

ТОНГ ЮЛДУЗИ

Муассислар: ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ХАЛҚ ТАЪЛИМИ ВАЗИРАТИ, ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ДАВЛАТ МАТЕВОТ ҚУМИТАСИ

Газета 1929 йил, 1 августдан чиқа бошлаган

№ 48 (65924)
1996 йил, 10 июль, чоршанба

Сотувда эркин
нархда



ЎЗБЕКИСТОН

Мовий осмони-ла гўзалдир юртим,
Майса баргларида узгача чирой.
Тотли мевалари асалдир гуё,
Сахий далалари ноз-неъматга бой.
Бу юртнинг халқи ҳам сахий ва содда,
Нуроний кексаси меҳнаткаш, доно.
Ёшларин севгиси қур-оташ мисол,
Ўтли кузларида бир олам маъно.

Бағри кенг юртдир бу, пок эрур
дили
Аҳил оиладек яшар кўп миллат.
Ҳалол меҳнат билан бахт топиб
энди,
Дустлар даврасида яшар ҳамжиҳат.
Меҳридан андоза олади жаҳон,
Оқибат метиндек мангу
муस्ताҳкам.
Муस्ताқил юрт эрур, хур
Ўзбекистон —
Эртанги кун сари одимлар шаҳдам.

Анвар ИМИНОВ.

БОЛАЛИКНИНГ ТИНИҚ БУЛОҚЛАРИ

Атрофи баланд тоғлар билан уралган «Зилола» номли болалар оромгоҳи Бўстонлик туманининг Оқтошда жойлашган. Бу ажиб масканда дам олаётган тенгдошларингиз ҳар бир кунларини қувноқ уйинларга, ибратли ишларга тўлиқ ҳолда хотирага муҳрламоқдалар. Спорт майдончаси, чумилиш ҳавзаси, сайру-саёҳатлардаги эсда қоғалари воқеа ва ҳодисалар вақти келиб, яқинларига сузлашга мавзу бўлиши аниқ. Феруза Насреддинова, Саноат Усмонова, Маргарита Лим каби тарбиячиларнинг тadbир утказмаган кун-

лари йўқ, ҳисоби. «Қувноқ маҳалла», «Масҳарабозлар», «Қувноқлар ва зукколар» каби уйинларни уйин дейиш керакми, беллашувми, хулласи калом болаларни бефарқ қолдирмапти.

400 уринли оромгоҳда Қорақалпоқ болалари ҳам дам олмақда. Уларга Тошкент педагогика билим юртининг 3-босқич талабалари етакчи. Бу йил ташкил қилинганига 30 йил туладиган «Ўзбеккабель» Давлат акционерлик бирлашмасига қарашли «Зилола»да 4 минг 750 сум эмас, балки 260 сум билан бир ой мириқиб дам олиш мум-

кин. Қолгани эса бирлашма ҳисобидан булади.

— Бу ерда маза қилиб дам оляимиз, — дейди Чилонзор туманидаги 114-мактабнинг 7-синф ўқувчиси Дилшод Миржалилов.

— Шашка, сузиш, футбол каби тугаракларга қатнаямиз, — суҳбатга қушилишди А. Икромов туманидаги 197-мактаб ўқувчилари ака-ука Муроджон ва Собиржонлар. — Иложи бўлса кейинги ойга ҳам қолмоқчимиз.

Оромгоҳ бағридаги қайнар булоқлар болалар хотирасига меҳр бўлиб, сеҳр бўлиб муҳрланаётгани аниқ.

Феруза ОДИЛОВА.



Қандай дам олаётимиз?



«ИШЛАР ҚАЛАЙ

Катталар мени қуришлари билан «Ишлар қалай, чемпион?» дейишади. Нега дейсизми? Сабаби аниқ. Эриб кетаётган музқаймоғимиз эмасам смайманки, аммо футбол уйинларини қуришни қанда қилмайман. Шунингдек чемпионат, «биринчилик», «соврин»... деган сўзлар кунлик лугатимдан тушмайди. Ҳозир мактабимизда ташкил қилинган оромгоҳ — «Навруз»да дам оляпман. Оромгоҳимиз бошлиғи Гавҳар опа Тулаганова онамиздек меҳрибон. «Булбулча», «Гунча», «Чучмома», «Бинафша» каби гуруҳларимиздаги мусобақали уйинлардан сира зерикмаяпман. Шундайлардан бири «Энг, энг, энг»... деб номланди. Энг яхши рақсга тушувчи 3-синф ўқувчиси Гулнора Файзуллаева, энг яхши қушиқчи Дилдора Обидова, энг яхши спортчи Ҳикматилла Каримов, яъни мен булдим. Доирачилар, бичиш-тиқиш, юмшоқ уйинчоқлар, рақс, қушиқ, тугаракларининг аъзолари ҳам совринлардан бенасиб қолишмади. Яна бир гап. Биология ўқитувчиси Турсун-

бой ака Муҳаммадалиев билан усимликларни, дарахтларни ҳаминша парваришлаш кераклиги ҳақида суҳбатлашамиз, боғда меҳнат қилиб, ёз меваларидан олиб сйимиз. Биласизми, бу мевали дарахтларни ким эккан экан? Биздан аввал мактабда ўқиган ака-опаларимиз. Демак, биз ҳам ёш укаларимизга нимадир қолдиришимиз керак.

