2019-Ը՝ ԹՈՒՄԱՆՅԱՆԱԿԱՆ ՏԱՐԻ

ՏԻՑԻԱՆ ՏԱԲԻՁԵ. «...ՄԵԾ ՀԱՅՐԵՆԱՍԻՐՈՒԹՅՈՒՆԸ ՀՈՎՀԱՆՆԵՍԻՆ ՉԷՐ ԽԱՆԳԱՐՈՒՄ ՄՆԱԼ ՎՐԱՅԱՄԵՏ»

(Սկիզբը՝ 4-րդ էջում)

Եվս մի փաստ. 1920 թվականին Վրաստանի գրողների միությունը որոշեց մայիսի 7-ին անցկացնել «Պոեզիայի օր»: Ծրագրված էր այդ օրվան հաղորդել տոնական բնույթ: Հիշում եմ Հովհաննեսն ամեն օր գալիս էր ինձ մոտ, հարցնում մանրամասների մասին եւ, ի վերջո պարզվեց, որ նա այդ գործի համար շատ ավելին էր արել, քան վրաց բոլոր գրողները միասին վերցրած: Այդ օրը համայնքները եկան դրոշներով, հայկական գիմնազիաների աշակերտները հավաքվել էին Ալեքսանդրովի այգում: Այնտեղ էին հավաքվել նաեւ քաղաքի համարյա բոլոր հայ գրողներն ու դերասանները, միայն անձրեւը խանգարեց, եւ արարողությունը չկայացավ: Այն ժամանակվա «Պոեզիայի օրը» տպագրեց Հովհաննեսի հոդվածը Վրաստանի մասին, որը միաժամանակ ընկալվեց որպես սիրո եւ հարգանքի մեծ փաստաթուղթ:

Ավելի վաղ, Հովհաննես Թումանյանը «Սլովո» թերթում հրապարակեց «Կովկասի մասին» հոդվածը, որտեղ Վրաստանը կոչել էր «Կովկասի Ֆրանսիա», իսկ ազգին՝ ազնիվ հեղափոխականներ ու պոետներ: Այդ հոդվածը, իրոք, պատմական է:

Եթե Հովհաննեսը այսպիսին էր առավել պաշտոնական ելույթներում, ապա ընտանիքում մտերմությունը սահման չուներ: Նրա մեծ բնակարանը, մեծ բուխարին եւ արեւելյան համեմունքները ստեղծում էին մտերմություն, եւ դա պոեզիայի անսահմանափակ նմանակումն էր:

Յուրաքանչյուր մեր այցելությունը Հովհաննեսի մոտ համընկնում էր հայ գրողների հավաքներին: Առանձնակի հիշում եմ Հովհաննես Թումանյանի հոբելյանը «Արտո»-ի դահլիճում: Մարդկանցով լեցուն թատրոնում Պաոլո Իաշվիլու խոսքն ընդունվեց այնպիսի պաթոսով, որ թատրոնը դղրդաց ծափահարություններից: Հոբելյանին օթյակից Պաոլո Իաշվիլուն դիմեց այն ժամանակվա Հայաստանի Հանրապետության նախարարների խորհրդի նախագահը: Խոսքը ուղեկցվում էր ոգեւորությամբ եւ երախտիքով, որ Հովհաննես Թումանյանի եւ վրաց գրողների միջեւ նման մեծ բարեկամություն էր ձեւակերպվել: Հոբելյանից հետո եղավ ճաշկերույթ, ոգեւորության, սիրո եւ պոեզիայի հրավառություն, որի մասին Սերգեյ Գորոդեցկին «Սլովո» թերթում գրեց ֆելիետոն:

Հովհաննեսը ձգտում էր, որ հարեւան ազգերի միջեւ միշտ հաստատվեր հոգեւոր կապ: Նրա տանը հաճախ կարելի էր հանդիպել նաեւ մահմեդական բանաստեղծների: Վերջիններս էլ շատ էին սիրում Հովհաննեսին:

Իրոք, գաղտնի անակնկալ էր այն, երբ վրաց գրողների խնդրանքով, Վրաստանը Հովհաննես Թումանյանին նշանակեց կենսաթոշակ, ինչը Հովհաննեսի համար միայն բարոյական նշանակություն ուներ: Այդ պատճառով Հովհաննեսն իր բնակարանում ճաշկերույթ կազմակերպեց, որին ներկա էին վրաց եւ հայ բոլոր գրողները:

Հիշողությանս մեջ մնաց այդ երեկոն եւ առանձնապես ելույթները՝ Վասիլի Բարնովի, Շիո Արագվիսպիրելու, Կոտե Մաղաշվիլու, Վալերիան Գափրինդաշվիլու եւ Պաոլո Իաշվիլու: Այն, իրոք, գաղտնի անակնկալ էր եւ Հովհաննեսի համար վերջին հանրային խոսքը, որը ներկայացվեց այդ երեկոյին:

Ես չեմ պատկերացնում Հովհաննեսի կյանքի վերջին րոպեները, միայն հավատում եմ, որ բարձրահասակ, սպիտակահեր եւ լուսավորված դեմքով, որով ողջ կյանքն անցկացրեց սիրո քարոզով, վերջին պահին էլ՝ որպես արցունքոտ եւ երկնային հռետոր կավարտեր սիրով եւ հավիտենականության խոսքով, ինչպես աստվածաշնչյան Հովհաննեսը, որին վերջին անգամ երբ աշակերտները դուրս բերեցին մարդկանց առաջ, արցունքն աչքերին ասաց. «Սիրե՛ք միմյանց»:

Ես ոչինչ չեմ ասում Հովհաննեսի մասին որպես բանաստեղծի, ո՛չ էլ՝ այն հանդիպումների մասին, որն ունեցել եմ նրա հետ, դա մյուս հիշողությունների առարկա է, երբ մահը իրեն զգացնել կտա, որ Հովհաննեսը մեզ հետ չէ, եւ երբ հրաժեշտ կտամ նրա դագաղին:

ՀՈՎՀԱՆՆԵՍ ԹՈՒՄԱՆՅԱՆԻ ՍԵՐԸ ՎՐԱՑՈՒ ԵՎ ՎՐԱՑԻՆԵՐԻ ՀԱՆԴԵՊ ՓՈԽԱԴԱՐՁ ԷՐ

Ստորեւ ներկայացնում ենք, Ամենայն հայոց բանաստեղծ Հովհաննես Թումանյանի ծննդյան 150-ամյակին նվիրված, թումանյանագետ, բանասիրական գիտությունների դոկտոր Սուսաննա Հովհաննիսյանի հոդվածը:

Այսօր Վրաստանում, այն քաղաքում, որտեղ իր կյանքի 40 տարին ապրել է հայ հանճարեղ բանաստեղծ Հովհաննես Թումանյանը, նշվեց նրա, այսինքն՝ մեր ամենամեծի, ամենից ազգային եւ միաժամանակ համամարդկային պոետի, վրաց ժողովրդի ամենամեծ բարեկամի՝ Հովհաննես Թումանյանի հոբելյանը: Լոռվա բնաշխարհից Թումանյանը եկել ու հաստատվել էր Վրաստանի մայրաքաղաքում՝ Մթածմինդա լեռան արեւելյան փեշերին գտնվող թիֆլիսյան իր բնակարանում, որի հյուրընկալ դռները միշտ բաց են եղել ոչ միայն ժամանակի նշանավոր բոլոր վրաց գրողների, այլեւ՝ Վրաստանի պետական այրերի, դիվանագետների եւ առհասարակ յուրաքանչյուր վրացու համար: Թումանյանը սիրում էր Վրաստանն ու վրաց ժողովրդին, սիրում էր գիտակցված: Փայլուն տիրապետում էր վրաց ժողովրդի պատմությանն ու նրա մշակույթին. նա շուրջ երեք տասնյակ հոդվածներ, հրապարակային նամակներ ու բանաստեղծություններ ունի նվիրած վրաց ժողովրդին ու նրա մշակույթին, պատմությանն ու գրականությանը: Այդ նա է Վրաստանն անվանել բանաստեղծական եւ կենսուրախ, «գեղեցկուհիների եւ քեֆ անողների» հայրենիք, իսկ վրաց ժողովրդին բնորոշել է բանաստեղծական ժողովուրդ՝ «գեղեցիկի բնածին զգացումներով», նա է վրացու մասին ասել. «Ինքը՝ վրացին, պոետ է, վրացական պոետը՝ էդ կրկնակի պոետ է»:

