



Fidoyilik –
Vatanga xizmat demak!

2023-yil 5-dekabr, seshanba,
144 (23.863)-son

KUN
HIKMATI

Sabr o'z
ehtiyojini,
manfaatini
yenga olishdir

1913-yil aprel oyidan chiqqa boshlagan



www.zarnews.uz [@zarnews_uz](https://www.facebook.com/zarnews.uz) [@zarnews_uz](https://twitter.com/zarnews_uz)

AZIZ NE'MATNI QADRILAYLIK!

Viloyat hokimi Erkinjon Turdimovning qishloq xo'jaligidagi suv resurslaridan oqilona foydalanish va sarflanadigan suv resurslarining yo'qotishlarini kamaytirish bo'yicha klasterlar, fermer va dehqon xo'jaliklari, tomorqa yer egalariga murojaati

Qadrli samarqandliklar, aziz yurtoshsholar!

Bugungi global iqlim o'zgarishlari sharoitida suv resurslari yil sayin kamayib, suvga bo'lgan talab esa tobora oshib, dunyoda cho'llanish darajasi ortib borayotganligi hech birimizga yangilik emas.

Ushbu jarayonlar natijasida olimlarning tahlillariga ko'ra, dunyoda har bir soniyada 23 hektar, respublikamizda esa 9 kvadrat metr maydonda cho'llanish jarayoni kuzatilmogda.

Masalaning bugungi kun va kelajagimiz uchun g'oyat muhimligi sababli davlatmiz rahbari tomonidan joriy yilning 20 va 29-noyabr kunlari o'tkazilgan videoselektor yig'ilishlarida suv tanqisligining salbiy ta'sirini yumshatish, qishloq xo'jaligi ekinlari yetishtirishda suv resurslaridan samarali foydalanish yuzasidan aniq vazifalar bilgilat berildi.

Ushbu vazifalarni o'z vaqtida va sifatlari bajarish bizning viloyatimiz uchun ham juda muhim sanaladi. Chunki viloyatimizning suvga bo'lgan ehtiyojining 98 foizini qondradigan Zarafshon daryosi suvi keyingi yillarda o'ttacha ko'p yillik me'yordan 18-22 foizga kamaydi. Bu suvdan foydalanadigan aholi soni esa yil sayin oshib, suv tanqisligi tobora kuchli sezilmoqda.

Tahlillarga ko'ra, Zarafshon daryosi suvi shakllanadigan qo'shiň davlatdagisi Fedchenko muzligining hajmi oxiri 50 yilda 30 foizga qisqargan va bu jarayon tobora tezlashib bormoqda. Hozirgi kunda Samarqand viloyatida suv tanqisligi 900 million kub metr ni tashkil qiladi. Bundan 5-6 yil oldin ushbu ko'rsatkich 650-700 million kub metr edi. Suv tanqisligi 2030-yilga borib, 1,1 milliard kub metr ga yetishi mumkinligi bashorat qilinmoqda.

Bu raqamlar har birimizni chuqur mulohaza qilishga,

suven qadrini anglashga va uni tejashga da'vat etadi.

Shundan kelib chiqib, suvni tejash bo'yicha safarbarlik e'lon qilib, 2024-yil 15-martga qadar 2543 kilometr kanal va ariqlarni (shundan, magistral kanallar 93 kilometr, ichki kanallar 150 kilometr, ichki ariqlar 2300 kilometr) betonlashtrishimiz zarus.

54,8 ming hektar maydonda suv tejamkor texnologiyalarni joriy qilish lozim.

Viloyatdagi 1126 mahallaning har birida kamida 1 kilometrda ariqlarni betonlashtrish talab etiladi.

Har bir fermer, har bir fuqaro o'z uyi va mahallasi-dagi ariqlarni tozalab qo'yishi, suvning ortiqsha sarflanishi oldini olishi lozim.

Hurmatli samarqandliklar!

Bugundan boshlab "Suv tekin emas" degan g'oyani ilgari surib, suvni tejash bo'yicha harakat va chorolarni har birimiz awalo, o'z turmush tarzimiz misolda boshlashimiz darkor. Suvdan foydalanishda eski-chaga yondashuvlardan butunlay voz kechib, bu ne'matning qadr-qimmatini aholi ongiga, ayniqsa, yoshlarga chuqur singdirishimiz, suvning har bir tomchisini asrash bosh maqsadimiz bo'lishi shart va zarur.

Aziz yurtoshsholar!

