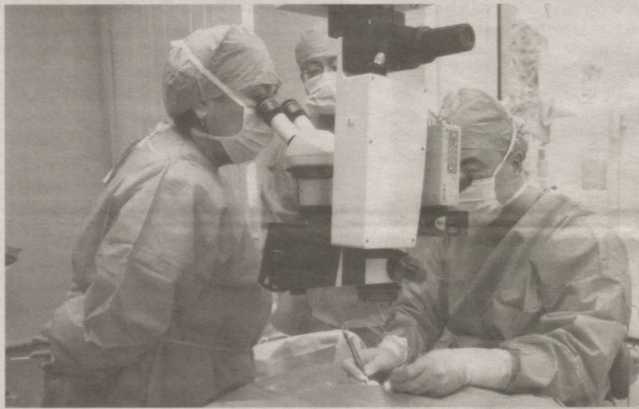


LOYIHA YOPILDI, KO'ZLAR ESA OCHILDI

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси, Соғлиқни сақлаш вазирлиги ҳамда Хитой Халқ Республикасининг Тошкентдаги элчихонаси билан ҳамкорликда жорий йилнинг 25 ноябридан юртимизда “Ёрқин йўл” лойиҳасига амал қилди.

7 декабрь куни Республика кўз касалликлари клиник шифохонасида мазкур ижтимоий лойиҳанинг тантанали ёпилиш маросими ўтказилди.

Лойиҳа доирасида Хитойнинг 9 нафар етук мутахассислари ва у ердан келтирилган энг замонавий асбоб-ускуналар ёрдамида мамлакатимизда 500 дан ортиқ ногиронлиги бўлган, кам таъминланган, фарзандларини тўликсиз оилада тарбиялаётган хотин-қизлар ва болалар, “Мурувват” ва “Саховат” уйидаги фуқароларимизда кўз катарактаси бўйича бепул жарроҳлик операциялари ўтказилди.



Энг эътиборлиси, лойиҳа доирасида 7 ойлик чақалоқ ҳамда 103 ёшга тўлган онахоннинг кўзлари операция қилиниб, уларнинг ёруғ оламни қайта кўришига эришилди. Юз фоиз ижобий натижага эришилган лойиҳадан беморларнинг қувончи чексиз.

Ижтимоий ҳимоянинг ва халқаро ҳамкорликнинг намунаси бўлган ушбу лойиҳа хитойлик шифокорлар ва маҳаллий офтальмологлар ўртасида ўзаро тажриба алмашиш имконини ҳам бергани билан қимматлидир.

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси мазкур акцияни ўтказишга яқиндан ёрдам берган Хитой Халқ Республикасининг Ўзбекистондаги элчихонаси, Хитой Халқ Республикаси соғлиқни сақлаш Давлат кўмитаси, Халқаро алоқалар ва ҳамкорлик Марказига, лойиҳа раҳбари Гуо Леи бошчилигидаги Пекин университети халқ госпиталининг 9 нафар малакали офтальмолог мутахассисларига, Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлигига ва ҳудудий ҳокимликларга самимий миннатдорчилик билдиради.



ZA'FARON RANG — ZO'RAVONLIKKA QARSHI KURASH RAMZI

Хозирги кунда бутун дунёда 25 ноябрдан 10 декабргача “Хотин-қизларга нисбатан зўравонликка қарши 16 кун” халқаро акцияси амал қилмоқда.

Шу муносабат билан пойтахтимиздаги “Hyatt Regency” меҳмонхонасининг анжуманлар залида халқаро даражада мулоқот бўлиб ўтди.

Мулоқотда дунё иқтисодиётининг ўсиши, инсоният турмуш тарзининг юксалиши, инсон онгу тафаккурининг цивилизацияси каби тарихий узоқ жараёнлар ҳам аёлга муносабатни буткул ўзгартира олмагани, энг ривожланган давлатлардан тортиб ҳали тараққий этмаган давлатларда ҳам аёллар гендер камситилишларга рўбару келаётгани қайд этилди.

Дунёдаги ҳар учинчи аёл ҳаёти давомида, кўпинча жинсий ҳамқори томонидан физиологик ёки жинсий зўравонликка учраган. Дунё бўйича 650 миллион атрофидаги турмуш қурган аёллар ва қизлар 18 ёшдан кичикдир. 2017 йил ҳисобига кўра, дунёдаги оламдан кўз юмган ҳар иккинчи аёл ўз парتنёри ёки оила аъзолари сабаб ҳалок бўлган. Дунёдаги одам савдоси қурбонларининг 72 фоизи - бу аёллар ва қизлар ҳисобига тўғри келади ва уларнинг учдан тўрт қисми жинсий эксплуатация қурбонларидир. Таъкидландики, агар аёлга қарши зўравонлик мавзусига чуқурроқ кириб борилса, аёлнинг қўл сифатида сотилиши, ўз турмуш ўртоғи ёхуд жамиятнинг бошқа аъзолари томонидан тажовузга учраши, эркакнинг ҳаётидаги айрим салбий ўзгаришлар натижасидаги стресслари аёлни дўппослаш орқали намоён бўлаётгани, арзи-

мас маиший муаммо ёки ўзаро муносабатларнинг низоиси жараёнида аёлнинг жонига қасд қилишгача етиб борилаётгани каби мудҳиш жиноятларга дуч келинмоқда.

— Айни тadbирда заъфарон рангли шарфда эканим менинг зўравонликка бўлган муносабатимни билдиради, — дейди Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси раиси Элмира Боситхонава. — Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси ижтимоий ҳавфи юқори бўлмаган жиноятни содир этган аёллар билан психолог суҳбатлари натижасида қилмишига пушаймонлик аниқланса уларни кафиликка олиб, ўз оиласи бағрига қайтиши ва жамият ҳаётида тўғри йўлни танлаши учун керакли амалий ишларни олиб бормоқда. Республикада мавжуд 197 та зўрлик ишлатишда жабр қўрган шахсларни реабилитация қилиш ва мослаштириш ҳамда ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш Марказларига жорий йилнинг 1 ноябрь ҳолатига 8 637 нафар аёллар мурожаат қилган. Шундан 4849 нафар аёлларга психологик, 3336 нафар аёлларга ҳуқуқий, 2257 нафар аёлларга тиббий ёрдам кўрсатилди. 1 683 нафар хотин-қизларнинг бандлиги таъминланди. 760 нафар хотин-қизларнинг кредит олишда амалий ёрдам кўрсатилди.

Сўзга чиққанлар бугунги каби халқаро стандартдаги тadbирлар жараёнида хориж мамлакатларида хотин-қизлар зўравонлигига қарши олиб борилаётган тажрибалар ва уларнинг амалий самараси ўрганилиб, қўллашга муносиблари фаолият доирасида ўзлаштирилиши кўзда тутилганлиги борасида айтиб ўтишди.

**Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси
Матбуот хизмати**

БЕРУЛ ТИВБИҲ КО'РИК

sud qaroridan so'ng amalga oshiriladigan bo'ldi

Президентимиз Шавкат Мирзиёев ташаббуси билан мамлакатимизда мактабгача таълим тизимига юксак эътибор қаратилмоқда. Хусусан, ёш авлодни ҳар томонлама қамқов инсон қилиб тарбиялаш мақсадида мактабгача таълим ташкилотлари ходимлари учун бир қатор имтиёз ва қулайликлар яратилмоқда.

Аммо барча жойда ҳам бу имтиёз тан олинмапти деб бўлмайти. Асака туман маъмурий судига туман адлия бўлимидан келиб тушган қатор аризалар ҳам ана шу фикрларимиз тасдиғидир. Адлия бўлими мазкур аризаларни тумандagi 33-мактабгача таълим ташкилоти ходимлари манфатини кўзлаб киритган.

Аниқланишича, Асака туман тиббиёт бирлашмаси ва туман давлат санитария эпидемиология назорат маркази масъуллари 33-мактабгача таълим ташкилотига ишловчи етти ходимни бепул тиббий кўриқдан ўтказишни рад қилган. Натижада тарбиячи-ҳодимлар туман мактабгача таълим бўлимига мурожаат қилишган. Ўз навбатида бўлим раҳбари айна муаммонинг ечимини хусусида Асака туман адлия бўлимидан амалий ёрдам сўраган.

Дарҳақиқат, Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2019 йил 13 майдаги “Мактабгача таълим ташкилотлари фаолиятларини янада

тақомиллаштириш чора-тadbирлари тўғрисида”ги 391-сонли қарориди мактабгача таълим ташкилотининг штатдаги ходимлари соғлиқни сақлаш муассасаларида белгиланган тартибда бепул тиббий текширувдан ўтказилиши белгиланган. Мазкур имтиёзни қўлламаслик эса инсон ҳуқуқларини кўпол равишда бузиш ҳисобланади. Бинобарин, 2019 йил 23 сентябрь куни Асака туман адлия бўлими томонидан юқоридаги қонун бузилиш ҳолатини бартараф этиш юзасидан туман Давлат санитария эпидемиология назорат маркази ва туман тиббиёт бирлашмасига тақдимнома киритилган. Бироқ Асака туман давлат санитария эпидемиология назорат маркази Ўзбекистон Республикаси Меҳнат кодексининг 214-моддасига мувофиқ, ходимларни дастлабки ва вақти-вақти билан тиббий кўриқдан ўтиб туришларини ташкиллаштириш иш берувчи зиммасига юклатилган, лекин бугунги кунга қадар юқоридаги ташкилий ишлар ва тиббий кўриқдан ўтиш харажатлари-

ни қоплаш ишлари мактабгача таълим бўлими ёки ташкилотлари томонидан ташкиллаштирилмаганлиги ҳамда тўловлар қопланмаганлиги сабабли ходимларнинг шахсий маблағлари томонидан амалга оширилаётганини маълум қилган. Асака туман тиббиёт бирлашмаси эса туман кўп тармоқли марказий поликлиникасида ташкил этилган ҳўжалик ҳисобидаги тиббий зўриқ комиссияси томонидан дектерив контингентларни дастлабки ва даврий тиббий кўриқлардан ўтказилиши белгиланган тартибда шартнома асосида пуллик амалга оширилишини билдирган. Шу боис туман адлия бўлими судга мурожаат қилган.

Меҳнат кодексининг “Тиббий кўриқ” деб номланган 214-моддасида иш берувчи меҳнат шартномаси тузиш чоғида дастлабки тарзда ва кейинчалик (иш давомида) умумтаълим мактаблари, мактабгача тарбия ва бошқа муассасаларининг бевосита болаларга таълим ва тарбия бериш билан машғул бўлган педагог ва бошқа ходимларини вақти-вақти билан тиббий кўриқдан ўтказишни ташкил қилиши шартлиги, тиббий кўриқлардан ўтилиши муносабати билан ходимлар чқимдор бўлмаслиги таъкидланган. Бундан кўриниб турибдики, иш берувчи ўз ходимларини тиббий кўриқдан ўтишини фақат ва фақат таш-

киллаштиради холос. Ташкиллаштириш деганда, ушбу муассаса раҳбари ёки иш берувчи буйруқ асосида, хат асосида ёхуд белгиланган жадвал асосида ходимларини тиббий кўриқдан ўтишини ташкиллаштиради. Яъни кодекснинг бу талабида шартнома асосида ёки пуллик хизмат кўрсатилиши назарда тутилмаган. Шу боис Асака туман маъмурий суди туман давлат санитария эпидемиология назорат маркази ва туман тиббиёт бирлашмаси зиммасига 33-сонли мактабгача таълим ташкилотининг штатдаги ходимларини белгиланган тартибда бепул тиббий кўриқдан ўтказиш мажбуриятини юклаш тўғрисида ҳал қилувчи қарори қабул қилинди.

Шу ўринда алоҳида таъкидлаш лозимки, амалдаги қонунлар талабига биноан, вазирликлар, давлат кўмиталари ва идораларнинг буйруқлари ҳамда қарорлари Ўзбекистон Республикасининг Конституцияси ва қонунлари, Президент фармонлари, қарорлари ва фармойишлари, Олий Мажлис палаталарининг қарорлари, Вазирлар Маҳкамасининг қарорлари ва фармойишлари асосида ҳамда уларни ижро этиш учун қабул қилинади. Шундай экан, ҳар бир соҳа масъуллари ўз тизимларига тааллуқли норматив-ҳуқуқий ҳужжатлар мазмун-моҳиятини ана шу мезонлар асосида англаб етиши шарт. Зеро, келгусида юқоридаги каби оворагарчиликлар рўй бермасин.

**Баҳром БЕРДИЕВ,
Асака туман маъмурий
судининг раиси**

oilavajamiyat@mail.ru

XORIJDA SARSON BO'LGAN AYOLLAR

Давлатимиз раҳбарининг "Хорижда вақтинчалик меҳнат фаолиятини амалга ошираётган Ўзбекистон Республикаси фуқаролари ва уларнинг оила аъзоларини ҳимоя қилиш кафолатларини янада кучайтириш чоралари тўғрисида"ги Фармони қабул қилинди. Унда Меҳнат мигрантлари ва уларнинг оила аъзоларини қўллаб-қувватлашнинг самарали тизимини шакллантириш, ижтимоий ва ҳуқуқий ҳимоя кафолатларини кучайтириш устувор мақсад қилиб белгиланган. Яқинда Ўзбекистон Республикасининг турли идоралардан ташкил топган нуфузли делегация аъзолари Россиянинг Санкт-Петербург шаҳрида бўлиб қайтди. Ушбу делегация аъзолари Санкт-Петербургдаги ёрдамга муҳтож ватандошларимизга қай даражада ғамхўрлик қила олдилар? Ушбу савол билан Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси фуқаролик жамияти институтлари билан ҳамкорлик қилиш ва халқаро алоқалар бўлими бошлиғи Дилором Кўзиевага муурожаат қилдик.

УЧРАШУВЛАР, МУЛОҚОТЛАР, МУЗОКАРАЛАР...

– 2019 йил 5 сентябрь куни Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси бошчилигидаги расмий делегация Россия Федерациясининг Санкт-Петербург шаҳрига Ўзбекистон Республикаси мустақиллигининг 28 йиллиги муносабати билан ўтказиладиган тантанали маросимда иштирок этиш учун борди, – дейди Дилором Кўзиева. – Дастлаб Санкт-Петербург губернаторлиги администрацияси ташқи алоқалар қўмитаси раиси ўринбосари Андрей Хлутков билан мулоқот ташкил этилди. Унда Ўзбекистон Республикаси ва Россия федерацияси ўртасида илиқ ришталар, тарихан шакланган алоқалар ва бугун янги босқичда юксалиб бораётган муносабатлар ҳақида фикрлар билдирилди.

Сўнг делегация вакиллари Санкт-Петербург ҳукуматининг меҳнат ва аҳолининг бандлик қўмитаси масъул ходимлари билан музокара олиб борди. Унда Ўзбекистон Республикасининг Санкт-Петербург шаҳрига келиб вақтинчалик меҳнат фаолиятини олиб бораётган фуқаролар, шу жумладан, хотин-қизларнинг ижтимоий муҳофазасини таъминлаш, уларнинг ҳар томонлама ҳуқуқий ва ижтимоий жиҳатдан қўллаб-қувватлашни янада такомиллаштириш бўйича мулоқотлар олиб борилди.

Шунингдек, туризмни ривожлантириш қўмитаси билан ҳам музокара ўтказилди. Унда Ўзбекистон хотин-қизлар қўмитаси қошидаги "Нафис тревел" туристик агентлиги билан ҳамкорлик ўрнатиш, Россия Федерацияси ҳамда Ўзбекистон Республикасининг тарихий шаҳарларига саёҳатлар ташкил қилиш юзасидан ҳамкорлик ўрнатиш масалалари муҳокама қилинди.

