

▶ Давоми 4-бетда

ПРЕЗИДЕНТ ИЛҲОМ АЛИЕВ: “ОЗАРБАЙЖОН ВА ЎЗБЕКИСТОН ЎРТАСИДАГИ МУНОСАБАТЛАР МУШТАРАК ТАРИХ, МАДАНИЯТ, ТИЛ ВА МАЪНАВИЙ ҚАДРИЯТЛАРГА ТАЯНАДИ”

Бошланиши 1-бетда

Ишончим комилки, бўлажак ташриф ҳам мамлакатларимиз ўртасидаги кўп қиррали ҳамкорликни янада кенгайтириш, янги қўшма ташаббусларни амалга ошириш ва иттифоқчилик муносабатларимизни мустаҳкамлашда муҳим аҳамият касб этади.

— Озарбайжон — Ўзбекистон муносабатларининг муҳим йўналишларидан бири савдо-иқтисодий ҳамкорликдир. Бу соҳада эришилган ютуқлар ҳақида нима дея оласиз?

— Савдо-иқтисодий ҳамкорлигимиз сўнгги йилларда жадал ривожланмоқда. 2025 йилда Озарбайжон ва Ўзбекистон ўртасидаги товар айирбошлаш ҳажми аввалги йилга нисбатан 3 баробардан зиёд кўпайиб, 795 миллион АҚШ долларини ташкил этди. Бу жуда яхши кўрсаткич. Шунингдек, 2026 йил январь-май ойларида товар айирбошлаш ўтган йилнинг шу даврига нисбатан 33 фоизга ўсиб, 144 миллион АҚШ долларига етди.

Уч йил аввал умумий капитали 500 миллион АҚШ доллари бўлган Озарбайжон — Ўзбекистон инвестиция компаниясининг ташкил этилиши мамлакатларимиз ўртасидаги инвестициявий ҳамкорликни ривожлантириш учун муҳим платформа яратди. Компания Озарбайжон ва Ўзбекистон иқтисодиётининг турли тармоқларидаги истиқболли лойиҳаларни молиялаштириш ва амалга оширишга салмоқли ҳисса қўшмоқда.

Бундан ташқари, Ҳукуматлараро комиссия иқтисодий, савдо, инвестиция ва бошқа соҳалардаги алоқаларни ривожлантиришда муҳим ўрин тутadi. Бугунга қадар комиссиянинг 15 та йиғилиши ўтказилди. Яқинда Тошкентда бўлиб ўтган навбатдаги йиғилишда Озарбайжон — Ўзбекистон савдо-иқтисодий ҳамкорлигининг бутунги ҳолати, эришилган натижалар ва келгусидаги ривожланиш йўналишлари атрофида муҳокама қилинди.

Энергетика соҳасидаги ҳамкорлигимиз ҳам фаол ривожланмоқда. Ўзбекистоннинг “O‘ZLITNEFTGAS” ва “SOCAR”нинг “NIPi Neftgaz” институтлари негизидa тaшкил этилган “Neftgazetehnologiya” қўшма корхонаси 2016 йилдан буён нефть-газ соҳасида муваффақиятли фаолият юритмоқда. Шунингдек, 2024 йилда “SOCAR” ва “Ўзбекнефтгаз” акциядорлик жамияти томонидан тaшкил этилган “Turan Energy APESCO” қўшма корхонаси “Azerikimya” ишлаб чиқариш биришмасида тайёрланган юқори босимли полиэтиленни Ўзбекистонга экспорт қилмоқда.

“Яшил” энергетика соҳасидаги ҳамкорлигимиз ҳам давом этмоқда. 2025 йилда Озарбайжон, Қозоғистон ва Ўзбекистоннинг тегизиш энергетика идоралари томонидан Боқуда “Yaşıl Dəhliz Birliyi” масъулияти чекланган жамияти тaъсис этилди. Мазкур қўшма корхона Озарбайжон — Марказий Осиё “яшил” энергия йўлаги лойиҳасини амалга оширишни мувофиқлаштириш, қайта тикланувчи

энергияни экспорт қилиш ва уни Каспий денгизи туби орқали узатиш имкониятларини ривожлантириш мақсадида тaшкил этилган.

Икки мамлакат ўртасидаги транзит ташувлари ҳажми ҳам ўсмоқда. 2025 йилда бу кўрсаткич 6,7 фоизга ошиб, 1,4 миллион тоннани тaшкил этди. Жорий йилнинг январь-июнь ойларида эса 12,2 фоизлик ўсиш қайд этилиб, тaшувлар ҳажми 675 минг тоннага етди.

Ўзбекистон томони билан амалга оширилаётган қатор қўшма лойиҳалар иқтисодий ҳамкорликни янада кенгайтириш ва мамлакатларимиз учун янги ривожланиш имкониятларини яратишга муҳим ҳисса қўшмоқда. Бу борада озод этилган Фузулий туманида 100 гектар майдонда “Дўстлик боғи” номли анорзор барпо этилиши, шунингдек, “Chevrolet” автомобиллари ва “Isuzu” автобусларини ишлаб чиқариш соҳасидаги ҳамкорликни алоҳида қайд этиш мумкин. Маълумот учун айтиб ўтсам, 2026 йил 13 июль ҳолатига кўра, жами 10 минг 720 та “Chevrolet” автомобили ва 275 та “Isuzu” автобуси ишлаб чиқарилган.

Айни пайтда мамлакатимизда Ўзбекистон инвестициялари иштирокидаги 130 дан зиёд тижорат тaшкилоти рўйхатдан ўтган бўлиб, улар саноат, қишлоқ хўжалиги, қурилиш, транспорт ва хизмат кўрсатиш каби иқтисодиётнинг турли йўналишларида муваффақиятли фаолият юритмоқда. Ўзбекистон компанияларининг Озарбайжондаги фаолияти мамлакатларимиз ўртасида шаклланган ўзаро ишонч, қулай инвестиция муҳити ва мустаҳкам иқтисодий шериклигини яққол ифодасидир.

Озарбайжон ва Ўзбекистоннинг иқтисодий имкониятлари бир-бирини тўлдирadi ва бу ҳамкорликнинг янги шаклларини яратиш учун кенг истиқболлар очadi. Биз Озарбайжон компанияларининг Ўзбекистонда, Ўзбекистон компанияларининг эса Озарбайжонда янада фаол ишлашини, шунингдек, қўшма ишлаб чиқариш ва инвестиция лойиҳалари сонининг кўпайишини қўллаб-қувватлаймиз.

Озарбайжон ҳам Ўзбекистонда инвестиция лойиҳаларини амалга оширмоқда. Бу борада “PASHA Holding” компанияси томонидан Тошкент шаҳрида “The Ritz-Carlton” бренди остидa қурилатган меҳмонхона ва турар жой мажмуаси, шунингдек, Тошкент вилоятидаги “Sea Breeze Uzbekistan” йирик сайёҳлик ва турар жой мажмуаси лойиҳаларини қайд этиш мумкин.

— Сизнингча, маданий дипломатия Озарбайжон — Ўзбекистон давлатлараро алоқаларини мустаҳкамлашда қандай ўрин тутadi?

— Озарбайжон ва Ўзбекистон ўртасидаги маданий-гуманитар ҳамкорлик муштарак илдизлар, тил ва маданият яқинлиги, шунингдек, асрлар давомида шаклланган маънавий қадриятларга таянувчи муносабатларнинг ажралмас ва муҳим йўналишларидан биридир. Бу соҳадаги ҳамкорлик халқларимиз ўртасидаги ўзаро англашув, ишонч, дўстлик ва қардошлиқ ришталарини мустаҳкамлашга салмоқли

ҳисса қўшиб, гуманитар алоқаларни янги мазмун билан бойитмоқда.

Халқларимизнинг ўзарo интилиши ва давлатларимизнинг биргаликдаги қўллаб-қувватлаши туфайли маданий-гуманитар алоқалар сўнгги йилларда муваффақиятли ривожланмоқда. Биргаликда ўтказилаётган маданият кунлари, санъат фестиваллари, илмий анжуманлар, адабиётларни нашр этиш ва таълим дастурлари икки мамлакат ўртасидаги маданий-гуманитар кун тартибини мустаҳкамлашда алоҳида ўрин тутadi.

2023 ва 2025 йилларда Озарбайжонда Ўзбекистон маданияти кунлари, 2024 йилда эса Ўзбекистонда Озарбайжон маданияти кунлари ўтказилди. Шу йили Хива шаҳрида “Шуша кунлари” ҳам бўлиб ўтди. Ўзбекистоннинг нуфузли делегацияси Боқуда Биринчи туркологлар курултойининг 100 йиллигига бағишлаб ўтказилган Туркий дунё ҳафталигида иштирок этди.

Қардош мамлакатдаги энг қадимий ва нуфузли олий таълим муассасаларидан бири — Ўзбекистон Миллий педагогика университетининг буюк озар шоири ва мутафаккири Низомий Ганжавий номи билан аталishiдан фaхрланамиз.

Ўтган йили Боку марказида мен ва азиз биродарим Президент Шавкат Миромонович Мирзиёев томонидан пойдевори қўйилган, 5 гектар майдонни эгаллайдиган “Ўзбекистон” боғи қардошлигимизнинг яна бир рамзига айланади.

Хайдар Алиев жамғармаси томонидан амалга оширилаётган ташаббус ва лойиҳалар ҳам икки мамлакат ўртасидаги маданий-гуманитар ҳамкорликни кенгайтиришда муҳим аҳамиятга эга.

Таълим соҳасидаги ҳамкорлик Озарбайжон ва Ўзбекистон маданий-гуманитар шериклигининг етакчи йўналишларидан биридир. 2025/2026 ўқув йилида Озарбайжонда Ўзбекистоннинг 67 нафар фуқароси, Ўзбекистонда эса Озарбайжоннинг 176 нафар фуқароси таҳсил олди.

Ўзбекистон ташаббуси билан Фузулий шаҳрида барпо этилган ва фаолият юритаётган Мирзо Улугбек номидаги умумтаълим мактаби таълим соҳасидаги ҳамкорликнинг ёрқин намуналаридан бўлиб, мамлакатларимиз ўртасидаги қардошлик муносабатларининг яна бир ифодасидир. Ушбу эзгу ташаббус, шунингдек, озод этилган ҳудудларимиздаги тиклаш ва бунёдкорлик ишларига кўрсатилаятган кўмак учун бутун Ўзбекистон халқига ва шахсан Президент Шавкат Мирзиёевга самимий миннатдорлик билдирамиз.

Медиа соҳасидаги ҳамкорлик ҳам муҳим натижалар бермоқда. 2024 йилнинг 23-25 сентябрь кунлари Тошкентда I Ўзбекистон — Озарбайжон медиафоруми, 2025 йилнинг 29 сентябрь куни Боқуда II Озарбайжон — Ўзбекистон медиафоруми ўтказилди. 2023 йилда Фузулида Озарбайжон ва Ўзбекистон нодавлат нотижорат ташкилотлари ҳамкорлигининг I форуми, 2024 йилда эса Тошкентда Ўзбекистон ва Озарбайжон ННТлари ҳамкорлигининг II форуми бўлиб ўтди. Ушбу форумларнинг амалий натижаси сифатида 2026 йилда икки қардош мамлакат илик бор ННТлар учун қўшма грант танловини эълон қилди.

