

1991 йил 1 сентябрдан
чиқа бошлаган

АЁЛ КЎЗЛАРИДАН



Хар баҳор Амир Темур руҳи-покини зиёрат қилиш вилоят хотин-қизлар кўмиталари раисларининг одатига айланган.

вий тадбиркорликни ривожлаштириш учун эса иш билан таъминлашга кўмаклашувчи давлат жамғармасидан 40 млн. сўм ажратилди. Бу янгилар ҳар ҳафта туман хотин-қизлар кўмитасига йиғилган маҳалла маслаҳатчилари орқали хотин-қизларга етказилапти.

Энг аввал аёлнинг саломатлиги бенуксон бўлиши керак. Иш, натижа, мувофакият кейин бўлади. Бу учун аёлларимизни спортга жалб қилиш айтилган. Кўз тегмасин, шу пайтга қадар республика чемпионати ва биринчилигида 124та, вилоят спорт мусобақаларида

Баҳорнинг хушхаво кунларида кўҳна Шаҳрисабзга йиғилиб, Амир Темур руҳи покини зиёрат қилиш Қашқадарё хотин-қизлар кўмитасининг фаоллари учун одат бўлиб қолган. Яхши-да, туман хотин-қизлар сардорлари шу баҳона дийдорлашиб, ўзлари қилаётган ишлари, режалари, муаммолари ҳақида гаплашиб олишади. Бир-бирлари билан тажриба алмашадилар. Бундай тадбирларга вилоят хотин-қизлар кўмитаси раиси Инобат Каримова бошқош.

Бу гал ҳам туманлардан келган хотин-қизлар кўмиталари жонқуярлари Шаҳрисабзнинг Мираки қирлари бағрида "Оилада эркакларнинг ўрни ва масъулияти" мавзусида семинар-кеңаш ўтказишди.

Энг катта гуноҳ - эркакнинг ўз оиласи олдида масъулиятсизлиги, - деди Шаҳрисабз шаҳри бош имом хатиби А.Жониев. - Пайғамбаримиз ҳам "Аёлига меҳр кўзи билан қараган эркак"ни суюқли умматларидан эканлигини таъкидлаганлар. Бугун уйда ётқолиб, рўзгор "юки"ни аёлнинг елкасига ортмоқлаб қўйган эркаклар кам эмас. Бу эса ўртада нотенгликни келтириб чиқармоқда. Кўпгина оилаларда она эртадан кечгача "бурни ерга теккудек" бўлиб келган, болалар тарбияси эътиборидан четда қолади. Ота эса тайёрга айёр: "Қилади-да, хотин бўлгандан кейин", - деб рўзгор ишларига ҳам бўйини ёр берайди. Қарабсизки, жанжал... болалар аросатда - оиланинг тагига сув кетади...

Худди шундай оилада эрнинг жанжалларидан жони бўғизига келган аёл ўз жонига қасд қилмоқчи бўлганда, Қамаш тумани хотин-қизлар кўмитаси раиси Фотима Қароматова ўз жонини хавфга қўйиб аёлни асраб қолди. Акс ҳолда... битта оила хонавайрон, болалар етим, эркак жазо ўташ ҳудудида юрган бўларди.

Бундай кўнгизсизликнинг олдини олиш учун тиббиёт ходимлари, рухшунослар, ҳуқуқшунослар, нодавлат ташкилотлар ходимлари хонадонма-хонадон юриб, оила аъзолари билан шахсан суҳбатлашмоқдалар, - дея

НУР АРИМАСИН...



Маслаҳатчилар билан учрашув

даврага қўшилди вилоят Саломатлик институти раҳбари Шоира Набиева. - Аёл ҳар қандай вазиятда ҳам ўзини, соғлигини унутмаслиги керак. Аёл бу ҳаётда тарбиячи бўлиши шарт. Турмуш қийинчиликларини енгишга кучи етмай қолса, маҳалла маслаҳатчиларининг ёрдамига таяниши лозим.

Аёлнинг уйда ўтириб қолиши ҳам кўп ҳолларда уни шиддат билан ўзгартириб бораётган ҳаётдан узиб қўяди. Аёл эртаю кеч уй ичида "ғимирлагани-ғимирлаган". Шу зайл ундаги яширин қувват, истеъдод ўз-ўзидан емирилади, савия сустлашади, эркак нигоҳида "сонсизлашади"... Холбуки, хотин-қизлар кўмитаси аёлларни иш билан таъминлаш учун қўлидан келган ёрдамни аямайпти. "Оилавий тадбиркорлик" учун банклардан маблағ олиб бериши, нодавлат ва но-тижорат ташкилотларга аъзо бўлишига кўмаклашиши, "кичик бизнес ўчоқлари"га ишга жойлаштириши мумкин, - суҳбатни давом эттирди Шаҳрисабз туман хотин-қизлар кўмитаси раиси Шаҳодат Асланова.

Бунинг учун "вилоят хотин-қизларини 2005-2007 йилларда иш билан таъминлаш ва ижтимоий муҳофаза қилиш" дастурини тuzиб чиққанмиз. 2005 йилдан 21831 та иш ўрни яратиш режалаштирилган. Унга 1 миллиард 767 млн. 500 минг сўм ажратилган. Уртача бир иш ўрни 700,0 минг сўмга тўғри келади. Оила-

жам 23681 хотин-қизлар иштирок этди. Таъқвандо бўйича Зухриддинова Сайёра 1-ўринни, минни футбол бўйича "Севинч" футбол командаси 1-ўринни, Дзю-до кураши бўйича О.Омонова, Д.Абдурахимова, Д.Донаева, Д.Туракуловлар

1-ўринни эгаллаб, республикада юзимишни ёруғ қилишди. Бундай ютуқларимизнинг изи узилмасин, деймиз-да, - дейди қувонч билан И.Каримова.

... Суҳбат қизигандан-қизийди. Муаммолар... янги режалар... Вилоят хотин-қизлар кўмитаси котибият мудири Лобар Раҳимова, Қарши шаҳар хотин-қизлар кўмитаси раиси Манзура Очилова, Косон тумани хотин-қизлар сардори Рохила Ҳалимова, Китоб тумани аёллари йўлбошчиси Лола Уроқова, Шаҳрисабз туман хотин-қизлар кўмитаси мутахассиси Дилором Диевдова ҳамда бошқалар кўнгилларидагини йиғилганлар билан ўртоқлашишга ошиқишади. Ахир аёл учун битта янгилек - имконият яратилса ҳам келажакка бир қадам қўйиш-да.

Ҳа,
Аёлнинг кўзидан нури кетмасин,
Шиддат тарк этмасин
юракларини,
Ҳалимдай кўнглига озор
етмасин,
Ҳақ ижобат қилсин дилда
борини...

Санобар ФАХРИДДИНОВА



— Боғчамиз 140 ўринли бўлиб, 6 ёшгача бўлган болаларни сил касаллигидан муҳофаза қилишга мўлжалланган. Бунинг учун барча тиббий жиҳозлар мавжуд. Уларнинг соғлиги врачлар ва тиббиёт ҳамширалари назоратида, дейди Жиззах вилояти, Дўстлик тумани "Бинафша" болалар боғчаси мудири Солия Қулбоева.



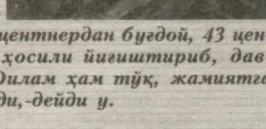
— Қиз бола ёшлигидан ҳуқуқини таниб, катта ҳаётга тайёр бўлиб вояга етса, бахт доим унга йўлдош бўлади. Биз ўтказётган тадбирлардан мақсад ҳам — шу, дейди Қашқадарё вилояти, Чироқчи тумани хотин-қизлар кўмитаси бош мутахассиси Робияхон Бердиевдова.



бўлими мудири Норгул Қўчқорова.

Навоий вилояти, Қонимех тумани, "Олимпик" деҳқон фермер хўжалиги бошлиги Жангил Тошева бугунги кун аёлдан билимдонликни, тадбиркорликни талаб қилишини ўз ҳаёти мисолида исботлаб келмоқда.

Ўтган йили ҳар гектар ердан 40 центнердан буғдой, 43 центнердан пахта ҳосили йиғиштириб, давлатга сотдим. Оилам ҳам тўқ, жамиятга ҳам фойдам тегди, дейди у.



Дунёда ҳар бир касбнинг ўзига яраша қийинчилиги бор. Лекин йил бўйи даштун саҳрода кезадиган, қишнинг қаҳратони, ёзнинг жазирасига бардош бериб, керак бўлса, қўй-қўзисини бағрига босиб, жала-ю, дўлдан асрайдиган чўпон-чўлиқлар меҳнатини ҳар қанча улугласак арзийди.

Ислом КАРИМОВ

КАСБГА САДОҚАТ



Яхшилардан
сўз очдик

Самарқанд вилояти, Нуробод туманида уста чорвадорлар, ўз касбининг моҳир ва донгдор чўпонлари кўп. "Каттакўрғон" ширкат хўжалиги бош чўпони Раҳимжон Дониёв ана шундайлардан бири. Раҳимжон бошлиқ отар кўйчивонлари 520 бош совлиқни қишдан соғлом ва талофатсиз олиб чиқишди.

Ёшлигимда раҳматли отам Охнор бобо Дониёвга эргашиб сурув ортидан юрганларим, ҳамон эсимда. Ўша кезлардаёқ кўй-қўзиларнинг маърашидан завқланиб бу касбга меҳрим тушган, - дейди Раҳимжон.

Дарвоқе, Охнор бобо Дониёвнинг чорвачилик соҳасида ўзига хос мактаб яратганини нафақат нурободликлар, балки вилоят ва республика чорвадор-

лари яхши билишади. Бугун "От ўрнини той босар", деганидек Раҳимжон ҳам отасининг изидан бориб, чўпонлик таёғини маҳкам ушлаган.

Аслида бу касбнинг ортидан ризқ-рўз топиш осон эмас. "Кўйнинг ўлишига, молнинг ейишига чидаган одам чорвадор бўлади", - дейишган. Чўпон учун дам оладиган даврининг ўзи йўқ. Қишнинг қаҳратонию, ёзнинг жазирасида сурув ортидан юриш ҳар кимнинг ҳам қўлидан келавермайди. Кечаю кундуз ихтиёридаги қўйлари парваришлаган Раҳимжондек чўпон-чўлиқларга фақат омад тилаймиз.

ХОШИМ ОРЗИҚУЛОВ,
Самарқанд вилояти,
Нуробод тумани.

СОҒЛОМ АВЛОД - ЮРТ ТАЯНЧИ



Тошкент шаҳар, Сирғали туманида "Сихат саломатлик йили"га бағишланган кўпбала тadbирлар ўтказилмоқда. Ана шундай тadbирлардан бири туман "Оила" марказида Тошкент шаҳар "Оила" маркази, "Оилалар тинчлиги федерацияси", Тошкент шаҳар "Қамолот" ташкилоти билан ҳамкорликда ўтказилди. "Соғлом авлод - юрт таянчи" деб аталган ушбу анжуман оналар ва болалар саломатлиги, шунингдек, ҳар жиҳатдан баркамол авлодни вояга етказиш масалаларига бағишланди.

Анжуманни "Оилалар тинчлиги учун" федерацияси раиси С.Султонова очди. Тошкент шаҳар "Оила" маркази раҳбари М.Йўлчиева "Соғлом оилани шакллантиришда маҳалланинг ўрни", Тошкент шаҳар Маҳалла жамғармасининг "Қалб эътиқоди" давраси раиси М.Юнусхўжаева "Соғлом турмуш

тарзини тарғиб қилиш"; Республика педиатрия институтининг директори, медицина фанлари доктори Д.Махмудова "Соғлом аёл - соғлом фарзанд"; Сирғали тумани "Оила" маркази раҳбари Ф.Орипова "Аёл оила бекаси"; Тошкент шаҳар "Қамолот" ёшлар ижтимоий ҳаракатининг раис ўринбосари Г.Олимжонова "Қизларни лидерликка тайёрлаш" мавзуларида маърузалар ўқидилар.

Биз бу тadbирда қизларнинг ҳам жамиятда, ҳам оиладаги ўрни, уларни оилага тарбиялаш масалаларига алоҳида эътибор қаратдик. Агар қизлар соғлом ва билимли, дидли бўлиб вояга етсалар, улар курган оила ҳам гўзал бўлади. Фарзандларини чиройли ҳулқли, зукко қилиб тарбияладиган она бўла оладилар, - деди биз билан суҳбатда Сирғали тумани "Оила" маркази раҳбари Феруза Орипова.

О.НУРМАМАТОВ

ДИҚҚАТ: ТАНЛОВ!

Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси Ўзбекистон аёлларининг нуфузини, уларнинг жамият ҳаётида тутган ўрнини мустаҳкамлаш ва аёлларнинг юртимизда кечаётган демократик жараёнлардаги иштирокини кучайтириш, аёл зотини эъзозлаш ва улуглаш мақсадида оммавий ахборот воситаларида фаолият юритаётган ижодкорлар ўртасида "АЁЛ ОМОН БЎЛСА..." номли хотин-қизлар ҳаёти, ижоди, фаолияти, муаммолари, Ватанимиз равнақи йўлида қилинган ишлари ҳақида матбуот саҳифаларида ёритилган энг яхши ма-

кола, телекўрсатув, радиоэшиттириш ва фотокургазмалар кўрик-танловини эълон қилади.

Мазкур танловга Ўзбекистон аёлларининг ҳаёти, орзу ва интилишлари, ижодий зафарлари, тadbиркорлик, фан, адабиёт, таълим, санъат ва бошқа турли соҳаларда меҳнат қилаётган ҳамюртларимиз ҳақидаги лавҳалар, фотокургазмалар, кўрса-

Кўшимча маълумотлар учун қуйидаги манзилга мурожаат қилинг:

700129, Тошкент шаҳри, Навоий қўчаси, 30-уй.
Тел/факс: (998-71) 139-40-12, 139-40-42, 41-58-64
Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси



Ниятлари улуг зардўз СЕВАРА"

корхонасини ташкил этди. Корхонада миллий ҳунармандчилигимизнинг бетақор намуналаридан саналган зардўзлик ва қиз-жувонларимиз учун ҳар лаҳза даркор бўлган тикувчилик сир-асорларини ўргатиш йўлга қўйилди. Ёшларга ҳунар ўргатиш баробарида янги иш ўринлари очилиб турли ташкилотлар, аҳолидан буюртмалар қабул қилиниб, сифатли ва самарали хизмат кўрсатила бошланди. Туман ҳокимлиги меҳнат ва аҳоли ижтимоий муҳофаза қилиш бўлими билан келишиб бу ерда ҳам "Устоз ва шогирд"лик мактабига асос солинди. Ўтган икки, уч йиллик қисқа фурсат ичида Саломат Садирова бошлаган хайрли ишларини анчагина юзга чиқара олишга эриша олди дейиш мумкин. Бу давр мобайнида унинг корхонасида эллик-олтмиш нафардан ортиқ қиз-жувонлар ҳунар ўрганишди. Уларнинг ҳунарининг ортидан рўзгорлари тўқис, ҳаётлари завқли-сурурли ўтаётганлигини кўришнинг ўзи Саломатга бахтиёрлик улашади. Корхонада тикилаётган зардўзи либослар нафақат Қизилтепа, балки вилоятнинг турли туманларида харидоргир бўлиб бораётганлиги аса Саломатни янада руҳлантиради.

Ҳар гал давлатимиз раъмзларини зардўзи иглар жилосида акс эттиришга киришганимизда қалбим ифтихорга тўлади, - дейди Саломат. - Бу раъмзлар бизнинг эркимиз, ҳурлигимиз тимсоллари. Уларни ҳунаримиз жилоси билан кўз-кўз этмокликнинг ўзи ифтихор эканлигини шогирдларимга ҳам юракдан ҳис этишга

тув ва радиоэшиттиришлар тақдим этилади.

Кўрик-танлов ғолиблари рўйхати 2005 йил 27 июн Ўзбекистон матбуот ва оммавий ахборот воситалари ходимлари байрами арафасида матбуот саҳифаларида эълон қилинади.

Ғолиблар қимматбаҳо совғалар билан тақдирландилар.

Қорақалпоғистон Республикаси, вилоятлар ва Тошкент шаҳри хотин-қизлар қўмиталари мазкур кўрик-танловни алоҳида ўз ҳудудларида ўтказадилар.

ундайман. Қўли гул чеварларимиз билан либосларнинг янги-янги фасонлари, зардўзи кашталарнинг ранго-ранг бетақор кўринишлари устида ишлаяпмиз. Бу борада Шаҳнозахон Бомуродованинг ҳар бир юмушга алоҳида ижодкорлик билан ёндашаётганлигини алоҳида эътироф этиб ўтиш мумкин.

Корхона ишининг олға силжишида оиламиз аъзоларининг ҳам ўзига яраша улуши бор, - дейди суҳбатимиз давомида Саломатхон. - Янгам Ферузахон, сингилларим Зухра, Санобарлар ҳар бир ишимда кўмакдош.

Баъзи ўринларда ёшларга ишонсизлик назари билан қарашнинг маъжудлиги қайфиятимизга салбий таъсир қилгандек бўлади, - дея қўшиб қўяди у гап орасида. - Лекин бу иллатни интилишларимиз, шижоатимиз билан енгиб ўтишимизга ишонаман.

Саломатнинг ниятлари улуг. У ўзи орзу қилганидек туманда энгил саноатни ривожлантиришга ҳиссасини қўшиб болалар кийим-кечақларини тикшиш ва савдосини йўлга қўйиш тараддудида. Шунингдек, корхона қошида йигитларбоп миллий ҳунармандчилик йўналишлари, ҳусусан дурадгорчиликни ёшларга ўргатишни йўлга қўйишни ҳам режалаштирган. Бу кутлуг ҳаракатларнинг бир томони сўзимиз бошида эътироф этганимиздек гўзал яхшиликларга бориб туташади. Яхшиликни ҳам, яхшиликларни қўллаганларни ҳам албатта йўллари ёруғ бўлғай.

Ойбуви ОЧИЛОВА,
Навоий вилояти.

УСТОЗИМГА ҲАВАС ҚИЛАМАН

Клара Отамуродова оддий, камтар, самимий, хушқачмак муаллим, устоз, меҳрибон она, икки фарзанднинг ойижониси, севиқли рафиқа, ижодкор. У киши Қарши шаҳридаги 17-мактабда муаллимлик қилиб келмоқда. Ўз соҳасининг устаси десам янглишмайман. "Ижодкор ўқитувчи - 2004" танловининг Республика ғолибаси ҳамдир. Бироқ бу нарсаларга киши осонликча эришолмайди. Унинг тағида қанча меҳнат, заҳматлар, тушу-қуш изланишлар ётади.

Клара Отамуродова қарий йигирма йилдан буён шеърят билан ҳамнафас. Шеърлари республика, туман, вилоят, радио,



телевидениисиди мунтазам равишда чиқиб туради.

Мен устозим Клара Отамуродовага ҳавас қиламан. Устозимнинг ибратли умри, оиланда, жамиятда ўз ўрнига эгаллиги, халқ назарида эканлиги

учун фахрланаман.

Суратда: Клара Отамуродова (ундан биринчи) шогирдлари билан.

Нафиса СУЛТОН,
Қашқадарё вилояти,
Қарши шаҳри.

Азиз дугонам Гўлсара НОРМУМИНОВАГА...

Дугонажон, сен билан ҳаёлан бўлса ҳам, бир сўзлашиб олай... Эсингдами? Ушанда биз атрофи қир-адирлар билан ўралган, қишлоқнинг ўртасидан тип-тиник дарё оқиб ўтувчи, бўлоқлари зилол сувларга лимо-лим Лангар қишлоғида яшардик. Иккимиз ҳам жамалак сочили қизчалар эдик, лекин жудаям шўх эдик. Гоҳ сизларникида, гоҳ бизникида доимо бирга ўйнаб юрардик. Онажоним ҳам, сенинг онам ҳам бизнинг ҳақиқий дўст эканлигимизни билишарди.

Шўх эдик, аммо қияликларда ўтириб олиб, суҳбатлашганимизда тонглар отиб, куёш ҳам ботарди. Биласанми? Ушанда биз дунёдаги энг муқаддас тўғру бахт, бахтиёрлик ҳақида суҳбатлашардик. Эсингдами? Ушанда... Иккимизнинг ҳам катта оиламиз бўлади. Фарзандларимиз кўп

Фақат сизга аталган сўзим

хар куни тушимда кўраман. Сен ҳам мен ҳақида хар куни эслашим ва сўзлашимни биламан.

Кунлардан бир кун турмуш ўртоғинг оғир касалликдан сўнг вафот этди. Ёшгина бошинг, 5 фарзанд билан сен чирқиллаб қолавердинг. "Энди дугонам нима қилади? Бир фарзандини ҳам болалар уйига топшираётган аёллар озми бизда? Ахир унинг беш фарзанди бор-ку?" - деб ўйлардим, мен.

Мен Қашқадарёга борганимда, сен ўзинг сомон йиғишга, далага чиқиб кетган эдинг. "Ҳамма иш дугонангни ўзига қолди. Сен ҳам далага бор, унга ёрдамлаш, дўстлик деб шунга айтидилар-да", - деди отам ачиниби. Ҳаёт ташвишлари, икки киши аранг тортидиган арава ўз бўйинида қолди. Оллоҳ сенга куч-қувват ато этсин дугонажон! Мен сенинг ғайратингга, кичкинагина, нозиккина жуссанг билан ҳатто эркаклар бажарса чарчаб қоладиган ишларни ҳам қилаётган

билан ширин, оила лаззатли эканлигини тушуниб етдим. Аммо энди кеч, жуда кеч. Ҳатто бугун менга йўл кўрсатдиган, акаларимга сингилларимдан хабар олиб туришга даъват этадиган отажоним ҳам вафот этиб кетди. Қанидди, отам бўлганида эди, - дедим...

Кўзларинг жикқа ёш эди. "Мен сенга не деб таскин берай, не сўз айтмай. Оллоҳнинг тақдир олдида биз охири бандаларимиз", - дея олдим ҳолос.

Дугонажон, биз бахтиёр болалигимизда ҳаётда, тақдирда бундай кунлар борлигини ҳеч қачон гаплашмагандик-ку! Нега сенинг тақдиринг бунчалик раҳмсизлик билан қурилган экан, дугонажон.

Йўқ, мен янглишдим, сен бахтлисан. Чунки сен онасан. Бугун фарзандларинг анча катта бўлиб қолишди. Икки ўғил, уч қизнинг ота меҳрисиз юраклари кемтик бўлса ҳам, бошқа ҳеч нарсадан зориктирмай ўстираясан. Сен олтин ҳайкал қўйишга муносиб аёлсан. Менинг кўнглимда сен ҳақингда ёзиш истаги анча олдин турилган эди. Қашқадарёдан қайтиб қўлимга қалам олдим. Сен ҳақингда хотиралар ёзишни, гўзал сўзлар шодасини чизишни истардим.

Нима бўлди-ю, бу сатрларим якун топмай анча тўхтаб қолди. Билмадим, нима сабаб бўлди.

Балки ёзганларимдан кўнглим тўлмагандир, балки вақтим йўқлигидан тўхтаб қолгандир.

Кунлардан бир кун сен Тошкентга келганлигинини эшитдим. Дарагинг бўлавермагач, сени қидириб чиқиб, онангни докторга олиб келганингни эшитдим.

Мен касалхонага кириб борганимда, онангни аҳоли анча оғир, сен эса атрофида парвона эдинг. Лекин даволашлар фойда бермади. Ёлғизгина сўянчиғингдан ҳам айрилдинг. Ўқсиб-ўқсиб, тўлиб-тошиб йиғладинг. Яқинларингнинг бепарволиги-ю, сенга ҳали она керак эканлигини айтиб-айтиб йиғладинг. Аммо энди бари бефойда эди...

Шундан кейин мен ёзаётган сатрларимни тамоман унутдим. Кутлуг кунларда ота-онамни йўқлаб Қашқадарёга борганимда, сен ўша кунгик менинг келганимни эшитиб, кириб келдинг. Анча ўзингни босиб олган, хотиржам, ҳаёт қийинчиликларини енгиб ўтган эдинг.

Меҳринг қўнчилигини қараки, менинг отажоним ва онажоним ҳам мени, фарзандларимни соғинганда, сеникига бориб, меҳр билан гаплашаётганликларини билдим. Буни дўстлик дейдилар. Ана шундай меҳр-муҳаббат ҳаммада бўлишини истардим.

Онажоним ўғлингга: "Энди мен сенинг момонгман, менинг олдимга келавер. Ўзим ҳам сизлардан хабар олиб тураман", - деганларида қалбим тўлқинланиб кўзимда ёш қалди.

Мен сени доимо бахтли кўришни истайман. Фарзандларинг роҳатини кўр. Қиз чиқариб, ўғил уйла. Ўртоғинг кўра олмаган роҳатини сен кўр. Қолган умрингда бахт, ойдин тонглари сенга ёр бўлсин. Мен сени жуда-жуда яхши кўраман — Дугонажон!!!

**Зулфия САМАДОВА,
Тошкент шаҳри.**

Оға-Имани

Турсуной СОДИҚОВА



(Давоми. Боши ўтган сонларда.)

Аллоҳнинг ҳамма неъматлари яратилишда соф ва тўғри бўлади. Агар улар ўз макомларида тура билмасалар, яъни орага шайтон тулса, софлигига пўтур етади. Масалан, эркакнинг ўз масъулиятини танимаслиги ёнидаги аёлга зўриқиб олиб келади, қарабсизки, эркакча ишларга уринавериби, аёлда эркакшоода унсурлар пайдо бўла боради. Уларни кузатиб турган фарзандларнинг ҳам дунёқарашини зил кетади. Яъни

ўғил болага ўшаган қизлар, қиз боласига ўғиллар ўса боради. Шундоқ бироқ, бу дунёнинг ҳамма иши "мушт кетди" тарзида ҳаракатланади.

Сиз ҳам акангиз ёки укангиздан бекорга совиб қолганингиз йўқ. У сизни кўрганда кўзида қувонч чақнамай, юзи яшнамай қўйди. Сизни узоқ кўрмаса, бетоқат бўлмай-диган, қидиришга шошмай-диган бўлиб қолди. Сиз ҳам у келмаса, бормай-диган, ненидир илинмаса, илинмай-диган бўлдингиз. Катта хатоингиз шу! Сизнинг қасдма-қасд иш қилишингиз, шайтонга эргашишидир! Бегоналар шундай қилсалар оғриги йўқ, чунки у бегона. Ахир сиз жигарсиз-ку! Нега жигарим бундай бўлиб қолди, олдин билай дейишингиз керак эди. Ўзим ҳам эҳтиётсизлик қилиб қўймадимми, деб ўзингизни тафтиш қилишингиз керак эди. Агар феълингизни нозик ҳисобласангиз, бошқаларни ўзингиздан юз қарра нозикроқ билангиз, бироқ! Ва ҳеч қачон ўзингиз кўтаролмайдиган гаплар ҳаракатларни бировга раво кўрманг, айниқса, жигарингизга. Акангиз бир совуқ иш қилса, икки яхши ишни кетма-кет қилиб, уни эритмоқ даркор. Токи у бегона билан сизнинг фарқингизни билсин; хафа қилсам ҳам кечириб юборди. Нима бўлганда ҳам акам-да ё укам-да десин, ўзи уялиб, ўзи инсофга келсин. Ҳа деганда инсофга келавермаса ҳам, муруватингизни барибир аяманг. Чунки у она-гизнинг парчаси, отангизнинг бир бўлагидир!

