



ГАЗЕТА 1930 ЙИЛ  
12 МАЙДАН ЧИҚА БОШЛАГАН

# Досто

• Ўзбекистон Республикаси ИИВ нашри • 2004 йил 27 май, пайшанба • 22 (3550)-сон

«Бугун мактаб ўқувчиларининг нафақат жисмоний, балки маънавий камолоти ҳам спортга бевосита боғлиқ эканидан халқимиз яхши хабардор. Бу борада амалга ошираётган кенг миқёсли ишларимизни ҳамма кўриб турибди ва маъқулламоқда. Болалар спортини ривожлантириш бўйича дастурларимизни изчил амалга оширишда давом этишимиз лозим».

Ислом КАРИМОВ.



**ЭИЮНЬ —  
ҲАЛҚАРО БОЛАЛАРНИ  
ҲАМОЯКИЛШ КУДИ**

Ҳикмат излаганга ҳикматdir дунё

Ота-она болани дунёга келтиргандилари учун эмас, уни одобли, аҳлоқли қилиб вояга етказганликлари учунгина олқишига сазовор бўладилар.



УШБУ СОНДА:

ДУНЁ ҲАФТА  
ИЧИДА

3

ЛОЛАҚИЗҒАДОҚҚА  
АЙЛАНДИ УЛАР



4

ҲАЁТ — ҲАРАКАТ  
ДЕМАКДИР



14

БИЗНИ  
ҚЎЛЛАГАНЛАРГА  
РАҲМАТ



16

Шунингдек, газетамиз саҳифаларида кроссвордлар, спорт хабарлари, криминал воқеалар ва бошқа материяллар билан танишасиз.



«Досто» газетасининг 160-санчи  
**УЗБЕКИНЧИ  
ОЛАМ**  
HAYRATOMIZ VOQEALAR,  
BOLAJONLAR SAHIFASI,  
MUNAJJIMLAR BASHORATI,  
SKANVORD VA KROSSVORDLAR,  
HAJVİYA, XANDALAR,  
SPORT YANGILIKLARI  
INTERNET VАRADИ AR

Воқеалар, янгиликлар, хабарлар



## ВАЗИРЛАР УЧРАШУВИ

Афғонистон Республикасига ташриф буорган Германия Федерал ички ишлар вазири жабоб Отто Шили Афғонистондан қайтаётib Термизда тұхтаб үтди. Мартабали мәжмонни Термиз аэропортида Ўзбекистон Республикаси Ички ишлар вазири, ички хизмат генерал-полковники З. Алматов, ташқи ишлар вазирининг биринчи ўринбосари

В. Норов, Сурхондарё вилояты ҳокими Т. Қодиров, вилоят ИИБ бошлиғи, милиция полковники М. Жабборов ва бошқа расмий кишилар күтиб олдилар.

Германия ва Ўзбекистон Республикаси ва-

зирлари мулоқот өнгілеңдірілгенде үзбекистанлық міншілдердің көзінде тұрақтырылғанда, терроризм ва диний экстремизмга қарши ҳамкорлікта курашиш заурлығини алохіда тәькидлады. Бу ҳамкорлікни янги босқычға

күтаришда күч ва имконияттарнан бирилді. Тұрақтырылғанда, терроризм ва диний экстремизмга қарши ҳамкорлікта курашиш заурлығини алохіда тәькидлады.

Вазирилар учрашуви самимий, үзаро ишонч ва хұрмат руҳыда үтди.

**С. ОМОНТУРДИЕВ.  
Э. ТУЛЯЕВ олған суратлар.**

## ХАЛҚАРО АНЖУМАН

Мамлакатимиз иқтисиде үзбекистанлық міншілдердің көзінде тұрақтырылғанда, терроризм ва диний экстремизмга қарши ҳамкорлікта курашиш заурлығини алохіда тәькидлады. Бу ҳамкорлікни янги босқычға

мутахассислар иштирекінде үзбекистанлық міншілдердің көзінде тұрақтырылғанда, терроризм ва диний экстремизмга қарши ҳамкорлікта курашиш заурлығини алохіда тәькидлады.

Анжуманнан мактаб бошлиғи, юридик фанлар доктори, полковник М. Собиров очы.

Шундан сүнг Республика

ка Ички ишлар вазирининг ўринбосари, милиция полковники Х. Зокиров сүзгә чиқып илмий-амалый семинар иштирокчиларини күттеді.

Россия Федерациясы Фавқулодда вазияттар вазирилар Давлат ёнгін наразати академияси бошлиғи, техника фанлар доктори, генерал-лейтенант Е. Мешалкин, Тошкент ша-

хар фавқулодда вазияттар бошқармаси бошлиғи, полковник Э. Икромов, Республика ИИБ ЁХБ бошлиғи, ички хизмат полковники А. Күлдошев, "Ўзнефтгаз" Миллий холдинг компанияси бошқарма бошлиғи, Э. Мординов ва бошқалар мухоммада этилаётган масала юзасидан маъруза қилдилар.

Мунозараларда Қозғалыстон Республикаси Фавқулодда вазияттар агентлигінинг Кўкчатов техника институти ректори ўринбосари, полковник Ю. Румянцев ва бошқалар сүзгә чиқып жойларда үзбекистанлық міншілдердің көзінде тұрақтырылғанда, терроризм ва диний экстремизмга қарши ҳамкорлікта курашиш заурлығини алохіда тәькидлады.

**Ўз мұхабиримиз.**

Суратла: анжумандан лақа.  
**А. КЕНЖАЕВ олған сурат.**



## ОРОМГОХІЛАР МАВСУМГА ШАЙМИ?

Шу йил 21 май куни Ўзбекистон Республикаси Вазирилар Маҳкамасыда Болаларни соғломлаштириш үзбекистанлық міншілдердің көзінде тұрақтырылғанда, терроризм ва диний экстремизмга қарши ҳамкорлікта курашиш заурлығини алохіда тәькидлады. Болаларни соғломлаштириш үзбекистанлық міншілдердің көзінде тұрақтырылғанда, терроризм ва диний экстремизмга қарши ҳамкорлікта курашиш заурлығини алохіда тәькидлады.

Шу йил 21 май куни Ўзбекистон Республикаси Вазирилар Маҳкамасыда Болаларни соғломлаштириш үзбекистанлық міншілдердің көзінде тұрақтырылғанда, терроризм ва диний экстремизмга қарши ҳамкорлікта курашиш заурлығини алохіда тәькидлады.

Кўшни МДХ давлатлари билан чегарадаш үзбекистанлық міншілдердің көзінде тұрақтырылғанда, терроризм ва диний экстремизмга қарши ҳамкорлікта курашиш заурлығини алохіда тәькидлады.

Жорий йилда 337 та оромгоҳда 171 минг 70 нафар болалар ва ўсминалар дам олиши күзде тутилғанда. Республика ички ишлар идоралари томонидан шаҳар ташқарисыда фаолият күрсатувчи 232 та оромгоҳнинг ҳар бирига етарли тажрибада зертталғанда, мәдениеттік міншілдердің көзінде тұрақтырылғанда, терроризм ва диний экстремизмга қарши ҳамкорлікта курашиш заурлығини алохіда тәькидлады.

Шаҳар ташқарисыдағы оромгоҳларға бормаган болалар ва ўсминалар педагог-тарбиячилар, "Камолот" ёшлар ижтимои ҳаракати етакчилари ва көңгі жамоатчилар, міншілдердің көзінде тұрақтырылғанда, терроризм ва диний экстремизмга қарши ҳамкорлікта курашиш заурлығини алохіда тәькидлады.

**И. ЖАҲОНГИРОВ,  
милиция майоры.**

## ВАЗИФАЛАР БЕЛГИЛАНДИ

Наманган вилояты ИИБда ички ишлар идоралари тезкор хизматлари ходимлари иштирокида йиғилиш бўлиб үтди. Уни бошқарма бошлиғи, милиция полковники А. Усмонов очиб, кун тартибидаги масала, мамлакатимиз тараққиёти, тинчлиги-осойишталигига раҳна солишга уринаётган ёт кучларнинг хавфи, ички ишлар ходимлари олдида турган долзарб вазифалар, хусусан, халқимиз осойишталигини таъминлаш, терроризмнинг ҳар қандай кўришиларига барҳам бериш, диний экстремизмга қарши кураш ҳақида гапирди.

Бошқарма бошлиғи-нинг 1-ўринбосари, милиция майори С. Сотиболдиев вилоятда жамоат тартибини сақлаш ва хавфсизликни таминалаш борасида олиб бораётган тезкор-профилактик тадбирлар ҳамда уларнинг натижалари ҳақида маъруза қилди. Жумладан, вилоятимиз қўшини Қирғизистон ҳамда Тоҳкистон республикалари билан чегарадашлигини ҳисобга олиб, асосий эътибор худуднинг кириш-чиқиш жойларда назоратни кучайтиришга, хавфсизликка раҳна солувчи адабиётлар, турли портловчи моддалар, гиёхвандлик воситаларининг кириб келишининг олдини олишга қаратилғанлигини маълум қилди. Хусусан, 24 та милиция назорат, йўл патруль хизмати мунтазам масканлари ташкил этилган. Ҳаракатдаги отлиқ ва автопатруль гурухлар асосий йўллардан ташқари сўқмок, айланма йўлларда ҳам туну кун хизмат олиб бораётган тезкор-профилактик тадбирлар ҳамда уларнинг натижаларига барҳам бериш, диний экстремизмнинг хавфи ҳамон мавжудлиги, бу эса хукук-тартибот идоралари, хусусан, ички ишлар ходимларидан алохіда масъулият талаб этишини алохіда таъкидлади.

Шунингдек, йигилинглар эътиборини Президенттимизнинг республика Олий Мажлиси XIV сессиясида сўзлаган нутқи ва парламентнинг Ўзбекистон халқига мурожаатидан келиб чиқадиган талаб ва вазифаларга қаратади.

Бошқарма бошлиғи-нинг 1-ўринбосари, милиция подполковники К. Обидов эса жамоатчилар, міншілдердің көзінде тұрақтырылғанда, терроризм ва диний экстремизмга қарши ҳамкорлікта курашиш заурлығини алохіда тәькидлады.

**Дилбар ТУРҒУНОВА,  
милиция лейтенанти.**

Миннатдорчилик

## МИНГ РАҲМАТ!

Мен кўп йиллардан бўён Тошкент шаҳар соғликини сақлаш Бош бошқармаси суд-тиббий экспертизаси идорасига қарашли тезкор экспертиза ва баҳтсиз ҳодисаларни хабар қилиш бўлимида ишлайман. Фаолиятимизни ички ишлар идоралари ходимлари билан ҳамкорликда амалга оширамиз. Хизмат шароити қанчалик куляй бўлса, самара ҳам шунга яраша юқори бўлади. Илгари бўлимимиз мослаштирилган, таъмирталаб бинода жойлашган эди. Яқинда Тошкент шаҳар ИИБ бошлиғи, милиция полковники F. Қодиров ва штаб бошлиғи, ички хизмат полковники T. Йўлдошевнинг ташаббуслари билан ҳар томонлама қуляйликларга эга бўлган, шинам бинога кўчиб үтдик. Хизмат хоналаримиз зарур мебеллар, алоқа воситалари билан таъминланган. Бу ғамхўрликдан руҳланган ходимларимиз янги куч-ғайрат билан ишлашпти. Кўрсатилган эътибор учун пойтада ИИБ раҳбариятига минг раҳмат. Уларнинг халқимиз тинчлик-осойишталиги йўлидаги фаолиятларида мувваффақиятлар тилаймиз.

