რომ ხალისიანი, სიცოცხლით სავსე ქალები ყოველთვის უპირატესობით სარგებლობენ მამაკაცთა წრეში, მაშინ, როცა სევდიან, გულჩათხრობილ მანდილოსნებს სიმარტოვე ტანჯავთ.

ჭკვიანი ქალის ხელში ცრემლები ეფექტური საშუალებაა მამაკაცის გულის მოსალბობად. ნორმალური მამაკაცი აცრემლებულ ქალს ყოველთვის დაუთმობს. მაგრამ უმჯობესია ამ ხერხს მხოლოდ კრიტიკულ წუთებში მიმართოთ, რადგან ყოველ წუთს ატირებულმა ქალმა შეიძლება მამაკაცის გაღიზიანება გამოიწვიოს.

გავრცელებულია აზრი, რომ ტირილი უხდებათ დიდთვალება, ქერა, ბავშვური გამომეტყველების ქალებს. შავგვრემან ქალებს კი ტირილის დროს უწითლდებათ სახე და ქუთუთოები, ნაკლებ მიმზიდველნი ხდებიან. ამიტომ ცრემლების მაგიერ ისარგებლეთ დუმილით. დარწმუნებული იყავით, ასეთ „წამებას“ ვერცერთი მამაკაცი ვერ გაუძლებს. თქვენი დუმილი მას საუბრის დაწყებისათვის განაწყობს.

პოლონელი სექსოლოგის

მიხაილა ვისლოცკაიას

წიგნიდან თარგმნა

თინათინ ჩხიკვაძემ

ლია სვანიძე

სამშობლოს

თუ ვწერ, ან ვხატავ,
შენ მყავხარ ხატად!
შენ, ერთადერთო,
დასაფიცარო!
სულში ყვავილად
ჩემს სახელს გატან,
უნდა გახსოვდე,
უნდა მიწამო!

ენავ, ქართულო!

სულის ხლართებში ლურჯი ფრინველის
ჭრელი ფრთებივით გადაქარგულო,
მღერი და იღწვი, იღწვი და მღერი,
ო, საოცრებავ. ენავ, ქართულო!
ღიმილად, ცრემლად, პოემად, ლექსად,
მთრთოლვარე ლოცვად სულში ჩართულო,
ჩემო აბჯარო, ჩემო ხანჯალო,
ჩემო სულისთქმავ, ტკბილო ქართულო!
სიცოცხლევ, გზნებავ, ჩუქურთმავ სულის,
გრძნეულო ძალავ, ანდამატურო!
თუ გიღალატო, თუ დაგივიწყო,
უხულო მნახო, არ დამიტირო!
აზრო არსობის, ნუშების ფეთქვავ,
ხან ხალ კლდესავით წამომართულო,
მე სხვა ენაზე, რა უნდა მეთქვა.
ასე სათუთი, ენავ, ქართულო?!

გვერდის მხატვრობა ეკუთვნის ავტორს
ლია სვანიძეს

ისე წავიდნენ...

ისე წავიდნენ ნათელნი,
სახლს ვერაფერი შემატეს;
დარჩათ სპეტაკი სახელი
და კედლის ბზარი ჭერამდე.
ხელში შემომრჩა რუსთველი,
ვაჟა, ილია, აკაკი,
სასანთლე, მცირე სანთელით
და ძველის-ძველი ხაბაკი...
არც ხალიჩები, არც ჭალი,
არც სხვა რამ თვალმარგალიტი,
დარჩათ ნოტების თაბახი,
სიმღერად, სამაგალითოდ.
მეც რას გიტოვებთ, შვილებო?
– რწმენას კაცის და სიკეთის,
ლექსებს, სურათებს იმედად,
„მცირედიც შეიწირების!"

შენ გამეცლები...

ჰა, მოგაწვდინე, მგონი,
ჩემი მშიერი ხმა!
როგორც ცახცახი გნოლის,
ვით მისი ჭრელი ფრთა...,
ჰა, სადაცაა გნახავ,
ხელსაც შევახებ წამს...
ნეტავ, რას მეტყვი ახალს?
ერთს გამიღიმებ, მწამს...
შემდეგ წამოვა წვიმა,
ცრემლი მომწყდება თვალს,

შენ გამეცლები ფრთხილად,
გადაეყრები სხვას...
ამოვარდება ქარი,
დამაწყევლინებს თავს,
გამებზარება ქნარი,
ჩამეხლიჩება ხმა...
ამედევნება ღამით
ვარსკვლავიანი ცა,
როგორც სიზმარი ავი,
როგორც დემონის ფრთა...