ЧЕМПИОН?»

Фақат мен эмас, Лутфулла, Жамшиддин, Мужитдин каби турли мактаблардан келиб, биз билан бирга дам олаётган болалар айтишсин, ҳар бир кунимиз спорт билан, меҳнатга ҳамроҳликда қандай қувноқ утаётганини! Биз ҳақимизда деворий газета чиқаришиб, катта ҳарфлар билан «Оромгоҳимиз чемпионлари» деб ёзиб қуйишди. Мен билан «Ишлар қалай, чемпион?» деб сурашишганда ҳам қувонишим, ҳам елкамга катта масъулият олишим турган гап.

Ҳикматилла КАРИМОВ,
Тошкент шаҳар, Шайхонтохур
туманидаги 186-мактаб ўқувчиси.



Болалик ҳақида ёзиш ҳам осон, ҳам қийин. Энг азиз туйғулар, бегубор хотиралар уйғонади, болалик ҳақида гапирсак. Унинг хотирот саҳифаларида мухрланиб қолган ҳар бир лавҳаси азиз ва ардоқли. Улғайганинг сари ҳаёллар қанотида уша эртақнамо мамлакатга тез-тез учинг келаверади. Хайрат ва ҳавас ранглари юққан қирларида ялангоёқ чопинг, поёнсиз ёлғизоёқ йулларида қолиб кетгинг келади. Болалик гайройиб бир эртақка ҳам ухшаб кетади. Хотирамизда мухрланиб қолган айрим воқеалар болаликдаги мурғак тасаввурнинг маҳсули бўлиб, аслида

моқчи» деган ҳаёлдан тиззаларим қалтираб, туриб қочинишга ҳам ҳолим келмай қолганди. «Дадам уйдлар, ҳозир чақираман» дедим оҳиста. Лекин бу гапимни узимдан бошқа ҳеч ким эшитмади. Амаки яна нималарнидир уқтирмақчи бўлди-ю, бундан бирор натижа чиқмаслигига кузи етди чоғи, машинасини юргизиб, кетиб қолди. Мени бир амаки угирлаб кетмоқчи бўлганлигига, базур қочиб қутулганлигимга ойимни, дадамни, бувимни, уртоқларимни, ҳамма-ҳаммани ишонтириб юрдим. Бора-бора «угри амаки» ҳақидаги ҳикоямга узим ҳам ишониб кетдим.

«Ажина» деган фикр утди. Шунда ҳалиги маҳлуқча ингичка овоз билан кулиб юборгандек бўлди. Орқа-олдимга қарамай, уйга қараб югурдим. Йул-йулакай оғзимни, қулоқларимни пайпаслаб кўрдим. Бувим ажина чақирган одамнинг оғзи қийшайиб қолади, дегандилар. Йўқ, худого шукур, ҳеч қасрим қийшаймабди. Уйга кела солиб, кўрганларимни онамга айтиб бердим. Онам ишонмадилар. Аксинча, «тўш пайти қаёқларда сангиб юрибсан, кузингга қуринганда» деб қойиб бердилар. Уртоқларимга айтмадим. Ичингдан тўқияпсан, деб барибир ишонимасли.

Балки кўрганим ажинамасдир, ростдан ҳам кузимга қурингандир. Балки... Яна ким биледи дейсиз?!

МАКТАБ

Куча чангитиб юрадиган, ҳар

БОЛАЛИГИМ ГАЙРОЙИБ ДУНЁ

бошқачароқ кечган, узгача бир маъно касб этган бўлиши ҳам мумкин. Лекин воқеаларни бурттириб, купиртириб, сир-синаотларга ураб курсатиш болаликкагина ҳосилдир.

Мен ҳам болалигимни хотирласам, узим ҳам ишониб-ишонмайдиган, гайройиб воқеалар едимга тўшаверади...

КУНЛАРДАН БИР КУНИ

Катталардан бир гапнинг учини эшитсам бўлди, бу ёгини узим қушиб-чатиб, бурттириб, пашшадан улкан фил ясаб оладиган одадим бор эди. Жуда шўх, уйинқароқ бўлганлигимданми, бувим ҳадеб кучага чопавермасин деб, менга ухшаш кичкина қизларни олиб қочиб кетадиган қандайдир «емон амаки»лар ҳақида гапириб берар, «ақлли қизлар укасига қараб, уйда утиради» дея уқтирардилар.

