

**1991 йил 1 сентябрдан
чиқа бошлаган**

9
сон
2 – 8
март,
2006 йил



БИР-БИРИНИ АРДОҚЛАБ..

Сұхбатдошимиз - халкимиз-нинг танникли ва сүокли адаби, Ўзбекистон халқы ёзувчиши Худойберди Тұхтабоев. Унинг "Сарик девни миниб", "Беш болали йигитча", "Қасоскор-нинг олтин боши", "Ийлар ва йүллар", "Ширин көвнаплар мамлакатида", "Жаннати одамлар" романлари, талай-кисса ва ҳикояларини болалыкнинг ширин туғуалари билан эсламайдыган киши то-пилмаса керак. Бу асарлар дүнёнинң ўтизга яқын tillariga таржима қилинганд. Якинда Туркия ва Францияда "Сарик девни миниб" асары нашар этилди.

- Болалар ёзувчисининг асосий вазифаси нимадан иборат бўлиши керак? - савол берамиз севимли ёзувчимизга.

- Болар ёзчусици энг аввало боланинг маънавий ва руҳий оламини бойитишга хизмат килмоғи, унга муста-клилк, истиқол мөҳиятини тушунтириши, буюк тарихий ўтмимисизга, кадриятлари-мизга муҳаббати қилиб тарбиялашда иштирок этиши ке-рак. Бола қалби ва руҳини миллий қадрияллар асосида шакллантирища ота-бобо-римиздан колган ахлоқ нормаларини кенгроқ тушунтиришлозим. Маколлардан, матал-дардан, азфона ва ривояттар-дан.

дан, эртакларимиздан унумли фойдаланмасак, боланинг қалби ва руҳига ёт ўзиқодлар сингиб кетиши хеч гап эмас.

- Кўпчилик болаларга китоб етишмайди, китоб дўйонклари ёпилиб кеталяти, мактабларининг кутубхонасига йил давомида биронта ҳам болалар учун бадий асар бориб тушмайди, деган гапни айтишмокда. Бу ҳақда сизнинг Фикрингиз?

дисидир. Бутун бир миллатнин иймени, эътиқиди, дүнёқараш хұлк-аҳлоқи ҳамда миллаттың үтмиши ва келажагига муносабати, ҳамма-ҳаммаси жамият ту шүнчасыда акс этади. Оланнан мұккамал бўлиши кўпинча ота онага боғлиқ. Үқимиши, юксак маданиятли, эр-хотиндан ташкил бўлган оила кўпинча жамиятга етук инсонларни беради. Кузыусида кўрганини қиласди, деган хикматда гап кўп.

- Болалар ҳақидағи асарлар
рингизда үз ҳаётингизда рүй-
берган воқеалардан ҳам фойдаланғанымисиз?

- **Оила ва жамият ҳақида фикрларингиз?**

- Жамият - Оштадарнин Ийин-

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси, Тошкент шаҳар Аёллар кенгагиши жамоа бирлашмаси, «Ўзбекистон темир йўллари» давлат акциядорлик компанияси ташибабуси билан фаол аёллар учун кўнха Самарқанд шахрига саёхат ўюштирилди.

Сайёхатта пойтахт ҳамда Тошкент ва Сирдардаги вилоятларнинг дигорий мазрифат, маънавий-ахлоқий тарбия масалалари бўйича маҳалла маслаҳатчилари, ибратли оиласекалари, хотин-қизлар кенгашибарислари, жами 250 нафар аёл талиф этилди.

卷之三

Ўшанда аям 19 ёшда, дадам 21 ёшда бўлишган. Кейин аямни химоялаш мақсадида бувимлар узатиб юбориб, мени ўзлари билан олиб колишган. Робия

бувимнинг эртакларини тинглаб, ёзувчи бўйдим, десам хато бўлмас. Эркави бобом эса интизомга, меҳнатга ўргатганлар. Xозир ховлимнинг оддидаги 200 туп мевали дарахта эга катабоим - шу бобомнинг тарбиялари хосиласи деб ўйлайман. "Жаннати одамлар" номли асаримда уларнинг сиймосини ёртганиман.

- Оилада отанинг ўрни
ҳақида нима деёласиз?

- Ўху, ота - оила устуни бўлиши керак! Устун куласа, бу юонанинг нозик елкасига тушади. Аёл эса додим эъзозга лойик инсон! Ота-она оиласда ҳар томон-лама ибрат кўрсатмоғи лозим. Бу жиҳатдан отанинг салмоғи бекёси бўлиши керак. Шу билан бирга ота ҳам ўз ўрнини билиши, ҳис килиши лозим. Болага уриб-сўқиб эмас, вазминлик билан ўз фикрини сингидрингган ота иззатга лойикдир.

Шу лаҳза хонага кирган адибнинг рафиқаси Санобар-хон ая кулиб сұхбатимизга күшилдилар:

- Домлангиз, ўзлари жуда раҳмдил, кечиругчанлар. Содда ва камтарликларини ҳамма яхши күради. Севган машғулотлари

ФАОЛ АЁЛЛАРДА
кандай шахринг тарихий мемориалларни обидалар билан таниширишга максадида ташкил этилди. - деди Узбекистон Хотин-қизлар кўмитаси ахборот - матбуот маркази директори Ҳанифа Зокирова.
Мазкур сафарга мамлакатимиздик икимий-сийси хўятида фаол иштирок этган, намунали оиласиз соҳибалари, ёз-юрга сиддикидан хизмат кулаётган ва бугунги кундан эрдигонда бўлган хотин-қизлар, мунис ва дилбар аёллар оонахонларимиз, жами иккиси юнус

ФАОЛ АЁЛЛАР САЁХАТДА

хорнинг илк байрами, яшариш ва гўзаллик айёми арафасида мана шундай тадбирнинг уштирилишининг ўзига хос рамзий маънига бор. Зотан, абл баҳор фаслига киёсланди.

Тадбир иштирокчилари кади-
мий Самарқанд шаҳрининг «И мом
Ал-Бухорий» меморий маҷму-
аси, «Гӯри Амир» мақбаси, «Ре-
гистон» майдони ва бошқа дик-
катга сазовор жойларини томо-

Сурайё НАЗАРХҮЖАЕВА,



САВОБ ИШЛАРГА КАМАРБАСТАЛИК

Мehr-оқибат ва саҳийлик инсон ҳаёт тарзининг кундалик эзгу амалларидан бирни сифатида халқимизнинг азалий урф-одатлари сирасидан эканлиги янада чукурроқ англаб борилаётганлиги таҳсинга сазовордир.

Саҳоватпешалик, олижонобликлар режали бўлгани албатта нур устига аъло нур. Ана шу маҳсадда Каашадарё вилоят ҳокими минининг фармойиши билан 2005 йилнинг декабр ойидан бошлаб, ҳар ҳафтанинг дам олиши кунлари туманларда "Ихтимоий ҳимояга муҳтоҳ, узоқ йиллар турил соҳаларда ишлаган ва ҳозирги кунда этиборга, бир оғиз ширин сўзу, озигина моддий кўмакка муҳтоҳ кекса авлод вакиллари, бемор аёллар, ногирон, бокувчинини йўкотган болалар учун туманимизнинг саҳоватпеша инсонлари ҳайрли ишларни бошлаб юбордилар. Туман ҳокимилиги вакиллари "Нуроний", "Махалла" жамғармалари



- Машкура опа, қайнона келин муносабатига қандай караисиз? - дейа сўрадим.

- Қайноман жуда яхши аёл эди. Қайномат 93 ёшга кирди. Қайнона босик, қаноатли бўлиши керак. Келиннинг шахсиятига тегмайдиган гаплар билан охиста, ширин сўслаб ўйла солиси, билимганинг ўргатиши керак. Агар менинг айтганим бўлади, дейилса, оиласда кўп келишмовчиликлар келиб чиқади. Дарахти ҳам бир жойдан бошқа жойга ўтказсангиз, ўша

муҳитга мослашунча анча парвариш талаб килади.

Машкура Кўшокова умр ўйдоши машҳур олим Садриддин ака билан баҳтили яшади. Аммо бевакъ ўлим опани турмуш ўрготидан эрта айрид. Кўнглининг кемтигини тўрт нафар фарзандининг баҳти тўлдиради. Махфуз - олий тоифали шифокор. Шахноза фармасцвт. Беҳзод ва Дилшод ёлий маълумоти мутахасис. Ҳаммаси ўйли-жойли. Етти нафар набиралар яйраб-яшина камол топмоқда.

Ч. МЕЛИҚЗИЕВА

хамрохлигига шу кунгача 200 дан ортик хонадонларга бориб, инсонлар билан юзма-юз мулокотда бўлиб, моддий ва маънавий ёрдам кўрсатдилар. Таширилар жараённида маърифиҳи сұхбатлар ўтказилмоқда. Туман Хотин-қизлар кўмитаси, "Махалла" жамғармасининг назоратига олинган 1300 дан ортик оиласидаги ҳомийлик килинмоқда. Шахрисабз туман қенгаси депутатлари, корхона ва ташкилот раҳбарлари, саҳоватли тадбиркорлар, фермер хўжаликлари

Мен ўзбекимизнинг ажойиб оналаридан бирни билан танишиб колдим. Унинг исми каломи Фотимахондир. Этизак туғлишиган: бирни ўғил бола - Ҳусандир. Фотимахон оиласидаги жуда кўркам, кўзга яқин қиз бўлиб ўзди. Вояга етавётганида совчиларнинг кети узилмайди. Лекин тақдир эканми, ота-онаси уни қариндошли - Шокирилига унаштириши.

занд кўришиди. Йиллар ўтиб, | рини кафтида катта қилди, гўё. Шу билан бирга уларнинг келажагини, эр йигитга бошпана зарурлигини ҳам унтумади. Унинг ниятини уққан Шокирили ака ҳам бирин-кетин ўқишини тутгатган ўйилларини ишга солди. Дастрлаб кизини узатди, сўнгра ўғиллари - Илҳомжон ва Ойбекни ўйлантириб, орзу-хавас билан тўй қилишиди. Кейин ховли-жой килиб чиқарди. Фарзандни фактат катта килиш эмас, уни бош панали

МЕХРИДАН НУР ЁФАР...



ризни рахбарлари якшанба кунлари камида 2-3 та оиласа моддий ва маънавий кўмак бериб келмоқдалар. Айниска Хисорак сув қурилиши трести, "Дон ҳалк ризи" ОҲХ, Геология кидирив экспедицияси, Нефт унитар корхонаси, Арабон ва Дэжон бозори, "Сирож" кичик корхонаси, "Консерва" ОҲХ, Шаматон, Наматон, Оксув, Тудамайдон ҚФИлар тадбиркорлар, туман хотин-қизлар кўмитаси, "Наврӯз" жамғармаси ҳайрли ишларни амалга ошироқмодалар. Ҳалқимизда "олтин олма - дуо ол", деган накл билан бирга, "Ўнг кўлинг берганини - чап кўлинг билмасин", деган яна бир доно фикр ҳам бор. Туманимизда бошланган ҳайрли ишларни бир қисминигина баён этишимдан маҳсадим қишиларни савобли ишларга чорашибди.

Ихтимоий ҳимояга муҳтоҳ, узоқ йиллар турил соҳаларда ишлаган ва ҳозирги кунда этиборга, бир оғиз ширин сўзу, озигина моддий кўмакка муҳтоҳ кекса авлод вакиллари, бемор аёллар, ногирон, бокувчинини йўкотган болалар учун туманимизнинг саҳоватпеша инсонлари ҳайрли ишларни бошлаб юбордилар. Туман ҳокимилиги вакиллари "Нуроний", "Махалла" жамғармалари

Шокирили билан Фотимахон бир-бирларига узукка кўз кўйгандек ярашилик бўлиши. Уларнинг ҳар иккиси ҳам тагли-тактли қишиларнинг фарзандлари эди. Шундан бўлса керан Аллоҳ таоло уларни ҳар ишда кўплади. Шундай бўлса, дастлабки йилларда фарзанд кўришик насиб этмади, (бизнингча, қариндошил кабаби шундай бўлган). Орадан 3, 4, 5 йил-канча сувлар оқиб ўтди. Ҳамон фарзанд йўқ. Эру хотин сабр ила кутишибди. Пирвариди, 8 йил деганда Фар-

занд бека чиқди. Фотимахон қариндош-уругларнинг хурматини жойига кўяди. Унинг саранжом-саришалиги, ўт тутиши, болаларини оқишиб, оқ тараши махалланинг этиборини тортиди. Қайноналар: "Фотимахондан ўрганинг", - деб уни келинларига ибрат қилиб кўрсатишарди. Чунки қачон ҳовлига кирманг, озодалик ҳукм сурарди. Ҳеч ким: "Шу ҳовлида етти бола бор", деб ўйламасди. Уларнинг тарбиясига айниска, Фотимахон жиддий қарадар. Ота-онани, айниска, аёл қишини бойли эмас, биринчи навбатда фарзандларига берган яши тарбиялари безайди. Шокирили ака билан Фотимахон опа шунга интилиб яшашибди. Фотимахон опа фарзандлари мактабга бора ўқишидан, кўчага чиқса килган ишидан кўз-кулок бўхабар бўлди. Кечикиброк фарзанд кўрганиданми, ҳар би-

тилак бўлса, билак чидар

килишда ҳам ота-она бурчли эканлигини ҳамма ҳам тушунавермайди. Фотимахон опанинг умри меҳнат билан ўтди. Эсини танибдики, меҳнат билан яшайди. Дарада кетмон чопиб, пахта экди, 150 килолаб пахта терган. Курт бокиб, пилла топширишда ҳам қишлоқда биринчилардан эди. Шокирили ака ҳадтдан кўз юмнагига 8 йил бўлди. Лекин Каримовлар хонадонининг ибратли фазилатлари ҳамон махалла-кўйтилида. Чунки ўйиллар жамиятга керакли, хунарли, эл хизматига ярайдиган қишилар бўлишиди. Фотимахон аса эса кўллаб набири, эварали бўлиб бутун бир сулолага сардорлик қилиб келмоқда. «Мехр-оқибат бор жойга бало келмайди», дейди онахон.

