

Η προφορική ιστορία και η τεχνική της συνέντευξης

Νίκος Αναγνωστόπουλος

Σκηνοθέτης, υπεύθυνος κιν/φικών εργαστηρίων ντοκιμαντέρ Νεανικού Πλάνου

Εισαγωγή

Κάθε άνθρωπος έχει τον δικό του τρόπο να σκέφτεται, να αντιλαμβάνεται τον κόσμο και να εργάζεται. Είμαστε όλοι διαφορετικοί, οπότε θεωρήστε ότι αυτά που θα σας καταθέσω είναι μόνο κάποιες γενικές αρχές τις οποίες απέκτησα στο πέρασμα του χρόνου και τις όποιες εγώ χρησιμοποιώ και θα προσπαθήσω να μοιραστώ μαζί σας. Οφείλω όμως να πω εξαρχής και θα ήθελα να το γνωρίζετε ότι ο πιο σίγουρος και πιο αποδοτικός δρόμος στην επικοινωνία μας με τους ανθρώπους είναι όταν χρησιμοποιούμε τους όποιους κανόνες και τις όποιες αρχές εμπλουτίζοντάς τες με τη δική μας αλήθεια, γιατί τελικά είναι αυτή που θα δημιουργήσει τους όρους επικοινωνίας και τη σχέση εμπιστοσύνης που είναι απαραίτητη ανάμεσα σ' εμάς και τον αφηγητή μας.

Όταν λέμε προφορική ιστορία μιλάμε για το υλικό που βρίσκεται πέρα ή, αν θέλετε, κάτω από τη δημόσια ιστορία, μιλάμε για τη μαρτυρία και το προσωπικό βίωμα, μιλάμε για μια διαδρομή προς τον βυθό της μνήμης, εκεί όπου υπάρχει λιγιστό φως και ψύχος, εκεί όπου μπορεί να βρίσκεται και κάθε είδους απώλεια, το τραύμα, το πένθος. Κατά συνέπεια, η κατάδυση πρέπει να γίνεται με τους κανόνες μίας ενάλιας ανασκαφής, αργά αργά, με μεγάλη προσοχή και με την κατάλληλη προετοιμασία.

Ένας κόσμος γεμάτος ιστορίες

Αν σταθούμε μπροστά σε έναν παππού, το πιθανότερο είναι να μας πει μια ιστορία. Όλοι έχουμε να πούμε μία τουλάχιστον ενδιαφέρουσα ιστορία! Υπάρχουν αφηγήσεις από πρώτο χέρι και αφηγήσεις από δεύτερο χέρι, υπάρχουν επίσης κι εκείνες που έρχονται από την περιοχή του μύθου. Υπάρχουν ιστορίες φρέσκες και άλλες

που είναι ακόμα νωπές και μπορεί να ενοχλήσουν τις ζωές των άλλων, όπως, για παράδειγμα, οι ιστορίες από τα χρόνια της γερμανικής κατοχής και του Εμφυλίου, που μπορεί να σημαδέψουν τις ζωές των απογόνων. Υπάρχουν επίσης πολλοί άνθρωποι που δεν υποψιάζονται την αξία της δικής τους ιστορίας. Κάθε τι που περνά από το παρόν και γίνεται παρελθόν είναι ιστορία... Ένας αξιολογικός παράγοντας όμως, ο πιο ασήμαντος ίσως, που καθορίζει το χρηματιστήριο των γεγονότων είναι η χρονική τους απόσταση από τη στιγμή που τα ερευνούμε...

Η επιλογή του θέματος και τα στάδια της παραγωγής

Επειδή μιλάμε για τη δημιουργία ενός ιστορικού ντοκιμαντέρ το οποίο θα βασίζεται κυρίως σε προσωπικές μαρτυρίες, είναι καλό να επιλεγεί θέμα που είναι σημαντικό για την περιοχή την οποία ερευνούμε, ίσως ένα προϊόν που έπαιξε ρόλο στην οικονομία της, το πορτρέτο μιας εμβληματικής πλατείας ή ενός αξιόλογου προσώπου της κοινότητας. Σε κάθε περίπτωση όμως πρέπει να επιλέξουμε ένα θέμα το οποίο με κάποιον τρόπο μας γοητεύει και για το οποίο θα επιθυμούσαμε πολύ να εργαστούμε. Ο προγραμματισμός που θα κάνουμε πρέπει να γίνει έτσι, ώστε να υπάρξει ο απαιτούμενος χρόνος για όλα τα στάδια της παραγωγής, την έρευνα και το σχέδιο σεναρίου, τα γυρίσματα και το μοντάζ.

