

ПАЙШАНБА КУНЛАРИ ЧИҚАДИ

• ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ БОЛАЛАР ЖАМҒАРМАСИ ҲАФТАЛИГИ •

• Баҳоси эркин нарҳда •

Пальтолар ечилар — туюлар оғир,
Дарахтлар кийинар — яланғочлик ор...
Телбаликлар ичра қолганда бағир,
Сени қаерларга бошлайди баҳор?

Бу қандай адашув — билмасман сирин,
Ёмғир ҳам беқарор, кун ҳам беқарор.
Кичик осмончалик қўлингга бериб,
Сени қаерларга бошлайди баҳор?

Ажаб нигоҳлар бор — чирмашар бекор
Атлас кўйлагининг этакларига.
Ишонсанг уларнинг эртақларига,
Сени қаерларга бошлайди баҳор!

Сен қайга?
Мен қайга?
Дилни ўртаган
Интиқ истагим бор, ардоқларим бор.
О, жуда кўрқаман, жуда кўрқаман,
Сени қаерларга бошлайди баҳор?!

Билмасман не учун, билолмасман ҳеч,
Рухларга паршон девоналик ёр:
Мени қаерларга кузатдию қиш,
Сени қаерларга бошлайди баҳор?..

Мирзо КЕНЖАБЕК



Нормурод МУСОМОВ сурати

ЮЗЛАРИДАН ТАБАССУМ АРИМАДИ

Ҳаяжон билан кутилган дақиқалар шуури кўнглимизни ҳали-ҳали тарқ этгани йўқ. Баҳорнинг бебаҳо олқишларию, "Наврўз" байрами кутлуг қадамлари ҳар биримизнинг кувончимизга кувонч қўшмоқда.

Кўни кеча Охунбобоев номидagi ёш томошабинлар театрида оналар ва болаларга аталган катта Наврўз байрами ўтказилди. Ўзбекистон жумҳурияти "Маҳалла" жамғармаси ҳамда болалар жамғармаси Тошкент шаҳар бўлими ҳамкорлигида театр ижодкорлари карнай-сурнай садолари остида меҳмонларни кутиб олишди. Меҳмонлар-маҳаллалардан келган кўп болалик аёллар, 21-болалар уйининг тарбияланувчилари ва бошқа ҳудудлардан келган кичкинтойлар бўлди. Унда театр жамғармаси ўзининг байрамга тайёрлаган кувонч дастурини моҳирона намойиш қилди. Болаларга ширинликлар ва ҳар хил ичимликлар улашилди.

Анжуманда Ўзбекистон "Маҳалла" жамғармасининг раис муовини Нозматулла Абдуллаев меҳмонларни "Маҳалла" ва болалар жамғармаси номидан табриклаб, оналар ҳамда болаларга совғалар тарқатди. "Соғлом авлод учун" жамғармасининг раисаси Гўлнора Йўлдошева ҳам ўз совғалари билан дастур қатнашчиларини хўшнуд этди. Меҳмон бўлган ота-оналар болалари билан биргаликда байрам сўнггида қизиқарли спектакл томоша қилишди.

УШБУ СОНДА:

Мамлакат БЎРИЕВА:

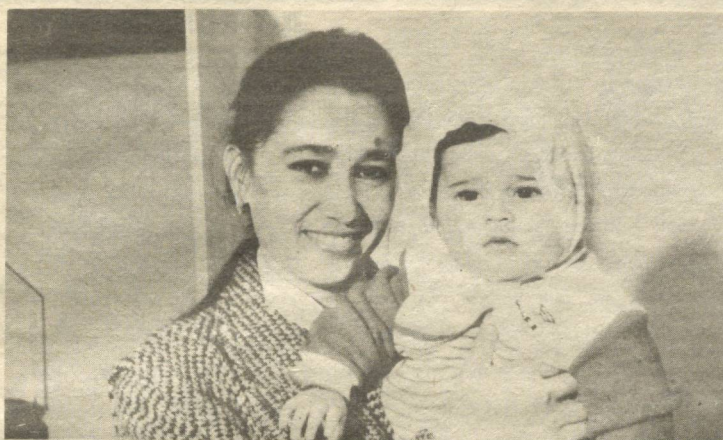
ФАРЗАНД КЎНГИЛНИНГ
ГУЛИМИ?

3-бет

Жалол ЯХШИБОВ:

«ЎЗБЕГОЙИМ» ДЕБ ЁЗИНГ...