Фарғона вилояти, Фарғона тумани, Оқтепа қишлоғидаги бу хонадондан ҳайрлашиб қайтар эканман, 80 ёшни қаршилаётган онҳонга яна бир назар солдим: оқ рўмал ўрган холда қўшиларнига чиқиб кетдилар. Ҳаёлнидам бир шоирнинг дегани ўтди:

**"Онангизни асринг, онаси борлар,
Отангизни асринг, отаси борлар".**

Мирзамир МИРЗАШАРИПОВ

Яхшилардан сўз очдик

ТИЛАК БЎЛСА, БИЛАК ЧИДАР



да, ўлим билан олишишга тўғри келарди. Иложсиз қолган пайтларимиз ҳам кўп бўлган. Чет элдан келадиган дорипарни эса ҳамиша ҳам топиб бўлмасди. Бундай пайтларда жойларга чиқиб, одамларни тиббий кўриқдан ўтказиши ҳарқат кўлардик. Ўзим эса "барча ноёб дориларни ҳам қиласидан дорихона" очиши жуда-жуда истардим. 1994 йилда турмуш ўртогим Нуриддин ака билан маслаҳатлашиб, туман марказида "аббосбек" хусусий дорихонализмий очдик. Нуриддин ака болалар шифокори бўлганлари учун мени тушундилар, кўлладилар. 15 қишини иш билан таъминладим. Укам ва синглим ҳам мен билан ишлай бошлашибди. Ўзбекистондаги "Жўрабек", "Фармид", "Димед", Украина, Россия, Германия, Австрия, Швеция мамлакатларининг дориши ишлаб чиқарувчи корхоналари билан алоқа боғладим. Тиббий асбоб усуналарни ва дори-дармонларни арзонрок нароҳа талағорларга етказиб беришига ҳарқат қиласидан.

Ниятим - туман аҳли дори кидириб, бебаҳо лаҳзаларини бой беришмасин.

Ота-онам ҳам нафақада бўлишларига қарамай ер олиб, дехкончилик киладилар. "Кучимиз бор экан, нега энди болаларга юқ бўлиши мисбети керак?! Мехнат умрни узайтиради", - дейдилар. Түрмуш ўртогим ҳам кўп болали оиласда вояж етганлар. Ерда ишлашни яхши кўйадилар. Шифокорлик килиш билан бирга дехкон-фермер хўжалигимизда ҳам тинмайдилар. Гоҳо ўзим ҳам чиқиб қарашиб турман. Фарзандларим Ферузахон, Дилғузахон ва Аббосбеклар ҳам ана шу муҳитдан нафас олиб вояж етишапти.

**С. ФАХРИДДИНОВА
ёзиб олди.**



ЧЕҲРАСИ НУРЛИ АЁЛ

Кирк беш йилдирки тиббиёт коллежида ортопедик стоматология фанидан дарс бериб келадиган Машкура опа оиласида ҳам, жамиятда ҳам ўз ўрнига эга аёл. У ҳалол меҳнатлари эвазига "Софлики саклаш аълочиси" увони билан тақдирланди.

- Шу кунгача минглаб шогирлар тайёрладим. Ҳар йили 200 дан ортик талаба ёшлар билан юртни битиради, мен уларни катта ҳаёт йўлига кузатиб, ҳар бирга "изланишдан асло ҷарчаман", дейман, қувонч билан сўзлайди устоз.

- Бу йилнинг "Хойимлар ва шифокорлар йили" деб аталиши биз тиббиёт аҳлига катта имконият яратиши билан бирга улкан масъулитни ҳам юклади. - дейди сұхбатдoshим Урганч тумани "Аббосбек" хусусий дорихонаси бошлиги, олий тоифали шифокор Максудахон Абдуллаева. - 20 йилдан бўйн тиббиёт соҳасида ишлайман. Кўп йиллар туман шифононсида иччи қасалликлар бўйича даволовчи шифокор бўлдим. Одамларимизнинг ўз соғлигига этиборсизлигини кўриб, жуда ичим ачириди. Дардни ўтказиб юбориб бизга мурожаат қилишган-

УЛУФВОР НИЯТ



Мен 77 ёшли қария, 1 гурух ҳарбий хизмати ногирониман. Ўн ийл бўлди тўшакка михланниб колдим. Чин кўнгилдан айтадиган бўлсам, бир майзини кирққа бўлиб баҳам кўра оладиган халкимиз бор, билсангиз, ана шу баҳтишимиз бор. Мана шундай баҳт нашидаси-ла 2006 йилини кутиб олган бўлсак, тонг саҳар соат беш-уттиз дақидакида дардим хуруж қилиб қолса бўладими? Зум ўтмай "Тез ёрдам"нинг

2006 ийл — Ҳомийлар ва шифокорлар йили

фокорлар етиб келишиб дард билан олишишиб, голиб келишиди. 2006 йилнинг муборак 1 январ мусаффо тоғонгини чехраларда табассум билан биргаликда кутиб олдик. Бу жонкуяр шифокорлар ҳаким Аббосхон Маматхонов гурухини эди.

Этнографида 200 граммли оплок, халат, елкаларидағи 200 килоли юкни писанд қилмай, "Сіхат-саломатлик" иили"ни мардона босиб ўтган саломатлик поспонларимиз янги - "Ҳомийлар ва шифокорлар иили"да меҳр-муруватли, саҳоватшеси ҳомийларимиз билан кўлни кўлга бериб ўз билиммаҳоратларини ишга солиб, халкимиз саломатлигини тиқлашда янада жонболизи кўрсатиб меҳнат қилишлага ишонамиш.

Озор чекиб ўтган беморнинг дардига малҳам бўлиб, чехрасига табассум ҳада қилган "Тез ёрдам"нинг Турон бўлимидағи Маматхонов Аббосхон ўхшаш барча

қизим Мухлиса менга оёғимни силаб туриб нима деди денг:

- Дада, мен катта бўлсам, Тангем бўламан. Шунда иккинчи оёғингизни олиб келиб улаб кўяман...

Қаранг-а, бу мурғак вужудаги улуғвор ният эмасми?! 56 йил бўрун Лъевв шахрида қолдирилган оёғимни олиб келиб улаб кўяриш...

Қаранг-а, бу мурғак вужудаги улуғвор ният эмасми?! 56 йил бўрун Лъевв шахрида қолдирилган оёғимни олиб келиб улаб кўяриш...

Мухлисимиз ўсиб-улғайиб, ўқиб-урғаниб, шифокор бўлган чоғ унинг бу улуғвор нияти амалга ошишини ҳаётлан орзу

қилдим.

**Жаҳонгир АБУЛАКИРОВ,
Уруш ва меҳнат
фаҳрийси.**

САВОЛ: Дағи маросими учун бир йўла бериладиган нафақаларни тайинлаш тартиби қандай?
Ботир МИРКОМИЛОВ, Тошкент шахри.

Хукуқшунос Гулнора ҲАМОРОЕВА:

- Кексалар ва меҳнати лаёкатсиз фуқаролар, ногирон болалар ва болаликдан ногиронларинг дағи маросими учун бир йўла бериладиган нафақа тайинлаш тартиби, миқдори Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2002 йил 1 майдаги 149-сонли Қарори ва ана шу корорга иловга тарзида тасдиқланган Низомга мувофиқ бел-

гиланади. Унга кўра нафақа фуқаролар вафот этган кунда белгиланган энг кам иш ҳакининг 2 барвари миқдорида тайинлашади. Нафака олиши учун унинг оила азольари фуқаро вафот эттан кундан бошлаб бойдан кечиширимай мурожаат этишлари керак.

**Д. ИБРОХИМОВ
ёзбид олди.**

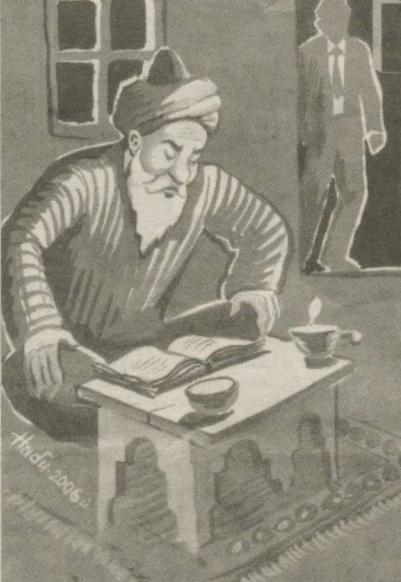
- Мулла Узоқ деган ҳамқишлоғим бор, дейди Юсуфали деган отаҳон. ёши элликлар атрофида, девклебат ўзи. Унинг қадами етган жойда албатта бир ноҳуш ишқаллик чиқади. Тинчигина, аҳил яшаётган оиласи лар хаёт дарз кетиб бузилиди. Айниска ҳамма ҳавас қиладиган, севишиб турмуш курғанлар ана шу мутаҳам туфайли ахрарлиб кетишиади. Ёмонлигини қарангни, яхши, инок дўстларни ҳам бир пасда қарамакарши қилиб қўяди.

- Нега?—сўрайман отаҳондан.

- Бу мулла Узоқ "иссиқ-совук" қиладиган "куф-суғ"га нафаси ўтиричикиди. Унинг дастидан файзли давраларга худди ошга пашса тушгандай совуқ тушади. Бу баттол, ҳатто

илмининг "даҳо"ларини ҳам Худо урап экан: "Эй, бандаларим, кўринглар. Сизларни фоний дунёга синов учун юборгандим. ўткини дунёга меҳр кўйиб, ўз эгаларингни унтиб кўйманлар. Ҳаддан ошиб кетганинларни фоний дунёда бошқаларга ибрат бўлсин деб жазолайман", дер экан. Орамизда мулла Узоқка ўшаганлар бор. Бундайларининг иккى дунёси кўйтган хисобланади. Ҳозирда азойимхонлик қиладиган муллалар, "отиной"лар кўпайиб кетган. Улар устаси фаранг, тарғиб-ташвиқотни жойига қўяди. ўринелганда вакти матбуотдан ҳам унумли фойдаланадилар. Айрим табиблар ҳам булар билан ошна. Улар бир-бири

ИЛМУ-АМАЛ ГАСОФАТИ



ни хафа қилишмайди. Дардга даво топиш бошқа-ю, фирибгарлар кўлига тушиб, алданганлар бошка.

Пайгамбаримиз (с.а.в.)дан бир яхшилик қилишга оид муборак ҳадисни айни шу ўринда тилга олиб ўтиши лозим топдик. У зот баракот кунларининг бирорида бозорга у-бу нарса ҳарид қилиб олиш максадиди кирибдилар. Растанларинг бирорида ажойиб сўзли, хуљи чиройли йигитни кўриб колибдилар. Бир фурсат завабилан унинг хусни-жамолига маҳлиё бўлиб колибдилар. Шу вақт Жаброил (а.с.) келибдилар ва: "Эй, Мұхаммад (с.а.в.), Аллоҳ таоло ай-

таяти: "Бу, сени ром этган йигитнинг бор-йўк уч кунлик умри колган экан", дебди. "Аллоҳ билгувчи, унинг ҳукми ила белгилаб берилган умри шундай бўлса, бунга мен ҳеч бир нарса дёйлайман", дебди Расули акром (с.а.в.). Орадан бир қанча вақт ўтиб, яна бозорга юмуш билан кирган экланлар бояни йигитга дуч келибдилар. Ҳайрон бўлибдилар: "Ә, Аллоҳим! Бу йигит ҳаётку? Бу сирни билдирисан", дедилар. Шу он Жаброил пайдо бўлибди: "Әй, пайғамбарларнинг сайдиди! Аллоҳ таоло шундай дейди: "Сенинг ажабланишга ҳаққинг бор. Ҳақиқатан ҳам бу йигит вафот этиши керак эди. Бир бечора кекса ва мухтож кишига дучор бўлди. У бир неча кундирки, оч-нахор, ҳаёт мушкул ахволдагини айтибди. Йигит яхшилик қилиб, бозордан олган ҳамма нарсасини унга берибди. Мухтож киши дугога кўл очиб: "Эй, Аллоҳим, ушбу яхшилик сохибининг жони-танини омон сақлагин. Мен сендан бу йигитта узоқ-умр, баҳт, омонлик тилайман", дебди. "Кани айт-чи, Аллоҳ бу бандасининг ҳаммаси мустажоб қилиши керакми, йўхум?",—сўрабди. "Бу бутун оламларнинг эгаси, кудрат ва ҳайбат сохиби Аллоҳга аёй", дебди Гайғамбаримиз (с.а.в.).

Зоҳир ака деган танишим бор. У нима дейди денг: "Якнада фалон шахарга, бир фолбинга учраб келдим. Шу десангиз билмай юрган эканман, кимдир мени жоду килган экан. Томомидан бир парча этини олиб кўрсатди. Унинг ичада тирюн, соч, тарос, тиш шунга ўшаш нарсалар бор экан. Ё тавба, шундан бўён ўзимни яхши хис киляпган".

Ха, бундай афанди гапларни азза-базза, тупла-тузук имлли, зиёли кишилардан ҳам эшшиб, ҳайрон

коласан киши. Аслида бу кишилар руҳий таъсирнинг айрим учунларига дучор бўлганларини билишмайди. Органларимиз аслида сезги барометри, уларга сўз ҳам, шамол ҳам, ҳарорат ҳам мўтаддил ўз таъсирини ўтказди. Бу "ижобий" таъсир уззак бормайди. Лекин сизни бефарқ ҳам қолдирмайди. Ана шу муддатта алданиб қоламиш, холос.

Илмининг нафи, фойдаси кўп: хоҳ дунёвий, хоҳ диний бўлсин. Факат, ундан ўз вақтида, ўз жойда фойдаланишни билмоғимиз керак бўлади. Ҳозир техника, технология, ҳар қандай ташхисларни аниклайдиган тибий даргоҳлар кашш өтилган замонада яшаб турибмиз. Ҳар қандай жайдари фолбинлар, жоду очувчилар, азаймхон, иссиқ-совук қильувчилар, соҳта отинойлар, тибий билимга

aloқаси йўқ фирибгар табиблардан этиёт бўлмоқ зарур. Бундайлар ҳалол меҳнат билан топган тօғдай давлатнингизни қаламушдай бўлиб ўмради. Бироқ, бирора кўй, бирор товуқ, бир хўрз сўйиб келишини буоради. Улар улаламай-нетмай ҳар хил буомларни, қимматбахо тақинчоқларининг ҳам олиб кўйишиади. Билингки, уларнинг "ҳомий"лари бор. Жойларда юриб, уларни мақтайди. Гёй ўзлари "шифо" топганини айтишиади. Хуллас, сизни ишонтиришга ҳаракат қилиади.

- Жануб вилоятига поездда кетаётib, дейди Ҳайдар ака деган танишим. - Купеда иккى киши билан сухбатлашиб қолдим. Улар Янгийўл шахридан келишиётанини, у ерда бир аёл табига учраганларини айтди.

- Зўрмикун?—сўрайдим.

- Нимасини айтасиз, шундай қараб туриб дардингизни айтиб беради. Учинчи бор келишимиз. Фарзанд доғига эдик. Ваъза берди: "Сизларнинг пуштларнингизда уч фарзанд бор", деди.

- Койил! Электрон микроскоп бўл-е, пуштни шундай кўрган бўлса,- дедим.

- Рост, уни излаб келиб, навбат кутгандар жуда ҳам кўп. У табига фарзанд кўриб, миннатдорчилик билдириб кеттани келгандарни кўдик.

- Қаердан келгандарларни билдингизларми?

- Йўк...

- Ҳа, умидвор кишиларга ҳавас қилимади. Ҳаша ҳамроҳларини орадан бир мунча вақт ўтганини яна учратиб қолдим,- дейди Ҳайдар ака.

- Фарзанд муборак!, - дедим.

