

Oila va jamiyat

№ 47 (1448)
27-NOYABR
2019-yil

Gazeta 1991-yil 1-sentabrdan chiqq boshlagan

E-mail: oilavajamiyat@mail.ru

@oilavajamiyatgazetasi_bot

“IBRATLI OILA”LARNING IBRATI NIMADA?



Оила – мўъжаз Ватан! Демак, фарзандларимиз мана шу муқаддас даргоҳда ўсиб-улғайиши, илм чўққиларини эгаллаши, ҳар томонлама етук инсонлар бўлиб тарбияланиши лозим. Модомики, фарзандларимизнинг етук инсон бўлиб вояга етишини истар эканмиз, улар ибратли ва замонавий оилада камол топиши ҳақида қанча ғамхўрлик қилсак ҳам кам.

●3



Кўп қаватли уйлар олдидаги ахлат-хоналарнинг қоровули бор, шу боис бу жойлар тоза, озода. Лекин қоровули йўқ чиқиндихоналарда махсус қутилар қолиб атрофга ташлаб кетилган турли нарсаларни кўриб, наҳотки шу ергача оёғи етган кимса ахлатни қутига ташлашга эринса, деб куюнаси

YO‘LAKKA IRG‘ITILGAN MAKKAJO‘XORI

●6

OT INSONNING YO‘LDOSHI

От спорти ҳақида гап кетганда, кўпинча, чавандоз ва отга таъриф бериб, уларнинг номи кўкларга кўтариб мақтаймизу, чавандознинг эришган ютуғида, яна бир инсоннинг хизмати борлигини унутиб қўямиз гоҳида. Улар от боқиб парваришловчи – отбоқарлар бўлиб, улоқчилар тилида “сайис”лар дейлади. От спортини ривожлантиришда отбоқарларнинг муҳим ўрни бор.

●7



Jigarband 4 Mehrning o'Ichovi bo'lmaydi



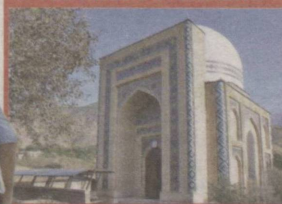
Меҳр-мурувват нима? У қандай туйғу? Нега баъзи инсонлар ҳатто ўз зурриятдан меҳрини қизғанади? Жигарбандини ўз меҳр-муҳаббатидан мосуво этади?

Mulohaza 8 “Otasini ko‘rib, o‘g‘lini kuyov qil”



Отам раҳматли билан суҳбат курганимизда, нонушта қилганимизда ва бошқа пайтларда ҳам юзига тик қарай олмасдим. Бу кўрқувдан эмас, сабаби ҳеч қачон кўрқиб тарбия кўрмаганмиз. Ҳурматми ёки ўзаро қандайдир кучми, хуллас бор эди.

Nigoh 9 BUYUK MEROSIMIZGA E'TIBORLI BO'LAYLIK!



Ҳазрати Сўфи Оллоёр Марказий Осиёда Нақшбандия тариқатининг йирик намоёндаси, туркий тасаввуф адабиётининг машҳур вакилларида бири бўлиб, мутасаввиф шоир, адиб, йирик диншунос аллома ва давлат арбоби сифатида Туркистон халқлари уртасида юксак ҳурмат-эътибор қозongan буюк шахсдир.

“ITWomenUZ” INNOVATSION G‘OYALAR MAYDONI



Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси томонидан Ўзбекистон Республикаси Президенти ҳузуридаги Лойиҳа бошқаруви Миллий агентлиги Ахборот технологияларини ишлаб чиқиш ва жорий қилишни қўллаб-қувватлаш бўйича “Mirzo Ulugbek Innovatsion Center”, Ўзбекистон Республикаси Ахборот технологиялари ва коммуникацияларини ривожлантириш вазирлиги, Тошкент шаҳридаги Инҳа университети ҳамда Тошкент Ахборот технологиялари университети билан ҳамкорликда жорий йилнинг 19 августидан бошлаб “ITWomenUZ” лойиҳаси илк маротаба ҳаётга татбиқ этилмоқда.

Мақсуд лойиҳани амалга жорий қилишдан қўзланган мақсад хотин-қизларни замонавий ахборот-коммуникация технологиялари соҳасига жалб қилиш, уларни мобиль илова, веб-сайт, дастурий маҳсулотларни яратиш. Компьютер графикаси ва дизайнёрлик фаолиятига ўқитиш ҳамда дастурчи сифатида шаклланишларига кўмаклашиш орқали фрилансер сифатида бандлигини таъминлашдан иборатдир.

Айни пайтда мамлакатимизда ахборот-коммуникация технологиялари соҳасида 28 минг 323 нафар дастурчи фаолият юритаётган бўлиб, уларнинг 8 минг 383 нафарини хотин-қизлар ташкил этади.

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси томонидан июль-август ойларида ахборот-коммуникация технологиялари соҳасидаги билимларини оширишга ва ушбу соҳада ишга жойлашишга эҳтиёжи бўлган хотин-қизларни кўпроқ жалб этиш учун “itwomen.wci.uz” сайти ишлаб чиқилиб, тadbирда қатнашишни хоҳловчиларни онлайн тарзда рўйхатга олиш йўлга қўйилди. “ITWomenUZ” лойиҳасига жорий йилнинг 19 август кuni старт берилди ва 160 дан зиёд хотин-қизлар қатнашди.

Даставвал, лойиҳанинг биринчи босқичида Тошкент Ахборот технологиялари университети ҳамда Тошкент Инҳа университетида жорий йилнинг 19-24 август кунлари бир ҳафта давомида ўқув-амалий машғулотлар ташкил этилиб, мобиль иловалар тайёрлаш, веб-сайтлар яратиш, дастурий маҳсулотлар ишлаб чиқиш ҳамда компьютер графикаси ва дизайн йўналишларида хотин-қизларнинг малакаси оширилди. Сўнгра тингловчиларнинг олган назарий билимлари ахборот-коммуникация технологиялари соҳасида фаолият юритаётган ташкилот ва корхоналарда 28-август-18 сентябрь кунлари уч ҳафта мобайнида амалиётга татбиқ қилинди.

Лойиҳанинг иккинчи босқичи 19-сеп-

Айни пайтда мамлакатимизда ахборот-коммуникация технологиялари соҳасида 28 минг 323 нафар дастурчи фаолият юритаётган бўлиб, уларнинг 8 минг 383 нафарини хотин-қизлар ташкил этади.

тябрдан бошланди ва курс ишларини бажаришлари учун хотин-қизлардан иборат гуруҳлар шакллантирилди. Иштирокчиларнинг энг муваффақиятли тайёрланган лойиҳалари якуний босқичга тақдим этилди.

Кuni кеча Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитасида “ITWomenUZ” лойиҳасининг якуний босқичида ўз лойиҳаларини муваффақиятли якунига етказган дастурчи хотин-қизлар ўртасида “Энг яхши мобиль илова”, “Энг яхши веб-сайт”, “Энг яхши дастурий маҳсулот”, “Энг яхши электрон плакат” номинациялари бўйича танлов ғолибларини саралаш босқичлари бошланди.

Танловни очиб берган Бош вазир

навий либослар, косметологиядаги ва пардоз-андоз ашёларидаги трендлар бўйича маълумот беришдир. Бу илк бор Ўзбекистонда яратилган хотин-қизлар учун мўлжалланган сайт бўлиб, мода оламидаги миллий тенденцияни ўз ичига олган.

Сайтимиз ўзбеккона миллий руҳда яратилган бўлиб, менталитетга хос бўлган одоб ахлоқ қоидалари инobatга олингани билан бошқа сайтлардан фарқлиб туради. Сайтда хотин-қизларга малакали психолог ва косметолог мутахассислари маслаҳати бўйича online сўзлашув тизими яратилган. Бу муҳлисларга тез ва сифатли психологик ёрдам олиш имкониятини беради. Келажакдаги режа хотин-қизларни



ўринбосари, Хотин-қизлар кўмитаси раиси Эльмира Боситхонова аёл-қизларни IT соҳасига жалб қилиш уларнинг ижтимоий-сиёсий фаоллигини оширишда муҳимлигини таъкидлади.

Танловда Ўзбекистонга ташриф буюрган сайёҳлар учун қўлланма веб-сайт, барча вазирликлар ҳақидаги маълумотни жамловчи мобиль илова, исгазидан захарланишга йўл қўймайдиган детектор дастур, уй шароитида фитнес билан шуғулланиш имконини берувчи мобиль илова каби IT маҳсулотлари тақдим этилган.

“Joziba” (www.joziba.uz) сайти сардори Холди Абдурашидованинг таъкидлашича сайт барча ёшдаги қиз ва аёлларга мўлжалланган бўлиб, ўз ичига 4 та бўлимини қамраб олган: либослар, косметология, пардоз-андоз ашёлари ва мутахассис маслаҳатлари. Сайтнинг асосий мақсади: хотин-қизларга замо-

бўш иш ўринлари билан таништириб боровчи саҳифа яратишдир.

– Ушбу лойиҳада иштирок этиш жараёнида қўллаб маълумотларга эга бўлдим, – дейди Муҳаммад Ал Хоразмий номидagi Тошкент Ахборот технологиялари университетининг Самарқанд филиали катта ўқитувчиси Умида Муртозаева. – Самарқанд вилояти хотин-қизлар кўмитаси веб сайтида нималар бўлиши мумкин нималар бўлиши мумкин эмас деган саволга жавоб топиш учун изландим. Мақсадимиз самарқандлик хотин-қизлар фаолиятини бутун дунёга кўрсатишдан иборат. Сайтимиз яқинда ишга тушди. Айни кунларда уни янгилаш ва янгиликлар билан бойитиш устида изланаёلمиз.

“ITWomenUZ” лойиҳаси иштирокчилари орасидаги танлов ғолиблари 4 декабрь кuni тантанали равишда тақдирланади.

Нигора РАҲМОНОВА

AYOL TADBIRKOR BO‘LSA...

Пойтахтимиздаги “Hyatt Regency Tashkent” меҳмонхонасида “Бизнес ҳамжамияти билан очик мулоқотни ўрнатиш режалаштирилган иқтисодий ислохотларга эришиш гарови сифатида” мавзусида бизнес форум ўтказилди.

Ўзбекистон Республикаси Президенти ҳузуридаги Тадбиркорлик субъектларининг ҳуқуқлари ва қонуний манфаатларини ҳимоя қилиш маркази, Конрад Аденауэр жамғармасининг Марказий Осиё бўйича ҳудудий бўлими, Ўзбекистон Республикаси Хотин-қизлар кўмитаси, “Юсалиш” умуммиллий ҳаракати ҳамкорлигида ташкил этилган ушбу форумда “Солиқлар ва

иқтисодиёт. Ўзбек бизнесини 2021 йилга қадар нималар кутаяпти”, “Тадбиркорлик субъектларининг ҳуқуқ ва қонуний манфаатлари ҳимоя қилиш тизими хусусиятлари: Ўзбекистон мисолида”, “Ахборот ва интеллектуал мулк соҳасида рақамли иқтисодиётни ривожлантиришнинг ҳуқуқий истиқболлари”, “Солиқ тўловчи ва давлат ўртасидаги, шунингдек, солиқ тўловчи ва жамият ўртасидаги ўзаро муносабатларни сифат жиҳатдан яхшилаш йўллари”, “Аёллар тадбиркорлигини ривожлантириш: иқтисодий ва ижтимоий жиҳатлар” мавзуларида маърузалар тингланди.

– Юртимизда аёллар тадбиркорлигини ривожлантириш масалаларига алоҳида эътибор қаратилмоқда, – дейди Ўзбекистон Республикаси Бош вазири ўринбосари, Республика

Хотин-қизлар кўмитаси раиси Эльмира Боситхонова. – Муҳтарам Президентимизнинг “Хотин-қизларнинг меҳнат ҳуқуқлари кафолатларини янада кучайтириш ва тадбиркорлик фаолиятини қўллаб-қувватлашга оид чора-тадбирлар тўғрисида”ги қарориди белгиланган вазифа ва тадбирларни амалга ошириш мақсадида 14 та ҳудудда хотин-қизлар кўмиталари қошида “Хотин-қизлар тадбиркорлик марказлари” ташкил этилди. 18 мингдан зиёд хотин-қизлар қисқа ўқув курсларида ўқитилди. 2019 йилнинг 9 ойи ҳолатига тадбиркорлик фаолиятини йўлга қўйган хотин-қизлар сони 38 минг 267 нафар бўлиб, улар томонидан 58 мингдан зиёд янги иш ўринлари яратилди. 2019 йилнинг январь-сентябрь ойларида тижорат банклари томонидан жами 79 минг 645

нафар хотин-қизларга 1 трлн. 924 млрд. 542 млн. сўмлик кредитлар ажратилди.

Хотин-қизларни қўллаб-қувватлаш жамoат фонднинг 2018 йилги ресурс ҳақида 2019 йилги ресурс маблаглари ҳисобидан 5 минг 44 нафар хотин-қизларга 119 млрд. 560 млн. сўм кредитлар ажратилди.

Шунга қарамай, ҳанузгача ушбу йўналишда бир қатор салбий омиллар сақланиб қолмоқда. Форум давомида аҳолини тадбиркорлик фаолиятига кенг жалб этишга тўсқинлик қилаётган масалаларни ҳал этиш йўллари, давлат органларининг тадбиркорлар билан фаол мулоқотга киришишлари ва бунинг натижасида тизимдаги мавжуд муаммоларга биргаликда ечим топиш йўллари айтиб ўтилди.

Ўз мухбиримиз

oilavajamiyat@mail.ru

“IBRATLI OILA” LARNING IBRATI NIMADA?



Оила – мўъжаз Ватан! Демак, фарзандларимиз мана шу муқаддас даргоҳда ўсиб-улғайиши, илм чўққиларини эгаллаши, ҳар томонлама етук инсонлар бўлиб тарбияланиши лозим. Модомики, фарзандларимизнинг етук инсон бўлиб вояга етишини истар эканмиз, улар ибратли ва замонавий оилада камол топиши ҳақида қанча ғамхўрлик қилсак ҳам кам.