Τρία είναι τα βασικά στάδια δημιουργίας μιας ταινίας ντοκιμαντέρ. Το περισσότερο κοπιαστικό, χρονοβόρο, αλλά και ταυτόχρονα πολύ ενδιαφέρον και πολύ αποφασιστικό για τη συνέχεια θα έλεγα πως είναι το πρώτο στάδιο, δηλαδή η έρευνα και το σχέδιο σεναρίου. Από το πρώτο στάδιο θα προκύψει απόλυτα το δεύτερο, που είναι χρονικά και το πιο σύντομο, τα γυρίσματα. Στο στάδιο αυτό πατάμε το κουμπί της μηχανής λήψης και αρχίζει ο αληθινός κινηματογράφος' που πρέπει να πραγματοποιηθεί με έμπνευση, με πειθαρχία και με σαφή αισθητική προσέγγιση... Τέλος, το πιο ενδιαφέρον δημιουργικά στάδιο, το περισσότερο μαγικό, η πεμπουσία του ντοκιμαντέρ ως διαδικασίας είναι το μοντάζ, όπου με την προσθήκη της αφήγησης, πιθανού αρχειακού ή άλλου υλικού, των ήχων και της μουσικής η ταινία μας θα αποκτήσει σώμα και ψυχή!

Πού αναζητούμε τους αφηγητές μας και ποιοι θα μας βοηθήσουν

Οι μαθητές μας είναι οι καλύτεροι ερευνητές. Θα ψάξουν στο οικογενειακό και φιλικό περιβάλλον, θα ρωτήσουν τους παππούδες, τις γιαγιάδες, τους συγγενείς και

τους γείτονες, θα απευθυνθούν σε ένα μεγάλο κοινό και θα ανακαλύψουν σίγουρα αυτούς που ξέρουν και μπορούν να μας μιλήσουν.

Μπορούμε, επίσης, να πάρουμε πληροφορίες από το δημαρχείο, τον πολιτιστικό σύλλογο, τον ιερέα, την τοπική εφημερίδα, ή να ρωτήσουμε στον δρόμο, στα καφενεία, στα ΚΑΠΗ.

Προετοιμασία της συνέντευξης

Πριν από την αναζήτηση των αφηγητών θα πρέπει να διαβάσουμε ό,τι περισσότερο σχετικά με το θέμα, να μιλήσουμε με όσους γνωρίζουν και να αποκτήσουμε μια πλήρη εικόνα για τον χώρο, την εποχή, τις ασχολίες και τη ζωή των ανθρώπων, αλλά και να δημιουργήσουμε σιγά σιγά μια πρώτη παλέτα ερωτήσεων. Μεγάλη σημασία έχει επίσης να συλλέξουμε πληροφορίες, αν είναι εφικτό, και για τον αφηγητή μας, ακόμα και στοιχεία του χαρακτήρα του, την ιστορία του, τη γενικότερη κατάστασή του, τις συνήθειές του. Η καλή προετοιμασία θα αποδειχτεί εξαιρετικά πολύτιμη κατά τη διάρκεια της συνέντευξης. Σημαντικός κανόνας: *Δουλεύω εξαντλητικά στην προετοιμασία κι ύστερα την «ξεχνώ», είμαι ελεύθερος και αν χρειαστεί αυτοσχεδιάζω.*

Αν πρόκειται να απευθυνθούμε σε περισσότερους αφηγητές από έναν για το ίδιο θέμα, θα πρέπει να φτιάξουμε και μια ομάδα από κοινές ερωτήσεις για όλους. Ερευνήστε κάθε πιθανή πτυχή που μπορεί να επηρεάσει τη διαδικασία της συνέντευξης. Καταστρώστε ένα σχέδιο, έναν οδηγό πλοήγησης και ας μην τον τηρήσετε...

