



## ДИЛБАНДЛАРИМИЗ БАҒРИМИЗГА ҚАЙТДИ

“Соғлом авлод учун” халқаро хайрия фонди бир неча йилдан буён Германиянинг “Friedensdorf International” халқаро ташкилоти, Жанубий Корея Республикасининг “Save the Children” халқаро фонди, Корея халқаро соғлиқни сақлаш KOFIN фонди, Ewha Womans University, Severance University, Ин Ха ва Бундан Ча университетлари госпиталлари билан ҳамкорликда турма юрак нуқсонли, терининг қуйиш асоратлари, туғма қўл-оёқ бўғимлари ва бошқа ташхислар билан оғриган бемор болаларни бепул соғломлаштириш билан боғлиқ хайрли ишларни амалга ошириб келмоқда.



— 2008 йили биринчи фарзандим Дурдона дунёга келганида қўл ва оёқ бармоқчаларидан иккитаси бир-бирига ёпишганини кўриб, кўнглим хира тортганди, — дейди Навоий вилоятда истикомат қилувчи Гулруҳ Арслонова. — Шу нуқсонни ҳисобга олмаганда, қизим бошқа соғлом чақалоқлардан фарқ қилмасди. Овқат хазм қилиши, нафас олиши, ҳаракатланиши ҳам метёрида эди. Катта бўлаверсин-чи, дардини берган шифосини ҳам беради, деган умидда парваришлай бошладик. Дурдона тўрт ойлик бўлганда ўзимни лоҳас сеза бошладим. Текширувга борсам, шифокорлар яна ҳомиладор эканимни айтишди. Ўзим билан овора бўлиб қизимни даволаш кейинга қўйиб кетди. 2009 йили фарзандимиз иккита бўлди. Лекин ўғлим ҳам худди опасидек бармоқчалари ёпишган ҳолда дунёга келди. Наслимизда бундай хасталик билан оғриганлар бўлмагани учун фарзандларимизнинг нуқсонли туғилиши сабабини билолмай қийналардик. Ўғлим уч ойлик, қизим эса бир ёшдан ошганида туманимизга қарашли оилавий поликлиникамизга чикдим. Йўлақда нав-

бат кутиб ўтирганимда, ўғлимнинг қўлига кўзи тушган бир аёл: “Соғлом авлод учун” халқаро хайрия фондига мурожаат қилмадингизми? Ҳозирги кундан бу ташкилот орқали юртимиздаги кўплаб бемор болалар чет элларда даволаниб келишяпти”, деб қолди. Ростини айтсам, мен бундай муруватли фонд ҳақида эшитмагандим. Аёл менга фонднинг Зарафшон шаҳридаги филиали манзиллини берди. Турмуш ўртоғим билан дарҳол йўлга тушдик. У ердаги шифокорлар фарзандларим ҳақидаги барча маълумотларни олишди ва текширув учун чақиришларини айтишди. Биз кутган кўнгирак 2013 йилнинг апрель ойида бўлди. Германиялик шифокорлар келиб, хасталиги ўта оғир деб топилган болаларни даволаш учун кўриқдан ўтказишгаётган экан. Сўнгги натижалардан кейин иккала фарзандимни ҳам 2014 йилнинг 12 февралда даволаш учун Германияга олиб кетишлари ҳақида хабар беришди. Айтилган куни “Соғлом авлод учун” халқаро фонди вакили ҳамроҳлигида бир неча бемор болалар қато-

“Соғлом авлод учун” халқаро хайрия фонди ва “Ўзбекистон темир йўллари” ДАТК ҳамкорлигида ташкил этилган хайрия акцияси доирасида “Саломатлик” поезди шифокорлари Навоий вилояти марказидан олисда жойлашган қишлоқ ва овуллар аҳолисига тиббий хизмат кўрсатмоқда.

Фонд ташаббуси билан Тошкент шаҳридаги “Меҳрибонлик” уйларининг жами 50 нафар тарбияланувчиси иштирокчида қадимий Самарқанд шаҳрига саёҳат уюштирилди. Унда “Кексалар — ёш авлод эъзобида” шиори остида ёшларнинг маънавий онгини шакллантириш, миллий қадриятларимиз, тарихий ва маданий меросларимиз, урф-одатларимизга содиқлик руҳида тарбиялашга қаратилган қатор тадбирлар ўтказилди.

Тошкент шаҳрининг Шайхонтохур туманидаги “Гулобод” маҳалласи ахли ҳам Йилбошини

кўтаринки руҳда нишонладилар. Маҳалла фуқаролар йиғини ташаббуси билан нуруний отахон ва онахонлар, маҳалла фаоллари, ўқиб ва ишдаги ютуқлари билан тенгдошларига ўрнак бўлиб келаётган ўғил-қизлар “Версал” тўйхонасига таклиф этилиб, дастурхонга баҳор таомлари, нозу неъматлар билан бирга сумалаклар тортилди.

### “ГУЛОБОД”ДА СУМАЛАК САЙЛИ

Ёши улуг отахонлардан бири, маҳалла фаоли Рустам ота Нурмуҳамедов ва “Маҳалла” хайрия жамоат фондининг Шайхонтохур тумани бўлими раиси Розик Қурбонов сўнгги йилларда мамлакатимизда маҳаллаларга берилётган эътибор ҳамда аҳолининг турмуш фаровонлигини ошириш йўлида олиб борилаётган ишлар хусусида тўлқинланиб сўзлашди. Маҳалла фуқаролар йиғини раиси вазифасини бажараётган Дилфуза Амиржонова, диний маърифат ва маънавий-ахлоқий тарбия масалалари бўйича маслаҳатчи Раҳбархон Усмонова, шу маҳалла фаоли, Ўзбекистон давлат санъат ва маданият институти ўқитувчиси, доцент Назирхон Эргашева, 44-оилавий поликлиника бош шифокори Муқаддас Раҳматуллаева, 41-умумий ўрта таълим мактаби директори Гулноза Музаффарова ва бошқалар юртимизда ўзгача фойда ва шуқуқ билан нишонланаётган Наврўз байрамининг гўзал ва ибратли аънаваларни ёшлар онгига синдиришдек маънавий-тарбиявий аҳамияти ҳақида атрафлича тўхталиб ўтдилар.

“Кексаларни эъзозлаш йили” муносабати билан халқимиз ардоғида бўлган кекса отахону онахонларга, маҳалла фаоллари, уй бошлиқлари, хотин-қизлар кўмитаси бошланғич ташкилоти раислари ва ширкатларнинг ташаббускор вакиллари, профилактика нозирлари ва посбонларига эсдалик совғалари тақдим этилди. Бундан ташқари маҳаллада истикомат қилаётган 6 нафар ёлғиз, хастахал бемор ҳамда кам таъминланган оила аъзоларидан 20 нафарига моддий кўмак кўрсатилди.

Ширин МҶМИНОВА,  
“Оила ва жамият” мухбири.

### Миннатдорлик

ри Дурдона ва Баҳодирни ҳам кузатиб қолдик. Иккаласи ҳам ишончли кўлларда бўлишса-да, барибир кўнглимизда хавотир бор эди. Ҳар куни улар ҳақида гаплашар, расмларини томоша қилиб ўтирардик. Фонд ходимлари билан учрашиб, кўнгирақлашиб фарзандларимизнинг аҳоли анча яхшилангани ҳақида хабарлашиб турдик. Ва ниҳоят, биз кутган онлар ҳам етиб келди. Шу йилнинг 22 февраль яъни, бир йилу ўн кунда дилбандларимизни кутиб олдик. Улар анча улғайишган эди. Икковлари қўл ушлашиб самолётдан тушиб келишгаётганини кўрганимизда ҳаяжонимни сўз билан изоҳлаб беролмайман. Ушанда меҳр-муруватли эл фарзанди эканимдан, дардимга малҳам бўлгучи юртининг фуқароси эканимдан қалбим ғурурга тўлган, тилим эса Яратганга минг қатла шуқур, дея ширлашдан тинмасди. Болаларимизни кўриб, хавотирларимиз ариди.

Ҳозир икковининг ҳам ёпишган бармоқлари бирмунча очилган. Лекин шифокорларнинг айтишича, маълум бир вақтдан кейин яна операция қилиниши керак экан.

“Соғлом авлод учун” халқаро хайрия фондининг эл-юрт саломатлиги йўлида олиб бораётган муруватли фаолиятларига оиламиз номидан омад тилаймиз. Юртимиздаги кўплаб хонадонларга қувонч шуқуқини олиб кираётган шифокорларимиздан бир умр миннатдоримиз.

Барно МИРЗААХМЕДОВА,  
“Оила ва жамият” мухбири.

ЎЗБЕКИСТОН ХОТИН-ҚИЗЛАР КҶМИТАСИДА

### “ОРАСТА ҚИЗЛАР” САФИ КЕНГАЙМОҚДА

Бугун дунёда рўй бераётган воқеа-ҳодисаларни кузата туриб, ўтаётган кунимизга шўқроналик, амалга оширилаётган ислохотлардан мамнунлик ҳиссини туямиз. Масалан, минглаб давлатларда саводсизлик кўпайган, ёшлар ўртасида бебошлиқлар кучайган, таълим тизими издан чиққан бир шароитда юртимизда ёш авлоднинг мажбурий ва бепул 12 йиллик таълим тизимига ўтилгани, бунинг натижасида хунарни ва билимли ёшларнинг кўпайишига эришилаётгани айни ҳақиқатдир.

“Оила, маҳалла, таълим муассасаларида қизларни шарму ҳаё, ибо, ўзбекона одоб-ахлоқ қоидалари асосида тарбиялашнинг аҳамиятини кенг тарғиб қилиш, муомала, кийиниш, юриштириш борасидаги четдан кириб келаётган, миллий қадриятларимизга буткул ёт бўлган “маданият”ларнинг қизлар орасида тарқалишига қарши самарали иш олиб бориш” мақсадида Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси, Ўзбекистон Республикаси Бош прокуратураси, Халқ таълими, Ички ишлар, Соғлиқни сақлаш вазирликлари, Ўрта махсус касб-хунар таълими маркази, “Маҳалла” хайрия жамоат фонди, “Камолот” ЁИХ, Республика маънавий-тарғибот маркази ҳамкорлигида “12 йиллик мажбурий таълим — биз қизлар учун ўта зарур ва муҳим” мавзусида ҳафталик ўтказилди.

Мамлакатимиздаги умумий ўрта таълим мактаблари, касб-хунар коллежлари ва академик лицейларда ташкил этилган “Ораста қизлар” тўғараклари аъзолари иштирокида ўтказилган мазкур ҳафталик тўрт босқичдан иборат бўлди. Биринчи босқичда ўқувчиларнинг ижтимоий-сиёсий фаоллигини кучайтириш мақсадида Президент асарлари бўйича маърузалар тингланди. Эрта турмуш қуришнинг салбий жиҳатлари хусусида атрафлича сўз юритилди. Ўқув муассасаларида ўтказилган уч кунлик суҳбатларнинг якуни юзасидан туман-шаҳарлардаги давомати паст коллежда иккинчи босқич бўлиб ўтди. Учинчи босқич вилоят миқёсидаги давомати паст коллежда ўтказилди.

Ҳафталикнинг сўнгги тўртинчи босқичи пойтахтимиздаги П.Ф.Боровский номи тиббиёт коллежида бўлиб ўтди. Унда ҳафталик ташкилотчилари, “Ораста қизлар” тўғарак аъзолари иштирок этишди. Соғлом турмуш тарзини тарғиб этувчи, қизларнинг кундалик ҳаётини акс эттирган кичик макетлар, буклет ва плакатлар кўргазмаси, ҳафталикнинг якуни юзасидан маърузалар ва электрон тақдиротлар намойиш этилди. “Ораста қизлар” тўғараклари аъзоларининг бошида дўппи, миллий матодан зийнатланган либосларда тақдим этган қизларнинг қизларнинг нафақат фаоллиги, балки нотиклиги ва теран мулоҳазакорлиги ҳам яққол кўзга ташланди. Ҳафталик давомида 10834 та тарғибот тадбирлари ўтказилган бўлса, унда 1 миллиондан ортққ ўқувчилар, беш ўз мингдан зиёд ота-оналар ва 80 мингдан кўп маҳалла фаоллари жалб этилди.

