



Халқимизнинг асл фарзанди, биринчи ўзбек генерали Собир Раҳимов ҳаёт бўлганида 90 баҳорни қаршилар эди. Бугунги кунда унинг номи кўпчилиكنинг тилида. Ҳаёти, фаолияти, босиб ўтган жангоҳ йўллари ёдга олинмоқда, хайкаллари пойига гулдасталар қўйилмоқда. Номи билан боғлиқ жойлар зиёратгоҳга айланган. Тошкентдаги 133-мактаб ҳам Собир Раҳимов номида. Айни кунларда мактабда ўзгача тараддуднинг устидан чиқдик.

Мактаб ҳовлисида ўрнатилган Собир Раҳимовнинг бюсти пойида алвон рангли гуллар. Ҳар тарафдан мактаб томон ошиқаётган меҳмонлар, ўқувчиларнинг қўлларида ҳам даста-даста гул. Мактаб фоесига кираверишда фахрийларни,

меҳмонларни мактабнинг мусиқа ўқитувчиси Абдуғани Абдуазимов ҳамда унинг шогирдлари ўз куй-қўшиқлари билан кутиб олишмоқда. Дилфуза Қорабоева ҳамда Умида Мусабекова устозлари Салима опа Хошимовадан ўрганган жозибador рақсларини ижро этишиб, бир гуруҳ ўқитувчилар ижросида куйланган «Муножот»

йўли, яшаган жойлари, яқинлари, дўстлари, сафдошларини қидириб топиш, улардан қаҳрамон ҳақида суриштириб, маълумотлар тўплаш ишларини бошлаб юбордилар. Гуруҳимиз аъзоларидан Эҳсон Осмонов, Нигора Иброҳимова ҳамда Нуриддин Хайруллаев сингари ўқувчиларнинг астойдил интилишлари зое кетмади. Польша-

нинг Гданск шаҳридаги С. Раҳимов номи билан аталувчи теплоход экипажи билан алоқа ўрнатиб, ёзишмалар олиб борапмиз. 1985 йилга келиб Туркистон ҳарбий Округи билан маслаҳатлашиб, мактаб музейимизга материаллар тўплашда кўмаклашишларини илтимос қилдик. Улар ёрдам беришди. Мана, ниҳоят музейимиз очиладиган кун етиб келди.

Ҳар қандай йиғинлари-

РУҲИНИ ЁД ЭТИБ

қўшиғини йиғилганлар мароқ билан тинглашди. — Бу мактабга 1981 йили ишга келган эдим, — дея ҳикоя қилади мактаб директори, Халқ маорифи аълочиси Саодат опа Муҳиддинова, — ўша йилларда ҳам мактабда Собир Раҳимов музейи бўлиб, экспонатлари камроқ эди. Музейни бойитиб, қайта тиклашни мақсад қилиб қўйдим. Мактаб қидирув гуруҳининг аъзолари ўлка тарихини ўрганиш билан биргаликда С. Раҳимовнинг ҳаёт



мизга, тантаналаримизга кўрк, файз киритадиган фахрийларимиз, нуруний отахонлар кириб келишмоқда. Болалик йилларидан тортиб, босиб ўтган жанговар йўли, қуролдошлари, тақдирланган мукофотлари ҳақида ҳикоя қилувчи Собир Раҳимов музейи тантанали равишда очилди. Севимли ёзувчимиз Адҳам Раҳматнинг «Генерал Собир Раҳимов» номли китобини унинг қизи Азиза Раҳматова музейга совға қилганида, ўқувчилар беҳад миннатдор бўлишди.

Ҳаяжонли дамлар бошланди. Фахрийлар, муаллимлар, меҳмонлар ҳамда ўқувчилар қўлларида гулдасталар билан мактаб ҳовлисидаги С. Раҳимов бюсти томон йўналдилар.

Феруза ЖАЛИЛОВА.

Суратларда: Тошкентдаги 133-мактабда Собир Раҳимов музейининг очилиш маросимида.

Р. Альбеков суратлари.

билан танишайлик.

«Мен ҳам чекишни ташламоқчиман, — деб ёзди у. — Саволларингизга жавобим шу:

1. Уйда икки акам чекади. Дадамлар эса йўқ. Узим 7 ёшимдан чекам. Ҳозир 12 даман.

2. Чекишимга сабаб, 7 ёшимда опажоним автоҳалокатга учраб, вафот этганлар. 2 нафар боласи бизда. Опамни соғиниб, сиқилардим. Қабри бошига бориб, атрофини тозалардим. Одамлар сиқилса, чекиш керак, деб ўйлаб чекардим. Шу-шу ўрганиб қолдим.

3. Акам кўриб қолиб, дадамга айтди. Улар биргаликда насиҳат қилишди. 2 ой чекмадим, кейин яна бошладим. Ўқитувчимиз эса индамайди. Биз-

нинг мактабда ҳамма «ўзига хон, ўзига бек».

4. Агар менда сеҳрли таёқча бўлганида дунёдаги ҳамма сигареталарни йиғиштириб олган бўлардим. Чекиш яхши ўқишимга халақит берапти. Доимо хаёлим бўлинади.

5. Тўғри, ҳозир қийин замон. Лекин бозорда семичка, сигарета сотувчи ўртоқларим бор. Синфдошларим ҳам олиб келишади. Бизда «ҳамма бир киши учун, бир киши — ҳамма учун». Лекин илтимос ёрдам беринг, нима қилсам чекишни ташлайман? Виждоним қийналяпти. Отамдек бир умр чекмасам, соғлом бўлсам, эртанги кун ҳам яшасам дейман...

Илтимос, адресимни ёз-

манг. Мактабдан ҳайдашади. «Шикоят қилдинг» деб қувишади».

Йўқ, сени мактабдан ҳайдашмайди. «Шикоят қилдинг» деб қувишмайди ҳам. Бунга ҳеч кимнинг ҳаққи йўқ. Бироқ чекишни ташлашга тўғри келади, оғайни. Йўқса, оқибати ёмон бўлади.

Бизга мактуб йўллаган қашқадарёлик Искандар, жиззахлик Нурбек, андижонлик М. Юсупов, фарғоналик Шухрат, самарқандлик Абдуғани, андижонлик Бахтиёр, наманганлик Абдуғани сингари тенгдошларинг ҳам шу фикрдалар.