8-бет



МАМЛАКАТ БҮРИЕВА — Тошкент Давлат университети Аҳолишунослик илмий тадқиқот лабораториясининг мудир. Асосий қилаётган иши мамлакатимиз аҳолисининг ўз миллий урф-одатлари, фарзандлар камоли, туғилиши оила ва унинг асл жоҳияти юзасидан турли тадқиқотлар олиб боришдир. Қўйида Мамлакат опанинг "Оила ва жамият"га ёзган дастлабки тадқиқот-мақоласини ўқийсиз.

Биз туғилган оила билан биз яшаётган жамият бир-бирига чамбарчас боғланган тушунчадир. Бошқача қилиб айтганда, оила — жамиятнинг никоҳ, қариндошлик, маънавий, ҳуқуқий муносабатлар асосида инсонларни бириктирувчи кичик бир бўлаги ҳисобланади.

Жамиятдаги ҳар бир оиланинг моҳияти ва бажарилиши лозим бўлган вазифалари дунёдаги барча халқлар учун бир хилдир. Лекин тараққий этиш, белгиланган вазифаларнинг бажарилиш жараёнлари ҳар бир халқда алоҳида, ўзига хос хусусиятга эгадир.

Биз бугун оиланинг жамиятни ривожлантиришдаги энг муҳим вазифаси бўлиши — авлод яратиш, яъни туғилиш ҳақида тўхталмоқчимиз. Ушбу масала жамият тараққиётининг ҳамма боқичларида ҳам бир хил бўлавермаган. Феодализмнинг сўнгги сонияларигача бўлган даврларда туғилиш қонун томонидан ҳеч қачон чекланмаганди. Капиталистик ишлаб чиқариш усулининг вужудга келиши билан эса саноат тез ривожлана бошлади, янги-янги шаҳарлар пайдо бўлди. Кўпчилик аҳоли иш қидириб қишлоқдан шаҳарларга кўчиб кела бошлади. Шаҳар аҳолисининг ўсиб бориши натижасида бир томондан турар жой, озик-овқат муаммолари келиб чиққан бўлса, иккинчи томондан ишсизлик вужудга келди ва масаланинг учинчи жиҳати — капиталистик ишлаб чиқаришда аёллар ва болалар меҳнатига жуда кам ҳақ тўланар эди. Жамиятдаги бундай ўзгаришлар оилада болалар сонини чеклашга, туғилишни қисқартиришга олиб келди. Айниқса аҳолисининг асосий қисми шаҳарларда яшовчи Европа мамлакатларида туғилиш жуда камайиб кетди. Масалан, Англияда 1850 йилларда аҳолининг 50 фоизи шаҳарларда яшашган ва ҳар минг киши ҳисобига туғилган болалар сони 32,6 ни ташкил қилган бўлса, ҳозир аҳолининг 80 фоизга яқини шаҳарларда яшайди ва ҳар минг киши ҳисобига туғилган болалар сони 13,9ни ташкил қилади. Ёки Францияда 1850 йилдан то ҳозиргача шаҳар аҳолиси 25,5 фоиздан 74 фоизгача кўпайди. Ҳар минг киши ҳисобига туғилган болалар сони эса 26,2 дан 13,7 гача камайди. Германия Федератив республикасида (Бирлашган Германия) аҳолининг 94 фоизи шаҳарларда туғилиш истиқомат қилади. Туғилиш кўрсаткичи эса 10,2 ни ташкил этади, холос ва дунёда туғилиш энг кам давлатлардан ҳисобланади.

Ер юзиде умуман туғилишнинг камайиши, асосан XVIII асрнинг иккинчи ярмида Фарбий Европа давлатларида бошланиб, кейинчалик АҚШ, Канада, Австралия ва Япониягача етиб борди. Айниқса иқтисодий жиҳатдан тараққий этган давлатларда туғилиш тезлик билан камайди. Ушбу давлатларда 1750—1800 йилларда ҳар минг киши ҳисобига 38 нафар бола туғилган бўлса, 1970—1990 йилларга келиб кўрсаткич 16 тани ташкил қилади. Бошқача қилиб айтганда, туғилиш 2 баробардан кўпроқ қисқарди.

Сайерамизда туғилишнинг чегаралар бўйлаб ўзаро фарқ қилиши аввало мамлакатлар аҳолисининг моддий ва маданий турмуш даражасига, асрлар давомида шаклланиб,

сақланиб келган миллий урф-одатларига, қолаверса динга боғлиқдир. Булардан ташқари, туғилишга аҳолининг жинс ва ёши бўйича тақсимланиши, никоҳдан ўйин ва ажрალიш каби қатор омиллар, медицинанинг ривожланиши, шунингдек ҳар бир давлат томонидан олиб борилаётган демографик сиёсат ҳам таъсир қилади.

