

1991 йил 1 сентябрдан  
чиқа бошлаган



## УМРИМНИ ҲАЛОМЛИК БЕЗАДИ...

**Бутун онгли ҳаётини Қонун устуворлигини таъминлаб, адолатни амалга оширишга бахш этган самарқандлик ҳуқуқшунос Ҳайдар ота Исломов билан суҳбат.**

— Паст Дарғом туманининг "Жайра" қишлоғида туғилганман, - дея гап бошлади Ҳайдар ота. — Отам Исломо Сувонов 24 ёшида Иккинчи жаҳон урушида ҳалок бўлди. Мен ўшанда 5 йшар бола эдим. Онам — Ўғилой Сувонова бошқа турмуш қурмади. Мени — ёлғизгина боласини ўзи емай-едириб, киймай-кийдириб ўстирди. 12-13 ёшимданок катталар билан тенгма-тенг эрта тонгдан, қош қорайгунча далада ишлаганман. Илм ўрганишга жуда иштиёқим банд эди. Урта мактабни битиргач, Тошкент ҳуқуқшунослик институтига ўқишга кирдим. Йиллар давомида кўпни кўрган, тажрибали инсонлардан иш ўргандим. Одамларнинг кўнглини топишга айниқса, ўз ҳуқуқини билмаган ҳимоясиз кишиларнинг кўлтиғидан суяшга ҳаракат қилдим. Самарқанд шаҳар прокурори ёрдамчиси, Каттақўрғон ва Хатирчи, Иштихон туманларида прокурор, виллоят Адлия бошқармаси бошлиғи, виллоят прокуратураси бўлим бошлиғи, вазифаларида ишладим. Йиллар менга ҳаёт синовлари, инсоннинг билиб-билмай қилиб қўядиган хато-ю, гуноҳлари ҳақида сабоқ берди. 1990 йили Ўзбекистон Олий Мажлиси Депутатлигига сайландим. Ўз касбимни, бурчимни қонун асосида ҳалол бажариш учун туну кун тиним билмай ишладим. Тумандаги газлашмаган ҳудудларни газлаштириш, болалар ва оналар соғ-

лигини муҳофаза қилиш, қишлоқ жойларда томорқа ва якка тартибда уй-жой қурилишини тезлаштириш, Самарқанд химия комбинатидан чиқадиган захарли тўтунларни бартараф этиш масалаларини амалга оширишга ҳаракат қилдим.

— **Айтинг-чи, бугунги кунда қандай ишлар билан машғулсиз...**

— Нафақада бўлишимга қарамай, адвокатман. Самарқанд виллоят Адвокатлар ҳайъати аъзосиман. Виллоят Автогаз масъулияти чекланган жамиятда юрист қандам Ўзбекистон Адолат социал Демократик партиясининг виллоят кенгаши II - котибиман.

### Яхшилардан сўз очдик

Ҳамиша одамлар орасида бўлиш менга куч, руҳият бағишлайди.

— **Умрининг ҳар дақиқасини элга бағишлаб яшаган инсоннинг оиласидаги муҳитни билиш муҳлисларимиз учун ҳам қизиқарли...**

— Турмуш ўртоғим— Ойибига, шунча йил менинг "яхши-ёмоним"ни эъзозлаган умр йўлдошимга миннатдорчилик билдириш имкони туғилганидан хурсандман. Йиллар давомида уйим, фарзандларимдан хавотир олмай, кўнглим тўқ бўлиб ишлашимда унинг хизматлари чексиз. У мен учун доим энг яхши дўст, маслаҳатқўй ва садоқатли умр-йўлдошим бўлиб келаяпти. Рафиқам иш-

лашим, дам олишим учун ҳамма шароитни яратиб беришга интиланган. Болаларни яхши тарбиялаб, ҳаётда ўз йўлларини топиб кетишларида маёқ бўлди десам хато бўлмас. Мен сизга бир сиримни айтсам, талабалик давримдан оппоқ кўйлак кийишни ёқтираман. Бошқа рангдаги кўйлакни хушламасдим. Доим ёқаси оппоқ бўлишига эътибор берардим. Уйланганимдан сўнг, Ойибига шу одатимни сезиб, бир умр истагимни бажо қилган. Йиллар ўтиб ёшим бир жойга етибди ҳамки, хотиним шу тартибда менинг кийимларимни тайёрлаб келади. Бу вазифани гарчи ҳозир келинлари, қизлари қилиши мумкин бўлса-да, уларга ишонмай, хануз ўзи бажаради. Шу хизматининг ўзидек унинг менга бўлган меҳру садоқатининг белгисидир.

— **Фарзандларингиз ҳам ҳаётда ўз йўлларини топан бўлсалар керак?**

— Оллоҳга шукр, 8 фарзандим, 26 неварга, 6 эварамиз бор. Куёвларимиз, келинларимиз ҳам ўз фарзандимиздек қадрли. Ҳаётимиз ва фарзандларимдан хурсандман. Ҳалол меҳнат ва оиладаги меҳру оқибат инсонга албатта бахт келтиришига ишонаман.

**Исматулла Йўлдошев, Самарқанд виллоят прокурорининг катта ёрдамчиси, адлия маслаҳатчиси.**

Лолата АХМЕДОВА.

## ОЛИМА АЁЛЛАР АНЖУМАНИ

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси Олий таълим вазирлиги билан ҳамкорликда "Олима аёлларнинг фан-техника тараққиётида туганган ўрни" мавзусида икки кунлик анжуман ўтказди.

Анжумани Ўзбекистон Республикаси Бош вазирининг ўринбосари, Республика Хотин-қизлар кўмитаси раиси, сенатор Светлана Инамова очар экан, ҳукуматимиз томонидан олима аёлларимизга кўрсатиладиган ғамхўрлик ва эришиладиган ютуқлар, давлатимиз

рахбари Исломо Каримовнинг "Жамият равнақи аёлларга бўлган муносабат билан белгиланади", деган фикрлари ҳаётда ўз ибратини топаётгани ҳақида гапирди.

Мазкур анжуман ишига 900 дан зиёд маърузалар тақдим этилган бўлиб, уларнинг асосий қисмини ёш олималарнинг илмий изланишлари ташкил қилади. Улар орасида биз учун янги бўлган туризм ва сервис хизмати, ахборот коммуникация технологиялари ва автоматлаштирилган бо-

**Ахборот**

шқарув тизими каби йўналишлардаги тадқиқотларнинг ҳам борлиги қувонарлидир.

Тадбир давомида иштирокчиларнинг илмий ишлари намуналаридан ташкил топган кўргазма намойиши ҳамда олима аёлларнинг тадқиқотлари жамланган б.т.омлик илмий ишлар тўпламининг тақдими ҳам бўлиб ўтди.

Анжуманнинг иккинчи кунда олима аёллар гуруҳларга бўлиналган ҳолда олийгоҳларда бўлиб, ўзаро фикр алмашдилар.

**М. ШУКУРОВА**

## 2007 йил - «ИЖТИМОЙ ҲИМОЯ ЙИЛИ»

2007 йилга "Ижтимоий ҳимоя йили" деб ном берганимиз шу йўлда олдимизда турган вазифаларнинг маъно-мазмуни ва пировард натижаларини янада кучайтириш билан жамиятимизда ўзаро кадр-қиммат, меҳроқибат туйғусини, энг катта бойлигимиз бўлмиш тинчлик ва осойишталикни мустаҳкамлашга, ҳаётимизни янада обод ва фаровон этишга хизмат қилади.

Президент Исломо КАРИМОВнинг Ўзбекистон Республикаси Конституциясининг 14 йиллигига бағишланган тантанали ййгилишдаги маърузасидан.

## ЎЗВИЙЛИК ТАЪМИНЛАНАДИ

1997 йилдан буён юртбошимиз ташаббуси билан қириб келаётган йилни мамлакатимизда алоҳида ном билан аташ хайрли анъанага айланиб қолди. Шу орқали жамиятимизда меҳроқибат, инсонпарварлик, ўзаро ҳамжихатлик, саховатпешалик муҳити барқарор бўлди. Оила муқаддаслигини таъминлаш, оналик ва болаликни ҳимоя қилиш, соғлом авлод тарбияси, табаррук ота-хонун онахонларимизни қадрлаш, дуоларини олиш, муҳтожларни қўллаб-қувватлашга қаратилган қатор ҳосиятли, шарофатли ишлар амалга ошириб келинмоқда. Ўтаётган йилларимизга ном берилиб, вазифалар белгилана бошлагач, кўнглиларимизда саховат, каттага ҳурмат, кичikka иззат, ҳонадонимиз, кўчаимиз, маҳалламиз, қўйингки, юртимиз обондиги учун жонқуярлик ҳисларини қайта кўртат ёзди, десак янглишмаймиз. Ростдан ҳам, сўнгги йилларда ҳар биримизни оғти-онамизга кўпроқ ғамхўр, фарзандларимиз тарбиясига, аёлларимиз соғлиғига эътиборлироқ, ночор, ёрдамимизга муҳтож инсонларга меҳрли, муруватли бўлиб бораётган бўлди. Ўтиб бораётган "Ҳомийлар ва шифокорлар йили"да бундай бағрикенглик, меҳромуруват, саховат каби азалий қадриятларимизни давом эттираётган қўли очик инсонлар сафи янада кенгайди. Ўзбекистон Республикаси Конституцияси қабул қилинган кўннинг 14 йиллигига бағишлаб пойтахтимиздаги "Туркистон" саройида ўтказилган тантанали ййгилишда Президент Исломо Каримов бошланган эзгу ишларнинг узвийлигини таъминлаш мақсадида, қолаверса, халқимизнинг кайфияти ва эҳтиёжини, орзу ва интилишларини ҳисобга олган ҳолда 2007 йилни "Ижтимоий ҳимоя йили" деб эълон қилишни таклиф этди. Кўни кеча эса матбуотда юртбошимизнинг "Ижтимоий ҳимоя йили" давлат Дастурини ишлаб чиқиш ва амалга ошириш бўйича ташкилий чора-тадбирлар тўғрисида"ги Фармойиши эълон қилинди. Унда давлат ва нодавлат ташкилотлари, хотин-қизлар кўмиталари, маҳалла, ёшлар ташкилотлари, кенг жамоатчилик иштирокида ва уларнинг тақийфларини инобатга олган ҳолда давлат Дастури ишлаб чиқиш белгилаб қўйилган. Дастурда ҳар биримизга дахлдор бўлган оилалар барқарорлигини таъминлаш, айниқса ёш оилалар-

ни маънавий ва моддий қўллаб-қувватлаш, уларга имтиёзли кредитлар бериш, "Соғлом она - соғлом бола" ҳаракатини янада ривожлантириш, тиббий хизмат ва таълим соҳасига бўлган эътиборни кучайтириш, ёшларнинг ўз иқтидорларини намоён этишлари учун шароитлар яратиш бериш, ижтимоий соҳалар, хусусан "Меҳрибонлик", "Саховат" ва "Муруват" уйлари ишчи-хизматчилари меҳнатини рағбатлантириш, мазкур муассасалар моддий-техник базасини мустаҳкамлаш, ҳаётлари ўзига хос мактаб бўлган фахрийларни эъзозлаш каби масалалар қамраб олинишига алоҳида эътибор қаратиш зарурлиги ўқтириб ўтилган. Демак, янги йилда ҳам ёрдамга эҳтиёж сезиб яшайдиган оилалар ва кишилар, ижтимоий соҳа муассасалари, эл-юртга хизмати синган фахрийлар давлатимиз ва жамиятимизнинг доимий эътибори ва ғамхўрлигида бўлади. Қолаверса, ҳар биримизнинг, айниқса оналар ва болаларнинг соғлиғини сақлаш борасида шифохоналарда, оилавий поликлиникаларда, қишлоқ врачлик пунктларида олиб бориладиган ишлар янада жонланади. Эртаимиз эгалари бўлган фарзандларимиз таълим олаётган мактабларни, коллежларни, олий ўқув юрларини таъмирлаш, замонавий тарзда жиҳозлаш ишларини давом эттирилади. Янгидан-янги гузарлар, боғлар, равон йўллар, маиший, маданий-маърифий масканлар барпо этилади, юртимиз янада обод ва кўркам бўлади.

Энг муҳими, юртбошимиз айтганларидек: **"Ижтимоий ҳимоя масаласи - бу фақат давлат ва ҳокимият ташкилотлари, ижтимоий таъминот ва хайрия муассасаларининг иши бўлиб қолмаслиги лозим. "Ижтимоий" деган сўзнинг кўпчилиқка, жамоатчиликка мансуб деган маънони ифода этишини инобатга оладиган бўлсак, бу ўта муҳим масала жамиятимизнинг, барчамизнинг бурчимизга айланиши даркор".**

Сиз азиз газетхонлар янги йилда ҳам шаҳрингиз, қишлоғингиз ва маҳаллангиздаги ҳомийлар, саховатпеша инсонлар, ибратли оилалар, ҳам фарзандлар тарбиясида, ҳам меҳнатда ибрат бўладиган опа-сингилларимиз ҳақида ёзган ёзиб юборишни қанда қилмайсиз, деган умиддамиз. Ана шундай мақола ва лавҳаларга, хат-хабарларга келгусида ҳам газетамиз саҳифаларида кенг ўрин берилади.

**Дармон ИБРОҲИМОВ**

# СЎЗИ ВА ИШИ БИР ЖУРНАЛИСТ



гулланишнинг ўзи бўлмайди. Бунинг устига уларни аёлларга хос, нафислик ва меҳр билан удалаш керак. Оила ёкмай қолса алмаштириш мумкин бўлган буюм эмас. Уни кўз қорачиғидек асраб, қийинчилигига чидаб, мустахкамлаш зарур. Кейинчалик афсусланмаслик учун ҳар бир қадамни етмиш марта ўлчаб, ҳар бир сўзни гапиршдан олдин етмишга тарозига қўйиш шарт"... - Бу онажонимнинг ўгитлари. Ёшим 60 га яқинлашганда билдимки, йиллар давомида касбинг ҳам оилангдек бўлиб қоларкан. У ҳам муҳаббат ва ардоқни, фидойиликни талаб қиларкан. Айтаётган сўзинг, қозога тушган жумлангни эшитган ва ўқиганлар етмишга тарозига қўйишлари мумкин эканлигини бир лаҳза унутмаслик зарур экан...

