



**МИНГТЕПАЛИК  
МЕҲРИБОНЛАР** 3

**ИЛОНЛАР  
СИРДОШИ**



4



**КЎЗДАН  
ПАНАДАГИ ҚИЗЛАР** 5



6

## ҚАДР-ҚИММАТИМ, ТАЯНЧИМ ВА ИФТИХОРИМСАН, МУСТАҚИЛ ЎЗБЕКИСТОН!



Назира БОЙМУРОДОВА  
сурат-лавҳаси.

Фафур ФУҶОМ:

*Ҳойнаҳой, бир китобсан,      Ҳойнаҳой, офтобсан,  
Минглаб қомусдан баланд.      Мен эса сенга фарзанд.*

### ГАЗЕТА САҲИФАЛАРИДА:

Зулфиячи қизлар видеомулоқоти .....	2
Ойдек бахтини берсин .....	3
Болаларнинг яширин «душмани» .....	5
Овсиёнлар совимасин .....	6
Почта қандай ва қачон пайдо бўлган? .....	7
Хонанда... меҳмон бўладими? .....	8



### ҲИКМАТ

Бахтиёр бўлса  
замон,  
Ношукур бўлма —  
ёмон.  
Халқ мақоли

## ЗУЛФИЯЧИЛАРНИНГ ВИДЕОМУЛОҚОТИ

Ёш авлодни ҳар томонлама мукамал тарбиялаш, иқтидор ва истеъдод соҳибларини қўллаб-қувватлаш, уларнинг ўз олдларига қўйган орзу-мақсадларига етишишларига кўмаклашиш борасида юртимизда олиб борилаётган ишлар кўлами йилдан-йилга кенгаймоқда. Айниқса, мамлакатимизнинг мустақиллик айёми арафасидаги анжуманлар ҳар йили ўзига хос байрамона тарзда ўтказилади.

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитасида Зулфия номидаги Давлат мукофоти совриндорлари, мукофот комиссияси аъзолари, сиёсий партиялар вакиллари, "Оила" илмий амалий маркази, "Олима" ҳамда "Тадбиркор аёл" уюшмалари аъзолари ҳамда кўмитанинг Қорақалпоғистон Республикаси, Тошкент шаҳри ва вилоятлардаги бўлимлари иштирокида "Қадр – қимматим, таянчим ва ифтихоримсан, мустақил Ўзбекистон!" шиори остида видеомулоқот бўлиб ўтди.

— 2000-2013 йиллар давомида 196 нафар қизлар ушбу нуфузли давлат мукофотига сазовор бўлишди. Уларнинг 44 нафари адабиёт, 49 нафари маданият, 38 нафари санъат, 24 нафари фан, 41 нафари таълим йўналишидаги ютуқлари учун мазкур мукофотни қўлга киритди, — дейди **Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси ахборот хизмати раҳбари Гулжамол Асқарова**. — Бугунги кунда уларнинг 100 нафардан ортиги умумий ўрта таълим мактаблари, академик лицей ва касб хунар коллежлари ҳамда олий ўқув юртларида таҳсил олмоқдалар. 70 нафар қизларимиз вазирилик, идора ва ташкилотларда, сиёсий партияларда, олий ўқув юртларида ҳамда марказий ва ҳудудий матбуот нашрларида фаолият юритмоқда. 17 нафари Президент, Навоий ва Ибн Сино номида таъсис этилган стипендиалар совриндорлари ва 20 нафари спортнинг

турли йўналишлари бўйича Ўзбекистон, Осиё ва жаҳон чемпионларидир. Бугунги видеомулоқотда Хотин-қизлар кўмитасининг Қорақалпоғистон Республикаси, вилоятлар ҳудудлари ва Тошкент шаҳри бўлимлари билан юзма-юз кўришиб турибмиз. Маълумки, мукофот совриндорларининг анжуманини ўтказиш аънаёнага айланган. Бу фақатгина байрамона руҳда ўтадиган тантанали тадбир эмас, балки, ижтимоий-сиёсий мақсадни олға сураётган жараёнга айланиб бормоқда.



Шу боис анжуман доирасида ўтказилаётган мана шу каби тадбирлар алоҳида аҳамиятга эга.

Ушбу видеомулоқотда юксак мукофот совриндори бўлган қизларимизни мамлакатимизда фаолият юритаётган партияларга аъзоларини таъминлаш баробарида партия аъзоларининг сифат таркибини яхшилашига ҳисса қўшиш, қизларимизни янада фаолликка чақириш, партияларнинг совриндорлар орасидан етакчилар ва бўлажак депутатлар сафини тайёрлаш борасидаги масъулиятини ошириш ниятида-миз. Шунингдек, совриндорлар ҳудудий хотин-қизлар кўмиталарининг бўлимларига нечоғлик қанот бўлаяпти? Уларнинг сиёсий партиялардаги ўрни қай даражада? Бу саволларга жавоб топиш учун қизларнинг таклифлари, агар мавжуд бўлса муаммолари билан танишиш, турли партиялар аъзоларининг сифат ва таркибини яхшилашга ҳисса қўшиш, илмий изланишлар олиб бораётган совриндорларни "Олима" уюшмаси, "Оила" маркази би-

## Жараён

лан яқин ҳамкорлигини ўрнатиш, тадбиркорлик билан шуғулланаётган совриндорларнинг "Тадбиркор аёл" уюшмаси томонидан қўллаб-қувватланишини таъминлашни ҳам мақсад қилганмиз.

Яқинда янги бир ташаббус билан чиқиб, барча совриндор қизларимиз ўртасида сўров ўтказдик. Натижаларга кўра, олтимишга яқин қизлар сиёсий партияларга аъзо экани маълум бўлди. Саксонга яқини эса турли партияларга аъзо бўлиш истигида эканликларини билдиришди. Бу ҳам Зулфиячиларнинг ижтимоий-сиёсий ҳижратдан фаоллашиб бораётганини кўрсатмоқда.

Зулфия номидаги Давлат мукофоти совриндорлари ҳар ҳижратдан ўз тенгдошлари ва улар ортидан юзга етаётган қизларга ўрнатилаётганини алоҳида таъкидлаш жоиз. Видеомулоқот жараёнида совриндорларнинг фаоллиги, сиёсий билим даражаси яққол кўзга ташланиб турди.

— Мен 2002 йилда таълим йўналиши бўйича нуфузли мукофот соҳибаси бўлганман, — дейди **Ўзбекистон миллий университети-нинг 3-босқич талабаси Дилноза КАТТАХОНОВА**. — 2012 йилда Ўзбекистон Либерал Деморатик партиясига аъзо бўлдим. Ўтган бир йил мобайнида сиёсий билимим ва фаоллигим анчагина ошди. Сабаби, илмий ва сиёсий фаолиятни биргаликда олиб бориш миллатимиз аёлларига хос фазилатдир. Биламизки, ҳар йили мустақиллик байрами арафасида турли анжуманлар, тадбирлар, форумлар ўтказилади. Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси томонидан ўтказилаётган бугунги анжуманда мукофот совриндорларининг эришган ютуқлари ва келгуси режалари ҳақида юзма-юз мулоқот олиб борилади ва бизни жамият ҳаётида янада фаолроқ бўлишга ундаб, бу борада кенг имконият эшикларини очиб беради.

Видеомулоқот чин маънода қизгин фикрлар ва таҳриба алмашинув майдонига айланди.

Тадбирда Ўзбекистон Республикаси Бош вазирининг ўринбосари, Хотин-қизлар кўмитаси раиси Элмира Боритхонова иштирок этди.

**Барно МИРЗААХМЕДОВА**, "Оила ва жамият" муҳбири.

## Муруват

— Муруват уйимизда 355 нафар, биринчи ва иккинчи гуруҳ ногиронлари истиқомат қилишади, — дейди Оҳангарон муруват интернет уйининг даволаш ишлари бўйича директор ўринбосари Абдужалил Омонов. — Мана бугун биз USAID халқаро ташкилотининг "Тинчлик йўлидаги озиқ-овқат ёрдами" дастури доирасида келтирилган маҳсулотларни қабул қилиб олдик. Бу муруват юклари беморларимизнинг саломатлигини тиклашда кўмак бўлади деган умиддамиз.

2012 йилда ҳам АҚШнинг "Resource and Police Exchange" халқаро ташкилоти томонидан умумий қиймати 186 119,07 АҚШ долларига тенг бўлган 75 тонна витаминлар билан бойитилган куритилган сабзавот шўрваси қабул қилиниб, 70 дан ортиқ тиббий ва ижтимоий муассасаларга топширилган эди. Шунингдек, "Ameri Cares", "TOMS SHOES", "Resource and Police Exchange", Германиянинг "Friedensdorf international" ва бошқа халқаро хайрия ташкилотлари томонидан 35 маротабадан ортиқ дори-дармонлар, санитария-гигиена воситалари, озиқ-овқат ҳамда тиббий жиҳозлар келтирилиб, юртимиздаги мавжуд тиббий муассасаларга тарқатилган эди.

**Барно МИРОДИЛ қизи**, "Оила ва жамият" муҳбири.

## Адлия фаолияти

### ТАРҒИБОТНИНГ ЭНГ ҚУЛАЙ ВОСИТАСИ

Ахборот асрида яшаймиз. Оммавий ахборот воситалари, газета ва журналлар, радио, телевидение бугунги кунда жамиятимизнинг барча бўғинларини қамраб олган. Бу соҳани янада ривожлантириш борасида мамлакатимизда бир қатор ишлар амалга оширилди. Ўзбекистон Республикаси Конституциясида мустақамланган фуқаролик жамиятини шакллантириш, аҳолининг оммавий ахборотга бўлган муносабатини ўзгартириш ва уларнинг ҳуқуқий негизларига оид норма ҳамда тамойиллар асосида Ўзбекистон Республикасининг "Оммавий ахборот воситалари тўғрисида"ги, "Ахборот эркинлиги принциплари ва кафолатлари тўғрисида"ги ва бошқа бир қатор қонун ҳужжатлари қабул қилинди.

Шунингдек, Президентимиз ташаббуси билан «Давлат ҳокимияти ва бошқарув органлари фаолиятининг очикилиги тўғрисида» Қонун лойиҳаси Самарқанд ва Бухоро вилоятларида ҳуқуқий экспериментдан ўтказилмоқда.

Маълумотларга қараганда, оммавий ахборот воситалари фаолиятининг ташкилий-ҳуқуқий механизмларини ривожлантириш борасида қилинган кенг миқёсдаги ишлар натижасида фақат кейинги 10 йилнинг ўзида босма оммавий ахборот воситаларининг сони 1,5 баробар, электрон оммавий ахборот воситаларининг сони эса 7 баробар кўпайиб, бугунги кунда уларнинг умумий сони 1326 тага етди. Мавжуд барча телеканалларнинг 53 фоизи, радиоканалларнинг эса 85 фоизи нодавлат оммавий ахборот воситалари ҳисобланади.

Сўнгги йилларда янги таҳрирдаги "Оммавий ахборот воситалари тўғрисида"ги Қонунга, шунингдек, "Телекоммуникациялар тўғрисида", "Релама тўғрисида", "Муаллифлик ҳуқуқи ва турдош ҳуқуқлар тўғрисида"ги ва бошқа бир қатор қонунчилик ҳужжатларига тегишли ўзгартириш ва қўшимчалар киритилиши ҳам ўз навбатида ушбу соҳа ривожини учун тамал тоши вазифасини ўтамоқда.