Мерос талашиб, юзқўрмас бўлиб кетган ача-укалар ота-онага ҳиёнат қилган фарзандлардир. Нафс учун, моддий учун уларнинг хотирасига тулпурган номардлардир. Бир парча ер деб бир-бирини судга беришгача бораётган, бир кўрпада катта бўлган жигарини етти қозига ошна қилаётганлар қайси бўридан кам?! Улар иймонни танимаса, Аллоҳнинг борлиги, руҳларнинг тирикчилигига ишонса, шундай қилармиди?

Яна улар гоҳида қўй сўйиб, мол сўйиб, ота-оналарига ис чиқариб қоладилар. Ахир бу уйнинг уй эмас, икки юз йилги, балки уч юз йилги дуохона, тириклар руҳлар тўпланадиган жой! Бу ҳовлига неча авлодингнинг киндик қони тўкилган ва талай қондошларингга азон айтиб, исм қўйилган табарруқ даргоҳ бу! Сен эса уни жанжалхонага айлантирдинг! Ҳўнук овозлар тарқатиб, руҳларни чирқиратдинг, сулолангнинг шарманда қилдинг! Яратганни норози қилиб, жигарларингнинг юрагини синдириб туриб қилган бу эҳсонингни мусулмончилик кўтарармикин? Аллоҳ қабул қилармикин? Сенга инсоф берсин, бироқ, сенга инсоф берсин!

Қуръони каримда ўзингга илинган ҳамма яхши нарсаларни бошқаларга ҳам илин дейилади. Илинмиши ҳам пийса-билло ва барчага баравар қилишингизни таъкидлаб турилади. Бегоналар олдидаки шунча бурчдор бўлсангиз, ўзингизникиларга, демак, оғзингиздагини узиб беришга буюрилсангиз, йиғитларжон! Ҳар сафарги йўқловингиздан жигарингизнинг қувончини Аллоҳнинг сиздан рози бўлишидир.

Аммо ҳар борада инсоф ва адолат билан иш тутмоқ ҳам маънавий бутунлиқдир. Муруватешалиқни улғулик дедик, лекин эсингизда бўлсинки, меҳрибонлик, илинмиши бир томонлама бўлиб қолмаслиги керак. Яъни **ҳаргиз биров фақат берувчи, биров фақат олувчи бўлиб қолмасин.** Сизга жигарингиз яхшилик қилдим, дарҳол унга қувонганингизни сездириш, бировни шод қилганидан унинг ўзи ҳам бир маза қўлсин. Қолаверса, дилингизда "эй худо, мени ҳам қодир қилу жавобини икки ҳисса ортига билан қайтарай" - деб ният қилиб қўйинг.

Билингки, буни бир кам дунё дейдилар: ҳеч кимнинг ўз бола-чақасидан ҳеч қачон, ҳеч нарсаси ортмайди. Илоҳини топиб, бировга бир нарсаси илинмиши мардинг ишидир! Бунинг қадрига етинг, бироқ, жигарингиз сиздан қайтим қутмаса ҳам, имконингиз етганча сиз ҳам уни йўқлаб туринг. (Давоми бор).

Умри боқий дўстлигим менинг

бўлади. Турмуш ўртоқларимиз бўлади. Биз бир-биримизникига меҳмонга борамиз. Ҳеч қачон бир-биримизни унутмаймиз, деб узоқ сўзлашардик. Биз бахтга, муқаддас оилага интилардик. Биз доимо бирга юрганимиздан бир-биримизга шунчалик ўхшаб кетгандикки, одамлар бизни ҳатто ажрата олишмасди.

Ёш, беғубор кўнглимизда гина-алам деган нарсалар йўқ эди ушанда. Бахтсизлик нима эканлигини, ҳаёт қанчалик залворли эканлигини тушунмасдик ҳатто.

Дугонажон, биз мактабни ҳам битирдик. Мен олийгоҳга ўқишга кетдим. Сен ўқишни давом эттирмадинг. Балки, шароит бўлмади, балки ўзинг истамадинг. Кунлардан бир кун тўйинг бўлди. Сен оппоқ либосли гўзал келинчақка айландинг. Сен хурсанд эдинг, сенга кўшилиб мен ҳам. Нега хурсанд бўлмай, ахир сен бахтлисан! Ушанда ҳам онамнинг ҳай-ҳайлашига қарамай, куёвникигача кузатиб қўйдим. Сен бахтли эдинг, бахтиёр эдинг. Турмуш ўртоғинг жуда одобли инсон эди. Топиш-тутишга, рўзгор бошқаришга ҳаммамнинг ҳаваси келарди. Бахтинг ҳеч қачон завол топмасин дугонажон, дердим мен юрак-юрагимдан.

Бу орада менинг ҳам тўйим бўлди. Тақдир тақозосини қараки, турмуш ўртоқларимиз ҳам қарбий ҳизматда бирга бўлишган экан.

Дугонажон, бизни ҳам тақдир ўз йўлларига сола бошлади. Энди биз ўзимиз билмаган ҳолда қувончларга ва ташвишларга тўла ҳаёт дегензида суза бошладик.

Биз оиламиз ва турмуш ташвишларига ўралашиб, бир-биримиздан узоқлаша бошладик. Лекин сен бунга йўл қўймадинг. Гоҳ турмуш ўртоғингни, гоҳ фарзандларингни олиб кириб келардинг. Мен ҳам сенинг олдинга бориб туришга ҳаракат қилардим. Бизнинг дўстлигимиз олис йўللари ҳам писанд қилмасди.

Тақдир тақозоси билан биз Тошкентга кетдик. Сен эса асл жойимиз Қашқадарёда қолдинг. Масофа яна оилашди. Энди бир-биримизни 1-2 йилда кўрадиган бўлдик. Йўқ, янглишдим, қалбимиз доимо бирга эди. Мен сени



нингга қойил қолдим ушанда.

Дугонажон! Наҳотки сен дала ишларидан толиқмадинг?! Ҳай-ҳайлашига қарамай, ош дамладинг. Ҳаммаёқни саранжом-сарошга қилдинг, мени сийладинг.

Уша кунни мен сеникида ётиб қолдим. Иккимиз оппоқ тонггача суҳбатлашдик. Шунда сен юрак сирларингни менга очдинг.

"Дугонажон, - дедим менга. - Барча аёллар ўз турмуш ўртоқларини авайлашларини истайман. Ҳеч ким менинг кунимга қолмасин. Бу кунларни ҳатто душманимга ҳам раво кўрмайман. Мен жуда чарчаялман. Эркак иши, аёл иши чарчатапти. Болаларим ҳали ёш. Меҳнатнинг зўридан, ҳовлидаги экинлардан, мол-ҳол туфайли яшашим ёмон эмас. Ёганим, кийганим бор. Лекин фарзандларимга ота меҳрини қаёқдан берай, улар бетоб бўлганларида ёки бошқа болаларга ҳавас қилганларида ўзимни кўярга жой тополмайман. Биз бирга яшаганимизда, тўғриси мен ҳам унинг қадрини билмадим. Лекин эркакли уйнинг сояси қалин бўларкан. Шунча қийинчиликлар кўришимга қарамай, ҳамма мени кузатадиган, қилган ишларим одамларга қинғир туюладигандек бўлиб қолди. Мен ҳаёт эр

Хонага кириб келган йигит ўзини Содикжон деб таништиригач, чуқур хўрсинди-да:

- Мен отам билан 10 йилдан бери гаплашмайман, - деди-ю, жим қолди. У ўзини босиб олиши учун бошқа саволлар билан чалғита бошлади.

- Ёшингиз нечада, маълумотингиз қандай?

- 28 га кирдим. Ҳисобчилик коллежини тугатганман. Ҳозир бир идорада ҳисобчи бўлиб ишлайман.

- Уйланганмисиз?

- Ҳа, битта қизчам ҳам бор.

- Содикжон, ақлни йиғиб оладиган ёшдасиз, касбу-корингиз ҳам ёмонмас. Қолаверса, ўзингиз ҳам отасиз. Нега шундай бўлди?

- Ўрта мактабни битираётган йилим, отам фарибгарга алданиб кўпгина пулидан айрилгач, қаттиқ асабийлашиб қон босими ошадиган бўлиб қолди. Шифокорлар отамни уйда даволай бошлашди. Ўша пайт да укаларим ёш, энг каттаси мен эдим. Отам: "Болаларнинг шовқини ёқмапти", - деб бобомникига кетиб қолди. Биз бувимлар билан яқин турамиз. Отамнинг кўнглига қараб ҳеч ким индамади. Шу вақтда, эски уйимиз қаттиқ ёққан ёмгирдан қулаб тушди. Бобом, амакимга: "Қуриб турибсизлар, аданг бетоб. Содикжон икковинг уйни тикланглар", - деди. Мен эски қозғоларни (макулатура) йиғиб сотиб, пул тўпладим ва уйни қурдим. Отам тузалиб, уйга келгач: "Мен бошқача қурмоқчи эдим, ўзбошимча бўлиб қолибсан", - дея жанжал чиқарди. Шуш мен билан гаплашмай қўйди. Мен ўқишга кирдим. Талаба бўлсам-да, рўзгорни ўзим тебратардим. Иккинчи курсдагида онам операция бўлиб қолди. Ёлғиз ўзим бошида турдим. Жуда ёмон бўлар экан. Бошқа беморларнинг операциядан чиқшини ўнлаб яқинлари кутиб турса-да, фақат мен-

гина ёлғиз, онамга Худодан нажот тилаб турдим, отам била туриб келмади.

- Нега, онангиз билан ҳам хафалашганими?

- Ҳа, отамнинг мен билан гаплашмаганига эзилган онам, бобом билан бувимга ёрилган экан. "Сен болангнинг ёнини олдинг", - деб онам билан ҳам тескари бўлиб қолди. Ўқишни битаириб,

ишга кирдим. Онам мени уйлантирмоқчи бўлиб, отамдан маслаҳат сўраган экан, "Сизлар менинг гапимни назар-назар қилмайсизлар-ку, бу ёнига ҳам энди биланларингдан қолманглар", - деди. Бу орада бобом Ҳажга бориб келди. Ўртоқларимнинг ҳаммаси уйлан-

гандан кейин бобом: "Одамлар гапирди, Содикжонни уйлаш керак!" - дебди ва амакиларим бир қизни топишди. У менга ёқди, унаштиришгач, отам: "Мендан рухсатсиз, ўзбошимчалик қилиб уйланоқчимиз?" - деб жанжал чиқарди ва тўйни қайтарди.

- Маҳалла оқсоқоли, фаоллари наҳотки отангизга таъсир ўтказишмади?

- Бироз вақт ўтиб, онам куйиниб маҳаллага чиққанларидан кейин улар ўртага тушибди. Шунда ҳам отамнинг ўзи айтган қизга уйландим. Ишхонамдан моддий ёрдам беришди.

- Шундан кейин муносабатлар яхшилангандир?

- Шундай бўлади, деб жуда умид қилгандим. Аммо тўйнинг эртасига гўшангага кириб кетаётган йўлдамда отам тўхтатиб тўёнани сўради. Мен эса пул йўқлигини, барча пуллари амаким тўй харажатларига сарфлаганини айтдим. Отам ишонмади ва яна жанжал чиқарди. Икки синглим менга ён босган эди, улар билан ҳам гаплашмай қўйди.

- Демак, ҳозир оилада ҳеч ким билан гаплашмайди.

- Фақат битта укам билан гаплашадим. - Сингилларимга раҳим келади. Биз-ку йигитмиз, чидаймиз. Аммо қиз боланинг кўнгли нозик бўлади. Катта синглимга совчилар келиб туриб-

ТАШРИФЛАРИНГИЗ...

ди. Эртага тушган уйда ота меҳрига зор бўлмасмикан, бу ҳолатни ҳамма ҳар хил тушунади, юзига тамға бўлмасмикан, деб қўрқаман.

- Отангиз ишлайдими ё нафақадими?

- Ҳали нафақа ёшига етмади. Аммо ишламайди, кун билан уйда, рўзгорга бир сўм ишлатмайди. Ҳатто овқатни ҳам бобомникида, яъни, отасиникида еб келади.

- Келинига муомаласи қандай? Неварасини суюдими?

- Келинига яхши гапирди, қизимни ҳам эрқалатади. Аммо маҳалла-қўйда хижолатдам.

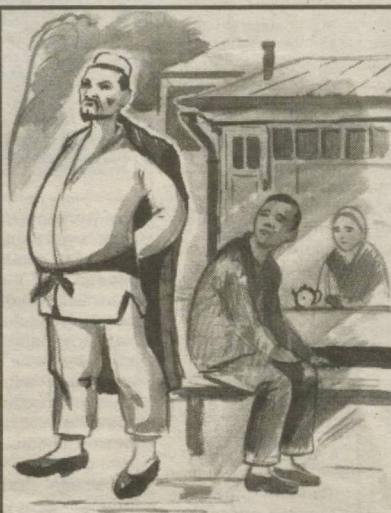
- Бу ҳаётда нималар бўлмайди. Отангиз балки ўша фарибгарнинг қилмишидан сўнг шу асаб касаллигига чалингандир? Ахир мол аччиғи-жон аччиғи дейишган! Илоҳи бўлса маҳалла раиси, қариндошларингиз кўмағида бирор ишга жойлаштирилган. Чунки, ишга овунди, одамлар билан мулоқотда бўлади, қолаверса чўнтагига пул тушади. Кўпчилик билан бўлса кенгрок фикр қилади. Зора, ўшанда оиласини, фарзандларини тушунса.

Йигит яна бироз ўтиргач, хайрлашиб чиқиб кетаркан, дардини айтиб енгил тортганини билдирди. Газетани интиқлик билан қуттишини, уйда газетанинг неча йиллик тахлами туришини айтди. Йигитни тинглар эканман, унинг отасига: "Эй, инсон! Шундай оилангиз, фарзандларингиз бор экан, нега энди уларни кадрламайсиз?"

Юрагингиздаги музени эритинг. Қобил фарзандлар, оқила аёлининг борлиги бахт-ку! Бу бахтнинг қадрига етинг. Токи кеч бўлмасин, - дегим келди.

Матлуба ШУКУРОВА

Отам менга гапирмайди...



Болаларни

- Опажон, боласидан тирклай айрилган онанинг аҳволини тушуна оласизми? Агар тушунсангиз менга бир маслаҳат беринг.

Ҳозир менга дунё тор бўлиб, ўзимни қўярга жой топа олмаётман... - дея кўнжирок қилган аёлга аввалига нима дейишни билмай қолдим. Ўзини таништиришини сўрадим.

- Исмин Гулбека, Хоразм вилоятининг, Ҳазорасп туманиданман, - деди у кўз ёши аралаш.

- Нега хафасиз, ахир ҳамма нарсанинг илоҳини топиш мумкин. Фақат бунга озгина сабр ва вақт керак бўлади, - дедим уни юпатиб.

- Мен жуда кўп сабр қилдим. Ёшим 23 га чиққан бўлса-да, турмушнинг анча машаққатларини кўрдим. Севган йигитим билан бир йил синашиб турмуш қурдим. Жуда ҳам бахтли эдим. Эрим Шавкат кутилмаганда автохалокатга учраб вафот этди. Касалхонада эримнинг жасади устига оқ чойшаб ёпиб олиб чиқиб кетишгаётганда, унинг устига ўзимни ташладим. Шундан сўнг нима бўлганини билмайман. Ўзимга келганимда туғилиши керак бўлган фарзандимдан ҳам ажралган эканман.

Эримнинг йили ўтгунча келин бўлиб тушган хонадонда изтироб билан яшадим.

- Нега изтироб билан яшадингиз? Ахир тезда отангизникига қайтиб келишин-

кўнжирок йиғлайман

гиз ҳам мумкин эди-ку?

- Шундай қилсам ҳам бўларди, лекин бу уйдан совийшим учун вақт керак эди. Қаерга қарасам эримнинг қулиб турган чехраси кўринарди, ухласам қулоқларим остида унинг «Гулбека-а-а», деб чақирган шивирини эшитгандек бўлардим. Тунлари уйғониб кетиб унинг расмини бағримга босиб йиғлардим. Хуллас, эримнинг йили ўтгандан кейин қайнона-қайнотам, қайнукаларимни бағримга босиб хайрлашдим. Шу кун ота-онам билан яна уйимизга қайтиб келдим. Чиққан қиз чиғирикдан ташқари, дейишгани рост экан.

- Ота-онангизникида сизни турткилашдими?

- Йўқ, кўнглимга қарашди. Кийимлар олиб беришди, чет элларга ҳам бориб келдим. Булардан кўнглим ёришмасди. Шундай кунларнинг бирида бизга яқин-қўрдағи бир хонадондан совчи келиб қолди. Бу оиладаги уч ўғилнинг ўртанчаси фарзанд қўрмаганлиги учун хотини билан ажрашган экан. Шу йигитдан совчилар келиб қолди.

Ота-онам, қариндошларимиз маслаҳатлашиб кўриб, мени шу йигитга узатишди.

- Сиз турмушга чиққунча у йигит билан учрашмадингизми?

- Учрашдик, истараликкина, одобли йигит экан. Бир-бири-мизни тушундик. Йигит, яъни, Лутфулла фарзандли бўлишини орзу қилишини, агар туғиб берсам бошига қўтариб уйишини айтди. Ўзимнинг ҳам орзуим шундай эди.

Тўйдан кейин уй юмушлар-

рини қилишга киришдик. Бу уйда қайнона-қайнотамдан ташқари, икки овсиним, уларнинг фарзандлари ҳам яшашар экан. Хуллас, бу хонадонга ҳам аста-секинлик билан меҳр қўя бошлардим. Уйдаги ҳамма юмушларини мен қилардим. Аммо, икки



овсинимга қайнонам унчалик иш буюрмасди.

- Уларнинг болалари ёш-да, келин. Сиз ҳам фарзандлик бўлсангиз бу ишлардан қутулиб

қоларсиз, - дерди қайнонам ботмайдиганига қилиб.

Ҳар кун эрталабдан кечгача тилим билмасдим. Сизини айтганда, қаттиқ қарчардим. Аммо, бошқа иложим ҳам йўқ, чунки бу иккинчи турмушим эди. Ота-онамни уйлаб чидашга, ҳаммасига улғуришга ҳаракат қилардим.

- Буларга эрингизнинг муносабати қандай эди?

- Яхши, жуда меҳрибонлик билан гапирарди. Лекин у ҳам эрта кетиб кеч келарди.

- Сиз фарзандингиз ҳақида гапирётгандингиз...

- Ҳа, энг катта бахтим ҳам, бахтсизлигим ҳам ана шу фарзанд туғайли бўлди. Чунки, эрим хотини туғмаганлиги учун ажрашганди. Шу боис уйдагиларнинг ҳаммаси бизнинг тезроқ фарзандли бўлишимизни исташарди. Ҳомиладор бўлганимни эшитиб, эрим жуда хурсанд бўлди. Лекин у ҳам мени уй юмушларини бажаришдан озод қила олмади, онасига гап қайтармасди. Ҳомиладор бўлсам-да, оғир юмушларни қилаверганим учун тез-тез касалхонада ётардим. Бунинг устига Ҳомиланинг ривожланиши ҳам яхши эмасди. Вақти келиб ўғил фарзанд кўрдим.

Ҳамма хурсанд бўлди. Мен орзуимга етганимдан қувониб уни бағримга босиб сира тўймадим. Лекин шунда ҳам уй юмушларини қилишга мажбур эдим. Овсинларим эса иш қилмас, болаларини боғчага олиб бориб, олиб келиб хотиржам яшашарди. Мен буларга парво қилмасдим. Фарзандим туғилгач, яшаш яна ҳам ширинроқ туюларди.

Кўнжирокларингиз...

Орадан бир-икки ой ўтгач боланим клиникага олиб чиқдим. Шунда бир муддиш ҳақиқатни билиб қолдим. Эримнинг қони таркибида микроб бор экан, бу эса жуда хавфли экан. Шу туфайли ўғлим, йиллаб қутган болам... Мажрўх экан. Орадан бир неча ой ўтгач бу яққол кўзга ташлана бошлади. Икки ёшга тўлган болам олти ойлик чақалоққа ўхшарди. Шу бугун... Ҳозир сизга кўнжирок қилишимдан сал аввал қайнонам билан эрим ўғлимни Тошкентга, мажрўх болалар уйига топширишга олиб кетишди. Мажрўх бўлса ҳам болам эди-да, чидай олмаётман. Ҳозир сизга гапиряпману, энди умрбод кўра олмайдиган боланимнинг қўйлақчаларида қолган хидларини хидлаб ўтирабман. Айтинг-чи, улар тўғри йўл тутишдими? Балки мени бир умр қийналиб, азоб чекишимни исташмагандир... Нима бўлганда ҳам боладан тириклай айрилиш оғир экан...

Гулбека шу сўзларни айтгач овози титраб гапирга олмади, кейин гўшакни қўйиб қўйди, шекилли, қисқа-қисқа гудоклар эшитила бошлади.

Азизлар! Агар кўнжирок узилиб қолмаганда, айриликка қўнмай изтиробдан қийналаётган аёлни нима деб юпатардим?

Гулбека, аввало сабр тилайман. Албатта, эрингиз билан ўзингиз ҳам тезлик билан мунохассисга учрашиб, тиббий кўрикдан ўтишларингиз лозим. Ахир, ота-она соғлом бўлсагина, боласи ҳам соғ туғилиши тиббиётда исботланган.

ГУЛБАШАКАР

Мақолада ёритилган мавзу ўта долзарб. Кишини чуқур-чуқур мулоҳазага ундайди. Бир пайтлар яратилган фильмларни томоша қилган киши ундан ўзига бирор сабоқ оларди, онги, савияси ошарди, ўша фильмни қайта кўргиси келаварди. Ҳар қанча кўрса ҳам безмасди киши, ҳар гал кўрилганда янгидан-янгидан маъно касб этаверарди. Ҳозир намоёниш этилатган хорижий фильмлар бизга нима берапти-ю, ёшларимизни қайси кўчаларга бошлайпти? Ёшларимизнинг юз-кўзини очмайптимикин?

Баъзи оилаларда телевидорда хориж телесериаллари бошланиши билан ота-оналар ёши ва жинсидан қатъий назар барча болаларини фильм томошасига чақириб қолишади. Кўча-кўйда ҳали она сути оғзидан кетмаган, боғча ёшидаги ўғил-қизлар ўйин асосида ўзларини ўша фильмларнинг қаҳрамонлари номи билан атаб, улар қилган ишларига тақлид қилишаётганига ҳам гувоҳ бўламиз.

Ота-оналар! Бир ўйлаб кўрайлик-чи, бундай болалардан келажакда нимани умид қилиш мумкин? Қаёққа кетаяптими ўзи?

Баъзи йигитлар ҳали қандай инсонлиги номаълум бир қизнинг муваққат хусни, ё бойлиги, ё бўлмаса отасининг бевафо мансабига учиб унга

уйланишади. Ҳатто ота-она розилигини олишмайди ҳам. Баъзи жойларда бўйга етган қизлар бу дунёга келишига сабабчи бўлган, неки азоб бўлса чидаб, ўзидан-дан ортиқ эҳтиётлаб, бағрида кўз қорачигидан зиёда авайлаб асраган ота-онасини

“Yoshlar” телеканали орқали бор-йўғи бундан бир-икки йил олдин намоёниш этилиб, телесериал ишчибозлари ёдидан ҳали кўтарилиб улгурмаган “Гвадалупе” номли Мексика фильмидаги бир ҳодисани эсланг: фильм қаҳрамонларидан бири Даниела муттасил, ҳатто ҳомиладор-

хаёли бузилмай қолмайди. Минг афсуски, бундай реклама-намо кийинишдан мактаб ёшидаги қизлару, ҳатто турмушга чиққан ёш келинчақлар ҳам четда қолишмайди. Тажжубу, уларнинг оталари, ака-укалари, эрлари ва бошқа эркак қариндошларининг кўзи қаерда, ёки бу хол-

қаҳрамонларининг ярим-яланғоч қиёфаси акс этиб туриши ҳам одатий ҳолга айланди. Наҳотки бу дафтарларни харидордир қилишнинг бошқа йўли бўлмаса?

Миллатимиз шайнига доғ бўлувчи бу иллатлардан юз ўгирсак, ана ўшанда яратган ҳам, буюк аждодларимизнинг руҳи-поки ҳам биздан рози бўлар, иншооллох. Баъзан кўрак кериб фахрланганимиздек, биз ўзбекмиз-ку, бас, шундай экан, ўзбек бўлайлик.

Ўзбек бўлайлик

“Бу ҳақда ўйлаб кўрайлик” 2-сон

ЭСЛАТМА: Фарзандларимиз китоб ўқимай қўйиша. Телевидение орқали берилган кўрсатувлар, беҳаф сериаллар билан кифояланиб қолишмаяпти.

Муаллиф: М. ФАТТОНОВА

эл-улус орасида шармандай-ю-шармисор қилиб, си-наштасиз бир йигитга эргашиб, қочиб кетиб, ҳомиласи билан келинлик либосида ўтириши тобора одатга айланиб бормоқда. Бу ва бу каби ифлос одатларнинг покиза миллатимиз юзига балчиқ янглиғ сачрамоғида ҳалиги телесериалларнинг таъсири йўқимикин. Энг ёмони, уларнинг халққа етказилишида нафақат нодавлат телеканаллар, ҳатто давлат телеканаллари ҳам беминнат, салмоқли хисса қўлишмоқда.

Телекўрсатувлар ва радио-эшиттиришлар орқали деярли ҳар кун аср вабоси ҳисобланмиш гиёҳвандлик, унинг фожиали оқибатлари ҳақида бонг урилади. Мавзуга оид видео, аудио роликлар берилди-ю,

лик даврида ҳам гиёҳвандлик моддаларини истеъмол қилармишу, бироқ бўлғуси наслларга ҳам аянчли қисмат бахш этувчи бу оғу унинг ҳомиласига ҳеч бир таъсир кўрсатмасмиш...