Тошкентлик бола Аббоснинг бизга «Мен чекишни ташламоқчиман» деб ёзган мактуби сабаб бўлдию шу ҳақда фикр юрита бошладик. Газетамизнинг ўтган январь сонларида тамакининг қандай пайдо бўлиб, жаҳонни қандай забт этгани, киши саломатлигига никотиннинг нечоғлик за-

рар келтириши ҳақида суҳбатлашдик. Ҳар сафар чекувчи болаларга бешта савол билан мурожаат қилдик. Шундан буён улардан кўплаб мактублар олдик. Келинг, яхшиси Фарғона вилоятининг Фрунзе туманида яшовчи Т. (исмини тўлиқ ёзмаслигимизни сўраган) йўллаган мактуб

Биз сизнинг мададингизга ишонган эдик. Умидимиз зое кетмади. Саховатли муштарийларимиз оғир иқтисодий қийинчиликда қолган «Тонг юлдузи»га ўз ёрдам қўлларини чўздилар. Болалар, ота-оналар, мактаблар газета ҳисобига баҳоли қудрат пул ўтказмоқдалар.

Сурхондарё вилоятидан биринчи шойилинчномани олдик. Унда Улугбек номидаги мактаб болалари газетанинг ёрдам жамғармасига 100 сўм ўтказганликларини маълум қилишган. Шунингдек, Фарғона вилояти, Данғара туманининг У. Қаҳҳоров номидаги 36-мактаб ўқувчилари 18 сўм, Самарқанд вилояти, Пастдарғом туманининг Ленин номидаги давлат хўжалигида яшовчи Марина Асманова 30 сўм, Сирдарё вилояти, Сирдарё туманининг «Правда» жа-

моа хўжалиги, 8 март кўчасидаги 16-уйда яшовчи Назаровлар оиласи 30 сўм ўтказганликларини хабар қилишган. Ҳа, тома-тома кўл бўлур. Биз эса уларга миннатдорчилик билдириб, ўқиб ва ишларида каттадан-катта муваффақиятлар тилаймиз.

«Тонг юлдузи»га ёрдам жамғармасининг ҳисоб рақамини яна бир бор эслатиб ўтаемиз:

ЎЗБЕКИСТОН САНОАТ-ҚУРИЛИШ БАНКИНИНГ
ТОШКЕНТ ШАҲАР БУЛИМИ: ҲИСОБ РАҚАМИ:
000363106. КОД: 172682328. КОПП. СЧЕТ: 300166428.

Ҳисобимизга пул ўтказганлигингиз ҳақидаги квитанцияни албатта бизга юборишингизни илтимос қиламиз.

***** «ТОНГ ЮЛДУЗИ» СИЗДАН МИННАТДОР! *****

БОР

БЎЛИНГ,

ЯХШИЛАР!



3-БЕТГА

КАРАНГ

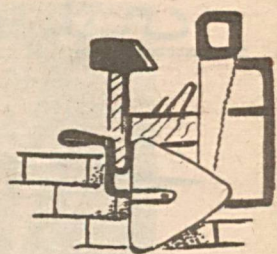
Болалар меҳнат биржаси очилди



— Сотиб олинг, янги газета!
— Сўнгги ахборотни ўқинг!
Бугун Тошкентга Бейкер келди.
— Ким Ўзбекистонга ўз-

- Қўлингизда ҳунарингиз бўлса, пул ишланг.
- Бўлмаса, биржада ўрганасиз.
- Фойданинг 70 фоизи сизники.
- Мактабда «2» олсангиз ҳам, бу ерда меҳ-

- натингиз, ҳунарингиз қадрланади.
- Фақат бебошлик, ишқмаслик, кўзбўямачилик кетмайди.
- Шартларимизга кўниб, ишлайман десангиз — марҳамат!



га сайёраликлар қўнгани ҳақида ўқимоқчи, мана сизга газета!

Чет эллардагига ўхшаб бир кучоқ газетани кўчаларда бақириб-чақириб сотиб юрган болаларни энди ўзимизда ҳам учратишимиз мумкин. Қандай дейсизми?

Тошкент шаҳрининг Куйбишев тумани ўқувчилар саройида «Болалар меҳнат биржаси» кичик Давлат корхонаси барпо этилди. Унда 13 ёшдан 18 ёшгача бўлган, меҳнат қилиб пул топишни хоҳлаган ҳар қандай ўғил-қиз ишлаши мумкин. Унинг таъсисчилари Куйбишев тумани халқ таълими бўлими ва туман ўқувчилар саройидир.

Кичик корхона ўзини ўзи молиявий маблағ билан мустақил ҳолда таъминлайди ва ҳўжалик ҳисобида иш юритади. Биржа болаларга иш тақсимлайди, уларга иш қуроли ва ҳам ашё етказиб беришда ёрдам беради. Мактаб, корхона ва умуман, ишлашни хоҳлаганлар билан шартномалар тузади. Айтилик, дурадгорлик, устачилик, косибчилик ҳунаrlари қўлидан келадиганлар-

ни бирон бир цехга бириктириб қўяди. Болаларнинг ишлаб чиқарган маҳсулотлари сотилиб бўлгачгина, унинг 70 фоизи эгасига даромад сифатида ажратилади. Пулнинг қолган 30 фоизи у ишлаётган биржанинг моддий базасини мустаҳкамлаш ҳисобига келиб тушади.

Болалар меҳнат биржаси қўлидан иш келадиганларнинг ҳаммасига иш тақсимлаб беришга қодир. ЎБЎУда узоқ йиллардан бери фаолият кўрсатаётган «Темурчилар» ҳаракати ҳам биржада ўз аксини топган. Биржа билан битим тузган болалар худди шу йўналишда фаолият кўрсатишлари мумкин. Масалан, бир хонадонда 2 — 3 та бола бор. Унинг ота-онаси муҳим иш билан бир жойга кетиши керак. Улар меҳнат биржасига қўнғироқ қилиб, битта ишчи ёллашди. Қарабсизки, биржанинг битта аъзоси ўша болага қараб ўтирганининг ҳар соатига 15 сўмдан пул олади. Ёки бўлмаса, кўп қаватли уйлarning подвездлари кўпинча ифлосланиб ётади. Биржанинг битта аъзоси шу уйнинг фаоллари

билан келишиб, ҳар бир подвездни тозалани учун яшовчилардан 3 сўм миқдорда пул талаб қилади. Бир подвездда камида 8 хонадон бор, бир уйда 6 та подвезд мавжуд. Арифметикани яхши биладиганлар подвезд тозаловчининг ҳар куни 114 сўм пул ишлашини ҳисоблаб чиқишга қийналмасалар керак!

