

Mustahkam oila – yurt tayanchi

# QILA DAVTRASIDA

№ 19-20  
(469-470)  
2021-yil  
6-may  
payshanba

www.od-press.uz

Ijtimoiy-siyosiy, ma'naviy-ma'rifiy gazeta

Gazeta 2012-yil may oyidan chiqa boshlagan.



«МАЪРИФИЙ ИСЛОМ.  
Дунёга намуна  
бўлишимизга ишонаман»

6-7-бетлар.

## БИЗ УЧРАГАН

## ҒАЛАБА



Қанчадан-  
қанча тақдирлар  
барбод бўлди  
ўша машъум  
урушда. Қанча  
оналар, бева  
аёллар умрини  
жудолик дарди  
билан поёнига  
етказди...  
Шуларни  
ўйлаганда,  
байрам деган  
сўз кўнгилга  
сигмай кетади...



ФАРЗАНДИГИЗ  
МАКТАБДАМИ?  
FACE ID хабар беради.

2-бет.



ИНДИГО БОЛАЛАРИ  
заминни қутқаришга  
юборилганми?

4-5-бетлар.



МОСКВАДАН БЕРЛИНГАЧА  
«Ўлган» дўстимни учратиб  
қолдим...»

7-бет.



КОРОНАВИРУС!  
КУРАШИШНИНГ  
ОСОН ЙЎЛИ

13-бет.



# КЎНГИЛДАГИ НИЗО

оилани, маҳаллани, турмушни ҳам бузди

Чунки низо илмсизликдан, фаросатсизликдан, адолатсизликдан, ҳасаддан, энг ёмони, ўжарлик ва қитмирликдан келиб чиқади. Жиззакилик ана шунинг оқибати, негаки бу тоифа одамларда сабр, қаноат бўлмади.

Ҳаётда нималар бўлмайди, дейсиз. Кимнидир билиб-билмай хафа қилдингизми, дарҳол мурасага келинг, акс ҳолда, у ҳам жавоб қайтарса, низо бошланади. Бунга ҳаётда юзлаб мисоллар борки, бундай нохушликларга ҳар қадамда дуч келяпмиз.

Низонинг хавфлилиги шундаки, у тарафкашликни келтириб чиқаради. Буюк аллома Маҳмуд Замахшарий айтганидек, «Низо ва нифок мавжуд жойда нохушлик бўлар, қайғу-ҳасрату фақирликка тушилуру». Бинобарин, халқимиз ўртасида «Бир кун жанжал чиққан уйдан қирқ кун барака кетади» деган нақл ҳам бежиз эмас.

келмаслиги, очиғи, юрагимни оғритади. Қонунни биладиган айрим «ҳожатбарор»ларнинг томонларни келиштириш ўрнига манфаат эвазига уларни бир-бирига «гиж-гиж»лаши масалани чувалаштириб юборяпти. Бир метр ер ёки йўлакча учун ака-ука, ота-боланинг йиллаб судлашиб юрганига учта қишлоқдан бирида дуч келиш мумкин. Қонунда ҳал қилиниши мумкин, аммо кўнгилда ўрнашиб қолган низо уларни шу кўйга соляпти.

Кўнгилда сақланган низонинг хавфлилиги шундаки, тарафкашга айланган томонларнинг бирортасига яхшилик қилсангиз ҳам уларнинг душманига



**Низолашган кўнгиллар яхшилик қилишдан, мурувватдан узоқлашади. Қилдан қийқ ахтаришга тушади. Мен ўз ҳаётимда низолашган томонлардан ҳеч бирининг барака топганини кўрмадим.**

Айтайлик, уйда қайнона-келин ўртасида арзимаган масалада келишмовчилик чиқади. Яшириб нима қиламиз, қайнона бутунлай бошқа муҳитда тарбия кўрган келинининг ўзига маъқул тушмаган ҳаракатини босиқлик билан тўғрилашни ўзига эп кўрмайди. Ўз «обрў»сини ошироқчи, ундан ақллигини «кўрсатиб қўймоқчи» бўлади. Маслаҳат ўрнига пичинг, киноя қилади.

Келин ҳам ҳали ўзи мослашмаган муҳитдаги анъанага мойиллик билдирмайди. Аксинча, ўзининг замонавийлигини «намойиш» этишга уринади. Қарабсизки, йўқ жойдан бизу Сиз ҳар куни дуч келаётган низо бошланади. Кўнгилдаги низо ҳаракатга кўчади, унга ўғил, киз, қудалар қўшилади. Воқеанинг давомини айтишга ҳожат бўлмаса керак.

Низолашган кўнгиллар яхшилик қилишдан, мурувватдан узоқлашади. Қилдан қийқ ахтаришга тушади. Мен ўз ҳаётимда низолашган томонлардан ҳеч бирининг барака топганини кўрмадим.

Ҳозирги низоларнинг муайян (*аксарияти дейишга тилим бормаяпти*) қисми мол-мулк, мерос билан боғлиқ. Ана шу ҳолатдан келиб чиқадиган низолар, минг таассуфлар бўлсинки, шаритатга ҳам, янгича қонунларга ҳам тўғри

айланасиз. Муқаддас динимизда бундай номақбул ҳолатлар қораланган. Хусусан Наврўзда, Рамазон ойида, ҳайит байрамларида одамлар орасидаги бундай нохушликларга барҳам беришга имкон яратилган. Гап ана шу кадрятлар моҳиятини тушуниб, улардан оқилона фойдаланишда.

Тўғри, фуқаролик жамиятининг асосий таомили – ҳар бир низони суд орқали ечиш. Лекин бу ҳолат ҳамма вақт ҳам судгача бориши шартмикан? Унда миллий удумлар, ўзаро ҳурмат, андиша кадрини нима бўлади?

Шу ўринда масаланинг яна бир нозик томонига тўхталиб ўтамиз. У ҳам бўлса, жамоадаги низоларга. Тажриба шуни кўрсатяптики, жамоада икки ходимнинг келишмай қолиши бутун ташкилот ишига, раҳбар обрўсига салбий таъсир кўрсатади. Шундай экан, бу хил ҳолатларни дарҳол оқилона бартараф этмоқ зарур.

Рим файласуфи Луций Сенека «ўз тенгинг билан низолашиш хавфли, ўзингдан юқори билан – нодонлик, ўзингдан паст билан – ҳақоратли» деган экан. Келинг азизлар, Рамазон кунларида барчамиз бундай нохуш ҳолатлардан ўзимизни асрайлик.

**Фармон ТОШЕВ**

## БЮДЖЕТ ТАЛОН-ТАРОЖЛИГИДА ҚАЙСИ ВАЗИРЛИК ЕТАКЧИ?

2021 йил биринчи чоракда бюджет маблағларидан мақсадсиз фойдаланган, камомад аниқланган вазирликлар учлиги:

43,3 млрд. сўм	Халқ таълими вазирлиги (4,6 мартага ошган)
41,2 млрд. сўм	Мақтабгача таълим вазирлиги (7,6 мартага ошган);
23,3 млрд. сўм	Соғлиқни сақлаш вазирлиги (2,9 мартага ошган)

Манба: Молия вазирлиги Ахборот хизмати



Нарх-наво

## 1 МАЙДАН ДАВЛАТ БОҒЧАЛАРИ УЧУН ТЎЛОВЛАР ОШИРИЛАДИ

Ҳукуматнинг тегишли қарори (256-сон, 29.04.2021 йил) билан, 2021 йил учун давлат мақтабгача таълим ташкилотларида болалар таъминоти учун ота-оналар тўлови миқдорлари тасдиқланди.

Унга кўра, 1 майдан бошлаб боғча учун тўловлар миқдори ўртача 15 фоизга кўтарилди.

Хўш, боғча учун тўлов миқдори нега оширилди?

Мақтабгача таълим вазирлиги ахборот хизмати раҳбари Мавлуда Асқархўжаеванинг маълум қилишича, «2021 йил учун Ўзбекистон Республикасининг Давлат бюджети тўғрисида»ги қонунга асосан 2021 йилда истеъмол нархлари индекси 9-10 фоиз миқдорда бўлиши прогноз



қилинган. Шунга кўра, қарорда давлат МТТларида болалар таъминоти учун ота-оналар тўлови миқдорларини 2021 йилнинг 1 майдан бошлаб ўртача 15 фоиз ошириш кўзда тутилган.

Ҳозирга қадар давлат МТТларида ота-оналар тўловидан тушган маблағлар тўлиқлигича болани овқатлантириш харажатларига йўналтириб келинмоқда.

Таълим

## ФАРЗАНДИНГИЗ МАКТАБДА ЭКАНИНИ АНИҚ БИЛАСИЗМИ?

Эндиликда ўқувчиларнинг мактабда бўлиш вақти FACE ID тизими орқали назорат қилинади. Халқ таълими вазири Шерзод Шерматов Ички ишлар вазирлиги ва халқ таълими вазирлиги ҳамкорлигида ўтказилган Қўшма Ҳайъат мажлисида бу ҳақда айтиб ўтди, дея хабар бермоқда ЎЗА.

Мазкур йиғилишнинг бош ғояси айнан умумтаълим мактабларида ҳуқуқбузарликлар ва жиноятлар профилактикасини таъминлаш масаласига қаратилди. Ёшлар ўртасидаги жиноятчиликка қарши курашда ҳамда ҳуқуқбузарликларга нисбатан мурасасиз муносабатда бўлиш, жойларда ички ишлар ва халқ таълими бўлимлари ўртасида ўзаро ҳамкорлик ва маълумот алмашувини мустаҳкамлаш каби масалалар бугунги куннинг энг долзарб вазифаси сифатида белгилангани алоҳида таъкидланди.

Мақтабларда давомат тадбирларини ўтказишда сустраскаликларга йўл қўйилиши, ўқувчиларни назоратсиз қолдириш ҳамда профилактика инспекторлари ва мактаб раҳбари-

ятининг ўзаро ҳамкорлик олиб бормаганлиги оғир ва ўта оғир турдаги жиноятларга сабаб бўлмоқда.

Тошкент, Наманган, Фарғона, Сурхондарё вилоятлари, Қорақалпоғистон Республикасида юз берган ҳолатлар, ўқувчилар томонидан қўл урилган жиноятлар ва унинг оқибатлари муҳокама қилинди. Тошкент шаҳрида мактаб ўқувчилари ўртасида гиёҳванд моддалари ва психотроп воситаларини тарқалиши каби салбий ҳолатларга йўл қўймаслик, алоҳида назорат талаб этилган мактабларга ходимларни бириктириш масаласида зарурий чоралар кўриш бўйича топшириқлар берилди.

Халқ таълими вазири Ш.Шерматов ўқувчиларни назорат қилиш ва ота-оналар билан ўзаро ҳамкорликни янада кучайтириш мақсадида мактабларда Face ID тизимини жорий этиш, таълим сифатини ошириш мақсадида синф хоналарига овозли камералар ўрнатиш ва уларни ички ишлар органлари ҳамда профилактика инспекторлари билан интеграциялашувини таъминлаш йўлга қўйилиши ҳақида айтиб ўтди.



# БИЗ УЧРАГАН ҒАЛАБА

« Инсон ғалабага эришади. Мағлубиятга эса учрайди. Яъни, гап бўлаги сифатида мазкур икки эгага нисбатан одатда ана шу икки кесим ишлатилади.

Иккинчи жаҳон урушида фашизм устидан эришилган ғалабани нишонлашга, албатта, бутун инсоният ҳақли. Чунки башарият ўздан чиққан балога қарши курашиб, уни енгди, даф қилди. Бу ҳақиқатан ҳам ғалаба. Лекин ғалаба ҳам ҳар хил бўлар экан. Айрим жиҳатларини олиб қараганда, инсоният бу ғалабага эришди эмас, учради, дейиш тўғрироқ бўладигандек. Негаки, бу ғалаба шодлик учун қанчалик асос бўлса, қайғу учун ҳам шунчалик арзийди.

Ўзбек халқи мисолида оладиган бўлсак, кўп йиллардан буён 9 май куни тилга олинган аянчли статистикани ҳаммамиз яхши биламиз. Рақамларни четга суриб гапирганда, ўша йиллари юртимизда қўлига қурол олишга қурбидан ҳар бир эр йигит қон кечишга жалб қилинди. Уларнинг тўртдан бири олис-олис ўлкаларда орзу-умидларию армонлари билан бирга ҳаётни тарк этди. Ундан ҳам кўпроғи майиб-мажруҳ бўлиб қайтди. Умумий манзара шу бўлдики, мусибат етмаган бирор хонадон қолмади.

Ваҳоланки, қўлига ўқотар қурол олишга қурбидан етган ўша ота-боболаримиз меҳнат қуроллини ҳам ушлаши, оила боқиши, ризқ-рўз илнжида ҳаёт кечириши мумкин эди. Қанчадан-қанча тақдирлар барбод бўлди ўша машъум урушда. Кейинги ўнлаб йиллар давомида қанчадан-қанча оналар, бева аёллар умрини жудодик дарди билан поёнига етказди. Етим болалар ўқиб қолди.

Шуларни ўйлаганда, байрам деган сўз кўнгилга сиғмай кетади.

Уруш қурбонсиз бўлмайди, дегувчилар кўп. Лекин ғолиб томон кўпроқ қурбон берган бўлиб чиқса, ғолиб томоннинг талафоти мағлубникидан салмоқлироқ бўлиб чиқса, бундай ғалабадан хурсанд бўлиш учун юракни кинидан чиқариб ташлаш керак бўлади. Устига-устак, қудратли давлатларнинг урушига мажбуран жалб қилинган ва ўзи учун мутлақо ёт мақсадлар учун ўз халқининг ўзагини ҳалокатга йўллаган мамлакат учун бундай ғалабани нишонлаш сурур бахш этмайди.

Тўғри, Иккинчи жаҳон урушида ин-

соният жуда катта балони даф қилди. Буни нишонлаш керак. Лекин ортиқча шоду хуррамлик билан эмас.

Шу боис ҳам Ўзбекистонда 9 май – Хотира ва кадрлаш куни этиб белгиланган. Шу боис ҳам юртимизда ушбу сана арафасида уруш ва меҳнат фахрийлари яна бир бор йўқланади, уларга яна бир бор иззат-иқром кўрсатилади. Биз ниҳоят даражада адолатсиз, ўзимиз учун ҳеч ҳам кераги бўлмаган, ғалабасининг ҳам нафи тегмаган урушда қурбон бўлган ота-боболаримизни хотирлаймиз. Омон қайтганларни, фронт ортида жонбозлик кўрсатганларни эъзозлаймиз. Аслида 9 май санасига чин инсоний муносабат мана шу.