Баҳорда кунлар исий бошлаганидан, то кеч кузгача бўлган даврда аксар ўзбек ўсмир қизлар гарблик жинсдошларига тақлид қилиб, ярим-яланғоч ҳолда юришлари ҳеч кимга сир эмас. Табиийки, уларнинг бундай рекламасига кўзи тушган ҳар қандай эркакнинг

ни ҳар кун кўравериб у кўзлар бунга ўрганиб кетганим. Наҳотки, ор-номус, иззат-нафс, ҳамиёт ва иснод деган тушунчалар ҳам бу “эркак” ларни тарк этган бўлса-я!

Пок ният билан кўчага чиққан ҳар бир эркакнинг ўзини бўлмаса-да, кўзи ва фикрини зинога бошловчи бу шум одат не-не оқила-ю-фозила, ҳаё-ю-ибода беназир моомоларнинг авлоди бўлмиш миллатимиз қизларини заҳарлашида жумладан, ўша ахлоқсиз сериалларнинг ҳам хиссаси йўқимикин?

Баъзи мактаб ўқувчилари фойдаланадиган ёзув дафтарларининг муқовасида хорижий телесериаллар



Шухрат КОДИРОВ, Бухоро шаҳри.

Акс-садо

У ШУНГА АРЗИЙДИМИ?

Зарафшонлик синглим Замира! “Муҳаббат” деб аталмиш буюк туйғу шаробидан тотиб, сўнг унинг аччиқ таъми юрагингизни куйдириб юборганини мен сезиб турибман.

Синглим! Менимча сиз жуда содда қизга ўхшайсиз. Мен тушунаман, қиз бола 18-19 ёшида ҳам севиб, ҳам севилишни истайди. Бахтли оиланинг гўзал келинчаги бўлишни оруз қилади. Лекин 3-4 марта учрашиб, бир оғиз айтилган сўз учун шунчалар қаттиқ севиб қолиш мумкинмикин?

3 йилдан бери уни унутмабсиз, аммо у сизни уйлаётимикин? Ўзингизни унинг учун қурбон қилаётганингизни биларми? У шунга арзийдими? Менимча йўқ! Ҳаёт фақат муҳаббатнинг изтиробли кечинмаларидан иборат эмас. Сиз ўзингизнинг кейинги ҳаётингизни уйлашингиз керак. Кеча-кундуз уни уйлашдан нима фойда? Фақат ўзингизнинг соғлигингизга зарар эмасми?

Сизга ушбу мактубни ёзаяпман-у, беихтиёр бир хинд кинофильми ёдимга тушди. Фильмда бир аёл уч фарзанди бўлса ҳам ёш сураткаш (фотограф) бир йигитни севиб қолади.

Йигит ҳам унга бефарқ бўлмайди. Улар учрашиб, боғларда сайр қилишиб юришади. Гўё муҳаббатларининг чеки йўқдек. Аёл шунчалик севи-муҳаббатга берилиб кетдики, ҳатто оиласини ҳам

унутиб, улар билан иши бўлмай қолади.

Кунлар шундай давом этаверди. Оиласининг бундан хабари бўлмайди. Уларнинг учрашувлари узоққа чўзилмайди. Сураткаш йигит аёлининг олдида келмай қўяди. Аёл эса уни излайди, лекин топа олмайди.

Бир кун сураткаш йигит ўша аёлининг ярим яланғоч ҳолатда тушган фотосуратини бир журнал саҳифасига қўқариб, устига уятли

сўзлар ҳам ёзиб қўйган бўлади. Буни кўрган турмуш ўртоғи, фарзандлари ундан юз ўғирлашади. Аёл ёлғизланиб қолади. У кеча-кундуз ўша йигитни ўйлайди.

Сўнг ақлдан озиб, аччиқ муҳаббат қурбони бўлади. Фильм сўнггида унинг оила аъзолари аёлини кечириб, шифокорга кўрса-тишади. Миясини операция қилиш билан у ҳаётга, оиласига қайтади.

Киссадан хисса шуки синглим Замира! Сиз саробга айланган муҳаббатингиз учун ўзингизни қурбон қилманг, уни унутинг. Бахтингиз учун курашинг. Инсон-

“Айт, қандай яшайман юракка қарши?” - 13-сон

ЭСЛАТМА: Ишхонамада бир йигитни учратам. 3-4 марта у мен уйимга кузатиб қўйди. Мен эса уни севиб қолдим. Унинг оиласи бор экан. Усиз ҳаётимни тасаввур ҳам қила олмайман. Айтинглар-чи, илк севгимни қандай унутмай, унутса бўладими?

ЗАМИРА, Зарафшон шаҳри.



нинг бахти ўз қўлида, тақдирини ҳам инсонни ўзи яратади.

Мен сизга бахт тилайман. Шонира ХАСАНОВА, Тошкент шаҳри, Шайхонтохур тумани.

ОНАСИЗ ЕТИМ-ШУМ ЕТИМ

“Она меҳрига зор ўтдик” - 13-сон, 2005 йил

ЭСЛАТМА: Онам вафотидан сўнг, биз 8 фарзандни ўйлаб отам яна уйланди. Аммо, ўғай онамиз отамни бизга қарши қилиб қўйди. Акам алам устидан наша чекиб қўйди. Агар аёл бизга озгина меҳр берганида эди... Наҳотки бу қийин бўлса?

МОҲИРА, Қарши.

ди. Оталаримиз хафа бўлмасинлар-у, “Онализ етим-гул етим, онасиз етим-шум етим”, “Отаннинг белбоғида қолганча, онамнинг ўймоғида қол” каби мақоллар бехудага тўқилмаган. Кўпчилик эркаклар етим қолган болаларига она меҳрини беради, дея ўйлаб тезроқ уйланишга шошиладилар. Лекин, бировнинг боғига биров боғбонлик қила олмайди. Эркаклар табиятан содда, ишонувчан бўладилар. Аёлларда эса макр кўпроқ, ана ўшалар оилани парокандаликка олиб келадилар, улар бу оилага бекаликка эмас, бошқа ниятда келган бўладилар.

Менинг онам ҳам ёш, 44 ёшида вафот этдилар. Онамнинг ҳаётининг сўнгги кунларида айтган қоракларни эзувчи гаплари ҳақон қулогимда. “Отанг кўчаннинг одами, шу кичик уканг оч қолганида нон турган жойни топа олмай йиғласа, мен қандай ётаман у ерда? Шулар озгина эсини таниганида эди”. Биз 12 фарзанд эдик. Биргина мен турмушга чиқиб, қолганлари уйда эди. Кичик укам 2 ёшда эди. Отам қоракўлчилик совхозида ишлардилар. Баъзан, “сезон” пайтларида оилаб чўлда қолиб кетардилар. Отам бизни шум етим қилиб қўймади. Ҳаёт давом этди. Ҳам ота бўлиб, ҳам она бўлиб бизни тарбиялади. Ҳамамаизнинг кўнглимизга қулоқ

энг чироили, ақлли қизлари бизга келин бўлишди. Барваста йигитлари бизга қувё бўлишди. Амакиларим ўша пайтлар отамга уйланиш ҳақида гап очганларида отам: “Йўқ, бу ҳақда гап бўлиши ҳам мумкин эмас, мен болаларимнинг онасига: “Болаларнинг ҳаммасини ўқитаман, бахтли қиламан”, - деб ваъда берганман”, - деганлар. Ҳозир отам ўғил-қиз, келин-неваралар қуршовида иззат-икромда яшайптилар.

Менинг фикримча, Моҳиранинг дадаси тизгинини маккора аёлга топшириб қўйиб, фарзандларини қийин ахволга солиб қўйибди. Ундай айёр, бузғунчи аёлдан дарҳол воз кечиш керак. Агар у аёл бу уйдан кетмас экан, турмуш шундай давом этаверди.

Назира МАНСУРОВА, Бухоро шаҳри.

ТАБРИКЛАЙМИЗ



Онажонимиз
ЭЪТИБОРХОН ая!
Ҳаётингизнинг
гўзал айёми мубо-
рак бўлсин. Соғ
бўлиб фарзандлар,
набиралар роҳа-
тини кўриб юринг.
Фарзандларингиз номидан
Абдурабим.

Онажонимиз ва
устозимиз **Матлуба
МИРХОЛИҚОВА!**
Сизни 56 ёшга тўла-
шингиз билан табрик-
лаймиз. Мактабда ва
оиламизда бизга бера-
ётган тарбиян-
гиз сизга таъзим қиламиз. Соғ бўлинг!
Фарзандларингиз.



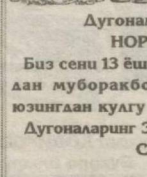
Меҳрибонимиз
ГАВҲАРХОН!
Таваллу айёмин-
гиз муборак. Соғ
бўлиб, узоқ умр
кўринг. Ҳамиша
омад ёр бўлсин.
Оила аъзоларингиз.

Хурматли
ЗАЛОҲАТХОН!
Туғилган кунингиз му-
борак бўлсин. Сиз-
саломатлик, оилавий
бахт тилаймиз.
Оила аъзоларингиз.



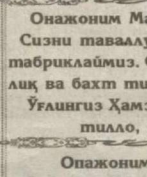
НИЛУФАРХОН!
Сизни туғилган ку-
нингиз билан таб-
риклаймиз. Оилавий
бахт ҳамма меҳнат
фаолиятингизга
омад тилаймиз.
Яқинларингиз
номидан Қунадузой

Амакижоним **ҲИДОЯТОВ
Сайдахмат** Иноятиллаевич!
Сизни 50 ёшга тўлаш-
ингиз билан қутлаймиз. Со-
ғлиқ, узоқ умр тилаймиз.
Оилангиз, фарзандларингиз
бахтига умрингиз узоқ ва
мазмунли бўлсин.
Эҳтиром ила жиянингиз Фуломжон.



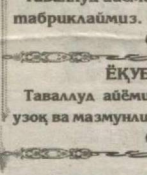
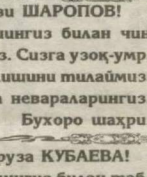
Дугонамиз **Мухлиса
НОРМАТОВА!**
Биз сени 13 ёшинг билан чин юра-
дан муборакбод этамиз. Доимо
юзингдан қулгу аримасин.
Дугоналаринг Зарифа ва Мафтуна.
Самарқанда вилояти,
Иштихон тумани.

ҲИДОЛАХОН ва
ЭЛНОРАХОН!
Сизларни мучал
ёшингиз - тавал-
луа кунингиз билан
табриклаймиз.
Бувижон ва
буважонинг.



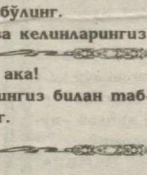
Онажоним **Майрам ЁДГОРОВА!**
Сизни таваллуа айёмингиз билан
табриклаймиз. Сизга узоқ умр, со-
ғлиқ ва бахт тилаймиз.
Уғайнингиз Ҳамза, тоғангиз Раҳма-
тилло, жиянингиз Мунира.

Бобожонимиз **Рўзи ШАРОПОВ!**
Сизни қутлуғ 68 ёшингиз билан чин
юракдан табриклаймиз. Сизга узоқ-умр,
тану-жонингиз соғ бўлишини тилаймиз.
Эҳтиром ила невараларингиз.
Бухоро шаҳри.



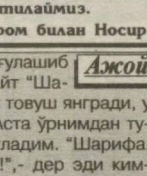
Опажонимиз **ЧАМАНГУЛ!**
Таваллуа айёмингиз билан сизимий
табриклаймиз. Доимо соғ бўлинг.
Оила аъзоларингиз.

Аммажонимиз Феруза КУБАЕВА!
Сизни таваллуа айёмингиз билан таб-
риклаймиз. Соғ-омон бўлинг.
Сингилларингиз ва келинларингиз.



ЁҚУБЖОН ака!
Таваллуа айёмингиз муборак! Сизга
узоқ ва мазмунли ҳаёт тилаб қоламиз.
Оила аъзоларингиз.

ШОКИР ака!
Сизни туғилган кунингиз билан таб-
риклаймиз. Соғ бўлинг.
Оила аъзоларингиз.



САЛОҲИДДИН ака!

Туғилган кунингиз муборак бўлсин. Сизга омад ва соғлиқ тилаймиз.
Эҳтиром билан Носир.

ҲОЙИБ
БЎЛГАН ОВОЗ

Бир куни опам мени кутмай, дугона-
лари билан ўт ўришга кетиб қолди. Улар-
нинг ортидан югурдим, тутзорга ет-
ганимда қулгим шанғиллаб, бошим ай-

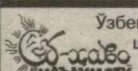
ланиб, кўз ўнгим қоронғулашиб
ўтириб қолдим. Шу пайт "Ша-
рифа, Шарифа", деган товуш янгради, у
опамнинг овози эди. Аста ўрнимдан ту-
риб у ёқ-бу ёққа алангладим. "Шарифа,
ҳой Шарифа! Келакол!", - дер эди ким-
дир. Кўзимга узоқдан қизлар кўринди.
Мен уларнинг олдида шошилдим.
"Мана сенга ўт ўриб қўйдим, идишингга

Ажойиб-ғаройиб

сол", деган товуш тутзор то-
мондан эшитиларди. Ҳайрон
бўлдим. Ахир овоз тутзордан келяпти,
қизлар эса аллақачон даланинг нариги
томонида кетиб бўлишган. Тутзор ичига
кирдим... Ўзимдан кетиб қолибман.
Ўзимга келганимда тепамда қўшнимиз
Собир ака турарди.
- Ҳа, сенга нима бўлди?, - деб сўради у.

- Опамни излаб юргандим, - дедим.
- Опанг хув ана у ёқда-ку. Бу ер ажина-
зор, - деди. Шунда кимсасиз жойга ке-
либ қолганимни тушуниб, юрагим шувил-
лаб кетди. Опам дугоналари билан эга-
тининг учетида, канал ёқалаб ўт ўриб юри-
шарди. Агар қўшим Собир ака уйрамага-
нида бу ҳол хатарли туғани аниқ эди.

ЧАМАНГУЛ



Ўзбекистонда ҳаво ўзгариб турса-да, ёғингарчилик қутилмайди. Шамол
шарқдан 7-12 м/с тезликда эсади. Ҳарорат кечаси 13-18° илик,
кундузи 28-33° иссиқ бўлади. Республикаимизнинг жанубий худуд-
ларида кечаси 16-21° илик, кундузи 31-36° иссиқ бўлади.

Шоира Хосият БОБОМУРОВАга акиси, 14-ўрта мактаб директори
Очил БОБОМУРДОВ
вафоти муносабати билан чуқур таъзия изҳор этамиз.

Бир гуруҳ дўсту қадрдонлари

КҮЙ (21.03 — 20.04). - Бу ҳафта-
да яқинларингизга кўпроқ меҳр бери-
шингиз керак. Яқшанба куни қувонч-
ли хабар эшитасиз.

СИГИР (21.04 — 21.05). - Пул
билан боғлиқ ишларингизни тартибга
солинг. Пала-партишлик моддий зарар кўри-
шингизга сабаб бўлади.

ЭГИЗАКЛАР (22.05 — 21.06).
- Севгилингизга ғамхўрлик кўрса-
тинг. Ҳўжалик ишларига кўпроқ ёр-
дамлашинг.

КИСКИЧБАКА (22.06 — 22.07).
- Ҳафтанинг охирида сиздан қарз-
дорлар пулларингизни қайтаришади.
Жума куни кўпроқ дам олиб, тоза ҳавода сайр
қилинг.

МУН
АЖ
ЖИ
МЛАР

АРСЛОН (23.07 — 23.08). - Ўз ре-
жаларингизни амалга ошириш учун шу
ҳафтада бериладиган имкониятдан фойдала-
ниб қолишингиз зарур.

БОШОҚ (24.08 — 23.09). - Катта иш-
ларга қўл урманг. Яхшиси қўлай фур-
сат келгунча дам олиб туришингиз ке-
рак.

ТАРОЗИ (24.09 — 23.10). - Шошиб
бир қарорга келмаганингиз маъқул.
Яқшанба куни майда-чуйда гапларга
ўралашиб қолманг.

ЧАЁН (24.10 — 22.11). - Яқинларин-
гиз билан учрашиб, улар билан дам
олинг. Ота-онангиз олисда бўлса, бориб дий-
дорлашинг.

БА
Ш
О
РА
ТИ

ЎКОТАР (23.11 — 21.12). - Ҳафта-
даги энг муҳими вазифангизни жуда
пuxта бажаринг. Хатоларга йўл қўймас-
лиққа ҳаракат қилинг.

ТОҒ ЭЧКИСИ (22.12 — 20.01).
- Жума куни пулларингизни беқорга
сарфламаслиққа ҳаракат қилинг. Ортиқча
чиқимлардан сақланинг.

ҚОВҒА (21.01 — 18.02). - Соғли-
гингизни унутманг. Иложи борица
кўпроқ турли доривор гиёҳлардан тайёрлан-
ган чойлардан ичинг.

БАЛИҚ (19.02 — 20.03). - Иложи
бўлса уйдан олисга отланг. Қарин-
дошларингиз билан кўришиб, ўз муаммо-
ларингизни унутишга ҳаракат қилинг.

ЭЪЛОНЛАР!

Профессор Эргаш САЛИМОВ клиникаси барча турдаги аллергия, бўғин, ош-
қозон-ичак хасталиқларини, касалламда, нимжон болаларни махсус усулларда
даволайди. Бронхиал астма хасталигида гормонал дорилар қўлланмайди. Ал-
лергия касаллиқларини аниқлаб, даволашда турли аллергияларни қўйиб қинала-
ди. Иш вақти соат 8 дан 17 гача.
МАНЗИЛИМИЗ: Тошкент, Уйғур Ҳўжаев кўчаси, 4-уй, 10-хона. Автобуслар — 27, 35, 46, 53,
91. Трамвай — 8. 1-шаҳар клиникаси боқати. Тел: 49-43-33, 144-64-30.

«УКТАМХОН» замонавий ўқув маркази курсларга таклиф этади:
1. Тикуччилик - 3 ой. Бошловчилар учун 6 ой. 2. Ҳамширалик - 6 ой. 4 ойи ўқиб, 2 ойи
амалиёт машғулотлари ўтилади. 3. Тиббий массаж - 2 ой (амалиёт билан) 4. Торт ва
пишириқла - 2 ой. 5. Пишириқлар олий курс 1 ой. 6. Уйғурча таомлар ва салатлар -
1 ой. 7. Сартарошлик - 3 ой (аёллар учун). 8. Парда ва чойшаблар - 1 ой (амалиёт
билан). 9. Сартарошлик - 2 ой (ўғил болалар учун). 10. Каштачилик - 3 ой. (машин-
када вишивка). 11. Инглиз тили - 3 ой (бошловчилар учун 6 ой). 12. Рус тили - 3 ой.
(бошловчилар учун 6 ой). 13. Бисер тикиш - 2 ой (яъни мунчоқ тикиш). 14. Компьютер сабоқлари -
2 ой яқка тартибда. (Microsoft Windows, XP, Microsoft Office XP Professional, WINWORD, EXCEL, Power
Point, Paint)
Ўқишни тугатганларга **ДИПЛОМ** берилади. Ўқишга қабул ҳар кунин.
Манзилимиз: Юнусобод тумани, 3 мавзе, 1-уй, 31-хона. Мўлжал: Юнусобод бозори орқа-
сида. Тел: 125-97-93, 121-77-72, 21-17-95.

Миробод бозори ёнида 16-қаватда 4 хонали уй сотилади. Тел: 54-53-22

**Ҳўжа-Ҳаҳон-Ғаждуваллик Садо-
қат қизининг машқларида майин бир
жизва, ҳақ олдида гўзал бир ҳоқи-
сорлик кўрдим. Унинг ўзи юзларини
юваган, сочларини чайган Зарифион
дарёсининг мавжларини кўрдим. Бу-
хорои Шарифдек юртининг шоирла-
ри, шоиралари кўпайсин. Шегрийат-
га садоқатли Садоқатнинг қадами
қутлуғ бўлсин...**
Шамсиддин САДОИЙ



ОТАЖОНИМ
(Дуоғўйим Исмаи Эшонқулвога)

Сиз ишонган тоғим азиз отажон,
Гар қоқилсам халоскорим, паноҳим.
Сиз фарзанд камолни ўйлаган посбон,
Сиз йўлчи юлдузим, сиз чароғбоним.
Эрта-кеч қўлингиз дуода доим,
Дарахтим ҳосилин, қадрин кўрай - деб.

Оқ йўл!
Юртга яраган бир қорин кўрай - деб,
Орзунигиз ижобат бўлсин илоҳим!

Бошимдаги чиноримсиз соябон,
Қалбимга жо бўлар насихатингиз.
Товлеимга омон бўлинг отажон,
Ишончингиз оқлар Садоқатингиз!..

БУХОРОИ ШАРИФ
Гўзалларнинг гўзали Бухорои
Шарифсан,
Аввалингдан то абад сир-асрорга
тўйлиқсан.
Минораи Калондек қаддинг мағрур ва
машҳур,
Шариф юрт номин олдинг дунёларга
сочиб нур.
Бобом Имом Бухорий камол топан
бағринда,
Печа-печа авлиёлар изи бор
тупроғингда.
Қалби пок, меҳмоннавоз халқимга ёр
кўргоним,
Шариф юрт, момо элим, мангу -
жаннатмақомим!..
Садоқат ИСМОИЛОВА,
Ҳаҳон иқтисодиёти ва дипло-
матияси университети қошида-
ги академик лицей талабаси.

Чўлпоной МЕЛИКЎЗИЕВА тайёрлади.

узудлиги босиқ, вазмин
ўйлаб иш қиладиган, хушму
омала, меҳрли одамларг
хос бўлса, кичик бўлиш
ишчан, мантикли, гапга че
чан, ҳазил-мутуйибага, та
қидга мойил одамларг
хос бўлиши аниқланган.

ДУШАНБА 2

ЎЗБЕКИСТОН
ТЕЛЕВИДЕНИЕСИ

6.30 "Ассалом, Ўзбекистон!"
8.00-8.45 "Тахлилнома".
8.50 "23, 5 даражали бурчак остида". Хужжатли телесериал.
9.40 "Табиат шифохонаси".
9.50 "Ўзбектефилм" намоиши: "Дўппи".
10.00 ЯНГИЛИКЛАР.
10.05 "Камалат". Болалар учун кинодастур.
11.30 Ўзбекистон телерадиоканалининг хор жамоасининг концерти.
12.00 ЯНГИЛИКЛАР.
12.05 "Одами эрсанг".
12.30 "Шов-шув". Телесериал.
13.20 "Айтишув". Мусикий дастур.
14.00 ЯНГИЛИКЛАР.
14.15 "Монте Карлодаги цирк фестивали".
15.05 "Интеллектуал ринг".
15.50 "Замин гаройиботлари". Хужжатли фильм. "Болалар сайёраси".
17.00 "Олтин тож". Телевизион ўйин.
17.35 "Покахонтас". Мультсериал.
18.00 ЯНГИЛИКЛАР.

18.10 "Севги тилсими". Телесериал (Корея).
19.10 "Ўзлото" кундалиги ва рекламалар.
19.15 Оқшом эртақлари.
19.30 "Ахборот" (рус тилида).
19.55, 20.25, 21.00 ЭЪЛОНЛАР.
20.00 "Равнак" студияси намоиш этади:
20.15 Киноафиша.
20.30 "Ахборот".
21.05 Ал-Ҳаким ат-Термизий хотирасига бағишланган кураш бўйича VII халқаро турнир.
21.35 "Бегона". Телесериал.
22.35 "Музыка: кеча ва бугун".
22.55 "Ўзбекфильм" студияси: "Осмондаги болалар". Бадий фильм.
00.05 "Ахборот-дайжест".



"ЁШЛАР" ТЕЛЕКАНАЛИ

16.55 Кўрсатувлар дастури.
17.00 "Давр" ҳафта ичида.
17.30 "Янги авлод" почтаси, Соғлом авлод.
18.10 Ёшлар овози.
18.30 Тафаккур ёлқичлари.
18.45 ТВ-афиша.
20.50 Мумтоз наволар.
18.55, 21.55 Иқлим.
19.00, 22.00 Давр.
19.25, 23.35 ТВ - анонс.
19.40 Ўқишга марҳамат!

СЕШАНБА 3

ЎЗБЕКИСТОН
ТЕЛЕВИДЕНИЕСИ

6.30 "Ассалом, Ўзбекистон!"
8.00-8.35 "Ахборот".
8.40 "23, 5 даражали бурчак остида". Хужжатли телесериал.
9.30 Болалар учун. "Саргузаштлар ороли".
10.00 ЯНГИЛИКЛАР.
10.05 "Севги тилсими". Телесериал.
"Маърифат" тележурнали:
11.10 1. "Куч - билим ва тафаккур".
2. "Мураббий".
3. "Дене билан юзлашиб".
4. "Қўшанотлар".
11.45 "Елгончилар қасри". Мультфильм.
12.00 ЯНГИЛИКЛАР.
12.05 "Остонаси тиллодан".
12.25 "Қувноқ шартлар".
13.00 "Бегона". Телесериал.
13.45 "Музыка ва театр".
14.00 ЯНГИЛИКЛАР.
14.15 Ал-Ҳаким ат-Термизий хотирасига бағишланган кураш бўйича VII халқаро турнир.
14.45 М. Хасанов. "Ерим кетаман дейди". Абдор Ҳидоят номидagi Ўзбек давлат драма театрининг спектакли.
16.00 Янгиликлар (инглиз тилида).
16.10 "Мулқдор".
16.35 "Покахонтас". Мультсериал.
17.00 "Ватанимга хизмат қиламан".
18.00 ЯНГИЛИКЛАР.
18.10 "Севги тилсими". Телесериал.

19.10 "Ўзлото" кундалиги ва рекламалар.
19.15 Оқшом эртақлари.
19.30 "Ахборот" (рус тилида).
19.55, 20.25, 21.00 ЭЪЛОНЛАР.
20.00 "Фарз ва қарз".
20.20 Жаҳон мумтоз мусикаси.
20.30 "Ахборот".
21.05 2005 йил - "Сиҳат-саломатлик йили". "Қўлингиз дард кўрмасин".
21.25 "Хониш". Мусикий дастур.
21.55 "Бегона". Телесериал.
22.55 "Тарих кўзгуси".
23.15 "Эдемага қайтиш". Телесериал.
23.50 "Ахборот-дайжест".
00.10-00.15 Ватан тимсоллари.
12.00 ЯНГИЛИКЛАР.
12.05 "Остонаси тиллодан".
12.25 "Қувноқ шартлар".
13.00 "Бегона". Телесериал.
13.45 "Музыка ва театр".
14.00 ЯНГИЛИКЛАР.
14.15 Ал-Ҳаким ат-Термизий хотирасига бағишланган кураш бўйича VII халқаро турнир.
14.45 М. Хасанов. "Ерим кетаман дейди". Абдор Ҳидоят номидagi Ўзбек давлат драма театрининг спектакли.
16.00 Янгиликлар (инглиз тилида).
16.10 "Мулқдор".
16.35 "Покахонтас". Мультсериал.
17.00 "Ватанимга хизмат қиламан".
18.00 ЯНГИЛИКЛАР.
18.10 "Севги тилсими". Телесериал.