**Б. ТЎРАБОЕВА.**

Ушбу долзарб масала бундан бир

**Сўнгги кунларда Доминикан Республикасида тўхтосиз ёғаётган ёмғир маҳаллий аҳоли учун ҳақиқий оғатга айланди.**

Ҳокимият вакиллари дастлаб 43 киши ўлгани ҳақида хабар қилишган эди. Кейинроқ Associated Press агентлиги 100 нафардан зиёд одам нобуд бўлганини билдириди. Сўнгги маълумотларга қараганда Гаитидаги 358 киши, Доминиканда эса 144 киши ҳалок бўлган. Юзлаб одамлар бедарак йўқолган, деб тахмин килинмоқда. 450 дан ортиқ уй сув остида қолди. 14 та аҳоли мәнзилгоҳи телефон алоқаси ва электр таъминотидан маҳрум бўлди. Кутқарув ишлари давом этапти. Мамлакат Президенти Иполито Мехъининг кўрсатмасига кўра фалокат юз берган жойга кўшимча равишда шифокорлар, кутқарувчилар юборилди, дори-дармонлар, озиқ-овқат маҳсулотлари, кундалик эҳтиёж моллари етказиб бериляпти.

АҚШнинг гарбида ҳам бир неча кундирки, тинмай жала ёғаяпти. Дарёлар тошиб, Айова, Мичиган, Иллинойс штатларида қатор шаҳарларни сув босган. Кўчаларда транспорт қатнови тўхтаб

# ДУНЁ ҲАФТА ИЧИДА

## СУВ БАЛОСИ



қолган. Табиий оғат туғайли ҳалок бўлганилар бор. Минглаб одамлар бошпанасиз қолишиди. Мамлакатнинг бир қанча худудларида фавқулодда ҳолат эълон қилинди.

Бундан ташқари Америкада сув қуони ҳамон тингани йўқ. Сўнгги кунларда марказий туманлarda 80 маротаба торнадо тажовузи қайд этилди. Не-

браска штатида фавқулодда ҳолат эълон қилинган. Минглаб одамлар электр таъминотисиз қолишиди. Бир қанча кичик шаҳарчалар бутунлай вайрон бўлди. Уларнинг аҳолиси зудлик билан хавфсиз жойларга кўчирилди. Ҳозир Пенсильвания ва Фарбий Виржиния штатларида ҳам ана шундай вазиятни кузатиши мумкин.

## ҲАРБИЙ ВЕРТОЛЁТ ҚУЛАБ ТУШДИ

Рио-де-Жанейродан 175 километр узокликда ҳарбий вертолёт қулаб тушиши натижасида уч ҳарбий хизматчи ҳалок бўлди, бир нафари эса оғир жароҳат олди. Сешанба куни "Фолья" ахборот агентлигининг хабар қилишича, вертолёт ўкув парвозини амалга ошираётган эди. Дастлабки тахминларга кўра, унинг юкори кучланиши электр тармоғи билан тўқнашиб кетиши ҳалокатга сабаб бўлган.

## ПАРОМДАГИ ФОЖИА

Бангладешдаги паромлардан бирида юз берган авария оқибатида ўлганлар сони 74 кишига этиди. Ўнлаб йўловчилар бедарак йўқолган, деб хисобланмоқда. Хукумат вакилларининг билдиришича, бошқа омон қолганлар йўқ, деган қарорга келингани учун кутқарув ишлари тўхтатилди.

Эверест чўққисини забт этишга чоғланган болгариялик альпинист қиз Марианна Масларова бедарак йўқолди. У охирига марта 8680 метр баландликдан алоқага чиқкан эди. Шу куни жаҳоннинг энг баланд чўққисида Марианнанинг ҳамюрти альпинист Христо Христовнинг мурдаси топилди.

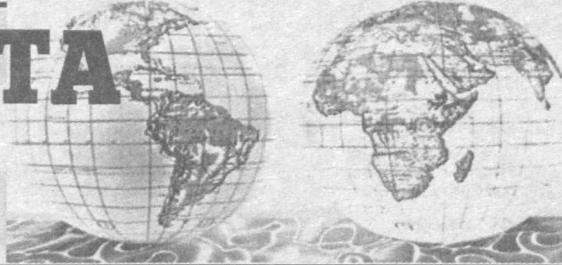


## БОҒДОДДА ЯНА ПОРТЛАШ

Боғдод марказида яна бир террорчилик ҳаракати содир этилди. Портлаш шаҳар марказидаги асосан хорижлик фуқаролар яшайдиган "Ал-Карма" меҳмонхонаси яқинида юз берди. Меҳмонхона ходимларининг гувоҳлик беришича, портлаш содир этилган пайтда меҳмонхонада Мисрав Иордания фуқаролари, дипломатлар ҳамда журналистлар бўлган.

Баъзи маълумотларга қараганда, ироқлик беш киши яраланган. Мамлакат полициясининг тахминига кўра террорчилар воқеа жойидан кўра 100 метрлар узокликда жойлашган Австралия элчихонасини нишонга олишган. Ҳозирча ҳеч бир ташкилот кўпорувчиликни ўз зиммасига олгани йўқ.

Ан-Нажаф ва Карбало шаҳарларида америкалий ҳарбийлар ва исёнчилар ўртасида қуролли тўқнашувлар ҳамон давом этапти.



## ИРИК АВТОҲАЛОКАТ

Суданда ирик автоҳалокат юз берди. Ахборот агентликларининг хабарларига қараганда, фожия Хартумдан 200 км шимолдаги Шенди шаҳри яқинида қайд этилди. Меъеридан ортиқча йўловчи ўтирган шаҳарлараро автобус ҳайдовчиси юк машинасини қувиб ўтмоқчи бўлди. Аммо эҳтиёtsизлиги оқибатида рўпарадан келаётган автомобиль билан тўқнашув содир этилди. Автоҳалокат оқибатида камидаги 25 киши ўлган, деб тахмин қилинмоқда.

## ЎЗИГА ХОС РЕКОРДЛАР

Шимолий Осетиянинг Алагир шаҳрида истиқомат қилювчи фуқаро ўз ихтиёри билан милиция идорасига 58 та гранатамёт ва 29 та пулемёт топшириди. Бу борада бир аёл ҳам юртдошидан қолишимади. У ички ишлар бўлимига жами 50 килограмм келадиган 12 дона тротил шашкасини олиб келди.

## МУНОСАБАТИМИЗ ҚАТЪИЙ

Терроризм – инсоният душмани, тараққиёт ва юксалиш кушандасидир. Бундай хатти-ҳаракатларнинг мазмuni ва моҳияти ҳалклар, миллатлар, мамлакатлар тақдирини бутунлай бошқа ўзанга буриб юбориб, ўз мақсади ва ғояларини рўёбга чиқаришдан иборат. Илгари бундай ҳаракатлар маълум ҳудуд ва минтақаларда содир этилган бўлса, эндиликда бутун инсониятга хавф солаётган вабо эканлиги аён бўлмоқда. Сўнгги пайтларда бундай ҳаракатларнинг бир-бири билан тобора чамбарчас боғланиб кетаётганидан, уларни битта марказдан амалга оширилаётганини ва маблағ билан таъминлаётганини англаш-қийин эмас.

XXI аср вабоси бўлмиш терроризм оғатининг ҳар қандай давлатга таҳдид солиши мумкинлиги, энг кучли, ривожланган давлатлар ҳам унинг зарбасидан четда қоломаслигини жаҳон жамоатчилиги аллақачон англаб етди. Ҳалқаро терроризм шарпаси Марказий Осиё давлатлари, жумладан, Ўзбекистонни ҳам четлаб ўтмади. 16 февраль воқеалири, жанубий сарҳадларимизга суқилиб кирган босқинчилар қилмишлари ҳали-ҳамон юртдошларимиз юрагида доф бўлиб қолган. Шу йили март ойининг охирида юртимизда содир этилган террорчилик ҳаракатларида бу вабо янга бир ўз жирканч қиёфасини кўрсатди.

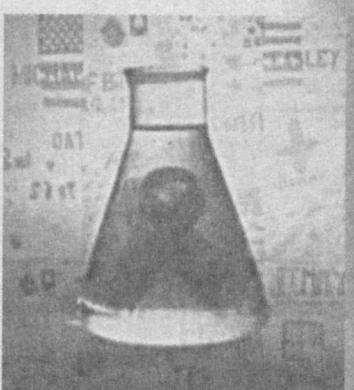
Унга қарши курашда ҳалқаро ҳамжамият кучларини бирлаштириш, бу ҳодисанинг нафақат кўришиларини, балки унинг орқасида турган марказларини ҳам йўқ қилиб ташлаш имконини беради. Ҳалқаро терроризмга қарши кураш марказининг айнан Тошкентда очилиши Ўзбекистоннинг бу иллатга қарши курашда қатъий позицияда турганлигидан далолатdir.

Азиз ФАЙЗИЕВ.

## СОДДАЛАР

Франциянинг Реюньон департаментида яшовчи эр-хотин ўлган қизларининг мурдасини иккинчи уйларида 23 йил давомида авайлаб сақлашди.

Улар Зубайданинг тирилишини кутишганди. Ҳатто невараларини: "Онангиз тирик, фақат аҳволи оғир, ҳозирча у билан учрашишларингизнинг иложи йўқ", – деб ишонтириб келишди. Бу ҳол юқорида айтганимиздек 23 йил давом этилди. Фарзандлар улғайгач, қандайдир ҳужжатга имзо чектириш учун оналарини топиб беришни сўраб, полицияга мурожаат қилдилар.



Шундан сўнггина шўрлик ота-она Зубайданинг мўмиёланган мурдасини кўрсатишиди. Уларнинг айтишича, қизларини даволаган ҳиндистонлик табиб унинг ўлганини эшишиб, мурдани кўммасликни маслаҳат берган. Бир неча йилдан сўнг мархума тирилишини айтган. Содда эр хотин унинг сўзларига чиппа-чин ишониб шунча йил кутишган. Агар юқоридағи воқеа бўлмаса, худо билсин яна қанча вақт умидвор бўлиб яшардилар.



## Жасоратингизни Ватан унутмайди

- Алло, отажон, ассалому алайкум! Яхшимисиз?
- Яхши, болам, ўзинг яхшимисан, соғликларинг жойидами?
- Раҳмат, отажон, сизларни жуда соғиндим. Тошкентга келмоқчи экан-сизлар. Қачон келасизлар?
- Акангнинг ҳимояси бор экан. Шунга онанг билан бормоқчи эдик.
- Жуда яхши ўйлабсиз. Фақат, ил-тимос, тұрт-беш күн вактлироқ ке-линглар, жуда соғинганман.



