The views expressed in this essay are those of the author and do not necessarily reflect the views of the United Nations Economic Commission for Europe, the Georgian Government or any Georgian authorities.

ლამარა მილდიანი, 74 წლის, ქ. თბილისი

,,მე გარდავსულვარ, სიბერე მჭირს,
ჭირთა უფრო ძნელია''

შოთა რუსთაველი ,,ვეფხისტყაოსანი''

საქართველო-გეორგია, ჯორჯია, ერთი პატარა, მაგრამ ულამაზესი ქვეყანაა. მისი გეოგრაფიული მდებარეობის გამო საუკუნეების მანძილზე უხდებოდა ბრძოლა ათასი ჯურის მომხვდურთან. მიუხედავად ყველაფრისა, მაინც მოაღწია 21-ე საუკუნემდე და იმედია კვლავაც აღორძინდება და გაბრწყინდება.

ქართველი კაცის ბუნება განსხვავდება ყველა სხვათაგან. ქართული ადათ-წესები, ზნე-ჩვეულებები აძლებინებს ქართველსა და საქართველოს, უნარჩუნებს იმ ინდივიდუალობას, რომლითაც შეიძლება იამაყოს კიდეც.

დღევანდელი მძიმე მდგომარეობა, გამოწვეული მოულოდნელად თავს დატეხილი ომის, მისით გამოწვეული უდიდესი მსხვერპლისა და ძირძველი ქართული მიწებისა და მასზე მცხოვრები მომმე აფხაზებისა და ოსების დაკარგვით, დიდი სულიერი ტკივილების წყაროა ყველა ჩვენთაგანისათვის, განსაკუთრებით კი სიბერეში გადასული ადამიანებისათვის. მთავარი დალოცვა: ,,ტკბილი სიბერე გქონებოდესო''- სანატრელი გაგვიხდა. სიბერე მართლაცდა აუცილებელია ტკბილი ჰქონდეს ცხოვრების გამოცდილებითა და ცოდნით დაბრძენებულ ადამიანს. ადამიანი ყოველთვის უნდა გრძნობდეს საკუთარ ღირსებას ,მისი ასაკისადმი მოწიწებასა და პატივისცემას. ქართული ოჯახი, საერთოდ პატრიარქარული ოჯახი, ყველა წევრს თავის ადგილს უჩენდა. როცა თაობები ცხოვრობდნენ ერთად, სიბერე იყო გაცილებით იოლი. შვილი თუ შვილიშვილი როცა ეკითხება მშობელს ან ბებია-ბაბუას რჩევას, ხედავს მის დამოკიდებულებას სხვა ადამიანებისა თუ მოვლენებისადმი, თვითონაც იძენს იგივე თვისებებს, რაც შემდგომში ცხოვრებისათვის დიდი საგზალია. ასაკოვანი ადამიანი სტუმარს, მიუხედავად მისი (სტუმრის)ასაკისა, ფეხზე ადგომით ხვდება, მიიპატიჟებს, დასვამს, უსმენს გულმოდგინედ, პასუხობს კითხვებზე და ამით კმაყოფილია ორივე მათგანი. გამოცდილება, რომელიც ცხოვრების მანძილზე შეიძინა და მოვიდა სიბერემდე, ახლა უნდა გადასცეს მომავალ თაობას, რითაც თავის ამქვეყნად არსებობას ალამაზებს და ამართლებს.

დღევანდელ საქართველოში, სამწუხაროდ, ბევრი რამ შეიცვალა. 70-წლიანმა უღმერთობამ ბევრი ცუდი რამ შემოიტანა, მაგრამ, მადლობა ღმერთს, ჩვენი პატრიარქის წყალობით ხალხი დაუბრუნდა რწმენას, ეკლესიას. ამან დიდი გავლენა მოახდინა ხალხის შეგნებაზე და ამიტომაც სიბერეც უფრო იოლი გადასატანი გახდება-იმედია.