Бир куни эшигимиз олдидаги курсичада зерикиб утирардим. Ҳамма далада бўлгани чун, кучада ҳеч ким қуринмасди. Уйга қирай десам, бувимга тўтиламам. Йиғлоқи укамни қўлимга тутқазиб қўядилар. Шу пайт эшигимиз олдида бир машина келиб тўхтади. Ундан шляпали амаки тушиб, жилмайгача, мен томонга юра бошлади. Икки қадам нарида тўхтаб, қўли билан аллақачақларга ишора қилиб, рус тилида бир нималар деди. Қўриқиб кетдим. «Мени угирлаб кет-

МЕН АЖИНАНИ КЎРДИМ

Болалик хотиралари ичида эсимда қолганларидан бири — ажина кўрганим. Балки ишонмасиз, Лекин росмана ажина эди. Бўйи бир қарич, қулоқлари қуеннинг қулоғи сингари узун-узун.

Бир куни уртоқларим билан уйнаб юриб, кенг далага чиқиб қолибмиз. Ҳовлимизнинг боғ тарафи далага туташиб кетарди. Уртоқларимнинг оналари бирин-кетин чақириб олишди. Уйингга берилиб кетибман. Бир пайт қарасам, ёлғиз узим қолибман. Қаршимда пахта экилган кенг дала. Гузалар эндигина қўшқулоқ униб чиққан. Қоқ туш пайти. Ҳаво иссиқ. Шу пайт узоқдан чанг қутарилиб гирдобсифат айлана бошлади. Унга хайрат билан тикилиб қолдим. Гирдоб қандайдир сирлидек эди. Унинг қоқ уртасида галати маҳлуқ қуринди. Қўзларимни йириброк қарадим. Ростдан ҳам ҳеч бир ҳайвонга ухшамайдиган галати, қип-қизил маҳлуқни кўрдим. У менга қараб муқом қилар, гир айланиб рақсга тушарди. Унинг билан бирга гирдоб ҳам айланар, мен томонга силжиб, яқинлашиб келарди.

Оғзимни очиб бирпас томоша қилдим. Кейин ҳаёлимдан бирдан



хил «угри амаки»лару «ажина»ларга дуч келадиган пайтларим ортда қолди. Мен мактабга чиқдим. Мак-

таб менга гўе сирли бир дунёдек туюлди. Муаллимлар, янги-янги уртоқлар... Уқини урганиб олдим китоблар дунёсига шўнгиб кетдим. Китоб фикрлашга, яхшиликни, эзгуликни англаб етишга ургатар экан, назаримда дунё ҳақидаги тасаввурим янада кенгайиб бораётгандек эди. Ҳатто уйингга ҳам вақтимни қизганадиган бўлиб қолдим.

Бир куни акам шоир Ҳамид Олимжоннинг «Жангчи Турсун» балладасини елдиётган эдилар. Қулоқ солдим. Уша шеърнинг сатрлари кўнглимга чипша ёпишгандек бўлди. Тушунтириб бўлмас қандайдир сеҳр билан узиға мафтун этди. Акам китобни қўйган заҳоти, уни қўлимга олдим. Ҳарфларини хижжалаб, шеърни уқиб чиқдим, яна бир марта уқидим. Эртаси куни уқитувчимизга ана шу шеърни едан айтиб бердим. Кейин бу шеърни колхоз радиоузели орқали ҳамқишлоқларимизга уқиб бердим. Бора-бора митти қал-



бимдаги туйғуларимни қоғозга тушириб, кичик-кичик шеърлар қоралаб юришимга ҳам ана шу баллада туртки бўлган бўлса ажаб эмас. Шеърларим «Гулхан», «Саодат», «Шарқ юлдузи» каби журналларда чоп этила бошлади. Мактабни битираётганимда устоз шоирамиз Зулфия опа менга «Саодат» журналида оқ йўл тиладилар. Бу воқеа ҳаётимнинг энг унутилмас воқеаларидан эди. Шеърят мен учун шунчаки бир ҳавасмас, олий мақсадга айланди.

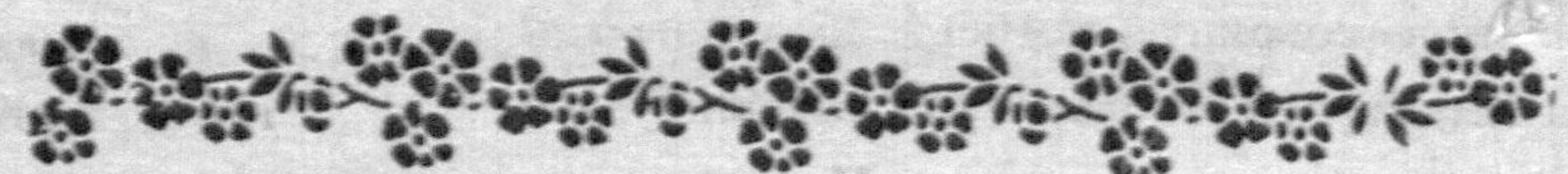
1985 йили «Осмон шундай яқин», 1987 йили «Узоқ сафарлар», 1990 йилда «Баргизуб» номли шеърый тўпламларим нашр этилди.