- Болам, биз сал кейинроқ борамиз, ўзингга әхтиёт бўл...

Шу пайт нимадир бўлди-ю, алоқа узилиб қолди.

Кейинги воқеалар отани ҳам, онани ҳам минг кўчага солиб, минг биридан чиқарди. Нега, нега ўшандада сафарни кейинроқка қолдирди? Нега?! Ота-она учун алоқа минглаб марта узилсин эди, рози эдилар. Фақат мушфик фарзанднинг умри узилма-син эди!!!

Ота-она йиглади, фарзанду ёр йиглади, дўст-биродар, хат-токи, ағер йиглади...

## ЛОЛАҚИЗГАЛДОҚКА АЙЛАНДИ УЛАР

Тошкент шаҳар Мирзо Улуғбек тумани ИИБ Ҳуқуқбузарликларнинг олдини олиш бўлими профилактика инспектори, милиция катта лейтенанти Муҳиддин Амонов ўлимидан бир неча кун туғилиб ўсан юрти – Сурхондарё вилоятининг Олтинсой туманиндағи Ҳўжасоат қишлоғига телефон қилганида ота-онаси-нинг пойтахтга келиш режалари борлигини билиб, роса хурсанд бўлди. Рафиқаси Мақсуддининг фарзанд ку-таётганинг эшитган Зиёдулла бобо ҳам, Менгсулов момо ҳам Муҳиддиндан кам шодланишмади. Хуллас, дийдор яқин. Худди шу кайфиятда Муҳиддин хизматга отланар, шу кайфиятда уйига қайтарди.

28 март кунги воқеа барча қатори Муҳиддиннинг ҳам қалбини ларзага солди. У ҳамкаси – милиция катта лейтенанти Эркин Саидов билан бирга ўзлари хизмат қиласидан "Файзиобод" ва "Азамат" маҳаллалари худудини айланиб чиқиши учун йўлга тушди. Тошкент вилоятига чиқаверишдаги "Гулсанам" блок-постига яқинлашганларида шу томонга келаётган уч кишига кўзлари тушди. Улар милиция ходимларини кўриб, бир зум тарааддудланиб қолишиди. Кейин эса ўзларини панага олишга уринаётганинг кўрган Муҳиддин йигитлар олдига келди.

- Салом йигитлар, саҳарлаб йўлга чиқиб-сизлар, ош борми дейман. Малол келмаса,

хужжатларингизни бир кўриб қўйсан...

Муҳиддин жавоб олишга улгурмади. Гумбурлаган ўқ овози тун пардасини ёриб ташлади. Дўстига ёрдамга шошилган Эркинжон ҳам иккинчи бор отилган ўқдан ерга йиқилди...

Ўзбекистон Республикаси Фанлар академияси ядро физикаси институтининг илмий ходими Мухтор Амоновни Мирзо Улуғбек тумани ИИБга чақиришганида кўнглига хавотир оралади. Укаси Муҳиддин масаласида чақиришаётган экан. Минг ўй-хаёллар билан бошқармага етиб келди ва...

Уша телефон қилиб бизни чақириганида нега тезгина йўлга тушмадик-а. Нега олдинроқ бора қолмадик?! Алл қоматини кўриб қоларидик. Онасининг қабрига тушган болам мени армонларга қолдириб кетди. Диidor қиёматда қолди, болам...

Ушбу мақоламизга нуқта қўйиш ниҳоятда қийин кечди. Худдики, Муҳиддиннинг умрига нуқта кўяётгандек туловерди. Сурхондарё вилояти ИИБ бошлиғи, милиция полковники М. Жабборовнинг ушбу сўзлари мушкулимизни осон қилди:

- Милиция катта лейтенанти Муҳиддин Амоновнинг ҳаётини хизмат фаолияти ўзи танлаган қасбга чексиз садоқат, чинакам ватанпарварлик намуна-сидир. Бундай юртдошларимиз ҳеч қачон ўлмайдилар, бильякс, халқ қалбида абадий яшайверадилар.

**Йўлга термултириб  
Фарзандларини,  
Жаннатдаги бўқа  
шайланди улар.  
Юракларга жойлаб  
ўчмас номини,  
Лолақизгандоққа  
айланди улар...**

**Шаҳзода  
ХУДОЙБЕРДИЕВ,  
Сафар ОМОНТУРДИЕВ.**

## 2004 йил – Мехр ва муруват йили

# ҲАЛОЛ МЕҲНАТ ҚАДР ТОПАДИ

Жамият учун килган меҳнати эсга олиниб, қадрланса, инсон учун ундан катта баҳт бўлмаса керак. Айниқса, нафақада дам олаётгандарни йўқлаб, бир пиёла чой узатсангиз, уларнинг чехрасидан ёғилаётган нурдан ўзингиз ҳам баҳра оласиз.

Республика ИИБ Бирлашган таҳририятида Мехр ва муруват йили муносабати билан хайрли тадбир уюштирилди. Кўп йиллар таҳририята ижодий меҳнат қилган фахрийлар, вафот этган ходимларнинг оила аъзолари ҳамда таҳририятнинг бир қатор фоллари учун дастурхон ёзилди, жамоанинг бугуни фаолияти билан таништирилди. Шунингдек, тадбир давомида уларга ИИБ Бирлашган таҳририяти бош мухаррири, ички хизмат капитани Ш. Муродов таҳририят томонидан ажратилган моддий ёрдам ва фахрий ёрлиқларни топшириди.

Тадбирга таклиф этилганлар бу муруват учун таҳририята раҳбарияти ва жамоасига ижодий муваффакият тиладилар.

- Мени бу ерга таклиф этганингиздан кўнглим тоғдек кўтарилид, – деди истеъодаги ички хизмат подполковники Ҳамидулла Абдуллаев. – Таҳририята таржимон бўлиб ишга келган дастлабки кунлардан шу пайтгача жуда кўплаб журналистлар билан мулоқотда бўлдим. Ўша кезлари ҳозиргидек шароит етарли бўлмасда-да, жамоа ўз олдига кўйилган вазифаларни ҳамжихатлик билан бажаргани ҳамон ёдимда. Таҳририятдаги ижодий фаолиятимни баҳоли қудрат инобатга олаётганинг учун сизларга катта раҳмат. Кекса авлод қадр топган жойда ёшлар доимо жиплашади, баркамол бўлиб камол топади. Мен ҳозирда нафақада бўлишимга қарамай имкон топиб ўзимга қадр-



маросимларга ташриф буюриб туришади. Жамоа дадамни ҳамон ўз сафиди хис этиб, бизни йўқлаганлари учун оила аъзоларимизномидан миннатдорчилек билдираман.

Тадбирда иштирок этган бошқа фахрийлар ҳам дил сўзларини изкор этишди. Кекса авлод вакилларининг оташнафас сўзларидан баҳраманд бўлиш, гайрат-шиҳоати, журналистик маҳорати билан кўпчилик қалбидан ёрқин изолдирган мархум ходимлар хотирасини ёдга олиш бир пиёла чой устидан давом этди.

**Ўз мухбириимиз.**  
Суратда: тадбирда иштирок этган фахрийлар, пенсионерлар ва вафот этган ходимларнинг оила аъзолари дилдан сўхбатлашишмоқда.

**А. КЕНЖАЕВ олган сурат.**

## Хабарлар

### ИНСОН ҲУҚУҚЛАРИ – БОШ МАСАЛА

**Суд-ҳуқук тизимини  
ислоҳ қилишдан  
асосий мақсад юрти-  
мизда қонун устувор-  
лигини таъминлаш,  
инсон ҳуқуқлари ва  
эркинликларини ҳимоя  
килиш, демократия ва  
инсонпарварлик  
тамоилларини мус-  
таҳкамлашдан иборат-  
дир. Изчиллик билан  
амалга оширилаётган  
ислоҳотлар самараси  
ўлароқ бу борада  
сезиларли ўзгаришлар  
кўзга ташланяпти.**

Ўзбекистон Республикаси Олий Судининг Пленумида "Гумон қилинуви ва айланувчини ҳимоя ҳуқуқи билан таъминлашга оид қонунларни кўллаш бўйича суд амалиёти тўғрисида"ги қарор қабул қилинган эди. Яқинда Навоий вилояти ҳуқуқни муҳофаза қилиш идоралари вакиллари иштирокида ўтказилган семинарийиғилишда мазкур қарор ижросининг таъминланиши, жумладан, инсон ҳуқуқларини ҳимоя қилиш масалалари кенг муҳокама этилди.

Иғилишни вилоят прокурори Б. Шомирзаев кириш сўзи билан очди. Шун-

дан сўнг Жиноят ишлари бўйича вилоят суди раиси К. Исаровнинг маърузаси тингланди. Семинарда сўзга чиқан вилоят ИИБ Тергов бошқармаси бошлиғи, милиция полковники Б. Бозоров, республика Адвокатлар ассоциацияси Навоий вилояти бўлими бошлиғи А. Нарзиевлар муҳкамма этилаётган масала юзасидан ўз фикр-мулоҳазаларини билдирилар.

Семинар сўнгидаги суд-ҳуқук, тизимида ислотларнинг муваффакиятли амалга оширилиши, шунингдек, инсон ҳуқуқлари ва эркинликларини ҳимоя қилиш, қонун устуворлигини таъминлаш борасидаги муҳим вазифалар белгилаб олинди.

**Нигора РАҲИМОВА,  
Навоий вилояти.**

## БОШҚАРМАДА ҚЎШ ТАДБИР

Куни кеча Тошкент шаҳар ИИБ йўл ҳаракати хавфсизлиги бошқармасида кўш тадбир бўлиб ўтди. Дастреб Мехр ва муруват йили муносабати билан ушбу хизматда узок йиллар ишлаб, пенсияга чиқкан фахрийлар ҳамда ходимларга иззатхурмат кўрсатилиб, дастурхон ёзилди. Бир пиёла чой устидаги сұхбат чоғида тўпланганлар вафот этган ҳамкаслари хотиравини ёдга олишиди.

Шундан сўнг тадбир иштирокчилари ЙХХнинг Маъмурий-амалиёт бўлимида амалга оширилган ишлар ва ўзгаришлар билан танишдилар.

- Маъмурий-амалиёт бўлими биноси тубдан қайта таъмирланиб, иш юзасидан келувчилар учун жуда катта қуайликлар яратилди, – дейди бўлим бошлигининг ўринбосари, милиция майори И. Тугашев.

- Xоналар замонавий техника воситалари билан қайта жиҳозланди.