საქართველო ხანდაზმულთა სიმრავლის მხრივ ერთ-ერთ მოწინავე ქვეყნად ითვლებოდა. ამჟამადაც არსებობენ ასი წლისა და მეტი ასაკის მქონე ადამიანები. ყველა მათგანი აქტიური ცხოვრებით, ცხოვრებისადმი დიდი სიყვარულითა და ასევე უდიდესი პასუხისმგებლობის გრძნობით გამორჩეულია შრომაში, ქმედებაში, შენებაში. დრო ისე გადის, ვერც კი ასწრებ უკან მოხედვას და აი თურმე სამოცდაათიც მოსულა. ბებერი ხარო რომ გითხრან-გწყინს. ეს კარგი თვისებაა ნამდვილად და იმას ნიშნავს, რომ სიბერეს არ ეპუები, გინდა იცხოვრო აქტიურად, აკეთო საყვარელი საქმე. გადასცე შენი ცოდნა და გამოცდილება უშურველად მომავალ თაობას. როგორი სასიამოვნოა ასაკოვანი ადამიანების მიერ შესრულებული ქართული ხალხური სიმღერები. როცა გაოცებული რჩები ამ ხმის ტემბრითა და სილაღით, რომელიც ამ ასაკისათვის ნამდვილი ჯილდო და სამკაულია. ტკბები და გსიამოვნებს ყოველივე. ,,სოფელი ღონიერია,თუ კაცი გონიერია''. სოფელი ფაქტიურად ქვეყანაა. საქართველოს კუთხეების სიმრავლე, განსხვავებულობა და სილამაზე ხიბლავს უცხო სტუმარს. კიდევ უფრო იხიბლება ქართული ტრადიციებითა და იმ საქმიანობით, ასაკოვანი ადამიანები რომ ასრულებენ, რაც ქართულ ყოფით კულტურაზე მეტყველებს. ამიტომაც ყოველივე საუკეთესოს შენარჩუნებაა მთავარი და აუცილებელი, სადამდეც ეს ადამიანები არსებობენ და ალამაზებენ ქვეყანას მათი არსებობით.

პირადად მე არც მჯერა თუ მართლა ამ ასაკის ვარ .მიუხედავად იმისა,რომ გაჩენის დღიდან, ჩვილობაში სეფსისით გამოწვეული დაავადებით ხეიბრად ვითვლებოდი, არც კი მინდოდა ამისი დაჯერება და ვაკეთებდი ყველა საქმეს მაქსიმალურად კარგად. მთავარი ბავშვისათვის კარგად სწავლაა, ,,სწავლა სიბერემდეო''-ნათქვამია, მაგრამ ცოდნას საძირკველი ბავშვობაში ეყრება. გარდა სასკოლო საგნების კარგად დაუფლებისა, აუცილებელია საჭირო უნარ-ჩვევების ჩამოყალიბება, ასევე საქმისადმი გულმოდგინე დამოკიდებულება. უნდა გვახსოვდეს,რომ არ არსებობს პატარა საქმე. ყველა საქმე არის დიდი, ყველაფერს უნდა გულიანი მიდგომა. ზერელედ საქმის კეთება, მცონარობა ადამიანის დამღუპველია. ყველასა და ყველაფერზე ზრუნვა ადამიანის მთავარი დანიშნულებაა და მოვალეობაც. ამიტომ მინდა ახალგაზრდებს ვურჩიო გულიანობა, გული-გონიერი ყველაზე დიდი ბედნიერებაა, ყურადღების მაქსიმალური გამოჩენა პატარების, ბავშვებისა და უფროსებისადმი, მეტი დროის დათმობა ადამიანებისადმი. ადამიანზე

ძვირფასი ღმერთს არაფერი შეუქმნია. კარგია ტექნიკის მიღწევებით სარგებლობა და ტკბობა, მაგრამ მთლიანად გადავარდნა ე.წ. ვირტუალურ სამყაროში-დამღუპველია. ზომიერებაა მთავარი აქაც. ,,ადამიანთა ურთიერთობა ყველაზე დიდი ფუფუნებაა''- ამბობდა ანტუან დე სენტ-ეკზუპერი. ამიტომ ცხოვრების დევიზად ამისი ქცევა-დიდ შვებას მოგგვრის ყველას. ისარგებლეთ, გაიხარეთ თქვენს ირგვლივ მყოფი ასაკოვან ადამიანებთან ურთიერთობით. ეცადეთ მათი ცხოვრებისეული გამოცდილებისა და იმ სიბრძნეების დაუფლებას, რომლებიც მათ ასე უხვად აქვთ და რომელიც თქვენს მომავალ ცხოვრებაში დიდად წაგადგებათ. საქართველოს მთასა თუ ბარში, ამერსა და იმერში, ადამიანები რჩებიან ქვეყნის ყველაზე დიდ სამკაულად. ისინი ალამაზებენ სამყაროს, ზრუნავენ, ეფერებიან სულიერსა და უსულოს, ეს კი ადამიანური დამოკიდებულების ყველაზე დიდი მაგალითია. ამიტომაც ყველას მოვალეობაა გაუხანგრძლივდეთ მათ სიცოცხლე ყურადღებითა და მზრუნველობით.არ შეგაშინოთ ვიღაცის მიერ თავსმოხვეულმა ახალმა წესებმა, შენ მიერ ფულგადახდილი ადგილის დათმობა ბავშვისა თუ მოხუცებულისათვის არ არის სირცხვილი, პირიქით, ეს ჩვენი კულტურის აუცილებელი გამოვლენაა. ძნელი არ არის, ასევე, ღიმილი და ტკბილი სიტყვა. გახსოვდეთ 10 მცნება და ყოველთვის იქნებით ბედნიერი.