Yer va suv resurslari ko'paymaydi, ularning miqdori chegaralangan. Shu sababli har birimiz uni asrab-avaylashimiz, kelajak avlodga ham yetkazish o'zini samarqandlik-man degan har bir fuqaroning muqaddas burchi bo'lmog'i lozim.

Ishonamanki, biz samarqandliklar hurmatli Prezidentimiz tomonidan oldimiza qo'yilgan topshiriq va vazifalarni birligida sidqidildan bajaramiz. Aziz ne'matni asrab-avaylashga, uni qadrlashga munosib hissa qo'shamiz!

Viloyat hokimi E.Turdimov o'tgan hafta Samarqand va Kattaqo'rg'on shaharlari, Urgut va Payariq tumanlarida tadbirkorlar bilan uchrashuvlar o'tkazdi.

Uchrashuvlarda 200 dan ortiq tadbirkor imtiyozi kredit olish, elektr energiyasi, gaz tarmog'iغا ularish, kadastr hujjati tayyorlash, yer ajarish, buzilgan yoki davlat va jamoat ehtiyoj uchun olingan bino uchun kompensatsiya to'lovlarini undirish, yerni auksionga chiqarish, uy va tadbirkorlik uchun subsidiya olish, soliq, maishiy xizmat ko'rsatish, yo'il, noqonuniy qurilish masalalarda murojaat qildi.

Payariq tumanida o'tkazilgan uchrashuvda 35 nafer tadbirkor va aholi vakillari ishtirok etdi. Bir kunning o'zida murojaatlarning 15 tasiga ijobji yechim topildi.

Masalan, Paxtachi tumanidan kelgan tadbirkor korxona faoliyatini kengaytirish niyatida

TADBIRKORni NIMA QIYNAYAPTI?

ekanligi va unga ko'mak zarurligini bildirdi.

- Biz qurilish sohasida faoliyat yuritish va tosh maydalash, beton qorishmasi xomashyosi tayyorlash bilan shug'ullanamiz, - deydi "Brokken invest star" mas'uliyati cheklangan jamiyatni rahbari Normurod Berdiyev.

- Zamonga moslashib, avtomatlashtirilgan tosh maydalash va saralash texnologiyasini keltirish va o'rnatish istagida edik. Buning

uchun 2 milliard so'm kredit va "Tadbirkorlar ni qo'llab-quvvatlash jamg'armasi" dan 50 foiz kafolat olishda amaliy yordam so'rab murojaat qildim. Murojaatim "Mikrokreditbank" viloyat boshqarmasi tomonidan o'rganib chiqildi va kredit ajaratish uchun hujjatlarni rasmiylashtirishni boshladik.

Har bir murojaat bo'yicha mas'ullar biriktilib, ijrosi nazoratga olindi.

Konstitutsiya – davlatning Asosiy qonuni, u davlatning tuzilishini, hokimiyat va boshqaruv organlari tizimini, ularning vakolati hamda shakllantirish tartibini, fuqarolarning huquq va majburiyatlarini, shaxs,

davlat va jamiyatning o'zaro munosabatlari, shuningdek, sud tizimi hamda saylov tizimini belgilab beradi.

YANGILANGAN KONSTITUTSIYA BILAN MUKAMMAL JAMIYAT SARI

Konstitutsiya jamiyat kelajagini, taraqqiyot yo'llarini belgilab berishi kerak. Buning uchun davlatning buguni va ertsasini belgilovchi asosiy qonun safatida makon va zamonga mos bo'lishi, insoniyat taraqqiyotining talab va ehtiyojlarini o'zida mujassam etishi lozim. Shundagina mamlakat va xalqning farovon hayoti uchun mustahkam huquqiy asos bo'ladi.

Konstitutsiyamiz shu tamoyil asosida katta-kichik o'zgarishlar bilan yangilanib kelmoqda. 1992-yilden 2023-yilga qadar Konstitutsiyaga jami 15 marta o'zgartish kiritilgan edi. Joriy yilda esa o'zgarishlar ko'lami kattaligi sabab hujjatning yangi tahriri qabul qilindi. Yangilanish natijasida, bosh qomusdagini moddar soni 128 tadan 155 taga, normalar esa 275 tadan 434 taga oshdi.

O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasingning yangi tahriri 2023-yil 1-maydan e'tiboran kuchga kirdi. Bunga 30-aprel kuni bo'lib o'tgan referendum natijasiga ko'ra tegishli qonunning qabul qilinishi asos bo'ldi.