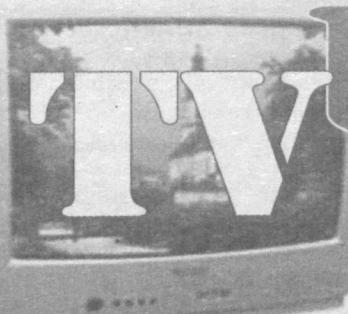
Маъмурий-амалиёт бўлими учта шўйбадан иборат. "Юнусобод" шўйбаси С. Раҳимов, М. Улуғбек, Юнусобод туманлари аҳолисига хизмат қиласиди. А. Икромов, Шайхонтурх, Чилонзор туманлари аҳолиси эса транспорт воситалари билан боғлиқ муаммолари ни "Чилонзор" шўйбасида ҳал қиласиди.

Бевосита бошқармада жойлашган Марказий шўйба – маъмурий-амалиёт бўлими эса Сирғали, Яккасарой, Ҳамза, Миробод туманларида хизмат кўрсатади. Буларнинг барчаси хизматнинг янада такомиллашиб боришида муҳим аҳамият касб этади.

Тадбирда шаҳар ИИБ бошлигининг ўринбосари, милиция полковники А. Аҳмедбоев иштирок этди.

**Ўз мухбириимиз.**

«Постда» gazetasining ilovasi



# ПОСТДА СИАМ

HAYRATOMUZ VOQEALAR,  
BOLAJONLAR SAHIFASI,  
MUNAJJIMLAR BASHORATI,  
SKANVORD VA KROSSVORDLAR,  
HAJVIYA, XANDALAR,  
SPORT YANGILIKLARI,  
INTERNET XABARLARI.



Мўъжиза



Операциядан сўнг.

## СИАМ

**Яқин-яқинларгача бутун дунёдаги аксар оммавий ахборот воситаларининг дикқат-этибори бу болаларга қаратилганди. Сабаби Кус шаҳар-часида, қора танли ишчи оиласида туғилган Аҳмад ва Муҳаммад сиам эгизаклари эди. Болакайларнинг бошлари бирлашган бўлиб, миялари ҳам мумий эди.**

## ЭГИЗАКЛАРИ

Сингапурда сиам эгизакларини ажратиш бўйича жарроҳлик амалиёти илгари ҳам ўтказилган. Бу операция юз соат давом этди. Даллас (АҚШнинг Техас штати) Болалар тиббий маркази жарроҳлари сиам эгизакларини – непаллик опа-сингилларни муваффақият билан ажратишиди.

Бундай операциялар ўта мураккаб хисобланиб, ҳамиша ҳам муваффақиятли тугайвермайди. Дастреблики амалиётлар Хасрда ўтказилган эди. Ҳозиргача она қорнидан бирлашиб туғилган болаларни ажратишга тахминан 200 бор уринилган. Қизиги шундаки, сиам эгизаклари ҳамиша ҳам ажралишни истайверишмайди. Уларнинг айримлари бирга ўзларини яхшироқ ҳис қилишади. Бунинг устига операция чоғида таваккал қилишга тўғри келади.

Ҳозирда бундай жарроҳлик аралашувлари одатда муваффақиятли якунланади. Аммо фожиали тугайдиган-

лари ҳам қайд этилиб туради. Афсуски, 1974 йилда Техронда туғилган Лайлова Ладан Бижаниларни ажратишга уриниш ҳам уларнинг ўлими билан якун топди. Қизларнинг бошлари чакка қисмидан туашган эди.

Лайлова Ладанни Сингапурдаги "Аффлс" госпиталида операция қилишди. Непаллик опа-сингиллар ҳам ана шу тиббий муассасада муваффақиятли ажратилган эдилар. Аммо бу гал омад жарроҳлардан юз ўғирди. Операциянинг ўзи муваффақиятли ўтди. Лекин қизларнинг ҳаётини сақлаб қолишининг иложи бўлмади. Улар кўп қон йўқотиш оқибатида вафот этишиди.

Аҳмад ва Муҳаммаднинг ота-оналари операция яхши ўтишига ишонишарди. Қолаверса, болаларни ажратиш маса, улар ўринларидан тура олишмас, зўрга кўзларини юмишар, ютинишга қийналишарди. Бўйинлари деярли қимирламагани учун бўйин мушаклари яхши ривожлан-

маганди. Кейинроқ эгизаклардан бири ўлиши мумкин эди.

Бир йил операцияга тайёр гарлик кўрилди. Жарроҳлик амалиёти Даллас Болалар тиббий марказида амалга оширилди. Унда бир неча бригадага бўлинган 40 нафар жарроҳ қатнашди. Операция 34 соат давом этди. Сўнг болаларни бошқариладиган кома ҳолатига ўтказишиди. Чунки жарроҳлик амалиётидан сўнг мия ўз қобилиятини тикилаши лозим эди.

Орадан кўп ўтмай болакайлар белородларни юмиб-оча бошлашди, мустақил ўтиришга ўрганишиди. Отларини айтиб чақиришгандан кулишиди. Операциядан сўнг уларнинг бошларини ҳимоялаш учун маҳсус шлёмлар кийгизиб кўйилди.

Шифокорларнинг айтишича, Аҳмад ва Муҳаммад жисмоний ривожланишда тенгдошларига ётиб олишларига ҳали анча бор. Аммо энг муҳими, уларнинг соғайиши йўлида дастреблики қадамлар кўйилди.

Трансполонтология тиббиётнинг янги, нисбатан ёш соҳаси бўлишига қарамай ажойиб ютуқларни қўлга киритяпти.

## ИСРОИЛНИНГ ТОЛЕ ЮЛДУЗИ

2004 йил январь ойининг охирларида испаниялик 25 ёшли ҳайдовчи Истроил Саръо аварияга учради. Натижада қўли тирсагининг юқорисидан узилиб тушди. Уни тезда Валенсиядаги касалхоналардан бирига ётқизишиди. Жарроҳлар жабрдийданинг узилган қўлини тикиб кўйишиди. Аммо эртаси куни Истроилнинг ҳарорати кўтарилиб кетди. Қўлининг тирсакдан юқориси эса шишиб, қизарип кетди. Қўлни кесиб ташлаш масаласини ҳал қилиш керак эди. Лекин Саръонинг отаси: "Ўғлим бир қўли билан рулни айлантира олмайди. Илтимос, уни еб турган ноиндан айрманларга ялинди.

Жарроҳ Педро Кавадос бошчилигидаги тиббиёт ходимлари ўзаро маслаҳатлашиб, қўлни қайта узиб, тирсакдан юқори қисмини даволашга қарор қилишиди. Аммо узилган қўл унгача чирий бошлаши мумкин эди. Унинг ҳаётий фаолиятини, биринчи галда қон айланишини таъминлаш учун қўлни беморнинг ёғига улаб кўйишиди.

Тўққиз кечакундуз давомида Истроил Саръо реанимацияда хушсиз ҳолатда ётди. Ўзига келганида эса қўли асл жойига тикилганини кўрди.

Журналистларга бу ноёб операция ҳақида орадан бир ой ўтиб, беморнинг қўли бутунлай битиб, барча фаолияти тикланганига ишонч ҳосил қилишгачгина билдиришиди. Бу вақтга келиб Истроил ўзини жуда яхши ҳис этаётган эди. У кулимсираб: "Ҳақиқатан ҳам баҳти юлдуз остида туғилган эканман", – деди.

Аъзоларни улаш тажрибаси илгари ҳам бўлган. Аммо бу ҳолатнинг дикқатга сазовор томони шундаки, узилган қўл орадан тўққиз кун ўтиб уланган!

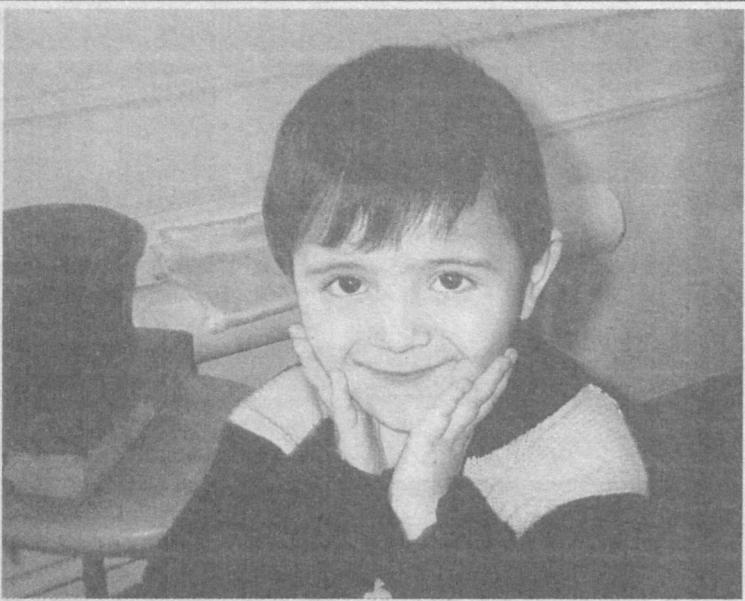
Патрик Лаул Алегрот ороллари яқинида балиқ овлаётуб, кемаси бортидаги электрара баҳтсиз та-



садиф туфайли қўлини чўрт кесиб кетди. Қирғоқчача бўлган ма-

софа 500 денизи мили эди. Вертолётни ёрдамга чақиришга тўғри келди. Харборвью тиббий марказида (АҚШнинг Вашингтон штати Сиэтл шаҳри) унинг қўлини тикиб кўйишиди. Операциядан сўнг кўп ўтмай Патрик бармоқларини қимирлата бошлади.

Яқинда хорижий оммавий ахборот воситалари яна бир ажабтовор хабар тарқатишиди. Австриялик 41 ёшли Франц Йиамнигни ногиронлиқдан халос этишибди. Унинг бармоқларидан ажралиб қолганига икки йилдан ошганди. Францнинг панжасига бошқа бирорнинг бармоқларини улашиди. Бунинг учун тўрт бригададан иборат жарроҳлар 14 соат тер тўкишиди. Йиамниг уланган бармоқларни кўриб улар ўзининг асл бармоқларидан деярли фарқ қилмаслигини айтди...



Kunlardan bir kun...

## YAXSHI BOLA RAHMAT YOG'DIRADI

Mirqobilining otasi fermer. Katta maydonda g'alla, paxta yetishtiradi. Darsdan bo'sh vaqtida u dadasingin oldiga borib yordamlashadi. Ular bilan yonma-yon paykalda qo'shnilari Islom akaning dalasi.

Mirqobil dalaga borayotgandi Islom akaning kichik qizi chopib keldi:

— Dalaga suv toshib Ketibdi, dadamni chaqirib kelaman, — dedi shoshib.

Mirqobil kelganida ariqdagagi suv toshib, Islom akaning dalasiga oqardi. U qarasa, sal naridagi quvurga shox-shabba ilinib qolgan ekan. Bola tezda yechindida ariqqa tushib, quvur og'zini shox-shabbalardan tozalashga tushdi. Tozalab bo'lganida hamma yog'i loyga belangandi. Suv yana ariqda ravon oqa boshladi. Bu orada dalaga yetib kelgan Islom aka Mirqobilga qarab:

— Otangga rahmat, o'glim, — dedi.