ჩემი მდგომარეობიდან გამომდინარე (3 წელი და 4 თვე მწოლიარე მდგომარეობაში მყოფს), ბევრ რამეზე შემტკივა გული. ეს ეხება იმ უყურადღებობას, რომელსაც აქვს ადგილი ჩვენს ქვეყანაში. აუცილებელია დამოკიდებულების შეცვლა ჩემნაირ მდგომარეობაში მყოფი ადამიანებისადმი, ოფიციალური უწყებების მიერ უფრო ღრმად გააზრება თითოეული ჩვენგანის მძიმე ყოფისა და მისი შემსუბუქების გზების დასახვა. ალბათ დადგა დრო ,,მიეზღოს ღმერთს ღმრთისა და კეისარს კეისრისა.''

მადლობა ყველას, ვისაც გულთან მიაქვს სიბერეს დამატებული ავადმყოფობებით დამძიმებული მდგომარეობის მქონეთა სატკივარ-სადარდებელი.

თვისება, რომელსაც სხვისი ჭირის გათავისება, თანაგრძნობა(сопереживание), ემპათია ჰქვია, ასევე ძველქართულად თანალმობა-ყველაზე აუცილებელია განსხვავებული მდგომარეობის მქონე ადამიანებთან ურთიერთობისათვის. ამას გვასწავლის სამედიცინო ფსიქოლოგია, ეთიკა, დეონტოლოგია. საერთოდ ყურადღებიანობაა მთავარი,რომლის დეფიციტიც ასე მწვავედ იგრძნობა დღევანდელ საქართველოში.

P.S. რას შევცვლიდი დაბერებასთან დაკავშირებული პოლიტიკის ჩარჩოში?

1. ძირფესვიანად შესწავლა ყველა მარტოხელა,ბავშვობიდან ინვალიდი,დიდი სამუშაო სტაჟის მქონე ადამიანების მდგომარეობისა;
2. თითოეულისათვის ცალ-ცალკე ფულადი თანხების დანიშვნა და საბოლოოდ განსხვავებული თანხის გამოყვანა.
3. მწოლიარე ავადმყოფებისათვის საკვებისა და წამლების მიწოდება (კვირაში 2-ჯერ მაინც. დახმარება ფულადი გადასახადებების დროს სატელეფონო იქნება ეს თუ სხვა კომუნიკაციები (ცვლილებების შემთხვევაში) ბინაზე მომსახურება, რასაც ხშირად ვაწყდებით და გვიწევს იმის მტკიცება ,რომ ხელის მოსაწერად, საწოლს მიჯაჭვული ადამიანი ვერ მივა. ხშირად გვიწევს ისედაც გაჭირვებულ ადამიანებს, თანხების გაღება.
4. საქველმოქმედო ორგანიზაციების მოზიდვა ბენეფიციარების რეაბილიტაციისა და საზოგადოებრივ ცხოვრებაში ჩართვის მიზნით, მათი ცხოვრების გალამაზებისათვის, იფიქრეთ, რომ ხვალ თქვენც გელით სიბერე!

I grew old and to be old is more difficult than many other difficulties of life”

The Knight in the Panther’s Skin, Shota Rustaveli

Lamara Mildiani, 74, Tbilisi

Georgia, also known as Sakartvelo, is a small but very beautiful country. It has fought with different enemies for centuries because of its geographical location. In spite of everything, it has survived into the 21st century and I hope it will revive and flourish again.

The Georgian man’s nature differs from others. Georgian habits and traditions help Georgians and Georgia to endure difficulties and to retain individualism that one can be proud of.