ПУЛИМ КЎП БЎЛИШНИ ИСТАГАНДИМ, АФСУСКИ...

– Мен Самарқанд вилоятининг Пастдаргом туманида туғилганман, – дейди Шоира Норбўтаева биз билан сўхбатда. – Тўғриси, иқтисодий аҳволимни ўнглаш мақсадида 2014 йилда хорижга чиқишга мажбур бўлдим. Бироқ бу ерларда биз ўйлаганчалик қўлингизга осонгина бир дунё пулни тутқазиб қўйишмас экан. Россиянинг Санкт-Петербург шаҳрида бошимга бир мушкулот тушиб анчагина сарсон бўлдим. Соддалигим ва қатъиятсизлигим тўғрисида бир йилгитга алданиб, ҳомилалар бўлиб қолдим. Бу ҳам етмагандек, паспортимни ҳам йўқотиб қўйдим. Қўзимга дунё шунчалар қоронғу кўриниб қолдики, ҳар бир ўтган лаҳзада она юртимнинг қадрига

етмаганим учун пушаймон чека бошладим. 2016 йилда туғруқхонага бордим ва шахсимни тасдиқловчи ҳужжатим бўлмаганлиги сабабли болам учун ҳеч қандай гувоҳнома расмийлаштира олмадим. Йилга-йилга боламни туғруқхонадан ҳужжатсиз олиб чиқдим. Бир яхши инсон кўмағида ижара уй топиб, вақтинча уша ерда яшай бошладим. Энди бир ўзимни эмас, боламни ҳам едириб, кийинтиришни ўйлашни зарур эди. Ён-атрофдаги кафедра идиш ювувчи бўлиб ишладим. Боламга қараб туриши учун арзонроқ нархда бир кекса аёлни энгага қилиб ёлладим.

Мусофирчиликда

она бўлиб, ҳам юрт қадрини, ҳам онам қадрини билдим. Лекин икки йиллик уринишларим зое кетди. Ҳаттоки, консуллик хизмати вакиллари ҳам менга қайрилиб қарашмади. Бир куни Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитасининг делегацияси Санкт-Петербург шаҳрига келганлигини эшитиб қолдим. Барибир ўзимизнинг юртимиз одамлари бошқача-да... Улар мени диққат билан тинглашди. Ўзлари билан Ўзбекистонга олиб қайтишди.



Уйга борганимча ичларим қалтирар, тезроқ боламнинг ёнига боргим келар эди. Кунларнинг бирида ички ишлар органлари ходимлари уйма-уй юриб тегириш ўтказиб бошладим. Улар шахсимни тасдиқлайдиган ҳужжатим ва боламнинг гувоҳномаси йўқлиги боис чақалоғимни болалар уйига топ-



ширишди. Шунчалар ганғиб қолдимки, еру кўкка симамай қолдим. Нима қилиб бўлса ҳам фарзандимни болалар уйдан қайтариб олишга аҳд қилдим. Ахир кўз ўнгимдан болагинамнинг беғубор чехраси, қулиб турган кўзлари ва миттигина қўлчаларини силкитиб ётишлари кетмас эди. Мусофирчиликда она бўлиб, ҳам юрт қадрини, ҳам онам қадрини билдим. Лекин икки йиллик уринишларим зое кетди. Ҳаттоки, консуллик хизмати вакиллари ҳам менга қайрилиб қарашмади. Бир куни Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитасининг делегацияси Санкт-Петербург шаҳрига келганлигини эшитиб қолдим. Барибир ўзимизнинг юртимиз одамлари бошқача-да... Улар мени диққат билан тинглашди. Ўзлари билан Ўзбекистонга олиб қайтишди. Сўнгра Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси вакиллари Ташқи ишлар вазирлиги ва фаол депутатларни жалб қилган ҳолда менга ёрдам бериш чораларини кўришди. Натижада, жорий йилнинг 19 ноябрь кунига белгиланган судга керакли ҳужжатларни тақдим этдик. Бу ишда Санкт-Петербургдаги "Мадад" ННТЯси ҳам яқиндан ёрдам берди. Ниҳоят кўрилган суд ишида мен ғолиб чиқдим ва болаюшимни бағримга босдим.

ДАРАХТГА БОГЛАБ ЖАЗОЛАНГАН АЁЛ

– Мен Дилфуза Газибекова 1970 йилда Охангарон шаҳрида туғилганман, – дейди яна бир жарбдийда аёллардан бири. – Ору-ҳавасларимни оилам тинчлигидан устун қўйиб, мўмайгина даромад топиш мақсадида 2014 йилда Москва вилоятининг Норминск шаҳрига қараб йўл олдим. У ерда Сирожиддин Холиқов билан танишиб қолдим. У Сурхондарёнинг Денов туманидан экан. Сирожиддин бошида кўзимга жуда меҳрибон ва хушмуомала одам бўлиб кўринди. Чунки у менга уй-жой топишимда астойдил ёрдам берди. Бироқ орадан бир ой муддат ўтгач, ишлаб топган пулларимни ҳар хил бахоналар билан сўрай бошлади. Бир куни ундан олган пулларини қайтариб беришини айтганимда бирдан кутуриб кетди. Паспортиمنى олиб қўйиб, мени уйга қамаб қўйди. Тинимсиз йилгаверганимдан сўнг жазолаш учун яқин орадаги ўрмонга олиб бориб дарахтга боғлаб қўйди. У кетган пайтлари бирорта ҳайвон келиб менга ташланиб қолса-чи деб роса кўрқардим. Шу боис уйдан чиқмай жимгина ўтиришга ваъда бердим. Сирожиддин ишга кетган пайтлари бир йўлини қилиб қўшнилардан телефон топиб, Санкт-Петербург шаҳрига келган Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси делегацияси билан боғландим. Аллоҳга шўқрим,

улар менинг гапларимни эътиборсиз қолдиришмади. Сирожиддиннинг асирлигидан бутунлай озод бўлдим ва уни қилмишлари учун жазолашди. Қўмида вакиллари масъуллар билан музокара ўтказиб, ишлаган жойимдан маошларимни ҳам олиб беришди. 25 ноябрь куни бир олам ҳаяжон билан Она Ўзбекистоним томон йўл олдим. Қандай хурсанд эканлигимни сўз билан таърифлай олмайман.

ҲУҚУҚИЙ ҲИМОЯ КУЧАЙИШИ ЗАРУР

– Ташрифнинг иккинчи кунинда Санкт-Петербург шаҳрида меҳнат қилаётган фуқароларимизнинг яшаш ва иш шaroитлари билан яқиндан танишдик, – дейди Дилором Кўзиева. – Россия федерациясидаги энг йирик савдо ва бизнес марказлардан бирининг қурилишида иштирок этаётган 300 нафар ватандошларимиз билан самимий мулоқот бўлиб ўтди. Ватандошларимизнинг кундалик ҳаётларида учраётган катта-кичик муаммоларни ўрганиб, ечимини кутаётган масалаларга соҳа мутахассислари билан жавоб изладик. Ўз ўрнида бугун мамлакатимизда амалга оширилаётган ўзгаришлар, бу жараёнда иштирок этиш учун яратилаётган имкониятлар ҳақида батафсил маълумот бериб ўтилди. Таниқли шоир, ёзувчилар ҳамда санъаткорларнинг мустақил диеримизни кўз қорачиқидек асраш, туғилиб ўсган она юртамизга бўлишга чорлайдиган шеърлари, куй ва қўшиқларини ватандошларимиз олқишлар билан кутиб олишди.

Куннинг иккинчи ярмида икки ярим минг нафар ишчилар меҳнат қилаётган тинувчилик корхонасида бир гуруҳ ўзбек аёллари билан учрашиб, дилдан сўхбат олиб бордик. Муҳокамалар чоғида фабрикада яратилган шaroитлар, ижтимоий ҳимоя, ишчиларнинг фарзандлари тарбияси билан боғлиқ кескин саволлар ўртага ташланди. Ўз ўрнида Санкт-Петербург администрациясининг миллатлараро муносабатлар ҳамда миграция сиёсатини юритиш қўмитаси вакиллари билан фуқароларимизга муносабат меҳнат шaroитларини яратиш, ҳуқуқий ҳимоясини мустаҳкамлаш борасида аниқ вазифалар белгилаб олинди. Келгусида ҳамкорликда амалга оширилиши кўзда тутилган мақсадли режалар ишлаб чиқилди.

Навбатдаги кунда эса Ўзбекистон Республикаси консулликда Санкт-Петербургда ишлаётган ва муаммага дуч келган хотин-қизлар учун "Сайёр қабул" ташкил этилди.

Мухтасар ТОЖИМАТОВА
тайёрлади,
"Оила ва жамият" муҳбири.

ULARNING IMKONIYATI CHEKLANMAGAN

Кўпчилик инсонлар муваффақият калити деб, яратилган ша-роит ва кенг имкониятларни назарда тутати. Бироқ ора-мизда шундай тенгдошлари-миз борки, уларнинг эриша-ётган натижаларини кўриб, юқоридаги «кўпчилик»нинг ҳам фикри хато экани-га гувоҳ бўламиз. Улар шубҳасиз, имконияти че-кланган бўлишига қарамай, чекиниш нималигини бил-майдиган, тинимсиз ҳаракат ва меҳнат қиладиган, сабру бардошни ҳаётдаги асосий мазмунига айлантирган қаноатлилардир. Уларнинг чақноқ кўзларига, айтадиган маъноли сўзларига қараб туриб, ҳақиқий соғлом маънавиятли, тақдир синовла-рига чидамли инсон қандай бўлиши лозимлигини ан-глаймиз.

КАРОМАТНИНГ КАРОМАТИ

Кундан кун-га чирой очиб бораётган Сир-дарё вилоятининг ҳар бир туманида истеъдодли ўғил-қизлар талай-гина. Уларнинг орасида эса ховослик Каро-матнинг каро-матиға ҳамма ҳайрон қолади. Тиришқоқ қизнинг чизган суратлари-ни кўздан кечирган инсон борки, гўё табиат билан суҳбат кургандай, ижод-корнинг қалбидаги бегуборлик тасвир-ларда намоён бўлганига ишонгандай, бу ишончдан, албатта, қувонгандай бўлади. Ховос тумани «Фарход» маҳалласида яшайдиган Жўлбековлар оиласида тўрт қиз аҳилликда камолга етмоқда. Ана шу қизларнинг учинчиси ҳисобланган қаҳрамонимиз Каромат Аҳмадулова 5-сонли мактабнинг фидойи ўқитувчилари томонидан уйда таълим олади. Унинг каромати эса, оёқлари билан расм чизишида. Йўқ, қадри муштарий, хато ўқимадигиз. Биз ҳам янгилиб ёзмадик...



ЯШИРИН ТЎКИЛГАН КЎЗ ЁШ-ЛАР НАТИЖАСИ

Каромат тенгдошлари қатори мак-табда таълим олмаси-да, улардан кам натижаларга эришаётгани йўқ. Ҳатто, турли танловларда ғолиблик борасида мактабдошларидан ўзиб ҳам кетган. Кейинроқ билишимизча, буларнинг барчасига асл сабабчи инсон 67 ёшни қаршилаган меҳрибон бувижониси Рўза хола экан. Яратганининг иродаси билан, шундай тугилган набирасини тасвирий санъатга қизиқиши борлигини англаган онахон Кароматга олти ёшлигида илк бор қоғоз ва қалам олиб келган. Яхшиси, бувижоннинг фикрларига қулоқ осгани-миз маъқул. «Бу набирамни ҳаммадан бошқача кўраман. Аллоҳ яхши кўрган бандасига дард беради. Ана шу дард билан синаб кўради. Кароматим-нинг кўллари бўлмаси ҳам, оёқдаги

aslida bizning vijdonimiz "cheklangan"



бармоқларида кўли бор-лардан кўра яхшироқ расм чизади. Дастлаб тас-вирий санъатга кира бош-лаганида чизиш жараёни-даги қийинчиликларини кўриб, чизган расмлари ўхшамаса набирамнинг йиғлаганларини кузатиб, хато қилдимман, деб ўйлаиб қолардим. Ўша пайтларда ота-онаси бил-лан бирга далда бўлишга ҳаракат қилардик. Унинг сиқилганини кўриб, ўзим пана-паналарда йиғлаб ҳам олардим. Лекин, минг шукри, набирам ишон-чимизни оқлади. Рес-публикада ёш ижодкор-лар ўртасида ўтказилган расмлар танловида ол-тин медаль олди. Пана-ларга тўкилган ёшларим, гавҳарлар бўлиб қайтди».

ФИЛОЛОГМИ, РАССОММИ?

Қаҳрамонимизнинг натижа-лари ҳавас қилса арзиғулик. Фанларнинг деярли барчаси-дан аъло баҳоларга ўқийди. Айниқса, рус тили ва она тили фанига бўлган қизиқишини ку-затган киши Кароматни филолог бўлади, деб ўйлаб қолади-ю, унинг гапларини эшитгандан кейин адашганига амин бўлади. Сабаби, у келажақдан битта мақсадни кўзлаган. Бу ҳам бўлса, Ўзбекистоннинг энг яхши рассоми бўлиш ва мамлақати-миз номидан халқроқ танлов-ларда ғолиблик шоҳуспасини эгаллашдир. Мана улкан ре-жалар ва мақсадлар. Бу режа-ларга замин бўлуви натижалар ҳам қайд этилган. Эътиборли-си шуки, Каромат шу кунгача кўллаб танловларда қатнашди. Жумладан, 2019 йил «Маф-тункор ранглар олами» танло-вининг Республика босқичида биринчи ўринни кўлга киритди.

ЭНГ КУЧЛИ ҚИЗ РАҲМАТИНИ КИМГА АЙТАДИ?

«Ўнг оёғимда расм чиза-ман. Меҳрибон энажоним доим чизганларим билан қизиқади.

“
Каромат тенгдош-лари қатори мактаб-да таълим олмаси-да, улардан кам натижаларга эриша-ётгани йўқ. Ҳатто, турли танловларда ғолиблик борасида мактабдошларидан ўзиб ҳам кетган. Кейинроқ билиши-мизча, буларнинг барчасига асл са-бабчи инсон 67 ёшни қаршилаган меҳрибон бувижони-си Рўза хола экан.

Яқинда 2 ноябрь куни Тошкентга ҳам энам бил-лан бордим. Айтганча, бизнинг кишлоқда буви-ни эна дейди-да, мухбир ака. Буви десам, ғалати бўляпти, эна дея қолай (ку-либ айтди). Тошкентда би-ринчи ўринни олдим. Жуда кўп совғалар беришди. Уйга катта телевизор, печ, расм чизадиган доска, бир миллион пул мукофоти, олтин медаль ва диплом билан қайтдим. Оддий ишчи отажоним ҳам, уй бе-каси онажоним ҳам жуда хурсанд бўлишди. Очиғи, шунча совгани уйга олиб келганимизда ҳамма ҳавас қилиб қаради. Айниқса, бувимнинг маҳаллага ки-

ришини кўрсангиз эди, фахрланганлари юзларидан билиниб турарди. Албатта, совға муҳим эмас. Муҳими эътибор, ғамхўрлик ва ҳурмат. Мен ҳамиша эътиборли бўлишни ва эътиборда бўлишни истайман. Чизган расмларим инсонларга қувонч бағишласа дейман. Мана шунинг ўзи мен учун катта ютуқ. Энг катта раҳматимни мактабимизнинг ёшлар иттифоқи етакчиси Шохруҳ акага айтаман. Танловлар ҳақида доим улар хабар беради. Менинг истеъдодимга энам туртки бўлган бўлса, Шохруҳ ака фикрларим ўсишига сабабчи бўлган. Мен энг кучли қизман ва соғломман. Ҳеч қачон имкониятим чекланган деб айтмайман. Чунки, имкониятларим чекланган эмас. Ахир, қаловини топса, қор ҳам ёнади-ку!»