Танлов якунларига кўра, Озарбайжоннинг ғолиб лойиҳалари Ўзбекистонда, Ўзбекистоннинг ғолиб лойиҳалари эса Озарбайжонда амалга оширилади.

Ўзбекистондан Озарбайжонга сайёҳлик сафарлари сони ҳам ортиб бормоқда. 2024 йилда мамлакатимизга Ўзбекистоннинг 46 минг, 2025 йилда 62 минг, 2026 йил январь-август ойларида эса 44 минг нафар фуқароси ташриф буюрди.

Ҳудудлараро ҳамкорлик муваффақиятли ривожланаётганини алоҳида таъкидлаш мумкин. Боку — Тошкент, Исмоилий — Риштон, Шуша — Хива, Ланкаран — Бухоро, Шеки — Қўқон, Биласувар — Термиз, Мингечевир — Наманган, Фузулий — Гулистон, Губа — Жиззах ва Бейлаган — Шахрисабз шаҳарлари ўртасида биродарлик ва шериклик алоқалари ўрнатилган. Яқин вақтда Нахчивон ва Урганч ўртасида ҳам биродарлик муносабатларини йўлга қўйиш режалаштирилган. Бугун Озарбайжон ва Ўзбекистон шаҳарларини биродарлаштириш ташаббуслари халқларимизни янада яқинлаштирадиган, муштарак тарихий, маданий ва маънавий қадриятларни асраб-авайлайдиган, келажак авлодлар ўртасидаги дўстлик ва ўзаро ишончни мустаҳкамлайдиган муҳим ҳамкорлик платформаларидан бирига айланган.

Шундай қилиб, Озарбайжон ва Ўзбекистон ўртасидаги маданий-гуманитар ҳамкорлик нафақат икки томонлама муносабатларнинг муҳим йўналиши, балки халқларимизнинг муштарак қадриятлари, бой маданий мероси ва қардошлиқ ришталарини асраб, келажакка олиб ўтадиган стратегик гуманитар кўприқдир.

— Ҳурматли Президент жаноблари, Озарбайжон ва Ўзбекистон халқаро майдонларда самарали ҳамкорлик қилмоқда. Туркий давлатлар ташкилоти доирасидаги ушбу ҳамкорликни қандай баҳолайсиз ва Озарбайжоннинг Марказий Осиё мамлакатлари билан муносабатларини ривожлантириш истиқболари ҳақида нима дея оласиз?

— Мамлакатларимизнинг муҳим масалаларини ҳам икки томонлама, ҳам кўп томонлама шаклларда ҳал этиш борасидаги биргаликдаги фаолияти юксак эътирофга лойиқ. Икки қардош мамлакат — Озарбайжон ва Ўзбекистон барча масалаларда доимо бир-бирини қўллаб-қувватлаётгани фaхр туйғусини уйғотadi.

Озарбайжон ва Ўзбекистоннинг Туркий давлатлар ташкилоти доирасидаги ҳамкорлиги алоҳида аҳамиятга эга. Ўтган йили Габалада ТДТ Давлат раҳбарлари кенгашнинг 12-саммити бўлиб ўтди. Унда ташкилот доирасидаги ҳамкорликнинг асосий масалалари муҳокама қилиниб, ТДТни мустаҳкамлаш, туркий дунёда янада жипс бриклинги таъминлаш, унинг сиёсий, иқтисодий ва глобал қудратини ошириш, шунингдек, ҳарбий майдонда таъсир ва куч марказига айлантиришга қаратилган декларациялар имзоланди.

Озарбайжон ва Ўзбекистон ТДТни нафақат давлатлараро ҳамкорлик платформаси, балки муштарак тарихимиз, мада-

ниятимиз ва маънавий қадриятларимизни келажакка олиб борувчи муҳим тузилма сифатида қабул қилади.

Озарбайжон ва Ўзбекистоннинг ТДТ доирасида сиёсий мулоқот, иқтисодий алоқалар, транспорт-логистика имкониятлари, таълим, илм-фан ва маданий-гуманитар ҳамкорликни ривожлантиришга қўшаётган ҳиссаси туркий давлатлар ўртасидаги интеграцияни янада чуқурлаштиришга хизмат қилмоқда.

Айниқса, транспорт-логистика соҳасидаги ҳамкорлигимиз катта истиқболларга эга. Озарбайжоннинг Жанубий Кавказда, Ўзбекистоннинг эса Марказий Осиёда жойлашгани мамлакатларимизни Шарқ ва Ғарбни боғловчи муҳим стратегик йўналишлардаги табиий шерикларга айлантиради. Шу нуқтан назардан, “Хитой — Қирғизистон — Ўзбекистон” темир йўл лойиҳасининг Ўрта йўлак (Middle Corridor) ва TRIPР билан интеграциялашуви бутун минтақа учун янги иқтисодий ва транзит имкониятларини яратadi.

Озарбайжон ва Ўзбекистон томонидан муштарак туркий меросини асраш ва тарғиб этиш бўйича амалга оширилаётган ташаббуслар буюк маънавий бойлиқни келажак авлодларга етказишда беқийс аҳамиятга эга.

Мамлакатларимиз бошқа туркий ташкилотлар доирасидаги ҳамкорликка ҳам катта аҳамият беради. Ўзбекистоннинг 2025 йил май ойида Туркий маданият ва мерос жамғармасига тўла ҳуқуқли аъзо сифатида қўшилиши муҳим ва қувонарли воқеа бўлди. Ўзбекистоннинг бой тарихий мероси, қадимий давлатчилик анъаналари ва ўзига хос маданий қадриятларини инобатга олганда, унинг мазкур жамғармага аъзо бўлиши туркий дунёнинг муштарак меросини асраш ва тарғиб этиш соҳасидаги ҳамкорлик имкониятларини сезиларли даражада кенгайтиради.

Шундай қилиб, мамлакатларимизнинг ТДТ ва бошқа туркий ташкилотлар доирасидаги фаол ҳамкорлиги туркий дунё интеграциясини янада кучайтириш ва халқаро майдонда унинг ягона позициясини мустаҳкамлашга хизмат қилишда давом этади.

Озарбайжоннинг Марказий Осиё мамлакатлари билан муносабатларига келсак, сўнгги йилларда бу алоқалар иттифоқчилик, стратегик шериклик ва ўзаро манфаатли ҳамкорлик тамойиллари асосида жадал ривожланганини таъкидлаш лозим. Тарихий-маданий яқинлик ва муштарак маънавий қадриятлар каби муҳим омиллар Озарбайжон билан Марказий Осиё давлатлари ўртасидаги мавжуд алоқаларнинг мустаҳкам пойдеворини тaшкил этади.

Озарбайжон Марказий Осиё мамлакатлари билан сиёсий мулоқотни кенгайтириш, иқтисодий алоқаларни чуқурлаштириш, транспорт-коммуникация имкониятларини ошириш, шунингдек, энергетика ва гуманитар соҳалардаги ҳамкорликни ривожлантиришга алоҳида аҳамият беради. Шу нуқтан назардан, Марказий Осиё давлатлари раҳбарларининг Маслаҳат учрашувлари минтақавий ҳамкорликни илгари суриш, ҳамжиҳатликдаги ҳаракатларни мувофиқлаштириш ва

қўшма ташаббусларни муҳокама қилишда муҳим аҳамиятга эга нуфузли платформа-лардан биридир.

Ўтган йил ноябрь ойида айнан Тошкентда, Ўзбекистон раислигида ўтказилган Марказий Осиё давлатлари раҳбарларининг 7-Маслаҳат учрашувида Озарбайжон Республикасининг мазкур форматда тўла ҳуқуқли иштирок этиши тўғрисида қарор қабул қилинди. Ушбу жараёнда кўрсатилган қўллаб-қувватлаш учун Ўзбекистон Республикаси Президентига, шунингдек, Марказий Осиёнинг бошқа давлатлари раҳбарлигига яна бир бор самимий миннатдорлик билдираман.

Озарбайжоннинг ушбу жараёнга фаол қўшилиши натижасида аввал “С5” деб аталган ҳамкорлик формати амалда “С6” форматига айланди, минтақавий мулоқот ва стратегик шериклик эса янги мазмун ва кўлам касб этди.

Озарбайжоннинг мазкур форматда тўла ҳуқуқли иштироки мамлакатимиз Марказий Осиё билан муносабатларга бераётган стратегик аҳамиятини намоён этади. Маслаҳат учрашувлари доирасидаги муҳокамалар минтақа мамлакатлари ўртасидаги ўзаро ишончни янада мустаҳкамлаш, ҳамкорликнинг янги йўналишларини белгилаш ва минтақавий ривожланиш учун муҳим ташаббусларни амалга ошириш имконини беради.

Озарбайжоннинг ушбу форматдаги иштироки мамлакатимизнинг минтақаро ҳамкорлиқни мустаҳкамлашга қўшаётган ҳиссасини ҳам кўрсатади. Мазкур платформа доирасида яратилган мулоқот ва ҳамкорлик механизмлари нафақат давлатлараро муносабатларни ривожлантириш, балки бутун Евроосиё маконидa тинчлик, барқарорлик ва изчил тараққиётни таъминлашга хизмат қилади.

Шундай қилиб, Озарбайжон ва Марказий Осиё мамлакатлари ўртасида шаклланаётган кўп қиррали ҳамкорлик ўзаро ҳурмат, ишонч ва муштарак манфаатларга асосланган стратегик шериклик намунаси-дир.

Озарбайжон ва Ўзбекистон аъзо ёки иштироки бўлган деярли барча халқаро ташкилот ва кўп томонлама платформалар, хусусан, БМТ, Ислom ҳамкорлик ташкилоти, Туркий давлатлар ташкилоти, Иқтисодий ҳамкорлик ташкилоти, Осиёда ҳамкорлик ва ишонч чоралари бўйича кенгаш ҳамда Қўшилмаслик ҳаракати доирасида ҳам самарали ҳамкорлик қилмоқда.

— Ҳурматли Президент жаноблари, қизикarli ва мазмунли интервью учун Сизга миннатдорлик билдирамиз. Ўзбекистонга давлат ташрифингиз арафасида қардош халққа қандай тилаклар билдирган бўлардингиз?

— Ушбу ажойиб имкониятдан фойдаланиб, қардош Ўзбекистон халқини мамлакатининг давлат мустақиллигининг яқинлашиб келаётган 35 йиллиги билан самимий табриклайман ҳамда чуқур хурматини изхор этиб, тинчлик, фаровонлик, равнақ ва янги ютуқлар тилайман.

ЎЗА

Муносабат



Азиза АМИНОВА, Олий Мажлис Қонунчилик палатаси депутаты

Бошланиши 1-бетда

Масалан, қишлоқ хўжалигини олайлик. Ҳозир бу соҳада ишбилармонлар сони юқори ва улар агротадбиркор сифатида фаолият юритаяпти. Натижада мамлакатимиз қишлоқ хўжалиги тубдан трансформация қилиниб, мева-сабзавотлар, пахта ва ғаллани қайта ишлашга иxtисослаштирилган агрокластерлар фаолияти йўлга қўйилди. Аграр соҳада қорақўлчилик,

БИЗНЕС РИВОЖЛАНИШИ УЧУН ЯГОНА ЭКОТИЗИМ ЯРАТИЛАДИ

пиллачилик, балиқчилик, паррандачилик, асaлариччилик соҳалари ривож топди.