Ҳафизахон опа сўзи ва иши бир журналистлардан. Мамлакатимизда у бормаган биронта кишлоқ қолмаган, десак муболаға бўлмайди. Умрининг энг гуллаган даври - 27 йил ўзбекистон радиосида ўтди. Катта муҳаррир, бўлим бошлиғи вазифаларида ишлади. Опа тайёрлаган "Келажақ тонги" эшиттириши Республика болаларининг ягона радио газетаси бўлиб қолди. Бир неча авлод вакиллари

учун бу эшиттириш ўзига хос тарбия мактаби бўлган. Юртимиздаги жуда кўп ижодкорлар болалигида "Келажақ тонги"га шеър, хикоя, лавҳалар ёзиб, адабиётга ва журналистикага меҳр қўйган. Бу эзуликларда Ҳафизахон Ҳайитметованинг жуда катта ҳиссаси бор.

Устозимизнинг оилалари ҳам пойтахтдаги энг намунали хонадонлардан ҳисобланади. Бош паноҳи - Холмирза ака узоқ йиллар "Ўқитувчи" нашриётида ишлади. Ҳозир кексалик гаштини сурмоқда. Уч ўғилнинг сардори Фарҳоджон олим, филология фанлари номзоди. Бехоздкон она касбини танлаган. Муроджон - ички ишлар ходими. Оиланинг ёлғиз қизи Нилуфархон хуқуқшунос. Учта келиноисини ўз орасидек қўради. Ўзбекистон телевидениеси режиссёри Шерзоджон Ҳайитметовлар оиласининг сукули қувёи.

Дунёда ота-она дуосидан улғурок бахтининг ўзи йўқ экан. Шундай бахт оғушида яшаётган дилбар, жонқуяр аёл Ҳафизахон опамизни кўлугу ёшлари билан муборакдод этамиз.

**Хулқар ҲАМРОЕВА**  
(Ҳафизахон Ҳайитметова қаламига мансуб "Бир оғиз сўз деб" сарлавҳали мақола-ни газетамизнинг 13-бетида ўқийсиз).

Юртимизда ўз сўзи, ўз овозига эга журналист аёллар орасида заҳматқаш тележурналист Ҳафизахон Ҳайитметованинг муносиб ўрни бор. Қирқ йилдан бери ҳам оила, ҳам ижоднинг оғир юкни ўзининг нозиккина елкасида кўтариб келётган устозимиз ҳамон ёшлардек тиниб-тинчимас. Уларнинг ғайратларига бизнинг ҳавасимиз келади. Чехрасида нур балқиб турган Ҳафизахон опамизнинг истеъдодлари шижоатларининг сирини билишга қизиқамиз.

- Онам Шарофатхон отин ниҳоятда зукко, саранжом-сарништа ва донишманд эдилар, - дейдилар устозимиз, - "Ҳамма етти ўлчаб бир кеса, аёллар етмиш марта ўлчаши шарт". "Бир вақтнинг ўзида давлат иши билан оилани эплаш, қайнона-қайнота кўнглини олиш, бола тарбияси билан шу-

## МАСЛАҲАТЧИ ОНА

Галина Эргашева бугун меҳнат фаолиятини ёшларга таълим - тарбия беришга бағишлаган аёл. Шунинг учун ҳам Бухоро шаҳар "Пири Дастгир" маҳалла аҳли бу аёлни бир овоздан маслаҳатчи қилиб сайлашди.

- Маҳалла менинг назаримда энг гамхўр мураббий, - дейди Галина опа. - Бизнинг юрда маҳалла одоби деган тушунча бор. Бу одоб кийиниш, юриштириш, муомала каби фазилатларни ўз ичига олади. Ёш авлод сизу биз яшаб турган маҳалланинг келажаги. Уни қанчалик ҳалол ва пок, одобли ва маданиятли, иллатлардан холи инсонлар қилиб тарбияласак, маҳалламиз, жамиятимиз соғлом ва фаровон бўлади. Ҳар қайси ота-она фарзандларига катталарни ҳурмат қилиш, насихатларига қулоқ солиш, кўчаларда оғир-босиқ юриш каби хислатларни сингдириб бориши лозим. Бу борада биз ота-оналарни фарзандлари билан бирга турли тadbирларга жалб қилаймиз. Мактабларда, коллежларда учрашувлар ўтказамиз. Маҳалламизда "Ишонч" телефо-

нини ташкил қилганмиз. Бу телефон орқали наркологик ёки ахлоқий жиҳатдан хато йўлга кириб қолган ёшларимизнинг исмларини сир тутган ҳолда иш олиб борамиз. Баъзи ҳолларда маҳалламизда гинекологик муаммолари бор қизлар маслаҳат сўраб келишади. Мен уларга шифокорга боришларини айтганимда уялишади. Шунда шифокор билан келишган ҳолда қизларимизнинг ўз исми ва фамилияларини ўзгартириб қайтишларига имконият яратамиз. Нарколог шифокор И. Мустафоевнинг ёшлар билан тез-тез учрашиб туришини ташкил қилганмиз.

Шунингдек маҳаллада ёш оналар билан ҳам алоҳида иш олиб борамиз. Уларни тез-тез тўллаб, болаларининг соғлиғи борасида, турмуш ўртоғи, қайнонасига муносабати борасида тушунчалар олиб борамиз.

Тонгдан тунгача маҳалла ташвишлари билан яшаётган бу фидойи аёлга чарчоқ билманг, деб қоламиз.

**Матлуба ШУКУРОВА**



Сухбатдошимиз Давлат Санитария-эпидемиология марказининг "Заҳарли химикат ва минерал ўғитларни назорат қилиш" бўлими бошлиғи, тиббиёт фанлари номзоди **ГАФҚОР ЭРГАШЕВ**.

## ЭЪТИБОРСИЗ БЎЛМАНГ!

- Юртдошларимиз бозорларда, кўча-кўйда мева-сабзавот ёки полиз маҳсулотлари харид қилаётганда унинг таркибида химикатлар ва минерал ўғитлар метёридан ортқи эмаллигини қандай билишлари мумкин?

- Аввало шуни айтишим керакки, бозорларга келтириладиган барча мева-сабзавотлар ва полиз маҳсулотлари тегишли тартибда лаборатория текширувидан ўтказилиб, истеъмолга

йилларда мева-сабзавот ва полиз маҳсулотлари етиштираётган дехқонларимиз кимёвий ўғитлардан фойдаланишни камайтириб боришмоқда. Бунга ана шу ўғитлар нархининг ошиб бораётганини, ерни кимёвий ўғитлар билан заҳарлаганлик ҳамда зарарли маҳсулотлар етиштирганлик ва сотганлик учун қўлланиладиган жазо чораларининг кучайтирилиши, қолаверса, дехқонларимизнинг савияси ошиб бораётгани билан изоҳланади.

- Айтинг-чи, тегишли лаборатория текширувидан ўтказилмаган маҳсулотларни сотганлик, уларнинг таркибида кимёвий ўғитлар кўпчилиги боис одамларнинг заҳарланишига сабаб бўлгани учун қандай жазолар қўлланилади?

- Агар сотилаётган мева-сабзавот ва полиз маҳсулотлари лаборатория текширувидан ўтказилмагани ва истеъмолга яроқсизлиги аниқланса, тегишли мутасадди идоралар вакиллари иштирокида далолатнома тузилиб, йўқ қилинади. Яъни кўмиб ташланади ёки ёқиб юборилади. Сотувчи эса оғохлантирилади. Бундай ҳол тақрор содир этилганда ёхуд сотилаётган маҳсулотнинг микдорига қараб ҳамда фуқароларнинг соғлиғига зарар етказилганда энг кам иш ҳақининг 3 бараваридан 50 бараваригача жарима чораси қўлланилади. Мабодо, айнан шу маҳсулотдан фуқароларнинг оммавий равишда заҳарланиш ҳолати исботланса, тегишли далолатнома ва тахдимномалар билан ҳуқуқ-тартибот идораларига мурожаат этамиз.

**Д. ИБРОҲИМОВ** суҳбатлашди.

## ҲАЁТ МАКТАБИ



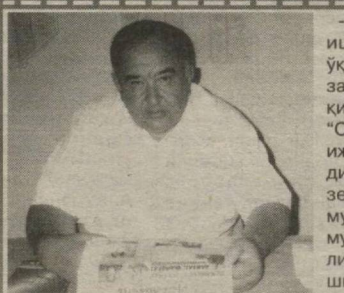
"Қўшим Мавлудахон билан "Оила ва жамият" да чоп этилган мақолаларни муҳокама этмоқдамиз..."

Мен "Оила ва жамият" газетасининг ҳар бири сонини қизиқиш, интизорлик билан кўриб оламан. Бу газетани мен "Ҳаёт мактаби" деб ном берганман. Газетани чикаётган мақолаларни ўқиб, ўз фикрларимни ёзиб юбораман. "Акс-садо" саҳифасида мунгазам чоп этилади. Бир фойдали иш қилаётганимдан ўз-ўзимдан қониқиш ҳосил қиламан. Аслида мен 82 ёшга кирган 2-гурӯх ногирониман. Кўп ишларга кучим етмайди, юрсам йиқилсам, турсам ўтира олмасам... Бу қандай ҳаёт бўларди? Ҳаётда одам фақат овқатланиш учунгина яшамайди-ку. Яшаш учун овқатланади. Инсон табиятдан, гўзалликдан, мусиқадан, шеърятдан куч олиб, ўз руҳини кўта-

ради, шодланади... Мен ҳаёт мазмуни ана шуларда деб тушунаман. "Оила ва жамият" газетасини 6 йилдан буён ўқиб, бу газетадан кўп нарсаларни ўргандим. Бу газета ижодкорларини ўз фарзандимдек қўраман. Айниқса, газетанинг расмони Набини жуда ҳурмат қиламан. Бу расмон ўзбек кишинининг миллий қиёфасини яхши кўрсатиб бера олади. Газетани

Хурматли юртдошларим, сизлар ҳам шу газетани 2007 йил учун обуна бўлиб, ҳар доим ўқиб бориңг. Бу газетадан кўп саволларингизга жавоб топасиз. Вақтингизни бекор ўтказмайсиз. Ҳаётингиз қизиқарли ўтади. Фурсатдан фойдаланиб, юртимизнинг ижодкорларини, фидойи инсонларини келаётган янги йил байрами билан табриқлайман.

**Ғайнижамол АБДУЛЛА қизи,**  
Тошкент шаҳри.



- Матбуот соҳасида кўп йиллардан буён ишлаб келмоқдаман. Бу касб ҳамиша ўқишни, ҳаётни ўрганишни, изланишни, замон билан ҳамнафас бўлишни талаб қилади. Мен севиб мутоала қиладиган "Оила ва жамият" газетаси ана шундай ижодий ёндошувнинг маҳсулидир, - дейди Нарпай тумани, "Пахтакор овози" газетаси бош муҳаррири Тошпўлат Тошмуродов. - Бу газетани оиламизда турмуш ўртоғим Гулчехраҳон, 5 ўғлим, 4 келиним, 10 набирам ҳам талашиб-тортишиб ўқишди.

**Сувратчи - София Назарова**

Этиборли томони шундаки, сўнгги

# ҚЎҒИРЧОҚ ЎЙИНЧОҚҚИНА ЭМАС...

Ха, азизлар шундай... Кўғирчоқ болалар учун эрмак, ўйинчоқ, овуноққ ролини бажарибгина қолмайди. У болаларнинг эстетикасини, дид-фаросатини тарбиялайди. Ҳаётни идрок қилиш лаёқатини ўстиради. Бундан ташқари, бола кўғирчоқдан кийим-кечакларни фарқлашни, кийиниш, ўзини тутиш одобини ўрганади. Энг муҳими ва биринчиси - киз бола бу, аввало, келажакда она бўладиган насл. Бинобарин, у ўзи ва ҳатто атрофдаги катта-кичиклар ҳам билмаган ҳолда болалик наздида кўғирчоққа ўз "боласи" назари билан қарайди. Ўзича парварिश қилади, эркалайди, ардоқлайди. Унга меҳрини бериб ётқизади, ухлатади, у билан ўздан кичик бола тилида (шуниси кизик) гаплашади, ўзи билганича алла хиргойи қилади, алла болам, деб ухлатган бўлади ва ҳоказо. Охир-оқибатда, ўзи ҳали бола эканидаёқ фарзанд нима, унга қандай қараш керак, қанақа муомала қилиш зарур, нималар ва қандай кийимлар кийдириш лозим - шулар тўғрисида тасаввурга эга бўла бошлайди. Натижада унда болага нисбатан онасидан ўтган шу вақтгача ухлаб ётган туғма инстинктинг тушунча уйғонади, униб ўсади. Энг муҳими, болада келажакда ўз фарзандига бўладиган меҳр шакллани бошлайди, ўз зурриётига бўладиган муҳаббат туйғуси куртак бойлайди. Бу жараён кунда, кунора такрорланавергач, бора-бора кизда болага жигарбандига бўлган инсоний туйғулар ривожланади, камол топади. Ўз навбатида, бу - бўлажак оналарда юзага келадиган ўта муҳим меҳр-мурувват бўлиб хизмат қилади.