- Қанақа фарзанд. Унга бир машинанинг пулини сарф килдик. Сиз айтганингиздек, у фирибгар табига экан, деди танишим.

- Ҳали ёш экансизлар, фарзанд билан давлатнинг эрта-кечи йўқ, - дедим таскин берган бўлиб улрага.

- Умид учунлари бор, катта мутахасис олимга учрашдик. Текшириб кўришиб, даволаниши тавсия этиди. Даволани чиқдик. Келининг хомиладор бўлди. Ҳудо хоҳласа, энди фарзандли бўламиш. Ҳаша сизни тўйға таклиф қиласиз, - дейди Ҳайдар ака...

"Яхши сўз жон озиги", деб бежизга айтмаганлар. Яхшилик билан сабов ишнинг ингилди битта. Ҳар иккисидан ҳам наф кўрамиз. Ҳамиша яхшилик қилиб, яхшилик кўрайлик деймиз.

**Абдулхамид ҲАБИБУЛЛАЕВ,
доцент.**

- Ёшм 30 да. Ўйим бор, яхши кўрган ишим бор. Кўчада юрсам кизлар ортимдан караб қолишинни хис қиласман. Нокамтарликка йўйманнг, "келишган йигит" эканлигини кўп айтишган, - деб ҳикоя киласди хонага ташриф буюрган бўйчангина йигит.

диёна лахзаларда юз берди. Ўшандагина мен севимли хотинимдан умрбод узоқлашашётганимни, ҳақиқий ажрасиганимни хис қилдим. Келинга якинлашгим келмади... Эртасига ёобик хотинимнинг уйига бориб: "Мен у билан яшомайман! Сендан ўзгани севмайман!" - деб,

олиби кетишиди.

- Ажрашишга шу қадар мажбурмидингиз?

- Ха... Ота-онамнинг истаклари эди - бу! Менга қолса... умримнинг охиригача шу хотиним билан яшардим. Ҳозир... Усиз чор томоним бўшилк...

Ажрашишимизнинг асосий са-

Хамма баҳтсизлик ана шу кундан остононамизга қадам кўйди. Боламиз ногирон туғилган эди. Эндинга оилавий баҳт топиб кувонганимда, ҳаммаси чилпарчин бўлди. Кейинги 3 йил умримиз касалхоналарда ўтди. Қариндошлики факат биринчи болага таъсир қиласди", - дейиш

ТАШРИФЛАРИНГИЗ...

эди... Аммо жуда қўйналаяпман. Ўйланганимга ҳали кўп бўлганий йўк. Оғим хотиним яшайдиган кўнгага етаклтиверади. Узоқдан уни кўраман-да, ортимга қайтаман. (Ота-онамга: "Уни тинч қўйман", деб

БАХТ ЯРИМ,

- Унда қандай "дард" бу ерга етаклади сизни? - жавоб олиш учун синчников билан кузатаман уни.

- Дард... Юрагим тўла дард, опа.

- Тинчликми?

- Мен севган хотиним билан ҳеч қандай гап-сўзиз, жанжалсиз ажрашиши маъжбур бўлдим. Ҳатто ажрашаётганимизни билб-билмай, хис килоласмадсан колдик. Ажрашиш учун судга бораётгандан, бир уйдан кўл ушлапши чиқиб кетардик. "Тушлик овкатни тезрок ейли, судга борадиган вакт бўлди", - дейдиган ҳам бўлиб қолганди. Биз одатид бир ишини бажараётгандек эдик. Ажримдан сунг (келишиб оғланимиздек) хотинимга теккан мол-мulkни унга олиб берган уйимга ташиб бердим. Икки олий маъмумотли, маданиятили, бир-бирини жонидан ҳам яхши кўруви оадамларнинг ажрашиши ана шундай кечди.

- Жуда кизик ва аянчлику! Бахтингизни ўз қўлингиз билан секингина оёғингизнинг остига олгандек бўлибсиз-да. Нега?

- Биз маъжбур эдик... Аммо... ҳамма даҳшат мени уйлантиришган кун, ресторондаги шо-

оёкларига тиз чўкиб йигладим. Хотиним ҳам бир кунда ранглари сарғайтиб, кичрайб колгандек эди. Биламан, у ҳам мэндаги холатни бошидан кечираётгандан эди. Үнсизгина йигларди холос... Онам, отам ҳам ортимдан етиб келишиб, кўз ёшларини тиёлмадилар. Бу ҳолдан факат янги келин ҳабарсиз эди. Ота-онам хотинимдан "мени йўлга солишин" ёлвориб сўрашиди. Отам: "Қўзим, ўғлимни уйингизга кўйманг анди. Икки оналикнинг азобини мен кўрдим (бобом кўйхотин билан яшаб ўтган эканлар), ўғлимнинг болалари кўрмасин!" - деб илтико килардилар. Онам эса:

"Ўғлимнинг соғлом фарзанди кўйини истайман. Янги келин кетиб колмасин, болам", - деб хотинимнинг кўлларини сипардилар. Хотиним эса каракт бўлиб қолганди. Шу лахза унда кайдандир куч пайдо бўлди-да, бизларга: "Илтимос, мени тинч кўйинглар!" - деб, бошқа хонага кириб, ичидан бекитиб олди. Ота-онам хотинимни худа яхши кўришарди. Чунки биз ҚАРИНДОШ эдик. Бир амаллаб мени



Надир, 2006 йил

баби ҳам шу - ҚАРИНДОШЛИК! Н.нинг онаси у олий ўкув юртида ўқиётганинг юрак хуружидан вафот этган. Ота-онам уни яхши кўриб, келин килишиди. Бошида уни ёктирган бўлсалам, уйлангач, росманасига севиб қордим. Иккимиздан баҳтиёр одам йўқ эди дунёда! Ота-онам иккимизнинг ўқишилмизга ҳам ёрдам беришиди. Ой-куни етиб хотинимнинг кўзи ёриди!!!

ганига ишонибмиз. Хотиним иккичи болага ҳомиладор бўлди. Аммо у ҳам мажруҳ туғилди. Икки болалини олиб чопмаган табибу дўхтиримиз колдади. Уринишларимиз фойдасис эди... Пул, мол-давлат-уларнинг соғлигини қайтара олмади. Болаларимиз бизни танимас - ҳам жисмонан, ҳам ақлан маҳзур эдилар. Ота-онам бизнинг кийналганимизни кўриб, уларни ногирон болалар уйига бериши маслаҳат беришиди... Анчагача бу фикрни ҳазм килолмай юрдик. Ахйир, хотиним: "Майли, сиз фарзандиз ўтманг!", - деб рози бўлди. Болаларни ногиронлар уйига топшириб тўғри килдикмиз! Xеъ бўлмагандада улар ақлан соглом бўлгандада ҳам бундай килмаган бўлардик. Хотиним йиглай-йиглай касал бўлиб колди. Ишга чиқишига мажбур килдим уни. Одам тафтини одам олади, деййшиди...

Ота-онам топган кизга эса кўрмасдан ўйландим. Ниятим соғлом фарзанд кўриш, ота-онамни эса неваралик килиши

қасам ичганман). "У нима килаётган экан? Мени ҳам ўйлармикан?" - деган саволлар хаёлними чалпитаверади. Бу йўл ахйир нима билан тугаркан, ўзим ҳам билмадим. уни сўнгти нафасимгача севаман! Унинг ҳам турмушга чиқиб баҳтили бўлишини истайман. Аммо ўйлагимнинг бори жойида бўлди. Ахийир, хотиним: "Майли, сиз фарзандиз ўтманг!", - деб рози бўлди, ақ бўлак, деганлари шу экан, шекили.

Бу ерга келишдан мақсадим - йигит-қизлар турмуш куришдан аввал албатта тибиёт ва қонун талаб-қоидаларига риоя килишларини таъкидламоқчиман. Акс ҳолда мен сингари боши берк кўчага кириб қолишимасин. Менга ҳам аввалик қариндошдан қиз олишнинг оқибатларини тушунишишганда, ўзимни ҳам, хотинимни ҳам баҳтсиз килмаган бўлардим. Инсон учун Муҳаббат ҳам, Фарзанд ҳам керак экан!

Мен йигитни кузатар эканман, унга ич-ичимдан ачин-дим. Унинг гапларни ҳақиқат эди. Сиз нима дейсиз, азиз муҳлис?

Санобар ФАХРИДИНОВА

- "Оила ва жамият" ҳаётими бир томонга йўнаптиришига ёрдам берармикан, деб қўйнирек кўлаётгандан, эшиштишга вақтнингзиз борми?

- Сиз газетадан умид килган экансиз жоним билан эшиштаман. Ҳаётингизда бирор чигаллик бўлдими?

- Бошим қотган. Ёшм 28 да, 2 та фарзандим бор.

- Ажрашасан, у билан умрингни кўйидирма, дейишиди.

- Айтдим, ташлайман дейди-ю, нукул кайфда келади.

- Ота-онамнинг нима дейиштирилди?

- Ажрашасан, у билан умрингни кўйидирма, дейишиди. Менинг эса усиз яшаган келишиб, билиасиз, нима учун? Чунки эрим ўзининг шу холатни туфайли жигарларни, дўстларига ёқмай колган. Агар мен ҳам ундан воз кечасам, бутунлай адо бўлади. Шунинг учун ҳам газетага мурожаат килдим. Чунки мух-

- Опажон, мен сизларга бувим ҳақида гапириб бермокчи эдим.

- Қайси бувингиз ҳақида гапиримокчиз, ойнингизнинг онаси, адандизни-кими?

- Онамни ойиси ҳақида гапириб бермокчиман.

- Нега, уларни кўпроқ яхши кўрасизми?

- Гап қайси бирини кўпроқ яхши кўришим ҳақида эмас. Қайси бирига ачинишмада. Адамни онасига ҳавасим келади. Чунки улар фарзандларининг эъзозу эҳтиромидан яйраб яшаптилар. Аммо шуршия Насиба бувим мана иккни йилдирки, биз билан яшамокда. Чунки ўғилларини

гапириб ёки махалла оқсо-колларига айтуб инсоғча чакирса бўларди-ку.

- Очиликдан силясса куришадан кейин, бир уйда кечгача қамалиб ўтиргач, бир куни фарзандлари ва махалла кексалларига ёрилибди. Аммо вазият бундан-да оғирлашиди. Чунки келини бувимни тұхматчиликда айблабди. Бундан каттис асадайлашган бувимнинг иккни ёшламай колди. Кейин бу ахволга чидомаган адам бувимни бизнисига олиб келиб кўйди.

- Ҳозир сизларнинг уйин-гиздан ахволи ҳаётдай, кўёвидан кисинмайтими?

- Адам доим уларнинг кўнглигига карайди. Овқатларни ўзларининг хонасига олиб кириб берсак, биз билан бирга ўтирсинлар, деб столларига ўтказиб кўтариб олиб чиқади. "Бувингни ҳеч кечон ёлгиз қолдирманглар. Бирор нарса зарур бўлиб юзимни мумкин. Доим кайфиятини кўтаришга ҳаракат килинглар!" - деди.

- Мен бир нарсан ўйлайверади. Биз қанчалар парваришиларни, бувижонимни кўрсатмас ҳам экан. Нахотки улар ҳам бир куни қаришларини, бу дунё жавобли экан.

УНДАН КЕЧОЛМАЙМАН

Яшаб-яшомайман, ажрашиб-ажрашибомайман. Нега-ки, у билан яшасам умрим азобда ўтиши аник. Усиз яшашни эса ҳеч ҳам соҳла-майман, чунки севаман.

- Бирга яшашнинг азоби-нимада?

- Чунки у гиёхванд. Олдинлари ароқ ичарди, бирор куни йўк эдики, масти бўлмаса. Нукул мени урадри, боловларим ҳам зада бўлиб колди. Уйда бирор кўлга илинадиган нарсанни колдирмай сотиб юборди. Кўйналиб кетта-нинмадан онамнигига келиб кўйдим.

- Бирор жойда ишламаса керак?

- Уста, машина тузатади. Аммо ўзидан ортира олмайди.

- Онамнигига келга-нингиздан бери хабар ол-дими?

- Ха, доим олиб кетаман, деб келади.

- Ичиши, чекиши таш-ласангиз борамиз дема-дингизми?

лисларингиз орасида ҳаёт тажирибасига эга онахон-отаҳонлар, бир вактлар мен каби ҳаёт гирдобига тушган аёллар, турмушини эрим каби заҳарлар, бугун пу-шаймон бўлган эр-каклар бор, улар балки менга қайси

йилдан боришин керакларигини маслаҳат беришар. Мен уларнинг фарзандини сабрсизлик билан кутаман.

- Умидахон, ҳали жуда ёш экансиз, биз сизга ажрашиб кетишингизни маслаҳат беришардан йирокмиз. Аммо бу холатда ҳам яшаб бўлмайди. Факат сиз уни тўғри йўлга, ичкликсиз

хаттига ҳаётга унда олишингизни маслаҳат беришар. Ичиши ташлайтишга келиб кетардик. Чунки якинлашгим келмади... Эртасига ёобик хотиним билан яшомайман! Сендан ўзгани севмайман!" - деб

М. ШУКУРОВА

нинг уйига сифмади. Келини Гулноза жуда азоб берди. Оқибатда фойдаланади.

Они олиб келади.

- Буни ўғли биладими?

- Овқат бермай бир уйга камаб кўяркан. Тоғам ҳам бисса-да, хотинини кайтармайди.

- Бошқа ўғли йўкми, бувингизнинг?

- Яна бир тоғам бор эди. У жуда меҳрибон, акли эди. Афуски фалокат туфайли бевакт ўтиб кетди. Уша тоғам онаси учун бозор-ўчар қилиб ташлаб кетаркан-у, кенойим бувимга кўрсатмас ҳам экан.

- Шунча ситам ўтказа-бувингизни келиб кетардик. Фарзандларига келиб кетардик. Бирор жойда ишламаса керак. Биз қанчалар парваришиларни, бувижонимни кўрсатмас ҳам экан. Нахотки улар ҳам бир куни қаришларини, бу дунё жавобли экан.

МАТЛУБА

НАҲОТКИ ОНАГА ҚАРАШ ҚИЙИН БЎЛСА?..

нини тушунишмаса?! Ахир каријаларнинг фариштаси, файзи, эрта-ю кеч дуо килишлари фанимат-ку.

- Тўғри айтдингиз! Ҳали-кимизда: "Кимдир ўғилдан, кимдир қиздан роҳат топади", деган гап юради. Бувингиз сизларнинг меҳрингиздан баҳраманд экан. Шунга ҳам шукр кимлек керак. Нима ўйларнинг фаршишларни, бор экансизлар, хор бўлмайди. Мен эса ўша нокас ўғил ва келинга ачинаман. Ўзингиз деган гапириб келиб кўнглигига таъсир килиб кетардик. Фарзандларига келиб кетардик. Бирор жойда ишламаса керак. Биз қанчалар парваришиларни, бувижонимни кўрсатмас ҳам экан. Нахотки улар ҳам бир куни қаришларини, бу дунё жавобли экан.