Яқуний хулосалар жуда қувонарли: 4047 нафар дарсларга кам келадиغان қизларнинг давомати яхшиланди, 398 нафар касб-хунар коллежида таҳсил олаётган қизларнинг эрта турмушга чиқилишининг олди олинди. 6985 нафар ота-оналарнинг фарзандларига назорати юзасидан масъулияти оширилди, 20 нафар хорижга кетган ўқувчилар қайтарилиб, 46 нафар қизнинг оиласига моддий ва маънавий кўмак берилди.

Қамола РАҶИМХҶЖАЕВА,  
“Оила ва жамият” мухбири.

### КАМОЛОТ СПОРТДАН БОШЛАНАДИ

Тошкент шаҳрининг Яшнобод туманидаги 215-умумий ўрта таълим мактабида таҳсил олаётган ўқувчиларнинг жисмоний тарбия дарслари ва спорт машғулотларига бўлган қизиқиши тобора ортиб бормоқда.

Жисмоний тарбия дарсларининг замонавий педагогик технологияларга мос келадиغان услубларда олиб борилиши, айниқса, бошланғич синф ўқувчиларининг спортга бўлган қизиқишини янада оширишга. Шу билан бирга, дарс ўтиш давомида турли хил интерфаол ўйинларнинг ташкил этилиши, дарсдан кейин мактаб миқёсида спорт мусобақалари уюштирилиши ҳам болалар ўртасида спортнинг янада оммавийлаштирилиши таъминламоқда.

Яқинда бошланғич синф ўқувчилари ўртасида ўтказилган “Харакатли-оммавий ўйинлар” мусобақаси болаларда катта қизиқиш уйғотди. Унда ўқувчилар спортнинг футбол, волейбол, сузиш, теннис, бокс, кураш, шахмат, тенгиз атлетика, арқон тортиш йўналишлари бўйича ўзаро беллашдилар.

Илм масканимизнинг замонавий спорт анжомлари билан жиҳозланган кенг ва ёруғ залида қишда ҳам жисмоний тарбия дарслари сифатли ташкил этилмоқда, шу билан бирга аънаваний мусобақалар ҳам мунтазам уюштирилмоқда. Масалан, 3-4-синф ўқувчилари ўзаро беллашадиган бўлса, ҳар иккала жамоанинг ёши ва жисмоний лаёқатининг даражасидан келиб чиқиб, иштирокчилар сараланади.

Спорт мусобақаларининг тез-тез ташкил қилиниши эса ўқувчиларда жисмоний тарбияга ва спортга бўлган қизиқишни янада оширмоқда.

Маъмура МУРАТОВА,  
Яшнобод туманидаги 215-умумий ўрта таълим мактаби директори.

*Қорақўликлар Ўғилой она ва Жўрақул ота Ғойибовларнинг оиласига ҳавас билан қара-  
шади, лозим пайтда уларнинг маслаҳатларини олишади, бир сўзларини икки қилишмайди.  
Улар каби бўлишга ҳаракат қилишади. Отаҳон 85, ая 75 ёшдалар. Уларнинг гапини тинг-  
лайверсанг маза қиласан. Нур ёғилиб турган юзлар, меҳрга тўла кўзлар қатида қанча  
сирлар яширин. Ҳар бир сўзларида бир-бирларига хайрихоҳлик, мурувват сезилиб туради.*

## ҚЎША ҚАРИШ САОДАТИ



— Аяжон, шундай яхши бо-  
бони қандай топиб олгансиз?  
— деб ҳазиллашамиз.

— Вой, мен топибманми,  
ўзлари мени топганлар,— дей-  
ди ая юзларига кулгу ёйилиб.  
— Қандай қилиб?

— Нимасини айтиш, уйги-  
нанг куйгур уруш минглаб  
гўдақлар каби менинг ҳам  
отамни тортиб олганида бир  
ёшда эканман. Ёлғиз аёлнинг  
яшаши қийин, бир бурда нон  
одамдан азиз пайтлар экан.  
Етти ёшимда онам ҳам эрга  
тегиб кетди. Мен бир қатра  
меҳрга зор бўлиб ўсдим... Бо-  
бонгиз мен яшайдиган уйдан  
уч ҳовли нарида турарди. Бир  
кун ҳеч ким йўғида келди-да,  
елкасига ортиб, олиб қочиб  
кетди, уйига.

— Ўзингиз рози бўлгандир-  
сиз-да, момо?

— У ёғини сўрайверманг-а,

эртасига уйимизга хабар бор-  
ди, элга маълум қилдик.

— Шундан бери раис бо-  
бонинг елкасидан тушмас  
эмишсиз?

— Елкаларидан тушмасам  
хизматини ким қилади?  
Ёшлиқда сал орамиздан гап  
қочса, мени қандай олиб кел-  
ган бўлсангиз, шундай элтиб  
қўйинг, дердим...

Ўғилой ая ва Жўрақул ота  
уч кизлик бўлишди. Қизлари-  
нинг ҳаммаси ўқимшли, касб  
эгаси. Ая ўқишга шунчалар  
ҳавасманд эдики, турмуш  
ўртоғига: “Оилани мен эглай-  
ман. Техникуми битирганин-  
гиз бўлмайди, ўқисангиз ката  
ўқишда ўқинг. Рўзгорга  
кўнглингиз бўлинмасин”, деб  
туриб олди. Жўрақул ота мак-  
табни аъло баҳоларга тугатган  
эди. (Ҳамон сарғайган папка-  
лардан ўша пайтдаги ёзувла-

ри, баҳолари чиқиб қолса, бе-  
хато ёзувларга болалари ҳавас  
билан тикилишади).

Ўғилой ая ҳўжалиқда иш-  
лади. Пахта ҳам терди, ер ҳам  
суғорди, мол ҳам, қўй ҳам  
боқди. Чарчаш нима билма-  
ди. Қизлари Ҳалима, Салима,  
Дилбарлар мактабда аъло  
баҳоларга ўқишди. Бири тар-  
биячи, бири ҳисобчи, бири  
муаллима.

Эру хотин қўш ҳўжиз деган-  
лари рост экан. Турмушнинг  
огир аравасини биргаллашиб  
тортишди. Тошкент Кишлоқ  
ҳўжалиғи институти (ҳозирги  
Тошкент давлат Аграр уни-  
верситети)ни битириб келган  
Жўрақул ака аввалаги ҳўжалиқ-  
да масъул вазибаларда ишла-  
ди. Охунбобоев номли ҳўжалиқ-  
да узоқ йиллар агроном бўлиб,  
Қорақўлнинг ярим ерини пиё-  
да кезиб чиқди. Машҳур Пой-  
кент ҳўжалиғида агроном, ин-  
женер бўлди. Сўнг ҳўжалиқка  
раис этиб сайладилар. Қанча  
текисланган, асфальтланган  
кўчалар, ариқлар, ўзлаштирил-  
ган ерлар, обод бўлган хона-  
донлар, хотиржамлигини топан  
оилалар, олий ўқув юртига  
ўқишга кетган, орзусига етган  
ёшларнинг қувончлари раис бо-  
бонинг номи билан боғлиқ.

Раиснинг хотини деган  
номга эришиб, шукронаси  
тилдан тузмаган, халқига яна-  
ям жипслашган, маҳалласини  
хизматидан сира қочмаган  
Ўғилой аянинг қувончилари-  
чи! Худога шукр, шунча ўқиган-  
ларингиз, сизни кутиб яшаган-

2015 йил — Кексаларни эъвозлаш йили

ларимиз бекорга кетмади, эл-  
нинг корига ярадингиз, хал-  
қингиз меҳрига сазовор  
бўлдингиз, деб тақдорлашдан  
эринмади. Қизларини ҳам  
камтарин, меҳнатсевар қилиб  
тарбиялади.

Мен бу хонадонга кенжа  
қизлари — Бухоро давлат уни-  
верситети қошидаги 3-сонли  
Қорақўл лицейининг биология  
фани ўқитувчиси Дилбар Ғойи-  
бованинг таклифи билан бориб  
қолдим. Бу номдор лицейни  
нафақат мамлакатимизда, бу-  
тун жаҳонда ҳам яхши билиша-  
ди. Республикамиз ёшлари  
мустақиллик йиллари давоми-  
да жаҳон олимпиадаларида 90  
дан ортиқ медални қўлга кири-  
тишган бўлса, шунинг 35 таси  
шу лицей талабаларига тегиш-  
ли. Директор Тўхтамурад Жу-  
маев ҳар бир ўқитувчини тест  
синовларидан ўтказиб, танлаб  
олади. Ўша қобилиятли муал-  
лимлар орасида Дилбархон ҳам  
бор. У мактабни ҳам, институт-  
ни ҳам имтиёзли диплом билан  
битирган. Энг муҳими, Жумаев  
домланинг имтихонидан ўтган.  
Мен лицей жамоаси билан та-  
нишаётганимда Дилбархон:  
“Отажон, менинг ажойиб дуо-  
ғўларимни ҳам бир қўриб кет-  
майсизми”, деб туриб олди.

Янги қурилган, файзли хо-  
надонга кириб келдик. Дарво-  
зада турган “Ласетти” маши-  
насини 80 ёшли отахоннинг  
ўзлари бошқарар эканлар.  
Қўрада маъраб турган қўйлар-  
га ҳам ая икковлари қараркан-  
лар. Унданам ажабланарлиси,  
дастурхондаги мазали таом-  
ларни ҳам 75 ёшли ая ўз қўла-  
ри билан тайёрлаганлар. Йўқ,  
унданам қизиғи, ҳаммамни ишга  
қатказиб, ўзлари хамир қориб,  
тандирни қиздириб, нон ёпиб-  
дилар. Буям камдай туюлиб,

ошхамир ийлаб, сарёғ суриб,  
патир ҳам ёпиб олибдилар.  
Патирнинг хаамири қаттиқ  
бўлади. Қўли кучли келинчақ-  
лар ҳам эрга эглайди бу  
ишни! Ўт ёқиб тандирни қиз-  
дириш, олов бағриддан нонни  
юлиб олишнинг, ёғли патирни  
тушишга йўл қўймай, қизарти-  
риб олиш машаққатини айт-  
май қўяқолай. Ана тўқинлик  
сабаби, ана аҳиллик сири, ана  
қўша қариш саодати!

Альбомлардаги суратларни  
варақлар эканмиз, аянинг ши-  
рин зардалари, беозор рашк-  
ларини қўриб, кулгимиз кела-  
ди. Дилбархон аясини 18 ёшли  
келинчакни овултгандай ову-  
тиб, суратларга изох беради.  
Жуфти ҳалолани саксонга кир-  
ганда ҳам, суратлардан қиз-  
фонган момага қараб жилма-  
ямиз. Бобо индамайдилар...

Ҳа, айтганча, қизларини  
узатиб, улар уч ўғиллик ҳам  
бўлишди. Набиралари ҳам  
ҳадемай ўн нафарга етади.  
Дилбархоннинг яқинда армия-  
дан қайтган ўғлига келин ту-  
ширишди. Набира келинчағи  
билан бобо ва момонинг хиз-  
матига, уйларида бирга яша-  
шади. Келинчақ ҳам қайнона-  
си каби Жумаев домланинг  
имтихонидан ўтиб, 3-сонли  
Қорақўл лицейида дарс бе-  
ришни бошлади.

Эҳ-ҳе, омадлардан гапира-  
версақ, бизнинг кичик мақола-  
мизга сиғмайди. Жўрақул ота  
ва Ўғилой момо мактабда  
ўқиганлар кам бўлмайдилар.  
Биз эса ҳамма оилага ана шун-  
дай саодатли қуллар ва қўша  
қариш саодатини тилаймиз.