Болалар орасида рассомчилик, устачилик, халқ амалий санъати билан шуғулланувчилар кўп. Улар бу биржа билан битим тузиб, ўқувчилар саройининг ўзида муваққат дўкон, ҳатто, ҳайвотот олами дўконларини очишлари ҳам мумкин.

Қишлоқ болалари билан битим тузиб, жойларда турли кичик фабрика ва фермаларни ишга туширса бўлади.

— Ишлашни жуда хоҳлайди, лекин бирон ҳунари бўлмаган болалар ҳам учраши мумкин, — дейди Болалар меҳнат биржаси кичик Давлат корхонасининг директори О. Ю. Киселенко. — Бундай болалар учун корхонамизда пуллик ўқи-

тиш курслари очилган. Маълум муддатда ўқув курсини ўқиб тугатгач, улар иш устида синалади. Синовдан ўтсагина ишлаб чиқариш дастгоҳларига йўналтирилади.

Директорнинг айтишича, биржа болаларнинг жинси, миллати ва мактабда қандай ўқишига эътибор бермайди.

— Мактабда математикадан «2» баҳо олса ҳам, бизда у яхши ишчи бўлиши мумкин, — дейди раҳбар. — Шунинг учун биз кўпроқ унинг ижодий меҳнатини, ҳунармандлигини қадрлаймиз. Лекин, албатта, у ўқиган, тушунган, дунёқараши кенгроқ бўлса яна ҳам яхши.

Биржа яқинда тузилди. Лекин у қиладиган ишлар жуда кўп. Ишлашни, пул топишни хоҳлаган ҳар қандай бола ўз таклифи билан биржага мурожаат этиши мумкин. Биржада бебошлик, ишқмаслик, кўзбўямачилик кетмайди. Ҳақиқий меҳнат қиламан десангиз — марҳамат!

Н. АЛИМОВ.
Тошкент шаҳри.

„ҚўЛЛАРИМИЗ КЕТМОН УШЛАЙВЕРИБ...“

Қишлоқ болалари. Қиш уйқусидан уйғонган ерга уруғ тушган кундан бошлаб то биринчи қор ёғиб, замин музламагунча далаларда кўрасиз уларни. Йўқ, мен нолимоқчи эмасман, чекимизга тушгани шу-да — ёғингарчиликдан кейин дала лой, кўчаларимиз лой; кун иссиғида шаҳарлик тенгдошларимиз соя-салқин ҳибонларда музқаймоқ ялашса, биз лабимиз ёрилиб, чопиқ қиламиз, мол боқамиз — ҳуллас, ота-оналаримиз қавотлари остида тирикчилик қиламиз. Қўлларимиз кетмон ушлайвериб, ёрилавериб дағаллашиб кетган...

Ҳар бир қишлоқ боласи шундай ҳасрат қилиши табиий, лекин у ҳаммасини ичига ютади. Киндик қони тўкилган жойга меҳри, «ота-онамга ёрдам беришим керак», деган тўғри тушунча унинг қалбидаги оғриқни, танасидаги меҳнатдан келган чарчоқни сўриб олади.

Жиззах вилоятининг Пахтакор туманига қарашли «Пахтакор» давлат ҳўжалигида 7-бўлим бор. Бу ер гўё унутилган «оролча»га ўхшайди. Гази йўқ, почта келмайди, кўчалари чала асфальтланган. Элликка яқин оила битта крандан сув ичади. Болалари лой кўчаларда қийшайганча пақирлаб уйларига сув ташишади.

Марказга бозор-ўчарга бориш учун пиёда юриб, инқиллаб-синқиллаб катта асфальт йўлга чиқилади. Ундан кейин «ҳай-ҳай»лаб қўл кўтариб, қор-ёмғирда бўлса ҳам мошин ушлаш керак. Унутилган «оролча»-

нинг болалари ҳам шу марказда ўқишади. Уларни мактабга автобус обориб-олиб келади. Автобус келмай қолган кунлари эса ўқиш бўлмайди. Кеч келса, кўчада совуқда пойлашади.

Кичкинтойларнинг икки қаватли «Бойчечак» номли боғчаси ишлай бошлаганига ҳали ҳеч қанча бўлгани йўқ эди. Шунинг ҳам яратганининг ўзи кўп кўрди, шекилли, ўтган йилнинг июнь ойидаги табиий офат томидаги шиферлари ва дераза ойналарини учуриб, синдириб кетди. Ҳовлисида ўйнаш учун ёғочдан ясалган соябон ва уйчаларни ағдариб ташлади.

Шу-шу боғча ҳувиллаб қолган. Унга ишлаш учун кирган ота-оналар, қувнаб-ўйнаган болалар ҳам уйларига кириб кетишди. «Дод»ларини айтиб, давлат ҳўжалигининг барча мутасаддиларига боришди ҳам, фойдаси бўлмади... Баъзи амалдорларнинг юзининг териси қалин бўлади, деган гап тўғри экан. Боғчанинг томига шифер, деразасига ойна, ағадеразасига...

МУҲАРРИРИЯТДАН: Ҳурматли Пахтакор тумани ва «Пахтакор» давлат ҳўжалиги раҳбарлари! Халқ таълими бўлими мутасаддилари! Қачонгача «тўнингизни тескари кийиб юрасиз»? Бағрингизни кенгроқ қилинг. Унутилган «оролча»ликларнинг арзларига қулоқ тутинг. Ахир, у ерда сизлар билан ёнма-ён юрган қишлоқ одамларнинг қишлоқ болалари яшаши-ку?!