Нозимахон, бизга кўнглироқ қилиб, ўша қалби кўр инсонлар ҳақида, савобларга кўмилиб яшётган падарингиз, Фаршишадек бувингиз тўғрисида куюниб гапириганингиздан миннатдормиз. Зора бизнинг сұхбатимиз, мұхлисларнинг фикрлари бувижонингиздан калб ярасига малжам бўлар, ўғли ва келини кечирим бўришар.

Нозимахон, бизга кўнглироқ қилиб, ўша қалби кўр инсонлар ҳақида, савобларга кўмилиб яшётган падарингиз, Фаршишадек бувингиз тўғрисида куюниб гапириганингиздан миннатдормиз. Зора бизнинг сұхбатимиз, мұхлисларнинг фикрлари бувижонингиздан калб ярасига малжам бўлар, ўғли ва келини кечирим бўришар.

ДАБРИКЛАЙМИЗ

Оила ва жамият

ЭЪЛОНЛАР!

«ҮКТАМХОН» замонавий ўкув маркази курсларга таклиф этади:

1. Тикувчилик - 3 ой. Башловчилар бойни.
2. Ҳашмалик - 6 ой. 4 ой ўқиш, 2 ой амалиёт.
3. Тиббий массаж - 2 ой (амалиёт билан)
4. Торт ва пишириклар - 2 ой.
5. Пишириклар олий курс 1 ой.
6. Үйғурча таомлар ва салатлар - 1 ой.
7. Сартарошли - 3 ой (аёллар учун).
8. Парда ва چышаблар - 1 ой (амалиёт бойни).
9. Сартарошлик - 2 ой (үгіл болаптап учун).
10. Каштачилик - 3 ой. (машинкада вишивка).
11. Инглиз тили - 3 ой.
12. Рус ва түрк тиллари - 3 ой.
13. Бисер тикиш - 2 ой (янын мұнжы тикиш).
14. Компьютер сабаклары - 2 ой якка тартибда. Интернет - 1 ой.
15. Бухгалтерия хисабы - 2 ой.
16. Сунъий гул ясасы - 2 ой.
17. Астарлы костюм-плаш, пальто-1 ой.
18. Түй ва өкшом лифеслари тикиш.

Үқишни туттагланларга ДИПЛОМ берилади. Үқишга қабул ҳар куни.

Манзилимиз: Юнусобод тумани, 3 мавзе, 1-йый, 31-хона. Мұлжал: Юнусобод бозори орқасида. Тел: 125-97-93, 121-77-72, 21-17-95.

Расм чизиш, ранг тасвир, композиция, дизайн ўргатаман, колледж ва олий ўкув юртларига киришга тайёрлайман.

ТЕЛ: 66-07-24, 65-43-01.

Тошкент шахар Ҳўжалик судининг 2005 йил 14 декабрдаги 10-0514/11181 сонли ҳал қилув қарорига асосан «OSIYO TUR SERVIS» МЧЖ банкрот деб топилганлиги муносабати билан мазкур корхонага тегиши мұхр ва штамп БЕКОР қилинади.

Юнусобод туман ДСИ биноси, А. Темур күчаси 95-үй, 2-қават, 4-хона.

Мурожаат учун телефон: 135-74-88

Тошкент шахар «Мехр Таянчи» Болалар маркази 2006 йилнинг 15 марта гача олий маълумотли, болалар билан ишашаша қобилиятли ижтимоий ходимлар, юрист, психолог, докторлар танлов конкурсины эълон қиласди.

Тегишил ҳужжатлар билан кўйидаги манзилга мурожаат қилинсин:

Тошкент шаҳри, Чилонзор тумани, Шарқ тонги кўчаси, 23-үй.

Телефон: 173-66-73, 173-08-59.

ШЕЪРИЯТ МУХЛИСЛАРИ ДИҚКАТИГА!

6 Март куни соат 11:00 Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмасида 8 Март — Хотин-қизлар байрами муносабати билан «Сен баҳорни соғинмадингми...» деб номланган мушоира кечаси ўтказилади.

Мушоирага барча қизиққанлар таклиф этилади.

Манзил-метронинг Мустакиллик бекати, Жавоҳарлаъл Неру кўчаси, 1.

Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмаси.

Нуридинов Шерзод Тошпулатовича Чирчик шахар 7-ўрта мактаб томонидан берилган О'Р - А 897785 сонли шаҳодатнома йўқолганилиги сабабли БЕКОР қилинади.

СУВНИНГ ГУВИЛЛАШИНИ ЭШИТДИМ

- Бу тушни кўрганимдан бўён ўйумда ҳаловат қолмади. Охири тонгга яқин кизимнинг уйига йўл олдим, - деб сўз бошлади Кутби хола. У бизнисига тез-тез келиб турарди.

- Қизим Зулғанинг 2 та фарзанди бор. Анхор бўйида яшашган учун улардан кўнгли олардим. Боги анхорга шундук-кина тулашиб кетганди-да. Ўша кечаси бир тушу кўрдим. Шумидам анхорнинг суви куриб, инчаги кумда набираларим ўйнаб ўтиришганиш. Шу пайт юқори томонидан шовуллаган сувнинг овози келганиши. Сув уларни оқизиб кетиши мумкинлигидан кўркиб ўзимни сувга ташлабман. Уларни кирғоқча кўйиншилмий биламан, сув мени оқизи бошлабди. Кўлларимни сувдан кўтариб кетаримшиман. Шунда бир кўпприк кўринибди-ю, унга осилиб, амаллаб сувдан чиқиб олганишиман. Хуллас, шу тушни кўрганимдан кейин ўйноби сира ўйум келмади. Боя айтганимдек, тонг палласида кизимнинг отландид. Улар олисида туршигани учун тушга яқин кизимнинг етиб бордим. Унинг уйига кира солиб:

- Болаларинг қани? - деб сўрадим.



- Анхорнинг сувини беркитишган.

Унинг ўзанидаги тоза кум устида ўйнаб ўтиришибди, - деди у бамайлихотири.

- Вой ўтмасам!.. - деб шу томонига юргурдим. Унинг кирғогига еттанимда ниманингдир гувиллагани ёшилтиди. Жон холатда анхорга ўзимни ташлаб, наби

раларимни кизимга узатдим.

Шунда оёқларимга шиддат билан келиб урлган сувдан

йиқилиб оша бошладим. Кизим келиб, тортиб олди. У ёғини билмайман...

Кизимни очганимда эса касалхонада ётадим. Оллоҳнинг инояти билан

шунда набираларимни бир ўлимдан

күткарғанман. Яратган Этамнинг ўзи бандарларини тушларида ҳам хавфу хатардан огоҳ этиб туриши рост экан.

ГУЛБАШАКАР

2-4 марта ўзбекистонда ҳаво ўзгариб туради, айрим жойларда ёмғир ёғади. 5-6 марта ёғингарчилик кутилмайди. Ҳарорат кечалари 3-8°, кундуз кунлари 13-18° илик, жанубда эса кечалари 6-11°, кундуз кунлари 17-22° илик бўлади.

Республиkaning тогли ҳудудларида ҳаво ўзгариб туради, вақти-вақти билан ёғингарчилик бўлади. 2-3 марта кор кўчиш хавфи бор. Ҳарорат кечалари 2° совуқ-3° илик, кундуз кунлари 5-10° илик бўлади. Тошкент шаҳрида ҳаво ўзгариб туради, 3-4 марта вақти-вақти билан ёмғир ёғади. Ҳарорат кечалари 3-8°, кундуз кунлари 13-18° илик бўлади.

КЎЙ (21.03 — 20.04). - Кейинги кунларда сизни сал қийнагандай бўлган соғлигиниз яхшилди, ишларингиз жой-жойига тушиб кетади.

СИГИР (21.04 — 21.05). - Кўнглингизга муҳаббат кириб келади. Факат севгидан сармас тўлиб, асосий ишларингиз эсдан чиқмасин.

ЭГИЗАКЛАР (22.05 — 21.06). - Кўпдан бери ўйлаб юрган ниятларингизни, режаларингизни амалга ошириш учун кулай фурсат келди.

КИСКИЧБАКА (22.06 — 22.07). - Йирик нарсалар харид килишда эҳтиёт бўлинг. Чунки сизни алдашга уринншлари мумкин. Жумада соғлигинизга эътибор берганингиз маъкул.

МУНАЖИМАЛЛАР

АРСЛОН (23.07 — 23.08). - Ўзинизга ортиқча бино кўйманг. Каталарнинг маслаҳат ва насиҳатларига кулоқ оссангиз зарар килмайди.

БОШОҚ (24.08 — 23.09). - Шу хафтада ҳар ишда ҳалқимизнинг «Етти ўлчаб бир кес» деган наклига амал қилганингиз маъкул.

ТАРОЗИ (24.09 — 23.10). - Кунларингизни кўпроқ оила аъзола-рингиз даврасида ўтказиша ҳаракат килинг.

ЧАЁН (24.10 — 22.11). - Сешанба куни ёшиғидаган ҳабарингиз кайфиятингизни туширади. Оқибатда ҳафтани тушунлиқда ўтказасиз.

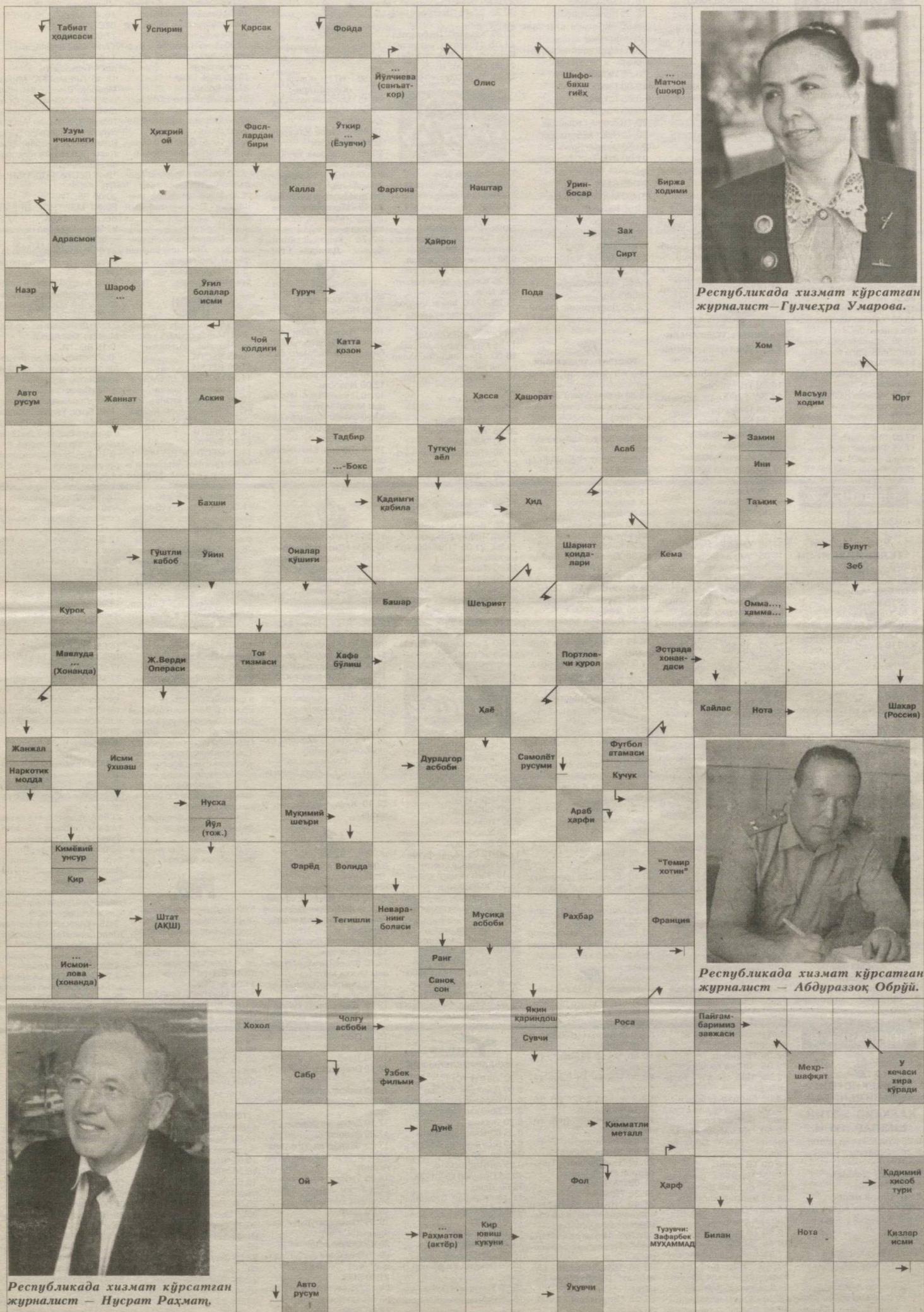
БАШОРАТИ

ҮКОТАР (23.11 — 21.12). - Шу кунларда ишларингиз кўпайиб кетади. Ҳафта охирида хизмат сафарига чиқишнинг мумкин.

ТОҒ ЭЧКИСИ (22.12 — 20.01). - Автомасинада узок сафарга чиқадиганлар йўлда эҳтиёткор бўлишлари керак. «Эҳтиёткорни Ҳудо асрайди» дейишидай-ку!

КОВФА (21.01 — 18.02). - Чоршанба куни меҳмонга таклиф этилади. Шу ерда келгуси ҳаётингизда мумхир ўйнайдиган одам билан танишиласиз.

БАЛИК (19.02 — 20.03). - Кўлини гизга йирик пул тушиси ёхимоли бор. Уни режали сарфлассангиз, кўп муаммаларингизни ҳал этиб оласиз.