"ЁШЛАР" ТЕЛЕКАНАЛИ

6.55 Кўрсатувлар дастури.
7.00 "Мунаввар тонг". Информацион-дам олиш дастури.
8.30 "Янги авлод" почтаси.
8.55 Олтин мерос.
8.55 Иқлим.
9.00, 13.00, 16.00 Давр.
9.25 "Муҳаббат моҳароси". Телесериал.
10.10 Катта танлаффус.
10.30 "Ғаройиб орол".
10.30 "Товус". Мультфильмлар.
10.50, 13.10, 16.10, 19.35, 22.35 ТВ - анонс.
11.00 "Экспедиция". Хужжатли сирлар.
11.50 Чемпион сирлари (рус тилида).

19.45 Ҳамкор-205.
19.55 Телевикторина.
20.00 Спорт-лото.
20.10 Мусикий лаҳзалар.
20.20 Сув-ҳаёт манбаи.
20.25, 21.05 Ёшлонлар.
20.30 "Муҳаббат моҳароси". Телесериал.
21.25 Олис манзиллар.
21.45 ТВ-адвокат.
21.50 Олтин мерос.
22.45 "Оқшом юлдузи". Дам олиш ва ахборот дастури.
23.45 "Ёшлар" телеканалида спорт дастури: Интерфутбол 0.35 - 0.40 Хайрли тун.



"ТОШКЕНТ" ТЕЛЕКАНАЛИ

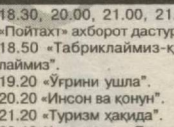
17.00 Кўрсатувлар тартиби.
17.10 ТТВда сирлар: "Ит уяси".
17.30 "Табриклаймиз-кутлаймиз".
17.50, 20.40 "Экспресс" телегазетаси.
18.10 "Мультчархпалак".
18.30, 20.00, 21.00, 21.40 "Пойтахт" ахборот дастури.
18.50 "Табриклаймиз-кутлаймиз".
19.20 ТТВда сирлар: "Ўғрини ушла".
20.20 "Ёшлар даврасида".
21.20 "Ҳамшаҳарлар".
22.00 Кинонигоҳ. "Ғаройиб бола".
23.25-23.30 Хайрли тун.



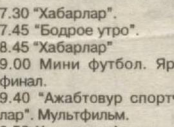
7.30 "Ҳабарлар".
7.45 "Бодро удро".
8.45 "Ҳабарлар".
9.00 Мультфильм.
9.10 Д. Кривоног "Йўлда ёзилмаган қайдлари".
9.30 "Ҳамма уйдалигиди".
10.10 "Ажабтовур спортчилар". Мультфильм.
10.30 Мини футбол. Ярим финал.
11.10 "Жонли дунё".
12.10 Хужжатли фильм.
12.40-15.10 "Само жангалари". Бадий фильм.
16.50 Кўрсатувлар тартиби.
16.55 "Ҳабарлар".
17.10 "Хорижий эстрада охангари". Концерт дастури.
20.00 "Время".
20.45 Премьера "Қақнус".
21.20 "Ҳабарлар".
21.35 "Спортимиз маликалари".
21.50 Олтин мерос.
22.20 "Футбол плюс".
22.50 "Проф-РИНГ".



16.55 - гача профилактика ишлари
16.55 - Ойроғиёни
17.00 - "Зарубежные клипы"



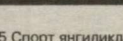
18.30, 20.00, 21.00, 21.50 "Пойтахт" ахборот дастури.
18.50 "Табриклаймиз-кутлаймиз".
19.20 "Ўғрини ушла".
20.20 "Инсон ва қонун".
21.20 "Турим ҳақида".
22.10 Кинонигоҳ. "Буч кесиди ва Санденс Кид".



7.30 "Ҳабарлар".
7.45 "Бодро удро".
8.45 "Ҳабарлар".
9.00 Мини футбол. Ярим финал.
9.40 "Ажабтовур спортчилар". Мультфильм.
9.50 Хужжатли фильм.
10.30 Дисней клуб.
11.00 "Янгиликлар".
11.20-13.00 "Тириклар ва ўликлар". Бадий фильм. 1-қисм.
16.55 Кўрсатувлар тартиби.
17.00 "Ҳабарлар".
17.15 Мультфильм.
17.25 "Спорт - менинг ҳаётим".
17.40 "Клон". Сериал.
18.50 "Ўзбектефилм" намоиш этади: Навоний - спортчилар маскани".
19.20 Олтин мерос.
19.50 "Спорт клуб".
20.00 "Время".
20.30 Премьера "Қақнус".
21.05 "Ҳабарлар".
21.20 "Футбол шарҳи".
21.40 Профессионал баскетбол.
22.40 Жаҳон спорт: Теннис.
23.40 Футбол. Чемпионлар лигаси. Ярим финал.
"Ливерпуль" - "Челси".

"ТОШКЕНТ" ТЕЛЕКАНАЛИ

17.10 "Ит уяси".
17.30 "Табриклаймиз-кутлаймиз".
17.50, 20.40 "Экспресс" телегазетаси.
18.10 "Мусикий меҳмонхона".



"ЁШЛАР" ТЕЛЕКАНАЛИ

20.00 "Ўзема-юз".
20.15 Жаҳон мумтоз мусикаси.
20.30 "Ахборот".
21.05 "Оддий ҳақиқатлар".
21.40 "Бегона". Телесериал.
22.40 "Қўнғил таронаси".
23.00 "Эдемага қайтиш". Телесериал.
23.35 "Ахборот-дайжест".



"ТОШКЕНТ" ТЕЛЕКАНАЛИ

6.55 Кўрсатувлар дастури.
7.00 "Мунаввар тонг".
8.30 "Янги авлод" студияси: Дунё ва болалар.
8.50 Олтин мерос.
8.55 Иқлим.
9.00, 13.00, 16.00 Давр.
9.25 "Муҳаббат моҳароси". Телесериал.
10.10 "Давр" - репортаж.
10.20 Ёшлар овози.
10.40 "Эҳ, айқай". Мультфильм.

17.25 - "Теле-хамкор".
17.45 - "Детский час".
18.10 - "Музыкальная пауза".
18.45 - "Бедная Настя", сериал.
19.45 - "Ошикона", мусикий дастури.
20.30 - "Кичинтойлар оламини", детская передача.
21.00 - "Теле-хамкор".
21.20 - "Музыкальная пауза".
22.20 - "Киновечер на 30-м". "Умники", комедия.



5.00 Новости
5.10 "Век открытый". Документальный фильм.
5.40 Владимир Гостюхин. Любовь Виролайнен в фильме "Возьми твою боль".
7.20 Армейский магазин.
7.50 Дисней-клуб: "Команда Гурфи".
8.10 "В мире животных" с Николаем Дроздовым.
9.00 Новости.
9.10 "Непутевые заметки" с Дм. Крыловым.
9.30 Пока все дома.
10.10 Дог-шоу.
11.00 Новости (с субтитрами).
11.10 Живой мир. "Гладиаторы Рима".
12.10 "Статский советник: следите за игрой".
12.40 Фильм "Звездные войны: возвращение Джедая".
15.10 - "КВН - 2005". Премьер - лига. Первая игра.
17.00 Вечерние новости (с

субтитрами).
17.10 Мелодии и ритмы зарубежной эстрады по-русски.
20.00 Время. Информационно-аналитическая программа.
20.45 Наша премьера. Павел Майков в приключенческом фильме "Взрыв на рассвете" (2004 год).
22.20 От создателей "Мумии". Боевик "Подъем с глубины".
0.20 Бокс. Бой сильнейших профессионалов мира. Марат Мазимбаев - Джильберто Кеб Бааса.
1.10 Суперчеловек. "Человеческое тело. Битва за молодость". Фильм 6-й.
2.10 Сериал "Секретные материалы" ("X-Files").
3.50 Сериал "Медицинская академия".



3.15 Наталья Гундарева, Борислав Брондуков и Евгений Киндинов в фильме "Вас ожидает гражданка Никанорова". 1978г.
4.40 "Военная программа" Александра Сладкова.
5.00 ВЕСТИ.
5.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-МОСКВА.
5.20 "Студия "Здоровье".
5.50 Всероссийская лотерея "ТВ Бинго шоу".
6.05 "ХА". Маленькие комедии.
6.15 Ирина Муравьева, Татьяна Васильева, Александр

Ширвиндт, Леонид Куравлев, Михаил Кокшенов и Александр Абдулов в комедии "Самая богатейшая и привлекательная". 1985г.
8.00 ВЕСТИ.
8.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-МОСКВА.
8.20 "Городок". Дайджест. Развлекательная программа.
8.50 "Сам себе режиссер".
9.40 "Карлик Нос". Мультфильм. 2003г.
11.00 ВЕСТИ.
11.20 Игорь Петренко и Юрий Кузнецов в комедии "Именины". 2004г.
13.20 ПРЕМЬЕРА. Наташа Королева, Лариса Долина, Юлия Началова и Николай Цискаридзе в бенефисе Лолиты.
15.05 ПРЕМЬЕРА. "Место встречи" с Лионом Измайловым.
17.00 ВЕСТИ.
17.15 ПРЕМЬЕРА. Программа Дмитрия Диброва "Я готов на все!".
18.20 МИРОВОЕ КИНО. ПРЕМИИ "ОСКАР" И "ЗОЛОТОЙ ГЛОБУС". Расселл Кроу, Хоакин Феникс и Ричард Харрис в фильме Ридли Скотта "Гладиатор" (США). 2000г.
21.15 ПРЕМЬЕРА. Кристофер Ламберт и Настасья Кински в триллере "Точная копия" (Франция). 2004г.
23.10 СЕРИАЛ ДЛЯ ПОЛУНОЧНИКОВ. Детектив "Прочная сеть" (США).
0.00 Канал «Евроньюс» на русском языке

ева, Валерий Золотухин, Ирина Розанова и Евдокия Германова в мелодраме "Спас под березами".
9.50 "Что хочет женщина".
10.45 "Евроньюс".
10.45 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ ЧАСТЬ.
11.00 ВЕСТИ.
11.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-МОСКВА.
11.30 Кристофер Ламберт и Настасья Кински в триллере "Точная копия" (Франция). 2004г.
13.25 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ ЧАСТЬ.
13.40 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-МОСКВА.
14.00 ВЕСТИ.
14.10 "Кулагин и партнеры".
14.45 Степан Старчиков, Ирина Сепетова, Надежда Бахтина и Денис Матросов в телесериале "Кармелита".
15.45 Валентина Талызина, Амалия Гольдманская, Алексей Булдаков, Эммануил Виторган, Валентин Смирнитский и Борис Невзоров в телесериале "Исцеление любовью".
16.45 ВЕСТИ.
17.00 ВЕСТИ.
17.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
17.50 "Спокойной ночи, малыши!".
17.55 Сергей Бурунов в телесериале "Эшелон".
19.50 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ ЧАСТЬ.
20.00 "ВЕСТИ+".
20.20 "Дежурный по стране".
20.40 Михаил Жванецкий.
21.15 "Синематика".
21.45 "Дорожный патруль".
22.05 Джордж Кеннеди в фильме "Аэропорт - 75".
23.45 Канал «Евроньюс» 1.45 ВЕСТИ.



2.00 "Доброе утро, Россия!".
5.05 Ричард Харрис в фильме Ридли Скотта "Гладиатор" (США). 2000г.
7.50 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ ЧАСТЬ.
8.00 ВЕСТИ.
8.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-МОСКВА.
8.50 Юрий Беляев, Георгий Тараторкин, Ирина Муравьева.

ЧОРШАНБА 4

ЎЗБЕКИСТОН
ТЕЛЕВИДЕНИЕСИ

6.30 "Ассалом, Ўзбекистон!"
8.00-8.35 "Ахборот".
8.35 "23, 5 даражали бурчак остида". Хужжатли телесериал.
9.25 "Дастурхон атрофида".
9.40 "Ўзбекистон дурдоналари".
10.00 ЯНГИЛИКЛАР.
10.05 "Севги тилсими". Телесериал.
"Хидоят сари".
11.10 1. "Нигон".
2. "Табаррук кадамжолар".
3. "Меҳр ёдуси".
11.45 "Асарли бўлган экан". Мультфильм.
12.00 ЯНГИЛИКЛАР.
12.05 "Ғап чикди" почтаси.

дан.
12.25 Спорт янгиликлари.
12.45 "Бегона". Телесериал.
13.30 "Санъатга бахшида умр".
14.00 ЯНГИЛИКЛАР.
14.15 "Фарз ва қарз".
14.35 "Оталар сўзи - ақлнинг кўзи".
15.35 "Рангин дунё".
16.00 "Ғона оилада".
16.30 Опералардан ариялар.
"Болалар сайёраси".
16.50 1. "Соғлом танда - соғ ақл".
2. "Қизқарлик учрашувлар".
17.25 "Покахонтас". Мультсериал.
18.00 ЯНГИЛИКЛАР.
18.10 "Севги тилсими". Телесериал.
19.05 "Ўзлото". Телелотерея.
19.15 Оқшом эртақлари.
19.30 "Ахборот" (рус тилида).
19.55, 20.25, 21.00 ЭЪЛОНЛАР.



"ТОШКЕНТ" ТЕЛЕКАНАЛИ

6.55 Кўрсатувлар дастури.
7.00 "Мунаввар тонг".
8.30 "Янги авлод" студияси: Дунё ва болалар.
8.50 Олтин мерос.
8.55 Иқлим.
9.00, 13.00, 16.00 Давр.
9.25 "Муҳаббат моҳароси". Телесериал.
10.10 "Давр" - репортаж.
10.20 Ёшлар овози.
10.40 "Эҳ, айқай". Мультфильм.

фильм.
10.50, 13.10, 16.10, 22.35 ТВ - анонс.
11.00 "Экспедиция". Хужжатли сирлар.
11.50 Ёйбек. "Навоний".
12.10 Қўли гул уста.
12.30 Ёшлар овози.
12.50 Мусикий лаҳзалар.
13.15 "Даллас". Телесериал.
14.00 "Қўриқлидаги саргузаштлар". Мультфильм.
14.25 Меҳр кўзда.
14.45 "Ўғай она". Бадий фильм.
16.20 Кўрсатувлар дастури.
16.25 "Янги авлод" студияси: Оқбаулар.
16.45 "Қошча ва Компьюш". Мультфильм.
17.05 2005 - сиҳат-саломатлик йили. Йўлдан адашма.
17.30 Тенгдошлар.
17.50 Телевикторина.
17.55 Ёшлар овози.
18.15 Автопатруль.

18.35 Каталог.
18.45 ТВ-афиша.
18.50 Мумтоз наволар.
18.55, 21.55 Иқлим.
19.00, 22.00 Давр.
19.35 Ўқишга марҳамат!
19.40 Сийрат.
20.00 Спорт-лото.
20.10 Мусикий лаҳза.
20.15 Озод юрт фарзандлари.
20.35, 21.25 Ёшлонлар.
20.40 "Муҳаббат моҳароси".
21.30 Ҳаёт давом этади.
21.50 Олтин мерос.
22.45 "Ҳақиқат чегараси". Сериал.
23.10 Ринг кироллари.



"ТОШКЕНТ" ТЕЛЕКАНАЛИ
17.00 Кўрсатувлар тартиби.
17.10 "Ит уяси".
17.30 "Табриклаймиз, кутлаймиз".
17.50, 20.40 "Экспресс" телегазетаси.

18.10 Болажонлар экрани.
18.30, 20.00, 21.00, 21.55 "Пойтахт" ахборот дастури.
18.50 "Табриклаймиз-кутлаймиз".
19.20 "Ўғрини ушла".
20.20 "Эл хизматиди".
21.20 "Равнак" студияси намоиш этади".
21.35 "Аёл қалби".
22.15 "Солиқ ва биз".
22.30 Кинонигоҳ: "Катта".



7.30 "Ҳабарлар".
7.45 "Бодро удро".
8.45 "Ҳабарлар" (Рус тилида).
9.00 Мини футбол. Финал.
9.40 "Ажабтовур спортчилар". Мультфильм.

9.50 Кикбоксинг.
10.30 Дисней клуб.
11.00 Янгиликлар.
11.20-13.10 "Тириклар ва ўликлар". Бадий фильм. 2-қисм.
"SPORT". ТЕЛЕКАНАЛИ.
16.55 Кўрсатувлар тартиби.
17.00 "Ҳабарлар".
17.15 Мультфильм.
17.25 "Болалар спорт".
17.40 "Клон". Сериал.
18.50 "Қўли бешлик".
19.30 Олтин мерос.
20.00 "Время".
20.30 "Қақнус". Сериал.
21.05 "Ҳабарлар".
21.20 "Майдон ортидаги одам".
21.40 Кураш. Ал-Ҳаким ат-Термизий хотира турнири.
23.10 "Баҳодирлар ўйини".
23.40 Футбол. Чемпионлар лигаси. Ярим финал.
"ПСВ Эйндховен" - "Милан".

12.05 - "Теле-хамкор"
12.25 - "Детский час"
12.50 - "Бедная Настя",
14.00 - Х/ф "Ворошиловский стрелок", мелодрама
15.40 - "Хикоя"
16.25 - Документальный
сериал
17.25 - "Теле-хамкор"
17.45 - "Детский час"
18.10 - "Музыкальная пауза"
18.45 - "Бедная Настя",
сериал
19.45 - "Ошикона", мусикий
дастури
20.30 - "Кичинтойлар ола-
ми", детская передача

21.00 - "Теле-хамкор"
21.20 - "Музыкальная пауза"
22.20 - "Киновечер на "30-
м": "Нескучная жизнь",
комедия

фильме «Живые и мертвые».
2-я часть
13.10 «Гении и злодеи».
Ольга Берггольц
13.30 «Угадай мелодию» с
Валдисом Пельшем
14.00 Новости
14.20 Детективный сериал
«На углу у Патриарших»
15.20 «Пять вечеров»
16.30 Криминальная Россия.
«Крысоловы». 1-я серия
17.00 Вечерние новости
17.10 Криминальная Россия.
«Крысоловы». 2-я серия
17.40 Сериал «Клон»
18.50 Сергей Гармаш, Вик-
тория Толстоногова в остро-
 сюжетном фильме «На безы-
 мянной высоте». 2-я серия
(2004 год)

20.00 Время
20.30 Марина Александрова,
Александр Домогаров в
многосерийном фильме
«Звезда эпохи»
21.40 Лубанка. «Операция
«Березино»»
22.30 Ночное «Время»
22.50 Крылья. «Воздушные
амазонки»
23.20 Теория невероятности.
«Привидения»
0.00 Правдивая ложь в ко-
 медийном боевике «Тоталь-
 ная слежка»
2.00 Новости
2.05 Рассел Кроу в фильме
«Гладиаторы льда»
4.00 Новости
4.05 Сериал «Медицинская
академия»

2:00 «Доброе утро, Россия!»
5:45 Сергей Бурунов в те-
 лесериале «Эшелон».
7:45 ВЕСТИ.
8:00 ВЕСТИ.
8:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
8:50 Евдокия Германова в
 мелодраме «Спас под бере-
 зами».
9:50 «Что хочет женщина».
Ток-шоу Елены Яковлевой.
10:45 ВЕСТИ.
11:00 ВЕСТИ.
11:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
11:30 «Частная жизнь». Ток-
 шоу с Владимиром Молча-
 новым и Ликой Кремер.
12:30 «Я убил под Вязьмой.
Народное ополчение».

13:30 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ
ЧАСТЬ.
13:40 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-МОСКВА.
14:00 ВЕСТИ.
14:10 «Кулагин и партнеры».
14:45 Денис Матросов в те-
 лесериале «Кармелита».
15:45 Валентина Талызина,
Амалия Гольдманская, Алексей
Буддаков, Эммануил Витор-
 ган, Валентин Смирнитский
и Борис Невзоров в телесе-
 риале «Исцеление любовью».
16:45 ВЕСТИ.
17:00 ВЕСТИ.
17:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
17:50 «Спокойной ночи, ма-
 лыши».
17:55 Андрей Егоров, Ольга
Погодина и Сергей Бурунов

в телесериале «Эшелон».
19:50 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ
ЧАСТЬ.
20:00 «ВЕСТИ»+.
20:20 К 60-ЛЕТИЮ ПОБЕДЫ.
ПРЕМЬЕРА. «Четыре солдат-
 ские медали». Фильм 1-й.
21:15 ВЕЧЕРНИЙ СЕАНС.
Евгений Леонидов-Гладышев,
Семен Фарада, Сергей Жи-
 гунов и Игорь Дмитриев в
 детективе «Алмазы шаха».
1992г.
23:35 «Дорожный патруль».
23:55 СЕРИАЛ ДЛЯ ПОЛУ-
 НОЧНИКОВ. «Закон и по-
 рядок. Специальный кор-
 пус» (США).
0:40 «Ангелы Чарли». Телесериал (США).
1:30 Канал «Евроньюс»

ПАЙШАНБА 5

ЎЗБЕКИСТОН
ТЕЛЕВИДИЕНИЕСИ

6.30 "Ассалом, Ўзбекистон!"
8.00-8.35 "Ахборот".
8.40 "Жилванламган Афри-
 ка". Хужжатли телесери-
 ал.
"Болалар сайёраси":
9.05 1. "Соғлом танда - соғ
 ақл".
2. "Кизиқарли учрашув-
 лар".
9.40 "Ўзбектеlevision" на-
 мойиши: "Камалиддин Бе-
 хзода".
10.00 ЯНГИЛИКЛАР.
10.05 "Севги тилсими". Те-
 лесериал.
"Хидоят сари":
11.10 1. "Шарқ тилсимоти".
2. "Мўйизга".
3. "Дин ва ижтимоий тарак-
 кият".
4. "Ақл ва идрок".
11.50 "Уч оғайни". Мульт-
 фильм.
12.00 ЯНГИЛИКЛАР.
12.05 "Оддий ҳақиқатлар".
12.45 "Бегона". Телесери-
 ал.
13.30 Эстрада концерти.
14.00 ЯНГИЛИКЛАР.
14.15 "Кишлоқ ҳаёти".
14.35 "Ўзбекистон" тақдим
 этади: "Мўғулчан бузрук".
14.50 "Сардор". Телевизи-
 он бадий фильм. 1-2-
 қисмлар.
16.00 Янгиликлар (инглиз
 тилида)
16.10 "Дўстлик" студияси:
"Дурдаршан".
"Болалар сайёраси":

16.30 1. "Санъат гунчалари".
2. "Цирк, цирк, цирк".
17.15 "Покахонтас". Мульт-
 сериал.
17.40 "Сибаст оламида".
18.00 ЯНГИЛИКЛАР.
18.10 "Севги тилсими".
Телесериал.
19.10 "Ўзлото кундалиги"
 ва рекламалар.
19.15 Оқшом эртақлари.
19.30 "Ахборот" (рус тили-
 да)
19.55, 20.25, 21.00
ЭЪЛОНЛАР.
20.00 "Она сайёра".
20.20 Жаҳон муомтоз муси-
 қаси.
20.30 "Ахборот".
21.05 "Парламент соати".
21.25 "Навоий гушани".
Бадий-мусикий дастури.
21.50 "Бегона". Телесери-
 ал.
22.50 "Оханлар оғушида".
23.00 "Эдемга қайтиш".
Телесериал.
23.35 "Ахборот-дайжест".

«ЕШЛАР» ТЕЛЕКАНАЛИ
6.55 Қўрсатувлар дастури.
7.00 «Мунаввар тонг».
8.30 «Янги авлод» студияси:
Оқ кабулар.
8.50 Олтин мерос.
8.55 Иқлим.
9.00, 13.00, 16.00 Давр.
9.25 «Муҳаббат моҳориси».
10.10 Тенгдошлар.
10.30 Тафаккур ёлқинлари.
10.45, 13.10, 16.10, 19.35,
22.35 ТВ - анонс.
10.55 «Учинчи сайёра» ма-
 териал дастури.
17.10 ТТВда сериал: «Ит
 уяси».

«ТОШКЕНТ» ТЕЛЕКАНАЛИ
17.00 Қўрсатувлар тартиби.
17.10 ТТВда сериал: «Ит
 уяси».

7.30 "Хабарлар".
7.45 "Бодроное утро".
8.45 "Хабарлар".
9.00 "Футбол ишқибози".
Болалар учун фильм.
10.30 Бокс. "Нокаут".
11.00 "Равнак" студияси на-
 мойиш этади.
11.15-11.50 "Жаҳон футбол".
16.55 Қўрсатувлар тартиби.
17.00 Футбол. "Пахтакор" -
 "Металлург". Тўғридан -
 тўғри олимп қўрсатилади. Та-
 наффудда "Хабарлар" (Рус
 тилида)
18.50 Спорт-клуб: "Белида
 белбоғи бор".
19.10 "Қули бешлик".
20.00 "Время".
«SPORT» ТЕЛЕКАНАЛИ.
20.30 "Кактус". Сериал.
21.05 "Хабарлар".
21.20 "Спорт - менинг
 ҳаётим".
21.35 Кураш. Ал-Хаким ат-
 Термизий хотира турнири
 аяқлари.
22.15 "Еврофутбол".

7.30 "Хабарлар".
7.45 "Бодроное утро".
8.45 "Хабарлар".
9.00 "Ахборотур спортчи-
 лар". Мультфильм.
9.20 "Клон". Сериал.
10.30 "Дисней-клуб".
11.00 "Янгиликлар".
11.20 "Омадлик" "Чўртан" ко-
 мандирини. Бадий фильм.
13.10-13.30 Хужжатли
 фильм.
«SPORT» ТЕЛЕКАНАЛИ.
16.55 Қўрсатувлар тартиби.
17.00 "Хабарлар".
17.15 Мультфильм.
17.30 "Болалар спорти".
17.50 "Жазоловчилар". Ба-
 дий фильм.
«SPORT» ТЕЛЕКАНАЛИ.
18.50 "Дадиллик учун со-
 врин".
19.10 "Спорт клуб". Ринг.
19.40 "Заҳирадаги спорт-
 чи".
20.00 "Время".
«SPORT» ТЕЛЕКАНАЛИ.
20.25 "Кактус". Сериал.
21.00 "Хабарлар".
21.15 Жаҳон спорти: "Снук-
 кер".
22.10 "Табият қулири". Ки-
 нокомедия.