Лекин кейинги пайтлар юртдошларимиз орасида хориждаги айрим доираларнинг чалгитувчи тарғиботларига омиларча ишониб, уларнинг ғаламислик ва ғараз билан қилаётган ташвиқотларига кўр-кўрона эргашиб, оловранг-қора чизиқли лента тақаётганлар, 9 майни худди ўзининг шахсий, аллақандай мавҳум ғалабасини нишонлаётгандек байрам қилаётганлар учраётгани ачинарлидир.

**Афсуски, бундайлар ўша бемаза лентанинг аслида Иккинчи жаҳон урушига умуман алоқаси йўқлигини билмайди. Ҳатто урушнинг ўзи, сабаблари ва оқибатлари ҳақида ҳам тайинли тасаввур ва билимга эга эмас.**

Эмишки, фалон давлатнинг элчихонаси шундай лента таркатаётган экан, автомобилига, кўксига ёпиштириб олса, ғоят хушсурат манзара ҳосил бўларкан. Бу лента деганлари аслида узун ташланган бўйинтуруқнинг учи эканини ҳаёлига ҳам келтирмайди.

Тинчликнинг энг ёмон куни ҳам урушнинг энг енгил кунидан яхшироқ, дейдилар. Ўзгаларнинг нағмасига бепарволик билан берилиб кетадиганлар шуни ўйлаб кўрмайди. Урушнинг даҳшати ҳақида мулоҳаза қилмайди.

Мана, масалан, урушнинг кундалик воқеасини олайлик. Ҳозиргина ёнимизда



биз билан бирга нонушта ё тушлик қилган сафдошимиз ҳеч қанча вақт ўтмай, дайди ўққа учраб, ҳаёт билан видолашди. У тиррик эди. Шунчаки тиррик эмас, егги мучаси соғлом, қалби орзу-умидларга тўла, бу ёруғ дунёни тарк этишни сира ҳам истамаган бир инсон эди. Жангтоҳ машаққатларини бирга енгиб, ҳар ишда елкама-елка бўлиб келган, тунлари бирга дардлашган, ҳасратлашган, сиру розларини ўртоқлашган сафдош бир лаҳзада йўқликка айланса, бунга қандай чидаш мумкин?

Шу боис ҳам уруш қўрганлар у кунларни эслашни истамайди. Хотиралари ҳақида сўраганларга истамай жавоб беради. Қалбининг яраси янгиланаётганини айтмайди. Ҳамма дардини яна ичига ютади.

9 май куни ўша омон қайтганлар хурсанд бўлади, дейсизми? Бир муддат қалбини қувонч ўртгайди, албатта. Ўша кунлар ортда қолганини идрок этишдан пайдо бўлган қувонч. Лекин кейин оғир хотиралар, жангтоҳларда ҳар куни, ҳар соат, ҳар дақиқа рўй берган фожиалар юрагини тилка-пора қилгудек ларзага солади.

9 майни таралла-бедод байрам қилаётганлар шуларни ўйлаб кўрса, ёмон бўлмасди.

Мулоҳазага ундайдиган воқеалар жуда кўп. Партизанлар сафида бўлган беларуслик бир аёл эслайди: «Ўрмонда фашистлар туну кун изимизни пойлайди. Сафдошимиз Н. яқинда фарзандли бўлди. Ҳаммамизнинг қорнимиз оч, совуқ қотамиз. Уни эса совуқ ва очлик икки ҳисса қийнайди – чақалоққа бергу-

лик сути йўқ, гўдак совуқдан кўкаради... Ярим тунда немисларнинг шарпасини эшитамиз. Исковуч итлари ҳам бор. Қорни оч, совқотган чақалоқ беҳол йиғлайди. Жуда оғир танлов қаршисида қоламиз. Ё ҳаммамиз ҳалок бўламиз, ё... Н.га қараймиз. У ахийри бир қарорга келади. Чақалоқни ўз қўли билан сува ботиради. Энди мурзакнинг овози чиқмайди. Нақадар оғир танлов эди бу...»

Фронт ортида ҳам аҳвол енгил эмас эди. Бухоролик оқсоқол сўзлайди: «Ф...хон ҳали ёшига тўлмаган боласи билан бева қолганди. Қиш қаттиқ келди. На езулик бор, на ўтин. Кунлардан бир кун саҳарда жанозага айтишди. Ф...хон билан гўдаги экан. Уйининг бир бурчагида кўрпага бурканганча музлаб, қотиб қолишибди. Қўшниси ўқириб йиғлайди. Тунда ярим пиёла арпами, буғдойми сўраб чиққан экан, топиб беролмабди...»

Мана шундай аянчли кунлар, мана шундай даҳшатли йўқотишлар билан эришилган ғалаба эди у. Қандай қилиб ўйин-кулги қилиш мумкин шуларни эсламасдан?

Ҳа, юракни кинидан чиқариб ташлашга тўғри келади...

Хотира ва кадрлаш куни, деганда, машъум урушнинг халқимиз хотирасида унутилмас боқий дард бўлиб қолган ана шундай сон-саноксиз фожиалар назарда тутилган.

Кўнгли тусанганлар шундан кейин ҳам байрам қилаверсин...

Мадина МАШРАБХОН

## Иккинчи жаҳон уруши қатнашчилари ва ногиронларига 12 МИЛЛИОН СЎМДАН БЕРИЛАДИ

Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг 2021 йил 20 апрелдаги «Иккинчи жаҳон уруши қатнашчиларини рағбатлантириш тўғрисида»ги фармонида асосан жорий йилда Хотира ва кадрлаш куни муносабати билан Иккинчи жаҳон уруши қатнашчилари ва ногиронларига 12 миллион сўмдан пул берилади. Бу салкам 1150 АҚШ долларини ташкил этади.

Шу ҳисобда Ўзбекистонда фахрийларга ажратилган тўловлар миқдори бошқа мамлакатлар, хусусан, Россия (258-323 \$), Украина

(22-171 \$), Беларусь (246-758 \$), Қирғизистон (825 \$) ва Озарбайжон (қарийб 900 \$)га нисбатан кўпроқ эканлиги эътироф этилмоқда.

Чиндан ҳам, Ўзбекистонда тўлов миқдори ҳар йили оширилмоқда:

- 2017 йилда – 2 млн. сўм;
- 2018 йилда – 5 млн. сўм;
- 2019 йилда – 7,5 млн. сўм;
- 2020 йилда – 10 млн. сўмни ташкил қилган.

Бугунги осойишта кунимиз учун курашган бу авлодга қанча ҳиммат кўрсатилса ҳам кам. Аслида, тирик тарих бўлган нурунийларимизга пул, совға-саломнинг аҳамияти йўқ. Улар эътибор ва ғамхўрликка ташна. Аф-



суски, уларнинг сафи тобора сийрақлашиб бормоқда, деб ёзади «Xolis fikr» телеграм канали.

## ҲАЙДОВЧИЛАРДАН айрим хужжатлар бевосита талаб қилинмайди

Ҳукуматнинг тегишли қарори (271-сон, 04.05.2021 йил) билан 2021 йил 1 сентябрдан бошлаб ҳайдовчилардан автотототранспортни бошқариш учун ишончнома (нотариал тартибда тасдиқланган), техник кўрикдан ўтказилганлиги тўғрисидаги маълумот, автотранспорт воситалари ойналарининг тусини ўзгартиришга (қорайтиришга) рухсатнома электрон шаклга ўтказиш орқали мазкур хужжатларни автотототранспорт воситаси ҳайдовчисидан талаб этиш тартиби бекор қилинади.

Ички ишлар вазирлиги манфаатдор вазирликлар ва



идоралар билан биргаликда 2022 йил 1 январга қадар илғор хорижий тажрибани пухта ўрганган ҳолда ҳайдовчидан талаб этиладиган хужжатларни электрон шаклга ўтказиш бўйича ишларни тўлиқ яқунлаш юзасидан асосланган таклифлар киритади.





Катта ёшлиларнинг аксарияти ҳозирги замон болалари билан мулоқотда шу пайтгача мисли кўрилмаган қийинчиликларга дуч келишмоқда. Ҳамма болалар ҳам бундай эмас. Янги болалар шунақа. Америкада бу анча аввалроқ бошланган. Ота-оналар аввалроқ ташвишлана бошлашган, ўқитувчилар асабийлашишган, руҳиятшунослар хавотирга тушишган. Гўё ҳайратланадиган ҳеч нарса йўқдай – муаммоли, тарбияси қийин болалар ҳамма вақт ҳам бўлган. Аммо бу янги болалар – ажабтовур эдилар.

(Давоми. Бошлангани ўтган сонда)

Ақлли, ривожланган, аммо одатдаги хулқ-атвор меъёрларига бўйсунганини истамайдиган, ўжар болалар – уларни нима қилиш мумкин? Қўрқитиш ва жазолаш педагогикасини қўллашди, дори-дармонларни тикиштиришди, китоблардан маҳрум қилишди... Аммо бундай хулқ-атворли болалар кундан-кунга кўпайиб борарди ва, ниҳоят, психологлар бошланаётган «ҳамла»нинг кўламини англай бошладилар.

### БОЛАЛАРНИНГ ЯНГИ АВЛОДИ

Экстрасенслар бундай болалардан ёрқин мовий ранг таралиб турганини кўрадилар. Бу авваллари кам учраган, энди юзлаб ва минглаб ёш болаларнинг тепасида таралиб турган индиго ранги эди. Шунинг учун уларни Индиго болалари деб аташди. Улар – бошқача, улар бизга ўхшамайди. Уларнинг нигоҳларида туғилган пайтларидаёқ ғалати донишмандлик, ўзига ишонч, шоҳоналик зоҳир бўлади. Улар гўё бу курраи заминга катталарга тушунарсиз бўлган алоҳида вазифани бажариш учун келгандай. Бу болалар биз уларнинг ёшида бўлганимизда билган ва қилганимиздан кўра кўпроқ нарсани биладилар ва қила оладилар. Шубҳасиз!

Авваллари катталар болаларни истаган нарсани ясага бўладиган лой – пластилин, деб ҳисоблаган бўлсалар, Индиго болалари аллақачон батамом шаклланган ҳолда туғилмоқдалар. Уларни бошқатдан қайта ясаб имконсиздир. Улар айбловларга жавоб бермайдилар, эътирозларга қулоқ солмайдилар. Агар ўтказилаётган босим шахсий ўзликларига тажовуз қилса, Индиго болалари ўзларини ҳимоя қиладилар, бунда ҳимоя воситасини танлаб ўтирмайдилар: бақиришлари, ҳатто уришишлари мумкин.

Бу болалар – бошқача болалардир. Тадқиқотчилар ёзишча: «Индиго болалари билимни гўё сўриб олишади, айниқса улар ўрганаётган фан уларга ёкса, билимни ютоқиб симиришади. Агар сиз улар билан муносабатда ўзингизнинг уларни ҳурмат қилишингизни билдирсангиз, индиголар ўзларини жуда яхши тутишади. Эҳтимол, улар бизнинг тушунишимиз қийин бўлаётган самовий хабарларни ерга олиб келгандирлар. Улар ҳақиқатни, тириклик ва олам маъносини тушунишимизда бизга ёрдам берадилар. Индиго болаларини кўзларидан таниб олиш мумкин. Бу кўзларда чуқур донишмандлик ва онглилик зоҳир бўлиб туради».

«Мовий» болаларни тадқиқ этиш билан машғул бўлган олимларнинг аниқлашларича, кейинги йилларда бу ходиса тез-тез учрайдиган бўлиб қолди. Яқин истиқболда туғиладиган болаларнинг 90 фоизи Индиго болалари бўлиши кутилмоқда. Тушунайсизми? Янги, ақлли, эрксевар болалар билан тўла мактаблар! Бироқ табиат Индиго болаларини истеъдод билан бирга айрим камчиликлар билан ҳам тақдирлаган. Масалан, бундай болалар бир лаҳза олдин қувноқ ва ҳаракатчан бўлса, бир неча фурсат ўтар-ўтмас, хомуш тортиши ва кайфияти тушкун ҳолда бурчакка ўтириб, ўзича ниманидир ўйлашга тушиши мумкин.

Агар ота-оналар – тарбиячилар – ўқитувчилар индиголарни одатдаги усуллар: бақир-чақир, тақиқлар, қайиш билан уришлар орқали тарбиялашга уринсалар,

бундан ёмони йўқ. Бу нозик хилқатларни синдиради, уларнинг юксак вазифасини вайрон қилади. Синган, хўрланган Индиго болалари – бу фалокатга дучор бўлган шахслардир. Бундай болаларнинг кейинчалик котилларга айланганларига ҳайрон қолмасан ҳам бўлади. Аммо, агар Индиго боласи ўтказилаётган босимга қарши тура олса, у ҳеч нарсдан қайтмайди. Ахир у авторитетларни тан олмайди. Олимларнинг тушунтиришларича, Индиго болаларининг ички қувватлари жуда салмоқлидир, улар бу куч-қувватни қаерга сарфлашни билмайдилар. Ахир, уларнинг бошида чарх урган ҳамма ғояларни амалга оширишнинг умуман иложи йўқдир. Улар ҳар ҳолда келажакнинг болаларидир, эҳтимолки, бу келажак бугунга айланишига анча вақт борга ўхшайди...

### ИНДИГО БОЛАЛАРИНИ ҚАНДАЙ ТАНИШ МУМКИН?

- Улар бу дунёга ўзларининг улуғворликларини англаган ҳолда келадилар ва ўзларини шунга монанд равишда тутадилар;

- Улар «бу дунёда ҳозир бўлишга арзайдиган шахслар» эканликларини тушунадилар, бошқалар буни англамаслиги уларни ҳайрон қолдиради;

- Уларнинг ҳар бири ўз қадрини баланд баҳолайди;

- Улар авторитетларга бош эгмайдилар, анъанавий бўйсундиришга итоат қилмайдилар;

- Улар айрим ишларни умуман бажармайдилар, масалан, уларнинг саф-саф бўлиб юришлари қийин;

- Ижодкорликни, тафаккурни талаб қилмайдиган ҳамма нарса улар учун қизиқарли эмас;

- Улар кўпинча бирор ишни бажаришнинг афзал усулларини кўра оладилар, шунинг учун улар «мавжуд тартибни вайрон қиладиганлар» бўлиб туядилар;

- Улар ўзларига ўхшамайдиганлар орасига тушиб қолсалар, ўзларини жамоатчиликдан йироқ тутадилар;

- Улар кўрқувга қурилган интизомга бўйсунмайдилар (*«Шошмай тургин, ҳали отанг келсин ва нима қилиб қўйганингни кўрсин»*);

- Улар ўзларига айнан нима кераклигини сизга айтишдан тортинмайдилар;

- Бу болалар туғма файласуфлик истеъдодига эгадир, уларнинг ҳаёт моҳияти, инсоннинг ҳаётдаги мақсади, Коинот, Худо ҳақида чуқур фикрлари мавжуддир.