- 9.05 — «Аленький цветочек», мультфильм
10.00 — «Музыкальный калейдоскоп»
10.30 — «Конек горбунок», сказка
12.25 — «Детский час»
12.50 — «Солдаты», сериал
14.00 — X/Ф «Удивительные приключения Дениса Краблева», 1 - серия
15.30 — «30 кадр»
16.00 — «Аёллар байрамига мусики дастури»
17.00 — НТТ — «Мультфильм»
17.25 — «Алла»
17.40 — «Улкамис аёллари»
17.55 — НТТ — «Она навоси»

18.00 — НТТ — «Музыкальный дам байрам олиш дастури»
18.45 — НТТ — «Она навоси»
19.00 — «Ошикона»
20.00 — «Музыкальный табассум»
21.00 — «Хайрли тун, болажонлар!»
21.15 — НТТ — «Аёл мадх»
21.20 — НТТ — «Судгидёна»
21.40 — «Музыкальный табассум»
22.20 — «Кино ярятлиши»
22.35 — X/Ф «Нахотки сен»



5.50 Сергей Столяров в фильме-сказке Александра Роу «Василиса Прекрасная»
6.00 Новости

ПАЙШАНБА 9



ЎЗБЕКИСТОН ТЕЛЕВИДЕНИЕСИ

- 6.25 Кўрсатувлар дастури.
6.30 «Ассалом, Ўзбекистон!»
8.00-8.35 «Ахборот».
8.35 ТВ анонс.
8.40 «Олтин мерос».
8.50 «Олам ва одам» дастури: «Денгиз тубидаги синоатлар!»
9.40 ТВ анонс.
«Болалар сайдераси»:
9.45 1. «Хечам кўркмаймиз». Мультфильм.
2. «Цирк, цирк, цирк».
10.30 «Одами эрсанг».
10.50 ТВ анонс.
10.55 Биржа ва банк ха-
барлари.
11.00 «Ахборот».
11.10 ТВ анонс.
11.15 «Омон бўлинг!»
11.20 «Иш, эртаги». Телесериал.
11.55 «Дурдаршан».
12.15 «Байрамингиз мубо-
рак!» Хажвий новела.
12.45 «Яхрирок тош сири».
Телесериал.
13.50 «Кўшиғимсан, му-
хаббат» (SMS. Овоз бе-
риш)
14.00 «Ахборот».
14.15 ТВ анонс.
14.20 «Олтин мерос».
14.30 «Табарук замин».
15.00 «Ахборот» (инглиз тилида)
15.10 ТВ анонс.
15.15 «Оддий хакиқатлар».
«Болалар сайдераси»:
16.05 1. «Кўнвон старт».



ЁШЛАР ТЕЛЕКАНАЛИ

- 6.25 Даструстуринг очилиши.
6.30 «ИНГИ ТОНГ». Ахборот дам олиш дастури.
8.00 Давринген боласи.
8.10 Расмлар сўзлаганди.

6.10 Фильм «Василиса Прекрасная». Окончание
7.10 «Алиса Фрейндлих. Не такая, как все»
8.10 Лариса Голубкина в комедии «Гусарская баллада»
10.00 Новости
10.10 К юбилею Андрея Миронова. Комедия «Невероятные приключения итальянцев в России»
12.00 Новости (с субтитрами)
12.10 Праздничный концерт «Песни для любящих»
14.00 Все звезды в ледовом шоу чемпионов
16.20 Ириона судьбы в

лар», Телемусобака.
2. «Эртаклар — яхишиликка етаклар».
17.00 «Ахборот».
17.10 ТВ анонс.
17.15 «Эски альбомдан».
17.25 «Стандарт да сифат».
17.35 «Имон». Телевизор бадий фильм. 4-кисм.
18.20 «Яхши ният». Телесериал.
18.45 «Яхшилар ёди». С. Зунуннова.
19.05 ТВ анонс.
19.10 Оқшом наволари.
19.20 «Сизнинг адвокатигиз».
19.25, 19.55, 20.55, 21.30 Эълонлар.
19.30 «Ахборот» (рус тилида).
20.00 ТВ анонс.
20.55 «Омон бўлинг!»
20.10 «Иш, эртаги». Телесериал премьераси.
21.00 «Ахборот».
21.35 ТВ анонс.
21.40 «Ернинг муносиб эзасини топиш — долазарб масала».
22.00 «Яхрирок тош сири». Телесериал премьераси.
23.10 «Кўшиғимсан, му-
хаббат» (SMS. Овоз бе-
риш)
23.20 «Москва кўз ёшларга ишонмайди». Бадий фильм. 1-кисм.

8.15 Болалар экрани: Шохсупа.
8.35 «Мульттомоша».
8.50 ТВ-анонс.
8.55 ТВ — дорижона.
9.05 Янги алифбони ўрганими.
9.20 Кино SMS.
9.25 «Аннинг кўнгироқчи-
лари». Бадий фильм.
10.55 ТВ-анонс.
11.00 Давр.
11.05 «Ёшлар» фототанлови.
11.10 Тақдир.
11.30 Кино SMS.
11.35 «Суончи». Бадий фильм.
12.55 Кино SMS — тест.
13.00 Давр.
13.10 «Шумтакалар». Болалар учун мультсериял.
13.25 Кино SMS.
13.30 «Сайёра» маърифий дастури.
13.55 ТВ-анонс.
14.00 «ЯНГИ КУН». Ахборот дам олиш дастури.
15.00 SMS — тест.
15.05 «Даллас». Телесериал.
15.50 Доира зарблари.
16.00 Давр.
16.10 ТВ — анонс.
16.15 Мусаффо осмонли Ватан!.
16.40 SMS — тест.
16.45 Болалар экрани: Китоб жавони.
16.55 Давринген боласи.
17.05 Кино SMS.
17.10 Чемпион сирлари.
17.30 Шифокор қабулида.
17.50 SMS — тест.
17.55 Ёшлар овози.
18.10 Оқшом кўнгироқлари.
18.15 «Мўйқалам сехри».

Акмал Нур.
18.55 Иклиз.
19.00 Давр.
19.35 ТВ-анонс.
19.40 Дијорд.
20.00 SMS — тест.
20.05 Ёшлар кўйлаланда.
20.20 Енимдаги баҳт.
20.25 «Устоз билан ҳамма-
фас». Озод Шарофиддинов. 1-кисм.
20.45 SMS — тест.
20.50 Эълонлар.
21.00 «Шубҳа». Телесериал.
21.45 Мусиқий лаҳзалар.
21.55 Иклиз.
22.00 Давр.
22.35 Кино — SMS.
22.40 «Эсмеральда». Телесериал.

«ТОШКЕНТ» ТЕЛЕКАНАЛИ
18.20 Кўрсатувлар тартиби.
18.30 «Пойтахт» (рус тилида).
18.50 Болажонлар экрани: «Мультичархалак». Телесериал.
19.00 «Истемомчи минбари».
19.20 «Табриклиймиз-кутлаймиз».
19.50, 21.25 «Телекуъерь маркет».
20.20, 21.35 «Экспресс» телегазетаси.
20.35 Камилла». Телесериал.
21.00 «Ностальжи» (рус тилида).
21.50 Кинонигоҳ: «Мафтунингман».
23.10 «Чутироқ».
23.40-23.45 «Хайрли тун шахрим».

студииси намойиш этади:
“Батабил ғизиёз-из”.

19.20 «Табриклиймиз».

19.50, 21.20 «Телекуъерь маркет».

20.00 «Пойтахт».

20.20, 22.10 «Экспресс».

20.35 «Камилла».

21.00 «Иктисолид тарақкиётӣ ёйлӯдӣ».

21.30 «Дорижона эштади».

Бевосита мулокот (рус)

22.25 Кинонигоҳ: «Кема ҳалокатига ургарандага» (рус).

23.30, 23.35 «Хайрли тун шахрим».

7.00 «Бодре утро».

8.00 «Хабарлар».

8.20 «Тэлпейнинг саргузашлари». Мультсериял.

8.40 Пауэрлифтинг. Ўзбеки-
стон чемпионати.

9.00 «Хабарлар».

10.00 «Равнак» студииси на-
мойиш этади.

10.15 «Куличи бешлик».

11.00 Баскетбол.

11.30-12.05 Мини футбол.

18.00 «Болалар спорти».

18.15 Эртага футбол.

18.30 «Хабарлар».

18.40 «Шарк эстрадаси».

18.00 НТТ — «Харли тун, болажонлар».

18.15 — «Мусиқий лаҳзалар».

19.00 «Ошикона» мусиқий дастури.

19.45 — «Теле-хамкор» фой-
дали газета.

20.00 НТТ — «Мультифильм».

17.25 — «Хужжатли фильм».

17.50 — «Шарк эстрадаси».

18.00 НТТ — «Кассандра»,

сериал

18.45 — «Мусиқий лаҳзалар».

19.00 «Ошикона» мусиқий дастури.

19.45 — «Теле-хамкор» фой-
дали газета.

20.00 НТТ — «Сиз учун».

21.20 НТТ — «Харли тун, болажонлар».

22.10 НТТ — «Художествен-
ный фильм «Колония».

7.00 «Бодре утро».

9.00 Новости.

9.05 «Убойная сила».

10.00 Алла Клюка в иро-
ническом детективе «Евламия

Романова». Следствие ведет

дилантан».

11.00 «Кассандра», сериал

18.45 — «Мусиқий лаҳзалар».

19.00 «Ошикона» мусиқий дастури.

19.45 — «Лебединая песья».

20.00 Владимир Симонов в

телесериале «Счастье по ре-
цепту».

21.25 «Эстрада оҳанглари».

21.40 «Мусиқий табассум».

22.10 «Художественный

фильм, Премьера — «Уга-
дай кто?».

6.00 «Кассандра», сериал

18.45 — «Мусиқий лаҳзалар».

19.00 «Ошикона» мусиқий дастури.

19.45 — «Лебединая песья».

20.00 Владимир Симонов в

телесериале «Счастье по ре-
цепту».

21.25 «Эстрада оҳанглари».

21.40 «Мусиқий лаҳзалар».

22.10 «Художественный

фильм, Премьера — «Уга-
дай кто?».

22.25 ПРЕМЬЕРА. Алена

18.00 «Кассандра», сериал

18.45 — «Мусиқий лаҳзалар».

19.00 «Ошикона» мусиқий дастури.

19.45 — «Лебединая песья».

20.00 Владимир Симонов в

телесериале «Счастье по ре-
цепту».

21.25 «Эстрада оҳанглари».

21.40 «Мусиқий лаҳзалар».

22.10 «Художественный

фильм, Премьера — «Уга-
дай кто?».

22.25 ПРЕМЬЕРА. Алена

18.00 «Кассандра», сериал

18.45 — «Мусиқий лаҳзалар».

19.00 «Ошикона» мусиқий дастури.

19.45 — «Лебединая песья».

20.00 Владимир Симонов в

телесериале «Счастье по ре-
цепту».

21.25 «Эстрада оҳанглари».

21.40 «Мусиқий лаҳзалар».

22.10 «Художественный

фильм, Премьера — «Уга-
дай кто?».

22.25 ПРЕМЬЕРА. Алена

18.00 «Кассандра», сериал

18.45 — «Мусиқий лаҳзалар».

19.00 «Ошикона» мусиқий дастури.

19.45 — «Лебединая песья».

20.00 Владимир Симонов в

телесериале «Счастье по ре-
цепту».

21.25 «Эстрада оҳанглари».

21.40 «Мусиқий лаҳзалар».

22.10 «Художественный

фильм, Премьера — «Уга-
дай кто?».

22.25 ПРЕМЬЕРА. Алена

18.00 «Кассандра», сериал

18.45 — «Мусиқий лаҳзалар».

19.00 «Ошикона» мусиқий дастури.

19.45 — «Лебединая песья».

20.00 Владимир Симонов в

телесериале «Счастье по ре-
цепту».

21.25 «Эстрада оҳанглари».

21.40 «Мусиқий лаҳзалар».

22.10 «Художественный

фильм, Премьера — «Уга-
дай кто?».

22.25 ПРЕМЬЕРА. Алена

18.00 «Кассандра», сериал

18.45 — «Мусиқий лаҳзалар».

19.00 «Ошикона» мусиқий дастури.

19.45 — «Лебединая песья».

20.00 Владимир Симонов в

телесериале «Счастье по ре-
цепту».

21.25 «Эстрада оҳанглари».

21.40 «Мусиқий лаҳзалар».

22.10 «Художественный

фильм, Премьера — «Уга-
дай кто?».

22.25 ПРЕМЬЕРА. Алена

18.00 «Кассандра», сериал

18.45 — «Мусиқий лаҳзалар».

19.00 «Ошикона» мусиқий дастури.

19.45 — «Лебединая песья».

20.00 Владимир Симонов в

телесериале «Счастье по ре-
цепту».

21.25 «Эстрада оҳанглари».

21.40 «Мусиқий лаҳзалар».

22.10 «Художественный

фильм, Премьера — «Уга-
дай кто?».

22.25 ПРЕМЬЕРА. Алена

18.00 «Кассандра», сериал

18.45 — «Мусиқий лаҳзалар».

19.00 «Ошикона» мусиқий дастури.

19.45 — «Лебединая песья».

20.00 Владимир Симонов в

ШАНБА 11

ЎЗБЕКИСТОН
ТЕЛЕВИДЕНИЕСИ

- 6.30 "Ассалом, Ўзбекистон!"
8.00-8.35 "Ахборот".
8.40 "Олтин мерор".
8.50 "Олиз вадам" дастури: "Фарбий Хитой - умид ўлкаси".
"Болалар сайераси":
9.20 "Олтин тож".
10.00 Биржа ва банк хабарлари.
10.05 "Хидоят сари".
10.25 "Онлар мактаби".
10.45 "Мусика дунёси".
11.10 "Иш эргаги", Телесериал.
11.45 "КиноТеатр".
12.05 1. "Рангинкамон". 2. "Дидар".
12.45 "Яркірек тош сири", Телесериал.
13.50 "Кўшигимсан, мухаббат" (SMS. Овоз бериш)
14.00 "Ахборот".
14.15 ТВ анонс.
14.20 "Мехр кўзда".
15.00 "Ломбардаги холажон".
Бадий фильм.
16.30 "Валидол", Жаҳвий кўрсатув.
"Болалар сайераси":
17.00 "Эртаклар - яхшилика етаклар".
17.15 ТВ анонс.
17.20 "Шахсий фикр".
17.55 2006 йил - "Хомийлар ва шифкорлар или". "Саломатлик сирлари".
18.15 "Оқшом наволари".
18.25 "Имон", Телевизион бадий фильм, 6-кисл.
19.10 "Суперлото", Телелотерей.
19.20 "Сизнинг адвокатигиз".
19.25, 19.55, 20.55, 21.30 Эълонлар.
19.30 "Ахборот" (рус тилида)

- 20.00 ТВ анонс.
20.05 "Омон бўлинг!".
20.10 "Ийлар армони".
21.00 "Ахборот".
21.40 Ўзбекистон хали артисти F. Ёкубов кўйлайди.
22.20 "Хайт давом этади".
22.40 "Кўшигимсан, мухаббат" (SMS. Овоз бериш)
22.50 "Фурӯр ва этирос", Бадий фильм, 1-кисл.



«ЁШЛАР» ТЕЛЕКАНАЛИ

- 6.25 Дастурнинг очилиши.
6.30 «ЯНГИ ТОНГ». Ахборот дам олиш дастури.
8.00 ТВ-анонс.
8.05 "Су париси". Мультифильм 2-кисл.
9.10 Бешбармоқ.
9.40 Мехмонона. Озодбек Назарбеков.
10.00 Антика томоша.
10.30 SMS - тест.
10.35 Якшана нонуштаси.
11.00 Ёнимдаги бахт.
11.05 Кино SMS.
11.10 "Севинч", Бадий фильм.
12.55 Самимият билан "АЗИЗИМ".
13.55 ТВ - анонс.
14.00 "ЯНГИ КУН". Ахборот дам олиш дастури.
15.00 SMS - тест.
15.05 Интерфутбол.
15.50 Даъвнинг боласи.
16.00 Давр.