12.00 - Открытие програм-
 мы
12.05 - "Теле-хамкор"
12.25 - "Детский час"
12.50 - "Бедная Настя",
сериал
14.00 - Художественный
фильм, "Нескучная жизнь",
комедия
15.40 - "Аёллар орузи",
передача для женщин
16.25 - Документальный
сериал
17.25 - "Теле-хамкор"
17.45 - "Детский час"
18.10 - "Музыкальная пауза"
18.45 - "Аёллар орузи",
передача для женщин
19.15 - Звёзды ринга на
"30-м": Лучшие поединки
звёзд профессионального
и любительского бокса
19.45 - "Ошикона", мусикий
дастури
20.30 - "Кичинтойлар ола-
ми", детская передача
21.00 - "Теле-хамкор"
21.20 - "Музыкальная пауза"
22.20 - Х/ф "Кулак ярос-
ти", остро сюжетный фильм

сериал
14.00 - Художественный
фильм, "Одержимый", ме-
 лодрама
15.40 - "Ошикона", мусикий
дастури
16.25 - Документальный се-
 риал
17.25 - "Теле-хамкор"
17.45 - "Детский час"
18.10 - "Музыкальная пауза"
18.45 - "Аёллар орузи",
передача для женщин
19.15 - Звёзды ринга на
"30-м": Лучшие поединки
звёзд профессионального
и любительского бокса
19.45 - "Ошикона", мусикий
дастури
20.30 - "Кичинтойлар ола-
ми", детская передача
21.00 - "Теле-хамкор"
21.20 - "Музыкальная пауза"
22.20 - Х/ф "Кулак ярос-
ти", остро сюжетный фильм

5.00 «Доброе утро»
8.00 Новости
8.05 «Звезда эпохи». Мно-
 госерийный фильм. Заклю-
 чительная серия
9.20 Сериал «Клон»
10.30 Дисней-клуб: «Ведьма»
11.00 Новости
11.20 Донатас Банионис в
приключенческом фильме
«Командир счастливый»
«Шуш»
13.10 Победители. «Сталь-
 ный удар». Документальный
фильм
13.30 «Угадай мелодию» с
Валдисом Пельшем
14.00 Новости
14.20 60 фильмов о войне.

Леонид Куравлев, Вячеслав
Невинный, Глеб Стриженов в
фильме «Третий тайм»
16.00 «Пять вечеров». Бене-
 фис Льва Лещенко
17.00 Вечерние новости
17.20 «Пять вечеров». Бене-
 фис Льва Лещенко. Продол-
 жение
17.50 Премьера. Фильм Свет-
 ланы Сорокиной «Каратели»
18.50 Сергей Гармаш, Вик-
 тория Толстоногова в остро-
 сюжетном фильме «На безы-
 мянной высоте». 4-я серия.
Заключительная (2004 год)
20.00 Время
20.25 Очень смешные люди
22.10 Сандра Баллок, Бен
Эффлек в романтической
комедии «Силы природы»
0.10 Жерар Депардье в ко-
 медии «Мой папа - герой»
1.50 Спаси сборную в
триллере «Английский тре-
 нер»
3.30 Сериал «Медицинская
академия»

2:00 «Доброе утро, Россия!»
5:45 К 60-ЛЕТИЮ ПОБЕДЫ.
Андрей Егоров, Ольга Пого-
 дина и Сергей Бурунов в
телесериале «Эшелон».
7:45 ВЕСТИ.
8:00 ВЕСТИ.
8:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
8:50 Евдокия Германова в
мелодраме «Спас под бере-
 зами».
9:50 «Что хочет женщина».
Ток-шоу Елены Яковлевой.
10:45 ВЕСТИ.
11:00 ВЕСТИ.
11:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
11:30 «Частная жизнь». Ток-
 шоу с Владимиром Молча-
 новым и Ликой Кремер.
12:30 К 60-ЛЕТИЮ ПОБЕДЫ.
ПРЕМЬЕРА. «Нюрнберг. По-
 следняя схватка».
13:30 ВЕСТИ.ДЕЖУРНАЯ
ЧАСТЬ.
13:40 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-МОСКВА.
14:00 ВЕСТИ.
14:10 «Кулагин и партнеры».
14:45 Степан Старчиков,
Ирина Сенотова, Надежда
Бактина и Денис Матросов
в телесериале «Кармелита».
15:45 Валентина Талызина,
Амалия Гольдманская, Алексей
Буддаков, Эммануил Витор-
 ган, Валентин Смирнитский
и Борис Невзоров в телесе-
 риале «Исцеление любовью».
16:45 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ
ЧАСТЬ.
17:00 ВЕСТИ.
17:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-МОСКВА.
17:50 «Спокойной ночи, ма-
 лыши».
17:55 РУССКАЯ СЕРИЯ. К
60-ЛЕТИЮ ПОБЕДЫ. ПРЕ-
 МЬЕРА. Андрей Егоров, Оль-
 га Погодина и Сергей Буру-
 нов в телесериале «Эшелон».
19:50 ПРЕМЬЕРА. Дастин
Хоффман, Энди Гарсия и
Эдвард Бернс в остро сюжет-
 ном фильме «Афера» (США
 - Канада). 2003г.
21:45 ПРЕМЬЕРА. Эмману-
 эль Беар в фильме «Заблуд-
 шие» (Франция - Великобрита-
 ния). 2003г.
23:50 «Дорожный патруль».
0:00 СЕРИАЛ ДЛЯ ПОЛУ-
 НОЧНИКОВ. «Закон и по-
 рядок. Специальный кор-
 пус» (США).
0:50 «Ангелы Чарли». Телесериал (США).
1:40 Канал «Евроньюс» на
 русском языке

шосу с Владимиром Молча-
 новым и Ликой Кремер.
12:30 К 60-ЛЕТИЮ ПОБЕДЫ.
ПРЕМЬЕРА. «Нюрнберг. По-
 следняя схватка».
13:30 ВЕСТИ.ДЕЖУРНАЯ
ЧАСТЬ.
13:40 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-МОСКВА.
14:00 ВЕСТИ.
14:10 «Кулагин и партнеры».
14:45 Степан Старчиков,
Ирина Сенотова, Надежда
Бактина и Денис Матросов
в телесериале «Кармелита».
15:45 Валентина Талызина,
Амалия Гольдманская, Алексей
Буддаков, Эммануил Витор-
 ган, Валентин Смирнитский
и Борис Невзоров в телесе-
 риале «Исцеление любовью».
16:45 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ
ЧАСТЬ.
17:00 ВЕСТИ.
17:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-МОСКВА.
17:50 «Спокойной ночи, ма-
 лыши».
17:55 РУССКАЯ СЕРИЯ. К
60-ЛЕТИЮ ПОБЕДЫ. ПРЕ-
 МЬЕРА. Андрей Егоров, Оль-
 га Погодина и Сергей Буру-
 нов в телесериале «Эшелон».
19:50 ПРЕМЬЕРА. Дастин
Хоффман, Энди Гарсия и
Эдвард Бернс в остро сюжет-
 ном фильме «Афера» (США
 - Канада). 2003г.
21:45 ПРЕМЬЕРА. Эмману-
 эль Беар в фильме «Заблуд-
 шие» (Франция - Великобрита-
 ния). 2003г.
23:50 «Дорожный патруль».
0:00 СЕРИАЛ ДЛЯ ПОЛУ-
 НОЧНИКОВ. «Закон и по-
 рядок. Специальный кор-
 пус» (США).
0:50 «Ангелы Чарли». Телесериал (США).
1:40 Канал «Евроньюс» на
 русском языке

ЖУМА 6

ЎЗБЕКИСТОН
ТЕЛЕВИДИЕНИЕСИ

6.30 "Ассалом, Ўзбекистон!"
8.00-8.35 "Ахборот".
8.40 "Жилванламган Афри-
 ка". Хужжатли телесери-
 ал.
"Болалар сайёраси":
9.05 1. "Санъат гунчалари".
2. "Цирк, цирк, цирк".
9.45 "Ўзбектеlevision" на-
 мойиши: "Жалолддин Ман-
 губерди".
10.00 ЯНГИЛИКЛАР.
10.05 "Севги тилсими". Те-
 лесериал.
11.10 "Сибаст оламида".
11.30 "Олтин бешик".
12.00 ЯНГИЛИКЛАР.
12.05 "Дўстлик" студияси: 1.
"В доброй хате". 2. "Умид".
12.45 "Бегона". Телесериал.
13.30 "Анъаналар этади да-
 мов". Мусикий дастури.
14.00 ЯНГИЛИКЛАР.
14.15 "Она сайёра".
14.35 "Навоий гушани". Ба-
 дий-мусикий дастури.
15.00 "Сардор". Телевизи-
 он бадий фильм. 3-4 қисмлар.
16.10 "Тафсилот".
"Болалар сайёраси":
16.30 "Ўйла, Ўйла, Топ!" Те-
 лемусобака.
17.15 2005 йил - "Сихат-са-
 ломатлик йили". "Соғлигинг
 ўз қўлида".
17.35 "Покахонтас". Мультсе-
 риал.
18.00 ЯНГИЛИКЛАР.
18.10 "Хаёт ва қонун" теле-
 журинали:
18.50 "Зиё" студияси намо-
 иш этади: "Эътикод муста-
 камлиги йўлида".

19.10 "Ўзлото кундалиги" ва
 рекламалар.
19.15 Оқшом эртақлари.
19.30 "Ахборот" (рус тили-
 да)
19.55, 20.25, 21.00
ЭЪЛОНЛАР.
20.00 "Дастурхон атрофи-
 да".
20.20 Жаҳон муомтоз муси-
 қаси.
20.30 "Ахборот".
21.05 "Парламент соати".
21.45 "Айтишув". Мусикий
дастури.
22.15 "Ширин орузлар". Ба-
 дий фильм.
23.55 "Ахборот-дайжест".
00.15-00.20 Ватан тиссол-
 лари.

«ЕШЛАР» ТЕЛЕКАНАЛИ
7.00 «Мунаввар тонг».
8.30 Ёш ўғирма.
8.55 Иқлим.
9.00, 13.00, 16.00 Давр.
9.25 «Муҳаббат моҳориси».
10.10 Узинимзнки.
10.20 2005 - сихат-саломат-
 лик йили. Болажон.
10.35 «Ўзбектеlevision» на-
 мойиши: "Туг сайли".
10.50 Тақдир.
11.10, 13.10, 16.10, 19.35,
22.35 ТВ - анонс.
11.20 «Экспедиция». Хуж-
 жатли сериал.
12.10 Мезон.
12.30 Ёшлар овози.
12.50 Мусикий лаҳзалар.
13.15 «Даллас». Телесериал.
14.00 «Қиролликдаги саргу-
 зашлар». Мультсериал.
14.25 Саломат бўлинг.
14.45 «Ошиқ бўёқчи ҳақида
 эртақ». Бадий фильм.
16.20 Қўрсатувлар дастури.

16.25 «Янги авлод» студия-
 си: У ким? Бу нима?
16.50 Фарзандим - жигар-
 бандим.
17.30 Аскар мактублари.
17.50 Телевикторина.
17.55 Кишлоқдаги тенгдо-
 шим.
18.15 «069»: дорихона хиз-
 мати.
18.25 Хотира ва кадрлаш
қуни олдидан. «Умр бобони».
18.45 ТВ-афиша.
18.50 Мумтоз наволар.
18.55, 21.55 Иқлим.
19.00, 22.00 Давр.
19.40 Ўқишга марҳамат!
19.45 Солиқ хизмати хабар-
 лари.
19.55 Мусикий лаҳза.
20.00 Спорт-лото.
20.10 Азизим.
20.50, 21.40 Ўзлонлар.
20.55 «Муҳаббат моҳориси».
21.45 ТВ - адвокат.
21.50 Олтин мерос.
22.45 Кинотақдим.
23.05 «Ҳақиқат чегараси».
23.30 Интерфутбол.

«ТОШКЕНТ» ТЕЛЕКАНАЛИ
17.00 Қўрсатувлар тартиби.
17.10 ТТВда сериал: «Ит
 уяси».

ШАНБА 7

ЎЗБЕКИСТОН
ТЕЛЕВИДИЕНИСИ

6.30 «Ассалом, Ўзбекистон!»
8.00-8.35 «Ахборот».
8.35 «Жилваганимаган Африка».
Хужжатли телесериал.
9.00 «Санъат дўстлигига чорлайди». Мусикий дастур.
«Болалар сайёраси»:
9.20 «Уйла, Изла, Топ!» Телему-
собака.
10.00 «Зиё» студияси намоиш
этиди: «Этикод мустақамлиги
йўлида».
10.20 «Бу турфа олам». Илмий-
оммабоп фильм.
11.10 2005 йил - «Сиҳат-сало-
матлик йили». «Соғлиғинг ўз
қўлида».
11.30 «Ўзбектелефильм» на-
моиши: «Она замин неъматла-
ри».
11.40 «Экран хандаси».
12.05 «Дўстлик» студияси: 1.
«Айчирек». 2. «Чинсан».
12.50 «Агар Сиз».
13.15 «Сехрли чирок». Мульт-
фильм.
14.40 «Хониш». Мусикий дас-
тур.
15.10 «Сардор». Телевизион
бадий фильм. 5-қисм.
16.00 Янгилар (инглиз тили-
да)
16.10 «Диёр оҳанглари». Бадий-
хаваскорлик жамоалари-
нинг телефестивали.
16.45 «Табият шифохонаси».
17.00 «Покахонтас». Мультсе-
риал.
17.25 «Интеллектуал ринг».
18.05 «Севги тилсими». Теле-
сериал.
19.05 «Ўзлото». Телелотерея.
19.15 Оқшом эртаклари.
19.30 «Ахборот» (рус тилида)
19.55, 20.25, 21.00 ЭЪЛОН-
ЛАР.
20.00 «Она сайёра».
20.30 «Ахборот».
21.05 «Келин-куёв». Телешоу.
«Тунги ёғду». Дам олиш дас-
тури.
21.55 «КиноТеатр».
22.15 «Мунис онам». Бадий
фильм.
23.55 «Ахборот-дайжест».
00.15-00.20 Ватан тимсоллари.

«ЕШЛАР» ТЕЛЕКАНАЛИ

6.55 Кўрсатувлар дастури.
7.00 «Мунаввар тонг». Инфор-
мацион-дам олиш дастури.
8.30 «Янги авлод» студияси: У
ким? Бу нима?
8.50 Олтин мерос.
8.55 Иқлим.
9.00 Давр.
9.25 «Мухаббат моҳароси». Теле-
сериал.
10.10 «069»: дорихона хизма-
ти.
10.20 Оҳанрабо.
11.00 Солиқ хизмати хабарла-
ри.
11.10, 15.05, 22.35 ТВ-анонс.
11.20 Таббат оламида.
11.45 «Маҳобҳорат». Телесери-
ал.
12.30 Фарзандим - жигарбан-
дим.
13.10 Соғлиғимиз - бойлиги-
ми. Фототалон.
13.15 Бола тилидан.
13.45 Кишлоқдаги тенгдошим.
14.05 Жаҳон маданияти хази-
насида: Габриэль Гарсиа Мар-
кес.
«Езилмаган мактуб». Абдор
Хидоятлов номидаги Ўзбек Дав-
лат.
драма театрининг спектакли.
15.10 «Букрининг сири». Мульт-
фильм.
16.00 Интерфутбол.
17.40 Кўрсатувлар дастури.
17.45 «Янги авлод» студияси:
Билагон маслахати.
18.05 Ўқишга марҳамат!
18.10 Очун.
18.35 Каталог.
18.45 ТВ-афиша.
18.50 Мумтоз наволар.
18.55, 21.55 Иқлим.
19.00, 22.00 Давр.
19.35 «Заковат». Интеллектуал
уйин.
20.35 Кутилмаган меҳмон.
21.00, 21.50 Эълонлар.
21.05 Жаҳон маданияти хази-
насида: «Маҳобҳорат». Телесе-
риал.
22.45 Кулгуч.
22.55 «Алломиш». Бадий
фильм 1-қисм.

«ТОШКЕНТ» ТЕЛЕКАНАЛИ

17.00 Кўрсатувлар тартиби.
17.10 «Мультчархпалак».
17.35 «Табриклаймиз-кут-
лаймиз».
17.55, 19.25 «Экспресс»
телегазетаси.
18.15 «Афиша».
18.35 «Дугоналар».
18.55 «Табриклаймиз-кут-
лаймиз».
19.45 «Тв плюс» («Мушоха-
да»)
20.15 «Биргаликда кўлаймиз».
21.00 «Алибобо ва қирқ
қароқчи». 1-2-сериялар.



7.30 «Хабарлар».
7.45 «Бодрое утро».
8.45 «Хабарлар» (Рус тили-
да)
9.00 «Спорт клуб».
Россиянинг БИРИНЧИ КА-
НАЛИ.
9.10 «Хавфли худуд ёқаси-
да». Бадий фильм.
11.00 «Янгилар».
11.20-13.50 «Гу-га». Бадий
фильм.
«SPORT». ТЕЛЕКАНАЛИ.
16.50 Кўрсатувлар тартиби.
16.55 «Хабарлар» (Рус тили-
да)
Россиянинг БИРИНЧИ КА-
НАЛИ.
17.10 «Ким миллионер
булишни истайди?» Теле-
уйин.
18.20 Л. Леҳенко, Л. До-
лина ва бошқалар концерт
дастурида.
20.00 «Время».
«SPORT». ТЕЛЕКАНАЛИ.
20.20 «Кўнгил-кўнгилга
пайванд».
21.05 «Хабарлар».
21.20 «Футбол шархи».
21.50 Ўзбекистонда кара-
тэ.
22.20 Жаҳон спорти: «Ев-
рофутбол».
23.55 «Тунингиз осуда
бўлсин!»



9.00 - Открытие програм-
мы
9.05 - «Теле-хамкор»
9.25 - «Детский час»
9.50 - Фильм детям: «Го-
род мастеров», сказка
11.20 - «Ошикона», муси-
кий дастури
12.05 - Звёзды ринга на
«30-м»: Лучшие поедин-
ки звёзд профессио-
нального и любительско-
го бокса
12.50 - Спорт-Экстрим
13.25 - «Детский час»
13.50 - Индийское кино:
«Грязные деньги»
16.30 - Болалар соати
17.25 - «Теле-хамкор»
17.45 - «Ошикона», муси-
кий дастури
18.30 - Киновечер на
«30-м»: «Кабельщик»,
комедия
20.00 - «Озгина-Созгина»
- совместный проект «30-
го канала» и муз.центра
«Соз»
20.20 - Хит-парад.uz
21.40 - «Теле-хамкор»,
фойдали газета
22.00 - «Солдаты 2», се-
риал
23.00 - «Ночной канал»
- «Фактор холода», ост-
росюжетный фильм



5.00 Новости
5.20 60 фильмов о войне.
Людмила Чурсина, Юрий Со-
ломин в фильме «Весна на
Одере»
7.20 Играй, гармонь люби-
мая!
8.00 Слово пастыря
8.10 «В мире животных» с Ни-
колаем Дроздовым
9.00 Новости
9.10 60 фильмов о войне.
Александр Збруев в остросю-
жетном фильме «У опасной
черты»
11.00 Новости (с субтитрами)
11.20 60 фильмов о войне.
Вера Сотникова в фильме «Гу-
га»
13.50 «Звездочка заветная».
Песни военных лет
14.50 60 фильмов о войне.
Александр Балуев, Инна Чу-
рикова в фильме «Благосло-
вите женщину»
17.00 Вечерние новости (с
субтитрами)
17.10 «Кто хочет стать милли-
онером?» с Максимом Галки-
ным. Спецвыпуск
18.20 Лев Лещенко, Лариса
Долина, Филипп Киркоров, Ва-
лерия в праздничном концер-
те к Дню радио
20.00 Время
20.20 Наша премьера. Фильм
«Время собирать камни»
22.10 Наша премьера. Фильм
«В созвездии быка» (2003
год)
0.00 Стив Мартин, Дэрил Хан-
на в комедии «Роксана»
2.00 Питер О'Тул, Филип Ну-
аре в фильме «Война Мерфи»
4.00 Серил «Медицинская
академия»



2:55 К 60-ЛЕТИЮ ПОБЕ-
ДЫ. Сергей Чекан в филь-
ме «Ванька-встань-
ка». 1989г.
4:15 «Большая перемена»
с Юрием Николаевым.
4:40 «Золотой ключ».
5:00 ВЕСТИ.
5:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-МОСКВА.
5:20 «Русское лото».
5:55 «Утренняя почта».
6:25 «Субботник».
7:10 «Смехопанорама Ев-
гения Петросяна».
8:00 ВЕСТИ.
8:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-МОСКВА.
8:20 «Сто к одному». Теле-
игра.
9:15 К 60-ЛЕТИЮ ПОБЕ-
ДЫ. Александр Феклистов,
Сергей Гармаш, Дмитрий
Брусникин и Александр
Песков в фильме Алексея
Симонова «Отряд». 1984г.
11:00 ВЕСТИ.
11:20 Праздничный кон-
церт, посвященный Дню
Радио.
13:00 К 60-ЛЕТИЮ ПОБЕ-
ДЫ. Ирина Мирошничен-
ко, Александр Беляевский и
Марина Стриженова в
фильме «Их знали только
в лицо». 1966г.
15:00 ПРЕМЬЕРА. «Весе-
лый вечер «Аншлага».
16:50 «В Горожке».
17:00 ВЕСТИ.
17:25 «Субботний вечер».
19:20 СДЕЛАНО В РОС-
СИИ. ПРЕМЬЕРА. Лев Бо-
рисов и Владимир Мен-
шов в фильме «Сосед».
2004г.
21:05 Вуди Харрелсон,
Элизабет Шу и Джина Гер-
шон в детективе «Пальмет-
то» (США). 1998г.
23:15 «Горячая десятка».
0:20 НОЧНОЙ СЕАНС. Ми-
шель Пикколи и Роми
Шнайдер в фильме «Мело-
чи жизни» (Франция - Ита-
лия). 1970г.
1:40 Канал «Евроныус» на
русском языке

ЯКШАНБА 8

ЎЗБЕКИСТОН
ТЕЛЕВИДИЕНИСИ

6.00 «Ассалом, Ўзбекис-
тон!»
8.00-8.35 «Ахборот».
8.35 «Камалак». Болалар
учун намодастур.
10.00 «Ватанимга хизмат
киламан».
11.00 «Оналар мактаби».
11.20 «Севги тилсими».
Телесериал.
12.20 «Умр мазмуни».
12.35 «Дўстлик» студияси:
1. «Рангикамон». 2. «Дидар».
13.20 «Семурғ». Бадий
фильм.
14.30 «Иқтидор». Теле-
уйин.
15.20 ЎзТВ хазинасида. Ў.
Умарбеков. «Қиёмат қарз».
Ўзбек.
Миллий академик драма
театрининг спектакли.
17.00 «Шарқ тароналари».
17.20 «Портретга чизги-
лар».
«Болалар сайёраси»:
17.40 1. «Ғаройибкентга
саёхат». 2. «Олтин тоғ».
18.35 «Яхшилик».
19.00 «Бизнес ҳафта» теле-
журнали.
19.25, 20.00, 20.25, 21.10
ЭЪЛОНЛАР.
19.30 «Тахлилнома» (рус
тилида)
20.05 «Олам».
20.30 «Тахлилнома».
21.15 «Ўзбегим ўғлонлари».
«Якшанба кинозал»:
22.40 «Ой бориб, омон
қайт». Бадий фильм.



«ЕШЛАР» ТЕЛЕКАНАЛИ

6.55 Кўрсатувлар дастури.
7.00 «Мунаввар тонг». Ин-
формацион-дам олиш да-
стури.
8.30 «Янги авлод» студия-
си: Билагон маслахати.
8.55 «Жонсарак». Мульт-
фильм.
9.05 Олтин мерос.
9.10 Кулгуч.
9.20 Хамкор - 2005.
9.30 Саломатлик сирлари.
9.50 Ёшлик наволари.
10.00 «Қаҳқаҳа» театр-сту-
дияси намоиши.
10.30 Кинотақдим.
10.50, 14.50, 16.45 ТВ-
анонс.
11.00 «Ешлар» телеканали-
да ҳарбий - ватанпарвар-
лик дастури:
1.Марди майдон, 2. Аскар
мақтублари.
11.40 «Маҳобҳорат». Теле-
сериал.
12.25 Азизим.
13.05 Телевикторина.
13.10 «Учинчи сайёра»
маърифий дастури.
14.00 Чемпион сирлари.
14.20 Ринг қироллари.
15.10 «Ўзбектелефильм»
намоиши: «Сарчашма».
15.20 «Кирол Шер». Мульт-
фильм.
16.50 Кўрсатувлар дастури.
16.55 «Янги авлод» студия-
си: Уй вазиаси.
17.15 Спорт ҳафтаноми.
17.30 Сув-ҳаёт манбаи.
17.35 «Камалак - 2005»
Тошкент шаҳар болалар
ташқилотининг.
Йиллик анжумани.
18.45 ТВ - афиша.
18.50 Мумтоз наволар.
18.55, 21.55 Иқлим.
19.00 «Давр» ҳафта ичида.
19.30 «Момо ер». Илмий -
оммабоп фильм.
20.00 Эълонлар.
20.05 Жаҳон маданияти
хазинасида: «Маҳобҳор-
ат». Телесериал.
20.50 Оҳанрабо.
21.30 «Оқшом юлдузи». Дам
олиш ва ахборот дастури.
22.30 «Алломиш». Бадий
фильм 2 - қисм.

рат». Телесериал.

20.50 Оҳанрабо.

21.30 «Оқшом юлдузи». Дам
олиш ва ахборот дастури.
22.30 «Алломиш». Бадий
фильм 2 - қисм.

«ТОШКЕНТ» ТЕЛЕКАНАЛИ

17.00 Кўрсатувлар тартиби.
17.10 Болажонлар экрани.
17.30 «Табриклаймиз-кут-
лаймиз».
17.50, 19.40 «Экспресс» теле-
газетаси.
18.10 «Эртақларнинг сеҳр-
ли олами»
20.00 «Табриклаймиз - кут-
лаймиз».
20.30 «Тенгдошлар».
21.00 «Нима учун?»
21.30 Киноингоҳ: «Какку
уяси узра парвоз».
23.45-23.50 Хайрли тун!