Бу инжа қалблар Заминга усталардай, муаллимлардай ўз вазифаларини бажариш учун келганлар. Улар шундай дейдилар: «Биз бу сайёрага у ёки бу тарзда илоҳий боқиралликка ўтишда кўмак бермоқчимиз. Биз буни меҳр-муҳаббат намунасини кўрсатиб, амалга оширамиз. Сиз биз билан қандай муносабатда бўлишга ўрганасиз, биз билан қандай муносабатда бўлишга ўргангач, сиз бир-бирингиз билан ҳам меҳр-муҳаббатли муносабат қилишга ўрганасиз».

Мана бу фазилатлар сизнинг болангизда йўқми:

- Унинг сезгирлиги юқори ва куч-қуввати ичига сиғмайди;

- Ҳар қандай иш унинг тезда жонига тегади, у фақат ўзи қизиққан машғулотга диққат қаратади;

- Агар унинг ҳурматини жойига қўймасалар, катта, обрўли шахсларга нисбатан

# ИНДИГО

## Курраи Заминда

### ўрнатиш учун



ҳам исён кўтараверади;

- Тезда ҳиссий мувозанатни йўқотади, чунки унинг мияси буюк ғояларга тўла, аммо уларнинг ҳаммасини ҳаётга татбиқ этишга имкон йўқ;

- Билимларни ТВ томошаси ёки қомусларни варақлаш орқали олади, аммо такрор-такрор хижжалаб ёдлашни ёмон кўради;

- Жуда кўнгли юмшоқ, кўрқувга тез-тез тушади, масалан, ўлимдан ёки яқин кишини йўқотишдан кўрқади;

- Агар жуда ёшлигида омадсизликка учраса, фақат биргина босимга норозилик сифатида ҳам ўқишни ташлаши мумкин.

Индиго боласи ғайриодатий бўлади ва уни тақиқлар, дўк-пўписалар, жазолар билан тарбиялаб бўлмайди. У ўзига ишонади ва сиз эътирозларингиз билан мақсадга эриша олмайсиз. Тақиқлаш ўрнига улар билан маслаҳатлашинг: «Менга тушунтир-чи, нега шундай қилишни хоҳлайсан? Нима деб ўйлайсан, бу ишингдан қандай натижа чиқади? Кел, вазиятни бир ўйлаб кўрайлик. Агар сен шундай қилсанг, иш нима билан тугайди?...» Бола, унинг фикрича, нима билан тугашини ҳикоя қилганидан сўнг, ундан сўранг: «Яхши, бу ҳолатда нима қиласан?» Ёш индиго билан сиз ўзингизни айнан шундай тутишингиз керак, акс ҳолда у сиз билан мулоқотдан ўзини четга тортади. Бундай болалар билан баланд келиб гаплашмаслик керак. Улар фақатгина ёши катта бўлгани, сочлари оқаргани ва юзига ажин тушгани учунгина ўзини юқори тутадиган одамларни ҳурмат қилолмайдилар. Индиго болалари билан муносабатда уларнинг ҳурматини қозониш керак.

### ИНДИГО БОЛАЛАРИНИ ИНКОР ҚИЛАДИГАНЛАР ИДДАОСИ

«Менинг қизим – бошдан-оёқ Индиго боласининг ўзи, икки-уч кунлаб фақат олма ва йогурт билан озикланиб юради (*мен бир кунда 1 олма ва 1 йогурт истеъмо қилишни назарда тутаяман*), кейин бир ўтиришда бир катта одам ейдиганча тушликни паккос туширади, яна қўшимчасини ҳам ейди. Ҳали эмизикли бола бўлган пайтида биз тўрт хил бўтқа тайёрлаб, шиша идишда бурнига яқин тутардик ҳамда ўзини қандай тутишини кузатардик...»

«Жиянимиз Абдуворис айнан Индиго бўлса керак – у болалигидан бошлаб доим ўзининг Заминдаги ўзига хос вазифаси ҳақида гапиради, Марсга сафар қилиш, Лемурия қитъаси ҳақида ҳикоя қилади. Уларнинг оиласида ҳамма ғайритабиий ҳодисалар билан қизиқишади, аммо болақай ҳали ҳеч кимдан эшитмаган нарсаларини ҳам ҳикоя қилади. Мактабда унинг устидан қулишади...»

«Энди билиб олдим, мен индиго эканман, ахир, мен умр бўйи ҳодисаларни атрофдагилардан кўра яхши ҳис қилганман, мени ҳеч ким тушунмаганлигидан ва аҳмоқона «тартиб»лардан қийналганман. Энди шуни биламанки, менинг бошқаларга ўхшамаслигим, бошқачалигим – бу жуда яхши экан!...»

Бундай гапларга Индиго феноменини тан олмайдиганлар нима дейишади? «Бошқариб бўлмайдиган, ўжар, ўзини яхши кўрадиган – ҳозирги замон болаларининг сурати мана шунақа. Улар китоблар орқали ўқишга қийналишади, авторитетларни тан олишмайди, эркинлик исташади ва Заминда ўзларига юкланган вазифани бажаришлари керак деган фикрлари ҳам бор. Тўкин-сочинлик замонини бошдан кечираётган юртларда бундай болалар айниқса кўпчиликдир. Бизда ривожлантирувчи тарбия фикрига чалинган ота-оналар янги «Кўёш болалари» пайдо бўлгани ҳақида жар сола бошлашди. Ахир уларни само элчилари деб ҳисоблаш аҳмоқликнинг ўзгинасидир. Диққат билан назар солайлик: ахир, Индиго болаларининг барча «ўзига хос» фазилатлари – шунчаки таълим-тарбиянинг ва ижтимоий ҳиссиётларнинг камчиликларини туфайлидир! Мумтозлик ва оддий тўқликка шўхлик қилишни, тантиқликни бир-биридан ажратиш керак. Болаларни овқатга кўмиб ташлаймиз ва кейин уларнинг эркинлигидан ҳайратланамиз! Барча егуликлардан фақат шарбат ва саккизта ширинликни қандай ажратиш олганидан қувонамиз! Қаранг-а, янги болаларга танлаш имконини бериш лозим, уларни бошқариш имконсиз, нима кераклигини уларнинг ўзи ички сезги билан топиб олади! Бу фазилат нафақат таомномани танлашда, балки бошқа нарсаларда ҳам намоён бўлади: «Йўқ, сиз мени ўзингизгагина қулай бўлган ишни бажаришга мажбурлай олмайсиз». Бизнинг жамиятимизда бола шахсига сиғиниш ҳукмрон бўлмоқда – эмишки, бола туғилганидан бошлаб ҳурматга сазовор шахс. Нима учун уни ҳурмат қилиш керак? Ахир, ҳали у ҳеч нарса қилгани йўқ. Болага шахматда атайин ютқазиб қўйиб, кейин унинг ғалабасидан ҳайратланадиган бундай ота-оналар Индиго болаларини эмас, худбинликда устаси фаранг дангасаларни вояга етказишади. Маълумки, Индиго болалари қийинчиликларни енгиб ўта олишмайди. Нега керак? Уларни шундайга ҳам ҳурмат қилиб туришган бўлса... Ҳеч бир хизмати учун эмас – болаларнинг шунчаки борлиги учун. «Оқил» ота-оналар оқилона мувозанатни ҳис этишмайди ва бу болаларга ортиқча пуфлашдан ҳам кўркишади: аллақандай болалар ҳуқуқларини ҳимоя қиладиган конвенцияни бузиб қўйишмасин тагин! Болаларнинг нозик ўзликларига зарар бўлиши мумкин! Бундай бебошликнинг самараси кўриниб турибди: бу болаларни энди ҳеч ким бошқара олмайди – на мактаб, на ҳуқуқ-тартибот органлари, на ота-оналар».

Индиго болаларини тан олмайдиган яна бир хил кишиларнинг айтишича: «Индиго болалари – америкаликлар «кашфиёти» бўлиб, бошқалардан шу билан фарқ қилишадими, уларни ўқитиб



# БОЛАЛАРИ

## ва қалбимизда осойишталик

### юборилган куч

хам, тарбиялаб ҳам бўлмайди, ҳар ҳолда эскича таълим-тарбия усуллари билан уларга таъсир қилиш мумкин эмас. Америкада уларга шундай ташхис қўйишади – диққатни жамлаш етишмаслиги ва ўта ҳис-ҳаяжонга мойиллик, у ерда бу болаларни психотроп дори-дармонлар билан даволашади. Бизда ўқитувчилар шундай ёзғиришади: «Сизнинг болангиз – дўзахдан қочган шайтон, бошқа мактабга ўтказинг!» Агар гўдак билан юмшоқ муомала қилсангиз, унинг яктолигидан ҳадеб ҳайратланаверсангиз, худбин, ўзига ишончи зиёда... бўлган девонани тарбиялаб етиштирасиз – ахир бошқа ҳамма одамлар унинг бошқалардан ортиқлигини эътироф этишмайди, кейин у атрофдагиларни уни тушунмаслигидан, «ғаройиб» бу шахсдан қувонмасликларидан азоб чекиб юраверади. Бундай асабий болалар табиийки одамови бўлади, улар билан муносабат қилиш қийинлашади. Уларнинг минг хил дард таъқиб этади ва бу дардларнинг ҳаммаси асаб туфайлидир. Бир дардни даволаб улгурмасдан иккинчиси бош кўтаради. Уларнинг иммунитет, дардга қаршилик қилиш қобилияти суст, улар ғазабнок бўладилар, диққатини бир жойда жамлашга қийналадилар, асаблари таранг ҳолда яшайдилар. Билимдон шифокорлар буни компьютер олдида узок ўтиришдан деб билишади»

Индиго болалар борлигига қарши яна бир даъво: «Бирок, улар шунчалар кўп нарсани билишадики! Биз уларнинг ёшида бўлганимизда бу нарсаларни тушимизда ҳам кўрмагандик!» – аммо сиз уларнинг ёшида бўлганимизда эртдан-кечгача телевизор кўрганмидингиз, ҳамма каналлару кўрсатувларни, шу қаторда мистика, янгиликлар, илмий дастурларни томоша қилганмидингиз? Компьютер бормиди ўшанда? Бу болалар телевизор кўради, ахборотни шимириб олади, кейин китоб ўқий олмайди, чунки ТВда ахборот чайнаб берилади, безалган, бўялган, осонлаштирилган ҳолда тақдим этилади-да. Уларнинг Заминдаги ўша «вазифа»си ҳақида нима дейиш мумкин? Улар Гарри Поттер ҳақидаги фильмларни, Бэтменлар, Покемонлар ҳақидаги мультфильмларни кўриб тарбияланганлар, шунинг таъсирида ўзларини оддий одам киефасида юрган «супер инсон»лар, кутилмаган баёнотлар бериш, инсониятни кутқариш, коинот сирларини очишга вакил этилган деб биладилар. Америкаликлар Индиго болалари – инсоният эволюциясининг натижаси, деб ҳисоблашади (*ажабо, ўқини ва ёзини истамаслик эволюция эмиш*). Оддий терапевтлар эса XX асрнинг 80-йилларидан бошлаб децелерация жараёни бошланаётганлигидан хавотир билдиришганди, ҳолбуки, бундан олдинроқ – 70-йилларда акселерация жараёни юз кўрсатганди. Аввалги болалар тез ривожланар, танасининг эпчиллиги ва қарашларининг кўтаринкилиги билан ҳайратлантларди. Эндиги децелератлар зўрга ҳаракатланишади, ландовуррок, тез хафа бўлади, қайғуга тушади.

• 90-йиллар ўсмирларининг жисмоний ўлчамлари 60-йиллардаги тенгдошлариникидан сезиларли даражада (*10-18 фоиз*) паст.

• Кейинги 30 йил мобайнида биринчи синф ўқувчилари орасида батамом соғлом

болалар (*1- ва 2-соғломлик гуруҳлари*) сони 61 фоиздан 46 фоизга камайди.

• Мактаб ёшидаги болалар орасида 1-гуруҳ соғломлигига фақат 14 фоиз болалар эга, қолган 86 фоиз болаларда функционал (*49,4 фоиз*) ва сурункали (*36,6 фоиз*) касалликлар мавжуд.

Индиго боласи деган ном истездодли боласи бор ҳар қандай онага роҳат бағишлайди, шундай эмасми? «Ҳа, менинг болам шунчаки бола эмас, менинг болам – Индиго. Менинг болам – юксак маънавиятга ва ўз ҳаётини дастурга эга. У Яратганнинг элчиси, ерга самодан жиддий вазифаларни амалга ошириш учун жўнатилган». Ҳали бу китобни ўқимаган кўшни аёл ичикиб ҳавас қилади: «Қара-я, бошқаларнинг боласи – Индиго, менинг болам оддийгина бола экан». Энди тасаввур қилинг: ўқитувчи синфга киради, у ерда эса аксарият болалар – ландовур, юлдузлик касалига чалинган, ўзини самовий онг ва хос вазифаларга эга даҳо деб биладилар. Бу болаларнинг ҳар бири ўз ички оламига биқиниб олган. Ҳар бири бошқалар билан муомала ўрната олмайди. Ҳар бирининг чўнтагида ўз хайкали учун қононаси бор. Ўн ёшида... уларнинг ҳеч бири ҳали ўқишни ҳам, ёзишни ҳам билмайди. Эмишки, гўё улар босимга чидай олишмайди, ахир таълим муқаррар равишда тарбиячи томонидан бир қадар (*эҳтимол, эҳтиёткорлик билан, назоқатли тарзда*) босим ўтказишга асосланади. Афсуски, бугун жамият Индиго болаларига итоат қилиб қолмоқда, гўё уларга баҳо қўймаслик керак, уларга «мумкин эмас» деб бўлмайди, аксинча – «сен ҳаммадан яхшисан» дейиш лозим. Бундай таълим-тарбия тизимининг натижалари бўлишига шубҳам бор. Бунинг устига, бу тахлит тарбияланган болалар катта бўлгач, ҳаётда ўз ўрнини топа олмайди. Чунки ҳаёт, ҳаммаша бўлгани сингари, фақат ўз қадрини билишнинг эмиш, балки одамлар билан муомала қила олишни, меҳнатсеварликни, тиришқокликни талаб қилади».