Аммо бугунги даврнинг шиддати ҳам, талаби ҳам ўзгача. Бугун давр биздан оила институтини мустаҳкамлаш масалаларига чўқур илмий ёндашувни, муаммолар ечимиди инновацион усуллари қўллаши, соҳада илмий-тадқиқот муассасалари ва жамоат ташкилотлари

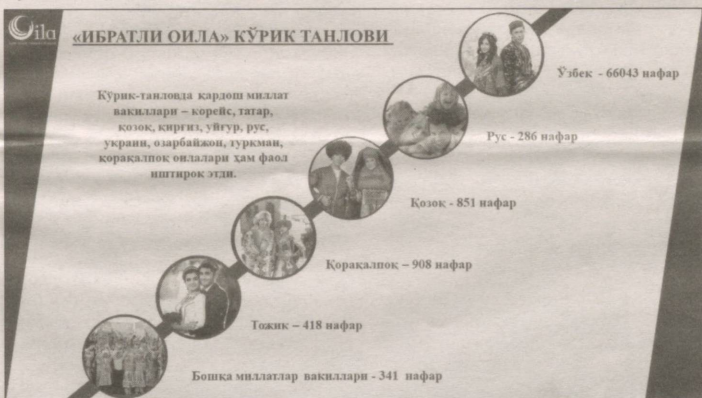
Шу ўринда алоҳида қайд этиш лозимки, Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2018 йил 2 февралдаги “Хотин-қизларни қўллаб-қувватлаш ва оила институтини мустаҳкамлаш соҳасидаги фаолиятни тубдан такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги Фармонида “Оила” илмий-амалий тадқиқот марказига, хусусан, замонавий оилани ривожлантириш, замонавий намунали оиланинг мезонларини белгилаш ҳамда намунали оилаларнинг ҳаётий тажрибаларини оммалаштириш вазифалари юклатилган.

Оилавий қадриятларни ривожлантиришга қаратилган ижтимоий-маърифий тадбирлардан бири бу “Ибратли оила” республика кўрик-танловидир. Кўрик-танловнинг асосий мақсади оилани мустаҳкамлаш, оилавий қадриятларни асраб-авайлаш ва ривожлантириш, намунали оилаларнинг ҳаётий тажрибаларини оммалаштириш, хотин-қизларнинг жамиятдаги ўрнини ошириш, “Соғлом оила –

Яқунловчи босқичига келган оилалар 14 та номинация бўйича тақдирландилар. Масалан, “Энг ибратли инсонпарвар оила” номинациясига Жиззах вилояти Дўстлик туманида яшовчи Икром Эрматов ва Шаҳрибон Тоғаевлар оиласи муносиб топилди. “Чинобод” МФЙда истикомат қилувчи Эрматовлар оиласи тадбиркорлик билан шуғулланади. “Вақт шиддати” хусусий фирмасини ташкил этиб, 19 нафар кишини иш билан таъминлаган. Кам таъминланган ҳамда ночор оилаларга моддий ёрдам бериб, қўллаб-қувватлаш улар ҳаётининг мазмунига айланган.

кўра, маънавий қўллаб-қувватлаш ота-онанинг энг асосий бурчи деб биланам. Чунки руҳий жиҳатдан соғлом ўғил қизлар ҳар қандай муаммо ёки қийинчилиқни енгиб ўтишга тайёр туради.

Танловда 2-ўрин соҳиби деб топилган Ҳусниддин Норматовлар оиласи тадбиркорлик билан шуғулланишади. Пастдарғом туманида яшовчи Ҳусниддин Норматов ва Абад Тожиевалар 35 йилдан буён бир-бирига ҳамфикр, маслақдош бўлиб



билан яқин амалий ҳамкорликда иш олиб боришни талаб этмоқда. Фақат шундагина оилалардаги муаммоларни ҳал этишимиз, ёшларни оилавий ҳаётга тайёрлашимиз, энг муҳими, замонавий намунали оила мезонларини, “Соғлом оила – соғлом жамият” ва “Фаровон оила – жамият равнақининг асоси” концептуал ғояларини ҳаётга татбиқ этиш ҳамда кишилар онига “Оила жамият ва давлат ҳимоясида” конституциявий тамойилни синдиришимиз мумкин.

соғлом жамият” концептуал ғоясини ҳаётга татбиқ этишдир.

Ушбу танлов ўтган йили биринчи бор ўтказилганда 14 минг 800 га яқин оилалар иштирок этган бўлса, бу йил 70 мингга яқин оилалар иштирок этди. Шу ўринда қайд этиш зарури, танловда турли миллат вакиллари фаол иштирок этдилар.

“Ибратли оила” танловининг Республика босқичига ҳудудлардан 14 та оиланинг ҳужжатлари тақдим этилди.

“Энг ибратли санъатсевар оила” деб топилган Зулфия Тўхтаева ҳамда Аҳмад Тўхтаевлар оиласини Қумқўрғон туманида деярли танимаган одам йўқ, десак муболаға бўлмайди. “Навбахор” МФЙда яшовчи Тўхтаевлар оиласи маданият ва санъат соҳаси ходимлари ҳисобланади. 3 нафар фарзанди ва 1 нафар набираси бор. Оиланинг маҳалладаги обрў эътибори алоҳида. Оилаларнинг маънавий муаммоларини ҳал этиш ва муҳитни мўътадиллаштиришда ўз таъсирига эга. Фарзандлари ҳам фан, таълим, маданият соҳасида кўпгина ютуқларга эришган.

Шунингдек, “Ибратли оила” кўриктанловда Тошкент вилояти Ангрен шаҳрида яшовчи Гулнора Исмоилова ҳамда Аъзам Исмоиловлар оиласи 1-ўрин соҳиби деб топилдилар.

– Ҳар бир ота-онанинг фарзандларига тарбия беришда ўзига хос услуби бўлади, – дейди оила бошлиғи Аъзамжон Исмоилов. – Кимдир кексаларнинг ўғитларига таяниб болаларига тарбия берса, кимдир китобда ўрганган илмларини қўллайди. Биз Гулнорахон иккимиз фарзандларимизни камчиликлари ёки хатоларини бир-бирларининг ёнларида айтмаймиз. Қайси биригадир танбех бермоқчи бўлсак, хатосини ўзига тушунтирамиз. Тўрт нафар ўғил қизларимизнинг феъл атвори, дунёқараши тўрт хил. Фарзандларни моддий томондан таъминлашдан

келишмоқда. Ушбу оила ўз тадбиркорлиги билан 300 дан зиёд фуқароларни доимий иш билан таъминлаган. “Темур” масъулияти чекланган жамияти лизинг асосида 7 дона IZIZU автобусларини сотиб олиб халқимизнинг узоғини яқин қилиш мақсадида Жума марказидан 14 та чекка қишлоқларга йўналиш асосида қатновни йўлга қўйган. 2018 йилда Беларуссиянинг “Амкадор” қишлоқ хўжалиги экскаватор тракторини кредит асосида сотиб олиб, йўлларни таъмирлашда, ариқ ва зовурларни қазишда, сув қувурларини ўтказишда халқимиз хизматида бўлиб келмоқда.

– Турмуш ўртоғим Матлубахон билан 1 ўғил, 3 қизни олий маълумотли қилдик, – дейди танловда 3-ўринни қўлга киритган Тошкент шаҳрида яшовчи Акмал Ражабов. – Айрим одамлар қиз бола бировнинг хасми, уни ўқитиш шарт эмас, деган фикрда юради. Тўғри, қиз бола ўқиб шаҳар олиб бермас, аммо билимли, фаросатли бўлса бутун дунёни лол қолдирадиган фарзандлар тарбиялашга куч-қудрати етади.

Дарё сувини баҳор тоширар, одам қадрини меҳнат оширар деганларидек, танловда ғолиб бўлиб қимматбаҳо совғаларни қўлга киритган баҳа иштирокчилар ушбу муқофотга ўз меҳнатлари ва хўрматлари билан лойиқ қўрилгани барчанинг ҳавасини уйғотди.

Нигора Алишер қизи.



МЕХРНИНГ О'ЛЧОВИ ВО'ЛМАЙДИ

Мехр-мурувват нима? У қандай туйғу? Нега баъзи инсонлар ҳатто ўз зурриёидан меҳрини қизғанади? Жигарбанди-ни ўз меҳр-муҳаббатидан Мосуво этади?

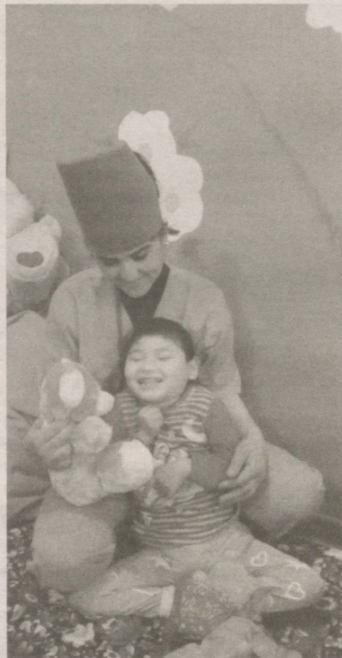
Мехр-мурувватни ҳар ким ҳар хил тушунар. Аслида инсонларнинг бири-бирига ҳамдардлиги, ўзаро қўлловчи камарбасталиги – меҳр-муҳаббат, меҳр-мурувватдир. Агар инсонда шу хислатлар бўлса, у ҳаётда ҳам қийналмай ўз ўрнини, мавқеини, бахтини топа олади, акс ҳолда...

Фаргона вилояти "Мурувват" ногиронлиги бўлган болалар учун интернатда ўзгалар меҳри ва парваришига муҳтож 260 нафар 4 ёшдан 18 ёшгача бўлган ақлий нуқсонли бўлган болалар тарбияланади. Уларни парваришlash, саломатликларини тикlash, ўз уйларида яшash бахтини ҳис қилишлари учун давлатимиз томонидан барча шарт-шароит ва имкониятлар яратилган. Аҳамиятлиси, болажонларга қалб қўрини бахшида этиб келаётган ходимлар томонидан кўрсатилаётган меҳр-муҳаббатдир.

Бугунги кунда 88 нафар ётоқ режимидаги, 27 нафар эмакловчи, 145 нафар ўзини-ўзи эпллай оладиган болаларга меҳр-муҳаббатини дариг тутмай уларни тарбиялаб келаётган 12 нафар олий ва 25 нафар ўрта-махсус маълумотли тиббиёт ходимлари, 33 нафар педагог-тарбиячилар, 138 нафар санитар энагалар меҳнатига тасаннолар айтсак, арзийди. Чунки ўткинчи дунёда бир чимдим меҳрини ўз яқинларидан ҳам қизғанадиганлар бор. Аммо бу ерда меҳнат қилаётганлар ўзгалар меҳрига муҳтож бу норасидаларга ўз боласидан зиёд эътибор кўрсатиб келишмоқда.

Дилором Жумаева, ижтимоий ходим:

– Мурувват уйига ишга келганимдан сўнг ақлий нуқис болажонларга бўлган ачиниш ва раҳмдиллик туйғусидан



анча пайтгача ўзимга келолмай юрганман. Бу туйғулар мени уларга ғамхўрлик қилишга, меҳр-муҳаббат кўрсатишга ундади. Доим қалбимни бир савол қийнайди. Бу болаларни ота-оналари нега бу ерга топширишди? Ахир уларнинг аксарияти ўзини эпллай олмас-да, зарари ҳам тегмайдику? Нима, у ногирон туғилгани учун айбдорми?

Ахир унинг тагини тоза тутиб, овқатлантириб, яхши парваришланса, кифоя. Баъзи болажонлар гапирса, тушунди, англайди, қулиб, қичқиради, ҳатто "ачом" қилиш учун қўлларини кенг ёзади. Бу уларнинг кўрсатаётган меҳрингга меҳр билан берган жавоби. Бундай болаларни қандай қилиб эркалатмаслик, суймаслик, яхши кўрмаслик мумкин?

Ферузахон Норкулова, болалар шифокори:

– Мурувват уйида тарбияланаётган болалар бошқа ногиронлиги бўлган болалардан тубдан фарқ қилади. Сабоби бу ердаги болаларда ҳам ногиронлик, ҳам ақлий ривожланишдан орқада қолиш мавжуд. Бундай болалар ўз дардини, оғриқ ва ҳис-туйғуларини фақат юз ифодаси, йигиси ёки табассуми, ёки умуман зоҳир қилиб бўлмайдиган агрессив ҳолати билан ифодалайди. Бу биздан ўзгача ёндашув, сезги ва ички туйғу билан ҳис қилиш ҳамда англашни талаб этади.

Яна бир томони, бу болаларда оғриқ, позитив ҳолатлар, агрессивлик, тушкунлик, одамовилик, тутқаноқ хуружлари тез-тез содир бўлади. Бундай пайтда биз шифо-

корлардан болаларни ўта эътиборли парваришlash, даволаш чора-тадбирларини кўриш талаб этилади. Кейинги йилларда бундай болаларда мунтазам эътибор ва парваришlash, физиоумолажалар ва консилиум натижасида ҳаракатларнинг фаоллашгани кузатилмоқда. Ана шундай муолажалар натижасида 3 йил олдин мурувват уйига ногиронлик аравачасида келтирилган ака-ука Диёр ва Жамолиддин Абдуғафоров эндиликда мустақил ҳаракатланиб, ўзи қадам ташламоқда. Оғриқли томони шундаки, бу болалар қанча даволанмасин, жамиятнинг соғлом аъзоларига айлана олмайди ва улар ўзгаларнинг меҳр-муҳаббатига ҳамдша муҳтождир.

Манзура Бойназарова, психолог:

– Яқинда интернатга Фаргона давлат университети бир гуруҳ талабалари таширф буюришди. Талабаларни таништирар эканман, улар кучли таъсирланиш, раҳм-шафқат, ачиниш, ҳис-ҳаяжонга берилиш туфайли бизни саволларга кўмиб ташлашди. "Меҳрнинг ватани–Ўзбекистон" номли лойиҳа асосида ташкиллаштирилган ушбу тадбирда энгил ва ўрта ақли

ҳаққоний гавдалантирилган.

Чўчима жигарим, ўз уйиңдасан, Бу ерда на ғурбат, на офат, на ғам.

Бунда бор: ҳарорат, муҳаббат, шафқат

Ва меҳнат нонини кўрамиз баҳам, Сен етим эмассан, ухла жигарим...

Таниқли адиб Раҳмат Файзий ҳам тошкентлик Шомаҳмудовлар оиласининг матонати ҳақида "Ҳазрати инсон" деб номланган роман ёзди. Ҳатто Анна Ахматованинг қайдларида ҳам юракни титроққа соладиган сўзларни ўқиш мумкин:

"Миллий қадриятгина одамларни буюк дўстлик сари чорлаб, қалб ва тафаккурга садоқат ва жасорат туйғусини ҳаёда этади, одамийликни улуглашга имкон яратади. Инсонпарварликнинг юксак даражаси Шоаҳмад ва Баҳри аяларнинг қонимасиди? Дунё остин-устун бўлаётган бир паллада шу қадар меҳрга зор норасидаларни яхши инсонлар қилиб етиштира олган бу икки зотни энг улуг Ота ва энг улуг Она дегимиз келмайдимиз!"

Ҳа, инсонпарвар оила сифатида тарихда қолган, оддий темирчи Шоаҳмад ота ва рафиқаси Баҳри аянинг ўнга



заиф болаларимиз ўз концерт дастурини намойиш этишди. Талабалар болаларнинг чиқишларини ҳайрат ва кўз ёши билан томошо қилишди.

Арофат Қодирова, санитар-энага:

– Болажонларни кўрмасам ёки бир куни ишга келмасам, соғинаман. 20 йиллик фаолиятим давомида улар ўз фарзандимга айланди. Тозалиги, кийим-бошининг озодалиги, овқатлантириш, мажбурий эҳтиёжларини қондириш биз энагаларнинг вазифаси. Уларни эркалатиб, суйиш ҳам бизга оналик масъулиятини юклайди. Ахир уларнинг айби ота-оналарининг йўқлиги ёки ташлаб кетгани, ёки йироқлигида эмас-ку?