Иккинчиси, киз бола келажакда бир йигитнинг ошиги, куёвининг завжаси, яъни муқаддас оила қурадиган аёл. Зеро, киз бола кўғирчоғини ёнига олиб ётар экан, уни аллалайди, бағрига босади, устини ёпиб, бошига ёстиқчасини қўяди ва шу билан у ўзида бошқаларни парварिश қилишдек бекиёс қимматли одат орттиради. Ёнида ётган кимсани болагидега - кўғирчоғини, вояга етиб турмуш қурганида умр йўлдошини қачонлардир орттирган кўникма-

си ва малакаси асосида парварिश қиладиган, ардоқлаб ётадиган, лозим топганида эркалаб қўядиган бўлади. Бу масалага психологик, педагогик нуқтаи назардан чуқурроқ қарайдиган бўлсак, боланинг руҳиятидан, ички ҳиссий кечинмаларидан келиб чиқадиган бўлсак бунда ғоят улкан маъно-мазмун борлиги аён бўлади. Масала шундаки, инсоннинг сезги ҳусусиятлари, эстетик тушунчалари бу энг кичик ёшдан, демакки, кўғирчоқ ўйнайдиган даврдан куртак ота бошлайди, тарбия топиб боради, ривож олади. Ёнида у билан бирга нима, ким (келажакда эса ёстиқдоши)нинг ётишини ёктириб бориши, хоҳлаши, бола бағрининг, қолаверса, танасининг шунга лаёқатли бўлиб улғайиши худди шу даврдан бошланади. Шундай бўлгач, ота-она, қатталар киз боланинг шу каби нозик, ўғзал, аммо ўта қимматли инсоний хис-туйғуларини, фаҳм-фаросатини янада кўркам ва жозибали тус олиб боришига кўғирчоқ ва ўйинчоқлар воситасида ҳам кўмаклашиб юришлари лозим. Хулоса қилиб айтганда, кўғирчоқ келажакда болада оромбахш, кизгин, шу билан бирга самимий туйғулар шаклланишида беназир воситадир. Киз бола бағрида ачомлаб ётган кўғирчоғини ўпиб, эркалаб қўйишида олам-олам, эстетик туйғу челақлари бор. Билингки, булар келажакда ёстикдошига нисбатан аёллик меҳр-муҳаббати гуллаб-яшнашига булоқ сувидай зарурдир. Мен сизга айтсам, ишонасизми, каттароқ бўлиб қолган чоғларида ҳам кўғирчоғисиз ухлай олмайдиган кизлар оилали бўлганларида ёстикдошисиз ухлай билмайдиган бўладилар. (Бундай келинга мушарраф бўлган куёвларни табриклан!) Кўғирчоқ ҳусусида ёзишмдан мақсад - ота-оналарнинг кейинги вақтларда фарзандларига китоб олиб беришлари усайиб кетганидек, кўғирчоқ харид қилишлари ҳам камайиб бораётганлигини уларга афсусланиб, эслатиб қўйишдир. Мен истардимки, бахтли болаларимиз - келажакда бахтли инсон-бахтли эркек, хотин, бахтли ота-она даражасига мушарраф бўлсин...

Азимжон ҚОСИМОВ,  
филология фанлари номзоди.

Ўтган янги йил арафаси эди. Кеч алламаҳалда, дарвозани тақиллатиб, кимдир қаттиқ овозда қақира бошлади. "Ким бўлди экан?" деган ҳаёлда, ташқарига отилиб чикдим. Қўшни қишлоқдаги таниш одам ранги ўчиб, дарвозанинг тагида турарди.

- Тинчликми, огайни, менда ишингиз борми? Ярим тунда ҳовлини киб юрибсиз? - дедим.

- Тинчлик. Аммо тинчлик ҳам эмас. Кичкина ўғлингиз уйдами? Қишлоғимизга ўғлингиз ўртоқлари билан синфдошиникига туғилган кунга боришган экан. Қайтишда ҳовлимиз томонга болалардан бири пақилдоқ отибди. Ташқарига чикқан

ишлаган, ҳозирда ишини ташлаб, ҳусусий дўкон очиб олган аёл хуфёна сотаркан. Ўзи тиббиёт соҳасида ишлаб, инсон ҳаётига нақадар хавfli воситаларни сотишини ҳеч нарса билан изоҳлаб бўлмас керак.

Ўтаётган йилнинг илк кунларида маҳаллалараро милиция таянч пунктининг ёнидан ўтиб қолдим. Милиция таянч пункти биносининг чор-атрофида қарскурс этган овозлар бир зум ҳам тинмасди. Ўтиб кетиб турган одамлар у ёқда турсин, на маҳалла посбонлари, на фаоллари, ҳатто милиция ходимлари ҳам бунга эътибор қилишмасди. Афтидан бу нарсаларга улар аллақачон кўникма ҳосил қилишганга ўхшар-

дама, мен ҳам индамай", қабилида ш тутишаётганмикан? Тўғри-да, бировларнинг орасига кириб нима қилишди, ба-лога қолиб? Лоқайдлик кўчасида юрганларнинг фикрлари ана шунақа... Оқшом пайти дўконнинг ёнидан ўтаётиб, дўкончининг 2-синфда ўқийдиган ўғли хавfli нарса билан ўйнаётганига кўзим тушиб қолди. Отасининг олдига ётақлаб бориб, кўлидаги "ўйинчоқ"нинг ёмон оқибатларга олиб келишини айтдим. Отасининг ҳам жаҳли чиқиб: "Пақилдоқни кимдан олдинг?" деб ўғлига бир шاپалоқ туширди. Боланинг йиғисини эшитиб, уйдан аёли ва кизлари

# ПАҚИЛДОҚНИНГ КАСОФАТИ



отилиб, ташқарига чиқши. Изимдан уларнинг шангилаган овози эшитилиб турарди. "У одамнинг нима иши бор экан? Тунов йили касал бўлиб, ўламан, деб ётганди, энди тирилиб қолибди. Менинг болаларим билан унинг нима иши бор? Худди мелисадий хўжайинчилик қилади..." Жаҳлим чиққанидан яна изимга қайтай дедим-у, ўзимни босдим. Дўконнинг олдидаги воқеанинг гувоҳи бўлиб турганлар эса, "ақл" ўргатмоқчи бўлишиб: "Нима қиласиз, ака, ўзингизга гап сотиб олиб, ўйнашса ўйнайвершисин-да, ахир болада", - деб қулишади. "Радиога айтишяпти, телевизордан кўрсатишяпти, газеталарда ёзишяпти - шу нарсаларнинг касофатини", - деб айтсангиз, ота-оналар, ён-атрофдагилар пинагини ҳам бузишмайди. Бу нарсалар ҳамма дўконларда сотилмайди. Аммо бировларнинг тинчини бузиш эвазига, таъқиқланган портловчи элементларни яшириб пулловчилар топилиб туради. Ваҳоланки, бундайн лоқайдлик туфайли ҳар биримизнинг хонадонимиз, яқин жигарларимизнинг бошига не-не говгалар ёғилиши мумкинлигини бир тасаввур қилиб кўришимиз лозиммикан?.. Шундай экан, бу масалага ҳар бир мутасадди киши, ҳар биримиз жиддий ёндошмоғимиз зарур. Янги йил байрами яқин. Хушхўрсандлик, бахт-саодатли ҳаёт ҳар бир хонадонда ҳукм сурсин.

Пардабой ҚУЛОТОВ,  
Сурхондарё вилояти,  
Жаркўргон тумани.

# УСТОЗИМ ДЕБ ЭЪЗОЗЛАГАНДИМ...

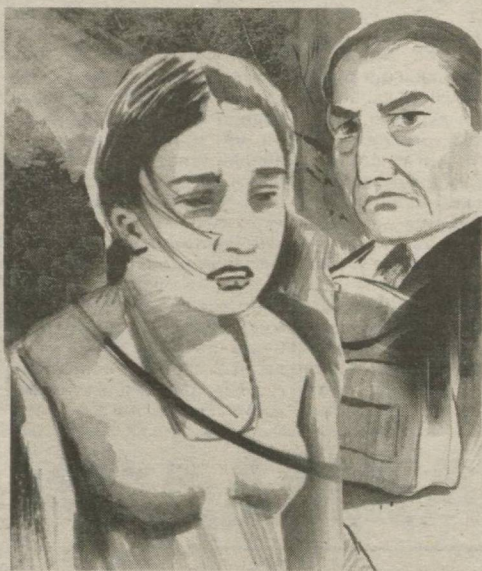
- Устоз—ота каби улуғ, дейдилар. Мен эса устоздан азиат, ранж чекдим.- дея юрагини очди тахририятга ташриф бурюрганШарифахон исмли киз.

- Ёшлигимдан расм чизишга қизиқаман. Онам эса келажакда рассом бўлишимни сира хохламасдилар. Ҳавас, иштиёқим баланд эканлигини кўриб, онам ноилож вилоятимиздаги машхур рассомга шоғирдликка берганди. Мен ҳар куни ўқишдан чиққач, расм чизгани устахонасига борар эдим. У киши билан соатлаб хонада ёлғиз қолиб кетсам ҳам ёши улуглиги боис хавотирланмасдим. Отам мен туғилмасимдан олдин онамни ташлаб кетган экан. Тўғрироғи никоҳсиз туғилганман. Устозим буни биларди. Қийналган пайтларимда тасалли берарди, кийим-кечагим учун пул ҳам берарди. Устахона ҳар доим ҳаваскорлар билан гавжум бўлгани боис, устозим расм чизишим учун ертўладан шароит яратиб берди. Бўш вақтларида мен билан бирга расм чизарди.

Бир куни устахонага борсам, устозим ароқ ичиб ўтирган экан. Хижола бўлиб, эртага келишимни айтиб кетаётсам, ҳол-жонимга кўймай ертўлага олиб тушди. Дастурхон тузатилаган, турли хил ичимликлар ҳам бор эди.

- Сиз билан бирга тушлик қилмоқчиман, - деди мулозамат қилиб устозим.

Таклифни рад этолмай, ноилож ий-манибгина ўтирдим. Сўхбатимиз аввалда чет эл рассомларининг ҳаёти ва ижоди ҳақида бошланди. Кейин устозим пиёлага ароқ қуйиб менга узатди.



- Мени устозим десангиз ичасиз. Гап тамом, вассалом...

- Умримда ичмаганман, - дедим устозимнинг қўлини қайтариб.

- Яхши асар яратиш учун ижод ахли ичиши керак. Ҳали бир йилда сизни машхур рассом қиламан, - деди қўлимга пиёлани мажбуран тутқазиб.

Ароқни ичгач бутун вужудим оловга айланди. Кўзларим тина бошлади.

- Кечирасиз, чой дамлаб келай, - деб чойнакни бахона қилиб ташқарига чиқиб, қочиб кетмоқчи эдим, ертўлангиз эшиги қулфланган экан. Нима қилишимни билмай, яна жойимга бориб ўтирдим.

- Сочларингиз бунча узун, мени ақлдан оздираёпти,- дея севги изхор қилиб кетди устозим.

- Кечирасиз, мен қизингиз тенгиман-ку. Қолаверса, устозимсиз. Мен сизни отамдек ҳурмат қиламан, - деб ҳаёлини чалғитмоқчи бўлдим.

- Хоҳласангиз, сизга уйланаман. Бошингиздан-оёгингизгача зарга кўмаман. Фақат менинг севгимни рад этманг,-деб оёғимга йиқилди. Уйлаб ўтиришга вақт йўқ эди. Менга яқинлашиши билан касал бўлиб қолган одамдек, "Вой ичим, ҳозир ўламан, вой ичим...", деб ерга ётиб олдим. Йиқилганимни кўриб, устозим эшикни очди-ю, мени ташқарига кўтариб чиқди. Сездирмай зимдан қарасам, устозимнинг ранги докадек оқариб кетибди. Сув олиб келишга чиққани захоти сумкамни қўлга олиб уйга жўнадим.

Уйда онам рангимни кўриб кўрқиб кетди. Бўлган воқеани айтиб бердим. Онам эртаси куни устозимнинг устахонасига бориб шарманда қилиб кетибди. Бу машмаша туманимизда дув-дуб бўлди. Рассомнинг хотини келиб:

- Отасиз ўсган қиз қиз бўлармиди? Эрим машхур одам. Шаънига нолайиқ сўзларни айтма. Дунёга келганинга пушаймон қиламан, - деб ўдагайлаб кетди.

Бу гап-сўзларни деб мактабга ҳам боролмай қолдим. Онаминг биттагина ўйловсиз ҳаракати келажагимга тўсиқ бўлди. Устахонадан чизган расмларимни қайтариб олиб келдим. Энди мен рассомнинг катта душманига айлангандим. Ту-

манимиздаги тadbирларда расмларим билан иштирок этсам, устозим бир вақтлар ўзи мактаган расмларни инкор эта бошлади. "Менинг бўйнимга ўзи осилиб олди", деган бўлмағур гапларини тарқатди. 6 йилдан бери мени яхши кўриб юрган Акбар ҳам бу гийбатлардан сўнг ташлаб кетди. Ҳаммаси жонимга тегиб, Тошкентга келдим. Олийгоҳга киролмадим, аммо нуфузли идорага ишга жойлашдим. Онам ҳам мени деб Тошкентга кўчиб келди. Ҳаётим бир маромада кечаётганида, устозим ишхонани топиб келиб раҳбаримга роса ёмонлабди. Раҳбарим у одамни қаердан танишимни сўраб-суриштирди. Менга нисбатан муомаласи ўзгариб қолди. Дипломни йўқлигини бахона қилиб, ишдан бўшатиб юборди. Кейин иш топишга роса қийналдим. Онам доим вилоятга қайтишимизни таъкидлайди. Ёш бошимга тушган бундай кўргиликларга чидай олмай онамга:

- Нега мени никоҳсиз туғдингиз. Отам бўлганида ҳеч қим мени камситмасди. Отам ким ўзи, тирикми, ўлган бўлса қабри қаерда, нега айтмайсиз?-деб алашимни тўқаман. Онам эса отам ҳақида ҳеч нарса гапирмайди. Яқинда яна бир ташкилотга қотиба бўлиб ишга жойлашдим. Раҳбаримга вилоятим ҳақида гапирганимда устозим билан ўртоқлигини айтиб қолди. У ҳам ишдан бўшатиб юборса, нима қиламан, деб таҳликада яшашаман.

**Шарифанинг ҳасратларини тинглагач, устози билан бутунлай алоқани узиши кераклигини, ҳар қандай вазиятда ҳам тортишмаслигини, ўз орзу-интилишларидан чекинмаслигини маслаҳат бердим. Сиз нима дейсиз, азиз мухлис.**

Адиба УМИРОВА

- Исмин Носиржон! Самарқанд шаҳридан кўнғирок қилаялман. Бугун мен учун оғир кун бўлди. Йигит бошимга шўнчалик кўп тавишлар тушади, -деб сира уйламагандим. Ҳаммасига жонимдан ортиқ севган хотиним сабаб бўлди, - деди кўнғирок қилаётган йигит.

- Нега энди хотинингиз сабаб бўларкан, ахир қарс икки кўндан чиқади, дейишган, - дедим дабдурустан хотинидан сўз очган йигитга.

- Тўғри, хотинимда ҳам айб йўқдир. Лекин... Мен уни жуда яхши кўрардим. Очиғи-

қолгани учун бошқа эркакка мойил бўлиб қолганини айтди. Буни эшитгач қай аҳволга тушганим ёлғиз Оллоҳагина аён.