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ყოჩივარდა

შე სულელო, ყოჩივარდავ,
შეგეშალა თვე!
ნეტავი რა გაგიხარდა?
ამ დეკემბერს მზე?
ქუჩას ებრძვის ცივი ქარი,
კიდევ გაშლის ფრთებს,
თებერვალი ჯერ შორს არის,
ცხრა მთის იქით თვლემს...
მეც შენსავით, ნაადრევად
გავუღიმე ერთს,
მისმა ხუსხმა დამაბერა,
თუმც, არ ვთხოვდი ბევრს.
მისი ერთი გაღიმება
მირჩევნოდა მზეს...
დროა ჩქარი ღალამების,
გზაზე თოვლი დევს...

ნეტავ...

ერთი შენთვის შემებედა,
ნეტავ, სიტყვა ალერსისა!
მახსოვს, შველი შეგვეფეთა,
დილა იყო გარეჯისა.

დილა იყო სინაზისა,
საოცარი სილაღისა,
ფერი ჰქონდა ფირუზისა!
ელვარება ჩვენი მზისა!

თითქოს, მოსვლა იყო ღვთისა,
სიყვარულის დიადისა...
შენი ერთი გაღიმება
და სალამი არ მეღირსა...

ნეტავ, თვით მე შემებედა
შენთვის სიტყვა ალერსისა!
ვერ შევბედე: ჰგავდი ხანჯალს,
ცეცხლზე ახლად ალესილსა!

მე რა ვიყავ? — ვგავდი ტირიფს,
ქარში ტოტებდალეწილსა!
სხვა მიირთმევს ახლა შარბათს,
ღვთით ბოძებულს ჩემსა წილსა...

მხატვარი

იდგა მოლბერტთან მონმარტრზე,
ხატავდა ცისფერ გოგონას...
მხრებს უკოცნიდა მარტის მზე,
ცოცხალი ღმერთი მეგონა.
ახლა სექტემბრის ქარია,
ოქროს ფოთოლთა მთოველი,
მხატვარმა სული დალია,
მას აღარავინ მოელის...
კედელს შემორჩა ღიმილი
ცისფერ გოგონას სახისა,
და უსაშველო ჩივილი
მონმარტრის მარტის ქარისა!

2–3 წლის გოგონას კაბა—სარაფანი

ბამბის გრეხილი ძაფი (სპეციალური საქსოვი ნართი) ნებისმიერი ღია ფერის (თეთრი, ცისფერი, ვარდისფერი) 200 გრ.

ჩხირები № 2,5

ქსოვის სახე: ფიჭა, წინდური, ლასტი.

ჯერ მოქსოვთ კაბის ზედა ნაწილს. ორივე კალთა ერთნაირად იქსოვება.

ჩხირებზე აკრიფეთ 60 თვალი და მოქსოვეთ 20 სმ წინდურად, ბოლო 3 თვალი ლასტით დააბოლოვეთ და დახურეთ თვლები.

თითოეულ კალთას მიაქსოვეთ ფართე ბოლო, ამისათვის წელის ხაზზე ამოკრიფეთ თვლები და უმატეთ თითო თვალის გამოტოვებით. მიიღებთ 120 თვალს. მომდევნო რიგზე გამოიყენეთ ნამატი და მოაქსოვეთ 23 სმ ნახჭით „ფიჭა".

კაბის ბოლო დაამთავრეთ „ლასტით (3-4 ზოლი). ასევე მოქსოვეთ მეორე კალთაც. კაბა გვერდებში ჩაკერეთ. ზედა ნაწილს მიაქსოვეთ სამხრეულები (ე. წ. ბრეტელები). ზომები თვითონ განსაზღვრეთ ბავშვის ტანის მიხედვით.

კაბის წელის გარშემო გაუყარეთ დაგრეხილი წვრილი ქამარი. ქამარი შეგიძლიათ პატარა ფუნჯით დააბოლოვოთ.

ფიჭა (ორმაგი ნაქსოვი)

ნიმუშისათვის აილეთ 20 თვალი.

1 რიგი — ყველა თვალი წალმა.

მე-2 რიგი — 1 წალმა, 1 ნამატი, 1 თვალის გადაყვანა (თვალი გადადის ჩხირზე გადაუქსოვლად) და ა. შ. მეორდება რიგის ბოლომდე.

მე-3 რიგი — ყველა თვალი წალმა, წინა რიგის ნამატი თვლები გადადის ჩხირზე გადაუქსოვლად (ე. ი; 2 წალმა ნამატის გადაყვანა და ა. შ.)