Статистик маълумотларга қараганда, кейинги 20-25 йил ичида дунёдаги барча халқлар оиласида туғилишнинг камайиб бориши кузатишмоқда. Фикримизни қўйидаги расмий жадал ҳам тўлиқ тасдиқлайди.

Туғилиш кўрсаткичининг ёр юзи бўйича йиллар оша ўзгариши. (Ҳар бир аёлга нисбатан туғилган болалар сони)

Маълумки, мусулмон халқлари, жумладан, ўзбеклар эътиқод қилган ислом дини ҳам, асрлардан бери шаклланиб келган миллий урф-одатлар ҳам, кўпбололиқни қўлаб-қуватлайди. Халқимизнинг оилани муқаддас ҳисоблаши ва оила қуриб, фарзанд кўришга интилиши ўзбек оилаларида туғилишнинг юқори даражада сақланиб қолишига олиб келувчи омиллардандир.

Тошкент Давлат университет Аҳолишунослик лабораторияси ходимлари томонидан Ўзбекистонда истиқомат қилувчи турли миллат ва ижтимоий гуруҳларга мансуб катта-кичик ешдаги кишилар орасида махсус тадқиқот ўтказилиб, уларнинг оилада фарзандлар сонига бўлган муносабатлари ўрганилди. Уларнинг аксарияти "оила қуришдан мақсад, аввало фарзанд кўриш" деган фикрни билдирдилар. Бу борада европа миллатларига мансуб замондошларимизнинг фикрлари бутунлай ўзгачадир. Масалан, иқтисодий жиҳатдан энг тараққий этган давлатлардан бири Америка Қўшма Штатларида ўзқазилган социологик тадқиқотлар натижасига

ФАРЗАНД - КЎНТЧИЛИКНИ ТЎЛТИЛМИ?

	1970—74:	1975—79:	1980—84:	1985—89:	1990—94:
Бутун дунё	4,44	3,81	3,52	3,28	3,10
Африка	6,50	6,43	6,34	6,22	6,01
Осиё	5,05	4,02	3,54	3,14	2,85
Жумладан Америка	3,63	3,34	3,14	2,99	2,87
Лотин Америкаси	5,01	4,47	4,09	3,73	3,39
Шимолий Америка	1,95	1,89	1,83	1,89	2,01
Европа	2,16	1,95	1,87	1,83	1,84
Австралия ва Океания	3,15	2,81	2,65	2,56	2,47
Собиқ СССР	2,42	2,33	2,35	2,37	2,33
Иқтисодий ривожланган давлатлар	2,17	2,01	1,97	1,37	2,00
Иқтисодий ривожланмаган давлатлар	5,40	4,51	4,06	3,69	3,41

(Жадал "Население мира" (М., 1989) илномаси бўйича келтирилган.)

Баъзи жойларда давлат томонидан туғилишни чеклашга қаратилган демографик сиёсат ҳам масалага жиддий таъсир қилмоқда. Бунининг энг йирик давлатлари — Хитой ва Ҳиндистон мисолида яққол кўришимиз мумкин. Хитойда туғилажак болалар сонини чеклаш давлат дастурига киритилган. Асосан 1970 йиллардан бошлаб туғилишни камайтириш учун қатор тадбирлар қўллана бошланди. Натижада, БМТ маълумотларига қараганда 1970—74 йил ҳар бир аёл ўзининг фарзанд кўриш даврида ўртача 4,8 фарзанд кўрган бўлса, 1986—90 йилларда — бу 2,1 гача камайган. Бу мамлакатда сиёсатдонлар 2000 йилга бориб табиий ўсишни нўлга туширишни мўлжаллаганлар.

Ҳиндистонда ҳам туғилиш давлат томонидан назорат қилинади. Мамлакатда туғилишнинг камайишига аҳоли саводлиги аҳоли саводлигини ошириш кўпроқ таъсир қилмоқда. Масалан, 1971 йили Ҳиндистон аҳолисининг 29,4 фоизи саводли эди. Ҳозирги Даврда 40 фоизга яқин ҳинд аҳолиси саводлидир. Мамлакатда 1970—90 йилларда ҳар бир аёлнинг умри сони 5,4дан 3,3га камайди.

Хиндистонлик аҳолишуносларнинг фикрига қараганда, 2001 йилга бориб ҳар бир ҳинд оиласида ўртача 2 тадан фарзанд бўлар экан.

