ყვარლის მუნიციპალიტეტის „მედია ცენტრის“ გაზეთი
2017 წელი, 27 იანვარი, №2 (6439)

ყვარელი

გამოდის 1932 წლიდან
ფასი 40 თეთრი

გილოცავთ ნინოობის ბრწყინვალე დღესასწაულს!

წმიდა ნინო – ქართველთა განმანათლებელი და მოციქულთა სწორი

საქართველოში ქრისტიანობა პირველივე საუკუნეებიდან გავრცელდა, ხოლო IV საუკუნის პირველ მეოთხედში წმ. ნინოს მოღვაწეობის შედეგად სახელმწიფო სარწმუნოებად გამოცხადდა. აღნიშნული ღვაწლის გამო წმ. ნინო ქართველთა განმანათლებლად და მოციქულთა სწორად არის მიჩნეული.

გასარკვევია ერთი საკითხი, თუკი საქართველოში ქრისტიანობა მოციქულებმა გაავრცელეს, რატომ გახდა აუცილებელი წმინდა ნინოს შემოსვლა? ეს კითხვა უძველეს დროშიც აწუხებდათ. ჯერ კიდევ, ეფრემ მცირეს გარკვეული შეუსაბამობა შეუნიშნავს აღნიშნულ საკითხთან დაკავშირებით. იგი შეეცადა აეხსნა, თუ რით იყო გამოწვეული ასეთი შეუსაბამობა. მისი აზრით, მოციქულების შემდეგ ხალხმა დაივიწყა ქრისტეს მოძღვრება და ისევ წარმართობისაკენ მიიქცა, ქვეყანა „მრავალჟამ დაიპყრნა ღუარძლმან მეკერპეთამან“. ეფრემ მცირეს განმარტებით, ასეთ ფაქტს ადგილი თვით საბერძნეთშიც ჰქონია, „ვიდრე ჟამთამდე მეორედ პავლედ ზეცით ნოდებულისა დიდისა კონსტანტინესთა“. სწორედ წმინდა კონსტანტინე იმპერატორის ხელშეწყობით იმპერიის მასშტაბით ქრისტიანობას გასაქანი მიეცა. უფალმა – ეფრემ მცირეს აღნიშვნით – „არცა ჩუენ მცირენი დაგგტევნა ულუანად, არამედ ესრეთ განაგო კუალად აღმონოდებაჲ ჩუენი“ და ჩვენთან ხელახლა საქადაგებლად გამოგზავნა წმინდა ნინო.

ჩვენი მხრივ კი დავძენთ, რომ მოციქულთა მოღვაწეობის შემდგომ, როგორც დასავლეთ, ისე აღმოსავლეთ საქართველოში, ქრისტიანობა კვლავ ვრცელდებოდა მოგზაურთა თუ სხვათა მეშვეობით. IV საუკუნემდე, როგორც დასავლეთ ისე აღმოსავლეთ საქართველოში არსებობდა ე. წ. ქრისტიანული თემები, რაზეც მეტყველებს არქეოლოგიური მონაცემები და წერილობითი წყაროები. ახალი წელთაღრიცხვით I-III საუკუნეებში საქართველოში არსებული ქრისტიანული თემები სამეფო ხელისუფლებისაგან, მართალია, დევნას არ განიცდიდა, მაგრამ ისინი ფარული სახით არსებობდნენ. სახელმწიფო ხელისუფალნი და მათი ქვეშევრდომნი ისევ წარმართ კერპებს აღმერთებდნენ, თუმცა, როგორც წყაროებით ირკვევა, ქრისტიანული თემები გარკვეულ გავლენას ახდენდნენ წარმართულ მოსახლეობაზე და თვით სამეფო ხელისუფლებაზეც. ამ მხრივ, საინტერესო ცნობებია დაცული დაახლოებით III საუკუნის შუა ხანებში მოღვაწე ქართლის მეფე რევ მართლის შესახებ. „ქართლის ცხოვრების“ მიხედვით: „ესე რევ მეფე დაღაცათუ იყო წარმართი, არამედ იყო მოწყალე და შემწე ყოველთა ჭირვეულთა: რამეთუ სმენილ იყო მისდა მცირედ რამე სახარება უფლისა იესო ქრისტესი, და აქუნდა რამე სიყვარული ქრისტესი“. მოტანილი ციტატიდან აშკარად ჩანს, თუ რა გავლენას ახდენდნენ მცხეთაში არსებული ქრისტიანული თემები წარმართ მოსახლეობაზე. ამ ფაქტით უნდა აიხსნას ისიც, რომ მეფე რევ მართალმა აკრძალა არმაზის კერპისათვის ჩვილ ბავშვთა შეწირვა. მეფის ამ გადაწყვეტილებას წარმართი მოსახლეობა კმაყოფილებით შეხვედრია. როგორც ჩანს, სახარებისეულმა ქადაგებამ წარმართი მოსახლეობა ახალი სარწმუნოების მისაღებად მოამზადა. თვით წარმართი მეფის, რევის ზეწოდება „მართალი“ ქრისტიანულია და იგი ჭეშმარიტების მაძიებელს ნიშნავს.

ყოველივე ზემოთქმულის მიუხედავად, წმინდა ნინოს დამსახურება იმაში მდგომარეობს, რომ მისი ქართლში შემოსვლის დროს ქრისტიანობა სახელმწიფო სარწმუნოებად გამოცხადდა. მისი ქადაგების შედეგად სამეფო კარის წევრებთან ერთად მთელი ერი მოექცა ახალ სარწმუნეობაზე. ამის გამო ითვლება იგი ქართველთა განმანათლებლად და მოციქულთასწორად.

ყურადღება უნდა მიექცეს ერთ მნიშვნელოვან ფაქტსაც. წმინდა ნინოს დროს ქართლში ქრისტიანობის სახელმწიფო სარწმუნოებად აღიარება განაპირობა წინა აზიაში იმ დროს შექმნილმა პოლიტიკურმა ვითარებამ. კერძოდ, იმ ფაქტორმა, რომ ნისიბინის საზავო ხელშეკრულებით (298 წ.) საქართველო და სომხეთი რომის იმპერიის ქვეშევრდომები გახდნენ. IV საუკუნის დასაწყისში კონსტანტინე იმპერატორმა იმპერიის მასშტაბით ქრისტიანობა შეიწყნარა, შემდგომ კი სახელმწიფო სარწმუნოებად გამოაცხადა. ამ ფაქტორმა გავლენა მოახდინა აღმოსავლეთ რომის იმპერიისადმი დაქვემდებარებულ საქართველოზე,

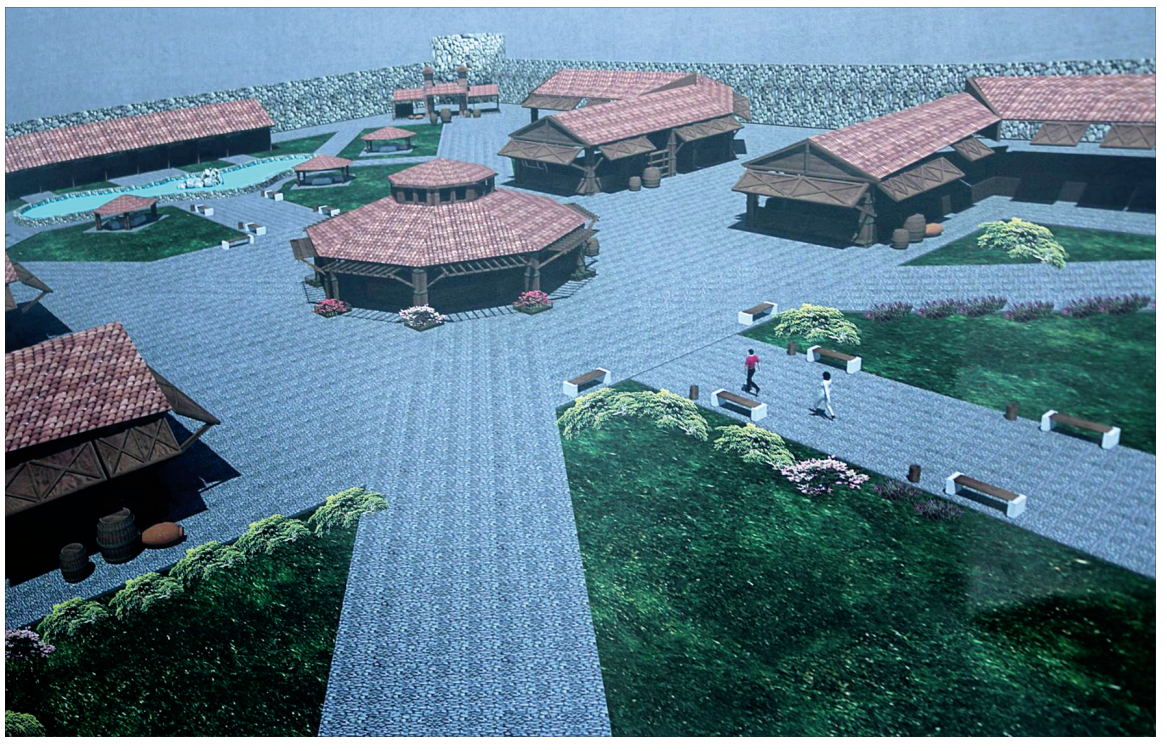
გაგრძელება მე-2 გვ. -ზე

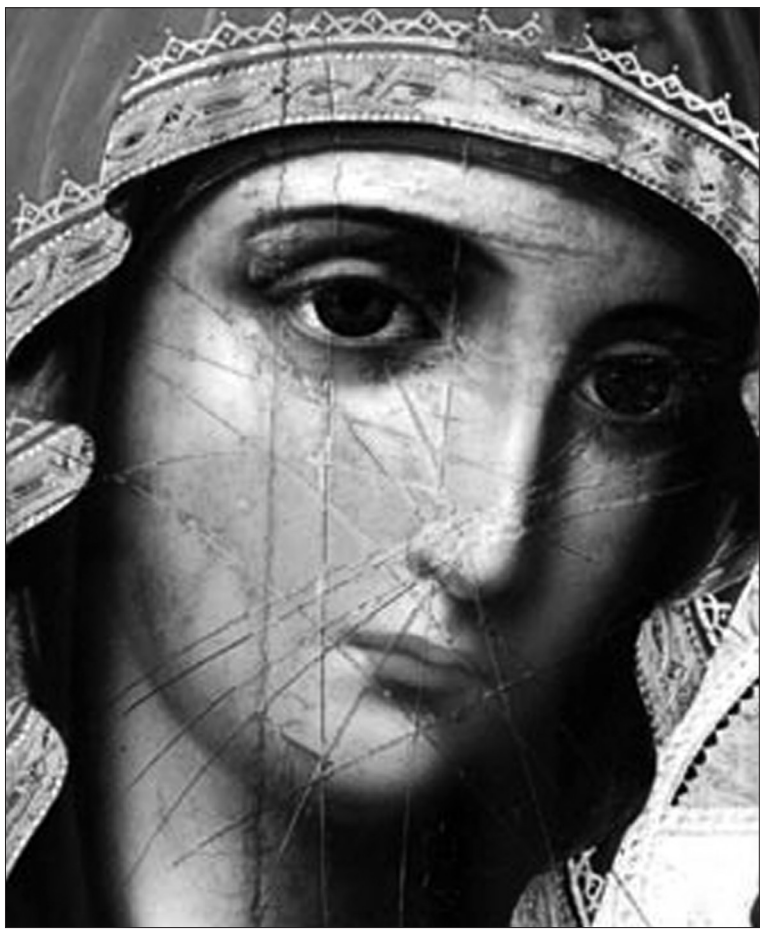
კახეთში ტურიზმის განვითარების მიზნით ახალი მარშრუტების შექმნა განიხილეს

კახეთში, ტურიზმის სფეროში არსებული გამოწვევების შესახებ ბიზნესმენებთან შეხვედრა გაიმართა. შეხვედრა კახეთის გუბერნატორის ადმინისტრაციის ინიციატივით შედგა, კერძო სექტორის წარმომადგენლებს კახეთის გუბერნატორი ირაკლი ქადაგიშვილი, ეკონომიკისა და მდგრადი განვითარების სამინისტროს ტურიზმის ეროვნული ადმინისტრაციის ხელმძღვანელი გიორგი ჩოგოვაძე, კულტურის მინისტრის მოადგილე ლევან ხარატიშვილი, ინფრასტრუქტურის სამინისტროს რეგიონული პროექტების დეპარტამენტის ხელმძღვანელი ნიკოლოზ როსებაშვილი, ალავერდელი მიტროპოლიტი მეუფე დავითი, გუბერნატორის მოადგილეები: ირაკლი შიოშვილი, გივი მეტრეველი, გუბერნატორის ადმინისტრაციის რეგიონული პროექტების სამსახურის უფროსი მალხაზ ჭრელაშვილი, თელავის მერი პლატონ კალმახელიძე, ყვარელის მუნიციპალიტეტის გამგებელი ილია მზექალაშვილი,მაჟორიტარი დეპუტატები: გელა სამხარაული და ირაკლი სესიაშვილი შეხვდნენ.

შეხვედრაზე კახეთის ტურისტული მიმართულების განვითარების მიზნით ახალი ტურისტული მარშრუტების შექმნა, ტრანსპორტირება, თელავის აეროპორტის შიდა ჩარტერული რეისების დანიშვნა, გომბორის უღელტეხილზე გადმოსახედის , თელავში ბატონის ციხის მიმდებარე ტერიტორიაზე და ყვარლის ციხე-გალავანთან ახალი ტურისტული ინფრასტრუქტურის მოწყობა და სხვა საკითხები განიხილეს.

საუბარი შეეხო მიმდინარე და დაგეგმილ საქმიანობებს. მხარეებმა ტურიზმის განვითარების დამატებითი რეკომენდაციები, ურთიერთ თანამშრომლობის პერსპექტივები და სამომავლო გეგმები დასახეს. წარმოდგენილი იყო პრეზენტაციები რეგიონში ახალი ტურისტული ობიექტების შექმნის შესახებ, რაც თავის მხრივ მოიზიდავს და დაინტერესებს ტურისტს. შეხვედრის მონაწილეებმა თელავში ბატონის ციხის მიდებარე ტერიტორია და ყვარლის ციხე-გალავანი ადგილზე დაათვალიერეს, სადაც ახალი ინფრასტრუქტურის მოწყობა კიდევ უფრო მიმზიდველს გახდის ისტორიულ ობიექტებს.





წმიდა ნინო – ქართველთა განმანათლებელი და მოციქულთა სწორი

დასაწყისი 1-ელ გვ.-ზე

სადაც აგრეთვე ამავე პერიოდში ქრისტიანობა სახელმწიფო სარწმუნოებად გამოცხადდა. იმის აღნიშვნაც აუცილებელია, რომ წმინდა ნინოს ქართლში შემოსვლის დროს მთელი ერი მზად იყო ქრისტიანობის მისაღებად. რომ არა მოციქულთა ღვაწლი, წმინდა ნინოს გაუჭირდებოდა ქართველი ხალხის გაქრისტიანება.

ყურადღება უნდა გამახვილდეს იმ ფაქტზეც, რომ ქართველთა განმანათლებელი ქალია. რამდენადაც ჩვენთვის ცნობილია, ეს ერთადერთი შემთხვევაა მსოფლიოს ქრისტიანული ქვეყნების ისტორიაში. ამ ფაქტის შესახებ ცნობილი ქართველოლოგი ბერნარდ უტიე აღნიშნავს: „ნამდვილად შეუდარებელი არის საქართველო იმიტომ, რომ თქვენი დედა სარწმუნოებაში, თქვენი განმანათლებელი, თქვენი მოციქული – ქალია, წმინდა ნინო; რამდენადაც ვიცი, ეს მსოფლიოს ისტორიაში მხოლოდ ერთხელ მოხდა და ისიც თქვენთან, ქართველებთან“. აღნიშნულ ფაქტს ჯერ კიდევ XII საუკუნის მეორე ნახევრის მოღვაწე კათოლიკოს-პატრიარქმა ნიკოლოზ გულაბერიძემ (1150-1177) მიაქცია ყურადღება. იგი ცდილობს, გასცეს პასუხი კითხვას: „... ხოლო პირველად ესე საძიებელი არს, თუ რაჲსთვის უკუე დედაჲკაცი აჩინა და წარმოაჳლინა ღმერთმან ჩუენდა მიმართ“.6 ნიკოლოზ გულაბერიძემდე, როგორც მკვლევარი კორნელი კეკელიძე აღნიშნავს, არავის მოსვლია აზრად, პასუხი გაეცა კითხვაზე: „რატომ აირჩია ღმერთმა ქალი ამ მიზნის განსახორციელებლად და არა მამაკაცი“? თავის დროზე თავად ნიკოლოზ გულაბერიძემ გასცა პასუხი დასმულ კითხვას. ნიკოლოზ გულაბერიძის მიხედვით, ერთ-ერთი ფაქტორი, რამაც განაპირობა იგი ვრცელი რედაქციის სახელითაა ცნობილი. „წმინდა ნინოს ცხოვრების“ მოკლე და ვრცელი რედაქციები ერთმანეთისაგან მცირედ განსხვავდებიან. „მოქცევაჲ ქართლისაჲმ“ ჩვენამდე ოთხი ხელნაწერის სახით მოაღწია. აქედან შატბერდული (იგი სამხრეთ საქართველოში არსებულ შატბერდის მონასტერში გადაიწერა) და ორი სინური (სინას მთაზე გადაწერილი) რედაქცია X საუკუნისაა, ხოლო ჭელიშური (იგი ჭელიშის მონასტრის კუთვნილება იყო) XIV საუკუნით თარიღდება. „მოქცევაჲ ქართლისაჲს“ ზემოთ აღნიშნული ხელნაწერები ერომანეთისაგან დამოუკიდებელ რედაქციებს წარმოადგენს.

როგორც ვხედავთ, ქართველთა განმანათლებელისადმი მიძღვნილი თხზულების უძველესი ხელნაწერი X საუკუნით თარიღდება, მაგრამ ეს არ ნიშნავს, რომ წმინდა ნინოსადმი მიძღვნილი თხზულება ამ დროს დაიწერა, იგი ადრე უნდა შექმნილიყო. კარგა ხნის მანძილზე ქართულ ისტორიოგრაფიაში გაბატონებული იყო მოსაზრება, რომ „მოქცევაჲ ქართლისაჲ“ IX საუკუნეში შექმნილი ძეგლია. დღესაც მეცნიერთა დიდი ნაწილი ამ მოსაზრებას იზიარებს. თავიანთი შეხედულების დასამტკიცებლად მათ მოაქვთ ის ფაქტი, რომ „მოქცევაჲს“ ქრონიკაში თხრობა IX საუკუნით მთავრდება და აქედან გამომდინარე წმ. ნინოს ცხოვრებასაც ამ საუკუნით ათარიღებენ. უკანასკნელ პერიოდში ჩატარებულმა ტექსტოლოგიურმა გამოკვლევებმა აჩვენა, რომ „მოქცევაჲ ქართლისაჲ“ დაწერილია არა IX საუკუნეში, როგორც აქამდე მიაჩნდათ, არამედ წმინდა ნინოს მოღვაწეობის დროს, რაც, ჩვენი აზრით, რეალობასთან ახლოს დგას. თუმცა, როგორც მკვლევრები მიუთითებენ, ავთენტურ ტექსტს ჩვენამდე არ მოუღწევია, რადგან „წმინდა ნინოს ცხოვრებას მნიშვნელოვანი ცვლილება განუცდია. ტექსტოლოგიური კვლევით „მოქცევაჲში“ გამოიკვეთა ძველი შრეებიც“.

„მოქცევაჲ ქართლისაჲს“ გარდა „წმინდა ნინოს ცხოვრებამ“ ჩვენამდე რამდენიმე რედაქციით მოაღწია. მათ შორის აღსანიშნავია XI საუკუნის მეორე ნახევრით დათარიღებული ისტორიკოს ლეონტი მროველის რედაქცია, რომელიც „ქართლის ცხოვრებაშია“ მოთავსებული. იგი დაწერილია „მოქცევაჲს“ საფუძველზე. აგრეთვე მნიშვნელოვანია XII – XIII საუკუნით დათარიღებული „წმინდა ნინოს ცხოვრების“ ორი რედაქცია, რომელთაგან ერთი არსენ ბერისეულია, მეორე კი მის პერიფრაზს წარმოადგენს. ორივე რედაქცია „მოქცევაჲ ქართლისაჲს“ და ლეონტი მროველის ვერსიებს ეყრდნობა. ყურადსაღებია აგრეთვე „წმინდა ნინოს ცხოვრების“ სვინაქსარული ცხოვრების ოთხი რედაქცია. წმ. ნინოს სამისიონერო მოღვაწეობას ეხება XII საუკუნის მეორე ნახევრის კათოლიკოს-პატრიარქის ნიკოლოზ გულაბერიძის (1150 – 1177) ნაშრომი „საკითხავი სუეტის-ცხოველისანი, კუართისა საუფლოჲსა და კათოლიკე ეკლესიისაჲ“. როგორც ტექსტოლოგებმა დაადგინეს, XIII საუკუნეში არსენ ბერისეული მეტაფრასული „ცხოვრების“ საგრძნობი შემოკლების საფუძველზე უცნობ ავტორს შეუდგენია ნინოს ცხოვრება, რომელიც თავისი მოცულობის გამო სვინაქსარულ ცხოვრებათა რიცხვს განეკუთვნება. მნიშვნელოვანია აგრეთვე წმ. ნინოს სვინაქსარული ცხოვრების ოთხი რედაქცია. XI საუკუნეში, ლიტურგიკული დანიშნულების მიზნით, შექმნილა წმინდა ნინოს ცხოვრების ყველაზე ადრინდელი სვინაქსარული რედაქცია. თავის მხრივ, აღნიშნული სვინაქსარული რედაქცია საფუძვლად დასდებია XIV საუკუნეში შექმნილ მეორე სვინაქსარულ რედაქციას. რაც შეეხება ნინოს ცხოვრების სვინაქსარულ რედაქციებს, ისინი შედარებით გვიანი ხანით, კერძოდ კი XVII – XVIII საუკუნეებით თარიღდებიან და ამდენად ახალს, მნიშვნელოვანს არაფერს შეიცავენ. ასეთია წმ. ნინო განმანათლებლისადმი მიძღვნილი ქართული საისტორიო წყაროების ზოგადი დახასიათება. ჩვენი აზრით, აღნიშნული წყაროებიდან თავისი სიძველისა და შემადგენლობის მიხედვით, უპირატესობა მაინც შატბერდის კრებულში მოთავსებულ წმ. ნინოს ცხოვრებას ენიჭება.