მე-4 რიგი — 1 შებრუნებული ნამატი, 1 თვალი (ნამატის გარეშე) გადადის გადაუქსოვლად, წინა რიგის ნამატი იმ თვალთან ერთად, რომელზეც იგი მდებარეობს, გადაიქსოვება წალმა (ზემოდან) და ა. შ.

მე-5 რიგიდან დაწყებული ნაყში მეორდება მე-3 რიგიდან.

ამ ნაყშის ქსოვის დროს მქსოველს მართებს განსაკუთრებული გულისყური, რადგან თუ რაიმე, თუნდაც მცირე შეცდომა იქნა დაშვებული, მთელი ნაქსოვი შეცდომით წავა და მის გამოსასწორებლად საჭირო გახდება რამდენიმე რიგის გარღვევა და ხელმეორედ მოქსოვა.

ლატავრა თეთრაული

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ბატონები და ქალბატონები

კაცები არ გვანან ქალებს და პირიქით, მაგრამ ეს მხოლოდ ანატომიას როდი ეხება. საინტერესოა განსხვავებები, რომლებიც მოცემულია ადამიანის გენში, ფსიქიკის ისეთი გამოვლენები, რომელთა შეცვლაც აღზრდის შედეგად თითქოსდა შესაძლებელია, მაგრამ ნურას უკაცრავად! ფრანგულმა ჟურნალმა „მარი-კლერმა“ გადაწყვიტა ამ განსხვავებათა დაფიქსირება.

1. განსხვავება ვლინდება ჯერ კიდევ აკვანში, სადაც მედიცინის მუშაკთა დაკვირვებით, ბიჭუნები განუწყვეტლივ მოძრაობენ, გოგონები კი თვალებს აჭყეტენ.
2. კაცის ტვინი დაახლოებით 200 გრამით მეტს იწონის, ვიდრე ქალისა, ანუ საშუალოდ 1350 გრამს.
3. ქალებს გაცილებით უკეთ აქვთ ყნოსვა განვითარებული, მაგრამ პარფიუმერთა 80 პროცენტი კაცია.
4. ქალებს ორჯერ უფრო ხშირად ემართებათ ფსიქიკური დეპრესია.
5. ქალებს გაცილებით ფაქიზი და ჭანვითარებული მუსიკალური სმენა აქვთ: 6 ასეთ ქალზე მხოლოდ ერთი მუსიკალური მამაკაცი მოდის.
6. კაცების 48 პროცენტი ხვრინავს, ქალებში კი მათი რიცხვი მხოლოდ 22 პროცენტს შეადგენს.
7. ამერიკელმა ლინგვისტმა დებორა ტანენმა დაადგინა, რომ კაცები, როგორც წესი, პირდაპირ გამოხატავენ სურვილს, ქალები დიდხანს უვლიან სათქმელს გარშემო.
8. ბიჭუნებს აქვთ მეტი ფანტაზიის უნარი და უფრო გამომგონებლები არიან, ვიდრე გოგონები. ეს დასკვნა ამერიკელ სათამაშოების შემქმნელებს ეკუთვნით.
9. ქალები პირად საქმეებზე 3-ჯერ ხშირად რეკავენ ტელეფონით და ამ საუბრებს საშუალოდ 20 წუთს ანდომებენ, კაცებს კი 6 წუთიც ყოფნით.
10. ნაადრევი მშობიარობისას ნაყოფი უფრო ხშირად მამრობითი სქესისაა. საერთოდ ძლიერი სქესი ნაკლებად სიცოცხლისუნარიანია.

20 წლის ასაკში 100 ქალიშვილზე 98 ვაჟი მოდის. 60 წლის ასაკში კი დისპროპორცია უფრო შესამჩნევი ხდება: მამაკაცები ქალების მხოლოდ 40 პროცენტს შეადგენენ.

11. საფრანგეთში ჩატარებულმა გამოკითხვებმა ცხადყო, რომ საოჯახო ბიუჯეტის 69 პროცენტს ქალები აკონტროლებენ.
12. ქალები ორჯერ მეტად მგრძნობიარენი არიან ალკოჰოლის მიმართ, რადგან სხეულიდან მისი გამომყოფი ფერმენტი მათ ნაკლებად აქტიური აქვთ, ვიდრე კაცებს.
13. მოზარდების 90 პროცენტს, რომლებიც ვერ იკავებენ ღამით შარდს, ბიჭები შეადგენენ.
14. ბიჭუნები უფრო ნიჭიერები არიან მათემატიკაში. 12 ცნობილ მეცნიერზე ამ დარგში, მხოლოდ ერთი ქალი მოდის.
15. ფეტიშიზმი — მხოლოდ კაცებისთვისაა დამახასიათებელი.