Ҳозирги вайтда ер шарида туғилиш даражаси бир хил эмас. Бир гуруҳ халқлар оиласида бу ҳол жуда камайиб кетган бўлса, иккинчи бир гуруҳда эса аксинча — жуда юқоридир. Яна бошқа миллатлар ҳам учрайдик, уларда туғилиш ўртача мавқедадир.

Дунёдаги энг юқори туғилиш Африкада учрайди. Қитъадаги ҳар бир оилада ўртача 6-7 тадан фарзанд бор. Энг кам туғилиш эса Европада давом этмоқда. Бу ерда аксарият оилалар фақат 1-2 тадан фарзанд кўришар экан. Бизнинг Ўзбекистонимиз оилаларида эса ушбу кўрсаткич 4-5ни ташкил этади.

кўра еш оилаларнинг деярли 70 фоизи бола кўриш хоҳиши йўқлиги ҳақида фикр билдирганлар.

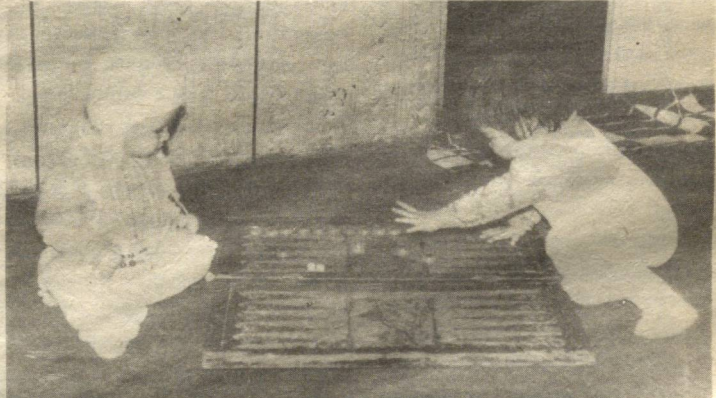
Шуни алоҳида таъкидлаш жоизки, ҳозирги даврда оилада болалар сонига бўлган муносабат ўзбек халқида ҳам анча ўзгарган. Агар 1900—30 йилларда туғилган авлод вакиллари худо берганча фарзанд кўришга интилишган бўлсалар, 1940—50 йиллар ва улардан кейин туғилган авлод эса ўртача 4—5 нафар фарзанд кўришни маъқул ҳисоблашмоқда.

Туғилиш жараёнининг камаётганлиги оилада бешинчи, олтинчи, еттинчи саккизинчи ва ундан кейинги туғилган болалар рақамининг қисқариб боришида аниқ кузатилади. 1970—93 йиллар мобайнида республикаимизда кўп бола тарбиялагани учун нафақа олган аёллар сони деярли 2 баробарга камайди.

Шу нарса маълумки, ўзбек оиласида туғилган болалар сони катта авлоддан еш авлодга ўтиб борган сари камайиб кетаверган. Масалан, 1900—10 йилларда туғилган ўзбек аёллари фарзанд кўриш даврида (15—49 еш) ўртача 9—10 тадан туғилган. 1911—1939 йилларда туғилган аёлларнинг ҳар бири эса ўртача 6-7 тадан фарзанд кўришган.

Мутахассисларнинг ҳисоблашларига қараганда, аҳолининг нормал кўпайиши учун (яъни маълум бир территория еки давлат аҳолиси ўзининг мавжуд сонидан камайиб кетмаслиги, уни сақлаб туриши учун ҳар бир аёл ўртача 2-3,5 нафар атрофида фарзанд кўриб, камолга етказиши керак экан. Бу рақам туғилишни фанда тасдиқлаган мезони ҳисобланади. Агар шу кўрсаткич қайси бир давлатда камайса, демек давлатнинг аҳли сони камайиб бораверади. Аксинча, 4 дан ошса, мамлакат аҳолиси тез ўсиб боради.

Демак, Ўзбекистонда, таъкидлаб ўтганимиздек, туғилишнинг ҳозирги даражаси юқори бўлиб, аҳолининг ўсиб бораётганини билдирди. Бу эса ўз навбатида кўплаб еш авлоднинг дунёга келиб, камол топиши билан янги-янги оилалар вужудга келишини тўла таъминлайди.