Бир қанча мuddат яшаб турдик. Уғлимни ҳар куни кўрмасдан, уни бир бағримга босмасдан яшашни тасаввур қила олмасдим. Шу боис чидашга уриндим. Лекин бўлмади, хиёнатнинг алами оғир бўлар экан.

Бир куни алашимдан портлаб кетдим. Узимни тута олмай аёлим билан жанжаллашдим. Оқибат бу иш уйимдагиларга ҳам маълум бўлиб қолди. Аёлим эса уйига жўнади.

яхши кўраман. Лекин унинг богчаси қайнона-қайнотамнинг маҳалласида-да. Ҳадеб бориш ҳам ноқулай. Бунинг устига ўғлимни бир марта кўрсам, ҳар куни уни соғина бошлайман, кўргим келаверади.

Агар хотинимни урсам, сўксам, рўзгорни эглай олмасам бу айбларимни тузатган бўлардим. Лекин қандай қилиб ўзимни суйдирар? Кўнғилнинг иши қийин экан. Агар оилам шу сабабли бузилишини билганимда эди... Номардларча иш тутган хотинимга уйланмаган бўлардим. Энди бўлса у мени ташлаб кетди.

- Ота-онангиз, яқинларингиз нима дейишяпти?

- Улар ҳам менга бирор маслаҳат бера олмай хайрон. Онам эса

## ҲАР КИМГА

## ИНСОФ БЕРСИН...

ни айтсам, тўйгача гуноҳ иш қилдик. Ҳомиладорлигини ўзимдан бошқа ҳеч қим билгани йўқ. Кейин тўйимиз бўлди. Назаримда жуда бахтли эдик. Уғилчамиз туғилганидан сўнг бахтимиз янада зиёда бўлди. У ҳозир беш ёшга тўлди. Кўрмаганимга ҳам анча бўлди...

Кейин у ажрашишга ариза ёзди. Мен эса юрагимдаги алам, изтироб, тутай бошлаган севгим билан қолавердим. Аёлимни эса ўша эр-

ка билан бир-икки марта кўрдим. Жуда бахтиёр эдилар. Менимча ўша эркакка турмушга чиққан кўринади.

- Сиз уйланмадингизми?

- Қандай уйланади? Унга муҳаббатим кучли эди. Қайта у билан яшашим мумкин эмаслигини, уни кечира олмаслигини билсам-да, кўнглимни уза олмаялман.

- Уғлингизни кўриб турасизми?

- Кўрмаганимга анча бўлди.

- Ахир отасиз-ку, нима бўлганда ҳам боладан хабар олиш вазифангиз-ку!

- Тўғри, мен ўғлимни жуда

ўғлимни соғиниб йиғлайди, тез-тез бориб кўриб келади. Қудаларига ялинади. Улар эса "Кизимизнинг ўзи билади-да, яшайдиган у", - дейишдан на-рига ўтмишмайди.

Йигит хотини ва соғинаётган ўғилчиси ҳақида кўп гапирди. Сўнг: "Майли, опахон, сизни ҳам ишдан қўйдим-да", - дея хайрлашди.

**Дунёнинг ишлари галати.**

**"Хору расво этадурдон, бу кўнғилдир, бу кўнғил"...**

дея қўйланади бир қўшиқда.

Ушбу воқеада шу кўнғилни деб икки ўртада қоракўз фарзандлар оворай-сарсон. Ҳар бир эркак ҳам, аёлга ҳам инсоф берсин. Шу жумладан Носиржоннинг аёлига ҳам инсоф тилади! Бир куни у хато қилганини тушуниб қолар. Лекин унда кеч бўлиб қолмасмикан? Сиз нима дейсиз?

ГУЛБАШАҚАР

## ТАШРИФЛАРИНГИЗ...

## ҚИШЛОҒИМИ

**ЎМСАЙМАН**

- Эллик йиллик умрим пойтахтда ўтди. Киндик қоним тўкилган она қишлоғимдан олий ўқув юртига кириш учун келганман, - дея сўз бошлади тахририятга кириб келган отахон. - У пайтларда ёшлиқ шиддати, беуй даврон суриб юрган чоғларимиз эди. Уқиниши битиргач, ортга қайтишни истамай аспирантурага кирдим. Сабоқ берган устозимнинг этагидан тутдим. Устозим уйдан жой берди. Шу киши тўфайли яхши ишга жойлашиб олдим. Отам қишлоққа қайтишимни истаб, кўп насихат қилди. Лекин мен пойтахтда яшайвердим. Вақти келиб онам мени уйлантириш пайига тушди. Менга эса улар танлаган қишлоқ қизларидан кўра шаҳар қизлари маъқулдек эди. Қолаверса устозимнинг ўртанча қизига кўнғил қўйгандим. Аспирантурани битираётган йилим қизингиз ҳам менга мойиллиги борлигини сезиб қолдим. Қишлоққа бордим-да ота-онамни совчиликка жўнатдим. Мақсадимни англаган устозим бир куни ёнларига чаққиб: "Болам, мен сизга қизимни беришдан қочмайман, лекин бир кун сиз ҳам биздек қарийсиз. Она юртингизга кетгингиз келиб қолиши мумкин. Менинг қизим эса у ерларга бориб яшашни табиий ки истамайди. Вақти келиб афсусланмайсизми? Шунч-

қур ўйлаб иш тутинг", - деди. Тўғри, ўшандаям менинг она қишлоғимга меҳрим баланд эди. Лекин туйғуларим мени Малоҳатдан айро яшашга қўймади. Хуллас биз турмуш қурдик, давримиз ҳам берган икки хонали "дом"да яшадик. Иккита фарзандли бўлдик. Ҳовли-жойли бўлдик. Масъул жойларда ҳам ишладик. Фарзандларни уйлаб-жойладик. Вақт ўтди, нафақага чикдик, давримиз ҳам кетди. Кейинги пайтлар неғадир қишлоғимни кўмсайман, бутунлай кетиб қолгим келади, аммо бунинг илоҳи йўқ.

- Нега илоҳи йўқ, дейсиз. Кўчингиз бор вақтида қишлоғингиздан жой қилиб қўймаганимизми?

- Шундай қилмоқчи бўлган пайтимда хотиним, болаларим қаршилик қилишди.

- Аёлингиз, фарзандларингиз қишлоққа бориб туришганими, ўзи?

- Жуда ҳам. Тўй-маъракаларда боришад-ю, узоғи билан у кунда қайтишад. Мени эса қишлоғимнинг соғинчи ўртамоқда... Бу ерга келишдан мақсадим шу дардимни айтиб енгил тортиш, қолаверса энди турмуш қураётган ёшларга охирини уйлаб иш туттиларини уқтириш эди. Ушанда устозимнинг, ота-онаминг маслаҳату насихатларига амал қилмаганимга энди афсусдаман.

- Отахонингиз кўзида ёш айланганини кўриб, юрагим алланечук бўлиб кетди.

МАТЛУБА

# ГИЛАМ ОРТИДАГИ КУЧ

**Т**ахририятга ташриф буюрган дўстим, маънавий-руҳий коммуналлик интилган одам сизча бўлар. Фақат уйлангунча сал шомасангиз яхши бўлармиди. Эрнинг жуфти ҳар томонлама ўзига мос бўлса-да. Фикрингиз тўғри, жуфтингиз онасиз ўсганлиги учун ўзингизга муносиб кўргансиз. Аммо келинои сиздек фикрламас, ўйламас, ички дунёнгизни, кўнглингизни тушунмас экан. Нима ҳам дердик, тақдир.

Муҳтарама волидангизнинг орзу-ҳавасларини қаранг, сизга атаб гилам тўқиган эканлар. Зарур бўлганда сотиб пулни синглингизнинг тўйига ишлатгансиз. Бу билан онагизнинг руҳлари қизларини ҳам кўллабди. Кўлингиздан чиқиб кетаётганига рози эмасдингиз. Шунинг учун ҳам харидор билан келишиб қўйдингиз. Бундан онагизнинг руҳлари шод бўлди. Ҳаётда сизни кўллаб бошлади. Омад кулб боқди. Уй олдингиз. Эйтиборингиз ошди. Мансабингиз кўтарилди. Гиламни асраб юрганга ҳурсанд бўлиб, сотган нархингиздан беш баравар қилмагига қайтариб олиб диллингиздаги тугунни ечиб тўғри қилгансиз. Бу билан онагизнинг руҳини яна бир бор шод этгансиз. Гиламни уйга олиб кел-

ганингиз келинпошшага малол келибди. Энг ёмони қиллоққа телефон қилиб, неча пулга олганингизни суриштирибди. Шунча пулга минг марта зўридан ўнтасини олса бўларди, деб гиламни ерга уриши сизни портлатиб юборибди. Жазолабсиз. Гаплашмай қўйибсиз.

Шу муносабатларингиздан хулоса чиқариб, узр сўрамайdimи? Қўшнинг ҳам уяси бузилмасину, аёл эрнинг кўнглига қараб муомала қилмайdimи? Аёл зоти зиммасидаги масъулиятни унутмасаяхши бўларди. **Эр-аёлнинг жуфти, фарзандларнинг отаси. Оиланинг қопқоғи. Моддий таъминотчиси. Оила тарбиячиси. Бунга англамаслик ношукрлик.**

Гилам онагиздан ёдгорлик. У сизга тумордай гап. Ҳаётда нимага эришган бўлсангиз, ўзингиз ҳис қилганингиздай, шу гилам ортидаги куч. Онагизнинг руҳлари рол ўйнамакда. Уни эъзозланг. Фарзандларингизга ҳам ўргатинг. — Битта гилам экан-ку! Шунга шунчами? — деб фикр юртувчилар топилар. Хар ким ўз

савиясидан келиб чиқиб айтади. Майли.

Онасини тиригида қадрламаган, бу дунёдан ўтгач, унутиб юборадиганлар қанча. Бундайлар омадсиз кишилардир. Ота-онани



ҳурмат қилган, хотирасини эъзозлаганлар ўзлари ҳам шундай эътибор қозонадилар. Шубҳа қиладиганлар ён-атрофларига боқсин.

Ҳаётингиздаги воқеа кўпчилик учун сабоқ бўлса не ажаб. **Мўмин ХОЛМУРОДОВ, Қарши шаҳри.**

## “Гиламнинг қадри”, - 46-сон

**ЭСАЛТАМА:** “Етимликка қўйналиб улғайдим. Синглимни узатишга маблағим йўқлиги сабаб онам мен учун тўқиган гиламни соғашу, вақти келиб пулим кўпайганга қайтариб олдим. Аммо хотиним онамдан ён-атроф бўлган гиламни қиммат нархга сотиб олганим учун жанжал қилди.”

**М. ШУКУРОВА**

**М**ақолани ўқиб, бир ўртоғим қилган ҳикоя ёдимга тушди.

Урушдан оч, яланғоч бўлса-да, соғ-саломат чиқди. Онам эса уруш тугаши билан ҳаёт билан видолашдилар. Мен ва онам урушдан бир кўли ногирон бўлиб қайтган отамнинг топганига шерик эдик. Шунча қийинчиликларга қарамай, отам мени ўқитдилар, уйлантирдилар.

Мен уйлангач хотиним ашаётган туман марказига ишга кетдим. Қайнонамнинг ҳовлисида яшагач тўғри келди. Қайнонам, қайсинглим мен ва хотиним яшардик. Мен олган маошимни хотинимни кўлига берардим. Орадан икки йил ўтди ҳамки, хотиним “бобомга беринг” деб бир сўм бермасди. Бир куни хотинимга: “Хотинжон, олаётган маошимиздан менинг отамга ҳам бир оз ажратсак”, деганимда, хотиним: “Хозир биз онамнинг уйида яшаймиз. Агар бирор жойга кўсак, ҳеч вақомиз йўқ. Шунинг учун аввало, ўзимизга кераклик нарсаларни тахлайлик. Сўнг отангизга хоҳлаганча пул бераверинг”.

деди. Ўйлаб қарасам, хотиним тўғри айтаяпти. Шу билан орадан яна бир йил ўтди. Аммо кургур бу рўзгор битмади. Мен эса қари отамнинг дуосини олиш йўларини ўйлаб кун кечирардим. Охири шундай тadb-бир ўйлаб чиқдим.

Бир куни хотинимга: “Хотинжон, рози бўлсанг, бу ердан бошқа туманга қайтиб кетамиз. У ерда кадрлар етишмайди. Маош ҳам бу ердагидан кўп. Бунга ўзинг ҳам биласан. Бунинг устига менинг маошимдан бошқик қисқартирибди”, дедим. Хотиним кечаси билан ўйлаб, эрталаб “Э, дadasи маошингизни қирққан бўлса қирққандир. Оллоҳ озига барака берсин. Икки кўчган бир таланган билан баробар деганлар. Келинг иссиқ жойни совутмайлик”, деди. Табиийки, мен бу таклифга рози бўлдим. Чунки, маошим қисқармаганди-да.

Шундай қилиб ҳар ой олади-ган маошимни тўртга бўлиб, бир бўлагини отамга етказиб бериб турдим. Қилган бу ишимдан ўзим жуда қувонардим. Чунки, бирор кўнгил қоралигисиз ишим йўлга тушиб кетди”, деди дўстим.

Ҳа, ҳаётда баъзида ўз мақсадини амалга ошириш учун турлича сиёсат юргизишга тўғри келаркан. Сиз муҳими, онагиздан қолган гиламни қайтариб олибсиз. Энг муҳими шу.

**Раззоқ ҲАКИМИЙ, Навоий вилояти, Қизилтепа шаҳри.**

**Б**ошнингиздан ўтган воқеани ўқиб, етимликни азобини торттиб, ҳаёт оғирликлари билан курашиб ўсган, ақли, идрокли инсон эканингизни тушундим. Юрак туйғуларингиз онагиз сизга атаб тўқиган гиламни умрбод ёдгорлик қилиб сақлашни диллингизга солибди. Синглингизнинг тўйи учун пул зарур бўлиб, гиламни сотишга ва қандай бўлмасин пул тушганда уни қайтиб олишга қарор қилибсиз. Менинг сизга жуда ҳурматим ошди. Онагизнинг меҳр билан сизга атаб тўқиган гиламини эсталик деб сақлаш, онагизни соғинганда унга қараб хотирлаш, умрбод гиламни кўз олдингизда кўриш истаги, сиздаги юрак туйғуларини улуғлигининг исботидир.