16. ქალები უფრო ხშირად ტკბილ კერძებს არჩევენ, კაცები — მარილიანს.
17. ქალები გაცილებით სწრაფად ითვისებენ უცხო ენებს.
18. როგორც შვეიცარიელმა ლინგვისტმა ედიტ სლემბეკმა დაამტკიცა, ქალები ორჯერ უფრო ხშირად იყენებენ კავშირებით კილოს, 5-ჯერ მეტად ხმარობენ „ალბათ“, „ცოტა არ იყოს“, და ამ ტიპის სიტყვებს, 3-ჯერ მეტად სვამენ კითხვებს და უფრო ხშირად იციან ჩაკითხვა.
19. კაცები როგორც წესი, გადაწყვეტილებას იღებენ სწრაფად და მტკიცედ, ქალები კი ბევრი ფიქრისა და ახლობლებთან მოლაპარაკების შემდეგ.
20. ფსიქიატრიული საავადმყოფოს პაციენტები ორჯერ უფრო ხშირად კაცები ხდებიან.
21. ბიჭუნებს უფრო მეტ ხანს ესაჭიროებათ ძილი, ვიდრე გოგონებს, თუმცა 6 წლის ასაკში გოგონებს ერთი საათით მეტი ძინავთ.
22. დებორა ტანენის აზრით, მამაკაცთან საუბრისას ქალის თავის კანტური მხოლოდ იმის ნიშანია, რომ ის კაცს უსმენს. კაცებს კი ჰგონიათ, რომ ქალის ეს ჟესტი თანხმობას გამოხატავს.
23. საფრანგეთში შიდსის მატარებელი ვირუსით დაავადებულ ექვს კაცზე მხოლოდ ერთი ქალი მოდის.
24. ორივე სქესის წარმომადგენელს უყვარს სარკეში ცქერა იმ განსხვავებით, რომ ქალი თავის ჩაცმულობას აკვირდება, კაცი კი საკუთარ სხეულს.
25. კაცების საყვარელი ფერი უფრო ხშირად წითელია, ქალები კი ცისფერს არჩევენ.
26. უძილობა აწუხებთ მამაკაცების 40 პროცენტს და ქალების 60 პროცენტს.
27. ქალებს უფრო იოლად გადააქვთ სტრესი, რადგან მათი ორგანიზმი ნაკლებ ადრენალინს გამოყოფს და ნაკლებადაა დაზიანებული არტერიული წნევის ცვალებადობით.
28. საფრანგეთში გაყრის ინიციატორი 10-დან 7 შემთხვევაში ქალია.
29. ქალები იღიმებიან და საუბრისას, ხშირად უცქერენ მოსაუბრეს თვალებში, მამაკაცები კი უფრო ხშირად მზერას არიდებენ მოსაუბრეს...

ჩამონათვალი, რა თქმა უნდა, არასრულია და ალბათ, არც შეიძლება სრული იყოს.

მოამზადა **ნათია გვასალიამ**

ეროვნული ბიბლიოთეკა

მოდით, ვიცხოვროთ ჯანსაღად!

საზოგადოებრივი აზრის გამოკითხვის თანახმად, ინგლისელების 88 პროცენტი თვლის, რომ ქალს ყველა ის აუცილებელი თვისება აქვს, რომელიც საჭიროა სახელმწიფოს მართვის უმაღლეს ორგანოებში თანამდებობის დასაკავებლად. ამრიგად, კონსერვატიულმა ინგლისელებმა ქუდი მოიხადეს ქალების წინაშე.

არანაკლები წარმატებით ილწვიან ქალები ნორვეგიაში, დანიაში, შვეციაში, გერმანიაში და სხვ.

ამერიკელი ქალების მოძრაობას უკვალოდ არც სხვა მხრივ ჩაუვლია. მამაკაცები დღითიდღე მეტ დროსა და ყურადღებას უთმობენ საოჯახო საქმიანობასა და ბავშვების მოვლა-პატრონობას (თუმცა მათმა აქტიურობამაც გამოიღო შედეგი და ქალებსაც დაუწესეს ბავშვებზე ალიმენტის გადახდა).