Мазкур жараёнда, айниқса, давлатимиз раҳбарининг тadbиркорларга ишончи, ишбилармонлар билан доимий учрашуви, ҳар йили августда ўтказилиши аънаъона айланган очиқ мулоқотда илгари сурилаётган тақриф ва ташаббуслар алоҳида

ўринга эга. Ишбилармонлар ушбу учрашувда ғоя ва тақлифларини илгари сураp экан, соҳа ривожида бевосита иштирокчи-га айланмоқда. Қолаверса, бу ғоялар ҳаётга тaтбиқ этилиб, иқтисодиёт тармоқлари, одамлар турмуш тарзига кириб борапти.

Жорий йил 18 август куни Президентимиз Хива шаҳрида тadbиркорлар билан

бўлиб ўтган олтинчи очиқ мулоқотда юртимиз ишбилармонларини мамлакат иқтисодий тараққиётининг асосий ҳаракатлантирувчи кучи сифатида эътироф этди. Сўнгги беш йилда хусусий корхоналар томонидан асосий капиталга киритилган инвестиция ҳажми уч баравар кўпайиб, 363 триллион сўмга етгани, саноат айланмаси 100 миллион доллардан ошадиган туманлар сони 66 тадан 116 тага кўпайганига алоҳида эътибор қаратди. Аҳамият-лиси, 550 дан зиёд тadbиркор ўз фаолиятини маҳаллий ҳудудларда бошлаб, ҳозир мамлакат бўйлаб ўнлаб филиалларга эга. Ишбилармонларнинг 300 дан ортиги эса миллий бренд яратган.

Хоразм вилоятида тadbиркорлик фаолиятини юритиш учун мутлақо янги имкониятлар яратилган бўлиб, 4 миллиард доллар миқдоридa хоржий инвестиция жалб қилинган ҳамда 10 мингта янги ишлаб чиқариш объекти ишга туширилган. Ҳозир кичик бизнес вилоят иқтисодиётининг 72 фоизини тaшкил қилапти. Экспортдаги улуши эса 81 фоизга етган. Бу мамлакатимиз бўйича энг юқори кўрсаткичлардан. Туризм вилоятида тadbиркорлиқнинг устувор тармоқларидан. Жорий йилда Хоразмга келган хоржий сайёҳлар сони 3 миллионга етиши кутилмоқда.



Очиқ мулоқот қизгин руҳда ўтганига барчамиз гувоҳ бўлдик. Унда тadbиркорлик соҳасини янги босқичга олиб чиқиш, янада қулай муҳит яратиш ва ишбилармонларнинг давлат органлари билан муносабатларини соддалаштиришга алоҳида эътибор қаратилди. Тadbиркорлар дуч келаётган ортқиқа бюрократик тўсиқларни камайитириш, рухсат бериш жараёнини соддалаштириш ва давлат хизматларини рақамлаштириш бўйича янги чоралар белгилангани, 30 дан ортиқ фаолият тури бўйича лицензия ва рухсатномалар та-лабини бекор қилиш режалаштирилгани маълум қилинди. Шунингдек, хусусий

компанияларнинг ривожланиш босқичига кўра ягона экотизим яратилиши, “Бизнес старт”, “Бизнес лифт”, “Бизнес юксалиш” дастурлари ишлаб чиқилиши, кредитлар бўйича контр-кафолат механизмлари жорий этилиши таъкидланди.

Умуман, илгари сурилган ташаббуслар, белгиланган имтиёзлар кўлами жуда кенг. Ҳар бири юртимиз тadbиркорлари фаолиятининг янада ривожланиши, эркин ва самарали фаолият юритиши, янги ғоя ҳамда лойиҳаларни дадил амалга ошириш учун хизмат қилади. Бундан бизнес эгалари тўғри ва унумли фойдаланиши керак.

МИЛЛАТНИ УЙҒОТГАН ЛИДЕР

АҚШда ташкил этилган “МИЛЛАТ ШАВКАТИ” китоби тақдироти таассуротлари



Хусан ЭРМАТОВ,
Ўзбекистонда хизмат кўрсатган журналист, сенатор

Бошланиши 1-бетда

АҚШ конгресси ва БМТ тарихида ўзига хос янгилик бўлган, қолаверса, дунё ҳамжамиятининг янги Ўзбекистон ислохотларида чўнг қизиқиши рамзи сифатида бу икки тақдиротида иштирок этган, фикр билдирган жамики хорижлик экспертларнинг Шавкат Мирзиёев сиёсатига хайрихоҳлиги, Ўзбекистоннинг порлоқ истиқболига ишончидан шу юртнинг бир фарзанди ўлароқ бошимиз кўкка етган, қалбимиз гурурга тўлганди.

Ана шу таассуротлар ҳали хаёлни тарқатмай туриб, бундай тақдироти келиб тушгани қалбимиздаги ҳаяжонни янада кўр олдириди. Энг муҳими, бу гап янги китоб тақдиротининг ватандошлар, ўз тақдирини океан-орти ўлкаси билан боғлаган, бугун турли хизмат вазифаларида меҳнат қилаётган оддий юртдошларимиз, “Ўзбекистон” сўзини юрагида меҳр-ла олиб юрган ватандошлар иштирокида бўлаётгани эди.

Тақдироти ташаббускори ҳам шу одамлар билан бевосита ишлаётган АҚШдаги “Vatan Global Alliance” жамоат ташкилотини. Аввало, “Vatan Global Alliance” жамоат ташкилотини ҳақида икки оғиз тўхталамиз.

“Vatan Global Alliance” жамоат ташкилотини идораси АҚШнинг Филадельфия шаҳрида жойлашган. У АҚШ ва Канадада истиқомат қилаётган ўзбекистонликларни бирлаштириш, ёшлар ўртасида миллий анъана ва қадриятларни тарғиб қилишни кўзлаб фаолият юритади. Шу мақсадда турли тадбирлар ташкил этади, миллий байрамларимизни нишонлайди.

Тақдиротнинг айна шу шаҳарда фаолият юритишида ҳам ўзига хос асос бор, назаримда. “Биродарлик шаҳри” маъносини берадиган Филадельфияда АҚШ демократияси тамойилларига асос солинган. АҚШ Мустақиллиги декларацияси, конституция шу кентда имзоланган. Ўша тарихий ҳужжатга имзо чекилган “Озодлик кўнгириги” деб ном олган бинодан сайёҳларнинг қадами, мана икки ярим асрки, узилмайди.

Пенсильваниядаги энг йирик шаҳар ҳисобланган Филадельфия аҳолиси 1,5 миллиондан ошди бўлса, бу нуфуснинг 40 мингдан кўпрогини ўзбекистонликлар ташкил этади.

Муҳитни англаш

Бугун АҚШда истиқомат қилаётган ярим миллиондан зиёд ватандошларимизнинг тақдироти турлича. Улар бу ўлкага дам олиш учун ёки пули кўплигидан саёхатга борган эмас. Биз буни тўғри англаймиз. Қолаверса, аслида ҳам “муҳожирлар ватани” десак, муволафат бўлмайди бу дийёрда ҳар бир миллатдан бақил бор.

Шаҳарнинг ўтмишида италия-ликлардан тортиб, англияликлару



Тақдироти

японияликларнинг ҳам ўрни бор. Бир сўз билан айтганда, бугунги АҚШни ҳам дунё халқлари қурган, бунёд этган, шу даражага олиб чиққан. “Озодлик монументи” ва унга ёндош музейда бўлган, бу фикрларимиз яна ҳам ойдинлашди.

Бугун ўзбек ватандошлари АҚШда ўз ўрнини топиб улгурган диаспоралар қаторидан муҳим жой ола бошлаган. Эътиборли жиҳати, Филадельфияга яқин икки-уч йилда қатор вилоятларимиз ҳокимлари ўз делегациялари билан келишга улгурди. Бу сафарларнинг мақсади фақат инвестиция топиш эмас, тўлақонли ишонч билан айтиш мумкинки, гарчи минглаб қадимий масофа ажратиб турган бўлса-да, бизнинг ҳам Америка бозорига юборадиган, тақдим қилаётган, бошқаларга нисбатан сифатлироқ, арзонроқ, маъқулроқ маҳсулотларимиз борлигида. Масалан, Самарқанд вилояти ҳокими Адиз Бобоев раҳбарлигидаги делегациянинг Пенсильваниядаги тадбиркорлар билан самарали мулоқоти ва учрашувлари таҳсинга лойиқ.

“Vatan Global Alliance” ташкилоти раҳбари Озод Солиевнинг таъкидлашича, музокара, таҳлиллар натижасида дастлабки ҳисоб-китоб ва тақдиротлар вилоятга 1 миллиард доллардан кўпроқ сармоя киритишни назарда тутаяётган бўлса, жами ишланаётган, пухта қўриб чиқиш ва ҳисоблаш жараёни бораётган сармоялар миқдори 4 миллиард доллардан ортиши мумкин. Бу бйргина вилоят ҳақида бораётган гап. Қолаверса, ҳали жараёнлар эндигина бошланди. Мазкур тақдиротлар пакетига Филадельфиядаги ўзбекистонлик тадбиркорлар улуши ҳам ортмоқда.

Биродарлик шаҳри кўчаларида ўзбекистонлик ишбилармонларнинг савдо нуқталари, ресторани ва маркетлари сонин ҳам кун сайин кўпаймоқда. Жумладан, “Асп” супермаркетининг олинган. У шаҳардаги гавжам ва товар айланмаси энг юқори савдо марказларидан. У ерда ўзининг АҚШда эмас, балки Ўзбекистоннинг бирор шаҳрида юргандек ҳис қиласиз. Чунки маҳсулотларнинг 90 фоиздан кўпроги мамлакатимизники, ёзуви ўзбекча, сифати табиий. Сўзлашувдан тортиб, ички муҳит ҳам она юртимизни эслаб турди. Муносабатлар ўзбекча. Согувчиларнинг муомаласидан кўнгли яйрайди.

Филадельфиянинг Бенжамин Франклин номидаги марказий кўчасида кўплаб мамлакатлар байроғи ҳиллаб турибди. Ўзбекистон мустақиллигининг 35 йиллиги муносабати билан бўлиб ўтадиган байрам тадбирлари дастуридан мазкур хўбонга Ўзбекистон байроғи ҳам ўрнатилиши кутилмоқда экан.

“Самарқанд”да учрашув

Тақдироти олдида олинган бу таассуротлар бизни янада илҳомлантирди. Сафаримиз китоб тақдироти билан боғлиқ эди. Мавзудан бир оз узоклашиб, АҚШ ва у юрда яшаётган ватандошлар ҳақидаги маълумотларга ўтиб кетганимиз ўқувчи-га оғир ботмасин. Зотан, бу ҳам мавзуга боғлиқ, Чунки бу ташаббус Ўзбекистонни соғинган, она Ватанидаги тараққиётдан, ўзгаришлардан кўнглида чексиз фахр туйган одамлардан чиққан эди.

“МИЛЛАТ ШАВКАТИ” китобининг илк тақдироти “Самарқанд қононаси” деб номланган масканда бўлиб ўтди. Ўзбек миллий таомлари тайёрланадиган ресторан, тўй ва маросимлар, қолаверса, тадбирлар ўтказишга мўлжалланган заллардан иборат ушбу маскан 15 август куни ватандошларимиз билан гавжам бўлди.

Тадбирга АҚШнинг Вашингтон, Нью-Йорк ва бошқа шаҳарларидан ҳам ўзбекистонликлар келди.