Севимли газетамиз «Тонг юлдузи» сабаб болалигим билан ҳаёлий мулоқот қилиб турган эканман, уни гўе ширин бир тушдек эслайман. Ҳаёт деб аталмиш улкан даренинг тулқинли уммонлари болалик деб аталган гавҳаримни олис-олисларга оқизиб кетди. Шулар ҳақида уйлаб, бир шеър қораладим:

БОЛАЛИК

Сен ҳам майсамидинг баҳор куйида,
Яйраб устан эдинг даре буйида,
Билмадим, қай орзу, армон уйида,
Сени тулқинларга оқиздим уйнаб,
Бошимдан турналар тукканда ҳаёл,
Берк эшик кибридек, дунёда малол,
Кўкларга боқдим, бепарво, беҳол,
Сени тулқинларга оқиздим уйнаб,
Энди умрим уммон сари елдими,
Баҳор утиб, яна баҳор келдим, Бағрида дур оқди, даре билдим,
Сени тулқинларга оқиздим уйнаб...

Фароғат КАМОЛОВА.





*Кўл чиллашиб иш қўзган эзда,
Дугоналар жам бўлса соғ-да!*

Р.Альбеков сурат-лавҳаси.

Унутилмас ёз бўлди

Бу йилги ёзги таътил Ғузор туманидаги «Шуртангаз» газ кони ишчиларининг фарзандлари учун эсда қоларли бўлди. Бошқарма бошлиғи Абдулла ака Абдуназаров ҳамда касаба уюшмалари қўмитаси раиси Тураҳон ака Турсуновлар кон ишчиларининг бемор фарзандларини даволаниш учун Тошкентга юбориш ташаббуси билан чиқдилар. 6000 сумлик йўланма нархининг 10 фоизини ота-оналар тулашган бўлса, қолган 90 фоизини касаба уюшмалари қўмитаси ўз зиммасига олди. Кон ишчиларининг 54 нафар фарзанди Тошкентга, Ўзбекистон Республикаси соғлиқни сақлаш вазирлигига қарашли Н. А. Семашко номи саломатликни тиклаш физиотерапия илмий текшириш илмгоҳига келдилар. «Шуртангаз» қопидаги «Нодира» болалар боғчаси ҳамшираси Лола опа Назимова уларга ҳамроҳ бўлди.

Уларни болалар даволаш бирлашмасининг раҳбари, тиббиёт фанлари номзоди, катта илмий ходим Холида опа Умарова илиқ қарши олди. Ошқозон, ичак, бугим, асаб, упка хасталиклари билан огриган болаларни махсус жиҳозланган хоналарга жойлаштирди. Республика қўғирчоқ театри актёрлари бу ерда бўлиб, қизиқарли спектакллар қўйиб беришди. Дам олиш кунларида тарбиячи опалари болаларни шаҳарнинг диққатга сазовор жойларига сайр қилдирди, Мустақиллик майдони, «Тошкент-ленд» истироҳат боғи, ҳайвонот боғига олиб борди.

Ғузорлик болаларнинг саломатликларини тиклаш билан бирга таътил кунларида кунгилли дам ҳам олаётганликлари уларнинг юз-кузларидан, қизиқарли ҳикояларидан сезилиб турибди.

Муҳаббат МАКСУДОВА.

Ўзимнинг тевар қизларим

Навоий вилоят болалар ва усмирлар ижодиети маркази таътил кунларида угил-қизларнинг севимли масканига айланган. «Чевар қизлар», «Моҳир» қўллар» тугаракларидаги машғулотлар айниқса қизиқиш уйғотмоқда. Чеварликка иштиёқманд қизлар тугарак раҳбарлари Зулфия опа Норова, Дилбар опа Маттиевалардан бичиш-тикиш, юмшоқ уйинчоқлар ясаш каби ҳунарларнинг ҳадисини оляптилар. Устозлари ҳар бир машғулотларни кургазмалар асосида, мусиқа журлигида утишга интилишади. Қизларнинг зардушлик, матолардан чиройли гуллар ясаш, бичиш-тикишга анча қўллари келишиб қолди. Тугарак аъзолари арзон нархли матолардан бежирим кўйлакчалар, пешбандлар, естиқжилдлар, яна кундалик рўзгорда асқотадиган буюмлар тикишяпти. Марказда утказилган тadbирларда ярмаркалар ташкил қилиб, ўз маҳсулотларини сотишяпти. Савдодан тушган пулларга эса узлари учун керакли анжомлар, мато ва игна-иплар сотиб олишяпти.