Konstitutsiyaning 1-moddasidagi "O'zbekiston – suveren demokratik respublika" jumlesi quyidagicha o'zgartirildi:

O'zbekiston – boshqaruvning respublika shakliga ega bo'lgan suveren, demokratik, huquqiy, ijtimoiy va dunyoviy davlat.

Boshqaruvning respublika shakli – davlat hokimiyatining olyi organlari xalq tomonidan muayyan muddatga saylanishini anglatadi. Suveren davlat – o'z hududida to'la-to'kis mustaqil hukmronlik va mutlaq yurisdiksiyaga ega bo'lish demakdir.

Demokratiya esa xalq hokimiyatini ifoda etib, davlat boshqaruvida saylanish va o'z vakillarini saylash orqali barchanering teng huquqli ishtiroki ta'minlanishi ko'zda tutadi.

Huquqiy davlatda barcha jarayonlar qonuniy asoslar ustiga quriladi, davlat xizmatchilaridan huquq doirasida fikrash, barcha masalalarga huquqiy ko'z bilan qarash talab etiladi. Qolaversa, huquqiy davlatda barcha fuqarolar qonun oldida teng bo'ladi, davlat hokimiyatining olyi organlari ham qonunlarga bo'ysunadi va qonunlarning muqarrar ijsorisini ta'minlaydi.

O'zbekiston o'zini ijtimoiy davlat deb e'lon qilishi bilan har bir fuqarosiga munosib turmush kechirishi uchun shart-sharoit yaratish majburiyatini oldi. Bu – mavjud resurslarni ijtimoiy adolat tamoyillari asosida taqsimlash, jamiyatda kuchli tabaqalanish avj olishiga yo'l qo'ymaslik, eng zaif qatlamlar uchun ham si-fatlari ta'lim va tibbiyot kafolatlanishi, samarali ijtimoiy himoya dasturlari ishlashi, imkoniyati cheklangan va qo'llovga muhitoj fuqarolarni qo'llab-quvvatlash, adolatli mehnat qonunchiligi va jozibador pensiya tizimi kabilarni anglatadi. Oddiyroq aytganda, eng kambag'al oilaning bolalarida ham sog'-salomat o'sib-ulqayib, yaxshi ta'lim olib, farovonlikka erishish imkoniyati bo'lishi kerak.

Dunyoviy davlatda davlat va din bir-biridan ajratildi. Davlat diniy e'tiqodidan qat'i nazar, barchaga bir xil munosabatda bo'ladi, denga oid masalalarda neytral pozitsiya egallaydi.

(Davomi 2-sahifada) >>>



MADANIYAT muassasalaridagi holat o'rganildi

Viloyat hokimi Erkinjon Turdimov viloyatdagi bir qator madaniyat muassasalarini hamda teatrlar faoliyati bilan tanishdi.

Viloyat rus drama teatri, O'zbekiston filarmoniyasi viloyat bo'limi, maqom ansambl va qo'g'irchoq teatrida bo'lib, ushbu madaniyat muassasalarining moddiy-teknik bazasini mustahkamlash va takomillashtirish, teatrdagi mayjud muammo va kamchiliklarni bartaraf etish masalalarni muhokama qildi.

Teatrlerda anilangan kamchiliklarni yaqin kunnarda bartaraf etish, tomoshabinlarga yetarli shart-sharoitlari yaratish yuzasidan mas'ullariga topshiriqlar berildi, aniq vazifalar belgilab olindi.



NUROBOD TOMONLARDA

Tumanning eng olib hududlaridan biri Ag'ron mahallasi olibaviy shifokorlik punkti foydalanishga topshirildi. Ag'ron va Navbahor mahallalarining 6140 nafer fuqarosiga birlamchi tibbiy xizmat ko'rsatuvchi ushbu muassasa qurilishiga 1,6 milliard so'm mablag' sarflandi.

"Chorvador" mahalla fuqarolar yig'ining yangi binosi foydalanishga topshirildi. Bino mebel, kompyuter jamlanmasi va boshqa vositalar bilan ta'minlandi.

O'rtao'z mahallasidagi 28-umumiy o'rta ta'lim maktabining 180 o'rnli qo'shimcha binosi investitsiylari shartli asosida qurilib, o'quvchilar xifyoriga topshirildi. Natijada 600 nafer o'quvchining zamontalablari darajasida ta'lim olishi uchun imkoniyat yaratildi.