სპეციალისტების პროგნოზით 1995 წელს აშშ-ში ყოველი მეორე კომერციული საწარმო ქალის მიერ იქნება დაფუძნებული. არანაკლებ აქტიურობენ აღმოსავლეთის მოკლეკაბიანი ბიზნესმენებიც, ისინი თამამად და წარმატებით უძლევებიან კონცერნებს, აქციონერულ საწარმოებს. ჩინეთის თითქმის ყოველ მსხვილ ქალაქში არსებობს მეწარმე ქალთა ასოციაცია და ის ბუმი, რომელმაც მოიცვა ჩინეთის მსუბუქი მრეწველობა, გარკვეულ წილად ქალთა დამსახურებაა.

ჩვენც არ გვაწყენდა მათი მდიდარი გამოცდილების შესწავლა, მით უმეტეს, რომ ისინი მჭიდრო, საქმიანი კავშირების დამყარების დიდ სურვილს გამოთქვამენ სხვადასხვა ქვეყნის ქალებთან.

ფემინისტურ მოძრაობაში ფართო პოპულარობა მოიპოვა მოწოდებამ — „მოდით, ვიცხოვროთ ჯანსაღად„“. ცივილიზებულმა სამყარომ თამბაქო, სპირტიანი სასმელებით გატაცება, სექსუალური თავაშვებულობა „მესამე სამყაროს“ წარმომადგენლებს გადაულოცა, თვითონ კი ჯანსაღი ზნეობრივი ცხოვრების წესის დამკვიდრებას შეუდგა თავის ყოველდღიურ ცხოვრებაში. მოდაში შემოვიდა ზრდილობა, კარგი მანერები, კდემამოსილება, მომრავლდა არისტოკრატიული ჩვევებისა და მანერების შემსწავლელი სკოლები.

სამეცნიერო-ტექნიკური პროგრესით გატაცებამ მნიშვნელოვნად შეცვალა ჩვენი და ბუნების ურთიერთდამოკიდებულება. თანდათან იმატა ნეგატიურმა მოვლენებმა; მავნე ქიმაური ნაერთებით მოიწამლა მთა და ბარი, სოფლები თუ ქალაქები, თვით საცხოვრებელი ბინები და მთელი გარემო.

„ომი — ნაგავს!“ ამ ლოზუნგის ერთ-ერთი მხარდამჭერი იყო მარგარეტ ტეტჩერი, რომელსაც არ ერიდებოდა ცოცხის ხელში დაჭერა არც ოჯახში, არც სამუშაო ადგილზე და თვით ინგლისის პარლამენტის შემოგარენში (სხვათა შორის, ინგლისშივე ჩაეყარა საფუძველი მოძრაობას — „მენეჯერები სამუშაო დღეს იწყებენ ცოცხით ხელში“). ეკოლოგიურ მოთხოვნების დაცვის გამო ამერიკელი მულტიმილიონერები და კინოვარსკვლავები თავს ბუნებრივი ქურქისა და ტყავის ნაწარმით კი აღარ იწონებენ, არამედ აქტიურად გამოდიან თავიანთი საცხოვრებელი სახლის, ქუჩის, მიკრორაიონის კეთილმოსაწყობად და, რაც მთავარია, არ ერიდებიან არავითარ „შავ სამუშაოს“. ამერიკელებმა მხოლოდ ახლახან გაიგეს, რომ აშშ-ის პირველი ლედი ბარბარა ბუში, წლების განმავლობაში მუშაობდა უბრალო სანიტრად ბავშვთა ინფექციურ საავადმყოფოში, შემდეგ კი მძიმე ავადმყოფთა სპეციალურ სამედიცინო ცენტრში. მან ერთ-ერთმა პირველმა აიყვანა ხელში შიდსით დაავადებული ზანგი ბავშვი, რათა შეეცვალა საზოგადოების დამოკიდებულება ამ ავადმყოფთა მიმართ (აღსანიშნავია რომ ბარბარა საკმაოდ შეძლებული და არისტოკრატიული ოჯახიდანაა).

ინგლისის კარის მშვენება — პრინც ჩარლის მეუღლე — პრინცესა დიანა, ჩვეულებრივ საბავშვო ბაღში მუშაობდა მომვლელად. ალბათ ჩვენც არ გვაწყენდა ამ სულისკვეთებით მომავალი თაობების აღზრდა.

ალბათ ჩვენც, ამ ძნელბედობის ჟამს არ გვაწყენდა იმ მაღალი ზნეობრივი მორალით ცხოვრება, რომ ნაკლები ყურადღება მიგვექცია ჩვენი გარეგნული ეფექტებისათვის (თანაც იმ დროს, როცა ათასობით ჩვენი თანამემამულე სიღატაკისა და შიმშილის ზღვარზეა) და გვეცადა სულიერად ისე ავმაღლებულიყავით, რომ გამოგვეწვია პროგრესული და კეთილი ნების ადამიანების სულიერი თანადგომა და მხარდაჭერა. მხოლოდ ასეთი ქცევით შევძლებთ პატივისცემისა და ღირსების გრძნობის შენარჩუნებას ცივილიზებულ სამყაროში. მართლაცდა, მოდით, ვიცხოვროთ ჯანსაღად.