Ушбу соҳа бевосита адлия тизимининг ҳам эътибор марказидадир. Чунки, Адлия вазирлигининг асосий вазибаларидан бири жамият аъзоларининг ҳуқуқий маданиятини янада юксалтиришдан иборатдир. Бу борада ОАВнинг ўрни ва аҳамияти жуда муҳим. Шу боис ҳам ҳафтанинг ҳар жума кuni бошқарма ва унинг тизимидаги янгиликлар, ўтказилган тадбирлар ва фотосуратлар, фуқаролар муурожаатлари ва унинг натижалари, интерактив хизматлар ва бошқа қўллаб-маълумотлар веб-сайт саҳифаларига жойлаштириб борилмоқда.

Ушбу соҳани янада ривожлантириш ва ҳамкорликни мустақамлаш мақсадида 2012 йилнинг 29 декабрь кuni Ўзбекистон Республикаси Адлия вазирлиги билан Ўзбекистон Республикаси Бош прокуратураси, Мудофиа вазирлиги, Давлат Солиқ кўмитаси, Давлат Божхона кўмитаси, Дин ишлари бўйича кўмита, Меҳнат ва аҳолини ижтимоий муҳофаза қилиш, Маданият ва спорт ишлари, Соғлиқни сақлаш, Халқ таълими, Олий ва ўрта махсус таълим вазирликлари, Ўрта махсус касб-хунар таълими маркази, "Махалла" хайрия жамоат фонди ҳамда Ўзбекистон миллий ахборот агентлиги ўртасида жамиятга ҳуқуқий онг ва ҳуқуқий маданиятни юксалтириш соҳасида ўзаро ҳамкорлик тўғрисида меморандум имзоланди.

Ушбу меморандумнинг асосий мақсадларидан бири бу — жамиятга ҳуқуқий онг ва ҳуқуқий маданиятни юксалтиришнинг долзарб масалалари бўйича амалга оширилаётган тадбирларни доимий равишда оммавий ахборот воситаларида ёритиб борилишини таъминлашдан иборатдир.

**Наима ЯДИГАРОВА**, Наманган вилоят Адлия бошқармаси масъул ходими.

## ЖАМҒАРМА ТАШАББУСИ БИЛАН

"Соғлом авлод учун" халқаро хайрия жамғармаси муруват йўналишида қатор тадбирларни амалга ошириб келмоқда. Республикаимиздаги тиббий-ижтимоий муассасалар, аҳолининг ижтимоий ҳимояга муҳтож қатламлари, Меҳрибонлик, Муруват, Саховат уйлари, махсус мактаб-интернатлари тарбияланувчиларини қўллаб-қувватлаш учун дори-дармон, тиббиёт жиҳозлари, санитария-гигиена воситалари, кийим-кечак, озиқ-овқат, ногиронлик аравачалари, спорт анжомларидан иборат муруват ёрдамини кўрсатмоқда. Бу каби хайрли ишларни давом эттириш мақсадида 8 июль кuni "Соғлом авлод учун" халқаро хайрия жамғармасининг мажлислар залида АҚШнинг "Resource and Police Exchange" халқаро ташкилотининг "Тинчлик йўлидаги озиқ-овқат ёрдами" дастури доирасида умумий қиймати 306 317 АҚШ долларига тенг бўлган 112,5 тонна витаминлар билан бойитилган маҳсулотлар тақдими бўлиб ўтди. Ушбу муруват юқи жамғарма ва унинг минтақавий филиаллари ҳамда соғлиқни сақлаш тизими ташкилотлари орқали республикаимиздаги юздан ортиқ тиббий ва ижтимоий муассасаларга ҳамда кам таъминланган, имконияти чекланган аҳолига топширилади.



— Муруват уйимизда 355 нафар, биринчи ва иккинчи гуруҳ ногиронлари истиқомат қилишади, — дейди Оҳангарон муруват интернет уйининг даволаш ишлари бўйича директор ўринбосари Абдужалил Омонов. — Мана бугун биз USAID халқаро ташкилотининг "Тинчлик йўлидаги озиқ-овқат ёрдами" дастури доирасида келтирилган маҳсулотларни қабул қилиб олдик. Бу муруват юклари беморларимизнинг саломатлигини тиклашда кўмак бўлади деган умиддамиз.

2012 йилда ҳам АҚШнинг "Resource and Police Exchange" халқаро ташкилоти томонидан умумий қиймати 186 119,07 АҚШ долларига тенг бўлган 75 тонна витаминлар билан бойитилган куритилган сабзавот шўрваси қабул қилиниб, 70 дан ортиқ тиббий ва ижтимоий муассасаларга топширилган эди. Шунингдек, "Ameri Cares", "TOMS SHOES", "Resource and Police Exchange", Германиянинг "Friedensdorf international" ва бошқа халқаро хайрия ташкилотлари томонидан 35 маротабадан ортиқ дори-дармонлар, санитария-гигиена воситалари, озиқ-овқат ҳамда тиббий жиҳозлар келтирилиб, юртимиздаги мавжуд тиббий муассасаларга тарқатилган эди.

Пскент туманидаги Мингтепа маҳалласида қувончу шодликларга, файзу ободликка туташ кунлар кўп.

— Маҳалламизнинг ташкил топганига атиги икки йил бўлди, — дейди маҳалла оқсоқоли Турсунбой ота Жўраев. — Ҳозирда 3021 нафар аҳолимиз 672 та оилаларда истикомат қилади. Буларнинг мингга яқинини вояга етмаган ёшларимиз ташкил этади. Шулардан 112 нафари коллеж битирувчилари, 509 нафари эса мактаб ўқувчиларидир. Коллеж битирувчилари билан уч томонлама шарҳномалар тузишда ҳар бир ташкилот ёки корхонанинг шароитларини ўрганиб чиқдик. Ёшлар ўртасида жиноятчиликка қарши курашиш ва ноҳуш воқеаларнинг олдини олиш мақсадида турли мунозарали ва маънавий ахлоқий масалаларга қаратилган давра суҳбатлари, тадбирлар ўтказилди. Ёз мавсуми бўлгани боис мактаб ўқувчилари таътилда. Уларни соғломлаштириш марказларига навбатма-навбат юборишни режалаштирганмиз. Яна бир янгилик, аёллардан 20 ва эркаклардан 20 нафарини турли жойларга ишга жойлаштирдик. Таътилдаги ўқувчиларнинг бўш вақтларидан самарали фойдаланиш ва уларни меҳнатга ўргатиш мақсадида ўспиринларни хунармандларга, тадбиркорларга шогирдликка беряпмиз. Бу албатта, оиладаги таъминотни яхшилаш билан бир қаторда фарзандларимиз учун меҳнатни севиш ва оилани бошқариш мактаби вазифасини

# МИНГТЕПАЛИК МЕҲРИБОНЛАР



ўтайди. Ойнинг иккинчи шанбаси маҳаллада тозалик кунидеб белгиланган. Кўчаю хиёбонлар, қабристонларни озода сақлашга одатланганмиз. Эрта баҳордан 3 минг туп мевали ва 1500 минг туп манзарали дарахтлар экдик.

— Ҳаётнинг ёшларимизга доим ибратли оилаларни намуна қилиб кўрсатамиз, — дейди маҳалла маслаҳатчиси Муқаддам Назарова. — Яқинда фаолларимиз билан «Оила — муқаддас кўрғон» деб номланган тадбир ўтказдик. Унда 9 нафар маҳалланинг энг ибратли қайноналари иштирок этиб, «Вояга етмаганлар ўртасида жиноятчиликнинг олдини олиш», «Ёш келин, қайнона муносабатлари», «Оила маданияти», «Эрта

турмушнинг мушти», «Одам савдоси — аср вабоси», «Тўйдан кейинги ноғора» каби мавзуларда ййилганларни мулоҳазага чорлашди. Савол-жавобларда барча иштирокчилар ўз фикрларини баён этишди. Тадбир сўнгига маҳалламизнинг намуна хонадони Арслоновлар оиласи бекаси Хайринисо ая «Энг намунали қайнона» номинацияси бўйича голиб бўлди.

— Умархон отангиз билан турмуш курганимизга 41 йил бўлди. Бу хонадонга тушганимда қайнонам менга инсонларнинг кўнглини яқинлаштирувчи, меҳр-оқибатини зиёда қилувчи ришта хушмуомалалик ва тўғри сўзликдир, деб ўғит берганлар. Уларнинг насиҳатига амал

қилиб, кам бўлмадим. Бир ҳовлида икки овсин яшаймиз. Овсиним Ҳикоят опада етти, менда саккиз фарзанд катта бўлди. Орамизда ҳеч қачон келишмовчиликлар чиқмади. Болаларимиз ҳам аҳил-иноқ бўлиб вояга етишди. Турмуш ўртоғимнинг ҳаракатлари билан кенг ҳовлимиз тоқзор ва боғзорга айланди. Биласиз, экинларга доимий қаров керак. Шунинг учун болаларимиз меҳнат билан машғул бўлишган. Бугун ҳар бири бошқа соҳа эгалари бўлса ҳам оталаридек моҳир боғбон. Бир-биридан ширин 14 нафар набирамиз бор.

Маҳалланинг яна бир вакиласи София опа Матмусаева «Энг саранжом хонадон» номинацияси бўйича голибликни қўлга киритди. София опа саховатпешалик, меҳр-оқибат бобида нафақат Пскентда, балки юртимизда доврўқ қозongan аёллардан бири десак янгилашмаймиз. Бундан ўн йиллар муқаддам бу меҳри дарё аёлнинг ибратли ҳаёти, эзгу амаллари хусусида «Яхшилик» деб номланган кўрсатувда ҳикоя қилинганда қанчалар юртдошларимиз бу мунис аёлга миннатдорчилик изхор этган экан.

София опа олти фарзанди билан аёлдан айрилган кишига турмушга чиққан экан.

Болаларнинг олди етти ёшда, кенжаси етти ойлик эди. Ўша кезларда икки йўл орасида қолган эркак ҳатто бир нечта фарзандини интернатга топширишга мажбур бўлган экан. Бироқ София опа болаларни зудлик билан оилага қайтарган ва оқ юйиб, оқ тараб, меҳр билан ўстира бошлаган. Тақдирни қарангки, турмуш ўртоғининг тасодифан ўлими оилага катта зарба бўлди. Эндигина бош қизини узатган София опа беш болани қучоғига олганча ййглаб қолаверди.

— Бир куни уйга борсам, онам раҳматли, жон қизим, олти болани едирмай-ичирмай, оғзини ёпиб дунё топанман дема. Болалар улғайса ўзлари дунё топишади. Уларга ўралашиб қиладиган ишингни эртага қолдирсанг, вақт ўтиб ишинг қилувсиз қолади. Сен оқила бўл, болаларни ҳам, юмушингни ҳам, қўлидан маҳкам тут деганлар. Шу-шу мана 72 ёшга кирибманки, қулоғим остида ўша сўзлар жаранглайди.

Волидасининг ўғитлари унга далда бўлди. Атрофни бегона ўтлардан тозалаб тоқзор ва бог яратди. Ҳам она, ҳам ота бўлиб фарзандларини хунарли, ўқимишли, уйлий жойли қилди. Ҳозирда София опанинг 20 нафар невараси, 10 нафар эвараси бор.

Мана шундай саховатли ва бағрикенг инсонларнинг яхши амаллари туфайли Мингтепа маҳалласи файзга тўлиб, обод бўлиб бормоқда. Уларнинг ҳаёт йўли эса ҳамisha ёшларга ибрат бўлгувлик.

**НИГОРА ҲУЛООВА,**  
«Оила ва жамият» муҳбири.

## Турмуш сабоқлари

Халқимизда кишининг қандай эканлиги, ҳурмат-эътибори, обрўси унинг оиласига бўлган муносабати билан ўлчанади. Уламоларимиз инсон охиратда оила ва кўшничилик муносабати борасида ҳам ҳисобга тортилади, дейдилар. Оилапарвар, серфарзанд халқимизда оиладан устун турувчи бирорта тарбиявий институт йўқ. Биз оилани бирламчи қўйишга одатланганмиз. Чунки тарбиямиз шундай. Оиладаги энг асосий мезон — икки томоннинг бир-бирини тушуниб, қўллаб-қувватлаши, оғир ва қувончли дамларда ҳамдард, ҳамнафас бўлишидир.