7.30 «Хабарлар».
7.45 «Бодрое утро».
8.45 «Хабарлар» (Рус тили-
да)
9.00 «Соғлом овқатланиш
сирлари». Инглиз тилида.
9.10 «Қувнок стартлар».
9.50 Професионал бас-
кетбол.
10.50 «Рақибингиз гросс-
мейстер».
11.10-12.10 Жаҳон спорти:
«Проф-РИНГ».
«SPORT». ТЕЛЕКАНАЛИ.
16.55 Кўрсатувлар тартиби.
17.00 «Хабарлар» (Рус тили-
да)
17.15 «Болалар спорти».
17.35 «Халқ ўйинлари».
18.05 «Спорт - менинг
ҳаётим».
18.20 «Кун мавзуси».
Россиянинг БИРИНЧИ КА-
НАЛИ.
18.40 «Мўжизалар майдон-
и». Байрам дастури.
20.00 «Время».
«SPORT». ТЕЛЕКАНАЛИ.
20.20 «Кучли бешлик».
21.05 «Хабарлар».
21.20 Кураш.
22.20 Жаҳон спорти: «Ев-
рофутбол».
23.55 «Тунингиз осуда
бўлсин!»



9.00 - Открытие програм-
мы
9.05 - «Теле-хамкор»
9.25 - «Детский час»
9.50 - Фильм детям:
«Финист - ясный со-
кол», сказка
11.20 - «Теле-хамкор»
11.40 - Документальный
сериал
13.00 - «Спорт-Экстрим»
13.30 - Хит-парад.uz
14.50 - Болалар соати
15.45 - Дневной кинозал:
«Фактор холода» при-
ключения
17.25 - «Теле-хамкор»
17.45 - «Музыкальная пау-
за»
18.20 - Киновечер на
«30-м»: «Четыре такси-
ста и собака», комедия.
19.50 - «Ошикона», муси-
кий дастури
20.35 - «Солдаты 2», се-
риал
21.35 - «Теле-хамкор»
21.55 - «Музыкальная пау-
за»
23.00 - Воскресный ки-
новечер на «30-м» «Дело
о пеликанах», детектив



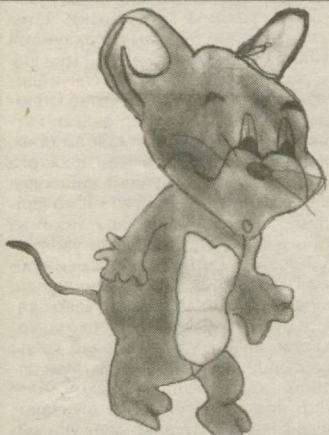
5.00 Новости
5.20 60 фильмов о войне. Ев-
гений Леонов, Анатолий Па-
панов, Всеволод Сафонов,
Нина Ургант в фильме «Бело-
русский вокзал»
7.20 Служу Отчизне!
7.50 Дисней-клуб: «Команда
Гуффи»
8.10 Здоровье
9.00 Новости
9.10 Кинопопоя Юрия Озе-
рова «Освобождение». Фильм
1-й. «Огненная дуга»
11.00 Новости (с субтитрами)
11.10 «Освобождение». Фильм
2-й. «Прорыв»
12.50 «Освобождение». Фильм
3-й. «Направление главного
удара»
15.20 «Танк Великой Победы»
16.00 Премьера. «Песни вес-
ны и Победы»
17.00 Вечерние новости (с
субтитрами)
17.10 «Песни весны и Побе-
ды». Продолжение
18.40 «Поле чудес» с Леони-
дом Якубовичем. Праздничный
выпуск
20.00 Время
20.20 Георгий Юматов, Васи-
лий Лановой в фильме «Офи-
церы»
22.10 60 фильмов о войне.
Алексей Булдаков в остросю-
жетном фильме «В двух ша-
гах от «Рая»»
23.50 60 фильмов о войне. Ми-
хаил Волков, Георгий Же-
нов, Валентина Талызина в
фильме «Путь в «Сатурн»»
1.20 60 фильмов о войне.
Фильм «Конец «Сатурна»»
3.10 60 фильмов о войне.
Юрий Назаров в фильме
«Последние залпы»



3:00 К 60-ЛЕТИЮ ПОБЕ-
ДЫ. Георгий Жженов, Ана-
толий Кузнецов, Николай
Еременко-мл. и Борис То-
карев в фильме «Горячий
снег». 1972г.
4:40 «Мультipotам». Мульт-
фильм.
5:00 ВЕСТИ.
5:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-МОСКВА.
5:20 «Студия «Здоровье»».
5:50 Всероссийская лоте-
рея «ТВ Бинго шоу».
6:05 Фильм Александра
Сладкова «Парад Победы».
7:00 «Вокруг света».
8:00 ВЕСТИ.
8:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
8:20 «Городок». Дайджест.
Развлекательная програм-
ма.
8:55 «Сам себе режиссер».
9:55 К 60-ЛЕТИЮ ПОБЕ-
ДЫ. Большой праздничный
концерт.
11:00 ВЕСТИ.
11:20 «Комната смеха».
12:10 Геннадий Корольков
в детективе «В последнюю
очередь». 1981г.
14:00 ВЕСТИ.
14:20 «Кривое зеркало».
Театр Евгения Петросяна.
17:00 «ВЕСТИ НЕДЕЛИ с
Сергеем Брилевым».
18:00 «Специальный кор-
респондент».
18:25 Алексей Ильин в ост-
росюжетном фильме «Не-
служебное задание».
20:25 Сергей Безруков в
комедии «Китайский сер-
виз». 1999г.
22:25 Андрей Ростоцкий в
боевике «Мужская компа-
ния». 1992г.
23:40 Чемпионат мира по
автомобильному спорту
«Формула-1». Гран-при Испа-
нии. Трансляция из Барсе-
лоны.
0:45 Детектив «Прочная
сеть» (США).
1:35 Канал «Евроныус»



Aziz bolajonlar! Siz ham chizgan rasmlaringiz va yozgan etaklaringizni o'z suvratigiz bilan birga bizga jo'nating. Yoshingiz va nechanchi sinfda o'qishingizni ham yozishni umutmang. Xatlaringizni kutamiz.



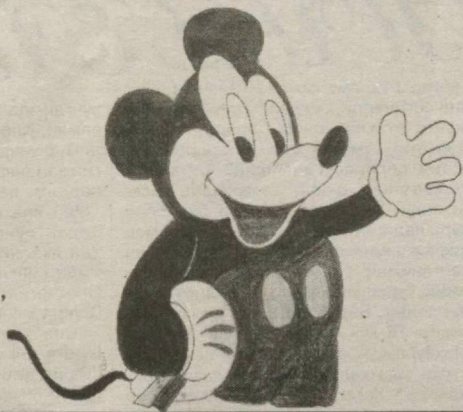
Xamidullo Yusupov,
Toshkent viloyati, Yangiyo'l
tumani, Xalqobod qo'rg'oni, Sh.
Ashurov nomli 28-o'rta maktabning 6
«A» sinf o'quvchisi.



Sitorabonu
HOJIAHMEDOVA,
Toshkent shahri,
243-o'rta maktabning 1
«B» sinf o'quvchisi.



Oybek BOBOSHEROV,
Shayxontohur tumani,
Jar-ariq dahasi,
262-maktabning
5 «B» sinf o'quvchisi.



TABIAT

Tabiat o'zi nimadir,
bilasizmi bolalar?
Qushlar yayragan,
Bulbul sayragan.
Go'zal bahordir,
Bog'lar va tog'lar,
Bari tabiat
senga do'st-ulfat.
Bulbullarga, qushlarga
Ozor bermang hech zotga.
Siz ularni do'st tuting,
Vazifangiz shu biling!

ONAJON

Dunyoda borlig'im, sizsiz onajon.
Dunyoda yagonam, sizsiz onajon.
Meni o'stirdingiz o'qib o'rgatib.
Sizsiz endi yashay, qanday onajon?
Siz dunyo ishlarini o'rgatib menga.
O'zingizni urdingiz o'qqa va cho'qqa.
Endi men siz uchun bo'layin qurbon.
Ziz uchun jon bersam arzir, ONAJONI!

Sanobar TOJIMATOVA,
Toshkent viloyati, Quyi-Chirchiq tumani, Uyali
qishlog'i, 49-maktabining 5 «B» sinf o'quvchisi.

16 sondagi «BAHOR» skanvordi javoblari

1. sentabr 2. ananas 3. vatan 4. fresh 5. o'choq 6. zirak 7. maymun
8. uzum 9. bobo 10. erkin 11. nilufar 12. archa 13. ko'k

(Boshi utgan sonlarda)

18. SAN'YAT HAQIDA

Kim san'atini ijodkor bo'lsin, mol bilan.
U gavharini kuyar teng soqol bilan.

Хисрав Дехлавий
Санъат тинчлик элчиси, дўстлик
жарчиси. Санъат тўғрисида яна
В.Г.Белинский шундай деган эди:
Санъат идрокка мансуб ҳодиса-
лар туркумига киради. Идрок эса
тажрибадан юқори, ҳиссиётдан
ҳам юқори, ниҳоясиз оламни қам-
раб олади.

У гўзалликдир. Гўзалликдан таъсир-
ланиш ўзига хос талантдир. Шу са-
бабдан, кимнингки юраги нафосат-
ни ҳис этишдан маҳрум экан, уни
гўдаклигидан санъат асарларига
кумиб ташласангиз ҳам, санъатнинг
тўла моҳияти унинг учун бир умр сир-
лигича қолаверади.

Оломон санъат ишларига нақадар
совуққон ва лоқайд бўлса, санъатнинг
оломон устидан тантанаси шу қадар
юксак ва ҳайратланарлидир.

19. ДЎСТЛИК HAQIDA

Дўстлар иноқликда бўлингиз шод,
Тез-тез дийдор кўриб этингиз ўзини шод.
Соқий тоза майни сузганда айлан,
Мен бечорани ҳам дуо бирла ёд.

Умар Хайём
Дўстлик бор -
тинчлик бор. Ақл -
дўст. Нодон
дўстан узок юр.
Қадимги Хитой
файласуфи Конфу-
ций дўст тўғрисида
шундай деган:
- Фойдали дўстлар
учта, зарарли
дўстлар учта.
Фойдали дўст-
лар: ҳаққоний дўст,
самимий дўст ва со-
диқ дўст.

Зарарли дўстлар:
икки юзламачи дўст,
хушомадгўй дўст,
маҳмадона дўст.
Бир донишманд:
- Сен дўстинг ким
эканлигини айт-
санг, сенинг ким
эканлигингни айтаман,- деган экан.

20. УРУШ ВА ТИНЧЛИК HAQIDA

Урушнинг оти ўчсин!

Халқ сўзи

Уруш жаҳаннам, ажал уруғи. Уруш -
бу кўз ёш, етимлик, бевалик, ноги-
ронлик, очлик, вайроналик.
Бир донишманд уруш ҳақида шун-
дай дебди: - Уруш бало демакдир.
Ғам-андуҳнинг селидир. У халқ
бошига киргин, кулфат ёғдиради.
Урушнинг ҳар бир куни қиёмат ку-
нидир.

Пайғамбаримиз Расулulloҳ алайҳи
васаллам: - Қиргин-барот урушдан
Худайбиях сулҳи афзал бўлди, -
деган эканлар.

21. ЯХШИЛИК HAQIDA

Дерлар жаннатда ҳур бўлмоғи яхши,
Менга узум сувин булоғи яхши.
Чунки насиядан нақдроғи яхши,
Ногора товушин узоғи яхши.

Умар Хайём

Яхшилик - одамийлик. Яхшиликнинг
шарофати кўпга тегади. Яхшиликдан
меҳр туғилади. Ҳар қандай яхшилик
- эзгуликдир. Афлотун: «Ёмон киши-
ларга улфат бўлма. Тилёғлама,
мунофиқларнинг сўзларига асло
ишонма, чунки у сени ёлғон
сўзлар билан зарурат юзасидан
мадҳ этади. Яхшиликни арзимас,
деб ўйлама, ҳар битта кичик ях-
шиликнинг қадри ёмонлик олди-
да каттадир», - деган экан.

Яна бир фозил донишманд яхши
одамнинг ўн фазилатини санаб ўтган
экан.

Биринчиси: - Бўлар-бўлмасга

одамлар билан жанжаллашмаслик.

Иккинчиси: - Инсофлилик.

Учинчиси: - Бировнинг айбини
қидирмаслик.

Тўртинчиси: - Бирор киши ноҳўя
иш қилса, уни яхшилик йўлига солиш.

Бешинчиси: - Агар айбдор ўз ай-
бини бўйнига олса, уни кечириш.

Олтинчиси: - Муҳтожларнинг ҳожа-
тини чиқариш.

Еттинчиси: - Ўз нафсини тия би-
лиш.

Саккизинчиси: - Бировнинг дили-
ни оғритмаслик.

Тўққизинчиси: - Бошқаларга очик
чеҳра билан муомала қилишлик.

Унингчиси: - Меҳнатсеварлик.

Пайғамбаримиз Расулulloҳ алай-
ҳи васаллам умматларига: - «Сиз-
ларнинг яхшингиз хулқи яхшингиз-
дир», - деб марҳамат қилар эканлар.

22. ЁШЛАР HAQIDA

Ёшлар-келажагимиз.

Халқ сўзи

Ёшлик умрнинг баҳори ва олтин давр.
Ёшлик - куч, гўзаллик.

Донишмандларимиздан бири: - «Йи-
гитлик чоғида меҳнат қилганинг юл-
дузи порлоқ бўлади. Ақлли ёшлар
умрини бекор ўтказмайди, фойдасиз
ўйин-кулгуга бе-
рилмайди», - де-
ган экан.

Пайғамбаримиз
Расулulloҳ алайҳи
васалламдан: - Ёш
болаларни эрқала-
тинлар, етимлар-
нинг бошларини си-
ланг. Уларга меҳри-
бонлик қилганларга
Оллоҳ таолодан кўп
савоб тегади.

23. КЕКСА- ЛИК HAQIDA

Қари билганини -
пари билмас.

Халқ мақоли

Кексалик - до-
нишлик. Қариялар
табаррук - хазина.

Ҳаш-паш дегунча
ёшлик давринг ўтиб,
қарилик кўчасига қадам қўясан. Умр
боғига куз фасли кириб келади.
Қувватинг кетиб, кузги япроқдек
омонат бўлиб қоласан. Бу кексалик.
Бирок бутун умр бўйи ҳалол меҳ-
нат қилиб, саховатлик билан яхши-
лик қилганлар қарилик гаштини
суриб, умрининг охиригача иззат-
хурматда бўлади.

Пайғамбаримиз Расулulloҳ
алайҳи васаллам: - Кимки кекса-
ларга иззат-хурмат кўрсатса,
уларни эъзозласа, ёшига-ёш
қўшилиб, умри зиёда бўлади, -
деган эканлар.

23. САЛОМ HAQIDA

Сўз боши - саломдир.

Халқ сўзи

Салом тинчлик элчиси, дўстликка чор-
ловчи меҳр булоғи. Салом ғанимни дўст
этади. Салом берганга нур ёғилади.

Айтадиларки: - Бир одам Пайғам-
баримиз Расулulloҳ алайҳи васаллам-
дан: - Исломда энг яхши амал қай-
сидир, - деб сўрабдилар.

Шунда Расулulloҳ: - Очларни тўйғиз-
моғинг, яна таниган-танимаган
одамга салом бермоғинг, - дебди.

Яна Пайғамбаримиз Расулulloҳ
алайҳи васаллам айтидилар: - «Му-
сулмон одамнинг ўз биродарла-
ридан ортиқ аразлаб, бир-бири-
ни уратганда тескари қараб кет-
моғи яхши эмас, албатта. Улар-
нинг қайси бири аввал салом
берса, ўшаниси яхши одамдир», -
деган эканлар.

(Давоми бор)

Ҳасан НАЗАРОВ,
Ташкент вилояти,
Қибрай тумани, Байтқўрғон ж/х.

- Мен ўзи бир шўх, ота-онамнинг яқин-ёқин эрка ўғли эдим. Бизлар қишлоқда ахил-иноқ яшардик. Йиллар ўтган сайин оиламиз катталашиб бораверди ва мен ўқишни ташлаб шаҳарга пул ишлагани кетдим, худого шукрлар бўлсинки ишим юришиб, ҳатто чет давлатга чиқиб келдим, шаҳардан уй сотиб олдим, машина олиб почтамга бердим. Яна аввалги ишимни қилиб юравериб ёшим ҳам 21 га тўлиб қолибди.

Бир куни ишхонамизга хушрўйгина қиз ишга келди. Ҳамманинг тилида унинг чиройи эди. Мен ҳам бир кўрай-чи, ким экан у қиз? - дея эшикни очиб, қўлимдаги қоғозларни унга тутқаздим, тутқаздим шу заҳоти чиқиб кетдим. Кўзлари шу қадар жозибали эдики мени бир нигоҳдаёқ асир қилди. Мен тамоман эс-хушимдан айрилгандим, лекин буни тан олмасдим. Ишхонамиздаги йигитларнинг кўпчилиги унга ошиқ эди. Мени бир нарсаси доим қийнади - бу қизнинг юраги бандми ёки банд эмасми? Ҳатто салом беришга журъат қилолмасдим. Унинг шунчалар сутдек оппоқ юзлари, қоп-қора қошлари, узун-узун киприклари, гулғунчадек гилос лаблари, айниқса кўзлари мени мафтун қилганди. Ҳали бу қоғозни, ҳали у қоғозни баҳона қилиб олдиға кирардим, 3 ой дарров ўтиб қолди. Бир куни эрталаб барвақт келган экан. Шу пайтдан фойдаланмасам бошқа имконият топилиши қийин, деб унга севгимни изҳор қилдим, ўзим нима деяётганимни билмасдим.

- Махзуна... мен, биласизми, йўқ.
- Нима демокчиси? - деди Махзуна. Шўх, шодон қиз мен нима демокчилигимни тушунди ва:

- Ҳа, тушундим, мени севиб қолгансиз тўғрими? - деди. Мен йигит бўла туриб севгимни айтолмаганимдан уялдим.

- Ҳа... мен сизни севаман, нима дейсиз, мен оймиларни жўнатаверайми? - дедим.

- Нима? - у шарақлаб қолди.

Шу кулгиси қалбимга оғир зарба бўлди, бир кулганини кўришни орзу қилган бўлсам, яна бири устимдан кулгани... нима учун кулганини билмадим. Шу кундан бошлаб у аввалгидек мен билан ҳазиллашмас, мен кирдим дегунча кўзларини олиб қочарди. Мен ўзимча у ҳам мени севиб қолган, шунинг учун уялгани, деб ўйлаб хурсанд бўлардим. Кейин билсам Махзуна ҳам бир йигитни севаркан. У йигит ҳам уни севаркан-у лекин уйланган экан. Бир кун тўй бўлиб қолди. Ҳамкасблар биргалишиб бордик. Шу куни тўйда Махзуна шундай гўзал эдики, ҳар қандай одам ҳам бир боқишда мафтун бўлиб қоларди. Ўша куни менга сал яхшироқ муносабатда бўлгани учун хурсанд бўлиб ўтирдим. Лекин бу хурсандчилигимни Махзуна севган инсон чиппакка чиқарди. Мурод Махзунани даврадан олиб чиқиб кетди. Мен ортидан секин бордим, не кўз билан кўрайки, мен севган, уни деб кечалар ухломмаган, туну-кун унинг ҳаёли билан яшаган инсон - Махзуна Муроднинг кучоғида хурсанд қилиб ўтирибди. Кўз олдим қоронғулашиб кетди, қандай қилиб йўлга чиқганимни билмай қолдим. Сал бўлмаса машина остида қолиб кетишим, агар дўстим ёнимга келмаганида ўлиб кетишим мумкинлигини билмай қолбиман. Мен дарҳол шаҳарни тарк этиб қишлоғимга қайтиш учун машина тўхтатдим. Шу лаҳзаларда умуман қайтмаслик учун, Махзунанинг ишқиде ёнмаслик учун ҳар нарсасга тайёр эдим. Лекин дўстим: "Ҳозир кетиб қолсанг, бундай ишни ҳеч жойдан тополмайсан. Ахир ўзинг ҳам Махзуна Муродни севишини билардинг-ку, сен уни ҳақиқатан севсанг унга ёрдам бер, Муродни унутиб сенга қўнғил қўйсин. Ахир Мурод уйланган, унинг ҳаётини барбод қилиши мумкин, сен ўзинг ўйлаб иш қил", - деди. Шу сўзлар менга тасалли берди.

Мен Махзунадан: "У йигит ким", - деб сўраганимда: "Амакимнинг ўғли", - деб жавоб берди. "Нега тўйга келибди", - деб сўрасам, "Шунчаки, мени кўргани", - деб жавоб берди. Шу куни мен Махзунага:

- Махзуна, бўлди, шунчалик ҳам бағритош бўладими инсон дегани, мени ҳам кўнглимга қараган, у фақат сизни дейди, азобланган ўтинаман, менга турмушга чиқинг. Биламан, сиз Муродни севасиз, лекин тушунинг, у энди ўзга-

- "Менинг ўтмишимни билмайсиз. Мен Муроддан олдин яна бир кишини ёқтирганман", деди. Бутун вужудимга оғриқ кирди. Наҳотки мен севган қиз... бўлса, - деб ҳаёлимдан ўтказдим, ҳайриятки унақа эмас экан. Мен унинг кўзларида алданган қизнинг нигоҳларини борлигини билб:

- Менга сизнинг аввал қандай бўлганингиз, ким билан гаплашганингиз муним эмас. Мухими, ҳозир сиз мен билан, мен сизни кечирдим, - дедиму бағ-

- Энди бошқа келманг, телефон ҳам қилманг. Мен сизни ёмғирда 1 соат кутганим етар. Барибир мен сиз билан яшолмайман. Чунки мен қишлоқда умуман яшамаганман ва қишлоқда яшашни хохламайман ҳам, - деб терс ўгирилиб кетди.

Нима қилишимни, нима дейишимни билолмай ол эдим, ортидан бораёй десам оёқларим бўйсунмади. Қолай десам юрагим ундан ажралма дейди. Орадан анча вақт ўтди. Мен ўқишга киролмадим, севгилимдан ажралдим. Ҳаётдан шундай зерикиб кетдим-ки, ўзимни ўзим ўлдирмоқчи бўлдим. Махзунани ўйлаб ўзимни тийдим. 6 ой мен уни кўрмадим, юрагим ўзича санчийдиган бўлди, соғинч мени ўртаб юборди. Унга атаб шеърлар ёздим, хатлар ёздим. Лекин етказолмадим. Кунларнинг бирида мен шаҳарга келдим. (мен бутунлай қишлоққа кетган эдим). Бехос уни кўриб қолдим. Ҳа, бу Махзуна эди, иккимиз бир дақиқа кўзларимизни узолмадик, бир-биримизни соғинган кўнғиллар бир дақиқа яқинлашди, юрагим гупиллаб урарди, ҳаво салқин бўлса-да, мендан иссиқ тер чиқарди, шунда у кўзини олиб қонди ва йўлида давом этаверди. Мен ортидан қараб қолдим. Наҳот мени бир соатгина кутганига шунчалик аччиқланадими? Ахир мен уни ойлаб кутганман-ку.

Мен ҳеч қачон энди уни қўлдан чиқармайман, деб ўзимга ўзим сўз бердим. Ортидан югурдим. Афсуски, уни тополмадим, қаергадир кетиб қолди. Мен яна уни кўриш илнжиде бирга юрган қўчаларни айланардим, натижа йўқ. Ишдан қайтаётсам дўстим тақлифнома тутқазди. Очиб қарасам... севгилим тўйига тақлиф қилибди, кўзларимдан ёшлар оқди, ана энди ҳақиқий жинни бўлдим, телефон қилиб тўйини бузишини илтимос қилдим.

"Агар мени севсанг унут", - деди у. Мен тамом бўлдим, ёнимда фақат унинггина тасаввур қила олардим.

Тўй куни келди. Севгилимнинг уйда тантана, менинг уйимда,

ЮРАГИМ ФАҚАТ



римга босдим. Шундай қилиб, севгилимнинг кўзларида қувноқлик югуриб, ҳазиллашиб аввалгидай бўлди. Лекин менинг қалбим ўша кунги бўса таъми билан сармаст эди. Яна унинг лабларидан бўсалар олармикинман? - дея оруз қилиб юрдим. Шундан сўнг икки ҳафта ўтиб ишхонамизда тафтиш олиб борилиб, ёпиб қўйишди...

Мен эса азобда, изтиробда қолдим. Севгилимни соғинардим, телефонда гаплашиб

нинг ёри, уни унутушингизга ёрдам беришга имкон беринг илтимос, фақатгина бир бора, - дедиму кўзларимдан ёш чиқди.

Гапларимни жимгина эшитиб турган қизнинг ҳам кўзларидан дон-доналаб ёш оқди. Мен кўз ёшларини қўлим билан артиб олдим. Кейин уйига кузатиб қўйдим, шу-шу менга яхши муносабатда бўлди, ҳар куни уйига кузатиб қўярдим. 2 ой ҳам ўтиб қолди. Мендан-да бахтли инсон йўқ эди гўё. Байрамда турли совғалар билан ёнига борсам, йиғлаб ўтирибди: "Нима бўлди сизга, бирор жойингиз оғриятими?" деб сўрасам, юрагини кўрсатди. Кўрқиб: "Врачга борамиз!!!", - десам, қулимсираб: "- Қалбим синди, Муроднинг хотини қиз тугибди, исмини Махзуна қўйибди, мен энди нима қиламан? Эндигина уни унутаётганим-ку", - деб ўрнидан турди. Турдию ўзини тутолмади - сал қолди йиқилишига. Уни ушлаб олдим. У ичган экан. Мен умримда оғзимга бир томчи ҳам ароқ олмаганман, қиз боланинг ичиши менга жуда ёмон туюлди. Уни биринчи бор бағримга босдим, эркаладим. У бўлса мени қучганча юм-юм йиғларди. Ўзим билмаган ҳолда уни лабидан бўса олдим ва уялиб қолдим, бор вужудим аланечук бўлди, титраб кетдим. У бўлса ҳамон йиғларди, уни овутиб, дугона-сига: - "Унга қараб тур. Ман ҳозир келаман", - деб чикдим. Келсам ухлаб қолибди. Барибир креслода ухлаш нонулай, деб машинада уйига элтмоқчи эдим уйғониб кетди. Шунда дугонасига чиқиб туришини илтимос қилди. Менга юзланиб: "Жонибек, сиз жуда яхши йигитсиз. Мен сизга лойиқ эмасман. Яхшиси бошқа қизни топиб уни бахтли қилинг", - деди. Мен нега унақа деяётганини билолмай гаранг эдим, ҳайрон бўлиб сўрадим. Шунда:

турган бўлсам, ҳамки кўзларим уни соғинарди, оёқларим унинг уйи томонга етаклаб олиб борарди, лекин журъатим етмай орқага қайтардим. Учи? Мени соғинаётганимкин? Бу менга қоронғу эди. 8-март яқинлашиб келаятганди. Биз энди ҳафтада бир бора кўришадиган бўлдик. Байрам олди мен сафарга кетдим, 7-март куни унга мен келганимни, соғинганимни, эртага доимий учрашув жойига келишимни тайинладим. Бир-биримизни кўрмаганимизга 15 кун бўлаётган эди. Менинг Махзуна учрашувга келди, лекин афсуски мен кела олмадим. Иш юзасидан яна Хоразмга боришга мажбур бўлгандим, ҳатто, телефон орқали хабар беролмадим. Севгилим аслида 10 минут ҳам кутмайди, лекин ўша куни ёмғир остида 1 соат кутибди. Мендан дарак бўлмаган, уйига қайтибди. Ёзган хатларимни йиртиб, унга қўшиб расмиимни ва ўзи бир варақ хат ёзиб дўстимга бериб юборибди. Мен шу билан 14 апрел куни келдим. Келдим у ёнига шошилдим. Уни жуда соғингандим. Қалбим фақат унга талпинарди. Мен "у меники", - деб ўйлардим, ҳатто ойм ҳам уни танлаганимга қарши эмасди. Телефон қилсам уни йўқ, дейишди. Беш кун олдин Тошкентга кетганди, - дейишди. Уни кута-кута кўзларим нигорон бўлди. Ҳатто менга телефон ҳам қилмади. Шу бўйи 29 июлда келди. Мен ўқишимни қайта тикламоқчи эдим. 1 август куни имтиҳон топширдим. Ушанда иккалаимиз учрашдик. Шунчалар бахтли эдимки уни соғ-омон кўрганимдан, кўзларига боқганимдан жуда-жуда хурсанд эдим, лекин ўша куни кетар чоғи менга:

кўнглимда аза. Мен севгимни қўма-япман, ўша куни ўзимни ланъатлардим, шунчалик ношуд бола эканлигимдан нафратланардим, афсусланардим, лекин...