Buloqboshi mahallasida 28-davlat maktabgacha ta'lim tashkiloti faoliyati yo'lg'a qo'yildi. 4,6 milliard so'm evaziga barpo etilgan muassasada mahallaning 90 nafer bolajonlari tarbiyalanadi.

ULAR E'TIBORDAN CHETDA EMAS



Bugun dunyoda taxminan 1 milliardga yaqin nogironligi bo'lgan shaxs istiqomat qiladi. BMT ma'lumotlariga ko'ra, ular dunyodagi eng kambag'al ahollining haddan ortiq ko'p ulushini tashkil qilib, ta'lim, mehnat, sog'liqni saqlash hamda ijtimoiy va huquqiy ko'mak kabi asosiy manbalardan teng ravishda foydalana olmaydi.

3-dekabr - Xalqaro nogironlar kuni o'tkazilishi nogironlarning siyosi, iqtisodiy, madaniy va ijtimoiy muammolariga jamoatchilik e'tiborini jaib qilish, nogironlar qadri, huquqlari va farovonligini himoya qilishga qaratilgan.

Sana munosabati bilan viloyat musiqali drama teatrida "Inson qadri uchun" xayriya aksiyasi o'tkazildi.

Viloyatdagi davlat va jamoat tashkilotlari vakillari hamda homiyalar ishtirok etган tadbirda so'z olganlar yurtimizda nogironligi bo'lgan shaxslarga alohida e'tibor va q'amxo'rlik ko'rsatilayotganini ta'kidladi.

Xayriya aksiyasida nogironligi bo'lgan kishilarga 163

ta nogironlar aravachasi, 49 ta eshitish moslamasi, 183 dona hassa va qo'ltiqtayoq berildi. Tadbir ishtirokchilari uchun "Boqiy shahar" majmuasiga sayohat uyushtirildi. 250 nafer imkoniyati cheklangan shaxslar va ularning

hamrohlari uchun bayram dasturxonasi yozildi.

Xuddi shunday tadbirdar viloyatimizning barcha tuman va shaharlari, muassasalar hamda korxonalarida ham bo'lib o'tdi.

Jumladan, Narpay tumani hokimligi tashabbusi bilan 25 nafer imkoniyati cheklangan shaxsga aravacha, qo'ltiqtayoq, hassa, eshitish moslamasi va boshqa reabilitatsiya vositalari topshirildi. Xonardonlariga borilib, muammolari o'rganildi, oziq-ovqat mahsulotlari tarqatildi.

Samarqand imkoniyati cheklangan shaxslar uchun ixitisoslashtirilgan kasb-hunar maktabida o'tkazilgan tadbirda Samarqand tumani hokimligi, sektor rahbarlari hamda hamkor tashkilotlar tomonidan matabning 246 nafer o'quvchisiga sovg'a-salomlar ulashildi.

Samarqand agroinnovatsiya va tadqiqotlar instituti "Hech kim mehr va e'tibordan chetda qolmasin!" shiori ostida tadbirdar uyushtirildi. Nogironligi bor talabalar moddiy rag'batalantirilib, namunalni xulqi va a'lo baholarga o'qiyotganligi uchun ularning ota-onalariga tashakkurnomalar, esdalik sovg'a-salomlar ulashildi. Rahimjon NORJIGITOV.



FIL

AJDAHO AVLODIDANMI?

Yoki Alisher Navoiy asarlarida bag'rikenglik tushunchasi

Bugungi globallashuv davrida ba'zi bir davlatlar dunyoga hukmronlik davosi bilan tinchlik-o'soyishtalikka, kishilik tamadduni rivojiga jiddiy xavf solmoqda. Insoniyat yangi ming yillikka o'zlikni anglashning yalpi inqirozi sharoitida kirib, nafaqat tabiat va atrof-muhitni, balki o'zini, umumbashariy qadriyatlar olamini vayron qilmoqda.

Insoniyatning kuch va salohiyatini ijtimoiy hamkorlik va xalqaro hamjihatlikni ta'minlashga yo'naltirishda ulug' ajodalor ma'nnaviy merosi, xususan, Alisher Navoiy ijodi muhim o'rinni tutadi. Shoir asarlarida ma'naviyat, ma'rifat, insonparvarlik, bag'rikenglik kabi egzu g'oyalar ustunlik qiladi.

Mutafakkir olamdagi mavjud muammo va murakkabliklar yechimini komil inson shaxsida ko'radi va buni asarlarida targ'ib qildi. Shuning uchun ham "Farhad va Shirin" dostonining bosh qahramonini komil inson tipida yaratadi. Uning ilmda, iste'dodda, jasoratda, kuch-quvvatda kamolga yetishganini har bir harakati, har ishi bilan isbotlaydi.