- 16.10 SMS - тест.
16.15 Интерфутбол.
17.05 ТВ - анонс.
17.10 Бола тилидан.
17.40 Мехмонона. Озодбек Назарбеков.
18.00 Кино SMS.
18.05 Мусикий лаҳзалар.
18.15 Талабалар шаҳрочаси.
18.35 SMS - тест.
18.40 Каталог.
18.50 Мағрутингман, диёрим!
19.00 Даъвр.
19.40 Кўнгилга йўл.
20.00 Cinema Bollivud.
20.15 "Ханда" иходий гурухи на-
мойиш этади: "Кўшкупок".
20.30 Мусикий дастур.
20.50 Кино SMS.
20.55 Ёнлонлар.
21.05 "Шубҳа", Телесериал.
22.40 Таманно. 1-кисл.
23.40 "Оқсоқ хоним". Бадий фильм



- 7.30 "Хабарлар".
7.50 "Бодров утро".
9.10 "Спортивная перемена".
9.20 Мультифильм.
9.30 "Талисман". Сериял.
10.10 "Смак".
10.30 "Софлом оила".
11.00 Эркин кураш. "Мустакиллик кубоги" Гран-при халқаро турнири.
13.00-14.00 "Снукер".
18.00 "Болалар спорти".
18.20 Мультифильм.
18.50 "Спорт - менин хайтим".
19.10 Футбол: Ўзбекистон Чемпионати. "Локомотив", "Трактор".
20.00 "Вести".
20.15 "Путешествие в древний мир". Док. фильм.
20.30 Айтишув.
21.30 "Хабарлар".
21.50 Эркин кураш. "Мустакиллик кубоги" Гран-при халқаро турнири.
22.50 Евробуфтол. "Челси" - "Тотенхэм".



- 9.05 - "Теле-хамкор".
9.20 - "Детский час", мультисериял.
11.10 - "Ошикона".
11.55 - "Спорт - экстрим".
12.40 - "Звезды Голливуда", мультифильм.
14.30 - "Болалар соати".
15.30 - "Музыкальный калейдоскоп".
16.00 - "Детский час".
16.45 - "Теле-хамкор".
17.00 - НТТ - "Художественный фильм", Премьера - "Гарри Поттер и кубок огня", 1 серия.
18.15 - НТТ - "Шов - шувлар", дам олиш дастури
18.35 - "Мусикий лаҳзалар".

- 19.00 - "Ошикона", мусикий да-
стури.
19.45 - "Теле-хамкор", фойдали
газета.
20.00 - "Хит-парад - плюс".
21.00 - НТТ - Индийское кино
«Вакт», 1 кисм.
22.30 - "Шоу-бизнес янгиликла-
ри", информацион дастур.
23.00 Индийское кино «Вакт», 2 кисм

- 6.00 "Доброе утро, Россия!".
7.40 "Золотой ключ". Итоги ти-
ражи.
8.00 ВЕСТИ.
8.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-
МОСКВА.
8.20 "Русское лото", Результаты
разыгрыша.
8.55 «Военная программа» Алексея
Сладкова.
9.15 «Вокруг света».
9.50 «Субботник».
10.30 «Утренняя почта».

8:00 ВЕСТИ.

8:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-
МОСКВА.8:20 "Русское лото", Результаты
разыгрыша.8:55 «Военная программа» Алексея
Сладкова.

9.15 «Вокруг света».

9.50 «Субботник».

10.30 «Утренняя почта».

11:00 ВЕСТИ.

11:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-
МОСКВА.

11:20 «Сто к одному», Телегра.

12:15 «В поисках приключений».

13:15 «Клуб сенаторов».

14:00 ВЕСТИ.

14:20 РОДНОЕ КИНО. Олег Стри-
женов, Леонид Куравлев и Людмила
Макасова в фильме «Непод-
суден», 1969г.16:00 ПРЕМЬЕРА. «Формула вла-
сти. Виктор Ющенко - президент
Украины».

16:30 «Марина Влади».

17:00 ВЕСТИ.

17:20 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ ВЕСТИ-
МОСКВА. НЕДЕЛЯ В ГОРОДЕ.

18:00 «Комната смеха».

18:50 ПРЕМЬЕРА. «Народный ар-
тист».

19:50 «В Городке».

20:00 ВЕСТИ.

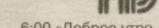
20:15 «Зеркало».

20:30 «Честный детектив». Авторс-
кая программа Эдуарда Петрова.

21:00 «Субботний вечер».

22:50 Джанкарло Джаннини в
триллере Тони Скотта «Гнев»1:40 Дольф Лунггрен в триллере
«Внезапный удар» (США). 2000г.

3:20 «Горячая десятка».

4:15 НОЧНОЙ СЕАНС. Тим Роб-
бинс в фильме «Кодекс 46» (Ве-
ликобритания). 2003г.

6:00 «Доброе утро, Россия!».

7:20 «Сельский час».

7:45 «Бingo миллион». Результа-
ты разыгрыша.

8:00 ВЕСТИ.

8:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.

8:20 «Диалоги о животных».

8:55 «Мешок яблок». Муль-
тифильм.9:15 Владимир Андреев в филь-
ме «Хестокость», 1959г.

11:00 ВЕСТИ.

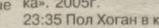
11:20 «Городок». Дайджест. Раз-
влекательная программа.

11:55 «Сам себе режиссер».

12:45 «Смехопанорама».

13:15 «Парламентский час».

14:00 ВЕСТИ.

14:20 «Фильм №77». Сатиричес-
кий тележурнал.15:10 Жан Рошфор в комедии
«Миллион лет да нашей эре»20:00 ПРЕМЬЕРА. «Кулагин». Де-
тективный сериал.18:00 ПРЕМЬЕРА. «Кулагин». Филипп Кирко-
ров, Кристина Орбакайте, Влади-
мир Винокур, Наташа Королева и дру-
гие в праздничном шоу Ва-
лентина Одакшина.20:00 «ВЕСТИ НЕДЕЛИ» с Серге-
ем Брилевым».21:00 «Специальный корреспон-
дент».21:25 Галина Польских в крими-
нальной комедии «Сумасброд-
ка», 2005г.23:35 Пол Хоган в комедии «Кро-
codile Дэнси в Лос-Анджелесе»1:25 Элизабет Херли в триллере
«Метод» (США). 2004г.3:25 СЕРИАЛ ДЛЯ ПОЛУНОЧНИ-
КОВ. Детектив «Прочная сеть-2»
(США).4:15 Канал «Европьюс» на рус-
ском языке.

6:00 «Доброе утро, Россия!».

7:20 «Сельский час».

7:45 «Бingo миллион». Результа-
ты разыгрыша.

8:00 ВЕСТИ.

8:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.

8:20 «Диалоги о животных».

8:55 «Мешок яблок». Муль-
тифильм.

9:15 Владимир Андреев в фильме «Хестокость», 1959г.

11:00 ВЕСТИ.

11:20 «Городок». Дайджест. Раз-
влекательная программа.

11:55 «Сам себе режиссер».

12:45 «Смехопанорама».

13:15 «Парламентский час».

14:00 ВЕСТИ.

14:20 «Фильм №77». Сатиричес-
кий тележурнал.15:10 Жан Рошфор в комедии «Ми-
лион лет да нашей эре»20:00 ПРЕМЬЕРА. «Кулагин». Де-
тективный сериал.18:00 ПРЕМЬЕРА. «Кулагин». Филипп Кирко-
ров, Кристина Орбакайте, Влади-
мир Винокур, Наташа Королева и дру-
гие в праздничном шоу Ва-
лентина Одакшина.20:00 «ВЕСТИ НЕДЕЛИ» с Серге-
ем Брилевым».21:00 «Специальный корреспон-
дент».21:25 Галина Польских в крими-
нальной комедии «Сумасброд-
ка», 2005г.23:35 Пол Хоган в комедии «Кро-
codile Дэнси в Лос-Анджелесе»1:25 Элизабет Херли в триллере
«Метод» (США). 2004г.3:25 СЕРИАЛ ДЛЯ ПОЛУНОЧНИ-
КОВ. Детектив «Прочная сеть-2»
(США).4:15 Канал «Европьюс» на рус-
ском языке.

Oila va jamiyat

№ 9 (748) 2 марта — 8 марта 2006 года

Oila va jamiyat



6:00 «Доброе утро, Россия!».

7:40 «Золотой ключ». Итоги ти-
ражи.

8:00 ВЕСТИ.

8:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-
МОСКВА.8:20 «Русское лото», Результаты
разыгрыша.8:55 «Военная программа» Алексея
Сладкова.

9:15 «Вокруг света».

9:50 «Субботник».

10:30 «Утренняя почта».

11:00 ВЕСТИ.

11:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-
МОСКВА.

11:20 «Сто к одному», Телегра.

12:15 «В поисках приключений».

13:15 «Клуб сенаторов».

14:00 ВЕСТИ.

14:20 РОДНОЕ КИНО. Олег Стри-
женов, Леонид Куравлев и Людмила
Макасова в фильме «Непод-
суден», 1969г.16:00 ПРЕМЬЕРА. «Формула вла-
сти. Виктор Ющенко - президент
Украины».

16:30 «Марина Влади».

17:00 ВЕСТИ.

17:20 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ ВЕСТИ-
МОСКВА. НЕДЕЛЯ В ГОРОДЕ.

18:00 «Комната смеха».

18:50 ПРЕМЬЕРА. «Народный ар-
тист».

19:50 «В Городке».

20:00 ВЕСТИ.

20:15 «Зеркало».

20:30 «Честный детектив». Авторс-
кая программа Эдуарда Петрова.21:00 «Веселые картины» с Юри-
ем Гальцевым и Геннадием Вет-
ровым.

21:20 «Веселые заметки» с Дм. Крыловым

22:00 Пока все дома

22:10 «Веселые картины» с Юри-
ем Гальцевым и Геннадием Вет-
ровым.

22:30 «Веселые заметки» с Дм. Крыловым

23:40 Боки сильнейших про-
фессионалов мира. Джо Кальза-
ре - Джофф Лейси0:40 Суперчеловек. «Опасные
связи». Фильм 1-й1:40 Лейтенант Коломбо в детек-
тиве «Смертельный номер»2:30 Сериал «Дефективный де-
тектив»

3:40 Новые чудеса света. «Вена.

Призрак старого города»

4:40 «Служебные романы». До-
кументальный фильм4:15 Канал «Европьюс» на рус-
ском языке.

Тинчликчи, нима ҳаракат? Эттара түшсизлар куним, шунга
Сеникни қачон? Мен 29 февралданда тушишсанман, 4
мисдада бир нишонландиканан.



Музикани биландинд қилда, оғзингиз
ти қимчирлатиш турсане бас, ани-
ла маънида дайиҳалди.



Рассом — А. ҲАКИМОВ

СИГАРЕТАНИНГ ҚУЛИГА

Менталитетимиз, турмуш тарзимиз тақозосига кўра бизда кашандарнинг асосий кисми эркаклар. Хотин-қизлар орасида эса чекувчилар жуда оз микдорда учрайди. Шу боис кўйидаги машқонлар кўпроқ эркаклар ўқишини истар эдик. Ёки уни

ўқиган хотин-қизларимиз мақолани эрларида, ака-укаларига, фарзандларига тавсия этишисин. Ниятимиз, тамакининг заҳарли туруни билан ўзининг ва атрофдагиларнинг соглигига жиддий путур етказаётгандар сони бир нечтага бўлса-да, камайса.

КУНИГА 600 ЗАРБА

Ҳаётини сигаратасиз тасаввур этолмайдиган ашаддий кашандага бронхиал астма, сарсон, инфаркт ҳақида ҳар кичча вазъ яйтманд, у бор-йўги мийигида кулиб кўя колади. Чунки у йиллар давомида тамакига шунчалар ўрганиб қолганки, усиз ўзини энг кимматбахо нарсасидан ажралган бечора-ю гарим сезади.

Чекиш оқибатида инсон қони таркибидаги "ташвиш гормонлари" парчаланиб кетади. Шу боис сикилиш, фам-ташвиш холатларидаги чеккан одам ўзини анча енгил сезади, руҳий зўриқишиларни осон енгади. Шу маънода никотин худди морфин, амфетамин, диазепам каби таъсири этади. Лекин бирорта одам, агар у оғир дардга чалинган бўлса ҳам, бирорта дорини бунчалик тез-тез ва кўп микдорда иштемол қўлмайди. Сигарета эса... Бир дона сигарета ўртacha 30 марта тортишига этади. Кунига бир кути чекадиган одам ўртacha 600 марта никотиннинг зарбасига учрайди.

Инсон чека бошлаган дастлабки кунларда унинг танаси бош оғриғи, кўнгилайниши, ҳолисзлик тарзида қаршилик кўрсатишга уринади. Аммо бунинг бефойда эканини англаб етгач, таслим бўлади ва никотинга мослаша бошлайди. Никотин моддалар алмашинувининг доимий элементларидан бирига айланаб қолади. Оқибатда ўз вақтида че-



Ўзга сайёралик:-3 йилдан бўён ерда тадқикот ўтказиб ўрганганимиз шу чекиш бўлди.

сув ёки шарбат ичиш зарур. Бунда 1 стакан сув ёки шарбатга 2 грамм ош содаси кўшилади. Сода ичишининг зарурати шундаки, аксарият xorix тараки маҳсулотлари конда кислотаси микдорини ошириб юборади. Сода сус мувозанатни тасминлади.

Сигарета чекканда танада дармондорилар, биринчи галда С дармондориси камаиди. Бир дона сигарета 0,1 миллиграмм С дармондорисини йўқ қилади. Усиз эса бошча дармондорилар ҳам иш бермайди. Шу маънода ҳар сафар чеккандан сўнг лимон ейиш тўғри бўларди. Кашандаликдан даволаща 5 хафта давомида кунига 200-300 миллиграмм аскорбин кислотаси иштемол килиш тайинланади. Шунингдек, кашандага В гурӯҳ дармондорилари чекмайдиган одамга нисбатан 20 марта кўпроқ зарур бўлади.

Тўғри овқатланиш ҳам тананинг кимёвий меъёрини ушлаб туришда ёрдам беради. Таркибидаги кофеин бўлган маҳсулотлар (қаҳва, чой, шоколадни камроп, иштемол килиш керак. Чунки кофеин кондаги қанд, микдорини камайтириб юборади. Бу эса никотинга, алкоголга ва ширинликка бўлган талабни оширади. Шу тифайли кашандаликдан даволаща кўйидагича парҳез тавсия этилади. Нонуштага мевалар, шарбатлар. Тушнишка янги узилган сабзавотлардан салатлар, кайнатилган сабзавотлар. Кечки овқатга помидор, кайнатилган балик ва тухум. Гуруч, нон, картошка, ширинликлар ейиш мумкин эмас. Ёнғоқ, асал дастурхонингизда доимий бўлиши мумкин. Тўғри овқатланиш билан бирга жисмоний машқлар ҳам зарур.