— ДАДАМ БУНДАЙ ДЕГАНДИ

Т. РАҲМАТХОНОВ сурати

“Дониш чироғи” руқни остида Шарқ халқлари донишмандларининг ҳали ўзбек ўқувчи мухлисларига нотаниш бўлган асарлари билан таништиришни ният қилдик. Руқнимизнинг илк босқинчини Туркия мамлакатига, тўғрироғи Туркиядан етишиб чиққан ва дунё халқларини ўз ҳикматномалари билан баҳраманд этган донишларга ажратдик. Бунинг биз назарда тутган иккита сабаби бор. Аввало Туркия ўзбек халқи сивсий ҳуқуқи истиқлолини дунёда биринчи бўлиб тан олган қардош давлат. Бу билан биз ўзимизни қарздор ҳис қилаётганимиз йўқ, аксинча мустақил давлатимиз халқи ва Туркия ўртасидаги истибдод замонидан узиб-кесиб қўйилган маънавий-маданий, адабий-сивсий алоқаларимизни қайта тиклашга бўлган умидимиздир. Иккинчидан, Туркия ислом дунёси тарихида ўз нуфузи билан илоҳий адолат йўлида катта хизматлар қилган ва ўйлаб донишлар, уламолар етишиб чиққан мукаррам макондир. Бизнинг бу қарошимизнинг ҳақлигига руқнимизни мухтазам кузатиб борган газетхонлар амин бўлишадди, иншооллоҳ!

Руқнимизнинг илк саҳифасини ислом дунёсининг машҳур дониши, Турк адабиёти асосчиси муҳтарам раҳматуллоҳи алайҳ Жалолиддин Румийга бағишладик. Маълумки, Жалолиддин Румий ўз ҳикматлари билан аждодлар ҳузурида Аллоҳ раҳмати билан беҳад нуфузга эга бўлган зот. У киши ўздан кейинги барча ислом уламою шуароларига устозлик мақомида бўлган. Хусусан, Мир Алишер Навоий у зотни ўзига устоз деб билган.

Афсуски, шу вақтгача ўзбек ҳикматсевар мухлислари у кишининг маънавият хазинасидан бебаҳрадилар. У киши ҳақдаги Радий Фишининг “Жалолиддин Румий” рўмони ва “Маънавий-маънавий”дан қилинган айрим таржималаргина ўзбекчага ўгирилган. Демак, барча ишлар ҳали олдинда. Ёш мутаржим Улуғбек Абдулваҳоб Румий ҳазратларининг “Фиҳи мофиҳ” (“Нарса ўзида”) асари таржимасига киришиб, қилиниши зарур ишларга қўл урди. Хайрли ишининг илк самарасини газетхонларга тақдим қилаёلمиз.

РУМИЙДАН БИРСАБОҚ

БИСМИЛЛАҲИР РОҲМАНИР РОҲИЙМ

Пайгамбар саллаллоҳу алайҳи васаллам буюрадики: олимларни ёмони амирларни зиерат этгани, амирларнинг яхшиси олимларни зиерат қилганидир. Фақирнинг эшигига келган амир нақадар хуш ва амирнинг эшигига борган фақир нақадар нохушдир.

Халқ бу ҳадиснинг зоҳирий маъносининг қабул қилган, яъни бир олим ёмон (олим) бўлмаслик учун амирни йўқлашга лозим, амирни бориб кўрмоқ унга муносиб эмас, деб билган. Аслида, фикрнинг ҳақиқий маъноси халқ ўйлагандай эмас, балки шундайдир: Олимларнинг ёмони амирдан ердам олгани ва улар воситасида ўз аҳволини яхшилагани, кучга кирганидир. Амирлар менга инъом берадилар, мени иззат-икром қиладилар ва бир яхши жой эҳсон этадилар тушунчаси ва уларнинг кўрқуви билан ўқиган кимса олимларнинг энг ёмонидир. Шу ҳолда бу кимса амирлар тарафидан ислоҳ бўлган, билимсизликдан биладиган аҳволга келганда, олим бўлганда ҳам амирлар кўрқувидан ва (уларга — тар.) ёмонлик қилмасликдан тарбия кўрган бир инсонга айлангандир. Энди у истаса-истамаса, ҳамма вақт бу йўлга уйғун тарзда ҳаракат этмоғи керак бўлади. Хуллас, бу ваядан хоҳ у амирни кўргани борсин, хоҳ амир унинг ҳузурига келсин, барибир у зиерат қилган, амир эса

зиерат этилган бўлади.