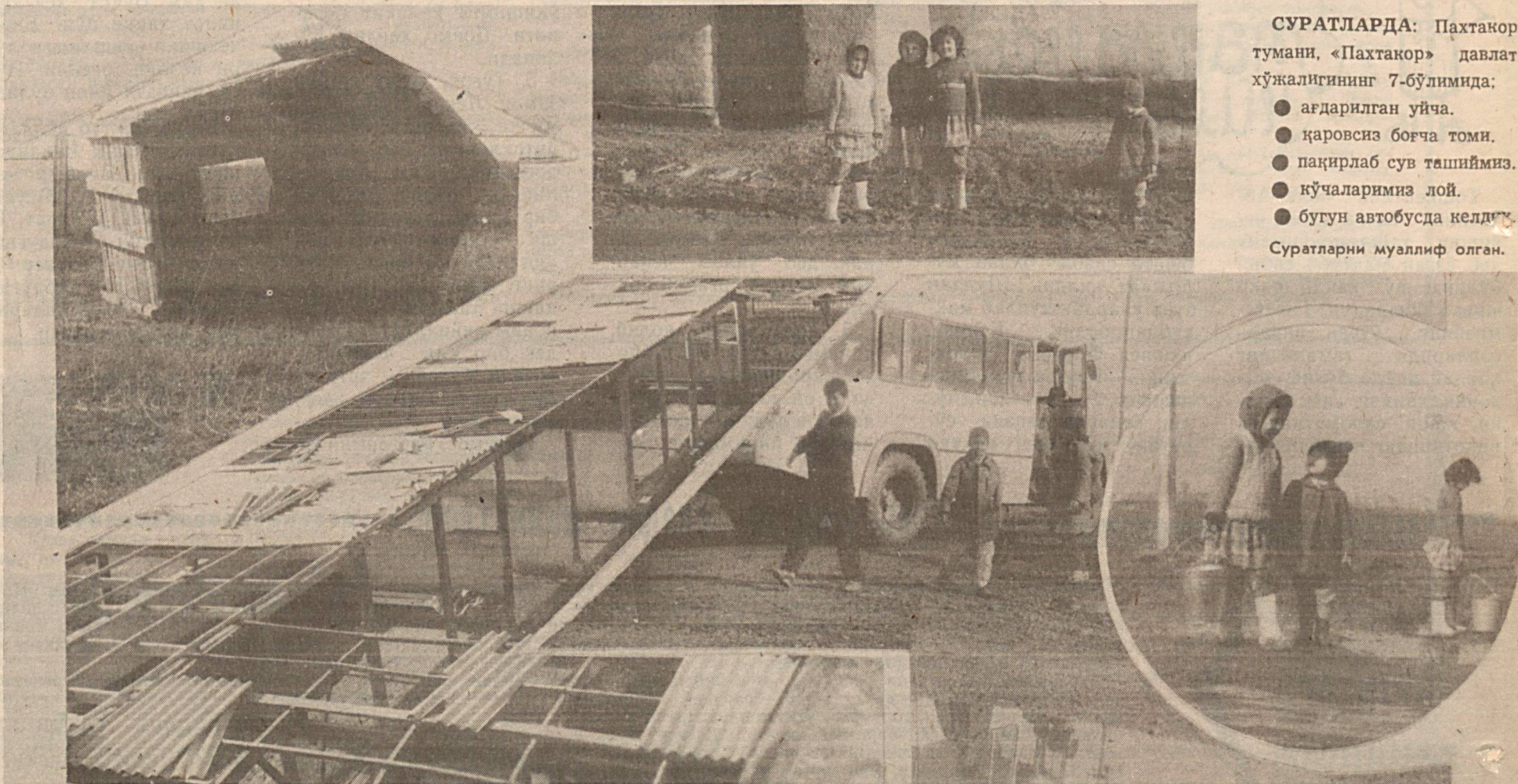
наб ётган ёғоч уй ва соябонни кўтариб қўйишга қўл топилмади. Бу ҳақда «Рўленинчи» (ҳозирги «Туркистон») газетасида ҳам ёзишди. Афсуски, бу катта газетадагиларни ҳам писанд қилишмади. Начора, уларнинг чекларига тушгани шу экан-да.

Шухрат
БЕРДИМУРОДОВ.

СУРАТЛАРДА: Пахтакор тумани, «Пахтакор» давлат ҳўжалигининг 7-бўлимида:

- ағдарилган уйча.
- қаровсиз боғча томи.
- пақирлаб сув ташиймиз.
- кўчаларимиз лой.
- бугун автобусда келдик.

Суратларни муаллиф олган.



«Болалар». Ҳа, сиз чапак чалиб томоша қиладиган, уйда, мактабда, кўчадаги саргузаштларингизни қандай бўлса — шундай телеэкранга олиб чиқадиган ўша кўрсатув. Яқинда жамоатчи муҳбиримиз унинг муаллифи Шоира БОТИРОВА билан суҳбатлашиб,

● **НОМИ НЕГА АЙНАН «БОЛАЛАР»?**
● **НАХОТКИ, ҚАЙСАР БЎЛСАНГИЗ?**

● **ФИРДАВС БИР НОГИРОН БОЛАНИНГ ЖАСОРАТИ ШУНЧАЛИКМИ?**

● **ҚАЙСИ ШОИР ЁКИ АДИБНИ УЎҚИГАН МАЪҚУЛ?**

● **«БОЛАЛАР» ЧЕТ ЭЛГА ЧИҚАДИМИ?**
● **МАШҲУР БЎЛИШ ОСОНМИ?** деб сўради.

Шоира онангиз эса қуйидагиларни айтиб берди:

— Мактабда — «жим ўтир», «нега дарс қилмадинг», «югурма, бақирма, чақирма» каби буйруқ ва сўроқлардан, уйда — «нега икки олдинг?», «дарсингни қил, «молларга сув бер, тагини тозала» сингари гаплардан зериккан болаларга жонли бир кўрсатув ҳақида айтишнинг қўлдан бўён озу қилардим. Бундан бир йил муқаддам шу орзумга эришдим ҳам. Ҳеч иккиланмай уни «Болалар» деб атадик. Мақсадимиз турмуш ташвишлари, иқтисод ва сиёсатга ўралашиб қолган катталар диққатини болаларга тортиш. «Ҳамма яхши нарсалар — болаларга!» шiori билан парчаланган кичиклар дунёсига оз бўлса-да далда бериш эди.