Шуниси қувонарлики, тугаракларда қизлар фақат машғу-

Хунар — хунардан унар

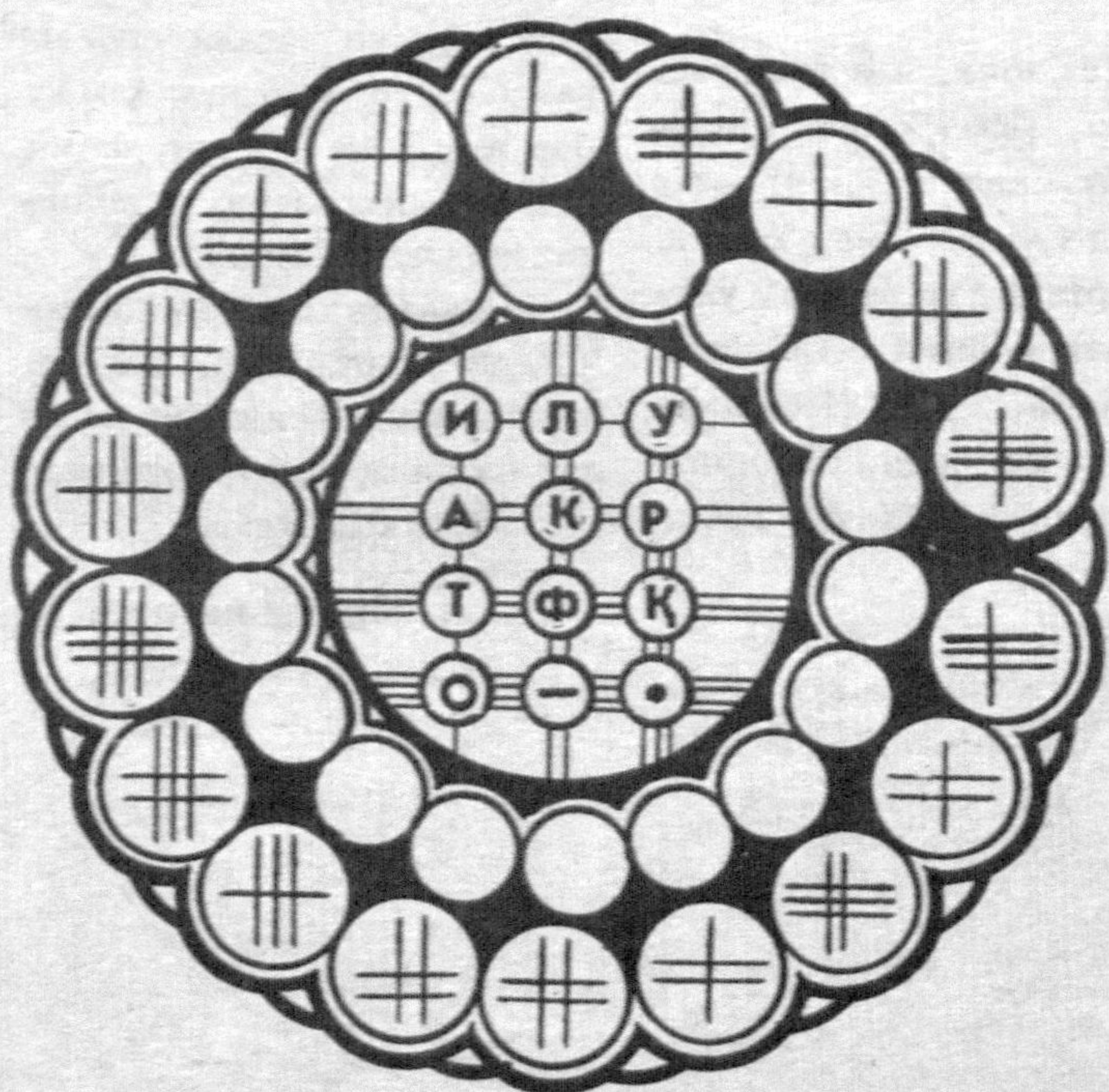
лот утибгина қолмай, турли қизиқарли тadbир ва кечалар ҳам уюштиришади.

Ижодиет марказида уқув йили бошида «Энг илғор иш тажрибаларини урганиш» буйича утказилган ҳафталикда бу икки фидоий тугарак раҳбарларининг иш тажрибалари оммалаштирилган эди. Бу уқув йилидан эса вилоят миқёсида иш тажрибаларини тарғиб қилиш буйича методик ишлар олиб боришяпти. Ҳар иккиси ҳам I-тоифали тугарак раҳбарларидирлар. Йил давомида тугарак раҳбарлари ижодкорлигини ошириш мақсадида утказилган «Нафосат», «Бахт кулиб боққанда» номи беллашувларнинг фаол иштирокчилари булишди. Уларнинг кўплаб шоғирдлари туманда танилган қўли гул чеварлардан.

Бу ижодкор, изланувчан тугарак раҳбарларининг фидоийликларига фақат ҳавас қилиш мумкин.

Олия ФАЙЗИЕВА,
Навоий вилояти.

ҲИКМАТЛИ СЎЗНИ ТОПИНГ!