“Америкалик ўқувчилар “Янги Ўзбекистон: Шавкат Мирзиёев йўли” деб номланган биринчи китобда миллатимиз Лидери раҳбарлигида бунёд этилаётган янги Ўзбекистон моҳияти билан танишган бўлса, “МИЛЛАТ ШАВКАТИ” ундан-да муҳим бошқа жиҳатини — миллат қайғуси, сўнгги икки-уч йилдаги тарихий иншоотлар — Ислон цивилизацияси маркази ва Имом Бухорий мажмуалари орқали янги Ўзбекистон аслида қандай пойдевор устида бунёд этилаётгани ҳақида муфассал маълумот олишмоқда.



Ўзбекистоннинг АҚШдаги фавқуллоҳ ва мухтор элчиси Фурак Сиддиқов икки мамлакат Президентларининг мунтазамлик касб этаётган мулоқотлари, учрашувлари, юритаётган кўп векторли сиёсати ҳақида атрофича сўзлаб берди. Хусусан, давлатимиз раҳбари Шавкат Мирзиёев ва АҚШ Президенти Дональд Трамп ўртасида яқинда бўлиб ўтган телефон мулоқотида тўхталиб, мазкур суҳбатларнинг икки мамлакат муносабатларида тутган амалий ўрнига алоҳида урғу берди. Элчи жаноблари АҚШнинг яна бир қатор шаҳарларида консулликлар очилиши режалаштирилаётгани, ўзаро инвестициялар ҳажми жадал ошаётганини таъкидлади.

Мазкур китоб хорижда яшаётган ватандошларимизга она юртимиздаги жараёнлар, Президентимиз раҳбарлигидаги халқпарвар сиёсатнинг мазмун-моҳиятини етказишда ўта муҳим аҳамиятга эгалигини қайд этди.

Элчининг нутқидан маълум бўлдики, сўнгги йилларда АҚШдаги ватандошларнинг Ўзбекистон ҳаётига қизиқиши мазмунан ўзгарган. Энг муҳими, бу қизиқиш уларнинг Ватандаги эзгу эврилишлар жараёнида иштирокчи ўлароқ қатнашиш истаги, дахлдорлик туйғуси жўш ура бошлагани билан қимматли.

Фурак Сиддиқов сўнгги ўн йилда Ўзбекистон дунё ҳамжамияти кўз ўнгига бутунлай янги қиёфада намоён бўла олганини таъкидлади. БМТ кун тартибига ўта долзарб масалаларни қўя оладиган, дунё иқлимини белгилаш салоҳиятига эга актор давлатлар билан ўзаро манфаатли мулоқотларга киришаётган, ташки олам учун Марказий Осиёни яхлит сиёсий субъект сифатида шакллантира олган Президентимизга нисбатан ҳурмат ва эҳтиром барчамизни хушнуд этаётгани ҳам бор гап.

Иккинчи миссия

Бу сарлавҳани қўйишда бир неча маънони назарда тутдик. “МИЛЛАТ ШАВКАТИ” таниқли сиёсатшунос Қудратилла Рафиқовнинг АҚШдаги ўқирманга тақдим этилаётган иккинчи китоби.

Америкалик ўқувчилар “Янги Ўзбекистон: Шавкат Мирзиёев йўли” деб номланган биринчи китобда миллатимиз Лидери раҳбарлигида бунёд этилаётган янги Ўзбекистон моҳияти билан танишган бўлса, “МИЛЛАТ ШАВКАТИ” ундан-да муҳим бошқа жиҳатини — миллат қайғуси, сўнгги икки-уч йилдаги тарихий иншоотлар — Ислон цивилизацияси маркази ва Имом Бухорий мажмуалари орқали янги Ўзбекистон аслида қандай пойдевор устида бунёд этилаётгани ҳақида муфассал маълумот олишмоқда.

— Мен китобни икки марта ўқиб чиқдим, — дейди “Vatan Global Alliance” ташкилоти бўлим бошлиғи Саъдулло Аҳмедов. — Шундай хулосага келдимки, бу асар ҳар бир ўзбекистонликнинг уйида бўлиши керак.

— Агар чуқурроқ разм солинса, бу китоб айнан АҚШдаги ўзбек ватандошнинг ўз юрти ҳақидаги тасаввурлари, шу пайтгача бўлган тоҳида қўрқув ва алам, тоҳида ўқинч ва изтироблар ўрнига бутунлай бошқа бир туйғунли олиб кириши билан қимматли, — деди Нью-Йорк шаҳридаги “Роял-холл” мажмуасида ташкил этилган иккинчи тақдиротида Озод Солиев. — Биз кечаги, Америкага кириб келгандаги орзу ва ниятларимизни тарихда қолдириб, эртанги бутунлай бошқа бир ҳаёт, янги орзу ва ниятларни кўнглимизга жо қилганимиз. Ахир қаерда бўлмайлик, бизни бир улуг нуқта — Ўзбекистон, Ватанимиз бирлаштириб туради.

У ўзи қизиқтириб “Биз энди иккинчи миссиямизни амалга ошириш йўлидамыз”, — дея алоҳида қайд этди. — “Ушбу миссия чўнтак, қишлоқда ўтказиладиган тўй-томоша қайғусидан бутунлай фаркли. Яқин беш-олти йилда АҚШ конгресси, БМТ ва бошқа халқаро ташкилотларда, АҚШ ақл марказларида бизнинг фарзандларимиз, албатта, бўлади”.

Шу ўринда Озод Солиев ҳақида ҳам озгина маълумот бериб ўтишимиз жоиз. У журналистикада креатив тафаккур, менежментни чуқур англаган ижодкор ва муҳаррир сифатида ҳурмат қозонган. Инсон қалбига йўл топиш, уни ёруғ ниятларга етаклаш, оғир ва ташвишли ҳолатларни энгил қиқш борасидаги фалсафий фикрлаш салоҳияти унинг раҳбарлигидаги “Vatan Global Alliance” ташкилоти фаолиятида ҳам яққол кўринмоқда. Дарвоқе, гап исботи билан дегандек, Озоджоннинг тўнгич фарзанди тиббиёт соҳасида докторлик рутбасига етишди. Гап шундаки, бу оиланинг эртанги орзу-истаги энди янги поғонага чиққан. Бу нафақат Озод Солиевга, балки бугун ўз ўрнини тобора эгаллаётган минглаб ўзбек ватандошларига хос эврилиш.

АҚШдаги ватандошларимиз билан хайрлашар эканмиз, “Бу миссия сизга муборак бўлсин!” дедик...

...Учогимиз чексиздек туюлган уммон узра сузиб боради. Осмон кўм-кўк, ер кўм-кўк... Бугунги кунлар, кеча ва эртани ўйлаб кетасиз. Бунга таассуротлар ҳам қўшилиди. “МИЛЛАТ ШАВКАТИ” китобини ўқиш асносида билдирилган янги Ўзбекистондаги ҳаётбахш ислохотлар, Президентимизнинг сиёсати ҳақидаги фикрлар ҳаёлда жонланаверади. Шунда тафаккурда бундай хулоса пайдо бўлади: **Шавкат Мирзиёев — миллатни уйғотган Лидер! Уйғоқ миллатлар эса мудом шавкатли бўлиб келган.**

Ҳа, Президентимиз бошлаб бораётган янги Ўзбекистонимиз йўлида забт этилаётган довлонлар, халқимиз кўзидаги ишонч ва яна хориждаги ватандошлар, сиёсатчилар, экспертлар билдираётган фикрлар шундай дейишимизга тўла асос бўлади.

Тошкент — Нью-Йорк — Пенсильвания — Нью-Йорк — Тошкент



АМЕРИКАЛИКЛАР ЭЪТИРОФИ

Майлз ХАНСЕН,
“Sterling Foundation” фонди бош директори:

— “МИЛЛАТ ШАВКАТИ” китобида тараққиётни фақат янги инфратузилма, мустақам институтлар ёки иқтисодий кўрсаткичлар билан ўлчаб бўлмаслиги таъкидланади. Тараққиётнинг энг муҳим мезони — ислохотлар инсон қадр-қимматини юксалтириши, имкониятларни кенгайтириши ҳамда одамларда ўз мамлакатини келажикига ишончини мустақамлашидир.

Мазкур гоя Ўзбекистон учун, айниқса, катта аҳамиятга эга. Бугунги Ўзбекистон ҳудуди бир вақтлар Буюк ипак йўлининг марказида жойлашган бўлиб, савдо, таълим, илм-фан ва маданий алмашинувнинг йирик марказларидан бири эди. Ушбу цивилизация дунёга буюк олим ва табиб Абу Али ибн Сино, атоқли шоир ва давлат арбоби Заҳриддин Муҳаммад Бобур, шунингдек, Самарқандни жаҳон астрономия марказларидан бирига айлантирган Мирзо Улугбек каби буюк сиймоларни етиштириб берди.

Асарда Президент Шавкат Мирзиёев раҳбарлиги Ўзбекистонини бой тарихий мероси билан қайта боғлаш, айна пайтда мамлакатни дунёга кенг очиб ва янада порлоқ келажак сари етаклаш жараёни сифатида акс эттирилган.

Ички ислохотлар, бугун Марказий Осиё бўйлаб ҳамкорликнинг янгилиниши ва мустақамлашни, шунингдек, халқаро алоқаларнинг кенгайиши натижасида Ўзбекистон яна цивилизациялар чорраҳасига айланмоқда.

Елена СОН,
Ўзбекистон — Америка савдо-саноат палатаси ижрочи директори:



— Ўзбекистон халқини ушбу китоб билан таъриқлайман. Ундан ўрин олган мақолаларнинг сўнгги йилларда Ўзбекистон оммавий ахборот воситалари диққати марказида бўлиб келаяётганини эътиборга

Жеймс ДУРСО,
америкалик етакчи эксперт,
“The Hill” газетаси муҳбири:

— 2016 йилдан буён ўтган ўн йиллик Ўзбекистоннинг замонавий тарихидаги энг муҳим даврлардан. Бу вақтда Ўзбекистон ўз барқарорлигини сақлаб қолишга муваффақ бўлган ва ҳали тўлиқ рўёбга чиқмаган салмоқли салоҳиятга эга давлат сифатида майдонга чиқди.

Президент Шавкат Мирзиёевнинг ислохотлар ва ўзгаришлар дастури иқтисодийёт салоҳияти ҳамда ўзбек халқининг бунёдкорлик ғайратини юзага чиқарди, қўшни республикалар билан муносабатларнинг сезиларли яхшиланишига кўмаклашди ва бой тарихий меросга ҳурматни сақлаган ҳолда мамлакатни келажак сари йўналтирди. Бугун бу мерос эътиборликл билан асраб-авайланмоқда ва жумладан,

Бу қараш мен шахсан қузаётган жараёнларга ҳам тўла мос келади. Бугун Ўзбекистоннинг АҚШдаги компаниялар, университетлар ва турли ташкилотлар билан ҳамкорлиги тобора кенгайиб бормоқда. Бу жараён менинг она штатим — Ютада ҳам яққол намоён бўлмоқда.

Айнан шу жиҳат китобнинг асосий ғоясини ниҳоятда таъсирчан қилади. Унда шунчаки модернизация ҳақида эмас, балки миллий тикланиш — тарихий хотирани қайта тиклаш, мустақил тафаккурни ривожлантириш ва Ўзбекистон келажикига ишончини мустақамлаш ҳақида сўз юритилган.