გარდა ქართული წყაროებისა, საქართველოში წმ. ნინოს მოღვაწეობის შესახებ საინტერესო ცნობებს გვაწვდის უძველესი ხანის უცხოური წერილობითი წყაროები. ამ მხრივ, აღსანიშნავია IV საუკუნის მეორე ნახევარში მოღვაწე ცნობილი საეკლესიო მამის გელასი კესარიელის († 395 წ.) „საეკლესიო ისტორია“. მართალია, გელასი კესარიელის აღნიშნულ შრომას ჩვენამდე არ მოუღწევია, მაგრამ უკვე დადასტურებულია, რომ მისი „საეკლესიო ისტორია“ სრული სახით შემონახულია V საუკუნის მეორე ნახევარში მოღვაწე გელასი კვიზიკელის მეშვეობით. ჩვენს საკვლევ საკითხთან დაკავშირებით საინტერესოა რომაელი ისტორიკოსის რუფინუსის († 410 წ.) „საეკლესიო ისტორია“, რომლის შედგენა მას დაუწყია 402 წელს. აგრეთვე, ყურადსაღებია თეოდორიტე კვირელის (393-457), სოკრატე სქოლასტიკოსის (380-440) და იერემია სოზომენეს (IV საუკუნის ბოლო, V საუკუნის პირველი ნახევარი) შრომები.

როგორც ვხედავთ, საკმაო რაოდენობის ბერძნულ-რომაული წყაროები გვაწვდიან ცნობებს ქართლის გაქრისტიანების შესახებ. თუმცა, უნდა აღინიშნოს, რომ ბერძენ-რომაელ ავტორებთან მოცემული ცნობები ერთმანეთისაგან თითქმის არ განსხვავდება და უმეტესობა წინამორბედის მონათხრობის თარგმანს წარმოადგენს. უკანასკნელ დრომდე რუფინუსის „საეკლესიო ისტორია“ გელასი კესარიელის ისტორიის თარგმანად მიაჩნდათ, მაგრამ ამ ორი გადმოცემის შედარებით გაირკვა, რომ მიუხედავად ბევრი მსგავსებისა, დასახელებულ ისტორიკოსთა მონათხრობი ისეთ განსხვავებებს შეიცავს, რომელნიც უარყოფენ იმ აზრს, რომ თითქოს იგი ერთი და იმავე ავტორის ნააზრევს წარმოადგენს. ზემოთჩამოთვლილი უცხოური წერილობითი წყაროების მონათხრობი, როგორც ტექსტიდან ირკვევა, ეყრდნობა გელასი კესარიელის მიხედვით „ფრიად სარწმუნო ბაკურს, კაცს ფრიად ღვთისმოშიშს, მეფის შთამომავალს და იბერთა შორის სახელოვანს, რომელიც გახდა რომაელთა სატრაპი“. როგორც მოტანილი ციტატიდან ირკვევა, გელასი კესარიელს ქართლის გაქრისტიანების შესახებ ამბები ჩაუწერია ქართველი მეფისწული ბაკურისაგან, რომელიც მის დროს აღმოსავლეთ რომის იმპერიის დომესტიკოსი ყოფილა და იგი პირადად იცნობდა ქართველ მეფისწულს. იმავეს, ოდნავ განსხვავებული ფორმით, იმეორებს რუფინუსი. იგი აღნიშნავს, რომ ეს ყველაფერი „ჩვენ გვიამბო ფრიად სარწმუნო კაცმა ბაკურმა თვით ამ ხალხის (იბერიელების – ე. ბ.) მეფემ, რომელიც ჩვენში იყო დომესტიკოსი... როდესაც ჩვენთან ერთად ცხოვრობდა სრულის ერთსულვნებით იერუსალიმში“. მოტანილი ვრცელი ციტატით დგინდება, რომ რუფინუსმა, როცა ბაკურისაგან მიიღო ცნობები (402 წელი) ქართლის გაქრისტიანების შესახებ, ეს უკანასკნელი უკვე იბერიის მეფედაა მოხსენიებული, ხოლო გელასი კესარიელთან კი ბაკური ჯერ კიდევ მეფისწულადაა დასახელებული. როგორც ჩანს, ორივეს აღნიშნული მონათხრობი ერთიდაიმავე პირისაგან ჩაუწერიათ – სხვადასხვა დროს. გელასი კესარიელი და რუფინუსი (ერთხანს იგი იერუსალიმში მოღვაწეობდა) ახლოს იცნობდნენ ქართველ მეფისწულს და სავსებით შესაძლებელია, რომ ორივეს, ერთმანეთისაგან დამოუკიდებლად, ჩაეწერათ ქართველი მეფისწულის მონათხრობი. ყოველივე აღნიშნული გამორიცხავს იმ ფაქტს, რომ რუფინუსის „საეკლესიო ისტორია“ გელასი კესარიელის ისტორიის თარგმანია. რაც შეეხება სოკრატე სქოლასტიკოსის, იერემია სოზომენეს, გელასი კვიზიკელის ცნობებს, ზოგი რუფინუსის მასალით სარგებლობს, ზოგი კი გელასი კესარიელით.

მცირე განსხვავების მიუხედავად, ბერძნული წყაროები ერთნაირი სახით გადმოგვცემენ იბერიის გაქრისტიანებას, რომლის „მიზეზი გახდა ერთი დედაკაცი, რომელიც მათთან იყო ტყვედ“. მათ მონათხრობში დიდი ყურადღება ექცევა წმინდა ნინოს ღვთისმოსაობას, „კურნების ნიჭს“, თუ როგორ კურნავს იგი – სრულიად უანგაროდ – ავადმყოფ ბავშვს, შემდეგ კი მოურჩენელი სენით დაავადებულ დედოფალს. დიდი ყურადღება ექცევა აგრეთვე მეფის ნადირობის დროს მომხდარი სასწაულის აღწერას, შემდგომ კი მთელი ერის მოქცევასა და „ტყვე ქალის“ ლოცვის შედეგად ეკლესიის შენების დროს ჰაერში დაკიდებული სვეტი თუ როგორ დაეშვა კვარცხლბეკზე და სხვა. ერთი სიტყვით, შინაარსობრივი თვალსაზრისით, ნინოს ცხოვრების ბერძნული ვერსია თითქმის ქართული ვერსიის იდენტურია, რაც საშუალებას გვაძლევს დავასკვნათ, რომ ბაკურმა მათ (გელასი კესარიელი და რუფინუსი) მართალია, უამბია ქართლის გაქრისტიანების ამბები, მაგრამ, როგორც ჩანს, ქართველი მეფისწულის ცნობები ზეპირ მონათხრობს არ ემყარება. ბაკური უეჭველია, სარგებლობდა იმ დროისათვის ქართულ ენაზე არსებული წმინდა ნინოს ცხოვრებით. ბერძნული წყაროები საშუალებას გვაძლევს, დავასკვნათ, რომ IV საუკუნეში უკვე არსებობდა „ნინოს ცხოვრების“ ქართული ვერსია. სხვანაირად წარმოუდგენელია, წმინდა ნინოს მოღვაწეობიდან 80 წლის შემდეგ მისი ცხოვრების შესახებ უცხოური ვერსიები იქმნებოდეს და ამ დროს არ არსებობდეს მისი ცხოვრების ქართული ვერსია. გამოდის, რომ IX საუკუნეში უცხოური წყაროების გავლენით ქართველობას საჭიროდ მიუჩნევია, აღეწერა წმ. ნინოს ცხოვრება. საქართველოში ყველა წმინდანის სახელზე იქმნებოდა მათი „ცხოვრება“, წარმოუდგენელია, რომ ქართველთა განმანათლებლის შესახებ მისი მოღვაწეობის ეპოქაში არ დაწერილიყო ასეთი „ცხოვრება“.

ბერძნული წყაროების გარდა წმ. ნინოს საქართველოში მოღვაწეობის შესახებ ფრაგმენტული, მაგრამ საინტერესო ცნობებია დაცული არაბულ, სირიულ და კოპტურ ძეგლებში. აღნიშნული წყაროების მნიშვნელობა ქართულ ისტორიოგრაფიაში დღემდე შეუსწავლელია. მის შესახებ პირველად 1910 წელს მკვლევარმა მ. თამარაშვილმა მიუთითა. ამ უკანასკნელის მიხედვით, ჩვენამდე მოღწეული მცირე კოპტური წყარო წმინდა ნინოს შესახებ არაბულ სვინაქსარშია დაცული, რომლის შემდგენელიც, მ. თამარაშვილის აზრით, „ქართლის მოქცევის თანამედროვე უნდა იყოს“.

ქართლის გაქრისტიანების შესახებ საინტერესო ცნობებია დაცული სომხურ წყაროებში. ამ მხრივ, პირველ რიგში ყურადღებას იმსახურებს V საუკუნის სომეხი ისტორიკოსის მოვსეს ხორენაცის „სომხეთის ისტორიის“ პირველი წიგნის 86-ე თავი, სადაც მოთხრობილია ნუნეს (წმინდა ნინოს იგი ამ სახელით მოიხსენიებს) მიერ ქართლის გაქრისტიანება. მის ამ ცნობას დიდი მნიშვნელობა ენიჭება, რადგან შემდგომი ხანის სომეხი ისტორიკოსები, მოსე კალანკატუელი, აგათანგელოსის ისტორიის არაბული ვერსიის ავტორი და სხვები საერთოდ არ ახსენებენ წმ. ნინოს და ქართველთა განმანათლებლად ისინი მიიჩნევდნენ სომეხ განმანათლებელ გრიგოლს. თუმცა, მოვსეს ხორენაცი გარკვეულ უზუსტობას უშვებს. მართალია, იგი აღიარებს, რომ საქართველოში ქრისტიანობა წმ. ნუნემ (ნინომ – ე.ბ.) იქადაგა, მაგრამ, მისი აზრით, იგი იყო გრიგოლ განმანათლებლის მისიის წევრი და მისი მითითებით მოქმედებდა ქართლში.22 რაც სინამდვილეს არ შეესაბამება, რადგან სომეხ ისტორიკოსთან დაფიქსირებული აღნიშნული ცნობა სხვა წყაროებით არ დასტურდება.

წმინდა ნინოს ცხოვრებამ თავისებური ასახვა ჰპოვა რუსულ მწერლობაში, რომელშიც იგი სამი ვერსიითაა წარმოდგენილი. რუსულ წყაროებში წმინდა ნინოს შესახებ ცნობები XVI – XVII საუკუნეებს განეკუთვნება. პირველ რიგში, აღსანიშნავია 1512 წლით დათარიღებული მატიანისეული ვერსია; მეორე – 1641 წლის 27 ოქტომბრის პროლოგ-სვინაქსარის „საკითხვაი“ და მესამე – სტეფანე ათონელის „Рай мысленный“ – 1659 წელს ბეჭდური სახით გამოცემული. ჩვენ მიერ ზემოთ განხილული ბერძნული წყაროების მსგავსად, რუსული წყაროებიც ქართველთა განმანათლებლის სახელს არ იცნობს და მას „ტყვე ქალად“ მოიხსენიებს, რაც იმაზე მეტყველებს, რომ „წმინდა ნინოს ცხოვრების“ რუსული ვერსია ბერძნულიდან უნდა მომდინარეობდეს.ამის დასტურია ისიც, რომ რუსული ვერსია შინაარსობრივად დიდ მსგავსებას იჩენს ბერძნულთან.

წმინდა ნინოს შესახებ არსებული უცხოური წყაროების მიმოხილვიდან აშკარად ჩანს, რომ მათ დიდი მნიშვნელობა აქვთ ქართველთა განმანათლებლის ცხოვრების შესასწავლად.

სანამ უშუალოდ ქართულ წყაროებზე დაყრდნობით საქარველოში წმ. ნინოს მოღვაწეობის ზოგიერთ ასპექტზე გავამახვილებთ ყურადღებას, აუცილებელ საჭიროებად მიგვაჩნია, გარკვეული მოსაზრება გამოთქვათ ქართველთა განმანათლებლის სახელთან დაკავშირებით. ქართულ წერილობით წყაროებში იგი ნინოს სახელით იხსენიება. წმ. ნინოს სახელთან დაკავშირებით ქართულ ისტორიოგრაფიაში აზრთა სხვადასხვაობაა. ზოგიერთი მკვლევარის აზრით, სახელი „ნინო“ მიღებულია ლათინური სიტყვა „ნონა“-საგან, რაც მონაზონს ნიშნავს. ზოგ მკვლევარს მიაჩნია, რომ „ნინა-ნონას“სახელი მომდინარეობს წარმართული რელიგიური ონომასტიკიდან. ბერძნული წყაროები ქართველთა განმანათლებლის სახელს არ იცნობს და მას „ტყვე ქალის“ სახელით მოიხსენიებს, არსაიდან ჩანს, რატომ იხსენებენ ბერძენი ავტორები ქართველთა განმანათლებელს ტყვე ქალად. უცხოელი წყაროების მსგავსად, ქართულ წყაროებში „ტყვე-ქალის“ სახელით წმინდა ნინო ხშირად ინოდება. ამ ზედწოდებით ნინო თავის თავს მოიხსენიებს. ბუნებრივია, რომ „ტყვე-ქალის“ ცნებაში უეჭველია, იგულისხმება ქრისტიანული ტყვეობა, ღვთისადმი მორჩილება. თუმცა აღნიშნული მოსაზრების გარდა ამ საკითზე სხვა შეხედულებაც არსებობს.კოპტურ წყაროებში წმ. ნინო „თეოგნოსტას“ სახელითაა ცნობილი, რაც ქართულად „ღვთის მცოდნეს“ ნიშნავს. როგორც ჩანს, კოპტური სვინაქსარის შემდგენელისათვის უცნობი იყო წმ. ნინოს სახელი და მან „ტყვე-ქალის“ ნაცვლად „ღვთის მცოდნე“ – ზოგადი სიტყვა გამოიყენა. სომხური წყარო, კერძოდ კი V საუკუნის ისტორიკოსი მოვსეს ხორენაცი მას „ნუნეს“ სახელით იცნობს. გვიანი ხანის, კერძოდ კი XIX საუკუნის რუსულ წყაროებში წმინდა ნინო „ნინად“ იწოდება. ხოლო XIX საუკუნის ფრანგული წყარო მას „სენ-კრეტიენის“ ანუ „წმინდა ქრისტიანი ქალის“ სახელით მოიხსენიებს.

საქართველოში წმ. ნინოს მოღვაწეობის ზოგად სურათს XI საუკუნით დათარიღებული ხელნაწერის, შატბერდის კრებულში შესული „წმ. ნინოს ცხოვრების“ მიხედვით წარმოვადგენთ, რადგან იგი სხვა შემორჩენილ ხელნაწერთა შორის ერთ-ერთი უძველესია. მეტად საინტერესოა შატბერდის კრებულში შესული „წმინდა ნინოს ცხოვრების“ შედგენილობა. თხზულება იწყება წმ. ნინოს მოახლოებული აღსასრულის აღწერით. კახეთში, „დაბასა ბოდს“ მყოფი დასნეულებული წმინდა ნინო სიკვდილის პირას იყო მისული, როცა მას ქართლის სამეფო კარის წარმომადგენლები ეწვივნენ. მირიან მეფის რძლის სალომე უჯარმელისა და ვინმე პეროჟავრი სივნიელის დაჟინებული მოთხოვნით წმ. ნინოს მონათხრობი სწორედ მათ ჩაიწერეს და შემდგომ ეს ჩანაწერი დაედო საფუძვლად „წმინდა ნინოს ცხოვრებას“. თუმცა ტექსტში პეროჟავრი სივნიელის სახელი შემდგომ საერთოდ არ ფიგურირებს. მასში მხოლოდ სალომე უჯარმელის მონათხრობია ჩართული. რაც ჩვენი აზრით, იმით უნდა იყოს განპირობებული, რომ ორივეს ჩანაწერი ერთი და იმავე შინაარსისა იყო, უპირატესობა სალომე უჯარმელის ჩანაწერს მიენიჭა,რადგან იგი სამეფო კარის წარმომადგენელი იყო. „წმინდა ნინოს ცხოვრებაში“ სალომე უჯარმელის გარდა ჩართულია იმ დროს მცხეთაში მოღვაწე ებრაელი მღვდლის აბიათარისა და მისი შვილის, სიდონიას, მღვდელ იაკობის და თვით მირიან მეფის მონათხრობი და სხვ.

ქართული წყაროების მიხედვით, წმ. ნინო კაპადოკიის ქალაქ კოლასტადან იყო. მამამისი – ზაბილონი რომის იმპერატორის ერთ-ერთი მხედარმთავარი გახდა, დედა – სუსანა იერუსალიმის პატრიარქის იუბენალის და იყო. დაქორწინებამდე ზაბილონი რომის სამხედრო სამსახურში საკმაოდ დაწინაურებულა. ზაბილონს თავი გამოუჩენია ბრანჯთა აჯანყების ჩახშობაში. ბრანჯები, რეინის ოლქში მცხოვრები საფრანგეთის ძველი მოსახლეობა იყო. დამარცხებული და დატყვევებული ბრანჯები რომის იმპერატორის გადაწყვეტილებით, სიკვდილით უნდა დაესაჯათ. სიკვდილმისჯილ ბრანჯებს უთხოვიათ ქრისტიანობაზე მოქცევა. ზაბილონმა აღნიშნული თხოვნა მათ შეუსრულა, შემდეგ კი იმპერატორთან შუამდგომლობით ისინი სიკვდილით დასჯისაგან გაათავისუფლა. ბრანჯების თხოვნით ზაბილონი მათ სამშობლოში გაემართა და იქ ათი საერისთავო გააქრისტიანა. ზოგიერთი მკვლევარის აზრით, წმ. ნინოს ცხოვრებაში აღწერილ ზაბილონის სამისიონერო საქმიანობას რეალური ისტორიული საფუძველი უდევს. ბრანჯთა ქვეყნიდან დაბრუნებული ზაბილონი ტოვებს თავის თანამდებობას და იერუსალიმში მკვიდრდება, სადაც იგი უახლოვდება იერუსალიმის პატრიარქს იუბენალს, რომლის და – სუსანას ცოლად ირთავს. როგორც ჩანს, „ზაბილონის იერუსალიმში წასვლა მისი სარწმუნოებრივი მისწრაფებებით იყო განპირობებული“. ზაბილონსა და სუსანას მალე შეეძინათ ქალიშვილი ნინო, რომელიც პატარაობიდანვე ქრისტეს მცნებას ეზიარა. როცა ნინო თორმეტი წლის შეიქნა, მისმა მშობლებმა მთელი ქონება ღარიბ-ღატაკებს დაურიგეს, ზაბილონი იერუსალიმის პატრიარქის კურთხევით ბერად აღიკვეცა, ხოლო ნინოს დედას სუსანას იმავე პატრიარქმა ტაძარში მიუჩინა ადგილი, გლახაკთა და უძლურთა მომვლელად. 1996 წლის 10(23) დეკემბერს საქართველოს მართლმადიდებელი ეკლესიის წმინდა სინოდის განჩინებით ქართ¬ველთა განმანათლებლის წმინდა ნინოს მშობლები ზაბილონი და სუსანა შერაცხულ იქნენ წმინდანებად: ზაბილონი – ღირსი მამა ზაბულონის, სუსანა – ღირსი სოსანას სახელით და მათი ხსენების დღედ დაწესდა 20 აპრილი (2 მაისი). მშობლების გარეშე დარჩენილი წმ. ნინო ორი წლის მანძილზე იზრდებოდა სომეხ დვინელ ქალთან სარა მიამფორთან (სხვა წყაროს ცნობით ნიამფორი). ქრისტიანობის ღრმად მცოდნე სარა მიამფორთან ყოფნის დროს წმინდა ნინო კიდევ უფრო განისწავლა ქრისტეს მოძღვრებაში. მასთან ყოფნის დროს გაიგო მან, რომ ქრისტეს ჯვარცმის შემდეგ დარჩენილი უფლის კვართი წილად ხვდა „ჩრდილოსა მას ქუეყანასა“ მდებარე მცხეთის მკვიდრთ. წმ. ნინო ევედრებოდა ღვთისმშობელს, მისთვის ძალა და შესაძლებლობა მიეცა, რომ ენახა ქვეყანა, სადაც უფლის კვართი განისვენებდა. სარა მიამფორთან ყოფნის დროს ეფესოდან მოვიდა ვინმე დედაკაცი, რომელმაც განაცხადა, რომ ელენე დედო-

