





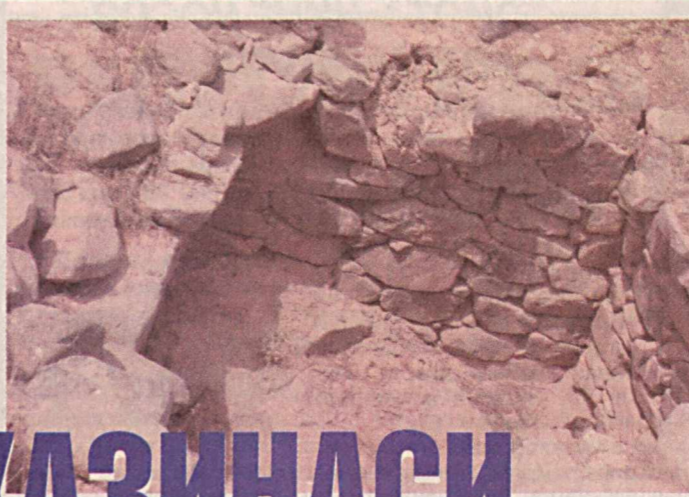


ТОШКЕНТ ВОҲАСИ: АФСОНА ВА ҲАҚИҚАТ

Қадимий Илоқ мамлакати! Мағрур ва кучли, тилсимли ва ақл бовар қилмайдиган даражада бой юр!

лари, шунингдек, муҳим ер ости хазиналаридан бири. Буюк ипак йўлидаги машҳур ва нуфузли иқтисодий-маданий марказ бўлган Илоқ бундай шон-шухратга тасодифан эришмаган.

ИЛОҚНИНГ БЕБАҲО ХАЗИНАСИ



Ангрэн шаҳри, Охангарон тумани, Олмалик шаҳри ва Пискент тумани, яна улкан тоғ тизимини қамраб олган Охангарон водийси — буларнинг ҳаммаси Илоқ. Аммо, ханузгача, унинг қаердан бошланиши-ю, қаерда тугаганини аниқлаш мумкин. Бу мамлакатни Осиёнинг бебаҳо хазинаси, дег таърифлашни истардик.

Қизилолмасой ва яна кўплаб халққа таниш ва сеvimли шарқироқ сойлари ҳосил қилувчи Охангарон дарёси ўраб турган замин.

Аммо, бир қарашда шундай. Жумбоқли ва оддий, юқорига йўналган ва чўзиқ бу ёзувлар бизни гўё муқаддас белги ва рамзлар дунёсига олиб киради.

Бутун борлиқ куч-қудратга тўлган. Зеро, тоғли халқлар фольклорига эчки энг кучли ва ақлли, йўл бошловчи ва етакчи бўлган.

Бунинг учун ўз заминини севадиган, ардоқлайдиган одамлар ёрдам қилини чўзишлари керак. Қизилолмасойсиз, унинг ноёб петроглифлари ва улкан тошларисиз Илоқ кендик бўлиб қолади.

Бу — жуда маъқул саяёҳарат. Жумладан, профессор, ўлкашунос Исомиддин Ёрматов, тарихчи-археолог, тарих кафедраси ўқитувчиси Константин Крахмаль, мактаб ўқитувчиси Мамасоли Тўхтаев ва бошқа фидойилар ўлкамизнинг қадимий ёдгорликларини кўз қорачиғидек асрашга тайёр.

КУРАШ — ОСИЁ ҲАҚИДА

Халқаро кураш ассоциацияси бош қароргоҳида оммавий ахборот воситалари ходимлари иштирокида матбуот анжумани бўлиб ўтди. Унда ўзбек курашининг кейинги Осиё ўйинлари дастуридан расмий спорт тури сифатида ўрин олганлиги эътироф этилди.

ҲАЁТ САБОҚЛАРИ

Шифохонада бир оғир беморининг касаллик тарихини таҳлил қилиб ўтиргандим. Қабулхонада галаговур бошланиб, хонанинг эшиги зарб билан очилди.