Ишончим комилки, агар сизда ушбу китобни ўқиш имконияти бўлса, ундан катта таассурот оласиз. Ўзбекистон тарихи ҳамда бугунги тараққиёти ҳақида янада кўп маълумотга эга бўласиз. Энг муҳими, бу китоб Ўзбекистон келгусида удаллаши мумкин бўлган улкан ва хайратланарли ишлар кўламини янада чуқур англаш имконини беради.

молик деб биламан. Бу кўп жиҳатдан Президент Шавкат Мирзиёев ташаббуси билан ва унинг раҳнамолигидаги ислохотлар ҳамда ташаббуслар билан боғлиқ.

Жаҳон миқёсида етакчилик қилиш осон эмас. Президент Шавкат Мирзиёев мамлакатни сафарбар эта оладиган, минтақани бирлаштирадиган ва АҚШ ишбилармон доираларининг Ўзбекистон бозорига қизиқишини оширадиган ана шундай етакчидир.

Шунингдек, сўнгги ўн йилда Америка — Ўзбекистон ишбилармонлик муносабатларини кўллаб-қувватлаш ва ривожлантириш йўлидаги барча ишлар учун Президент Шавкат Мирзиёевга чуқур миннатдорлик билдирамиз.

Шу билан бирга, АҚШда Ўзбекистоннинг танилишига кўмаклашишда муҳим роль ўйнайдиган, эътироф этилган нуфузли куч бўлган ўзбек диаспорасига китобни тақдим этгани учун муаллифдан алоҳида миннатдор бўлишимиз керак.



Ислон цивилизацияси маркази ҳамда Имом Бухорий ёдгорлик мажмуасида намойиш этилмоқда.

“МИЛЛАТ ШАВКАТИ” китоби бу борада ўз ўқувчисига кўп нарсани сўзлайди, сабоқлар беради.

Нурали АБДУЛЛАЕВ,
Қишлоқ хўжалиги вазирлиги
хузуридаги Агросаноатни
ривожлантириш агентлиги
директори

Бошланиши 1-бетда

Президентимизнинг 2021 йил 10 февралдаги “Қонунчилик ҳужжатлари ижросини самарали ташкил этишда давлат бошқаруви органлари ва маҳаллий ижро этувчи ҳокимият органлари раҳбарларининг шахсий жавобгарлигини кучайтиришга доир қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида”ги ва 2025 йил 25 июлдаги “Давлат органлари ва ташкилотларда ижро интизоми идоралараро ягона электрон тизими самарали фаолият кўрсатишини таъминлашга қаратилган қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида”ги қарори шулар жумласидан.

Бундан ташқари, шу йил 14 августда “Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси тўғрисида”ги конституциявий қонун қабул қилинди. Шунингдек, бу борада Вазирлар Маҳкамасининг 2025 йил 30 сентябрдаги “Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг қарорлари ижросини назорат қилишнинг янги механизmlарини жорий этиш тўғрисида”ги қарори ҳам қабул қилинган.

Мазкур ҳужжатлар давлат органлари ва ташкилотлари раҳбарлари зиммасига юклатилган вазифаларнинг ўз вақтида ва сифатли бажарилишини таъминлашда ҳуқуқий асос бўлиб хизмат қилмоқда.

Ижро интизоми давлат бошқарувининг муҳим таркибий қисми бўлиб, мамлакат тараққиёти, иқтисодий ўсиш ва аҳоли фаровонлигини таъминлашда ҳал қилувчи аҳамият касб этади. Қолаверса, у ҳар қандай давлат органлари ва ташкилотларининг фаолияти натижадорлигини таъминловчи энг муҳим ҳамда асосий кўрсаткичлардан. Шу боис, соҳага оид барча ҳужжатларнинг ижросини таъминлаш нафақат Агросаноатни ривожлантириш агентлиги раҳбарияти, ҳатто энг куйи бўғингача бўлган ҳамма ходимнинг бурчига айланган.

Агентлик томонидан бу борада “Ijro.gov.uz” ижро интизоми идоралараро ягона электрон тизимига киритилган қонунчилик ҳужжатлари ва топшириқларнинг бажарилиши бўйича Вазирлар Маҳкамаси, Адлия

Президент қарорлари — ҳаётда ва назоратда

ИЖРО ИНТИЗОМИ – ТАРАҚҚИЁТ ВА НАТИЖАДОРЛИК МЕЗОНИ

вазирлиги ва Ҳисоб палатаси билан “технологик занжир” асосида доимий ҳамкорликда иш юритилмоқда.

2026 йилнинг биринчи ярим йиллигида агентликка Ўзбекистон Республикаси Президенти томонидан тасдиқланган 131 та ҳужжат “Ijro.gov.uz” тизими орқали келиб тушган, 680 та топшириқ агентликка йўналтирилган. Шундан 548 та топшириқ ижроси тўлиқ таъминланган. Қолган 132 та топшириқ ижросини таъминлаш чора-тадбирлари кўрилмоқда. Бундан ташқари, Президент Администрацияси раҳбарининг 24 та, Вазирлар Маҳкамасининг 67 та топшириғи ижроси тўлиқ таъминланди.

Янги Ўзбекистондаги кенг қўлмали ислохотларнинг муваффақияти, энг аввало, қабул қилинаётган қарорлар ва белгиланган вазифаларнинг ўз вақтида ҳамда сифатли ижро этилишига боғлиқ. Шу боис, ижро интизоми мустаҳкамлаш давлат бошқарувининг энг муҳим йўналишларидан бири сифатида эътироф этилмоқда. Зеро, ҳар қандай ташаббус, дастур ёки лойиҳа ўзининг амалий натижасини айнан пухта ташкил этилган ижро орқали намоен этади. Бу эса агентлик директори билан бир қаторда унинг ўринбосарлари зиммасига ҳам катта масъулият юклайди.

КРП кўрсаткичлари баҳолансагина ходимлар масъулиятни ҳис қилади. Шу боис, 2025-2026 йиллар учун агентлик директори ва ўринбосарларининг фаолиятини баҳоловчи мақсадли кўрсаткичлар Вазирлар Маҳкамасининг тегишли қарорлари билан тасдиқланган. Уларда белгилаб берилган агентлик директори ва ўринбосарларнинг фаолиятини баҳоловчи мақсадли кўрсаткичлар 2025 йил ҳамда 2026 йил биринчи ярим йиллигида 100 фоизлик натижа билан бажарилди. КРП кўрсаткичларини ўз вақтида ва сифатли бажариш мақсадида ҳар чорак якуни билан агентликнинг кенгайтирилган йиғилишида танқидий муҳокама қилиб борилмоқда.

Бундан ташқари, агентлик марказий аппарати бошқарма ва бўлимлар ходимларининг фаолияти самарадорлигини баҳолаш тартиби ва мақсадли вазифаларга эришишни баҳолашнинг асосий мезонлари (КРП кўрсаткичлари) тасдиқланган.

Буларнинг барчаси агентлик тизимида ижро интизомини таъминлаш, қолаверса, Президентимиз, Президент Администрацияси ҳамда Вазирлар Маҳкамаси топшириқлари билан юклатилган вазифалар, функциялар ва прогноз (индикатор) кўрсаткичлари ижросини белгиланган муддатларда, сифатли ва тўлақонли таъминлаш орқали ислохотлар натижадорлигини ошириш ва самарадорликни мустаҳкамлашга асос бўлмоқда.

Агентлик зиммасига юклатилган вазифалар қаторида қишлоқ хўжалиги маҳсулотларини етиштириш, қайта ишлаш ва экспорт қилиш жараёнларини қўллаб-қувватлаш, инвестицияларни жалб этиш, инновацион технологияларни кенг жорий этиш ҳамда соҳа инфратузилмасини ривожлантириш каби муҳим масалалар мавжуд. Мазкур вазифаларнинг самарали бажарилиши эса, аввало, ижро интизомининг юқори даражада йўлга қўйилганига боғлиқ.

Ташкилотимиз тизимида ҳужжатлар ва топшириқлар ижросини назорат қилиш, уларнинг бажарилиш муддатларига қатъий риоя этиш ҳамда ижро натижаларини мунтазам таҳлил қилиб бориш бўйича тизимли ишлар қилинмоқда. Ҳар бир топшириқнинг

ҳиссасига тўғри келади. 2025 йилда ушбу боғларда 3,4 миллион тонна мева маҳсулоти етиштирилди. Бундан ташқари, 207,1 минг гектар узумзорда ўтган йили 2 миллион тонна узум маҳсулоти етказиб берилди.

Президентимизнинг 2024 йил 30 сентябрдаги “Республикада агросаноат соҳасига янги бозор механизмларини жорий этиш ҳамда саноатлашган боғ ва тоқзорларни барпо қилишнинг қўшимча чора-тадбирлари тўғрисида”ги фармонида Қорақалпоғистон Республикаси ва вилоятларда 2024-2025 йилларда иқтисодий самарасиз ҳамда эскирган боғ ва тоқзорлар ўрнида жами 43,2 минг гектар янгидан саноатлашган интенсив мевали боғ ва тоқзор барпо этиш вазифаси белгиланган. Шу асосда республикада жами 44,2



ўз вақтида ва сифатли бажарилиши масъул ходимларнинг шахсий жавобгарлиги асосида ташкил этилмоқда. Бу эса иш самарадорлигини ошириш, бюрократик тўсиқларни камайтириш ва натижадорликни таъминлашга хизмат қилмоқда.

Айниқса, ҳудудлардаги инвестиция лойиҳалари, интенсив боғ ва тоқзорлар ташкил этиш, замонавий иссиқхоналарни барпо этиш, экспортрбоп маҳсулотлар етиштириш бўйича вазифаларнинг ижроси устидан доимий мониторинг олиб борилиши алоҳида аҳамият касб этади. Чунки ҳар бир лойиҳа ортида янги иш ўринлари, иқтисодий ўсиш ва аҳоли фаровонлигини ошириш каби мақсадлар мўжассам.

Республикамызда жами 365,5 минг гектар мевозор мавжуд. Шундан 273,2 минг гектари фермер хўжаликлари ҳамда 92,3 минг гектари аҳоли ва деҳқон хўжаликлари

минг гектар саноатлашган интенсив мевали боғ ва тоқзор барпо этилди.

Аҳоли бандлигини таъминлаш бўйича 15 минг киши доимий ва 63 минг фуқаро мавсумий иш билан таъминланди ҳамда 331,5 миллион долларлик инвестиция киритилди.

Агентлик томонидан 2026 йили ҳудудларда 30,5 минг гектар мевали боғ ва тоқзорлар барпо этиш, натижада 681 минг тонна ҳосил олиш, 42 мингта мавсумий ҳамда 6,1 мингта доимий иш ўрни очиш режа қилинган.

Ўзбекистон ва хорижий давлатлар ўртасидаги қишлоқ хўжалиги ҳамкорлигини мустаҳкамлаш, замонавий боғдорчилик технологияларини жорий этиш ҳамда экспортрбоп мева маҳсулотлари етиштириш мақсадида Қирғизистон, Тожикистон, Афғонистон ва Озарбайжонда агентлик томонидан дўстлик боғлари ташкил этилмоқда. Бу эса, ўз навбатида, қишлоқ хўжалигида халқаро ҳам-



корликни мустаҳкамлаш, замонавий агро-технологияларни кенг жорий этиш ҳамда аҳоли бандлиги ва экспорт ҳажмини оширишга хизмат қилади. Ушбу лойиҳаларнинг муваффақиятли амалга оширилиши эса, аввало, юқори даражадаги ижро интизоми ва масъулиятли ёндашув билан чамбарчас боғлиқ.