ფალს „დიდი წადიერებაᲘ აქუს ჰრომთა ქრისტეს მიმართ შჯულისათჳს და ნათლის-ღებისა“. იერუსალიმის პატრიარქის კურთხევით წმინდა ნინო ელენე დედოფალს ენვია, სადაც მან გაიცნო ქრისტეს მოყვარე რიფსიმე, მისი დედამძუძე გაიანე და მათი ორმოცდაათი სულიერი და, „ნარვიდეს ესენი ყოველნი მონასტერსა თვისსა და იყო მათ თანა წმინდა ნინო ორ წელ“. რომის კეისრის დევნის გამო, წმინდა ნინო, რიფსიმეს, გაიანესა და ორმოცდაათ სულიერ დასთან ერთად სომხეთის ქვეყანაში გადაიხვეწა. დევნილები სომხეთის წარმართი მეფის თრდატის ბრძანებით სიკვდილით დასაჯეს. ნინო კი სასწაულებრივად გადაურჩა სიკვდილს. ეკალ-ბარდებში დამალულმა წმინდანმა იხილა „ზეცით სამოსლის მსგავსად ჩამომავალი დიაკონი ოლარით“, რომელმაც წმინდა ნინოს აცნობა: „ხვიდოდე აღმოსავლეთით, სადა იგი არს სამკალი ფრიად და მუშაკი ყოვლადვე, არ არიან“. გამოცხადების შემდეგ წმ. ნინო გაემართა აღმოსავლეთით და „მოაწია მთათა ჯავახეთისათა“, სადაც მან ორი დღე დაჰყო. სწორედ აქ, ფარავნის ტბასთან მწყემსებისაგან წმინდა ნინომ შეიტყო, თუ სად მდებარეობდა მისთვის საოცნებო ქალაქი მცხეთა, სადაც უფლის კვართი იყო დაფლული. ტბა ფარავანთან ძილის დროს წმ. ნინოს გამოეცხადა კაცი, რომელსაც თმა წელამდე ეყარა და მას გადასცა „წიგნი დაბეჭდული“. გამოცხადების შემდეგ წმინდა ნინომ წაიკითხა წიგნი, რომელიც იწყებოდა სახარებისეული სიტყვებით: „წარვედით და მოიმონაფენით ყოველნი წარმართნი და ნათელსცემდით მათ სახელითა მამისათა და ძისათა და სულისა წმიდისათა და აჰა ესერა მე თქვენთანა ვარ, ყოველთა დღეთა და ვიდრე აღსასრულამდე სოფლისა“. ამ სიტყვებით გამხნევებული წმინდა ნინო მცხეთისაკენ

გაემართა, წამოჰყვა მდინარე მტკვარს და სავარაუდოდ, გამოიარა ახალქალაქი, ხერთვისი, ასპინძა, ახლციხე. მოგზაურობის დროს მან ბევრი შიში და შიმშილი დაითმინა, ბოლოს კი მოაღწია ურბნისს, სადაც მან აქ მცხოვრებ ებრაელებთან ერთი თვე დაჰყო.

ურბნისში ყოფნისას ნინომ დაინახა, რომ საზეიმოდ გამოწყობილი მრავალი ადამიანი მცხეთისაკენ მიემართებოდა, ისიც გაჰყვა მოზეიმე ხალხს. მან მცხეთაში უამრავი ადამიანი იხილა, რომლებიც ქართლის მეფე-დედოფალთან ერთად მაღალ მთაზე აღმართული არმაზის კერპის დღესასწაულს ზეიმობდნენ. მრავალრიცხოვანი ხალხის უგნურებით წმინდა ნინო დიდად შეწუხებული იყო. მან განიზრახა, რომ უფლის ნებით მოესპო წარმართული კერპები, რომ ხალხს ჭეშმარიტი რწმენა შეეცნო. ლოცვა-ვედრების დამთავრებისთანავე ამოვარდა „დასავლეთით ქარნი და ჰაერნი. და ხმა სცეს ქუხილისა ხმითა საზარელითა და გამოჩნდეს ღრუბელნი მოსწ-რაფედ ნიშნით საშინელითა“. წმ. ნინომ ღვთის შეწევნით დაამსხვრია მცხეთის კერპები. მეფე, მისი ოჯახი და ხალხი შიშმა შეიპყრო. ამიერიდან, ღვთის ძალით, როგორც წყარო გადმოგვცემს, „ქება-დიდება ქრისტესი არღარა ფარულად ითქმოდა ქართლსა შინა, რამეთუ მადლისა ღმრთისასა ენყო მიფენად აღმოსავლეთს“.

მცხეთაში ჩასული წმინდა ნინო დამკვიდრდა დღევანდელი სამთავროს ტაძრის მახლობლად, მაყვლოვანში. იგი თავისი თმებით შეკრული ვაზის ჯვრით რამდენიმე წლის განმავლობაში მხურვალედ ქადაგებდა ქრისტიანობას. პირველად იგი დაუახლოვდა მცხეთელ ებრაელთა მღვდელს აბიათარს და მის ქალიშვილს სიდონიას. მათგან შეიტყო მცხეთაში უფლის კვართის ჩამოსვენების ისტორია, მაგრამ მათ არ მიუთითეს კვართის განსასვენებელი ადგილი. ებრაელი აბიათარი, მისი ქალიშვილი სიდონია და მცხეთაში მცხოვრები 50 ებრაელი წმ. ნინოს გავლენით ქრისტიანად მოექცნენ, რის გამოც ისინი მცხეთელმა ებრაელებმა თავიანთი თემისგან მოკვეთეს.

მცხეთაში მყოფი წმინდა ნინო, რომელიც მთელ დროს ლოცვა-ვედრებაში ატარებდა, ხშირად სტუმრობდა ხოლმე მეფის ბაღს, სადაც გადმოცემით უფლის კვართი იყო დაფლული. მალე წმ. ნინოს მოქცეულთა რიცხვი გაიზარდა. მან სახელი გაითქვა უიმედო ავადმყოფთა კურნებით. იგი ხალხს შთააგონებდა, რომ განკურნების ძალა მოდიოდა არა მისგან, არამედ უფლისგან. ამიტომ იგი განკურნების მსურველებს ახალი სარწმუნოების მიღებისაკენ მოუწოდებდა. ამგვარი შთაგონებით წმ. ნინომ მოარჩინა უკურნებელი სენით დაავადებული მეფე მირიანის მეუღლე, დედოფალი ნანა, რომელიც შემდეგ ქრისტიანად მოექცა. მეფე მირიანმა კი ქრისტიანობა მას შემდეგ აღიარა, როცა მცხეთის მიდამოებში ნადირობის დროს თხოთის მთაზე სასწაული იხილა. მოულოდნელად ჩამობნელდა, მაგრამ ყველაფერი განიფანტა მას შემდეგ, როცა მირიან მეფემ წმინდა ნინოს ღმერთს სთხოვა დახმარება. ამის შემდეგ მან ინამა ქრისტე და მცხეთაში დაბრუნებულმა ხალხს გაქრისტიანებისაკენ მოუწოდა. მირიან მეფის ხელშეწყობით წმ. ნინომ მოაქცია ქართლის მთიანეთი.

ქართლის სამეფო კარის დახმარებით დაიწყეს პირველი ეკლესიების შენებლობა კვართის განსასვენებელ ადგილზე და იმ ადგილზეც, მაყლოვანში, სადაც წმ. ნინო იყო დავანებული. ქართლის მოქცევა შეატყობინეს ბიზანტიის იმპერატორ კონსტანტინეს. ბიზანტიიდან მოწვეულმა სასულიერო პირებმა მდინარე მტკვარზე მონათლეს ქართლის მოსახლეობა. კონსტანტინე იმპერატორის დახმარებით დაადგინეს მთავარეპისკოპოსნი და მღვდელნი. კონსტანტინე იმპერატორი შემდგომშიც არ აკლებდა ზრუნვას ახლადმოქცეულ ქართლის სამეფოს. ერთ-ერთი ქართული წყაროს მიხედვით, საქართველოში ხალხის მოსაქცევად თითქოს ანტიოქიის პატრიარქი ესტატე ჩამოსულა. კონსტანტინე იმპერატორმა ქართლის პირველ ქრისტიან მეფეს გამოუგზავნა ქრისტეს სახელთან დაკავშირებული სიწმინდეები „ძელი ცხოვრებისა და ფიცარნი“ და „სამსჭვალნი ფერხთანი“. კონსტანტინე იმპერატორის წარმოგზავნილების მიერ მანგლისსა და ერუშეთში აშენდა პირველი ქრისტიანული ტაძრები და ეკლესიები, სადაც ზემოაღნიშნული სიწმინდეები დასვენეს. ქართლის მოქცევის შემდეგ დასნეულებული წმინდა ნინო მიიცვალა „დბასა ბოდბისასა“.

როგორც ზემოთ განხილული ქართული წყაროებიდან ჩანს, საქართველოში წმ. ნინოს ღვაწლით ქრისტიანობა სახელმწიფო სარწმუნოებად გამოცხადდა. საეკლესიო ტრადიციით, ეს მოხდა 326 წელს, რაც აგრეთვე უკანასკნელ პერიოდში გამოქვეყნებული ნაშრომებითაც დასტურდება. ამავე პერიოდში დასავლეთ საქართველოშიც ქრისტიანობამ სახელმწიფო სტატუსი მიიღო.

როგორც მოტანილი წერილობითი წყაროებიდან ჩანს, საქართველოში ქრისტიანობის გამარჯვება წმინდა ნინოს სახელს უკავშირდება. ქრისტიანობის მიღებით კი ძირფესვიანად შეიცვალა საქართველოს საგარეო პოლიტიკური მდგომარეობაც. „ქართველებისათვის ქრისტეს ჯვარი გადაიქცა, ერთი მხრივ, ქართველი ერის სიძლიერისა და დამოუკიდებლობის სიმბოლოდ, ხოლო, მეორე მხრივ, ქართველთა ხელში ანტიქრისტიანული სამყაროს რისხვად“.

ასეთი დიდი დამსახურების გამო, საქართველოს მართლმადიდებელი ეკლესია წმინდა ნინოს ქართველთა განმანათლებლად და მოციქულთა სნორად მიიჩნევს. ქართული წყაროები მას „ქართლისა მაცხოვრად“ და „დედად ქართველთა თემისაჲს“ უწოდებს. საქართველოს ეკლესია ქართველთა განმანათლებლის დღეს წელიწადში ორჯერ აღნიშნავს: პირველ ივნისს, მისი საქართველოში შემოსვლისა, ხოლო ოცდაშვიდ იანვარს – წმინდა ნინოს მიცვალებისა. წმინდა ნინოსადმი პატივისცემა წარმოჩინებულია მისდამი მიძღვნილ უძველესი ხანის ჰაგიოგრაფიულ ძეგლებში. იგი არაერთი თანამედროვე თუ წარსულში მოღვაწე ქართველი პოეტის შთაგონების წყაროდ იქცა. 1869 წელს სამხედრო მღვდელმა იროდიონ ელიოზის ძემ თბილისში გამოაქვეყნა პოეტურად გალექსილი წმინდა ნინოს ვრცელი ცხოვრება.

წმინდა ნინომ, როგორც ქართველმა განმანათლებელმა და მოციქულთასწორმა, გარკვეული ასახვა ჰპოვა რომაულ-კათოლიკურ მარტიროლოგიაში, მისი ხსენების დღედ 15 დეკემბერია მიჩნეული და იგი „სენ-კრეტიენის“ – „წმინდა ქრისტიანი ქალის“ სახელითაა ცნობილი. მის შესახებ რომაულ-კათოლიკურ მარტიროლოგიაში აღნიშნულია, რომ „იბერიაში, შავი ზღვის მიღმა, დაცულია ხსენება ქრისტიანი მსახურის წმიდისა (დედაკაცისა), რომელმაც კონსტანტინეს დროს მოაქცია ეს ხალხი ქრისტეს რწმენაზე, თავისი სასწაულებით“. აღნიშნულთან დაკავშირებით ფრიბურგის (შვეიცარია) უნივერსიტეტის პროფესორი პრინც მაკს დე ზაკსი აღნიშნავდა: „არ ვიცი, ასე იყო თუ არა შუა საუკუნეთა მარტიროლოგიაში. შესაძლოა, რომ იგი (წმინდა ნინო-ნინა) ჩასწერეს როგორც „კრეტიენ“, რადგან დასავლელი ისტორიკოსები არასდროს იხსენიებენ მის სახელს, რომელიც ეგონათ იყო უცნობი. იგი ნოდებულია მსახურად მისი თავმდაბალი ცხოვრების გამო, რომელსაც იგი ეწეოდა იბერიაში ყოფნის დასაწყისში“.

კათოლიკურ სამყაროში წმ. ნინოს სახელზე დაფუძნებული დაწესებულებებიც არსებობს. ჯერ კიდევ 1807 წელს, საფრანგეთის ქალაქ მეტცში ეპისკოპოსმა ჟოფერმა ქალბატონ ლე მეუანესთან ერთად დააარსა ქალთა რელიგიური კონგრეგაცია. ეს კონგრეგაცია ამჟამადაც მოქმედებს და მას თავისი ფილიალები აქვს მსოფლიოს სხვადასხვა კუთხეში. კონგრეგაციის დაქვემდებარებაშია სკოლები და სამედიცინო დაწესებულებები. ეპისკოპოსმა ჟოფერმა ქალთა რელიგიურ კონგრეგაციას რომაული მარტიროლოგიის მიხედვით „სენ კრეტიენის“ სახელი უწოდა. თუმცა, მან XIX საუკუნის დასაწყისში არ იცოდა „სენ-კრეტიენის“ სახელის უკან თუ რომელი წმინდანი ქალი იგულისხმებოდა, ხოლო XIX საუკუნის ბოლოს, როდესაც გაირკვა, რომ „სენ-კრეტიენი“ ქართველთა განმანათლებელი იყო, კონგრეგაციას „წმინდა ნინოს“ სახელი დაერქვა. 1898 წლიდან ამ კონგრეგაციას მუდმივი კავშირი ჰქონდა კონსტანტინოპოლში არსებულ ქართულ კათოლიკურ ტაძართან და მცხეთის სამთავროს დედათა მონასტერთან. კონგრეგაციას აქვს წმინდა ნინოს ხატი, რომელსაც ამშვენებს წარწერა: „ო, წმინდა ნინო, რომელმან იესო ქრისტეს სწავლისადმი თქვენი სათაყვანებელი ერთგულებით, დაიმსახურეთ ზედმეტი სახელი კრეტიენისა, ილოცეთ ჩვენთვის მეოხებით თქვენისა მიგვაღებინეთ მადლი, რომ შეგვეძლოს ერთგულებასა თქვენსა მივბაძოთ, რათა სული იესო ქრისტესი უფრო და უფრო შემოვიდეს ჩვენში, გამოჩნდეს ჩვენს მოღვაწეობაში და ღირსი გაგვხადოს განვაგრძოთ თქვენი მოციქულობა, იყავნ ეგრე“. დღესაც აღნიშნულ კონგრეგაციაში მონაზვნები დღეში სამჯერ აღავლენენ ლოცვას იმ ქვეყნის მიმართ, სადაც წმინდა ნინომ ქრისტიანობა იქადაგა.

კათოლიკური სამყაროს ინტერესი წმინდა ნინოს მიმართ იმითაც გამოიხატა, რომ საგანგებო ნაშრომები დაიწერა მის შესახებ. 1874 წელს ლიონში (საფრანგეთი) ფრანგულ ენაზე გამოქვეყნდა კათოლიკე მღვდლის ოგუსტ დარას ორმოცდახუთგვერდიანი ნაშრომი. ფრანგულმა სამყარომ აღნიშნული თხზულების გარდა XIX საუკუნის უკანასკნელ მეოთხედში საქართველოში მოღვაწე დე ბაის ნაშრომებითაც ახლოს გაიცნო წმინდა ნინოს ცხოვრება და მისი ღვაწლი. აგრეთვე აღსანიშნავია, 1888 წელს პარიზში მღვდელ კოლონ დე პლანსის „წმინდანთა ქრონიკაში“ შესული „წმინდა ნინოს ცხოვრება“.

საფრანგეთის გარდა, ინგლისურმა სამყარომაც გარკვეული დაინტერესება გამოიჩინა წმინდა ნინოს მიმართ. 1900 წელს ოქსფორდში საქართველოს დიდმა გულშემატკივარმა და-ძმა ოლივერ და მარჯორი უორდროპებმა ინგლისურ ენაზე გამოაქვეყნეს „წმინდა ნინოს ცხოვრების“ ერთ-ერთი ვერსია. აღნიშნული თარგმანის შესახებ იმავე წელს ნიკო მარმა რუსულ ენაზე დაბეჭდა საინტერესო რეცენზია. აღსანიშნავია, რომ ოლივერ უორდროპმა წმ. ნინოს პატივისცემით თავის ქალიშვილს სახელად ნინო დაარქვა.

წმ. ნინოს სახემ თავისებური ასახვა ჰპოვა ქართულ ქრისტიანულ ხელოვნებაში. მის სახელზე იგებოდა ქრისტიანული ტაძრები. მისი სახელობის უძველესი ფრესკული თუ ჭედური ხატები ამშვენებდა სხვადასხვა ეკლესია-მონასტრებს.

გისურვებთ ჯანმრთელობას, ულევ სიხარულს და ბედნიერ მომავალს

ის დიდი სიხარული, რომელიც ყვარლის რაიონის მუნიციპალიტეტის გამგებელმა ილია მზექალაშვილმა მოგვიტანა, არ შემეძლო, რომ გაზეთის ფურცლებზე არ დამწერა.

90-იან წლებში საბჭოთა კავშირი რომ დაიშალა სქართველოში, ყველა ფაბრიკა-ქარხანა გაჩერდა, მათ შორის ყვარლის ტრიკოტაჟის სამკერვალო ფაბრიკა და ბაგა-ბაღი „გვირილა“. შენობა ნადგურდებოდა, ეს მძიმე იყო ყველა ჩვენთაგანისათვის, ბაგა-ბაღის ეზოდან ბავშვების ჟრიამული აღარ ისმოდა. ჩაბნელებული იყო საქართველო და ყვარელი, შიმშილი და გაჭირვება იყო ყველგან. იმ დროს ბაგა-ბაღის ყოფილმა გამგემ, ან განსვენებულმა ცირა ფირანიშვილმა ვინ არ შეაწუხა, რომ „გვირილა“ ბაგა-ბაღს ეარსებნა. ქალაქ ყვარლის გამგეობაში მივიდა თავმჯდომარე ვანო სამხარაულთან თხოვნით, რომ ბაგა-ბაღი დაეფინანსებინათ. როგორც ბუღალტერი გვერდით დავუდექი ცირა გამგეს, რომ ბაგა-ბაღს მუშაობა დაეწყო. ასეც მოხდა, შენობის სახურავი და ოთახები გარემონტდა, ბაგა-ბაღმა მუშაობა დაიწყო. ასე გადავარჩინეთ ბაგა-ბაღი „გვირილა“.

მას შემდეგ რამდენი წელი გავიდა და არავის არ აინტერესებდა რა გაუსაძლის პირობებში უხდებოდათ ყოფნა ბავშვებს და იქ მომუშავე პერსონალს. ყვარლის რაიონის არცერთი სოფლის ბაგა-ბაღს არ ჰქონდა ისეთი ცუდი პირობები, როგორიც ბაგა-ბაღ „გვირილა“-ს, მხოლოდ არჩევნებისთვის ახსენდებოდათ შენობა, რომ საარჩევნო უბანი გაეხსნათ. პირველ რიგში მოსახლეობის ინტერესებში შედის საბავშვო ბაღი, სკოლა და საავადმყოფო. 2007 წელს ყვარლის 3 საჯარო სკოლა გააუქმეს და 218 ბავშვი, 48 თანამშრომელი 2 საჯარო სკოლას შეუერთეს. ნაწილი მასწავლებლების დღეს ემიგრანტები არიან, ტექპერსონალის თანამშრომლები – უმუშევრები. კაპიტალური შენობა, აგურით აშენებული დაანგრიეს. სკოლის ნგრევა ჩვენს გულებს ანგრევდა. კარგია, ლმაზია გასართობი კომპლექსი, მაგრამ ჯერ სწავლა და შემდეგ გავლაო.

ილიას სამშობლოში რატომ არ უნდა იყოს მოსწავლე-ახალგაზრდობის სახლი და გინდაც შემოქმედი ადამიანების საგამოფენო დარბაზი. მოვინადინოთ და ამის გაკეთება შეგვიძლია.

ყვარელში 80-იან წლებში რაიკომის ახალი შენობა აშენდა, ახლანდელი მუნიციპალიტეტის გამგეობის შენობა. ყოფილმა რაიკომის მდივანმა იოსებ მოლაშვილმა, ნათელში იყოს მისი სული, ძველი რაიკომის შენობა ბავშვებს გადასცა. ასეთი ძვირფასი შენობის ლარში გაყიდვა შეიძლებოდა?