Шеърят дарғаси Ғафур Ғулом "Сен етим эмассан" шеърини битганда айнан шундай меҳр кўрсатишни назарда тутган бўлса, ажаб эмас. Унинг сермазмун сатрларида етимларни ўз бағрига олиб, буюк меҳр кўрсатган нуруний донишманднинг меҳрибон қиёфаси балқиб туради. Тилимиздан ҳамон тушмайдиган ушбу асарда уруш даврида, бомбалар ёғилиб турган юртлардан мамлакатимизга келтирилган минглаб болаларни ўз қанотига олган ўзбек халқининг бағрикенглиги

яқин миллатга мансуб 14 нафар ўғил-қизларни кўз қорачиғидек авайлаб, воёга етказиб, улгайтиргани оламшумул меҳр-мурувватнинг намунаси.

Биз кундан-кунга танқислашиб бораётган қадриятлар – меҳр-муҳаббат кўрсатиш, йиқилганни суяш ёки турғизиб қўйиш, ночорларга мурувват кўрсатиш, муҳтожга ёрдам қўлини чўзиш каби одатларимизни доим ёдда тутишимиз керак! Меҳмон бўлиб келган бу ёлғончи дунёда яхшилик ва фақат яхшилик қилишни, фарзандларимизни соғлом дунёга келтириб, уларни маънан ва ақлан соғлом қилиб воёга етказишни унутмайлик! Қандайдир хатолар, адашиш ва алданиш, раҳмсизлик туфайли туғилган фарзандимизни меҳрибонлик уйига ташлаб кетишдан, ногирон туғилган болаимиздан юз ўгириш, унга меҳр кўрсатишдан тонмайлик, азизлар!

Ахир қайтар дунё бу. Биз ота-онамиз ва фарзандларимизга нимани раво кўрсак, бир куни у албатта, ўзимизга қайтгусидир.

Марям АҲМЕДОВА,
Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмаси аъзоси.



“ОТАСINI KO‘RIB, O‘G‘LINI KUYOV QIL”

Афсуски, бугун атрофимизда “Ўғил отасига қўл кўтарибди. Ота ва ўғил ўртасидаги муносабатлар ёмонлашибди. Фарзанди ҳеч қандай насиҳатларга қулоқ солмай қўйибди. Отаси вафотидан сўнг ўғиллари ме-рос таллашиб, судлашишгача борибди”, каби бағрикенг ва меҳрибон халқимизга, умуман олганда инсониятга ярашмайди-ган, оила аталмиш муқаддас кўрғоннинг обрўсига путур етказадиган ҳолатлар кузатилиб турибди. Бу каби яхшилик-ка ярамайдиган, фақат ёмонликларга етаклайдиган иллатлар ҳақида, ёши тўқсонга яқинлашган бувижонимдан сўраганимда меҳрибоним қуйидаги фикрларни айтган эди. “Уйда отанинг ўз ўрни, мавқеи, кези келганда қаттиққўллиги бўлмаса, бу хона-донда улғайган фарзандлар-нинг тарбиясига яхши баҳо бериб бўлмайди. Аввало, фарзанднинг андозаси ота-онасидир”.



ТАРБИЯ “КЎЗГУСИ”

Бувимнинг гапларидан англаганим шу бўлдики, ҳар бир фарзанд оиласининг олтин остонаси учун тарбия КЎЗГУСИ ҳисобланади. Четдан кузатганлар болага қараб, оиласининг қандай эканлигини, маданияти ҳамда аҳиллиги қай даражадалигини тушунади, хулоса чиқаради. Ота ўз номи билан хонадоннинг боши, ибрат намунаси, ор-номуси бўлса, фарзанд ана шу кўрғоннинг келажаги, эртанги кунидир. Сўнги вақтларда тенгдош баъзи йигитлар орасида йигитлик мақомига тўғри келмайдиган хунук ишларнинг кузатилаётгани ҳам улур улғайган оилаларда тарбиянинг тартибсиз берилганидан, оталарнинг ўрнак бўлиш тугул, тўғри тартиб ўрната олмаганидан деб биламан. Айна дамда ўша йигитларнинг ўз кучига ишонмай, пичоғу тигли мосламаларга суяниб қолиши, муҳаббат аталмиш буюк саодат белгисини эрмак қилиши, ота-онасининг гагига қулоқ солиш ўрнига, “уф” дея жавоб бериши, ҳаёт мактабида ҳеч қандай натижага эришмасдан туриб, тақабурлик отига миниши, ўзларча кўп қизлар билан гаплашиш ва алдашни “мардлик” деб билиши каби номардликларнинг барига тарбия кўзгусининг “хира” экани ҳамда вақтида тозаланмагани сабабдир.

“КЎП МАҚТАБ ЮБОРМА...”

Маҳалламизда ибратли оилалар жуда кўп. Улар орасида бизнинг кўчамизда яшайдиган Хусанжон ака ва Меҳринисо опаларнинг ўрни алоҳида қадрланади. Яқинда Германияда ўқиб келган ўғиллари Улугбек акани уйлантирган бу оиллага ҳаваси келмаган маҳалладошимизнинг ўзи йўқ. Ибратли оила сифатида Хусанжон акадан ота ва ўғил ўртасидаги муносабатлар ҳақида сўрашга қарор қилдим. Янги келиннинг қўлидан чой ичиб, суҳбатлашдик. “Газетага ёзишга жуда яхши мавзу танлабсан. Ота-ўғил ўртасидаги муносабатларни мактаб ҳам, танқид қилиб ҳам ёзса бўлади. Сен муроҳаза қилиб, ҳар иккисидан ҳам ёзин. Лекин, мени кўп мактаб юборма(қулиб)”, — дейди қўшимиз. Отам раҳматли билан суҳбат курганимизда, нонушта қилганимизда ва бошқа пайтларда ҳам юзига тик қарай олмасдим. Бу кўрқувдан эмас, сабаби, ҳеч қачон кўрқиб тарбия кўрмаганмиз.

Хурматми ёки ўзаро қандайдир кучми, хуллас бор эди. Онамиз отамиз насиҳат қилганда ҳеч қачон сўз қўшмас, отани хурмат қилсанг мени ҳам қадрлаган бўласан, дер эди. Менимча ота-ўғил ўртасидаги муносабатларда онанинг ҳам ўрни муҳим...”

ОТАСINI KЎРИБ...

Ўйлаб кўрсам, ҳақиқатан ҳам оналаримизнинг ўрни ҳар ерда мавжуд. Ҳаттоки, эркакларнинг мураса билан бир ёқадан бош чиқаришида ҳам аёлларнинг меҳнати беқиёс аҳамиятга эга. Қўшимизнинг бахтли оиласидан ибрат олиб айтиш мумкинки, оиланинг устуни ота, аммо ана шу устуннинг ҳам мавжуд бўлган тиргаги она ҳисобланади. Халқимизда жуда чиройли мақоллар ва ҳикमतлар мавжуд. Уларни донолик мевалари дея оламиз. Ана шундай мевалардан бири сифатида “Онасини кўриб, қизини ол”, деган мақолни келтиришимиз мумкин. Мен ана шу ҳикमत орасига: “Отасини кўриб, ўғлига қизинг бер”, дея қўшиб қўйишни хоҳлар эдим. Сабаби, фарзанд учун ҳаётда энг катта ўрнак ота-оналардир. Оғзингдан ёмон сўз чиқмасин, дея маслаҳат бериб ўзи сўкинадиган отанинг, бировларни ғийбат қилмагин, дея насиҳат қилиб, ўзи қўшниларидан тортиб, қариндошларга қадар ёмон хислатларини айтиб, қулиб ўтирадиган онанинг фарзандларидан нимани кутиш мумкин?

ОНАЛАР АЙБДОРМИ?

Ўғил фарзандларнинг тартибсиз тарбиясизлигига маълум даражада оналарнинг хизмати ҳам бормикан... Нега деганимизда, отаси биров қаттиқ гапиргудек бўлса, ҳали ёш-ку дея онаси тарафини оладиган фарзанд, албатта, эрка ва насиҳат ёқмайдиган бўлиб ўсади. Меҳрнинг ортиги бўлмайди, лекин ҳаддан зиёда кўплик қилади. Она ва қизи деганда кўз ўнгимизда меҳр-муҳаббат, самимиёт ва назокат гавдаланса, ота ва ўғли деганимизда мардлик, жасорат, қатъият ва мустаҳкам ирода ўз кўринишини акс эттириши керак. Ота-онамдан бу борадаги ибратли воқеаларни кўп эши-

таман. Айниқса, онамнинг айтишича, отам бобомнинг битта сўзига ҳам қарши чиқмаган экан. Ҳаттоки бир йилги бутун бошли деҳқончилигимиз ҳосилини бобомга бериб келган ва қаҳратон қиш бўлди дам олиш ўрнига, ўзи қийин иш-ларда ишлаб, рўзгор тебратган экан. Агар ана шу гапларни бугунги кундаги отасининг нафақасига кун кўрадиган, бемалол гап талашадиган, отанинг ўрни деган тушунчани билмайдиган, билишни ҳам хохламайдиган, эркаклик даврига етган бўлса-да, онасининг эркатой “чақалоғи” бўлиб қолган баъзи йигитларга айтсангиз эртақдай туюлади. Яқинда бир маҳаллада шундай воқеа юз берди. Ота ўз фарзандига маслаҳат берган эканми, ўгли маслаҳатига

Отам раҳматли билан суҳбат курганимизда, нонушта қилганимизда ва бошқа пайтларда ҳам юзига тик қарай олмасдим. Бу кўрқувдан эмас, сабаби ҳеч қачон кўрқиб тарбия кўрмаганмиз. Хурматми ёки ўзаро қандайдир кучми, хуллас бор эди.

қулоқ солмай, гап қайтарганда бир шпалоқ урган экан, онаси фарзандимни отаси тинч қўймайди, ахир катта бўлиб қолди-ку деб, маҳалла фуқаролар йиғинига мурожаат қилибди. Бу воқеани эшитиб, инсоннинг ишонгиси ҳам келмайди. Тўғри, қўл кўтариш орқали тарбия бериб бўлмас, аммо бу вазиятда онанинг қилаётган иши ўринлимикан, деб ўйлиниб қоламиз. Афсуски, атрофимизда содир бўлаётган ана шундай ҳақиқатлар эртадек тасаввур қилинаётган бир вақтда, асил ростлик нелигини англаш вақти келмадимикан? Агар, баъзи оилалардаги ота ва ўғил муносабатларига четдан туриб, кўзгу тусак, яхшиши кўзгунинг тезроқ синиб қолишини маъқулроқ кўраемиз. Шукрки, бундай муносабатли оилалар сони кам. Бироқ, миллат эртасининг фаровон йўли учун ана шу камлик ҳам кўплик қилади.

МЕҲР КЎПРИГИ

Менимча, ота ва ўғил ўртасида ҳақиқий оқибат, беминнат меҳр деган кўприк бўлиши керак. Ота ҳам, фарзанд ҳам ана шу кўприкнинг янада мустаҳкамланиши, муносабатлар барқарорлашиши учун бирдай ҳаракат қилиши керак. Сабаби, қарс икки қўлдан чиққани каби, ота тарбия бериб, фарзанд қулоқ солмаса, ўғил тушунадиган бўлиб, отаси эътиборсиз бўлса кўприк заиф ҳолга келиб қолади. Математика фани устозим Камолитдин ака Ис-

моилов ҳар дарсни ўзгача тартибда, қизиқарли қилиб ўтади. Ана шу устозим ҳар дарсида Жомийнинг бир байтини такрорлайди.

“Қулоқдан дилиннга гар кирмаса нур, Сичқон қавагидан не фарқи бўлур”

Чиндан ҳам оиласида ҳикмат эшитмаган, тарбияни кўчадан излаган ўғилнинг келажаги порлоқ бўлмайди. Шу ўринда, ота аталмиш ўрнак бўлгучи зот, фақат моддий таъминотни ўйлаш билан чекланиб қолса, нафақат келажак, балки бугун ҳам мазмунсиз ўтади. Меҳр кўпригига юқоридаги икки сатр шор сифатида ёзиб қўйилган бўлса керак.

ТЕНГДОШЛАРИМГА

Азиз тенгдошларим, ака-укаларим. Биз ота-онамиз олдида шундай қарздормизки, бу қарзни Миср эҳромларидан топилган хазиналару олтин конларидаги бебаҳо бойликлар билан ҳам ўлчаб бўлмайди. Туғилганимизда бир куни етаклаб юришини орзу қилган, жажжи бармоқларимизга қўлини қўйиб, фарзандим дея эркалаган оталаримиз, ўлим билан олишиб, дунёга келтиргунга қадар биз тасаввур қила олмайдиган даражада дардларга дучор бўлган оналаримизга бугун биз қандай муносабат қилмоқдамиз? Агар шу саволни ўқиган пайтингизда, юрагингизнинг бир жойи жиз этиб, аллақандай нохушлиқлар, гоҳи-гоҳидаги гап қайтаришлар ёдингизга тушган бўлса, демек билинг-ки биз дунёдаги энг беминнат қарзимизни қайтариш ўрнига, бурчимизни ҳам бажаришга қурб етмайдиган нодонларга айрланиб қолмоқдамиз. Отангизни ҳар бир ишингизга аралашувию ҳар кунги терговлари ёқмаётган бўлса, унутмангки, ҳали бир кун келиб, ана шу тергашларга зор бўлиб қоламиз. Ота рози, Худо рози деган нақлни мендан яхшироқ биласиз. Ватангизни яхши Ватан. Халқимиз яхши халқ. Яратилган шароитлар ҳам, отамиз, онамиз ҳам яхши. Лекин, нима учун биз ана шу яхшиларга яхши фарзанд бўлмаслигимиз керак? Азизим, ота-она вафотидан сўнг кўз ёши тўкишни ҳамма билади-ю, уларнинг ҳаётлик чоғларида қадрлаш бўйича билимимиз савёлигини кўпчилик билмайди. Ана ўша билим-сизликлар ҳам ҳар хил хато йўлларга етаклаётган ёмонликдир.

ДУНЁДАГИ ЭНГ ЯХШИ МАҚТОВ

Ҳақиқий ота ўғил, деган сўзни кўп бора эшитгансиз. Гоҳи отангиз сиз билан фахрланган пайтларда айтганини эшитиб, ўзингиздан ғурурлангансиз ҳам. Агар эшитмаган бўлсангиз, эшитишга ҳаракат қилишингиз керак. Нима бўлган тақдирда ҳам, отасига муносиб ўғил бўлиш, оила орзуларини рўёбга чиқариш, болаликдаги беғуборликни айна дамда беқарорлик ва бемаъниликка алмаштирмаслик ҳар бир фарзанднинг асосий мақсадига айлансагина ҳаётимиз янада мунавварлашади. Отанинг ўғилга, ўғилнинг отага нисбатан кўпол муомалада бўлиши мустаҳкамлик сўзини безашга ярамайди. Азиз тенгдошим, келинг, отамиз ва бизнинг ўртасидаги муносабатларни янада мукамал, чиройли қилиш учун биз кўпроқ ҳаракат қилайлик. Шундай фарзанд бўлайликки, танбёҳ эмас, фақат мақтовлар эшитайлик. Дунёдаги энг яхши мақтов, ота томонидан фарзанднинг эътироф этилишидир. Ҳаммамиз, мақтаб ва мақталиб яшайлик.