Бошқотирмалар

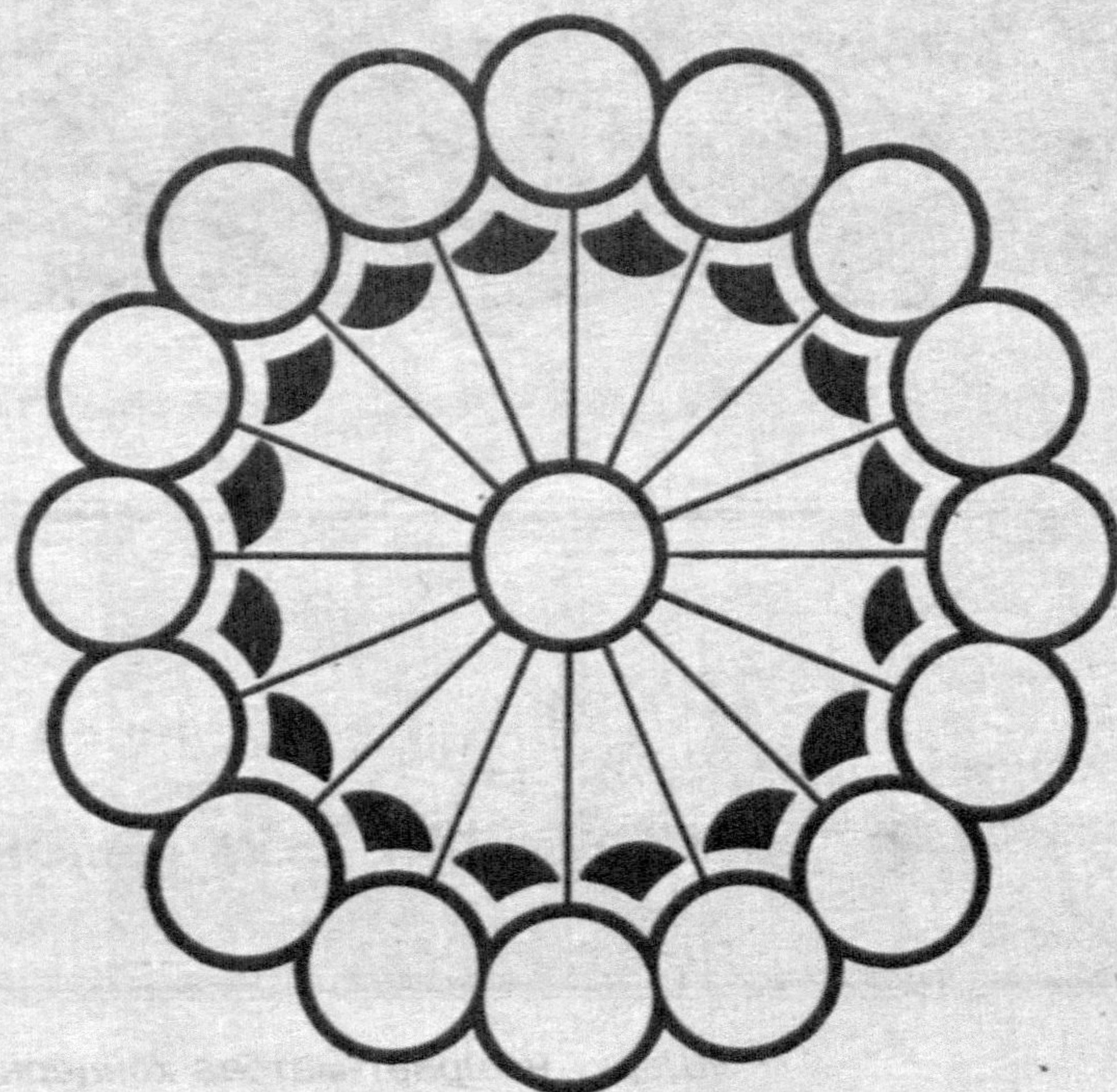
Тасвир атрофидаги кесишган чизиқларда ҳикматли сўз яширинган. Уни шакл марказида берилган ҳарфлар жойлашишига мувофиқ аниқлаб, буш айланаларга ёзинг. Жавобни кетма-кет, соат мили йўналиши буйича уқисангиз, муаммономадаги ҳикматли сўзни билиб olasiz.

Тузувчи: Ф. ОРИПОВ.

РАҚАМЛАРНИ ЖОЙЛАШТИРИНГ

Шаклдаги айланаларга 1 дан 17 гача булган рақамларни ёзиш билан машқни ҳал этинг. Едингизда булсинки, шакл марказидаги чизиқлар буйича диагонал ҳолда жойлашган учта рақам йингидиси бир хил булиши керак. Ечимни бир неча усул билан ҳал этиш ҳам мумкин.

Тузувчи: Фозилжон ОРИПОВ.



ИРКИТ ПУЛЛАР

Шу кунларда «Тюмен ҳақиқати» газетаси саҳифасида «Овқатланишдан олдин албатта қулингизни ювинг!» деган эълон тез-тез такрорланмоқда. Бунинг сабаби шифокорлар томонидан муомаладаги пулларнинг бир қанчаси текшириб қурилганда, пулларда, (айниқса майдасида) жуда кўп касалликларни чақи-

рувчи микроблар борлигидир. Мисол учун нефтчилар шаҳри Нягань бозорчасидаги иркит пуллардан ичбуруғ, строфилакокк, тери касалликлари таёқчалари топилган.