Мен яна қишлоққа қайтдим. Бир ойдан сўнг яна шаҳарга келдим. Уни ақалли бир бора кўриш илнжиде синглисига телефон қилдим. Опаснинг манзиллини сўрадим. Шунда менга:

- Сиз эшитмадингизми, опам турмушга чиқмади - тўйни қайтарди, сизни деб, - деди. Мен ҳайрон бўлиб, "мени севар экан-да", деб хурсанд бўлдим. Ҳозир бозорга чиқганини билиб олиб, бозорга бордим-у, яна қалбим тирналди. Менинг севгилим Мурод билан гаплашиб турарди. Ҳеч нарсаси кўрмагандек ёнидан ўтиб кетдим. Мени кўриб қаҳирди. Менга:

- Сиз Мурод билан учрашиб юрибди, деб ўйланг, тагин. Унга энди сен билан гаплашмайман, дедим. Сиз мени кечиринг, - деди эркаланиб. Менинг қайсарлигимни тутиб уни силтаб кетдим, кечкурун унга телефон қилиб кечирганимни айтмоқчи бўлсам мендан аччиқланабди. Мен яна ўзим муҳаббатимни силтаб ташладим. Аммо, юрагим ўзгани ҳеч қачон севолмайди. Нима қилай дўстлар, ундан кечирим сўраб, ана бирга бўлишимизни айтимай, ёки ундан воз кечайми? Лекин воз кечишга кўзим етмайди. Менга маслаҳат бериңлар.

Жонибек,
Бухоро.

УНУ ДЕНДИ

Нафақадорман. Рафиқам оламдан ўтган. Зиёли инсонман. Юқори мансабларда ишлаганман. Уйим бор. Болаларим ҳамма томондан таъминлаб қўйилган. Иймон-этиқодли аёл бўлса, икки ёрти бир бутун бўлиб яшасан...

Манзилим тахририятда.

**Олим,
Тошкент.**

Ўғлим олий маълумотли. Ёши 32 да. 3 фарзанди бор. Рафиқаси вафот этган. Касби-кори тайин, келишган йигит. Ҳаёли, ақл-идрокли, истарали қиз ёки фарзандсиз аёл бўлса, ўғлимнинг бошини иккита қилсам, дейман.

Манзилим тахририятда.

**Хосият опа,
Тошкент.**

Ажрашганман. 2 қизим бор. Ўзим уй бекасиман. Ёшим 48 да. Уйим-жойим дейдиган, ичмайдиган-чекмайдиган, мўмин-мусулмон инсон билан ҳаётимни боғлаш ниятидаман.

Манзилим тахририятда.

**Каноатхон,
Янгийул тумани.**

Олий маълумотлиман. Онажоним билан бирга яшайман. Турмушга чиқмаганман. Йигитлар билан гаплашишга ор қилиб, 40 ёшга кириб қолибман. Ишга берилиб кетибман. Мен вақтинчалик кайфу-сафо деб ўзимни хор қиладиган одам эмасман. Тозалиқни, тартибни, ҳалоллиқни яхши кўраман. Юлдузюлдузимга тўри келадиган одамни учратишни орзу қиламан.

Манзилим тахририятда.

**Раҳима,
Самарқанд вилояти.**

Номард эркакки бирга яшаган аёлини балчиққа бўлғайди. Гарчи хотиним билан бирга яшамасан-да, у ҳақда ёмон гап айтишдан йироқман. Тақдир такозоси экан... яна уйланишимга тўғри келаяпти. Ёшим 40 да. Шифокорман. Мени тушунадиган қиз ёки аёл билан ҳаётимни боғламоқчиман. Шифокор бўлса яна ҳам яхши бўларди.

Манзилим тахририятда.

**Қамолитдин,
Қашқадарё вилояти.**

Ёшим 53 да. 1 та қизим бор. Уни ҳам узатганман. Ўзимнинг уйим бор, ишлайман. Кексайганда ёлғиз қолишни ўйлаб, сизга мактуб йўллашга аҳд қилдим. Бола-чақасидан қутулган, иймон-этиқодли инсон бўлса, ҳаётимни боғласам...

Манзилим тахририятда.

**Умрихон,
Тўйтепа.**

Ёшим 32 да. Турмушга чиқмаганман. Ҳамшира бўлиб ишлайман. Қўринишим ёқимли. Тозалиқни, тартибни, ростгўйликни ёқтираман. Болалар жону дилим. Иймон-этиқодли, мард, танти, келишган, уй-жойи, касби-кори тайин йигит билан турмуш қуришни истайман.

Манзилим тахририятда.

**Гулнигор,
Хоразм.**

Қизимнинг ёши 34 да. Турмушга чиққан. Худонинг иродаси-куёвим оламдан ўтган. Фарзанди йўқ. Ҳамшира бўлиб ишлайди. Ҳаёли, ор-номусли, ораста аёл. Ҳаётда ўз ўрнига ёга йигит бўлса, бахтини топса, дейман.

Манзилим тахририятда.

**Олия опа,
Тошкент.**

Ёшим 68 да. Зиёлиман. 4 фарзандим бор. Энг кичик ўғлим билан ашайман. Қолганлари уй-жой қилиб чиқишган. Мени тушунадиган, зарарли иллатлардан холи аёл бўлса, жуфти ҳалолликка қабул қилсам...

Манзилим тахририятда.

**Аъзам,
Тошкент.**

Ёшим 48 да. 3 фарзандим бор. Барчаси уйли-жойли. Ўзим нуфузли ташкилотда ишлайман. Касби-кори тайин, зарарли иллатлардан холи инсон билан тақдирим туташса, дейман.

**Бибинояр,
Бухоро вилояти.**

Умр оқар дарё, дейишади. Йиллар "зув" этиб ўтиб кетганини, ёшингиз бир жойга этиб қолганини сезмайсиз. Ана шу пайтда ортга қараб, ҳаётингиздаги "кемтик"ни илғаб қоласиз. "Мен бахтлиманми?" деган фикр қалбингизга ғалаён солади. Бу сўроққа кимдир хотиржам жавоб берса, кимдир "ёстигининг ярми бўш"лигидан изтиробга тушади. Умр эса бир ҳовуч... Шу лаҳза

БАХТ

тахририятдан нажот кутади. Ташриф буюришади, кўнғироқ қилишади... Биров ийманиб: "Уйланмоқчиман!" ёки биров: "Бойваччароқ йигит бўлса..." - дея борини айтади-қўяди... Зимдан бир сира кузатаман: зиёли... тартибли... келишган ёки эгни-бошлари бир ҳолда (бировга тавсия қилишга ҳам мурожаат қиладими) эркак ёки аёл... Барчанинг кўнғилда бир гап: "Қандай қилиб бахтли бўлсам?!"

Ҳолбуки, "Бахт" дегани ҳам Инсоннинг яхши-ёмон аъмоллари учун Оллоҳ берган ажримдир. Нима эксанг, шуни ўрасан, дейишади-ку!..

- Келинг, - дейман эшикдан секин мўралаётган ўрта ёшли эркакка.

- Мен илгари ҳам келгандим, - дейди у ўзини қўярга жой тополмай. Бир аёл (манзилимни қаердан олган, билмайман) кўнғироқ қилавериб, безор қилиб юборди. Опа, мен телефон рақамимни ўзгартирдим...

- Нера?

- Жуда бемаъни аёл экан. Уйимга бориб олиб, кетмайман, деб роса хунобимни чиқарди. Бунинг устига бозорга олиб чиқиб, тўри келган келмаган кийимни олиб беринг, - деб катта чиқмага тушурди. "Гаплашайлик", деб ресторанларга бошлаб бориб, ҳамёнимдаги бор пулимни шилиб олди, дег. Эркаклик ғуруримни ерга урмаслик учун ҳеч нарса деёлмадим. Кўнғироқ қилавериб, хол-жонимга қўймаган, телефон рақамимни алмаштирдим... Энди... уят бўлса ҳам айтишга мажбур бўлдим, сизга...

- Паспортини текширдингизми? Исм, фамилияси нима экан?

Йигитнинг кўзлари каттароқ очилди: **- Сўрабман...**

- Ахир биз бекорга ҳужжат олиб қолмаймиз-да. Ҳозир номи ва фамилияси аниқ бўлганда, у аёл ҳуқуқ идораларида жавоб беради, - дедим йигитнинг соддалигига ачинаб...

Эртаси кун тахририятга кўнғироқ қилган аёлнинг овозидаги хушнудлик менга ҳам кўчди:

- Опа, мени табриклашингиз мумкин. Тахририятингиз орқали бахтимни топдим. Шерзод акам мен орзу қилган инсон бўлиб чиқдим. У кишининг икки фарзандлари ҳам мени "ойижон" деб қақиршаптади. Фарзандсизлик туфайли олдинги турмушимдан ажрашган эдим. Шерзод акамнинг рафиқалари оқила аёл экан. Афсус умри қисқа бўлибди. Болаларига бор меҳримни беришга ҳаракат қилаяман... Хайрли ишларингизда сизларга тетиклик тилайман.

- Раҳмат! Бахтингизни топангиз рости бўлсин! - дейман севиниб.

Аммо кейинги кўнғи кўнғироқ ҳаёлларимни алғов-далғов қилиб юборди: - Иسمи Раъно. 4 йил аввал тахририятга эълон бергани борганимда, худди шу мақсадда ташир буюрган бир йигит билан танишиб қолувдим. Иккита болам бор эди. У эса хотини билан ажрашган экан. Қўриниш вазмин, келишган, гаплари маъноли, яхши жойда ишларкан. Бир-бириимизни ёқтириб қолдик. Шаърий никоҳ ўқитдик. Қа-

риндошларимиздан бир-иккитаси қатнашишди. Ш. акам билан меникида яшай бошладик. Мана 2 йилча бўлиб қолди. Битта фарзандли бўлдим. Ш. акамни айтганини муҳайё қиламан. Рўзгорга бир чақа сарфламаса ҳам яхши кўрган овқатларини тайёрлаб берарман. Аммо охириги пайтда Ш. акам ўзгариб қолди. Баъзан уйга келмай "йўқолиб" кетади. Яқинда эшитсам,

мен учинчи хотин эканман. Ҳозир яна бошқа хотин билан яшаётган экан. Ундан ҳам боласи бор экан. Олдингиларидан ҳам биттадан

ПОТОРЕЯ ЭМАС!

фарзанд кўриб, ташлаб кетган экан. Энг ёмони-ҳеч қайсимиз билан "ЗАГС"и йўқ. Аммо, албатта домла қақиртириб никоҳ ўқитиб оларкан. Аёллар билан 1-2 йил яшаб, яна бошқасини йўлдан уриб, уйига қўниб оларкан... Энди нима қилишга ҳайронман...

- Никоҳингизни расмийлаштиришни талаб қилмаганингиз?

- Бир гал шу ҳақда сўз очсам, уришиб берувди, "нима менга ишонмайсанми?" деб. Кўзига ёмон кўриниб, ҳадеб гапиравермай, дедим...

- Сизларнинг энг катта хотинингиз ҳам - ана шу! Кўнуний ҳужжатсиз Сизга ҳам, фарзандингизга ҳам ҳеч ким ёрдам беролмайди. Биз сизларни факат танишириш вазифасини бажарамиз.

Оллоҳ буюрган "ярмингиз"ни ТАНИШ, ТАНЛАШ,

ўз тақдирингизни ўзингиз белгилаш

Сизнинг зийраклигингизга, фахмузаватингизга боғлиқ...

Гўшақни қўярдикман, елкамдан бир оғир юк босаётгандай бўлади. Шу лаҳза яна телефон жиринглайди: -Л. опангизман. нафақадорман. Эълон орқали бир киши билан танишувдим. Уларнинг ҳам ижтимоий келиш қиқши меникидай экан. Турмуш қуришга келишиб, болаларимга айтувдим, хафа бўлишди. Ахир менинг ҳам шахсий ҳаётга ҳақим бор-ку! Нахот, нафақага чиққан аёлнинг турмуш қуриши айб бўлса?.. Болаларим уйли-жойли, ўзи билан ўзи овора. Мен ҳам қалбимни тушунадиган жуфти ҳалолим бўлса, дейман...

Онахоннинг фикрларига қўшилгандай бўламан. Эндигина фарзандларининг ҳузурини кўриб, бир пиёла аччиқ чойни оёғини узатиб ичиб ётаман, деганда, умр йўлдошидан айрилиб қолиш осонмас. У инсоннинг дардини ўзидай одам тушунмаса, ўғли, келинлар ҳаммиса ҳам фахмлайверишмайди. Бу инсонларнинг "иттифоқи" кўп ҳолларда кўнгил муҳтожлигига асосланади, менимча. Шу боис бева қолган отахон, онахонларни ҳам "тушуниш", ёрдам бериш керак, дегим келади уларнинг фарзандларига.

Азиз мухлислар! Авваламбор газетамизга эътиборингиз учун қулук... Қўлимиздан келганча хизматингизга тайёримиз. Аммо берилаётган эълонлар соҳибининг шахсини яхшилаб ўрганмасдан, ҳужжати кўрмасдан туриб, бутунлай ишониб қўймаган. "Иллат ёшда, ё мошда", деганларидек, ўзингизни ҳам ҳар томонлама тафтиш қилишни унутманг!

Ҳамроҳингизда "товламачилик" белгиларини сезсангиз, тезда тахририятга хабар қилинг!!! Сизга баланд руҳ ва мукамал умр тилаймиз.

Ёшим 32 да. Олий маълумотлиман. Турмушга чиқмаганман. Чунки дунёқарашимга, қалби-қалбимга мос келадиган инсонни ҳали учратмадим. Ўзим ихчам, бўйи баланд, истарали қизман. Аёл киши уддалайдиган рўзгор ишлари қўлимдан келади. Меҳр-оқибатли, жиддий, касби-кори тайин, уй-жойли йигит бўлса, овоз берсин.

Манзилим тахририятда.

**Шодия,
Тошкент.**

Ёшим 63 да. Нуфузли идораларда ишлаганман. Ҳозир нафақадорман. Қўринишим тетик. Фарзандлардан қутулганман. Улар ҳам уйланишимга рози. Ўзимнинг уйим бор. Ақл-фаросатли, солиҳа бир аёл билан танишиш истиғадаман.

Манзилим тахририятда.

**Рустам,
Тошкент.**

Мен газетанинг "Қайда ўзи ўша бахт?" саҳифасини ўқийтган эдим, ҳамкасбим бўлган бир аёл мендан нима ўқийтганлигини сўраб қолди. Мен унга ярим ҳазил, ярим чин қилиб, "бирига эри, берига хотин керак экан", - дедим. Аёл жиддий оҳангда: "Сиз шунга ишонасизми?" - деб сўради. Сўнг бироз асабийлашиб: "Буларнинг ҳаммаси ёлгон", - деди-да, синглиси ҳақида гапириб берди.

ЮЗЛАРИГА ҚОРА СУРКАШМАСА...

- Менинг синглим яқинда эри билан ажрашган. Эри уни ҳар кимдан қизғонарди. Синглим ишламасди. Эрининг топгани рўзгорга етмасди. Шу сабабли синглим ишга кирди. Аёл кўчага чиққанда ўзига қараб, пардоз-андоз қилиб юргани яхши. Эрига эса бу ёқмади. Ҳар кун унининг асабини бузарди. Менга синглим бир-икки марта эридан шикоят қилганди. Мен унга: "Эринг сени севади, шунинг учун рашк қиладми", - дея таскин бердим. Бир кун синглимининг туғилган кунда шифохонадаги ҳамкасблари унга чироили гулдаста беришибди. Синглим гулни олиб уйга қайтганда эри уни: "Бу гулни қайси хушторинг берди", - деб роса дўппослабди. Шундан сўнг синглимининг уйида тез-тез жанжал бўлиб, охири улар ажрашиб кетишди. Болалар эса бориб отасини кўриб туришади. Яқинда ўғли кўрганга борса, отаси: "Ойингга айт, мен уйланмоқчиман. Газетага эълон бердим", - деб газетанинг номини айтибди. Мен ўша газетани топиб келиб ўқидим. Ишонасизми? Синглимни тупроққа қориб, ўзини фарштадек оппоқ қилиб кўрсатибди. "Мен аёлим билан ажрашганман. Хотиним менга хиёнат қилди. Мен ибодли, ҳаёли аёл билан тақдиримни боғламоқчиман", - деб эълон берибди. Аёл шуларни гапириб бериб хонадан чиқиб кетди.

Мен газетанинг ўша саҳифасига қараб қолдим. Эълон берганларнинг 70 фоизи ажралганлар... хиёнат туфайли. Илгари газеталарда хиёнат ҳақида ёзилмас эди, бу уят саналарди. Бу сўз ўзбек оиласига эриш туоларди. Ҳозир эса...

Хиёнатнинг ўзи нима? Балки уларнинг орасида тушунмовчилик бўлгандир... Оилада нималар бўлмайди дейсиз.

Бундай вазиятда аёл ёки эркак бироз енгилтақлик қилиб, дарров ажралишга тушишади. Бир-бирларини хиёнаткор деб айблашади. Менимча, чин севган инсон хиёнатни ҳам кечиради. Бир-бирларининг юзларига қора суркашга ҳақлари йўқ...

Шоира ҲАСАНОВА.

Саҳифани Санобар ФАХРИДДИНОВА тайёрлади.



Бақалоклик БОЛА УЧУН ХАВФЛИ

ЎГЛИМНИНГ ИШТАХАСИ КАРНАЙ ЭДИ

Ўғлим Жавлон саккиз ёшгача чаққон ва келишган бола эди. Ҳатто унинг озғинлиги мени ташвишга ҳам соларди. Кийимларининг бўйи тўри келса-да, елкаси осилиб турарди. Аммо, саккизга тўлганидан кейин у семира бошлади. Аввалига мен хурсанд бўлдим, ёноқларига қизиллик югурганидан суюндим. Жавлон кундан-кунга оғирлигини ошириб борарди. Натижада унинг оҳорли кийимлари кўп бўлишига қарамастан бошқасини сотиб олишга тўғри кела бошлади. Чунки улар сифмай қолганди. Бу энди мени ўйлантириб қўйганди. Ўғлимизнинг ушбу ҳолатини дадасига айтган эдим, у мени уришиб берди. Болага ширинликлар кўп ейишига ва доим компьютерда ўтиришига рухсат бериб қўйганим учун, семириб кетаётган эмиш. Тез-тез жанжал бўлиб турадиган оила-мизда эримнинг бу ўшқирishi яна бир дилхиралikka олиб келди. Бақир-чақир авжига чиқди. Шу пайт ўғлимнинг ошхонага ўтиб кетаётганига кўзим тушиб қолди. У музлатгичдан қуймоқни олиб, қайтиб хонасига кириб кетди. Ушандан кейин мен аҳамият бердимки, қачон биз, эри-хотин жанжаллашсак, шу вақтда Жавлон овқатланишни бошлайди. Мен бу боғлиқликдан ажабландим, аммо бошида бунинг муҳим бир сабаб, деб ўйламадим. Аммо, ўғлимнинг кўчада болалар "бақалок" деб кулишганидан кейин, улар билан уришиб, югуриб уйга кирган заҳоти овқат еганини ва шу вақтнинг ўзида компьютернинг олдида ўтириб олганини кўриб, айниқса, одамови бўлиб қолганини сездим. Бу семизлик натижасида ўғлим қабзиятдан қийналар, хансираб нафас оларди. Ахир дўхтирга мурожаат қилишга мажбур бўлдим. У бизга парҳез қилишимизни буюрди. Аммо ўғлим бунинг уддасидан чиқмади. Жавлон яхши овқатланишини қанда қилмай, ҳатто суюмли таомларини келтириб бермай қўйганимда ҳам, нима егулик бўлса паққос туширадиган даражага етди. Шунда шифокор менга руҳшуносга учрашимизни маслаҳат берди.

Рухшунос болам билан гаплашди ва оиламизнинг барча аъзоларини қабулгига келиши кераклигини айтди. Бу таклифга ҳўжайиним бошида қаршилик қилди, кейин Жавлон учун рози бўлди.

Рухшунос қабулининг биринчи куни у бизга жанжаллашганимизда ўғлимиз қандай ҳолатга тушишига аҳамият беришимизни айтди. Кейин эса эри-хотин, ҳар биримиз

ўзимизни Жавлоннинг ўрнига қўйиб қўришимизни маслаҳат берди. Шунда мен ўзимни ўғлимнинг ўрнига қўйиб қўрдим. Иккита яқин одамнинг арзимаган нарсалардан уришиб қолганда, жуда



Бугунги кунда тиббиёт мутахассислари болалар орасида ортикча вазнлилар сони ортиб бораётганлигини кузатмоқдалар. Улар бунга сабаб қилиб болалардаги кам ҳаракатлилик, бетартиб овқатланиш ва асосан руҳий ҳолатни кўрсатишади. Аммо аксарият ота-оналар фарзандларининг бу ҳолатини жиддий муаммо деб қарашмайди. Бола организмиде йғилиб қолган ортикча ёғлар эвазига қон айланиши сустлашиши ва имунитет пасайиб кетиши боис юрак, асаб, ошқозон хасталиклари ва тез-тез шамоллаб қолишлар содир бўлади. Шунингдек, улар ёши улғайган сайин ўртоқларининг "бақалок" деб кулишларидан сиқилиб, тортинчоқ, одамлар билан муомалага кириша олмайдиган бўлиб қоладилар.

ёмон аҳволга тушар экансан. Менимча, турмуш ўртоғим ҳам шу ҳолатни ҳис қилган. Шундан кейин биз — эр-хотин бошқа ҳеч қачон уришмасликка ва муомаламизни яхшилашга келишиб олдик.

Рухшунос бизга бир - биримизни тушунишимизни, кадрлашимизни маслаҳат берди. Оиладаги можаролар болага қаттиқ таъсир қилишини уқтирди. Ва шундан кейин, Жавлон ҳайрон қоларли даражада оза бошлади. Унинг ҳар доим тамадди қилиб юриши ҳам ўз-ўзидан йўқолиб қолди. Шундан кейин билдимки, ўғлимиз бизнинг уриш-жанжалларимиздан зада бўлиб кетганидан, бор ала-ми, газабини овқатдан олган экан.

Севара ДОЛИМОВА,
Фаргона вилояти, Қўқон шаҳри.

«СЕХРЛАНГАН» МАЛИКА ҲАКИДА ЭРТАК

Қизим Нафисани мен семиз деб ҳисобламасдим. Аксинча, унинг думбоқлиги мени суюнтирарди: юмшоққина кўлчалари, оёқчаларини айтмайсизми, ўзи худди шиширилган шардек дум-думалоқ. Ушанда Нафисанинг оғирлиги 31кг, бўйи 122см. эди.

Нафиса тез-тез шамоллаб қоларди. Шифокорлар бунга ортикча семизлик оқибатида имунитет пасайишини сабаб қилиб кўрсатишди ва эндокринологга мурожаат қилишимизни маслаҳат беришди. Эндокринолог қизимни текшириб, унга парҳез тавсия қилди. Ёғ, углевод ва оксилли маҳсулотларни чегаралашни буюрди. Шунингдек у овқатланиш режимини ҳам ёзиб берди: овқатланиш вақтига қатъий риоя қилиш, йўл-йўлакай тамаддида барҳам бериш, овқат миқдорини камайтириш ва спорт билан шугулланиш.

Аммо мен қизим бу қоидаларга риоя қилмаслигини билардим. Чунки у менинг қийма дўлмаларим ва ширинликларимсиз овқатланмасди. Бундан ташқари қовирилган гўшт, лағмон, паловни ҳам яхши кўрарди. Спорт эса уни қизиқтирмас ва ҳаракатли ўйинларни ёқтирмасди. Нафисага фақат сеvimли кўйгичи билан уйнаб ўтириш ёқадди.

Мен бу ҳақда шифокорга айтгандим, у: "Қизингиз учун шундай ўйин ўйлаб топингки, бу унинг ҳаётига ўхшасин ва парҳезга ундасин", - деди. Ўйлаб-ўйлаб, нихоят Нафиса учун "малика кўйгич" ҳақида эртақ тўқидим. У жуда чиройли ва нозик бўлади. Югуришни, сузишни яхши билади. Аммо унинг гўзаллигини кўролмаган ялмоғиз бир куни маликани ҳеч ким ёқтирмайдиган, семиз, хунук қилиб қўйибди. Маликанинг бу аҳволини кўрган сеҳрар шифокор унга ёрдамга етиб келибди ва ялмоғизни енгитди. Аммо, жодугар кампир енгиллишдан олдин стол устида турган ширинликлар: мурabbo, конфет, тортларга ўз ёвузлигини сочиб юборишга улғурибди. Шундан кейин ким кўпроқ ширинлик еса худди сеҳрланган малика сингари, семиз ва хунук бўлиб қоларкан.

"Биласанми қизим, шифокорнинг айтишича, ҳозир ҳам бу сеҳр ўз таъсирини йўқотмаган экан", - дея эртагимга яқун ясадим.