Ёрқинжон ҲАЙТБОЕВ,
Сирдарё вилояти

YO'LAQKA IRG'ITILGAN MAKKAJO'XORI

ЯПОНИЯДА

Япониядан юртимизга келган ўқитувчи автобусда бир аёлнинг банан пўчоғини кўчага улоқтирганини кўриб ҳайратланган – нима бўлганини, бу ҳолни қандай баҳолашни билмай қолган экан. Чунки Японияда деярли одамларнинг кўчага, яна дуч келган жойга чиқинди ташлаб кетиши бир фожеадек қабул қилинади.

– Мени Японияда ҳайратлантиргани ҳамма жойнинг тозалиги. Йўлақлар, кўчалар... У ерда махсус тозалайдиган хизматчилар йўқ, – дейди "Fukusoka" халқаро алмашинув марказида ўзбекистонлик халқаро ўқитувчи сифатида фаолият олиб бораётган ҳамюртимиз Махбуба Камолова. – Бу ернинг мактабларини фаррошлар тозалаламайди. Болалар ёшлигиданоқ тозалikka ўргатилади. Синфхоналарни навбати билан ўқувчиларнинг ўзлари тозалашади. Масалан, ҳожатхоналар жуда озода, ҳаддан ортиқ тоза. Энг қизиғи, бу ерда ҳам фаррошлар йўқ. Бу ерда ҳамма кўнгилли бўлиб тозалайди. Яъни жамоат жойларини тозалаш уят иш эмас. Юрт тозалиги учун ҳамма виждонан ҳаракат қилади. Чиқиндини дуч келган жойга ташлаб кетишни ҳам уят кетган уят ва виждонсизлик деб қарашади.

ЎЗБЕКИСТОНДА

Ҳар куни эрталаб ва кечкурун ишга Шахристон метросидан то Юнусобод бозоригача бўлган йўлдан ўтаман. Ушбу ҳудуд деярли, шаҳар маркази ҳисобланади. Боргунча йўлнинг чеккаси ахлатхонага айланиб ётиши таъбимни хира қилади. Бир уюми иккита дарахнинг тагида, бир уюми симё-ғочнинг тагида. Шу пайтгача ҳар қандай муаммога мутасадди раҳбарларни айбдор қилиб келдик. Аммо бу йил ободонлаштириш масъуллари хайриро ишга қўл уришди. Уша ахлат ташланганидан жойларга орасини 200 метрдан узоқликда тупроқ, чим тўкичи кичкинагина гулзорчалар барпо қилишди. Ўйлашдики, балки мана шу гулзорлар одамлар қалбини юмшатар, чиқинди ташламас деб. Афсуски, улар чувварани хом санашибди. Эндиликда бир ёғи чаманзор, унинг ёнида эса бир уюм ахлат ҳар тонг, ҳар кечкурун. Тонгда фаррошлар тозалайди, аммо яна эрталабгача ҳаммаёқ ахлат уюмига тўлиб кетади. Кимдир айтиши мумкин, шу ерга ахлат соладиган контейнер ўрнатса бўлади-ку, деб. Контейнер ҳам ўрнатилгани бир пайтлар. Аммо унинг ёнига тўкилган чиқиндилар – болалар тагликларю ҳожат қоғозларига уймалаган пашшалар манзарани жуда хунук кўрсатарди. Қолаверса марказий кўчада – пиёдалар ва машиналар тинимсиз қатнайдиган йўл четиди чиқинди қутисининг қўқайиб туриши сира ҳам ярашмасди. Хуллас бу ерда, ҳатто яқин атрофда ётоқхона ёки кўп қаватли уйлар ҳам йўқ. Ҳа, энди кўп қаватли уйдагилар дангаса деб таъна қилайлик десак. Энг қизиғи, маҳаллаларда ўзига тўқ хонадонлар яшайди. Уйларнинг ҳашаматини кўрсангиз ҳавасингиз келади. Ҳовлисининг ландшафтгача назаридан четда қолмаган. Шу ҳовлиларга мана шу ўзлари ташлаган чиқиндилар оралаб кириб кетишади. Дарвозасининг олдида иккитадан машинаси бўлган аҳоли ҳар куни эрталаб йиғилган чиқиндини биргина елим халта қилиб йўл-йўлакай контейнерга ташлаб кетиши ҳам мумкин-ку. Ойналари қорайтирилган энг сўнгги

yoхud "Siz sira ham madaniyatli emassiz"



русумдаги машина, хориж либослари, қимматбаҳо атир, буларнинг барчаси инсоннинг маданиятли эканини белгилаб берадигандек гуё. Автобусга чиқсак ароқ ичган, сигарет чеккан одамнинг олдида туриб қолсак, бурнимизни жийраимиз – маданиятлимиз-да. Бирор қизи бор хонадонга совчиликка борган аёллар кўл ювиш баҳонасида ҳаттоки ҳожатхонагача текшириб чиқишни назардан четда қолдиришмайди, чунки улар маданиятли, тозаликни яхши кўришади.

Меҳмон қақирсак сочиқчаларни дастурхон рангига мослаб қўйишни унутмаймиз. Гилам билан парданинг ранги бир-бирига мос тушиши учун қанча маблағ бўлса ҳам аямаймиз. Вилоятдан келганлар ҳам аллақачон шаҳарликлардан қошиқ ва санчқини тўғрилаб қўйишни ўрганиб олишган,



маданият борасида орта қолмаслик учун. Аммо буларнинг барчаси ноўрин баъзи хатти-ҳаракатларимиз туфайли ўз қийматини йўқотаётгандек...

ШАҲАР МАРКАЗИДА

Ана шаҳар марказидаги бекатлардан биридаги ўриндиқда ўтирган киши сигарета қутисини йўлак четига отиб иргитди. Автобус кутиб турган ёш қизлар ҳам pista қақиб, пўчоғини оёқ остига ташлапти. Сал нарироқда сочилиб ётган қоғозу турли пластик идишлар кўнгилни янада хира қилади. Бир пайтлар кўп қаватли уйда яшаганимда доим бир ҳолатнинг устидан чиқиб қолганим эсимга тушиб кетади шундай пайтда. Мен яшайдиган кўп қаватли уйнинг

бешинчи қаватидаги бир хонали хонадонда ҳеч ким яшамасди. Лекин доим шу хонадоннинг эшиги олдида елим халтада чиқинди турганини кўрадим. Бир куни шу хонадон эгаси нолиб қолди:

– Қачон уйдан хабар олгани келсам, эшик олдида чиқинди туради. Қўшнилardan сўрасам: "Узингизнинг ижарачиларингиз қилган буни", дейишади. Ахир бу уйда ҳеч ким турмаса чиқинди қаердан чиқиши мумкин?! Кейин маълум бўлишича, кимлардир зиналарга ўз уйдан чиққан мана шу елим халталарни ташлаб кўяр экан. Шу зинага яқин хонадон соҳибларидан бири эса бу чиқиндини бир пайтлар ижарачилар турган хонадон эшиги олдида итқитаркан.

Ҳолбуки, олти ойдан бери хонадонда ҳеч ким яшамайди. Хўш, бундай ҳолатда ҳар ой уйдан хабар оладиган аёл нима қилди? "Менга нима, бу ерда турмайман, ўзлари ташлаган чиқиндининг нохуш хидидан ўзлари "бахраманд" бўлиб ўтираверсин", деди-да эшигини қўлқаб кетаверди.

Ҳақиқатан ҳам, кўпчилик атрофдаги бу каби манзараларга бефарқ қарайди. Аслида теваарак-атроф саранжомлигини, тозалигини асраш ҳар бир кишининг бурчи-ку. Ёшлигимда бувим ҳовли супурсак, чиқиндини бир сиқим ҳам қолдирмай тозалаб олинглар, ахлат тўпланган жойдан барака кетади, ҳар хил касаллик урчийди, дердилар. Яна ҳеч қачон ахлат, кул тўкилган жойни оёқ билан босманглар, деб уқтирардилар. Бувим бу огоҳлантиришлари билан бизларни ишни чала қолдирмасликка ундагандирлар. Лекин чиқиндининг инсон саломатлиги, уни ўраб турган руҳий муҳитни заифлаштириши бор гап-ку.

"БУ МЕННИНГ ИШИМ ЭМАС"

Кўп қаватли уйлар олдидаги ахлатхоналарнинг қоровули бор, шу боис бу жойлар тоза, озода. Лекин қоровули йўқ қишлоқхоналарда махсус қутилар қилиб атрофга ташлаб кетилган турли нарсаларни кўриб, нахотки шу ергача оёғи етган кимса ахлатни қутига ташлашга эринса, деб қунонаси. Демак, кимдир буни ҳам назорат қилиб туриши керак. Бунга кўпинча болаларни айбдор қилишади. Ахир қуш уясида кўрганини қилади. Қап-қатта кишининг сигарета қутисини, музқаймоқ қоғозини, pista пўчоғини дуч келган жойга ташлаётгани

ни кўрган болалар ахлатни қутига ташлаш шарт эмас, деб уйлашади-да. Энг ачинарлиси, чиқинди олиб кетадиган машина ҳам фақат қутилардагини олиб кетади... Йўл-йўлакай ҳар жойдаги чиқиндиларни кўриб кайфиятим бузилганча уйга яқинлашарканман, йўлакда махсустранс хизматчиси билан қўшни аёлнинг тортишаётгани қулоғимга чалинади:

– Бизда махсус кўрсатма бор. Қурилишдан чиққан қолдиқларни олмаймиз... Ҳа, яна бир муаммо.

Челақдаги ёки қопдаги ахлат ичди бир бўлак қурилишдан чиққан нарса бўлса, шундай ваз билан олиб кетишмайди. Ахлат эгаси ҳам уни қайтариб уйга олиб киймайди ва ба ахлатнинг қурилишдан чиққан бир парчасига қўшилган оғвақ қолдиқларю тагликлар "уртада сарсон илик", деганларидек сарсон чиқинди бўлиб ўзининг бадбўй хиди билан ҳавони ифлослантириб, таъбингизни хира қилиб, пашшаларни гўжгон ўйнатиб ётаверади...

РИСОЛАДАГИДЕК КИЙИНГАН, АММО...

Ҳар куни ҳатто метронинг олдигинасида уюлган чиқинди ичди музқаймоқ қоғозини ичимлик идишларига кўзим тушади. Яқинда шу ерда мижоз пойлайдиган такси ҳайдовчиси ва посбон йигит билан гаплашиб қолдим. Уларга бу қоғозларю пластик идишларни ким ташлаб кетади деган савол билан мурожаат қилдим. Уларнинг жавоби қизиқ бўлди: "Бу ердан кўпроқ ҳар куни ишга ва ўқишга қатнайдиغانлар ўтади. Афсуски, чиқиндиларни рисоладагидек кийинган одамлар ташлаб кетишади. Юриш туришини кўриб дуч келган жойга чиқиндини ташлаб кетади деб ўйламайсиз".

Ҳозир ҳам кузатамиз – боласига қўлингизни уйга олиб бориб ташлайсан, дейиш ўрнига дуч келган жойга чиқиндини ташлашга ундаётган отанари. Айнан уша ота-она фарзанди тупроқ ўйнаса ёки ювилмаган қўлини озига солса яхшигина танбеҳ беришни инкор қилолмаймиз. Мен "чиққан чиқинди уйдан нари бўлса бўлди", дея кўча юзига, оёқ остига итқитиб кетаётганларни қўлини юмвай оғвақлантаётган одамларга ўхшатаман.

Шаҳар марказида яшаса-гу, дангиллама участкалар курсагу, қимматбаҳо кийимлар кийсагу, атирларнинг қимматини селсагу, иккиталаб машина миниб, унга хушбўй хид чиқарадиган мосламаларни ўрнатсагу уйимиздаги чивин уймалаган чиқиндини фарзандларимизга қўлига тутқазиб ёки ўз қўлларимиз билан икки метр нарига ташлаб кетишга уялмаймизми, истихоло қилмаймизми биз сира ҳам МАДАНИЯТЛИ ЭМАСМИЗ.

Шаҳар юзидига бундай доғлар аслида маданиятимиз юзидига доғ эканлигини қачон англаб етимиш? Шундай уйлар исканжасида уйга қайтарканман бир онахон қўлидаги маккажўхори сўтасини автобус деразасидан ташқарига улоқтирди. У кимингдир бошига тушди ми ёки атроф-муҳит ифлосландими онахонга бунинг фарқи йўқ. Ёнидаги шеригига энгашиб шундай дегани қулоғимга чалинади: "Ҳазонрезгини ёмон кўраман, ҳамма жой чиқитга тўлиб кетади".

Барно СУЛТОНОВА

oilavajamiyat@mail.ru

ОТ ИНСОННИНГ ЙЎЛДОШИ

Мамлакатимизда ҳамма жабҳада бўлгани каби миллий спорт ўйинларимизга, хусусан, от спортига бўлган эътибор йилдан-йилга ортиб, унинг ривожини, оммалашуви йўлида кўплаб ишлар амалга оширилмоқда. Спортчиларимиз халқаро танловларда муносиб қатнашиб, турли совринларни кўлга киритишмоқда. Буларнинг барчаси юртимизда от спортига қаратилаётган улкан эътибор натижасидир. Халқимиз: “От йигитнинг йўлдоши”, дея бежиз айтишмаган. Аждодларимиз отга минибдики, ғанимлари томонидан бир ҳақиқат бот-бот эсланади: “Туркийларни енгил учун аввал уларни отдан туширмақ керак!”.... Хўш, бугун юртимизда от спорти мажмуаларида аҳвол қандай? У ерда отлар қай тарзда парваришланмоқда? Шу каби саволларга жавоб топиш илнжидида отлар қароргоҳи томон йўл олдик.

“ЖИЙЛОН, ОЧ ҚОЛДИНГМИ, ТОЙЧОҒИМ!”