Олим агар амирлар соясида олим бўлишни ўйламаса, унинг билими ибтидо ва интиҳода Аллоҳ учун қилинган бўлади. Унинг тутган йўли ва кўрсатган фаолияти савоблидир. Чунки яратилиши шундай, балиқ сувдан бошқа ерда яшай олмаганидек, у ҳам бундан ўзгасини қилолмайди. Унинг қўлидан келгани шундир. Бундай бир олим ҳаракатларини бошқариб йўлга солиб турган нарса — ақл. Ҳамма ундан кўрқадди ва инсонлар баъзан билиб, баъзан билмасдан у таратган нурдан баҳра оладилар. Хуллас, бундай бир олим амир ҳузурига борса, зоҳиран у зиерат қилган, амир эса зиерат этилган бўлади. Аммо амир олимдан ҳамма вақт юксалишга чорловчи бир қувват — ердам олади, олимнинг эса амирга эҳтиёжи йўқ, чунки у бадавлатдир, нур сочаётган куёш кабудир. Иши таъмасиз кўмак бермоқ, эҳсон этмоқдир. У тошлардан лаъл ва ёқут қила олади. Таркиби тупроқдан иборат бўлган тоғлардан эмас, олтин, кумуш ва темир маъданлар ясайди. Тупроқни тозалайди, ешартиради. Дарахтларни турли-туман мевалар билан бойитади. Иш-эрмағи бағишламоқдир, ҳаёти этмоқдир.

Арабининг “Биз бермоқни ўргандик, олмоқни ўрганолмадик” нақлидаги сингари олим ҳам беради-ю бировдан олмайди. Ниҳоят, бундай олимлар ҳақиқатда зиерат этилган, амирлар эса

зиерат қилган бўладилар.

Шоҳларга яқин юрмоқ шу нуқтан назардан таҳликали эмас, яъни хоҳ бугун, хоҳ эртага бўлсин, кетажак бош барибир кетади. Ушбу жиҳатдан эса хавфлидир. Шоҳларнинг нафси кучайиб, бир аждархо сингари бўлади. Уларга яқин бўлиб, дўстлигини ҳимоя қилган ва ҳаёларини қабул этган ҳодиса мутлақо шоҳларнинг раъйига кўра гап айтади. Бу жуда катта хатардир. Чунки подшоҳлар тарафи олинаркан, асл тараф сенга ёт-бегона бўлиб қолади. Сен у томонни ҳимоя қилганингда, азиз бўлган бу томон сендан юз ўгиради ва сен дуне аҳли билан канча чиқишсанг, унинг (сенга) шунча газаб келади. “Аллоҳ эолимларга ердам берган кимсага ўша эолимни бало қилиб қўяди” (ҳадис).

Замонамиз олимлари қилни қирқ ерадилар, ўзларига боғлиқ бўлмаган нарсаларни жуда яхши билдилар, аммо ўта муҳим, ўзлари учун қолган барча нарсалардан яна-да яқин бўлгани, яъни ўзларини билмайдилар. Ҳамма нарсадан яқин бўлган борлиқ бу — уларнинг менлиги. Улар бирон бир иш тўғрисида бу — ҳалол, бу — ҳаром дея ҳукм чиқаришадди-ю ўз моҳиятларининг ҳалол е ҳаром эканлигидан гофилдилар. Ривоят: Шоҳнинг бир аҳмоқ ўғли бор эди. Ўқисин, ўргансин дея хунарандларга кўшиб қўйди. Ордан узок фурсат ўтди. Шоҳ ўғлини синаш мақсадида қўлига узугини



С.МАҲКАМОВ сурати

яширди ва “Бу — нима?” деб фарзандидан сўради. Ўғли: “Қўлингданги думалоқ, сариқ ва ичи бўш нарсасидир” деб — жавоб берди. Хукмдор ҳайратда қолди ва яна сўради: “Аломатларини тўғри топдинг, айт-чи, унинг ўзи нима?” ўғли: “Галвир бўлса керак”, деди. Шоҳ эса: “Мени дол этиб: белгиларини аниқ айтдинг-у, лекин галвирнинг ҳовучга сигмаслигига ақлинг етмадимми?”, — дея ажабланди. Биз назарда тутган одамлар ҳам худди шундай, яъни аломатларни топиб сўйлайдилару, бироқ галвирни ҳовучга сигади деб туриб оладилар. Чунки асосий нарсадан уларнинг хабари йўқ. Муҳими — асос. Оловга ташланганда, узукнинг аломатлари (ранги, шакли — тар.) йўқолади, асос эса яшайди. Аломатлардан қутилмоқ зотга хосдир. Инсонга берилган иш, сўз ва ҳақозаларнинг барчаси — аломат. Уларнинг жавҳар билан алоқаси йўқ. Улар йўқ бўлгандан кейин қолган нарса жавҳардир. Ҳақиқий олим ана шу жавҳарга интилан зотдир.