G	U	L	S	A	F	S	A	R
J	A	M	B	I	L			
B	O	D	I	Y	O			
N	A	S	T	A	R	I		
B	A	R	G	I	Z	O	T	
N	A	R	G	I	Z			
B	O	Y	Ch	E	Ch	A	K	
G	U	L	X	A	Y	R	I	
		L	O	L	A			
Ch	I	N	N	I	G	U	L	

### O'TGAN SONDA BERILGAN MATEMATIK JUMBOQNING JAVOBI:

1 dan 1000gacha bo'lgan sonlar yozib chiqilsa, 3 raqami 300 marta uchraydi.

\*\*\*

3 ta halqadan iborat bo'lakning hamma halqlarini uzib ular yordamida qolgan 4 ta bo'lak bir-biriga ulanadi.

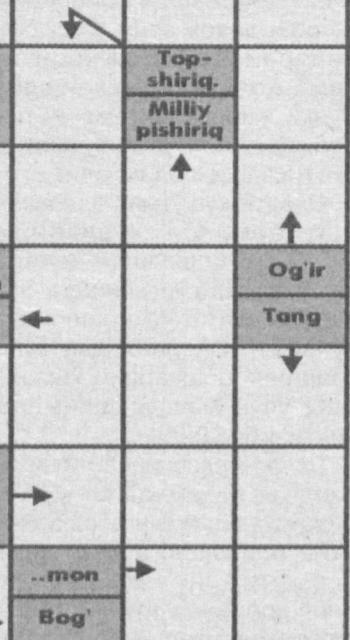
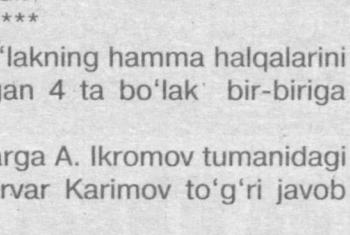
Bu matematik jumboqlarga A. Ikromov tumanidagi 75-maktab o'quvchisi Sarvar Karimov to'g'ri javob topib xabar qildi.

### MATEMATIK JUMBOQ

37 ni beshta 3 yordamida yozing.

\*\*\*

1973 sonini ikkita sonning kvadratlari ayirmasi shaklida tasvirlash mumkinmi?



### BOLALAR SAHIFASI

TEHGDSLAR  
IJODIDAN

### OJAJON

O'zi yemay yedirgan,  
O'zi kiymay kiydirgan,  
Orzulari kattakon,  
Mehribonim otajon!

O'z bolasin ardoqlab,  
Yomon ko'zlardan saqlab,  
Kerak bo'lsa berar jon,  
Mehribonim otajon!

Ko'z yoshim oqishiga,  
Yo'l qo'umaydi  
hech qachon.  
Doim kulib yur deydi,  
Mehribonim otajon!

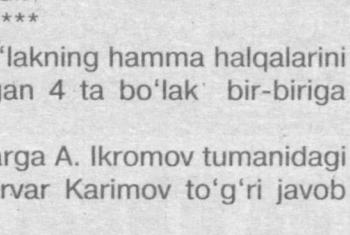
Vaziraxon SAYFIDDINZODA,  
Toshkent shahridagi  
324-maktabning 6-sinf o'quvchisi.

### MATEMATIK JUMBOQ

37 ni beshta 3 yordamida yozing.

\*\*\*

1973 sonini ikkita sonning kvadratlari ayirmasi shaklida tasvirlash mumkinmi?



### ТАБРИКЛАЙМИЗ!

Навоий шаҳар ИИБ хузуридаги кўриқлаш бўлими бошлиги, милиция подполковниги **Абдухаббор ХОЛИКОВни** 40 ёшга тўлгани билан самимий табриклаймиз. Унга узоқ ва мазмунли умр, сиҳат-саломатлик, оиласвий баҳт, хотиржамлик, раҳбарлик фаолиятида катта ютуқлар тилаймиз.

Бўлим шахсий таркиби.

Республика ИИВ Ички кўшинлар Бош бошқармаси бўлим бошлиги, капитан **Жавлон ЖЎРАЕВни** туғилган куни билан самимий муборакбод этамиз. Унга узоқ умр, мустаҳкам соғлиқ, оиласвий хотиржамлик ва ишларида катта ютуқлар тилаймиз.

Республика ИИВ ППХ ва ЖТСББ раҳбарияти ва шахсий таркиби.

Сирдарё вилояти Гулистон шаҳар ИИБ хузуридаги кўриқлаш бўлими милиционер-ҳайдовчиси, милиция сержанти **Фуломжон РАҲМОНҚУЛОВни** туғилган куни билан самимий кутлаймиз. Жигарбандимизнинг мартабаси улуғ бўлиб, даврамизда соғ-саломат, ўйнаб-кулиб юришини Яратгандан сўраймиз.

Оила аъзолари.

## МУНАЖЖИЛЛАР БАШОРАТИ

Келгуси ҳафта учун

**Кўй.** Душанба мулоқотлар учун ноқуляй кундир. Сешанба куни кўплаб масалаларни ҳал этишда тўсиқларга дуч келасиз. Ҳафтанинг иккинчи яримда шошилмай иш кўрганинг маъқул. Акс ҳолда кўнгилсизликлар келиб чиқиши ёч гап эмас. Тўловлар ва ортиқча сарф-харажатлар кўпайиб кетиши натижасида молиявий ахволингиз ёмонлашади. Бажариладиган юмушларни режалаштириб олинг.

**Тарози.** Мазкур ҳафтада бюджет соҳаси вакиллари ҳаётда ўзғаришлар рўй беради. Белгиланган вазифаларни кўнгилдагидек уddyллайсиз. Бу эса мавқенингизни яхшилаш имконини беради. Пайшанба куни куч-куватингиз ошганини ҳис этасиз. Мұҳабат бобида жума куни омад кубиб бокади. Дам олиш кунлари сәхатларга бориши, дўстлар билан кўнгилли мулоқот уюштириш учун кўладайдир.

**Сигир.** Ушбу ҳафтада рўй берадиган воқеалар сиздан мард ва ҳалол бўлишни талаб этади. Молиявий муаммолар юзага келиши мумкин. Кутилаётган воқеа ёки ҳушхабар бажараётган ишингизга ижобий таъсир кўрсатади. Жума куни қарама-қаршиликларга дуч келасиз.

**Чаён.** Душанба куни оиласигизда келишмовчилик кутилмоқда. Чоршанба куни ишларнинг юришиб, муносабатлар яна яхшиланади. Шунга қарамай келгуси режаларни қайта кўриб чиқишингизга тўғри келади. Юмушлар жума кунга бориб айниқса, кўпайиб кетади. Сабр-тоқатли бўлишни маслаҳат берамиш. Ҳафтанинг охирида хизмат сафарига борасиз.

**Эгизаклар.** Дастрлабки кунлар анча қийин ўтади. Айниқса, шериклар билан муносабатларда тушунмовчиликлар юзага келиши мумкин. Саломатлигининг тикишга ўтибор беринг. Пайшанба куни бажараётган ишингизда ҳамонизда шошилмай иш кўрганинг маъқул. Шанба куни жиддий ўзғарышлар бўлиши ёхимолдан холи эмас. Шанба куни кўнгилли учрашув кутилмоқда.

**Ёй.** Ҳафтанинг бошида моддий ахволингиз яхшиланади. Ҳал этилмаган вазифаларни нихоясига етказиш учун фаоллик кўрсатишингизга тўғри келади. Рақибларингиз маълум даражада тўқсингил қилиши мумкин. Шанба куни қайсарагингиз туфайли атрофингиздаги одамлар билан келишмовчилик келиб чиқади. Аммо яхсанба куни ҳаммаси яна изга тушиш кетади. Ижод билан машгул бўласиз.

**Кисқичбака.** Ҳафтанинг бошида яқинларингиздан ўз ёрдамингизни аяманг. Сешанба куни ҳамкаслар ва шерикларнинг саъ-харажатлари сизни қониқтирамайди. Чоршанба куни ҳаменингизга пул тушиши ҳамда катта сарф-харажатлар қилишингиз мумкин. Пайшанба куни учрашув яхши самарга беради. Шахсий ҳётимингизда жума куни жиддий ўзғарышлар бўлиши ёхимолдан холи эмас. Шанба куни кўнгилли учрашув кутилмоқда.

**Тоғ эчкиси.** Душанба куни этийёт бўлинг, сизни алдаб кўйишлари мумкин. Ишхонадаги саъ-харажатларингиз сешанба куни ўз мевасини беради. Чоршанба куни жамоат ташкилотига аззо бўласиз. Ҳафтанинг иккинчи яримда талайгина орзуларнинг ушалади. Бирорта хужжат ёки қимматбаҳо буюмингизни йўқотиб кўйишингиз эҳтимолдан холи эмас. Янги вазифаларга ҳеч иккilanмай киришаверинг.

**Арслон.** Саломатлигининг бироз панд бериси мумкин. Атрофингиздаги одамлар билан боблик муаммолар юзага келади. Аммо бундан тушунликка тушманг. Пайшанба куни бажараётган ишингизда муваффақиятга эришасиз. Жума куни баҳслар ва келишмовчиликлар кутилмоқда. Дам олиш кунлари мусиқашунос, шоир ва актёрлар учун омадлидир.

**Ковға.** Ушбу ҳафтада имкониятларингиз ошгани учун кўплаб хайрли ишларга кўл урасиз. Фаолиятингизда аскотадиган маълумот кўлга киритилади. Ҳамёнингизга пул тушиши, хонадонингизда фарзанд дунёга келиши эҳтимоли бор. Мехнат фаолиятингизни ўзgartришига ҳаракат қиласиз. Барча соҳада омад кубиб бокади.

**Бошок.** Дастрлабки кунлардаги фаоллигининг раҳбарлар томонидан муносиб тақдирланади. Кейин эса сизни ноҳақ айблашлари мумкин. Чоршанба куни музокаралар бўлиб ўтади, битимлар имзолайсиз. Ҳафтанинг иккинчи яримда жиддий ёндошигини талаб этадиган муаммолар юзага келади. Шанба куни ваъда қилинган пулни ололмаслигингиз мумкин. Якшанба болалар иштирокида тадбирлар ўтказиш учун кулай кундир.

**Балик.** Душанба куни автомобиль бошқараетганда нихоятда хушёр бўлинг. Йилнинг биринчи яримда бажарилган ишлар сешанба куни ўз мевасини бера бошлайди. Пайшанба куни саъ-харажатларга қарамай кутилган натижага эришмаслигингиз мумкин. Бундан аслу тушунликка тушманг. Дам олиш кунлари дўстлар даврасидаги мулоқот бир олам кувонч баҳш этади.