Марказий “Ипподром” акционерлик жамиятига қарашли от спорти мажмуасида Тошкент вилоятининг от спорти мактаби ҳам жойлашган. Ушбу масканга “Чилонзор буюм бозори” яқинидан анча ичкарига кириб борарканмиз, узоқдан кенг майдонда отлар галаси кўринди. Бинога яқинлашганимиз сари учкур отлар дупури эшитилмоқда. Ён томондаги майдонда туёғидан ўт чақнаган тулпорлар кишнаб, еру кўкни ларзага солиб чопишмоқда. Отхонага секин мўраларканмиз, отбоқарнинг ким биландир суҳбатлашаётгани эшитилди. Аввалига телефонда гаплашаётгандир, деб кутиб турдим, йўқ унинг. “Жийлон, оч қолдингми, тойчоғим, ҳозир сени қорнингни тўйдираман, сувингни ичиб тур”, деб қўлидаги челакини тутаётганидан билдимки, бу одам отлар билан суҳбатлашаётган экан. Менга кўзи тушиши билан “Ҳозир, кутиб туринг”, деди-ю, ишини давом эттирди. У кишини кутиш баҳонасида отлар билан саломлашиб, таниша бошладим. Узун икки томонлама хоналарда иккитадан отлар жойлашган. Билсам, она ва болалар экан.

Ниғмат Исмоиловман, деб ўзини таништирган отбоқар ака газетадан эканлигини билгач, негадир интервью беришни истамади. “Келинг, сизни бу масканнинг отахони билан таништирай, улардан ҳар қанақа маълумотни оласиз”, дея йўл бошлади. Шундай бўлса-да уларни саволга тутдим.

– Ниғмат ака, нега отлар билан гаплашдингиз? Сизни тушунадими?

– Ҳа, албатта. Улар ҳам инсонни тушунади. От узангига оёқ кўйишингиздан, қандайлигингизни ҳис этади. Улар қаршисидаги одамнинг қанақа ниятда эканлигини сезишади. Жаҳлини чиқарсангиз, ғаш келади. Меҳр кўрсатсангиз, у ҳам меҳрини аямайди. Кейин отларда ажойиб хотира бор, улар ҳаётидаги, яхши, ёмон ҳолатларни эслаши мўмкин, улар ҳам дўстларни асло унутмайди. Отлар инсоннинг овозидаги ҳис туйғуни сезишади.

Ниғмат ака билан суҳбатлашиб, атрофга назар ташлайман. Бир хил шаклда қурилган биноларнинг ҳаммаси рақамланган. Йўл-йўлакай бинолар ичига разм соламан. Тоза, озода йўлақлар.... 11-рақами билан ёзилган бинонинг ичкарисини томон юра бошладик. “Иброҳим ака, қаранг, сизни сўраб муҳбирлар келишибди”, дея ҳазиломуз чақирди уларни. Иброҳим ака ҳам узоқдан бош силкиб қўйди ва “Отлар билан таништириб тур! Ҳозир бораман” деб қўйди. Худди бошқа бинолардагидек, бу ерда ҳам йўлак бўйлаб икки томонда хоналар. Эшикчаларга отларнинг исмлари ёзилган. Хейдан,

Юлдуз, Месси, Жазира, Жасмин, Бензима, Роза..... мана бу Зумрад. У буйчан, кулранг, қадди тик, танаси кумушранг.

ЖАЗИРАНИНГ МАШҒУЛОТИ

– Хўш келибсиз, қизим. Наҳотки, бизни ҳам эсласанглар, – дея кулиб қарши олди Иброҳим ака. – Қўйналмасдан топиб келдингизми? Чунки кўпчилик аслида отлар мусобақалари ўтказиладиган “Ипподром” деганда Тошкентдаги кийим-кечак бозорини тушунади, – кулиб қўйди мураббий.

– Фақат ҳозир Жазирани машқ бажариш вақти бошланди. Хоҳласангиз юринг майдонга, машғулотларни томоша қилиб, баҳонада суҳбатлашиб оламиз.

Жазира жимгина эгасининг ортидан борар, машғулотга узича тайёрланарди. Оёқларини чигалини бироз ёйди. Секин майдон атрофида юриб, кейин чопишни тезлаштирди. Мураббий унинг жилловидан ушлаб, суҳбатни давом эттирди. Олди оёқларини илдм ташлаб, баланд сакраш машқини бажара бошлади.

– Спортчилар каби отлар ҳам ҳар кун машғулот ўтказиши шарт, – сўзида давом этди мураббий. Аслини олганда, бу юрт қадимдан моҳир чавандозлар диёри бўлиб келган. Бу бизга аждодларимиздан аёнана бўлиб қолган, десам тўғри бўлар. Яна бир от билан боғлиқ ҳосият борки, жонивор боғланган ҳовлига ёмонлик йўламаслиги, от минган кишининг доимо соғлом юриши ҳақидаги гаплар ҳам бежизга айтилмаган. Мана 55

йилдирки, отлар парвариши билан шуғулланаман. Отлар орқали бутун дунёни айланиб чиқдим, десам янглишмайман. Халқаро спорт устасиман, бир неча бора Ўзбекистон чемпиони бўлдим. Бир қатор халқаро

мусобақаларда зафар қоғонганман. Ҳар гал мусобақаларга борганимда, Ўзбекистондан келганимни билган рақибларим, мусобақа иштирокчилари отларимга бошқача нигоҳ билан қарашарди. Чунки улар отнинг асл ватани Ўзбекистон деб билишади.

Ўрта Осиёнинг “саман отлари” тенги йўқ ҳисобланган. Бу отлар ҳозирги ахалтекин, қорабайир отларнинг аждодларидир. Қадимги манбаларда “гайритабий мавжудотлар”, “илоҳий отлар”, “самовий отлар” деб аталган Ўрта Осиё отлари жуда машҳур бўлган.

Шу он осмондан секин ёға бошлаган ёмғир тезлашди. Соябонни очарканман, Жазира негадир қаттиқ хурқиди. Иброҳим ака бунинг сабаби соябоним эканлигини айтгач, улар билан машғулотдан сўнг суҳбатни давом эттираман деб, ичкарига йўл олдим.

“САЙИС”ЛАР КИМЛАР?

От спорти ҳақида гап кетганда, кўпинча, чавандоз ва отга таъриф бериб, уларнинг номини кўларга кўтариб мақтаймиз-ю, чавандознинг эришган ютуғида, яна бир инсоннинг хизмати борлигини унутиб қўямиз гоҳида. Улар от боқиб парваришловчи – отбоқарлар бўлиб, улоқчилар тилида “сайис”лар дейилади.

– Бу соҳада 30 йиллик фаолиятим жониворларга бўлган меҳримдадир, – дейди Қосимбой Умурзоқов. – Ёшлиқда от чоптириб, мусобақаларда қатнашиб юрардим. Отларга бўлган қизиқишим устунлик қилиб, кейинчалик ҳам бу ерда отларнинг парвариши билан шуғулланиб келяман. Уларга 3 маҳал овқат тарқатаман. Кунига 7-8 кг. арпа, 12 кг. беда бераман. Отлар овозимдан танишади. Узоқдан

кўрдими, кўзлари порлаб кетади. Бу эса менга завқ беради. Улар сабзи, олма, яна қандни хўш кўришади. Ҳар хил витаминлар берамиз. Айниқса, оғир машғулотлар, мусобақалардан сўнг, албатта, уларнинг севган озуқасини муҳайё қиламиз.

Қосимбой ака бир сиқим қандни менга узатиб: – Жазиранинг машғулоти тугагач, ўзингиз едириб кўринг, – деди.

Мажмуада барча шароитлар яратилган, – сўзида давом этди Қосимжон ака. – Отларнинг чўмилишидан тортиб, D витаминига тўйиниши учун керакли бўлган жараёнлар ҳам ҳисобга олинган. Шунингдек, бу ерда доимий спорт мусобақалари ўтказилиши, хорижий давлатлардан ҳам спортчилар, меҳмонлар таширф буюриб туриши инobatга олиниб, мажмуа атрофини ободонлаштириш ҳам кўзда тутилган.

От устида ўтирган одамнинг руҳияти соғломлашади, унда чопиш инсонни чиниқтиради. Халқимизда ҳам бир гап бор, биласизми?

“Отга минсанг, дардингни от олади” деган. Бу рост гап. Сизга ўзим гувоҳи бўлган бир воқеани айтиб бераман. Хоҳ ишонинг, хоҳ йўқ, бундан 4-5 йил олдин бизга 2 та касал болани олиб келишди. Уғил бола юролмайдди, қиз эса гапиролмасди. Улар отларга шундай меҳр кўйгандики, отлар ҳам уларга қаттиқ боғлибди қолишди. Бир йил ўтар ўтмас, уларнинг бири юра бошлаган бўлса, қизалоқ равоан гапирарди. Бу мўъжиза эди. Ҳозир ҳам улар соғлом бўлиб, халқаро мусобақаларга тайёрланишяпти.

Яна Жазиранинг ёнига қайтдим. Иброҳим ака машғулот тугагач, унинг туёқларини юваётган экан. Боя уни кўриштириб юборганимдан хиллолат эдим. Энди ҳақиқа уни қанд билан сийлайман. Секин ёнига бориб, кафтимдаги оппоқ қандларни оғзига тутдим. У ҳам боғия вазиятни юмшатиш учунми, ёки яхши кўрган ширинлигини кўргани учунми секин мийғида кулиб, кўзлари порлаганини сездим.

Халқаро, Осиё федерацияси билан ҳамкорлик йўлга қўйилган. Бу йўлда мураббий ва расмий шахслар учун махсус ўқув-семинарлар ташкил қилиниб, уларнинг малакасини ошириш борасида кўплаб-қувватлашни таъминланмоқда. Ўзбекистон ўз олдига 2030 йилги Осиё ўйинларини қабул қилишдек улкан марралар қўйган. Қувонарлиси, мамлакатимизда отчилиқни, от спортини ривожлантиришга қаратилаётган эътибор замирида ҳам ота-боболаримиз доимо ардоқлаб келган зотдор отларни кўпайтириш, миллий тулпорларимиз доврғини дунёга ёйиш, юртимизда от спортини янада оммалаштириш, шу асосда ёшларимизни соғлом ва баркамол авлод қилиб вояга етказиш каби зғу мақсадлар мужассам.

Ўйлаймики, яратилаётган бундай имкониятлар тез орада ўз натижасини кўрсатади. От спортчилари орасидан ҳам жаҳон, ҳам олимпиада чемпионолари етишиб чиқади. Мажмуадан яхши таассуротлар билан қайтарканман, бу масканга яна келишни ният қилдим.

ЧАРОС ДЎСТАМТОВА,
“Оила ва жамият” муҳбири.



Madaniyatsiz haydovchiga CHORA ko'riladimi?



2018 йилнинг апрель ойидан бошлаб мамлакатимизнинг айрим ҳудудларида “Яндекс такси” хизмати йўлга қўйилди. У ўзининг тезлиги, қулайлиги билан одамлар ишончини қозониб улгурди. Истаган вақтда, мўлжаллаган манзилга қисқа муддат ичида етиб келади. Нарх-навога талашиб ўтиришнинг ҳожати ҳам йўқ. Ҳаммаси белгиланган таъриф бўйича амалга оширилади. Хўш, ушбу такси ҳайдовчиларининг хизматидан барча бирдек мамнунми?

Яқинда мамлакатимизга чет элдан меҳмонлар келишди. Уларга ҳамроҳлик қилдим. Тошкент шаҳри бўйлаб саёҳат қилиш мақсадида табиийки, бугунги кунда оммалашиб кетган “Яндекс такси” хизматига мурожаат қилишимизга тўғри келди. Гуруч курмасиз бўлмаганидек, ушбу такси ҳайдовчиларининг ҳаммасини ҳам яхши дея олмаймиз. Меҳмонларни меҳмонхонадан олиб, ресторангача “Яндекс такси” да 17 минг сўмга етиб олган эдик. Овқатланиб бўлгач, меҳмонхонага қайтиш учун яна таксига бюртма бердик. Ҳайдовчи келди. Манзилга етиб боргач, кўлидаги телефонини ўчириб олиб, 50 минг сўм пул берасизлар деб туриб олди. Бу гапни меҳмонларга айтдим, улар ҳайратланишди. Ҳайдовчи билан тортишиб, охири уни 30 мингга кўндирдим.

Faisal Omar (сайёх)
– Умуман олганда, Тошкент шаҳрида таксилар хизмати жуда яхши йўлга қўйилган экан. Уз вақтида етиб келишади, кўрсатилган манзилга етказишади. Уша ҳайдовчи биздан

кўпроқ пул олиш мақсадида қўл телефонини ўчириб қўйганига шубҳа йўқ. Бу ҳолат мени бироз ранжитди, албатта. Аммо очиккўнгил, меҳмондўст ҳайдовчилар жуда кўп экан. Битта ҳайдовчи шахримизга меҳмон экансизлар деб, ҳатто биздан пул ҳам олмади. Кеча эса яна бир ҳайдовчига пул берганимизда санамасдан қўтичасига солиб қўйди. У бизга ишонганидан шундай қилди. Биз бундан хурсанд бўлдик. Аэропортга кетаётиб, яна “Яндекс такси” чақирдик. Юқларимиз кўплигини кўриб, у бизга хизмат кўрсатишдан бош тортиди. Иккита такси ушлаб, икки ҳисса пул тўлашимизга тўғри келди...

Бундай ҳолатларда кимга мурожаат қилиш керак. Уларга қандай чора кўрилади? Ушбу саволларга Тошкент шаҳридаги ООО “Тi Fa” таксопарки менеждери Ойбек Жабборов жавоб берди.

– Бунақа ҳолатлар юз берганида автомобиль рақамини эслаб қолиш талаб этилади. Тошкент шаҳрида 20 дан ортқ офислар фаолият юритмоқда. Бу автомобиль қайси офисда рўйхатдан ўтган бўлса, уша ерда чора кўрилади. Мурожаатлар интернет орқали ҳам қабул қилинади.

Хужжатлар ва юк ташиш хизматига келадиган бўлсак, ҳайдовчи мижознинг юки 20 кг. дан ошмас ва енгил автомобиль юкхонасига жойлашга қулай бўлса, манзилга етказиб бериши мумкин.

Маиший техника воситалари ва бошқа кенг турдаги рўзгор буюмларини етказиб беришда “Юкли хизмат кўрсатиш” таърифини танлашни маслаҳат берамиз.

ҲАЙДОВЧИ БЎЛИШ УЧУН ҲАМ БИЛИМ КЕРАК(МИ)?
– “Яндекс такси” хизматига уланиш учун биз пайнет орқали тўлов

қиламиз, – дейди ҳайдовчилардан бири. – Бунинг учун биздан автомобиль хужжати, ҳайдовчилик гувоҳномаси талаб қилинади. Истаган вақтимизда хизматга уланиб ёки ундан чиқиб кетишимиз мумкин. Қулай томони, яқин атрофдаги мижознинг ўзи бизни қидириб топади. Нарҳини ҳам тортишиб ўтирмаймиз. Ортиқча бош оғриқ йўқ, асаббузарликлар кам бўлади.

Агар лицензия олиб, таксопарк орқали давлат автомобилида ҳайдовчилик қиламан десангиз эр-



т а л а б офисга бориб машинани техник кўриқдан ўтказиш, ўзимиз эса тиббий кўриқдан ўтишимиз талаб қилинади. Бу анча вақтни олиб қўяди.