Президентимизнинг 2026 йил 9 июндаги “Саноат усулидаги интенсив мевали боғлар барпо этиш ва эскирган боғларни янгилашни қўллаб-қувватлаш чора-тадбирлари тўғрисида”ги фармонида агросаноат соҳасида туб бурилиш ясади. Фармон билан интенсив саноатлашган боғларни ривожлантириш, эскирган боғларни янгилаш ва юқори ҳосилдор навларни кенг жорий этишнинг янги тизими яратилди.

Агентлик мазкур ислохотларнинг амалий ижросини таъминловчи асосий ташкилотлардан бири сифатида ҳудудларда боғларни хатловдан ўтказиш, уларнинг ҳолатини баҳолаш, янги лойиҳаларни шакллантириш ва инвестицияларни жалб этиш бўйича муҳим вазифаларни бажармоқда. Фармон ижросининг самарадорлиги эса, энг аввало, юқори ижро интизоми, масъулият ва тизимли назоратга боғлиқ. Шу маънода, агентлик фаолиятида ижро интизоми тараққиёт ва натижадорлиқнинг энг муҳим мезони сифатида намоен бўлмоқда.

Бугун агентлик томонидан қилинаётган ишлар туфайли қишлоқ хўжалигида қўшилган қиймат занжирларини яратиш, экспорт ҳажмини ошириш ва инвестициявий жозибадорликни кучайтириш борасида муҳим натижаларга эришилмоқда. Бу натижалар замирида эса, аввало, пухта ташкил этилган ижро интизоми, тизимли назорат ва юксак масъулият мўжассам.

Ижро интизоми ҳар қандай ташкилотнинг муваффақияти калитидир. Агентлик фаолиятида ҳам ушбу тамойилга қатъий амал қилиниши белгиланган. Бу эса, ўз навбатида, вазифаларнинг самарали бажарилиши ҳисобига соҳанинг барқарор ривожланиши ва мамлакатимиз иқтисодий тараққиётга муносиб ҳисса бўлиб қўшилмоқда. Тараққиёт ва натижадорлик сари элтувчи йўл, шубҳасиз, мустаҳкам ижро интизомидан бошланади.

У ташкилот фаолиятининг барча йўналишида масъулият, тартиб ва натижадорлик

муҳитини шакллантиради. Ходимларнинг ўз вазифасига масъулият билан ёндашиши, топшириқларни сифатли бажариши ва ташаббускорлик кўрсатиши агентлик олдида қўйилган стратегик мақсадларга эришишда муҳим омил бўлиб хизмат қилмоқда.

Президентимиз раҳбарлигида 2026 йил 13 март куни аҳоли мурожаатлари билан ишлаш тизимини такомиллаштириш, Халқ қабулхоналари фаолиятини янги босқичга олиб чиқиш, жамоатчилик фикрини чуқур таҳлил қилиш ва ижро интизоми масалаларига бағишланган видеоселектор йиғилишида аҳоли мурожаатлари билан ишлаш давлат органлари фаолиятининг асосий мезонларидан бири экани таъкидланди. Ҳар бир мурожаат ортида инсон тақдири, муаммоси ва орзу-умидлари тургани қайд этилди.

Шу муносабат билан давлат органлари раҳбарлари зиммасига аҳоли билан мулоқотни кучайтириш, мурожаатларни чуқур таҳлил қилиш, такорорий мурожаатларнинг келиб чиқиш сабабларини бартараф этиш ҳамда муаммоларни тизимли ҳал қилиш бўйича аниқ вазифалар юклатилди.

Йиғилишдан келиб чиққан ҳолда агентлик тизимида ҳам мурожаатлар билан ишлаш самарадорлигини ошириш, жисмоний ва юридик шахсларнинг мурожаатларини ўз вақтида кўриб чиқиш ҳамда уларни қонуний ҳал этиш бўйича қўшимча чора-тадбирлар белгиланди.

Шунингдек, ижро интизомини янада мустаҳкамлаш мақсадида ҳар бир топшириқ ижросини мониторинг қилиш, назорат тадбирларини кучайтириш ва шахсий масъулиятни ошириш бўйича вазифалар белгилаб олинди. Улар ижросини таъминлаш орқали аҳоли мурожаатларини ҳал қилиш самарадорлигини ошириш, давлат хизматлари сифатини яхшилаш ва жамоатчилик розилигини таъминлаш кўзда тутилган.

Ижро интизоми оддий талаб эмас, балки тараққиётни таъминлайдиган муҳим қучдир. У жамиятнинг барча бўғинида мустаҳкам қарор топсатгина юрт равнақи ва халқ фаровонлигига эришиш мумкин. Демак, ҳар биримиз ўз вазифамизни сидқидилдан бажарсак, интизом ва масъулиятни ҳаёт мезонига айлантирсак, тараққиёт ва юксак натижаларга, албатта, эришамиз.

“Яшил” энергия

Дунёда энергияга бўлган талаб тобора ортиб бораётган, айрим ҳудудларда энергия таъминоти билан боғлиқ муаммолар кучаяётган аини пайтда табиат ва инсон саломатлиги учун хавфсиз, барқарор энергия манбаларига эҳтиёж ҳам ошиб бормоқда. Кўмир, нефть ва газдан кенг фойдаланиш эса атмосферага чиқарилаётган зарарли моддалар, иқлим ўзгариши ва табиий ресурсларнинг қисқариши каби муаммоларни янада долзарблаштирмоқда. Шу боис, кўш, сув ва шамол сингари қайта тикланувчи, экологик тоза энергия манбаларига талаб кун сайин ортиб бормоқда.

Юртимизда ҳам бу эҳтиёждан келиб чиқиб, энергетика соҳасини диверсификация қилиш, қайта тикланувчи энергия манбаларини кенг ривожлантириш, гидроэнергетика салохиятидан самарали фойдаланиш ва “яшил иқтисодиёт” тамойилларини ҳаётга изчил татбиқ этиш давлат сиёсатининг дустури йўналишларидан бирига айланган. Ушбу йўналишлар билан аҳоли таъбиббоси билан амалга оширилаётган ишлар бугун режа ва дастурлардагина эмас, балки мамлакатимизнинг турли ҳудудларида ишга тушаётган янги энергетика иншоотларида ҳам ўзининг амалий ифодасини топмоқда.



БЎСТОНЛИҚДА 20 МВТ ҚУВВАТГА ЭГА ШАМОЛ ЭЛЕКТР СТАНЦИЯСИ ИШГА ТУШИРИЛДИ

Инсон шамолнинг кучини англаганига неча асрлар бўлди. Қадимда унинг қудратини шамол тегириларида фойдаланилди, елканли кемалар унинг измида денгизларни кездди. Бугун замонавий технологиялар шамолнинг кучини электр энергиясига айлантириш имконини бермоқда.



20 август куни Бўстонлиқда Чорбоғ шамол электр станциясининг очилиши бўлиб ўтди. Бўстонлиқнинг сўлим табиати, салобатли тоғлари ва кенгликлари йўл бошидаюқ кишини ўзига мафтун этади. Тоғлар бағрига яқинлашганимиз сари манзара тобора ўзгара бошлади. Узокдан Чорвоқ сув омбори кўзга ташланади. Тоғлар орасида ястаниб ётган мовийлик саҳаси гўё табиатнинг ўзи чизган суратдек. Биз эса йўлимизни давом эттириб, тоғ бағирлаб юқорига кўтариламиз.

Баландлашиб борганимиз сайин кўз ўнгимиздаги манзарадан беихтиёр ҳайратга тушамиз. Тоғ тепасида осмонга буйи чўзган улкан шамол турбиналари қад ростлаган. Инсон қадами етиши осон бўлмаган бу баландлиқда бундай катта ва замонавий иншоотларни кўришнинг ўзи кишида алоҳида ҳайрат уйғотади. Бир пайтлар бу тоғларда эркин кезган шамол бугун ана шу улкан парраклари айлантириб, инсон манфати учун электр энергиясини ҳосил қилмоқда.

Тўртта замонавий турбинанинг ҳар бири 5 мегаватт қувватга эга бўлиб, станциянинг умумий қуввати 20 мегаваттни ташкил этади. Йилига 50 миллион киловатт-соатгача экологик тоза электр энергияси ишлаб чиқариш имкониятига эга бу станция қарий 20 мингта хонадоннинг эҳтиёжини таъминлаш, электр тармоқларидаги юкламани камайтириш ва энергетика тизими барқарорлигини мустаҳкамлашга хизмат қилади.

Чорбоғдаги бу улкан лойиҳа Ўзбекистон ва Хитой ўртасидаги стратегик шериклик ва самарали ҳамкорлиқнинг яна бир амалий

натижаси бўлди. Уни амалга ошириш учун Хитой ҳукумати томонидан 28 миллион доллар миқдорида бегараз грант ажратилган. Рақамлар саноқлики, аммо тоғ бағрида айланаётган паррақларга қараб, бу лойиҳанинг энг катта қиймати — табиат қудратини инсон фаровонлигига хизмат қиладиган энергияга айлантираётганида эканини англайсиз.

Чорбоғдаги бу иншоотнинг қийматини ерлик одамлар яхши ҳис қилади. Тургун ота билан сўхбатимизда бунга амин бўлдик: “Илгари кучли шамол турса, электр узилиб, базан кунлаб келмай қолган пайтлар бўларди. Ҳозир эса бундай ҳоллар деярли учрамайди. Одам қўлгул. Уни тўғри йўлда ишлатса, катта натижаларга эришади. Бугун бу станция мустақиллигимизнинг 35 йиллик тўйига муносиб тўғна бўлди деб баралла айта оламиз”.

Станция фаолияти натижасида ҳар йили юз минглаб куб метр табиий газ ва минглаб тонна кўмир тежалади, атмосферага чиқариладиган иссиқхона газлари ҳажми ҳам сезиларли қисқаради. Яъни тоғлар бағрида айланаётган ҳар бир паррак нафақат хонадонларга ёруғлик,

балки табиатга ҳам енгиллик олиб келади. Бу эса юртимизда экологик барқарорликни таъминлаш, ултерод изини камайитириш ва иқлим бўйича халқаро мажбуриятларни бажариш йўлидаги амалий қадамдир.