Энди аёлингизга келсак, одатда, хотин зоти рўзгорда пулни тежаб яшагач ҳаракат қилади. Ундан хафа бўлмаслигингиз керак, чунки, ҳар бир инсоннинг дунёқарашини ҳар хил. Сизга маслаҳатим, гиламни диван ёнига осиб қўйинг, доим кўз олдингизда бўлади. Фарзандларингизга ҳам у гилам сизга жуда қадри эканини тушунтиринг! Бу билан ота-онага меҳр туйғуларини фарзандларингизга сингдириб бора-

сиз. Шунга ўхшаган бир воқеа менинг ҳаётимда ҳам бўлган.

Онам вафот этганига ўттиз йиллар бўлди. Албатта бир инсон вафот этганидан сўнг унинг шахсий буюмлари қолади. Кийим-кечакларини садақ қилиб тарқатган бўлсам ҳам, менга онамдан умрбод эсталик бўлиб чой ичиб юрган чойнак пиёла ва ҳассаси қолди. Шунча йиллар ўтса ҳамки, мен у буюмларни эсдалик деб кўзимнинг нуридай сақлаб келаман. Ўзим ҳам қаримдим, ёшим 83 га етди. Мен онамнинг ҳассасига таяниб юрадиган бўлиб қолдим. Оёқларим зирқираб оғривса ҳам шу ҳассасга таяниб, ундан мадад топаман. Мени онамнинг руҳи қўлагандай, куч-қувватга киргандай ҳис этаман. Чойнак-пиёла эса менинг доим яшши фикр билан яшашини тилаб тургандай сервантимда турибди. Болаларимга, невараларимга доим шу чойнак-пиёла онамдан эсталик эканини, уни доим, ҳатто менинг вафотимдан кейин ҳам сақлашни тушунтираман. Она меҳрига дунёдаги ҳеч нарса тенг келмайди. Она вафотидан кейин руҳини шод этиб, ундан қолган эсдалик буюмларини тақиб яшши фарзандлар ишидир.

**Файнижамо АбДУЛЛА қизи, Тошкент шаҳри.**

**М**ақола қаҳрамони, яъни гиламни ўзи учун қадри деб билган инсонни мен кўллаб-қувватлаган бўлардим. Чунки ота-онадан қолган ҳар бир буюм фарзанд учун қадри бўлмоғи лозимдир.

Аёл эрининг ҳис-туйғуларини тушунмагани, уни эшитишни ҳам хоҳламагани нафратимни уйғотди. Шунча йиллар эрнинг меҳри оғушида яшаб, унинг оғир кунда дардига малҳам бўлмаслик унга нисбатан ноҳақлик-ку!

Менга отамдан қолган ҳар бир буюм қадри. Онам мен билан маслаҳатлашгандай бўлиб: “Отангнинг шу нарсаларини фалончига бериб юборай”, - дедилар, ҳеч рози бўлгим келмайди.

Бир дугонамнинг отаси оламдан ўтганда кейин унинг укасига ҳовлидаги қорамолни сотишни маслаҳат беришибди. Шунда укаси: “Йўқ! Ҳеч ҳам иложи йўқ, Чунки бу мол отамдан қолган ёдгорлик. Мен бунга тўйимга атаб қўяман, отамнинг қўшган хиссалари деб қабул қиламан. Бу мол мен учун азиз”, - дедди.

Мен мақола қаҳрамонига шундай демокчан: сиз тўғри йўл тутдингиз! Фикрингизда собит туринг!

**Латофат САЪДУЛЛАЕВА, Тошкент.**

**М**ақолани ўқидуми фикр билдиришим кераклигини ҳис қилдим. Дарингизни тахририятга келиб айтганингиз жуда яхши бўлибди. Бу ерда ақлни ишга солмоқ керак. Кўнгил эса бир шиша, синса асло тикланмайди. Аслида умр йўлдошингизнинг феъли фақат сизга аён. Балки унга турли ривоятларни келтириб бўлса ҳам яхшилаб тушутирсангиз ўз хатосини англаб, деб ўйлайман.

Онагиз тўқиган гиламнинг ҳар бир толаларида сизга бахту омад, омонлик, соғлиқ тилангани аниқ. Сиз иложсиз сотиб, яна қиммат нархга сотиб олиш ниятини кўнглингизга тугиб қўганингиз учун ҳам табиийки, сизнинг ишларингиз юришиб кетган. Гиламни қайтиб олишингиз омадек буюк зотга бўлган чексиз ҳурматингиздир. Биламан, сизга кўплаб мухлислардан маслаҳатлар, фикрлар битилган мактублар келди. Улар газетада чоп этилгач хотинингизга ўқитинг. Ақл билан иш тутишингизга ишонаман, оилавий хотиржамлик тилаб қоламан.

**Лиза РЕИМОВА, Қоракалпоғистон Республикаси, Тахтақўй тумани.**

**К**ийинчиликларга сабрбардош билан чидаб, ўз бахтига эришган Норулга ҳавасим келди. Қайдарнинг ота-онасининг қилмишлари мени жуда газаблантирди. Улар ўглининг ҳаётини заҳарлаб, бошқа аёлга уйлادилар. Келин ҳам уларнинг адабини берди, ҳурмат қилмади. Угли камокдан келгунча чол-кампирни ташлаб кетиб қолди.

Норул, сиз ёмонларга яхшилик қилаверинг, синглим. Чол-кампирни парваршилайверинг. Оилангизни яна-

## ОИЛАНГИЗ ТИНЧ БЎЛСИН!

да мустаҳкамланг, уйингиздан жилманг.

Ҳайдар, сизга айтар сўзим шуки, Норулгунли, фарзандларингизни эҳтиёт қилинг. Оилангиз тинчлиги учун курашинг. Агар собиқ хотинингиз яна сизларга тинчлик бермаса, маҳалла қўмитаси раисига, хотин-қизлар билан ишлаш комиссияси раисига, ҳуқуқ органларига мурожаат қилинг. Улар виждонсиз, номуссиз аёлнинг танобини тортиб қўйишди. Шайтон йўлдан урган ота-она-

гизни ҳам иложи бўлса тўғри йўлга бошланг. Собиқ хотинингизнинг найрангларини, жиёнатини, нотўғри йўлга кириб қолганини уларга яхшилаб тушунтиринг. Зора улар ўз қилмишларини тушуниб, Норулгудай виждонли келинлари борлигини англаб етсалар.

**Раънохон ЖУМАНИЕЗОВА, Андижон вилояти, Булоқбоши тумани, “Маънавият ва маърифат” маркази бўлими раҳбари.**

## “Шайтон йўлдан урган бадалар” - 34-сон

**ЭСАЛТАМА:** Ҳайдар ота-онасининг қилғилиқларидан қампитқ ранжишди. Чунки улар севгилис Норулга нисбатан бир эмас, икки марта ношософлик қилдишди. Чолакампири ўғиллардан таънадашвом эшитса-да, Норул яхшиликлар қилаверади. **Насиба Ризаева.**

**Х**али ҳам кеч эмас. Ҳайдаржоннинг ота-онаси ўғли ва келинидан узр сўрасин. Бир-бирингизга меҳроқибатли бўлиб, тинч-тотувликда бахтли турмушларингиз давом этаверса, собиқ келин сизларни таъқиб қилишдан чарчайди.

Ҳайдаржон, ота-онагизнинг дуосини олинг. Фарзандингиз Умиджоннинг бахтини кўрмоқлик барчангизга насиб этсин.

**Сарвиноз КҮРБОНОВА, Кашқадарё вилояти, Қамаш тумани, Ногаҳон қишлоғи.**

ТАБРИКЛАЙМИЗ



Бувижонимуз Ойсулув ЧОРИЕВА! Сизни табарруқ ёшингиз билан кутлаймиз! Бахтимизга умрингиз узоқ бўлсин. Фарзандларингиз, набираларингиз камолини кўриш насиб этсин. Ҳаётингиз қувончли кунларга бой бўлсин.

Набираларингиз Нодирбек, Зухридадин, Чоршам, Шаҳзода, Самандар. Сурхонараё вилояти, Қумқўрғон тумани, Хўжамулки қишлоғи.



Ойнажонимуз Ойшугул ОМОНОВА!

Таваллауд айёмингиз билан кутлаймиз. Фарзандларингиз бахтига соғомон бўлинг. Қалбингизни муҳаббат, умрингизни баҳор безасин. Яқинларингиз номидан Фазилат

Хурматли НАИМАХОН!

Таваллауд айёмингиз муборак бўлсин. Тинчлик-хотиржамлик, бахт ва омад ҳамроҳингиз бўлсин. Фарзандларингиз камолини кўриб юринг.

Исроил Нигора.

Қадрли СЕВАРАХОН!

Туғилган кунингиз билан чин юракдан муборакбад этамиз. Доимо оилангиз арағида юринг.

Сидик, Холиа.



Қизимиз РАЪНО! Туғилган кунингиз қутлуғ бўлсин. Бахтли-саодатли бўлиб, фарзандларингиз роҳатини кўриб юринг, соғсаломат бўлинг. Ота-онанг, оила аъзоларингиз.



Меҳрибон келинимиз ШОҲИДАОЙ!

Сизни таваллауд айёмингиз билан табриклаймиз! Умрингиз узоқ ва қадалингиз қутлуғ бўлсин. Ўғлим билан қўша қариб юринг! Хурмат билан Искандаровлар оиласи.

Киш чилласи совигандан-совиган. Уруш йиллари... Одамлар ўлмай қолиш учун ҳар тарафга нон излаб кетишган. Мулла Саид бобо ҳам Самарқандда мардикорлик қилиб, 2-3 кило оқ жүҳори ва 4-5 та зогора қулча топиб, болаларидан хабар олиш учун тоғдан оша бошлади. Тоғда қор кўп эди. Аммо бошқа илож йўқ. Ўғри тошдан ўтиб олса Қашқадарё чегараси. Ёлғизоғ йўл билан кела бошлайди. Не кўз билан

ди. У ваҳима, қўрқув билан сойдан ҳам ўтиб олди. Ҳамон бўрилар орқасидан қолмай келишарди. Улар бу одам ўзларининг емиши эканлигига тўлиқ ишонинган, пайти келгандагина хужум қилишмоқчи. Бўрилар ўйнаб-ўйнаб саллангиз учини йиртиб-юлиб жуда қисқа қилиб қўйишди. Қирдан ошиб олса катта тол бор. "Ё Оллоҳ, ўзинг асра", - деб хуржун ва салласини зудлик билан бўрилардан

АЛДАНГАН БЎРИЛАР ГАЛАСИ

кўрсинки, тўртта ёлдор бўри йўлни олиб ётарди. Мулланнинг аъзойи бадани музлаб кетди. Каллани ишлатмаса, бўриларга ем бўлиши муқаррар. Мулла бўриларга яхши гапириб ялани бошлади.

га отди-ю, жон ҳолатда қирдан ошиб, дарахтга чиқиб олганини ўзи ҳам сезмай қолди. Бўрилар алданганидан азобда қолган эдилар. Улар ҳид олиб бир неча бор дарахт тағига келишди-ю, аммо тепага қараш хаёлларига ҳам келмади. Мулла Саид бобо тонгни дарахт шоҳида қарши олди.

"Полвонлар, илтимос, йўл беринглар, мен ўтиб олай", - деб бўриларга таъзим қилганини ўзи ҳам сезмай қолди. Ваҳший деб ном олган бўрилар ҳам ширин сўз гадоси эканми, бироз сўзлашди. Мулла ўтиб олди. Аммо бўрилар унга эргаштишди. Мулла дарҳол салласини ечиб бор бўйича судраб кета бошлади. Олдинда қоронғулик ва ваҳимали сой бор эди.

У атрофга разм солиб, бўрилар йўқлигига ишонч ҳосил қилгачина дарахтдан тушди. Бўрилар хуржун билан саллан шунчалик майдалашган эдики, барча аламларини шу нарсалардан олишганди. Ҳатто аламларидан атрофни шудгор ҳолига келтиришган эди. У эсон-омон қишлоғига кириб борди. Оллоҳ деганни ўзи асрайди, деганлари шу бўлса керак.

- Шу сойдан эсон-омон ўтиб олсам, бўрилардан қутуламан, - деб ўйларди у. У Оллоҳга таваккал қилиб, сойга туша бошлади. Бўрилар ҳамон саллангиз учини тишламоқчи бўлиб, ўйнаб келишар-

Зулфия САМАДОВА, Тошкент шаҳри, Ҳамза тумани, 226-мактаб ўқитувчиси.

КҮЙ (21.03 — 20.04). - Ҳафта бир маромда кечади. Фақат жуада анчадан бери режалаштириб юрган масалангизда бир қарорга келишингиз керак бўлади.

АРСЛОН (23.07 — 23.08). - Ҳафтанинг дастлабки кунлари тажанг кайфиятда бўласиз. Пайшанбага бориб муаммо қолмайди ва ҳаммаси изга тушиб кетади.

СИГИР (21.04 — 21.05). - Юмушларингиз кўпайгани боис бош қанча ҳам вақт тополмай қоласиз. Шанбада дам олиш учун имконият пайдо бўлади.

БОШОҚ (24.08 — 23.09). - Сизни чоршанба кунини шахсий ҳаётингизда ўзгаришлар бўлишига олиб келади муҳим учрашув кутмоқда.

ЭГИЗАКЛАР (22.05 — 21.06). - Сўнги вақтларда амалга оширган бир қанча муҳим ва йирик ишларингизнинг молиявий самарасини кўрасиз.

ТАРОЗИ (24.09 — 23.10). - Буржингизга содиқ қолиб, сўнги вақтларда бўлиб ўтган воқеа-ҳодисаларни ақл тарозисига солиб кўринг.

ҚИСҚИЧБАҚА (22.06 — 22.07). - Молиявий имкониятларингиз бир қадар чекланиб қолиши мумкин. Бошқа масалаларда муаммолар туғилмайди. Ҳафта зерикарли ўтиши кутилмоқда.

ЧАЁН (24.10 — 22.11). - Оила аъзоларингиз билан ўрталарингизда бироз тушунмовчилик бўлиши мумкин. Босиқроқ бўлинг, шунда ҳаммаси яхши бўлади.