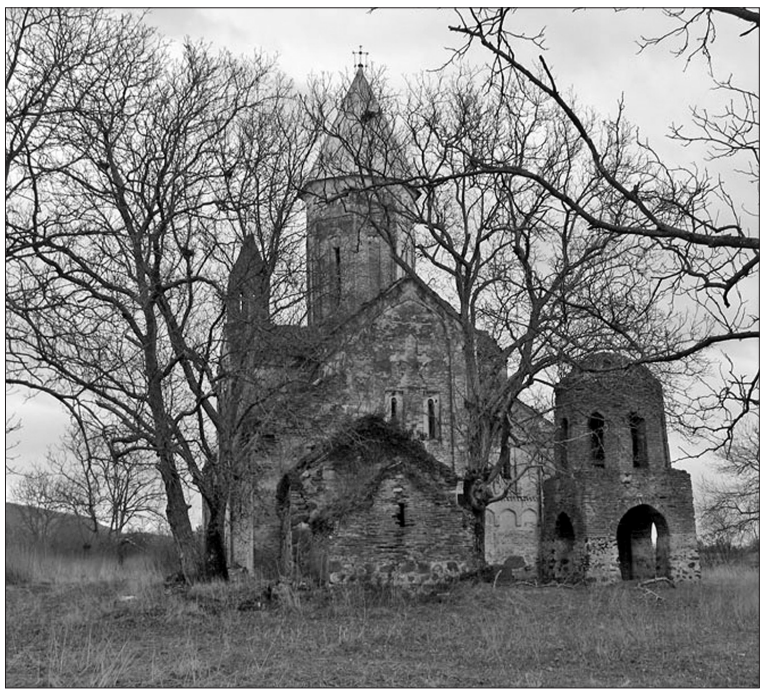
ბოგირი-კაზარმის მოსახლეობა არ უნდა დარჩეს სკოლის გარეშე. მომავალში 200 ბავშვზე გათვლილი სკოლა იქნებ ააშენოთ, ბოგირის და კაზარმის მოსახლეობას სჭირდება.

დღეს ხომ ყველა გაგვახარეთ ლამაზი და კეთილმოწყობილი საბავშვო ბაგა-ბაღით, ამიტომ, დიდი მადლობა ყვარლის რაიონის მუნიციპალიტეტის გამგებელს ილია მზექალაშვილს, ასევე მადლობა ყველას, ვინც წვლილი შეიტანა – ინჟინერ დავით ხარატიშვილს და ვანო სამხარაულს, ასევე იქ მომუშავე მუშებს, რომლებიც სწრაფი ტემპით მუშაობდნენ, რომ ბედნიერი ახალი წელი გასთენებოდათ ბოგირი-კაზარმის ბავშვებს.

გისურვებთ ჯანმრთელობას, ულევ სიხარულს და ბედნიერ მომავალს.

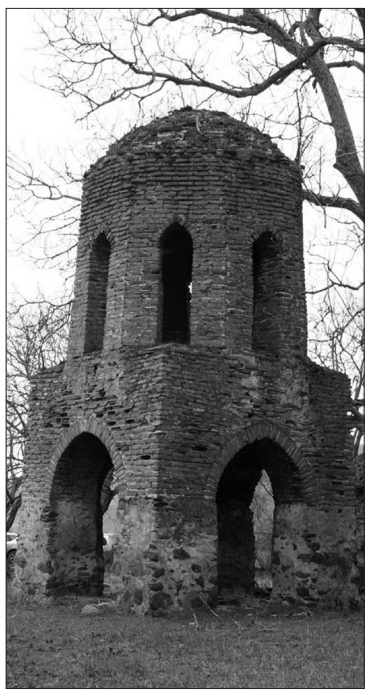
მარინა პატარძლიშვილი,
ქალაქ ყვარლის გამგეობის
ყოფილი ბუღალტერი

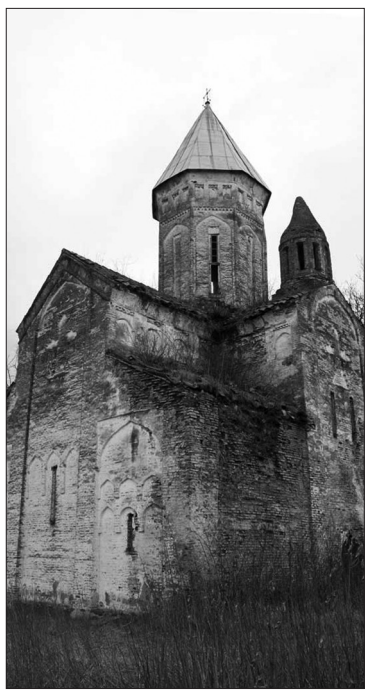
სოფელ ენისლის დაარსების ისტორია



ჩემი მეორე შვილი, რომელიც თბილისში ცხოვრობს, ამასწინათ მესტუმრა და საუბრისას მან მითხრა: იცი, თუ არა მამაჩემო, რომ ჩვენი სოფელი ენისელი ძველისძველი სოფელი არ არის და ძველად არავინ ცხოვრობდა. შვილის საუბარმა მეტად გამაკვირვა. ნუთუ მე, რომელსაც დაწერილი მაქვს საქართველოს წარსულზე მრავალი ნარკვევი, არ უნდა ვიცოდე ჩემი სოფლის ისტორია მეთქი. საკითხი რომ უფრო საფუძვლიანად შემესწავლა, პირველ რიგში მივმართე ყვარლის რაიონის არქივს. საბედნიეროდ არქივის გამგე ჩემი ძველი მეგობარი აღმოჩნდა. მან დიდი პატივისცემით მიმიღო. მას ვუთხარი ჩემი მისვლის მიზეზი, ადგილებში ააშენა ბევრი ციხე და ეკლესია, არაბთა ბატონობის დამყარების დროს (VII-XI საუკუნეები) არჩილმა არ უარყო ქრისტეს რჯული, რის გამოც არაბებმა იგი მოკლეს.

როდესაც ვეხებით ელისენისა და ენისელის განმარტებებს, აქ ერთ გარემოებასაც უნდა მივაქციოთ ყურადღება. ესაა სიტყვა კაკი. ენციკლოპედიაში გვხვდება სიტყვა კაკ-ელისენი საინგილოს განმარტებასთან დაკავშირებით (კაკი იყო პროვინცია, ჰერეთის პუნქტი და მხარე). ენციკლოპედიაში გვხვდება სიტყვა კაკ-ენისელი საინგილოს განმარტებასთან დაკავშირებით, სადაც აღნიშნულია, რომ საინგილო იყო ისტორიული კახეთის ჩრდილო-აღმოსავლეთი ნაწილი ფეოდალური ხანის საქართველოში, რომელიც ახლა აზერბაიჯანში ერთიანდება. ჩემი აზრით აქ სიტყვა ენისელის მაგივრად უნდა უნდა იყოს ელისენი და არა ენისელი. ენციკლოპედიაში ტექნიკური შეცდომაა დაშვებული.





XV საუკუნის მეორე ნახევარში კახეთის მეფე გიორგი პირველმა (1466-1476 წ.) ელისენში შექმნა სამოურაო. ეს იმ ფაქტზედაც მიგვითითებს, რომ ელისენი საკმაოდ დიდი მხარე ყოფილა, ამდენად, ელისენი იყო არა სოფელი, არამედ იყო მხარე. XVI საუკუნიდან ელისენში დაღისტნიდან გადმოსული ლეკები სახლდებიან, თუმცა იგი კვლავ რჩება ქართული სამეფოს შემადგენლობაში.

XVII საუკუნის დასაწყისში ელისენი ახლად წარმოქმნილი მაჰმადიანური პოლიტიკური ერთეულის ელისუს სასულთნოს შემადგენლობაში მოექცა. ამის გამო მდგომარეობა ძირითადად შეიცვალა როგორც კაკში, ისე ელისენში. კახეთში ყიზილბაშთა ხანების მმართველობის ხანაში 1677-1703 წლებში. ამ პერიოდში ლეკმა მოსახლეობამ აქ კომპაქტურად დაიწყო დასახლება, რომლებმაც მკვიდრ მოსახლეობაში იძულებით დაიწყეს გამაჰმადიანება.

გამაჰმადიანებულ ქართველებს თურქულად „ახლად მორჯულებულებს“ უნოდებდნენ. „ახლად მორჯულებული“ თურქულად „იანგელოს“ ნიშნავდა. აი აქედან წარმოსდგა სიტყვა „ინგილო“. საბოლოოდ კი ამ მხარეს საინგილო ეწოდა.

საინგილოს ტერიტორია შეადგენდა სიგრძით 92 კმ-ს, სიგანით 45-60 კმ-ს, რომლის მთლიანი ფართობი უდრიდა 4780 კვ.2 კილომეტრს, დღეს საინგილო, რომელიც მოქცეულია აზერბაიჯანის ფარგლებში შედგება სამი რაიონისგან: კაკის, ბელაქნის და ზაქათალისაგან.

საინგილოში დღეს სხვადასხვა ეროვნების ხალხი ცხოვრობს. ესენია ქართველები, წახურელები, ავარიელები, აზერბაიჯანელები, მუღალები, რუსები, სომხები და სხვა. მაჰმადიანი ინგილოები სამივე რაიონში ცხოვრობენ და ისინი რაოდენობით ბევრად სჭარბობენ ქრისტიან ქართველებს.

საინგილოს ზაქათლის ოლქი, (ძველად ასე უწოდებდნენ) გამოიკვლია გერმანელმა მკვლევარმა ფონპლოტმა, რომელმაც მიანიშნა, რომ ეს ტერიტორია ძველად შეადგენდა კახეთის სამეფოს აღმოსავლეთ ნაწილს, სადაც ძირითადად ცხოვრობდნენ ქართველები. აქ გაბატონებული იყო ქრისტიანული რელიგია.

1894 წელს პეტერბურგში გამოიცა „ენციკლოპედიური ლექსი – კონი“, სადაც ეწერა: „ზაქათლის ოლქი შეადგენდა ჰერეთის დიდ ნაწილს, რომელიც დასახლებული იყო ქართველებით და იგი XVII-XVIII საუკუნეებში ლეკებმა ირანელი მფლობელებისა და აზერბაიჯანელების ხელშეწყობით საბოლოოდ დაიმორჩილეს.

საინგილო საბოლოოდ მთლიანად ჩამოსცილდა საქართველოს XVIII საუკუნის პირველ ნახევარში დაღისტნის, ირანისა და თურქეთის უშუალო ჩარევის შედეგად.

საინგილო რომ ძველადვე ქართველებით დასახლებულ ადგილს წარმოადგენდა, ამას მოწმობს არქეოლოგიური გათხრების შედეგად აღმოჩენილი ქართული ფული („თეთრი“) და უამრავი საოჯახო ნივთები, ქართველთა სალოცავები, ღვინით, არყით სავსე ქვევრები და სხვა.

XVIII საუკუნეში მეფე ერეკლე ცდილობდა საინგილოს შემოერთებას, მაგრამ მან ეს ვერ მოახერხა, თუმცა 1783 წლის ივლისის გეორგიევსკის ტრაქტატის მიხედვით საინგილო ქართლ-კახეთის შემადგენლობაშია მოხსენიებული, მაგრამ მას შემდეგაც, როცა 1801 წელს საქართველო რუსეთს ოფიციალურად შეუერთდა, საინგილო კვლავ ჭარელი ლეკების ბატონობაში დარჩა.

1801 წლიდან ელისენის მხარე დამოკიდებული გახდა რუსეთის იმპერიაზე და 1870 წლიდან საბოლოოდ შევიდა მის შემადგენლობაში, როგორც ჭარბელაქნის ოლქის ნაწილი. 1921 წლიდან ისტორიული ელისენი საინგილოსთან ერთად აზერბაიჯანის შემადგენლობაში გაერთიანდა.

როგორც ქართულ საბჭოთა ენციკლოპედიაშია მოცემული ელისენი და ენისელი სინონიმებია. დღეს ელისენი აზერბაიჯანის ტერიტორიაზე მდებარეობს, ხოლო ენისელი – საქართველოში.

რაშია საქმე? ენციკლოპედიაში რად არის ელისელთან ერთად ენისელი მიწერილი, გაიგივებული? ენისელი ძველის-ძველი სოფელია თუ არა? ან სოფელი ენისელი რომელი საუკუნეებიდან იხსენიება ისტორიაში? აი კითხვა, რომელსაც პასუხი საბოლოოდ უნდა გაეცეს.

თუ ისტორიას გადავხედავთ, უნდა ვიფიქროთ, რომ სოფელ ენისელში მოსახლეობას ცხოვრება დაუწყია საქართველოში ყიზილბაშთა ხანაში 1677 – 1703 წლებში; მდგომარეობა არსებითად შეცვლილა ელისენში იმის გამო, რომ ლეკ მოსახლეობას იქ დაუწყია კომპაქტური ცხოვრება, რამაც აიძულა ქართველობა იქიდან აყრილიყო და სხვაგან დასახლებულიყო. ახლა უკვე გასაგებია, რომ მათმა ერთმა ნაწილმა დასახლება დაიწყო დღევანდელ ენისელში.

იბადება კითხვა. დღევანდელ ენისელში დასახლებულებმა რატომ დაარქვეს ახალ დასახლებას ენისელი და რატომ არ შეინარჩუნეს თავისი მხარის სახელი ელისენი? მიმაჩნია, რომ სიტყვა ელისელმა განიცადა დეფორმაცია ალბათ იმიტომაც, რომ ელისენი უფრო ძნელი გამოსათქმელია ვიდრე ენისელი.

მეტად საინტერესოა აქ ერთი დეტალი. ერთ წელიწადს გადმოსახლდნენ თუ არა ელისენები ენისელში, თუ რამდენიმე წელიწადში? ან ამ გადმოსახლებას წინ რაიმე უძღოდა თუ არა?

მიმაჩნია, რომ ყიზილბაშობის დაწყების დროს ელისენში დასახლებულმა ქართველთა დიდმა ნაწილმა შეიგრძნო მომავალი საშიშროება და დაიწყო უსაფრთხოების მიზნით სხვადასხვა გზების ძიება. შესაძლოა ამ მიზნით ყველაზე პროგრესულად მოაზროვნე ჯგუფიც კი შეიქმნა, რომელმაც დიდი ფიქრისა და ძიების შემდეგ გადაწყვიტეს სწორედ აქ, დღევანდელ ენისელში დასახლებულიყვნენ, რადგან კახეთში ყველაზე დაწინაურებულ და გამაგრებულ მხარეს ეს ადგილი წარმოადგენდა.

ელისენების გადაწყვეტილება გრემთან ახლოს დასახლებულიყვნენ, პოლიტიკურად და ეკონომიურად სწორი გადაწყვეტილება იყო, რადგან იმ დროს გრემი წარმოადგენდა დიდ პოლიტიკურ და ეკონომიკურ ცენტრს კახეთში, რომელიც გაშენებული იყო 50-მდე ჰექტარ ფართობზე.

მაინც რომელ ადგილას დასახლდნენ ელისენები? დასახლდნენ გრემ-ქალაქის აღმოსავლეთ მხარეს, გრემ-ქალაქთან ძალიან ახლოს, მდინარე ინწობის მარცხენა მხარეს. დღევანდელი ენისლის სამხრეთით. რატომ ჩრდილოეთით არ დასახლდნენ? იყო ამის მიზეზი? ჯერ ერთი, გრემი როგორც ქალაქი ძირითადად მოიცავდა გრემის მთავარანგელოზის სამხრეთ ტერიტორიას, ხოლო მეორე მიზეზი ის იყო, რომ დღევანდელი ენისლის სამხრეთით ორიოდე კილომეტრზე მდებარეობდა სოფელი შიხიანი, რომლის ცენტრში აშენებული იყო კახთა მეფის ალექსანდრე II-ის (1574-1605 წ.წ.) მეუღლის თინათინის მიერ გუმბათოვანი აღდგომის ტაძარი. ამ ხალხთან სიახლოვე ალბათ სასურველი იყო მათთვის.

ელისენელებს, რომლებიც დღევანდელი ენისლის სამხრეთით დასახლდნენ, ჰქონდათ თავიანთი სასაფლაო, რომელიც მდებარეობდა დღევანდელი ენისლის ცენტრალური გზის ჩრდილოეთ მხარეს, საბუეში მიმავალ გზაზე, რამდენიმე ათეულ მეტრზე იქ, სადაც დღეს გელა ლეგაშვილი ცხოვრობს. ძველი საფლავის ქვები მის ეზოში დღესაც შემორჩენილია. რაც შეეხება სამხრეთსა და ჩრდილოეთის მხარეს, მასზე ხალხის დასახლება მოხდა უფრო გვიან.

როცა ამ საკითხს ვწერდი, ჩემს ბიბლიოთეკაში აღმოჩნდა გიორგი ჩანგაშვილის მიერ დაწერილი წიგნი „საინგილო“, რომელიც მდიდარ მასალას იძლევა აღნიშნული საკითხის შესასწავლად.

ალექსანდრე გიგიაშვილი

ექიმები და მეცნიერები გვირჩევენ, გვთავაზობენ, გვაფრთხილებენ!

არაჯანსაღი კვება შეიძლება თევზის ქონის მიღებით კომპენსირდეს

თევზის ქონს უნიკალური თვისება გააჩნია – მას შეუძლია ტვინის დაცვა მავნე ტოქსინების ზემოქმედებისაგან. თევზის ქონი არ მოქმედებს თავად ნეიროგენეზზე (ტვინის ახალი უჯრედების წარმოქმნა და ინტეგრაცია), თუმცა გააჩნია პროტექტორული ეფექტი.

მკვლევარების აზრით, თევზის ქონი სტიმულირებს ტვინის მეხსიერებაზე, საკვების მიღებასა და შემეცნებაზე პასუხისმგებელ ზონას. კვლევამ აჩვენა, რომ თევზის ქონი ააქტიურებს მეტაბოლიზმს, გადააქცევს რა ნებისმიერ საკვებს დაბალკალორიულად.

ცნობილია, რომ მავნე მაღალკალორიული პროდუქტები უარყოფითად მოქმედებს ნეიროგენეზზე. ხოლო თევზის ქონი ანეიტრალებს მავნე პროდუქტების, კერძოდ, შაქრის (შაქარი ხელს უწყობს ნონის მატებას, არღვევს მეტაბოლიზმს და კოგნიტიურ ფუნქციას) უარყოფით ეფექტებს. ამდენად ტვინი რჩება დაცული. მეცნიერები თევზის ქონის ყოველდღიურ მიღებას გვირჩევენ.

თევზის ქონი – წამალი ოკეანიდან

თევზის ქონი მდიდარია ომეგა-3 ცხიმოვანი მჟავებით. ზოგადად ომეგა 3 ცხიმოვანი მჟავები არეგულირებს ცხიმოვან ცვლას და ქოლესტერინის დონეს სისხლში, აძლიერებს ტონუსს და ამაღლებას შრომისუნარიანობას, იგი ასევე ააქტივებს იმუნურ სისტემას.

ომეგა-3-ის ცხიმოვანი მჟავები წარმოადგენს ისეთ ცხიმოვან მჟავებს, რომლებსაც „შეუცვლელს“ უწოდებენ, რადგანაც ჩვენი ორგანიზმი მათ ვერ აწარმოებს და მათი მიიღება აუცილებელია რეგულარულად საკვებიდან. ვინაიდან საკვები ყოველთვის არ გვაძლევს იმის საშუალებას, რომ მივიღოთ რეკომენდებული ყოველდღიური დოზა, ამდენად მნიშვნელოვანია იგი შეივსოს ომეგა-3-ით.

თევზის ქონის გამოყენების ჩვენებებია:

და ჰიპო და ავიტამინოზი (ხშირი რესპირატორული დაავადებები, ძვლების ზრდის დარღვევა, მხედველობის დაქვეითება, კანის, თმის, ფრჩხილებისა და კბილების სტრუქტურის დარღვევა, რაქიტი რეკონვალესცენციის პერიოდში);

სხვადასხვა გენეზის ოსტეოპათიის პროფილაქტიკა და მკურნალობა: ოსტეომალაცია, ოსტეოპოროზი, აღდგენითი პერიოდი ოპერაციული ჩარევების შემდეგ „ცრუ“ სახსრების გამო, მოტეხილობები შენელებული კონსოლიდაციით, ძვლოვანი კოჟრების წარმოქმნის სტიმულაცია;

ათეროსკლეროზისა და მისი სისხლძარღვოვანი გართულებების პროფილაქტიკა;

ჰიპერლიპიდემია. რეკომენდირებულია გამოყენება თვალის დაავადებების კომპლექსური თერაპიის დროს: პიგმენტური რეტინიტი, ქსეროფთალმია, კერატომალაცია, კონიუნქტივიტი, ქუთუთოების ეგზემატოზური ცვლილება.