Қолаверса, орзу-умидли халқимиз. Тўй-тадбирларимиз кўп. Бу тантаналарнинг ҳаммаси оилавий маросимлардир. Икки ёш унаштирилган кундан бошлаб, бува-буваларимиз «Кўша-қаришсин, ували-жували бўлишсин», «Оллоҳ ойдек бахтини берсин», «Бир-бирларига юдузини иссиқ қилсин», «Кўша-қўша фарзандлар кўришсин», деб дуо қилишади. Аммо ҳеч эшитганимиз, бирор киши «Келиннинг янги модадаги кийимлари кўпроқ бўлсин», «Оллоҳим, қизимга тилла тақинчоқлар ато этсин», деб дуо қилмайди, чунки турмуш кураётган ёшларимизнинг бахтини, ширин ҳаётини кийму — тиллаларга алмаштириб бўлмайди-да.

Оиланинг тинчи, фароғати, тўкинлиги ва бахти эса кўп жиҳатдан ёш бекаларга боғлиқ. Энг аввало, қизингиз ўзи тушган хонадоннинг бир аъзосидай шу оилага киришиб кетса, куёв билан аҳил, тотув турмуш кечирса, қайнота-қайнонасининг ҳурматини жойига қўйиб, оиладаги катта-кичик билан мурося йўлини топа олса, тилини ширин, муомаласини чиройли

## ОЙДЕК БАХТИНИ БЕРСИН

қилса ва ўз навбатида куёв, қайнота-қайнона томонидан ҳам шундай муомала қайтса, бахт ўшанда эмасми?

Аёл эркак билан мол-бойлик баҳонасида ҳуқуқ талашадиган оилага совуқчилик тушади. Турмушнинг биринчи кунидеяк бир-бирига ақл ўргата бошлайдиган куёв-келиндар ўзлари билмаган ҳолда бахтларига зомин бўлиб қоладилар. Фишт қолипдан кўчади, кейин қўйди-чиқди бошланиб, афсус-надоматлар чекилади.

Оилада яхши муносабатларни сақлаб қолишнинг энг муҳим шартларидан бири, эр аёли билан ҳар доим келишиб, мурося мадора йўлини тутта билишидир. Мен эркакман деб ҳадеб ўжарлик қилавериб, турмуш ўртоғини тушунмаслик, унга ён босишни, мурося йўлини топишни истамаслик оилавий ҳаётда яхшиликка олиб келмайди. Оилавий моҳароларни унутиш учун ичкиликка ружу қўйиш ҳам тўғри йўл эмас. Ичкилик манаман деган алп, пахлаван ўғлонларни эл олдида абгор қилган. Бир сўз билан айтганда, эркаклар одил ва оқил оила бошлиғи бўлиши лозим.

Ёшлар ажрашамиз деб турмуш курмайдилар. Буни биз катталар ва уларнинг ўзлари доим эсда тутишлари лозим. Лекин муносабатлар кескинлашиб жанжалга айланади деб қолганида оила аъзоларининг каттаси оқиллик қилса, ҳамма нарса жойига тушади. Афсуски, баъзан катталарнинг нотўғри, заруриятсиз аралашуви ёш оилаларнинг бузилишига сабаб

бўлади. Шунинг учун ҳам қайноналар ақли ва босиқ бўлиши шарт. Келинлар эса янги тушган уйини «ўзимники» деб, шу хонадон аҳлига меҳр қўйсалар, қайнонанинг ўғитларини «тирноқ ичидан кир излаш»га йўймасалар нур устига аъло нур бўлади.

Яхши овсин опа-сингилдан зиёд-дир, дейди қайвони оналаримиз. Ҳақиқатан ҳам, ёш оилалардаги айрим қўйди-чиқдиларнинг сабаби баъзан овсинлар орасидаги муносабатларга ҳам бориб такалади. Янги тушган кичкина келин катта келинларни, яъни овсинларни ўзига опа тутиб, улардан кўпроқ нарсани ўрганишга ҳаракат қилса ва катта келинлар ҳам уни ўз сингилларидек кўришса, бу оиланинг ҳаёти рисоладагидек бўлади.

Хуллас, қиссадан хисса шуки, ҳар бир ёш келин ўзи тушган оиладаги келинларни шу ҳовлига меҳнат кўп синганини ҳис этиб, улардан билмаганини ўрганса, уларни ўз опаларидек ҳурмат қилса, катта келинлар ёш келинчакнинг ҳали тажрибасизлигини, ўзлари ҳам бир вақтлар шундай аҳволда бўлганларини ўйласалар, овсинларига меҳрибонлик кўрсатиб, яхши муомала, ширин сўз билан янги оила муҳитига ўргатсалар, қайнона эса улар орасидаги яхши муносабатларни рағбатлантириб, келинлар орасидаги ўзаро ҳурматни таъминлай олса, фарзандлар тинч, оила муштакам бўлиши аниқ.

**Фатхулла ЭРГАШЕВ.**

## ТАНЛОВ ЯКУНЛАНДИ

Шу кунларда мамлакатимизнинг барча вилоятларида «Ёш тадбиркор — юртга мадақкор» кўрик-танлови доирасида беллашувлар давом этмоқда. Ана шундай қизиқарли тадбир Навоий шаҳрида касб-хунар коллежлари битирувчилари ўртасида бўлиб ўтди.

«Обод турмуш йили» Давлат дастури доирасида уюштирилган ушбу тадбирда вилоят ҳудудида фаолият юритаётган касб-хунар коллежларининг 500 нафар битирувчиси тижорат банклари томонидан ажратилган имтиёзли кредит билан таъминланганлиги уларга катта имконият эшикларини очиши табиий.

Эътиборли жиҳати, мазкур танловда энг яхши бизнес лойиҳа соҳибларига тадбиркорликнинг турли тармоқлари бўйича ўз фаолиятини янада кенгроқ йўлга қўйишлари учун имтиёзли кредит маблағларидан фойдаланиш ҳуқуқини берувчи махсус сертификатлар ҳам топширилди.

**С. УМАРОВА,**  
журналист.  
Навоий вилояти.

Нуробод туманидаги бу ажойиб гўша машхур ёзувчи шоирлару Алпомиш келбатли полвонлар, кўли гул хунарманду донишманд, тадбирли одамлари билан танилган десак муболага бўлмас. Энг қизиғи, бу худудда олий мозийдан ҳикоялар сўйлагувчи гаройиб манзаралар, кўз кўриб, қулоқ эшитмаган воқеа-ҳодисотларга ҳам гувоҳ бўласиз.

Деярли ҳар куни узоқ-яқиндан Омондара маҳалласида яшовчи морбоз Алишер Ёрматовни сўраб келишади. Олтмиш ёшни қаршилаган бу инсоннинг асли касби зоотехник. Ёшлигидан илонларга меҳр кўйиб, уларнинг яшаш тарзини ўрганиб келади.

Илонга меҳр кўйиш...қандоқ бўларкин, дейшингиз табиий ва ҳар қандай одамнинг этини жунжиктирадиган бу жониворга боғлиқ қолиш осон деб ўйлайсизми?

# ИЛОНЛАР СИРДОШИ

Илонлар билан эртақ ва мультфильмлардагина "сўхбатлашиш" мумкин, десак бироз адашган бўламиз. Чунки Алишер ака ўзининг сеvimли кобралари билан керак бўлса соатлаб, "гаплаша" олади.

— Тоғли жойда туғилганим учунми, болаликдан бошлаб негадир илонларга қизиқардим. — дейди сўхбатдошим. — Ўз кўрinishи билан инсонни ваҳимага солиб кўядиган илонлар, аслида, беозор жонзотдир.

Агар инсоннинг ўзи тегмаса, илонлар ҳеч қачон биринчи бўлиб одамга ҳамла қилмайди. Энг ёмони, бизнинг онгимизга «Илонни кўрдингми, бошини янч, ўлдири» деган ёвуз ақида сингиб қолганки, ҳалигача унинг таъсиридан қутула олганимиз йўқ. Заҳарли ва заҳарсиз илонларни бир-биридан ажрата олмаслик ҳам инсонларни жонхилликка олиб келмоқда. Бу эса, уларнинг билиб-билмай кўринган жониворни ўлдиришларига сабаб бўлмоқда.

Этиборли жиҳати, Алишер Ёрматов Антик дунё халқаро академияси профессори ва лауреати ҳам. У 1976 йили Самарқанд кишлоқ ўжалиги институтининг, қоракўлчилик факультетини тамомлаган. Уни ҳеч бир муболагасиз ҳайвонларнинг нажоткори, дейиш мумкин. Сабаби, одамлар томонидан ярадор ҳолда олиб келинган жонзотларни даволаб ҳаётга қайтаради.

— Бир куни Жом бозорига кирсам, бир йигит гюрза, қатиқ сотувчи бир аёл эса кобрани сотиб ўтирибди, — дейди Алишер ака озги маҳкам қилиб беркитилган елим ва шиша идишга солинган илонларни кўрсатиб. — Барака топгурлар, идишларни шунчалик маҳкам беркитганки, унча-мунчага очилмайди. Агар илонларни сотиб олмасам, улар барибир ўлдириб қўйишарди.

Алишер аканинг изоҳ бе-



ришича, гюрза жуда заҳарли, ҳақиқий кўлвор илони шу экан. Одамлар билиб-билмай истеъмол қиладиган кўлвор эса аслида чўл бўлма илончаси ҳисобланаркан. "Баъзи бир тушунмаган кишилар илонни банкага солиб, кейин куёш нурида ўлдириб, ёгини оламиз, дейди. Бу ўтакетган ақлсизликдан бошқа нарса эмас. Бечора шу ҳолида ўн дақиқа куёш нури остида турса, ҳалок бўлади. Ёгини айтасиз, хатто бутун танаси хидланиб кетади-ку", дейди Алишер ака куйиниб.

Морбоз шиша идишнинг қопқоғини бир амаллаб очгач, унинг ичидан чиққан кобра ва гюрза миннатдор оҳангда вишиллаб қўйди. Ахир, тоғу тошларда, ҳеч кимга зиён етказмай, ўзига хон, ўзига бек бўлиб юрган ҳайвонни шиша идишга солиб қўйиш, уни ҳақорат қилишдан бошқа нарса эмас-да. У иккита илоннинг ҳам заҳарини олиб, уни бошқа шериклари орасига қўйиб юборди. Алишер аканинг айтишича, илон атиги бир қисм заҳаринигина сочиб, қолганини ўзида олиб қолар экан...

"Далада ишовчи одамлар сассикқўзан, илон, эчкиэмар, тулки, қарчиғай, бургут, қирғий, ишқилиб, нима ушласа менга олиб келади. Аксарияти моддий манфаатдорлик туфайли ҳам жониворларни ўлдирмай олиб келишади" деб турган маҳал дарвозада елим баклашкага солинган илонларни кўтариб, 13-14 ёшдаги икки ўсмир келиб

қолди. Уларнинг бу жонзотларни қандай тутиб олганлиги билан қизиқдим.

— Адирда кўй боқиб юрвудик. Қарасак, уч-тўрт бола битта илонни уриб, ўлдиришмоқчи бўлганини кўриб қолдик. Шу заҳотиёқ уларни тўхтатиб, секингина таёқ билан илоннинг бошини босиб баклашкага солдик-да, тўғри Алишер аканикига олиб келдик, — дейди Яшнар Саломов ва Шаҳзод Бердимуродов.