Ҳар гап кўрсатувни эфирга тайёрлар эканмиз, ўз болалигининг баъзи бир сониялари ёдимга тушади... Қайсар эдим. Кўча-кўйда, ўртоқларим орасида, мактабда озгинагина бўлса-да, ноҳақликни кўрсам, ёниб кетардим. Энди билсам, биз болалар, катталарга «идеал»ларча қарар эканмиз. Гўё



улар ҳеч хато қилмайдилар, улар нима десалар, ҳаммаси тўғри... Йўқ, ундай эмас экан. Барча қўпол ва мудҳиш хатоларни катталар қилишар экану уларнинг касрига болалар қилишар экан. Хуллас, «бахтли боладик»нинг ёлғон тасаввурларига алданиб, вояга

бўлимида мен суҳбат қилган Баҳодир Хўжаев, 247-мактабнинг 4-синф ўқувчиси, бўлажак жарроҳ Баҳодир Худойберганов, ангрелик кўзи туғма ожиз, қўшиқчи бола Фирдавс Нуриддинов эса ҳамон ёдимда. Бутун ижодий гуруҳимиз ҳатто Фирдавс билан шун

Ўз вақтида биз ҳам «Болалар»нинг ҳамма учун сезимли бўлишини жуда истаймиз. Кўрсатувимиз жонкуярлари Александр Бурцов ва Санобар Умархўжаева бу истак йўлида доимо изланадилар, ҳар бир кўрсатув ва қаҳрамон устида жиддий ишлайдилар. Биргаликдаги меҳнатимиз эса зое кетмади. Яқинда амриқолик бир ҳамкасбимизга «Болалар» кўрсатувни жуда маъқул бўлиб, у кўрсатувни ўз ватани болаларига намойиш этиш таклифини билдирди. Ўз вақтида биз ҳам чет эллик тенгдошларингиз ҳақидаги кўрсатувни сизларга тақдим этишни мақсад қилиб қўйдик.

Шунингдек, фурсатдан фойдаланиб мен мураккаб телевизион жараёнининг барча сирларини ўрганишимда ёрдам берган ва бизни

ижодий қўллаб-қувватлаган устозларим Нозим ака Бобононов, Анвар ака Юсупов ва Октябрь ака Муминовга ўз миннатдорчилигимни билдираман.

Нелгуси режаларимиз жуда кўп ва ранг-барангдир. Бироқ машҳурликка даъвогар эмасмиз. У ишимизга ҳалақит беради, холос. Қолаверса, биз оламшумул воқеа қилаётганимиз йўқ. Муҳими — болалар. қалбига тўғри йўл топа олсак бас. Батъида кўча-кўйда болалар «Ана Шоира опам» деб ота-оналарига мени кўрсатганларида ёки бўлма-сам кўз қирлари билан кулиб қараганларида мен ўзимни машҳур эмас, ўз томошабинга эга бўлган бахт эгасидек ҳис қиламан.

Гулчеҳра
НАЗАРМУҲАМЕДОВА
ёзиб олди.



лардан зериккан болаларга жонли бир кўрсатув ҳақида айтишнинг қўлдан бўён озу қилардим. Бундан бир йил муқаддам шу орзумга эришдим ҳам. Ҳеч иккиланмай уни «Болалар» деб атадик. Мақсадимиз турмуш ташвишлари, иқтисод ва сиёсатга ўралашиб қолган катталар диққатини болаларга тортиш. «Ҳамма яхши нарсалар — болаларга!» шiori билан парчаланган кичиклар дунёсига оз бўлса-да далда бериш эди.

етибмиз... Келинг, гинахонлик қилмайлик. Яхшии кўрсатувимиз ҳақида гаплашайлик. Камини унинг муаллифи бўлгани учунми, деярли ҳамма қаҳрамонларим ёдимда, гарчанд уларнинг сони юздан ошиб кетган бўлса ҳам. Телевидение спецификаси шундай мураккаб, оддий бир лавҳани суратга олиб, намойиш этиш учун бир неча жараёнлардан ўтиш керак. Томошабин бир марта кўрадиган лавҳани биз камиди беш марта қайта-қайта кўрамиз. Шунинг учун ҳам бизда иштирок этган болалар кўзимизга шундай яқин бўлиб қолган бўладиларки, кўча-кўйда учратиб қолганимизда, баъзан исмларини эслаб олмай ниҳоятда хижолат бўламан.

Тошкентдаги болаларни қабул қилиш ва тарқатиш чалик яқин бўлиб кетганки, ҳар йили туғилган кунда бориб, унинг ҳол-аҳволидан хабар олиб туришни ўз олдимизга мақсад қилиб қўйганмиз.



СУРАТЛАРДА: Навбатдаги кўрсатувга тайёргарлик. «Болалар»нинг жонкуярлари — Шоира Ботирова (кўрсатув муаллифи), Александр Бурцов (кўрсатув режиссёри), Санобар Умархўжаева (кўрсатув шарҳловчиси).



Ашаддий кашанда статистик маълумотларга қараганда, ўз умрини 8,3 йилга қисқартирар экан. Кунда чекиладиган сигарета умринингизнинг шунча қисқариб кетишига арзийдиган нарсамми? Яхшии чекишни ташлаганингиз маъқул. Бу эса ҳар кимнинг қўлидан келади. Фақат, истак бўлса бас. Хўш, ундай бўлса сигарета чекмасликка қарор қилган киши қандай илож қилиши керак?

Бунинг учун энг аввал шундай қарор қилишга мажбур этган сабабни ўзи учун аниқ-равшан асослаб олиши керак. Соғлиқни сақлаш, мустаҳкамлашга, иш ва ўқиш қобилия-

тини оширишга интилиш, атрофдагиларни тамаки тутунининг зарари таъсиридан ҳалос этиш истаги, ниҳоят спортга қадам қўйиш иштиёқи ана шундай сабаблар бўлиши мумкин. Шунингдек, қанча муддат ичида чекишни ташламоқчи бўлганингизни ҳам аниқлаб олиш муҳим (бу муддат бир ярим-икки ойдан ошмаслиги керак). Ўзингизнинг чекиш одатингизни синчиқлаб таҳлил қилинг: қайси вақтда кўпроқ чекишингизни аниқланг, бунга нима сабаб эканлигини — у кўнгилга

оғир ботадиган ҳис-ҳаяжонларга, енгиллашиб, иш ва ўқиш қобилиятини ошириш истагига боғлиқ-боғлиқмаслигини билишга ҳаракат қилинг. Кейин тўтиладиган йўл тактикасини ишлаб чиқинг. Кун давомида чекиладиган сигареталарингиз сонини аста-секин камайтириб бориб, уларнинг қайси вақтдагисидан воз кечиш энг қийин бўлишини аниқланг.