უკუჩვენება

სამკურნალო საშუალების გამოყენების უკუჩვენებად მიჩნეულია ჰიპერმგრძნობელობა მისი კომპონენტების მიმართ, იდიოპათიური ჰიპერკალციემია, ჰიპერკალციურია, ფილტვების ტუბერკულოზის აქტიური ფორმები, ღვიძლისა და თირკმელების მწვავე და ქრონიკული დაავადებები, ნეფროუროლითიაზი, ქრონიკული პანკრეატიტი (შესაძლოა გამოიწვიოს დაავადების გამწვავება), ჰიპერვიტამინოზი, სარკოიდოზი, ხანგრძლივი იმობილიზაცია (დიდი დოზები), თირეოტოქსიკოზი (ჰიპერმგრძნობელობის შესაძლებლობა), საბავშვო ასაკი 7 წლამდე.

ამავე დროს გაითვალისწინეთ, რომ თევზის ქონის მიღების დროს განსაკუთრებული სიფრთხილეა საჭირო:

გასტრიტისა და ღვიძლის დაავადების დროს. თევზის ქონმა შესაძლოა სისხლდენის ალბათობა გაზარდოს.

ზღვის პროდუქტებზე ალერგიის დროს. არ არსებობს სარწმუნო ინფორმაცია იმის თაობაზე, რამდენად ხშირად აქვთ ამ სახის ალერგიის მქონე ადამიანებს ალერგია თევზის ქონის მიმართ, ამიტომ, ვიდრე უფრო მეტს შეიტყობდეთ, სიფრთხილეს გვირჩევენ.

აივ ინფექცია„შიდსის, თანდაყოლილი იმუნოდეფიციტის, იმუნოდეპრესანტებით მკურნალობის დროს. თევზის ქონის დიდმა დოზებმა შეიძლება ორგანიზმის იმუნური პასუხი შეასუსტოს, ჩამოთვლილ ჯგუფებში კი ეს განსაკუთრებით სახიფათოა.

ოჯახური ადენომატოზური პოლიპოზის დროს. არსებობს ვარაუდი, რომ ასეთ ადამიანებს თევზის ქონმა შეიძლება უფრო მეტად გაუზარდოს სიმსივნეების ჩამოყალიბების რისკი. რადგან თევზის ქონი ათხელებს (მართალია, მცირედ) სისხლს, არ შეიძლება მისი მიღება იმავე თვისების მქონე ასპირინის შემცველ წამლებთან ერთად.

თროგა სასიცოცხლოდ აუცილებელია

ოქსფორდის უნივერსიტეტის ფსიქოლოგიისა და ევოლუციური ნეიროქირურგიის კვლევების ჯგუფის ხელმძღვანელი, რობინ დანბარი აცხადებს, რომ მამაკაცთათვის, სულ მცირე კვირაში ორჯერ ოთხ მამაკაც მეგობართან ერთად დათრობა, სასიცოცხლოდ აუცილებელია.

დანბარის კვლევის მიხედვით, სწორედ ეს რაოდენობაა ოპტიმალური მამაკაცის ჯანმრთელობის შესანარჩუნებლად. კვლევის მიხედვით, ძლიერი მეგობრული კავშირის მქონე პირთა შორის კვირაში ორჯერ ალკოჰოლის ერთად მიღება აძლიერებს იმუნურ სისტემას, აქრობს სტრესს, გამოყოფს ენდორფინებსა და წარმოშობს კეთილშობილების მაღალ ხარისხს.

კვლევა ასევე ამტკიცებს, რომ მიუხედავად ხშირი ვირტუალური თუ საკომუნიკაციო კონტაქტებისა მეგობრებს შორის, მამაკაცის ჯანმრთელობისათვის სწორედ მეგობრებთან ერთად ფიზიკურად გატარებული დრო არის მნიშვნელოვანი. მეტიც, კვლევის მიხედვით, დანბარი ამტკიცებს, რომ კვირაში ორჯერ მეგობრებთან ერთად დათრობა მამაკაცთათვის, სწორედ რომ, სასიცოცხლოდ მნიშვნელოვანია.

აი, რატომ არ უნდა გადააგდოთ კვერცხის ნაჭუჭი

კალციუმი აუცილებელია ჩვენი ორგანიზმისთვის, რადგან იგი არეგულირებს კუნთებისა და ნერვების ფუნქციებს, არეგულირებს გულისცემას, ხელს უწყობს ძვლოვანი ქსოვილების ფორმირებას და ხელს უშლის ოსტეოპოროზის წარმოქნას, ასევე უზრუნველყოფს უშფოთველ ძილს. კალციუმი ასევე აძლიერებს თმას და ანიჭებს მას ბზინვარებას.

უმოძრაო ცხოვრების წესი, სასმელი, უალკოჰოლო სასმელები და ყავა სპობს კალციუმს ქსოვილებში. ქალების მენოპაუზის დროს, ასევე ორსულები და მოხუცები არიან იმ ადამიანთა სიაში, რომლებიც, ძირითადად ებრძვიან კალციუმის დეფიციტს. კალციუმის სათანადო დონეზე შენარჩუნება საჭიროა სხეულის ოპტიმალური ფუნქციონირებისათვის.

ერთი კვერცხის ნაჭუჭი შეიცავს 90% კალციუმს და მინერალების საოცარი წყაროა. კვერცხის ნაჭუჭის ქიმიური შემადგენლობა, საკმაოდ მსგავსია ჩვენი ძვლებისა და კბილისა, ამიტომ იგი ადვილად შეინოვება ორგანოების მიერ.

მისი რეგულარული მოხმარება ამცირებს არტერიულ წნევას და ქოლესტერინის დონეს სისხლში.

ნაჭუჭი მდიდარია სპილენძით, რკინით, მოლიბდენით, ფთორით, თუთიით, ქრომით, მაგნიუმით და ფოსფორით. ექსპერტთა რეკომენდაციის მიხედვით 1.5-დან 3 გრამამდე დამსხვრეული ნაჭუჭის მოხმარება ყოველდღიურად ძალზედ სასარგებლოა.

ფარისებრი ჯირკვალი

გარეცხეთ და გაასუფთავეთ 8 ცალი კვერცხის ნაჭუჭი. როგორც კი ისინი სრულიად გაშრება დაამატეთ 2 ცალი ლიმონის წვენი და დატოვეთ ნარევი მაცივარში რამდენიმე დღის განმავლობაში. ნაჭუჭი გახდება თხევადი და შერბილდება. დაძაბვის შემდეგ დაამატეთ თხევადი თაფლი და 50%-იანი სპირტი. შეინახეთ ნარევი ერთი კვირის განმავლობაში. მიიღეთ მიღებული ნარევი 2-4-ჯერ დღეში ჭამის შემდეგ.

გასტრიტი და წყლულოვანი დაავადება

დანის წვერზე დაალაგეთ ცოტაოდენი კვერცხის ნაჭუჭი და აურიეთ ორ სუფრის კოვზ ლიმონთან ერთად. მას შემდეგ რაც ნაჭუჭი შერბილდება, დაამატეთ ცხელი რძე. გამოიყენეთ ნარევი დღეში ორჯერ, დილით, სანამ შეჭამთ ან დალევთ რაიმეს და ძილის წინ.

სისხლის გასაწმენდად და სხეულის გასაძლიერებლად

გარეცხეთ, დაანაწევრეთ ნაჭუჭები. დაასხით 3 ლიტრი წყალი და შეინახეთ მაცივარში ერთი კვირის განმავლობაში, როგორც ჩვეულებრივი წყალი. მიირთვით 2-3 ჭიქა დღეში. თქვენი გემოვნებით შეგიძლიათ დაამატოთ ცოტაოდენი ლიმონის წვენი.

სასარგებლო პროდუქტები
თქვენ უნდა იცოდეთ ყველაფერი ღორის ხორცის შესახებ, ეს ჭეშმარიტება აქამდე საიდუმლოდ ინახებოდა

ბოლო წლებში, ღორის ხორცი დიდწილად ხასიათდება, როგორც არაჯანსაღი ხორცი და ფიქრობენ, რომ ეს არის საფუძველი ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემის წარმოქმნისა. როგორც აღმოჩნდა, ღორის ხორცი კიდევ უფრო სასარგებლოა, ვიდრე დიეტოლოგებისგან რეკომენდირებული კვების ალტერნატივა: ფრინველისა და საქონლის ხორცი.

ღორის ხორცის გამოყენება სასურველია ადრეული ასაკიდან. ღორის ქონი არის ნაკლებად გაჯერებული ცუდი ქოლესტერინით და უფრო სასარგებლოა, ვიდრე საქონლის ხორცი.

ღორი არ „იცოხნება“, შესაბამისად იგი არ გადაამუშავებს საკვებს ხელმეორედ და ამიტომ ღორის სხვა მახასიათებლები უფრო თავსებადია ადამიანის ჯანმრთელობასთან ვიდრე საქონლისა.

„თუ ღორი იზრდება ღია ცის ქვეშ – ამ შემთხვევაში მის ხორცში დიდი რაოდენობით ომეგა 3 იქნება“ – ამბობს დიეტოლოგი.

„მრავალი წლის განმავლობაში მე ეჭვქვეშ ვაყენებდი ღორის ხორცის სარგებლიანობას. მას შემდეგ, რაც ცდები ჩავატარეთ შეიძლება ითქვას რომ გამოვიღვიძე და საღი აზრი ჩამომიყალიბდა ამ ფაქტის მიმართ“ – ამბობს ის.

როგორც ამბობენ მრავალი ტესტი ჩატარდა დიეტოლოგებთან ერთად და დადგინდა, რომ ღორის ხორცი სრულიად შესაფერისია საკვებად.

„თქვენ შეუიარაღებელი თვალითაც შეგიძლიათ დაინახოთ, რომ ღორის ქონი მდიდარია ცხიმოვანი მჟავებით, ისევე, როგორც ზეითუნის ზეთი. გაიფიქრეთ, როდესაც ტემპერატურა თბილია – ღორის ქონი ხდება თხევადი“.

სალის გემო იმდენად სასიამოვნოა, რომ მისი საკვებად გამოყენება სასურველია, ხოლო ცხვრისა და საქონლის ცხიმი იმდენად უსარგებლოა, რომ მისი გამოყენება თითქმის არავის არ სურს. არავის შეუძლია ერთი ნაჭერი ძროხის ქონის მირთმევა, შესაბამისად მისი ღორის ქონთან შედარებაც კი ზედმეტია“. – ამბობს დიეტოლოგი.

ამ რეცეპტის საშუალებით აიმაღლებთ იმუნიტეტს, შეამცირებთ ქოლესტერინის დონეს და გათავისუფლდებით ყველანაირი ინფექციისგან

გულის დაავადებებს ხშირად ინვევს არტერიების გადატვირთვა, იმისათვის, რომ მთელმა სისტემამ და ორგანოებმა იფუნქციონიროს სრულფასოვნად, მნიშვნელოვანია, რომ სისხლის მიმოქცევა იყოს თავისუფალი და შეუფერხებელი. ამდენად, არტერიების რეგულარული წმენდა აუცილებელია.

როდესაც საქმე მივა ნებისმიერი ორგანოს გაწმენდაზე, ბუნებრივ საშუალებად განიხილება შემდეგი საიმედო და ეფექტური ვარიანტი. არსებობს ძველი გერმანული რეცეპტი, რომელიც დაგეხმარებათ არტერიების გაწმენდაში, იმუნური სისტემის გაძლიერებაში და ქოლესტერინის დონის დარეგულირებაში.

რეცეპტი მოსამზადებლად მარტივია და მოითხოვს სამ ინგრედიენტს: ლიმონს, ნიორსა და ჯანჯაფილს.

თქვენ დაგჭირდებათ:

- გაფილტრული წყალი – 2ლ.
- ლიმონი – 4 ცალი. (დამუშავებული)
- ნიორი – 4 კბილი.
- ჯანჯაფილი – დაახლოებით 4 სმ.

მომზადების წესი:

1. აიღეთ 4 ცალი ლიმონი და დაჭერით პატარა ნაჭრებად.
2. გაასუფთავეთ ნიორი და ჯანჯაფილის ფესვი, დაჭერით ისინი ასევე პატარა ნაწილებად.
3. მოათავსეთ ყველა ინგრედიენტი ბლენდერში და მოამზადეთ სქელი პასტა.
4. მოათავსეთ სქელი მასა ქვაბში და ცოტა შეათბეთ.
5. აურიეთ, და დაამატეთ 2 ლიტრი წყალი.
6. მოხარშეთ 15 წუთის განმავლობაში.
7. გაწურეთ სითხე და მოათავსეთ შუშის ქილაში.
8. შეინახეთ მაცივარში ღამით.

მიღების წესი:

მიირთვით ეს სასმელი ყოველ დღე 1 ჭიქის ოდენობით. თუ გსურთ, შეგიძლიათ მიირთვათ დაძინებამდე 2 საათით ადრე, ასევე უზმოზე. სასმელი გემოთი წაგაგავს ლიმონათს. მიირთვით სასმელი ყოველდღე, რათა მიიღოთ შედეგი.

როგორ მუშაობს იგი?

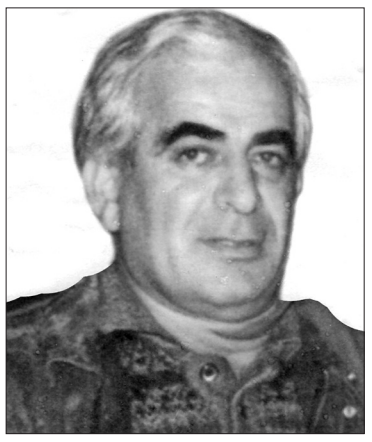
ნიორი საკუთარი ბუნებრივი და სამკურნალო თვისებებით საკმაოდ ცნობილია. იგი მდიდარია ანტიბაქტერიული, ანტივირუსული თვისებებით, რომელიც იცავს ორგანიზმს ინფექციებისგან. ალიცინი მიიჩნევა მთავარ შემადგენლობად ნიორში, რომელიც ხელს უწყობს იმუნური სისტემის გაძლიერებას. ნიორი ორგანიზმს უზრუნველყოფს ელემენტებისგან როგორებიცაა: მაგნიუმი, ვიტამინი B6 და ვიტამინი C.

ნაერთები როგორიცაა: გინგეროლი, კაპსაცინი, კურკუმინი, ბეტა-კაროტინი, სალიცინის მჟავა და კოფეინის მჟავა გარდაქმნის ჯანჯაფილს მშვენიერ ანთების საწინააღმდეგო საშუალებად. იგი ეხმარება ორგანიზმს აღმოფხვრას დაგროვილი ცხიმები და კუჭთან დაკავშირებული პრობლემები.

ლიმონი – მდიდარია ვიტამინი C-ს შემადგენლობით, რომელიც აუმჯობესებს იმუნურ სისტემას. ეხმარება და არეგულირებს PH დონეს ორგანიზმში და შესაბამისად, ხელს უშლის ვირუსული დაავადებების წარმოქმნას. ლიმონი წმენდს არტერიებს და გამოდევნის დაგროვილ ცხიმებს.

ეს არის ყველაზე იოლი გზა იმისთვის, რომ თავი დავაღწიოთ დაგროვილ ტოქსინებს და შევამციროთ ქოლესტერინის დონე ორგანიზმში.

გამოსათხოვარი



ნიკოლოზ სეფაშვილი

უდიდესი ბედნიერებაა ადამიანის დაბადება და ამ ქვეყნად მოვლინება, მაგრამ რთულია მისი აღზრდა და სწორ გზაზე დაყენება, რათა მან ოჯახსა და ქვეყანას სიკეთე მოუტანოს. ამ მიზნის მისაღწევად მშობლები ძალისხმევას არ იშურებენ და უხარიათ, როცა მათი შვილი საზოგადოებისათვის მისაღები პიროვნება ხდება და დამსახურებული ავტორიტეტით სარგებლობს გარშემო მყოფ ადამიანებს შორის.

ჭეშმარიტად ამაყობდნენ ქალბატონი ესმა და ბატონი ზურაბი ერთადერთი ვაჟიშვილის ნიკოლოზ სეფაშვილის პირველი ნაბიჯებით. მან უმაღლესი სასწავლებელი წარჩინებით დაამთავრა და მშობლიურ რაიონში დაიწყო საქმიანობა. იგი მუშაობას იწყებს ქინძმარაულის საბჭოთა მეურნეობაში, შემდგომ ვაჭრობის სფეროში მოუწია დიდხანს ყოფნა, ბოლოს კი ენისლის მეფრინველეობის ფაბრიკაში ხელმძღვანელობდა ყველაზე საპასუხისმგებლო სფეროს. სადაც კი მას უმუშავია, ყველგან უდიდესი ავტორიტეტით სარგებლობდა და პატივს სცემდნენ როგორც კარგ ხელმძღვანელსა და ყოველთვის მხარში მდგომ ადამიანს.

და როგორი ძნელია წარმოვიდგინოთ, რომ ჩვენს გვერდით აღარ არის ბატონი ნიკო. მართლაც, რომ ვერავინ ვიფიქრებდით, თუ ასე ნაადრევად, 67 წლის ასაკში მიგვატოვებდა ყველას – საკუთარ ცოლ-შვილს, ახლობლებსა და მეგობრებს. გვჯეროდა, რომ ნიკო თავისებური შემართებით, სიჯიუტით დაჯაბნიდა ავადმყოფობას და ჩვენთან ერთად გააგრძელებდა ცხოვრებას. მაგრამ ამაო ყოფილა ჩვენი ლოდინი, ნიკომ სამუდამოდ მიგვატოვა და ზეციურ საქართველოში ყოფნა არჩია, ალბათ იმიტომ, რომ უამრავი მეგობარი იქ ელოდებოდა.

ჩვენო მეგობარო,ნაადრევად დაგამწუხრეს და მიგატოვა ჯერ კუკური ჭერაშვილმა, შემდგომ ძმასავით შეზრდილმა ავთანდილ გაფრინდაშვილმა. მათ მიყვნენ გამორჩეულად საუკეთესო მეგობრები: გიუშა, ვაჟა ფიდანიჩი, ზამირ ივანიჩი, სოსო ელიოზაშვილი, კოკორი, კნიაზი, კალე და მერაბ სეფაშვილები, სულ ახლახანს კი თამაზ ჭერაშვილი. შენ თითოეული მათგანის გარდაცვალებას ძალიან განიცდიდი და ნერვიულობდი.

შენი ვიტალი, ილია, მიმინო, მალხაზი, გლაჯო, ვანო, იურა, შუქრი, გელა, კოტე, ვალერი, ალიკა, წერო – აქ დარჩენილი მეგობრები კი დავდიოართ გულგატეხილები და შეძრწუნებულები, რადგანაც ველარ მოვისმენთ შენს ტკბილ საუბარს, ჭიქას ჭიქაზე ველარ მივურტყამთ შენს ფაზენდაში.

ტრადიციული ქართული სტუმარ-მასპინძლობით გამოირჩეოდა თქვენი ოჯახი ნიკოლოზ. ყვარელში კაცურ-კაცობით, გამოჩეულმა მამაშენმა ზურაბ სეფაშვილმა დაგანათლა სტუმრის სიყვარული და ლამაზად დახვედრა. ხშირად გვიხმობდი მეგობრებს და ხეივნის ქვეშ გვიშლიდი სუფრას, ილხენდი და ჩვენც გვალხენდი, შენთან გატარებული დრო ტკბილ მოგონებად დაგვრჩება მეგობრებს.

სუფრასთან ყოფნისას შენთვის განსაკუთრებულად გამორჩეული, საყვარელი სადღეგრძელო შვილიშვლების დალოცვა იყო. გამოიტანდი ბაკალს და იტყოდი „კირკლამდე“ გაავსეთო. ცხონებულმა ავთანდილმა თქვა ამ ბაკლით შენი ნიკას დაბადების სადღეგრძელო და მას შემდგომ ტრადიციად დარჩა. ამ სადღეგრძელოს დროს ნაღველი შემოგაწვებოდა და თვალებში ცრემლებს ვხედავდით, რადგან ნიკას და ლუკას ყოველდღიურად ვერ ეფერებოდი და ეალერსებოდი. მათი საფრანგეთიდან ჩამოსვლა მეორედ დაბადებას ნიშნავდა შენთვის, გახარებული დადიოდი და გვერდიდან არ იშორებდი, ცდილობდი მათ ქართული ტრადიციები არ დაევიწყებინათ.

კარგი შვილები აღზარდეს შენმა ზურაბმა და ნანამ, ნიკა და ლუკა უთუოდ დიდ წარმატებებს მიაღწევენ საფრანგეთში და ჩვენს ქვეყანასაც გამოადგებიან. შენმა ვაჟკაცმა ზურაბმა ოჯახი მიატოვა საფრანგეთში და თვეზე მეტი თავს დაგტრიალებდა, ძალისხმევა არ დაიშურა შენი გადარჩენისთვის, მაგრამ ვერ აჯობა ავადმყოფობას. დარჩა ქალბატონი ქეთევანი მარტოდ და ოჯახის მძიმე ტვირთი მას დააწვა მხრებზე.

ნიკალაი გვიჭირს იმის დაჯერება, რომ აღარ ხარ ჩვენს შორის, ჭეშმარიტად კოლორიტი კაცი, რომელიც ძალიან ამშვენებდი ყვარელს.

შენ ღირსეულად და კაცურად იცხოვრე განვლილ წუთისოფელში, იყავი სამართლიანი და მეგობრებისათვის ჭირში და ლხინში ყოველთვის მხარში მდგომი. ამ ქვეყანაზე ყოფნისას მხოლოდ მადლი და სიკეთე გიიესია.