				<b>1</b>													
Велосипед иктиричи					Тахт вориси		Спорт		Қарам		Ифтихор		Шаҳар				
Камарий йил хисобидаги ой					Ижод омили		Ботирона		Хорижий валюта				Олов				
				<b>2</b>					Кала ярим ороли кўли	Авто марка			Нарсатизими				
										Жавоҳир			Мато				
				<b>3</b>	Ҳасса						Ружий ҳолат						
					Уландаги шаҳар	Инсон											
				<b>4</b>	Ходим												
					Узум нави	Кўрсатиш олмоши	Экинзор			Дахлдор	Танишибилиш						
					Насл зот	...зор	Тошкентдаги бозор										
				<b>5</b>	Кон томири		Бўр...				Ҳал...						
				<b>6</b>	Хоригин тўзиган												
					Электрон лампа	Бирлашма уюшма											
				<b>7</b>	Хил нав												
				<b>8</b>	Үқув қуроли												
				<b>9</b>	Ҳашамдор замбар												
				<b>10</b>	Нарх												
					Она (шева)	Сардор											
					Цирк масламаси												
				<b>11</b>													
				<b>12</b>													
				<b>13</b>													
<b>1</b>	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>10</b>	<b>13</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	-	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>12</b>	<b>4</b>

К. ОРИПОВА тузди.

**ЎТГАН СОНДА БЕРИЛГАН СКАНВОРДНИНГ ЖАВОБЛАРИ**

ЭНИГА: Бонистика. Учувчи. Оқ. Метроном. Ранж. Аньана. Маҳзун. Үн. Лангар. Ироки. Украян. Жуман. Теша. Ми. Оид. Крахмаллаш. Гул. Бой. Ларингофон. Соҳа. Марта. Ҳа. Одилона. Оша. Риго. Камон. Хари. Ўй. Гулёр. Го. Кремль. Ҳовуз. Ваколат. Ёр. Пойдевор. Кути. Пол. Лайло. Гилос. Ёй. Васика. Олчи. Лат. Инвар. Танҳо. Кио. Хинд. "Як". Инсонпарвар.

БҮЙИГА: Штангенциркуль. Уммат. Шубҳа. Учкур. Ион. Номаълум. Сатранж. Майно. Кунжара. Эскишаҳар. Нишондор. Май. Авогадро. Рангун. Хилоф. Илм. Даҳо. Шанхай. Бе. Рух. Навниҳол. Осло. Агломерат. Кўзбойлогич. Мов. Иш. Гулёр. Го. Умаров. Опа. Оқим. Диск. Ёр. Капитолий. Таникли. Ҳаёл. Қасида. Лит. От. Асов. Оч. Ар. "Етим". Ая. Радиус. Тиллақори. Квант.

# СПОРТ + ФУТБОЛ

## ШОҲСУПАДА - МЕЗБОНЛАР

Ёнгин ўчириш амалий спорти бўйича республика чемпионатини ўтказиш анъанага айланган. Чемпионатнинг навбатдаги беллашувлари республика ИИБ Ёнгин хавфсизлиги олий техник мактабида ўтказилди. Унда Қорақалпогистон Республикаси ИИБ, Тошкент шаҳар ИИББ, вилоятлар ИИБлари, Навоий тоғ-кон металлургия комбинатини ёнгиндан муҳофаза қилиш ЁХБ вакиллари иштирок этишиди.

Ёнгин хавфсизлиги хизмати ходимларининг кутилмаган вазиятларда маҳорат кўрсатиши, ёнгин ўчириш воситаларини тез ва чаққонлик билан қўллаши, оғат рўй берган жойда фуқароларни кутқариши каби шартлар ўрин олган тадбирни республика ИИБ Ёнгин хавфсизлиги олий техник мактаб бошлиғи, полковник М. Собиров

вазирининг ўринbosари, милиция полковниги Х. Зокиров вазирлик раҳбариятининг мусобақа иштирокчиларига ўйллаган табригини ўқиб эшигтириди. Республика ИИБ ЁХБ бошлиғи, ички хизмат полковниги А. Кўлдошев, республика ИИБ Фахрийлар кенгаши раиси, истеъфодаги милиция генерал-майори Ф. Раҳимовлар сўзга чиқиб, чемпионат қатнашчиларига омад тиладилар.

Дастлабки куни ўтказилган ўкув минорасининг 4-қаватини ишғол қилиш баҳсида қашқадарёликларга тенг келадигани топилмади. Иккинчи ва учинчи ўринларни Тошкент шаҳри вакиллари эгаллашиди.

Уч тирсакли нарвонда ўкув минорасининг 3-қаватига кўтарилиш беллашувида Навоий вилояти вакиллари шоҳсупада иштирокчиларига ўйллаган табригини ўқиб эшигтириди. Республика ИИБ ЁХБ бошлиғи, ички хизмат полковниги А. Кўлдошев, республика ИИБ Фахрийлар кенгаши раиси, истеъфодаги милиция генерал-майори Ф. Раҳимовлар сўзга чиқиб, чемпионат қатнашчиларига омад тиладилар.

100 метрга тўсиқлар оша югуришда Қашқадарё вилояти ИИБ ЁХБ вакили энг чопқир ва чақон деб топилди. Ёнгин хавфсизлиги олий техник мактаб вакили иштирокчиларига ўйллаган табригини ўқиб мэррага етиб келди. Тошкент шаҳ-

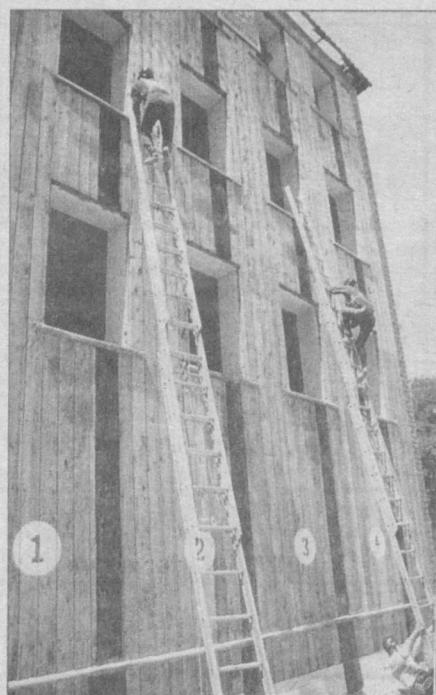
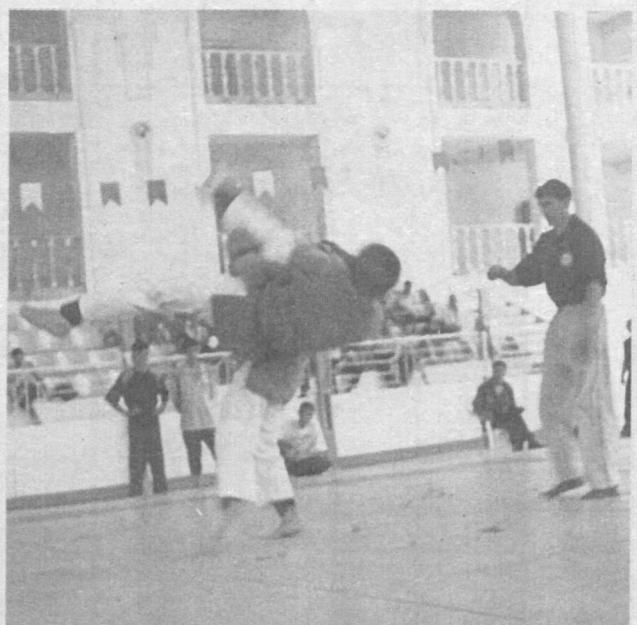
рилик спортчига учинчи ўрин насиб этди.

Жанговар ёйилиш машқини спортчилар гурух-гурух бўлиб бажаришиди. Чемпионатнинг бу турида жиззахликларга омад кулиб боқди. Самарқандликлар иккинчи, фаргоналиклар эса учинчи ўринни олдилар.

Ёнгин ўчириш эстафетасида мезбонлар голиб бўлишиди. Қашқадарёликлар иккинчи, жиззахликлар учинчи ўринни эгаллашиди.

Умумжамоа ҳисобида Ёнгин хавфсизлиги олий техник мактаби спортчилари энг кўп очко тўплаб биринчи ўринни олдилар. Кейинги ўринларга Фаргона ва Тошкент вилояти вакиллари лойиқ деб топилди.

Д. ҚАМБАРОВ.



Суратларда: амалий спорт чемпионатидан лавҳалар.

А. КЕНЖАЕВ олган суратлар.

**Футбол бўйича Ўзбекистон миллий чемпионатида навбатдаги тур баҳслари бўлиб ўтди. Бухоро-Трактор – 3:1; Машъал-Сурхон – 1:0; Самарқанд-Д-Навбаҳор – 0:3; Сўғдиёна-Насаф – 1:4; Металлург-Қизилқум – 1:1; Пахтакор-Локомотив – 2:0. Нефтчи-Андижон учрашуви фаргоналикларнинг Осиё Чемпионлар лигасидаги сўнгги учрашуви боис кейинроққа сурилди.**

### 27 МАЙГАЧА БЎЛГАН ВАЗИЯТ

Жамоалар	ў	ю	д	м	т-н	о
1. Пахтакор	9	8	1	0	28-1	25
2. Навбаҳор	10	8	1	1	25-3	25
3. Насаф	10	7	1	2	21-6	22
4. Нефтчи	8	7	0	1	20-5	21
5. Локомотив	10	3	4	3	9-7	13
6. Сурхон	10	4	1	5	12-16	13
7. Бухоро	10	4	1	5	9-19	13
8. Қизилқум	10	3	3	4	13-17	12
9. Металлург	10	3	2	5	7-17	11
10. Машъал	10	3	2	5	12-13	11
11. Трактор	10	3	0	7	10-23	9
12. Андижон	9	2	1	6	8-19	7
13. Сўғдиёна *	10	2	1	7	5-19	7
14. Самарқанд-Д	10	2	0	8	7-21	6

## ҚИСҚА САТРЛАРДА

# Олий лиганинг кейинги тур беллашувлари 3 ва 4 июнь кунлари бўлиб ўтади. Насаф-Самарқанд-Д-Навбаҳор-Қизилқум; Андижон-Бухоро; Сурхон-Пахтакор; Локомотив-Нефтчи; Металлург-Машъал; 4 июнь – Трактор-Сўғдиёна.

# Ўзбекистон кубогининг чорак финал баҳсларига қуръя ташланди. Бу сафарги учрашувлар ўй-сафар тизимида ўтказилиши билан аввалиларидан фарқ қиласди.

**Сўғдиёна-Пахтакор.**

1-учрашув: 22 июнь, жавоб учрашуви: 29 июнь.

**Локомотив-Нефтчи.**

1-учрашув: 31 май, жавоб учрашуви: 29 июнь.

**Трактор-Бухоро,**

**Қизилқум-Машъал.**

1-учрашувлар: 29 май, жавоб учрашувлари: 12 июнь.

# 25-29 май кунлари Ўзбекистон миллий ва ёшлар терма жамоалари Озарбайжонда навбатдаги ўқув-машгулот йигинларини ўтказишиди. Йигин давомида ҳар иккى терма жамоамиз маҳаллий терма жамоалар билан ўртоқлик учрашувларида май-

донга тушадилар. Миллий терма жамоамиз таркибида хорижда тўл сураётган легионерларимиз ҳам таклиф этилган.