ШУҚР ҚИЛИБ

Кароматнинг устозлари уни доим мақташади. «Дарса чанқоқ, эшитганини дарҳол ўқиб оладиган», деган таърифларга лойиқ қаҳрамонимиз 2017-2018 йиллар орасида бироз сустлашиб қолди. Расмлар чизди-ю, бирорта ҳам танловда қатнашмади. Бунга сабаб эса чизганларидан кўнгли тўлмаслиги ва ижоднинг эътироф этилмаслиги бўлди. 2018 йил Шохруҳ исми йигит мактабга ёшлар етакчиси бўлиб келди-ю, Кароматнинг ишлари юришиб кетди. Айниқса, Ўзбекистон ёшлар иттифоқи туман Кенгаши раиси Ортиқ ака Ғафуров, туман «Камалак» бо-лалар ташкилоти раиси Муҳаммадқул ака Усмоновлар томонидан унинг барча тadbирларга жалб қилиши ўзига бўлган ишончни янада оширди. Бундан руҳланган Кароматимиз шеърлар ҳам ёза бошлади.

ЭНГ ЗҮРИ БЎЛАДИ

Газетамизнинг қаҳрамони, нафақат газета балки, бутун Сирдарё ёшларининг қаҳрамониға айланган Каро-мат Аҳмадуловадан ширини сўраганимизда: «Фақат олға бориш, ҳеч қачон чекинмаслик ва таслим бўлмаслик», дея жавоб берди. Дарҳақиқат, таслим бўлиш инсониятга ярашмайди. Кучимиз, им-конимиз борица ҳаракатда бўлишимиз эса иродаимиз-нинг қай даражада экан-лигидан далолат беради. Келажақда дизайнерлик соҳасида таълим олиш-ни ҳам кўзлаб кўйган қиз балки расом бўлар, бал-ки шоир, балки дизайнер бўлар. Лекин қай бирини танласа ҳам у энг зўри бўлади. Мен бунга ишо-наман. Ишонч эса нури манзиллар сари етаклай-ди. Шу мақолани ёзишга тушдим-у, соғ бўлиб ўзини носоғлом кўрсатадиган, шукр қилишни билмай-диган, меҳнат қилишни ёқтирмайдиган баъзи ким-салардан нафратланиб кет-дим. Балки, биз ҳам секин ҳаракат қилаётгандирмиз... Нима бўлган тақдирда ҳам, Кароматга ўхшаган тенг-дошларимизнинг имкони-яти чекланмаган. Аслида бизнинг виждонимиз «че-кланган»...



Ёрқинжон
ҲАЙИТБОВ,
Сирдарё вилояти

O'ZBEKISTONDA BIOETIKA SOHASIGA ASOS SOLGAN O'ZBEK AYOLI



Биоэтика – беморларнинг ҳақ-ҳуқуқларини ҳимоя қилади. Малика Абдуллаҳужаева Рационализатор сифатида Ўзбекистонда биринчилардан бўлиб шу соҳага асос солган эди.

Ўзбек аёлининг инсониятга қилган шундай умрбоқий хизматлари ва бугунга қадар нафи тегиб келаётган илмий ишлари кўп бора эътироф этишга арзийди.

У Ўзбекистон Қахрамони, Ўзбекистон Республикаси Фанлар Академияси академиги, Халқаро Патология Академиясининг Марказий Осиё бўлими Президенти, Ўзбекистон Республикасида хизмат кўрсатган фан арбоби, тиббиёт фанлари доктори, профессор, республика Патологик анатомия маркази директори, XX асрнинг энг кўзга кўринган 500 нафар олимларидан бири, "Меҳнат шухрати" ордени соҳибасидир.

Малика Абдуллаҳужаева йирик патологоанатом сифатида Ўзбекистон ва МДХ мамлакатларида трансплантацион иммунологияни ривожлантириш орқали иммунологик патология раўнақига катта ҳисса қўшди.

Натижада Тошкентда шу йўналишдаги илмий-амалий ишларни олиб борадиган Республика патологик маркази ташкил этилди.

Патологик анатомия маркази қурилишига шахсан ўзи бош-қош бўлди. МДХ давлатларида биринчи марта микроскопик телепатологиянинг телемедицинаси ташкил этилиб, биопсия бўйича Европанинг барча мамлакатларидаги шифокорлар билан консультация олиб бориш ва барча тиббиёт институтлари талабаларини дистанцион ўқитиш имкони туғилди.

Жаҳон Соғлиқни сақлаш ташкилоти эксперти сифатида дунёнинг жуда кўп мамлакатларида ўтган Халқаро конференцияларда ўнлаб маърузалари билан иштирок этган ўзбек олимасига

АҚШнинг Калифорния штатида Фресно шаҳри фахрий фуқароси мақоми берилган.

У аввало ўз юртининг, истараси иссиқ жондан азиз ватандошларининг фахри эди...

Соғлиқни сақлаш амалиётига жаҳон стандартлари асосидаги замонавий усулларни жорий этиш, энг аввало, инсонлар ҳақида қайғуриш дегани.

Республика патологик анатомия маркази илк тамал тоши қўйилган кундан ҳозирги давргача бўлган қизгин илмий амалий фаолияти давомида худди шу тенденцияга қатъий амал қилиб келади. Бунинг биринчи сабаби, орамизда одамларга сидқидилдан хизмат қилиш, инсон ҳақида қайғуришни ўз виждони амрига айлантира олган фидойиларнинг борлигида.

– Ёшим олтмишдан ошди... ҳаётда кўп инсонларни кўрдим. Илмининг машаққатли йўлларида неча бор

нинг савол-жавоблари, гапларининг мазмунини тўлиқ тушунмасам-да, онамининг уларга ўта меҳрибонлигини ҳис этиб турардим. Балоғат ёшига етганимдан сўнг онамининг сирдоши ва масладошига айландим. Мени ҳамиша унинг меҳри дарёлиги ҳайратга соларди. Кафедрада, ишда, яқин қариндошлар орасида у ҳамиша масъулиятни ўз зиммасига оларди. Қўлидан келадиган иш бўлса, бировнинг ҳолатини чиқариб ёрдам беришни ўз бурчи ҳисобларди.

– Мен меҳнат таътилига чиқишга кўрқардим, нега, биласизми, яна суҳбатимизга қўшилади Исроил Умиров – Сабаби, дам олган пайтимда устозим Малика опа менга нотаниш бўлган илмий терминларда гапира бошласа, ҳеч нарсага тушунмагман, дейишдан уялардим. У доим ўз илмини ошириб боргани учун ҳам дунёдаги етакчи клиника олимлари билан уларнинг тилида бемалол баҳсга кириша оларди. Замонавий патологик анатомия



йиқилиб, неча бор қайта турдим. Мен билган инсонлар орасида онамдек меҳрим тушган УСТОЗИМ Малика Абдуллаҳужаеванингни ўрни бўлакча эди. Бу инсон билан учрашувимизни тақдирнинг менга ато этган муқофоти деб биламан. 40 йил унинг илмидан сабоқ олдим, 40 йил у кўрсатган йўлдан юрдим, 40 йил унинг одамларга қилган яхшиликларидан сабоқ чиқардим, – Тошкент тиббиёт Академияси доценти Исроил Умиров.

Дилором АБДУЛЛАХУЖАЕВА, олиманинги қизи: – Мен ақлимни танибманки, уйимиз талабалар билан гавжум бўлган. Онам кеч соат олтида ишдан қайтиб уйга кирсалар, орадан бир соат ўтиб, 7 да шогирдлар кириб келишарди. Ушанда саккиз ёшда эдим. Мен улар

нинг дунё миқёсида қандай тараққий топишини ҳар бир маърузасида чуқур илмий салоҳият, пухта билим, замонавий илмий қарашлар билан исботлаб беради. Хорижий мамлакатларда ўтказилган ўнлаб-юзлаб халқаро анжуманларда соф инглиз тилида патологик анатомия ва тиббиётнинг долзарб муаммоларига бағишланган илмий маърузалари билан иштирок этиб, илм аҳлини, хорижлик ҳамкасбларини ҳайратга солганига гувоҳ бўлганман.

Устозимнинг шарафли номи дунё олимлари орасида ҳалигача катта ифтихор билан тилга олинади. АҚШ, Швейцария, Болгария, Венгрия, Италия, Бельгия, Югославия давлатларида чоп этилган илмий мақола ва рисолалари эса хорижий тиббиёт муассасаларида

ТИББИЁТИМИЗ РАВНАҚИГА УЛКАН ҲИССА ҚўШГАН ОЛИМА МАЛИКА АБДУЛЛАХУЖАЕВанинги ФАОЛИЯТ Йўлидаги ЮТУҚЛАРИ:

+ Хотин-қиз талабалар орасида биринчилардан бўлиб Давлат стипендияси соҳибига бўлган.

+ Патологик анатомия фани бўйича биринчи фан доктори, профессор.

+ Муस्ताқил Давлатлар Ҳамдўстлиги мамлакатларидан чиққан энг биринчи ва яққо ягона Жаҳон Соғлиқни сақлаш ташкилоти (ВОЗ) илмий маслаҳатчиси, эксперти ва муваққат маслаҳатчиси.

+ Халқаро Патология Академияси Марказий Осиё бўлимининг биринчи президенти.

+ Республика Патологик анатомия маркази ташкилотчиси, биринчи директори.

+ Америкадаги Халқаро Биография институту томонидан XX асрнинг энг буюк 500 алломаси сафига киритилган биринчи ўзбек олимаси.

+ Кембридж илмий маркази мутахассислари томонидан 1998 йилнинг энг салоҳиятли аёли унвонига сазовор бўлган биринчи ўзбек аёли.

+ 1998 йил бўйича Халқаро Биография институту чоп этган халқаро интеллектларнинг "Ким аслида ким?" китобининг 13-босмасига таржимаи холи киритилган ва фандаги ҳамда ижтимоий ҳаётдаги алоҳида ютуқлари учун олтин медаль билан тақдирланган биринчи ўзбек аёли.

+ Малика Абдуллаҳужаева 15 та монография, 250 дан ортққ илмий мақола, 15 та тематик тўплам, 7 та муаллифлик гувоҳномаси, тиббиёт тарихига бағишланган 2 та дарслик ва врачлар учун мўлжалланган битта қўлланма яратган. 1997 йилда тиббиёт институтларининг 3-курс талабалари учун илк маротаба 2 жилдлик "Одам патологиясининг асослари" дарслигини ўзбек ва рус тилларида чоп эттирган.

ишончли манба сифатида фойдаланиб келинмоқда.

Таниқли олима, самимий устоз Малика Абдуллаҳужаева 2018 йилнинг 26 июнида Тошкент шаҳрида 86 ёшида вафот этган.

Гулчехра МИРЗАЕВА,
журналист
ЎЗА

SAYLOVLARDAGI YANGI TARTIB-QOIDALAR

Маълумки, сайловлар кишилик жамиятининг бир неча асрлик тарихий ривожланиши маҳсули бўлиб, давлат ва жамиятнинг тақомиллашган моделларини шакллантириш мақсадида пайдо бўлган институтдир. Бугунги кунга келиб, жаҳондаги деярли барча мамлакатларда давлат ҳокимияти ва ўзини ўзи бошқариш органларини шакллантириш билан боғлиқ бўлган демократик сайловлар сиёсий тизимнинг ажралмас таркибий қисмига айланиб бўлди.

Замонавий дунёда сайловлар тобора оммавийлашиб, дунё мамлакатларида уларнинг сони йилдан-йилга ошиб бораётгани кузатилади. Биргина 2018 йилда 40 дан ортққ мамлакатларда 60 га яқин сайлов кампанияси ўтказилганлиги фикримизнинг далилидир.

Сайловларнинг тобора оммавийлашиб бораётганини халқаро экспертлар ҳам қайд этадилар.

Жумладан, Сайлов тизимлари бўйича халқаро жамғарма тадқиқотчилари ўтказган махсус тадқиқотга кўра, агар 1950 йилларда дунё мамлакатларида олий даражадаги ҳокимият органларига 200 га яқин сайлов ўтказилган бўлса, 1990 йилларда уларнинг сони 600 тани, 2010 йилларда эса ўртача 800 тани ташкил этди.

Ўзбекистон Республикасида ҳам сайловлар сиёсий тизимнинг муҳим таркибий қисми ҳисобланади. Муस्ताқиллик йилларида мамлакатимизда демократик сайловлар ўтказиш, том маънода, муҳим ижтимоий-сиёсий анъананага айланди. Мамлакатимизда амалга оширилаётган кенг қамровли ислохотларнинг муваффақиятли кечиши, улуғвор мақсадимиз бўлган ҳуқуқий демократик давлат қурилиши, жамиятда қонун устуворлигини таъминлашда халқимизнинг ҳуқуқий маданиятини юксалтириш муҳим аҳамият касб этади.

Шундай экан, декабрь ойининг 22 санасида бўлиб ўтadиган Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси

Қонунчилик палатасига, халқ депутатлари вилоят, туман ва шаҳар кенгашларига навбатдаги сайловлардан аҳолининг хабардорлик даражаси қониқарлими, деган савол тугилади. Айниқса, Президентимиз томонидан имзоланган Сайлов кодексига киритилган ҳуқуқий норма ва янгиликлардан хабардорлигимиз?

Аввало, янги Сайлов кодекси миллий қадриятларимиз ва давлатчилик тарихимиз асосида, фуқароларнинг сиёсий ҳуқуқ, эркинлиги ва манфаатларини таъминлаш ҳамда халқаро ҳуқуқнинг умумэтироф этилган тамойиллари ва ривожланган хорижий давлатларнинг илғор тажрибаларини инобатга олган ҳолда қабул қилинди. Ушбу кодекс билан сайлов тартибида бир қатор янги тартиблар жорий қилинди.

Маҳаллий Кенгашга ўтказилган сайлов аяқуларни тўғрисидаги қарор тегишли сайлов комиссияси томонидан сайловдан кейин 10 кундан кечиктирмай қабул қилинади ва матбуотда эълон қилинади. Шунингдек, оммавий ахборот воситаларида ҳаммага маълум қилинади.

Жўрабек ОДИЛОВ,
Миробод тумани ИИО ФМБ терговчиси,
капитан.