სამეგობროს ძალიან გვაკლიხარ ნიკოლოზ, ჩვენ კი ისევ დაგვრჩენია სანუგეშოდ, რომ ხშირად მოგიგონოთ და ვილოცოთ შენი სულის საცხონებლად..

უფალს შევთხოვთ ნათელში გამყოფოს და სასუფეველი დაგიმკვიდროს ჩვენო უძვირფასესო მეგობარო!

მეგობრების სახელით
ალექსანდრე გიგილოშვილი

ელენე ცაცანაშვილი (ურია ელიკო)

დიდი ილია ბრძანებდა: „ვისაც უნდა, რომ ღმერთმა ასახელოს და ადიდოს, მან ორი სახელი უნდა იქონიოს: ერთი აქ დასარჩენი, მეორე თან წასაღები“

ქართველ ებრაელთა ქართულ მიწაზე ცხოვრების 26 საუკუნოვანი ისტორია დაიწყო მაშინ, რაც „ნაბუქოდონოსორისგან მუნით ოტტებულნი ურიანი მოვიდნენ მცხეთასა“. ეს ფრაზა აღებული „ქართლის ცხოვრებიდან“ ზუსტად მიესადაგება ყვარელში „ურია ელიკოს“ სახელით ცნობილი ქალბატონის ელენე ცაცანაშვილის ტანჯულ ცხოვრებას, რომლის ცხოვრების დევიზი იყო სიკეთე, სიკეთე და არაფერი სხვა, სიკეთის გარდა, რომელსაც იგი უხვად გასცემდა, მაგრამ სამაგიერო სიკეთეს არავისგან ღებულობდა და არც არასოდეს მოუთხოვია ვინმესგან.

„მე მაქვს სიკეთე და ამ სიკეთეს გჩუქნი შენ, ჩემო სამშობლო, შენ კი სულ ამ სიკეთით გევლოს, ჩემო საქართველო“ – ეს სიტყვები აღებულია ქალბატონ ელენე ცაცანაშვილის ლოცვის ლექსიკონიდან, რომელიც მრავალჯერ წამოთქმულა მის ბაგეთაგან და ჩემგან მოსმენილი ყოფილა.

ამ გრძელი შესავლის შემდეგ მინდა ვაუწყო ქ. ყვარლის საზოგადოებას, რომ 2016 წლის 25 დეკემბერს გარდაიცვალა ქ. ყვარელში ებრაელთა თემის უკანასკნელი მოჰიკანი დეიდა ელიკო – ურია ელიკოს სახელით რომ იყო ცნობილი, რომელსაც 90 წელი შეუსრულდებოდა 2017 წლის 12 იანვარს და რომელსაც ორივე სახელი ჰქონდა და ორივე სახელი ღირსეულად ატარა – საქაოსაც და საიქიოსაც, არ შელახა ებრაელი ქალის მანდილი და არც ლამაზი, ნატიფი სახის ნაკვთებით შემკული გარეგნობა, მემკვიდრეობით რომ ერგო მისი სილამაზე მის ლამაზ ქალიშვილს ზუხრას.

ქალბატონ ელენე ცაცანაშვილს მისი დიდსულოვნებისა და ღირსების გამო სიყვარულსა და პატივისცემას არ აკლებდა ქ. ყვარლის მოსახლეობა.

ქალბატონი ელენე ცაცანაშვილი არ აჰყვა სხვათა ფეხის ხმას და სხვა ებრაელების მსგავსად არ აიყარა ქართული მიწა-წყლიდან, გეზი არ აიღო ისტორიული სამშობლოს მიწა-წყლისკენ, არ მიაშურა აღქმულ ქვეყანას, არ დაივიწყა „ბიბლიური ფიცი“ „თუ დაგივიწყო შენ, იერუშალაიმ, დამიწდეს მარჯვენა ჩემი, ენა ჩემი მიახმეს სასას ჩემსას“. არადა საყოველთაოდ ცნობილია, რომ რაოდენ დალხინებულიც არ უნდა ყოფილიყო ებრაელების ყოფაცხოვრება ჩვენს მიწაზე, რაოდენ მშვიდობიანადაც არ უნდა ეგრძნოთ თავი, მაინც აღქმული ქვეყნისკენ ეჭირათ თვალი, მიუხედავად ამისა, „ურია ელიკომ“ არ მიატოვა შვილებისა და შვილიშვილების საფლავები, არ გაიარა საქართველო-ისრაელს შორის გადებულ მეგობრობის გრძელ ხიდზე, არ ჩაესვენა ისრაელის უდაბნოს ცხელ ქვიშნარში და სამუდამოდ მიებარა მწვანე ხეებით დაბურულ ყვარლის მადლიან მიწას.

ნათელში ამყოფოს მისი სული უფალმა.

წინამდებარე ლექსიც ქართულ-ებრაული ურთიერთობის მრავალსაუკუნოვანი მეგობრობის გამოძახილია, რომელიც წლების წინ გულწრფელად დამყარდა ჩემსა და „ურია ელიკოს“ ოჯახებს შორის.

ბიბლიური ფიცი

„თუ დაგივიწყო, შენ, იერუშალაიმ,
დამიწდეს მარჯვენა ჩემი,
ენა ჩემი მოახმეს სასას ჩემსას“
ებრაელთა ბიბლიური ფიციდან

იყო წარღვნა თუ ღვთის რისხვა,
ქრისტესავით ჩვენ ჯვარს გვაცვეს,
მოსეს მიწა, მისხალ-მისხალ,
ფეხქვეშ ისე გამოგვტაცეს,
გვარბიეს და ისე გვძარცვეს,
სისხლი გვწოვეს, ცეცხლზე დაგვწვეს,
ვაი, რა შევცოდეთ გამჩენს,
მსოფლიოში მიმოგვფანტეს.
ბარბაროსთა ცეცხლის ენით,
ჩვენი კვნესა ცას სწვდებოდა,
მაგრამ მაინც დევნა-გვემით,
რწმენა ძველი, არ ქრებოდა.
ებრაელთა მცირე გვარმა,
მცხეთას თავი შევაფარეთ,
თავის კალთა დაგვაფარა,
დედასავით შევიყვარეთ.
მაგრამ მიწის ყივილი ხომ
არ გვაძლევდა მოსვენებას,
წასულ წელთა ხსოვნა და დრო
არა ჰგავდა მოჩვენებას.
ყველას გულის თქმა ეს იყო:
თითქოს ერთად დაგვეფიცოს
„თუ კი ოდეს დაგივიწყო,
ეს მარჯვენა დამემიწოს“.
თუმც ოცნება აგვისრულდა
მაგრამ გულს ვერ ჰყოფს საზღვარი
სიყვარული არ დასრულდა
ძველ ძმასთან გვაქვს ჩვენ სამგზავრი.
ებრაელად დავიბადე,
ძველ ქართველად გავიზარდე,
დედა-ენა და ივრითი
გულს პერანგად ამოვქარგე.
მე ქართველად უნდა მოვკვდე,
წინაპრებთან უნდა მოვხვდე
და ამ მიწას მივებარო.
საბერველი აქ დავბერე
და მე უნდა აქ ვიმჭედლო,
სადაც გული ვანვრთე რვალად
სად სახნისი გამოვკვერე.
სად შევაბი ხარი ცალად,
სად გავავლე ჩემი ხნული,
„იავნანა“ დავამღერე.
მთელი სულით, მთელი გულით,
უცნაური რაა მერე?!
კაცი სადაც დაიბადა,
სადაც კაცად გაიზარდა,
ის იქ აცხობს ბედიკვერებს,
გულს თამამად იქ ამღერებს.
წარსულით და მომავალით,
მშობელ ერის ორი რითმით
ქართულითა და ივრითით.
ორი სახელითა და გვარით,
ორი ენით დალაშქრულით
ივრითითა და ქართულით.

გულწრფელი თანაგრძნობით
ზაქრო გუთიაშვილი

როგორ უნდა გააკრიალოთ გაზქურა უმარტივესი მეთოდით – ხეხვისა და ფხეკის გარეშე

გაზქურა ყველაზე რთულად მოსავლელი უბანია სამზარეულოში. მისი დასუფთავება სისტემატურად გვინევს, რაც დროსა და საკმაო ძალისხმევას მოითხოვს. გინახავთ ქალი, გაზქურის ხეხვა რომ უყვარდეს? არა მგონია... ამჯერად გასწავლით, როგორც ჩაატაროთ გაზქურის წმენდის პროცედურა სწრაფად და მარტივად. აი, რა დაგჭირდებათ ექსპრეს-წმენდისთვის:

* მეოთხედი ჭიქა ცომის გამაფხვიერებელი
* 250 მლ. ამიაკის ხსნარი (ნიშადური)
* 1 ლიტრი ცხელი წყალი
* 2 ცეცხლგამძლე ჭურჭელი

როგორ უნდა გაწმინდოთ ღუმელის მინა:

1. გამაფხვიერებელს დაამატეთ წყალი და ურიეთ, სანამ არაჟნის სისქეს არ მიიღებს.
2. დაასხით ეს მასა მინაზე
3. დატოვეთ ნახევარი საათის განმავლობაში
4. გადაწმინდეთ ჩვრით ან ღრუბელით.

ისე გაკრიალდება, გაოცებული დარჩებით.

ღუმელის შიგთავსის გასუფთავებაც ადვილია. ეს პროცედურა ჯობია საღამოს წამოიწყოთ.

1. გაახურეთ ღუმელი 150 გრადუსამდე
2. ჩაასხით ჭურჭელში ერთი ლიტრი მდუღარე წყალი
3. მეორე ჭურჭელში – ამიაკი
4. გამორთეთ ღუმელი
5. ამიაკი და წყალი ორივე ღუმელში შედგით (გამორთულ, მაგრამ წინასწარ გაცხელებულ ღუმელში). ოღონდ, ამიაკი დადგით ლანგრის დასადგმელზე, შუაში, წყალი კი ღუმლის შიგთავსის ძირზე, ზედაპირზე.
6. დახურეთ ღუმელი და დასაძინებლად წადით (ეს პროცედურის ყველაზე საესიამოვნო დეტალია)
7. მეორე დილით ამიაკში ცოტა ჭურჭლის სარეცხი სითხე ჩაუმატეთ, უხეში ქსოვილი ჩაალბეთ

მასში და შიგთავსი გაწმინდეთ.

სულ ეს არის. ხომ ადვილია? ოღონდ არ დაგავიწყდეთ სამზარეულოს განიავება და ნიშადურის ოხშივარისგან გათავისუფლება. შეგიძლიათ ნიშადურის ნაცვლად სოდაც გამოიყენოთ. ოღონდ წყალში გაზავებული სოდით ღუმელის კედლები დაასველეთ და ისე გააჩერეთ. ამის შემდეგ გაწმინდეთ.

ის, რაც ღვინისა და ხორცის შეხამების შესახებ უნდა იცოდეთ

ღვინის მოყვარულ გურმანების უმრავლესობა მიიჩნევს, რომ თეთრი ღვინო თევზეულსა და თეთრი ფერის ხორცს უხდება, წითელი – წითელს, ტრადიცული ადგილობრივი ღვინოები კი მშვენივრად ეხამება ადგილობრივ კერძებს. სხვები ასეთ დამოკიდებულებას სწორხაზოვნებისა და პრიმიტიულობის გამო აკრიტიკებენ, თუმცა, სიმართლის გარკვეული მარცვალი მასში უდავოდ დევს.

მაგალითად, წითელი ღვინო ძალიან ხშირად არ უხდება თევზს, რადგან ეს უკანასკნელი სასმელს ლითონის მომწარო გემოს აძლევს (თუმცა, წითელ ღვინოში მომზადებულ თევზთან წითელი ღვინო მშვენიერი დასალევია). უხეში ტექსტურის ხორცი, რომელიც ხანგრძლივ ღეჭვას საჭიროებს, მშვენივრად არბილებს ტანინის გემოს, აქედან – წესი: წითელი ღვინო სუფრაზე წითელი ფერის ხორცეულთან, თეთრი კი თევზსა და ხორცის თეთრ სახეობებთან ერთად მიიტანეთ.

წითელი ღვინო წითელი ფერის ხორცეულთანაა საუკეთესო.

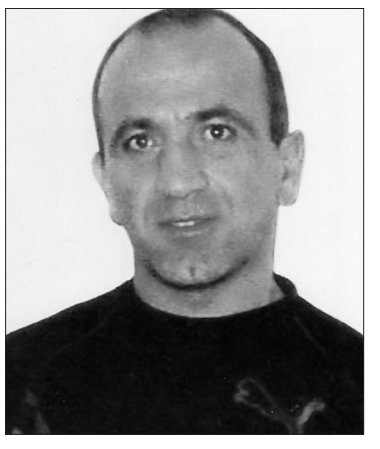
ყველასათვის ნათელია, რომ თევზეულსა და ღია ფერის ხორცს კუჭი გაცილებით იოლად ითვისებს, ვიდრე ნანადირევსა და წითელი ფერის ხორცეულს, აქედან გამომდინარე, ეს პროდუქტები უფრო დელიკატური მეთოდით უნდა მოვამზადოთ, რათა მათ გემოვნებით თვისებებს გაესვას ხაზი – მოვხარშოთ დაბალ ცეცხლზე ან სულაც, ორთქლზე.

შესაბამისად, თამამად შეგვიძლია დავეყრდნოთ ძველ პრინციპს და ღვინო ცილოვანი საკვების ფერის მიხედვით შევარჩიოთ: როცა ცხვრის ან საქონლის ხორცი მარტივადაა მომზადებული, უკეთესია მათთან წითელი ღვინო მივირთვათ (ასევე, ინდაურსა და ღორის ხორცთანაც). თევზისა და კვერცხის კერძების უმეტესობას თეთრი ღვინო უხდება, პარკოსანი კულტურებისგან მომზადებულს კი – წითელი.

ყველაფრის მიუხედავად, ხორცის ფერი არ არის ის ერთადერთი ფაქტორი, რომელიც ღვინის შერჩევაში გვეხმარება.

კახა ჭამიაშვილის გახსენება

არ გათენებულო დაღამებავ



განაწამები ცხოვრების შემოდგომის პირს მეწვიე. გაგიზაფხულე სიცოცხლე. ახალი ფერები შეიძინა სამყარომ. ხალისით, იმედით, სიყვარულით აღმავსე. ერთად ავაგეთ ოცნების კოშკი ლამაზი, მყუდრო ოჯახისა და...

მიმატოვე! მეხის დაცემის ტოლფასი იყო შენი სიკვდილი! ისევ დაკარგა ფასი და აზრი ყველაფერმა. ისევ ერთი რუხი ფერის გახდა ეს სამყარო ჩემთვის შენს გარდა.

ჩემო კახა, რამდენ ხანსაც ინებებს უფალი ჩემს სააქაოში დარჩენას, შენთვის ვიქნები, შენთვის ვიცოცხლებ და ვილოცებ, რომ მანდაური ყოფა შეგიმსუბუქო, იმდენად შეგიმსუბუქო, რომ ჩემი მოსვლის ჟამს სიტყვა მეთქმოდეს უფალთან...

თუმცა შენ რა ცოდვა უნდა გქონოდა, ასე კეთილ, ობლობაში გაზრდილ ბიჭს?! მხოლოდ წვრილმანი ლაფსუსები, რომლის შენდობაზე უფალი არ შეყოვნდებოდა.

მენატრები კახა, ძალიან მენატრები, სულ გეძებ ცხადში და სიზმარში. სიზმარში მოსვლას რომ დამიგვიანებ, ვნერვიულობ, ვფიქრობ, რომ ნანყენი ხარ ჩემზე და დარდი მახრჩობს.

დაღამდება და ცაში დაგეძებ აივანზე მდგარი, მგონია მხედავ და გელაპარაკები: ტირილით შემოგჩივი, რომ შენი მსუბუქად ნათქვამი „ვერა ვარ კარგად“ – არ დაგიჯერე.

შენ გამიფრთხილდი ასეული კილომეტრებით დაშორებულს, მე კი ვერ დავუშვი, რომ ჩემს კახას შეიძლებოდა სერიოზული პრობლემა ჰქონოდა. შედეგიც სახეზეა და შენს დაბადების დღეს უშენოდ ვხვდები – სინანულით, ტკივილებით და ცრემლებით სავსე.

ჩემო კახა, ჩემო არ გათენებულო დაღამებავ, დაბადების დღეს გილოცავ. ნათელში ყოფილიყოს შენი ნათელი სული!

შენი მეუღლე ეკა სეფაშვილი

ყვარლის კულტურის სახლის თანამშრომლები, ღრმა მწუხარებით იუწყებიან კულტურის ღვაწლმოსილი მუშაკის ომარ მათიკაშვილის გარდაცვალებას და თანაუგრძნობენ განსვენებულის ოჯახს.

სასოფლო-სამეურნეო სამუშაოები გვიან ზამთარში

სასოფლო სამეურნეო სამუშაოებისთვის ზამთარი ყველაზე პასიური დროა. თუმცა, არის რიგი სამუშაოები, რომელიც აუცილებელია გაზაფხულის მოსვლამდე ჩატარდეს.

თებერვალში აუცილებელია ვენახის სხვადასხვა სახის საყრდენების, ჭიგოების შეკეთება. სასურველია, იანვრის ბოლომდე დასრულდეს ნიადაგში ორგანული სასუქის შეტანა, რაც გადაბარვის ან სიღრმისეულად ჩათოხვნის შემდეგ უნდა მოხდეს. მერე კი მოვახდინოთ ვენახის გასხვლა. ეს პროცესი მარტამდე გრძელდება. თუმცა, მშრალ და შედარებით თბილ ამინდში, რო ცა არ ყინავს, უმჯობესია ადრიანად გავსხლათ, რადგან საქმე მერეც ბევრია.

ვაშლის, ატმის, ქლიავის თუ მსხლის ხეებს, ასევე თებერვალში უნდა ჩავუტაროთ მსუბუქი გასხვლა, ხოლო თითოეულის შტამპი აუცილებლად შევათვალოთ. ბოლო წლებში განსაკუთრებით იმატა მავნებელ მწერთა სახეობებმა თუ რაოდენობამ. ყველასთვის ხელმისაწვდომი ორგანული სასუქი, ჩაბარვით და ჩათოხნის მეთოდით შევიტანოთ ამ ხეხილის ირგვლივ მდებარე ნიადაგში.

რაც შეეხება შედარებით ახალ კულტურებს – ფეიჰოასა და კივს, თებერვალში მათაც მნიშვნელოვანი ყურადღება სჭირდება.

ფეიჰოას თებერვლის შუა რიცხვებამდე ნუ მოხსნით სარიდან, რომელზეც აკრულია, რადგან ჯერ კიდევ მოსალოდნელია თოვლი, ქარი თუ ამინდის სხვა ჭირვეულობა, რაც უცებ აზიანებს ამ მცენარის სუსტ ღეროებს. თებერვლის ბოლოს ფრთხილად ახსენით, გამხმარი თუ დაზიანებული ტოტები შეაჭერით და ირგვლივ კარგად გაუსუფთავეთ ნიადაგი. ფეიჰოას განსაკუთრებით უყვარს აზოტოვანი სასუქი. ზამთრის განმავლობაში მცენარის ძირების შორი-ახლოს, სასურველია შინიდან გამოტანილი ნაცრის დაყრა და მერე ნაკელთან თუ ტორფკომპოსტთან ერთად მისი გადაბარვა და ჩათოხნა.

კივის კულტურას ამ დროს ესაჭიროება მინერალური სასუქი, ფოსფორტის ფქვილი, სუპერფოსფატი, კალიუმის ქლორიდი ან კომბინირებული სასუქი; შემდეგ კი გადაბარვა, ღრმა ჩათოხნა და შემდეგ – გასხვლა. ასე მომზადებული კივის კულტურა საგაზაფხულო მყნობას ადვილად იტანს და შედეგს დანაკლისის გარეშე იძლევა.

რა თქმა უნდა, დიდია სურვილი, საგაზაფხულოდ ჩვენი ეზო-გარემო ახალი ნარგავებით გავამდიდროთ, დავრგოთ შემოსავლიანი კულტურები, რომელიც ჩვენი ოჯახის ბიუჯეტს წინ წასწევს. ამიტომ ახლავე შეუდექით ორმოების ამოღების საქმეს.

მწკრივებსა და ორმოებს შორის მანძილის დაშორება სხვადასხვა კულტურას სხვადასხვა მანძილით სჭირდება და ამის გარკვევა საშუალო გამოცდილების მეურნესაც არ გაუჭირდება.

ყველაზე მთავარი რაც არის, ესაა დასარგავი მცენარისთვის ზომიერი და განოყიერებული ორმოს მომზადება. ეს უნდა მოხდეს, არა უგვიანეს, თებერვლის დასაწყისისა. ამოვიღოთ ორმო და შიგ ჩავყაროთ ორგანული ნაკელით, ნაცრითა და

ნეშომპალით მიღებული კომპოსტი, ზემოდან კი მოვაყაროთ თავდაპირველად ამოღებული მიწა. ასე მომზადებულ ორმოებში მარტის ბოლომდე ჩავრგავთ სასურველი კულტურის ნერგს. დარგვის წინ ორმოს კიდევ ერთხელ ჩავბარავთ, ავურევთ. ნერგის ირგვლივ ძალიან არ უნდა დავტკეპნოთ მიწა. ნიადაგს უნდა მივცეთ „სუნთქვის“ საშუალება.