Менимча ҳар бир ҳайдовчи масъулиятни ҳис қилиб ишлаши лозим. Чунки у йўловчининг ҳаётига жавоб беради. Ҳайдовчи иш бошлашдан олдин машинанинг аҳолини текшириши ва ўзини яхши ҳис қилаётганига амин бўлиши лозим. Акс ҳолда йўл транс-

порт ҳодисаси келиб чиқишига сабабчи бўлиб қолиши мумкин.

Баъзи вақтларда мижозлар томонидан нотўғри манзил кўрсатилган ҳолатлар кузатилади. Бунга сабаб интернет тезлигининг пастлиги бўлиши мумкин. Тўхташ мумкин бўлмаган жойга чақирилганда ҳам тушунмовчиликлар келиб чиқади. Бундай ҳолатларда мижоз томонидан “рад қилиш” тугмаси босилса муаммо осонгина ҳал қилинади.

ИШ БИЛАН БАНД ОТАОНАЛАРГА ҚУЛАЙЛИГИ

– Ўзим давлат корхонасида ишлайман. Катта қизим университетте талабаси. Иккита ўғлим турли мактабларда таҳсил олишади, – дейди Ақром Норбоев. – Фарзандларимни эрталаб мактабга олиб бориб қўйиб, кейин ишга кеч қолган вақтларим бўлар эди. Кирақашлар билан ойлик тўловни гаплашиб кўяр эдим, улар фарзандларимни мактабга олиб бориб қўйишарди. Аммо бир ҳафта, ўн кун ўтиб, мазам йўқ, машинам бузилди қолди деган баҳоналарни қилишар, натижада фарзандларим ўқишдан қолиб кетишарди. Ўзим иш вақтида чиқишимнинг сира илжойи йўқ. Бошлиқдан гап эшитиб қоламан. “Яндекс такси” хизмати йўлга қўйилганидан кейин бу муаммога осонгина ечим топилди. Иш жойимдан туриб, болаларимнинг мактабига такси чақираман. Автомобиль рақами аниқ. Харитадан кузатиш имкони ҳам бор. Ўғлим уйга етиб борганидан кейин менга хабар келади. Бундан ташқари, йўл ҳақи аниқ бўлади. Фарзандларим менга ёлгон гапиролмайди.

ХУЛОСА

Бизда эса хулоса шундай. “Яндекс такси” хизмат сифатини яхшилаш учун, бизнингча, рақобатни кучайтириш керак. Хусусий такси фирмаларининг кўпайиши аҳолига қулайлик туғдириш билан бирга, сифатли хизмат кўрсатишни таъминлайди. Агар юқоридаги каби ноҳуш ҳолатларга кўз юмиб кетаверадиган бўлсак, ҳайдовчи ва йўловчи маданиятини шакллантириш қийин кечади.

Мадина АЛЛАБЕРГАНОВА,
“Оила ва жамият” муҳбири.
oilavajamiyat@mail.ru

BUYUK MEROSIMIZGA E'TIBORLI BO'LAYLIK!



Ўзбекистонда яшовчи халқларнинг маънавий мероси қадимий бой тарихга эга. Уни манбалар асосида ҳар томонлама мукамал ўрганиш, узок мозийдан бошлаб мутафаккир олимлар томонидан яратилган ва бизгача етиб келган ёзма мерос нафақат илмий изланувчилар, балки ҳар биримиз учун муҳим ҳисобланади. Бироқ биз ёшлар аллома болаларимиз меросини қанчалар ташналик билан ўрганишимиз? Улар яратган асарлардан ўз вақтида баҳраманд бўла оламизми? Сурхондарё вилояти, Олтинсой тумани Катта Вахшивор қишлоғида жойлашган Сўфи Оллоёр зиёратгоҳини зиёрат қилган чоғимда ана шу мулоҳазалар кўнглимдан кечди.

УЧ ЮЗ ЙИЛКИ, НОМИНИ УЛУГЛАШАДИ

Ҳазрати Сўфи Оллоёр Марказий Осиёда Нақшбандия тариқатининг йирик намояндаси, туркий тасаввуф адабиётининг машҳур вакиллари билан бири бўлиб, мутасаввиф шоир, адиб, йирик диншунос аллома ва давлат арбоби сифатида Туркистон халқлари ўртасида юксак ҳурмат-эътибор қозонган буюк шахсдир. Мана 300 йилдан буён Катта Вахшивор қишлоғи номи Сўфи Оллоёр номи билан боғлиқлиги учун ҳурмат ва эъзоз билан тилга олишади.

Сўфи Оллоёр 1634 йилда Самарқанд вилояти Каттақўрғон бекалиги Минглар қишлоғида зиёли оиласида таваллуд топган. Унинг отаси Темир Ёр ўғлининг тарбияси билан жиддий шугулланган. Яъни, 12 ёшгача ўзи дунёга келган қишлоғидаги мактабда ўқиган, 12 ёшидан кейин Бухородаги мадрасаларда таълим олиб, ўзбек ва тожик тилларида мумтоз адабиётнинг ғазал, туюқ, соқийнома, маснавий каби лирик жанрларида ижод этгани маълум. Сўфи Оллоёр ўзининг иқтидори, қобилияти, донолиги туфайли мадрасани имтиёзли тугатиб, Бухоро хонининг эътиборига тушади. Мақтов ёрлиғи билан мукофотланиб, 25 ёшида хонликнинг божхона-солиқ тўралиги лавозимига тайинланади. Бу лавозимда ҳалол ва фидоийлик билан ишлаб хонлик хазинасини бойитишга муносиб хизмат қилади. Хоннинг мақтов ва мукофотларига сазовор бўлади, аммо оддий фуқароларнинг қийинчиликларини, хонликдаги баъзи мансаб аҳлининг

ноҳақликларини кўриб ўз вазифасидан воз кечиб, тақво йўлини тутишга аҳд қилганлар. Ниҳоят тасаввуф йўлини танлаб, зўҳду ибодатга берилиб кетади.

ЮКСАК ЛАВОЗИМДАН ВОЗ КЕЧГАН ДАРВЕШ

Сўфи Оллоёр ўша даврнинг улғу олими шайх Ҳабибуллоҳ қўлида 12 йил таҳсил олиб, тариқат сирларини ўрганиб, ўзи ҳам шайхлик (сўфийлик) даражасига етди. Халққа шариат ва тасаввуф таълимотини тушунтириш мақсадида Тожикистон ва Ўзбекистоннинг шаҳар ва қишлоқларига (Панжикент, Ургут, Шахрисабз, Ғузур, Деҳқонобод, Бойсун, Шеробод, Қабодиён, Қоратегин, Ҳисор, Денов) сафар қилиб, у ерларда бир неча йиллар яшаб, толиби илму ирфонларга шариат ва тариқат аҳкомларидан таълим берганлар.

Дарवेशона феъл, шоирона кўнгил соҳиби бўлган Сўфи Оллоёр бу лавозимдан тезда истеъфо бериб, ўз даврининг машҳур шайхи Наврўзга шогирд тушган, тариқат талабларини бажариб, шайхлик мартабасига кўтарилган, валиуллоҳ (кароमत соҳиби) бўлиб етишган.

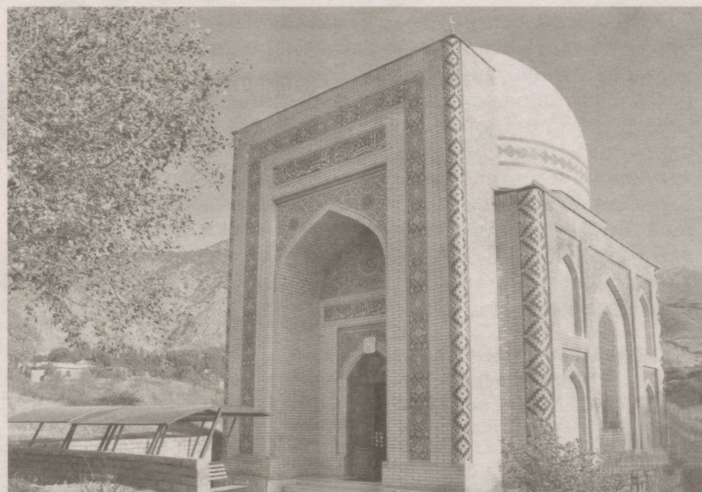
Сўфи Оллоёр ижодининг асосий йўналиши ислом маърифатини кенг халқ орасига ёйиш ва тасаввуфнинг инсоний камолот билан боғлиқ соҳаларини тарғиб ва ташвиқ қилишдан иборат бўлган. Сўфи Оллоёр уч тилда: форсий, туркий ва араб тилида маҳорат билан ижод қилган. У "Махзан ул-мутъин" асарини араб тилида, "Мас-



лак ул-муттақин", "Мурод ул-орифин", "Ҳажнома", асарларини форс тилида, "Сабот ул-оҳизин" манзумасини ўзбек тилида ёзиб, ислом оламига бебаҳо мерос қолдириб кетган. Унинг китоблари қадимда мадрасаларда ўқитилган, халқ орасида жуда машҳур бўлган. Айниқса "Сабот ул-оҳизин" асари Қўрғоннинг мағзи, дея эътироф қилинган. Ушбу асарни талабаларга эътиқод дарслиғи сифатида ёдлатиб ўқитилган.

МИЛЛИЙ ТАЪЛИМ ТИЗИМИНИ ЯРАТГАН АЛЛОМА

Сўфи Оллоёрнинг шох асари «Маслак ул-муттақин» бўлиб, 12 минг байт, 135 та катта-кичик бобдан иборатдир. Илоҳий маърифатнинг бадиий талқинига бағишланган бу асар эл орасида шўҳрат тутганидан сўнг дўсту яқинлари ундан туркий тилда ҳам шундай бир китоб ёзишни илтимос қиладилар. Бунга жавобан у «Маслак ул-муттақин»ни бир мунча қисқартириб, ўзбек тилида назмда битган ва унга «Сабот ул-оҳизин» деб ном берган.



Ўзбек фалсафий дидактик адабиётининг етук намунаси бўлиши ушбу асарда тасаввуф таълимотининг маънавий-ахлоқий масалаларини кенг ёритиш билан у туркий тасаввуф адабиёти ривожига катта ҳисса қўшган. Асарларида ислом аҳкомлари, тариқат талаблари, инсоний комиллик шартларини бирмабир таърифлаб берган.

Сўфи Оллоёрнинг адабий мероси ўзбек мумтоз адабиёти ва тасаввуф тарихида алоҳида ўрин тутади. Агар Ҳожа Аҳрор Валий, Маҳдуми Аъзам каби бобоқалонларимиз Нақшбандия таълимотларини ижтимоий ҳаётга таъбиқ этишга намуна сифатида кўрсатилган бўлсалар, Сўфи Оллоёр ҳазратлари бу тариқатнинг таълим тизимини миллий мадрасаларга ҳам олиб кирганлар. Хусусан, улғу олимнинг «Маслак ул-муттақин» ва «Сабот ул-оҳизин» асарлари Афғонистон, Покистон, Ҳиндистон, Эрон, Ироқ ва бошқа давлатларда бир неча бор chop этилган, ҳамда мактаб ва мадрасаларда асосий дарслиқлар қаторида ўқитилиб келинган. Унинг диний-тасаввуфий руҳдаги панду ҳикматга асосланган асарлари нафақат Туркистон, балки Қашқардан тортиб Этел (Волга), Ёйиқ (Урал) дарёлари воҳалари, Ҳожитархон (Астрахан), Булғор, Оренбург ва бошқа минтақаларда яшовчи халқлар орасида ҳам кенг тарқалган. Ушбу асарлар кўп нуسخаларда кўчирилиб кенг оммага тарқатилган.

XIX-асрнинг охирига келиб эса Ташкент, Қозон, Боку, Истанбул ва бошқа шаҳарларда тошбосма йўли билан бир неча марта босилиб чиққан. Сўфи Оллоёр асарлари кўплаб хоржий тилларга таржима қилинган, уларга бағишлаб шарҳлар ёзилган, луғатлар

тузилиб, у қўллаган тасаввуфий истилох-тимсоллар кенг шарҳланган.

БАЛАНДЛИККА ҚАРАБ ОҚУВЧИ АРИҚ

Сўфи Оллоёр умрининг охириги йиллари маълум сабабларга кўра тарки дунё қилиб Сурхондарё вилоятининг Катта Вахшивор қишлоғига келадилар ва бу диёрни обод қилиш учун хизмат қилганлар. Жумладан, катта Вахшивор қишлоғининг машҳурлиги Сўфи Оллоёр ҳазратларининг номи билан боғлиқдир, яъни, Қорабулоқ номи билан аталувчи баландликка оқадиган сув ариғини қаздирганлар. 1713 йилда маҳаллий аҳолини жалб этиб, ҳашар йўли

билан масжид қуриш ишларига бош булдилар. Ушбу масжиддаги у киши экан тутлар ҳалигача сақланмоқда.

Сўфи Оллоёр ҳазратлари 90 ёшларигача Олтинсой туманининг Катта Вахшивор қишлоғида яшаганлар ва ушбу жойда вафот этганлар. Муस्ताқиллик йилларида "Сўфи Оллоёр" жамғармаси ташкил этилди ҳамда янги "Сўфи Оллоёр" мажмуаси қурилди. Бугунги кунда хоржий мамлакатлардан ҳам зиёратчи сайёҳлар келиб, Сўфи Оллоёр ҳазратларини зиёрат қилиб, унинг бой адабий меросини ўрганишмоқда. Мен ушбу зиёратгоҳга мактаб ўқувчилари ҳам тез-тез келиб, бебаҳо меросимиз намуналарини ўрганишларини истаيمان. Ота-оналар ҳам бу борада фаол бўлиб, таътил чоғларида фарзандларини фақатгина кўнгилочар саёҳатларга эмас, балки маърифат сари чорлайдиган табарруқ манзилларга ҳам кўпроқ олиб борсалар нур устига аъло нур бўлар эди.

Гаврар ЧУБАЛОВА,
Термиз Археология музейи илмий ходими



ONALIK VAHTINI TANLADIM!

Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитасига йўлланган ҳар бир мурожаат ортида не-не тақдирлар бор. Уларни ўқиган чоғимизда бошига иш тушган, муаммолар қаршисида изтироб чекаётган онахонларимиз, опа-сингилларимизни тезроқ машақатлар гирдобидан олиб чиққимиз, уларга таскин бергимиз келади. Афсуски, аксарият замондошларимиз ўз ҳуқуқларини билмасликлари, баъзида билиб туриб ҳам андиша қилиб дадил қадам ташламасликлари оқибатида охири йўқ йўлларга кириб қоладилар. Навбатдаги мактуб эгаси ҳам тортинчоқлиги туфайли боласи билан кўчада анча пайт уйсиз сарсон бўлган экан. Келинг, яхшиси, мактубни биргалликда ўқиймиз.