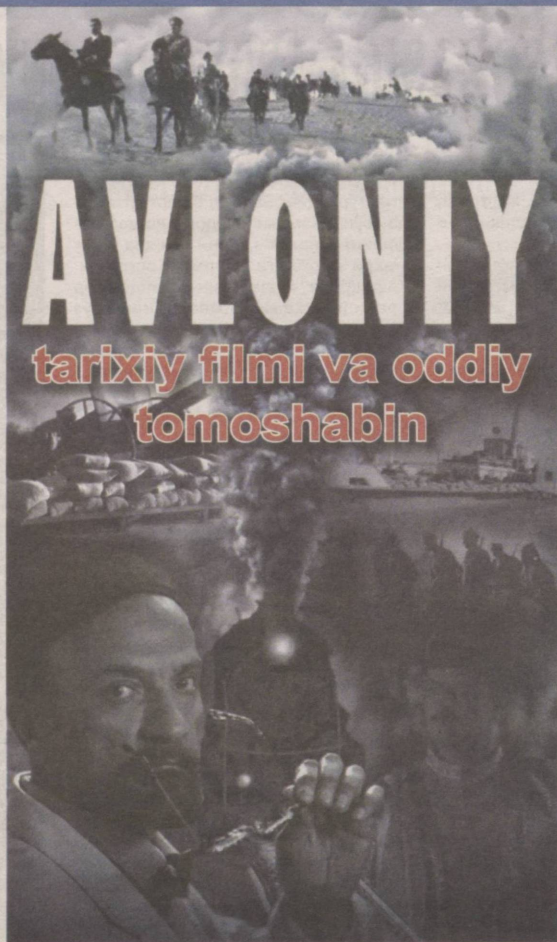
Яқинда “Авлоний” кино картинасининг тақдироти ва премьераси бўлиб ўтди. Бу фильм кўпчилиқда яхши таассурот қолдирди. Ҳар ҳолда томошабинларнинг залда охиригача ўтирганидан билса бўлади. Кинонинг муваффақияти унинг ижтимоий юки борлиги, маиший эмаслиги. Фильм ғояси – ўзбек маърифатпарвари Абдулла Авлонийнинг 1919 йлда Афғонистонга қилган дипломатик сафари ҳақида ҳикоя қилинган. Яъни Авлонийнинг турли оқимлар, сиёсий тузумлар ўртасидаги курашлар жараёнида миллатнинг келажаги учун қилган ҳаракатлари фильм асосини ташкил қилган.

Картина икки рангда

Ҳа, мен кинода икки рангни кўрдим: Иссиқ ва совуқ ранглар. Иссиқ – Ёрқин кийимлар, ёрқин гримм, ёрқин қон

Совуқ – Кулранг ҳаёт, қашшоқлик, жуда абгор кўчалар, уйлар. Иккала ранг уйғунлашмагандек менинг назаримда.

Ижодий гуруҳ маъсулият билан ишлагани кўриниб турибди. Декорациялар масаласига келсак поезд, пароходлар махсус курилганлиги билиниб қолган. Табиий уйғунлик даярли сезилмайди. Либослардаги ҳеч бир деталь эътибордан четда қолмаган. Лекин жуда хароба уйлар, жуда хароба муҳит, қашшоқ одамлар, барчасининг эғнида эса жуда янги чопон, ҳозиргина сандиқдан олинганми ёки чевар тикиб эғнига илгани аққол сезилиб қолган. Бу бор бўлган ҳаёт, бу бизнинг ўтмишимиз, ўтмишни жонлантириш учун сохталикдан воз кечиш керак. Шу ўринда, чет элнинг “Ярость” – “Қаҳр” киносидаги бош қаҳрамоннинг урушдаги абгор ҳолатини, инсон ҳатто ўзининг ташқи қиёфасига



AVLONIY tarixiy filmi va oddiy tomoshabin

қарай олмай қоладиган ҳолатни томошабин тасаввурга келтириши учун бир ой ювинмай юрганию соқолигача табиий ўстирганини айтиб ўтиш кифоя. Автомат ушлаган аскарнинг ҳатто кўллари, тирноқларининг атрофи қора мойга белангани ҳам шунчаки лой чалланиб қора мойга ботирилганми ёки ростдан ҳам ҳақиқий урушдагидек кирми синчков томошабиннинг эътиборидан четда қолмаслигини унутмаслик керак. Ростдан ҳам киноларда, тарихий фильмларда миллий кийимни кўришни истаймиз, аммо табиий охори тўқилганини. Тиланчи бола ва унинг онаси мезърдан чиқар

даражада гримм қилинган. Тушунаман, бу ҳаракатлар кўпроқ томошабиннинг раҳмини келтириш учун. Аммо мезърдан чиқар даражада қаҳрамоннинг абгорлаштирилиши томошабин ҳаёлида ҳақиқий тиланчи қиёфасини эмас, балки тиланчи родини кўпроқ жонлантиради. Қон ҳам жуда ёрқин рангда, биринчи ўринда қонни эмас қизил бўёқни кўрасиз, этингиз унчалик ҳам жунжикмайди. Ҳаммани ўзига сеҳрлаб олган турк сериали яратилиши тарихи ҳақида либосчилардан бири шундай дейди: “Биз ҳатто кийимни қаҳрамоннинг кайфиятига, фаслга боғлаб тикдик. Бошдан тортиб оёқ кийимга-

ча уйғунлашишни назардан четда қолдирмадик. Қайғули саҳналар кўйиладиган куни барчага шундай либос кийдирдик. Қаҳрамонларимизнинг иши юришган, кайфияти яхши куни шунга мос кийим танладик. Либос билан кайфият, либос билан жой, характер уйғунлиги биз учун биринчи ўринда эди.”

Кинода янги қиёфалар

Очиқ гап – кинога борган ва уни томоша қилган одам кетган вақтига сира афсусланмайди. Янги жараён, интилишни кўриш мумкин. Яна бир муҳим қадам – янги қиёфалар. Буларкан-ку. Ҳар ҳолда маиший киноларимизда олифталик қилиб, қўли чўнтагидан чиқмайдиган образларни тарихий картинада бирдангина кўриб қолсак ишонарсизроқ чиқишини англаб етганимиз ҳам катта гап.

Ватанпарварлик ҳиссини уйғотади

Фильмда бирон марта Ватан ёки юртим деган гапни эшитмадим, аммо ҳис қилдим – замони, муҳитни, тарихни, ўтмишни ва ватан қадрини. Бу кинонинг яна бир ютуғи ҳис қилдира олиш – юрагингда юртга дахлдорлик ҳиссини уйғота олиш. Хорижнинг “Союзники” – “Иттифоқчилар” киносидагидек мукамалликка ҳали анча бор. Сценарий яна пиштилиши ва ўша давр яхшироқ ўрганилиши керак эди менимча. Тоҳир Малиқнинг “Қалдирғоч” қиссаси асосида ёзилган сценарий бу кинони бадиий жиҳатдан бойитишга камлик қилади. Чунки аввал жадидчи бўлиб кейин Шўролар ҳукуматидаги хизмат қилиш сабаблари унчалик ҳам очиб берилмаган. Аммо Афғонга сафар баробарида унинг ўша ҳукуматга нисбатан пайдо бўлган қарши фикрлари, уч марта гувоҳи бўлган хиёнат ва сотқинлик лавҳалари орқали яхши кўрсатиб берилган.

Авлонийнинг фаолияти кам, аммо...

Кинода Авлонийнинг қиёфаси, характери бор, лекин фаолияти кам. Мен икки марта мактаб ва отхонадаги

сухбат лавҳасида Авлонийни кўрдим. Яна... яна орадан бир аср ўтганига қарамай ҳалиям баъзи бир масалаларда силжмаганимизни англадим – Авлоний аскар болага шундай деди: “Бир дона буғдойни америкаликлар биздан олиб, гектарлаб ҳосил олади, пахтаимизни арзонга олиб кийим бошни бизга қимматга сотади. Ўзимизда чиқадиган нон учун, ўз ҳамюртимизни ўлдирिशга ҳам тайёрмиз”. Бугун ҳам ўз ақтуаллигини йўқотмаган фикрларни кўпроқ мана шундай кинода айтиб-айтиб олиши керак эди. Токи “Шум бола” киносидагидек хитга айланган “Иннанкейинчи”, “Суюнчи” киносидагидек “Уф, чой, чой, дейишаверади намунча” каби иборалар. Жиддий, тарихий киномизда ҳам эл орасида хитга айланадиган иқтибослар кўпайса. Масалан Абдулла Авлонийнинг: “Тарбия биз учун ё ҳаёт - ё мамот, ё нажот - ё ҳалокат, ё саодат - ё фалокат масаласидир” деган чуқур маъноли сўзлари каби...

Валентина Николаевна жуда пассив образ. Мен унда ҳақиқий рус аёлининг қиёфасини даярли кўрмадим. Унда шунчаки енгилтак аёл образини кўрдим.

“Авлоний” киноси бизнинг маиший сериалларимизу муҳаббатсиз олинган муҳаббат ҳақидаги киноларимиздан анча муваффақиятли чиққан кино. Авлонийга, у яшаган замонга, унинг элпарварлигию миллатпарварлигига кўнглимда ҳамоханлик сездим. Очиги тирик Авлонийнинг қиёфасини кўргандек бўлдим. Хотиралар, тарих, ўтмиш жонланди. Тарих қайта тирилгандек бўлди. Авлонийдек аждодларимиз билан фахр ҳиссини туйдим, маҳрим товланди, жадидлар ҳақида кўпроқ маълумот олиш истаги пайдо бўлди. Уларнинг келажақ, озод юрт орзуларини амалга оширишга ҳисса қўшиш иштиёқи кучайгандек бўлди. Асп кинонинг ютуғи шу эмасми?

Барно СУЛТОНОВА,
журналист.

VUPPERTALDAGI OSMA TRAMVAY YO'LI

Вупперталь осма трамвай йўли 1901 йилда Германиянинг Вупперталь шаҳрида очилган. У дунёдаги энг қадимий монорельсли йўл ҳисобланиб, айна пайтгача амалда. Қизиғи шундаки, дунёдаги бошқа жойларда жамоат транспорти сифатида нусха кўчирилмаган. Бу дунёдаги энг биринчи ва ягона монорельсли трамвай йўли ҳисобланади.

XIX асрнинг охирида Вупперталь санаотлаштиришнинг энг юқори чўққисига чиқди. Аҳоли сони 400 000 кишига етди ва бундан кейин ҳам ўса бошлади. Вупперталь ҳатто санаотлаштириш даври бошланишидан олдин ҳам каттароқ даражада яхши ишлайдиган шаҳар эди. Бу ерда йўллар экипаж ва пиедалар учун мўлжалланган бўлиб, трамвай йўллари эътизиш учун жой йўқ эди. Ер жуда ҳам тошли ва ер ости суви яқинлиги сабаб ер ости метро қурилиши ҳам режадан олиб ташланди. Немис муҳандислари трамвай йўлини юқоридан ўтказишга қарор қилишди.

Вупперталь йўлининг қурилиши

1898 йилда бошланди ва шу йили биринчи синов ўтказилди. 1900 йилда монорельсда саёҳат қилган биринчи расмий меҳмон Кайзер Вильгельм II бўлди. 1901 йилга келиб эса трамвай жамоатчиликка топширилди. Трамвай линияси Вуппертальнинг энг машҳур, диққатга сазовор жойларидан бирига айланди. Ва юз йилдан кейин ҳам шаҳар бўйлаб ҳаракатланишнинг энг осон ва тезкор воситаси бўлиб қолди.

Трамвай йўлининг умумий узунлиги 13,3 км.га чўзилган бўлиб асосий қисми 12 метр баландликда Ваппер дерёси устидан ўтади. Фақат уч километрлик қисми 8 метр баландликда шаҳар кўчалари бўйлаб ҳаракатланади ва бу “қуруқлик йўналиши”, деб аталади. Иккинчи жаҳон уруши пайтида жиддий ҳалокатлардан сақлаб қолинишига дарё устида жойлашганлиги сабаб бўлди.

Монорельс то биринчи ҳалокатли воқеа содир бўлгунга қадар 98 йил давомида хизмат қилди ва дунёдаги энг хавфсиз жамоат транспортига айланди. Ягона бахтсиз ҳодиса 1999 йилда содир

бўлди. Бу пайтда поезд рельслардан чиқиб дарёга кулаб тушди. Оқибатда 5 киши ҳалок бўлди ва 49 киши жароҳатланди.

Яна бир ғалати воқеа 1950 йилда Швебабан цирки рекламасини суратга олиш учун Туффи лақабли филга трамвайга чиқишга рухсат берилганда содир бўлган эди. Шубҳасиз, фил бу саёҳатни ёқтирмади, чунки у платформа бўйлаб тартибсиз югура бошлади ва тез орада дарёга тушиб кетди. Туффи яраланган эди, аммо омон қолди. Бу воқеа Вуппертальнинг машҳур воқеаларидан бирига айланди.

Айна пайтда осма трамвай кунига 82 000 йўловчига хизмат қилади. 1997 йилдан бошлаб бутун тизим сезиларли даражада модернизация қилинди ва такомиллаштирилди. Аммо сайёҳлар учун ҳали ҳам 1900 йил 24 октябрь куни император Кайзер Вильгельм II га хизмат қилган Кайзерваген поездидан фойдаланилади.

Мадина АЛЛАБЕРГАНОВА
тайёрлади.



Surayyo Mansurova:

YASHAMOQ ASLIDA KATTA MUKOFOT

Хаёт ҳақиқатларини англаш, йўлимиздаги тўсиқларни енгиш учун кўнглимизда кўплаб саволлар пайдо бўлади. Бу саволларга жавоб топган инсон эса чинакам бахтлидир. Чунки у ўзи юрадиган йўлакдаги изларини йўқотмайди. Саҳифамиз қахрамони "Oilaviy" телеканалда эфирга узатилган "Хаёт ва хаёл" кўрсатуви орқали суҳбатдошини жумбоқли саволлари билан ўйлантриб қўядиган журналист Сурайё МАНСУРОВА. Сурайёнинг дил дафтари ни арақлар эканми, унда чинакам оналик бахти ва аёллик ғурурини кўргандек бўлдик.

– Баъзи бир оналар ўзим киймай болаларимга кийдирдим, емай едирдим. Оқибатда улардан кўрганим бемехрлик бўлди деб нолиб қолишди. Сизнингча, ўзбек оналарнинг ҳам ўзлари учун яшайдиган даври келмадимикан?

– Табиатнинг мевасиз дарахтларига эътибор берганмисиз? Улар барвақт, умр кўрмасдан кесилиши мумкин... Нима учун? Қаердадир олов бўлиб ёниш учун ёки уй-жой жиҳозларига майда-чуйда бўлак бўлиш учун.

Мевали дарахтларнинг бошига камдан-кам ҳолларда бу қисмат тушади. Негаки, унинг меваларидан баҳра олишади. Ва у узоқ яшайди. Яшамок эса аслида мукофот. Бу билан нима демоқчиман. Фарзандсиз аёл – умри қисқа мевасиз дарахт. Яратган бундай бахтсизликни ҳеч бир аёлнинг тақдирига битмаслигини жудаям истардим. Бундай мўъжиза баъзи бир аёлларнинг тақдирда бўлмаганидан минг бор узр сўраган ҳолда шуни айтмоқчиманки, фарзандсиз аёл ҳеч ким эмас... Мен буни 35 ёшимда она бўлганимдан кейин тушундим. Ҳа, мен Она бўлганимдан кейин яшашни бошладим.

"Баъзи оналар ўзим киймай болаларимга кийдирдим, емай едирдим. Оқибатда улардан кўрганим бемехрлик бўлди деб нолиб қолишди"... Узр-у, бу-яхши онанинг гапи эмас. Бу – ёмон Онанинг фарзандига берган ёмон тарбиясининг натижаси. Истасак, истамасак бу – ҳақиқат.

Биламиз, тан оламиз, баъзида йўқ, фарзанд асосий тарбияни онадан олади. Она фарзандига тўғри йўлни кўрсатиши учун эса у дунё ва диний илмлардан хабари бўлиши керак. Нафақат ўзбек оналари, балки яхши оналар ҳеч қачон ўзлари учун яшамайди. Бу мумкин эмас.

– Хорижлик ота-оналарнинг фарзанд тарбиясидаги тутумлари, оилавий масалаларда кўпроқ қайси жиҳатларга эътибор беришлари сизда қизиқиш уйғотади?

– Хорижлик ота-оналарнинг фарзанд тарбиясидаги тутумларидан тўғриси, унчалик хабарим йўқ, балки хабардор бўлишни ҳам истамасман...