Менинг эртагимни Нафиса жуда ҳаяжон билан эшитди ва югуриб кўзгудолдига борди-да: "Ойижон, ахир мен ҳам сеҳрланган қолган эканман. Бугун бувимникида олмали пирог ва шоколад егандим. Энди сеҳрни йўқотишнинг иложи борми?", деди. Мен: "Албатта, менда ҳамма ёзилганлари бор. Эртадан бошлаб ширинликларнинг барчасидан воз кечамиз, фойдали егуликлар, мевалар, сабзавотлар, балқ ва сутли овқатлар истеъмол қила бошлайсан. Фақат ширинликларни байрам кўнлари ейиш мумкин, келишдигими?" - дедим. Нафиса рози бўлди. Кейин эса "сеҳр"дан халос бўлиш учун унга сузишни ҳам таклиф қилдим. У бунга ҳам кўнди.

Орадан ярим йил ўтди. Жуда катта ўзгариш бўлди, Нафиса фақат озибгина қолмасдан, шундай чинқидики, бирор марта касал ҳам бўлмади.

Нилуфар БОБОЁРОВА,
Тошкент шаҳри.

ОНАЛАРГА МАСЛАҲАТЛАР

Семизликдан халос бўлишнинг йўллари:

Парҳез. Ёғли ва углеводли овқатларни камайтириб минералли, витаминли маҳсулотларни истеъмол қилишни кўпайтириш.

Психотерапия. Кўпгина болаларда ортикча вазн оиладаги носоғлом муҳитдан келиб чиқади.

Фитотерапия. Ортикча вазнини табиий ўтлар даламасидан фойдаланиб йўқотиш мумкин.

Жисмоний машқлар. Эсда тутинг, болаликдаги бақалоклик инсонни кам ҳолатларда тарқ этади. Катта бўлганда қанча ҳаракат қилинмасин ундан халос бўлишнинг иложи бўлмаслиги мумкин. Агар бунини болангизга раво кўрмасангиз, унинг болаликдан семирishiга йўл қўйманг.

Дилроз ва Матлуба тайёрлашди.

Хисоб-китоб қилинганда...

Француз анатом олимлари Доминик Леони ва Редти Бертелар инсонлар ҳаёти билан боғлиқ ажойиб ва қизиқарли маълумотни ҳисоблаб чиқибди. Мана ўқиб кўринг.

Аёллар ўз ҳаётлари давомида 25-тонна озиқ-овқат еб, 37 минг литр суюқлик истеъмол қилишаркан.

Эраклар эса, мида 22 тонна озиқ-овқат еб, 33 минг литр суюқлик истеъмол қилишаркан.

Инсон тилининг узунлиги ўртача 9 сантиметрни, оғирлиги 50 граммни ташкил этаркан. Шунингдек тил 17 боғлам мускулдан ташкил топганлиги сабабли ўта ҳаракатчан бўларкан.

Ҳар бир инсоннинг бошида ўрта ҳисоб билан 1-3 миллион дона соч толаси

бўлиб, бутун умри давомида кестирмасдан ўстирса умрининг охирига бориб сочининг узунлиги 9-10 метргача етаркан.

Ўрта умр кўрган кишининг юраги бутун ҳаёти давомида жами 3 миллиард марта ураркан. Оғирлиги бориқ 300 грамм бўлган инсон юраги ўртача умр кўрганида, бутун ҳаёти даврида ўз томирларига юборган қонни ҳисобласа жами 200 минг километр узунликка эга бўларкан.

Инсон ўртача умр кўрганда бутун ҳаёти давомида агар суткасига 8 соатдан ухласа, бир ойда умрининг 240 соатини, бир йилда 2880 соатини уйкуда ўтказган бўлиб, бу бир йилда 120 кунни - яъни, 3 ойни ташкил этаркан. Шу ҳисобдан келиб чиқиб ҳисоблаганда 75 йил умр кўрган киши 25 йиллик умрини уйкуда ўтказиши аниқланган.

Лола АХМЕДОВА
тайёрлади.

(Боши ўтган сонларда)



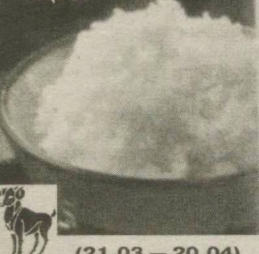
Сўхат саломатлик иили

БУРЖИНГИЗГА ҚАРАБ

ОВҚАТЛАНИШ

Сиз озиш учун қандай қилиб курашиш мумкинлиги ҳақида ўйлаб кўрганмисиз? Унда эсингизда бўлсин. Агар кўркем қадаш-қоматга эга бўламоқчи истасангиз буржингиз бўйича овқатланишингиз керак.

КҮЙ



(21.03 — 20.04)

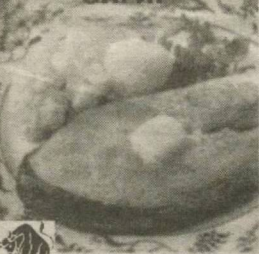
Кўйлар гўшти, айникса, дудланган, қовурилган гўшти таомларни яхши кўришади. Озишлари учун улар бир ҳафта давомида севимли маҳсулотларидан кечишларига тўғри келади.

Уларнинг озишига қуйидаги парҳез ёрдам беради.

Биринчи кун - ҳеч нарса емасдан икки литр кефир ёки маъданли сув ичинг. Агар бутунлай оч қолишни иложи бўлмаса, унда кун давомида 200 грамм қоқ нонни чайнаб юриш мумкин.

Қолган кунларда эса сувда пиширилган гуруч, сули, гречкага бироз туз қўшиб ейишингиз керак. Кун давомида эса икки литр сув ёки кўк чой ичишингиз керак.

СИГИР



21.04 — 21.05)

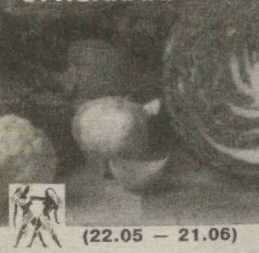
Бурждагилар энг нозиктаб инсонлардир. Улар тўғри келган нарсани еявермайдилар. Овқатнинг нафақат таъмига, балки, дастурхонга қандай қилиб тортилишига ҳам катта аҳамият берадилар. Лекин озишлари қийин эмас, мана бу парҳез кифоя.

Нонушта - бир дона тухум ва бир стакан шакарсиз чой ёки қаҳва.

Тушлик - бир тарелка сабзавот ва бир бўлак гўшт.

Кечки овқат - кефир ва мевалар.

ЭГИЗАКЛАР



(22.05 — 21.06)

Эгизаклар бошқа бурж вакилларида кўра чидамли. Агар зарур бўлса,

ҳеч нарса емай оч юра олишлари, ёки кун давомида фақат сув ичишлари мумкин. Лекин уларга ҳам мана бундай парҳез фойдали.

Уч кун давомида фақат қайнатилган сабзавотларнинг суви ичилади.

Яъни карам, сабзи, лавлаги, пиёзни катта кастрюлда қайнатиб пиширилади.

ҚИСКИЧБАҚА



(22.06 — 22.07)

Кўнгилсизлик юз берганда қискичбақаларнинг иш-тахаси қарнай бўлиб кетади. Уларга мана бу парҳез тўғри келади.

Таомлари рўйхатидан гўшт, ёрма, картошка, лавлаги ва ширинликлар чиқариб ташланади. Қайнатилган ёки ёпилган маҳсулотларни ейишлари зарур бўлади. Тузланган, дудланган балиқларни ейиш ҳам таъқиқланади. Сув ва турли ичимликларга эса бир бўлак лимон солиб ичиш тавсия этилади.

АРСЛОН



(23.07 — 23.08)

Буржларнинг шоҳи бўлмиш Арслон парҳез қилиш учун аввало, қон гуруҳини аниқ билиши зарур. Парҳез учун эса камида бир ой керак бўлади.

Қони I гуруҳ бўлса - гўшт-хўрлар, гўштни истаганча ейишлари мумкин. Фақат кўк чой ва наъматак дамламасини ичадилар.

Қони II гуруҳ бўлса - ёрмалар, бўтқа ва нон маҳсулотлари еб, чой ва қаҳва ичишлари мумкин.

Қони III гуруҳ бўлса - сут, қатик маҳсулотлари ва пишлок.

Қони IV гуруҳ бўлса - Истаган нарсаларидан оз-оздан ейишлари мумкин.

БОШОҚ



24.08 — 23.09)

Бурждошлар аввало ошқозонга эътибор беришлари керак. Уларга оч-

лик тавсия этилмайди. Куйидаги шўрвалар ёрдам беради.

Олти дона помидор, олти дона пиёз, бир бош карам, уч дона булғор қалампири, бир боғ шивит етти литрли кастрюлга солиб қайнатади. Шўрва қайнаб чиққанидан кейин 10 минут баланд оловда, сўнг паст оловда қайнатади. Пишган сабзавотлардан бўтқа тайёрлаш ҳам мумкин. Булар бир ҳафта давомида оз-оздан ейилади. Чой, помидор шарбати ва сув ичиш мумкин, аммо, қаҳва ичилмайди.

ТАРОЗУ



(24.09 — 23.10)

Тарозулар ҳамма нарсани ўзларига ёқсагина ейишади. Уларга тавсия этиладиган мана бу парҳезларнинг ёқмаслиги табиий.

Биринчи кун - фақат мевалар, чой, шакарсиз қаҳва.

Иккинчи кун - фақат хом ва консерваланган маҳсулотлар, кўкатлар, сув.

Учинчи кун - Мевалар ва сабзавотлар картошка ва сув.

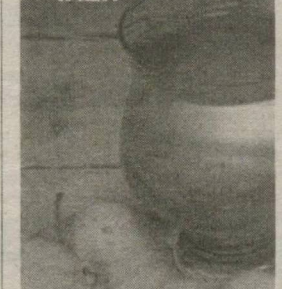
Тўртинчи кун - мевалар, шарбат ва чой.

Бешинчи кун : 200 грамм қайнатиб пиширилган гўшт, истаганча помидор, ширинликсиз ичимликлар.

Олтинчи кун : 200 грамм гўшт, картошкадан ташқари ҳамма сабзавотлар.

Еттинчи кун : гуручли таомлар ва мевалар.

ЧАЁН



(24.10 — 22.11)

Чайнларга мунтазам равишда таналарини тозалаб туриш тавсия этилади. Ушбу парҳез сурункали касали борлар учун.

Биринчи кун : Уч литр кефир

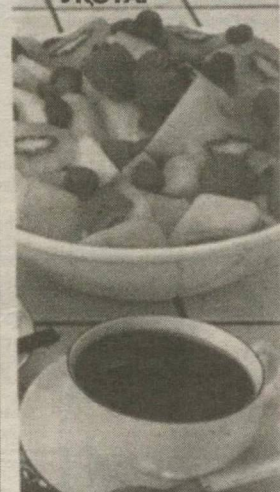
ва истаганча сув.

Иккинчи кун : 2 литр олма шарбати, сув.

Учинчи кун : Тушгача олма шарбати, куннинг иккинчи ярмида эса бир стакан илик сув ва ялпизли чой.

Қолган кунларда эса қайнатиб пиширилган сабзавотлар ва сули бўтқаси.

ЎҚОТАР



(23.11 — 21.12)

Бурждагилар озишни истасалар, консерваланган маҳсулотлардан воз кечишлари керак бўлади. Куйидаги таомномага риоя қилишлари керак.

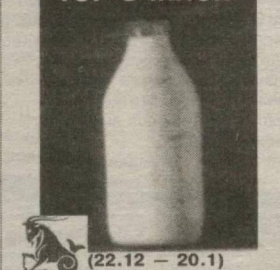
Эрталаб фақат мева ва сабзавотлар.

Тушда - оксилли маҳсулотлар.

Кечкурун - углеводли маҳсулотлар ейилади, аммо, уларни аралаштириб бўлмайди. Овқатланишдан олдин мевалар, сўнг картошкали таомлар, охирида эса ширин газли сувлар ичиш мумкин.

Қолган кунларда эса - кеч соат 6 дан кейин овқатланиш мутлақо таъқиқланади.

ТОҒ ЭЧКИСИ



(22.12 — 20.1)

Ушбу бурж остида туғилганлар учун семизлик муаммо эмас. Уларнинг қомати келишган бўлади. Чунки тоғ эчкилари ҳамиша қондага қараб овқатланишади. Улар фақат овқатларни аралаштириб юбормасликлари керак.

Яъни гўшти оқақлар ва

ундан тайёрланадиган маҳсулотларни аралаштирмасликлари, кўймоқ ва гўшт билан қовурилган картошкадан воз кечишлари керак.

Улар озишни истасалар, таналарини қийнамасдан куйидаги усул билан етти кунда озишлари мумкин.

Биринчи кун : Бир шиша кефир.

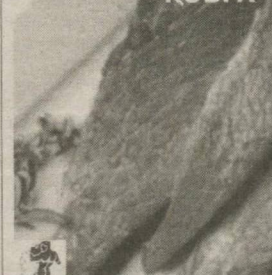
Иккинчи кун : Ҳар кун истаёмол қиладиган овқатларининг тенг ярми қамайтириб ейилади.

Учинчи кун : Бир шиша кефир ичасиз

Тўртинчи кун : Кундалик овқатингизни тенг ярми.

Шу тартибда ҳафтанинг охиригача овқатланасиз ва сезиларли даражада озасиз.

КОВҒА



(21.01 — 18.02)

Ковғалар озиш учун ўзларини кўп нарсадан чегаралаши зарур бўлади.

Эрталабдан то соат 12 гача - икки ҳафта давомида ҳеч нарса емаслик тавсия этилади. Фақат ҳар кун ҳар ярим соатда бир стакандан газланмаган сув ичиб туришади.

Тушликка - балиқ ёки мол гўшти.

Кечкурун сут ва қатик.

Шунингдек, ҳафтада икки марта пиширилган тухум еса бўлади. Нон, ёрма, сабзавотлардан (бодринг ва кўкатлардан ташқари) ҳамма маҳсулотлар таомномадан чиқариб ташланади. Қаҳва ва чой ўрнига, ялпиз, мойичек ўтларидан чой дамлаб ичилади.

БАЛИК



(19.02 — 20.03)

Бурждагилар учун парҳез қилиш шарт эмас. Таналари талаб қилмаган маҳсулотларни емай қўйсалар истаганларидан ҳам, чиройлироқ қоматга эга бўлишади. Бир ҳафта давомида куйидагича парҳез қилсалар кифоя.

Нонушта : Бир стакан асалли чой.

Тушлик : Карамдан тайёрланган салат, қуруқ мевалар ва ёнғоқ.

Кечки овқат : Лавлагили салат ва сабзавотлар.

Кун ора балиқ ва салатлар ейилади. Лекин бу вақтда кунига уч литрдан сув ичиш лозим бўлади.

(Давомий бор)

Дилбар ва Басира тайёрлашди.

КЎРҚУВ ОҚИБАТИДА ...

Менинг набирам саккиз ёшда, у жуда таъсирчан. Хатто, кундуз кунлари ҳам уйда ёлғиз қолишдан кўрқади. Уйқусида йўғлаб чиқади. Энг ёмон доим кўрқувда юради. Гўзал бир ёшлигида шамоллаган эди. Шунданми пешоб йўлида муаммо пайдо бўлди. Менимча буйрагида ҳам касаллик бор. 5-6 йилдирки доим сийиб қўядиган бўлиб қолди. Ўзининг бу аҳволдан доимо хавфсираб юради. Хатто тунда уйғотишмишни ёлғиз сўрайди.

Набирамга жуда ёрдам бергим келади, аммо нима қилишни билмайман.

Инобат ая.
Тошкент шаҳри.

Сиз ҳақсиз, набирангизнинг энг катта муаммоси - кўрқув! Айнан ўша кўрқув буйракни касал қилади, пешоб йўлини бўшаштириб қўяди. Бу ҳолатнинг сабабини боланинг шамоллаши туфайлими деб тахмин қилибсиз. Лекин шамоллаш жуда кам ҳолатларда пешоб йўлига таъсир қилиши мумкин.

Кўрқувдан содир бўладиган бу касаллик аксарият ҳолатда боланинг оиласига боғлиқ. Аммо сиз оилангиз ҳақида ҳеч нарса ёзмабсиз. Набирангизнинг оиласи тўлиқми, қизалоқнинг бу муаммосига ота-онаси қандай қарайди, уни уршишадими ёки йўқ? Сизнинг саволингизга тўғри жавоб бериш учун буларнинг ҳаммаси

ҳақида билиш жуда муҳим. Балки, набирангизнинг онаси ҳомилдорлик даврида бирон нарсадан қаттиқ кўрққандир. Бола онаси ва унинг сезгилари билан жуда боғлиқ бўлади. Онанинг ҳар қандай ваҳимаси болага кўрқув олиб келади. Демак, бундан келиб чиқадиган бола кўрқувини даволашни онадан бошлаш керак. Агар она совуққонлик билан қараса, у ҳолда балоғат ёшига етгандagina қизалоқ бу ноқулай аҳволдан қутулади.

Болага ёрдам беришнинг энгил усуллари бор. Арслонқўруқ, вале-

риана, ялпиз, қулмоқ(хмел) каби доривор ўсимликлар яхши даво бўлади.

Бу ўсимликларни (валерианадан ташқари) қайнатиб эرتалаб ва тунда болага ичириш керак. Асосан тунда ичириш жуда муҳим. Дамламанинг тайёрланиши: 1 ош қошиқ ялпиз (арслонқўруқ ёки қулмоқ)ни 0,5 л. қайнатилган сувга солиб, 40-50 минут дамлаб қўйилгач, 1 ош қошиқдан навбат билан ичилади.

Валериананинг спирт билан аралашмасини дорихонадан олиб, қизчага уч ой уйқудан олдин ҳидлатиш керак.

Энг муҳими қизалоқнинг ўзида ишонч уйғотиш керак. Бунинг учун болани кўпроқ мақташ зарур. Яна рақсга тушиб туриш ҳам қизалоққа фойда беради. Аммо очик ҳавзаларда чўмилишга асло йўл қўймаслик керак. Шунингдек, қизалоқнинг овқатланишига ҳам эътибор бериш лозим. Кўпроқ сут маҳсулотлари, мева ва сабзавотлардан истеъмол қилса мақсадга мувофиқ бўлади.



Сўраган эдингиз...

БАРМОҚЛАРИНГИЗ ФАОЛЛИГИНГИЗНИ ТАЪМИНЛАЙДИ

Кейинги кунларда жуда асабий, ҳеч бир ишга қўл ургим келмайдиган, хаёларини бўлиб қолдим. Бу қийин аҳволдан қутулиш чораси ҳақида маълумот берсангиз жуда миннатдор бўлардим.

Шоира ЭГАМОВА,
Ангрен шаҳри.

Бундай ҳолатга тушишингизнинг сабаби баҳор таъсири ёки камқонлик, танангизда дармондорилар етишмаслигидан бўлиши мумкин. Бунинг учун сизга бармоқларингиз ёрдам бера олади. Бош ва кўрсаткич бармоқларингиз ёрдамида бармоқларингиздаги биологик фаол нуқталар босилади. Бу ички аъзоларнинг иш фаоллигини яхшилайдди. Ҳолсизликни даволаш учун ҳар куни жимжалоқларингизнинг тирноққа яқин қисмини уқаланг. Кейин бошқа бармоқларингизни пастидан то уңига (тирноқларингизгача) ён томонларини, кейин чор атрофларини уқаланг. Уқалаш пайтида қўлларингизни пастга осилтириб туринг. Бу жараёни амалга ошираётганингизда ички аъзоларингиз "қизиш"ганини сезасиз.

Диққатингизни жамлаш ва хотирангизни мустаҳкамлаш учун ўнг қўлингизнинг ўрта бармоғи билан чап кафтингизнинг ўртасини (марказий нуқтасини) 20-30 дақиқа босинг. Кейин эса қўлларингиз вазифаларини алмашинг. Бу машқни ҳар куни бир неча марта такрорласангиз сизни қийнаётган ҳолатдан халос бўласиз.

Эсда тутинг! Бу тавсия қилинган машқлар доимий бажарилиб борилса яхши самара беради. Энг муҳими бармоқлар ёрдамида қилинадиган муолажа алоҳида вақт ёки жой танламайдиган оддий усулдир.

АРОҚЛИ ВАННА ШИРИН УЙҚУНИ ТАЪМИНЛАЙДИ

Менинг ҳаётимда шундай ҳолат содир бўлдики, қаттиқ асабийлашиб оқибатида уйқусизликка йўлиқдим. Буни даволаш учун нима-лар қилиб кўрмадим дейсиз, ҳеч бири фойда бермади.

Бир рус кампири қуйидаги усул уйқусизликда айни даво эканлигини маслаҳат берди. Ухлаш вақти келганда бир тоғора илқ сувга бир стакан ароқ аралаштирилади. Тоғорага ярим соат оёқни солиб ўтирилади. Бир ҳафтадан кейин уйқусизликдан асар ҳам қолмайди.

Сардор.
Гулистон шаҳри.



СЕЛДИР ЎТ БЎҒИН ОҒРИГИГА ДАВО

Отанинг кўп йиллардан бери фойдаланиб келадиган муолажасини сиз билан ўртоқлашмоқчиман. У бўғинларининг оғригидан азоб чекарди. Шунинг учун жуда кўп усуллари қўллаб кўрди ва ният селдердан қилинган табиий дори асқотди.

Селдернинг илдизи суви ва асал бир хил микдорда олиниб аралаштирилади. Ҳар куни бир ош қошиқдан кунига уч маҳалдан отанинг ярим соат олдин истеъмол қилинади. Даволаниш вақти бир ой. Аралашма музлаткичда сақланиб, қўлланишдан олдин яхшилаб аралаштирилиши зарур.

Хусния.
Марғилон шаҳри.

КУВНОҚ ЮРИШНИ ХОХЛАСАНГИЗ...

Калий моддаси инсонни бардам ва кувноқ қилади. Бунинг учун кўпроқ балиқ, картошка, помидор, банан, ёнғоқ ва соя каби маҳсулотларни истеъмол қилиш керак. Чунки булар калий моддасига бой озуқалар ҳисобланади.

ШОКОЛАД ЙЎТАЛГА ДАВО

Шоколад таркибидagi теобромин моддаси йўталга қарши даволаш ҳусусиятига эга. Шунинг учун йўталдан азият чекаётганлар кўпроқ шоколад еб даволанишлари мумкин.

САБЗИ ШАРБАТИ- ЮРАК УЧУН ОЗУКА

Икки йил олдин, қаттиқ сиқилиш оқибатида инфаркт бўлдим. Шифохонадан чиққангидан кейин ҳаёт тарзимни бироз ўзгартишга тўғри келди. Муҳими - ҳеч нарсадан кўрқмаслик, доим дўхтирнинг маслаҳатига қўлоқ солиш ва барча ҳаракатларни юрак мускуллари ва томилларини озиклантиришга қаратиш лозим.

Ҳар куни уй шароитида янги тайёрланган сабзи сувига чой қошиқнинг учдан бир қисмида ўсимлик ёғи аралаштириб, кунига икки маҳал ярим стакандан ичиш лозим. Бу бўш ошқозонга ичилса янада самаралироқ бўлади.

Мунаввар.
Когон шаҳри.



ФОЙДАЛИ МАСЛАҲАТЛАР

ОРГАНИЗМДА КАЛЬЦИЙ ҲОСИЛ ҚИЛИШ

Ҳозирги кунда инсон танасида кальций етишмаслиги жуда кўп учрайди. Айниқса болаларда. Кальцийни қўпайтириш учун биз кўпинча дорилардан фойдаланамиз. Аммо бундан ҳам самаралироқ натижани инсон жисмоний ҳаракатлар туфайли ҳам топиши мумкин.

Қисқа масофага югуриш, "ўрдақ юриш" ва ўтириб туриш (асосан штанга кўтариб), сакраш билан доимий машғул бўлиш йўқотилган кальцийни тиклайди.

ЭРТАЛАБКИ МАШҚ МИЯНИ "УЙҒОТАДИ"

Эрталаб тўшакдан турган ачча вақтда уйқунинг таъсиридан чиқолмай юрадиганлар туридан бўлсангиз, энг оддий жисмоний машқларни қилинг: Эғилиш, ўтириб-туриш, оёқ ва қўлларни ҳаракатлантириш машқлари шу заҳоти миёни "уйғотади" ва сиз тезда қайноқ ҳаётга киришиб кетасиз.

ЖИЗЗАКИ БЎЛМАНГ

Агар сиз ҳар нарсадан таъбингиз хира бўлиб, асабийлашавсангиз, бундай ҳолатда энг муҳими - чалғиш лозим. Китобни очиб, битта саҳифада нечта ҳарф борлигини сананг. Ёки соатга қараб 3-4 дақиқада уни кузатиб туринг. Шунингдек, бир неча дақиқа бўйингизнинг орқа томонидан елка билан қўшиб уқалаш лозим.

БОШИНГИЗ ОҒРИБ ҚОЛСА...

Агар бош оғриғи сизни безовта қилса, ўз ҳаракатингиз билан оғриқдан қутулишингиз мумкин. Бунинг учун ўзингизни стул суянчигига ташланг ва бошингизни деворга теккизинг ёки стулда ўтириб, оёқларингизни ерга қўйинг. Сўнгра, қўлларингизни қўзиб тиззангизни ушланг. Бошингизни 2-3 дақиқа бўш қўйинг. Натижада мушакларингиз бўшашиб, бош оғриғи тўхтади.

Матлуба тайёрлади.

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

Оила ва жамият

Фойдаланилмаган қўлёзмалар тахлит қилинмайди, муаллифларга қайтарилмайди, ёзма жавоб берилмайди.

Газетадан қўчириб босилганда «Оила ва жамият»дан олинганлиги албатта қайд этилсин.

БОШ МУҲАРРИР: ДИЛБАР САИДОВА

Қабулхона: (Тел. ва Факс) 133-28-20
Табриқлар, эълонлар: 133-04-50
Бўлимлар: Оила -133-04-35, 134-25-46
Бухгалтерия: 132-07-41

Газета «Шарқ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босма-хонасида чоп этилди. Тошкент, Буюк Турон кўчаси, 41-уй.
Босишга топшириш вақти - 20.00. Босишга топширилди - 21.00
Газета таҳририят компьютер базасида терилди ва сақланган.
E-mail: oilavajamiyat@rambler.ru oilavajamiyat@mail.ru

ҲОМИЙ: «Матбуот тарқатувчи» акциядорлик компанияси

ОБУНА ИНДЕКСИ - 176

Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 027-рақам билан рўйхатга олинган.

Буюртма Г - 336. Формати А-3, ҳажми 4 табоқ.

Адади - 15803

Саҳифаловчи — Ш. БАРОҚОВ

Расом — Н. ХОЛМУРОВОВ

Навбатчи — Б. САЙДАЛИЕВА

Мусахҳиш — С. САЙДАЛИМОВ

1 2 3 4 5