Чекишдан бутунлай воз кечишга яқин қолганда бир, икки, уч сутка сигаретасиз тирикчилик қилиб кў-

қолганлигингизни ҳисоблаб кўринг.

Хўш, иродасининг кучи етмайдиганлар нима қилишлари керак?

Бир қанча ҳолларда оғизни ичимлик содасининг 1—2 фозли эритмаси билан чайиш усули қўлланилади, бундай эритма тамаки тутунининг таъминини ўзгартириб, уни ноҳуш қилиб қўяди. Сода эритмаси билан оғиз кунига 3—6 маҳал сигарета чекиш олдида чайилади. Бужмайтирувчи таъсир кўрсатадиган эритмаларни оғиз шиллиқ пардасига суриш

сил, лобелин ва бошқаларни). Бу препаратлар билан ўзини-ўзи даволаш асло мумкин эмас. Даволаш врач назорати остида бўлиши керак. Агар илтимос қилсангиз, врач даволаниш жараёнини ота-онангиздан, ўқитувчиларингиздан сир тутати.

Чекишдан тезда ҳалос бўлишининг яна бир усули. Яшириб қўйган ҳамма сигареталарингизни олинг-да, ота-онангизга топширинг ва «Мен чекишни ташладим» деб сўз беринг. Йўқ, бу маслаҳатни бериб, мен ақлдан озганим йўқ. Албатта, шундай қилинг. Ота-онангиз сизни қийишмайди, аксинча — сизга бўлган ҳурматлари, ишончлари ортади. Зора, шу ҳурмат, шу ишонч билан чекишни бутунлай ташлаб юборсангиз. Бунга тўла ишончмн қилинг.

ТАМАКИ АМАКИ.

ИРОДАНГИЗНИ СИНАБ КЎРИНГ!

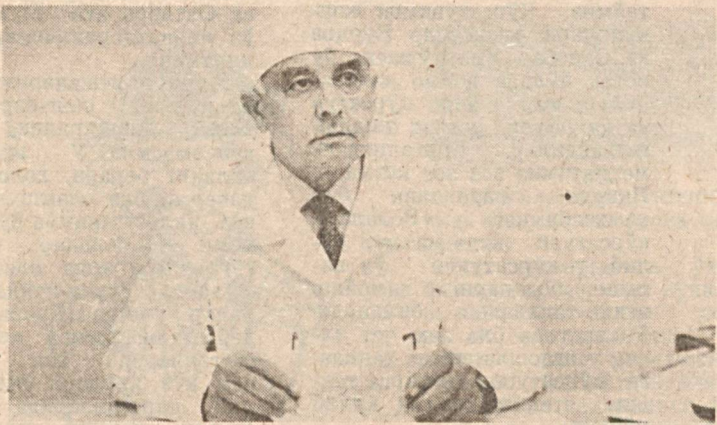
ринг. Чекиш истагини осон енгил учун очиқ ҳавода кўпроқ юринг, турли гимнастика машқларини бажаринг, югуриш, сузиш билан шугулланг.

Оғизга сигарета олишдан олдин ўйлаб кўринг. Соатга қараб 2—3 минут кутишга ҳаракат қилинг, чекиш истаги балки йўқолиб кетар. Чекиш истаги пайдо бўлган вақт билан чекишга киришадиган вақтингиз ўртасидаги муддатни аста-секин 10 минутгача узайтиринг ва ундан оширинг. Чекиш вақтини камайтириб, қанча пул тежаб

тамаки тутунининг мазасини бузиб, уни жуда ноҳуш қилиб қўяди. Ердам сўраб врачга бориш мумкин, у зарур препаратларни буюради, (цититон, табекс, лобе-

МУҲАРРИРИЯТДАН: газетамиз чоп этишга тайёрланаётган кун Бухоро вилоятининг Ёнжудовон шаҳрида яшовчи Қаҳрамон Муллаевдан хат олдик. У ўз мактубида «Мен «Никотиннинг организмга таъсири» мақоласини ўқиб, энди бутунлай оғзимга сигарет олмасликка аҳд қилдим. Мана, 15 кундирки чекмаяман.» деб ёзибди. Қаҳрамоннинг бу қаҳрамонлигидан бошқалар ҳам ўрнак олишса, ажабмас. Ўйлаймизки, улар ҳам қандай қилиб чекишни ташлаганликларини бизга ёзиб юборадилар. Мактубларингизни кутамиз.

ШОИРЛАР — БОЛАЛАРГА



Болалар!

Буюк табиб бобомиз Ибн Сино етук шонр бўлганлигини яхши биласиз. Унинг тиб илмига оид бир қанча асарлари борки, улар гўзал шеърий рисолаларида ўз аксини топган, халққа манзур бўлган.

«Тишинг соғ, вақтинг чоғ» кичик достонининг муаллифи Миржамол Мирёкубов ҳам шифокор олим, тишни даволашда республикадаги етук билимдон мутахассислардан бири ҳисобланади. Миржамол ака ҳозир Тошкент тиббий олий билимгоҳи ортопедик стоматология кафедрасининг доцентидир. Ижодларидан намуна сифатида қуйида берилаётган асар М. Мирёкубовнинг бу жиҳатдан ҳам Ибн Синога шогирд эканлигини, шеърий иқтидори борлигини кўрсатади. «Тишинг соғ, вақтинг чоғ» Сизга шифокорнинг шоирона каломи тиббий маслаҳати бўла олади деган умиддамиз.

Миржамол МИРЕКУБОВ.

ТИШИНИНГ СОҒ, ВАҚТИНГ ЧОҒ

Болалар бир сўзим бор,
Ҳозирча қулоқ солинг.
Яхши эътибор бериб,
Кейинча ёдлаб олинг.

Зарурдир барча аъзо
Соғ саломат яшашга.
Бут ҳам соғлом тиш керак,
Маза қилиб ошашга.

Фақат чайнашга эмас,
Сўйлашга ҳам керак тиш.
Олдингиси бўлмаса,
Тиш деёлмай дейсиз «тис».

Оғиз ёпиб қўл билан,
Кўпдан қочиб юрасиз.
Ё уялиб ҳар кимдан,
Бир сўз демай турасиз.

Курак тишлар бор бўлса,
Нонни тишлаб оласиз.
Агар улар бўлмаса,
Қийналиброқ қоласиз.