СЕВГАН ИНСОНИМ МЕНИ ТУШУНМАДИ

"Ассалому алайкум, мен Гулбаҳор Салимова Наманган шаҳрининг Гулзор маҳалласида вақтинча рўйхатда тураман. Бир пайтлар менинг ҳам ўз уйим, турмуш ўртоғим бор эди. Биз севиб-севилиб турмуш қурган эдик. Афсуски, тақдир бизга фарзанд бахтини раво кўрмади. Бир-биримизга меҳру муҳаббатимиз кучли бўлганидан ажрашиш фикридан воз кечдик. Меҳрибонлик уйдан қизча асраб олдик. Гўё хонадонимизга нур киргандек бўлди. Унинг исмини Раъно деб қўйдик. Унинг ҳар бир ҳолати, ҳатти-ҳаракатларидан бир олам завок олардик. Бироқ орадан бироз вақт ўтгач, ҳамшира бўлганлигим боис қизалоқдаги баъзи бир ҳолатлар мени ташвишга сола бошлади. Астойдил текширтсак, бола туғма ногирон экан. Бу ҳақда эшитиши билан турмуш ўртоғим болани Меҳрибонлик уйига қайтарамиз, деган қарорга келди. Мен эса бу қарорни қўллаб-қувватладим. Ахир жажжигина Раъно менинг ҳаётим мазмунига айланиб қолган эди. Шу боис турмуш ўртоғимдан уни олиб қолишимизни илтимос қилиб сўрадим. Турмуш ўртоғим эса менинг бу илтимосимни эшитгиси ҳам келмади. Раъно иккаламизни кўчага чиқариб қўйди. Мени қаттиқ севади деб ўйлаган инсоним шунчалар шафқатсиз эканлигига ишонгим келмасди. Уни инсофга келтириш учун роса ялиниб-ёлвордим. Балки танграм бизни синаётгандир, Раънога яхши ота-она бўлсак, ўзимиз ҳам фарзанд кўрармиз, дедим. Турмуш ўртоғим барибир мени тушунмади. Унинг бефарқ ва лоқайд кўзларига қарагим ҳам келмай қолди. Шартга боламини кўтариб бошим оққан томонга кетдим. Яхшиямки, бу дунёда яхши одамлар кўп. Улар менга бошпана, озиқ-овқат

беришди. Қўшниларимдан Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси томонидан бошпанасиз оилаларга кредит асосида уй берилганлиги ҳақида эшитган эдим. Бироқ анча пайтгача мурожаат қилиш учун ўзимда куч топа олмадим. Сарсонгарчиликлар мени ҳам, қизимни ҳам қийнаб юборгач, сизларга мактуб ёзишга қарор қилдим. Агар менга ҳам имтиёзли кредит асосида уй берилса, куч-қувватим борича ишлаб, боламни ҳам боқишга, кредитни ҳам тўлашга астойдил ҳаракат қиламан. Сизга катта ишонч ва ҳурмат билан Гулбаҳор Салимова."

КУЙГАН ҚАЛБИ ЁРИТГАН КЎЗЛАР...



Ушбу мактубни ўқиганимиздан сўнг Наманган шаҳри қайдасан, дея йўлга тушдик. Наманган шаҳар ҳокимининг ўринбосари, хотин-қизлар қўмитаси раиси Нигорахон Абдуллаевага учрашганимизда, у Гулбаҳор Салимова шу пайтгача қўмитага бу масалада

бирон марта мурожаат қилмаганлигини айтди. Гулбаҳор истиқомат қилаётган ижара уйга кириб борганимизда у ўз кўзларига ишонмади. Қизчаси Раънохон гапирмасам ҳам чақноқ кўзлари билан унинг кўнглини нурга тўлдиришини, қизалоғисиз ҳаётни умуман тасаввур қила олмаглигини тўлиб-тошиб сўзлади. "Менинг куйган қалбимни ёритган, даволаган бу кўзлардан қандай қилиб мен воз кеча олишим мумкин?" — деди кўзида ёш билан Гулбаҳор Салимова. Жажжигина Раънохон эса онасининг гапларини эшитгандек жилмайиб қўйди.

БОЛАМ УЧУН БАРЧА ЗАҲМАТЛАРНИ ЕНГАМАН!

— "Агар менга имтиёзли кредит асосида уй беришса, яна ҳамширалигимни давом

Турмуш ўртоғим эса менинг бу илтимосимни эшитгиси ҳам келмади. Раъно иккаламизни кўчага чиқариб қўйди. Мени қаттиқ севади деб ўйлаган инсоним шунчалар шафқатсиз эканлигига ишонгим келмасди. Уни инсофга келтириш учун роса ялиниб-ёлвордим. Балки танграм бизни синаётгандир, Раънога яхши ота-она бўлсак, ўзимиз ҳам фарзанд кўрармиз, дедим.

албатта, кириб кўйишини, иш масаласида ҳам қўмита ходимлари ёрдам беришга тайёр эканлигини таъкидлаб ўтди. "Куни кеча мурожаатлар бўйича бир хонадонда бўлдик, — дейди Нигорахон Абдуллаева. — Ота-оналик шарафига нолойиқ инсонларнинг ўз фарзандларига қилган шафқатсизликларини кўриб йиғлагим келди. Наҳотки, инсон боласи шунчалар ношукур бўлса... Бир ўғил, бир қиз фарзанди бор бир эр-хотин хорижга иш учун кетишган. Болаларини қаридошларига ишониб қолдиришган. Натижанда қаридошлари улар жўнатган пулларни умуман болаларга беришмаган, уларни оч қолдиришган, ўз оиласига хизматкор қилиб ишлатишган. Ўғли ва қизи оғир касалга чалинганидан сўнг ота-она келиб энди бошида йиғлаб ўтирибди. Гулбаҳор Салимова эса гарчи Меҳрибонлик уйдан асраб олган бўлса-да, бу қизчани ногиронлигига қарамай шунчалар меҳр билан парвариш қилмоқда. Шу қизчани деб ҳатто турмуш ўртоғидан ҳам воз кечибди. Қанийди, жамиятимизда асл инсонийликни улуглайдиган ана шундай оналар янада кўпайса..."

Гулбаҳор билан хайрлашар эканмиз, кўзда ёш билан шундай деди: "Биргина мактубимни ўқиб мени излаб келишларингиз тушимга ҳам кирмаган эди. Яхшилар бор экан, одамнинг яшагиси келаверади. Келгуси ишларингизда омадлар тилайман. Катта раҳмат сизларга!"

Жондан азиз фарзанди учун бор заҳматларни енгишга шай бўлиб яшаётган бу онанинг сўзлари бизни-да руҳлантди, эзуликнинг бу ажойиб тимсолидан биз ҳам сабоқ олдик. Айни дамда қўмита масъул ходимлари томонидан Гулбаҳор Салимовани уй билан таъминлаш ниятида хайрли ҳаракатлар бошланган. Насиб этси биз унинг уй олгани ҳақидаги хабарни яна газета саҳифаларида ёритамиз деган умиддамиз.

Муқаррама Азиз тайёрлади.

Qabrdan topilgan chaqaloq

Ajabo



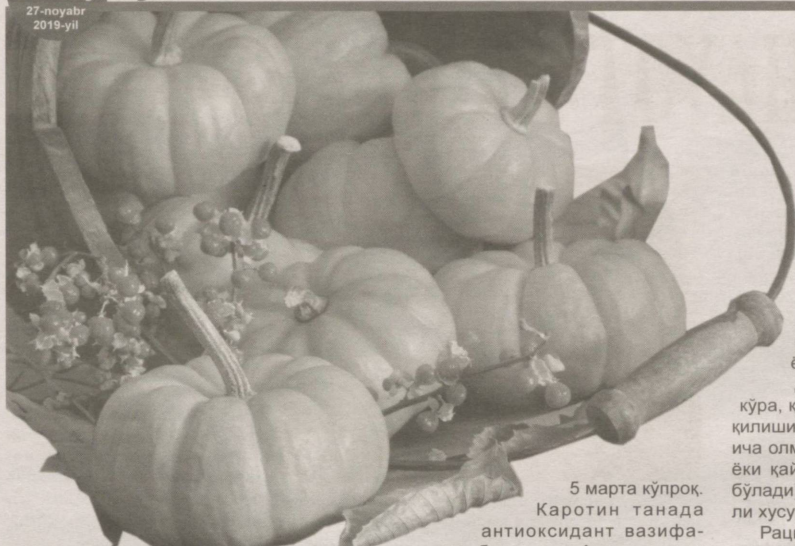
Ҳиндистонлик Хитеш ва Вайшали ўлик туғилган қизини охириги йўлга кузатишди. Гўрковлар ерни қазийганида белкурак қаттиқ нарсага урилди. "Бу катта идиш эди", — дейди Хитеш. Идишда матога ўралган ва йиғлаётган тирик чақалоқ ётарди. Шу онда менга қизим ҳаётга қайтгандек туюлди.

Бола касалхонага ётқизилди. Уч кунлик қизчанинг вазни бир килограммдан ортиқ эмас эди. Унга ўпка инфекцияси ва кучли шамоллаш ташхиси қўйилди. Бола туғилганидан бери овқат емаган, лекин омон қолди. Қўринишдан, ота-онаси мuddатидан олдин туғилган чақалоқни ҳаётда яшага лаёқатсиз деб ҳисоблаб яширинча дафн қилишган. Қабрда тахминан икки кун яшаган.

Айни пайтда чақалоқнинг вазни икки баробар ошди. Яхши овқатланмоқда, ҳаёти хавфдан холи. "Muddатидан илгари туғилган чақалоқларнинг яшаб қолишлари учун жуда ҳам кам миқдорда кислород талаб қилинади", — дейди шифокорлардан бири чақалоқнинг тирик қолиш сабабини изоҳлар экан. — Лекин бу қизалоқ ҳақиқий қаҳрамон. Хитеш ва Вайшали топиб олинган қизни фарзандликка олишни режалаштиришмоқда. Полиция эса унинг биологик ота-онасини кидирмоқда.

ЖАСМИН тайёрлади

QOVOQ: Kuzning betakror in'omi



Кўплаб тадқиқотлар натижасида кузнинг асосий сабзавотларидан бири бўлган "қахрамонимиз"нинг болалар ва катталар учун бирдек фойдали эканлиги исботланган. Бироқ уни ҳаммининг овқатлиши рацониюга қўшиш тавсия этилмайди.

ФОЙДАЛИ ТОМОНЛАРИ

90 фоизи сувдан иборат бўлса-да, қовоқ кўплаб витаминлар, аминокислоталар, оксиллар, углеводлар, хусусан, А, С, Е, Д, РР, К, В гуруҳи ва ноёб витамин Т кабиларни ўз ичига олади.

Минераллардан: фтор, магний, кальций, цинк, марганец, фосфор, йодга бой. Қовоқ хона ҳароратида сақланса ҳам фойдали хусусиятларини йўқотмайди.

100 грамм қовоқда 1 грамм оқсил мавжуд бўлиб ундаги оқсил бедана тухумидагидан кўпроқдир. Қовоқ таркибидаги каротин миқдори сабзаникидан

5 марта кўпроқ. Каротин танада антиоксидант вазифасини бажарувчи А витаминига айланади. Шунингдек, каротин кўз саломатлиги учун фойдали бўлиб, куйишлар ва турли яраларни даволашда ҳам асқотади.

Қовоқ метаболизмни меъёрлаштиради. Т витамини танада ёғ хужайраларининг тўпланишига тўсқинлик қилади, шунинг учун диетологлар вазни тартибга солишда қовоқдан фойдаланишни тавсия этадилар.

Қовоқ ошқозон-ичак трактига яши таъсир кўрсатадиган лаксатиф танадаги холестеринни камайтириши ва токсинларни олиб ташлаш хусусиятига эга.

Калийнинг юқори миқдори туфайли бу сабзавотлардан фойдаланиш юрак-қон томир тизимини яхшилайти ва гипертензия хавфини камайтиради.

Диетологлар қовоқни сил, атеросклероз, қорин дам бўлиши (констипация), диабет, холелитиёзда тавсия қиладилар. Қовоқ мағзи ҳомиладор аёллар ва болалар учун фойдали. Ҳомиладорлик пайтида аёлларга кўнгил айнашига қарши табиий восита сифатида тавсия этилади. Қовоққа асал

қўшиб истеъмол қилинса асаб касалликлари ва уйқусизликда ёрдам беради.

Диетологларнинг сўзларига кўра, қовоқни ҳар бир киши истеъмол қилиши мумкин. (хомлигича шарбатини ича олмайдиганлар бугда пиширилган ёки қайнатилганини истеъмол қилса бўлади). Ва қовоқнинг куйидаги фойдали хусусиятларини санаб ўтади:

Рацондаги қовоқ соғлом иммунитет ва табиий детоксни таъминлайди. Қовоқ истеъмолининг яна бир фойдали томони бу соғлом ва чиرويли теридир. Агар қовоқ фойдали ёғда қовурилса каротеноидлар яхши эрийди ва яхши ҳазм қилинади. Витамин А га айланиб тери ҳолатини яхшилайти, қишда терини қуриб қолишдан асрайди. Ошқозон ва ичак яллиғлиганиши каби мавсумий касалликлар тез кечирилишига ёрдам беради.

куйидаги муаммолари бор ҳар бир киши қовоқ ейиши керак.

1. Томирлар, айниқса, варикоз томирлари билан боғлиқ муаммолари мавжуд;

2. юрак муаммолари (юқори босим)
3. кун давомида ўтириб ишлайдиган ва эрталаб юзнинг енгил шишишига мойил қовоқ буйрақлар учун ва буйрақ тошларининг барча турларини (оксалат, урат ва фосфат) олдини олиш учун фойдалидир.

Қовоқ ошқозон, ичак, ўт пуфагини даволайди. Сувуқ ва грипп пайтида янги сиқилган шарбатини ишлатиш фойдалидир, чунки бу ичимлик иммунитетни мустаҳкамлашга ёрдам беради.

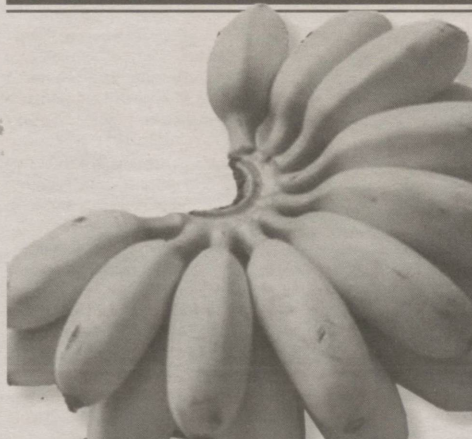
Қовоқ уруғи жигар касалликларини даволаш учун ишлатилади. Цинкнинг юқори миқдори туфайли қовоқ юз ва танада угриллар, ёғли сочлар ва кепак билан курашиши мумкин. Қовоқ ёғини мунтазам истеъмол қилиш кексаликка қадар кучли иммунитетни сақлаб қолишга ёрдам беради.

ҚОВОҚНИНГ ЗАРАРИ

Қовоқ диабетнинг оғир шаклида тавсия этилмайди. Хом қовоқ шарбатини паст кислоталилик, ошқозон яраси ва ўн икки бармоқли ичак яраси ва гастритда пайтида ичмаслик лозим.