მედეა თავდიშვილი

„ბურდა“ გვირჩევს

ფერუმარილი (რუმიანა) შესანიშნავი საშუალებაა, სიფერმკრთალის დასაფარავად და სახის ოვალის გასასწორებლად. მაგრამ უნდა იცოდეთ მისი სარგებლობის წესები.

დაიმახსოვრეთ! ღია ფერის ფერუმარილი აფართოებს სახის ოვალს, მუქი კი — აგრძელებს.

თუ სამკუთხა ფორმის სახე გაქვთ, ფერი წაისვით ლაწვებზე და ნიკაპის წვერზე.

ოთხკუთხა ფორმის სახეზე იგი წაისმება საფეთქლებიდან ტუჩის კუთხეებამდე. მოგრძო ფორმის სახეს უხდება ღია ფერის ფერუმარილი ლოყებსა და ნიკაპზე. მრგვალ სახეს, რომ ოდნავ მოგრძო ფორმა მიცეთ, ფერი წაისვით ლაწვებს ქვემოთ და ნიკაპის მარჯვენა და მარცხენა მხარეებზე.

თამამად ისარგებლეთ ფერუმარილით საღამოს საათებში, თუ იგი ბრჭყვიალა ნაფხვენებითაა, შესანიშნავ ეფექტს ახდენს სანთლის შუქზე.

ეროვნული ბიბლიოთეკა

კულინარია

ბოსტნეულის ბულიონი

მასალა: 250 გრამი სტაფილო, 300 გრამი პრასი, 250 გრამი კარტოფილი, 2-3 თავი ხახვი, 4-5 კბილი ნიორი, ყოველ ულუფაზე თითო კვერცხი (შეიძლება კვერცხის გარეშეც), 150 გრამი ძირებიანი ნიახური, 50 გრამი ზეთი ან კარაქი, 100 გრამი ოხრახუში და კამა, 30 გრამი ჟელატინი.

კარგად გარეცხილი პრასი, სტაფილო, ნიახური კარტოფილი და 2 თავი ხახვი ჩააწყვეთ მომინანქრებულ ქვაბში, დაასხით 2 ლიტრი წყალი, დადგით საშუალო ცეცხლზე და ადუღეთ 25-30 წუთი, შემდეგ გაწურეთ, მდუღარე ბულიონში ჩაასხით ნახევარი საათით ადრე დამბალი ჟელატინი, ან ამოუკიდეთ საფანელი (ნახევარ ჭიქა ცივ წყალში გახსნილი 1 ჩაის კოვზი პურის ფქვილი), ჩაამატეთ ცხიმში მოშუშულ წვრილად დაჭრილი 1 თავი ხახვი და 2-3 წუთის შემდეგ ჩაახალეთ კვერცხები. ბულიონს უყავით დანაყილი ნიორი და ცოცხლად მოაყარეთ წვრილად დაჭრილი ოხრახუში და კამა.

ბულიონიდან ამოღებული ბოსტნეული დაკეპეთ და შეაზავეთ მოხრაკული ხახვით, ნივრით და მწვანილით.

ბოსტნეულის სუპი

მასალა: 200 გრამი ახალი, უბეწვო ლობიო, 200 გრამი სტაფილო, 2-3 საშუალო ზომის კარტოფილი, 3 თავი ხახვი, 4-5 ცალი პამიდორი, 1 ცალი ბულგარული წიწაკა, 100-150 გრამი ძირებიანი ნიახური, 50 გრამი ოხრახუში, ამდენივე კამა, 4-5 კბილი ნიორი. 1 ღვინის ჭიქა ზეთი. ან 50 გრამი კარაქი.

2 ლიტრ ცივ წყალში მოათავსეთ დამტვრეული ლობიო, დადგით ცეცხლზე და წამოადუღეთ. ადუღებიდან ხუთი წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ კარტოფილი, სტაფილო. წიწაკა, გახეხილი პამიდორი, ნიახური და ადუღეთ მოხარშვამდე. შემდეგ დაუმატეთ ძალიან წვრილად დაჭრილი და ზეთში მოშუშული ხახვი, დანაყილი ან წვრილად დაჭრილი ნიორი და შეაზავეთ მარილით, ოხრახუშითა და კამით.