Улуғбек АБДУЛВАҲОБ

Жустин ГЛАСС

ИЧКИ СЕКРЕЦИЯ БЕЗЛАРИ ЭЪТИЪЖИ

(ДАВОМИ)

Ички секреция безларининг асосий вазифаси — ўзига хос модда (гармон) ишлаб чиқариш ва уни қонга қўшишдир. Инсоннинг ана шу аъзолари барқарор ишлашини таъминлаб ёшликни узайтирса бўлади. Табиий усулларни қўллаган ҳолда, яъни ички секреция безларини қон билан таъминланишини яхшилашга ёрдам берадиган махсус машқларни бажариш орқали бунга эришиш мумкин.

Ички секреция безларини сунъий равишда ёшартириш усуллари ҳам мавжуд. Булар зарурий моддалар истеъмол қилиш, игна санчиш орқали тери остига ёки томирга дори юбориш, тирик тўқималарни кўчириб ўтказиш кабилар. Лекин бу усуллар етарли даражада самарали эмас, чунки ёшариш танада қисқа вақт «меҳмон»

бўлади ва даволаш тугаганидан сўнгра киши яна аввалги ҳолатига қайтади.

Олимларнинг исботлашича, ёшариш мақсадида фақат битта безга таъсир қилишнинг ўзи яхши натижа бермайди. Чунки барча ички секреция безлари ўзаро боғлиқ равишда ҳаракат қилади. Битта безнинг кучли ҳаракатга келтирилиши оёқ бопқа безлар фаолиятининг бузилишига олиб келиши мумкин.

Ёшариш муаммолари билан шуғулланадиган баъзи олимлар махсус назария ишлаб чиқишган. Унда ҳаётнинг, тирикликнинг куч-қувват манбаи бўлган жинсий безларга алоҳида аҳамият берилган. Кези келганда шуну айтиш керакки, бу безларни ёшартириш барча аъзоларнинг ҳолатига ижобий таъсир қилади.

Шу нарса маълумки, инсон

аъзоларининг қариши наинки жинсий аъзолар фаолиятининг сустлашуви, балки эндокрин системаси фаолиятининг бузилишига ҳам боғлиқ. Айни пайтда биологлар бириктирувчи тўқималарда бўладиган ўзгаришлар қаришга сабаб бўлади, демоқдалар. Хўш, бундай тўқималардаги ўзгаришларга нима сабаб бўлади? Сўнгги тадқиқотлар бундай ўзгаришлар бизнинг руҳиятимиз билан боғлиқ эканлигини кўрсатмоқда. Профессор Богомолец «Ёшликни узайтириш ва узоқ умр кўриш аксарият ҳолларда руҳиятимиз билан боғлиқдир» деб бежиз айтмаган. Руҳият узоқ яшаш муаммоларини ечишда асосий қалит бўлиб хизмат қилади.

Маҳмуд АБУЛФАЙЗ таржимаси



МУБОРАК КУНЛАР

ДЕРАЗА

СЭНДВИЧ БИЛАН ҚЎЛГА ТУШИРИШДИ

Футбол юлдузи Марадонанинг бугунги кунги вази ҳар доимгисидан 12 килограмм оғирроқ. Демак, у аввалги абжир Марадона бўлишдан анча йироқ. «Бразил» ахборот агентлиги унинг меҳкайлигини бугун дунёга дoston килди. Аргентина футболчилари Бразилияда меҳмон бўлишганда «Бразил» мухбирлари Марадона тунангача меҳмонхонада унинг орқасидан тонггача пойлоқчилик қилишди. Улар олдин Диего терма жамоага қайтиши муносабати билан Аргентина футбол федерацияси бошлиги Хулио Грондоно икковлон шампан вноси ичиб чиқишганини аниқлашди. Эрталаб соат 4.00 да эса бир шов-шув янгликни билиб олишди: Марадона икки дона Сэндвич келтиришларини буюрди. Кейинги кун улар футбол қиролининг «кечаси билан ширинлик еб чиқадигани» ни бутун Жанубий Америкага ёишди.

МЕЪМОРЛАРГА РАЪМАТ

Ростовлик қария Иван Безуглов кўшнларининг гурунгини девор ортидан бемалол эшитиб юрди. Умуман ҳамма кўшнлар бир-бирининг ганидан хабардор эди. У ҳамсоясининг хонадонидан чиқаётган гўнгир-гўнгир овозни, нималардир ағдар-гўнгар қиланаётганини эшитиб гап нимадалигини дарров тушунди. Пичоқни қўлга олиб бузилган эшикдан ичкари кирди ва «Қимирламан!» деб хайқирди.

Олдинга кўрқиб кетган ўғри болалар ошничок кўтарган чолни кўриб мийғида кулишди. Чолнинг холи хароб эди, лекин ҳамма гапни нариги томондаги кўшни аёл эшитиб турган экан. У газ баллончаси билан ёрдамга етиб келди. Ҳушидан кетган ўғри баччаларнинг кўли боғланди.