**Хосият БОБОМУРОДОВА,  
Ўзбекистонда хизмат  
кўрсатган маданият  
ҳодими.**

## ФУРСАТ ҒАНИМАТДИР...

*Табиатан содда, самимий инсон,  
олий тоифали шифокор Мурод  
Ҳакимов Чилонзор туманидаги 39-  
оилавий поликлиникада узоқ йиллар-  
дан бери фаолият кўрсатиб келмоқ-  
да. Унинг хузурига саломатлигидан  
нолиб, гамгин қиёфдада кириб кел-  
ганлар, орадан ҳеч қанча вақт  
ўтмасдан, бошини ада тутиб, хуш  
кайфият билан: “Барака топинг,  
дўхтир, оғриқларим қолиб, жоним-  
га ҳузур кирди-я”, дея алқаб, дуо  
қилиб кетишади.*

Самарқанд вилоятининг Катта-  
қўрғон туманида зиёли, маърифатли  
кишилар оиласида туғилиб, камолга  
етган қаҳрамонимиз болалигиданоқ  
шифокор бўлишни, ота касбини да-  
вом эттиришни оруз қиларди. Маҳал-  
ла оқсоқоллари ҳам унинг феълдаги  
ҳалимликини қўриб, “От ўрнини той  
босар, деганларидек сендайму укув ва  
меҳрибонлик бор”, дейишарди.

Мурод Ҳакимов мактабни тамом-  
лаб, шифокорлик соҳасини мукам-  
мал ўрганиш мақсадида Тошкент  
Тиббиёт академияси (собиқ ТошМИ)  
га ўқишга кирди. Институти битири-  
гач, пойтахтимиздаги 6-юкумли ка-  
салликлар клиник шифохонасида иш  
бошлади. Касбига масъулият билан  
ёндашиши, ўзига нисбатан талабчан-  
лиги туфайли қисқа вақт ичида уни  
бўлим бошлиғи, икки йилдан сўнг  
даволаш ишлари бўйича бош шифо-

кор муовини этиб тайинлашди. У ўз  
фаолияти давомида устозлари ўғит-  
ларига қатъий амал қилди. Хузурига  
даво истаб келган ҳар қандай бемор-  
га, энг аввало, ширин сўз билан дал-  
да беришни қанда қилмади. Касал-  
ликни ўтказиб юборгандан кўра,  
унинг олдини олган маъқул, деган  
ақидани кўпчиликнинг онгига синг-  
диришга уринади. Аммо беморлар-  
нинг ҳаммаси ҳам бундай фикрда  
бўлавермайди-да.

— Касалликнинг келиши осону,  
кейтиши қийин, деганларидек, бизнинг  
соҳада ҳам ҳар соат ва дақиқалар  
қадрли, — дейди Мурод Ҳакимов.  
— Кўп кузатаман, саломатлигимиз ёки  
хизмат фаолиятимиз билан боғлиқ  
фойдали ишларни қўйиб, вақтимизни  
беҳуда нарсаларга сарфлаб юбо-  
рамыз Аслида эса вақт — бахтнинг  
калити. Ундан унумли фойдаланган  
одамларгина ҳамма соҳада ҳам му-  
ваффақиятга эришади. Лекин кўпчи-  
лик ўз умрининг олтин дақиқалари  
увол бўлаётганини ҳис этмайди.  
Дарҳақиқат, шоир айтганидек, фурсат  
ғаниматдир...

Бугун замон тезкор. Техника та-  
раққиёти тиббиёт ривожига ҳам ўз  
таъсирини ўтказди. Соҳадаги ҳар бир  
янгиликни ўрганиш учун бугунги  
ёшлар билан тенгма-тенг изланиш  
керак. “Соҳада таҳрибам бор, инсти-  
тутда ўрганганим етади”, деб ўтира-  
диган замон эмас ҳозир. Аҳоли са-  
ломатлигини мустаҳкамлаш бораси-



да мамлакатимизда олиб борилаёт-  
ган ислохотлар қўлами жуда кенг.  
Бошқа соҳалар қатори тиббиётимиз  
ҳам истиқлол йилларида жадал сурь-  
атларда ривожланиб бормоқда. Со-  
ҳага кўрсатилаётган эътибор туфай-  
ли ҳамкасбларимизнинг меҳнати  
қадр топди. Шаҳарлардан тортиб,  
энг чекка ҳудудларда ҳам замонавий  
тиббиёт иншоотлари, оилавий  
поликлиникалар, кишлоқ врачлик  
пунктлари ишга туширилди ва улар-  
нинг барчаси замонавий тиббиёт ан-  
жомлари билан жиҳозланди. Булар-  
нинг барчаси биз — соҳа мутахассис-  
ларидан ўз ишимизга янада масъу-  
лият билан ёндашишни талаб этади.

Донолардан бири: “Эрталаб ишга  
шошиб бориб, кечқурун уйга оши-  
қиб келадиган одам, дунёдаги энг  
бахтли одамдир”, деган экан. Мубо-  
лагасиз айтиш мумкинки, Мурод ака  
ана шундай инсонлар тоифасига ки-  
ради. Унинг ишдаги ютуқларида умр  
йўлдоши Хуршида Абдуллаеванинг  
иши алоҳида ҳисса бор. У ўзбек  
аёлларига хос бўлган ширинсухан-

Замондошларимиз

лиги, пазандалиги ва оилага меҳри  
билан Мурод Ҳакимовни ҳам, фар-  
зандларини ҳам бирдек қўллаб-қув-  
ватлайди.

— Болаларимиз онасининг мас-  
лаҳати, йўл-йўриқлари туфайли илм-  
га чанқок, ўқимшли бўлиб улғайиш-  
ди, — дейди Мурод ака фахр билан.  
— Фарзанд тарбиясида ота-онанинг  
масъулияти бирдек бўлса-да, она-  
ларнинг меҳри, муҳаббати болани  
катта мақсадларга илҳомлантиради.  
Масалан, ҳаётда ўз ўрнимизни топи-  
шимизда бизга онам Кундузой Ёрку-  
лованинг алоҳида хизматлари синг-  
ган. Узоқ йиллар Каттақўрғон тумани-  
даги мактабгача таълим муассаса-  
сида мудира бўлиб ишлаган онам  
тўсатдан бетоб бўлиб қолганларида,  
ўзимни қўйгани жой тополмасдим.  
Шифокор бўлганим учун у кишига  
кўпроқ ўзим қарадим, ғамхўрлик қил-  
дим. Ҳаёт билан видолашаётган лаҳ-  
заларида онам: “Фарзандим униб-  
ўссин”, деб дуо қиларкан. Меҳрибон-  
им ўз қўлимда жон бердилар. Ўша  
дамларни хотирласам, орақ-бағрим  
эзилиб кетади. Шундай лаҳзаларда  
умрнинг ўткинчилиги, яқинларимиз-  
нинг бизга қанчалар ғанимат экан-  
лигини англаймиз. Ота-онамиз фар-  
зандларимиз камолини тилаган эди,  
дея болаларимизни эл-корига ка-  
марбаста этиб тарбиялаш учун ҳара-  
кат қиламиз.

**Дилфуза МИРЗАКАРИМОВА.**



Озода Ёрова болалигида куйлашдан кўра, ёқимли тароналардан завқланишни кўпроқ ёқтирарди. Тошкент вилоятининг Паркент туманида улгайган қахрамонимиз "Паркент гуллари" тўғрагида санъатнинг илк сир-асрорларини ўрганди. Мактабни тамомлаб, маданият техникумида, сўнг Ўзбекистон давлат консерваториясида тахсил олди. Ижоднинг олтин даврлари, сахна, мухлислар, кучоқ-кучоқ гуллар... ва тақдирнинг бир аёл учун атаб куйган синовларига ҳамма-ҳаммасини мардона энгишга у ўзида куч топа олди...

ўргандим. Тинмай ижод қилдим. Бир куни Ўзбекистон халқ артисти Абдухошим Исмоилов "Азизим" кўшигини ижро этишимни сўради. Неча кун, неча марталаб уриндим, барибир авжини чиқара олмадим. Шунда устозимиз: "Демак, мен яхши

нинг гўзал кўшиқларини хонандаларимиз қайтадан жонлантириб, ижро этишяпти. Бир вақтлар дугторнинг ўзида куйланган кўшиқлар оранжировка қилиниб, сайқалланиб мухлисларга тақдим этилапти. Бу қувончли, кўнгилни тўлдирадиган жиҳатлар.

— Бугун ёшларга санъат сирларини ўргатяпсиз. Талабаларингизда қандай

Озода ЁРОВА,

хонанда, Ўзбекистон давлат санъат ва маданият институти ўқитувчиси:

## ҲАЁТНИНГ ЎЗИ ҚЎШИҚҚА ЎХШАЙДИ

— Озода опа, сизнинг миллий мумтоз кўшиқларимизни маҳорат билан ижро этишингизни, овозингиздаги сеҳрли жозибани ҳали ҳануз кўпчилик мухлисларингиз энтиқиб эслайди. Ана шу маҳорат мактабини қачон ва қаерда тамомлаган эдингиз?

— Биласизми, бу мактабнинг номи фақат катта-катта ҳарфларда ёзишга арзийдиган ҲАЁТ десам муболага бўлмайди. Бундан 20 йилча аввал "Қанийди, фарзандли бўлсам", деган армон-орзу билан яшардим. Мана ҳозир, Яратганга минг қатла шукрки, икки қизим бор. Тақдир мени иқтидор билан сийлабгина қолмай, кўп синовлардан ҳам ўтказди. Фарзандсизлик изтиробларидан халос бўлганимда, "энди бахтлиман", дейишга улгурмасимданок, турмуш ўртоғимдан жудо бўлдим. Ижодимда кўп эмас, кам эмас, ўн йиллик танаффус бўлди. Шундай вақтда худди бошингизга осмон кулаб тушгандай бўлади, сиз эса уни кўтариб турибсиз. Қўшиқ айтганимда баъзан ана шу изтиробларим ва қувончим куйларимга кўшилиб кетади.

Ҳеч ёдимдан чиқмайди. Оддий қишлоқ қизиман. Консерваторияга бориб, Ўзбекистон халқ артисти Саодат Қобулованинг олдига кирдим-да, сизнинг кўшиқларингизни жуда ёқтираман, менга ҳам ўргатинг, дедим. У киши кулиб: "Аввал ўқишга кириб, шунда сизга ўргатаман", дедилар. Талаба бўлдим. Талабалик йилларимда ўқишдан ташқари Юнус Ражабий номидаги мақомчилар ансамблида фаолият юритганман. Таълим жараёнидаги ана шу амалиёт менга ижодда машаққат билан тоблишни кераклигини ўргатди. 1995 йилдан 2015 йилгача бўлган муддат устозлар, ҳамкасблар тажрибасини ва кўшиқчилик санъатини

кўшиқ яратибман-да", деб мамнун бўлган эдилар.

— "Тановар", "Муножот" каби мумтоз тароналар неча асрлардан буён ўз кадрини йўқотмай келаяпти. Аммо бугунги давр ўзгача талаблар кўймоқда. Кўшиқчиликда янги-янги услублар, ижро усуллари яратилди. Сизнингча, замонавий мусиқа йўналишларининг мумтоз мусикаларга таъсири қандай бўлмоқда?