Шунингдек, сабзавотларга аллергияси борлар қовоқ истеъмол қилмагани маъқул.

Рус тилидан
Мадина таржимаси



мевасининг шакли тўпатўғри бўлади. Кейин банан мевалари куёшга интилиб бориши натижасида ярим ой шаклига киради.

Бананнинг меваси йириклаша бошлаши билан унга турли хашаротлардан сақлаш учун полиэтилен халтачалар киритиб чиқиш лозим. Банан то меъёрига етгунча пиширилмайди, уни бошқа мамлакатларга олиб бориш учун сал хомлигича узилади.

Бананлар териблингандан кейин улар узоқ вақт сақланиши учун дизенфекция қилинади ва махсус идилларда, кемаларда бошқа мамла-

бўлиб, агар ўша ўргимчаклар инсонни чақса, бу захарланиш билан тенг бўлади.

Банан севиб истеъмол қилинади. Таркибида калий моддаси кўп бўлганлиги учун жуда фойдали. Кимки уйқусизликдан ёки томирлар тортишишдан қийналса, уйқу олдидан бир дона банан ейиши тавсия этилади.

Бананнинг фойдаси ҳақида билмаган одам бананнинг ўзи нималигини билмас керак. Ушбу тропик мева ҳар кун истеъмол қилинса, одам организми учун зарур бўлган кўплаб витаминларни олиши фанда аллақачон исботлаб бўлинган. Ушбу мева таркибида фолий кислотаси, магний, А ва С витаминлари, калий каби кўплаб фойдали моддалар мавжуд. Бунинг устига мазаси ҳам оғизда қолади. Ар-



Banan – ham meva, ham davo

Бананнинг асл ватани Жанубий Ҳиндистон ҳисобланади.

Энциклопедияда банан ҳақида шундай маълумотлар бор: «Банан — кўп йиллик ўсимлик меваси...» Шунинг учун ҳам бананни мева дейиш тўғрироқ бўлади. Бананнинг меваси гуллаганидан сўнг у тахминан 3 ойларда пишиб етилади. Ҳар бир гулидан 200-300 тагача банан меваси етилади. Аввал банан

катларга жўнатилади.

Банан билан боғлиқ бир қанча тахминлар мавжуд. Эмишки, бананни териш жуда хавфли. Унинг баргларида захарли ўргимчаклар бор эмиш. Бу нотўғри. Лекин ҳақиқатан ҳам банан барглари орасида улардан-да хавфлироқ хашаротлар яшайди. Бу хашаротнинг номи дайди ўргимчак

гентида банан билан ўтказилган тадқиқотнинг натижаларига қараб, олимлар аёллар жозибдорлигининг сирини аниқлашганини таъкидлашди.

Ушбу тадқиқот жараёнида кўнгилли аёллар ҳар кун нонуштага банан ейишди. Уч ойдан кейин истисносиз барча қатнашчилар озисгани аниқланди. Зеро, улар кун давомида овқатдан

ўзларини ҳеч чеклашмади. Ҳеч қандай парҳез тутилмаганига қарамай, барча аёлларнинг қомати яхшиланди. Бунинг сабаби бананли нонушта овқат ҳазм бўлишини, юрак-қон томир тизимининг ишлашини яхшилаб, аёллар организмининг стресслардан ҳимоя қиларкан.

М. ҚОДИРОВА тайёрлади.

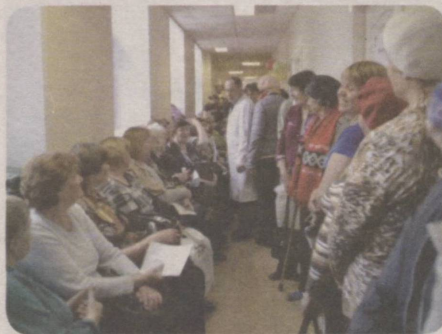
SHIFOKOR BILAN HAYOT HAQIDA SUHBAT



Бугун шифокор билан бўладиган суҳбатимиз ҳар доимгидан фарқли равишда, касалликлар ҳақида эмас... Лор шифокори **Набижон Ирискулов** биз билан ҳаётини кечинмаларини баҳам кўрди.

НАВБАТДА ТУРИШ МАДАНИЯТИНИ БИЛМАЙМИЗ

Мени қийнайдиган муаммолардан биттаси, одамларда навбатда туриш маданиятининг пастлиги. Буни нафақат шифокор сифатида, балки жамиятнинг бир кузатувчи шахси сифатида айтяпман. Бу муаммоли вазиятларни ҳар жабҳада кўрганман. Ҳамма одамнинг ўз иши, ташвиши бор, ҳамма ҳам бирор жойга шошади. Кузатиб гувоҳи бўлдимки, навбат кутиш ўзбекларга эмас экан, чунки биз бесабр халқимиз, бу характеримизни ҳар жойда кўрсата оламиз ҳам.



Йўлда машина ҳайдаётган ҳайдовчи, автобусга чиққан йўловчи, кассада турган харидор, шифокор хузурига келган бемор бундай навбатлар сонини сана сак жуда кўп, аммо буларнинг деярли бирортасида навбатда чиroyли туриш маданияти йўқ. Европа давлатларида аҳоли кўп, шунга қарамаддан улар навбат таллашиб жанжаллашмайди, йўл

талашмайди, жой талашмайди. Бунга қандай эришишган ҳайрон қоласан киши. Менимча, масаланинг ечими сабрда... Худо томонидан бизга берилган неъматлардан энг яхшиси ҳам сабрдир. Сабрни маданиятимизнинг дебочаси дейишимиз мумкин. Зероки, сабрли бўлсак гўрадан ҳалво битиши ҳаммамизга ҳам маълум...

ОТА ҚИЗИ УЧУН ҒУРУР ТИМСОЛИ

Одамлар қизнинг тарбиясида онанинг роли катта, дейишади. Албатта, буни инкор қилишнинг иложи йўқ, аммо шунга айтишим керак, қизлар отанинг тарбиясига ҳам муҳтож бўлишади. Отанинг қаттиққўллиги, ўзига хос талаблари фарзанднинг қуюшқондан чиқиб кетмаслиги учун тўсиқ бўлади, шу билан бирга яхши тарбия ва порлоқ келажакка асос бўлиши ҳам тайин. Ота қиз бола учун ғурур, ишонган тоғ, суянчиқ

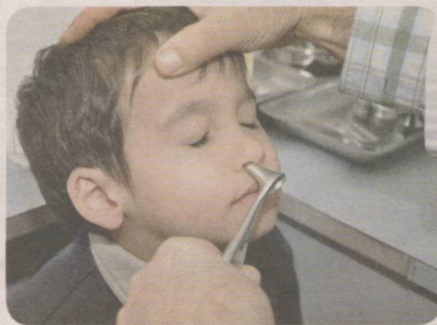


ҳисобланади. Онасидан нафосат, ҳаё, қаққонлик ва шу каби аёл зотига хос хислатларни ўрганса, отасидан ҳаётда қандай яшашни, сабрни, матонатни ўрганади (отادا шу каби хислатлар бўлсагина, албатта).

Қизлар кўпроқ дадаларини яхши қўришади. "Кимни яхши кўрасан?" деб сўраган 60% қизлар "дадамини" дея жавоб беришади. Бунинг ҳам ўзига хос сабаблари бордир дейсизми? Йўқ, десам нотўғри, ҳа десам ҳам тўғри бўлмайди... Ота фарзандларига онадан меҳрибонроқ бўла олмадлиги мумкин, лекин, эътиборли бўлиб эркалашда, совғалар билан сийлашда онадан ўтиши аниқ. Шунинг учун ҳам, болалар кўпроқ отани яхши кўришади, деб ўйлайман.

БУРУН ҲАМ ЮРАК КАБИ МУҲИМ

Бурун аъзоси шакл жиҳатидан турлича бўлгани билан, вазифаси жиҳатидан ҳамма одамда бир хил яратилган. Яъни, унда юзага келадиган касалликлар шаклига боғлиқ эмас. Тана аъзоларимиздан бири бўлган буруннинг ўз хусусиятлари бор: нафас олиш, ҳавони намлаб бериш, ташқи муҳитдан қираётган микроблардан тозалаш билан бирга овоз ҳосил бўлишида ҳам муҳим роль ўйнайди. Бир сўз билан айтганда танамиздаги юрак яшамимиз учун қанчалик муҳим бўлса буруннинг ҳам аҳамияти катта.



Совуқ тушиши билан грипп, шамоллаш ва шунга ўхшаш аллергия касалликлар кўпайгандан-кўпаяди. Ҳозирда қабулимга келаятган беморларда, бурун ўсма касалликлари, бурун қийиқлиги, гаймарит, йирингли шамоллаш касалликлари кўп учрамоқда. Бу каби касалликларнинг сабаб чиқишига мавсумий кийинмаслик, эрта тондан бошни ювиб, тўлиқ қурмаган ҳолда кўчага чиқиш (айнан шу сабабли касалланадиган беморлар, ҳаддан зиёддир), совуқ маҳсулотларни истеъмол қилиш, бадан ва оёқни иссиқ сақламаслик сабаб бўлади.

Бурунда чанг сабабли пайдо бўладиган аллергияларга эса, буруннинг намлик ва иситиб бериш хусусиятининг, ҳимоя қилиш ҳолатларининг йўқолиб қолиши сабаб бўлмоқда. Ҳозирги экологик ҳолатнинг ёмонлиги ва бурун томчи дориларини меъёридан ортиқ ишлатишга ўрганиб қолишимиз оқибатида кўп касалликлар, шу жумладан, гаймарит касалликлари ҳам келиб чиқаётганини гувоҳи бўлмоқдаман.

ФАРЗАНД ВА ОТА-ОНА

Бугунги кунда шундай ота-оналар ҳам борки, фарзандини ўзининг манфаатларини ўйлаган ҳолда касбга йўналтиришади. Яъни у қизикқан, соҳанинг даромади камлигини айтиб, кўп маошли, бошқа соҳаларни таклиф қилишади. Бу мутлақо нотўғри, ахир. Ҳар ким ўзи севган ишни қилсагина бахтли яшайди, Аллоҳ ўзига яраша даромад ҳам беради, ҳамма гап инсоннинг ҳаракатига боғлиқ.

Гёте айтганидек: "Кимки виждонан ва ўз истаги билан эмас, балки бошқаларга ёқиш мақсадидагина пул, обрў ёки яна бошқа бирор нарса учун меҳнат қилса, у - тентақдир".

Бу борада ота-онадан фақат ва фақат фарзандини қўллаб-қувватлаш, қизиқишларига эътибор қаратиш талаб этилади. Бугуннинг ёшларига маслаҳат тариқасида айтган бўлардимки,

қўлингиздан келган ишни қилинг, кўнглингиз буюрган касбни танланг, ақлингиз етган соҳанинг мутахассиси бўлинг! Ана ўшандагина ҳам жамиятга, ҳам ота-онангизга фойдангиз тегади.

БАХТ МЕН УЧУН ХОТИРЖАМЛИҚДА

Халқимизда осонликча кўлга киритилган нарса тез кетади қабилидаги нақл мавжуд. Меҳнатдан келса бойлик – турмуш бўлар чиройлик деган мақолдан ҳам хабаримиз бор. Ота-боболаримиз бу каби нақллари бежизга айтишмаган, албатта. Шунга унутмаслигимиз лозим, осон ва машаққатсиз топишган пул ҳам, обрў ҳам яхши ҳаётга асос бўлмайди. Айтмоқчи бўлганим шунки, биз осон йўл билан пул топиш йўлини излагандан кўра, пухта ўйланган режа билан, керак бўлса катта машаққат билан бўлсин ҳалол даромад топишни ўйлаганимиз маъқул. Фарзандларингизга ҳалол луқма едиринг, ана ўшанда сиз ҳам қарилки гаштини ҳалол ўтказасиз.

Рўзгорнинг бутлиги, даромаднинг яхшилиги оиланинг тинчлигини таъминлайди. Оиланинг тинчлиги эса кўнглига хотиржамлик беради, мен учун хотиржамликнинг ўзи бир бахт.

МУҲАББАТ АЧЧИК ТАШВИШЛАРНИ ЕНГАДИ

Бахтли яшашнинг ҳеч қандай сири бўлмайди, ҳаммаси инсоннинг ўзига боғлиқ. Оилада муҳим эру хотиннинг ҳамжиҳатлиги, бир-бирини тушуниши, бир-бирига бўлган ҳурмати. Бугунги кундаги оилавий ажримларнинг кўпаяётганини, шўхликдан ва тўқликдан деб биламан. Яна шуниси ҳам борки, бугунги ёшларнинг кўпчилиги бир-бирини тушуниш у ёқда турсин, ҳурмат қилмайди. Йигитлар: "Мен уйнинг эркаганим, менинг айтганим бўлади", дея ҳукмронликни ошириб юбориши, аёлга нисбатан паст назар билан қарashi, у билан ҳаммаслаҳат бўлишни

ўзига эп кўрмаётгани – ҳамма ҳаммаси оиланинг парчаланишига асос бўлмоқда. Бу билан аёлларда гап йўқ деб ҳам айтолмайман; замонамиз келинлари ҳаддан зиёд эрка, керагидан ортиқ талабчан, уларнинг бу одатлари ҳам оиладаги тинчликка путр етказаятганини гувоҳи бўлаяпман.

Ҳамма нарса бориб меҳрга тақалади, одам бир-бирига меҳрли, ширинсухан бўлса олам гулистон, айниқса, муҳаббатнинг кучи ҳар қандай аччиқ ташвишларни енгишга ёрдам беради.

"Оила ва жамият" муҳбири **Васила ҲАБИБУЛЛАЕВА** суҳбатлашди.

Oila va jamiyat
Ижтимоий-сиёсий, маънавий-маърифий газета
Обуна индекси – 176

МУАССИСЛАР:
Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси, "Болалар ва оилаларни қўллаб-қувватлаш" ассоциацияси (Болалар жамғармаси) ва "Соғлом авлод учун" халқаро хайрия фонди
Бош муҳаррир в.б.: Акбар ҚАРШИЕВ

МАНЗИЛИМИЗ:
Тошкент – 100000.
Амир Темури кўчаси
1-тор кўча, 2-уй.
Қабулхона: (факс) 233-28-20,
Котибият: 233-04-35, 234-76-08
E-mail: oilavajamiyat@mail.ru
Web-site: oila-va-jamiyat.uz

Газета 2007 йил 11 январда Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 0169 рақами билан рўйхатга олинган. Вуюртма Г – 1136. Формати А-3, ҳажми 3 табоқ. Адади – 1922. Баҳоси келишилган нархда.
Босишга топшириш вақти – 15:00
Тошпирилди – 15:00
Навбатчи: Ч. Дўстматова
Мусахҳих: С. Сайдалимов
Саҳифаловчи: А. Маликов
ISSN 2010-7609
Газета таҳририят компьютер марказида терилди ва саҳифаланди.
1 2 3 4 5