Η ιστορικός και μεγάλη κυρία της προφορικής ιστορίας Τασούλα Βερβενιώτη λέει χαρακτηριστικά: *Όσα περισσότερα γνωρίζουμε τόσα περισσότερα μαθαίνουμε!*

Τέλος, αξιοποιήστε την φαντασία σας, εμπιστευτείτε τον εαυτό σας και το ένστικτό σας και μην ξεχνάτε πως για μια δημιουργική και αποδοτική επικοινωνία τον πρώτο ρόλο παίζει η θετική μας διάθεση, το αληθινό μας ενδιαφέρον, ο σεβασμός και η αγάπη για τον άνθρωπο που στέκεται απέναντί μας.

Η διαδρομή προς τον σκληρό δίσκο της μνήμης

Από ποιους δρόμους και πώς θα πάμε στο θέμα μας;

Μπορεί κάποιος υποψήφιος αφηγητής στην αρχή να πει:

«Εγώ παιδί μου δεν ξέρω κάτι...»

Είναι βέβαιο όμως πως όλοι έχουν να πουν κάτι σε ερωτήσεις του τύπου:

Πότε γεννηθήκατε;

Ποια ήταν η πρώτη εικόνα που θυμόσαστε έντονα από τα παιδικά σας χρονιά;

Πείτε μας για τους παιδικούς σας φίλους.

Ποια ήταν τα παιδικά σας παιχνίδια;

Πείτε μας για τους γονείς και την καταγωγή της οικογένειάς σας.

Πείτε μας για τον παππού και τη γιαγιά σας.

Για το σχολείο...

Είναι καλό να ξεκινάμε τη συνομιλία μας από απλές ερωτήσεις. Αυτό όμως δεν είναι πάντα ο κανόνας, γιατί κάθε άνθρωπος είναι μια ξεχωριστή περίπτωση και πρέπει να ενεργούμε ανάλογα.

Προσοχή στην πρώτη συνάντηση με τον αφηγητή σας! Μην αναφερθείτε στα θέματα για τα οποία θα ζητήσετε τη μαρτυρία του

Μην «αφήσετε» τον αφηγητή να σας πει την ιστορία του στην πρώτη σας συνάντηση, όπου δεν υπάρχουν κάμερες. Δεν θα την ξαναπεί ποτέ με τον ίδιο ενθουσιασμό, δεν θα σας την ξαναπεί ποτέ όπως σας την είπε... Βρείτε έναν τρόπο και οδηγήστε ευγενικά τη συζήτηση αλλού, έτσι ώστε να σας μιλήσει όσο το δυνατόν λιγότερο για το θέμα της συνέντευξης. Είναι πιθανόν όταν γίνει το γύρισμα –έχει συμβεί πολλές φορές– ιδιαίτερα οι μεγάλοι άνθρωποι να λένε «βρε παιδί μου, σου τα είπα όλα χθες, πάλι να σου τα ξαναπώ!». Αν δεν το πει, το σκέφτεται και θα προσπαθήσει να σας τα πει με τον ίδιο τρόπο, ώστε να μπορέσει πάλι να ανταποκριθεί και να σας ικανοποιήσει, με αποτέλεσμα να μετατρέπει τον εαυτό του σε ηθοποιό και να χάνεται στην κυριολεξία η ομορφιά και η αυθεντικότητα της αφήγησης. Είναι σαν να τον βάζουμε να κάνει μια δεύτερη βουτιά στον βυθό της μνήμης, όπου όμως όλα έχουν ειπωθεί και τα συναισθήματα της πρώτης αφήγησης δεν πρόκειται ποτέ να επανεμφανιστούν. Εξαιτίας του παραπάνω περιορισμού, ακόμα κι αν δεν αξιολογήσατε σωστά τον συνομιλητή σας και δεν μείνατε απόλυτα ικανοποιημένοι από τη δεινότητά του, δεν χάθηκε ο κόσμος. Πιστεύω, πάντως, ότι και η πιο αδύνατη αφήγηση περιέχει σημαντικές πληροφορίες, σημεία και στιγμές πολύτιμες για το ήθος των ανθρώπων, τις συνήθειες και τις αξίες μιας άλλης εποχής.