— Умримизнинг қай бир бекатида рўй берган дилхираликдан қалбимиз хотиржамлигини йўқотса, беихтиёр кўшиқ тинглаб, таскин топаемиз. Ҳар куни одатдагидай ўз юмушларимиз билан банд бўлган чоғимизда ҳам кулгоғимизга кирган хуш таронадан кўнгилмиз равшан тартиб, ишларимизда унум сезилади. Мусиқа бизнинг онгимизга шу тарзда таъсир қилади. Биз санъат билан яшаймиз. Аммо ҳозирги айрим кўшиқларда санъатнинг салмоғи йўқ. Маълум бир вақтнинг кайфияти учун рағбат бор, холос. Оддий қилиб айтадиган бўлсам, "енгил-елли" яратилаётган хонишлар кўпайиб бораётир. Тўғри, бундай кўшиқларни омма орасида айримлар тинглашадилар, аммо на сўзини эслаб қолишадилар, на-да номини. Ижодда сўз, мусиқа ва овоз уйғун бўлиши керак. Аммо ҳозирги айрим кўшиқлар матнида маъно-мазмун йўқ. Айримлар хоржиғи мусикаларга ўзбек тилидаги сўзларни қўйиб куйлашяпти. Бундай "зомонавий" кўшиқлар мумтоз мусикамига ҳеч қандай таъсир ўтказолмайди. Яхши кўшиқлар яратиб, элга манзур бўлаётган ҳофиз ва хонандаларимиз ҳам кўп. Бундан неча йиллар аввал одамлар бу куйларни мароқ билан эшитган, тўғрими, бундан кейин ҳам шундай бўлади.

Мени қувонтираётган яна бир жиҳат, устоз ҳофизларимиз

ютуқ ва камчиликларни кўраяпсиз? Устоз бўлиш қийин эканим ёки ижод қилиш?

— Ёшларнинг энг катта ютуғи, бу уларнинг интилувчанлиги. Аммо, негадир улар мураккаб мумтоз куйларни ижро этишга қийналишади. Шунинг учун ҳар бирига ўз қобилиятига қараб топшириқ беришга ҳаракат қиламан. Агар кўнгилмигадигай куйлашса, худди йўқотган нарсасини топган одамдай хотиржам бўламан. Устоз бўлишга келсак, (уйланиб) қийин экан. Бир куни катта сахнада устозлар, талабалар ва шоғирдлар ҳузурда куйлашимга тўғри келди. Неча йилдан бери кўшиқ айтиб келаётган бўлсам-да, сира ўша кундагидек ҳаяжонланманман. Ишонсангиз, ҳатто терлаб кетдим.

Яна бир қувончли ҳолатни айтишим керак, ҳозирги ёшлар устоз танлайдилар ва улар бунга ҳақли, тўғри қилишади. Санъатда кучли, иқтидорли бўлмасангиз устоз ҳам бўлолмайсиз. Бу соҳа илм билан ижод қилишни ҳам талаб этар экан.

— Машхурлик шундай нарсани, баъзан унинг "алдамчи" сеҳрига ҳаволанган киши табиатида кибр пайдо бўлади. Кўплаб санъаткорларни, шоғирдларни кўрдингиз, ҳўш, сиз ҳам ана шундай ҳолатларга дуч келганмисиз?

— Кибрланиш — машхурликнинг табиий ҳолати. Афсуски, кибрга берилган ҳар қандай одам яқинлари, дўстлари, устозлари ва ҳатто жондай жигарларини ҳам йўқотиши мумкин. Оддийгина мисол: бир инсонга билганларимни ўргатдим, кўнгилдан жой бердим, меҳримни тутдим, шу аснода у санъат йўлида ўзини топди ва ҳатто машхур бўлиб кетди. Кейин эса... мени кўрганнида салом ҳам бермади. Ўша кундан сўнг ундан кўнглим қолди. У эса 4-5та

## Гурунг

кўшиқ яратди, мукофотланди. Вақт келиб, ижоддан тўхтади ва яна ҳамма қатори оддий одамга айланди...

Мухлислар бизни тинглаётган экан, халқимиз ижодимизни хурмат қилаётган экан, демак, бахтимиз қулгани шу. Аммо кибрланишдан олдин: "Ким учун куйлаймиз? Бизни азиз тутиб, ким давра тўрига ўтказаяпти? Агар тингловчисиз қолсак нима бўлади?" деган саволларга жавоб топиб олишимиз керак.

— Сиз вояга етган хонандон ҳамда меҳрибон ота-онангиз ҳақида ҳам гапириб берсангиз.

— Отам Омонбой Ёров — хонадонимизнинг энг катта давлати. Ҳозир 90 ёшдан ошдилар. Раҳматли онам Аржона Ёрова билан ўн фарзандни эл-юрт қорига керакли инсонлар этиб вояга етказишди. Ҳаммамизни ўқитиб, ҳаётда ўз ўрнимизни топишимизга мададкор бўлишди. Баъзан ўйлаб қоламан, икки қизим учун қанчалар жоним ҳалак, бечора ота-онам қилкинагина боғимиздаги ҳосилни йиғиб-териб, бизни улгайтиргунча, бир жони ўнга бўлингандир. Ҳозир ҳам ҳамма гапимизни, дардимизни отамга айтаман. Ул зот ҳақида ўйлаганимда, бир ажойиб манзара кўз олдимга келаверади. Биз шаҳарда ўқиймиз, кетишимиздан аввал ҳар яқинба тушлик пайти, бир лаған ош сузилар ва ўртасига катта гўшт қўйиларди. Ҳамма йиғилган, отам ҳалиги гўштни барчамизга тенг тақсимлаб, олдимизга қўяди. Ана шу кунларни кўп эслайман, кўмсайман. Ўзимча ундан ҳикмат қидираман.

Хонандон тотувлиги, меҳр-муҳаббати ана шундай ҳолатларда янаям яққолроқ сезилар экан-да. Қиз боланинг отага меҳри бўлакча бўлади деганлари рост экан. Шундай улуғ ёшга кирган бўлсаларда, ҳалиям бирор гап-сўз бўлса бирданига иккиланмасдан отамдан маслаҳат сўрайман. Аллоҳдан наслири бузруқворим ҳар доим ёнимизда бўлишини тилайман. Фарзандларим — менинг энг яқин ва меҳрибон суянчиқларим. Менга меҳр тутиб турган қариндошларим, меҳнатга-ижодга ундагувчи устозларим ва шоғирдларим бор. Юртимиз тинч, фарзандларим камолга етаяпти. Атрофимда суяб тургучи яқинларим бор. Мана, яқин кунларда аякхон концерт дастурини режалаштиряпман. Бу ижодимда ўн йиллик танаффусдан кейинги илк тақдирим бўлади. Ҳаётимнинг ўзи бир гўзал кўшиққа ўхшайди. Ноалари ҳам, дарди ҳам, қувончи ҳам бисёр. Куйласам, тингловчилар кўзида кўшиққа ошфталкини илғайман. Шунда, балки, бир аёл бахти шудир, деб ўйлаб қоламан.



## ОКТАБРЬ ВА МЕЗОН —

"Октябрь" лотинча сўз бўлиб, "саққизинчи" деган маънони англатади. Чунки Қадимги Рим календари бўйича октябрь йилнинг саққизинчи ойига тўғри келган. Сўнг янги календарь бўйича ўнинчи ой номи шу сўз билан ифодаланган.

Мезон шамсия йил ҳисобида еттинчи ойнинг номи бўлиб, октябрнинг шарқона номидир. Мезон ойи 22 сентябрдан бошланиб, 21 октябргача давом этади. "Мезон" сўзининг туб илдизи "ўлчов", "тарози", "мувоzanат", "одиллик" деган маъноларни англатади.

## НОЯБРЬ ВА АКРАБ —

"ноябрь" сўзи тилимизга лотин тилидан кириб келган бўлиб, унинг туб илдизи "тўққизинчи" деган маънони англатган. Қадимги Рим календари бўйича "ноябрь" тўққизинчи ой бўлган. Янги календарь бўйича эса, ўн биринчи ой номи шу сўз билан ифодаланади. "Ақраб" ноябрь ойининг шарқона номидир. Шамсия йил ҳисобиди тўққизинчи "ақраб" ойи 22 октябрдан 21 ноябргача давом этади.

Ноябрнинг кулранг осмонидан қаргалар галаси учиб ўтарди.

Журналдан

Ҳамал гулга ёр эди, ақрабга ҳам қор.

Мақсуд Шайхзода

САРВ — жануб мамлакатларида ўсадиган конус шакли, игнабаргли, доим яшил тик дархат тилимизда "сарв" деб аталади. Шунингдек, бу сўз тилимизда қаддиқомати келишган, хушқомат деган маънони ҳам англатади. Мумтоз адабиётимизда айтишу маънода "сарв" сўзи кўп қўлланган.

Сарв турларидан ихота ўрмонлар, истироҳат боғлари барпо этишда фойдаланилади.

Ўзбекистон Миллий Энциклопедияси

Ой келиб, сарв узра қўнди, бўлди ойрухсор сарв.

Эркин Воҳидов

Эшқобил ШУКУР тайёрлади.

"Оила ва жамият" муҳбири  
Камола АДАШБОЕВА  
сўхбатлади.

# БУГУННИНГ БОЛАЛАРИ СОҒЛОМ БЎЛИШИ ШАРТ!



Мулоҳаза

майдончалари мавжуд. 2015 йилда вилоятда яна 74 та сунъий қолма-ли ўйингоҳлар ташкил этилиши режалаштирилган.

## СОҒЛОМ БОЛАЛАР 11 ФОИЗГА ОРТДИ

Болаларнинг соғлом бўлишида тиббиётда олиб борилаётган ишлар салмоқли ўринда. Айниқса, фарзандларимизнинг бепул эмланиши, ўз вақтида тиббий кўриқдан ўтказилиши натижасида қатор ижобий кўрсаткичларга эришилди.

— 2008-2014 йиллар давомида 6 ойликдан 5 ёшгача бўлган болалар ўртасида витамин А сеплементациясининг ҳар йили икки босқичи ўтказилиб, унда жами 2 миллионга яқин бола қамраб олинди, — дейди вилоят соғлиқни сақлаш бошқармаси бош педиатри Жамшид Жиянов. — Вилоятда 2012 йилдан бошлаб болалар травматолог-ортопеди томонидан туғруқ комплексларида ҳафтасига икки маротаба чақалоқларни ортопед кўригидан ўтказиш, касаллик эҳтимоли бор чақалоқларни ортопедик даволаш ва уч ойликдан сўнг рентген текширувидан ўтказиши қаттиқ назорат остига олинди. Туғруқхоналарда касаллик эҳтимоли бор чақалоқлар алоҳида электрон маълумотлар базасига киритилиб, доимий кузатув олиб борилмоқда. Натижада ҳаракат таянч тизими нуқсонли билан ногиронлик нафақаси тайинланган болалар сони камайишига эришилди.

Шу ва бошқа қатор тадбирлар натижаси болалар ўртасида ногиронлик кўрсаткичлари 2008 йилда 16 ёшгача бўлган болалар сонига нисбатан 9,5 фоизни ташкил этган бўлса, 2014 йилда бу кўрсаткич 7,1 фоизга тушди.

Қолаверса, 6-14 ёшдаги болаларнинг профилактика кўриги натижалари бўйича амалий соғлом болалар улуши 2008-2014 йилда 11,7 фоизга ортиб, 64,4 фоизни ташкил этмоқда.

Саломатлик йўлида амалга оширилаётган ишларни рақамларга қақсақ, бунга қанчадан-қанча саҳифаларни сарфлаш мумкин. Лекин бу рақамлар ва улар ортидаги ҳаракатнинг бари бир нарсага — соғлом болалар 64 фоиз эмас, 80, 90 фоиз бўлишига эришишдай улуг мақсадларга қаратилган. Бу ниятларни амалга оширишда эса "бугунги болалар нимжонми", дея "бонг" ураётган бармоқ билан санарли ота-оналарнинг соғлом турмуш тарзи бўйича саводхонлиги ошишига ҳам кўп нарса бевосита боғлиқ эканлигини унутмаслик керак.

Гулрух МЎМИНОВА,  
"Оила ва жамият" мухбири,  
Самарқанд вилояти.