"ЗИЁ-НУР" ЎҚУВ КУРСИ: ● Бичиш-тикиш 6 ой ва 3 ой; ● Парда тикиш - 1 ой (амалиёти билан); ● Торт ва турли пишириқлар - 3 ой. 1 ой - олий курс;

● Ҳамширалик - 6 ой; ● Ўйғурча тиллар - 1 ой; ● Оқшом либослари - 1 ой; ● Компьютер саводхонлиги - 2 ой; ● Массаж - 2 - ой; ● Бисер тикиш - 3 ой; ● Аёллар сартароши - 3 ой.

Ўқишга қабул ҳар кун. Ўқишни тугатганларга диплом берилади. Манзил: Буюк ипак йўли, 123 - уй, 104 - хонадон. Мўлжал: Метронинг "Буюк ипак йўли" бекати, "Саёҳат" меҳмонхонасининг ёнида жойлашган. Тел: 360-43-83 (иш тел. 8:00 дан 17: 00 гача) 22-73-73, 155-63-70 (Раъно)

"INFOLINE" МЧЖ тугатилиши юзасидан навбатдаги кредиторлар йиғилиши 2006 йил 23 декабрда Юнусобод тумани Давлат солиқ инспекцияси биносининг 2-қават, 15-хонасида соат 12:00 да бўлиб ўтади. Иш юзасидан ариза, талаб ва тақлифлар қўйидаги манзилда қабул қилинади. Тошкент шаҳар, Юнусобод тумани, А.Темур кўчаси, 95-уй, Юнусобод тумани, Давлат солиқ инспекцияси 2-қават, 15-хонаси.

ДИККАТ, ТАНЛОВ!

Босма оммавий ахборот воситалари, ахборот агентликлари ва интернет нашрлар орқали Ўзбекистон Республикаси Конституциясининг мазмун-моҳиятини кенг тарғиб этиш, аҳолининг барча қатламлари орасида мамлакат Асосий Қонунининг ўрганилиши жараёни мунтазам равишда ёритиб борилишини таъминлаш ҳамда журналистларнинг бу борадаги профессионал маҳорати, ижодий фаоллигини ошириш ва уларни рағбатлантириш мақсадида Ўзбекистон мустақил босма оммавий ахборот воситалари ва ахборот агентликлари кўлаб-қувватлаш ва ривожлантириш жамоат фонди "Менинг Конституциям" танловини эълон қилади.

лияси, исми, профессионал фаолияти тўғрисида қисқача маълумот, паспортга оид маълумотлар илова қилинади: Тақдим этилган ижодий ишлар босма ва интернет нашрлар, ахборот агентликларида махсус ташкил этилган "Менинг Конституциям" танловига" рўқнда чоп этилган бўлиши шарт.

Танлов йўналишлари: - энг яхши таҳлилий материал (мақола, очерк, репортаж); - энг яхши интервью; - энг яхши репортаж.

Танловни ўтказиш тартиби: Танлов анаъавий бўлиб, Ўзбекистон Конституцияси кун арафасида эълон қилинади ва бир йил давом этади. Танлов ғолиблари келгуси йил Конституция байрами арафасида аниқланиб тақдирланади. Танловга тақдим этилган ижодий ишлар етакчи журналистлар, манфаатдор жамоат ташкилотлари, идора ва муассасалар вакилларидан иборат нуфузли ҳайъат томонидан кўриб чиқилади ва баҳоланади. Ғолибларни аниқлашда мавзунинг долзарблиги, иш мазмунининг ижтимоий аҳамияти, материал ёритишдаги аниқлик ва ўзига ҳослик, профессионал маҳорат асосий мезон ҳисобланади.

Танлов шартлари: Танловга Ўзбекистон Республикаси Конституциясининг мазмун-моҳияти, унда фуқаролар учун белгилаб берилган ҳуқуқ ва мажбуриятлар, уларнинг амалдаги ижроси чуқур таҳлил қилинган, мамлакатимизнинг турли ҳудудларида Асосий Қонунни ўрганиш борасида амалга оширилаётган жараёнлар кенг ёритилган, бу йўлда дуч келинаётган муаммолар таҳлилий ва танқидий руҳда кўтариб чиқилган материаллар, фоторепортажлар тақдим этилади.

Танловга топширилган ижодий ишлар тақриз қилинмайди ва қайтарилмайди. Танлов ғолибларига мукофотлар: Ҳар бир номинация бўйича танлов ғолиблари Фонд томонидан таъсис этилган диплом ва қимматбаҳо совғалар билан тақдирланадилар.

Материаллар ўзбек ёки рус тилларида тайёрланган, эълон қилинган босма нашри аниқ кўрсатилган электрон ва матбуот нусхада бўлиши керак. Фоторепортажлар асл нусхада тақдим этилади. Ижодий ишларга муаллиф тўғрисида (фамилия, фотопортретлар тақдим этилади.

Материаллар ва уларга ҳисобот кўришишдаги маълумотлар "Менинг Конституциям" танловига" деган қайд билан Ўзбекистон мустақил босма оммавий ахборот воситалари ва ахборот агентликлари кўлаб-қувватлаш ва ривожлантириш жамоат фондида 2007 йил 20 ноябрга қадар жўнатилади.

Манзил: Тошкент шаҳри, 700129, Навоий кўчаси, 30-уй, 3-қават, 5-хона. Телефон/факс 144-12-51, 144-16-15; e-mail: www.mmf.uz, mmf@uzpak.uz.

ЭРКАКЛАРНИ АСРАНГ... «Oila va jamiyat» ўғитномаси

Бедор десанг оқиоми, туни, Тавшир бирла ўтади кунни, Йўқчилик йиқитса уни, Эркакларни асранг аёллар. Рўзгор дебон эгилган қадди, Йиғламоққа сиймайди қадди, Арзон бўлиб кетмасин қадри Эркакларни асранг аёллар. Умидсизлик бағрини тиглар, Омад қуши учиб кетса гар,

Йиғласа ҳам юраги йиғлар, Эркакларни асранг аёллар. Кимгадир ёр, кимгадир ота, Фақат Тангри қилмайди хато, Инкор қилса мададни ҳатто, Эркакларни асранг аёллар. Муқаддасдир инсон деган ном, Ҳақдан тушган илоҳий қалом, Эркак сизни асрасин мудом, Сиз эркакни асранг аёллар! Жаҳонгир ФОЗИЛ

МУНАЖЖИМЛАР

МУНАЖЖИМЛАР

БАШОРАТИ

ЎҚОТАР (23.11—21.12). - Чоршанбада сизни сирли учрашув кутмоқда. Дам олиш кунларини эса оилангиз даврасида ўтказганингиз маъқул.

ТОҒ ЭЧКИСИ (22.12—20.01). - Бу ҳафтада ҳам таваккал қила қўрманг. Бу нарсга ҳам ҳаменингизга, ҳам соғлигингизга зарар келтириши мумкин. Турли давралардан четроқда бўлишга интилинг.

КОВҒА (21.01 — 18.02). - Соғлигингизга бепарво бўлманг. Соғлигингиз билан боғлиқ муаммолар ишингизга ҳам салбий таъсир этиши мумкин.

БАЛИҚ (19.02 — 20.03). - Бу ҳафтада сиздан талаб этилган интилувчанлик, босиқлик, таваккал қилмаслик ва яқинларнинг маслаҳатларига қулоқ солиш.



ДУШАНБА 18



ЎЗБЕКИСТОН ТЕЛЕВИДИЕНИСИ

5.55 Курсатувлар дастури. 6.00 "Ассалом, Ўзбекистон!" 8.00-8.45 "Тахлилнома". 8.45 ТВ анонс. 8.50 Олтин мерос. 8.55 "Олам ва одам" дастури: "Рум амфор долина сирлари".

16.45 "Эртақлар - яхшилик етаклар". 17.00 "Ахборот". 17.10 ТВ анонс. 17.15 Олтин мерос. 17.20 "Равнак" студияси намойиш этади. 17.35 "Муқаддас қадамжолар".



17.55 Дастур очишти. 18.00 "Сардор". Телесериал.

18.30 Дилрабо. 18.45 UzEX. 18.55, 21.55 Иқлим. 19.00 ДАВР. 19.30 "Севишганлар".



"ТОШКЕНТ" ТЕЛЕКАНАЛИ

17.50 Курсатувлар тартиби. 17.55 Мультфильм. "Сеними, шошмай тур!". 18.05 "Телекурьер - маркет". 18.25 "Анонс".

21.25 "Эслайсизми, ёдингиздами?". 21.30 "Пойтахт". 21.50 "Телекурьер - маркет".



Телетомошабинлар диққатига!

Профилактика муносабати Билан 18 декабр кунини "Sport" телерадиоканали ўз курсатувларини 18.00 дан бошлади.

TV-MARKAZ

07.00 "Премьера" (узб.) 07.20 Узбек навалари 07.55 "MTVA awards-2006"

5.00 "Доброе утро" 9.00 Новости 9.05 «Малахов+» 10.00 «Агент национальной безопасности»

5.00 «Россия!». 8.45 «Секс, ложь и видео. СССР». 9.40 Ольга Волкова в фильме «Придут страсти-мордасти».

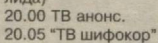
СЕШАНБА 19



ЎЗБЕКИСТОН ТЕЛЕВИДИЕНИСИ

5.55 Курсатувлар дастури. 6.00 "Ассалом, Ўзбекистон!" 8.00-8.35 "Ахборот". 8.35 ТВ анонс. 8.40 Олтин мерос.

18.00 "Сардор". Телесериал. 18.40 Интилганга толеър. 18.55, 21.55 Иқлим. 19.00 ДАВР. 19.30 "Севишганлар".

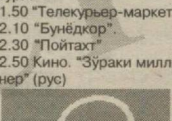


"ТОШКЕНТ" ТЕЛЕКАНАЛИ

7.25 Курсатувлар тартиби. 7.30 Салом, Тошкент!" 8.35 "Гвадалупе". 9.15 "Эслайсизми, ёдингиздами?"

19.50 "Химоя". 20.00 "Пойтахт". 20.20 "Тошкент ва тошкентликлар". Бевоисита мулоқот. 21.00 "Жозиба".

21.00 "Жозиба". 21.25 "Эслайсизми, ёдингиздами?". 21.30 "Пойтахт" ахборот дастури.



TV-MARKAZ

07.00 Марказ NEWS (узб.) 07.10 Кулги маркази 07.25 Узбек навалари 07.55 "MTVA awards-2006"

07.00 Марказ NEWS (узб.) 07.10 Кулги маркази 07.25 Узбек навалари 07.55 "MTVA awards-2006"

10.00 "Агент национальной безопасности". 11.00 "Сестры по крови". 12.00 Новости 12.10 "Понять. Простить"

12.50 "Вести". 13.50 "Вести". 14.00 "Вести". 14.10 "Вести". 14.20 "Вести". 14.30 "Вести".

ЧОРШАНБА 20



ЎЗБЕКИСТОН ТЕЛЕВИДИЕНИСИ

5.55 Курсатувлар дастури. 6.00 "Ассалом, Ўзбекистон!" 8.00-8.35 "Ахборот". 8.35 ТВ анонс. 8.40 Олтин мерос.

11.20 "Оила ришталари". Телесериал. 11.55 Олтин мерос. 12.00 "Ягона оилада". 12.20 "Оҳангларга айланган умр".

17.00 "Ахборот". 17.15 Олтин мерос. 17.20 "Эркин иқтисодиёт". 17.40 2006 - Ҳонийлар ва шифокорлар йили.

17.45 Давр-репортаж. 17.55 Бурч ва шараф. 18.00 "Сардор". 18.05 Дилрабо.



"ТОШКЕНТ" ТЕЛЕКАНАЛИ

5.55 Дастур очишти. 6.00 ЯНГИ ТОНГ. 8.00 "Севишганлар". 9.10 ДАВР. 9.40 Ракурс.

16.30 "Сехрли тош". 17.00 Даврнинг боласи. 17.10 Эврика. 17.25 Болалар табассуми.

7.30 Салом, Тошкент!" 8.35 "Гвадалупе". 9.20 "Телекурьер-маркет". 9.40 "Химоя".

7.00 "Бардам бўлинг". 8.00 "Хабарлар" (рус) 8.20 "Болалар спорти". 8.35 "Хайвонот олами".

TV-MARKAZ

07.00 Марказ NEWS (узб.)
07.10 Узбек наволари
07.35 MTVA awards- 2006
07.40 "Премьера" (рус.)
08.00 Марказ NEWS (рус.)
08.10 Микст-концерт
09.00 "ЦЫГАН" 2-часть.
09.50 Мировые хиты
10.00 Узбек наволари
10.55 "MTVA awards- 2006"
11.00 "НЕБО, ДЕВУШКА, САМОЛЕТ" Худ. фильм
12.45 Мировые хиты
13.30 Марказ NEWS (узб.)
13.40 "Олдузи пайшанба"
14.10 Узбек наволари
14.30 Марказ NEWS (рус.)
14.40 Мировые хиты

14.55 "MTVA awards- 2006"
15.00 Теленяня
15.45 Мировые хиты
16.00 "Сайилгоҳ"
16.15 Узбек наволари
17.30 Мировые хиты
18.00 Марказ NEWS (узб.)
18.10 Узбек наволари
19.00 Марказ NEWS (рус.)
19.10 "ЦЫГАН" 3-часть.
20.00 "MTVA awards- 2006"
20.05 Кулги маркази
20.35 Узбек наволари
21.00 "Миссия неповторима"
21.30 Мировые хиты
21.45 Узбек наволари
21.55 "MTVA awards- 2006"
22.00 Киноколлекция.
"НИКИТА" Худ. фильм
00.10 "MTVA awards- 2006"
00.15 Миксер



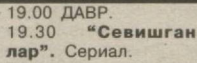
ПАЙШАНБА 21

ЎЗБЕКИСТОН ТЕЛЕВИДИЕСИ
5.55 Кўрсатувлар дастури.
6.00 "Ассалом, Ўзбекистон!"
8.00-8.35 "Ахборот".
8.35 ТВ анонс.
8.40 Олтин мерос.
8.50 "Олам ва одам" дастури: "Ноилоҳ сайёдлар".
9.15 1. "Қувнок стартлар".
9.15 2. "Шифокор қабулида".
10.00 "Бизнинг кутубхона".
10.50 "Молия ва банк хабарлари".
11.00 "Дунё иқлими".
11.10 "Ахборот".
11.10 ТВ анонс.
11.15 "ТВ шифокор".
11.20 "Оила ришталари".
11.55 "Дил таронаси".
12.00 "Ахборот" (инглиз тилида).
12.10 ТВ анонс.
12.15 "Юртим бўйлаб" дастури: "Геологик қўриқхона".
12.35 "Ёшлиқда ўргансанг хунар".
12.55 ТВ анонс.
13.00 "Сарой жавоҳири".
13.45 Олтин мерос.
13.55 "Дунё иқлими".
14.00 "Ахборот".
14.15 ТВ анонс.
14.20 "Олам ва одам" да-