Στην καρδιά της συνέντευξης

Από την αρχή και πριν ξεκινήσει η συνέντευξη ενημερώνουμε τον συνομιλητή μας για ποιον λόγο χρειαζόμαστε τη μαρτυρία του και πόσο σημαντική είναι για την εργασία που πρόκειται να κάνουμε. Του λέμε ό,τι είναι αναγκαίο ώστε να κυλίσουν όλα ομαλά. Τον καθησυχάζουμε λέγοντάς του πού να κοιτάζει, ότι μπορεί να παίρνει όσο χρόνο χρειάζεται για τις απαντήσεις του, ότι αν γίνει κάποιο λάθος ή δεν είναι ευχαριστημένος με κάτι που είπε πως θα μπορέσει να το επαναλάβει. Ζητάμε επίσης ευγενικά, πράγμα δύσκολο τις περισσότερες φορές στην εφαρμογή του, να συμπεριλαμβάνεται και η ερώτησή μας στις απαντήσεις του, ώστε να είναι ολοκληρωμένες... Για παράδειγμα:

«Πώς σας αντιμετώπιζαν οι δάσκαλοι εκείνη την εποχή;»

Η απάντηση θα πρέπει να ξεκινά συμπεριλαμβάνοντας και την ερώτηση, δηλαδή:

«Οι δάσκαλοι μας εκείνη την εποχή ήταν πολύ αυστηροί...»

Κατά τη διάρκεια της συνομιλίας κοιτάζουμε τον αφηγητή μας πάντα στα μάτια, δεν τον διακόπτουμε, τον αφήνουμε να ολοκληρώνει με άνεση τις σκέψεις του κι αν θέλουμε να επανέλθουμε σε κάποιο σημείο, μπορούμε να το κάνουμε τη στιγμή που αυτό θα είναι εφικτό. Από το πρόσωπό μας μπορεί να περάσουν και να διαγραφούν όλα τα συναισθήματα που νιώθουμε κατά την αφήγηση, ευχαρίστηση, συγκίνηση, απορία, έκπληξη, αλλά δεν πρέπει να ξεχνάμε ποτέ ότι είμαστε εκεί ως καταγραφείς για τον αφηγητή μας και όχι για τον εαυτό μας. Επίσης θα πρέπει να γνωρίζουμε ότι οι σιωπές δραματουργικά είναι περισσότερο πολύτιμες από τον συνεχή του λόγο και άρα δεν βιαζόμαστε να θέσουμε την επόμενη ερώτηση.

Ωστόσο, καμιά φορά συμβαίνει να χρειάζεται να φωτιστεί ιδιαίτερα ένα σημείο και αυτό μπορεί να γίνει μόνο εμβόλιμα, σε κενό της αφήγησης και χωρίς να διακόψουμε τον συνομιλητή μας επαναλαμβάνοντας μόνο την κρίσιμη λέξη. Π.χ.

Αφηγητής: «...παλιά που κάναμε δανικαριές γέμιζαν τ' αμπέλια από χάρες και γέλια...»

Ερωτών: «Δανικαριές;»

Αφηγητής: «...οι δανικαριές ήταν τα δανεικά μεροκάματα που θα ανταπέδιδαν οι συγχωριανοί μας όταν τους είχαμε κι εμείς ανάγκη...»

Είναι πιθανόν ο αφηγητής να μετανιώσει για κάτι που είπε. Τότε δεχόμαστε χωρίς αντίρρηση τη θέλησή του και αφαιρούμε αυτό που θα μας υποδείξει.

Να προσθέσω ότι τις ερωτήσεις πρέπει να τις κάνει ο ίδιος άνθρωπος. Αν έχουμε επιλέξει να καταγράφεται και ο ερωτών θα πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικός στις διατυπώσεις του. Στο τέλος του γυρίσματος, αν δεν υπάρχουν δύο κάμερες,

μπορεί να γίνουν ξεχωριστά οι απαραίτητες λήψεις και να τοποθετηθούν στο σωστό σημείο κατά τη διαδικασία του μοντάζ.

Μια πρόταση για κινηματογραφικές επιλογές και τεχνικά ζητήματα

Κάθε στιγμή μπορεί να έχουμε διλήμματα σε ποιον χώρο θα κάνουμε τη συνέντευξη, πού θα στήσουμε την κάμερα, τι φακό θα χρησιμοποιήσουμε και τι κάδρο θα έχουμε, αν θα βάλουμε φώτα... Αυτά δεν είναι προβλήματα!