ЧЕКИШДАН ЧЕКИН!

Мутахассислар сигарета чекишининг тўртта асосий психологик сабабини кўрсатадилар:

1. Кашандаги сигаретанинг асабини тинчлантиришига, чарчокни олишига, кайфитни яхшилашига ишонади.
2. Эрмак учун чекини. Кутуни очиши, сигаретани ёкини ва баромкларда ўзига хос тарзда ушлаб туриш, оғиздан пага-пага тутун чиқариш ёқади.
3. Ичиликбозлилардан кашандалик яхшириш.

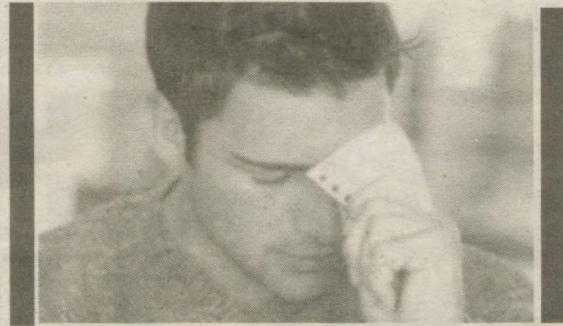
килмаган бир дона сигарет туфайли ҳам оғизнинг куриб қолганини хис эта-сиз, ўзингизни беҳол сезасиз. Мабодо чекиши ташлаша урингудек бўлсангиз, юқоридагиларга жиззаки-лик, ўйқусизлик ёки аксинача ўйчан-лик, кизиқонлик ҳолатлари қўшила-ди. Натижада ичингиздаги янга бир "мен": "чексанг бу нохушилардан кутиласан", - деб сизни туртилаб туради. Охир-оқибат чидомласлигиниз мумкин. Чекиши ташлаша аҳд килганларинг, одатда, 87 фоизи зўрга 3 кунга чидайди, холос. Хар 100 одамдан 5 тасигина мутахассис ёрдамисиз чекиши ташлаши мумкин.

ЧЕКИНГМИ? ЛИМОН ЕБ ОЛ!

Юқорида беённинг тарзидан кутиласади, сиз чекиши ўз хоҳининг билан бошлаган бўлсангиз-да, ана шундай хоҳиш билан ундан осонгина кутиласади, деб ўйласангиз, адасасиз. Шунинг учун биринчи навбатда танани никотиниз яшашга аста-кунинг кўниги тириш керак. Масалан, эрталаб очкоринга ва кечки пайт таҳминан соат 18лар атрофида ош содаси эртилган

АЙДАНМАНГ

Фақат эркаклар ўқисин



лик қилса, чекмай кўя қолади.

3. Чекиш ёқимли. Иш бошлашдан олдин, тушлиқдан кейин чекинг келади. Ҳатто тўشاқда ҳам чекиш одатий тус олади.

4. Муттасил чекиши. Сигарета чекиш худди нафа олиши ёки овқатланиш каби эхтиёжга айланиб қолади.

Ашаддий кашандаги сигаретадан "маҳрум" этилганидан сўнг 2 соат ўтиб, унда руҳий зўриқиши бўлши бошланади: вахуми

босади, жizzакилик аломатлари кўзга ташланади. Камига бош оғриғи, қон бо-симишнинг пасайиши, юрак уришининг сенинлашви кўшилади. Шу боис аксарият ҳолларда унга антиникотин сакичлар, шимиладиган дорилар, чекиши қарши ҳар хил ҳандорилар умуман ёрдам бер-

майди. Чунки улар тамакига жисмоний боғлиқликни енгса-да, руҳий боғлиқликка фойдаси тегмайди.

Одатда чекиши ташлашга қарор қилган кашандаларга мутахассислар кўллари ва оғизларини доим банд этиб юриши тавсия этадилар. Масалан, мунтазам писта, ёнғоқ қашиш, бодрек ёб юриши ва ўқазо.

ХУЛОСА ЎРНИДА

Чарчоқни, руҳий зўриқиши, асад бузилишини енгизда сигарета энг яхши восита эмаслигини англаб етиш вақти келди. Энг ёмони ишда умуман чекмайдиган ҳамхоналигиниз, уйда оила аъзоларнинг "пассис кашандага" айланадилар. Яни сиз чеккан ҳар бир сигаретанинг тутуни уларни аста-секин заҳарлаб боради.

Чекиши ташлашга ўзингизда куч то-полмасангиз, мутахассисга пул сарфлашдан кочманд. Амалда бу харажат ҳар куни сигаретага, кейинчалик у келтириб чиқарадиган касалликлардан даволаниша сарфлайдиган маблагингиздан анча арзонга тушади.

КАШАНДАНИНГ ТЎРТ "ХИМОЯ ҚОБИФИ"

Одатда аксарият кашандалар чекиши ташлашаси учун куйидаги ча баҳоналар кўрсатадилар:

1. "Чекиши ташласлам, семириб кетаман".

Агар одамни мунтазам бирор-бир заҳар, жумладан никотин билан "бокиб" турисла, табиийи, у ҳеч качон семирмайди. Лекин семириб кетишини чекиши ташлаш билан боғлаш нотурғи бўлар эди. Семирига тўртта сабаб бўлиши мумкин: танадаги гормонал бузилишлар; ўтрок турмуш тарзи (камхадракатлик); кўп овқат ейиш; наслий себаб.

2. "Чекиши ташлагим келмаяпти, лекин хоҳласам, эртагаёқ ташлайман".

Бу - кулгули. Бунинг устига болаларнинг гапига ўхшайди: "Мен кўркмаялман, лекин даҳшатта тушаялман". "Касалликлар, жароҳатлар ва ўлим сабабларининг ҳалқаро таснифи" да кашандаликка ҳам касаллик сифатида таъриф берилган. Шу боис ҳар кечча хоҳлаганинг билан чекиши ташлашайиз. Бундан бирор нарса чиқиши қийин. Чунки никотинга болганинг қолган одам гиёҳванд моддалар қулига айланган кишидан деярил фарқ килмайди.

3. "Ичиликбозлилардан кашандалик яхшириш".

Хеч ҳам яхши эмас-да. Агар алкоголдан бирданга заҳарланиш эҳтимоли кўп бўлса, никотин йиллар давомида соғлингизни кемиради. Фарқи шунда: 18-20 йилдан бери тамаки чекадиганлар орасида соғлоннишиларни деб юртади. Чунки чекини эса иккни баравар заради. Чунки ўтаг, акса ўриш, туфук орқали тамаки тутунидаги айрим заради маддалар танадан чиқиб кетса, алкогол аксинача уларнинг қонга сўрилишига олиб келади.

Бир киши ароқ ичагч, 12 соат давомида



хеч нарса емай факт 14 дона сигарета чеккан. Оқибатда у... ўлиб колгандиги ҳакида маълумотлар бор.

4. "Уистон Черчилл тинимисиз сигара чеккан, кунига бир шиша конъяк ичган ва... 90 йил яшаган".

Черчиллининг таржими холлини ўрганганлар унинг ҳайтидаги фожеали нуктадардан ҳам хабардор бўлиши керак. Унинг фарзандлари эрта ўлиб кетишган. Ўзи эса умрингин охирги ўн йилини ногоринлар аравачасида яримжон бўлиб ўтказган. Шифокорларнинг фикрича, агар Черчиллининг ўша зарарли одатлари бўлмагандан уна 15-20 йил мамлакатни бошқариши мумкин бўларди. Кашандалик умрни 20-30 йилга кискартириши тасдиқланган.

ДАРМОН тайёрлади.



ЖУДА ХУРСАНД БҮЛАРДИМ...

Анча йиллардан бүйн кизим Зилола-хон баҳор ва қыш ойларида оёкларининг зиркираб оғришидан озорланиб юрарди. Оёқ хасталигидан нолиб поликлиникага борган экан. Врачлар узок текширувлардан сўнг: "Пенициллин, ампициллин, оксициллин ва метициллин каби дорилардан кайси бири бўлса ҳам дорижоналардан олиб, иккита ҳафта давомида уйда даволанасиз. Агар оғрик колмаса 1,5-2 ой муддатга, лозим бўлса 6-7 ойгача касалхонада ётиб, даволанишингизга тўғри келади", - дейишишиб.

Кизим юқоридаги дорилар билан иккита ҳафта рецептда кўрсатилгандек даволаниш, фойдаси бўлмагач, ҳалқ табобати йўли билан кўйидагича даволадим.

Тоғ худудларида экилган экологик тоза кунжутнинг от кўшилган жувозда

хайдалиб, дод килингандан ёғидан оёкларининг оғриғиган жойларига суртиб, яхшилаб уқаладик. Сўнг тўрт оёқли стулчани шипига иккита электр лампочкасини ўрнатиб, устига кўрпа ташлаб, атрофини яхшилаб ўраб, кунига 3 маҳал, ҳар сафар 25 дакиқадан оғриған оёқни кўрпа ёпилган стулча остига тикиб ўтирид. Оёкларидаги оғрик бир ойда тазалди.

"Оила ва жамият" газетасининг азиз муҳлислари! Зарур бўлганда юқоридаги усульнин синап кўринг. Ушбу муолажа оёқларингизда дардига дармон бўлса, мен ҳам ўзимни жуда-жуда бахтиёр ҳис қилган бўлардим.

Аబол бобо ДАВЛАТОВ,
Қашқадарё вилояти,
Карши шахри,
Худойод махалласи.

ЭВКАЛИФТИНИНГ ХУСУСИЯТЛАРИ

Мен 1965-70 йилларда ошқозон ва ўн иккита бармоқли ичак яраси касаллигидан азобланиб кўп азиёт чекканман. Касалхоналарда ётдим, кўплаб дорилар ичдим, уколлар олдим. Улар вактина фойда берса-да, дорилар кучи тугагач, оғриқ тобора кучайиб, дармонизлашиб, кўлим кўкрагимдан тушмасди. Овқат есам ҳам, емасам ҳам ичим бир хилда ачишиб оғрийверарди. Шифокорлар санаторияда даволанишина тавсия килишди. Шу баҳона Сочига бордим. Сочи бозорини айланып юриб, эвкалифт япрогрига кўзим тушиб қолди. Сув халтачага яхшигина ўралган япроқлар устидаги бир варак, коғозга ўн иккита хил касалликка даво бўлиши ва унинг қандай тайёрланиши-ю қанчадан фойдаланишгача аниқ-равшан ёзиб кўйилган эди.

Менинг халтачани кўлимга олиб узок тикилиб, турганимни кўрган сотувчи аёл катта сумкасидан бир тибиёт профессорининг "Доривор ўсимликлар" китобини олди-да, ундан ошқозон, ревматизм, радикулит ва бошқа касалликларга доир қисмини ўқиб олишимни маслаҳат берди.

Китоб билан танишиб чиққач, кўрсатилган йўл-йўрүк бўйича эвкалифт япрогидан доди тайёрлаб, ўзимни даволашга киришдим.

Кўрсатма бўйича доди кўйидагича тайёрланар экан:

20 грамм эвкалифт япроги сувда ювилиб сирли идишига солинади ва устидан 3 литр сув куйиб қайнатилиди. Советиган қайнатмани докада сузуб олиниди. 40 граммдан ҳар 4-5 соатда овқатдан ярим соат олдин ичилади. Ичилган доди ачиған жойга майдай ёқиб танага ҳузур багишлади.

Тайёрланган дорини бир курс ичганимдан кейин бутунлай согайиб кетдим. Ўн иккита бармоқли ичакдаги яраҳам ўз-ўзидан йўқолиб кетди.

Худога минг бора шукрлар бўлсинки, мана, 34-35 йилдан бери ошқозон касалидан шикоятини йўқ.

Азиз муҳлисларда ушбу мақолани ўқигач, "Эвкалифт япрогини қаёдан топамиш?" деган савол туғилиши табиий. Бу доривор япроқни бозорларимиздаги доровор ўсимликлар билан савдо қуловчилардан, дорихоналаримиздан ёки Кавказ бўйи санаторияларга бориб дам олувчи юртошларимиз орқали олиб келиб фойдаланиш мумкин.

ЭСЛАТМА: даволаниши муолажала-ри вақтида ароқ ичиш қатъян ман-килиниади.

Тиллабек МИРЗААҲМЕДОВ,
Тошкент вилояти, Оққўргон тумани.

ШИФОБАХШ ЧОЙ ҲАҚИДА

Газетада "Дардимга даво топдим" са-хифасини мунтазам ўқиб бораман. Одамлар дардига малҳам бўлишдек са-воб ишларингизда озигина бўлса-да, ушбу кўшиши ни-ятида ўзим билган бир неча шифобахш чойларни тайёрлаб усусларини тавсия этишга этмоқчиман.

1. Ныматак меваси ва кора қорагат (смородина) баргини майдалаб, ара-лашириласиз. Унинг 1 ош қошигига 1 стакан қайнот сув куйиб дам-лаб кўясиз. 40-60 дакиқадан сўнг ичиш мумкин. Ушбу дамлама яллигланишга қарши ҳамда сийдик хайдаш хусусиятига эга. Бўйимларда туз йигилишида ҳам-фойда беради.

2. Малинали чой. Куритилган малина меваларидан 5-6

ош қошик олиб, 3 стакан қайнот сувда дамлайтисиз. Бир соат ичиди 2-3 стакан малинали чой ичиш тавсия этилади. У нафакат тумовни ҳайдайди, балки ошқозон яраси (гастрит)да корин оғригини пасайтириш хусусиятига ҳам эга.

3. Юракка ёқадиган чой.

4 ош қошикда лимонут (мелисса)нинг гули ва янги узилган барграрни майдалаб оласиз. Устидан 1 литр қайнот сув куйиб, 2 соат дамлаб кўясиз. Қайнотлигига бу чой ўзисизлик ҳамда юрак хасталикларида ёрдам берса, со-вуги танини ҳар хил хилтлардан тоза-лаша қўл келади.

Аброр ХЎЖАҚУЛОВ,
Жиззах тумани.

ТАБИИЙ ВОСИТАЛАР ЁРДАМИДА

Анча йиллардан бери ошқозон яраси менинг безовта қилиб келарди. Шифокорлар тавсия этиладиган турли-туман дориларни ҳар доим ҳам ҳаммеш кўтаравермайди. Шу боис табиий воситалар ёрдамида даволанишга карор қилдим. Иккита ҳафта парҳезга "ўтириб", сули ёрмасидан бўтқа тайёрлаб едим. Эрталаб ва кечқурун ёрма-

ни сувда қайнатиб, озрок шакар кўшардим, холос. Бундан ташкари эрталаб оч коринга иккита тухум ютиш мумкин. Шунингдек, турли гиёҳлардан чой дамлаб, асал кўшиб ичиб турдим ва тез орада дарддан халос бўлдим.

Манзура МўМИНОВА,
Тошкент шахри.