#### ИНДИГО БОЛАЛАРИ: АФСОНАМИ ЁКИ ҲАҚИҚАТ?

Индиго тадқиқотчиларининг фикрича, 10 ёшдан қуйи болаларнинг 90 фоизи Индиго гуруҳига мансуб эмиш. Гап шу ўзимизнинг оддий болалар ҳақида: кўшнларимизнинг болалари, кўчамизни чангитиб юрган, мактабларимизда ўқиётган болалар...

Интернетдан иқтибос: «Бугунги болалар занжирини узган қашқирдай, – дейишади муаллимлар. – Уларни буткул бошқариб бўлмайди, катталарнинг фикрига қулоқ солишмайди, ҳеч қандай авторитет ёки қонун-қоида уларни тўхтатолмайди, ўзларини ўзлари истагандай ва ўзларига керак бўлганидай тутишади. Масалан, даб-дурустан дарсининг ўрта-



сида синфдошининг олдида келиши ёки хонадан чиқиб кетавериши мумкин. Ҳеч бир тортинмасдан ўқитувчига: «Сиз бизни нотўғри ўқитяпсиз», – дейиши мумкин». Ҳа, болани бошқариб бўлмайди. Сабаби оддий, у назоратдан четга чиқиб бўлган. Бугун болалар шуни яхши билишадики, болани уриш – унинг ҳуқуқларини поймол қилиш демакдир. Авваллари болаларни жазолаш мумкин эди. Жонга теккан қучуқчадай қалтаклаш мумкин эди. Бугун ўз ҳуқуқини ҳимоя қилиб, ҳақ бўлган инсонни қандай жазолайсан? Уларнинг қобилияти ота-оналарининг қобилиятидан юқори бўлмай, нима бўлсин?! Улар CD ва DVD ўртасидаги фарқни жуда яхши билишади. Аммо қачонлардир «сникерслар», «йогуртлар» ва «чоко-пай»лар бўлмаганини билишмайди. Улар ҳеч қачон мактабда бир хил мактаб кийимида боришмайди. Аммо улар GAP нимаси билан МЕХХдан фарқ қилишини яхши билишади. Бу болаларнинг севимли ўйинчоғи – телевизорнинг бошқарув пулти ва чўнтак телефони. Бу болалар биринчи сўзни талаффуз қилишдан олдин компьютерни ўчириб-ёқишни билиб олади.

Келгуси ҳаётда фойдаси бўлмаса, мактаб дастурини ўзлаштириш нега керак? Карра-карра жадвалими? Ҳар бир алмаштириш пунктида сизга доллар алмаштириш учун калькулятор тутқазингиз, карра жадвалини билиш нега керак? Ҳозир мобил телефонлар калькулятор вазифасини ҳам бажарадиган пайтда, калькуляторнинг ўзи ҳам шарт эмас. Ҳеч бир эс-хушли одам (*хоҳ бола бўлсин, хоҳ катта ёшда*) ўзига қизиқ бўлмаган нарсани тингламайди. Бугун грамматика қоидаларини ўзлаштириш ва «ўхшайди» деб ёзиш тўғрими ёки «ихшайди» деб ёзиш тўғримикан, деб бош қотиришининг нима кераги бор?! Ахир, мобил телефон орқали SMS жўнатганда бу сўзни «охшиди» деб ёзишади. Ҳа, тилимизни дабдала қилишаётгани ҳеч кимга ҳам ёқмайди, аммо, агар ўйлаб кўрсак, уларга тўғри ёзишнинг кераги бўлмапти-да?!

Балки тўғри ёзиш – тарих саҳифасида қолиб кетадиган, ўлиб бораётган фазилатдир. Ҳаётда керак бўлмаётганидан сўнг тўғри ёзишнинг нима кераги бор? Ҳеч бўлмаганда компьютернинг Word дастурида ёзсанг, дастурнинг ўзи хато ва камчиликларни тузатади, нуқта ва вергулларни жой-жойига қўйиб чиқади. Агар бугунги кунда инсон нутқини рақамли технология орқали ёзиб, матнга тушириб бераётган дастурлар ҳам пайдо бўлганини ҳисобга олсак, яқин келажақда

фақат тил ўқитувчиларига тўғри ёзишадиган камёб одамлар бўлиб қолишса ажаб эмас. Ўзларини жиловлай олишмас эмиш. Ахир роликлар бўлса, гилдиракли кроссовкалар бўлса (*қўзларингиз тушидими?*), спорт велосипедлари, самокатлар, виндсерфинглар, сноубордлар бўлса, нега фаолликни жиловлаш лозим?!

Индиго болалари босимга чидашмайди, авторитетларни тан олишмайди, дейишади. Ким айтди?! Райҳона, Шаҳзода ёки Шоҳрух «реппер» концертига ҳар сеансда неча минглаб болалар навбат талашиб киришади, бир кунда бир-бирига минглаб «SMS»лар жўнатишади. Демак, бу болалар тан оладиганлар, уларнинг меҳрини қозонган ва улар ўртасида обрўли бўлганлар ҳам бор. Ана шу «авторитет»лар катта ёшли маркетинглар билан рейтингларни ҳисоблаб чиқишади, фокус гуруҳлар ва маркетинг гуруҳларда иш олиб боришади. Агар мактабларда «Кока-кола авлодлари»ни ҳали-ҳануз эскича, алмисоқдан қолган усуллар билан ўқитишда давом этишса, маркетинглар жалб этилмаса, устозлар дарс бераётган аудитория эҳтиёжларини ўрганишмаса, муаммолар келиб чиқаверади. Кейин келиб чиққан муаммоларни бу болалар «таратаётган нур»нинг ранги билан изоҳлашади. Уларга эски авторитетлар керакмас. Бу болаларнинг хавфсизлик дарслари бор, улар «терактлар пайтидаги хулқ-атвор қоидалари»ни ўрганишади.

Индиго болалари сайёрамизга, ота-оналарига ва дўстларига хизмат қилиш учун дунёга келганлар, уларга қулоқ тутсангиз, чуқур донишмандлик салоҳиятидан баҳраманд бўласиз. Улар юксак маънавиятни ва ўз ҳаётини дастурларига эга бўлган шахслардир. Улар Яратганнинг жиддий ниятлар ила Заминга юборган элчиларидир эҳтимол.

#### БОЛАЛАРГА ҚАНДАЙ МУНОСАБАТ КЕРАК?

Индиго болаларини тарбиялашдаги қийинчиликларнинг сабаби шундаки, индиголар бир замонлар ота-оналарини тарбиялашган одатдаги усулларга мос келмайдилар. Бундан ташқари, индиголарга уялтириш, айбдорлик, чеклов ва кўрқитиш сингари таъсир чоралари ҳаммаша ҳам натижа беравермайди. Маълумки, Индиго болалари худбинликлари туфайли «ўзбошимчалик» қилмайдилар. Бу болалар шуни исбот қилишни истайдиларки, уларнинг билими – уларнинг ўз ҳаёт ҳақиқатларидир. Бирок, улар – барибир болалардир ва уларни йўналтириш лозим. Ота-оналарнинг вазифаси ҳам буюриш, бошқариш эмас, йўналтиришдир. Агар сиз уларни тан олсангиз, ёрдам қилсангиз ва қўллаб-қувватласангиз, Индиго болалари сизга ҳақиқий қувонч, бахт келтиради. Акс ҳолда, индиголар ашаддий тиришқоклик намоён қилишади ва катталарнинг ҳукмбардорлигига изчил қарши туришади.

Нуқулай вазиятларга ёпишиб олмасликка ҳаракат қилинг, диққат-этиборингизни шунга қаратингки, сизнинг ишончингиз комил: Инсоният наслининг эволюциясига ҳисса қўшмоқдасиз, ўз мухаббатингиз, шафқатингиз ва сабр-тоқатингиз билан ажиб ва қудратли Инсонни тарбияламоқдасиз – бу жуда мароқли.

Дунёга келган барча болалар – муаллимлар. Бола бўлганимизда ҳаммамиз ҳам «доно» бўлганмиз. Аммо, катта бўлган сари қандайдир қимматли нарсани йўқотиб қўямиз: шу жойда ва худди шу пайт ҳозир бўлишни, ҳаёт эканимиз учун болаларча қувонишни, ўз ички овозимизни тинглашни, ўзимизни севишни, бутун оламни севишни ёддан чиқарамиз... Индиго болалари, эҳтимол, бизни шунга ўргатиш учун келгандир.

Карим БАХРИЕВ,  
журналист



«Ўтган йили АҚШ Давлат департаменти Ўзбекистонни диний эркинлик бўйича махсус кузатувдаги давлатлар сафидан чиқарди. Махсус баёнолда қайд этилганидек, «Ўтган бир йил мобайнида мамлакатда фуқароларнинг эътиқод эркинлигини таъминлаш бўйича аниқ ва амалий чоралар кўрилган».

Кўп миллатли Ўзбекистонда диний бағрикенглик масаласи доимо кун тартибда бўлиб келган. Конституцияда ҳамма учун виждон эркинлиги кафолатланиши ҳақида айтилади. Бундай шароитда бағрикенглик, тотувлик, эркинлик ҳақида гапирмасликнинг иложи ҳам йўқ. Зотан, юксак маънавият сари интилаётган дунёвий давлатда диний қадриятлар охириги масала эмас. Уларни ҳурмат қилиш, тўғри талқин этиш, эътиборсиз қолдирмаслик, лекин бир вақтнинг ўзида динга ёндашув меъёрларини бузмаслик лозим. Бундай ёндашув ҳам мамлакат ичида, ҳам минтақада тинчлик ва барқарорликни таъминлашга ёрдам беради. Мавзуни тўлиқроқ очиб бериш мақсадида таниқли этнолог олим, фалсафа фанлари номзоди, Равшан НАЗАРОВга мурожаат қилдик.

– Равшан Ринатович, янги тарихимиз миллий қадриятларни тиклашдан бошланди. Сабаблари тушунарли. Халқнинг маънавий асосларини мустақамлашга жиддий зарурат бор эди ўша чоғда. Лекин мустақилликдан сўнг динга муккасидан берилиб кетиш ҳолатларини ҳам қузатдик. Бунинг сабаблари ҳақида нима дея оласиз?

– Совет даврида одамларнинг эътиқоди «бўғиб қўйилган» эди. Диний амалларни бажаришдан қўрқардик, ҳатто художўйман, дейишга ҳам биров ботинолмасди. Мустақиллик эълон қилинган, «занжир»дан халос бўлган халқ ёппасига диний эҳтиёжларини қондиришга киришганди. 1991 йил 14 июнда «Виждон эркинлиги ва диний ташкилотлар тўғрисида»ги қонун қабул қилинди, мамлакатимизда кўплаб масжидлар қурилиб, диний ташкилотлар тузишга руҳсат берилди. Бундай жараён тахминан янги асрнинг бошларигача давом этди. Бироқ ўзига хос шиддат билан бошланган бу жараённинг ўзига яраша салбий оқибатлари ҳам йўқ эмас эди.

Шаҳару кишлоқларда диний муассаса ва ташкилотлар ҳаддан зиёд кўпайиб кетди. Натижада аҳолининг турли гуруҳларга бўлиниши кузатилди. Ҳар бир масжид қошида кичик-кичик жамоалар пайдо бўла бошлади. Бу яхшиликка олиб келмасди, албатта. Мана шундай пайтда давлат вазиятни қўлга олишга, диний эркинлик устидан муайян маънода назорат ўрнатишга мажбур бўлди. 1998 йилда «Виждон эркинлиги ва диний ташкилотлар тўғрисида»ги қонунга ўзгартириш ва қўшимчалар киритилди. Унга мувофиқ, барча диний ташкилотлар рўйхатга олинди. Аъзолари сони юз нафардан кам бўлган диний ташкилотларни тузиш тақиқланди (вахоланки, илгари 10 киши билан ҳам ташкилот тузилаверган).

1999, 2004 ва 2005 йилларда юртимизда амалга оширилган кўпуровчилик ҳаракатлари оқибатида диний экстремистик оқимларга муносабат кескинлашди. Баъзи диний гуруҳлар ўз мақсадларидан оғиб, сиёсатга аралаша бошлагани боис, давлат эҳтиёт чораси сифатида назоратни янада кучайтиришга ҳамда экстремистларга қарши муросасиз кураш олиб боришга мажбур бўлди.

Бугун айрим хорижий тадқиқотчилар Ўзбекистонда радикализм ортаётгани ҳақида гапирмоқда. Лекин бу фикр мутлақо асоссиз. Айниқса, охириги йилларда мамлакатимизда динга муносабат анча либераллашганини таъкидламоқчиман. Экстремизмда айбланган 18 минг нафардан зиёд ҳамюртимиз «қора рўйхат»дан чиқарилганининг ўзи кўп нарсдан далолат беради.

– Демак, ҳозир давлат ва дин ўзаро ҳамкор десак бўладими?

– Худди шундай. Давлатимиз динни ҳамиша ижтимоий маданиятнинг ажралмас ва муҳим бўлаги сифатида қабул қилган.

Дин халқ маънавиятини озиклантирувчи чашмадир. Лекин у сиёсийлашмаслиги ва сиёсатга аралашмаслиги керак!

Ўзбекистон қонунчилигида дин давлатдан ажратилгани белгилаб қўйилган. Юртимизда диний ёки этник моҳиятдаги сиёсий партия ҳамда жамоат ҳаракатларини тузишга ҳам йўл қўйилмайди.

Кўпчилик маънавият ва диндорлик тушунчаларини адаштиради. Маънавият моҳиятан кенг категория. У дунёвий қадриятларга, умуминсоний тамойилларга асосланиши ҳам мумкин. Шу нуқтаи назардан, диндор бўлмаган, диний қарашлари нейтрал ёки атеист одамни маънавиятсиз дейиш нотўғри. Негадир атеистларни дарҳол душманга чиқариб қўямиз. Ваҳоланки, улар орасида динга бетараф муносабатдагилари жуда кўп.