Инсон саломатлигида бу омиларнинг қайси бири муҳимроқ, деган саволни ўртага қўйсак, табиийки, аксариятимиз ҳеч иккиланмай учаласи ҳам биринчи ўринда, деган жавобга тўхталаримиз. Аслида ҳам шундай. Қолаверса, мамлакатимизда бу уч тушунча тарғиботи, уни амалиётда қўллаш борасида қатор ишлар олиб борилмоқда. Лекин шундай бўлишига қарамасдан, ота-оналар орасида "Болаларимни қанча авайласам, шунча нозиклашиб боряпти...", "Биз нон есак ҳам соғлом юрардик, буларни қаранг, хилма-хил, витаминли таомлар берсак ҳам касал бўлади", "Экология яхши эмасми, билмайман, болаларимиз дарров-га чарчаб қолади.." фарзандлари саломатлигидан нолайиданлари учрайди.

Яхшиси, бу каби фикрларга мутахассис ўз муносабатини билдирсин.

— Ҳақиқатан ҳам шундай фикрловчи ота-оналар учраб туради, — дейди шифокор Алия Шамсиддинова. — Уларнинг сабабларига тўхталишдан аввал шуни алоҳида таъкидлашни истардимки, бугун юртимизда саломатликнинг муҳим шартлари ҳисобланмиш, соғлом турмуш тарзи, овқатланиш, медицина хизматининг сифати алоҳида эътибор қаратилмоқда. Юқоридаги каби фикрловчи ота-оналар билан ўзаро суҳбатга киришсангиз, улар асосан тўғри овқатланиш деган қоидага кўпроқ амал қилаётганини билиб олишингиз мумкин. Улар орасида болалар учун нафақат мазали, балки фойдали таом тайёрлаётганлар, қолаверса, мева-сабзавотларнинг шарбатларини ҳам вақти-вақти билан бераётганлари бор. Аммо бу бола бир кунда неча соат телевизор томоша қилади, қанча вақтини компьютер ўйинларига сарфлайди, деб сўрасангиз, масала ўз ўзидан ойдинлашади. Ҳақиқатан ҳам замонавий технологияларимиз бугунги кунимизнинг ажралмас бўлаги. Аммо бу матоҳлар боланинг доимий ажралмас овунчоғи эмас-ку! Шунинг учун ҳам юқоридаги уч тушунчага биргаликда амал қилиш борасида қатор ишлар олиб борилаётган. Табиийки, фарзандим соғлом бўлсин, деган ота-она ана шу уч омилга ҳам амал қилиши мақсадга мувофиқдир.

## ТАБИЙ НЕЪМАТЛАРГА НИМА ЕТСИН...

Болалар рацони деган тушунча ҳақида бугун исталганча маълумотга эга бўлиш мумкин. Оммавийлиги жиҳатидан юқори ўринда турадиган телеканалларда бу ҳақда доимий кўрсатувлар бериб борилмоқда. Қолаверса, интернетда тўғри овқатланишнинг қоидалари-ю, у билан боғлиқ таом ре-

цептларига асосланган сайтлар сони кундан-кунга кўпайиб бораётган. Кейинги йилларда бу борада ўзбекча сайтларнинг сони ҳам ортгани қувонарли. Таомномага амал қилиш кераклигини билиш бошқа-ю, аммо уларга сарфланадиган маҳсулотлар, яъни иқтисодий омилар яна бир масала.

Қуйидаги рақамлар бу борадаги қарашларимизни бироз ойдинлаштиради. Самарқанд вилоят статистика бошқармаси маълумотларига кўра, ўтган йили вилоятда 229988 тонна чорвачилик маҳсулотлари ишлаб чиқилган бўлиб, бу 2013 йилга нисбатан 15734 тоннага кўпроқ дегандир. Шунингдек, тухум 105 миллион 215 минг донага, сўт 70195 тонна, сабзавотлар 106924 тонна, мевалар 40935 тоннага 2013 йилдагидан кўпроқ етиштирилгани маълум бўлмоқда. Табиийки, бу кўрсаткичлар истеъмолда ҳам уларнинг фойдалари ортаётганидан далолат беради.

— Ёз ойларида ҳовлимиздаги ўрик, олма, узум яхши ҳосил беради, — дейди Самарқанд шаҳрида яшовчи уй бекаси Гулнора Жавлонова. — Улар истеъмолимиздан ортиб қолиши табиий. Мураббодан ташқари бу мевалар шарбатини ҳам банкларга ёпиб қўяман. Шакар кам сарфлангани учун кўпма қимматга тушмайди. Лекин қишда улар болаларим учун қони фойдага айланади.

## БОЛАНГИЗНИ ҚАЕРДА ЧЎМИЛТИРАСИЗ?

Соғлом турмуш тарзи тарғиботида кейинги йилларда тиббиётчилардан тортиб, кенг жамоатчилик ва жамоат ташкилотлари ҳам фаол иштирок этмоқда. Аслида соғлом турмуш тарзи оддийгина санитария-гигиена қоидаларидан бошланади.

— Афсуски, бу борада барча ҳудудларда ҳам аҳвол қониқарли, деб



бўлмайди, — дейди "Соғлом авлод учун" халқаро хайрия фонди вилоят бўлими раҳбари Раҳима Раҳмонова. — Жойларда тиббий кўрик ишларини олиб борганимизда мутахассисларимиз томонидан аҳолининг санитария-гигиена қоидалари амал қилишига ҳам алоҳида эътибор қаратамиз. Боланинг овқатланиши, таълим олиши, ҳатто спорт билан шуғулланишига жиддий эътибор бераётган оилалар кўп. Лекин ҳовлисида тозаликда муҳим ўрин тутадиган замонавий ҳожатхона, ҳаммом қурилишига аҳамият бермайдиган хонадонлар қишлоқларда кўпчиликни ташкил этади. Гап муқаммал ҳаммом ҳақида эмас, оддий ювиниш учун шароит яратилмагани ҳақида кетмоқда. Ваҳоланки, аксар хасталиклар баъзида аҳамиятсиздай кўринган қўлни тоза ювмасликдан келиб чиқади. Шунинг учун тарғиботларда бу масалаларга алоҳида урғу берилмоқда.

## СПОРТ ФАҚАТ ЧЕМПИОНЛИК ЭМАС

Соғлом турмуш тарзининг яна бир муҳим шarti — спорт борасида эса илиқ фикрларни билдириш мумкин. Айтиш кераки, вилоят бўйича 2008 йилда 664053 нафар боланинг 18,6 фоизи спорт билан шуғулланган бўлса, 2014 йилда эса 515721 нафар ўғил-қизнинг 33 фоизи спорт билан мунтазам шуғулланмоқда. Ушбу кўрсаткич охириги етти йил давомида 14 фоизга ошишига эришилди.

Бугунги кунда вилоятда жами 5226 та спорт иншооти, шундан 839 та спорт зали, 58 та стадион, 11 та сузиш бассейни, 1015 та баскетбол, 1363 та волейбол, 793 та гандбол, 23 та теннис кортлари ва 850 та футбол

РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА

## «ЎКТАМХОН-НУР» ўқув маркази

қуйидаги ўқув курсларига тақлиф этади:

Тўқувчилик — 3 ой.  
Тўй ва оқшом либослари — 1-2 ой.  
Аёллар костюм-шимми, плаш-пальто — 1-2 ой.  
Ҳамшира — 6 ой, 4 ойи ўқиш, 2 ойи амалиёт.  
Ҳамшира (тезкор) — 3-4 ой (амалиёт билан).  
Тиббий массаж — 3 ой (2 ойи ўқиш, 1 ой амалиёт).  
Торт ва пишириқлар — 2 ой.  
Олий торт безатиш курси — 1 ой.  
Уйғур, Европа таом ва салатлари — 2 ой.  
Жаҳон таомлари — 2 ой.  
Аёллар сартарошлиги — 3 ой.  
Тўй ва оқшом турмақлари ва макияж — 1 ой.  
Бухгалтерия ҳисоби — 3 ой (0 дан балансгача).  
Элита парда ва чойшаблар тикиш — 1 ой.

Элита парда ва чойшаблар тикиш олий курси — 1 ой.  
Бичиш-тикиш, моделлаштириш ва малака ошириш — 1 ой.  
Сартарошлик — 2-3 ой (ўғил болалар учун).  
Тирноқ, киприк ўстириш ва дипелация — 1 ой.  
Каштачилик — 3 ой (машинада вышивка). Тўқувчилик — 3 ой.  
Инглиз тили — 3 ой, рус тили — 3 ой, турк тили — 3 ой, корей тили — 3 ой.  
Бисер, яъни мунчоқ тикиш — 2 ой.  
Декоратив гул ясаш — 1 ой. Сарпо қути ва саватлар ясаш — 1 ой.  
Бисердан гуллар, дарахтлар ясаш — 2 ой.  
Карвинг (мева ва сабзавотлардан композиция ясаш) — 3 ой.  
Компьютер сабоқлари — 2 ой, Интернет — 1 ой.  
Барчаси амалиёт билан. Ётоқхона мавжуд.

Ўқини тугатганларга ДИПЛОМ берилади.

МАНЗИЛ: Юнусобод тумани 3-мавзе 1-уй 31-хона. МЎЛЖАЛ: Юнусобод деҳқон бозори бош тарафи орқасида.

Тел: (8 371) 221-17-95, 221-77-72, +99894 678-50-30 225-97-93 (18<sup>00</sup> дан 22<sup>00</sup> гача).

ФИЛИАЛ МАНЗИЛИ: Яшнобод тумани Фарғона йўли кўчаси 4-уй 40-хона. МЎЛЖАЛ: Қўйлик кийим бозори рўнарасида.

ТЕЛ: (8371) 295-97-82, +99894 678-50-30 (кундузи) Хизматлар лицензияланган

## ТАБРИКЛАЙМИЗ!

Ҳурматли Ҳақимжон ҒУЛОМОВ!

Сизни 1 апрель тава л л у д айёмингиз билан муборакбод эта миз. Яратгандан узоқ умр, соғлиқ тилаймиз. Биз ва қариндошлар бахтига доим омон бўлинг.



Қудаларингиз ва қизингиз Дилдора. Янгийўл тумани.

...Улкан, зим-зиё чоҳ. Оғзи тор. Қоронгулик ичра оппоқ куш учиб юрибди. Яқин келиб, унга қаради. Ие, юзи одамга ўхшайди-ку! Таниш! Ким эди-я... Вой, қўллари ҳам бор экан! Ана, тормаяпти, чоҳга тормаяпти! Аа-а-а!!!

...Ароқнинг бадбўй исидан димиққан хонада хуррак отиб, ухлаб ётган Ҳайдарали сесканиб уйғонди. Боши карахт, кўнгли жуда хижил эди. Шу алфозда элас-элас бир ҳақиқатни англади: хайрият, туш кўрибди.

елка тутишга ярасин.

Ҳайдарали қоқ тушда чайқала-чайқала кириб келди. Бошига тушган жудоликни англадим, йўқми — йилгамади... Танбех берганларга кўлини паҳса қилиб, ўдағайлади: "Бугун ўлишини қаердан билай!". Уни салкинроқ жойга ётқизиб қўйишдан ўзга чора топмадилар. Аза ўз йўлига, Ҳайдарали ўз ҳолича...

Кун узун, иссиқ авжида. Халча бувини ўша куни чиқарадиган бўлишди. Бу пайт карахт уйқудан уйғотилган ва онасининг вафоти тўғрисида худди энди эшитгандек капалаги учган Ҳайдарали ўзига келишга уринарди. Катталарнинг маслаҳатида кўра, панага ўтиб бир тоғора муздек сувга юз-кўлини ювишга унна-

## Буни ҳаёт дейдилар

Қабристон узра ваҳимали хитоблар янгради. Бу ходиса ҳаммининг кўз ўнгида ўзи берди, аммо нима бўлганини кўпчилик англолмай қолди. Шоша-пиша қабр ичидан тупроққа беланган Ҳайдаралини тортиб олишди. Унинг қиёфаси шу қадар аянчли эдики (қабрдан чиққан тирик одамнинг аҳоли яна қанақа бўлсин?), гўё беҳос йиқилмаган-у, ўлим чангалига тушиб қолгандек даҳшатдан дир-дир титрар, кўллари бежо чарақлар эди. Кун бўйи тарқаманган кайфидан асар ҳам йўқ, тили гўлдираб, телбадек ҳадеб тақоррлади: "Буви, кўйинг, бувижон!". Уни бир четга олиб ўтдилар.