Թումանյանի սերը վրացու եւ Վրաստանի հանդեպ փոխադարձ էր: Ութ տասնյակից ավելի վրաց մտավորականներ ու գրողներ, այդ թվում՝ Տիցիան Տաբիձե, Մաիա եւ Գրիգոլ Ռոբաքիձե, Վասիլ Բարնով, Իոսեբ Գրիշաշվիլի, Շալվա Դադիանի, Իոսեբ Իմեդաշվիլի, Վասո Գորգաձե, Սիկո Փաշալիշվիլի, Պաոլո Իաշվիլի, Ալեքսանդր Աբաշելի եւ այլք, Թումանյանի մասին գրել են հուշեր, հոդվածներ, բանաստեղծություններ, որոնցում բնորոշել են հայ պոետին «քաղցր ու ասպետական, լուսե, պայծառ, Սուրբ, Լուսեղեն հանճար, բարեկամության անշեջ հուր, բարեկամության ասպետ, ճակատագրի ընտրյալ, անբասիր մարդ, իսկական մարդասեր, «Անտեսանելի տեց Հայաստանի», սուրբ Հովհաննես, որի անունը հավիտյան գրվել է վրաց սրնգի վրա: Ուշագրավ է, որ վրաց գրողների ու մտավորականների բնորոշումներում ամենից շատ հանդիպում են Թումանյանի կյանքից ու գործից ու նաեւ՝ արտաքինից, ժպիտից բխող լույսի, պոետի «լուսեղեն պատկերի» մասին վկայություններ: Ակադեմիկոս, գրականագետ Գեորգի Ջիբլաձեի բնորոշմամբ՝ Թումանյանն ուներ «մարդկային Մարդու» «հմայիչ, փայլուն» դեմք, որը ներդաշնակ էր «ասպետական հոգու» հետ, «փառահեղ մարդ» էր, որի նմանները հազվադեպ են ծնվում, իսկ Թումանյանը այդ երջանիկ հազվագյուտներից էր: Իոսեբ Գրիշաշվիլու համար նույնպես Թումանյանի դեմքը «պայծառ» էր, իսկ ստեղծագործությունը այնքան հանճարեղ, որ նրան բազմեցնում էր գրական սուրբ երրորդության՝ Ֆիրդուսու, Հոմերի եւ Ռուսթավելու կողքին:

Իոսեբ Իմեդաշվիլուն նա հիշեցնում էր գեղեցիկ հեքիաթ՝ միշտ օգտակար պտղատու ծառի մասին: Նրա համար Թումանյանը «Արեւի առաջին ճառագայթ, վաղորդյան թարմաշունչ սյուք, վաղ գարնանը ձնծաղկի արթնացում, մանուշակի ժպիտ» էր, մարդ, որի հայացքից մեղր էր ծորում: Իսկ Նինո Տաբիձեն, որին հաճախ է այցելել բանաստեղծը՝ «ծաղիկներով բեռնված», եւ ով երազում էր, որ նա դառնա իր առաջնեկի՝ Նիկիտայի կնքահայրը, Թումանյանի հետ առաջին հանդիպման մասին, երբ ինքը 18-ամյա աղջնակ էր, գրում է. «Մի անգամ Տիցիան Տաբիձեի հետ գնում էի Ռուսթավելու պողոտայով, ուրախացած գարնանային եղանակով... Հանկարծ տեսնեմ հեռվից գալիս է մի բարձրահասակ ծերունի, ասես արեւ ճառագայթելով իր շուրջը, թվում էր,նա կյանք ու բերկրանք է տալիս ողջ շրջապատին... այդ օրվանից ես գտա հայր, որ չունեի»: Այդ արեւ ճառագայթող ծերունին ընդամենը 49 տարեկան էր, իսկ հանդիպման տարեթիվը բանաստեղծի կյանքի ամենաողբերգական շրջանն էր, երբ հայոց պոետի ուսերին ծանրացել էր հարյուր-հազարավոր գաղթականների ու որբերի հոգսը, իսկ սրտում ահագնացել էր հայրենիքի կորստի, ցեղասպանության ու անձնական կորուստների վիշտը, հայոց վիշտը՝ իր ողջ ծավալով: Եվ այդ տառապանքներից աչք չբացող բանաստեղծն իր քայլքով ու մարդկանց պարգեւած ժպիտով Ռուսթավելու լուսավոր փողոցում օրը ցերեկով ավելացնում է լույսը՝ ճառագելով որպես արեւ:

1921թ. հոկտեմբերին, երբ Հայաստանի խորհրդային կառավարությունն արդեն կրթաթոշակ էր նշանակել Հովհ.Թումանյանին, Վրաստանի կառավարությունը նույնպես հայ բանաստեղծին արժանացնում է բացառիկ պատվի՝ կենսաթոշակ նշանակելով նրան՝ այնպես ու այնքան, ինչքան վրաց նշանավոր գրողներին: Նույն օրերին Վրաց գրողների ընկերությունը նրան դարձնում է պատվավոր անդամ: Այս առիթով Վրաստանի գրողներին ուղղված իր շնորհակալական նամակում բանաստեղծը գրում է.

«Վրացուն պատահելն ու ծանոթանալն է բանը, իսկ նրան սիրելուց հեշտ բան ես գրեթե չգիտեմ: Եվ հանկարծ էդքան բնական ու հեշտ մի բանի համար իմ եղբայր վրացի գրողները ինձ անվանելով «ընդհանուր» կամ երկու ժողովուրդները միացնող մի կապ, բացառիկ մի պատիվ են արել: Իմ արածի հանդեպ իմ եղբայր վրացի գրողների արածը ես գտնում եմ էնքան շռայլ մի պատասխան, ինչքան շռայլ մի պատասխանի ընդունակ է միայն վրացին: Եվ էն սերը, որ միշտ տածել եմ դեպի Վրաստանը - որ եւ եղել է ինձ համար երջանիկ մի առատ աղբյուր - նա թերեւս ինձ ուժ տա պատասխանելու էդ մեծ պատվին»: Թումանյանը միայն գրավոր չէ շնորհակալություն հայտնում:

Պոլիս մեկնումից առաջ՝ Թիֆլիսում, բանաստեղծը կազմակերպում է մի ուրախ խնջույք, որը նրա կյանքում վերջինն էր իր տան բազում-բազում խնջույքներից:

Դուստրը վկայում է, որ հայրը «Այդ առթիվ իր մոտ հրավիրեց տարբեր բնագավառների եւ ազգությունների ներկայացուցիչների, մոտ 40 հոգու, գրողներ, նկարիչներ, կոմպոզիտորներ, հասարակական գործիչներ... ներկա էին Գրիշաշվիլին, Տիցիան Տաբիձեն, Պաոլո Իաշվիլին, գործիչներից Ալեքսանդր Կանչելին, կոմպոզիտորներից՝ Զաքարե Փալիաշվիլին, հայ եւ ռուս ականավոր գործիչներ»: Թումանյանը որդու եղերական կորստից հետո այլեւս չէր թամադայում: Այդ օրվա թամադան էր Թբիլիսիում լույս ընծայվող թերթերից մեկի խմբագիր Ալեքսանդր Կանչելին: Բանաստեղծն ուներ 6 դուստր: Կանչելին վրաց պոետների կենացը խմում էր «Թումանյանի աղջիկների հետ զույգ-զույգ, երբ անցավ Թումանյանի չորրորդ աղջկա կենացին, թամադան չորս կողմն էր նայում վրաց բանաստեղծ գտնելու. «Кацо, наши поэты кончились, у Туманяна больше дочерей, чем у нас поэтов»: Այսպես վրաց գրողների հետ այդ օրվա մասին բանաստեղծի դուստր Նվարդ Թումանյանը գրում է. «Հայրիկն ի՞նչ իմանար, որ դա իր կյանքի վերջին խնջույքն է լինելու»:

Շնորհակալություն հայտնելով Վրաստանի Լուսավորության նախարար, ժողովրդական կոմիսար Դավիթ Կանդելակիին՝ Թումայնանը խնդրում է իրենց հատկացված առաջին ամսվա կենսաթոշակն ամբողջությամբ հատկացնել Վրաստանի կարիքավոր երեխաներին, եւ գումարը փոխանցել 1921թ. հոկտեմբերի կեսերին ստեղծված «Մանկական շաբաթ» կոմիտեին, որի նպատակն էր՝ հանգանակության միջոցով օգնել կարիքավոր երեխաներին ու որբանոցներին:

Թումանյանը սիրված էր ոչ միայն վրաց գրական, այլեւ՝ պաշտոնական իշխանական շրջաններում, ընդ որում, թե՛ Վրաստանի անկախ պետության (1918-21), թե՛ խորհրդային Վրաստանի պաշտոնյաների ու իշխանավորների կողմից, եւ ոչ միայն իշխանավորների, այլեւ՝ ամենքի, թե՛ շարքային մենշեւիկների եւ թե՛ բոլշեւիկ վրացիների կողմից: Հենց նրա շնորհիվ, ինչպես նշում են վրաց պատմաբանները, փրկվեց Վրաստանի մենշեւիկյան կառավարության արտաքին գործերի նախարար Եվգենի Գեգեչկորու կյանքը:

Թումանյանին զանազան խնդրանքներով դիմում էին նրան անծանոթ վրացիներ՝ ակնկալելով նրա ինչպես բարոյական, այնպես էլ՝ նյութական օգնությունը: Թումանյանին սիրում էին նրան անձամբ ճանաչող ու անծանոթ բոլոր վրացիները, անկախ տարիքից, հասարակության մեջ ունեցած դերից, կուսակցական պատկանելությունից, մասնագիտությունից եւ այլն: Թումանյանի նկատմամբ այդ սերը շարունակվեց տասնամյակներ շարունակ: Վկայությունը բանաստեղծի 100-ամյակի տոնակատարության հանդեսներն էին Թբիլիսիում, ողջ Վրաստանում: 1969-ին, 29 անվանի վրաց մշակույթի գործիչների ու պետական այրերի մասնակցությամբ, ստեղծվել էր կառավարական հոբելյանական հանձնաժողով՝ Գրողների միության առաջին քարտուղար Գրիգոլ Աբաշիձեի նախագահությամբ: Երկրի բոլոր հայկական, վրացական եւ ռուսական դպրոցներում, Թումանյանի անվան եւ Վրաստանի հանրային եւ այլ գրադարաններում տեղի էին ունենում զանազան միջոցառումներ: Այդ ժամանակ թիվ 34 դպրոցը Թիֆլիսում կոչվեց Թումանյանի անունով, հուզիչ էր ընդունելությունը բանաստեղծի ապրած տանը, նախկինում՝ Վոզնեսենսկայա (վրացերեն՝ Ամաղլեբելի), այդ օրերին Դավիթաշվիլի, իսկ այսօր արդեն նորից Ամաղլեբելի 18-ում: Սեպտեմբերի 26-ին տեղի ունեցավ այցելություն Խոջիվանք՝ Թումանյանի շիրմին, հյուրասիրություն բանաստեծի տանը նրա ժառանգների կողմից: Նույն օրը կայացավ հանդիսավոր նիստ Շոթա Ռուսթավելու անվան ակադեմիական թատրոնում՝ մասնակցությամբ Կենտոմի առաջին քարտուղար Վասիլ Մժավանաձեի, Նախարարների խորհրդի նախագահ Գիվի Ջավախիշվիլու, վրաց, վիրահայ եւ Հայաստանից ժամանած անվանի մշակույթի գործիչների, գրողների ու գիտնականների:

Եթե Թումանյանն այսքան սիրելի եւ մեծարման արժանի կարող է լինել վրաց ժողովրդի համար, ապա որքան նա սիրելի ու անփոխարինելի է իր ժողովրդի, հայ ազգի համար: Թումանյանը մեր ամեն ինչն է:

ՍՈՒՍԱՆՆԱ ՀՈՎՀԱՆՆԻՍՅԱՆ
Բանասիրական գիտությունների դոկտոր
Հատուկ «Վրաստանի» համար
Ք.Երեւան

ՀԱՐՑ - ՊԱՏԱՍԽԱՆ ❋ ԱՅԼԱՔԱՆ ❋ ԽՈՐՀՈՒՐԴՆԵՐ

ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹՅՈՒՆ

ԽՈՒՍԱՓԵՔ ՀԵՌՈՒՍՏԱՑՈՒՅՑԻ ԱՌՋԵՎ ԵՐԿԱՐ ՆՍՏԵԼՈՒՑ

Մեր փանը անընդհատ վեճ է. մայրս գրեթե ամեն օր «կռիվ է անում», թե երկար ես նստում հեռուստացույցի առջեւ, իբր վտանգավոր է առողջության համար: Իսկ թե ինչո՞վ է դա վտանգավոր, չի ասում: Գուցե դուք ասեք:

Հ. Մինասյան

Ախալցխիս

Այն, որ հեռուստացույցի առջեւ երկար նստելը վտանգավոր է, փաստ է: Մասնավորապես, նստած վիճակում երկար ժամանակ հեռուստացույց դիտելը գիտնականները կապել են՝ մինչեւ 50 տարեկան հասակում աղիների քաղցկեղով հիվանդանալու մեծ ռիսկի հետ: Այդ մասին հայտնել է EurekAlert պորտալը:

Նրանք վերլուծել են բուժքույրերի առողջության հետազոտության երկրորդ փուլի՝ հիմնական խրոնիկական հիվանդությունների համար ռիսկի գործոնների վերաբերյալ տվյալների ամենախոշոր զանգվածներից մեկի արդյունքները, որն ԱՄՆ-ում հավաքվել է 1989 թվականից: Գիտնականներն ուշադրություն են դարձրել «մասնակից կանանց նստելու սովորությունների», մասնավորապես, այն ժամաքանակի վրա, որը նրանք անցկացրել են՝ «նստելով հեռուստացույցի առաջ»: Ուսումնասիրելով կոլոռեկտալ քաղցկեղի վաղ զարգացման 118 դեպք՝ հետազոտողները նկատել են, որ հեռուստահաղորդումների դիտման համար անցկացված առնվազն մեկ ժամը հիվանդանալու հավանականությունը մեծացրել է 12 տոկոսով: Նրանց համար, ովքեր հեռուստացույցի առջեւ նստել են երկու ժամից ավելի, ռիսկը 70 տոկոսով բարձր է եղել:

ՄԱՍՆԱԳԵՏԻ ԽՈՐՀՈՒՐԴ

5 ՆԻՀԱՐԵՑՆՈՂ ՄԹԵՐՔ

Վերջին քսան տարիների ընթացքում տառապում եմ ավելորդ քաշից: Հազար ու մեկ բաղադրիչներով դիետա եմ պահել, սակայն ոչինչ չի օգնում: Ընդհակառակը, քաշս օրեցօր ավելանում է: Հաճախ բժիշկները միմյանց հակասող խորհուրդներ են տալիս: Հետաքրքիր կլիներ իմանալ, գոյությո՞ւն ունեն, արդյոք, նիհարելու համընդհանուր ճանաչման արժանացած մեթոդներ կամ մթերքներ:

Վ. Սարգսյան

Թբիլիսի

Այո, նման մթերքներ կան: Որքան էլ տարօրինակ լինի, գիտնականների պնդմամբ, աղջիկների լավագույն ընկերները ոչ թե ադամանդներն են, այլ այս 5 մթերքները, որոնք ձեզ կօգնեն մշտապես ունենալ լավ կազմվածք:

ԿԱՂԱՄԲ - Կաղամբի յուրաքանչյուր տեսակը նիհարողների համար լավագույն օգնական է: Կաղամբն ունի բացասական կալորիականություն: Այն յուրացնելու համար օրգանիզմը ծախսում է ավելի շատ էներգիա, քան ստանում է: Բացի այդ, դրա մեջ կա տարտրոնային թթու, որը նպաստում է յուղերի այրմանը: Իսկ բրոկոլին եւ ծաղկակաղամբը օգնում են սթրեսների ժամանակ, հանում են դյուրագրգռությունը եւ՝ կարգավորում քունը:

ՍՊԱՆԱԽ - Մեկ աման սպանախում կա ընդամենը 41 կիլոկալորիա եւ՝ ոչ մի կաթիլ յուղ: Կարող եք այն ազատ մտցնել ձեր սննդակարգ: Սպանախը չի վնասի ձեր իրանին, ազդրերին եւ մարմնի այլ մասերին: Սպանախի կանոնավոր օգտագործումը ձեզ կառույցացնի եւ կլավացնի մաշկը:

ՀԱՑԱՀԱՏԻԿԱՅԻՆ - Բջջանյութը, որը պարունակում է հացահատիկայինը, անփոխարինելի է նիհարել ցանկացողների համար: Այն գրեթե չի յուրացվում, բայց շատ լավ օգնում է շլակների դուրս բերմանը եւ՝ կլանում վնասակար նյութերը: Բացի այդ, դրանք երկար ժամանակով պարգեւում են հագեցվածության զգացողություն: Ցանկալի է՝ բազմազանություն մտցնել սննդակարգի մեջ, մեկ օր ընտրել բրինձ, մեկ օր՝ հնդկաձավար, հաջորդ օրը՝ վարսակ:

ՆԵԽՈՒՐ - Հիանալի դիետիկ մթերք, որը պարգեւում է հագեցվածության զգացողություն եւ կաղամբի նման ունի բացասական կալորիականություն: Այն կարգավորում է նյութափոխանակությունը, օրգանիզմից հանում ավելորդ աղերը, իսկ նրանում եղած եթերային յուղերն ամրացնում են դիմադրողականությունը:

ՔԱՐԻ - Այս հնդկական համեմունքը նպաստում է նիհարելուն՝ օրգանիզմից ավելորդ հեղուկը հանելու շնորհիվ: Քարին ուժեղ էներգետիկ մթերք է, որը ունակ է ոչ միայն ուժ հաղորդել, այլեւ՝ բարձրացնել մտավոր ակտիվությունը:

ՀԵՏԱՔՐՔԻՐ Է

Մարդիկ դեռեւս հնում են հասկացել, որ համոզմունքով արտաբերված եւ բազմիցս կրկնվող բառերը կարող են նշանակալից ազդեցություն ունենալ մարդու ճակատագրի վրա:

ԲԱՌԵՐԻ ՈՒԺԸ

Խիստ բացասական նշանակությամբ բառերի կրկնությունը հանգեցնում է խնդիրների է՛լ ավելի խորացման եւ, հակառակը, խոսքի մեջ դրական բառերի գերակայությունը մարդուն այնպիսի ուժ է տալիս, որ նա դուրս է գալիս խճճված իրավիճակից ու հաջողության հասնում: Մեր իմաստուն նախնիներն օգտագործում էին բառերի ուժը՝ դեպքերի ընթացքը վերահսկելու համար: Իսկ ժամանակակից հոգեբանները հաստատում են մեր խոսքերի եւ ինքնազգացողության, հաջողության միջեւ եղած կապը: Դա բացատրվում է նրանով, որ մեր կողմից հաճախ արտաբերվող բառերը մնում են ենթագիտակցության մեջ եւ օրգանիզմի հատուկ արձագանքն են հարուցում՝ ազդելով մեր վարքի եւ ընդհանրապես կյանքի վրա: Այդ պատճառով, եթե խնդիրները ձեզ հանգիստ չեն տալիս, ժամանակն է, որ մտածեք, թե ինչպիսի բառեր եք ավելի հաճախ օգտագործում:

Ահա այն բառերը, որոնք կօգնեն ձեր ձեռքն առնել հաջողության ղեկը:

ՀԱՋՈՂՈՒԹՅՈՒՆ - Այո՛, հաջողությունը սիրում է, երբ իրեն դիմում են անվանապես: Ոչ թե՝ «Ա՜խ, եթե միայն ինձ հաջողությունը ժպտար», այլ՝ «Ես հավատում եմ, որ այսօր ինձ հաջողությունը կժպտա»:

ԵՐՋԱՆԿՈՒԹՅՈՒՆ - «Ես անպայման կհասնեմ իմ երջանկությանը»: Այս խոսքը կրկնելով՝ դուք ձեր նպատակը կմոտեցնեք ձեզ:

ՍԵՐ - Եթե ասեք, որ սիրում եք այս աշխարհն իր գեղեցկության եւ ձեր առջեւ բացվող հնարավորությունների համար, աշխարհը կշտապի փոխադարձել այդ սերը:

ԵՐԱԽՏԱԳԻՏՈՒԹՅՈՒՆ - Բախտը երես է թեքում նրանցից, ովքեր սովոր են միայն վերցնել եւ փոխարենը ոչինչ չտալ: Ձեր հաջողությունների համար շնորհակալություն հայտնեք նաեւ նրանց, ովքեր թեկուզ շատ չնչին, բայց օգնել են ձեզ:

ՀԱՎԱՏ ԵՎ ՎՍՏԱՀՈՒԹՅՈՒՆ - Այս բառերի հաճախակի կրկնությունը ձեզ սեփական ուժերի հանդեպ հավատ կներշնչի: Դեպքերի հաջող ընթացքի համար պետք է կրկնել՝ «Ես գիտեմ, որ հանգամանքներն իմ օգտին կդասավորվեն»:

ԱՌՈՂՋՈՒԹՅՈՒՆ - Հաջողության գրավականը ֆիզիկական եւ բարոյական առողջությունն է: Հիվանդությունների մասին խոսելը վիճակն ավելի է բարդացնում:

ՀՈՒՅՍ - Հույսը մարդուն օգնում է ուժերը ի մի բերել եւ առաջ շարժվել նույնիսկ ամենածանր իրավիճակներում: Կրկնեք՝ «Ես հույս ունեմ, որ ամեն ինչ լավ է լինելու», եւ հաջողությունն անպայման ականջալուր կլինի ու կիրականացնի ձեր հույսերը:

ԽՈՍԵԼՈՒ ԱՐՎԵՍՏԸ

Խոսելու կարողությունը մարդուն կենդանուց զատող ամենահիմնական առանձնահատկություններից մեկն է: Սակայն մարդիկ խոսելու ունակությամբ միմյանցից շատ են տարբերվում: Մեկին կարող ես ժամերով հափշտակված լսել, իսկ մեկ ուրիշի, 5 րոպե լսելուց հետո, անբացատրելի ցանկություն ունենալ ականջներդ փակելու եւ հեռու փախչելու:

Բացի ձայնի տեսակներից, որոնցից ականջի համար առավել հաճելի են ցածր տոները, շատ կարեւոր է ասելիքը եւ այն ձեւակերպելու արվեստը:

Խոսքը ձանձրալի է լինում, երբ չափից ավելի են օգտագործվում ոչինչ չասող «մակաբույծ» բառեր, երբ դադարներն են շատ լինում կամ հակառակը՝ շաղակրատանքը: Խոսքի արվեստին տիրապետողը միշտ շահող է լինում: Բառապաշարը կարելի է հարստացնել բառային խաղերի, ընթերցանության, ֆիլմեր դիտելու միջոցով: Փորձեք մտապահել վառ արտահայտությունները, բառակապակցությունները: Այդ ամենի հետ մեկտեղ, մարդու խոսքը պետք է ինքնատիպ, տպավորիչ եւ հիշվող լինի:

ԱՆԵԿԴՈՏՆԵՐ

☺ Մեկը գնում է ընկերոջ տուն հյուր, նայում է առաստաղին, ասում է.

- Յաա, էս խիա ձեր պատալոկը սաղ արյուն,- ընկերն էլ թե.

- Հեչ, ուղղակի երեկ զոքանչիս ծննունդն էր, թոցնում էինք:

☺ Ամուսինը նստած թերթ է կարդում: Կինը, որն այդ ընթացքում բալկոնում էր գտնվում, բալկոնից գլուխն անց է կացնում սենյակ ու ասում ամուսնուն.

- Սիրելի՛ս, հիշո՞ւմ ես քո այն հին մեծ բումերանգը, որը տարիներով կախված էր պատից: Այսօր վերջնականապես համբերությանս բաժակը լցվեց, եւ ես այն դուրս շպրտա...

☺ - Պատմեք, ինչպե՞ս խելագարվեց ձեր կինը:

- Մենք ճանապարհորդում էինք լեռներում, որտեղ հիանալի արձագանք էր: Իսկ կինս սովոր էր, որ վերջին խոսքը միշտ իրենն է...