The present difficult situation in Georgia, caused by a war that resulted in many casualties and the loss of true Georgian territories and our brothers, Abkhazians and Ossetians, is a great pain for all of us, especially for older people. The blessing when all people hope to have a happy old age has become a dream. Yes, it is necessary for people with a lot of experience and knowledge to end their days happily. Man should always feel dignified and have respect for his age. The Georgian family is a patriarchal family with each family member having its own place. When several generations lived together, being old was much easier. When a child or grandchild asks a parent or grandparents for advice, he sees their attitude to other people or events and he very often has the same approach to different things, which is very important. An old person greets a guest standing up in spite of his age, politely invites him in, attentively listens and answers his questions and, thus, both of them are content. Life experience should be shared with the younger generation and this makes life for the older person much nicer and more justified.

Unfortunately, many things have changed in Georgia. The God-forgotten 1970s brought many bad things but thanks to our patriarch many people returned to religion and the church. This has had a very positive impact on our people and I hope old age will eventually become easier to bear.

Georgia is known for being home to many older people. Currently, there are people in Georgia who are 100-years-old or older. All of them have lived a very active life and have a great sense of responsibility towards work and other things. Years fly by so quickly that you don’t have time to look back and you have already become 70. If somebody tells you that you are old, you are upset. This is good as it means that you don’t accept old age, would like to live actively, do your favorite job, and share your knowledge and experience with the younger generation. How lovely it is when Georgian folk songs are sung by old people! How surprised you are by the timbre and strength of their voices, which are a real gift and a treasure for this age. You like and enjoy this. ‘A village is strong if a man is sensible.’ The same applies to a country as a village in this saying. The diversity, difference and beauty of Georgia make it very attractive to foreign visitors. Even more attractive for them are Georgian traditions and songs and dances performed by old Georgians that show the rich traditions of Georgian culture. That’s why it is important and necessary to retain all of this while older people are still alive and to make the country a better place by their existence.

I personally do not believe that I am that old. Despite my disability, caused by sepsis in my childhood, I did not perceive myself as an invalid and did everything reasonably well. The key thing for a child is to study hard. They say that a man should study till he is old but the foundation is laid in childhood. It is important to develop necessary skills and to be dedicated to work. We should remember that all jobs are very important and you should be committed to whatever work you do. To do something superficially, without putting all your heart in to it, is damaging. To care for everything and everyone is the main purpose and the responsibility of a man. That's why I would like to advise young people that cordiality and showing care brings happiness. Paying particular attention to children and old people and making time for all people are very important. God's best creature is man. It is good to use and enjoy modern technologies but to live only in the virtual environment is devastating. It is crucial to find a balance here. Antoine de Saint-Exupery said that the relationship between men is the greatest luxury. This motto will help you a lot in your life. Enjoy your relationships with elderly people, who are all around you. Try to become familiar with their life experience and wisdom, which they have a lot of, and that will be very useful in your future life. People are the biggest treasure in each and every part of Georgia. They make the world better. Take care of and caress whatever thing or creature it may be and that is the best example of a humane attitude. That's why it is everybody's responsibility to prolong their lives by attention and care. Don't be scared of new rules or be ashamed to give up your seat for a child or an old person on a bus. It is not difficult to smile or say kind words. Always remember the 10 Commandments and you will be happy.

Because of my condition (I have not been able to move for three years and four months) I have faced many difficulties and frustrations. There is a lack of attention that is so widespread in our country. It is crucial to change the attitude to people who are in a similar condition to me. It is necessary for official institutions to better understand our hard lives and to find solutions to make life easier.

I would like to thank everybody who takes the pain and difficulties of old, sick people to their hearts.

It is important to show compassion and empathy to people with health problems. In general, attentiveness is the most important thing which modern Georgia lacks.

P.S. What Would I Change in Policy Related to Ageing ?

I would do the following things:

1. Carefully examine the conditions and status of all single old people, invalids from childhood and those having a long record of work;

2. Allocate funds for each of them and grant them differentiated allowances;

3. Provide food and medicines for disabled people who can't move, at least twice a week, as well as help to pay for different utilities. Often we have to explain that we can't deal with something as we are in bed and can't walk. We very often have to spend extra money despite of our very difficult situation.

4. Attract charity organizations involved in rehabilitation and social activities for older people to brighten their lives a little. Please do not forget that you yourselves will become old tomorrow!