Улар қандай тарбиялаётган бўлса, бу уларнинг миллатига, динига, яшаётган замон маконига, яъни ўзларининг ҳақиқатига мос тарбиялаётгандир. Лекин бизнинг, менинг фарзандларим мусулмон фарзанди қандай тарбияланиши керак бўлса, худо хоҳласа, худди шундай тарбияланади.

– Нима учун инсонда виждон хиссидан кўра манфаат туйғуси кучли бўлади?

– Чунки инсонда нафс бор. Назари очлик бор... Назари оч инсоннинг эса нафси ёмон бўлади. Инсон назарини тўқ қилса, яъни меъерини билса ўшанда манфаат бироз орқага чекинади.

Инсон назарини нима тўқ қилади ва у қачон меъерини билади? Яна ўша ота-онанинг тўғри тарбияси ва ўқилиши шарт бўлган китоблар.

– У з и н и г машхурлигидан уялаган одамлар. Улар қандай одамлар?

– Назаримда у кабилар



ўзларининг машхур бўлишини кутмаган инсонлар бўлса керак. Ёки ўта камтарин ҳақиқатни севувчи инсонлар. Чунки, инсоннинг инсон бўлиб яшаши учун "машхурлик" умуман аҳамиятга эга эмас.

– Энг кўп яхши кўрадиган рўзгордаги анжомингиз нима?

– Энг кўп яхши кўрадиган рўзгор анжомларидан бири қора қозон. Чунки унда меҳр билан турмуш ўртоғим ва ўғлимга овқат пишираман.

– Агар сизга актёрлик вазифаси топширилса қандай образни гавдалантирган бўлардингиз? Ичингизда қандай образ бор?

– Мендан актёр чиқмайди. Чунки ҳаддан ошиқ тўғри сўзман. Деярли ёлгон гапирмайман.

– Фарзандингизнинг кўзига боққанда нимани ҳис қиласиз?

– Ўғлим Муҳаммад Алийимнинг менга боқиб турган митти кўзларига қараганимда яшаётганимни ҳис қиламан ва ҳеч қандай хато қилишга ҳақим йўқлигини, кучли ва жудаям билимли бўлишга мажбур эканимни тушунаман ва шунга ҳаракат қиламан.

– Дейлик, ҳақ гапни айтганингиз учун ҳамкасбларингиз томонидан босим ўтказиларми. Бу бир неча ойга чўзилиши мумкин. Вазиятдан қандай чиқиш кетасиз?

– Кимки босим ўтказса, у менга муносиб ҳамкасб эмаслигини тушунаман. Ва бир ажойиб ҳақиқатга амал қиламан. "Тенгсиз билан тенг бўлма".

– Суҳбатдошларингизга кўпинча бахт нима деган саволни берасиз. Сизнингча бахтсизлик нима?

– Бахтсизлик бу – ношукурлик. Дунёдаги, энг бахтсиз одам бу – ношукур одам.

– Аёл ва эркак, яъни эр-хотин қачон бир-бири учун қизигини йўқотиши мумкин?

– Эр ва хотин ўртасида ишонч бўлмаса.

ҚИСКА САВОЛЛАРГА, ҚИСКА ЖАВОБЛАР

- Сиз учун ҳаётда қандай муаммони ҳал қилиш қийинроқ?
- Агар у муаммо ўлим билан боғлиқ бўлмаса ҳар қандай муаммони ҳал қилиш мумкин.
- XXX асрдаги муҳаббатни қандай тасаввур қиласиз?
- Муҳаббат... Нозик мавзу... Билмадим...
- Қандай камчиликларингиз сизга панд беради?
- Тўғри сўзлим ва бетга чопарлигим.
- Ҳаётда кўпроқ кимга суянасиз?
- Ҳар бир инсоннинг аввало суянчиғи ўзи бўлиши керак. Кейин турмуш ўртоғи.
- Ўзингизга ёқмай қолган дугонангиздан воз кеча оласизми?
- Ҳа.
- Инсон руҳиятини ўрганишда кўпроқ қайси психолог қарашларига суянасиз?
- Ҳар бир инсон аввало ўзига-ўзи психолог бўлиши керак.

Нигора РАҲМОНОВА
суҳбатлашди

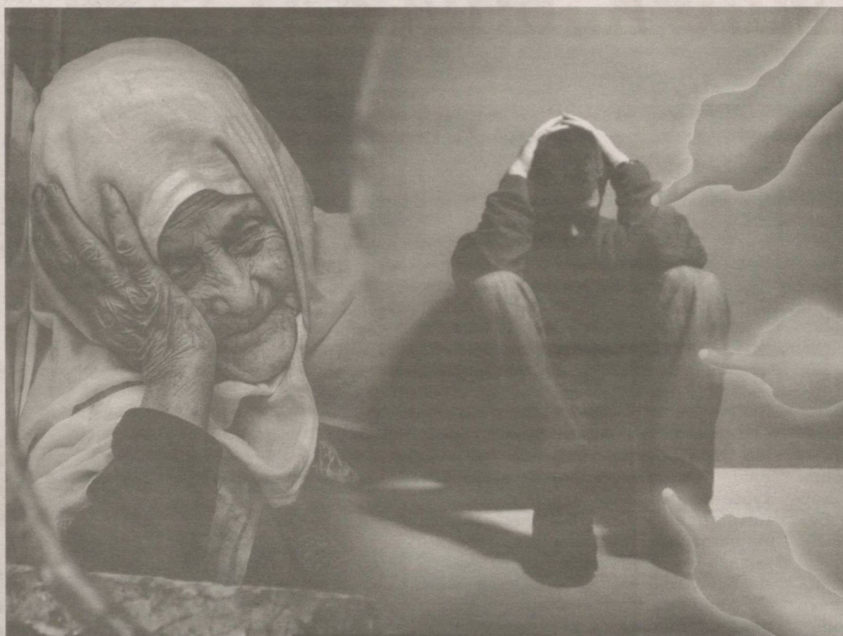


POKIZA QALBLARNI AVAYLAYLIK

Ёши қирқлардан ошган бир кишининг хатти-ҳаракатларида ақли заифлиги билиниб турарди. Аммо у қайси йўналишдаги автобусга чиқишини билади шекилли, бекатда бир тўхтаб йўлида давом этаётган уловларнинг кўпини ўтказиб юборди. Ва ниҳоят у кутган йўналишдагиси келди чоғи, йўловчиларга йўл бериб, кейин эшик томон яқинлашди. Лекин чиптачи: "Тур кет, жинни", дея уни чиқармади ва автобус юриб кетди. У автобус ортидан ҳай-ҳайлаб кўлини силкиганича қолиб кетди...

Шу киши билан икки-уч кун ўтиб яна тўқнаш келиб қолдим. У автобусдаги бир ўриндиққа ҳеч кимга озори тегмай қимтинибгина жойлашиб олганди. Бир пайт автобусга чиққан ёш болалари келинчакка кўзи тушиши биланоқ ўрнидан туриб жой берди. Ва беихтиёр онасининг кўлларидан маҳкам тутган жамалаксоч қизалоққа бошқача меҳр билан назар солганини пайқадим. Шу онда автобусга чиқарилмай, юзига эшик ёпилган кунда 20-30 чоғли йўловчилар ичидан бир мард "Нега уни автобусга чиқармадинг, у ҳам одам", дея ҳайдовчи билан чиптачига бир оғиз танбех бермагани қанчалар адолатсизлик бўлганини англадим.

Жисмоний имконияти чекланган, ривожланишида нуқсонли бор, ақли заиф инсонларга нисбатан яхши муносабатда бўлиш, биринчи навбатда, уларнинг кўнглини авайлаш, аслида. Бу борада гап кетганда, орамизда "нари тур" дея ижирганиб кўядиганлар ҳам борлигини айтишимиз керак. Болаларнинг кўча-кўйда ақли заиф инсонга нисбатан "жинними?.." дейиши ҳам бир мавзу. Чунки болаларнинг уларни ўраб турган олам ва одам ҳақидаги тасавурулари қанчаллик ижобий маънода бойиши катталарнинг кўлида, керак бўлса уларнинг ҳар бир сўзи, ҳар бир амалида. Ақли заиф одамга кўзи тушиб: "Қоч, ана жинни келяпти" дея тумтарақай қочиб кетадиган болалардан сўраб кўринг. Тўғри, уларнинг балки ота-онаси "бу жинни" деган, аммо аллақайсининг онасини, отасини, опасини, хуллас, катталардан биттаси, ақли заиф, дейиш ўрнига "бу жинни" деган бўлиб чиқади.



Болакайларнинг бир-бирини беғубор, аммо ваҳима билан оғхлантиришини инобатга олсак, катта эҳтимол билан бу борада бола айбдор эмас. Демак, ҳамма айб катталарда, яъниким боланинг беғубор қалбини асраш ўрнига вазиятни нотўғри талқин қилишида. Хўш, энди айтинг-чи, юқоридаги сингари ақли заиф инсоннинг кўчада сарғайиши, юзига автобус эшигининг қарсиллатиб ёпилиши, кўнгли ўқшиши, қалб оғриги болалиқдан дийдаси қотган, меҳр-шафқат, оқибатда ўта хасис инсонларнинг иши эмасми?

Бир ҳамкасбимнинг кўнглидаги одамийликни ниҳоятда қадрлайман. Яқинда у билан ўзаро суҳбат чоғида бувиси ҳақидаги хотираларни эшитиб, унинг қалбига эзгулик уруғини сочган инсонлардан бири бувиси эканлигига амин бўлдим. У онасининг онаси ҳақида шундай деди: "Бувим жуда меҳрибон ва маърифатли, кўп китоб ўқиган мулоҳазали аёл эди. Уларнинг маҳалласида Ашраб деган бир ақли ожиз йигит бўларди. Бувим Ашраб соғлом бола бўлган, қайсидир хатоси туфайли отасининг жазо сифатида бир кеча ертўлага қамаб қўйиши оқибатида шу аҳволга тушиб қолган" деганди. Маҳалладаги каттаю кичик уни "Ашраб жинни" дея масхаралашарди. Бувим эса доим, Ашрабжон, дея худди ўз набирасидек сийларди. У бувимнинг ҳовлисига кунда бир келиб кетарди. Энг қизиги, бувим эшикдан Ашрабнинг қораси кўринди дегунча, қозонда қайнаб турган овқатнинг ёғли жойидан унга сузарди. Агар тандирда иссиқ нон ёпаётган бўлса, ширмолнинг энг чиройлисини кўллари куймасин дея сочиқчага ўраб берарди. Мева-чева, ширинликларнинг сарасидан доим, Ашрабжон келиб қолади, дея

“
Маҳалладаги каттаю кичик уни "Ашраб жинни" дея масхаралашарди. Бувим эса доим, Ашрабжон, дея худди ўз набирасидек сийларди. У бувимнинг ҳовлисига кунда бир келиб кетарди. Энг қизиги, бувим эшикдан Ашрабнинг қораси кўринди дегунча, қозонда қайнаб турган овқатнинг ёғли жойидан унга сузарди. Агар тандирда иссиқ нон ёпаётган бўлса, ширмолнинг энг чиройлисини кўллари куймасин дея сочиқчага ўраб берарди.

илиниб олиб кўяр, келганида ҳовлидаги суғага чақириб, тагига меҳмон кўрпача соларди. Бундан бироз ғаш келган янгаларим, ойи, егуликларнинг сарасидан Ашрабга олиб кўясиз. У бир жинни бўлса, фарқига борса ҳам майли, дейишса, ранжирди. Бир сафар бувимникига меҳмонга борганимда Ашраб бувимнинг ҳовлисига "Билим бо, билим бо, билим бо" дея икки кўлини кўтарганича югуриб кириб келди. Кейин билсам, у ҳар гап Тошкентда университетда ўқийдиган тоғам автобусдан тушди дегунча, шу тарзда тоғамдан аввал югуриб келиб бувимга суюнчилар экан. "Билим бо" эса "Билими бор, билимли келяпти" дегани экан. Мени таъсирлантиргани, Ашраб бувим оламдан

ўтганда, уч кун қабри устида йўғлаб ўтирган, уни базўр қабристондан олиб кетишган. Кейинчалик, у бувимнинг эшигида узоқ вақт келиб ўтирадиган одат чиқарган. Ушанда у бувимнинг меҳрли сўзларию набираларидек авайлашлари, самимий сийловларини соғиниб келган.

Бу соғинч тили ҳам, дили ҳам самимиятта, меҳр-оқибат, раҳм-шафқатга тўла онахонининг бир инсон тақдирида, унинг ҳаётида қанчалар қадрли эканлигининг исботи эмасми?! Қолаверса, баъзан ақли заиф деб бироз ижирганиб, ўзини нари тортган одамларнинг инсон қадр-қимматини, эзгуликни қанчалар тор тушунадиганларга ибрат.

Яқинда ақли заиф фарзанди бор аёл билан тасодифан суҳбатдош бўлиб қолдим. Унинг айтишича, соғлом ўғли чақалоқлигида беланчақдан тушиб кетиши оқибатида ақли ноқис бўлиб қолган. Ҳозир шу бола ўн уч ёшда, махсус мактабда таълим олар экан. Аёлнинг ҳар бир сўзида изтироб бор эди.

– Кўпқаватли уйда яшаймиз, – деган эди аёл. – Ўғлим сингиси, укаси, тенгдошлари қатори ҳовлида ўйнагани келади. Бирроғга кўчага чиқарсам, ҳамма болалар "Бахти жинни" дея масхара қилишади, болаларку, бола, майли, дейман. Аммо қап-катта кўшни аёллар ҳам ижирганиб назар ташлаётганини кўрганимда эзилиб кетаман. Кўчага чиқмаслиги учун кўпинча эшикни қулфлаб қўяман. Ёки ўзим билан олиб чиқаман. Яқинда бирга бозорга бордик. Ўғлим атир-упа дўконига мени мажбурлаб етаклаб кирди ва қимматбаҳо атирини сотиб оламан деб туриб олди. Аввалига менга деб ўйлаб, яқинда атир олдим керакмас, дедим. У кўлларини

қоши устига қўйиб, чиройлига бу деганда, совгани кимгадир олмоқчи эканлигини билдим. Ич-ичимдан агар у соғлом бўлганида ҳозир ўспирин йигит бўлишини ўйлаб сиқилдим. Балким атир кўшни қизга бўлса керак, деган тахминда уни сотиб олдим. Ўғлим жуда яхши кайфиятда уйгача совғасини қўлидан қўймай кўтариб келди. Ва дераза олдида илҳақ унинг эгасини кута бошлади. Мен ҳам боламнинг кўнглини забт этган, унинг алоҳида хурмати, эъзозига лойиқ инсон кимлигини сабрсизлик билан кутдим. Ва ниҳоят, учинчи куни кечки пайт ўғлим олдимга югуриб келди. Чиройли келяпти, юр атирини берамиз, дея имлаб тушунтирди. Мен уни етаклаб ҳовлига чиқдим. Бахтиёр эғизакларини боғчадан олиб келаётган шундоқ рўпарамиздаги кўпқаватли уйда яшайдиган кўшни аёлнинг олдига бориб тўхтади ва атирини унга узатди. Кўшним ҳайрон эди. Мен унга бор гапни бирмабир айтиб бердим ва Бахтиёр атирини сизга атаб олди, уч кундан буён йўлингизни пойлайди, дедим. Кўшни аёл юз хижолатда совгани қабул қилди. Ўғлимнинг хурсандлигининг чеки йўқ эди. Шу онда бу аёл, бошқалардан фарқли ўлароқ, кўпинча ўғлимга яхши гапириши, у билан самимий суҳбатлашиши орқали фарзандимнинг қалбини авайлаганини тушундим. Ва ўғлимнинг эъзозидан ҳам ҳайратландим, ҳам қувондим.