თებერვლის დასაწყისში ასევე უნდა მოვამზადოთ ნიადაგი აგროკულტურების დასათესად. ყველა მონადინებულ დიასახლისსა და მეურნეს, ზამთარში, საკუთარ ბოსტანში ოჯახის სამყოფი მწვანილეული აუცილებლად მოეპოვება, თუმცა, საგაზაფხულო სამზადისი აუცილებელი და უპირობოა განახლებული ბაღჩა-ბაღის შესაქმნელად.

დავბაროთ მიწა და გავაკეთოთ კვალიმულჩები, შევიტანოთ ორგანული სასუქი, ნაკელი აუცილებლად ძველი, „გადამწვარი“ უნდა იყოს. ძალიან გავაფხვიეროთ ნიადაგი და ერთი თვის განმავლობაში ასე ვამყოფოთ, ვიდრე დათესვის დრო არ მოვა.

რაც შეეხება ბოსტნეული კულტურების დათესვას კვალსათბურებში, 25 თებერვლიდან უკვე უნდა დავიწყოთ ეს პროცესი.

წიწაკა, პომიდორი, ბადრიჯანი, რეჰანი, ბულგარული, შაშტრამი, ზაფრანი უნ და დავთესოთ საგანგებოდ მომზადებულ, ნეშომპალითა და ნაკელით შემზადებულ ნიადაგში. მერე კი პოლიეთილენის პარკით დავხუროთ. ასევე, უნდა დავთესოთ კიტრი. დრო და დრო კი, საჭიროების მიხედვით, მოვრწყოთ, გავასუფთაოდ სარეველებისგან. მზიან ამინდში კი გადავაძროთ პოლიეთილენის პარკი, მზის ჩასვლის ჟამს კი ისევ დავახუროთ.

კვალსათბურებში ნერგებზე მზრუნველობა და მეთვალყურეობა აპრილის ბოლომდე უნდა გავაგრძელოთ, შემდეგ კი ამ ნაადრევი ნერგების ღია გრუნტში გატანა უნდა დავიწყოთ.

ცალკე კვალსათბურებში უნდა მოვათავსოთ გოგრა და კიტრი. მოგვიანებით, შეიძლება კვლავ დავთესოთ კიტრი და სხვა ბოსტნეული კულტურები, რაც საადრეო ნერგების სახით გამოგვყავს.

კიტრს გაზაფხულის სხვადასხვა თვეშიც ვთესავთ, რათა შემოდგომამდე სულ გვქონდეს, თუმცა, გოგრის აუცილებლად დათესვა გამართლებულია ჩვენი ბებიების მიერ ნაცად «დიდ ხუთშაბათს», თებერვლის ბოლოს. წინააღმდეგ შემთხვევაში ის სრულ ვეგეტაციას ვერ ახდენს შემოდგომის ბოლომდე.

მოამზადა ია გიგიაშვილმა

ზეთისხილი (Olea)

საქართველოში ზეთისხილის ბაღების გაშენება რამდენიმე წელია დაიწყო და შეიძლება თამამად ითქვას, რომ ერთერთი პერსპექტიული მცენარეული კულტურა გახდა. მის მიმართ ჩვენი მოსახლეობის ინტერესი ყოველწლიურად იზრდება. ამის გათვალისწინებით შესაძლოა საქართველო ზეთისხილის იმპორტიორიც გახდეს.

ჯერ კიდევ 2011 წელს თურქულმა კომპანია“ჯეოლაივმა“ საქართველოში ზეთისხილის ბაღების გაშენება დაახლოებით 500 ჰექტარზე დაიწყო. ეს კომპანია 2009 წელს თურქეთში მცხოვრები ქართველების მიერ დაფუძნდა, ხოლო მისმა ქართველმა პარტნიორმა „კეპიტალ ფართნერს ოფ ჯორჯიამ“ პროექტის დაწყებამდე, თურქეთის მხარესთანერთად საფუძვლიანი კვლევა ჩაატარა, რის შედეგადაც დაადგინა, რომ კახეთში, იმერეთში, მარნეულსა და გურიის რეგიონში ზეითუნის წარმოებისათვის შესაბამისი კლიმატი არსებობს.

ბოლო რო წელიწადში, ზეთისხილის მოსავალმა შესაძლებელი გახადა გადამამუშავებელი საწარმოს გახსნაც. საეჭვო აღარაა რომ საქართველოში და მათ შორის კახეთის რეგიონში დიდი პოტენციალი არსებობს ზეთისხილის მოშენების და წარმოების.

ზეთისხილი (ლეა), ცნობილია ზეთისხილის 60-მდე სახეობა. მარადმწვანე, სუბტროპიკულ ხეხილოვანი მცენარეა, აღნევს — 4-12 მ სიმაღლეს. ფოთლები წვრილი, ლანცეტისებური აქვს, ზემოდან მუქი მწვანე, ქვემოდან — მოვერცხლისფრო-ნაცრისფერი.

ნაყოფი კურკიანია, მოგრძო-ოვალური ან მომრგვალო ფორმისა. თესლიდან გამოზრდილი მცენარე მსხმოიარობას იწყებს 10-12, ხოლო კალმიდან გამოზრდილი 4-5 წლის შემდეგ. ცოცხლობს 300-400 წელზე მეტ ხანს.

ერთი ხიდან 15-60კგ. მოსავალი მოდის.

ზეთისხილი ხარობს თითქმის ყველა ტიპის ნიადაგში,მაგრამ უმჯობესია მისი გაშენება კარბონატულ-ყავისფერ, ალავიურ ნიადაგებსა და მშრალქვიან ფერდობებზე. ზეთისხილი – 7 – 9 გრადუს ყინვას უძლებს.

ნაყოფს იყენებენ დასამზადებლად, დასაკონსერვებლად, ზეთის გამოსახდელად, მედიცინაში, კოპტონს — ცხოველთა საკვებად, მერქანს — სადურგლო და სახარატო საქმეში.

საქართველოში, აფხაზეთის და კახეთის მშრალ სუბტროპიკულ ზონაში, ოდითგანვე იყო გავრცელებული ზეთისხილის კულტურა.

არსებობს ზეთისხილის არსებობის ისტორიული ფაქტები საქართველოში. ზეთისხილის მოშენება 1879 წ ახალ ათონში დაიწყეს ბერებმა და დიდი პლანტაცია გაშენეს.

გასაბჭოების შემდეგ ეს პლანტაცია საბჭოთა მეურნეობად გადაკეთდა. მაშინდელი პოლიტიკური რეჟიმის პირობებში ვერ განხორციელდა ჩანაფიქრის შესრულება, ზეთისხილს სხვა კულტურა ჩაანაცვლეს.

ზეთისხილის დარგვა უმჯობესია წელიწადის მე-11 თვიდან (ნოემბერი) მე-5 თვის (მაისი) ჩათვლით.

ურწყავ ნაკვეთებში ზეთისხილი ირგვება 6×6-მ-ზე ან 6×7-მ-ზე, ხოლო სარწყავში 6×6-მ-ზე, 5×5-მ-ზე ან 6×3-მ-ზე.

ნერგის დასარგავად უნდა ამოითხაროს 1მ სიღრმის და1მ სიგანის ორმო,ამოთხრილი მიწის ზედა 50სმ-იანი ფენა ორმოს ერთ მხარეს თავსდება ხოლო ქვედა 50სმ-იანი ფენა მეორე-მხარეს.

ამოთხრილი ორმო ამ მდგომარეობაში სასურველია 20-30 დღის განმავლობაში დარჩეს, რადგან ამოთხრილი მიწის ზედა 50სმ-იანი ფენა თავსდება ორმოს ქვედა ნაწილში, ხოლო დარჩენილი ქვედა 50სმ-ან ფენას ნიადაგის ანალიზების შედეგების გათვალისწინებით ემატება ორგანული და მინერალური სასუქები.

აღნიშნული მიწა გამოიყენება უშუალოდ ნერგის დარგვისას. თუ დასარგავი ნერგები მოთავსებულია პოლიეთილენის პარკში, მაშინ დარგვამდე ნერგს უნდა შემოეცალოს პარკი და მიწის კოშტიანად უნ და მოთავსდეს სარგავ ორმოში.

მიწა ნერგს უნდა შემოეყაროს ფესვის ყელამდე. ახლად დარგული ნერგი უნდა დამაგრდეს სარზე განსაკუთრებით ქარიან ადგილებში და უნდა მოირწყას.

დარგვისას ნერგი უნდა მოირწყას, შემდეგ დარგვიდან 1 თვეში, მორწყვა დამოკიდებულია ნალექის ატმოსფერული ნალექის რაოდენობაზე, ძირითადად ზაფხულში თვეში ერთხელ ან ორჯერ სჭირდება.

დარგვიდან მომდევნო წელს (2 წელი), იანვრიდან აპრილის თვის ჩათვლით ნერგი ერთხელ უნდა გაისხლას ზევიდან და ცოტა გვერდებზეც, რათა ძალიან არ გაიზარდოს სიმაღლეში, რომ შემდგომში გაადვილდეს მოსავლის აღება.

ნერგს (ხეს) მოსავალი მოაქვს: დარგვიდან 5 წლის / 7 წლის განმავლობაში-10კგ / 20კგ (შესაძლებელია მეტიც), 7 წლის / 10 წლის განმავლობაში-50კგ და მეტი.

ზეთისხილის 4კგ/5კგ ნაყოფიდან გამოდის 1 ლიტრი ზეთი.

ზეთისხილის ფოთლები გამოიყენება კოსმეტიკაში,ასევე შინაურ ცხოველთა საკვებად.

ზეთისხილის ნაყოფის აღება იწყება ოქტომბრის თვიდან (ჯერ მწვანე ფერისაა) და ნოემბერ-დეკემბერის თვეებში მწიფდება (შავდება).

ნაყოფიდან ზეთის გამოწურვის შემდეგ ნარჩენი ასევე გამოიყენება შინაურ ცხოველთა საკვებად, კურკები კი საწვავმასალად.

მოამზადა ია გიგიაშვილმა

ქართული ფოლკლორი

ყოველთვის საგანგებო ყურადღება ექცევა ფოლკლორულ სინამდვილეს, მის ტრადიციასა და მიმდინარე პროცესებს.

ქართულ და ქართველურ ხალხთა მასალების საფუძველზე ქართული ფოლკლორის ცნობარ-ლექსიკონში ძირითადად წარმოდგენილია შემდეგი თემატიკა.

1.ზოგადთეორიული ცნებები (ფოლკლორი, ფოლკლორისტიკა, ხალხური სიტყვიერება, ხალხური პოეზია, კოლექტიური და ინდივიდუალური საწყისები, ტრადიცია, სინკრეტიზმი, მეთოდი, თეორიები, ფოლკლორული პროცესი, სესხება, გავლენა და სხვა).

2.ფოლკლორული შემოქმედების სახეები (სიტყვიერი, მუსიკალური, ქორეოგრაფიული, თეატრალურ-სანახაობრივი, გამომსახველობითი).

3.ფოლკლორის ისტორია (წარმოშობა, განვითარება, საფეხურები, თანამედროვე მდგომარეობა). ტომობრივი (სვანური, მეგრული, ლაზური) და ეროვნული ფოლკლორი, ისტორიული ცნობები და სხვა.

4.ჟანრობრივი შემდგენილობა (პოეზია, პროზა, დრამა და მათი დაყოფები).

5. პოპულარული პერსონაჟები (ამირანი, ბადრი, უსიპი, არამხუტუ, ნაცარქექია, სამი ძმა, სამი და, ხელმწიფე, მოჯამაგირე, დევი, გველეშაპი, ფასკუნჯი, რაში, ჯადოსნური ქომაგები, საგნები და სხვა).

6. უმთავრესი სიუჟეტები (მიჯაჭვული გმირის, დალისა და მონადირეების, გერ-დედინაცვლის, მამა-შვილის ბრძოლის, აბესალომ და ეთერის, უკვდავების მაძიებელი ჭაბუკის და სხვანი).

7.დიდი მხატვრული და ისტორიული მნიშვნელობის ნაწარმოებები (ამირანიანი, ეთერიანი, ტარიელიანი, როსტომიანი, ქალ-ვაჟიანი, ისტორიული ციკლები, არსენას ლექსი, ფირაზის ეპოსი, გიგა და გიორგი, ვეფხვი და მოყმე, თაფარავნელი ჭაბუკი, შემომეყარა ყივჩაღი, ია მთაზედა და სხვა).

8.გამოსახვის კომპოზიციური საშუალებანი (მისამღერი, დასაწყისი, რეტარდაცია, გამეორება, კლიშისმაგვარი ადგილები, კონტამინაცია, სახეთა საფეხურებრივი განვითარება და ა.შ.)

9.პოეტიკა და მხატვრული წარმოსახვის ხალხური საშუალებანი (ეპითეტი, შედარება, მეტაფორა, ჰიპერბოლა და სხვა).

10.ლექსწყობის თავისებურებანი (რითმა, რიტმი, საზომი, სტროფიკა და სხვა).

11.ფოლკლორის სინკრეტულობა სიტყვის, მელოდიისა და მოძრაობის ურთიერთობანი, საგაზაფხულო და საკულტო დღეობები, ფერხულები.

12.ფოლკლორში წარმოდგენილი წეს-ჩვეულებები, რწმენა, მითოლოგია და სხვა, რომლებსაც ამავე დროს ხალხური შემოქმედების გაგებაში შეაქვთ სინათლე.

13.ფოლკლორის როლი პროფესიული ხელოვნებისა და ლიტერატურის განვითარებაში (დამახასიათებელი ძეგლები და შემოქმედნი).

14.ფოლკლორისტიკის მეთოდები, თეორიები, სკოლები (ჩვენში და სხვაგან).

15.სამეცნიერო ფოლკლორისტული ცენტრები და არქივები საქართველოში.

16.ტექსტოლოგიის პრობლემები.

17.ბიბლიოგრაფიული წყაროები.

18. ქართული ფოლკლორის შემკრებნი და მკვლევარნი (ადგილობრივნი და უცხოელები).

19.მთქმელები, შემსრულებლები, გამოჩენილი ოსტატები.

20.თვითმოქმედი ხელოვნება, ხალხური შემოქმედების სახლები, ფესტივალები და ოლიმპიადები.

საქართველოში, ისე როგორც სხვა ქვეყნებში, ხალხური შემოქმედების ნაირსახეობებთან გვაქვს საქმე. საქართველოში არსებობს ეროვნული, საერთო ქართული ნაციონალური ფოლკლორი, რომელიც მშობლიურია ყველა ქართულ და ქართველურ ენებზე მოლაპარაკეთათვის. მისი ძირები შორეულ ისტორიულ წარსულში იკარგება. ეროვნულ მარაგში მნიშვნელოვანი ადგილი უჭირავს ქართველურ ენებზე არსებულ იმ ადრინდელ ფოლკლორს, რომელიც ამ ენების ერთობის, გამოცალკევებამდელ პერიოდში იყო შექმნილი ჩვენს წინაპართა მიერ. ეს არის სავარაუდოდ პირველდაწყებითი მთლიანი მითოლოგიური შეხედულებები და ნაკლებად დიფერენცირებული ჟანრობრივი მასალა, სამეურნეო მოღვაწეობასთან მჭიდრო კავშირში წარმოშობილი, სამონადირეო, სამესაქონლეო და სამინათმოქმედო რიტუალებით გამრავალფეროვნებული.

ძველთაძველ მარაგთან ერთად, ეროვნულ ფოლკლორში დიდი კულტურული საუნჯეა დაგროვილი მაღალმხატვრული პოეზიისა და პროზის, მუსიკისა და ქორეოგრაფიის, სანახაობრივი ხელოვნების სახით. ეროვნული ფოლკლორი მთელ ქართველ ერს ემსახურება თავისი რაფინირებული პოეტური კულტურითა და საკაცობრიო იდეებით, მარადიული გმირებითა და სიუჟეტებით. იგი, სულიერი ცხოვრების სხვა კომპონენტებთან ერთად, აერთიანებს მრავალმილიონიან მასებსა და ერთიანი ეროვნული ორგანიზმის შექმნასა და დაცვას ემსახურება ზეპირი შემოქმედების ამოუწურავი შესაძლებლობებით.

ცხადია, ქართული ფოლკლორი ათასეული წლების მანძილზე იქმნებოდა თანამიმდევრულად და საყოველთაო სახალხო საფეხურს იმ პერიოდში მიაღწია, როცა თვითონ მისი წარმომქმნელი და მატარებელი ხალხი ჩამოყალიბდა ეროვნებად. ქართულ ხალხურ შემოქმედებას, მეგრულ-ჭანურისა და სვანურის ჩათვლით, თავისი არსებობის გზაზე წყვეტილი არ ჰქონია, ის არასოდეს არ ჩამქრალა და მერე ხელახლა არ აღორძინებულა. წარმართულ და ქრისტიანულ დიდ პერიოდებთან ერთად მასში გამოიყოფა პირველყოფილი თემური, ფეოდალური, კაპიტალისტური და სოციალისტური ფორმაციების წარმონაქმნი ღირებულებანი, რომელთა შესწავლას სისტემატური ხასიათი აქვს დღეს.

საქართველო მოფენილია სხვადასხვა დიალექტებზე და ენებზე მოლაპარაკე ტომებითა და ჯგუფებით, თითოეულს მისთვის ჩვეული მხატვრული პოტენცია ახასიათებდა და ახასიათებს. იგი ამავე დროს გულგრილი არ იყო საერთო ქართულის მიმართ. ყოველი კუთხის, ქართლ-კახეთის, ფშავ-ხევსურეთის, მესხეთ-ჯავახეთის, აჭარის, გურია-იმერეთის, რაჭა-ლეჩხუმისა და საინგილო-თუშეთის მხატვრული შემოქმედება თანდათან ამდიდრებდა დედაქართულ ფოლკლორულ სალაროს და ერთგვარ დამოუკიდებლობასაც ინარჩუნებდა. ტერიტორიული ანუ ტომობრივი ფოლკლორი, საერთო ენის მეოხებით, ადვილად იკაფავდა გზას მეზობელ მხარეებისკენ და ზეპირბრუნვაში მოქცევის შემდეგ საერთო ფონდში მკვიდრდებოდა მხატვრულ-ესთეტიკური ღირსებების კვალობაზე, რომელიც ამაღლდა და მთელი ხალხის კულტურულ მემკვიდრეობად იქცა.

არსებობს წმინდა ადგილობრივი ზეპირშემოქმედება, რომელსაც მხატვრული დონის თუ ტრადიციის მიზეზით გზა ვერ გაუკვლევია ფართო ასპარეზზე გასასვლელად და კვლავ რჩება ხევსურულ, ფშაურ, ქართლურ, კახურ, იმერულ, გურულ, აჭარულ, ლეჩხუმურ, რაჭულ თუ სხვა კუთხურ მოვლენად, მაგრამ არც ის უნდა დავივიწყოთ, რომ ეროვნული ფოლკლორი მხოლოდ ტომობრივ საფუძველზე არ შენდებოდა.

ენობრივი და ფოლკლორული მასალა საფუძველს გვაძლევს, რომ ქართველურ ხალხებს შორის უმჭიდროესი ფოლკლორული ნათესაობა და მთლიანობა არსებობს. ტიპოლოგიურად და გენეტიკურად ქართული, სვანური, მეგრული და ჭანურ-ლაზური ხალხური შემოქმედებანი მთლიანია და ერთ უმდიდრეს და უმშვენიერეს ფოკლორს ჰქმიან.

სვანურ-მეგრულ-ლაზურთან შედარებით, ქართულ პოეზიასთან უფრო ახლო დგას ფშავ-ხევსურული პოეზია. ლექსის შექმნისა და გავრცელების ტრადიციასთან დაკავშირებული ტერმინოლოგია ისე მდიდრად საქართველოს არც ერთ კუთხეში არაა დამუშავებული, როგორც ხევსურეთში. აქ ლექსს ამბობენ, იტყვიან ან მისი თქმა იციან. ლექსს გამოთქვამენ, იციან მისი ჩამოთვლა, დათვლა, არსებობს გალექსება, მილექსება, თავისპირის ლექსი და სხვა.

ცნობილია აგრეთვე სოფლისა და ქალაქის შემოქმედებითი თავისებურებანი. ქალაქებში თავს იყრიდნენ სხვადასხვა ტერიტორიული დიალექტის წარმომადგენლები, რომელთა შორის გარკვეული ფოლკლორული ურთიერთობა მყარდებოდა. სხვადასხვა წარმოშობისა და გზებით მიმდინარე შემოქმედება მკვიდრდებოდა ადმინისტრაციულ, სავაჭრო და სამრეწველო ცენტრებში (თბილისი, მცხეთა, გორი, ახალციხე, ცხინვალი, თელავი, ქუთაისი, ბათუმი, ზუგდიდი, ფოთი, სოხუმი, რუსთავი) ისტორიულად თავისებური სიტყვიერება ყალიბდებოდა. ქალაქურ, კულტურულ წრეებში წარმოქმნილი ნიმუშები ემატებოდა ეროვნულ საუნჯეს, მაგრამ არა ის რაოდენობით, რომ მიმართულება შეეცვლევინებინა ხალხურ ლექსზე და სიმღერაზე, თუმცა აშუღურმა პოეზიამ ლიტერატურაში ერთგვარი მიმბაძველობა წარმოშვა.