"Вой-бўй, бечорани жуда кийнашибди-ку", дея Нурбек елим идишнинг оғзини очиб, отаси билан илоннинг шилинган, қонаган танасига қандайдир дорини суртиб, дока билан боғлаб қўйишди. Тавба, одамзод ҳам қизиқ мавжудот-да. Бири тажовузкор бўлса, иккинчиси ҳаёт бағишлашга интилади.

— Насиб этса, уйимизда кичик ҳайвонот боғи очмоқчиман, — дейди Алишер ака. — Бунинг ўсиб келаётган ёш авлодга катта фойдаси тегади. Шу боис, Тошкентдан тўтиларнинг тўрт хил туридан сотиб олдим. 16 та кабутарим бор. Ўғлим Нурбек Қашқадарё чўлидан онасиз қолган икки дона тулки боласини олиб келган. Тулкилар одамга тез ўрганади. Бугун улар ҳам бизга кўниқиб қолди. Уч йилдан бери эчкиэмарлар пайдо бўлди. Биринчи маротаба 2006 йили Ҳасан деган йигит эчкиэмар олиб келувди. У ярадор бўлгани учун аввал даволаб, кейин қўйиб юборгандик. Улар кўпайиши керак, чунки каламуш, кўр-

## Одамлар орасида



сичқон каби кемирувчиларни еб, кишлоқ хўжалигига фойда келтиради. Ҳозир бўшатсак, даштдаги одамлар тутиб олиб, албатта ўлдиришади. Шунинг учун кузнинг охирига бориб чиқариб юборамиз.

— Илонларни ўлдириш ҳам гуноҳга киради-ёв, — дейди морбознинг онаси Ҳосил момо. — Қанча инсон тузалиб, дарддан фориг бўлаяпти. Илонларнинг турган-битгани инсоният учун фойда экан.

Сизга айтиб берайин, қизим, Алишерни 28 марта илон чакди. Энди ўйланг, шунча марта ўлиб тирилди, болам шўрлик. Онаман-ку, унга кўшилиб мен ҳам неча кунлаб азоб чеқдим. Қанча айтдим, қўй, болам, шу хунарингни, бошқа иш билан шуғуллан, деб. Қайда, шундаям илонларидан воз кечмади. Бизлар умидимизни узиб, мана кетди, ана кетди, деб неча марта лаб қон йиғлаганмиз. Азобларга бардош берган одамгина асрайдикан илонларни. Энди кўпнинг дуоси кўл бўлсин, шу ўғлимга.

Алишер аканинг айтишича, ер шарида 2500 га яқин турдаги илонлар бор экан. Шундан 410 тури заҳарлидир. Бу жониворлар қуруқликда, сувда, баъзилари дарахтларда яшайди. Ўрта Осиё шароитида заҳарли сув илонлари учрамайди. Ўзбекистонда йигирма тур атрофида илон бўлиб, шулардан бешта туригина заҳарли ҳисобланаркан. Ушбу беш турли илон заҳарларининг таъсири ҳам турли хил. Инсонга дори сифатида ишлатилганда ҳам ҳар бирининг заҳри турли касалликларга даво.

Бугунги кунда Алишер аканинг рафиқаси Моҳия опа, онаси тўқсон ёшли Ҳосил момо, ўғли Нурбек ва келини Фотима ҳам жониворларга бирдек меҳр қўйган. Оддий одамларнинг хонадонига уй ҳайвонлари боқилса, Ёрматовларнинг уйда заҳарли кобралар-у, баджаҳл эчкиэмарлардан тортиб, парранда-ю, даррандаларгача бемалол истиқомат қилади.

Ҳовли ҳайвонот боғига ўхшайди. Бир ёқда тўтиқушлар, бир томонда чиройли кабутару сайроқи беданалар, ҳаттоки, қучук боласига ўхшаб кетадиган тулкичалар ҳам бор. Улар хонадон соҳиб биридан жойга кетиб қолса, келишини интиқ кутиб туришади.

Назира БОЙМУРОВА,  
"Оила ва жамият"  
муҳбири.  
Муаллиф олган суратлар



**ШИТОБ** — "Шитоб" сўзига мумтоз адабиётимиз намуналарида, умуман адабий асарларимизда кўп дуч келамиз. Бу сўзнинг туб илдизи "шошилмоқ", "ошиқмоқ", "суръат" каби маъноларни англатади.

**Бу ишқ сиррин китоб этдинг, Китобинг ичра мен борман, "Ёкурман!" — деб шитоб этдинг, Шитобинг ичра мен борман.**  
Абдулла Орипов

**ҲАЗМ** — "Ҳазм" сўзи таомнинг организмда ўзлаштирилиши, парчаланиши мазмунини ифода қиладиган маънога эга бўлади. Ҳўш, бу сўзнинг туб илдизи қандай маънони англатган? "Ҳазм" сўзнинг туб илдизи "тор-мор қилиниш", "енгилиш" деган маъноларни билдирган.

**Организмда овқатнинг яхши ҳазм бўлиши саломатликнинг муҳим сабабларидан биридир.**

Журналдан

**МАСАЛ** — тилимизда ўғит, панд-насихат мазмунига кичик ҳажмдаги мажозий ҳикоя маъносини англатган "масал" сўзнинг туб илдизи "кўзга кўринди" деган мазмунни ифода қиладиган. Кейинчалик бу сўз "мисол", "намуна" маъноларини билдира бошлаган.

**Эзоп масаллари жаҳон адабиётининг нодир дурдоналари сифатида юксак бадиий қимматга эга.**

Журналдан

**МАЖОЗ** — тилимизда "кўчма маъноли сўз", "кўчма маънодаги рамзий ифодалар", "ўхшатиш орқали бошқа маънода қўлланган сўз ёки тимсол" маъносига ишлатилган "мажоз" сўзнинг туб илдизи "ўтди" деган мазмунга эга. Шунингдек, "мажоз" сўзнинг "ўтиш жойи", "йўлак", "ҳақиқий эмас" деган маънолари ҳам бор.

**Вужудингни чун қилди ҳақ ганжи роз, Ҳақиқат дуру лаълидин йўқ мажоз.**  
"Садди Искандарий" дostonидан

Эшқобил ШУКУР тайёрлади.

...Ним қоронғи хона. Унчалик катта бўлмаган хонада беш-олтита стол ва стуллар жойлаштирилган. Уларнинг атрофини асосан ёшлар эгаллаган. Бу столлар бир-биридан унчалик баланд бўлмаган тўсинлар ёрдамида чегараланган. Шунинг учунми, ёнингиздаги стол атрофида ўтирган одам кўзга ташланмайди. Аслида бу ердагиларнинг атрофдагилар билан иши ҳам йўқ. Йигит-қизлар ўз суҳбатларига, ўзларига махлий. Энг асосийси, улар учун чилим чекиш жараёни. Бу нарсадан ўз ҳолларича завқ олишади...

# КЎЗДАН ПАНАДАГИ ҚИЗЛАР

орасида сизнинг дилбандингиз ҳам бўлиши мумкин

аниқ фактлар йўқ, аммо айтишлари-ча, у биринчи бор Ҳиндистонда вужудга келган. Вақт ўтгани сайин чилим чекишнинг тартиблари ҳам, унга ишлатиладиган тамаки ҳам тақомиллашган. Ани пайтда чилим чекишда

зарари кўп бўлган чилимларга ўрганиб қолаётгани ачинарли.

— Вояга етмаганлар ўртасида турли ноқонуний ҳолатларнинг олдини олиш, уларнинг ноҳўя йўлларга кириб кетишига йўл қўймаслик мақсадида қаҳвахона, чилимхоналарда рейд ўтказиб борилади, — дейди Самарқанд вилояти ИИБ ХООБ инспектори Раъно Қиличева. — Кейинги пайтларда бундай масканларда ёш қизларнинг тобора кўпаяётгани ташвишлидир. Бу қизлар билан суҳбат олиб борганимизда кўпинча уларнинг оиласи нотинч оилалар сирасидан эканлиги маълум бўлади. Аксинча, ота-оналар ичида зиёли, маълум бир ташкилотларда фаолият юритаётганлари ҳам кўп. Улар эса фарзандларининг бундай юришларидан беҳабар, албатта. Дилбандига ҳаддан ортиқ ишонган оналар уларнинг баъзида дўсту дугоналарига қўшилиб, баъзилари қизиқиш учун, яна бирлари шунчаки, ўзини кўз-кўз қилиш учун чилимхоналарга келиб қолаётганини билишмайди. Бундай ҳолатлар келгусида уларнинг нафақат соғлиги, балки маънавий қиёфасига ҳам салбий таъсир кўрсатмай қолмайди, албатта.

Шу ўринда айтмоқчиманки, ота-оналар ҳатто уйда ўзини яхши тутадиган, ўқишлари ҳам ёмон бўлмаган, одобли деб ҳисоблаб юрган фарзандларидagi ҳар бир ўзгаришга, қачон, ким билган қаерга боришларидан бохабар бўлиб туришлари лозим. Сабаби, юқорида таъкидлаганимдек, биз намунали ҳисоблаган оила фарзандлари ичида ҳам турли чилимхоналарда вақт ўтказадиганлари йўқ эмас.

Шу ўринда савол туғилади. Ҳўш,

## Огоҳ бўлинг!

ёш йигит-қизларни бу масканга етаклайдиган куч нима? Улар сониялик ҳаваслари баъзида аяниқ оқибатларга олиб келиши мумкинлигини тушунасалар-да, нега шу масканларга ошиқишга интилади?..

— Сабаби, ўсмир ёшидаги болаларда қизиқувчанлик, ўзгалардан ажралиб туриш хусусияти кучли бўлади, — дейди руҳшунос Нигора Сайидолимова. — Аслида ҳар бир ота-она фарзандини турли нотўғри йўллардан асрашга, уни ҳимоя қилишга интилади. Лекин бола уларнинг бу хатти-ҳаракатларини доим ҳам тўғри тушунавермайди. Ва уларнинг бу чекловига қарши ўлароқ ман қилинган нарсага кўпроқ яқинлашишга интилади. Худди шунингдек, ўқитувчининг телефондан кўп фойдаланмаслик, дарс давомидида кўп гаплашмаслик хусусидаги танбехлари ҳам уларга акс таъсир қилади. Яшаринча телефонга ёпишиб олади, ўртоқлари билан соатлаб телефонда гаплашади. Бу каби қайсарликлар бора-бора ҳуқуқбузарликларга ҳам олиб келиши мумкин.

Чилимхоналарга бориш, сигарет чекиш ҳам шу ёшдаги қизларнинг ўзини тенгдошларидан «бошқача» эканлигини кўрсатишдир. Улар шу йўл орқали кимнингдир эътиборига сазовор бўлишга интилади. Бундай ҳаракатларини жасорат деб ҳисоблайдиганлари ҳам йўқ эмас. Ота-оналар ҳам, ўқитувчилар ҳам тарбия бериш жараёнида ўсмир ҳулқиди бундай ноэтикликларни ҳисобга олишлари лозим.

Ҳа, бу фикрларга ортиқча изоҳ шарт эмас. Аммо таъкидлаш ўринлики, бугун чилимхонада вақт ўтказган қизлар эртага нафақат ўзи, балки оиласи, маҳалласи, таълим муассасаси шаънига доғ тушириши ҳеч гапмас.

Гулруҳ МҶМИНОВА,  
“Оила ва жамият” муҳбири,  
Самарқанд вилояти.



Бугун ақсар катта ёшлилар ҳам чилимхоналар ҳақида билавермайдилар. Баъзилари: «Ие, ўзимизда ҳам шундай жойлар бормикан?», дея хайрат билан савол беришади. Чилимхоналарнинг кўпайиб, бу жойлар ёши катталардан кўра ҳатто мактаб, коллеж ўқувчиларининг ҳам «севимли» масканига айланаётганидан беҳабарлар ҳам кўп.