УЙҚУДАГИ ТУЛКИНИ УЙФОТМАНГ

Ғарбий Қозоғистоннинг

Трекино посёлкаси ишчисининг улимига тулки сабабчи бўлди. Водоканалда машинист бўлиб ишлайдиган марҳум қувур устида утирган тулкини қуриб қолади ва уни тутиш нияти пайдо бўлади. Лекин тулки уни тишлаб олиб, қочиб кетади. Машинист бўлса дарҳол шифокорларга мурожаат қилиш ўрнига бепарво юраверади...

Абдулатиф БЕКМУРОДОВ тайёрлади.

Муътадил навбунни

Мидия шоҳи Гиштаспнинг кичик укаси Зариандр Каспий денгизидан Танаис Сирдарёгача бўлган улкада ҳукмронлик қиларди. Танаиснинг нариги қирғоғида эса Омарг исмли шоҳ подшоҳлик қилар эди. Унинг Одатидани исмли гузал кизи бор эди.

Одатидани бир кун тушида Зариандрни қуриб, севиб қолади

ЗАРИАНДР ВА

ОДАТИДА

ва доим шу севи изтиробидани кийналади. Зариандр Омаргга қизини суратиб совчилар юборди. Лекин Омарг бошқа фарзанди бўлмаганлиги туфайли қизи Одатидани бегона юртга узатишни хоҳламайди ва уни уз яқинларидан бирига бермоқчи бўлади. Бир кун Омарг қизини кимга беришни сир тутган ҳолда туй базми уюштиради. Базм авжга чиққанида қизини чақириб унга: «Қизим, биз сенинг туйингни қиялпимиз, шу ерда утирганлардан қайси бирини ёқтирсанг ушанга олгин

қадахда май тутгин. Сени ушага берамиз», дейди. Одатидани атрофига қараб йиғилганлар орасида севгани Зариандрни ахтаради, уни қурмагач йиғлайди. Чунки қиз йиғитга хабар юбориб, уни огоҳлантириб қуйган эди. Зариандр бу вақт бир кемачини ёллаб, унинг ёрдамида дарёдан утади ва скиф кийимидани базм бўлаётган ерга боради. У кузлари ёшга тула қадахда тутиб турган Одатидани қура-

дида, унга яқинлашиб: — Одатидани, мен Зариандрман, мана мен ёнингданман, — дейди. Қиз қулидаги қадахни йиғитга тутади. Зариандр Одатидани етаклаб яширинча кемачи турган ерга олиб келади ва улар биргалашиб Зариандр юртига кетадилар. Омарг қизининг ғойиб бўлишидан огоҳ бўлгач, хизматкорларни бир-бир суроқ қилади. Қиз севгисидан хабардор хизматчилар: «Биз ҳеч нарса билмаймиз», — деб жавоб қилдилар.

Насихатнома

Эй фарзанд, билгилким, агар ҳаммомга бориш ниятинг бўлса, қорнинг туқ вақтида бормагил, бу била узинга зиён еткурурсан. Ҳаммомга ҳар кун боришнинг фойдаси йўқдур, балки зиёни бордур, чунки ҳаммом одамнинг суякларини, баданларини мулойим қилиб қаттиглигини йўқотади. Шундан кейин у ҳар кун ҳаммомга боришни одат қилур. Агар бир кун бормаса, киши узини бемордек сезади, барча баданларини қотиб қолгондек ҳис эта-

муътадил сувни қуйгил. Агар ҳаммом холи бўлса, ганимат билгил, чунки донишмандлар холи ҳаммомни ганимат билгайлар.

Ҳаммомга қандай киргон бўлсанг, шундай чиқиб кетгил, яъни қуриб чиқгил. Чунки ҳул муй била чиқиб йул юрмоқ улугларнинг иши эмас ва ҳул муй била улугларнинг саломидур.

ПОКИЗА БЎЛМОҚ ЗИКРИДА

дур. Демак, ҳаммомга бир кун бориб, бир кун бормагон яхшидур, чунки бадан тинчланади ва халқ ҳам бу одатингни раъноликқа мансуб қилмаслар.

Хоҳ ёз, хоҳ қишда ҳаммомга борсанг, аввал совуқ хонада утир, бу хонада баданинг роҳат қилсин. Сунгра, иссиқ хонага, яъни уртадаги уйга кириб, уйда бир соат утиргил, токи иссиқ уйдан роҳат қилгил. Иссиқ сенга таъсир қилгондин кейин хилват хонага бориб, унда ювингил.