Хатто юмшоқ таомни,
Тишлашга қийналасиз.
Сўйлаганда ҳар сўзни,
Хуштак қилиб чаласиз.

Тишда пайдо бўладур,
Ковак ҳамда тешиқлар.
У ҳолатда микробга,
Очилади эшиқлар.

Бу микроблар қон билан,
Отланади юришга.
Юрак, буйракка бориб,
Шайланади уришга.

Бир буйрак, юрак эмас,
Барча аъзога борур.
Унда ҳужмрон бўлмоқ,
Учун жанглашиб қолур.

Бир буйрак, юрак эмас,
Борур барча аъзога,
Бўшагнинг ишлари,
Айланади расвога.

Аъзолар ҳам ўзича,
Микроб билан жанг қилур.
Агар жангда енгилса,
Унда касаллик бўлур.

Барча тишлар бут бўлса,
Бир-бирига мадақор.
Суянчиқ тушиб кетса,
Бўлар аҳволи ночор.

Агар чора топмаса,
Оғриқ борар зўрайиб.
Лунжи пишиб кетади,
Кўрган қолар анграйиб.

Ари чаққан боладек,
Юмилиб қолар қўзи.
Ойнага бир қараса,
Ўзидан кўрқар ўзи.

Оғриқ тишлар кечаси,
Уйқу бермайди сизга.
Сўнг қайдасиз деб доктор,
Чопиб келасиз бизга.

Ҳеч нарсаси қўл бормас,
Оғриб турса тишингиз.
Мактабда ҳам юришмас,
Ўқишдаги ишингиз.

Тишни соғлом сақлашга,
Яна маслаҳатим бор.
Оғзингиз, тишингизни
Ҳар кун чайнинг неча бор.

Икки марта ҳар йили,
Докторга бориб туринг.
Унга илтимос қилиб,
Дент, тишимни бир кўринг.

Шунда доктор авайлаб,
Асбоб билан кўради.
Керак бўлса милк тишга,
Турли дори суради.

Кавак бошланган бўлса,
Оғритмай даволайди.
Кавакларни тозалаб,
Бошлабпломбалайди.

Данак, ёнғоқ, ҳам бодом,
Тишда чақманг, лат ейди.
Вилкада тиш қовлаш ҳам,
Докторлар зарар дейди.

Витаминларга бойдур,
Сабзи, олма, қарам, нок.
Овқатдан сўнг еб туринг,
Тишлар соғлом бўлар пок.

Тишининг орасидаги,
Овқат шунда йўқ бўлур
Унда бўлган микроб ҳам,
Даф бўлур ёки ўлур.

Тиш пастасин чўткага,
Олдин оз-оздан суринг.
Овқатдан сўнг тишларни,
Чўткада юиб туринг.

Тишни ёшлиқдан сақланг,
Узоқ умр кўрасиз.
Тиш касали билмасдан
Ўйнаб, кулиб юрасиз.



«Зулайхо битлабди» деган икки оғиз сўз ҳашарчи ўқувчилар орасида бир кунда ёйилди. Тўғрироғи, эрталаб бу ҳақда ҳеч ким ўйлаб ҳам кўрмаган, оламда шундай нимарса борлиги ҳеч кимнинг ҳаёлига ҳам келмаган эди. Чошгоҳгача ҳамма хабар топди. Кечқурун ўқитувчиларнинг ҳам қулоғига етиб борди. Баъзилар унинг бошида ноёб жонивор кўргандек завқ-шавқ билан гапирар, баъзилари эса бир-бирини безовта оғоҳлантирар, эҳтиёт бўлишга, фалончи билан жой алиштириб, иложи борица Зулайходан узоқроқ ётишга ундарди. Унинг ўзи беҳабар эди. Мактаб директори чақиртирганида, аввалига сабабини билолмай ҳайрон бўлди. «Нормадан кам терганим учун чақирадиган бўлса, — ўйлади у, — мендан ҳам кам терганлар бор-ку. Қолаверса, нормани бажармаганларни кечки овқатдан кейин чақирарди. Ёки опамга! бир нарсаси бўлдимикан?». Кечаси опаси тушига энгани ёдига тушди. Бироқ ҳарчанд уринмасин туши тафсилотини хотирлай олмади. «Мазаси йўқ эди, — ўйлади у. Сўнгги фикридан ўзи ҳам чўчиб, — худо кўрсатмасин», дея қўйлаги ёқасини кўтариб, ирими бўйича туфлаб қўйди. Бу ҳақда бошқа ўйламасликка жазм этди. Бироқ кўп ўтмай ўз-ўзидан юраги ғашлана бошлади. Беихтиёр тушини эслашга, айна пайтда опасидан хавотирланмасликка уринарди. Аммо ҳар иккисининг ҳам уйдасидан чиқолмай жаҳл аралаш тишини-тишига босганча ғайрихитиёр қадам ташларди. Бўзига нимадир қадалгандай бўлиб, ўз-ўзидан бақириб йиғлагиси келарди. Вужудида ҳар бир ҳаракатига нимадир ҳалақит бераётгандек ғашли келиб, гўё ноҳуш хабар эшитиши лозимдек туюларди.

У энди онасининг элга қўшилмаслигини биларди. Жигари қотиб қолган деб туман, пишиб қолган деб вилоятдаги, «Церроз печень» дея Тошкентдаги «катта дўхтирлар» қабул қилишмади. (Отаси Москвага олиб бормоқчи, фақат қиш ўтсин, деб турибди). Қотганми, пишганми, ишқилиб ичидан бир бало еб борапти. Қуруқ суяги қолган. Суяк, дори таъсиридан кўкиш тусга кириб кетган тери, «милтиллаган кўзларда ҳаракат. Шу ҳаракатгина танада жон борлигидан дарак бериб туради. Тери билан суяк орасида жон югураётган томилар бўртиб-бўртиб чиққан. Зулайхо шуларни ўйларкан, онасига нисбатан меҳрсизлиги ўзига эриш туюлди. Фикрини чалғитишга, бунинг учун овозини чиқариб нимадир деб юришга жазм этди. Ҳаёлига келган сўз... «Йўқ онажон сиз ўлмайсиз» бўлиб, у бунга ҳарчанд такрорламасин, овози чиқмади. Директордан «Қачон» деб сўраши ҳаёлидан кетмасди.