«Ҳар ким хоҳлаган динга эътиқод қилиш ёки ҳеч қайси динга эътиқод қилмаслик ҳуқуқига эга». Мазкур норма Ўзбекистон Республикаси Конституциясида ҳам акс этган. Умуман олганда, диний эътиқод эркинлиги гуманистик маданиятнинг энг буюк ютуғи ҳисобланади. Бу тушунча инсон диндан мутлақо юз ўгириши мумкинлигини англамайди. Ҳеч қайси динга эътиқод қилмаслик ҳуқуқини биз «виждон эркинлиги» тушунчаси билан ифодалаймиз. Ҳозир у барча дунёвий давлатлар, жумладан, Ўзбекистонда ҳам амалда.

Давлатимиз раҳбарининг маърифий исломни тиклаш ва тарғиб этиш, бу бўйича бебаҳо илмий асарлар яратган буюк мутафаккир боболаримиз меросини ўрганиш ҳамда оммалаштиришга доир ташаббуслари халқаро жамоатчилик томонидан қизгин кутиб олингани беҳад қувонарли ҳол. Маърифий ислом бўйича Ўзбекистон дунёга намуна бўлишига ишонаман.

Бироқ виждон эркинлиги ниқоби остида террористик ёки экстремистик қарашларни тарғиб қилиш ҳамиша қаттиқ қораланган.

Дарвоқе, 2017 йилда юртимизда «Экстремизм тўғрисида»ги қонун қабул қилинганини эслатмоқчиман. Хужжатда «экстремизм», «терроризм», «радикализм» тушунчаларига таъриф берилган.

Бу жуда муҳим. Сабаби уларни фарқлашмаслик ёки турлича талқин қилиш глобал иллатларга қарши курашишни қийинлаштиради.

– Радикализм қаердан пайдо бўлади сизнингча?

– Бу саволга аниқ жавоб йўқ. Турли омиллар таъсир кўрсатиши мумкин. Шу боис ҳар қайси ҳолатни индивидуал равишда кўриб чиқишга тўғри келади.

Аслида радикал оқимлар барча динларда мавжуд. Афсуски, ҳозир экстремизм ёки терроризм деса, кўпчилик ислом динини тушунади. Европада ҳатто кизиқ эксперимент ўтказиб қўрилган. Болаларга қоғоз-қалам тарқатилиб, мусулмонни чизиб бериш сўралади. Уларнинг деярли барчаси соқол-саллани,

ва кашшоқ мамлакатларда ҳам тез-тез намоён бўлади. Айтайлик, ночор деҳқон оиласида ўнинчи фарзанд бўлиб дунёга келган болани ота-онаси яхши кўриш тугул, ҳатто борлигини ҳам пайқамаса, унда ички норозилик, аламзадалик уйғониши табиий. Бундай инсонлар ўзининг мавжудлигини кўрсатиш мақсадида радикал кайфиятга берилади. Террорчилик ёки экстремистик гуруҳлардаги оддий жангарилар насл-насабини суриштирсангиз, аксарияти кашшоқ оилалардан чиққанини кўрасиз. Лекин сардорлари ундай эмас. Улар ўзига тўқ, ўқимишли инсонлар.

Радикалларнинг учинчи ва энг хавфли тоифаси ҳам бор. Бу – кўр-кўрона

# “МАЪРИФИЙ ИСЛОМ



кўлида автомат ушлаб турган одамни тасвирлаган.

Радикаллар христиан (*православ, католик, протестант*), иудаист, ҳатто буддистлар орасида ҳам учрайди. 1969 йилги Ольстер можаросини олайлик. Ирландия Буюк Британия таркибидан ажралиб чиқётганида мамлакатнинг шимолий қисми – Ольстер вилояти Қироллик таркибида қолади. Шундан бери католик-ирландлар ва протестант-инглизлар бир-бири билан муросасиз бўлиб келмоқда.

Собиқ Югославиянинг икки таркибий қисми – Сербиядаги православлар ва Хорватиядаги католиклар, қолаверса, Ливандаги христиан ва мусулмонлар, Ҳиндистон ҳамда Покистондаги мусулмон ва ҳиндуйлар ўртасидаги низо-нифоклар ҳам кўп йиллик тарихга эга. Шу боис радикализмни фақат исломга такаб қўйиш нотўғри.

Иқтисодчилар нефть қазиб олувчи мамлакатларда радикал кайфиятдаги кучлар кўплигига ишора қилади. Улар қисман ҳақ. Лекин бу ягона сабаб эмас. Радикализм аҳолиси кўп

тарзда динга муккасидан кетган фанатлар (*аслида уларда кучли диний илм йўқ*). Улар ички энергиясини қаерга йўналтиришни билмайди. Террорчилар учун бундай инсонлар тайёр ўлжадир.

– Бундан чиқди, ҳеч қайси жамият радикализм хавфидан холи эмас.

– Ҳа. Агар фақат моддий омилни эътиборга олсак, унда демократиянинг гултожи бўлган АҚШдаги террорчилик актлари, масалан, таълим муассасаларидаги хунрезликларни нима билан изохлаш мумкин? Террорчилар ҳеч қачон бемақсад ҳаракат қилмайди. Улар ҳамиша кимгадир ёки нимагадир қарши кескин норозилигини намоён этади.

– Ҳарқалай, бугунги Европада юз бераётган этномаданий зиддиятлар ҳам шунинг нишонаси бўлса керак.

– Европадаги вазият мураккаброк. Охириги 30-40 йил ичида Европа мамлакатлари аҳолисининг этномаданий таркиби сезиларли равишда ўзгарди. Буни мигрантлар оқимининг тўхтовсиз ортаётгани билан изохлаш мумкин. Энди Европа кўпчилик тасавуридаги «оқ танлилар китъаси» эмас. Унда турфа миллат, ирқ ва дин вакиллари истиқомат қилмоқда. Масалан, ҳозирги француз жамиятининг 10 фоизини мусулмонлар ташкил қилади. Улар орасида араблар





хам, хинду покстонликлар ҳам, Африкадаги собиқ колониал давлатлардан кўчиб ўтган аҳоли ҳам бор. Бундай ҳолатда ҳукумат, турган гапки, муҳожирлар таркибидан шаклланган Франция фуқароларининг туриш-турмуши, диний ва дунёвий қарашлари, эътиқоди билан боғлиқ туйғуларини ҳурмат қилиши лозим. Бошқа томондан, ўзга юртдан келган инсонлар Европада яшаб туриб, шу жойда қарор топган кадрятлар билан ҳисоблашмаслиги ёки уларни очикчасига инкор этиши ҳам фирт бемаъниликдир. Ҳар иккала ҳолат



– Дин мафқураининг шундай шаклики, унда ҳис-туйғулар сўзсиз устуворлик касб этади. Хайриятки, юртимизда эмоционал реакциядан нарига ўтилган

## БУ БОРАДА ДУНЁГА НАМУНА БЎЛИШИМИЗГА ИШОНАМАН”

Диний бағрикенглик ва радикализм: Ўзбекистонда давлат ва диннинг ўзаро ҳамкорлиги қандай кечмоқда?

охир-оқибат ички низоларга, этник, ирқий ва конфессиявий тўқнашувларга олиб келади. Жамиятдаги радикаллашув илдишларини мана шундай мурасасизлик, кескин қарама-қаршиликлардан излаш керак.

Яна бир гап. Европа узоқ вақт сўз эркинлиги, демократия, либерализм каби таянч кадрятларини умумбашарий кадрятлар қилиб кўрсатишга, уларни ташқи дунёга экспорт қилишга, бошқа халқлар, ўзгача маданият вакилларига мажбурлаб сингдиришга уринди. Қўхна қитъанинг асосий хатоси ҳам шунда.

Жаҳон ҳамжамияти кадрятлар хилма-хиллигини тан олмас, уларнинг умумий жиҳатларини топишга ва ўзаро уйғунлаштиришга ҳаракат қилмас экан, ер юзида урушлар тўхтамайди.

Европада барча муҳожирларни ўз ватанига ҳайдаб чиқаришни талаб қилаётган ўнг радикал кучлар мавжуд. Бирок бундай ёндашув биронта ҳам муаммога ечим бўлолмайди. Аксинча, ижтимоий-иқтисодий бўҳронларни келтириб чиқаради, холос. Бир вақтлар беҳисоб меҳнат мигрантларини кочоқларни бағрига олган ва ҳали ҳам олишда давом этаётган Европа мамлакатлари энди уларни ўзиникидек – европалик сифатида қабул қилишга, мана шундай реаллик билан ҳисоблашишга мажбур.

Маданиятлар ва кадрятлар интеграциясини тўхтатишга уриниш бефойда. Демак, бугун Европанинг ўзгаришдан бошқа чораси қолмади.

– Бу кадрятларни ҳам ўзгартириш кераклигини аңглатадими?

– Маълум маънода, ҳа. Лекин улардан буткул воз кечиш керак демокчи эмасман. Ушбу нозик масалада ҳар қайси давлат, аввало, умуминсоний кадрятларга асослангани маъқул. Кадрятлар тўқнашувини дин ва конфессиялараро муштарак жиҳатларни топиш йўли билангина бартараф этса бўлади.

– Ғарбда хуруж олган исломофобия, табиийки, Ўзбекистонда ҳам ўз акс-садосини бермоқда. Нима деб ўйлайсиз, эмоционал тўлқинни талафотсиз енгиб ўта оламизми?

ни йўқ. Яъни оммавий намойишлар, қасдма-қасд ҳаракатлар бўлмади. Бу эса ижтимоий онгимиз кўпроқ рационалликка мойил эканидан далолат беради.

Яқин ўтмишда халқимиз радикализмнинг аянчли оқибатларини бошдан ўтказган. Тошкентдаги террорчилик актлари, Андижон воқеалари ҳамон ёдимизда. Бундан ташқари, кўшни Афғонистондаги узоқ йиллик нотинчлик, Тожикистонда юз берган фуқаролик уруши, Қирғизистондаги мураккаб ижтимоий-сиёсий вазият кизикрон юртдошларимизнинг ҳовурини бироз пасайтириб турса, ажаб эмас.

Бугунги кунда хорижий экспертлар Ўзбекистонда кучли давлат тизими шаклланганини мамнуният билан эътироф этмоқда. Бу ҳам жамиятнинг эҳтимолли радикаллашувини тийиб турувчи муҳим омил бўлиб хизмат қилишига ишонаман.

– Радикализмга қарши диний бағрикенглик воситасида курашса бўлади-ми?

– Албатта! Бағрикенглик туйғусини болага эрта ёшдан, оила, боғча ва мактабда сингдириш керак. Шунда самараси юқори бўлади.

Биз азалдан бағрикенг халқмиз. Тарихга назар ташланг. Қадимда Хитой, Ҳиндистон, Европа, Эрондан келувчи савдо қарвонлари Буюк ипак йўли орқали юртимиз ҳудудини кечиб ўтган. Ўша вақтда қарвонсаройларимиз ҳақиқий бағрикенглик ўчоқларига айланганди. Ҳозир ҳам Ўзбекистонда ўнлаб миллат ва элат вакиллари баҳамжиҳат яшамоқда. Бошқа мамлакатлардаги ўзбек диаспоралари билан алоқалар мустаҳкамланяпти. Хориждаги ватандошларимиз иштирокида турли халқаро анжуман ва симпозиумлар ташкил қилинмоқда. Охирги йилларда ислом мамлакатлари билан ҳамкорликка ҳам алоҳида эътибор қаратилди. Айниқса, давлатимиз раҳбарининг маърифий исломни тиклаш ва тарғиб этиш, бу бўйича бебаҳо илмий асарлар яратган буюк мутафаккир боболаримиз меросини ўрганиш ҳамда оммалаштиришга доир ташаббуслари халқаро жамоатчилик томонидан қизгин кутиб олингани беҳад қувонарли ҳол. Маърифий ислом бўйича Ўзбекистон дунёга намуна бўлишига ишонаман.

Наргиза УМАРОВА  
суҳбатлашди.

9 май – Хотира ва кадрлаш куни

## МОСКВАДАН БЕРЛИНГАЧА ҚОН КЕЧГАН ЖАНГЧИ

Хотира – муқаддас ва азиз туйғу. Хотира уйғонса гўзал дейишади. Ҳақ гап. Ўтганларни эслаш, уларнинг яхши сифатларини ёдга олиш, ҳақларига дуо қилиш билан хотира гўзалдир. Халқимизда «кадрлаган кадр топади» деган нақл бор. Ҳақиқатдан ҳам, инсон ўзгаларга самимиятда бўлиб, ҳурмат-эҳтиром кўрсатса, ўзи ҳам атрофдагиларнинг шундай муносабатига сазовор бўлади. Ватан равнақи, халқ осойишталиги учун хизмат қилган эл фидойилари эса эзгу амаллари сабаб умрбод кишилар ёдидан ўчмайдилар. Номлари ҳамиша эъзоз билан тилга олиниб, хотиралари мангуликка муҳрланади.

Инсон умрининг саодатли бўлиши учун унинг ҳар бир қадамида поклик, меҳр ва муҳаббат, сабр ва садоқат, ибратли ҳаёт йўллари бўлиши муқаррар. Бу ўткинчи дунёдан умидвор инсон борки, ҳаёт йўллари яхшиликлари билан безаб ўтишига ҳақли.

Орамизда кимлар бор эди деган саволга жавоб излаймиз. Ҳар биримизнинг оиламизда, маҳалла кўйи, қишлоғимизда йўқотганларимиз топмишларимиз ва кечмишимиз мавжуд. Туғилиш, яшаш... Бу сўзларнинг маъноси бахт, толе қисмат ўлчамлари билан изоҳланади. Яхши бир эътиқод билан яшаган бахтли, элда ўз ўрнини, изини қолдириб кетган тахтлидир.

Уруш – тинчликнинг душмани. Уруш на миллат на ирқ танлайди. Миллионлаб одамларнинг ёстиғини қуритади. Юртда очарчилик, нотинчликни келтириб чиқарувчи балои офатдир. Инсоният жуда кўплаб урушларни бошдан кечирган бўлиб, булар ичида энг даҳшатлиси, 50 миллиондан ортиқ кишининг ёстиғини қуритган, XX аср фожиаси бўлмиш Иккинчи жаҳон урушидир. Олти йил (1939 йил сентябрь – 1945 йил сентябрь) давом этган бу уруш ер юзининг 80 фоиз аҳолиси жойлашган ҳудудни ўз ичига олган 61 та мамлакатни қамраб олди.