თევზი პამიდვრით და ხახვით

1 კილო ხეკი ან სხვა რომელიმე სახეობის უფხო თევზი დაჭერით პატარა ზომის ნაჭრებად, მოაყარეთ მარილი და გაყავით შუაზე, ჯერ ერთი ნახევარი დააწყვეთ ზეთწასმულ ტაფაზე, ზემოდან მოაფინეთ თხელ ალყებად დაჭრილი 3-4 თავი ხახვი 3-4 კბილი წვრილად დაჭრილი ნიორი, და მოაფრქვიეთ 1 ჩაის კოვზი პურის ფქვილი, შემდეგ კვლავ დააწყვეთ დარჩენილი თევზის ნაჭრები, დაასხით კანგაცლილი და გახეხილი 5-6 ცალი პამიდორი, მოაყარეთ დაჭრილი ოხრახუში, დაასხით 1 ღვინის ჭიქა (50 გრამი) ზეთი, შედგით საშუალო სიმხურვალის ცეცხლზე და ადუღეთ 25-30 წუთის განმავლობაში.

კარტოფილის ტოლმა

მასალა: 1 კილო კარტოფილი, 1 თავი საშუალო ზომის მსუბუქი სატოლმე კომბოსტო, 4 თავი საშუალო ზომის ხახვი, ორორი ღერი რეჰანი, ოხრახუში, კამა, შავი პილპილი და 100 გრამი ცხიმი (ზეთი, ერბო ან კარაქი).

მოხარშეთ კარტოფილი, ცხელ-ცხელი გაატარეთ ხორცსაკეპ მანქანაში. შეაზავეთ წვრილად დაჭრილი მწვანილით, ზეთში მოხრაკული ხახვით, მარილით და შავი პილპილით. მდუღარეში მოწალული კომბოსტო დაშალეთ ფოთლებად, მოაცილეთ უხეში ნაწილი, მომზადებული კარტოფილი შეახვიეთ ტოლმისებურად (გნებავთ მოგრძო, გნებავთ ბრტყელი ფორმით), დააწყვეთ ზეთიან ტაფაზე და შეწვით ორივე მხრიდან. თუ გაქვთ საშუალება, შეწვის შემდეგ ზემოდან მოაფრქვიეთ 100 გრამი დახეხილი ყველი, შედგით გაზქურაში და გააჩერეთ 10 წუთი, ვიდრე ყველი შეიბრაწება.

როგორ ისვენებენ იაპონელები

ცნობილია, რომ იაპონელები ძალზე შრომისმოყვარენი არიან. წარმოების სფეროში მათი დახარჯული შრომა წელიწადში 2 159 საათს შეადგენს. მაშინ, როცა აშშ-ში ეს ციფრი 1957-ია, გერმანიაში — 1638. ისიც უნდა ითქვას, რომ იაპონიის საწარმოთა ნახევარი კვირაში ორი დღე ისვენებს.

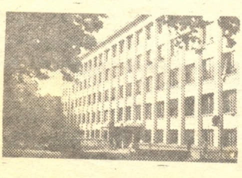
ნუთუ იაპონელებს არ უყვართ დასვენება?

რა თქმა უნდა, ეს ასე სულაც არ არის. იაპონელი მამაკაცები, იშვიათის გამოკლებით, დროზე არასდროს ბრუნდებიან სამსახურიდან. ისინი კოლეგებთან ერთად შედიან კაფეში ან ლუდხანაში, რადგან თვლიან, რომ დაძაბული შრომის შემდეგ არ უნდა აჩქარდნენ შინისაკენ; ვაი თუ, ცოლს რაიმე საწყენი შეახვედრონ. უმჯობესია, წინასწარ მოიშორონ დაძაბულობა კათხა ლუდით.

იაპონელები არასდროს იყენებენ კუთვნილ შვებულებას ერთბაშად. მას ორ-სამ დღიან ნაწილებად ყოფენ გარკვეული მოსაზრებით: სამუშაოს რიტმთან, შეჩვეული საქმიანობისგან მოწყვეტა წყობიდან ამოაგდებთ ხოლმე. ამიტომ უმჯობესია განწყობილებისა და სურვილის მიხედვით აიღონ რამდენიმე დღე და ცოლთან, ან მთელ ოჯახთან ერთად გასწიონ მთაში, თუნდაც სოფლად, მოხუცებთან. ვალსაც მოიხდი, ჯანმრთელობასაც არგებ. ასე რომ, იაპონელები ასე უკეთ ისვენებენ.