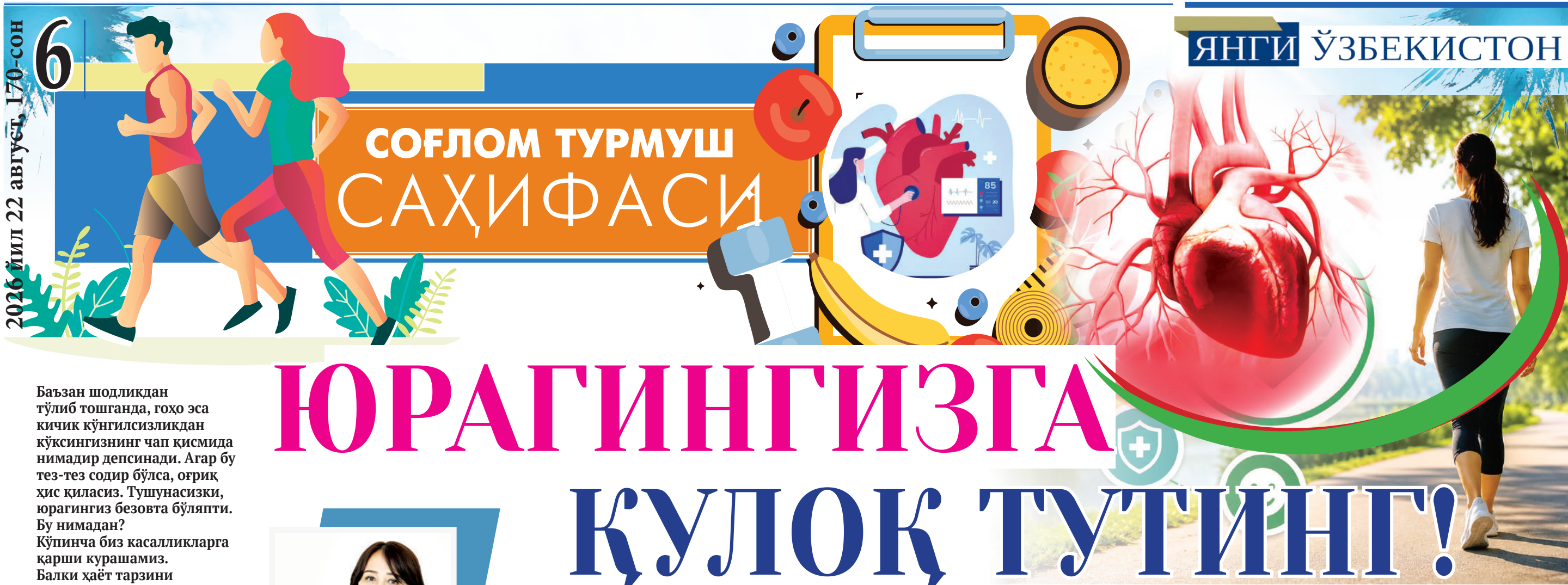
Шу боис, Чорбоғ шамол электр станциясининг ишга туширилиши юртимизда “яшил” энергия улushiни ошириш, халқаро

ҳамкорликни мустаҳкамлаш ва аҳолини экологик тоза электр энергияси билан таъминлаш йўлидаги яна бир муҳим қадамдир. Қайтар эканмиз, йўл бўйидаги манзарага яна бир бор назар ташлаймиз. Пастда Чорвоқ сув омбори, тепада эса тоғ тепасида айланаётган улкан паррақлар. Бир неча соат аввал биз оддий бир энергетика объектининг очилишини ёритиш учун келган эдик. Аммо бу ерда кўрганларимиз воқеага бошқача баҳо беришга ундайди. Гап фақат 20 мегаватт қувват, 50 миллион киловатт-соат электр энергияси ёки тежаладиган ёқилда эмас.

Гап шундаки, мамлакатнинг энергетикага бўлган эҳтиёжи ошиб бораётган бир пайтда табиатнинг ўзида мавжуд имкониятни ишга солишни ўрганяпмиз. Кечагина кучли шамолни оддий табиий ҳодиса сифатида қабул қилган одам бугун унинг иқтисодий қийматини кўриб турибди. Тургун отанинг “одам қўлгул” деган гапи ҳам, назаримизда, айнан шу ерда ўз тасдиқини топади.

Сардор ТОЛИБОВЕВ,
“Янги Ўзбекистон” мухбири

Баҳодиржон
ШЕРМУҲАММАДОВ
Фарғона давлат
университети ректори



Баъзан шодликдан тўлиб тошганда, гоҳо эса кичик кўнгилсизликдан кўксингизнинг чап қисмида нимадир депсинади. Агар бу тез-тез содир бўлса, оғриқ хис қиласиз. Тушунасизки, юрагингиз безовта бўляпти. Бу нимадан? Кўпинча биз касалликларга қарши курашамиз. Балки ҳаёт тарзини ўзгартириш учун курашиш вақти келгандир? Зеро, касалликнинг сабабини аниқламай туриб, унинг оқибатларини енгилсизга уриниш — тешиқ идишга сув тўлдиришдай гап.

Бугун соғлом турмуш масаласига яна бир нуқтаи назардан қараш вақти келди. Саломатлигимизга малакали муносабатда бўлиш ҳар биримиздан масъулият талаб қилади. Соғлом инсон тасодифан шаклланмайди. Уни соғлом муҳит тарбиялайди.

“Биз юракни даволаймиз, ҳаётни эмас”

Сўнгги маълумотларга кўра, Ўзбекистонда юрак-қон томир хасталиклари умумий ўлим сонининг 57 фоизини ташкил этмоқда. Статистика қизиқ: у ҳамма нарсани ҳисоблайди, лекин энг муҳим нарсани эмас. Масалан, қанча одам юрак хасталигидан вафот этганини айтади. Аммо нега инсон ўз юрагини кундалик турмушида аста-секин қарчатиб боришини айтиб бера олмайди. Дейлик, чап кўксингизда оғирлик, босим ва санчиқ хис қилдингиз. Шифокорга мурожаат қилишингиз табиий. У юрагингизни даволайди. Аммо юракка олиб боровчи йўлни ким даволайди? Бугун гоҳо гижим, гоҳо оғриқ орқали соғлигингиз ҳақида сигнал бераётган юрагингизни асраясизми? Ҳеч у билан гаплашиб кўрдингизми? Бугунги оғриқлар оқибати нима билан тугаши мумкинлигини биласизми?

— Юрак хасталаниши — ҳаёт учун жиддий ҳавф, — дейди Миллий тиббиёт маркази директори Мақсуд Саидов. — Биз, шифокорлар юрак саломатлигини тиклашимиз мумкин, аммо ҳаётни эмас. Баъзан шундай ҳоллар бўладики, уни самарали даволаганимиз билан тавон бутунлай ортда қолмайди. Шифокор томондан буярилган дори-дармон, хусусан, қон босимини туширувчи, қон ивишининг олдини олуви, холестерин миқдорини пасайтирувчи препаратларни ўз вақтида ва белгиланган миқдорда қабул қилиш касаллиқни енгилсизга ёрдам беради. Аммо барибир гап инсоннинг ўзида қолади.

Инсон вақтини қадрласа, ҳаракатни ҳаётнинг бир қисми деб билса, ортиқча истемолга эмас, меъёрга ўрганса саломатлигида муаммо кузатилмайди. Аста-секинлик билан олиб бориладиган руҳий барқарорлик ва жисмоний фаоллик касалликка қарши курашишда бебаҳо омил саналади.

— Инфаркт ва инсульт каби жиддий касалликлар хавфини камайтиришда жисмоний машғулотларнинг аҳамияти бекиёс, — дейди мутахассис. — Айниқса, пиеда юришнинг фойдаси катта. Кунига 30 дақиқа яёв ҳаракатланиш юрак фаолиятини яхшилайди. Бунда тананинг барча мускуллари ҳаракатга келади. Қолаверса, у ички органлар фаолиятига ҳам ижобий таъсир этади. Натижада организмда моддалар алмашинуви яхшиланиб, юрак томирлари, шунингдек, нафас ва асаб тизими мустаҳкамланади. Эрталаб ишга кетаётган пайт пиеда юриш ҳам жуда фойдали. Бу вақтда инсон кечаси ухлаб, дам олгани сабабидан тўхтамай, 30-40 дақиқа бемалол яёв кеза олади.

Жисмоний юклама бемор ҳолатига қараб, шифокор кўрсатмасига биноан, босқичма-босқич ошириб борилиши мумкин. Ушбу жараёнда велотренажёр, енгил жисмоний машқлар ҳам фойдали. Реабилитация даврида шўр, ёғли, холестерин ва глюкозага бой маҳсулотлар, газланган ичимликлар, қовурилган таомлар истемол қилишдан тийилиш лозим.

— Касалликдан кейинги даврда имкон қадар стресс, кўрқув, тушунлик ва хавотир ҳиссидан сақланишга ҳаракат қилиш зарур. Руҳий барқарорликда гап кўп, — дейди мутахассис.



Рисолат МАДИЕВА,
“Янги Ўзбекистон” муҳбири

Руҳнинг сокин бўлиши аҳамияти

Замонамиз кишилари стрессдан холи бўлиши имконсиз. Ишдаги босим, ижтимоий талаблар ва молиявий мажбуриятлар ортиси инсон руҳини толиқтиради. Бу ўз-ўзидан юрак саломатлигида из қолдиради. Чунки юрак фақат қон ҳайдовчи аъзо эмас, ҳаётнинг ҳар бир муюлишида дуч келадиганимиз умид ва умидсизлик, хиёнат, изтироб, қувонччи аввал ўзидан ўтказиб, кейин бизга хис қилдирадиган нозик аъзодир. Юракнинг чарчоғи ҳамма вақт ҳам ишнинг кўплигидан бўлавермайди. Кўпинча уни иш эмас, оғир ўйлар толиқтиради.

Фикр гигиенаси деган тушунча бор. Бу ҳис-туйғулар мувозанати ҳам дейилади. Руҳий барқарорлиқни ўрганиш соғлом яшашнинг асоси. Хўш, бунга қандай эришиш мумкин?

— Баъзан инсон кетма-кет бошидан кечирган кўнгилсизликлар таъсирида ҳамма нарсадан салбий оқибат кутадиган бўлиб қолади, — дейди тиббиёт фанлари бўйича фалсафа доктори Гуласал Эрнаева. — Бундай фикрлаш инсоннинг руҳий ва ҳиссий ҳолатига жиддий таъсир кўрсатиши, депрессия, хавотир ва бошқа психологик муаммоларга олиб келиши мумкин.

Унинг асосий шаклларида бири оқ-қора (мутлак) фикрлашдир. Ушбу ёндашув билан инсон дунёни фақат “яхши” ёки “ёмон”, “тўғри” ёки “нотўғри” нуқтаи назаридан кўради. Ҳақиқатни идрок этишда градация (аста-секин юксалиш)нинг йўқлиги, вазият-нунинг мураккаблаштириш чексиз нозилик ва умидсизлик ҳиссини келтириб чиқариши мумкин. Энг ёмонини олдиндан кўриш шакли ҳам кенг тарқалган бўлиб, унда инсон ҳар доим ҳақиқий шароитлардан қатъи назар, воқеаларнинг энг салбий ривожланишини кутади. Бу ҳаддан ташқари хавотир ва келажақдан кўрқинсиз олиб келиши мумкин. Юрак аталмиш нозик аъзо эса толиққандан толиқиб бораверади.



Салбий фикрларингизни тушуниш ва тан олиш сизнинг ақлий идрокингизни ўзгартиришнинг биринчи қадамидир. Мутахассислар бу одатни енгилсиз учун махсус стратегия ва техникани тавсия қилишади.

Биринчидан, хавотирни енгилсиз: У диққатини нотўғри бўлган ҳамма нарсага қаратади. Бунга тан олиш муҳим. Ҳаётдаги ижобий жиҳатлар ва муваффақиятларга эътибор қаратишни машқ қилиш керак. Кейин бу одатга айланади. Одатлар эса турмуш тарзимизни белгилайди.

Иккинчидан, салбий башоратлар нотўғри ва асоссиз бўлиши мумкинлигини тан олиш керак. Фикрларингизни ҳамда вазиятларни баҳолашингизни оқилона таҳлил қилиш фойдалидир.

Учинчи стратегия — диққатингизни ижобий фикрлашга йўналтиринг. Фақат муаммоларга эътибор қаратиш ўрнига, имкониятлар ва ечимларга кўпроқ ёндашилса, мақсадга мувофиқ.