УША ЗАҲОТИ УЙГА ҚАРАБ

Юш заҳоти уйга қараб югурдим. Ётоғимга кириб хўнграб йилгандим. Жамшиднинг ургани эмас, устозимнинг ноҳақлиги мурғак юрагимни тирнаган эди.

ЎЗБЕКИСТОН ЧЕМПИОНАТИ БОШЛАНДИ

Пойтахтимизда гандбол бўйича Ўзбекистон чемпионатининг биринчи тур ўйинлари бўлиб ўтди. Эраклар ўртасидаги баҳсларда Самарқанд давлат архитектура-курулиш институти вакиллари "Ешик" жамоасидан 50:46, Андижон олимпия заҳиралари коллежи гандболчиларидан 46:29 ҳисобида устун келди ҳамда "ОТМК" (Олмалик) жамоасига 38:43 ҳисобида имкониятни бой берди.

ОТАМ БЎЛГАНДА ЭДИ...

таътилдан кейин янги кийимда мактабга отландим. Биринчи кўнғироқ чалинди, ҳамма синфга кирди. Ҳаётимизда негизда кечикди. Синфимизда Жамшид деган бола ўқирди. Унинг отаси ички ишлар идорасида терговчи бўлиб ишларди.

ФЕЙДАЛИ МАСЛАҲАТЛАР

Мутахассисларнинг аниқлашича, бир кунда 100 г. очиқ шоклад истеъмол қилиб турганда, одам узрини 6 йилга узайтиради. Юрак-қон томир касалликларининг олдини олади.

БЕКАЖОН

САБЗАВОТЛИ САЛАТ

Масаллик: 5 та картошка, 200 г. қарам, 1 та бодринг, 2 ош қошиқ ўсимлик мойи, 3 фозили сирка, қўқат, шакар, туз. Тайёрлаш: картошка пиширилиб, совутилади, арчилди ва майда қилиб тўғралади.

НҲҲАТЛИ САЛАТ

Масаллик: 5 та картошка, 200 г. гулқарам, 300 г. қўзқоқли ловия, 200 г. майонез, 100 г. кўк нўхат, 1 та бодринг, 3 та помидор, 2 та кўк қалампир, янчилган қора мурч, таъбия қараб туз.

РАССОМ ХАНДАСИ

— Одамларга ҳайронман, бир кунлик тўйлариди ҳамма нарсани тўкиб-сочиниши. Кейин эса... Интернет материаллари асосида Жўрабек МУРОДОВ тайёрлади.

TOШKENT ҲАҚИҚАТИ Ташкентская правда Муассис: Тошкент вилояти ҳокимлиги

Бош муҳаррир Абдулло Абдушоҳидов

Мавзелимиз: 100000, Тошкент шаҳри, Матбуотчилар кўчаси, 32. Телефонлар: 236-55-03, 236-53-54.

БИЛАСИЗМИ?

ДОРИВОР ҲСИМЛИКЛАР

Турли касалликларни даволашда шифобахш Ҳсимликлардан тайёрланаётган дори-дармонлар салмоқли ўрин тутди. Масалан, кардиовален — юрак касалликларини даволашда қўлланиладиган сифатли дори-дармон бўлиб, у дўлана, асарун (валерианка), сариқгул (адонис) ва бошқа бир қанча Ҳсимликлардан тайёрланадиган мураккаб бирикма.

ЧОЙЎТ

Чойўтдошлар оиласига кирувчи, буйи 75 см гача бўлган кўп йиллик ўт. Барги тухумсимон, тўпгуллари чўтқасимон еки юмалоқ-тухумсимон шаклда бўлади.

БЕШБАРГ

Бешбарг — раъногулдошлар оиласига оид бўлган, ётиб ўсувчи кўп йиллик ўт. Пояси ингичка, туксиз ёки сийрак тукчалли бўлиб, ётиб ўсиб, поя бўгинларидан илдиэ чиқаради.

БЕКАЖОН

Масаллик: 5 та картошка, 200 г. қарам, 1 та бодринг, 2 ош қошиқ ўсимлик мойи, 3 фозили сирка, қўқат, шакар, туз. Тайёрлаш: картошка пиширилиб, совутилади, арчилди ва майда қилиб тўғралади.