Alisher Navoiy xalqlarni do'stlikka chorlab, bugungi kundagi kabi ayrim millatlar, xalqlar va davlatlar o'tasida yuz berayotgan harbiy-siyosiy mojarolar, birodarkushlik urushlarining oldini olishiga chaqiradi.

Hazratning asarlaridagi badiiy qahramonlar turli xalq vakillari ekanai ham ramziy ma'noga ega. Shoir o'zining komil insonga xos axloqiy idealini Chin hoqonligi shahzodasi Farhod, Armaniston malikasi Shirin, arab millatiga mansub Qays, Layli, shuningdek, Yunoniston buyuk farzandlari Sugrot, Arastu, Afilotun singari tarixiy shaxslar obrazlarda ifodalaydi. Bu qahramonlarni birlashtirib turgan omil maqsadning birligi, ya'ni chinakam insoniylik ekanini alohida ta'kidlaydi.

Shoir "Lison ut-tayr" dostonining "Ma'rifat vodisi vasfi" deb nomlangan fasilda "ma'rifat yo'lida Haq (Xudo)ni tashning yuz tuman yo'li bo'lib, har bir kimsa o'z yo'ldan qat'iy boradi", deydi:

Munda sollikka tafovut bo'ldi fosh,
Anga mehrobu munga but bo'ldi fosh.
Bo'ldi o'z ifroni har kimga sifat,
Ko'p tafovut qildi paydo ma'rifat.

Demak, ma'rifat yo'lida har kimning erishgan ilmi o'ziga sifatdir. Ushbu yo'ldagilar o'tasida tafovutlar bo'lsa ham, aslida hammasining maqsadi bir.

Ushbu g'oyani Alisher Navoiy bir guruh ko'zi ojiz insonlarning fil bilan uchrashtiwi to'g'risidagi hikoyatida yanada yorqin bayon etadi. Unga ko'ra, musofirlar yoki asirlik sababli Hindistonga kelib qolgan bu odamlar oldiga fil keltiriladi. Ular bu bahaybat jonivorni qo'llari bilan paypaslab, o'z tasavvurini aytil beradi. Biri filning oyog'ini ushlab, "bu sutun (yog'och

ustun) ekan", deydi, filning qorniga qo'lini qo'yan aytadiki, "bu Besutun" (Behustum tog'i), xartumini tutgan "ajdaho avlodidan ekan", deydi, tishlarini siypalagan kishi "U ikki suyakdan iborat ekan", deb xitob qildi. Dumini ushlagan esa uni osilib turgan ilonga qiyoslaydi. Boshini paypaslagan kishi uni bir qoyaning tumshug'i, deydi. Qulog'iga qo'l tekizgan kishi esa "qimirlab turgan ikki yelpig'ich ekan", deydi.

Bu javoblarga qulog' solib turgan hind faylasufi "Ularning fil xususidagi tasavvurlari ziddiyatlari va tartibsi bo'lsa-da, har biri o'z bilganicha so'z aytdi, ular bildirgan sifatlar bir yerga jam qilinsa, fil haqida muayyan tasavvur hosil bo'ladи. Demak, ularning har biri o'zicha haqdir", degan xulosaga keladi.

Mazkur hikoyat boshqalarning fikr-mulohazalariga hurmat bilan qarashni, bag'rikenglikni targ'ib etadi. Bundan har kimning o'zicha haqligi va buning uchun uni ayblash noo'rinaligi, fikrlar, bilimlar jammida mohiyatni ochib berishga xizmat qilishi ma'lum bo'ladи.

O'zaro hurmat va bag'rikenglik tamoyillari jamiyat hamjihatligini ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Insonga tanlash ixtiyori berilgan bo'lsa-da, ushbu tanlovda har doim o'z manfaatlarini birlamchi deb bilish unda tabiat va jamiyatga nisbatan no-to'g'ri munosabat shakllanishiga olib kelishi mumkin. Inson ijtimoiy munosabatlarga kirisishda ma'naviy-axloqiy mezonlarni to'g'ri tanlab, insonparvarlik me'yorlariga, oqilona tamoyillarga tayansa, hayotiy tanlovlari o'zining va atrofdagi insonlarning hayotiga ham ijobji ta'sir ko'rsatadi.