стури: "Экспедиция". Хужжатли сериал.
15.05 Жаҳон мусикаси хазинасидан. Дж. Верди. "Риголетто". 1-қисм.
16.10 "Йилнинг муҳим воқеалари". Қарши - 2700. 1-қисм.
16.30 1. "Болалар дунёси".
2. "Эртақлар - яхшиликка етаклар".
17.00 "Ахборот".
17.10 ТВ анонс.
17.15 Эски альбом.
17.20 "Иконият".
17.40 "Шифокор қабулида".
18.00 "Сиясат оламида".
18.20 "Оҳанглар оғушида".
18.30 "Уч". Телесериал. 9-қисм.
19.10 ТВ анонс.
19.15 "Сизнинг адвокатингиз".
19.20 "Дунё иқлими".
19.25, 19.55, 20.55, 21.30 ЭЪЛОНЛАР.
19.30 "Ахборот" (рус тилида).
20.00 ТВ анонс.
20.05 "ТВ шифокор".
20.10 "Оила ришталари".
20.50 "Дунё иқлими".
21.00 "Ахборот".
21.35 ТВ анонс.
21.40 Эркин мавзу.
22.00 "Қўшиғимсан, муҳаббат" (SMS. Овоз бериш).
22.50 "Олам ва одам" дастури: "Ноилоҳ сайёдлар".
23.15-23.20 Тунги наво-



"ЁШЛАР" ТЕЛЕКАНАЛИ
5.55 Дастур очилиши.
6.00 ЯНГИ ТОНГ.
8.00 "Севшиганлар". Сериал.
8.35 Давр-репортаж.
8.45 Жаҳон операси дурдоналари.
9.55 Тафаккур нури.
10.00 Давр.
10.15 "Муҳаббат қавҳаси". Сериал.
11.00 Муруват.
11.15 Давр мавзуси.
11.30 Автопатрул.
11.50 Нафосат олами.
12.00 ЯНГИ КУН.
13.00 Давр.
13.15 Сув - ҳаёт манбаи.
13.30 Мўйқалам сехри.
14.00 "Муҳаббат дардлари". Сериал.
14.30 Интерфутбол.
16.00 Давр.
16.15 Ёшлик наволари.
16.30 "Сехрли тош". Сериал.
17.00 Давринг боласи.
17.10 Шум болалар.
17.20 Болалар табассуми.
17.25 Истиқбол тимсоллари.
17.35 Чемпион сирлари.
17.55 Бурч ва шараф.
18.00 "Сардор".
18.35 Меъёр соглик гарови.



"ТОШКЕНТ" ТЕЛЕКАНАЛИ
7.30 "Салом, Тошкент!"
8.35 "Гвадалупе".
9.15 "Эслайсизми, ёдингиздами?"
9.20 "Телекьюрер-маркет".
9.40 "Мукаддас кадамжолар".
9.55 "Интервью".
10.30 - 11.45 Кино: "Югур Лола, югур". /рус/.
11.50 Кўрсатувлар тартиби.
11.55 Мультфильм.
18.05 "Телекьюрер-маркет".
18.30 "Пойтахт".
18.50 "Гвадалупе".
19.50 "Иктисод - ревью". /рус/.
20.00 "Пойтахт".
20.30 "Бахтли бўлинг". Г. Мельникова (рус).
20.50 "Интервью". /рус/.
21.00 "Жозиб".
21.25 "Эслайсизми, ёдингиздами?".
21.30 "Пойтахт" ахборот дастури.
21.50 "Телекьюрер-маркет".
22.10 "Сув-ҳаёт манбаи".
22.30 "Пойтахт" ахборот дастури /рус/.
22.50 Кино: "Ҳеч нарса кўрмаяман, ҳеч нарса эшитмаямман" (рус).



7.00 "Бардам бўлинг".
8.00 "Хабарлар" (рус).
8.20 "Болалар спорти".
8.35 "Ҳайвонот олами".
9.00 "Хабарлар" (узб).
9.20 Детективлар.
9.50-11.00 Мини футбол. Ўзбекистон чемпионати.
18.00 "Болалар спорти".
18.15 Мультсериал.
18.30 "Хабарлар" (рус).
18.50 АВТОГРАФ.
19.10 "Янги йил кўрғазмалари".
20.00 "Вести".
20.20 "Шарҳ яққаурашлари".
20.40 "Фурур". Сериал.
21.30 "Хабарлар" (узб).
21.50 "Беллашув". Дам олиш дастури.
22.50 Еврофутбол.

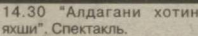
TV-MARKAZ

07.00 Марказ NEWS (узб.)
07.10 Узбек наволари
07.55 "MTVA awards- 2006"
08.00 Марказ NEWS (рус.)
08.10 "Сайилгоҳ"
08.25 Узбек наволари
09.00 Сериал "ЦЫГАН" 3-часть.
10.50 Мировые хиты
10.50 "Очил дастурхон"
10.20 Узбек наволари
10.55 "MTVA awards- 2006"
11.00 "НИКИТА" Худ. фильм
11.30 Мировые хиты
13.30 Марказ NEWS (узб.)
13.40 Кулги маркази
13.55 Узбек наволари

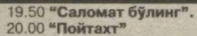
ЖУМА 22

ЎЗБЕКИСТОН ТЕЛЕВИДИЕСИ
5.55 Кўрсатувлар дастури.
6.00 "Ассалом, Ўзбекистон!"
8.00-8.35 "Ахборот".
8.35 ТВ анонс.
8.40 Олтин мерос.
8.50 "Олам ва одам" дастури: "Ноилоҳ сайёдлар".
9.10 1. "Цирк, цирк, цирк".
9.10 2. "Балто". Мультсериал.
9.55 ТВ анонс.
10.00 Д. Зокоров номдаги халқ чолулари оркестрининг концерти.
10.20 "Табаррук замин".
10.50 "Сизнинг адвокатингиз".
10.55 "Дунё иқлими".
11.00 "Ахборот".
11.10 ТВ анонс.
11.15 "ТВ шифокор".
11.20 "Оила ришталари". Телесериал.
11.55 Олтин мерос.
12.00 "Ҳажвия бисотидан".
12.20 "Агар Сиз".
12.40 С. Зуннунова. "Келин". Теленовелла.
13.10 ТВ анонс.
13.15 "Сарой жавоҳири".
13.50 "Эйлол". Фольклор қўшиқлар.
13.55 "Дунё иқлими".
14.00 "Ахборот".
14.15 ТВ анонс.
14.20 "Олам ва одам" дастури: "Экспедиция". Хужжатли сериал.
15.00 Жаҳон мусикаси хазинасидан. Дж. Верди. "Ри-

голетто". 2-қисм.
16.05 "Меҳр қўзда".
"Болалар сайёраси":
16.45 "Эртақлар - яхшиликка етаклар".
17.00 "Ахборот".
17.15 "Яхшилар ёди".
17.35 Ватан химоячилари кўни оладидан. "Жон қизлар".
17.55 "Минг бир ривоят".
18.00 "Зиё" студияси намойиш этади: "Этикада мустақамлик йўлида".
18.20 "Оҳанглар оғушида".
18.30 "Уч". Телесериал. 10-қисм.
19.15 "Бизнес англиклар".
19.20 "Дунё иқлими".
19.30 "Ахборот" (рус).
20.10 "Оила ришталари".
20.50 "Дунё иқлими".
21.00 "Ахборот".
21.40 "Қўхна оҳанглар".
22.00 "Одамлардан бири".
22.30 "Ҳаёт ғўзал". Телесериал премьераси (Корея).
"ЁШЛАР" ТЕЛЕКАНАЛИ
5.55 Дастур очилиши.
6.00 ЯНГИ ТОНГ.
8.00 "Севшиганлар". Сериал.
8.35 "Yoshlar" да киш оқшомлари.
9.55 Тафаккур нури.
10.00 Давр.
10.15 "Муҳаббат қавҳаси". Сериал.
11.00 Хазина.
11.15 "Такдир". Ток-шоу.
11.50 Истиқбол тимсоллари.
12.00 ЯНГИ КУН.
13.00 Давр.
13.15 Сув - ҳаёт манбаи.
13.30 Интиқанга толе ёр.
13.45 Матонат.
14.00 "Муҳаббат дардлари". Сериал.



"ТОШКЕНТ" ТЕЛЕКАНАЛИ
7.30 "Салом, Тошкент!"
8.35 "Гвадалупе".
9.15 "Эслайсизми, ёдингиздами?"
9.20 "Телекьюрер-маркет".
9.40 "Сайхат гулшани".
10.00 "Сув-ҳаёт манбаи".
10.45 "Интервью" /рус/.
10.55 "Бахтли бўлинг".
11.15 "Иктисод - ревью".
11.30 - 13.05 Кино. "Ҳеч нарса кўрмаяман, ҳеч нарса эшитмаямман" (рус).
17.55 "Афиша" /рус/.
18.05 "Телекьюрер-маркет".
18.30 "Пойтахт".
18.50 "Гвадалупе".

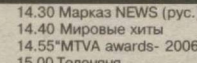


7.00 "Бардам бўлинг".
8.00 "Хабарлар" (рус. тилида).
8.20 "Болалар спорти".
8.35 "Ҳайвонот олами".
9.00 "Хабарлар" (узб. тилида).
9.20 Детективлар.
9.50 Мини футбол. Ўзбекистон чемпионати. Республика биринчилиги.
11.00 Оғир атлетика.
11.30-12.00 Кураш.
18.00 "Болалар спорти".
18.15 Мультсериал.
18.30 "Хабарлар" (рус тилида).
19.00 "Мўйқалалар майдон".
20.00 "Вести".
20.20 "Фурур". Сериал.
21.10 "Спорт-менинг ҳаётим".
21.30 "Хабарлар" (узб. тилида).
21.50 "Аптека эшитида".
22.35 "Қучли бешлик".
23.10 "Нима? Қаерда? Қачон?".

TV-MARKAZ

07.00 Марказ NEWS (узб.)
07.10 Узбек наволари
07.40 "MTVA awards- 2006"
07.45 Узбек наволари
08.00 Марказ NEWS (рус.)
08.10 "Топ-20"
09.00 Сериал "ЦЫГАН" 4-часть.
10.50 Мировые хиты
10.50 Узбек наволари
10.55 "MTVA awards- 2006"
11.00 "ЗАТАВИШИЙЯ ТИГ-Р, КРАДУЩИЙЯ ДРАКОН" Худ. фильм
13.20 Мировые хиты
13.30 Марказ NEWS (узб.)
13.40 Узбек наволари
14.30 Марказ NEWS (рус.)
14.40 Узбек наволари
14.55 "MTVA awards- 2006"
15.00 Теленяня
15.45 Мировые хиты
16.15 Узбек наволари
17.00 "Миссия неповторима"
17.30 Мировые хиты
17.55 "MTVA awards- 2006"
18.00 Марказ NEWS (узб.)
18.10 Узбек наволари
19.00 Марказ NEWS (рус.)
19.10 "ЦЫГАН" 5-часть.
20.00 "Сунмас орузлар"
20.50 Мировые хиты
21.00 "Премьера" (рус.)
21.20 Узбек наволари
21.40 "Сайилгоҳ"
21.55 "MTVA awards- 2006"
22.00 "КОНАН- РАЗРУШИТЕЛБ" Худ. фильм
00.00 Миксер

ЧАСТЬ.
14.00 ВЕСТИ.
14.20 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-МОСКВА.
14.40 "Суд идет".
16.00 "Кулагин и партнеры".
16.40 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ ЧАСТЬ.
17.00 ВЕСТИ.
17.20 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-МОСКВА.
17.40 "Обреченная статья звездой". Телесериал.
18.40 "Волчица". Телесериал.
19.40 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ ЧАСТЬ.
20.00 ВЕСТИ.
20.45 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
21.05 "Спокойной ночи, малыши!".

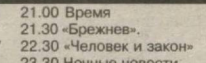


14.30 Марказ NEWS (рус.)
14.40 Мировые хиты
14.55 "MTVA awards- 2006"
15.00 Теленяня
15.45 Мировые хиты
16.15 Узбек наволари
17.00 "Великолепная семёрка"
17.30 Мировые хиты
17.55 "MTVA awards- 2006"
18.00 Марказ NEWS (узб.)
18.10 Узбек наволари
19.00 Марказ NEWS (рус.)
19.10 Сериал "ЦЫГАН" 4-часть.
20.00 "Спецрепортаж".
20.25 "MTVA awards- 2006"
20.30 "Премьера" (узб.)
20.50 Мировые хиты
21.00 "Олдузи пайшанба"
21.30 Узбек наволари
21.55 "MTVA awards- 2006"
22.00 "ЗАТАВИШИЙЯ ТИГ-Р, КРАДУЩИЙЯ ДРАКОН" Худ. фильм
00.20 Миксер

TV-MARKAZ

07.00 Марказ NEWS (узб.)
07.10 Узбек наволари
07.40 "MTVA awards- 2006"
07.45 Узбек наволари
08.00 Марказ NEWS (рус.)
08.10 "Топ-20"
09.00 Сериал "ЦЫГАН" 4-часть.
10.50 Мировые хиты
10.50 Узбек наволари
10.55 "MTVA awards- 2006"
11.00 "ЗАТАВИШИЙЯ ТИГ-Р, КРАДУЩИЙЯ ДРАКОН" Худ. фильм
13.20 Мировые хиты
13.30 Марказ NEWS (узб.)
13.40 Узбек наволари
14.30 Марказ NEWS (рус.)
14.40 Узбек наволари
14.55 "MTVA awards- 2006"
15.00 Теленяня
15.45 Мировые хиты
16.15 Узбек наволари
17.00 "Миссия неповторима"
17.30 Мировые хиты
17.55 "MTVA awards- 2006"
18.00 Марказ NEWS (узб.)
18.10 Узбек наволари
19.00 Марказ NEWS (рус.)
19.10 "ЦЫГАН" 5-часть.
20.00 "Сунмас орузлар"
20.50 Мировые хиты
21.00 "Премьера" (рус.)
21.20 Узбек наволари
21.40 "Сайилгоҳ"
21.55 "MTVA awards- 2006"
22.00 "КОНАН- РАЗРУШИТЕЛБ" Худ. фильм
00.00 Миксер

21.15 РУССКАЯ СЕРИЯ. ПРЕМЬЕРА. Анна Ковальчук в детективном телесериале «Тайны следствия».
23.15 «Последняя командировка». Фильм Александра Сладкова.
0.15 «ВЕСТИ+».
0.35 ВЕЧЕРНИЙ СЕАНС. Павел Деревянко и Ирина Рахманова в фильме Александра Котта «Ехали два шофера». 2000г.
2.15 «Дорожный патруль».
2.30 «Горняк десятка».
3.25 СЕРИАЛ ДЛЯ ПОЛЮНОЧНИКОВ. «Закон и порядок» (США).
4.15 Канал «Евроныус» на русском языке.
4.45 ВЕСТИ.