## Маслаҳат

### ЮЗ ТЕРИСИ:

ПАРДОЗ НИҚОБЛАР

Косметолог —  
Хулқар ЯКУБЖАНОВА  
тавсиялари:

— Юз терисини мунтазам парвариш, кўёш нуридан ҳимоялаш, сепкиллар ҳамда ҳар хил доғлардан асраш лозим. Бунинг учун юзга махсус пардоз ниқоблар суртиб юриш тавсия этилади. Бундай ниқобларни уй шароитида ҳам тайёрлаш мумкин.

→ 0.5 стакан бодом магзини 1 стакан қайнаган сувга ивитиб қўйилади. Сувни 3-5 дақиқадан сўнг тўкиб, гўшт киймалагичдан ўтказиб, ушбу массага 3-4 томчи лимон шарбати, 1 ош қошиқ қайнатилган сув аралаштирилади. Ниқобни юзга суртиб, 30 дақиқадан сўнг бодом ивитилган сувда ювиб ташланади. Муолажа 4-5 ой давомида ҳафтада 2 марта бажарилиши лозим.

→ Петрушка шарбатини сут билан тенг миқдорда аралаштириб терига суртилса, ёғли юзлар учун жуда фойдали. Куруқ терига эса сут билан ярим чой қошиқ сметана тенг миқдорда аралаштирилгани яхши натижа беради. Мазкур ниқобни 10-15 дақиқадан сўнг совуқ сувда ювиб ташланади. Петрушка шарбатидан тайёрланган ниқоблар юзни оқартирибгина қолмай, витаминларга тўйинтириб, юзга софлик ва майинлик бахш этади.

→ 25 гр. ачитки (дрожя)ни 1-2 томчи лимон шарбати билан яхшилаб аралаштириб, унга 1 ош қошиқ сут қўшилади. Ушбу ниқобни пахта ёрдамида юзга суртиб, 20 дақиқадан сўнг илиқ сувда ювиб ташланади ва совуқ компресс қилинади. Натижада тери тиникиб, силлиқлашади.

→ Бодрингли ниқоб юз терисини намлантиради, сепкил билан турли доғлардан халос этади. 50 гр. сархил бодринг пўстлогини 200 мл. хона ҳароратидаги сувга солиб, 6 соатга тиндирилади. Куруқ юзлар учун 1 ош қошиқ озиклантирувчи крем билан аралаштириб, ниқоб тайёрланади. Ёғли юз териси учун бодринг шарбатини тенг миқдорда спирт ва сув билан аралаштириб, 1 кунга тиндириб қўйилади. Шу тиндирмага ҳар куни докани намлаб, юзга 15 дақиқа ичида 3 марта компресс қилиш лозим.

Баҳор ва ёз мавсумида барча ниқоблар уйқуга ётишдан аввал қилинган маъкул.

Муолажадан аввал ниқоб юзининг маълум бир қисмига суртилиб, синалиқ лозим. Ушбу ҳолат 10-15 дақиқа давомида кузатилади. Агарда юзда қизариш, ноҳуш ҳолатлар рўй бермаса, ниқобни юзининг ҳамма қисмига қўллаш мумкин.

Латофат САЪДУЛЛАЕВА  
тайёрлади.



Гулчехра АСРОНОВА.

# САВОБ ВА САРОБ ЎРТАСИ

Ҳамма лол, мозорга оғир сукунат чўккан. Ора-сира одамларнинг афсус тўла шивирлари эшитиларди:

— Фирт маст-да, нобакор!

— Ким олиб келди ўзи уни бу ерга?

...Қишлоқда анча пайтгача Халча бувининг дафн маросими тўғрисидаги хунук гаплар кезиб юрди. Ҳайдарали бетоб бўлиб ётиб қолди. Минг қилсаям болаларимнинг отаси, деб хотини Асила қайтиб келиб парваришлади. Икки ҳафтача ўсал ётган Ҳайдарали ҳеч ким билан гаплашмади. Кейин, бир кун тонгда ўзи тўшақдан турди. Аста ҳовлига чиқди. Сўнг онаси Халча буви жон берган супага бориб, галати бир эҳтиёткорлик билан ўтирди. Унинг аҳолини кўриб серрайиб турган Асилани имлаб қақирди.

— Утир, — деди ёнига ишора қилиб. — Сенга гапим бор.

Асила эрининг бежо кўзларига қараб, сесканиб кетди.

— Ҳм?

— Бир туш кўрувдим. Ўша туш эмас экан.

— Нима?

— Тушунмайсан-да. Ўша куни мен йиқилиб тушмовдим. Онам тортиб олуду!

— Вой ўлмасам!

Ҳайдарали кўрқанидан кафти билан оғзини маҳкам беркитиб олган хотинининг қўлини аста силаб:

— Буни ҳеч кимга айтма, — деди пичирлаб.

Асила жимгина бош иргай олди холос...

Қишлоқда янги гап тарқалди: Ҳайдарали телба бўлиб қолганмиш! Ҳа-да. Гўрга кўриб чиқиш осонми? Ҳаммининг Асилага раҳми келарди. Аммо унинг ўзи кўп ҳам қайғургани йўқ. Ахир эри ичмай қўйди! Деярли гаплашмайди, ҳеч нарса билан иши йўқ, ичари уйда бикиниб ётгани-ётган. Телба бўлса нима? Ичувчи ва жанжалкаш эрдан беозор телба афзал эмасми?!

Хароба ҳовлига ҳаёт нишонлари қайтиб, аста-секин ҳаммаси изга туша бошлади. Асила қолган умри ҳам шу зайл давом этишига кўника бошлаган кунларнинг бирода, яна тонгда, Ҳайдарали супага ўтирганча уни қошига чорлади. Бу сафар эрининг ниғоҳи анча хотиржам, ҳатто киртайиб қолган кўзларида жиндай маъно бордек туюлди.

— Ҳаммаси яхши бўлади, хотин. Бувим мени чуқурдан ўзи олиб чиқди. Оппоқ канотларида...

Ҳайдарали ўша машъум кундан кейин биринчи бор жимлайди...



...Тушга яқин Халча бувининг жони узилди. Ўзи ниҳат қилганидек, ажал уни "елдек келиб, селдек олиб кетди". Бу жафокаш дунё билан киши билмас видолашди. "Худойим ётгулик қилмасин, бир оғиз калима келтиришга имкон берса бас", деб тиларди буви. Шундай бўлди. Тўғри-да, ўсал ётса, бошида турадиган ким бор?

Соҳибни қудрат кўнглига солган шекилли, салқин кулбасини ташлаб, ташқаридаги сўрига чиқиб, бир сикимгина бўлиб ёнбошлаганча омонатини топширибди. Буви супага бекорга чиқмаган, Ҳайдаралининг қачон, қай аҳволда келишини билмайди-да. Уйга қайтганида ҳам маст бўлса, "онам бор", деб хабар олармиди? Тўғри дахлизга кириб ётади-ю, қотади-да. У ҳолда Халча бувининг ўлигига хор бўлиши тайин.

Аслида бу ҳовлида аллақачон ҳаёт тўхтаган. Ҳайдаралининг ароқхўрлиги туфайли, келини зада бўлиб, болаларини олиб кетгач, мутлақ ҳукмронликни қўлга олган Бўшлик аталмиш юхо хонадондаги тириклик завқларини бирма-бир домига тортиб, ютиб юборган. Бу ҳовлида гимирлаб юрган эса Халча бувининг сояси эди, холос...

Бошдан кўп иссиқ-совуқ ўтди: турмуш ўртоғи дунёни эрта тарк этди, тилаб-тилаб олган ёлғиз ўғли Ҳайдарали ичкиликка берилиб, бор-будидан, одамгарчиликдан ҳам айрилди. Мана энди қариганида тиргаги йўқ, нураб битди Халча буви... Охири пайтларда ўлига инсоф сўрашдан кўра ўзининг тинчгина рихлатга кетишини тилаб қолди. Яхшиям, маҳалла-кўй бор. Шу бугун ҳам битта иссиқ-сувук нон кўтариб кирган кўшни аёл унинг ўлиги устидан чиқди. Бу совуқ хабарни эшитиб йиғилиб келган одамлар бир-бирига деярли бир хил савол беришарди: "Ҳайдар қани?". Дўқона югуртирилган дастёр қаналар ҳам уни тополмай келишди. Кўшнларнинг кўнглига гулгула тушди: ишқилиб, ўзини эплайдиган бўлиб келсин-у, ўғил бўлиб тобутига

тиклашгандек бўлди. Аммо унинг қиёфасидан жудолик изтиробларини англаб бўлмас, фақат безовта бир тажанглик зоҳир эди.

Кечга томон бувини сўнгги манзилга кузатишди. Қабристон узоқ эмасди. Тобутни кўшни йигитлар галма-гал елкалашди, Ҳайдаралига тегмади ҳам, таллашиб ҳам ўтирмади... Етиб келганларида уфқ беозор кампирнинг изтироб тўла қалбини акс эттираётгандек қонталаш тортган, бир уюм майин тупроқ ёнида эрининг юмшоқ кўчганини айтиб, гўрков қўл қовуштириб турарди. Ҳаммининг боши эгик, қадами ваэмин, юзида гусса. Биргина Ҳайдарали бу гамнок издиҳомга қовуша олмас, оёқлари чалишар, адашиб қолган одамдек бесаранжом эди. Тўғри, уни бу ерга судраб келишлари жоиз эмасди. Аммо эл-юрт, бувининг қариндош-уруғлари ҳеч бўлмаса, рихлат олди-дан фарзанди сўнгги бурчини тўқис адо этишини ишташди. "Бефарзанд кимсадек кетмасин, ахир, не ҳасратда ўстирган", дейишди. Волидасини ўзи ётқизиб чиқолмаса ҳам, жилла курса тупроқ ташлаш кўлидан келар?

Фурсат етди. Катталарнинг ишорасига кўра, уч-тўрт киши қабрга тупроқ ташлай бошлади. Гангиб турган Ҳайдаралининг қўлига каттагина кетмон тутқазилди. Юқорига энгил чанг кўтарилди. Фарзандлик бурчини бир кетмон уришда адо этиб қўйишга чоғландими, Ҳайдарали уни ерга гурс уриб, тупроқни тўлдириб олди. Шунда... кўз олдида кеча кўрган тушидаги манзара намоён бўлди: Қоронғу чоҳ. Оппоқ куш. Юзи таниш... қўллари... уни чоҳ томон торта бошлайди... Юзи... Ҳайдарали уни таниди! Онасику! Туш эди-ку бу! Ҳозир-чи, анави оппоқ кафандаги... куш... Йўқ, йўқ! Ана, қўллар, у томон узатилмоқда! Нега ҳеч ким индамаяпти?!

Боядан бери тупроқ тўла кетмон дастасини жон-жаҳди билан тутганча қабр ичкарисига даҳшат билан тикилиб турган Ҳайдарали бирдан мувозанатини йўқотди-ю, мункиб кетди.

— А-аа!