Икки сувнинг ичида утирмагил, кўп иссиқ ва кўп совуқ сувни бошингдан қуймагил,

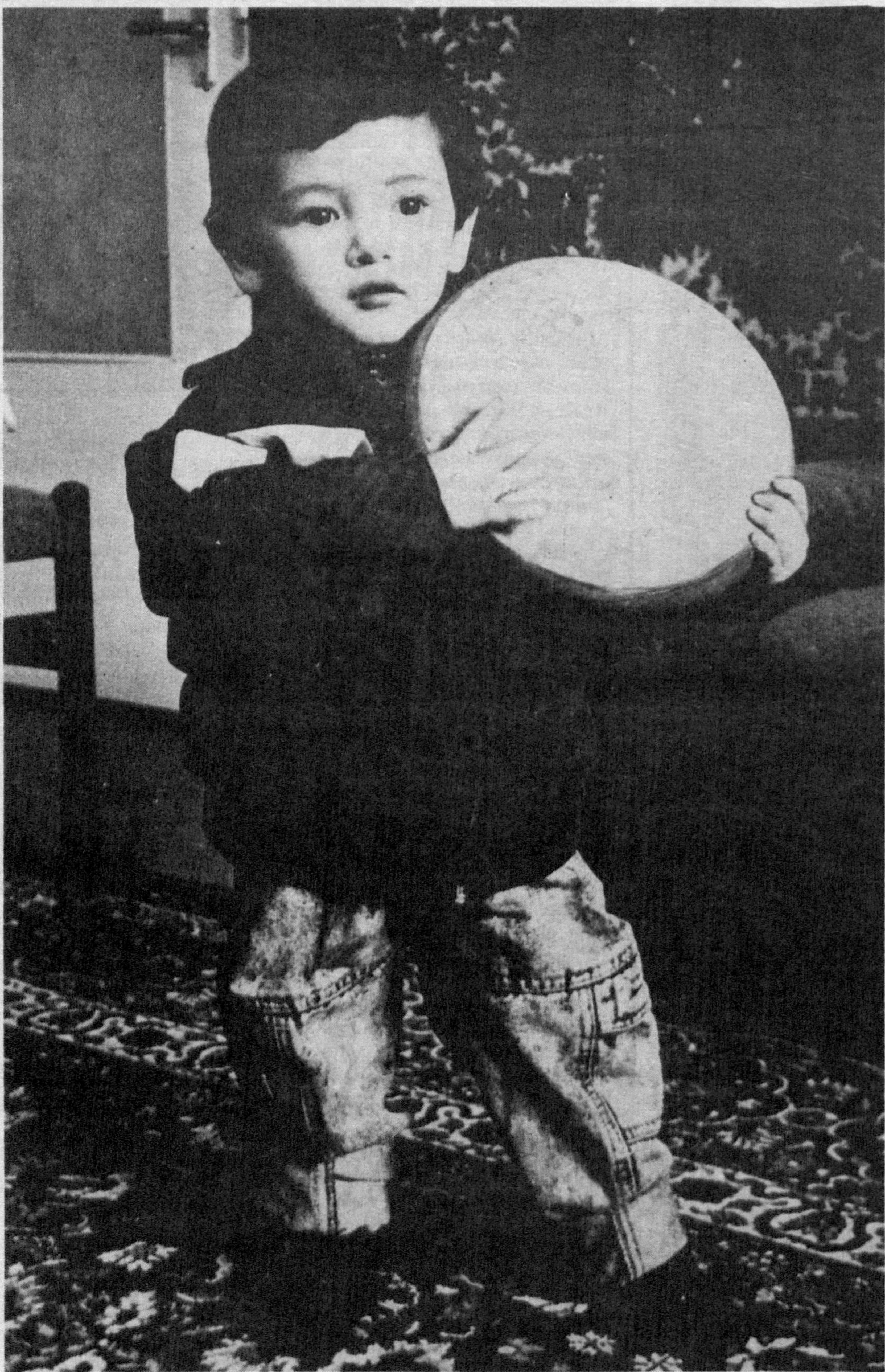
га бориш ҳам одобдан эмасдур.

Демак, сен ҳаммомнинг наф ва зарарини билдинг, аммо ҳаммомда сув ва шарбат ичишдан парҳез қилгил. Бунинг зиёни кўлдур, истисқо касали шундан пайдо бўлур. Агар жуда ҳам хумор ва ташна бўлсанг, оз ичгил, бу билан хумор ва ташналик шиддати босилгай.

Донишмандлар ҳаммомдан чиқадигон булсалар, ҳаммомнинг жомахонасида бир оз ухлаб оладилар, сунгра ҳаммомдан чиқиб кетадилар.

Пугат дафтарилингизга

1. Раънолик - мағрурлик
2. Муътадил — уртача



Қай мақомга чалсам экан-а?

ТОНГ ЮЛДУЗИ
Ўзбекистон болалари ва ўсмирларнинг газетаси

Бош муҳаррир
Умида
АБДУАЗИМОВА

Таҳрир хайъати:
Наримон **ОРИФЖОНОВ**,
Омон **МАТЖОН**,
Гулнора **ЙЎЛДОШЕВА**,
Марат **ШАФИЕВ**,
Феруза **ЖАЛИЛОВА**.

ИВМ компьютерида тарялди ва саҳифаланди. Офсет усулида босилди. Ҳажми 1 босма табоқ. Буюртма — Г -0377. 7691 нусхада босилди. Қозғ бичими — А-3. Босишга топшириш вақти 19.00. Топшириш вақти — 18.30

• Рўйхатдан ўтин тартиби № 000137
• Маъзилнинг: 700083, Ташкент шаҳри,
• Матбуотчилар кўчаси, 32-уй.

• Телефон: 33-44-25