Боғотлик Марат бобо Ёмғуров бу йил 100 ёшни қаршилади. У Иккинчи жаҳон уруши қатнашчиси. 1942 йили йигирма ёшида фронтга отланади. Уларни дастлаб Амударё орқали Чоржўйга, сўнгра Каттакўрғонга олиб боришади. Беш-олти ой ҳарбий тайёргарликдан ўтгач, 1943 йили Москва остонасидаги жангларда иштирок этади. Кейин Смоленск, Беларусь жангларидан катнашади.

– Немислар Динепр дарёсининг нариги соҳилига чекинган эди. Кўприк портлатилган. Дарёдан кечиб ўтишнинг иложи йўқ, – дея ўша маъшум кунларни эслайди Марат бобо. – Биз ёғочдан кўприк қуриб жангга кирганмиз. Тақдир тақозосини қарангки ўша жангда ҳамқишлоғим Худойберган Жуманиёзовни учратиш қолдим. Мен уйда вақтим ундан ўлди деган қорахат келган эди. Биз кучоклашиб кўришдик. Унинг тириклиги ҳақида уйига хат ёздим.



Жангларнинг бирида Марат бобо ҳам оёғидан яраланади. Госпиталда ётиб даволаниб чиққач яна фронтга қайтади. Беларусь ва Польшани немислардан озод қилишда жасарот намуналарини кўрсатади. Марат бобо Ёмғуров жанг қилишни Москва остоналаридан бошлаган бўлса, 1945 йили ғалабани Берлинда кутиб олади. У 1946 йил 30 декабрда ғалаба билан эсон-омон ўз юртига қайтади.

Марат бобо урушдан сўнг қишлоқ хўжалигида ишлади. Ерга меҳр берди, фидокорона меҳнат қилди. Оила қуриб, фарзандлар кўрди. Бугун Марат бобо Ёмғуров қирқдан ошқ неварачеваралар ардоғида умргузаронлик қилмоқда. Унинг урушда кўрсатган жасорати тўғрисида кўксини безаб турган орден-медалларнинг ўзи ҳам ҳикоя қилиб турибди. Унинг бу орден-медаллари ёнига мустақиллик йилларида олган «Шухрат» медаллари ҳам қўшилган.

9 май – Хотира ва кадрлаш куни муносабати билан Президентимизнинг «Хотира ва кадрлаш кунига тайёргарлик кўриш ва уни ўтказиш чора-тадбирлари тўғрисида»ги, «Иккинчи жаҳон уруши қатнашчиларини рағбатлантириш тўғрисида»ги қарорлари эълон қилинди. Бу давлатимизнинг уруш фахрийларига кўрсатаётган ғамхўрлигининг юксак нишонасидир.

Юртимиздаги тинчлик, осойишталик, ғамхўрликдан Марат бобога ўхшаган бугунги дорилармон кунларимизга шукроналик билан яшаётган уруш фахрийлари миннатдор. Афсуски, бугун улкан жасарот кўрсатган қанча-қанча ветеран жангчиларимиз орамизда йўқ. Аммо улар қилиб кетган эзгу ишлар ёшларга ибрат намунаси бўлиб қолаверади.

Дилором ҚУВОНДИҚОВА,  
ўқитувчи, Хоразм вилояти





**«Ўзбектелеком» акциядорлик компанияси**

# Тошкент шаҳар телефон тармоғи филиали жамоаси

**Алоқа соҳаси ходимларини, барча  
турдош меҳнат жамоаларини**



**– Алоқачилар касб байрами**

**ҳамда 9 май – Хотира ва қадрлаш куни  
муносабати билан самимий  
муборакбод этади!**

**Соҳада узоқ йиллардан буён  
фидокорона меҳнат қилаётган фахрий-  
лардан тортиб, ахборот-коммуникация-  
нинг бугунги ёш билимдонларигача –  
барча алоқачиларга мустаҳкам соғ-  
лиқ-саломатлик, келгуси ишларида  
омадлар тилайди. Хонадонингизни  
файз-барака, бағрибутунлик  
тарк этмасин!**



**Касб байрамимиз қутлуғ бўлсин, азизлар!**



# Наманган вилояти Чуст тумани ҳокимлиги жамоаси

*Жонажон Ўзбекистонимизда истиқомат қилаётган кўп миллатли халқимизни 9 май – Хотира ва қадрлаш куни, Иккинчи жаҳон урушида қозонилган ғалабанинг 76 йиллиги билан самимий муборакбод этади!*



*Уруш ва меҳнат фахрийлари, буюк ғалабага улкан ҳисса қўшган барча юртдошларимиз доим эъзозда, ҳурмат ва эҳтиромда. Бу инсонлар билан ҳамиша фахрланамиз!*

*Тош қабрлар ичра ётмиш жон фидойи жангчилар,  
Кўкдаги лочинлару ҳам ўтда куйган танкчилар.  
Ёд этсак айём куни номингизни бирма-бир,  
Тилга олсак дил эзилгай, кўздан ёшлар томчилар...*

*Юртимиз тинч, осмонимиз  
ҳамиша мусаффо бўлсин!*

9

май

*Байрам муборак, азиз юртдошлар!*





# «ЎЗБЕКТЕЛЕКОМ» АКЦИЯДОРЛИК КОМПАНИЯСИ ҚОРАҚАЛПОҒИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ФИЛИАЛИ ЖАМОАСИ

*Барча соҳа ходимлари ва  
меҳнат жамоаларини 7 май –  
Алоқачилар касб байрами ҳамда  
9 май – Хотира ва қадрлаш кuni  
муносабати билан самимий  
муборакбод этади!*

*Юртимиз равнақи ва  
фаровонлиги йўлида амалга  
оширилаётган барча эзгу  
ишларингизга улкан зафарлар  
тилайди.*



## *Алоқа соҳаси фахрийлари*

Ўрозбой хожи Тажен-  
нов 7 май кuni ўзининг  
қутлуғ саксон бахорини  
қаршилайди. Ўрозбой  
оға узок йиллар «Ўзбек-  
телеком» акциядорлик  
компанияси Қорақал-  
поғистон Республикаси  
филиалига раҳбарлик  
қилди. Филиалнинг қад-  
ди-бастини тиклашга, ривожланишига,  
турдош корхоналар орасида ўз нуфузини  
топишига катта ҳисса қўшди. Бу жонфи-  
до инсон намунали оиланинг бошлиғи,  
фарзандларини ҳалол ва эл корига ярай-  
диган инсонлар этиб вояга етказди. Бугун  
отахон фаровон, тинч, осойишта, ёруғ



кунларга шукрона келтириб, бахтиёр  
кексалик гаштини сурмоқда.

Кўшалок байрамда ўғил-қизлари, на-  
биралари ҳамда касбдошларино шогирд-  
ларининг хурмат-эҳтиромида.

*«Эй она халқим, менга  
бердинг камол бардош ила,  
Тўғри йўлга бошладинг,  
юрдим азиз йўлдош ила,  
Бўлмадим ҳамроҳ сира,  
йўлларда бағритош ила  
Кўрмадим камлик юриб,  
армони йўқ элдош ила,  
Шу сабаб нон-туз ҳақи  
қошингга келдим бош ила,  
Таъзим айлай деб бугун  
саксонга тўлган ёш ила...»*

*Хурмат ва эҳтиром билан «Ўзбектелеком» акциядорлик  
компанияси Қорақалпоғистон Республикаси филиали ходимлари*

**Байрамлар муборак, азизлар!**

*Хизматлар  
лицензияланган.*



# Фарғона вилояти Бағдод тумани ҳокимлиги жамоаси

**Ўзбекистон аҳлини 9 май –  
Хотира ва кадрлаш куни, фа-  
шизм устидан қозонилган Ғала-  
ба байрами билан чин кўнгил-  
дан муборакбод этади!**



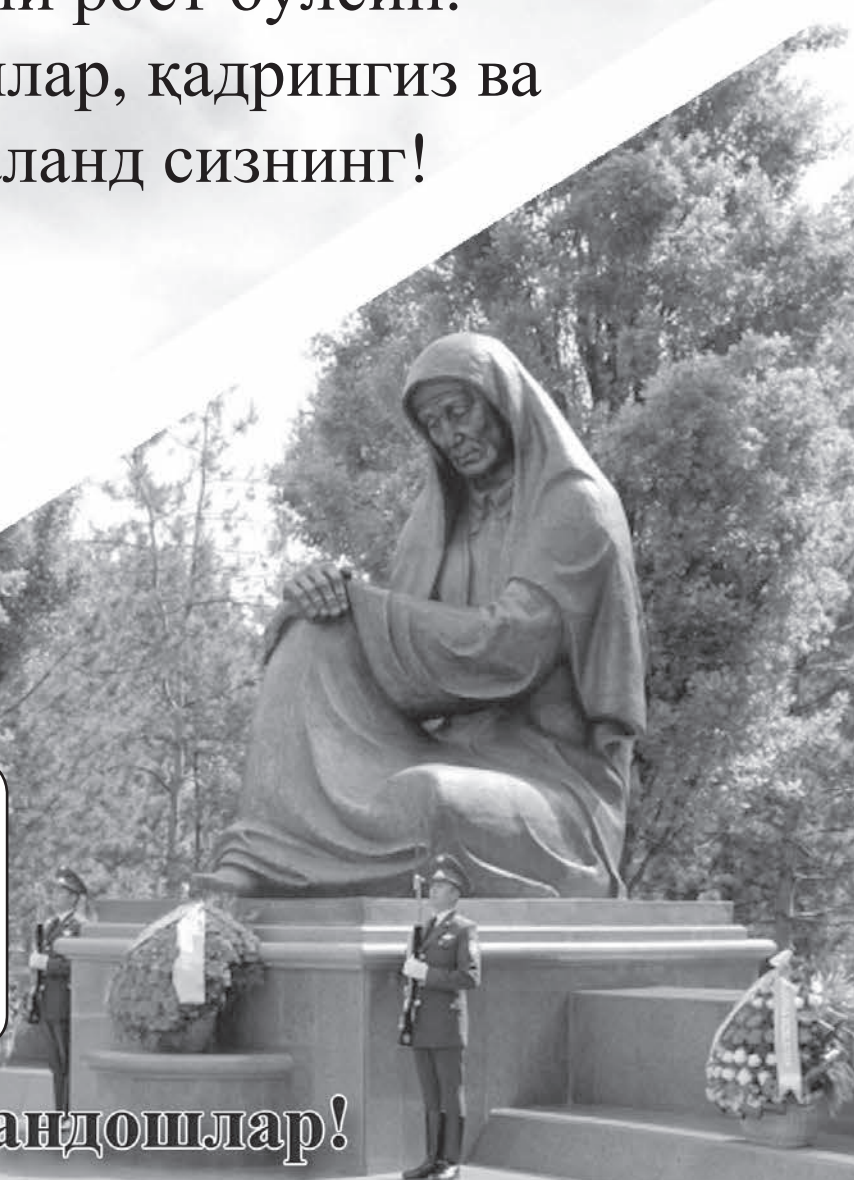
Биз урушни кўрмаган бўлсак-да, унинг яқинларимиз, замондошларимиз қалбига солган бир умрлик армону изтиробларини кўрганмиз, бугун ҳаёт бўлган уруш қатнашчиларининг маҳзун нигоҳларида ҳис этганмиз уруш даҳшатларини. Юртимизда бирор бир хонадон йўқки, Иккинчи жаҳон урушининг мусибати кириб бормаган бўлса. Ана шу даҳшатлар ортида қолгани рост бўлсин.

Урушни енгган қаҳрамонлар, кадрингиз ва қаддингиз ҳамиша баланд сизнинг!

Осойиш тилайди башарга ҳар кун,  
Жангчининг қалбида эзгу бир ғоя...  
У ҳамон фидодир она-юрт учун,  
У ҳамон юртини қилар ҳимоя!

Юртимиз тинч, ҳаётимиз  
фаровон, дастурхонимиз  
тўкин-сочин бўлсин!

**Байрам муборак, азиз Ватандошлар!**





# БИР КУНИМИЗНИНГ ШИРИН ТАШВИШИ



**ВАТАН... У нима ўзи? Яшаётган манзилми? Қариндош-уруғми? Балки дўсту биродарлардир? Мусофирликда умри ўтаётган ватандошлар нима учун «Ватан тупроғи»ни орзу қилади? Бобомиз Бобур Мирзо юртидаги нималарни соғинган ва умуман, хориж сафарлари чоғи «ватан соғинчи» деганда нима назарда тугилади?**

Аслида, табиату она тили – **ВАТАН**. Қариндош-уруғ, яқин биродарлар, ака-укаю опа-сингиллар – **ВАТАН**. Унда қарор топган кадрятлар, урф-одатлар – **ВАТАН**. Ота – **ВАТАН**. Она – **ВАТАН**. Биз шуларни соғинамиз. Ватаннинг тили ширин, ёқимли. Тупроғи гўзал. Тоғларида ажиб виқор бор. Чўлларининг таровати ўзгача, иссиғи ҳам ёқимли. Одамлари оқил – ҳар бир сўздан ҳикмат изланади. Шоирнинг: «Барча яхши, барча оқил, доно файласуф. Қимтиниб бир четда турган ёмонингман, ватан», – деган сўзи шунга далolat.

Тиб илмининг алломаси Гиппократ: «Ҳар бир касал ўз ерининг гиёҳлари билан даволанади», – деган. Бу қарашдан хулосалар бисёр. Жумладан, юрт гиёҳлари биз билан бир ҳаводан нафас олади, биз ўсган тупроқда унади, яъни илдизимиз бир, улар биз сингари шу иқлимга кўниккан... Баъзилар қай юртга сафар қилинса, аввал, у ернинг қатигидан истеъмол қилишни тавсия этади. Айтишларича, бу инсонни ўша жой иқлимига кўникишини енгиллаштирар экан.