**ОНАЛАРГА ОСОН ДЕМАНГ**



Турмуш ўртоғим билан 31 йилдан бери тинч-тотув яшаб келаямиз. Уч қиз, бир ўғилни вояга етказдик. Катта қизимиз Лобарни узатганимиздан кейин келин ҳам туширдик. Ҳозирги кунда улар ахил-иноқликда ҳаёт кечиришяпти. Сизларга мурожаат қилишимдан мақсад, тақдир экан-да, иккинчи қизим Зумраднинг бахти очилмаяпти. Ўзи яхшигина чевар, саранжом, саришта. **Ёши 28 да.** Отаси иш билан андармон, лекин мен кўпинча уйда ўтирганим учунми, қизимни уйлаверириб, баъзан сиқилиб кетаман. Вақт эса ўтиб борапти, бу аҳволда унга ёши анчагина каттароқ кишилардан совчи келса, хафа бўлиб қолмасин, деган хавотирдаман. Ўзидан 3-4 ёш катта, сурхондарёлик йигитлар бўлса, уни узатардик.

**МУҲАББАТ опа,**  
Сурхондарё вилояти.

**ҲАЁТ МЕНИ КЕЧИРСИН!**

Оилада кенжа ўғилман. Минг шукурки, болалигимдаги орзу-хавасларимнинг кўпига эришдим. Тани жоним соғ, уй-жой қилдим, машина... Акаларим қулай шароит яратиб беришгани учун ҳам олий маълумотли бўлдим. Ҳозир нуфузли бир ташкилотда ишлайман. Бундан бир неча йил аввал онам мени уйлантириш тараддудига тушдилар. Аммо мен қайсарлик қилиб, белгиланган учрашуга бормадим. Шу ишим нотўғри бўлганини ўйлаб, кейин кўп афсусландим. Ушанда меҳрибонимнинг дилига озор берган эканман. Тўғри, оназорим мени кечирдилар. Лекин ҳаёт мени кечирмаганга ўхшайди. Чунки бу йил **45 ёшга** кираман. Кўп қизлар билан танишдим, лекин ўзимга мосини топишим қийин кечяпти. Энг ёмони, ёшинг улгайган сари эҳтиёткор ва ўта даражада талабчан бўлиб қоларкансан киши. Хуллас, энди сизлардан нажот кутишга мажбурман.

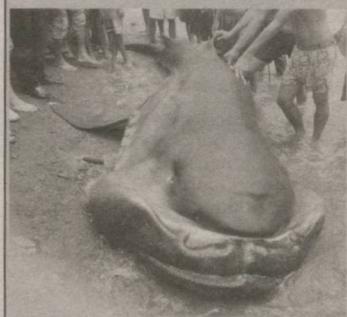
Мени тушунадиган, меҳрибон, 35-40 ёш атрофидаги турмушга чиқмаган қизлар бўлса, уйланмоқчиман.

**МАРДОН,**  
Бухоро вилояти.



**Ноёб наҳанг**

Яқинда Филиппин ороллари соҳилида наҳанг балигининг жуда ноёб намунаси – пелагея каттаоғиз акуласи тutilди.



Megachasma туридаги ушбу акула шу вақтгача фанга маълум бўлган йирик оғизли наҳангларнинг учтадан биттаси ҳисобланади ва улар планктонлар, яъни кит ҳамда баҳайбат акулалар билан озиқланади. 1976 йилда ўта чуқурликда яшовчи акулалар сифатида кашф этилганидан бери мазкур оилага мансуб наҳангларнинг бошқа тури ҳақида бирор далил топилмаган. Аммо бу акула ўшандан бери илмий тадқиқот учун ўрганилган шу турдаги наҳангларнинг олтимшичиси бўлади.

**“Бахтли бўлинг” саҳифаси**



**ҚАЙСАРЛИК КАСРИ**



— Мен ўтган ҳафта кўнғироқ қилиб укамга келин излаётганимизни айтганим. Мана, керакли хужжатларни олиб келдим, — дея гап бошлади хонамизга кириб келган аёл.

— **Марҳамат, укангиз ҳақида қисқача сўзлаб берсангиз.**

— Самариддин катта укам. Мактабни тамомлаганидан кейин институтда ўқиб, олий маълумотли бўлишни истамди. Уни йигирма беш ёшида уйлантирдик. Тақдирни қарангки, келинимиз олий маълумотли эди. Аммо улар арзимаган сабаблар туфайли ҳам тез-тез жанжаллашиб қолишар, гап-сўзлари, фикрлари сира бир-бирига тўғри келмасди. Тенг-тенги билан, деган гап бежиз айтилмаган экан-да. Асабийлашаверганиданми ёки бошқа сабабданми, келинимизнинг ҳомиласи туғилмай нобуд бўлди.

— **Вазият шу даражага боргунича катталар кўл қовуштириб тураверишдими? Ўртага тушиб, уларни муросага келтиришга ҳаракат қилмадингизларми?**

— Бир неча марта аралашдик. Лекин укам жуда қайсар. Унга битта гап кам, иккитаси кўп. Келинимиз ҳам бир гапдан қолмай, теппа-тенг тортишадиганлар хилидан чиқиб қолди. Охир оқибат, олти йил бирга яшаб, ажрашишди...

— **Энди қандай келин излаяпсиз?**

— Укамнинг сўққабош бўлиб яшаётганига ҳам анча йил бўлди. Бир нечта номзодларни кўрсатсак, кўнмаяпти. Шунинг учун охири сизларга мурожаат қиляпман. Самариддин **47 ёшда.** Бир ташкилотда қоровул бўлиб ишлайди. Ўзингиз биласиз, оиладаги тинчлик-хотиржамлик кўп жиҳатдан аёлга боғлиқ. Тошкент шаҳри ёки вилоятида яшовчи, 40-45 ёшгача бўлган озода, камгап, камсукумгина бир жувон учраса, келин қилардик. Битта қиз фарзанди бўлса ҳам майли.

**УМИДА опа,**  
Тошкент вилояти.

**ҚУВОНЧУ ТАШВИШИМ**

— Алло, бу “Оила” бўлимида?  
— **Худди шундай, сизни эшитяпмиз.**  
— Тошкент шаҳридан Акбар акаман. Менинг икки қизим бор. Раҳматлик аёлим тириклигида бирин-кетин уларни узатгандик. Шукур катта қизим жуда баъъани яхши хонадонга келин бўлди. Кичиги эса тушган жойида тинмади, ўтган йили битта фарзанди билан қайтиб келган эди. Маҳалламиздаги онахонлар билан аёлимнинг опа-сингиллари бир неча марта қизимни куёвимниқига олиб бориб қўйишди. Лекин...



— **Муаммо нимада эди?**  
— Қайнонаси жуда нозиктаъб аёл. Қизимнинг ҳар бир ишидан айб топавераркан. Болалик бўлганидан кейин бундай мोजаролар янада кўпайган. “Сен кетсанг, ўғлимни бошқасига уйлантириб қўяман”, деб ҳайдайвераркан. Қизим бечора, суянадиган онам йўқ, деб ҳаммасини ичига ютиб юраверган. Мен бу гапларни кейинчалик катта қизимдан эшитдим. Ахир, мана шу икки қора кўзимни деб яшаб юрибман-ку. Ҳаётим, қувончим шулар бўлса. Уларнинг дили оғри-масин, деб бошқа уйланмадим ҳам. Энди эса кенжамнинг эзилиб юрганини кўриб, қийналиб кетяпман. Яқинда қадрдон ошнам “Оила” бўлимига бориб, бир аёл билан танишганини ва яқинда турмуш қуришганини хурсанд бўлиб айтиб қолди. **Қизим 28 ёшда.** Балки унинг ҳам чин бахти шу ердадир деган умидда кўнғироқ қилаяпман. Зора яхши бир хонадоннинг бекаси бўлиб юрса, мен ҳам хотиржам бўлардим.

**КЎШНИ КИЗ — ЎЗ ҚИЗИМ-ДА**

“Узоқдаги қариндошингдан ёнингдаги кўшнинг яхши”, деган гап бор халқимизда. Ён кўшним Ёркиной билан бир йилда келин бўлиб тушганмиз. Шунинг учун ҳам яқин дугона бўлиб қолганмиз. Бирин-кетин фарзандлик бўлдик. Оилада бирор муаммога дуч келганимизда дардлашиб, бир-биримиздан маслаҳат олардик. Қайнона-қайноталаримиз ҳам бизларни описингиллар, дейишарди. Хуллас, менинг уч ўғлим, дугонамнинг икки қиз ва бир ўғли худди бир оиланинг фарзандларидек катта бўлишди. Бирин-кетин тўйлар қилдик, орзу хавас кўрдик. Ёркиной билан ҳозиргача бир-биримиздан яширадиган сиримиз йўқ. У **27 ёшли** қизи Назирага совчи келмаётганидан хавотирдам. Зора, бахти кулиб, “Оила” бўли-миздан ўз тенгини топса, деган умиддамиз. Назира ҳисобчилик курсини тамомлаган. Уй ишларида ҳам эпчилгина. Бир оиланинг файзли бекаси бўлишига ишонамиз.

**РАҲИМА хола,**  
Навоий вилояти.

**ФАРЗАНДЛАРИМ РОЗИ**



Ассалому алайкум, “Оила ва жамият” газетаси ходимлари. Сизлардан илтимос, ушбу мактубимни газетанда чоп этсангиз. **Ёшим 47 да.** Бир ўғлим ва бир қизим бор. Ўн йил аввал турмуш ўртоғим автохалокат туфайли вафот этган. Фарзандларим анча улгайиб қолишди. Уларни уйли-жойли қилишимда энди ёнимда суянчик бўладиган аёлнинг ўрни жуда билиняпти. Уларга она, менга меҳрибон ҳамроҳ бўлса, уйимиз яна аввалгидек файзга тўларди. Нуфузли ташкилотда ишлайман. 40 ёшгача бўлган турмушга чиқмаган олий маълумотли қиз билан турмуш қурмоқчиман. Уйланишимга фарзандларим рози.

**ИЛҲОМ,**  
Қашқадарё вилояти.

**ТАҲРИРИЯТДАН:**

«Бахтли бўлинг» рукнига хат йўллаётган ёки вевосита мурожаат қилаётган фуқаролар паспорт нусхаси ва яшаш жойидан (маҳалла фуқаролар йиғинидан) маълумотнома тақдим этишлари шарт. Шунингдек, ажрашганлар бўлса, суд қарорининг нусхасини топширишлари талаб этилади. «Оила» бўлимида 60 ёшгача бўлган фуқароларга хизмат кўрсатилади.

**МУРОЖААТ УЧУН ТЕЛЕФОН:**  
**(8-371)234-25-46**

**Асфальт тўлиб тўкилди... балиқ**

Хитойнинг Гуйчжоу шаҳарчасида қизиқ бир ҳодиса рўй берди. Маҳаллий аҳоли вакиллари-дан бири юк машинасида етти тонна микдордаги тирик сом балигини ортиб кетаётган эди.



Қутилмаганда машинанинг кувози очилиб кетди. Натижада ортилган барча балиқлар шаҳарнинг кенг асфальт йули бўйлаб тўкилиб борди. Фикри бузуқ одамлар учун бу балиқлар текин неъмат бўлиши мумкин эди. Бирок, шаҳарнинг ушбу ҳодисага гувоҳ бўлган маҳаллий аҳолиси ҳайдовчига чин кўнгилдан кўмакка киришдилар. Уларнинг бир қисми асфальтда ёйилиб, типирчилаётган балиқларга шланглар ёрдамида сув сепиб турса, бошқалари балиқларни челақларга тера бошладилар. Кўп ўтмай, барча балиқлар деярли зарар етмаган ҳолда яна юк машинасидан жой олишди.