Болалигимда бувимдан кўп эртаклар тинглаб катта бўлганман. Бувим ҳар бир воқеани тамомлаганида эзгуликнинг, яхшиликнинг, одамийликнинг, самимийлик ва соддадилликнинг баҳоси йўқ, шунинг учун яхши инсон бўлиш керак ва албатта, бунинг мукофоти бўлади, дерди. Биз кўпинча шу мукофот нималигига қизикардик. Юқоридаги аёлнинг сўзларидан кейин бувимнинг гапларини мағзини чақишга ўша пайтлар ёшлик қилганимизни, улар санаган фазилатлар қадри моддийликдан анча қимматлироқ эканлигини англадим. Мутахассисларнинг фикрига кўра, ривожланишида нуқсонли бор, ақли заиф инсонлар совуққонлик, камситиш билан боққан кўзлардан ҳам ўзларига бўлган муносабатни англаб, шунга муносиб жавоб қайтаршаркан. Уларнинг руҳий ҳолатини самимий муносабат ва соғлом муҳит ижобий томонга ўзгартирса, безэтиборлик, камситиш акс таъсир кўрсатади. Шундай экан, уларнинг ўзлари хохламаган камчиликлари, бор имконлари билан қабул қилиб, покиза қалбларини авайлайлик.

Гулноза ТУРҒУНБОВА,
журналист.



оёқ-қўли ўзига бўйсунмай кўйди. Не бўлганда ҳам ўз юртимда жонимни олгин, деб худога нола қилди. Хайрият, ўз уйига ярим жон ҳолатда бўлса ҳам етиб келди.

Сингиллари бир-бирига жуда меҳрибон чиқди. Катта синглиси Муқаддаснинг эри инсофли, диёнатли, ўқимишли йигит бўлиб, институтда домла эди. У ўз фарзандларини ҳам, Инобатнинг фарзандларини ҳам ўқитди. Ҳам поччалик, ҳам акалик, ҳам оталик қилди уларга. Ҳозир ҳамма жианлари ўқимишли, уйли-жойли, усиз ҳам ўз арваларини ўзлари тортишяпти. Шулар ҳақида ўйларкан, Абдуҳолиқнинг юраги безовта бўла бошлади. Хайллар гирдобиға фарқ бўлиб, ниҳоясиз саволлар уни азобларди.

"Менинг фарзандларим мен топган пуллар эвазига танти бўлиб улғайишди. Меҳнатга бўйин эгмадилар. Уқшни чала ташлаб кетдилар. Бу менга Аллоҳнинг жазосимикан? Ака бўлиб сингилларим учун нима

ТИРИКЛИК ОМОНАТИ

Абдуҳолиқнинг бир кечада оёқ-қўли ишламай шол бўлиб қолгани, оиласи-дагилар учун кутилмаган зарба бўлди. Энди нима бўлади? Ахир катта-катта топиб, бутун рўзгорни бир ўзи тебратётган, фарзандларига яхши едириб, яхши кийдириб элдан кам қилмаётган одам бирданига ҳеч нарсага ярамай қолса... Бу не кўргулик бўлди. Шулар ҳақида ўйлаб ётган Абдуҳолиқ катта ўғли Акбарни ёнига чақиртирди ва хаста овозда гап бошлади.

— Ўғлим, бугун аммаларингни уйга олиб келгин.

— Ахир улар бу хонадонга қадам босмайдилар-ку?!

— Ўғлим, мен учун шу ишни қилгин...

— Бўлиб ўтган воқеаларда уларнинг ҳам айби бор-ку, ахир. Кўчада аммаларимни кўрсатмас мен билан саломлашмайди, ҳатто сизни сўрашга ҳам ярашмайди.

— Ундай дема, биз ўзимиз уларни шундай қилишга мажбур қилганмиз, биздан кўнгли қолган уларнинг. Агар мен оқибатли, меҳрибон ака бўлганимда улардан ўз вақтида хабар олиб, меҳр кўрсатганимда шу ишлар бўлмас эди. Мана ўзингнинг ҳам иккита синглинг бор. Уларга тикон кирса, сенинг ҳам жонинг оғрийд.

— Хўп, майли, сиз нима десангиз шу, — дея Акбар хонани тарк этаркан, ҳовлида набираларини қойиётган онасига дадаси билан бўлган суҳбатни айтиб берди. Ўғлининг гапини эшитган Фазилатнинг баттар жазаваси тўтди. Эрига эшиттириб: "Кўзим очиқ экан, бу ҳовлига қадам босмайди улар. Кўзининг ёғини ялаган сингилларидан нима рўшнолик кўрибди? Йўқ, отанг хомтама бўлмасин ёки бир коса

ювиндисиға зор бўлибдими? Тунни тун демай, кунни кун демай оғзига овқат, тағига тувак тутиб авайлаган ким ўзи? Бўлмаса, борсин, ўша сингиллари боқсин", — дея бобиллаи кетди.

Ичкарида хотиннинг таъна-ю дашномларини эшитиб ётган Абдуҳолиқнинг юраги безовта бўла бошлади. Ич-ичидан келган хўрсинқдан ўзини босолмай, кўзига ёш олди. Шу пайт келини Наргиза кириб келди ва қайнотасининг ҳолини кўриб, кўнгли алланечук бўлди. Энди тасалли бермоқчи бўлганди, хонага кириб келган қайнонасининг вазоҳатидан тили қалимага келмай қолди. Хотинини кўриб, қайнотаси ўзини ухлаганга солди.

Шу хотиннинг турқини кўрмаса эди... Бекорга айтмас эканлар-да, "Хотиннинг зўри, эрнинг шўри", — деб. У билан 40 йил яшаб, 40 кунлик қадр кўрмабди-я! Қайтага жиграларидан айрилди. Афсус, кўзи кеч очилди, ўйлаб кўрса, ўғли тенги бола Музаффарчаллик ҳам ақли йўқ экан-а! Савдога янги қўшилган бу йигит пул тўплаш ўрнига нуқул "сингилларимга" — деб совға йиғади. Уларнинг биронтасини туғилган куни бўлгудай бўлса, ўшандай олис юртдан келиб кетади. Сингиллари, жианлари учун жонини беришга тайёр. Уларга бўлган меҳрини сўз билан ифодалаб бўлмайди. Бир куни суҳбатлашиб ўтирганларида: "Бу дейман, сингил-

Ота-онаси эрта оламдан ўтди, кичик синглиси Инобатнинг эри автомобиль ҳалокатида вафот этиб, уч фарзанди билан бева қолди. Шу сабаб ота уйига уч сағири билан қайтиб келди. Ўзи ёш, у ер, бу ердан совчилар келган бўлди. У эса: "Эримнинг руҳига хиёнат қилмайман, шу уч гўдагим учун яшайман", — деб қайта турмуш қурмасликка аҳд қилди. Абдуҳолиқ етти сотихли ҳовлида беш фарзанди, кексайиб қолган ота-онаси ва уч болали синглиси билан яшай бошлади.

Орадан йиллар ўтди. Фарзандлар улғайиб, улар ўртасида ўзаро жанжаллар чиқа бошлади. Шунда отаси раҳматли Абдуҳолиққа қолхоздан ер олиб, икки хонали уйни тиклаб янги ҳовлига чиқарди, ўз ҳовлисини эса бева қизининг номига хатлаб берди. Хотини Фазилатнинг фиғони фалакка чиқди, "Синглингизга тайёр уй-жой қояпти, сизга ҳеч вақо йўқ. Менинг ҳам ўғилларим катта бўляпти, бир уй кўтариш осонми, аслида ҳовли ёлғиз ўғилники бўлиши керак, нега индамайсиз?! Уйнинг ярмини бузиб чиқиб кетаман", — деб роса жанжал кўтарди. Абдуҳолиқ хотинини аранг тинчитиб, сенга уй қуриш керак бўлса, қурганим бўлсин, деб оғайниларига қўшилиб хорижга, пул топишга кетди...

Шу воқеа сабаб Абдуҳолиқ билан сингиллари орасига девор тушди. Абдуҳолиқнинг орасига совуқчилик солиб, бир-биридан узоқлаштирган

— Йиғламанг, акажон, бизларни ота-онамизнинг руҳи ҳайдаб келди олдингизга, қаранг, опам иккаламиз ҳам бир хил туш кўрибмиз. Гўёки отамиз сизни излаётганмиш, "акангга қийин бўлди-да, ундан хабар олинглар", дермиш ҳадеб. Шундан кейин келинойим бизларни калтакласа ҳам, ўғилларингиз уришиб ҳайдаб юборса ҳам, майли, акамизни бир кўриб дийдорлашсак бўлди, деб кириб келавердик.

лар ўткирроқми, нега бунча уларга эйтиборлисиз?" деб сўраганида: "Улар менинг ота-онамдан қолган ёдгорларим. Билсангиз, қиёматда на ота-она, на фарзанд, на дўсту-ёр ҳеч ким сизга ўз савобидан бергиси келмас экан. Фақатгина она ёки сингли сизга ўз савобидан ҳеч иккиланмай ҳатто қизганмай ҳада қиларкан.", — деди.

...Абдуҳолиқ оилада бош фарзанд бўлиб, икки синглиси бор эди.

хотин, эрининг юбораётган пуллари қувониб, ҳовли ҳақида унутди. Абдуҳолиқ хотинининг гина-қудуратлари туфайли, тиним билмай меҳнат қилди. Бу орада аввал онаси, кейин эса отаси қазо қилди. Ёлғиз ўғил бўлиб уларнинг қорига ярамади. Ота-онаси розилигини сингиллари олди. У маърака маросимларини ўтказиб, яна хорижга ишлашга кетди. Бу не савдоки, кунларнинг бирида бир кечада

қилдим? Мен қилишим лозим бўлган ишларни қувв бажарса-я! Бу не кўргулик ахир. Бундан ортиқ азоб борми?!"

Келин қиймали мастава келтирди ва қайнотасига ичира бошлади. Шу пайт қўшниси Турсунбой хангомалашгани кириб келди. Абдуҳолиқ хурсандлигидан кўзига ёш олди, у худди гўдакдек бўлиб қолганди. Мана икки кундан буён тушига ҳадеб ота-онаси қиряпти. Шу ҳақида гапираркан: "Дўстим, сизга қиёмат қарз, сингилларимга айтинг, улар мени кечиришсин, менадан рози бўлишсин", — деди. Унинг кўз ёшлари юзини юварди, елкалари силкиниб-силкиниб йиғларди. Улар алламаҳалгача суҳбатлашиб ўтиришди, кейин Турсунбой уни ухлаб қолди деб аста кўзгалди. Аммо Абдуҳолиқ ухламаган, фақат бироз толқиндан эди.

Орадан қанча вақт ўтди, билмади, аммо бир пайт болалигидан ўзига таниш ёқимли ифтор, илиқликни туйди. Кўзини очишга кўрқарди, гўёки бу тушдай, кўзини очса, йўқотиб қўядигандай эди. "Ака!" Таниш овоздан унинг юраги ҳапқириб кетди.

Инобат! Инобатнинг овози-ку. У аста кўзини очди ва теласида йиғлаб турган икки синглисини кўрди. Шу он унинг тили қалимага келмай қолди. Фақат ўқсиб-ўқсиб йиғлади.

— Йиғламанг, акажон, бизларни ота-онамизнинг руҳи ҳайдаб келди олдингизга, қаранг, опам иккаламиз ҳам бир хил туш кўрибмиз. Гўёки отамиз сизни излаётганмиш, "акангга қийин бўлди-да, ундан хабар олинглар", дермиш ҳадеб. Шундан кейин келинойим бизларни калтакласа ҳам, ўғилларингиз уришиб ҳайдаб юборса ҳам, майли, акамизни бир кўриб дийдорлашсак бўлди, деб кириб келавердик.

Абдуҳолиқ кўзларига ишонмас, ўзини йиғидан тўхтатолмасди. Шу қўйи улар алламаҳалгача дардлашдилар, бир-бирларининг дийдорларига қондилар.

Эртаси куни тонгда Абдуҳолиқнинг жони узилди. У гўёки фақат шу кунни кутган, сингилларидан розилик олиш умидида яшагандай эди. Бу учрашув улар учун видолашув эканини у билганмикин? Балки шунинг учун хотиржам омонатини топширгандин.

XALQ ICHIDA, XALQ BILAN BO'LI

Маълумки, аҳолини қийнаётган муаммолар, фуқаролар эҳтиёжларини ҳал этиш чоралари қачонки, халқ ичига чуқур кириб борилгандагина яхши билинади. Юртбошимиз томонидан жорий йил бошида қабул қилинган қарор юзасидан Давлат идораларининг бевосита биринчи раҳбарлари маҳаллама-маҳалла, қишлоқма-қишлоқ, кўчама-кўча, уйма-уй юриб, аҳоли муаммоларининг ўрганаётгани ҳам бугун амалий самарасини бермоқда. Халқ билан бундай мулоқот нафақат мурожаатларни тинглаш, балки аҳолининг кундалик ҳаёти билан танишиш, масалаларни жойида бартараф этишга қаратилганлиги билан ҳам аҳамиятлидир.

Адолат овози жаранглайдиган халқ қабулхоналари ташкил этилишидан олдин ўрта ва қуйи бўғинда одамларнинг дардини эшитиш, уларни қийнаб келаётган масалаларга ечим топиш, ҳал қилиш борасида ишлар тизимли олиб борилмаётгани танқид қилинганди. Уйма-уй юриб, муаммоларни ҳал қилиш, сайёр қабуллар ўтказилаётгани халқ қабулхоналари фаолиятини ривожлантиришнинг босқичма-босқич амалдаги ифодасидир. Жойларда халқ қабулхоналари, секторлар, давлат органлари ва бошқа ташкилотлар вакиллари иборат ишчи гуруҳлари ташкил этилиб, республикамиз ҳудудларидаги барча туман ва шаҳар секторларида ўрганишлар ўтказилмоқда.

ҲАЁТБАХШ ИСЛОҲОТЛАР ЙЎЛИДА

Бу борада Жиззах шаҳрида ҳам кенг кўламли ишлар амалга оширилмоқда. Хонадонма-хонадон кириш, одамларнинг турмуш тарзи билан яқиндан танишишга имкон яратяпти. Юзма-юз мулоқотлар ҳамюртларимизнинг ҳаётга бўлган ишончларини мустаҳкамлаётди. Хусусан, Жиззах шаҳридаги 1-сектор ҳудудида 34 та маҳалла фуқаролар йиғинларида жами 172500 нафар аҳоли истиқомат қилади. Уйма-уй юриш жараёнида жами 29492 та хонадон ўрганилди. Шундан 5690 та хонадонда 6070 та муаммо аниқланиб, 6049 таси ҳал қилинганлиги, албатта, ижобий натижадир. Ишчи гуруҳларга ҳокимлик, прокуратура, ички ишлар, солиқ, тиббиёт, халқ таълими, коммунал хизмат кўрсатувчи ташкилотлар, ДСЭНМ ходимлари, маҳаллаларда жойлашган таълим ва тиббиёт муассасалари раҳбарлари жалб қилингани муаммоларни янада чуқурроқ ўрганиб, жойида барҳам топишга имкон бермоқда. Ташкил этил-

уйма-уй о'rganilayotgan masalalar va yechimini topayotgan muammolar



ган ишчи гуруҳ аъзоларининг ўз-ўзига бириктирилган ҳудудларда амалга оширилиши лозим бўлган функционал вазифалари аниқ белгилаб берилди ва ҳар бир секторда ташкил этилган штабда компьютер жамланмаси, телефон алоқалари ўрнатилиб, навбатчилик ҳам ташкил этилди.