სამაგიეროდ უარს არ ამბობენ დღესასწაულებზე, როცა დღის მონაკვეთში წყვეტენ სამუშაოს თანამშრომელთან სასაუბროდ, ან ოჯახისათვის იყენებენ თავისუფალ დროს. ეს მათთვის დღესასწაულია.

მაგრამ ამ პატარა პირადული ზეიმების გარდა, წელიწადში 13-16-ჯერ ერთი ან მრავალდღიანი ოფიციალური დღესასწაული აქვთ: მოხუცების, ბიჭების, გოგოების, დედების დღეთა აღნიშვნა. ამას ემატება რელიგიურ-ტრადიციული, სამოქალაქო, ახალი წლის, სიყვარულის, წმინდანების და სხვა დღესასწაულები.



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

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

მასალები გადაეცა ასაწყობად 30. 06. 92 წ
ჟურნალი ხელმოწერილია დასაბეჭდად
7. 10. 92 წ. ქაღალდის ზომა 60X90 ⅛,
ფიზიკური ნაბეჭდი ფურცელი 3. სააღრიცხვო-საგამომცემლო თაბახი 5,3. ტირაჟი 62 000. შეკვ. 1134.

ეროვნული ბიბლიოთეკა

არის: ასრულდა ოცნება!

ქართველი ერისთვის მარადსახსოვარ თარიღთა რიცხვს ერთი ბრწყინვალე დღეც მიემატა — 1992 წლის 31 ივლისი. საქართველოს რესპუბლიკა გაერთიანებული ერების ორგანიზაციის წევრი გახდა.

ოცნების ახდენის გამო ბატონმა ედუარდ შევარდნაძემ ბრძანა: 1992 წლის 31 ივლისს დაიბადა ახალი საქართველო. ოღონდ უნდა ითქვას, რომ მისი ზრდა, დავაჟკაცება დამოკიდებულია არა მხოლოდ მინიჭებულ უფლებათა გამოყენებაზე. გაეროს წევრობა პირველყოვლისა ნიშნავს პასუხისმგებლური ქცევის ნორმათა დაცვას შინაც და სახელმწიფოთაშორის ურთიერთობაშიც. თუ გსურთ იყოთ მიღებული წესიერ საზოგადოებაში· დაიცავით იქ მიღებული წესები.

უკეთ ვერ იტყვი!

... ასე გამოხატეს თბილისელებმა და მისმა სტუმრებმა თავიანთი სიხარული.

დავით იაკობაშვილის ფოტო

ინდექსი 76
ეროვნული ბიბლიოთეკა

ჩვენო ერთგულო, კეთილო და სულგრძელო ქალბატონებო!

20/34

საშემოდგომო საზრუნავს ერთიც დაემატა.
ჟურნალ-გაზეთებზე ხელმოწერა.
ყველაფერი გაძვირდა.
გაძვირდა ჟურნალიც.
1993 წლიდან „საქართველოს ქალი" ერთი ნომერი 15 მანეთი ელირება.
სხვაგვარად ჟურნალი ვერ იარსებებს.
მართალია, 15 მანეთი ერთი დღის პურის ფულია, მაგრამ...
ვიცით, ისიც გიჭირთ.
ჩვენც გვიჭირს.
გავუწოდოთ ერთმანეთს ხელი.
ნუ დავკარგავთ ძველ სიყვარულს.
ერთად გავიტანოთ თავი ამ გაჭირვებაში.
გამოიწერეთ

„საქართველოს ქალი"

3 თვით — 45 მანეთი
6 თვით — 90 მანეთი
1 წლით — 180 მანეთი

სამაგიეროდ
„საქართველოს ქალში" თქვენ წაიკითხავთ ყველაფერს, რაც საჭიროა:
ოჯახის გასაძლოლად,
ბავშვის ალსაზრდელად,
ჯანმრთელობის შესანარჩუნებლად,
ხელსაქმესა და კულინარიაში დასაოსტატებლად.
სიყვარულისა და სექსის რთულ საკითხებში საკონსულტაციოდ.
გაიგებთ, რა პრობლემები აქვს ქალს ჩვენში,
საზღვარგარეთ,
როგორ ცხოვრობენ სახელგანთქმული ქალბატონები,
რა უჭირს და ულხინს ქართულ ოჯახს.
პოლიტიკა? მხოლოდ ის, რაც აუცილებელია იცოდეს ქალმა ამ ნერვებდაწყვეტილ დროში და კიდევ, კიდევ, კიდევ...
ჩვენი ბედი თქვენს ხელთაა!

თქვენი ერთგულების იმედით

„საქართველოს ქალის"
რედაქცია