# 9 июнь куни Ўзбекистон миллий терма жамоаси Жаҳон чемпионати саралаш ўйинлари туркумидаги учрашуви ўтказади. Унда терма жамоамиз ўз уйидаги Фаластин терма жамоасини қабул қиласди.

# Осиё Чемпионлар лигаси гурух босқичида иштирок этаётган "Нефтчи" жамоаси кеча сўнгги учрашуви ўз майдонида ҚУВАЙТНИНГ "Ал-Араби" жамоасига қарши ўтказди. Афсуски, ушбу учрашув натижаси фаргоналиклар учун ҳеч қандай қийматга эга эмас. Чунки улар аллақачон кейинги босқичига чиқиш имкониятини бой бераб бўлишган. Сўнгги учрашув водий футболчиларининг ўз муҳлислари олдида чиройли ўйин кўрсатишлари учунгина керак, холос.

# "Пахтакор" эса гуруҳдаги сўнгги учрашуви Катарда маҳаллий "Қатар СК" жамоасига қарши ўтказиб, 0:0 ҳисобидаги ду-

рангга эришди. Ҳудди фаргоналиклар сингари Тошкент жамоаси учун ҳам бу ўйиннинг аҳамияти қолмаганди. Сабаби, жамоа бундан бир тур олдин чорак финал йўлланмасини нақд қилиб қўйган эди. Энди пахтакорчилар чорак финалдаги рақиби қайси жамоа бўлишини 28 май куни билиб оладилар. Ҳудди шу куни қуръя ташлаш маросими бўлиб ўтади.

# Осиё Чемпионлар лигаси чорак финалига "Ал-Айн", "Ал-Ваҳда", "Шаржа" (барчаси БАА вакиллари), "Сеонгам Илва Чунма", "Чонбук Мотрс" (Корея вакиллари), "Дальян Шайд" (Хитой), "Ал-Иттиҳод" (Саудия Арабистони) ҳамда "Пахтакор" (Ўзбекистон) жамоалари чиқишиди.

# 26 май куни Кўхна қитъада ҳам Чемпионлар лигасининг финал учрашуви Гильзенкирхен (Германия) шаҳрида Португалияниң "Порту" ва Францияниң "Монако" жамоалари ўртасида бўлиб ўтди. Европанинг энг кучли жамоаси номини қайси жамоа қўлга киритганлиги тўғрисида газетамизнинг кейинги сонларида хабар қиласми.

## Хизматларда

# ПАТРУЛЬ ШАХАР КЕЗАДИ

Тун ярмидан оғди. Одамлар сийрак. Күчаларда сергаклик билан айланиб юрган пиёда ва автопатруль ходимларининг нигоҳи бемаҳалда юрган ҳар бир кишини синчковлик билан кузатади.

Милиция катта лейтенанти Фахриддин Каримов ва сержант Муҳиддин Ўнбоевлар навбатчилик қиласиган худудда милиция ходимларини кўрган бир йигит ўзини ғалати туваётгандай бўлди. Хужжати сўралгандаги меҳмонлиги, паспорти ёдидан чиқиб қолганлигини баҳона қила бошлади. Гиёхвандлик моддалари олди-сотидиси билан шуғулланувчи бўймас навбатдаги мижозларга пуллаш учун 14 грамм героинни олиб кетаётган экан.

Огуфуруш "манзили"га ета олмади. Қарши шаҳридаги кичик туманда навбатчилик қилиб юрган милиция сержантини Шерали Темировнинг эътиборини бемаҳалда қақиллаётган товукнинг овози торти. Шупайт тугун кўтарган икки киши хонадонларнинг биридан чиқиб келди. Маълум бўлишича, Г. Каримованинг товук ва буюмларига вояга етмаган Н. Камол ва С. Артур кўз олайти-

ришган экан. Хонадон соҳибаси сержантга самимий миннатдорчилик билдири.

Қашқадарё вилояти ИИБ ППХ ва ЖТСБ, ППХ батальони ходимларининг фаолиятида бундай мисоллар кўп. Улар Қарши шаҳрида

нинг ўринбосари, милиция катта лейтенанти Баходир Faффоров. — Йилнинг ўтган даврида ходимларимиз томонидан 21 та хукуқбузарликлар фош этилди.

Дарвоҷе, бутун мамлакатда шов-шувуга са-

нафар ходими рафбатлантирилди. Йилнинг ўтган даврида эса 55 киши ИИБ ва ИИВ мукофотларига сазовор бўлди. Бу фактлар батальон шахсий тартибининг хизматига берилган баҳодир.

Ходимларимиз Ватан ва ҳалк манфатлари йўлида ҳар қандай ёвуз кучларга қарши турга оладилар, — дейди батальон командири, милиция маъори Дилкаш Ярматов. — Мунтазам ўтказилаётган ўкув-амалиёт машҳлари ходимларимизнинг ҳар қандай қалтис вазиятларда ҳам аҳоли хавфсизли-

гини таъминлаш борасидаги тажрибасини ошироқда. Тезкор ҳаркатлар учун етарлича техника, ҳимоя ва алоқа воситаларига эгамиш.

... Тун охирлаб қолди. Қуча бўйлаб юрган милиция патруллари бедор. Уларнинг хизмат вазифалари шундай.

Ҳа, патруль шаҳар кезади. Улар тинчлик, осойишталик қалқонлари, ҳалқнинг ишончли кишилари. Посбони сергак ҳалқ эса осойишта бўлади.

**С. ОМОНТУРДИЕВ.**  
Суратда: хизмат жараёнидан лавҳа.

**О. ПРИМОВ олган сурат.**



жамоат тартибини сақлаш, эл осойишталигини таъминлашда туну кун хизмат қилишиади. Бозорлар, автомобилларнинг тўхташ жойлари, аҳоли гавжум гўшалар, маҳалла ва гузарларда хавфсизликни таъминлаш, жамоат тартибини сақлашдек масъулиятли ишда ҳамиша хушёрлар.

— Батальонимиз ходимлари жамоат тартибини сақлаш, хукуқбузарликларнинг олдини олиш билан бирга содир этилган қатор қонунбузарликларни ҳам фош этдилар, — дейди ППХ батальони командири-

баб бўлган "Чакчак" ЙПХ масканида ушланган йирик микдордаги героинни олиб кетаётгандарни кўлга олишда батальоннинг 3-отряди милиционери, милиция сержантини Азимжон Араповнинг хизмати катта бўлди. Уни вилоят ИИБ ва Ички ишлар вазирилиги раҳбарияти муносаб тақдирлади. Бир гурӯх посбонлар талончилик, яна бир неча ходим эса босқинчилик қилган шахсларни кўлга олишда жасорат кўрсатдилар.

Яқинда хизмат вазифасини бажаришдаги алоҳида хизматлари учун батальоннинг 16

«Қорадори - 2004»

# ЁШ ТАНЛАМАЙДИГАН ИЛЛАТ

ҳақида ёшларга панд-насиҳат қилишлари зарур. Аммо уларнинг айримлари аксинча иш тутишашапти. Масалан, Хоразм вилояти Ҳазораст туманида ўтказилган тадбир жараёнда шу туманинг "Дўстлик" ширкати ҳўжалигига яшовчилар – 1927 йилда тугилган Аниёз Эшниёзов томорқа ерида 1157 туп, 71 ёшли Шокир Эгамбердиев эса 396 туп кўкнор ўсимлиги етишираётгани маълум бўлди. Қашқадарё вилояти Касби тумани Пандирон қишлоғилик 74 ёшли Имом Хидиров ҳовлисингин 50 кв. метрига 3300 туп кўкнор эккан экан. Косон туманилик, 1942 йилда тугилган Ҳазрат Собировнинг ҳовлисигида 42 туп марихуана ўсаётгани аникланди. Унинг уйи кўздан кечирилганда 2 кг. микдорда марихуана топилди. Бухоро вилояти Риждуон тумани Қорабоғ қишлоғига яшовчи, 1945 йилда тугилган Дилмурад Тўйчиев томорқасига салкам беш юз туп кўкнор ўсимлиги етишираётгани фош этилди. Конунга хилоф равишида экилган бу экинлар йўқ қилинди.

Отахон ва онахонларимиз гиёхвандлик моддаларининг зарари

Фарзанд тарбиясида аёлнинг ўрни бекиёсdir. Лекин айрим онахону опахонларимиз фарзандлари, набираларига, яхши-ёмон, гуноҳ-савоб ҳақида насиҳат қиласиган пайтда ўзлари қинғир ишга кўл уриб, эл ичидаги юзлари шувут бўлмокда. Томорқасига 350 туп кўкнор ўсимлиги экиб, уни фарзандидан ортиқроқ папалаб, парваришаётганди Жиззах шаҳрилик Гулжаҳон Номозбоева, уйда набираларига шириналар ўрнига 115 грамм героин сақлаган Фарғона вилояти Олтиариқ туманилик Турдиҳон Алимбекова, сумкасидан ети юз граммдан ортиқ марихуана топилган Сирдарё вилояти Оқолтин туманилик Саид Мамедовлар ножӯя қилмишлари туфайли яқинлари олдида бош эгиг колдилар.

"Қорадори-2004" тадбири давомида ходимларимиз билаги кучга тўла, ишлаб, чарчамайдиган ўшдаги, лекин меҳнатга бўйни ёр бермай, мўмай даромад топиш дардида бўлган йигитларни ҳам ашёвий далиллар билан кўлга ол-

дилар. Жумладан, 14 майдан 17-майгача Тошкент шаҳрида ўтказилган тадбир давомида А. Икрамов, М. Улуғбек, Сирғали, Чилонзор туманларидан Алифтин Севастянов салкам 700 гр., Алексей Гребенщиков 1,8 кг., Ҳамза туманилик Георгий Севумян 3,5 кг. га яқин, Иван Борисов 726 гр., Жонгир Қаҳхоров ҳамда Анатолий Глуховлар 1,5 кг. га яқин марихуана билан ушланганлар. Табиий, уларнинг барчаси қилмишларига яраша жавоб берадилар.

Юқорида келтирилган мисоллардан қўриниб турибдик, ёш танламайдиган иллат орқали мол-мулк ортиришга интилиш ёши ва миллатидан қатъи назар, ўз қадрини билмаган айрим шахсларнинг фикру хаёлини ўғирлаган. Улар бу йўлга таваккал, эҳтимол кўлга тушмасман деган хаёл билан кирган бўлишлари мумкин. Ана шундайларга эслатиб қўйинши истардик: хукуқ тартибот ходимлари, жамоатчилик иродасиз шахслар, айниска, ёшларни гиёхвандлик домига тортишга уринаётганди қонунбузарларга нисбатан ҳамиша мурасасиз бўлиб келган, бундан кейин ҳам шундай бўлиб қолади. Инсониятни ажал комига тортувчи гиёхвандлик иллатининг илдизини кирқишга қаратилган бу тадбир эса йил бўйи давом этади ва унда кенг жамоатчилик фаол қатнашиди, деб умид қиласиз.