**Baxtiyor TURSUNOV,
Imom Buxoriy xalqaro
ilmiy-tadqiqot markazi
ilmiy xodimi.**

Boldiligmida otamning

menga bergan, bugungi kun tili bilan
aytganda, motivatsiyasi hayotda
ko'p yutuqlarga erishishimga
sabab bo'lgan.
Olapda yolg'iz qiz edim, besh nafer
ukalarim bor. Qishloq hayoti, ayniqsa,
to'ng'ich qizlarning
boshi ishdan chiqmaydi.
Qiz bola onasining ishlarni
qo'lidan olishi kerak, degan
qoida bor. Onam ham bir og'irini
yengil qilishimi, hech bo'lmasa,
ukalarimni ovutib o'tirishimi xohlaysidi.

Otam esa oddiy qurilish firmasida ishlaydi. Menga
kitoblar olib kelib, o'qib, aytib berishimni so'raydi. To'rt-besh
qator qofiya, turgo'i yo'q she'rilarimni mo'jizadek qabul qilib,
goh Samarcandga, goh Toshkentdag'i katta shoirlar yoniga
olib borar, yozganlarimni ularaga ko'rsatardi. So'ng, "qizim,
sen kitobi o'qi, yoz, qo'lingdan keladi", deydi. Yana bir so'zin
hayajonsiz aytay olmayman: "Qizim, sen buyuk bo'lasan",
derdi. Yo'q, men otam aytganchalik buyuk bo'lmaganim
rost. Ammo erishgan har bir yutug'inda, el ichida ozimi
ko'pmi eshitgan har bir rahmatimda otamning buyuk
xizmatlari bor. Hayot sinovlaridan sinmay, kulib, omon
chiqishimning boisi otamning ishonchlaridni balki. Bu
misolni keltirishimga sabab qizlarimni shunday ruhda
ulg'aytirsak, ularning ruhiyatni sog'iom, kuchi bo'la
di. Har bir ota-ona farzandiga umrbod kuchi bo'lib
yashashga yetadigan rag'batni bera olishi zarur.
Aksincha, ota-onalik vazifasini to'liq bajara olmagan
hisoblanadi.

Ayolning ruhan sog'alomligi uchun xizmat
qiluvchi faktorlar haqida qisqacha to'xtaldik.
Endi jismongan sog'alomligi nimalgarga bog'liqligi
haqida so'z yuritsak.

Ayol kishining sog'alom bo'lishi faktorlar
ning ilk bosqichlari oiladan boshlanadi.
Albatta, bola jismongan sog'alom bo'lishi

AYOL SOGLOM BO'LSA, MILLAT BARKAMOL BO'LADI

Qiz bola ta'sirchan bo'ladi. Shuning uchun u oiladagi yaxshi-yomon holatlarni uzoq vaqt esdan chiqarolmaydi. Qanday holatlarda qiz bola ruhan majruh bo'lib qolishi mumkin? Masalan, ota-onaning doimiy janjali, onasining ko'z o'ngida kamsitilishi, kaltaklanishi, yo'qchilik, ya'ni xohlagan narsani, buyumni olib bermaslik, otasining ichkilika ruju qo'yishi, onasi haqida ko'chadan yomon gap eshitishi, doimiy tanbeh eshitishi, tanasida biron nuqson bo'lib, tengdoshlari tomonidan kamsitilishi, ota-onasidan mehr ko'rmasligi...

Bunday muhitda voyaga yetgan qiz o'ziga nisbatan ham, o'zgalarga nisbatan ham ishonchi bo'lmaydi. Oldiga biron maqsad qo'ya olmaydi, hatto orzu qilishga hayiqadi. Chunki u ruhan ezelgan, o'zini sahro-dagi yolg'iz daraxtdek his etadi. Mana, u turmush qurdi, deylik. U beka bo'lgan oilaning, u ona bo'lgan farzandlar holiga voy. Negaki, farzandlari taqdirda ham o'z taqdiri takrorlanmasligiga hech kim kafolat bera olmaydi.

Agar qiz bola ojlada ota-onasining mehriga cho'lg'onib, tinchosuda muhitda voyaga yetsa, "Sen kuchlisan, qo'lingdan keladi. Hammadan aqlligim", degan so'zlarni eshitib kamol topsa, bu qiz oldiga katta maqsadlarni qo'ya oladi. O'ziga nisbatan ishonchi kuchi bo'la di va ortida uni yaqinlari qo'llab-quvvatlab turganini his etadi va shunga monand qadam tashlaydi. Shunda jamiyatimizga o'ziga ishongan, maqsadlari aniq, ruhan kuchi shaxs kirib keladi. Qadim dan xalqimizda bola tarbiyasiga o'zgacha yondashishgan. Ayniqsa, qiz bolaga qo'l ko'tarishmagan, ota-ona uning yonida gap talashmagan. Misli Kipriklari ustida voyaga yetkazishganki, uning qalbi o'ksib qolishidan xavotir olishgan.