Η συνέντευξη μπορεί να γίνει οπουδήποτε ανάλογα με το θέμα μας, την οπτική μας, τα τεχνικά μέσα που διαθέτουμε, την εμπειρία μας και τη διαθεσιμότητα του αφηγητή· στην αγορά μέσα στο πλήθος, περπατώντας στον χώρο που διαδραματίστηκαν τα γεγονότα, στο αυτοκίνητο ταξιδεύοντας, στον χώρο εργασίας, στην οικία του αφηγητή.

Μια συνήθης συνθήκη!

1. Διαλέξτε ένα ήσυχο μέρος, ίσως το σπίτι του αφηγητή σε συνεννόηση μαζί του.
2. Στήστε την κάμερα στα δύο έως τρία μέτρα κοντά στον συνομιλητή σας και τοποθετήστε τη στο ύψος του προσώπου του και λίγο πιο χαμηλά.
3. Φτιάξτε ένα κάδρο που να περιέχει μέσα και τα χέρια του αφηγητή σας (πολλοί άνθρωποι μιλάνε και με τα χέρια τους). Αν θέλετε να έχετε και ένα δεύτερο πλάνο, προετοιμάστε και ένα πιο κοντινό, με εμφανή διαφορά από το πρώτο. Σε κάθε νέα ερώτηση αλλάξτε κάδρο από το γενικό στο κοντινό. Ο συνήθης φακός ζουμ που «φοράνε» οι ψηφιακές βιντεοκάμερες, οι mirrolles αλλά και οι dslr μηχανές, από την απόσταση των 2,5 περίπου μέτρων σας καλύπτει.
4. Βάλτε τον αφηγητή σας να καθίσει άνετα σε ένα ισορροπημένο φωτιστικά περιβάλλον, που το περισσότερο φως έρχεται από τα πλάγια ή έστω από μπροστά του, φτάνει να μην τον ενοχλεί. Εμπιστευτείτε και ψάξτε το φως του Θεού, αλλά μη βάζετε τον αφηγητή σας ποτέ να σταθεί σε θέση όπου πίσω του υπάρχει παράθυρο ή ήλιος.
5. Ο ερωτών πρέπει να κάθεται πολύ κοντά στην κάμερα, σχεδόν «κολλημένος», ώστε η ματιά και το πρόσωπο του αφηγητή μας να είναι στραμμένα επάνω στον φακό, αφού εκεί βρίσκονται και οι θεατές. Τοποθετούμε τον αφηγητή μας ελαφρώς δεξιά ή αριστερά, μέσα στο κάδρο μας, ανάλογα με τις εκάστοτε συνθήκες. Αν βρίσκεται αριστερά, εμείς στεκόμαστε δεξιά της μηχανής και το αντίθετο. Πάντα η

ευθεία που μας ενώνει με τον αφηγητή μας να τέμνει τον άξονα της μηχανής λήψης με το κέντρο του κάδρου.

6. Φροντίστε με ένα καλό καταγραφικό μηχάνημα ήχου που θα τοποθετήσετε έξω από το κάδρο στο κοντινότερο σημείο στραμμένο προς το αφηγητή σας να έχετε άριστο ήχο. Κάντε πρόβα!

Η κινηματογραφική ομάδα, η κρίσιμη ώρα και η προστασία του αφηγητή

Συμβαίνει πολλές φορές ο ηλεκτρολόγος, ο βοηθός και άλλα μέλη της κινηματογραφικής ομάδας, όπως και κάποιοι παρατηρητές, να παρακολουθούν τον αφηγητή με μεγάλο ενδιαφέρον, να τον κοιτούν στα μάτια και μάλιστα έχει συμβεί κάποιοι να κουνάνε και το κεφάλι τους κάνοντας και νεύμα ότι συμφωνούν μαζί του. Μπροστά στον φακό μας στέκονται συνήθως άνθρωποι που δεν είναι εξοικειωμένοι με τα μέσα και τις κάμερες και εύκολα μπορεί να χάσουν τη συγκέντρωσή τους.

Ο αφηγητής μας βρίσκεται σε άβολη θέση και πολλές φορές έχει την ανάγκη της συναίνεσης, έχει την ανάγκη να «ακουμπήσει» κάπου, οπότε από αμηχανία ή και από ευγένεια τους κοιτάζει κι εκείνος.