Маълумотларга кўра, бир замонлар Шарқда чилим чекиш ҳар бир ресторан, қаҳвахоналарда одатий ҳол саналган. Аммо кейинги йилларда бу ҳолат бутун дунё миқёсида урфга айланиб бораётди. Чилим чекишнинг айнан қаерда пайдо бўлгани ҳақида

кўпроқ махсус ҳушбўйлаштирилган тамаки қўлланилади. Шунинг учун чилим чекканда оғиздан тамаки ҳиди келмайди, кийимда ҳам ҳеч қандай тутун ҳиди ўтириб қолмайди. Бу фикрлар унинг организмга зарари йўқлигини аниқлашмайди, албатта. У ҳам худди тамаки каби инсон соғлигига зарар етказди. Айниқса, ривожланаётган организм учун унинг ҳавфи таъсирлари бор. Қолаверса, баъзида чилимга солинадиган сув ўрнига спиртли ичимликлар қўлланилиши унинг салбий таъсирини янада оширади.

Шундай экан, ҳали коллеж ўқувчиларининг кўриниши чиройли, аммо

### Пойтахтимизнинг Шайхонтохур туманидаги 40-оилавий поликлиника шифокори Нодира Абдуллаева тавсиялари:

— Болаларга: “Кўлингни оғзингга солма, совунлаб юв”, деб қанча гапирмайлик, ўз билганларидан қолишмайди. Натижада уларнинг организмга ҳар тарафдан паразитлар кириб олади-да: “Вой қорним, овқат егим келмаяпти”, деб хархаша қилишади. Энг даҳшатлиси, бундай паразитлар боланинг жисмоний ва ақлий жихатдан ривожланишига бирдек салбий таъсир кўрсатади. Фарзандининг вужудига бундай “яширин душманлар” ин курмаслиги учун ҳар бир онадан зийраклик талаб этилади.

Агар боланинг иштаҳаси сусайган, овқатланишдан бош тортаётган бўлса, тез-тез шамолласа, қорин соҳаси ва боши оғриётганидан шикоят қилса, тез чарчаб, лоҳасланса, ухлаётганида оғзидан кўп сўлаги оқса, терисида турли тошмалар пайдо бўлса, анал тешигида қичишидан озорланса, тунги уйқусида тишини гичирлатса, танасининг вази ва бўй ўлчами ёшига нисбатан фарқ қилса, демак, унинг организмга гельминт(гижжа)лар макон қуриб улгуришган. Уларни тезроқ даф этиш учун

дарҳол шифокор ҳузурига шошилиш керак.

Острица ва лямблия болаларда энг кўп учрайдиган паразитлар ҳисобланади. Острицанинг тухуми фаол етилувчан бўлиб, шароитга тез мослашади. Организмга жой-

оғриқ пайдо бўлади. Тез-тез касалликларга чалинади. Бу паразит икки хил кўринишда бўлиб, бири циста, яъни оғиз бўшлиғида ифлосланган таом ёки егулик орқали тушади, иккинчи кўриниши эса организмда цистадан ҳаракатланувчи турга айланади.

### Соғлигимиз — бойлигимиз

лашгач, 4-6 соат ичида касаллик кўзгатади. Аксарият ҳолларда болаларнинг бир майдончада ўйнаши, битта тувак, идиш-товуқдан фойдаланиши натижасида юқади. У асосан, ўн икки бармоқли ичак ҳамда йўғун ичкада жойлашиб, ўрмалаб ҳаракатланади ва анал тешигиде тухум қўяди. Сўнг бу соҳада қичишиш юзага келади.

Лямблия юққанда боланинг иштаҳаси ва хотираси сусайиб, қорин соҳасида



бу паразитлар личинкаси ҳар доим ҳам биринчи таҳлилда ёқ кўриниш беравермайди. Шу боис мутахассислар бола ахлатидан гельминтал тухумини аниқлаш учун кун кетмакет таҳлил топширишни тавсия қилишади. Шундагина бола организмиде қайси паразитлар билан зарарланганини аниқлаб, бола ёшини ҳисобга олиб, даволаш муолажалари белгиланади. Дастлаб дори препаратлари,

сўнг иммунитетни ошириш учун керакли витаминлар ва албатта қатъий парҳез тайинланади. Муолажа давомийлиги шифокор томонидан кўрсатилади.

Болаларни бундай паразитлардан асраш учун гигиена қоидаларига амал қилишни, кўлини ҳамisha совунлаб ювишни, мева ва сабзавотларни чойиб истеъмол қилишни назоратга олиш керак. Ёз фаслида паразитлар анча фаол бўлади. Болалар умумий сув ҳавзаларида чўмилгач, майдончаларда ўйнаб келгач, кийимларини ювиб, дазмоллаш, тозаликка амал қилиш орқали уларни гижжалардан ҳимоялаш мумкин.

Болалар организмиде паразитлар борлигини тахмин қилувчи белгилар сезилганда зинҳор ўзингиз ва яқинларингиз тавсияси билан даволашга уринманг. Албатта, педиатр ва юқумли касалликлар мутахассисига мурожаат этинг. Шундагина болаларни паразитлардан тўла муҳофаза қила оласиз.

ЎЗМУ филология факультети талабаси Гулнора МАЖИТОВА ёзиб олди.

### БИР ҲОВУЧ ДУР

Одам ўз қилмишини оқлаш учун бир сабабдан бошқа ҳар қандай сабабни топади, ўз жиноятларини оқлаш учун бир баҳонадан бошқа ҳар қандай баҳонани топади, ўз тинчлини таъминлаш учун бир ваздан бошқа ҳар қандай важепи топади-ю, фақат ўзининг ҚУРҚОҚлигини ўйламайди.

Бернард Шоу

Ўтганнинг ўзиники, чайнаганнинг — гумон.

Чулпон

Ҳаммага дўст бўлган одам ҳеч кимга дўст эмас.

Арасту

Дунёдаги энг серган одамлар бекорчилардир.

Павленко

Ўзгалар сирини ошкор этиш — сотқинлик, ўз сирини ошкор этиш аҳмоқликдир.

Волтер

Ҳақиқий дўст бошга кулфат тушганда билинади.

Эзон

## БОЛАНГИЗНИНГ “ЯШИРИН ДУШМАН”И

Ушанда Ноила байрам дискотекасиндан хомуш бўлиб қайтди. Синфдоши Севинчнинг кинояли гаплари хаёлидан тинмай айланар, ўйлагани сайин алами баттар зўраярди.

Улар бир маҳаллада яшашиди. Севинчнинг онаси йирик фирманинг пардоз-андоз буюмларини бозорда сотади. Шунинг учунми у "ойим уни оберди, бунди оберди", деб мактангани-мактанган. Мактабга ҳам нукул қошу кўзини бўяб, атиру ифорга беланиб келади. Аммо ўқишлари унчалик яхши эмас. Баҳолари пасаибиб кетгани учун ўқитувчиларидан нукул танбех эшитиб юради.

— Севинч, фанларни ўзлаштиришинг жуда ёмон, бунақада имтихонлардан ўтолмайсан. Ана, Ноила билан бир маҳаллада турасизлар, уйинг ҳам уларникига яқин, билмаганингни ундан сўра. Шу аълочи қизимиздан ўрнак олсанг бўлмайми? — деб муаллима унга Ноилани ўрнак қилиб кўрсатгани Севинчга ёмон алам қилди.

Эртасига байрам муносабати билан дискотека уюштирилди. Даврага кириб келган Севинчни қизлар ўраб олишди.

— Атиринг бунча зўр, Севинч! Хиди атиргулникига ўхшаркан!

— Ҳа, жудаям ёқимли экан! Қизлар бараварига чувиллашиб, атиринг нархини сурштира кетишди.

— Жуда қиммат, айтсам чўчиб тушасизлар, — деди Севинч керилиброк.

— Айтакол, қанча туради? Шунда Ноила кўшнилари-нинг келини себиб юрадиган

идиши чиройли атирни кўз олдига келтирдию, "Менимча у беш минг сўм турса керага-а?" деди.

— Хой, қиз, тушингни сувга айт! — дея Севинч кинояли кулди. — Сен бундай нарсаларнинг фарқига борармидинг? Яхшиси, китобингни ўқиб юравер. Бу атирни олишинг учун ўнта беш минг ҳам етмайди!

Қизлар бир Ноилага, бир Севинчга қарашди-ю, сал нарида йигитлар ҳам буларнинг гапларига кулоқ солиб туришганини кўришгач, аҳвол мушкуллашиб кетмаслиги учун дарров дискотекани бошлаб юборишди.

Мана, дискотека ҳам ўтди, лекин Севинчнинг гаплари Ноиланинг қулоғи тагида жаранглайверди. "Мен ҳам кейинги дискотекага энг яхши атирдан сотиб оламан!" дея ўз-ўзига пичирлади у. Бироқ унинг нархи бозорда қанча тураркин? Наҳотки оддий бир атир Севинч айтганидек, шунча қиммат бўлса? Ахийри у "Отчопар"га кунора қатнайдиған кўшни келин — Инобатхонни гапга тутди:

— Кеннойи, энг зўр атирлар қанча туради?

— Қай бирини айтаяпсиз?

— Ҳалиги... Атиргул хиди келиб турадигани-чи?

— Юз минг сўм! Бундоғроғини кирк-эллик минг сўмга-ям олса бўлади.

— Менга ўша бундайроғиндан бир дона керак-да. Мак-

табдаги байрам кечасига қадар топиб берсангиз бўлади.

— Хўп майли! Сиз учун савдолашиб арзонроғини топамиз.

Келинойисининг ваъдасини олгач, Ноила ўйланиб қолди. Хўш, пулни қакдан топсайкин? Шу захоти мия-

Шу охирги фикр қизга жуда ёқиб тушди. У иштиёқ билан пул йиғишга киришди. Аксига олиб кейинги ҳафта-ларда дарслар чўзилиб кетди, имтихонлар учун савол-жавоб машғулоти кўшилгани учунми, Ноила ҳар куни эрталаб чиқиб кетиб, то соат тўрт-бешларга қадар мактаб-

табда кун бўйи ланж бўлиб юрди. Нукул боши айланар, кўз олди қоронғулашиб йўл-йўлакай қадамлари чалкашиб кетарди. Уйга қайтгач, ечинишга ҳам ҳоли бўлмай ичкари уйга кирди-да, тўшакка чўзилди.

— Сенга нима бўлди, қизим? — Онанинг қаттиқ ташвишга тушаётгани сезилиб турарди. — Рангинг бунча оқариб кетибди. Қаеринг огрияпти?

— Чарчабман, шекилли... — Вой, ўлмасам? Бада-нингдан муздай тер чиқаяпти! Ҳозир дўхтир чакираман!

Эртаси куни она билан қиз таҳлил натижаларини билиш учун поликлиникага боришди. Шифокор аллақандай қоғозларни кўздан кечираркан, бош чайқаб деди:

— Аҳвол жуда жиддий! Кучли анемия, яъни камқонликка учрабсиз. Агар тезда бунинг олдини олмасак турли асоратлар қолдиради. Бугуноқ касалхонага ётқизамиз.

— Эртага... мактабимизда байрам тадбири ўтказилади! Шунга бориб келай, кейин...

— Йўқ! Даволанишни ҳозирданок бошлаш зарур!

Эртаси куни эрталаб Ноиланинг ёнига — касалхонага шайтаётган она қийим шкафидан қизининг ич кўйлақларини оларкан, буюмлар орасидан аллақандай шиша идиш "так" этиб полга тушди.

— Вой, эссиз! Синди шекилли. Нима экан бу?

Она полга эгилиб улгурмасдан хона ичиде кучли атир хиди анқиб кетди.

Қип-қизил атиргулларнинг хидидай хушбўй эди у...