ფოლკლორი შინაარსითაც და ფორმითაც ფართო მასების მსოფლმხედველობის უშუალოდ ანარეკლია. ზეპირსიტყვიერება ისე, როგორც მთელი ხალხური შემოქმედება, ხელოვნებას წარმოადგენს და იდეოლოგიურ სფეროს განეკუთვნება.

საქართველოში როგორც სხვა ქვეყნებში დაიღუპა. ბევრი კულტურული ფასეულობა, დაწერილი თუ დაუწერელი ხელოვნების ნიმუში დღემდე გადაუწყვეტელია ქართული ხალხური ფოლკლორის საფუძვლიანი შესწავლისა და მოვლა – პატრონობის, მისი სტილისტური და ჟანრობრივი სიწმინდის დაცვის, ამოუწურავი სიმდიდრის გამომზეურების ამოცანა. სწორედ ამიტომ განსაკუთრებული ყურადღება უნდა გამოვიჩინოთ ამ უზარმაზარი მემკვიდრეობისადმი, რომელიც ხალხმა დაგვიტოვა, რომელიც საოცრად ჩამოყალიბებულია, სრულქმნილია შინაარსითაც და ფორმითაც, იგი შეიცავს უაღრესად ღრმა ფსიქოლოგიურ განცდებს, ცხოვრების მიერ წამოწეულ ამა თუ იმ ასპექტს.

ლალი გოგოლაშვილი,
ფოლკლორისა და ხალხთან ურთიერთობის სამსახურის სპეციალისტი

ᲬᲐᲠᲛᲐᲢᲔᲑᲣᲚᲘ ᲓᲔᲑᲘᲣᲢᲘ

ᲭᲘᲓᲐᲝᲑᲐ ᲡᲐᲛᲑᲝᲨᲘ

2000-2001-02 წლებში დაბადებულ გოგონათა ნაკრებმა პირველად იასპარეზა და მოსინჯა თავისი ძალა ქ. საგარეჯოში მამუკა კურდღელაშვილის სახელობის ტურნირზე გამართულ ჭიდაობა სამბოში, რომელიც გაიმართა 6 ნოემბერს. აღსანიშნავია, რომ მათი ეს დებიუტი წარმატებული გამოდგა. 65 კგ. წონით კატეგორიაში მხოლოდ ფინალური შეხვედრა დათმო და მეორე ადგილს დასჯერდა ტურნირის მონაწილე მარი გასვიანი.

44 კგ. და მძიმე წონაში კი შესაბამისად მესამე ადგილს დასჯერდნენ მარი ჯამალაშვილი და თიკო მამნიაშვილი. რაც შეეხება გვანცა სირაძეს, მიუხედავად იმისა, რომ მარცხი განიცადა, ლამაზი ჭიდაობისთვის მან მსაჯთა და მაყურებელთა სიმპათიის პრიზი დაიმსახურა. (მწვრთნელი მიხეილ ნადირაძე)

ᲓᲐᲚᲘ ᲢᲐᲢᲣᲚᲘᲨᲕᲘᲚᲘ

ᲚᲐᲛᲐᲖᲘ ᲢᲧᲣᲘᲚᲘ

გამოცდილი პედაგოგი, მისთვის უცხო, მეხუთე კლასში შედის...

სიას კითხულობს:

ფხოველიშვილი დავით!

გიორგაშვილი გიორგი!

დავითაშვილი ზურაბ!

მახიტაშვილი მარიამ!..

ბავშვები სათითაოდ დგებიან ფეხზე.

– ვარ, მასწავლებელო! – სიხარულით ამბობენ და ისევ სკამზე სხდებიან.

– მეძმარიაშვილი კარლო! – სიის ამოკითხვას აგრძელებს მასწავლებელი.

– ვარ! – მკვირცხლად პასუხობს ბოლო მერხზე მჯდარი, ყურებპანტურა ბიჭი.

„ალბათ პაპის სახელი ჰქვია!“ – გაიფიქრა მასწავლებელმა. მერხებშუა გაიარა... ფეხზემდგარ, თვალებგაბრწყინებულ კარლოს თავზე ხელი გადაუსვა და ღიმილით ჰკითხა:

– კარლო, შენ კარლოს შვილიშვილი ხარ?!

– დიახ! თქვენ იცნობდით პაპაჩემს?! –

– შეუბრუნა კითხვა თვალებში შუქჩამდგარმა ბიჭმა.

– კი! – არ გააწბილა ბავშვი მასწავლებელმა.

თქვენ მისი მეგობარი იყავით?!

ადგილზე ცქმუტავს პატარა ბიჭი და ვედრებით

სავსე თვალებით უყურებს ქალს.

„როგორ გავაწბილო?! რა მოხდა უცნობი პაპის მეგობრობა რომ დავიბრალო?! – გაიფიქრა და: –

კი, მე პაპაშენის მეგობარი ვიყავი!

ბიჭმა ამაყად გადახედა თანაკლასელებს და კმაყოფილებით სავსე სკამზე დაეშვა.

მასწავლებელმა ბავშვს თავი გააცნო... გაკვეთილი ახსნა,სიკეთეზე, სიყვარულზე, მეგობრობაზე ისაუბრა და ზარიც დირეკა.

ბავშვებს დაემშვიდობა და კლასიდან გავიდა...

მეორე დღეს, მეორე გაკვეთილი ჰქონდა იმავე კლასში. ზარის დარეკვისთანავე აიღო ჟურნალი. მესამე სართულის კიბეებს აუყვა. დერეფანში ბავშვები ელოდნენ.

– მოდის, მოდის! – შემომესმა მათი ყიჟინა.

კლასში შევიდა. ჟურნალი მაგიდაზე ფრთხილად დადო. ბავშვებს მოეფერა.

კუთხეში, ზურგით მდგარი კარლო შენიშნა.

– კარლო, რად დგეხარ კუთხეში?! შენს ადგილზე დაჯექი!

– არ ვარ ღირსი, მასწავლებელო!

– რისი ღირსი არ ხარ, კარლო?! – გაიკვირვა მასწავლებელმა.

– ჩემს ადგილზე ჯდომის! სინანულით თქვა ბიჭმა და ცრემლები წამოყარა სევდიანი თვალებიდან.

– რატომ, კარგო ბიჭო?! – გაოცდა მასწავლებელი.

– იმიტომ, რომ, ჩემი კარლო პაპის მეგობრის დავალება არ შევასრულე! მე დღეს გაკვეთილი არ ვიცი! – ატირდა ბიჭი და მუჭებით მოიწმინდა ცრემლები.

– არა უშავს! ხან მეც არ ვასრულებდი დავალებას – ანუგეშა მასწავლებელმა.

– მერე პაპის მეგობარი მასწავლებლის გაკვეთილს?! – დაეჭვდა ბიჭი.

– კი, ხან პაპის მეგობარი მასწავლებლის გაკვეთილს!

– გმადლობთ, მასწავლებელო! – ბიჭი თითის წვერზე აიწია და ქალს ჩაეხუტა.

– რად დამივჯდა ეს, ვითომ უმტკივნეულო ტყუილი... როგორ შევძლებ მთელი სასწავლო წელი ამ ბიჭის თვალების ყურებას?! – ნანობდა მასწავლებელი და თავზე ხელს უსვამდა გულში ჩაკრულ, პაპის მოსახელე ბიჭს...

ᲘᲖᲝᲚᲓᲐ ᲘᲝᲡᲔᲑᲘᲐᲜᲘ

დასასრული იქნება

ᲗᲐᲤᲚᲘ ᲓᲐ ᲓᲐᲠᲘᲩᲘᲜᲘ ᲔᲠᲗᲐᲓ ᲡᲐᲡᲬᲐᲣᲚᲔᲑᲡ ᲐᲮᲓᲔᲜᲡ

თურმე, თუ დარიჩინშერეულ თაფლს პურს წაუსმევთ და ყოველდღიურად საუზმეზე მიირთმევთ, მიოკარდიუმის ინფარქტის განვითარებას თავიდან აიცილებთ. თაფლში შერეული დარიჩინი არტერიებში ქოლესტერინის დონეს მნიშვნელოვნად აქვეითებს და განამტკიცებს გულის კუნთს. თაფლისა და დარიჩინის კომბინაცია ინფარქტგადატანილებშიც კი ამცირებს ინფარქტის განმეორებით აღმოცენების რისკს.

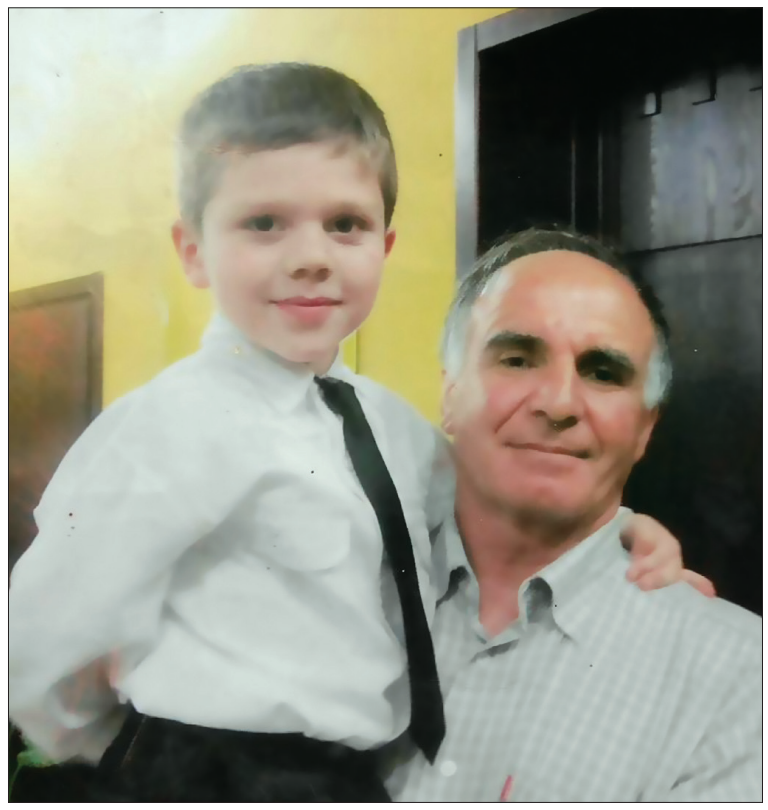
აღნიშნული ნარევის რეგულარულად გამოყენება აუმჯობესებს სუნთქვას, არტერიებისა და ვენების მდგომარეობას, ასაკოვან პაციენტებში კი საგრძნობლად ამცირებს გულ-სისხლძარღვთა პრობლემებს, აუმჯობესებს მოძრაობის ხარისხსა და ყურადღების კონცენტრაციას.

თუ ატყობთ, რომ ორგანიზმის სასიცოცხლო ფუნქციები გარკვეულწილად ქვეითდება, აიღეთ ნახევარი სადილის კოვზი თაფლი, გახსენით ერთ ჩაის ჭიქა თბილ წყალში, დაამატეთ ცოტაოდენი (მაგალითად, 2-3 მწიკვი) დარიჩინი და მიირთვით დღეში ორჯერ, უზმოზე და შუადღეს, დაახლოებით სამი საათისთვის. ორ-სამ კვირაში აუცილებლად იგრძნობთ ძალთა მოზღვავებასა და სასიცოცხლო ფუნქციების გაძლიერებას.

მოვიშველიებ ილიას ნააზრევ-ნაფიქრალს, – „ ადამიანი ერთი იმისთანა სულიერია, რომელიც ერთის მხრით თავისს თავს ეკუთვნის და მეორის მხრით საზოგადოებას, ადამიანი თაოსნობს, ირჯება და არა ბედი“.

ყვარლის სპორტსკოლის მწვრთნელი თავისუფალ ჭიდაობაში, ყვარლის საპატიო მოქალაქე, ბატონი გივი მეტრეველი სწორედ რომ საზოგადოების ერთ-ერთი იმ ნაწილთაგანია, რომელიც თავის სულიერ საზრდოს, თავის ნიჭსა და მონდომებას არ იშურებს და ახმარს ჩვენი მომავალი თაობების ჯანსაღ და სულიერ აღზრდას. იგი სწორედ რომ არაფერს იშურებს, თავდაუზოგავად შრომობს და ირჯება იმისათვის, რომ რაიონი და სამშობლო ასახელონ მისმა აღზრდილებმა.

მრავალი ჩემპიონატის და პრიზიორის, ასევე ბრაზილიის ქალაქ რიოდეჟანეიროს ოლიმპიადის მონაწილის ზურაბ იაკობიშვილის აღმზრდელს და მასწავლებელს თავისუფალ ჭიდაობაში ამ დღეებში 60 წელი შეუსრულდა. როგორც ჩვენი რაიონის ღირსეულ წარმომადგენელს, საიუბილეო დღე მივულოცეთ და გავესაუბრეთ სპორტის ამ სახეობაში მისი აღზრდილების წარმატებების შესახებ.



– ბატონო გივი, გილოცავთ საიუბილეო დღეს, გისურვებთ პირველ რიგში ჯანმრთელობას და შემოქმედებით წარმატებებს თქვენს საქმიანობაში. როდიდან ხართ ჩართული სპორტულ საქიანობაში და როდის იყო თქვენი აღსაზრდელის პირველი წარმატება, რომელმაც სიხარული მოგიტანათ.

ᲛᲔ ᲧᲝᲕᲔᲚᲗᲕᲘᲡ ᲩᲔᲛᲘ ᲐᲦᲖᲠᲓᲘᲚᲔᲑᲘᲡ ᲒᲕᲔᲠᲓᲘᲗ ᲕᲘᲥᲜᲔᲑᲘ

– დიდი მადლობა რედაქციას მოლოცვისთვის. 1977 წლიდან დავიწყე მუშაობა ყვარლის კომპლექსურ სასპორტო სკოლაში და მას შემდეგ იქ ვემსახურები ჩემს საყვარელ საქმიანობას მწვრთნელ-მასწავლებლობას.

პირველი საქართველოს ჩემპიონი ჩემი აღსაზრდელი, ყვარლელი ლერი ჯუჯუშვილი გახდა. ეს იყო ჩემთვის პირველი დიდი სიხარული და ამან მომცა რწმენა, რომ შემეძლო უფრო მეტი წარმატების მიღწევა ჩემს საქმიანობაში.

– რაზე შეგიძლიათ ისაუბროთ თქვენი სპორტული ცხოვრებისდროინდელი მოგონებების შესახებ. რამდენად რთული იყო თქვენთვის ამ გზის გავლა.

– 1972 წლიდან ვარჯიში დავიწყე ყვარლის სასპორტო სკოლის თავისუფალი ჭიდაობის ჯგუფში თამაზ კონჭოშვილთან. ეს სპორტი საერთოდ დიდ შრომას მოითხოვს და მეც ჩემს მწვრთნელთან ერთად თავდაუზოგავად ვვარჯიშობდი.

ვიყავი საქართველოს ჩემპიონატის პრიზიორი. ჩემი ყველაზე დიდი გამარჯვება და სიხარული იყო საბჭოთა კავშირის სპორტსაზოგადოება „ბურევესტნიკის“ ჩემპიონატის ტიტული, შემდეგ გავხდი სპორტის ოსტატი თავისუფალ ჭიდაობაში. ამ სპორტული გზის გავლა ძალიან რთული, შრომატევადი იყო.

– გასულ წელს ილიას საიუბილეო დღესთან დაკავშირებით რაიონის საზოგადოებამ ყვარლის საპატიო მოქალაქედ აგირჩიათ. რას ნიშნავს თქვენთვის და რას გავალებთ ეს წოდება;

– ყვარლის საპატიო მოქალაქის წოდების მონიჭება ეს ძალიან დიდი სიხარულის მომტანი და დაფასება იყო ჩემთვის. მიუხედავად იმისა, რომ ვფიქრობ სწორად ვიცხოვრე, ეს წოდება ჩემთვის მოულოდნელი სიხარულის მომგვრელი იყო და ჩემი ცხოვრებაც სხვაგვარად შეიცვალა. ეს დიდი სიამაყე და დიდი პასუხისმგებლობაა და სტიმულს მაძლევს, რომ უფრო მეტი ვიშრომო, ვილვანო, რომ დიდ წარმატებას მივაღწიო არა მარტო სპორტში, არამედ საზოგადოებრივ საქმიანობაში.

– საერთოდ რას გვეტყოდით თქვენი აღზრდილების წარმატებების შესახებ. რამდენი წელია რაც რაიონის სპორტსკოლის მწვრთნელი ხართ და რამდენ აღსაზრდელს ემსახურება დღეს ბატონი გივი.

– ჩემი აღზრდილები დიდ წარმატებებს აღწევენ საქართველოს და საერთაშორისო ტურნირებში, ამავე დროს არიან საქართველოს და საერთაშორისო ტურნირების გამარჯვებულები. მყავს ევროპის თასის გამარჯვებული, მსოფლიო თასის მესამე პრიზიორი და ევროპის ჩემპიონები გუნდურ ჩემპიონატში

– საინტერესოა თქვენი მუშაობის პირობები, – რამდენად აკმაყოფილებს ჩვენი სპორტის სასახლე იმ მოთხოვნებს, რაც საჭიროა მომავალი თაობის ნორმალურად აღზრდის საქმეში სპორტის სხვადასხვა სახეობებში.

– საქართველოს მრავალ რაიონში და ქალაქში მიწევს შეჯიბრებებზე სიარული და სიამაყით შემიძლია აღვნიშნო, რომ ჩვენი სპორტული დარბაზის მსგავსი რამდენიმე რაიონში და ქალაქში თუ შეგხვდებათ. ჩვენს სასპორტო სკოლაში ყველა პირობაა შექმნილი, რომ მწვრთნელმაც და აღსაზრდელმაც თავდაუზოგავად ვიშრომოთ.

აქვე მინდა აღვნიშნო, რაიონის ხელმძღვანელობისაგან დიდი ხელისშეწყობა გვაქვს.

– როგორ წარმოგიდგენიათ სპორტის გარეშე ცხოვრება და რა არის თქვენი საოცნებო სურვილი, ასევე რას გვეტყოდით თქვენი სამომავლო გეგმების შესახებ.

– სპორტის გარეშე ცხოვრება ვერ წარმომიდგენია, სამსახური ჩემი მეორე ოჯახია და ჩემს აღსაზრდელებზე შვილებივით ვზრუნავ. ჩემს აღსაზრდელს ზურაბ იაკობიშვილს ბრაზილიის ქალაქ რიო-დეჟანეიროს საზაფხულო ოლიმპიადაზე სულ ერთი ნაბიჯი დააკლდა, რომ ოლიმპიადის პრიზიორი ან ჩემპიონი გამხდარიყო. ვოცნებობ, რომ ამ სპორტსმენმა 2020 წლის ოლიმპიადაზე მიაღწიოს მიზანს და ასახელოს არა მარტო სკოლა, არამედ საქართველო. ჩემს გეგმებში შედის ჩემს აღსაზრდელებთან ერთად თავდაუზოგავად ვიშრომო და მრავალი ჩემპიონი აღვზარდო. ვაკეთო ყველაფერი კარგი როგორც ჩემი აღსაზრდელებისთვის, ისე ჩემი საქართველოსთვის.

ბატონო გივი, კიდევ ერთხელ გილოცავთ საიუბილეო თარიღს, – ახალ, 2017 წელს. სულ წარმატებები, წინსვლა და სიხარული მოეტანოს ამ ახალ წელს თქვენი ცხოვრების სავალ გზაზე, ფეხბედნიერი და სიკეთის მომტანი ყოფილიყოს თქვენთვის, თქვენი ლამაზი ოჯახისთვის ყოველი ახალი წელი. იცოცხლეთ და იხარეთ.

ᲔᲡᲐᲣᲑᲠᲐ
ᲓᲐᲚᲘ ᲢᲐᲢᲣᲚᲘᲨᲕᲘᲚᲘ

ᲛᲘᲚᲝᲪᲕᲐ

ააიპ ყვარლის კომპლექსური სასპორტო სკოლის მწვრთნელ-მასწავლებელს ᲒᲘᲕᲘ ᲛᲔᲢᲠᲔᲕᲔᲚᲡ!

ბატონო გივი, ჩვენო კეთილო, თავდაუზოგავად მშრომელო, ჩვენო ფუტკარივით მოფუსფუსე და უწყინარო მეგობარო, გილოცავთ 60 წლის იუბილეს, გისურვებთ ჯანმრთელობას, დიდ სიხარულს, დიდ სიყვარულს და გისურვებთ მრავალი წელი კიდევ ემსახურო შენს საყვარელ საქმეს.

გამრავლდი, გაიხარე შენს ლამაზ ოჯახთან ერთად. გფარავდეთ ღმერთი.

დიდი პატივისცემით სასპორტო სკოლის კოლექტივი

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 ᲚᲝᲜᲘᲐᲨᲕᲘᲚᲘ

პასუხისმგებელი მდივანი
ᲘᲐ ᲒᲘᲒᲘᲐᲨᲕᲘᲚᲘ
კორესპონდენტი
ᲓᲐᲚᲘ ᲢᲐᲢᲣᲚᲘᲨᲕᲘᲚᲘ

რედაქციის მისამართი:
ქ. ᲧᲕᲐᲠᲔᲚᲘ, ᲙᲣᲓᲘᲒᲝᲠᲘᲡ №2
საკონტაქტო ტელეფონი:
22-01-86