Boldiligmida otamning
menga bergan, bugungi kun tili bilan
aytganda, motivatsiyasi hayotda
ko'p yutuqlarga erishishimga
sabab bo'lgan.
Olapda yolg'iz qiz edim, besh nafer
ukalarim bor. Qishloq hayoti, ayniqsa,
to'ng'ich qizlarning
boshi ishdan chiqmaydi.
Qiz bola onasining ishlarni
qo'lidan olishi kerak, degan
qoida bor. Onam ham bir og'irini
yengil qilishimi, hech bo'lmasa,
ukalarimni ovutib o'tirishimi xohlaysidi.

Otam esa oddiy qurilish firmasida ishlaydi. Menga
kitoblar olib kelib, o'qib, aytib berishimni so'raydi. To'rt-besh
qator qofiya, turgo'i yo'q she'rilarimni mo'jizadek qabul qilib,
goh Samarcandga, goh Toshkentdag'i katta shoirlar yoniga
olib borar, yozganlarimni ularaga ko'rsatardi. So'ng, "qizim,
sen kitobi o'qi, yoz, qo'lingdan keladi", deydi. Yana bir so'zin
hayajonsiz aytay olmayman: "Qizim, sen buyuk bo'lasan",
derdi. Yo'q, men otam aytganchalik buyuk bo'lmaganim
rost. Ammo erishgan har bir yutug'inda, el ichida ozimi
ko'pmi eshitgan har bir rahmatimda otamning buyuk
xizmatlari bor. Hayot sinovlaridan sinmay, kulib, omon
chiqishimning boisi otamning ishonchlaridni balki. Bu
misolni keltirishimga sabab qizlarimni shunday ruhda
ulg'aytirsak, ularning ruhiyatni sog'iom, kuchi bo'la
di. Har bir ota-ona farzandiga umrbod kuchi bo'lib
yashashga yetadigan rag'batni bera olishi zarur.
Aksincha, ota-onalik vazifasini to'liq bajara olmagan
hisoblanadi.

Ayolning ruhan sog'alomligi uchun xizmat
qiluvchi faktorlar haqida qisqacha to'xtaldik.
Endi jismongan sog'alomligi nimalgarga bog'liqligi
haqida so'z yuritsak.

Ayol kishining sog'alom bo'lishi faktorlar
ning ilk bosqichlari oiladan boshlanadi.
Albatta, bola jismongan sog'alom bo'lishi

uchun dastlab to'g'ri ovqatlanish ratsioniga amal qilinishi kerak. Ba'zida ayrim onaxonlarning "O'Imagan bizning jonimiz, o'nta tug'ib ham voy jonim demabmiz-a", deganini eshitib qolamiz. Ha, momolamiz tabii oziq-ovqatlar iste'mol qilishgan, mavsumga qarab kiyinishgan. Bugun aksariyat qizlarimiz o'qish, ish bahonasida ko'chadagi yarim tayyor ovqatlarni iste'mol qiladi. Oqibatda vujud kerakli vitaminlardan mosovo bo'lib, ortiqcha vazn balosiga yo'liqadi. O'rik suvi, qurut, qatiq, talqon, qaymoq, tabiiy sariyog', suzma, quruq mevalar, sut, tuxum kabi momolamiz iste'mol qilgan tabiiy mahsulotlar bugungi ovqatlanish ratsionidan chiqib bormoqda.

Iliging to'la bo'lsa, kasal bo'lmaysan, derdi momolar. Ayniqsa, homilador kelinlar farzandini qo'liga olguncha alohida parvarishda bo'lishgan. Ularning chilla saqlashlariga, iste'mol qilayotgan oziq-ovqatlariga alohida e'tibor qaratishgan. Momolamiz naqadar donish ekanligini shu kabi tutumlaridan anglaymiz. Bu haqda so'z yuritayotib, bir necha yil oldin o'zim guvoh bo'lgan voqeja yodimga tushdi.