**Наргиза СИДДИКОВА**  
тайёрлади.

# СИЗДАН УГИНА, БИЗДАН БУГИНА

**ёхуд айрим шифокорларнинг фаройиб  
олди-бердиси хусусида**

*Яқинда олти ойдан бери ўнг қўли, кўкрак қисми қақшаб оғриётган синглим уйимизга келди. Кўзлари тўла ёш билан "Узимизнинг Қақшқадарёда кўрсатмаган дўхтир ҳам, табиб ҳам қолмади, роса довландим. Лекин фойдаси бўлмади, шу десангиз, ёмон касалмасмикан шикъилиб, деб хавотирданман. Яхшироқ врачга кўрсатинг", деб илтимос қилди.*

— Уни пойтахтдаги нуфузли шифоналардан бирига олиб бордим. Мутахассис шифокор бироз савол-жавоб қилиб кўргач, УЗИ аппаратида йўлланма берди. Гап-сўзлари бейронгина йигит бирпасда таҳлил натижаларини қўлимизга тутқазди. Хизмат ҳақини сўрасам, кассага ўзим топшираман, 15 минг сўм бера қолинг, деди. Биринчи мурожаат этган дўхтир қўлимиздаги хулоса қоғозларини кўздан кечириб, тортмасини очди-да, "Энди, оғайни, майли, маслаҳат фақат сизга текин, сингилни мана бу манзилда жойлашган тиббий марказга ҳам бир кўрсатмасангиз бўлмайди. Ҳам қўлини, ҳам кўкрак қисмини тўлалигича МРТ қилдиринг, кейин қаерда касаллик борлиги аниқ бўлади", дея ҳалиги марказнинг реклама-ташриф қоғозини тутқазди.

Синглим бечора бўлса, бир менга, бир дўхтирга хавотир аралаш термулади. Сўраб-суриштириб ўша манзилга бориб навбатга ёзилдик. Биз билан иккита тилда аралаш-қуралаш гаплашган қиз "...вич юбордимни, яхши", дея кассага умумий ҳисобда 170 минг сўм тўлашимиз кераклигини айтиди. Бир соатча вақтдан сўнг қақширди. Хуллас, тушга яқин МРТ натижаларини олиб, яна ўша, бизга



"текин маслаҳат" берган шифокор хузурига шошилдик.

У киши кўзойнагини стол устига қўйди-да: "Менинг соҳам бўйича сизда ҳеч қандай хавфли касаллик йўқ, лекин кўкракда майда тугунчалар бор экан, бу балки қаттиқ шамоллаш аломатларидир. Хўп, бу ташхисларни яна бир врач кўриши керакка ўхшайди" деб, телефонда ким биландир боғланди-да, "Қадрдонларимдан бирининг синглиси, мен кўрдим, ёмонмас. Шундаям сизнинг маслаҳатингиз керак, ҳозир киришади", деб қўшни бинога жўнатди. Барибир кўнгил ўзинга душман деганларни рост экан. Ташқарига чиқишим биланок синглим йиғлаб юборди. "Акажон, қўйинг, булар ниманидир биздан яширишяпти, сизниям роса овора қилдим. Тагин шунча пулингиз кетди, нима бўлса энди пешонамдан кўраман, кетамиз", деб туриб олса бўладими. Бир илож қилиб, ялина-ялина уни профессор хузурига етаклаб бордим. У ҳам улбул нарсаларни сўраган бўлди-да, тортмасини очиб, навбатдаги яна бир марказнинг рангли қилиб ишланган ташриф қоғозини бераётди: "Тошкентда энг зўр марказ шу, кўпларни

юбораман, сизларга маммография керак, диагнозлар аниқ-тиниқ бўлади, кейин муолажа ёзиб бераман, тезроқ бориб-келинглар, кутаман", деб обдон тушунтирди...

Кўчага чиқаётсак, ҳалиги касалхонанинг "қунда-шунда" киракашларидан бири "...га эмасми, арзонга оббораман", деса бўладими. Худди ана шу лаҳзада миямга бир савол урилди: "Ё тавба, наҳот, буларнинг ҳаммаси бир-бирига шунчалик даражада занжирдай боғлини кетган бўлса-я!"

Охири ўша врач айтган манзилга бормасдан аввал, телефонда нархини сўрадим. "Бирор киши адрес бердимми, ёки ўзларингиз келянсизларми? Маммография бўлса, бизда бошқа жойларга нисбатан арзон — 65 минг сўм", деб жавоб берди. Шу маҳал эсимга иш жойимга яқин ердаги поликлиника тушди. Борсак, таниш невропатолог шифокор қаршимдан чиқиб қолди. Қўлимдаги қоғозларни кўрсатдим. У қўлимсираб, менга шиврилади: "Аслида манави иккита кўрик умуман ортиқча, тирикчилик курсин, сизларни ҳали у ёққа, ҳали бу ёққа юбораётганлар ўша марказлардан маълум микдорда "улуш" олиб туришади, майли, сингилнинг кўнгли хотиржам бўлсин, юринг, маммография ҳам, мутахассис ҳам бизда бор. Кассага менимча ўттиз беш мингча пул тўланади". Орадан ўн дақиқа ҳам ўтмасдан, рентген натижаси тайёр бўлди. Ва ҳалиги дўхтир синглимни "фан номзоди ...ва" деб ёзилган хонага бошлаб кирди. Бироздан сўнг хушмуомала бир аёл уни кузатиб чиқди ва: "Сиз аввало, миянгиздан ҳар хил бўлмағур ўй-хаёлларни чиқариб ташланг, бу ориқларнинг бари кучли шамоллаш оқибати холос, манави қоғозда ёзилган муолажаларни олиб, бир ойдан кейин хузуримга келасиз, хўпми", деб тайинлади. Бундай самимий гап-сўзларни эшитиб, менинг ҳам киприқларим намланди...

Озод КАРВОН.

## БИЛАСИЗМИ?

### ТАБИАТ ҚЎЙНИ ФОЙДАЛИ

Мутахассис шифокорлар дам олиш кунларини имкони борича табиат бағрида ўтказишни маслаҳат беришлари беҳизмас. Бу билан фақатгина тоза ҳаводан тўйиб нафас олиш эмас, балки табиийлик ҳукмирон бўлган ҳудудда инсон организми фойдали бактериялар билан озикланишига урғу берилляпти. Натижада иммунитет фаоллашиб, турли хил зарарли микроб ва бактерияларга қарши курашиш кучаяр экан. Аксарият ҳолларда ОРВИ ва аллергия хасталикларга муқим шароитда яшаётганлар кўпроқ чалиниши исботланган.

## СОҒЛОМ

### МУТАХАССИСДАН КЎРА...

*Кўкрак саратони хасталигининг бошланғич босқичини кўзи оғиз мутахассислар тўғри аниқлашар экан!* Германияда ўтказилган тадқиқотда 6-8 мм. катталикидаги нохуш белгиларни топишда басира аёлларга қараганда кўзи очик ходималар кўпроқ хасталикка йўл қўяр экан. Айни пайтда бу мамлакатда "моҳир қўллар" ташкилоти фаолият юритмоқда ва кўкракнинг мануал текширув нархи суғурта билан қопланяпти.

## БЎЛҒУСИ ОНАЛАР

### БАЛИҚ ЕСИН

**Ҳомиладор аёллар учун энг фойдали озуқа — балиқ!** Бир ҳафтада 12 марта балиқ истеъмол қилган иккикат аёлларнинг аксарияти соғлом чақалоқларни дунёга келтиришгани ўтказилган тадқиқотларда аниқланибди. Етти ҳазинанинг бири бўлмиш баликда гўдак мияси ҳамда кўзлари учун нияятда фойдали омега-3 ёғли кислотаси бор. Ёғли кислоталар океан балиқларида кўп учрар экан.

АиФдан М.ҚОДИРОВА  
тайёрлади.

## МАЖБУРИЙ МЕРОСХЎР

Аммамнинг 27 ёшли ўғли туғма ногирон, давлат томонидан нафақа олади. Отаси кўп йиллар аввал ажрашиб, бошқа аёлга уйлانган, ундан фарзандлари ҳам бор. Хўш, жияним кўп йиллардан бери кўришмасдан, онаси билан алоҳида яшаётган бўлса-да, отасининг мол-мулкига бошқа ўғай укаларига ўхшаб тенг ҳуқуқли меросхўр бўла оладими?

С. Каримов.

— Албатта, бўла олади. Негаки, у туғма ногирон ва ана шундай оила аъзолари мажбурий меросхўр ҳисобланиб, мол-мулкдан улуш олишга ҳақлидир. Яъни, мерос қолдирувчи киши бошқа ўғил ёки қизига васиятнома ёзиб қолдирган тақдирда ҳам унинг мазмунидан қатъи назар, меҳнатга қобилиятсиз фарзанди мажбурий меросхўр саналиб, ҳар бир ворисга тегиши лозим бўлган улушнинг камида ярмини (мажбурий улуш) мерос қилиб олиш ҳуқуқига эга эканлиги қонунда белгиланган. Бунинг учун жиянингиз ўзи яшаётган ҳудуддаги давлат нотариал идорасига ёзма равишда ариза билан мурожаат қилса, унга тегишли тартибда мерос ҳуқуқи тўғрисидаги гувоҳнома бериллади.

**Саволга Тошкент вилояти адлия  
бошқармаси масъул ходими  
Ёдгор БЕРДИЕВ жавоб берди.**

## ЗАРАРНИНГ УЧТУРИ

Жабрланувчига етказилган зарарни белгилашда нималар эътиборга олинади?

В. Шомансуров.

— Ўзбекистон Республикасининг Жиноят-процессуал кодексига жабрланувчи ва жавобгарлик ҳолатлари ҳақида сўз юритилган бўлиб, унга биноан: етказилган зарар маънавий, жисмоний ёки моддий бўлиши мумкин.

Маънавий зарар одатда, тўхмат, ҳақорат, биров ҳақида ёлгон маълумот бериш ва шу каби ҳоллар туфайли етказилади.

Жисмоний зарар баданини жароҳатлаш, бировга тан жароҳати етказиш ва оқибатда касалга ёрдам кўрсатмасликдан иборатдир.

Ўғрилик, талончилик, йўлтўсарлик, товланчилик, қасддан ёки эҳтиётсизликдан мол-мулкни йўқ қилиш, харидорни алдаш, бошқаларнинг ҳақ-ҳуқуқларини паймол қилиш моддий зарар етказиш ҳисобланиши белгиланган.

**Саволга Юнусобод туманидаги  
8-сонли ДНИ нотариуси  
Курбаной РАҲИМОВА ҳамда  
Олмазор туманидаги 3-сонли ДНИ нотариуси  
Нилуфар ЗУФАРОВА жавоб берди.**



Муассислар: Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси, «Боалар ва оилаларни қўллаб-қувватлаш» ассоциацияси (Боалар жамғармаси) ва «Соғлом авлод учун» халқаро хайрия фонди

Тахририятга келган қўлёзмалар муаллифларга қайтарилмайди. Реклама материаллари мазмунини учун тахририят жавобгар эмас.

«Шарқ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмаҳонасида чоп этилди. Тошкент, Буюк Турон кўчаси, 41-уй. Босишга топшириш вақти — 15:00. Босишга топширилди — 15:00

E-mail: oilavajamiyat@sarkor.uz

ISSN 2010-7609



**Бош муҳаррир:  
Норқобил ЖАЛИЛОВ**

Навбатчи муҳаррир — Ҳамроҳон Мусурмонова  
Саҳифаловчи — Акбар ШОДИЕВ  
Мусаҳҳиллар — Саидғани САЙДАЛИМОВ,  
Камола АДАШБОВЕВА

МАНЗИЛИМИЗ: Тошкент — 100000. Амир Темура кўчаси  
1-тор кўча, 2-уй. Мўлжал: Олой бозори ёнида

Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 0169-рақам билан рўйхатга олинган. Буюртма Г — 436. Формати А-3, ҳажми 2 табоқ. Адади — 7161. Баҳоси келишилган нарҳда.

ОБУНА ИНДЕКСИ — 176

Қабулхона: (тел-факс) 233-28-20  
Котибият: 233-04-35, 234-76-08  
Мухбирлар: 233-04-50  
«Оила» бўлими: 234-25-46

Web-site: oila-va-jamiyat.uz

1 2 3 4 5