Шу ўринда раҳматли Тур-сунбой бобомнинг қуйидаги сўзлари ҳар он қулоғим остида жаранглайди:

*«Болам, мен навқирон 18 ёшда эдим. Ўша даврларда кўчамизда радиоузел бўларди. У ҳар кунлик янгиликлардан халқни хабардор қилиб турарди. Бир куни уруш бошланди, дея муҳим хабар жарангладики, ҳамма саросимага туша бошлади. Шундан бошлаб, радио хабарларини ҳар куни диққат билан ҳамма кутарди.*

*1941 йилги аянчли хабар ҳамон қулоғим остида жаранглайди. Бир куни уйимизга туман мудофаасидан менга чақирув қозони ташлаб, эрталабда боришимни айтишиди. Эртаси мени урушга «бориб, «Она ватанимизни ҳимоя қилиши учун борасан», дейилди. Шундан сўнг, мен урушга отландим.*

*Болам, у ердаги манзарани тасвирлашга ҳозир ҳам кўрқаман. Ҳар куни мен билан бирга борган сафдошларимнинг бирин-кетин совуқ жасадини кўришдан ортиқ азоб йўқ эди, менга. Кўзимни юсам ҳам, очсам ҳам ўша даҳшатли манзара тасвирланаверади. У кунларни қайта кўришдан ҳаммамизни асрасин, ҳеч кимнинг, ҳеч қайси халқнинг бошига солмасин.*

*Айниқса, нон, озиқ-овқат етишмаслиги, ҳар бир аскарга ўлиб қолмаслиги учун озгинадан берилиши, кечда жасадлар*



*ни ташвишлар... эҳе. Уруш ҳам тугади. Ғалаба қозонилди ҳам. Аммо, уйга қайтганимда маҳалламдаги сафдош билан қандай юзма-юз кўриша олам, деган хаёл менга тинчлик бермас эди. Урушдан «ғалаба, ғалаба...», деб баланд овозда бақриб қайтар эканман, юрагим сафдошларим қайтолмаганидан оғриқли азобда эди. Маҳаллага қадам босганимни биламанки, ҳамма кўни-кўшиларим мени боламни кўрмадингми, мени акамни кўрмадингми, каби сўроқлардан тўхтамасди. Уларнинг уйига совуқ қоракат келган бўлса-да умидларини узмаган, қайтиб келишини кутар эдилар...*

Ҳа, бу урушда бир ярим миллиондан ортиқ ўзбек ўғлонлари қатнашиб, уларнинг ярим миллиондан зиёди ҳалок бўлган, 133 минг нафари бедарак йўқолган. 60 мингдан ортиқ ватандошимиз эса урушдан ногирон бўлиб қайтган. Ўтган йили ана шу бедарак йўқолган ватандошларимиздан икки нафарининг жасади топилгани ва улар Андижон вилоятидан эканлиги ҳақидаги хабар оммавий ахборот воситаларида янгради.

Уруш ортида миллион-миллион инсонлар **«Ҳамма нарса**

**– фронт учун, ҳамма нарса – ғалаба учун!»** деб яшаганлигини бобом билан ҳар суҳбатлашганимда эшитардим. Албатта, уларнинг ҳар бир сўзида изтиробли хотиралар, аянчли тақдирлар, кўз ўнгида отиб ташланган ҳамюртларининг ваҳшиёна ўлими ҳақидаги гапларини эшитган ҳар қандай инсонда, шундай тинч юртда яшаётганига шукроналик туйғуси жўш урмай иложи йўқ. Бу аслида, дарс. Мактаб. Том, маънода шукр тарбияси ҳамдир. Ота-боболаримиз томонидан икки мингдан зиёд самолёт, кўплаб курол-яроғлар, ҳарбий-санитария поездлари, юзлаб дала ошхоналари, палаткалар, улкан микдорда озиқ-овқат, кийим-кечак ва бошқа маҳсулотларни мана шу жангга етказиб берилгани, жасорат, меҳр-оқибат, юксак бағрикенглик эмасми?!

Айниқса, ота-онаси, оиласидан жудо бўлган 200 минг нафар бегуноҳ болаларни **«Сен етим эмассан!»** деб бағрига босиб, меҳр-муруват кўрсатди халқимиз. Тошкентлик темирчи Шоахмад Шоахмудов хонадонни ана шундай оилалардан бири бўлганлиги, Баҳри ая ва Шоахмад ота 14 нафар оч-юпун, етим болани ўз тарбиясига олиб, уларга меҳр ва ғамхўрлик кўр-

сатгани халқимиз жасоратининг улкан намунаси аслида.

Ҳар бир одам болам, деб яшайди. Унинг меҳрини қалбан ҳис этиб, умр ўтганини билмай ҳам қолади. Қизиғи, боланинг ўзи каби инжиқликларини келтирадиган ташвишлари ҳам малолсиз. Ота ва она фарзанд, унинг манфаатлари рўёби учун яратилган гўё. Шундан улар умри бўйи жонсарак.

Эрталаб фарзандингиз уйқудан туришини томоша қилар экансиз, бориға шукр, дейсиз. Айниқса ҳозирги даврда кўпроқ оила даврасидамиз. Болалар агрофимизда гирдиқалпақ. Ҳар бир ота-она боласи бахтли бўлишини, кулишини, юксакларга парвоз қилишини истайди. Асрайди. Қизғонади. Чунки бола – унинг орзуси, ҳаётининг мақсади, келажакдан умиди, қувонч манбаи...

Тинч юртимизга ҳар куни байрамлар ўтказиш ярашади. Халқимиз бунга инглаётир, ҳис этаётир. Қадр муқаддас экан, бир-биримизни қадрлайлик. Биз катталар эзгу ишларимиз, яхши амалларимиз билан ёшларга намуна бўлайлик.

Бугун болаларга **ВАТАН**, унинг кадрини тўғри тушунтириш – давр талаби. Ёшлар қай юртда яшаётгани, кимларнинг авлоди эканини билсин, англсин. Уларга муносиб бўлишга интилсин. Қайси юртда яшамасин, ўз юрти қайғусини қилсин. Шунда тинчлигимиз бардавом, қалбларимиз хотиржам бўлади.

**Мунира ҚАҲҲОРОВА,**  
Ўзбекистон халқаро ислом академияси бўлим бошлиғи,  
«Маърифат» тарғиботчилар жамияти аъзоси

## ОДАМ БОРКИ, ОДАМ БОРКИ, ОДАМЛАРНИНГ НАҚШИДУР, ҲАЙВОН УНДАН ЯХШИДУР

**«Болалар ҳам кетмаса, озодликнинг кераги йўқ...»**

Ишониш қийин, лекин поляк педагоги, адиби ва шифокори Януш Корчак ҳаётини сақлаб қолишни уч марта рад этган экан.



Ҳаёт зиддиятлардан иборат. Ёруғ ва қоронғу, оқ ва қора, иссиқ ва совуқ, оғиру енгил... Одамлар ҳам турлича яратилган. Оқил ва жоҳил, саховатли ва бахил, одил ва золим, имонли ва имонсиз... Қуйида мана шу таъкидга тарихдан икки кичик мисол келтирилмоқда.

Дастлаб Польшани нацистлар босиб олиши арафасида эмиграция қилишдан бош торган. Шифокорга муҳтож шунча одам қолаётган Ватанини тарк этишга кўнмаган.

Кейинроқ Варшавадаги геттодан қочиш имкониятидан воз кечган. Яна одамларни ёлғиз ташлаб кетгиси келмаган.

Учинчиси жуда ҳам аянчлидир. «Етимлар уйи»даги яшовчилар қатли ом сари йўл оладиган поездга чиқарилаётганда, Корчакнинг олдида СС офицери келади ва улар ўртасида қуйидагича қисқа суҳбат бўлиб ўтади:

– «Қирол Матиуш»ни сиз ёзгансиз-а? Болалигимда бу китобни ўқиганман. Жуда яхши асар. Сиз озодсиз, истаган жойингизга кетаверинг.

– Болалар-чи?

– Болалар поездга чиқади. Вагонни фақат сиз тарк этишингиз мумкин.

– Хато қиялсиз. Тарк этишим мумкин эмас. Одамларнинг ҳаммаси ҳам ярамас, ваҳший бўлмайди...

Бир неча кундан кейин Януш Корчак Треблинка концлагерида болалар билан бирга газ камерасига йўл олар экан, ҳеч нарсадан беҳабар масъум мурғакларнинг иккитасини кўлига кўтариб олади ва уларга эртак айтиб беради.

### Биз билмаган Колумб

Христофор Колумб жуда пасткаш, разил одам бўлган экан. Масалан, у борган жойида туб аҳолига мансуб аёллар ва қизларни жинсий қулликка сотиш «бизнеси» билан шуғулланиб, катта дав-



лат орттирган. Колумб «тирик товар»га айланган кизларнинг айримлари 9 ёшда бўлган.

Шунингдек, бўш вақтлари Христофор ўзини ов билан машғул қилган экан. Бошқа жентельменлардан фарқи шуки, ҳайвон ё қуш овлашни ўзига эп кўрмас, маҳаллий аҳоли вакиллари кетидан тушаркан. Энг жирканч томони шуки, баъзан бундай «ўлжа» уйдаги зотдор итлар учун таом ўрнида ҳам қўлланилган. Шундай вазиятлар ҳам бўлганки, айрим пайтларда итлар ота-онанинг кўзи олдида боласининг гўштини еган экан.



# КОРОНАВИРУСНИ ЕНГИШНИНГ ЭНГ СОСОН ЙЎЛИ

Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти томонидан ўтказилган текширувларга кўра ҳар бир киши чалиниши мумкин бўлган COVID – 19 касаллигига табиблар чалинишмаётган экан. Бунинг сири нимада?

Минг йиллар давомида такомиллашиб, ажоддан – авлодга ўтиб келаётган халқ табобатида табиблар табиий ва тўғри овқатланишни йўлга қўйишган. Бундан ташқари бирор хасталикка чалинишганда ҳам халқ табобати йўли билан даволанишга ҳаракат қилишгани табибларнинг буюк ютуқлари бўлса ажаб эмас.

Шу ўринда, алоҳида таъкидлаб айтиш лозимки, ҳозирда инсонлар ҳаётига таҳдид солаётган коронавирус касаллиги фақатгина ўпкани зарарламай, юрак, қон-томир тизими, бош мия, буйрақлар ва овқат ҳазм қилиш тизимини ҳам зарарлаётганини мутахассислар таъкидлашмоқда. Бунда биз мияга, ўпкага ва овқат ҳазм қилиш органларига ёрдам берадиган озиқ-овқатлардан истеъмол қилишимиз лозим.

## БАРЧА КАСАЛЛИКНИ ДАВОЛАШ МУМКИН!

Овқатланиш илми, одоби ва маданияти жуда мураккаб, катта ва аҳамиятли, ижтимоий-сиёсий мавзу. Шу боис, бунга амал қилиш ва бу ишнинг жуда нозиклигини тўлиқ тушунмасдан ва уларни илмий асосда тўлиқ англаб етмасдан туриб, кундалик турмушимизга тўлиқ тадбиқ этишимиз кийин бўлади. Шунинг учун уни сабр билан ўрганиш ва фарзандларимизга ҳам ўргатишимиз керак. Шундагина организмнинг қуввати ошиб, ҳар қандай касалликни енга оладиган иммунитетга эга бўла олади.

Ейиладиган овқатлар организмда аллергия қўзғатмайдиган, зўриқтирмайдиган энгил ва шифобахш бўлиши лозим. Организмдаги вирусларни йўқотиш учун энг аввал тўғри овқатланишни йўлга қўйиш лозим. Бунда энг аввал, талоқ ва жигардаги тикилмаларни тозалаш, жигар ва юракни зўриқтирмасдан қувват бериш лозим...

Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти аҳоли сихат саломатлигини сақлашда аҳамиятли бўлган омилларни ўрганиб, кишилар саломатлигининг 55 фоизи уларнинг турмуш тарзига, 17 фоизи атроф-муҳитга, 18 фоизи ирсиятга ва фақат 10 фоизи тиббий ёрдамнинг сифат даражасига боғлиқ эканини тасдиқлади.

Абу Али ибн Синонинг «Жисмоний тарбия билан меъёрида шуғулланиб юрган одам табиб ёки дориға муҳтож бўлмайди», деган доно маслаҳати ҳар биримизга тааллуқлидир. Афсуски, биз бу ҳаётий заруриятга энг кичик ёшимиздан бошлаб ўргатилмаганмиз. Доноларимиз сув ҳаракатсиз айнийди, темир ҳаракатсиз занглаб чирийди, ақл ишлатилмас сўнади, деб бекорга айтишмаган.

Лекин саломатлигимизнинг табиат ва жамиятга боғлиқ томонлари ҳам борки, ҳозирги кунда бу муаммоларнинг айна

долзарб бўлиб тургани ҳаммага маълум. Кўп инсонлар ҳаракатчанликнинг ўзини жисмоний тарбия, спорт деб тушунадилар. Бу – нотўғри. Ҳар куни рисоладагидек (*меҳнат*) ҳаракат қилиб, вақтида дам олиш, тартибли турмуш тарзи, тўғри овқатланиш ва махсус жисмоний машқларни бажариш зарур.

Бундан ташқари ёшларимизни энг ёшлик пайтиданоқ шахсий гигиена қоидаларига ўргатиб боришимиз лозим. Вируслар инсон организмга ҳаво-томчи йўли орқали, озиқ-овқатлар, сув, сут, кийим-кечак, идиш-товуқлар, ҳар хил буюмлар ва ифлос қўллар орқали тез юқиши билан жуда хавфлидир. Вируслар тарқалишига эътиборсизлик билан ёндошиш ярамайди. Бу хавфга беписанд қараш ва гигиена қоидаларига риоя қилмаслик касаллик қўзғалиб, кенг тарқалиб кетишига шароит яратиб беради.

Ҳали касаллик белгилари бошланмаган вирус ташувчи беморлар эса янада хавфли бўлади. Улар ўзлари касаллик ташувчиси эканини билмасдан, кўп одамлар билан алоқада бўлиб, уларга вирусни юқтириб юриши мумкин. Шунинг учун болаларга ёшлиқдан шахсий гигиена қоидалари, санитария талабларига қандай риоя қилиш лозимлиги ҳақда тинмасдан ўргатиб бориш мақсадга мувофиқ бўлади.

Жамиятда санитария-гигиена қоидаларига амал қилиш маданияти юксак бўлса, бу нарсалар инсоннинг ёшлигидан миясига қуйилган бўлса, тиббиёт пойдевори ҳосил бўлади. Вирус тарқалиш хавфи юзага келганда «Ниқоб тақ!» «Қўлингни юв!» «Кўчага чикма!» деб ортиқча талаб қўймасангиз ҳам ўзлари бунга ихтиёрий амал қилишади.

Шуни ҳар доим ёдда тутиш лозимки, илмий ва амалий тиббиётни кузатиш натижасида аниқланишича, узок умр кўришнинг 50 – 60 фоизи инсоннинг яшаш тарзига боғлиқ экан. Бу вирусли касалликни юқтирмаслик учун энг аввал шахсий гигиенага қатъий амал қилиш керак. Қўл тирноқлари олинган ҳолда бўлиши лозим ва ҳар сафар қўлни хўжалик совуни билан ювиш тавсия этилади.