Аммо эртаси куни... Мак-

Гулчехра ЖАМИЛОВА



сига бир фикр келди. Ота-онаси "Катта танаффусда улбул олиб ерсан", деб кунига беришади-ку, шунни йиғса-чи? Ҳали битирув оқшомига бир ярим-икки ойча бор. Шунгача тўпланиб қолар. Ноила нима қилиб бўлса-да, қимматбаҳо атир сотиб олиши шарт. Ушанда у "асл нарса-нинг фарқига бориши"ни Севинчга кўрсатиб қўяди! Қизлар ҳам зиёфат куни Севинчнинг эмас, Ноиланинг атрафиде парвона бўлишади.

да қолиб кетадиган бўлди. Бундай вақтларда корни очиб қанчалар безовталанмасини, барибир ҳамёнидаги пулни ишлатгиси келмасди.

Салкам икки ойча вақт шу тарзда кечди. Ноила ўзи тўплаган қирқ минг сўм пулни кўшни келинга чиқариб берди. Кечкурун эса қимматбаҳо атир сотиб олганидан суюна-суюна уни қийим шкафининг тепасига яшириб қўйди.

— Ота-онамининг ёлғиз зурриёди-ман, — дея гап бошлади Тошбу хола. — Падарим ва волидам роҳатимни кўрмай бу дунёдан ўтишган. Аслида мен она деб юрадиган аёл холам бўлади. Умрлари зиёда бўлсин, мени ўз фарзандларидан ортиқ қилиб тарбиялаб ўқитишди, яхши хонадонга келин қилиб узатишди. Қайнона-қайнотамни менга бўлган муносабатлари, меҳри бошқа овсинларимга қараганда бошқачароқ эди. Вақти етиб биз учун ҳовли этагидан уй солиб беришди. Овсинимни яхши кўрар, ҳурмат қилардим. Бир куни уларникига чиқётганимда қайноғам биз тўғримизда гапирётганини эшитиб қолдим. Кулоқ солсам, овсинимга эримдан олган қарзини зудлик билан олиб чиқиб беришини тайинлаяпти. Уйларига кирмай, секингина ортимга қайтдим. Эртаси куни овсиним пул ўрнига бир уюм идиш-товоқларни кўтариб кириб, "Акангиз олган қарзимиз ўрнига шуларни беришимни айтиб сафарга кетди", деди. Шу-шу ҳар гал нималариндир уйимизга олиб келар, гоҳ қарзини узар, гоҳ бизни қарздорга айлантларарди.

Илллар ўтди. Фарзандларимиз улгайиб, бўйи бўйимизга тенглашди. Устомон овсинимнинг хийла-найранглари бир кун келиб болаларимнинг бахтига чанг солишини асло ўйламабман. Ўғилларим учун қаерга совчиликка борсам, розилик бериб турганлар ҳам эртасига фикрларидан қайтиб қолишарди. Шу зайл каттаси ўттизга, кичиги йигирмага тўлди. Қўшнилари-нинг

## ОВСИНЛАР СОВИМАСИН

шавир-шавирлари қулоғимга чалина бошлади. Кейин билсам, овсиним мен билан совчиликка бориб, йўлда қайсидир ишини рўқач қилиб, борган жойимизга қайтиб кирар ва бизни роса ёмонлар, эримни жаҳлдор ва қизларига кун бермайдиган одам деб уларни айнигаркан.

Бир тўйда совчиликка борган жойимиздагилардан бири билан ёнма-ён ўтириб қолдим. — Овсинингиз сизларни роса пастга уриб ёмонлаганди. Шундан кейин қайнотам тушмагур, қизимни уларга узатмайман деб оёқ тираб туриб олганди. Мана энди тушган жойидан қайтиб келди.

Бу гаплар найзадек бағримни тилса-да, энди кеч, дея ўзимни тутдим. Нима учун овсиним фарзандларимнинг бахтига чанг солиш хузурланди, билмайман. Яқинда унинг оғир бетоблиги маълум бўлди. Мени ёнига қақриб, ҳамма қилмишларини тан олди. Кечиршимни сўраб ёлворди. Қилмишларининг сабабини сўраганимда, қайнона-қайнотам янги келинлик пайти унга зугум ўтказишганини, кейинчалик менга меҳр қўйишгани унга алам қилганини айтди. Ахир мен ҳамманинг кўнглини топишга уриниб, бахтли яшасам нима бўлибди?

Илллар ўтаяпти, овсиним ҳамон тўшакка миҳланиб қолган. Унинг азобланишини кўриб сиқиламан. Одамзотни ҳасад адоий тамом қилади, деганлари балки шудир... Яна билмадим.

Мохира ХОЛБОЕВА.

## ҚЎШ УСТУНЛИ АЙВОН

«Эр кўр бўлса,  
хотин бўлса гаранг,  
Бир уй гуллаб-яшнайд  
қаранг»  
Татар халқ мақоли

Бу мақолда жисмоний кўрлик ва туғма гаранглик назарда тутилаётгани йўқ, албатта. Сир эмас, оиладаги баъзи етишмовчилик ёки бошқа сабаблар туфайли эр-хотин ўртасида кунда бўлмаса ҳам кунора, ойда бўлмаса ҳам йилда бир неча марта-таба ўзаро тушунмовчиликлар бўлиб туради. Лекин ана шундай пайтда эр ўзини «кўр»ликка, хотин эса «гаранг»ликка солса, ҳамма нарса ўз ўрнига тушиб кетади. Қарабсизки, бир оила парчаланиб кетишининг олди олинади.

«Эр-хотиннинг жанжалига  
ҳатто ит ҳам қўшилмайди»  
Япон мақоли

Бу мақолга юқоридаги мақолнинг давоми сифатида қарайдиган бўлсак, халқимизнинг ажойиб гапи ёдга келади. «Эр-хотиннинг уриши, доқа рўмолнинг қуриши». Оилавий ҳаётда нималар бўлмайди, дейсиз. Кузатадиган бўлсак, эрталаб бири-бири билан гап таллашиб қолган келин-куёвнинг арази кечгача давом этмайди. Чунки, никоҳда улуг ҳикмат бор. Шу сабаб, бундай пайтда жиззакилик қилиб, бировнинг ишига аралашмаган маъқул. Тагин, «қош қўяман деб, кўз чиқариб» қўймайлик.

«Эркак тиклаган уйни аёл вайрон қила олади, аёл тиклаган уйни шайтон ҳам буз олмайди»  
Грузин халқ мақоли

Ҳақиқатан ҳам, оилада кўп нарса аёл кишига боғлиқ. Эркакнинг борини ошириб, йўғини яширадиган ҳам, «Бўлдирадиган ҳам, ўлдирадиган ҳам хотин», «Эр қоплайди — хотин сақлайди» дейди доно халқимиз. Шундай бўлгач, аёллар ўз зиммаларига қандай масъулиятли вазифа юклатилганини унутишмаса, мақсадга мувофиқ иш бўлади.

«Келиним бол демасману, неварам асал, асал»  
Ўзбек мақоли

Фарзандли бўлиш ва унинг камолини кўриш ҳар бир инсоннинг энг улуг орузи. Оилада фарзанд дунёга келганида эр-хотиндан ҳам кўпроқ қувонадиганлар бу бобо ва момолардир. «Данагидан магзи ширин бўлади» деганларидек, бундай пайтда уларнинг қувончини ҳеч нарсага тенглаштириб бўлмайди. Баъзи қайноналар нима важдандир келинини ёқтирмаса ҳам, неварасини еру қўкка ишонишмайди. Кўп ҳолларда фарзанд туғилиши, жар ёқасида турган оилаларнинг мустаҳкамланишига сабаб бўлади.

Назира БОЙМУРОДОВА  
тайёрлади.



### ПОЧТА ҚАНДАЙ ПАЙДО БЎЛГАН?

Биринчи почта тизимининг тарихи қадимги Римга бориб тақалади. «Почта» сўзи латин тилидаги «масино позита», яъни отларни манзилларга жойлаштириш, деган жумладан олинган. Тарихдан маълумки, Римда алоқа тизими чопарлар ёрдамида йўлга қўйилган. Шунингдек, енгил икки филдиракли ва оғир тўрт филдиракли аравлардан ҳам фойдаланилган. Чопарлар пиёда ва отлик бўлишган. Пиёда чопарлар яқин масофаларга, отликлар эса узоқ масофаларга хизмат қилишган. Чопарлар йўлда «мансио», яъни қароргоҳларда дам олиши, тунаб қолиши, отларни алмаштириши мумкин бўлган. Улар фақат император ва бадавлат оқсуякларга хизмат қилган.

Тарихий ҳужжатларда қадимги Хитойда ҳам бизнинг асримизгача пиёда ва отлик чопарлардан иборат почта алоқаси хизмати бўлганлиги қайд этилади. Почта алоқасининг ҳақиқий омма учун ривожланиши маданий, илмий марказлар юзга келиши билан боғлиқ, Франция, Испания, Италия давлатларида ўрта асрларда университетлар очилди ва уларда бадавлат оила фарзандлари таълим ола бошлади. Талабалар университет чопарларининг пулли хизматидан фойдаланадилар ва оилалари билан алоқа боғлаб турадилар. Шу тариқа пуллик почта хизмати ривожланиб борган.

Ўрта асрларда почта алоқаси ривожланишига савдогар ва қосиблар ҳам катта ҳисса қўшишган. Улар орасида шимолги Германия шаҳарларида катта нўфузга эга бўлган Ганза савдо ва сиёсий иттифоқи алоҳида ўрин тутган. XIV-XVII асрларда бу иттифоқ савдо-сотикни монополия қилиб олган. Почта хизмати тарихида жанубий Германиядаги XVII асргача фаолият кўрсатган қассоблар цехи ҳам сезиларли из қолдирган. Гўшт маҳсулотларига эҳтиёж катта бўлгани учун қассоблар арзон нархда қора мол сотиб олиш мақсадида чопарлар қадами етмаган узоқ жойларга боришган. Улар турли йўналишлар бўйича мунтазам ҳаракат қилишган. Шу сабаб, яхшигина ҳақ эвазига хат ҳам ташишган.



Хатларни ташиш мўмай даромад келтиришини тушунган Англия қироллик кенгаши 1558 йили почтани давлат постмейстерига бўйсундирди. Орадан юз йил ўтиб, биринчи почта қоидалари ҳам ишлаб чиқилди. Қоидага кўра, ёзма хабарларни фақат давлат почтаси чопарлари ташиш ҳуқуқига эга бўлишган.

1660 йили Европада биринчи почта штемпели пайдо бўлган. У ҳозирги штемпеллар сингари доира шаклида бўлиб, юқори қисмида ой, пастки қисмида сана кўрсатилган. Бугунги кунда белул почта хизмати жорий этилган ягона давлат Андоррадир.

**Наргиза СИДДИКОВА**  
тайёрлади.

### ОНАНИНГ ЎРНИ БЎЛАКЧА

Қисматнинг мен учун аталган синовлари ҳам анчагина экан. Аёлим Розияхон тўрт йил аввал 52 ёшида саратон касаллигига чалиниб, бу дунёни тарк этди. У билан 30 йил бирга яшаб, уч ўғил, бир қизлик бўлдик. Уларни яхши тарбиялаб вояга етказдик. Қизимизни турмушга бериб, катта ўғлимизни уйлантирдик. Ҳозир уч набаиранинг севимли буvasиман. Аммо Розияхонсиз дунё кўзимга тор кўрина бошлади. Эр-хотин бир-биримизга суюниб қолган эканмиз-да. Айниқса, ёшинг кексайган сари ёнингда бир дардкашинг йўқлиги роса билинаркан.