Оптимизм универсал хусусият эмас. Ижобий ҳис-туйғулар онг остига салбий ҳис-туйғуларга қараганда мустаҳкам ўрнашини учун кўпроқ вақт талаб этади. Аммо салбий фикрлашни кузатиб бориш ва “ортиқча реакция”нинг олдини олиш муҳим. Мутахассислар таъкидлашча, медитация амалиётлари бунга ёрдам бериши мумкин. Олимлар медитация билан шуғулланганлар ҳаётга нисбатан оптимистик нуқтаи назар ва ижобий ҳис-туйғулар билан ажралиб туришини исботлаган.

Медитациянинг бошқа кўпалаб ижобий жиҳатлари ҳам бор. Масалан, у одамларга кўпроқ атрофдаги воқеа-ҳодисаларга онгли равишда ёндашиш ва ижтимоий ҳаётга яхшироқ мослашишга имкон беради. Бу машғулот билан шуғулланганлар руҳий касалликларга камроқ мойил бўлади. Шундай экан, фикрларингизни кузатиб бориш ва фақат ўзингиз хоҳлаган хатти-ҳаракатлар моделларини яратинг. Чунки биз миямизнинг “метаморларимиз” ва ўзимизни ўзимиз шакллантираемиз.

Тана вазнининг ортиши

Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти таҳлилга кўра, дунё бўйича ҳар саккиз кишидан бири семизликдан азият чекади. Қолаверса, 18 ёш ва ундан катта аҳоли орасида 2,5 миллиард одам ортиқча вазнга эга. Бу эса кўпалаб касалликларни келтириб чиқарувчи омилдир. Танада ортиқча ёғ тўғланиши, айниқса, юрак фаолияти учун жуда зарарли.

— Ҳар бир хужайра учун кислород ва озуқа зарур, — дейди Республика ихтисослаштирилган кардиология илмий-амалий тиббиёт маркази маслаҳат поликlinikаси мудири Ойбек Ўринов. — Шунинг ҳисоби-дан организмда қон айланиши яхшиланади.



Юрак меъёрида уриб, тана бўйлаб етарли миқдорда қон ҳайдайди.

Бундай вазиятда доимий зўриқиш юрак мушакларини толиқтиради. Оқибатда унинг ҳажми катталашади. Кўпинча “асосий насос” вазифасини ўтовчи чап қоринча азият чекади ва унинг гипертрофияси бошланади. Одатда, қоринча кенгайиши бирдан ноҳуш аломатларга олиб келмаса-да, вақт ўтиши билан у қонни самарали ҳайдаш қobiliяти-ни йўқотади. Натижада юрак етишмовчили-ги хавфи ортади.

Ушбу аъзо атрофида ва ичиди ҳосил бўлган ёғ ўзидан миокард яллиғланишига олиб келувчи моддалар ажратади. Оқибатда аритмия (юракнинг қисқариш ритмининг бузилиши) эҳтимоли юзага келади. Шунингдек, ёғ тўқималари қон томирларини тораيتириш ва организмда натрий сақлаш хусусиятига эга моддаларни ишлаб чиқаради. Бу эса қон босимини ошириб, гипертензия ривожлани-шига олиб келиши мумкин.

Тана вазни оғир одамларда кўпинча хо-лестерин ва триглицерид миқдори кўпайиб, артерияларнинг ички деворларида тикинлар ҳосил бўлади, қон томирларини тораити-ради. Қолаверса, семизлик натижасида юракда кислород етишмаслиги (ишемия) юзага ке-лади. Мазкур ҳолат инфаркт, стенокардия ва бошқа жиддий хасталиклар келтириб чиқа-риш эҳтимоли бор.

Яна бир факт: ортиқча вазни одамлар-да инсулинга нисбатан сезирилик камаяди. Мазкур ҳолат қанди диабетнинг 2-тури пайдо бўлишига олиб келиши мумкин. Бу эса юрак-қон томир касалликларининг ривожланишини тезлаштиради.

Унутманг, тана вазнининг, ҳатто 5-10 фоизга камайиши ҳам юрак-қон томир тиз-мидаги зўриқишни сезиларли даражада па-сайтиради ва саломатлиқни яхшилайди.

Чунки ортиқча вазн фақат эстетик муаммо эмас. У юрак ва бутун қон айланиш тизими учун жиддий хавф манбаидир. Вазни назорат қилиш, соғлом овқатланиш ва жисмоний фаоллик бундай хасталикларнинг олдини олишда муҳим роль ўйнайди.

Маданий категория

Саломатлик ҳақида гап кетганда кўз ол-димизга, энг аввало, тиббиёт ходимлари ва муассасалари келади. Янги клиниклар, за-монавий ускуналар, малакали шифокорлар... Лекин бир савол очиқ қолади: агар саломат-лиқни фақат тиббиёт яратса нега энг кўп шифохонаси бор мамлакатларда ҳам жамият тўлиқ соғлом ҳолатда эмас?

— Кўпчилик ўзининг саломатликка бўлган умидини айнан тиббий омил билан боғлайди, — дейди тиббиёт фанлари до-ктори, профессор Шухрат Эргашев. — Аммо ушбу омилнинг жавобгарлик даражаси

Демак, соғлиқ шифохонада эмас, инсон-нинг кундалик қарорларида яратилади. Уни эрталабки нонушта, кечқурунги сайр, китоб ўқиш маданияти, меҳнат ва дам олиш муво-занати, ҳатто мулоқот услуби шакллантира-ди.

Шу маънода, соғлом турмуш тиббий ту-шунча эмас. У маданий категориядир.

ЖССТ нима дейди?

Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти 2050 йилгача 11,5 миллионга касалланиш ҳо-латининг олдини олиш бўйича тавсияларини эълон қилган эди. Ташкилотнинг аввалги ҳи-сobotида кейинги ўн йил давомида дунё бў-йича катталар ўртасида жисмоний фаоллик даражаси 5 фоизга пасайгани маълум қилин-ган, агар бу тенденция давом этса, 2030 йил-гача камҳаракатлик кўрсаткичи 35 фоизгача ошиши мумкинлиги ҳам айтилган.

Ушбу таҳлилларга асосланиб ташки-лотнинг Европа минтақавий бюроси эълон қилган янги кўлланмада жисмоний фаол-лик тарғиботига урғу берилган. Ундан ўрин олган кўрсатмалар спорт машғулотлари орқали аҳоли саломатлигини мустаҳкам-лашни кўзда тутди. Хусусан, кўлланмада ҳафтагиса 150 дақиқа ўртча интенсивлик-даги жисмоний фаоллик билан шуғулланиш тавсия қилинган. Ёки 75 дақиқалик кучли жисмоний фаоллик ҳам бунинг ўрнини боса олади. Акс ҳолда, камҳаракатлик инфаркт, инсульт, 2-тур қанди диабет, деманс, кўкрак ва йўғон ичак саратони каби касалликлар-нинг ривожланиш хавфини оширади.

Хўш, бу тавсияларга амал қилиш орқали қандай натижаларга эришиш мумкин?

Янги кўлланмада бу саволнинг жаво-би ҳам акс этган. Қайд этилишича, агар Европа ва Марказий Осиё мамлакатлари аҳолиси ҳафтагиса 150 дақиқалик жисмо-ний фаолликка эришса, 2050 йилгача 11,5 миллионга касалланиш ҳолатининг олдини олса бўлади. Жумладан, 3,8 миллион киши юрак-қон томир хасталикларига, 400 минг нафар одам саратонга чалиниш хавфидан ҳимояланади.

Қолаверса, бу орқали минтақа бўйича йилига беморлар саломатлигини тиклашга сарфланадиган 8 миллиард евро тежаллади.

Бу нега муҳим?

Соғлом турмуш тарғиботи баъзан юра-гингизга етиб бормаслиги мумкин. “Спорт билан шуғулланиш”, “Тўғри овқатланиш”, “Зарарли одатлардан воз кечинг” каби қақи-риқлар сизга таъсир қилиши ҳам баҳс-талоб мавзу. Чунки инсонни фақат маълумот эмас, маъно ўзгартиради. Нега у соғлом яшаш керак? Бу саволга шахсий ва ижтимоий жа-воб топилмагунча, энг яхши тавсия ҳам нав-батдаги тарғибот бўлиб қолаверади. Ҳар бир тонгни умид билан қарши олиш, ҳар бир нафасни бебаҳо неъмат деб билиш, берил-ган умрни муносиб яшаб ўтишга интилиш ҳаётни гўзал қилади. Танасида оғир дардни кўтариб юрган одамнинг қалбига илм, ижод, муҳаббат, эл-юртга хизмат қилиш, жондан азиз фарзандлар камолини кўриш бахти сиймайди. Соғлиқ ҳаётнинг оддий неъмат-и эмас. У орзулар рўёби, юксак мақсадлар пойдевори, умр аталмиш ийрини гўзал маъ-носи. Ҳаётни қандай кечирингиз ўзингизга боғлиқ. Соғлом турмуш тарзини табиий ҳаёт меъёрига айлантирадиган маданиятни шакл-лантиринг. Бу танангизга куч-қувват, руҳин-гизга осойишталик, ҳаётга меҳр уйғотади. Ойлангизда эса Ватан қорига ярайдиган асл фарзандлар вояга етади.

ГАЗЕТАДАГИ МАТЕРИАЛЛАРНИ ЛОТИН ЁЗУВИГА АСОСЛАНГАН ЎЗБЕК АЛИФБОСИДА ЎҚИШ УЧУН МАЗКУР QR-КОДНИ СКАНЕР ҚИЛИНГ.

“Янги Ўзбекистон” ва “Правда Востока” газеталари тахририяти” ДМ

МУАССИС:
Ўзбекистон Республикаси
Вазирлар Маҳкамаси

Бош муҳаррир:
Салим ДОНИЁРОВ

Қабулхона: (71) 233-56-33
Эълолар бўлими: (71) 233-70-98

Тахририятга келган қўлёзмалар тақриз қилинмайди ва муаллифга қайтарилмайди.
Газетанинг етказиб берилиши учун убунани расмийлаштирган ташкилот жавобгар.

Газета тахририят компьютер марказида саҳифаланади.
Газетанинг полиграфик жиҳатдан сифатли чоп этилишига “ШАРҚ” НМАК масъул.

Босмахона телефони: (71) 233-11-07.

E-mail: info@yuz.uz
Веб-сайт: www.yuz.uz: (71) 233-47-05

Девонхона ва ишлов телефони:
(71) 233-56-60

Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси ҳузуридаги Ахборот ва оммавий коммуникациялар агентлиги
томонидан 2020 йил 13 январда 1047-рақам билан рўйхатга олинган.
Нашр индекси — 236. **Буюртма** Г-846.

29305 нусхада босилган.
Ҳажми — 3 табоқ. Офсет усулида босилган. **Қоғоз бичими** А2.
Баҳоси келишилган нархда.

“ШАРҚ” нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида чоп этилди.
Босмахона манзили: Тошкент шаҳри, Буюк Турон кўчаси, 41-уй.

Навбатчи муҳаррир: Муножат Мўминова
Мусахҳих: Малоҳат Минғобоева
Дизайнер: Зафар Рўзиев

Манзилими:
100060, Тошкент шаҳри,
Шаҳрисабз кўчаси, 85-уй

Ўза яқуни — 00:50 Тошпирилди — 01:25