ЭНГ КЎП ҚИЙНАЁТГАН МАСАЛАЛАР НИМАДА?

Аҳоли муаммолари ёки тақлифлари юзасидан ўз ҳудуди бўйича тўғридан-тўғри штабларга мурожаат этмоқда. Хўш, уйма-уй юриш орқали қайси муаммоларга кўпроқ дуч келиняпти? Камчиликларни аниқлаш чоғида аҳоли уй-жой, бандлик масаласида кўпроқ мурожаат этмоқда. Бундан ташқари, суюлтирилган газ баллонларини етказиб бериш, газ тармоқлари тортиш, таъмирлаш, ичимлик суви, соғлиқни сақлаш, банк кредити бўйича аниқланган муаммолар ҳам ўз ечимини топмоқда. Ушбу муаммоларни бартараф этиш учун депутатларни ҳам жалб этиш, жойларда ўрганишлар ўтказилиши самарали натижа беради. Камчиликларни ҳал этишда ташаббускорлик, жонбозлик, фидойилик кўрсатилиши лозим. Лекин шу билан биргаликда йиллар давомида йиғилиб қолган, ечимини кутиб ётган муаммолар бирдангина эмас, босқичма-босқич амалга оширилиши кўпчиликка

маълум.

Зотан юзма-юз учрашувнинг таъсир кучи катта бўлиб, суҳбатлар давомида барча тафсилотлар ойдинлашади, ортиқча оворагарчиликларсиз у ёки бу масалага дахлдор янги маълумотларни аниқлаштириб олиш имконияти катта бўлади. Бу тизим кишиларимизнинг юртимизда кечаётган ижтимоий-сиёсий жараёнлар ҳақидаги фикр-мулоҳазаларини ўрганиш, давлатимиз ва жамиятимизни ҳар томонлама ривожлантиришга доир

тақлиф ва тавсияларини жамлашда ҳам таъсирчан воситага айланади.

МУАММОЛАР ЖОЙИДА ҲАЛ ЭТИЛМОҚДА

Юрт ободлиги ва халқ розилиги... Бу улуг тушунчалар доимо ёнма-ён ва бири-бирига ҳамоҳандир. Бу ҳамоҳанглик халқимизнинг асрий орзу-интилишлари рўёбга чиққан, эл-юртимиз томонидан шоду хуррамлик билан қабул қилинаётган инсон манфаатлари йўлидаги ислоҳотлар қизгин паллага кирган бугунги кунда яна бир бор ўз тасдиғини топмоқда.

10 нафар хотин-қизларга Жиззах шаҳридаги намунали лойиҳалар асосида қурилаётган уй-жойлардан ажратилди. "Оила" маркази томонидан уй-жойнинг 25 фоиз тўлови оғир турмуш шароитида яшовчи хотин-қизларнинг ҳисоб рақамларига ўтказиб берилди. Бундан ташқари, кам таъминланган 25 нафар фуқароларнинг уй-жойларида таъмирлаш ишлари олиб борилди. Биринчи сектор ҳудудига кирувчи маҳаллаларда истиқомат қилаётган ногиронлар ижтимоий муҳофаза қилиш бўйича 17 та ногиронлик аравачалари, 8 та юриш мосламаси, 11 та эшитиш аппарати билан таъминланди. Ижтимоий ҳимояга муҳтож оилалар учун 3 хонали 24 та намунавий лойиҳалар асосида қурилаётган уйлар ажратиб берилиб, ҳозирги кунда "Аллаберди-Нур" ва "Макс Гарант" кўп тармоқли хусусий фирма томонидан олиб берилди. 2018 йил 61 нафар оғир турмуш шароитида хотин-қизлар шаҳар бандликка кўмаклашиш маркази билан ҳамкорликда иш билан таъминланган бўлса, жорий йилда 48 нафар ана шундай оғир вазиятга тушиб қолган хотин-қизлар бандлигини таъминлаш режалаштирилган. Жиззах шаҳар МТМ бўлими томонидан шаҳар ҳудудида давлат хусусий шерикчилик асосида 2 та нодавлат мактабга таълим муассасалари фаолияти йўлга қўйилди. Уларга давлат томонидан имтиёзли кредит маблағлари ажратилди. Ушбу муассаса-

да жами 35 та янги иш ўрни ташкил этилди. Бундан ташқари, 5 та ташаббускорлар томонидан ўз мулки негизида 5 та нодавлат МТМ, 55 та янги иш ўринлари ташкил этилди. Касаллиги аниқланган фуқаролар соғлиғини тиклашга амалий ёрдам берилди. Шу билан бирга 31 нафар фуқарога нафақа тайинланди. Ўрганишлар, таҳлиллар натижасида Жиззах шаҳрида маҳаллалардаги ички йўлларга асфальт ётқизилди. Умумий фойдаланувдаги автомобиль йўллари таъмирдан чиқарилди.

ИСЛОҲОТЛАР НАТИЖАСИ БИЛАН ҒЎЗАЛ

Сув остидаги дурни топиш учун, аввало сувга шўнгиш керак бўлганидек, бугун халқ дардини, муаммосини ечиш учун юмшоқ курсидан тушиб, халқнинг олдига келиш, дардини тинглаш, муаммосини ўрганиб, ечим топиш, пировард натижада, халқни рози қилиш давлат идоралари ва барча раҳбар ходимларнинг биринчи галдаги вазифасига айланди.

Аҳолини ичимлик суви билан таъминлаш сифатини яхшилаш мақсадида 2019 йил 1-сектор "Обод маҳалла дастури"га кириб 7 та маҳалла Осий Тараққиёт Банки кўмағида оқова сув канализация тармоқларида реконструкция ишлари амалга оширилди. Ҳудуддаги 28 йилдан буён ичимлик сувига эҳтиёжманд "Жанка" қишлоғида ҳам 0,8 км. сув тармоғи тортилди.

Қолаверса, газ босими паст бўлган 5 та маҳалла фуқаролар йиғинида газ босими яхшиланди. Баллонлар тарқатилиб, аҳоли эҳтиёжига кўра суюлтирилган газ етказилди. Кам таъминланган оилаларга газ ҳисоблаш ускунаси ўрнатиб берилди.

Хулоса ўрнида шунини таъкидлаш жоизки, одамлар, халқимиз ўз ҳаётларидан рози бўлиб яшашлари кўп жиҳатдан секторлар фаолиятига боғлиқ. Уйма-уй юриб сайёр қабуллар ўтказиш, аҳолининг қалбига йўл топиш, уларнинг муаммоларига ечим топиш турмуш фаровонлигининг асоси эканини ёддан чиқармаслигимиз керак. Эртанги кундан умидвор, бугундан миннатдор инсонлар эса бизнинг энг катта бойлигимиз – бунёдкор халқимиз эканини ёддан чиқармайлик! Зеро, қоғозда қолаётган секторлар, ҳўжакўрсинга қилинган ишлар ҳеч қимга керак эмас. Айрим раҳбарларнинг жамоатчилик нишонига айланаётгани эса ҳокимлик санъатига эга бўлган киши юксак даражадаги коммуналликка эришган ва саодатнинг чўққисига эга бўлишини бутун мавжуд вазиятни ўзи исботлаб турибди.

Демак, давлат идоралари раҳбарлари, ҳокимларимиз кабинетдан чиқиб халқ ичига киришлари, уйма-уй юриб одамлар дардига қулоқ тутишлари натижасида халқимиз розилигини таъминлашига Жиззах шаҳар маҳаллаларида кечаётган жараёнлар мобайнида яққол амин бўлдиқ.

Гулжаҳон АШУРОВА.

AYOL SAODATI YURT E'TIBORIDA

Пойтахтимизнинг Юнусобод туманидаги 260-умумтаълим мактабида "Биз зўравонликка қаршимиз!" мавзусида туман хотин-қизлар кўмитаси ҳамда туман ички ишлар органлари фаолиятини мувофиқлаштириш бошқармаси ҳамкорлигида тадбир ўтказилди.

Сўзга чиққанлар ҳозирда юртимизда аёлларга нисбатан зўравонликка қарши курашиш, уларга

нисбатан турли таъбирларга йўл қўймаслик борасида ўз фикр-мулоҳазаларини билдирдилар. Шунингдек, тадбирда оиласида турмуш ўртоғининг камситишлари ва таҳдидида учраган аёллардан бири Салима Ёдгорова ҳам қатнашди. У ўз бошидан кечирган воқеаларни айтиб бериш билан бирга мамлакатимизда хотин-қизлар ҳуқуқини ҳимоя қилиш борасида эътиборга молик ишлар амалга оширилаётганини таъкидлаб ўтди.

Мактаб ўқувчилари йиғилганларга "Аёлга бахт беринг!" деб номланган сахна кўринишини тақдим

этилди. Ижодкор ёшларнинг мулоҳазага чорловчи сценарий асосида спектакль яратишга жазм этганлари устозларининг ва қатнашчиларининг олқишларига сазовор бўлди.

Ҳа, бугунги кун аёли ўз ҳуқуқини билмоғи, яратиб берилаётган имкониятлардан ўз ўрнида фойдаланмоғи, ҳозирги ижтимоий-сиёсий жараёнларда фаол бўлмоғи лозим. Иштирокчиларнинг бу ҳулосалари ўқувчи қизларда жуда катта тасассурот қолдирди. Тадбир сўнггида йиғилганларга "Алданган аёл" фильми намойиш этилди.

Муҳайё САИДОВА,
Юнусобод туманидаги 260-умумтаълим
мактаби ўқитувчиси.

NAFSIM QURG'UR, BALODUR...

ОЗ-ОЗ ВА СОЗ ТАМАДДИ ҚИЛИНГ!

Кундалик ҳаётимизнинг асосий воқеаларидан бири кўнгилдагидек овқатланишдир. Агар тўғри овқатланиш қоидаларига амал қилсак, соғлиғимиз, кайфиятимиз аъло даражада бўлади. Натижада, иш кунимиз унумли ва самарали ўтиши кафолатланади. Бироқ кутилмаган меҳмондорчиликлар ёки нафсимизнинг қутқулари сабаб ҳар доим ҳам тўғри овқатланишга риоя қилавермаймиз. Хўш, тўғри овқатланиш учун нималарга кўпроқ эътибор қаратишимиз лозим? Диетолог Алла Погожеванинг бу борадаги фикрлари ва маслаҳатлари билан қизикдик.

ЁНҒОҚ, ЙОГУРТ ВА ПИШЛОҚ...

Ҳозирги кунда аксарият одамларни бир муаммо – тўлақонли тушлик қила олмаслик безовта қилаётгани ҳақида кўп гапиришади. Нонушта ва кечки овқатни яхши еб олишгани учун тушлик қилиш шарт эмас, деб билишади. Шу боис, улар тез-тез иш орасида бутерброд, пишириқлар ва конфетларни чой билан еб олишга кўникиб қолишган. Бир жойда ўтириб мунтазам ишлайдиган инсонлар учун бундай йўл тутиш тўғрими?

Энг асосийси шуки, кунлик овқатимиз рақсонидаги маҳсулотлар калорияси етарли бўлиши лозим. Тўғри, ҳар тўрт соатда овқатлангандан кўра тез-тез ва оз истеъмол қилиш организм учун фойдали. Лекин бу оз-оз ва соғина тамадди торт ва бутербродлар эвазига бўлмаслиги лозим.

Сизга энг сифатли ва фойдали тамаддини тавсия қилайми? Мўъжазгина овқат соладиган идишингизга сабзавотлардан тайёрланган салат ёки димланган, қайнатилган гўшт солиб сумкангизга жойлаштиринг. Агар бундай қилишга улгурмасангиз, йўл-йўлакай магизинга кириб, йогурт ёки ёғлилик даражаси 20 фоиз бўлган пишлоқ сотиб олинг. Чунки бу иккала маҳсулот кальцийнинг асосий манбаларидан ҳисобланади. Уларнинг ёнига ёнғоқ ва қуритилган мевалардан ҳам сотиб олинг.

Ёнғоқларда ўсимлик оқсили кўп бўлгани боис очлик ҳиссини боса олади. Бироқ бир кунда бир ҳовуч ёнғоқ ейишингиз шарт эмас. Қуруқ меваларни эса намлантирилган ҳолда бир, икки донадан истеъмол қилган маъқул. Пишлоқни ҳам 50 грамм тановул қилсангиз етади. Бироқ очлик ҳисси яна сизда пайдо бўлса, ишдан кетгунингизга қадар йогурт ичиб олинг. Кўк чой ва шарбатларни ҳам иложи бўлса, шакарсиз истеъмол қилинг.

ҚИЗИК ЛАВЛАГИГА ЕТАДИГАНИ ЙЎҚ!

Ҳа, сабзавотлар ичида қизил лавлагига етадигани йўқ. Ундан турли салатлар ва шўрвалар тайёрлашни қанда қилманг. Улар кўз нуруни яхшилайдди, мия ҳамда юрак-қон томирлари фаолиятини яхшилайдди. Организмни ортиқча ёғлар, тузлар ва суюқликлардан тозалайди. Лавлагини иммунитетни мустаҳкамлаб, қонни кўпайтириш хусусиятига эга.

Олтиндай товланиб, тишлаганингизда қарсиллаб иштаҳангизни очиб юборадиган сабзилар ҳам жуда фой-



Ҳозирги кунда аксарият одамларни бир муаммо – тўлақонли тушлик қила олмаслик безовта қилаётгани ҳақида кўп гапиришади. Нонушта ва кечки овқатни яхши еб олишгани учун тушлик қилиш шарт эмас, деб билишади. Шу боис улар тез-тез иш орасида бутерброд, пишириқлар ва конфетларни чой билан еб олишга кўникиб қолишган. Бир жойда ўтириб мунтазам ишлайдиган инсонлар учун бундай йўл тутиш тўғрими?

дали сабзавот ҳисобланади. Ҳеч қайси маҳсулот ўзида сабзичалик кўп А витаминига эга эмас. Ундаги мавжуд бета каротин моддаси кўзни равшан қилади.

Гемоглобинни кўтариб, инсонни ёшартиради.

Шу ўринда картошка ҳақида ҳам айтиб ўтсам. У моддалар алмашинувини яхшилайдди. Организмни ортиқча шлаклардан тозалаб, глюкоза моддаси таъминотини назорат қилади. Жигар ва буйрак фаолиятини яхшилаш билан бирга стресс ва чарчоқлардан сизни ҳимоя қилади.

АХИР КОНФЕТЛАРНИ ЯХШИ КЎРАМАН-КУ!

Қабулмига келган беморлардан бири конфет ва пишириқларни жуда яхши кўраман, бутунлай воз кеча олаяман, деди. Бу маҳсулотларда ёғ ва шакар миқдори жуда кўп бўлади. Шу боис уларни доимий истеъмол қилган одамлар қанд касаллиги, семизлик ва углеводлар алмашинувининг бузилиши каби касалликларга чалинишлари мумкин. Организмингиз конфет талаб қиладиган лаҳзаларда унинг ўрнига пишлоқ ва бир бурдагина қора нон ис-

теъмол қилинг. Бу конфетларга бўлган талабнингизни камайтиради. Колбасаларни ҳам тановул қилмаганингиз маъқул. Чунки унда туз ва ёғ миқдори жуда кўп.

КОМПЬЮТЕР ҚАРШИСИДА ОВҚАТЛАНМАНГ!

Кўплаб офис ишчилари компьютер қаршисида ёки телефонда гаплашган ҳолатда овқатланишни маъқул кўришади. Бундай ҳолатда овқатланиш жуда зарарли. Агар одам овқатланаётган чоғида бошқа нарсага чалғиса, овқат ҳазм шираси кам ажралади. Натижада овқат ҳазми ҳам секинлашади.