Πρέπει να γνωρίζουμε ότι δεν πρόκειται για διάλεξη, αλλά για μια ιδιαίτερη κατάσταση, μια εξομολόγηση. Ο αφηγητής μας πρέπει να είναι συγκεντρωμένος και να κοιτάζει στο ορισμένο σημείο που έχει συμφωνηθεί. Έχει συμβεί να σκύψω να κοιτάξω τις σημειώσεις μου και να νιώσω ότι έχασα προσωρινά την επαφή μου μαζί του... Ο πολύς κόσμος λοιπόν στο γύρισμα είναι ένα σοβαρό θέμα. Όσοι είναι απαραίτητο να παρευρίσκονται θα πρέπει να κάνουν την παρουσία τους εξαιρετικά διακριτική. Εν αρχή λοιπόν είναι η καλή διάθεση του αφηγητή και γι' αυτό πρέπει να φροντίσουμε όλοι.

Με αυτούς τους περιορισμούς τα πράγματα θα κυλήσουν ασφαλώς πολύ ομαλά.

Να μην παραλείψετε να ζητήσετε από τον αφηγητή σας οποιοδήποτε υλικό από το οικογενειακό του αρχείο θα αποδειχθεί εξαιρετικά πολύτιμο.

Κλείνοντας, να πω πως ο δάσκαλός μου ο Βασίλης ο Ραφαηλίδης μας έλεγε: «τους ανθρώπους που φιλοξενείτε στον φακό σας να τους προστατεύετε περισσότερο κι από τον εαυτό σας».

Τέλος, θα ήθελα να σας προτείνω να ξανασκεφτείτε τις ενέργειές σας στο γύρισμα, να θέτετε τις ερωτήσεις σας με λίγα λόγια, με απλό τρόπο. Να μην κάνετε επίδειξη γνώσεων, αλλά να χρησιμοποιείτε την καλή προετοιμασία σας εκεί που χρειάζεται.

Στις περιπτώσεις που τα θέματα είναι ανώδυνα δεν θα έχουμε κανένα πρόβλημα. Όταν όμως τα θέματα είναι δύσκολα, ο αφηγητής πρέπει να αισθάνεται ότι μιλά σε έναν δικό του άνθρωπο, σε έναν φίλο, γιατί ταξιδεύει στο παρελθόν του και αυτό μπορεί να είναι δύσκολο και επώδυνο.

Αν γενικά διαπιστώσετε ότι δυσκολεύεστε, θυμηθείτε ότι αυτό που κάνετε δεν είναι εύκολο, γιατί και η επικοινωνία είναι ένα είδος τέχνης, όπως επίσης οφείτε να γνωρίζετε ότι ποτέ δεν είναι δυνατόν να εφαρμόσουμε στην πραγματικότητα αυτό που σχεδιάσαμε στο γραφείο μας, και τότε αφήστε τη ζωή να σας καθοδηγήσει κι όλα θα πάνε ακόμη καλύτερα.

Η μεγάλη στιγμή βέβαια είναι όταν ακούγεται η λέξη στοπ και όλα τελειώνουν, γιατί τότε η ανάσα μας είναι βαθιά και γεμάτη οξυγόνο κι όλοι ελευθερώνονται. Συμβαίνει όμως συχνά μετά το στοπ να γίνεται κάτι μαγικό, να απελευθερώνεται και ο αφηγητής μας από το βάρος της συνθήκης και τότε, μερικές φορές, μπορεί να ειπωθούν πολύ σημαντικά πράγματα...

Έχετε κι αυτό στον νου σας και καλή επιτυχία.

Το ντοκιμαντέρ δεν είναι μια αντικειμενική εικόνα της πραγματικότητας, αλλά μια σπουδαία καλλιτεχνική πράξη, είναι το πιο ποιητικό είδος του σινεμά, επειδή παράγεται με ταπεινά υλικά και δεν έχει κανέναν δημιουργικό περιορισμό παρά μόνο την αγωνία του μυαλού μας.

Στο τελευταίο Φεστιβάλ Κινηματογράφου της Βενετίας το Χρυσό Λιοντάρι για την καλύτερη ταινία απέσπασε ένα ντοκιμαντέρ!

Τίτλος του: *All the Beauty and the Bloodshed* και σκηνοθέτης η Λόρα Πόιτρας!