☺ Կինը հայելու առաջ պտտվելով հարցնում է ամուսնուն:

- Սիրելի՛ս, քեզ ի՞նչն է իմ մեջ ավելի դուր գալիս՝ իմ գեղեցիկ դե՞մքը, թե՞ իմ շքեղ մարմինը:

- Քո հումորի զգացումը:

☺ Գիշերվա ժամը 3:00 է, փոքրիկ աղջիկը խնդրում է:

- Մայրիկ, հեքիաթ պատմի էլի:

- Սպասիր, բալիկս, հիմա հայրիկը կգա ու կսկսի հեքիաթներ պատմել մեզ երկուսիս:

☺ Խորտկարանում տխուր նստած է մի տղամարդ, որը պատվիրում է գավաթ գավաթի հետեւից: Վերջապես մատուցողը չի դիմանում եւ հարցնում է.

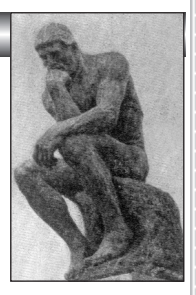
- Ի՞նչ է պատահել:

- Է՜, կնկաս հետ եմ կռվել: Նա խոստացել է մեկ ամիս հետս չխոսել:

- Հա... Պատկերացնում եմ, թե ինչ վատ եք զգում ձեզ:

- Էլ մի ասա: Էսօր վերջին օրն է...

ԹԵՎԱՎՈՐ ՄՏՔԵՐ



Թե անկեղծության ծով ես անսահման՝ անմահ ես ծովի մարգարտի նման:

ՀՈՎՀԱՆՆԵՍ ՇԻՐԱԶ
(1914-1984)
Հայ բանաստեղծ

Այն, ինչ հաճո չէ Աստծոն, չի կատարվի, ինչ էլ լինի:

ՇՈԹԱ ՌՈՒՍԹԱՎԵԼԻ
(XII-XIII դդ.)
Վրաց բանաստեղծ

Մարդկանցից ամաչելը լավ զգացում է, բայց ամենալավը ինքն իրենից ամաչելն է:

ԼԵՎ ՏՈԼՍՏՈՅ
(1828-1910)
Ռուս գրող

Անհնար է միշտ լինել հերոս, բայց միշտ կարելի է մարդ մնալ:

Ի.ԳՅՈԹԵ
(1749-1832)
Գերմանացի քնարերգու

Եթե ես արդեն որոշել եմ աշխատել, ուրեմն ոչ ոք եւ ոչինչ ինձ չի կարող կանգնեցնել: Նույնիսկ՝ աշխատանքի բացակայությունը: Ինչոր բան կկոտրեմ եւ կկսեմ նորոգել:

Ն.Հ.
«Վրաստան»-ի ընթերցող
Ախալքալաքիի մունիցիպալիտետ, գ.Կարտիկամ

ՀԱՅԱՍՏԱՆ - ԱՐՑԱԽ. Փաստեր, իրադարձություններ

«ՎՐԱՍՏԱՆԻ», ԱՐՄԵՆՊՐԵՍԻ, ՊԱՆԱՐՄԵՆԻԱՆԻ ԵՎ ԿԱՎԿԱԶՊՐԵՍԻ ՆՅՈՒԹԵՐՈՎ

ՀՈԲԵԼՅԱՆԱԿԱՆ ՄԻՋՈՑԱՌՈՒՄՆԵՐ ՄԵԾՆ ԲԱՆԱՍՏԵՂԾԻ ԾՆՆԴԱՎԱՅՐՈՒՄ

(Սկիզբը՝ 1-ին էջում)

Շատերը մտածում են, որ Արարատն Արաքսի այն կողմում է, բայց ինչպես տեսնում եք, ինչպես Չարենցն է վկայում, Արաքսի այս կողմում էլ ունենք Արարատ եւ այդ Արարատը Հովհաննես Թումանյանն է, եւ այդ Արարատը Լոռվա մարզում է, եւ այդ Արարատը Դսեղում է:

Թումանյանին մենք այսօր պատկերացնում ենք որպես Արարատ, որպես անհաս մի բարձրություն, բայց նա մի մարդ էր, ով իր ծնված առաջին օրից կրել է մարդկային բոլոր տառապանքները՝ աղքատություն, սով, անփողություն, ապրելու անհնարինություն ու կյանքն ամեն վայրկյան փորձել է կոտրել նրան, փորձել է սպանել նրան եւ ցածրացնել կենցաղի մեջ, ռուբլու մեջ, կոպեկի մեջ, մի կտոր հացի մեջ:

Եվ ահա այս ամենը ծանրացել էր մարդու ուսերին, եւ ինչո՞ւ նա չի կոտրվել, որովհետեւ նա հավատացել է իր ուժին: Այն ժամանակ, որ թվում է՝ պետք է ծնկեր, ինչպես Հիսուս Քրիստոսն անդամալույծին ասել է՝ վեր կաց եւ քայլիր, Թումանյանն ինքն իրեն ասել է՝ վեր կաց եւ քայլիր, եւ նա վեր է կացել եւ՝ քայլել: Նա քայլել է այնտեղ, որտեղ չկար ճանապարհ, նա ապրել է այնտեղ, որտեղ չկար հաց, նա հաղթել է այնտեղ, որտեղ չկար հնարավորություն, որովհետեւ նա ասելիք է ունեցել իր ժողովրդին, եւ իր ժողովրդին իր ասելիքը եղել է մեկը՝ վեր կաց եւ քայլիր, մի' ծնկիր, մի' խեղճացիր, մի' նվաստացիր, մի' չարացիր, մի' կասկածիր դու քեզ, քո ուժին, քո հայրենիքին, քո անցյալին եւ ապագային, վեր կաց եւ քայլիր:

Սա է Թումանյանի ուղերձը ժողովրդին, Հայաստանին, պետությանը, եւ ես այսօր ինձ իրավունք եմ վերապահում՝ որպես Հայաստանի Հանրապետության վարչապետ, որպես ժողովրդի ազատ կամքով ընտրված վարչապետ, Թումանյանի անունից ասել հայ ժողովրդին՝ վեր կաց եւ քայլիր, դու անդամալույծ չես, դու պարտվող չես, դու մուրացիկ չես, վեր կաց եւ քայլիր, վեր կաց եւ քայլիր»,- նշեց Հայաստանի վարչապետը:

Ամենայն հայոց բանաստեղծ Հովհաննես Թումանյանի ծննդավայր Դսեղ գյուղում, բանաստեղծի 150-ամյակին նվիրված միջոցառման շրջանակում, նրա ծննդավայր Դսեղում հնչեցին նրա ստեղծագործությունները:

Միջոցառումներին մասնակցեցին ՀՀ վարչապետ Նիկոլ Փաշինյանը, Հայ առաքելական եկեղեցու Գուգարաց թեմի առաջնորդ Սեպուհ արքեպիսկոպոս Չուլջյանը, նախարարներ եւ պատգամավորներ:

Փետրվարի 19-ին՝ Հովհաննես Թումանյանի ծննդյան օրը, տոնական միջոցառումներ են մեկնարկել Երեւանում, Դսեղում եւ Վրաստանի մայրաքաղաք Թբիլիսիում:

ՀԵՂԵՏՐԻՆ ՄԻԱՍՆԱԿԱՆ ԱՂՈԹՔ

Փետրվարի 19-ին, Ն.Ս.Օ.Տ.Տ. Գարեգին Բ Ծայրագույն Պատրիարք եւ Ամենայն Հայոց կաթողիկոսի հրավերով, Մայր Աթոռ Սուրբ Էջմիածին ժամանեց Ն.Ս.Օ.Տ.Տ. Արամ Ա Մեծի Տանն Կիլիկիո կաթողիկոսը:

Մայր Աթոռ Սուրբ Էջմիածնում՝ Սբ. Տրդատի կամարի առջեւ, եղբայրական ողջագուրումից հետո Ամենայն Հայոց կաթողիկոսը եւ Մեծի Տանն Կիլիկիո կաթողիկոսը՝ Մայր Տաճարի զանգերի ղողանջների ներքո, Մայր Աթոռի միաբանների թափորով, առաջնորդվել են Սուրբ Հովհաննես Մկրտիչ-Սուրբ Վարդան մատուռ-մկրտարան, ուր կատարվել է միասնական աղոթք:

Աղոթքից հետո Նորին Սրբություն Գարեգին Բ Ամենայն Հայոց կաթողիկոսը, բարիգալստյան խոսքով, ողջունել է Նորին Սրբություն Արամ Ա կաթողիկոսին: Ողջույնի խոսքով հանդես է եկել նաեւ Մեծի Տանն Կիլիկիո կաթողիկոսը:

ՓՈՓՈԽՈՒԹՅՈՒՆ՝ ԱՋԱՊԵԿՅԱՆ ՄԵՔԵՆԱՆԵՐԻ ՆԵՐՄՈՒԾՄԱՆ ՄԱՍԻՆ ՕՐԵՆՔՈՒՄ

Հայաստանի կառավարությունն ընդունեց «Աջակողմյան ղեկային տեղաբաշխմամբ տրանսպորտային միջոցների ներմուծումն արգելելու մասին» օրենքում փոփոխություն կատարելու մասին» օրենքի նախագիծը:

Տրանսպորտի, կապի եւ ՏՏ նախարար Հակոբ Արշակյանը նշեց, որ, նախկին նիստում, վարչապետի կատարած դիտարկումներից հետո, ճշգրտումներ են արվել եւ նախագծի ընդունման դեպքում հնարավորություն կընձեռվի ՀՀ-ի մաքսային տարածքներում տեղակայված աջակողմյան ղեկային տեղաբաշխմամբ տրանսպորտային միջոցները, ինչպես նաեւ այն աջակողմյան ղեկային տեղաբաշխմամբ տրանսպորտային միջոցները, որոնց ձեռք բերման համար վճարումները կատարվել են մինչեւ 2018 թվականի դեկտեմբերի 30-ը, ՀՀ-ի տարածք ներմուծել՝ մինչեւ 2019 թվականի ապրիլի 1-ը:

Վարչապետ Նիկոլ Փաշինյանն ընդգծեց, որ, այս խմբաքանակի ներմուծումից հետո, աջակողմյան ղեկով մեքենաների ներմուծման հարցին էլ չեն անդրադառնալու:

- Պայմանը մեկն է, որ այս թեմային այլեւս երբեք չենք անդրադառնալու,- ասաց նա:

ԳՐԱՄԱՇՆՈՐՀ՝ ՀԱՆԱՊԱՐՀԱՅԻՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅԱՆ ԲԱՐԵԼԱՎՄԱՆ ՀԱՄԱՐ

Եվրոպական ներդրումային բանկը նախատեսում է Հայաստանին 5,15 մլն եվրո դրամաշնորհ տրամադրել ճանապարհային անվտանգության բարելավման համար, որից 0,65 մլն եվրո՝ տեխնիկական աջակցության խորհրդատվական ծառայությունների, 4,25 մլն եվրո՝ շինարարական աշխատանքների եւ 0,25 մլն եվրո՝ այլ կազմակերպչական ծախսերի համար:

Այս մասին նշվել է Եվրոպական ներդրումային բանկի (ԵՆԲ), Հայաստանի տրանսպորտի, կապի եւ տեղեկատվական տեխնոլոգիաների նախարարության «Տրանսպորտային ծրագրերի իրականացման կազմակերպություն» եւ «Հայաստանի ավտոմոբիլային ճանապարհների տնօրինություն» ՊՈԱԿ-ների ներկայացուցիչների քննարկմանը, որը վերաբերել է Եվրոպական միության կողմից՝ Հայաստանի ճանապարհային անվտանգության բարելավման ծրագրին ուղղվող ներդրումների հետ կապված հարցերին:

ԿԱՐԵՎՈՐՎԵՑ ԴԻՄԱԿԱՅՈՒԹՅԱՆ ԳՈՏՈՒՄ ՀՐԱԴԱԴԱՐԻ ՊԱՀՊԱՆՄԱՆ ԱՆՀՐԱԺԵՇՏՈՒԹՅՈՒՆԸ

Փետրվարի 20-ին Հայաստանի վարչապետ Նիկոլ Փաշինյանը հանդիպում ունեցավ ԵԱՀԿ Մինսկի խմբի համանախագահներ Իգոր Պոպովի (Ռուսաստան), Էնդրյու Շոֆերի (ԱՄՆ), Ստեֆան Վիսկոնտիի (Ֆրանսիա) եւ ԵԱՀԿ գործող նախագահի անձնական ներկայացուցիչ Անջեյ Կասպրշիկի հետ:

Հանդիպմանը Հայաստանի վարչապետը ներկայացրել է՝ հունվարին, Դավոսում Ադրբեջանի նախագահ Իլհամ Ալիեւի հետ տեղի ունեցած ոչ պաշտոնական հանդիպման մանրամասները:

Զրուցակիցները մտքեր փոխանակեցին ԼՂ-ի հիմնահարցի կարգավորման գործընթացի համապատասխան մթնոլորտի ձեւավորման շուրջ, ուրվագծել են հետագա քայլերը: Կարեւորվեց հրադադարի ռեժիմի պահպանման ուղղությամբ ձեռք բերված պայմանավորվածությունների իրականացումը:

ՍԵՎԱՆԱ ԼՃԻ ՄԱԿԱՐԴԱԿԸ ԻՋԵԼ Է

Նախորդ տարվա փետրվարի 12-ի համեմատ, այս տարի Սեւանա լճի մակարդակը իջել է 4 սմ-ով:

Ինչպես տեղեկացրին Հայաստանի արտակարգ իրավիճակների նախարարության «Հայհիդրոմետ» ծառայությունից, 2019 թվականի փետրվարի 12-ի դրությամբ, Սեւանա լիճը ծովի մակարդակից գտնվում է 1900մ 39 սմ բարձրության վրա՝ նախորդ տարվա նույն ժամանակահատվածում գրանցված 1900 մետր 43 սանտիմետր նիշի դիմաց: Նույն աղբյուրի համաձայն՝ այս տարվա ընթացքում Արփա-Սեւան թունելային ջրատարով Սեւանա լիճ առայժմ ջուր չի տեղափոխվել, իսկ ստորերկրյա հոսքի ճանապարհով մուտք եղած ջրի քանակությունը կազմել է 3,5 միլիոն խորանարդ մետր: Լիճ թափվող գետերը գտնվում են ֆմեռային սակավաջուր փուլում:

ԿՅԱՆՔԻՑ ՀԵՌԱՑԵԼ Է ՄԵԾ ԲԱՐԵՐԱՐ ԼՈՒԻԶ ՄԱՆՈՒԿՅԱՆ-ՍԻՄՈՆԸ

Կյանքի 86-րդ տարում վախճանվել է Հայկական բարեգործական ընդհանուր միության նախկին նախագահ, մեծանուն հայ բարերար Ալեք Մանուկյանի դուստրը՝ Լուիզ Մանուկյան-Սիմոնը:

Տիկին Լուիզ Մանուկյան-Սիմոնը, որ իր մեծանուն հոր մահվանից հետո որոշ ժամանակ ծառայել է որպես ՀԲԸՄ-ի նախագահ, իր մահկանացուն կնքել է Ամերիկայի Միացյալ Նահանգներում:

Լուիզ Մանուկյան-Սիմոնը ծնվել է 1933 թվականին, Դետրոյթում (ԱՄՆ): Նրա հայրը հայտնի հասարակական գործիչ, Հայաստանի Հանրապետության ազգային հերոս, բարերար Ալեք Մանուկյանն է՝ ծնունդով Զմյուռնիայից, ով մեծ ներդրում է ունեցել աշխարհի հայերի համախմբման գործում: Ալեք Մանուկյանը եղել է հայկական բարեգործական ընդհանուր միության 5-րդ նախագահը:

Լուիզ Մանուկյանն ամուսնացել է Արման Սիմոնի հետ եւ՝ ապրել Մանհեթենում: 1989 թվականին դարձել է ՀԲԸՄ-ի նախագահ՝ իր հոր հաջող նախագահությունից հետո: Նա դարձել ՀԲԸՄ-ի նախագահ 1988 թվականին, Սպիտակի երկրաշարժից անմիջապես հետո: 1962 թվականին նրա ծնողները հիմնադրել են «Լուիզ Մանուկյան-Սիմոն» հիմնադրամը, որը հետագայում վերանվանվել է «Մանուկյան-Սիմոն» հիմնադրամ: 2007 թվականին 1,2 միլիոն դոլլար ֆինանսավորել է Միչիգանի համալսարանի հայ ուսանողներին: 1979 թվականին Լուիզ Մանուկյան-Սիմոնը ծառայության է անցել Մեծի Տանն Կիլիկիո կաթողիկոսության Արեւմտյան թեմում, եղել է առաջին կին ծառայողը: 2000 թվականին Լուիզ Մանուկյան-Սիմոնը եւ նրա եղբայր Ռիչարդ Մանուկյանը 2 միլիոն դոլլար նվիրաբերել են Երեւանի Սուրբ Գրիգոր Լուսավորիչ եկեղեցու շինարարությանը:

Լուիզ Մանուկյան-Սիմոնն ունի մեկ աղջիկ՝ Քրիստինեն, եւ երկու որդի՝ Դավիթը եւ Մարկը:

2012 թվականի նոյեմբերի 26-ին Ամենայն Հայոց Գարեգին Բ կաթողիկոսը Լուիզ Մանուկյան-Սիմոնին պարգեւատրել է Ասպետ Սուրբ Էջմիածնի շքանշանով:

ԵԿԵՂԵՑԱԿԱՆ

ՓԵՏՐՎԱՐ

25.02.2019. Սուրբ Մարկոս եպիսկոպոսի, Պիոն քահանայի, Կյուրեղ եւ Բենիամին սարկավագների եւ սուրբ վկաներ Աբդլմսեհի, Որմզդանայի եւ Սայենի հիշատակության օր

26.02.2019. Սրբոց Ղեւոնդյանց քահանաների հիշատակության օր

28.02.2019. Սուրբ Վարդանանց զորավարների եւ 1036 վկաների հիշատակության օր

451 թվականի մայիսին, Ավարայրի ճակատամարտում, հայրենիքի, հայ եկեղեցու եւ քրիստոնեական հավատի պահպանման համար նահատակված Վարդանանց զորավարներն ու 1036 մարտիրոսները Հայաստանյայց Առաքելական Եկեղեցու մեծագույն սրբերից են: Իրենց նահատակությամբ նրանք հաստատեցին հայ ժողովրդի ապրելու կամքը եւ լինելիության իրավունքը:

Վարդանանց տոնին Մայր Աթոռ Սբ. էջմիածնում եւ հայկական բոլոր եկեղեցիներում մատուցվում է սուրբ պատարագ:

ՄԱՅՐԱՔԱՂԱՔ

ԿԳՈՐԾԻ ՎՃԱՐՈՎԻ ԱՎՏՈԿԱՅԱՆՄԱՆ ԿԱՐԳԸ

Հուլիսի 1-ից մայրաքաղաք Թբիլիսիի մի քանի փողոցներում մեքենան կայանելու համար ժամավճար կսահմանվի: Թբիլիսիի քաղաքապետ Կախա Կալաձեի հայտարարությամբ, փորձնական ծրագիրը սկզբնական շրջանում կգործի Կոտե Աբխազի (Լեսելիձե) եւ նրա հարակից փողոցներում:

- Այս կերպ հնարավորություն կունենանք քաղաքում կարգավորել խցանումները, կայանման տեղերում գերպահանջը, ամենակարեւորը հանրային տրանսպորտի եւ սեփական մեքենաների օգտագործման ցուցանիշը: Այս ծրագիրը վաղուց կիրառվում է Եվրոպայի ամենազարգացած եւ հատկապես ծանրաբեռնված քաղաքներում,- հայտարարել է Կալաձեն:

Քաղաքապետի խոսքով, առաջիկա օրերին Թբիլիսիի սակրեբուլո կուղարկվի մայրաքաղաքում վճարովի ավտոկայանման կարգի մասին նախագիծը:

ԳՆԱՀԱՏՈՒՄ

2019 ԹՎԱԿԱՆԻ ԱՇԽԱՐՀԻ ԼԱՎԱԳՈՒՅՆ ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՏԱՍՆՅԱԿՈՒՄ Է ՎՐԱՍՏԱՆՅԻ ԼԱԴՈ ԱՓԽԱԶԱՎԱՆ

2019 թվականի աշխարհի լավագույն ուսուցչի եզրափակիչ փուլի 10 մասնակիցների թվում է վրաց մանկավարժ Լադո Ափխազավան: «Գլոբալ թիչեր 2019» եզրափակիչի մասնակիցների անունները հայտարարել է Հոլիվուդի դերասան Հյու Ջեքմանը:

«Այս մարդիկ աշխարհի տարբեր անկյուններից են: Նրանք սովորեցնում են ինչպես քաղաքներում, այնպես էլ՝ դպրոցներում: Նրանք աջակցում են ինկլյուզիվությանը եւ երեխայի իրավունքներին: Նրանք աշակերտների հնարավորությունները փորձում են զարգացնել երաժշտությամբ, տեխնոլոգիաներով, ռոբոտեխնիկայով եւ գիտությամբ»,- ասվում է «Գլոբալ թիչեր 2019» ֆինալիստների բնութագրի մեջ:

Կայքէջում զետեղված է նաեւ Լանչխութիի մունիցիպալիտետի Չիբաթի գյուղի հանրային դպրոցի քաղաքացիական կրթության ուսուցիչ Լադո Ափխազավայի կենսագրությունը եւ կարճ տեսահոլովակ, որտեղ նա պատմում է իր նպատակների մասին:

«Գլոբալ թիչեր 2019»-ի հաղթողը հայտնի է դառնալու Դուբայի կրթության եւ հմտությունների գլոբալ ֆորումին՝ 2019 թվականի մարտի 24-ին, եւ մրցանակի տեսքով ստանալու է մեկ միլիոն դոլլար:

ՆՈՐՈՒՅԹ

ՉԻՆԱՐԵՆԸ ՎՐԱՍՏԱՆԻ ԴՊՐՈՑՆԵՐՈՒՄ

Վրաստանի հանրային դպրոցներում չինարենի ուսուցանումը, հավանաբար, կմեկնարկի 2019-2020 ուսումնական տարվանից:

Վրաստանի կրթության, գիտության, մշակույթի եւ սպորտի նախարարության տեղեկացմամբ՝ չինարենի ուսուցումը կլինի ըստ դպրոցների ցանկության, այն դպրոցներում կներմուծվի որպես երկրորդ օտար լեզու:

Ըստ գերատեսչության, չինարենը, որպես երկրորդ օտար լեզու, կկարողանա ընտրել ցանկացած դպրոց՝ 5-րդ դասարանից:

Ինչ վերաբերում է ուսուցիչների վերապատրաստմանը, ըստ Ուսուցիչների մասնագիտական վերապատրաստման կենտրոնի տեղեկատվության, նրանք դեռեւս Կրթության նախարարությունից չեն ստացել հրահանգներ, թե քանի ուսուցիչ պետք է վերապատրաստվի առաջին փուլում, կամ երբ պետք է սկսվի վերապատրաստման ընթացքը:

Մի քանի օր առաջ, Վրաստանի կրթության, գիտության, մշակույթի եւ սպորտի նախարար Միխայիլ Բատիաշվիլին եւ Վրաստանում ՉԺՀ-ի դեսպան Ցզի Յանչին ստորագրել են փոխըմբռնման հուշագիր՝ Կրթության, գիտության, մշակույթի եւ սպորտի նախարարության եւ Չինաստանի դեսպանատան միջեւ: Հուշագրի նպատակն է՝ խթանել չինարենի տարածմանը եւ նպաստել Վրաստանում դրա ուսումնասիրությանը:

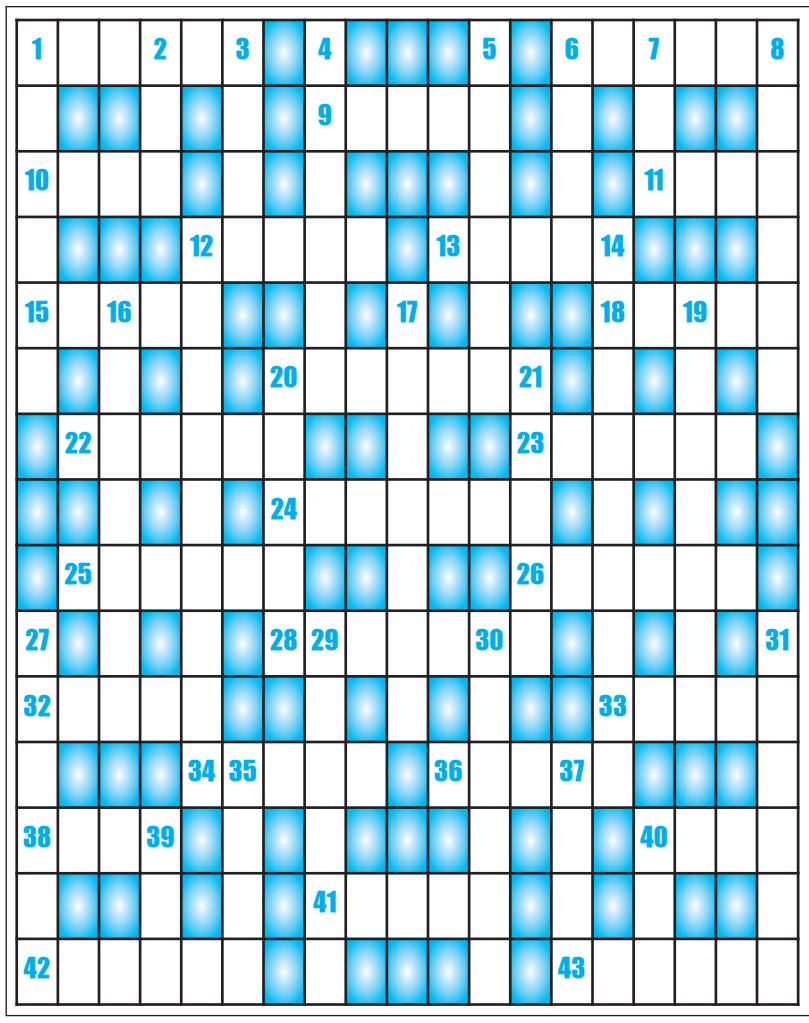
«ՄԱԳԹԻԿՈՄԻ» ԲԱԺԱՆՈՐԴՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ ԱՅՍՕՐՎԱՆԻՑ ԳՈՐԾԻ Է ԴՐՎԵԼ ՀԱՄԱՐԻ ԾԱՌԱՅՈՒԹՅԱՆ ՍԱԿԱԳԻՆԸ

180 օրվա համար բաժանորդները պետք է վճարեն մեկ լարի: Գումարը ավտոմատ կերպով պահվելու է հաշվից:

Ինչպես առաջին ալիքին ասել են հաղորդակցությունների ազգային հանձնաժողովում, հանձնաժողովի փետրվարի 14-ին ընդունած որոշումը, սակագների մեծացման դադարեցման վերաբերյալ, չի տարածվում համարի ծառայության սակագնի վրա:

Հանձնաժողովը դադարեցրել է «Մագթիկոմի» փաթեթների արժեքի աճը, ինչպես նաեւ պարտադրել է ընկերություններին՝ ուժի մեջ թողնել գործող 25 լարիանոց փաթեթը:

ԽԱՉԲԱՌ



ՀՈՐԻԶՈՆԱԿԱՆ. 1.Թիակավոր մեծ բեռնանավ: 6.Էգ ձի, մատակ: 9.«Թմբկաբերդի առումը» պոեմի հերոս: 10.Առանց կրունկների ոտնաման: 11.Թեոդոլիտի բաղկացուցիչ մաս: 12.Մահմեդական կրոնի սպասավոր: 13.Բեմարվեստի տեսակ: 15.Լատինամերիկյան պարահանդեսային պար: 18.Գրքի ծավալի չափման միավոր: 20.Հայ մեծ երգահան: 22.Ռազմանավերի մեծ խմբավորում: 23.Տանիքի ծածկը պահող տղամարդու արձան: 24.Երկրորդ կարգի հարթ կոր: 25.Շաքարով եւ որեւէ պտուղով պատրաստված քաղցրեղեն: 26.Անտառային թռչուն: 28.Մեծածավալ երաժշտական երկի խոսքային բնագիրը: 32.Վրացի ռեպեր: 33.Ֆրանսիացի փիլիսոփա եւ գրող: 34.Իտալական ոսկե դրամ: 36.Ծավալի միավոր՝ չափերի անգլիական համակարգում: 38.Ֆրանսիացի գրող: 40.Կենդանակերպի համաստեղություն: 41.Դ'Արտանյանի ծառայի անունը Ա.Դյումայի «Երեք հրացանակիրները» վեպում: 42.Թանկարժեք մորթիով գիշատիչ փոքր գազան: 43.Ժելեանման մածուցիկ, թանձր զանգված:

ՈՒՂՂԱՀԱՅԱՑ. 1.Վուշե կամ բամբակե խիտ ու նուրբ գործվածք: 2.Հայկական ազգային ըմբշամարտ: 3.Վրացի երգիչ ... Պավլիաշվիլի: 4.Շեքսպիրի ողբերգությունը: 5.Առողջարանային քաղաք Ղրիմում: 6.Ձիերի ընտանիքի կենդանի: 7.Նյութի քանակի չափման միավորը՝ ՍԻ համակարգում: 8.Քիմիական տարր, արծաթավուն դժվարահալ մետաղ: 12.Համեմունք: 14.Տատանման ժամանակ ամենամեծ շեղման չափը: 16.Արեգակնային համակարգության մոլորակ: 17.Ամերիկացի երգիչ եւ երաժիշտ: 19.Բնակելի սենյակ՝ տանիքի տակ: 20.Որեւէ աշխատանք կատարելու պայմանագիր: 21.Մարմնամարզական հնարք: 27.Ֆրանսիացի գրող: 29.Մուգ կապույտ ներկի տեսակ: 30.Նեպտունի արբանյակ: 31.Գարշահոտ գիշատիչ կենդանի: 35.Բնական կարծր վառելանյութ: 37.Բարձր ջերմությամբ եւ դողով արտահայտվող հիվանդություն: 39.Ժողովրդական բանավոր ավանդություն: 40.Երկրաչափական մարմին:

Կազմեց ԷԼԼԱ ԱԹԱԲԵԿՅԱՆԸ

ՆԱԽՈՐԴ ՀԱՄԱՐԻ ԽԱՉԲԱՌԻ ՊԱՏԱՍԽԱՆՆԵՐԸ

ՀՈՐԻԶՈՆԱԿԱՆ. 1.Ամեհի: 4.Չիտա: 6.Երբ: 9.Միեր: 10.Նորավանք: 13.Մարոն: 14.Ելարան: 17.Սատին: 20.Ռիկ: 21.Աղջիկ: 22.Աջ: 23.Նա: 24.Ջակարտա: 26.Աբասի: 28.Այր: 29.Նալ: 31.Կիսել: 33.Ջիվանի: 35.Որեւէ: 37.Ցայգ: 38.Ռելս: 40.Երեւի: 42.Գենա: 45.Բոսոր: 46.Ալան: 47.Երկար: 50.Գառ: 51.Ակո: 52.Արդի: 53.Ջերծ: 54.Առու: 56.Խորեն: 57.Ափ:

ՈՒՂՂԱՀԱՅԱՑ. 2.Մամոնտ: 3.Հրեղեն: 4.Չինարի: 5.Տարոն: 6.Ելակ: 7.Բոքս: 8.Մինաս: 11.Որակյալ: 12.Ան: 13.Մարջան: 15.Աղասի: 16.Սիս: 18.Ամայի: 19.Իմա: 21.Անակ: 22.Ատ: 24.Ջաջուռ: 25.Կրվել: 27.Իսրայել: 30.Ավետիս: 32.Լեգրան: 34.Իոսեբ: 36.Էներգիա: 39.Սեւակ: 41.Վոկալ: 42.Գառզու: 43.Նաուրու: 44.Վեդի: 48.Կամո: 49.Ռոպե: 55.Ռե:

Խմբագիր՝ ՎԱՆ ԲԱՅԲՈՒՐԹՅԱՆ

Մեր հասցեն՝ Թբիլիսի 0105
Գ.Աթոնելի փ. 5 Հեռ. 2990-739, 2990-774
www.vrastan.ge
E-mail: vrastan.press@gmail.com

Գրանցման վկայական
№ 4 4 - 1439
«ԿՈԼՈՐ» հրատարակչություն

"ВРАСТАН"
Тбилиси, Грузия
<VRASTAN>
Georgia, Tbilisi
Индекс 66445