Яна кўплаб инсонлар тушликда ичилган иссиққина суюқ овқатнинг ўрни бошқача эканлиги, суюқ овқат яхши ҳазм бўлишини таъкидлашади. Бу шунчаки сиз ўрганиб жолдан одатдир. Баъзи инсонлар суюқ овқатни нонуштага ичишни маъқул кўришади. Сизнинг одатларингиз ошқозон-ичак фаолиятига катта таъсир кўрсатади. Шу боис сиз ўрганиб қолган нарсаларингизни тановул қилганингиз учун ўзингизни яхши ҳис қиласиз. Шундай инсонлар борки, тушликдаги иккинчи овқатни истеъмол қилмаслик учун ҳам суюқ овқатни кўпроқ ичиб олади. Ҳаттоки қайнатма шўрвалардан парҳез овқат сифатида ҳам фойдаланишади. Масалан, кун давомида пийезли ёки сельдерли қайнатманинг ўзини ичиб жуда катта натижага эришган одамлар бор.

СУВНИ КЎП ИЧИШ ЗАРАРЛИМИ?

Кун давомида қанча сув ичиш борасидаги саволлар билан ҳам кўп мурожаат қилишади. Агар сиз бир соат давомида бир литр сув ичангиз, мен бу ишингизни оқламайман. Чунки бундай ҳолатда организмнинг ортиқча сув тўпланиб, шишлар пайдо бўла бошлайди. Шунинг учун сувни жуда оз миқдорда тез-тез ичган маъқул. Кунлик соғлом овқатланиш тартибидо ҳам шўрвалар билан бирга 1,5 -2

литр суюқлик ичиш тавсия этилади. Бироқ шундай касалликлар ҳам борки, уларга кўп суюқлик ичиш мумкин эмас. Масалан, юрак-қон томири етишмовчилиги, буйрак касалликлари, артериал гипертензиянинг айрим кўринишлари ва бошқа касалликларда суюқликни камроқ истеъмол қилган маъқул.

КЕЧКИ ОВҚАТЛАНИШДАН ВОЗ КЕЧМАНГ!


Гарчи Европа давлатларида кечки овқатланишга алоҳида эътибор қаратишса-да, бизда кечки соат 20.00 дан кейин тановул қилишдан ўзларини тийишади. Мен буни диетолог сифатида маъқуллайман. Бироқ аксарият одамларимиз нонуштани шошиб-пишиб қилишгани, тушликда тўлақонли овқатланмагани боис кечки овқатга зўр беришади. Шу боис кун давомида оз-оз ва соз тамадди қилинг-да, кечки овқат пайтида салатлар, мевалар ва шўрвалар билангина кифояланг. Келинг, шу ўринда шўрвалар ва бўтқаларга алоҳида тўхталиб ўтсам. Шўрвалар ва бўтқаларни кунлик овқатланиш рақсонимизга албатта киритиб қўйишимиз зарур. Улар ошқозон-ичак микрофлорасини тиклашда жуда катта ўрни тутуди. Шўрвалар ва бўтқаларнинг сабзавотларга бой бўлиши кун давомида тўқ юршишимизга ва қоматимизни сақлашимизга ёрдам беради. Айниқса, сутли бўтқалар кўп касалликларга даво ҳисобланади. Озуқавий қиймати, сутнинг яхши ҳазм бўлиши, ошқозон секретиясининг энгил кўзгаллиши ва сут оқсилида метион аминокислотанинг мавжудлиги туфайли бундай бўтқалар жигар фаолиятини меъёрлаштиради.

Мевали бўтқалар эса овқат ҳазм бўлиши ва модда алмашинувини яхшилайдди. Кундалик таомномага шўрва ҳамда бўтқаларнинг қўшилиши фаст-фудларга бўлган талабимизни ҳам сусайтиради. Бу эса жуда яхши натижа ҳисобланади.


АИФ дан З. МЕЛИБОЕВА таржимаси



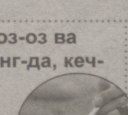
● Кўплаб офис ишчилари компьютер қаршисида ёки телефонда гаплашган ҳолатда овқатланишни маъқул кўришади. Бундай ҳолатда овқатланиш жуда зарарли.



● Агар сиз бир соат давомида бир литр сув ичангиз, мен бу ишингизни оқламайман. Чунки бундай ҳолатда организмнинг ортиқча сув тўпланиб, шишлар пайдо бўла бошлайди. Шунинг учун сувни жуда оз миқдорда тез-тез ичган маъқул.



● Организмингиз конфет талаб қиладиган лаҳзаларда унинг ўрнига пишлоқ ва бир бурдагина қора нон истеъмол қилинг. Бу конфетларга бўлган талабнингизни камайтиради.



● Кун давомида оз-оз ва соз тамадди қилинг-да, кечки овқат пайтида салатлар, мевалар ва шўрвалар билангина кифояланг.

Хаёт ташвишлари ва қувончлари билан кўмилиб юрар эканмиз, жамиятдаги баъзи муаммоларга эътиборсизлик қиламиз. Атрофимизда бизнинг маслаҳатимиз, фикримизга муҳтож бўлган иккиланувчилар, хато иш қилиб келаётган инсонлар жуда кўп. Уларни кўриб туриб кўрмасликка оламиз-да: “Менга барибир эмасми..? Менга нима..?”- дея кўл силтаб йўлимизда давом этаверамиз. Тўғри-да, ҳаммининг муаммоси ўзига тегишли, аралашига ҳаққимиз йўқ деяётгандирсиз, лекин шундай вазиятлар ҳам борки, сиз аралашмасангиз яхшиликча ҳал бўлмайди, сиз фикр билдирмасангиз бу муаммолар виждон азобига айланади.

“БИЛАНЛАРИНГНИ ҲАҚҚИНИ АЙТМА”

Гулсанам Шодиева, ҳамшира:
– Автобуса 50 лардан ошган, бежирим кийинган икки нафар эркек чиқди. Уларнинг бир қарашда зиёли одамлар эканлигини англаш мумкин эди. Чамаси 7- синфларда ўқийдиган бола уларга жой бериш тараддудига тушди. Бир зум ўтмай улар ўртасида қувноқ суҳбат бошланди. Ўзларини университетда домла эканликларини айтишар экан, боладан неччи баҳога ўқишини сўрашди. Яхши баҳога ўқишини айтган, болага: “Мақтабда ўқитувчиларингга билган нарсаларингни айтма, ўзинг учун ўқиб, излан... Агар билган нарсаларингни айтиб қўйсанг улар ҳам билиб олишди...” қабилдаги чин ёки ҳақиқатлигини англаб бўлмас маслаҳат беришди. Бола эса олийгоҳ домлалари айтётган гапларга қандай жавоб беришни билмай кулиб турар эди. Улар гапирган давом этишди: “Мана сенга жонли мисол, мана шу амакинг (рўпарасида ўтирган шеригини имлаб) билан мактабда бирга ўқиганмиз, жуда иккичи бола эди, ўқитувчилар сўрашса ҳеч нима айтмас эди. Роса икки баҳо оларди ўзиям, ҳозир унинг ўзи талабаларга икки кўйяпти”, – дея овозларини чиқариб кулишди. Бутун автобусни ўзларига қаратиб олишганди. Улар айтётган мантқиқсиз гаплар газабимни келтира бошлаганди, нималардир дейишга шайландим, аммо бир автобус одам айтмаган гапни мен айтсам тўғри бўлмас деган фикрда “Менга нима, менинг боламга гапиряптими?” – дея бекатимда тушиб қолдим.

MENGA BARIBIR EMASMI?



“ГУЛ ОРТИДАГИ ХИЁНАТ”

Аҳмад Суннатов, гул сотувчиси:
– Яқинда дўконимга 40 ёшлар атрофидаги бир киши билан 20-25 ёшлар атрофидаги бир қиз келди. Бир қарашда билдимки, бу қиз унинг рафиқаси эмас. Узоқ вақт гул танлашгач, энг қиммат гуллардан сават безашимини буюрди. Кўнглим бироз гашланди, лекин нима ҳам қила олардим, индамай у айтган гуллардан гулдаста ясадим. Гулларни тахлар эканман, у одамнинг рафиқаси, атрофидаги бир киши билан 20-25 ёшлар атрофидаги бир қиз келди. Бир қарашда билдимки, бу қиз унинг рафиқаси эмас. Узоқ вақт гул танлашгач, энг қиммат гуллардан сават безашимини буюрди. Кўнглим бироз гашланди, лекин нима ҳам қила олардим, индамай у айтган гуллардан гулдаста ясадим. Унинг ҳаётига аралашаман, менга нима..? Шу ҳаёллар билан бўлиб одамнинг кўлига гулни тутқазар эканман, бир лаҳза кўзларига тикилиб қолдим...

МЕНГА БАРИБИР ЭМАС!

Муяссар Тўлағанова, журналист:
– Катта супермаркет дўконлари ёнида дудланган жўхорилар сотишди. Ишдан қайтайтиб ўғлим тайинлаган гап эсимга тушиб, мен ҳам навбат кута бошладим. Навбатда туриб,

сотувчи йигитнинг ҳаракатларини зимдан кузатдим. У бошқа миллат вакилларига жўхориларни алоҳида елим халталарга ўраб, чиройли қилиб жойлар ва “марҳамат, келиб туринг”, – дея кўлига тутқазарди. Ўзимизнинг одамларга эса ҳафсаласизлик билан ҳамма жўхориларни бир халтага жойлар, негадир уларга мулозимат ҳам қилмас эди. Навбат менга келганда индамай туролмадим: “Укажон, аввало ўзимизнинг одамларни ҳурмат қилишимиз керак. Шунда бошқалар ҳам бизни ҳурмат қила бошлайди. Қани, менга ҳам алоҳида илтифот кўрсатиб, ҳар бир жўхорини алоҳида елим халтага жойлаб беринг-чи!” – дедим. Сотувчи йигит гапларини эшитиб, хижолат бўлганидан қизариб кетди: “Уэр, опа, сиз айтмасангиз, ўзим англамас эдим. Гапларингиз жуда тўғри. Аввало ўзимизнинг юртимизни ва одамларимизни қадрлай билишимиз керак!”
Кейинги ҳафта атайлаб яна ўша жўхоридан сотиб олдим. Хайриятки, бу сафар йигит ҳаммага бирдай эътибор ва мулозимат билан савдо қилаётган экан. Мени кўриб: “Эсимда, опа, эсимда гапларингиз, ақлли йигит бўлиб қолдим”, – деди кулиб.

“ҒАНИМАТЛАРИМИЗНИ ҚАДРЛАЙЛИК”

Ашуррали Актамов, талаба:
– Дўстларим билан тез-тез йиғилиб тураимиз. Бу сафар жуда кеч қолиб кетдик. Ярим тун эди, биз эса кўчада айланиб юришдан чарчамас эдик. Бир дўстимнинг онаси тинмай кўнгироқ қилаверди. Бизнинг қистовларимиз билан у гўшакни кўтарди, койинибгина гапирётган аёлнинг овози жуда мулойим эшитиларди. “Болажоним, қачон қайтасан, сени кутиб ўтирибман, тезроқ келақол, биласан-ку сен келмасанг кўзимга уйқу келмайди”, дея ялиларди онаси. “Э она, бир дам олишга ҳам қўймайсиз-а, кап-катта йигит бўлсам, қачонгача тергайверасиз? Мени кутманг, ухлайверинг, мен кеч бораман”, – дея жеркиб телефонга қўйган дўстим шу лаҳзада кўзимга жуда хунук кўриниб кетди. Беихтиёр кўзимга ёш келиб, бўзимга бир нима тиқилганини ҳис қилдим. “Қани эди менинг онам ҳам кўнгироқ қилиб койисалар, ҳолимдан хабар олсалар”, – деган гаплар ичимдан ўтар экан, дўстимни тезроқ уйига боришга ундай бошладим. “Онам оламдан ўтганларига 2 йил бўлди, уларни борлигида қадрлайлик, дўстлар! Улар бизнинг ғаниматимиз, кўнглиларини асло ранжитмайлик!” – дер эканман, баъзи дўстларимнинг энсаси қотаётганини кўриб жуда хафа бўлдим. Кўзларим ёшини артар эканман ортага бурилиб уйга қайтишимни айтдим. Онаси ҳавотир олаётган дўстим (шу лаҳзада у мен учун дунёдаги энг бахтли бола эди) ортимдан югурди ва ҳозироқ уйга қайтмоқчи эканлигини айтиб, кўнглимни кўтарган бўлди. Йўқ, менга барибир эмас, оналаримизни қадрлайлик деб ҳар битта одамга такрорлаб чиқишдан эринмайман!

Бу жамият бизники, ундаги одамлар ташвиши бизнинг ҳам ташвишимиз бўлиши керак. Уларга ҳафсаласизлик билан муносабатда бўлар эканмиз, эртага ҳал қилинмаган ўша муаммо бизнинг ҳам йўлимиздан чиқши аниқ. Чунки ҳаммамизнинг қилаётган иш-ишми, ҳаракатимиз бир-бирига боғлиқ. Яхшилик жавобсиз қолмаганидек, ёмонликнинг, эътиборсизликнинг ҳам ўзига яраша жавоби бор...

Василабону ҲАБИБУЛЛАЕВА,
“Оила ва жамият” мухбири.

“Yevgeniy Onegin” haqida bahslashishdi

Дунёдаги ҳар бир халқнинг борлигини эътироф этадиган оинаи жажони унинг тил ва адабиётидир. Тил миллатнинг руҳи, кўзгуси ҳисобланади. Биз ўз она тилимизни қанчалик севсак, бошқа миллатлар учун ҳам ўз тили қадри ва суюқлидир. Айна пайтда юртимизда хорижий тилларни ўрганишга бўлган талаб кун сайин ошиб бормоқда. Рус тили, инглиз тили, немис тили шулар жумласидандир. Рус тили дунё микёсида халқаро тил бўлганлиги учун ҳам ўз мавқеига эга, албатта.
Ноябрь ойида кўплаб таълим даргоҳларида рус тили ва адабиёти фани ойлиги кенг нишонланди. Мақтабимизда ҳам турли тадбирлар, очик дарслар, суҳбатлар, викторина мусобақалари ҳар бир синфлар кеси-

мида ўтказилди. Рус тили фан ойлиги доирасида ушбу фан ўқитувчилари раҳбарлигида мактабимизнинг фалоллар залида атоқли рус адиби А.С. Пушкиннинг «Евгений Онегин» асарини мавзусида қизиқарли викторина бўлиб ўтди. Ушбу викторинада ғолиб чиққан ўқувчилар рус адибларининг асарлари билан тақдирландилар. Викторина сўнгида ўтказилган мушоирада 6-синф ўқувчилари ғолиб бўлишди.
Бундай тадбирлар ўқувчиларнинг ушбу фанга бўлган қизиқишини янада оширади, сўзлаш маданияти, нутқи раво ва теран бўлишига ёрдам беради.

Дилфуза ҚҮЛДОШЕВА,
Бувайда туманидаги 21-умумтаълим мактаби ўқитувчиси.



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

МУАССИСЛАР:
Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси, “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 Темуր 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. Буюртма Г – 1236. Формати А-3, ҳажми 3 табоқ. Адади – 1895. Баҳоси келишилган нархда.
Босишга топшириш вақти – 15:00 Топширилди – 15:00
Навбатчи: Ч. Дўстаматов
Мусахҳиҳ: С. Сайдалимов
Саҳифаловчи: А. Маликов
ISSN 2010-7609
Газета таҳририят компьютер марказида терилди ва саҳифаланди.
1 2 3 4 5