ҚЎШМОЗОР БЎЛИНГАН

Германияда чиқадиған «Бильд» газетининг хабар беришича, Шаркий Германиядаги Магдебург шаҳрида Адолф Гитлер, унинг маъшукаси ва Браун ҳамда нацистлар ташвиқот вазири Йозеф Геббелслар кўмилган деб тахмин қилинаётган қабри топишди. 21 нафар скелет чиққан қабр икки йиллик изланишдан сўнгра Магдебург кўчалари бирдан топилди. Собик шўро манбаларидан дафн жойи ҳақида маълумот олингандан кейин қабрни кидиришга киришилганди.

ТАБРИКЛАЙМИЗ

Азиз падарибизрукворимиз Асқарали БУРХОНБОЙ ўғли! Биз сизни 41 ёшга тўлишингиз муносабати билан чин дилдан қўтлаймиз. Сизга сўхат саломатлик, одам-олам қуноч, асрдек узоқ умр тилаймиз.

Бахтимизга доимо соғ бўлинг! Фарзандларингиз ГУЛБАХОР НАВБАХОР, ОЙБЕК, МУНИРА. Тошкент шаҳри.

Геология-минералогия фанлари номзоди САЛОМОВА СВЕГЛАНА КАХҲОРОВНА!

Сизни 57 ёшга тўлишингиз муносабати билан сажимий табриклаймиз. Аввало оилангизга тинчлик, хонадонингизга қут-баракат, дастурхонингизга файз тилаймиз. Бошингиздан бахт қўшинингиз ёғдулари сочилаверсин. Илов, шундай баҳорларнинг яна 57 тасини кўринг. АҚИДА, МАВЛУДА. Тошкент шаҳри.

Қадри Фазилат опа ИБРОҲИМОВА! Сизни таваллуд кўнингиз билан чин қўнғилдан табриклаймиз. Ҳамиша халқимизнинг хизмати йўлида

толманг. Хонадонингиз тинч, қаторингиз тўлиқ, умрингиз зиёда, насибангиз бутун бўлсин. Яна жамики эзгу тилаклар доимо сизга ҳамроҳ бўлиб қолишини тилаб, Фарғона вилояти, Охунбобоев тумани, «АФҒОНЧИ» лар уюшмаси аъзолари.



Азиз ва муҳтарам синглимиз САНОБАРОЙ ҳажада куддимиз УКТАМЖОН! Иккалаеизингиздаги энг муқаддас кўн-кўн тўйларингиз муносабати билан жамики қариндош-тарбияларимиз, номидан сажимий табриклаймиз. Умрингиз хий баҳор фаслидек

фусункор ва шиддатли бўлсин. Хонадонингиз нурга, қалбингиз шижоат ва юксак тўйғуларга тўлсин. САДРИДДИН, СОҲИБА, ЛОҶИНБЕК, Самарқанд вилояти, Хатирчи тумани.

Нуридийдамиз ЖАҲОНГИРНИ 7 апрелда 5-баҳорни кўтиб олиши билан чин дилдан муборокабод эталмиз. Жаҳонгиржон умрингиз узоқ бўлиб, тоғни урса талқон қиладиган навқирон ўғлон бўлиб етишингиз.



Даданг БАҲОДИР, онанг НОДИРА.

Сажоқимиз Несомиддинова МЕҲРИНСОНИ туғилган кўнларини билаи табриклаймиз. Уларга сўхат-саломатлик, узоқ умр, фарзандлари канолини кўришларини тилаймиз.

Бахтимизга омон бўлсинлар. Фарзандлари ножибан АЛИШЕР НОРҶАЕВ, ТошДД толиби.

Тошкент Давлат дорилфунуни Тиллар қўлиети катта ўқитувчиси Гўлҳебра Лутфуллаева! Туғилган кўнингиз муборока. Еш авлода таълим тарбия бериш йўлида ҳеч қарчаланг. Юзингиздан табассум, лабингиздан қўлғу аримасин, деб хўржат ва эътиром билан Савёра САИДЗОДА

ОИЛА

30 ёшда

Сирдарёлик. Оиласининг тинчлиги, тўқислигини ўйлайдиган меҳрибон, болажон мўмин-муслмон инсон, 30 ёшгача бўлган, рўзғор ишларига ўқувли, покиза киз (1, 2 та фарзанди бўлган аёл) билан оила қуриш истагида. Тошкент шаҳридан бўлса ундан ҳам яхши. «Оила-30!».