Директор у билан даҳлизда гаплашди. Одатдагидек узундан-узоқ хол-аҳвол сўрашаётди, унга бошдан-оёқ шундай тикилдики, Зулайхо кўзларини қаерга бекитишни билмай,

1. Опа-она.

беихтиёр ортага тисарилди. Даҳлиз эшиги олдида бориб тўхтади. Директор ўзидан ўтганини англади чоғи, мақсадга кўчди.

— Қизим, сенинг бошингга, — у ёғини тополмай бироз ўйлаиб қолди. Шу бироз фурсатда Зулайхо «бошингга жудалик тушди деб айтмоқчи» деган ўйда сўради.

— Қачон?

— Билмадим қизим, айтишларича, икки-уч кун бўлган.

Зулайхо тушунмадим дегандек бошини кўтариб, директорга саволомуз қаради.

— Кеча Файзулла муаллим ҳеч нарсаси демаганди-ку? — деди у таажжубланиб.

— Файзулла кеча ўзи қишлоқдан келган бўлса, қаёқдан билсин. Билмайди. Хуллас эртага далага чиқмай қўя қол. Бош-устингни тозала.

— Бош-мош юиб ўтирмайман. Эрталаб кетаман, — деди Зулайхо ранги ўчиб. Энди нима қилишни — кетиш-кетмаслигини билолмай директорнинг бирор ишорасини кутар эди.

— Қизим, — деди ниҳоят директор ниманидир англагандай чеҳраси ёришиб, — тушунмабсан. — Қандай айтишни билмай яна ўйлаиб қолди. Зулайхо унга қараб турар, хабар кутаётган илти-



Темур ЭШБОЕВ

Зулайхо индамади. Ортига қайрилди. Кетаркан, ортидан директорнинг

— Эртага далага чиқмасдан тозалат, — деб қичқириб қолганини эшитди.

Бир кун олдин Зулайхони 10-«А» даги Нозигул «Бир минутга» чақирди. Зулайхо унинг синглиси Хосият билан ёнма-ён ётар, сир яширмас дугона эди. Дафъатан Нозигул уни ҳам ўз синглисидек яқин оларди. Кир қиймларини ювган бўлса, сиқшворишим керакдир, деган ўйда, апил-тапил оёғига тўғри келган қалишни илганча унга эргашди.

— Сал нарироқ ўтайлик, — деди Нозигул шийпондан пастликдаги тутзорга ишора қилиб. Ундан ўн метрлар чапда бригаданинг наридан-бери қурилган муваққат омбори



ҲИКОЯ

жол кўзлари, раҳм қилинг дегандек боқар, ёшга лиқ тўла эди. Директор кўзларини ерга тикканча бу сафар чўрт кесди.

— Бошингга бит тушган, деб эшитдим, тозалат, бошқаларга ҳам ўтиб кетмасин. — У яна нималардир ҳақида гапирдики, бунинг ўшандаям, ҳозир ҳам аҳамияти йўқ. Шундай бўлса-да, у жимгина, бош ирғаб охиригача тинглади. Қолаверса нима қилишини, қиёб кетиш ёки бошқа бирор йўлини билмасди. Ниҳоят ҳаёлига келгани шу бўлдики, у ўзини қўлга олиб;

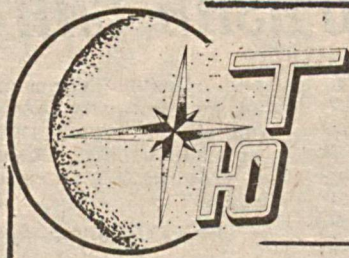
— Ким айтган бўлсаям, ёлғон! — деди. Шу қадар секин айтдики, бу сўзда рад этишдан кўра, иқроқлик оҳанги кўпроқ эди. Шу бонс директор анча дадилланди. — Тезда бошингни тозала, қизларнинг ярни битлаб кетса, ана ундан кейин кўрасан. ҳангомани, — деди. Ва жоҳатидан у Зулайхонинг бошидан шартта бит олиб бергудек эди.

бор. Тутзорга бориш учун ана шу омборнинг ёнидан ўтиши керак эди. Негаки, тўғри йўлда чуқур қавланганди. Зулайхо шу бонс йўлни чапта олди.

— Йўқ, йўқ, шу ер ҳам бўлади, — деди. Нозигул юришдан тўхтаб. У Зулайхога ўғирилганида зўрма-зўраки илжайганлиги қоронғу бўлишга қарамасдан билиниб турарди. Бу одатда унинг бирор махфий, айна пайтда мутлақо ўзининг фойдасига иши тушганлигидан дарак берарди. Буни фақат Зулайхогина эмас, балки ҳамма қизлар яхши билишарди.

Улар бир пас жим қолишди. Бу Нозигул гапни нимадан бошлашини билмай қаловланиб қолганидан эмас. У ҳеч ким йўқми дегандек атрофга аланглаб олди. Қолаверса, у бундай ишга илгари ҳам қўл урган, анча пишиб қолган эди. Шу бонс тўғрисида кўчи қўя қолди.

(Давоми бор).



Бош муҳаррир: Ақром БЕРДИМУРДОВ.

Таҳрир хайъати: В. ФАЙЗУЛЛАЕВ, Т. ЭШБОЕВ (бош муҳаррир ўринбосари), А. КУЧИМОВ, М. РАҲИМБЕРДИЕВА, Т. КАРИМОВ, М. ПИРМАТОВ (масъул котиб).

Табсиқ этувчи:

ЎЗБЕКИСТОН ЁШЛАР ИТТИФОҚИ
МАРКАЗИЙ ҚУМИТАСИ.

Бизнинг мавзипаҳимиз: ТОШКЕНТ ШАҲРИ.
ЛЕНИНГРАД КЎЧАСИ, 32-УЯ.

Маълумот учун телефон: 32-54-21

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ «ШАРҚ» НАШРИЁТ.

МАТБААЧИЛИК КОНЦЕРНИНИНГ БОСМАХОНАСИ.

Тошкент шаҳри. 700083, Ленинград кўчаси, 32-уя.

Чоп этиш вақти — 18.00.

Газетанинг навбатдаги сонин
4 март куни чиқади.

РЭЗНОМА ҲАФТАНИНГ ЧОРШАНБА ВА ШАНБА КУНЛАРИ ЧИҚАДИ.

Рўзнома 346700 нусхада чоп этилди.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10