Ҳамиша покиза ҳолда (*мукамал таҳорат олиб*) юриш ҳам инсон саломатлигини мустаҳкамловчи муҳим омиллардан саналади.

## СОҒЛОМ УМРНИНГ ФОЙДАСИ

Шахсий гигиена қоидаларига риоя қилиш шубҳасиз фойдали. Лекин бу масаланинг тўлиқ ечими эмас. Ҳозирда юртимизда ва дунёда кенг тарқалаётган коронавирус касаллигини енгиш ва унинг олдини олиш учун кенг тармоқли яъни комплекс чоралар кўриш лозим. Буларга энг аввал:

- Тозалик ва поклик, шахсий гигиена қоидаларига риоя қилиш;

- Ўз вақтида тўғри ва сифатли овқатланиш;
- Ўз вақтида етарлича дам олиш (*8 соатдан кам бўлмаслиги лозим*);
- Ҳар бир инсон ўзининг ёшига, ҳолатига қараб жисмоний тарбия билан шуғулланиши;
- Ҳеч қачон ваҳимага берилмаслик. Хотиржамлик ва яхши кайфиятда юриш;
- Касалликка чалинган беморларни кўрганда улар ҳақида нохуш шубҳа-гумон ва хаёлларга бормаслик (*жирканмаслик*) лозим. Шундагина бу касалликнинг олдини олишда ва даволашда етарлича натижага эришимиз мумкин.

Гигиеник турмуш тарзи – шахсий гигиена ва оқилона кун тартиби, баданни парвариш қилиш, зарарли одатлардан воз кечиш, кийим-кечак ва ўз вақтида тўғри ва сифатли овқатланиш одоби билан боғлиқ кўпгина масалаларни ўз ичига олади.

Соғлом турмуш тарзининг асоси кун тартибини оқилона ташкил қилиш ҳисобланади. Қатъий белгиланган ва бажариладиган кун тартибига асосланган турмуш одамнинг жисмоний ривожланиши ва соғлом бўлишига ёрдам беради.

Турмуш ва ўқиш шароитлари турлича бўлган, маиший ва шахсий хусусиятларнинг хилма-хиллиги сабабли ҳамма учун бир хил – ягона кун тартиби бўлиши мумкин эмас. Бирок, унинг асосий қоидаларига ҳар қандай ҳолатда ҳам риоя қилиниши керак. Кун тартибида, аввало, барча фаолият турларининг қатъий муайян вақт ичида бажарилишини, ўқиш фаолияти, спорт машғулоти ва дам олишни тўғри ташкил қилишни, доимо маълум бир соатда мунтазам равишда овқатланишни одат қилиш керак. Бу эса шартли рефлексни ҳосил қилишга ёрдам беради. Бундай овқатланиш олдидан кўплаб овқат ҳазм қилиш шираси ажрала бошлайди. Бу – овқатнинг яхши ҳазм бўлишига ёрдам беради.

## УНУМЛИ КУН ТАРТИБИ

Кун тартибини ташкил этишнинг асосий қоидалари қуйидагилардан иборат:

- доимо бир вақтда ухлаш ва уйқудан туриш;
- эрталабки гигиеник (*илиқ душ, тишларни тозалаш ва шунга ўхшаш*) сув муолажаларини ўтказиш;
- доимо айна бир вақтда, кунига 4 маҳал сифатли, тўғри овқатланиш;
- бир кунда камида 2 соат тоза ҳавода бўлиш, айниқса, ухлаш олдидан;
- ҳар куни доимо бир вақтда ўқув фанлари ёки ишлар билан шуғулланиш;
- ҳар ҳафтада 3 кун 2 соатдан жисмоний машқлар ёки спорт билан шуғулланиш;
- бир кунда камида 9 – 10 соат ухлаш, ҳар куни бир вақтда уйқуга ётиш зарур.

## ДОРИ ЎРНИГА ОВҚАТ

Ҳозирда дунёни хавотирга солаётган ва баъзи давлатларда инсонларнинг

соғлиғига зиён етказиб, баъзи ҳолларда ўлимга сабабчи бўлаётган коронавирус касаллигининг олдини олиш, касалликка чалинганларнинг эса халқ табобати йўли билан даволаниши тўғрисида устозимиз Абдулазиз Саиднуриддин ўғли ўз фикрлари ва тавсияларини билдирдилар.

Коронавирус касаллиги ўпка билан боғлиқ юқумли ва гриппга ўхшаган касаллик бўлиб, бунда инсоннинг иммунитетни заифлашар экан. Баъзи ўзга халқ вакиллари Аллоҳ ҳалол қилмаган чаён, ўргимчак, кўршапалак,

илон каби соғлом инсон табиати тортмайди-

ган ҳашоратларни истеъмол қилиши

оқибатида тана тизими заҳарланиб,

иммунитет тушиб кетади ва юқумли касалликларга чалиниш эҳтимоли

кучаяди. Касалликнинг асоратларини

бартараф этишда халқ табобатида кенг фойдаланиладиган тавсиялар бунда пайтда кўпчиликка асқатади.

Қизил шолғомдан 1 килограмм, кипикли сули донидан 200 грамм ва пиёз пўстидан 200 грамм олиб, 6 литр сув қуйилган кастрюлга яхшилаб ювиб пўстини арчимасдан тўртга бўлинган шолғомни солиш керак. Қипикли сули дони ва пиёз пўчоғи (*бунда пиёзнинг ерда ўсадиган томонини олмаслик лозим*) дока халтачаларга солиб, оғзи тикилади. 6 соат милтиратиб қайнатиш лозим. Ушбу қайнатмани касалликка чалинганлар ҳар куни 200 – 250 миллилитрдан уч маҳал ичса, шифо топади.

Қайнатмага ҳеч нарса қўшмасдан ичиш тавсия қилинади. Бироз тахир ва ўзига хос мазали таъмга эга бўлган бу шифобахш қайнатмани ичгандан сўнг бир соат ҳеч нарса емаслик ва ичмаслик лозим. Касалликка чалинмаганлар ҳам профилатика мақсадида ушбу шифобахш қайнатмадан ичиб юрса, ўпка ва шамоллаш касалликларида ижобий таъсир қилади.

Қайнатмадаги алоҳида дока халтачаларга солинган сули ва пиёз пўстини олиб қўйиб музлатгичда сақлаб яна фойдаланса бўлади. 4 мартадан сўнг пиёз ва сули янгиланади. Шолғом эса ҳар сафар янгиси солинади. Шамоллаш, йўтал, ўпка касалликлари билан оғриган беморларга асрлар давомида фойдаланилган, тажрибадан ўтган мана шу шифобахш қайнатмани ичиш буюрилади. Шифобахш қайнатмани ичиш билан биргаликда овқатланиш тартиби ва таркибига ҳам ниҳоятда катта эътибор бериш лозим.

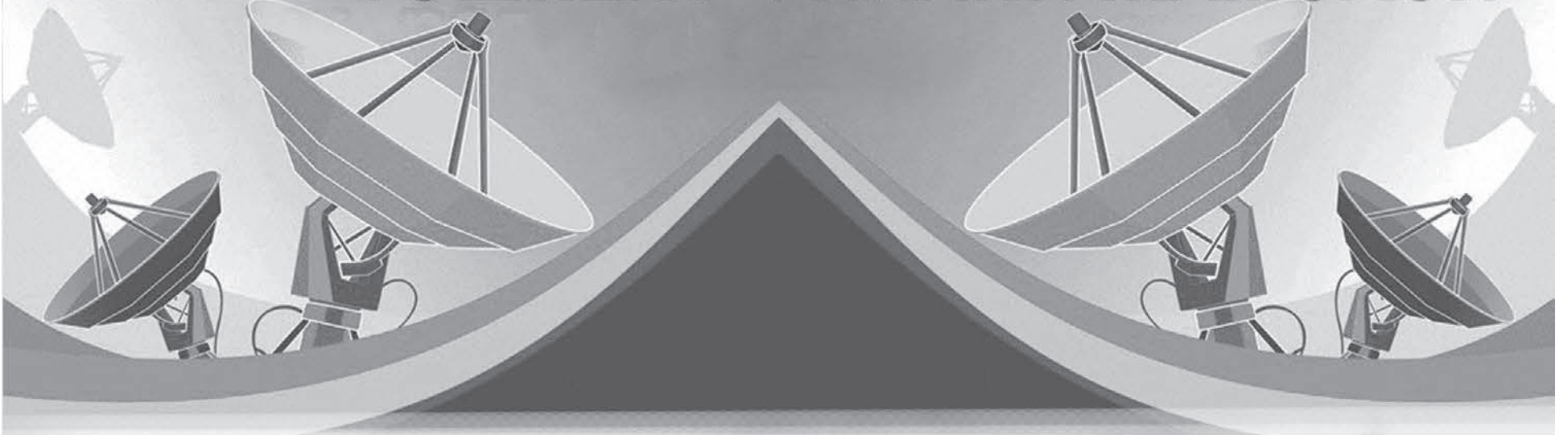
Эрталаб соат бешларда туриб, бир ош қошиқ тарёк асални (*бу 5,7,9,11 хил асалнинг қоришмаси тарёк асал дейилади*) бир пиёла қайнаган илиқ сув билан истеъмол қилинади ва яна дам олинади. Бунда асалнинг бир хили ўпкага, бир хили жигарга ва бошқа ҳамма аъзоларга бориб, уларни даволашга ўтади.

Муҳаммад Акмал  
ТЎХТАМИШ ҲОЖИ ўғли,  
Марзия АБДУНАЗАРОВНА,  
доришунослар

## ЭЪЛОН

Тошкент шаҳар ҳокимлиги Йўловчи транспортининг барча турлари ҳаракатини лицензиялаш ва мувофиқлаштириш Департаменти томонидан Парманов Артикбай Агатович номига 2013 йил 16 май куни О'ЗР № 000557- рақамли Шаҳар йўловчилар транспортдан бепул фойдаланиш учун берилган гувоҳнома йўқолганлиги сабабли **БЕКОР ҚИЛИНАДИ.**



**«ЎЗБЕКТЕЛЕКОМ» АКЦИЯДОРЛИК КОМПАНИЯСИ****ТОШКЕНТ ФИЛАЛИ ЖАМОАСИ**

**Алоқа соҳаси ходимлари ва меҳнат жамоаларини  
7 май – Алоқачилар касб байрами ҳамда  
9 май – Хотира ва қадрлаш куни муносабати билан  
самимий муборакбод этади!**

Юрт равнақи учун ўз жонини аямаган фидойи ватандошларимизга чуқур таъзим бажо келтирамиз, қалбан миннатдорлик билдирамиз! Сиз азизларни фашизмга қарши мардона курашган, Буюк ғалабага беқиёс ҳисса қўшган, Ватанимизнинг ҳақиқий қаҳрамонлари, деб биламиз ва сизлар билан фахрланамиз. Сизларнинг юксак жасорат ва матонатингиз олдида мудом таъзимдамиз!



**Байрамлар муборак бўлсин, Ватандошлар!**



# Фарғона вилояти Бувайда тумани ҳокимлиги жамоаси



Сиз азизларни қутлуғ сана – Хотира ва қадрлаш куни билан чин қалбдан табриклаймиз! Юртимизда ҳамиша инсон қадри улуғланган, хотираси сарбаланд. Фашизм устидан қозонилган ғалабага Ўзбекистон ўғлонлари ҳам катта жасорат кўрсатган.

Бу йўлда жон фидо қилган инсонлар ҳамиша қалбимизда, орамизда яшаётган фахрийлар мудом эъзозу эҳтиромда.



*Ўн олти ёшида жангчи эди у,  
Ватандан ёвларни қувди изма-из.  
Неча бор қузғундек чанг солди қайғу,  
Неча бор ўлимга келди юзма-юз...*

*Байрам қутлуғ бўлсин, юртдошлар!*



# ХОРАЗМ ВИЛОЯТИ ЯНГИАРИҚ ТУМАНИ ҲОКИМЛИГИ ЖАМОАСИ

Халқимизнинг қадр-қиммати, ор-номусини ҳимоя қилиш, фашизм балосига қарши курашларда жасорат намунасини намоён этиб, бугунги тинч ва осойишта кунлар учун жон бериб курашган ватан ўғлонларини, фахрийларни

**9 май –  
Хотира ва қадрлаш куни**

билан муборакбод этади! Юртимизда кенг миқёсда нишонланадиган ушбу байрам мазмун-моҳиятида «Хотира – абадий, қадр – муқаддас» деган эзгу тамойил мужассамдир.

Оналар кутгай ҳамон тарк этмайин умидини,  
Тош қабрни кўрганида қалби қанча янчилар,  
Сирли олам тўлғониб, сизларни бир дам тикласа,  
Сиз кўриб бу ҳур диёрни шод бўлардингиз қанчалар...

**Ўзбекистон осмони мусаффо, ҳаётимиз  
ёруғ, дастурхонимиз тўкин бўлсин!  
Яхши ниятлар аримасин!**

**Байрам қутлуғ бўлсин, азизлар!**

#### МУАССИСЛАР:

Ўзбекистон Касаба уюшмалари федерацияси Кенгаши;  
Ўзбекистон ёшлар иттифоқи марказий кенгаши;  
«Ўзбектелеком» акциядорлик компанияси;  
«Ўзбекистон почтаси» акциядорлик жамияти;  
«Матбуот тарқатувчи» акциядорлик компанияси;  
Акциядорлик тижорат «Алоқабанк».

Газетада интернет материалларидан ҳам фойдаланилган.  
Газета 2012 йил 20 апрелда Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 0814-рақам билан рўйхатга олинган.  
«Шарк» нашриёт-мағбаа акциядорлик компанияси босмахонасида чоп этилди.  
Босмахона манзили: Тошкент шаҳри, Буюк Турон кўчаси, 41.

#### Бош мухаррир

**Ҳусниддин  
БЕРДИЕВ**

#### Тахририят манзили:

Тошкент шаҳри, 100000. Амир Темури 1-тор кўчаси, 2-уй.  
Тел/факс: 234-83-45. E-mail: info@od-press.uz

Газета тахририят компютерида терилди ва саҳифаланди.

Буюртма: Г-527  
ISSN 2181-6190  
Обуна индекси — 193  
Адади: 1 273 нусха.  
Нархи: келишув асосида.  
Қоғоз бичими А-3, ҳажми 2 босма табоқ.  
Оффсет усулида босилган.

Чоп этишга топширилди: 20:00

ISSN 2181-6190



9 772181 619005

1 2 3 4 5 6