Мен-ку майли-я, оилада онанинг йўқлиги ҳатто вояга етган бўлса-да, фарзандларнинг тақдирига ҳам таъсир қиларкан. Икки ўғлимни уйлантириш ниятидаман. Бирор яхши хонадондан қиз сўраб, совчиликка бориш учун ҳам уларга она керак-да. Амма-холалари, қариндош уруғларимиз уларга ёрдам беришни исташади. Аммо барибир ҳеч ким оналик қилолмас экан. Икки ўғлимнинг бири 30 ёш, кичиги 26 га кирган. Иккаласи ҳам дурадгорлик билан шуғулланишади. Топиш-тутишлари яхши. Оиламиз яна олдингидек файзли бўлиши учун аввал ўзим бир аёлга уйланишим кераклигини англаб етдим. Пойтахтимизнинг Юнусобод туманида ҳовлим бор. Уй-жойим етарли. Чап кўзим яхши кўрмагани сабаб 2-гурӯх ногирониман. **Ёшим 59** да. 45-50 ёшлар атрофидаги оқила аёл бўлса уйланардим.

**ЭРГАШ ака,**  
**Тошкент шаҳри.**

### ХАВАС БОШҚА, ХАЁТ БОШҚА ЭКАН

Акам билан келиноним бир-бирларини севиб турмуш қуришган. Иккачалари ҳам олий маълумотли. Уч нафар фарзанди бор. Уларга ҳаммамнинг меҳри бўлакча. Мен ҳам ана шундай бахтиёр оилам бўлишини истардим. Онам мени уйлантириш ни-

ятади қиз излаётганида «Онажон, сиз келин қидириб овора бўлманг, мен ўзим кўнгул қўйиб уйланаман», дедим. Кўп ўтмай, бир ҳамкасбимнинг ёрдамида Муниса исмли қиз билан танишдим. Муомаласи, дунёқарашини менга ёқди. Ота-онасининг ёлғиз фарзанди экан. Отаси тадбиркор бўлиб, уларнинг оиласи бизникидан анчагина бадавлат эди. Орадан 3-4 ой ўтгач, Мунисанинг уйига совчи юбордим. Тўй бўлиб ўтди. Шундан сўнг Муниса уй ишларини мутлақо билмаслиги, тикиш-чатиш, овқат

пишириш



### Бахтли бўлинг

ҳатто уй тозалашга ҳам ўқувсиз эканлиги маълум бўлиб қолди. Менинг оқила келиноним эса ҳамма ишни индамай қилиб кетаверардилар. Онам, «Хали ёш, қўявер, ўрганиб кетади», дердилар. Аммо вақт ўтса-да, ҳеч бир натижа йўқ, хотинимнинг уй ишларига бўйни ёр бермади. Бундан мен хижолат бўлардим. Бу орада у хомилдор бўлди ва нима иш бўрсак бели оғриётганини баҳона қила бошлади. Бир куни унга, уй ишларини келинонимдан ўрган, улардек бўлгин, дедим. Мана шу икки оғиз гапим туфайли ҳаётимиз остин-устун бўлиб кетди. У ота-онамни кўриб келаман, деб уйига жўнади. Эртасига тушлик маҳали қайнонамнинг телефон кўнгиригидан кейин онамнинг тоблари қочиб

қолди. Эшитишимча, Муниса ота-онасига эрим келинониси билан ошқимочи экан, доим уни мактайти, унга ўхшашимни хоҳлайди, дебди. Бу ҳам етмагандек, мен уларни хиёнат устида кўриб қолдим, дея бошимга тухмад ёғдирибди. Келиноним бу гапларни эшитиб, индамай уйларига кириб кетдилар. Мен эса бошимни ҳам кўтаролмай қолдим. Шундан кейин Муниса уйга қайтиб келмади. Менга ҳам энди бундай ёлғончи хотиннинг кераги йўқ эди. Орадан бир неча ой ўтгач, бизни таништириб қўйган ҳамкасбим қизлик бўлганимни айтди. Шундан сўнг онам, «Бориб хотинингни олиб кел, унга ётми билан тушунтир, зора, эси кириб қолгандир», деявергач, ўйлай-ўйлай бозорга бориб, мевачева, қизимга ўйинчоқлар олиб, тушлик пайти ота-онаси ишда бўлса, ўзи билан яхшилаб гаплашиб оламан, деб йўлга тушдим. Йўлда Мунисанинг ён қўшниси Маллохат холага дуч келдим. Қизим уларникида экан. «Хотинингиз ишларимни қилиб олай, боламга қараб туринг, деб бизга бериб қўйганди», деди. Қизимни олдим-да, Мунисанинг эшигини тақиллатдим. Очавермади. Ичкаридан эса унинг беғона эркак билан гаплашаётганини эшитилиб турарди. Эшикни уриб, тепа бошладим. У ноилжоз эшикни очди. Мен тўғри Мунисанинг ётоғига югуриб кирдим. Не кўз билан кўрайки, бир беғона йигит қаерга қочишини билмай турарди. Биз ажрашиб кетдик. Ҳозир қизим 6 ёшга қараган. Онам анча тушқунликка тушиб қолганлар. Менинг ҳаётим силлиқ кечмаганидан сиқиладилар. **Ёшим 32** да. Қасбим ҳисобчи. Мени тушунадиган, эсли-хушли, ҳаётнинг паст-баландини билган, оиламизни нурга тўлдирадиган, 25-30 ёшлар атрофидаги қиз бўлса уйланардим.

**ТАЛЪАТ,**  
**Бухоро вилояти.**

### ТАХРИРИЯТДАН:

«Бахтли бўлинг» руқнига хат йўллаётган ёки бевосита муружаат қилаётган фуқаролар паспорт нусхаси ва яшаш жойидан (маҳалла кўмитасидан) маълумотнома тақдим этишлари шарт. Шунингдек, ажрашганлар бўлса, суд қарорининг нусхасини топширишлари талаб этилади.

МУРОЖААТ УЧУН ТЕЛЕФОН: 234-25-46

### ЎРИК:

### биз билмаган сирлар

Ўрикнинг юракка даво эканини ҳаммамиз яхши биламиз. Шу билан бирга у яна кўплаб касалликларга ҳам шифодир. Бу мева инсон умрини узайтирувчи восита сифатида ҳам жуда қадрланади. Унинг бу хусусияти илк бор Осиёда аниқланган.

Ўрик ёғ, оқсил, калий, фосфор, кальций, натрий, магний, темир, мис, рух, кимёвий элементлар, углеводлар, бириктирувчи тўқима, фолий кислотаси, А, В1, В2, В3, РР, В4, В5, В6, С, Е, К витаминларига бой бўлиб, инсон танасига ҳаммиша қувват бахш этади. Организмдаги ёғни парчалаш хусусиятига ҳам эга.

Тиббиётда аниқланишича, қуритилган ўрикдан мунтазам истеъмол қилиб юрилса, саратон хасталиги келиб чиқишининг олдини оларкан. Унинг ивтилгани эса ичкаларни тозаларкан.

Табий йўл билан қуритилган ўрик муҳим биологик таркибни ўзида сақлай олади. У айниқса қуруқ мевалар ичида каротинга бойлиги билан ажралиб туради. Инсон организмда керакли моддага айланиб, кўз ва тери соғлиги учун А витаминини таъминлаб беради. Бундан ташқари унинг таркибига калий тузи юрак-қон томирларига даво.

Калорияга бой бу меванинг 100

### Табиаат — дорихона

грамми 240 калория беради. Туршанинг таркибига эса углевод кўплиги туфайли ичкаларга фойдаси жуда катта. Ҳар куни истеъмол қилинса, инсон соғлиғига ижобий таъсир кўрсатиб, ошқозон-ичак фаолиятини ҳамда овқат ҳазм бўлишини яхшилайди. Бундан ташқари организмдан захарли моддаларнинг ажралиб чиқишига ёрдам беради.

Ўрта Осиёда ўрик таомга қўшилдиغان мева сифатида қадрланади. Айниқса, туршакли палов ҳам шифобахш, ҳам мазали экани билан ажралиб туради. Шунингдек, туршак паловга табий ранг беради. Ранг бериш борасида у заъфаронга тенг. Ундан тайёрланган шарбат, компот, желе, мураббо, сироп танга роҳат бағишлайди. Компот тайёрланаётганда бошқа қуритилган мевалардан озроқ солиб юборилса, янаям хушхўр бўлади.

Қуритилган ўрикни истеъмол қилишдан аввал 20 дақиқа оқиб турган сув тагига қўйилса, мақсадга мувофиқ бўлади. Унинг янги узилган ёки бозордан харид қилинган мевасини ювмасдан ейилса, ич кетишига сабаб бўлади.

**Латофат САЪДУЛЛАЕВА**  
тайёрлади.

### ҲОЙДАЛИ МАСЛАҲАТЛАР

Стал тортмаларининг очилиб ёпилиши қийинлашса, унинг четларига шам ёки совун ишқалаб чиқинг.

Оғиздан келган бадбўй ҳидни гоҳида ментол (ялпиз мойидан олинган кристалл модда) суви билан ювиш ҳам йўқотади. Бунинг учун унинг икки-уч кристаллини бир пиёла иссик сувда эритиб, оғиз чайилади.

Ёш болали оналар цитрусли мевалар, қахва, дудланган ва тузли махсулотлар истеъмол қилишдан сақланганлари маъқул.

Қошларга тез-тез ўсма қўйилса, у янада қорайиб, қалинлашади ва хуснингизга ўзгача чиroy бағишлайди.

Тоמוқ оғриганда бир стакан илиқ сувга битта тухумни чақиб, шу аралашма билан чайилса яхши самара беради.

Ялтироқ матолардан тикилган қўйлақларни кийганда, қалин ва узун тилла тақинчоқлар тақмаганингиз маъқул.

Қора матоли кийимларни ювгач, тузли сувда чайсангиз, кўриниши янада яхшиланади.

**Гулноза БОБОЕВА** тайёрлади.

# ЯШАСИН, АЪЛО КАЙФИЯТ!

Хазинамо

Бир вақтлар кўшни эдик бу аёл билан. Яқинда учрашиб қолдик. Суяни хол-аҳвол сўраганимни биламан, у афтоҳдох қиёфга кириб турмушдан нолий кетди.

— Театр, концертларга тушиб турасизми? — менинг кутилмаган бу саволимни эшитиб, кўзлари катта-катта очилди.

— Нима қиламан у ерда, бекорчиманми? Ана, уйимда телевизор бор, куну тун кино, концерт, сериал.

— Театрда-чи синглим, билсангиз, я-а-а-х-ш-и кайфият бор! Биласизми, ақалли бир ойда ҳеч бўлмаса бир мартагина чиройли кийининг, пардоз-андоз қилинг ўзингизни. Кейин... секин йўлга тушинг... Викорли қадамлар билан баланд зиналардан чиқиб бориб, театр ёки концерт залининг кенг, гўзал кошонасига кириг. Ичкаридаги манзараларни ҳеч кўрганмисиз? У ерда машур санъаткорларнинг, ёшларнинг гўзал суратларини бир-бир томоша қилинг. Ёнингиздаги одамларга қаранг, чеҳраларидан, кўзларидан аъло кайфиятни кўрасиз.

Тасаввур қилинг, сиз машур театрда сиз. Кўнграқ чалиниб, мухташам бинога киргач, юмшоқ ўриндилардан жой олиб, спектаклни томоша қила бошласиз. Ана энди шахсий муаммоларингизни бутунлай унутасиз, жуда катта муаммо деб санаган ташвишлар бирдан кичрайиб кетади. Ва сиз фикр оламида, ҳаяжон боғла-

рида сайр этасиз. Бундай оромбахш, ўйчан кайфият сизни анча кунгача тарқ этмайди...

— Вой, тавба, нималар деяпсиз ўзи? — кўшним ҳеч нарса тушунмагандай қарайди. Тугунини четга қўяди. Қаддини ростлайди.