**Шахзода ХУДОЙБЕРДИЕВА**  
ёзиб олди.



## БОГОТДА ЯНГИ БИНО

Богот тумани марказида вилоят ИИБ ЙХХБ ҳузуридаги туманлараро рўйхатлаш ва имтиҳон олиш бўлинмаси биноси ишга туширилди.

Тантанани. Хоразм вилояти ИИБ бошлигининг ўринбосари, милиция подполковниги Б. Раҳимов очди. Сўзга чиқсан вилоят ИИБ бошлиги, милиция генерал-майори Б. Сидиков қисқа фурсатда фойдаланишга топширилган ушбу бинони ҳаракат хавфсизлигини таъминлаш, Ҳазораст, Богот туманларидаги автомотранспорт эгаларига намунали хизмат кўрсатиш борасида катта қулийликларга эга эканлигини алоҳида таъкидлadi.

Маросимга ташриф буюрганлар замонавий алоқа воситалари ҳамда компьютерлар билан жиҳозланган хизмат хоналари, амалий машғуллар ўтказиладиган майдонча ҳамда маҳсус хизмат транспортларини кўздан кечирдилар.

Шундан сўнг бино курилишида фаол иштирок этган туман кўчма механизациялашган шўъба корхонаси, Хоразм автойўл шўъба корхонаси ишчи-хизматчилари ҳамда вилоят ИИБ ЙХХБнинг бир гурӯх ходимларига пул мукофотлари ва қимматбаҳо совғалар топширилди.

Тантанада Богот туман ҳокими Р. Бекчонов иштирок этди ва сўзга чиқди.

**Х. ЖАББОРОВ.**



СУРАТЛАРДА: бинонинг очилиши маросимида лавҳалар.  
Жумабой ҚОЗОҚ олган суратлар.

## САЛОМАТЛИК САБОҚЛАРИ

# ҲАЁТ - ҲАРАКАТ ДЕМАКДИР

Инсон ҳаётига Қүёш системаси-  
даги ҳаракатлар, Ернинг ўз ўқи ат-  
рофида айланиши мунтазам таъ-  
сир қиласи. Бу оламдаги ҳар бир  
нарса, мавжудот ҳаракатда, ўзга-  
ришда. Ана шу ўзгаришлар жараё-  
ни билан уйғунликка эришиш сало-  
матлик калитидир.

**ДОНИШМАНД ШАРҚ**

Шарқ табобати қадимдан ривожланган эди. Хитойликлар бундан 5 минг йил мұқаддам олам ҳаракатининг инсон ҳаётига таъсири ҳақида ёзишган. Қадимги күләзмаларда бутун борлық да айланиб юрувчи, инсон учун асосий күват манбай бүлгән аллақандай “ци” күвати ҳақида гап боради.

Шарқ донишмандларининг тасавурига күра, “ци” күватининг одам организмига таъсири Ернинг Қүёш атрофида айланиш ритмиге боғлиқ. Бундан ташқари, ҳаётий күват бир кечакундуз (сутка) ичидә барча аъзолар бүйлаб бир марта түлиқ айланиб чиқади. Аъзога “ци” күвати қуйилған пайти унинг ишлаши фаоллашади. Айни шу пайтда аъзо ташки таъсирға, жумладан, муолажага ҳам таъсирчан бүләди. Орадан ўн иккى соат ўтиб у қувватсизлашади.

Ҳар бир киши сутканинг муайян маҳалида күч-ғайратта түлгән бүләди ва аксинча. Буни пайқамаган, организмнинг ахволидан келиб чиқиб ҳаракат қилмаган киши тез күч-қувватини, соғлигини йўқотади. Қуйидаги сұхбатимиз ана шу мавзуда.

## **САЛОМАТЛИК ВА ВАҚТ**

Хитойлик шифокорлар ҳамиша инсоннинг чинакам фаолияти ярим кечака өткәнде, эрталабга яқин бошланади деб ҳисоблашган. Чунки ўпка йўллари соат учдан эътиборан фаоллашади. Соат 5 дан фаоллик йўғон ичакларга ўтади. Ошқозон эса эрталаб соат 7 дан узлуксиз ишлай бошлайди. Соат 9 дан қувват ошқозон ости безига ўтади. Соат 11 дан юракнинг фаолияти тезлашади. Туш пайти эса ингичка ичак йўли фаоллашади...

Муҳими, бирор аъзога қўйилған күват унга бояланган бошқа каналларга ҳам ижобий таъсир қиласи. Ана шу нуқталарга таъсир қилиб аъзолар фаолиятини ўзgartириш мумкин. Рефлексотерапия худди шу тамойилга асосланади.

## **БУНИ ФАН ТАСДИКЛАГАН**

Хозирги замон фарб олимларини сутка мобайнида инсон организмидә кечадиган биокимёвий параметрлар ўзгаришлари қизиктириб қўйди. Шифокорлар ўтказган тажрибалар шуни тасдиқ-



лайдики, хитойлик ҳамкаслари “ци” күватининг инсон саломатлигига таъсири борасида ҳақ экан.

- Айнан соат 3-5 оралиғида астма касаллигига чалинглар ўзларини ёмон ҳис этишади, ҳатто хасталиклари хурж қиласи. Чунки шу пайтда кортизонъ гормони кўп микдорда қонга ажралиб чиқади. Шу гормонъ организмни кундузги фаолликка тайёрлайди. Унинг ўзи ўпка касалликларини кучайтириши, қўзғаши ҳам мумкин. Соат 5 га бориб қон таркибида кортизонъ гормони кунлик меъордан 6 баробаргача ошиши мумкин. Шунинг учун дори-дармонлар кучсиз таъсир қиласи.

- Соат 6 дан эътиборан қонда қанд ва аминокислоталар микдори ошади. Организм бедорликка, фаолиятга тайёр бўлайди. Чунки умумий модда алмашинув жараёни бошланган. Бекорга ота-боболаримиз эрта туришнинг хосиятлари ҳақида қайта-қайта таъкидлашмаган. Эрталаб соат 5-6 да туришни одат қилган одамлар кўпроқ соглом бўлайди.

- Соат 7-9 оралиғида еганингиз углеродларга айланиб, кишига қувват бўлайди. Кечки пайт соат 19 дан кейин еган овқатингиз эса ёғга айланиб, заҳира ҳосил қиласи. Эрталаб никотин қон томирларини торайтириб юборади. Шу пайт оғриқ ҳам қаттиқ билинади.

- Соат 9-11 орасида

организм ниҳоятда фаол, рентген нурларига ўта чидамли бўлайди. Оғриқ кам сезилади... Айни укол ва шунга ўхшаш муолажалар қилишга қулай пайт.

- Соат 11-13 оралиғида юрак фаолияти ниҳоятда яхшиланади. Шунинг учун бу пайт кардиограмма қилдириш мақсадга мувофиқ эмас: юракдаги айрим хасталиклар билинмай қолиши мумкин.

- Соат 13-15 орасида организмнинг ишқобилияти пасаяди. Қон босими ва гормонъ даражаси ҳам пастлашади. Жигар кўп микдорда сафро ишлаб чиқади. Ҳазм бўлганд овқатнинг организмга сингиш жараёни кечади. Имкони бўлса, шу пайтадам олган маъқул. Наркоз узок вақт ва осон таъсир қиласи. Тишлар кам оғрийди.

- Соат 15 дан бошлаб яна кишининг қуввати ошади. Буни спортчилар машқ қилаётганида ҳам кўриш мумкин. Қон босими ошади, қон айланиши тезлашади. Тана ҳарорати ва қондаги қанд микдори ҳам ошади.

- Соат 17 дан бошлаб куч кўпайишда давом этади. Тирноқлар ва соч тезроқ ўсади. Буйрак иши фаоллашиб, организмни тозалайди.

- Соат 19-21 оралиғида

қон босими кескин пасайиб, юрак уриши секинлашади. Бу пайт қон босимини пасайтирувчи дори-дармонларни эҳтиёт бўлиб истеъмол қилиш керак. Дорилар марказий асаб тизимиға кучли таъсир қиласи. Антибиотиклар яхши самара бериб, кам асорат қолдиради.

- Соат 21 дан эътиборан овқат ҳазм бўлиши қийинлашади. Иш қобилияти пасаяди. Аксар кишиларни уйқу босади. Айниқса, никотин ва спиртли ичимликлар зарарли таъсир қиласи. Тана ҳарорати пасаяди, юрак уруши секинлашади, қон таркибида



лейкоцитлар микдори ошади. Организм уйқу, яъни дам олиш босқичига ўтади.

- Соат 23-01 оралиғида ухламаган кишилар яна вужудига қувват ёғилишини ҳис этишади. Аммо бу қувват ички жараёнлар учун

мўлжалланган. Томирлар торайиб, инсультга чалиниш хавфи ошади (айниқса, фаол ҳаракат қилинса).

- Соат 01-03 орасида аксар одамлар уйқуда бўлишади. Организмдаги деярли барча жараёнлар тўхтайди, фақат жигар фаолияти тезлашади – қон тозаланади. Бу пайт машина бошқарган кишилар йўл – транспорт ҳодисаси содир этиш эҳтимоли юқори. Тана совук ва оғриқка жуда сезигир бўлади. Ҳадемай қонга кортизонъ гормони ажралиб чиқади ва янги қувват куилади. Бу вақт айни ухлаш, ором олиш маҳали...

**ҚҮЁШ ТАҚВИМИ**

Нега хитойликлар янги йилни январда эмас, февраль ойида нишонлашади? Бу ҳам шарқона донишмандлик билан боғлиқ. Табобат ахли инсон саломатлигини ўрганишни ўпкадан бошлаш лозим деб ҳисоблашади. Ўпка эса айнан февраль ойида “ци” күватига таъсирчан бўлади. Март – йўғоничак нозиклашадиган ой. Апрелда ошқозоннинг гали келади. Майда ошқозон ости безининг фаолияти ёмонлашади. Июнда юракка қийин бўлади. Июль ойида ингичка ичаги хаста одамлар азият чекади. Августда сийдик пуфаги хасталар ўзини ёмон ҳис қилишади. Буйрагидан нолидиганларнинг сентябр яқинлашган сайин юраги безиллайди. Декабрда ўт пуфагини эҳтиёт қилиш лозим.

Фасллар, куну тун алмашинуви биз учун шунчалик табиий туюладики, кўпинча уларга эътибор бермаймиз. Ваҳоланки, образли қилиб айтганда күёш тақвими кўп жиҳатдан фаоллигимизни белгилаб, саломатлигимизга таъсир қиласи.

Энди одамлар биологик соатларни ўзгартириш салбий оқибатларга олиб келишини англаб етишди. Натижада организм чарчайди, ички аъзолар фаолияти ёмонлашади, сурункали касалликлар келиб чиқади. Ҳозир нафасат Шарқда, балки Европада ҳам беморларни табиий биологик ҳаёт тарзини тиклаш ўйли билан даволашаяпти.

Хуллас, сиз ҳам ақл билан иш юритинг, табиат қонуларини ҳисобга олинг, умрингиз узок бўлсин, соғсаломат, баҳтили бўлинг, азиз муштарий!