ТАНАНИ ЛИМОН БИЛАН ТОЗАЛАШ

Вакти-вакти билан таянч-харарат тизимиши ҳам тозалаб туриш керак. Шунда бўйим ва умуртқалардаги оғриқдан халос бўлиш ҳамда танада туз йигилишининг оддини олиш мумкин. Бунда кўидагича аралашма қўл келади:

Лимонни ювиб, пӯчиги билан киргичдан ўтказасиз. Бир бош саримисок пийзни ҳам пўстидан тозалаб, киргичда майдалаб олининг. Сўнг уларни 1 литриларнага солиб, устига қайнатиб совутилган 2 стакан сув куйиб, оғзини ёбиқ коронгу жойда 36 соат саклантириб ошинарни тозалашади.

Шунингдек, Дилобархон тез-тез йўталь тутиб, балам кўчиши кўйин бўлганда ярим пўёла илик сувда 0,5 чой қошик соҳсади ва бир чимдим тузни эритиб ичиш ҳам яхши ёрдам берини айтib берди.

Умидда КОСИМЖОНОВА,
Термиз шахри.

Илмира БАРОТОВА,
Тошкент вилояти.

БЎҚОКНИ ДАВОЛАЙМИЗ

Бугунги кунда йод етишмовчилиги ва унинг оқибатида келиб чиқадиган бўйок касаллиги хакида кўп гапирилмокда. Турли хилдори-дормонлар билан бирга йодланган туз ҳамда йод ионлари билан бойтилган минерал сувлар ҳам тавсия этилади. Ҳалқ табобатида ҳам бўйокдан даволаш ва ўндан сакланнишнинг бир қанча самарали ўсуллари бор. Масалан:

1. Бу касал билан оғриғиганда пархез саклаб, кўпроқ денгиз қарами, балик маҳсулотлари еб туриш керак. Ҳар куни бодринг, қизил лавлаги ва кар-

тошка шарбатидан тенг миқдорда ара-лашириб ичиб туриш ҳам яхши самара беради.

2. Қора мевали рябина (четанда) ҳам йод кўп бўлади. 1 килограмм рябинани худди шунча шакар билан арапаштириб, кунига уч маҳал 1 чой қошикда еб юриш зарур.

3. Бир кафт сули олиб, устидан 1 литр кайнот сув кўясиз ҳамда 2 дақика қайнатиб турасиз. Сўнг оловдан олиб, дам ейishi учун яхшилаб ўраб кўясиз. Бу дамламани истаган пайтда истаганча ичиш мумкин.

Ширингул СОДИКОВА,
Нурота тумани.

ДИҚКАТ—янги руқн: ДАРДИМГА ДАВО БОРМИ?

Онам 67 ёшдалар. Мана 1 йилдирки, катта хожатга чиқиши кийналадилар. Рентгеноскопияга туширган эдик, ичак фаолияти яхши эмас, перисталтика яхши, дейишиди. Мана, 6-7 ойдирки, клизмадан фойдаланишга мажбур бўляяпмиз.

"Оила ва жамият" газетхонларига орасида шунчака касалликдан даволангандар ёки давосини биладигандар бордир. Ёрдам беринг, хатларини гузарсан.

Тозагул МАҲМУДОВА,
Коракалпогистон Республикаси,
Нукус шахри, 22-митти туман,
А. Дўсназаров кўчаси, 24/6.
Инд. 742005

Ёшим 46 да. Мен 14 йилдан бери "байрак тоши" касаллиги билан оғриб келаяпман. Шу йиллар давомида канча доди-дармонлар олдим, ҳар хил гиёҳли дамламалар ичдим, сиҳатлоҳларда даволандим, пархез тозомлар билан муолажа қилиб келмокдаман. Албатта буларнинг фойдаси бор, лекин вактичалик. Буйракдаги тошлар муолажадан кейин парчаланиб тушади, аммо вақт ўтиши билан яна пайдо бўляяпти. Тош кайта пайдо бўлямаслиги учун нима қилиш керак? Юртошларимиз орасида бунинг йўлини биладигандар бўлса, менга ҳат орқали ёзиб юборишса, ёки газета саҳифаларида жавоб беришса, деган умидда эдим.

Муяссар МАТНАЗАРОВА,
Хоразм вилояти, Урганч шахри,
Ал-Хоразмий кўчаси, 93-йи,
инд 740000.

Дармон ИБРОХИМОВ таънерлади.

ЙИЛЛАРГА ЯШИРИНГАН МҮЖИЗАЛАР

2006 йил янги асрнинг олтинчىй йилидир. Ер юзидағи одамзод бу йилдан нималарни кутмоқда. Унга қандай сир-синаотлар яшириңганды? Умуман янги асрнинг дастлабки ўйнида туғилган инсонлар тақдирида қаси жиҳатлар устувор бўлади?

Ана шулар ҳақида изланиш олиб боришган япониялик таҳлишунон тарихда яшаб ўтган донишмандлар, авлийлар, саркардалар, пахлавонлар, санъат оламининг етук кишилари, фалакиёт илмининг донишлари ва бошқа ўтириш тафаккур эгаларининг таваллуд топган саналарини осмон жисмиларининг жойлашувига таҳлилаш асосида, тақдирида ҳархалаганинг ўзига хос сир-синаотларини очиши мусасар бўлдишлар. Уларнинг фикрича, ҳар бир йил юлдузларнинг жойлашувига мутаносиб равишда туғилажак инсонларнинг феъл-атворини, катта ишларга қодирлигини, баҳт-омадига янлигини белгилаб бераркан.

Бу албатта одамзод учун янги фикр эмас. Бироқ уларнинг туғилажак инсонларнинг зехн-заковати ҳақидаги мушоҳадалари анча қизиқарлидир. Чунки ҳар бир инсон ўз фарзанди тақдиридан, унинг нималарга қодир бўлишиларини билгиси келади. Хўш, уларнинг фаразлари қандай?

МОХИРЛИК

2000 йил бошқарувчилик ўюнтирувчилик фазилатлари устувор бўлган, мулоҳазали, ўтириш зеҳн эгалари тарихда таваллуд топган сана бўлиб тариха киҳаркан. Янни бу инсонлар зиммасида ишни мумкамал бажаришининг сир-синаотини топишга моҳирлик, фойдойлик етакчи йўналиш бўлиб коларкан. Улар 40 ўёшида ўзларининг фаолиятни чўққисига етишиб, бошқарувнинг энг гўзал намуналарини яратиб, инсонларнинг меҳнатига бўлган муносабатини кескин бойита олиш маҳорати билан ном чиқаришаркан.

КАШФИЁТЧИЛИК

2001 йилда эса ўзининг катъияти ва кашфиётчилиги билан оламга таниладиган инсонлар дунёга келаркан. Улар океан, денгиз ва ер остидаги сир-синаотларни очиши ҳамда саёҳатлар ташкил этишининг ҳақиқи дөвюрек мутахассислари бўлишишаркан. Шимолий кутуб ва Жанубий кутубнинг гўзал ва тақорорланмас манзараларидан бахраманд бўлишишаркан. Уларнинг жойлашувига таҳлилаш асосида инсоннинг муносиб ўзига олишишаркан.

МОЛДАЙМЛИК

2002 йилда туғилган инсонларда мулойимлик ва мулоҳазакорлик фазилатлари

устувор бўларкан. Янни иммий-зияделик, турли ҳалкларни тинч-тотув яшашларига кўмаклашиш, инсоннинг англаш ва ўз иктидорини рўёбга чиқаришларни кўллаб-куватлапш харакатининг ҳақиқий жонкуярлари етишиб чиқаркан. Таъиат гўзалликларни сақлаш, атроф-муҳитнинг ифлосланишини чеклашнинг толмас фидоийлари ва бу ҳақдаги илмиy вичимларнинг муаллифлари эканлиги билан тарихда муносиб из колдирашаркан.

ҲАҚИҚАТГУЙЛИК

2003 йилда таваллуд топган инсонлар кизикон, тезкор, адолат йўлидан чекинмайдиган, саркардалил кобилияти билан жаҳонга таниладиган ҳақиқи бўлишишаркан. Уларда ҳамма масъулиятини ўз зиммасига олиш, ўзгувикин бартара бартида жонини фидо килишга хам ҳозирлик фазилини устувор бўлиб, ҳақиқатни ўнрига кўймагучна тикин-тичинчалик қонконига сингиб кетган бўларкан. Адолат йўналишида кўпдан-кўп ишларни, жасоратни амалга ошириб, инсоннинг олишишаркан. Ташкилотчилари эканлиги билан шон-шүҳрат топишаркан. Сув жонзотдарининг кирилиб кетишини олдини олишида жонкуяр, тиришкок тарбиботлар дунёга келаркан.

ҲОКИСОРЛИК

2004 йилда таваллуд топган инсонларда ҳокисорлик, яны уста-мураббийлик фазилини устувор бўларкан. Улар одамзодин виҳоди амри билан иш тутишига даъват этишаркан. Ўз касбининг сир-синаотларини эгаллаш, ишни пухта бажариш-



га мойиллик, юкори чўққига қишигунига самарали таъсир кўрсатиш уларнинг асосий шири бўлиб коларкан. Улар 40 йил ичida тўла камолатта етиб, 2044 йилларда инсоннинг мала-касини ошувига сезиларли таъсир кўрсатиб, бу эзгу ишлари билан одамлар қалбидан муносиб ўз олишишаркан.

ШОВ-ШУВЧИ

2005 йилда таваллуд топган инсонлар эса жиндан ҳовлиқаро, ўзининг шахсини олдинга олиб ўтишига, шов-шувларни ичиши яшашга мойилроқ ҳақиқи бўлишишаркан. Шунга қарамай, улар орасидан ўз санъати, гўзал меморий асрлари билан жаҳонга танилган инсонлар етишиб чиқаркан. Таҳлишунослар бу йилда Осиё китъасида гўзал ва ҳушбичим қизларнинг кўпроқ туғилишини хам башорат кил-

ганлар. Дунёни гўзаллик кўтариб қолади, деган иборанинг ҳақиқий маъно-моҳиятини бутун дунёга ёя оладиган санъаткорлар камол топадилар.

ҚУЗАТУВЧИ

2006 йилга келсан, туғилажак фарзандларда қузатувчилик - фалакшунослик фазилини устувор бўларкан. Янни улар коинотнинг сир-синаотларини очишиша шов-шувларга сабаб бўлувчи тадқиқотларни олиб боришиб,ном қозонишаркан. Бу йилда туғилганлар 55 йилдан сунѓ ўзларининг камолот чўққисига етишиб, садоқат ва бардошда жаҳонга ибрат кўрсатишаркан. Коинотда тирик мавжудотлар бор деб фарз қилинаётган саёҳалар аниқланни, уларни кузатиш ишларини замонавий йўлларини топиб, тарихга киришишаркан.

ХОТИНИДАН ҚЎРҚМАС ЭМИШ...

Келин-кўёу чимилдикка киравётганда "оёқ босиш" одати бор. Агар ким жуфтининг оёғини биринчи бўлиб босса, оиласда ўшнинг кўли баланд, сўзи ўтириш бўлармиш. Айтишларича, Хадиҷа янга узатилаётби қишлоқдаги дугоналарига: "Мана, қўрасизлар, чимилдикка оёғини бостиришмайман!" - деган экан. Хуллас, никоҳ куни чимилдикка киравирма келинчак кўённинг оёғини маккам босиб олиди. (Кун бўйи фикру хаёли шу билан банд экан-да!) Бу холни

кузатиб туришган кизалоқлару болакайлар "Янгамиз биринчи бўлди! Поччамизнинг оёғини босди!" - деб кичкиришган. Бу гап зумда тўйхонага ёилибиди. Тўйдан сунѓ бир неча хафта ўтган, кўёнинг жўралари ўзаро маслаҳатлашишибди: "Эскілар айтиб кетган ўша гап рост бўлса, чиндан жам ҳўрамиз энди келинчак кўёнинг галига кириб, ундан кўриб яшайтиши?" Қани уни бир синаб кўрмаймизми?" Эртасига улар жўраларининг ўйига боришибди. Зиёфат қуюқ бўлибди. Карапаш-

саки, Хадиҷа келин буларнинг хизматига шай, хали чой кўйған, хали овкат пиширган, хали баълиқ ковурган... Демак хаммаси жойида!

- Ўтган куни Қораарикдан бир дунё балик тутиг бельганиман, - деб мактанибди кўй. - Тузлаб, музлаттичга босиб кўйдик.

- Э-ха, таги мўл бўлса, хотинингга айт, яна уч-тўртта қовуриб келсан, - деб ҳазиллашибди жўралардан бири.

- Хўп, ҳозир, - деб чиқиб кетибди кўёв ва зум ўтмай ранги ўчиброк кайтиб келибди.

- Узр, жўралар, мен ҳалиги... Хадиҷа-

«Еттиқишлиқ» ҳангомалари

дан кўркмайману, лекин кўнгли сал нозиркоқ-да. Гап бундок, хотинимни ичкарига чакириб, гагга солиб турай. Сенлар бигталаринг музлаттичдан иккича-чублини олиб, қозондаги ёқка тезги на кизартириб чиқинглар. Ундан сунѓ ўтиришини яна давом эттирамиз, хўлми?

Жўралар бир-бири билан маъноли кўз ўришибди олишибди: "Демак, эс-киларнинг ўша гапи рост экан-да! Яхшиям чимилдикка оёғимизни бостириб кўймаган эканмиз!"

Гулчехра ЖАМИЛОВА

Муассислар: Ўзбекистон Республикаси Хотин-қизлар кўмитаси, Болалар жамғармаси ва «Соғлом авлод учун» Ҳалқаро жамғармаси

БОШ МУҲАРРИР: ДИЛБАР САЙДОВА

Бош муҳаррир: 134-86-91

Бош муҳаррир ўринбосари: 134-25-46

Қабулхона: (тел. ва факс): 133-28-20

Табриклар, эълонлар: 133-04-50

Бўлимлар: Оила - 133-04-35, 134-25-46

Бухгалтерия: 132-07-41

Газета таҳририят компъютер базасида терилини ва садифаланди.

ХОМИЙ: «Матбуот тарқатувчи» акциядорлик компанияси

ОБУНА ИНДЕКСИ - 176

Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигига 027-рәқам билан рўйхатга олинган.

Буюртма Г - 432. Формати А-3, ҳажми 4 табоб.

Адади - 13820

Садифаловчи - Ш. БАРОКОВ

Рассом - Н. ХОЛМУРОДОВ

Навбатчи - Д. ИБРОХИМОВ

Мусаххис - С. САЙДАЛИМОВ

1 2 3 4 5

Фойдаланилмаган қўлёзмалар таҳлил килинмайди, муаллифларга кайтарилмайди, ёзма жавоб берилмайди.

«Шарқ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида чоп этилди. Тошкент, Буюк Турон кўчаси, 41-йд. Босишига топшириши вакти - 20.00. Босишига топширилди - 21.00.

E-mail: oilavajamiat@rambler.ru
oilavajamiat@mail.ru