— Ҳа, сиз миллий театримизнинг "Имкон", "Тақдир синовлари" каби яна



бошқа спектаклларига вақт топиб, албатта тушинг. Қайта тутилгандек бўласиз. Ҳа, покланиб, қалбингиз ёришиб, ҳаётни севиб-севиб туғиласиз. Яшаш учун, яшай олиш учун, оилани севиш учун ҳар бир инсон ўзи онгли равишда имкон излаши, имкон ярата билиши кераклигини тушунасиз. Албатта, тушуниб этасиз.

Китоблар-чи? Уйингизда китоблар борми? Фарзандларингизга, набираларга китоблар совға қилинг. Ўзингиз ҳам ўқийсиз-да. Гоҳо зериккан ё кимдандир ранжиган пайтингизда уйга кириб, қўлга китоб олинг. Китоблар

сизнинг кўзингизни ўпади. Пешонангизни, юрагингизни силайди, эркалайди. Йўл-йўриқ кўрсатади. Қўйингчи, китоблар ҳам сизга аъло кайфият бағишлайди.

Ҳа, кўшнжон, ҳеч бўлмаса ўзимиз учун уйда ҳам, ишхонада ҳам, кўча-кўйда ҳам гина-кудуратни тамом унутиб, яхши кайфият яратишни билалей. Ҳаракат қилсак — қўлимиздан келади! Бу билан атрофимиздаги одамларга ҳам яхши кайфият, соғлиқ улашган бўламиз, оиламиз тинчлигини сақлаб турамыз.

Ахир биз бу яхши замонларда соғу саломат юргимиз келади, яшагимиз келади. Невара-чевараларга устоз бўлсак, деймиз...

— Бўпти, мен борай, бўлмаса... — собиқ қўшним тугунини олиб, йўлга тушади. Ўзича мингирлаб бораётгани кўлоғимга элас-элас эшитилади: "Тавба, китоб ўқирмишман, театрга тушармишман. Яхши кайфият яратиб, яшармишман. Бошқа ишим йўқми, қиладиган. Э, ўзингга буюрсин, ҳаммаси!..."

— Ҳўп, бўлди, кўшнжон, — дедман кайфиятим чоғ бўлиб. — Менга жуда-жуда керак, аъло кайфият! Рўх озуқаси, жон малҳами-ку, у. Бир кун барибир сиз ҳам бу ҳақда ўйлаб кўрасиз. Ҳа, мен... насиб этса, ҳар қандай шароитда ҳам ўзини қўлга ола биландиган, кайфиятини соғла оладиган кишилар сафиданман! Яшасин, аъло кайфият!

Санъат МАҲМУДОВА

## КИМНИ МЕҲМОН ДЕЙМИЗ?

"Кун меҳмони", "Ҳафта меҳмони", "Тўй-тантана меҳмони", "Меҳмон санъаткор" ва ҳоказо... Бундай мулозаматни деярли ҳар кун кўрамиз, эшитамиз ва ўқиймиз. Хўш, аслида меҳмонлик даражаси қайси мезон билан ўлчанасиз?

Тўғри, уйимизга узоқ-яқиндан қадам ранжида қилган қариндош-уруғ, таниш-билишларнинг обрў-эътиборини назарда тутган ҳолда уларга ҳар қанча меҳрибончилик, иззат-хурмат кўрсатсак арзийди. Лекин тўй-томоша ёки хайрли тадбирларда хизмат қилиш учун тақлиф этилган хонанда ёки даврақашни қандай қилиб меҳмон деймиз? Халқимизнинг машҳур ҳофизларидан бири бу мавзу ҳақида қуйиниб: "Баъзан айрим маҳмадона радиобошловчиларнинг сохта сўзбозлиги туфайли ана шундай беўх-

шов ўхшатишлар пайдо бўлаётир", деган эди.

Барибир ҳар қандай ҳолатда ҳам исталган сўз ёки иборани ниҳоятда эҳтиёткорлик билан ишлатиш лозим. Негаки, бировга хушомад ёки илтифот кўрсатаман деб, аксинча, дилини ранжитиб қўйиш мумкинлигини ҳам унутмайлик. Бу борада кексаларимиз бизга ҳаммаша намуна бўлгулик. Улар: "Бу дунёга ҳаммамиз меҳмонимиз, лекин ҳар кимнинг ҳам ўз даражаси ва мартабасига қараб муомалада бўлин", деб бежиз таъкидлашмайди. Шундай экан, бу улуг эҳтиром ва хурматнинг оҳорини тўқишдан кўра, нуфузини оширмакка интилайлик. Ана шундагина, меҳмонлик мартабаси ошиб бораверади.

Ботир КОДИРОВ,  
шифокор.

Фикр

РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА

### «ЎКТАМХОН-НУР» ўқув маркази

қуйидаги ўқув курсларига тақлиф этади:

Тикувчилик — 3 ой, бошловчилар — 6 ой.  
Тўй ва оқшом либослари — 1-2 ой.  
Аёллар костюм-шимми, плаш-пальто — 1-2 ой.  
Ҳамшира — 6 ой, 4 ойи ўқий, 2 ойи амалиёт.  
Ҳамшира (тезкор) — 3-4 ой (амалиёти билан).  
Тиббий массаж — 2 ой. Нуктали — 1 ой.  
Торт ва пишириқлар — 2 ой.  
Олий торт безатиш курси — 1 ой.  
Уйғур, Европа таом ва салатлари — 2 ой.  
Жаҳон таомлари — 1 ой.  
Аёллар сартарошлиги — 3 ой.  
Тўй ва оқшом турмақлари ва мажия — 1 ой.  
Бухгалтерия ҳисоби — 3 ой.  
Элита парда ва чойшаблар тикиши — 1 ой.

Элита парда ва чойшаблар тикиши олий курси — 1 ой.  
Сартарошлик — 2-3 ой (ўғил болалар учун).  
Тирноқ, кеприк ўстириш ва дилепляция - 1 ой.  
Каштачилик — 3 ой (машинада яшиёвқа).  
Тўқувчилик — 2-3 ой.  
Инглиз тили — 3 ой, рус тили — 3 ой, турк тили — 3 ой, корейс тили — 3 ой.  
Бисер, яъни мунчоқ тикиши — 2 ой.  
Декоратив гул, сарпо куги ва саватлар ясаш — 2 ой.  
Бисердан гуллар, даратлар ясаш — 2 ой.  
Карвинг (мева ва सबзавотлардан композиция ясаш) — 3 ой.  
Компьютер сабоқлари — 2 ой, Интернет — 1 ой.

Барчаси амалиёти билан. Ётоқхона мавжуд.

Ўқишни тугатганларга ДИПЛОМ берилади.

МАНЗИЛ: Юнусобод тумани 3-мавзе 1-уй 31-хона.

МУЎЖАЛ: Юнусобод деҳқон бозори бош тарафи ёрқасида.

Тел: (8 371) 221-17-95, 221-77-72, +99894 678-50-30 225-97-93 (18" дан 22" гача).

ФИЛИАЛ МАНЗИЛИ: Ҳамза тумани Фарғона йўли кўчаси 4-уй 40-хона. МУЎЖАЛ: Қуйлик кийим бозори рўпарасида. ТЕЛ: (8371) 295-97-82, +99894 678-50-30 (кундузи)



СПОРТ... СПОРТ... СПОРТ...

### КУЧЛИ ЎНЛИҚДА

Жанубий Кореянинг Инчон шаҳрида ёпиқ иншоотларда жанговар яккакурашлар бўйича ўтган IV Осиё ўйинлари бўлиб ўтди.

Осиё ўйинлари дастуридан расман жой олган ўзбек кураши бўйича беллашуларда спортчиларимиз иккита олтин, битта кумуш ва битта бронза медалини қўлга киритиб, умумжамоа ҳисобида биринчи ўринни эгаллади.

81 килограмм вазн тоифасида Санжар Тўхташев ҳамда 57 килограммгача бўлган хотин-қизлар ўртасидаги баҳсда Гулёр Отажонов ва қўшада тенгсиз эканини исботлади. Полвонларимиздан Сухроб Худойбердиев кумуш, Фиёсхон Бобоев бронза медал билан тақдирланди.

Мусобақанинг компьютер ўйинлари баҳсларида Павел Саприкин олтин, Сардор Абдуллаев эса кумуш медални қўлга киритди.

Кикбоксинг бўйича Азамат Абдураимов ва Аҳмад Алимбеков кумуш, хотин-қизлар ўртасида Шаҳноза Хўжаниёзова бронза медалга сазовор бўлди.

Муайтай бўйича 75 килограммгача оғирликдаги спортчилар баҳсида иқтидорли спортчимиз Саидахмад Орипов бронза медалга эга бўлди.

### ОЛТИН, КУМУШ ВА...

Ҳиндистоннинг Пуна шаҳрида энгил атлетика бўйича ўтказилган Осиё чемпионатида эркалар ўртасида найза улоқтириш баҳсларида Иван Зайцев 79,76 метр натижа қайд этиб, шоҳсупулинг энг юқори поғонасига кўтарилди. Ўнкураш баҳсларида Леонид Андреев бронза медал билан тақдирланди.

Хотин-қизлар ўртасида уч ҳатлаб сакраш баҳсида Анастасия Журавлева 14,18 метр натижа билан олтин, Александра Котлярова кумуш медални қўлга киритди. Тажрибали спортчимиз А.Журавлева узунликка сакраш баҳсида ҳам муваффақиятли катнашиб, шоҳсупулинг иккинчи поғонасидан жой олди.

Мусобақанинг баландликка сакраш баҳсида ўзбекистонлик спортчиларга тенг келадиган топилмади. Атлетларимиздан Надия Дўсанова 190 сантиметр натижа қайд этиб, олтин медал билан тақдирланган бўлса, Светлана Радзивил кумуш медалга эга бўлди.

Интернет манбалари асосида  
И. ЖУМАНОВ тайёрлади.

### ТАБРИКЛАЙМИЗ!

Хурматли  
Мукамбархон!  
50 ёшингиз муборак бўлсин!  
Оллоҳ умрингизни баракасини берсин!



Кадрдонларингиз

Муассислар: Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси, «Болалар ва овлаларни қўллаб-қувватлаш» ассоциацияси (Болалар жамғармаси) ва «Соғлом авлод учун» халқаро хайрия жамғармаси

Таҳририятга келган қўл ёзма материалларга қайтарилмайди.  
Реклама материаллари мазмун учун таҳририят жавобгар эмас.

«Шарқ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмаҳонасида чоп этилди.  
Тошкент, Буюк Турон кўчаси, 41-уй.  
Босишга топшириш вақти — 15:00  
Босишга топширилди — 15:00

ISSN 2010-7609



9 772010 760007

### Бош муҳаррир: Норқобил ЖАЛИЛОВ

Навбатчи муҳаррир — Ҳамроҳон МУСУРМОНОВА  
Саҳифаловчи — Илҳом ЖУМАНОВ  
Мусахҳилар — Саидғана САЙДАЛИМОВ,  
Гулноза БОБОЕВА

МАНЗИЛИМИЗ: Тошкент — 100000. Амир Темури кўчаси  
1-тор кўча, 2-уй. Мўжам: Олой бозори ёнида

Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида  
0169-рақам билан 11.01.07 йилда  
рўйхатга олинган. Буюртма Г — 728. Формати А3, ҳажми 2 табоқ. Адади — 6973. Баҳоси келишилган нарҳда.

ОБУНА ИНДЕКСИ — 176

Қабулхона: (тел/факс) 233-28-20  
Котибият: 234-76-08  
Мухбирлар: 233-04-50  
«Оила» бўлими: 234-25-46

Web-site: oilavajamiyat.uz

1245

E-mail: oilavajamiyat@sarkor.uz