Ko'p qavatli uyda turamiz. Yuqori qavatda turadigan bir ayol farzandli bo'ldi. Bolaning chillasi chiqsin, ko'rishga kiramiz, dedi kayoni onaxon. Chillasi chiqqan kuni qo'shnikimiz bolani tashqariga olib chiqdi. Yangi mehmon bilan qutladik. Shu payt kayoni onaxon yosh onaga: "Nega ranginda rang yo'q, yuzingni ko'rgan odam qo'radi, yeb-ichishing yaxshimi?", dedi. "Yaxshi, har doimgi osh ovqatimiz", dedi kelin. "Atala ichishing kerak", dedi onaxon qat'ylidik bilan. "Tuqqan ayol atala bilan o'ziga keladi, siljigan suyaklar joyiga kelishi, chaqaloqning qorni to'yishi uchun kuch kerak. Kuchning, vitamining hammasi enalarimiz tayyorlagan atalada".

Shu kundan boshlab onaxon har kuni ikki mahal yosh onaga atala pishirib olib chiqadigan bo'ldi.

Umrida bunday taomni tatib ko'rmagan qo'shni ayolga bu taom yoqmadni.

Ammo momo yonida o'tirib, majburli ichirishdan erinmadni. Bir hafta o'tib, bolasi ona sutiga to'yadigan bo'ldi. Onanig yuzlariga qon yugurdi.

Zirqiran bellari orom oldi. Ayol onaxondan minnatdor bo'lib, musofirligimni bildirmasdan onamdek mehr ko'rsatganingizga rahmat, dedi.

Mentalitetimizda bir qu sur bor, qiz bolan shifoxonaga iloji boricha yashirishga urinamiz. Go'yo qiz bolani shifoxonaga olib borsak, kimdir ko'rib qolib, boshqalarga aytса, degan hadik bo'ladi. Bu bilan qizga jabr qilayotganimizni o'ylamaymiz.

Holbuki, undagi kasallik avj olmasdan shifo topib ketsa, yaxshi emasmi? Ammo ayrim ota-onalar o'rab-chirmab, imi-jimida egasiga topshirib yuborishni afzal ko'rishadi. Yashirilgan kasallik ayol homilador bo'lgach, chunonam o'zini ko'rsatadiki... Hatto bu salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin.

Yana bir og'riqli tomonimiz, aksariyat ayollar kasallikdan yotib qolmaguncha shifokor huzuriga bormaydi. O'tib ketar, farzandim yosh, ishim bor, qaynonam nima deydi, degan bahonalar bilan kasallikni o'tkazib yuborishadi.

Ayol jismongan sog'alom bo'lmog'i uchun yoshligidan tibbiy savodxonlikka ega bo'lmog'i shart. Tibbiy xodimlari bu boroda targ'ibot-tashviqot tadbirlarini kuchaytirishi maqsadga muvoifiqdır. Masalan, xotin-qizlar o'tasida majburiy ko'riklar tashkil etilishi har qanday kasallikning oldini olishga xizmat qila oladi. Afsuski, ishsha, o'qishqa kirishda taqdim etiladigan tibbiy xulosalar shunchaki yozib berilish holatlari uchraydi. Hatto bo'lg'usi kelin-kuyovning tibbiy ko'riklar ham xo'jakor'singa qilinayotgani kishini ajablantiradi. Zero, bugun tibbiyot sohasiga katta e'tibor berilmoqda, soha rivoji uchun katta mablag'lar ajaratilmoqda. Ayniqsa, xotin-qizlar salomatligi yo'lida katta islot hotlar qilinmoqda.

Ayol sog'lig'i millat sog'alomligini belgilari ekan, bunga beparvo bo'lishga hech kimning haqi yo'q.

Gulshan SHERMATOVA,
Nurobod tumani targ'ibot guruhi rahbari.

SHU OYDA TAVALLUD TOPGANLAR

8-DEKABR

Javohir SINDAROV - 2005-yilda Toshkent shahrida tug'ilgan. Shaxmatning rapid, blis va standart yo'nalishlari bo'yicha jahon championi. 44-Butunjahon shaxmat olimpiadasi g'olib. "O'zbekiston iftixori" unvonni sohibi.

Majid FAYZIYEV - 1931-yil Kattaqo'rg'on shahrida tug'ilgan. O'zbekistonda xizmat ko'rsatdi. Kattaqo'rg'on tumani Uyshun qishlog'ida istiqomat qiladi.

Tal'at BOBOMURODOV - 1936-yilda Samarqand shahrida tug'ilgan. O'zbekistonda xizmat ko'rsatdi. Yurusti.