21.00 Время
21.30 «Брежнев».
22.30 «Человек и закон»
23.30 Ночные новости
23.45 «Судите сами»
0.40 X/f «Бездна»
5.00 «Доброе утро, Россия!».
8.45 «Я - Чайка. Тайна актрисы Караваевой».
9.45 ВЕСТИ.
10.00 Телесериал «Тайны следствия».
11.00 ВЕСТИ.
11.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
11.50 Телесериале «Тайны следствия».
12.50 «Частная жизнь».
13.50 ВЕСТИ.
14.00 ВЕСТИ.
14.20 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
14.40 «Суд идет».
16.00 «Кулагин и партнеры».
16.40 ВЕСТИ.
17.00 ВЕСТИ.
17.20 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
17.40 «Обреченная статья звездой». Телесериал.
18.40 «Волчица». Телесериал.
19.40 ВЕСТИ.
20.45 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
21.05 «Спокойной ночи, малыши!».

TV-MARKAZ

безопасности".
11.00 «Сестры по крови».
12.00 Новости
12.10 «Понять. Простить»
12.40 «Без комплексов»
13.25 «Детективы»
14.00 Другие новости
14.25 «Контрольная закупка»
15.00 Новости.
15.15 Вне закона. «Белая перчатка»
15.50 «Любовь как любовь».
16.55 «Федеральный судья»
18.00 Вечерние новости.
18.20 «Пусть говорят»
19.00 «Пост чужд»
19.55 «Сестры по крови».
21.00 Время
21.25 «Комеди Клуб на Первом»
23.10 «Что? Где? Когда?»
0.20 X/f «Быстрый и мертвый»
2.20 Кирк Дуглас в триллере «Ярость»
3.00 Время
3.25 Триллер «Ярость». Продолжение.
4.45 Сериал «Мертвая зона»
жест. Развлекательная программа.
13.35 «Вся Россия».
13.50 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ ЧАСТЬ.
14.00 ВЕСТИ.
14.20 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-МОСКВА.
14.40 «Суд идет».
16.00 «Кулагин и партнеры».
16.40 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ ЧАСТЬ.
17.00 ВЕСТИ.
17.20 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-МОСКВА.
17.40 «Обреченная статья звездой». Телесериал.
18.40 «Волчица». Телесериал.
19.40 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ ЧАСТЬ.
20.00 ВЕСТИ.
20.45 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ.
21.05 «Спокойной ночи, малыши!».

21.15 ПРЕМЬЕРА. «Аншлаг и Компания». «День рождения группы «ЭКС-ББ».
23.20 Павел Майков, Михаил Присмотров и Алексей Ильян в остросюжетном фильме «Неслужбное задание». 2004г.
1.20 Жерар Депардьё и Жан Рошфор в комедии Алена Шабя «Миллион лет до нашей эры» (Франция). 2004г.
3.15 «Дорожный патруль».
3.35 Даян Китон в остросюжетном фильме «Аленькая барabanица»
5.25 Канал «Евроныус» на русском языке.

ШАНБА 23

ЎЗБЕКИСТОН ТЕЛЕВИДИЕНИСИ

5.55 Кўрсатувлар дастури. 6.00 "Ассалом, Ўзбекистон!" 8.00-8.35 "Ахборот". 8.35 ТВ анонс. 8.40 Олтин мерос. "Болалар сайёраси": 8.50 "Олтин тож". Телеуйин. 9.25 ТВ анонс. 9.30 "Хидоят сари". 9.50 "Шифокор қабулида". 10.10 "1. Чисен". 2. "Маърид". 10.50 "Оналар мактаби". 11.10 "Оила ришталари". Теле-сериал. 11.45 "Заковат". 12.45 "Дил гарониси". 12.55 "Москва кўз ёшларга ишонмайди". Бадийий фильм. 1-қисм. 13.55 "Дунё иқлими". 14.00 "Ахборот". 14.15 ТВ анонс. 14.20 "Москва кўз ёшларга ишонмайди". Бадийий фильм. 2-қисм. 15.35 Харбий ватанпарварлик кўшиқлари. 15.45 ТВ анонс. "Болалар сайёраси": 15.50 "1. Уйла, Изла, Топ!" Теле-мусобақа. 2. "Эртаклар - яхшиликка етаклар". 16.50 "Шурданак". Ҳажвий кўрсатув. 17.15 ТВ анонс. 17.20 "Оханглар оғушида". 17.30 "Шахсий фикр". 18.05 2006 - Ҳомийлар ва шифокорлар йили. "Саломатлик сирлари". 18.25 "Сизнинг адвокатингиз". 18.30 "Навобахш". Ток-шоу. 19.15 "Суперлото". Телелотерея.

19.20 "Дунё иқлими". 19.30 "Ахборот" (рус тилида) 20.05 "ТВ шифокор". 20.10 "Оила ришталари". 20.50 "Дунё иқлими". 21.00 "Ахборот". 21.40 "Кунгил қўшиқ истаиди". И. Абдуллаев. 22.05 "CINEMA.UZ". 22.30 "Хаёт гўзал". Теле-сериал премьераси.



«ЁШЛАР» ТЕЛЕКАНАЛИ 5.55 Дастур очилиши. 6.00 ЯНГИ ТОНГ. 8.00 "Севишганлар". Сериал. 8.35 Мейв соғлиқ гарови. 8.55 Ватанпарвар. 9.55 Тафаккур нури. 10.00 Давр. 10.15 "Муҳаббат қаҳваси". Сериал. 11.00 Мўйқалам сеҳри. 11.30 Бола тилидан. 12.00 ЯНГИ КҮН. 13.00 Давр. 13.15 Сув - ҳаёт манбаи. 13.30 "Моя мечта". Дунё таомлари. 14.00 "Муҳаббат дардлари". Сериал. 14.30 Жаҳон киноси: "Доктор Дулиттл-3". 16.00 Давр. 16.15 Ёшлик наволари. 16.30 "КЕЛАЖАК ОВОЗИ-2006". 17.40 "Камолот" хабарлари. 17.50 Каталог. 18.00 "Ортик" на клиникаси. 18.30 Рўзгор мактаби. 18.50 Дилрабо. 18.55, 21.55 Иқлим. 19.00 ДАВР. 19.30 Юлдуз билан. 20.00 Наво-SMS.

20.20 Қилни қирқ ёриб. 21.05 Эълонлар. 21.15 Оханрабо. 22.00 ДАВР. 22.30 Дилрабо. 22.45 ТАМАННО (яқуний босқич)



«ТОШКЕНТ» ТЕЛЕКАНАЛИ 7.25 Кўрсатувлар тартиби. 7.30 "Салом, Тошкент!" 8.30 "Анонс". 8.35 "Гвадалупе". Теле-сериал. 9.15 "Эслайсизми, ёдингиздами?" 9.20 "Телекурьер-маркет". 9.40 "Дилкаш наволар: Анвар Саънаев". 10.05 "Маърифат фидойилари". 10.25 "Анонс". 10.30 "Мусика SMS". 10.50 "Саломат бўлинг". 11.00 "Репортаж" /рус/. 11.10 "Афиша" /рус/. 11.20 "Анонс". 11.25 - 12.45 Кино: "Фаришталар шаҳри" (рус) \*\*\* 17.50 Кўрсатувлар тартиби. 17.55 "Афиша". 18.05 "Телекурьер-маркет". 18.25 "Анонс". 18.30 "Пойтахт" ахборот дастури. 18.45 "Гвадалупе". Теле-сериал. 19.25 Мусика SMS. 19.45 "ИИБ хабарлари". 20.00 "Пойтахт" ахборот дастури. /рус/. 20.15 "Анонс". 20.20 "Автосалтанат-қизикарли олам". Ҳужжатли фильм. /рус/. 20.50 "Интервью". 21.00 "Жозиба". 21.25 "Эслайсизми, ёдингиздами?" 21.30 "Пойтахт" ахборот дастури. 21.45 "Анонс". 21.50 "Телекурьер-маркет". 21.55 "Истиёдол". 22.30 "Пойтахт". 22.50 Кино. "Туғилиш" /рус/.



7.30 "Хабарлар". 7.50 Мульттўлма. 8.40 "Хабарлар" (рус тилида) 9.00 "Бардам бўлинг". 10.00 Мультфильм. 10.10 "Смак". 10.30 "Фазенда". Республика биринчилиги. 11.05 Оғир атлетика. 11.35-12.05 Кураш. \*\*\* 18.00 "Болалар спорти". 18.20 Мультфильм. 18.30 "Хабарлар" (рус тилида) 18.50 "Военное дело". 19.15 "Файзли ошхона". 19.40 "Халқ уйинлари". 20.00 "Тўқтин". 20.25 "Кунгил кунгилга пайванда". Шоу дастури. 21.05 "Тақдир чизгилари". 21.30 "Хабарлар" (узб. тилида) 21.50 "Мусикий марафон". 22.45 Еврофутбол.

TV-MARKAZ

07.00 Марказ NEWS (узб.) 07.15 Узбек наволари 07.55 "MTVA awards-2006" 08.00 Марказ NEWS (рус.) 08.15 Мировые хиты 09.00 "Сайилгоҳ". 09.15 Узбек наволари 10.30 Мировые хиты 11.00 "КОНАН-РАЗРУШИТЕЛЬ" Худ. фильм 13.00 "MTVA awards-2006" 13.05 Узбек наволари 14.00 "Премьера" (узб.) 14.20 Узбек наволари 14.40 "Очил дастурхон" 15.00 Теленяня

16.25 "MTVA awards-2006" 16.50 Узбек наволари 17.30 Кулги маркази 17.45 Узбек наволари 18.00 Марказ NEWS (узб.) 18.15 Узбек наволари 19.00 Марказ NEWS (рус.) 19.15 "MTVA awards-2006" 19.20 Концерт 20.40 "Альо-Марказ" 21.00 Узбек наволари 21.30 "Судьбы Тактирлар" 21.55 "MTVA awards-2006" 22.00 X/Ф "ХАВФЛИ УЙИН"

6.00 Новости 6.20 «Гении и злодеи». Иосиф Бродский 6.45 X/Ф «Иду искать» 8.20 «Играй, гармонь любимая!» 9.00 «Слова пастыря» 9.15 «Здоровье» 10.00 Новости 10.10 «Смак» 10.30 «Фазенда» 11.05 «Доктор Курпатов» 12.00 Новости (с субтитрами) 12.10 К 75-летию Льва Дурова. «История в байках» 12.40 Премьера. «Русские. Дорога домой» 13.40 X/Ф «Афоня» 15.20 «Умора-2006». Лучшее 16.55 Концерт «Локомотив»-70 18.00 Новости (с субтитрами) 18.10 X/Ф «Конюный профессор-2» 19.50 «Жизнь с кумиром. Укрощение строптивых» 21.00 Время 21.20 «Все звезды на льду Красной площади» 23.35 X/Ф «Мемуары гейши» 2.10 Комедия Роберта Олмлена «Военно-полевой госпиталь Мэри» 4.10 Сериал «Мертвая зона» 4.55 «Короли смеха». Вячеслав Полунин 5.20 «Здоровье»



6.00 «Доброе утро, Россия!». 8.00 ВЕСТИ. 8.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ. 8.20 «Военная программа» Александра Сладкова. 8.45 «Утренняя почта». 9.20 «Субботник». 10.00 «Вокруг света». 11.00 ВЕСТИ. 11.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-МОСКВА. 11.20 «Сто к одному». Телеигра. 12.15 «Комната смеха». 13.15 «Клуб сенаторов». 14.00 ВЕСТИ. 14.25 РОДНОЕ КИНО. Георгий Буцков, Елена Санаева, Ролан Быков и Иван Ржывов в комедии «Аминистия». 1981г. 16.00 «Формула власти». 16.25 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-МОСКВА. НЕДЕЛЯ В ГОРОДЕ. 17.05 «Национальный интерес». Ток-шоу Дмитрия Киселева. 17.50 Филипп Киркоров, Лариса Долина, Валерий Меладзе и Лайма Вайкуле в большом праздничном концерте. 20.00 ВЕСТИ. 20.20 «Танцы со Звездами». Результаты голосования. 20.50 «Бабь, вперед!» Юмористическая программа Елены Степаненко». 23.50 Марина Могилевская, Мария Арнонова, Александр Балуев и Валентин Смирнитский в фильме «Все, что ты любишь...». 2002г. 1.50 Юан МакТрегор и Рене Зеллвегер в романтической комедии «К черту любовь!» (США-Германия). 2003г. 4.00 НОЧНОЙ СЕАНС. Острозюжетный фильм «Картежник» (США). 2003г.

ЯКШАНБА 24

ЎЗБЕКИСТОН ТЕЛЕВИДИЕНИСИ

5.55 Кўрсатувлар дастури. 6.00 "Ассалом, Ўзбекистон!" 8.00-8.35 "Ахборот". 8.35 ТВ анонс. 8.40 Олтин мерос. "Болалар сайёраси": 8.50 "Барби ва карсидок". Мультфильм. 10.05 2006 - Ҳомийлар ва шифокорлар йили. "Саломатлик сирлари". 10.25 "Оила ришталари". Теле-сериал. 11.00 ТВ анонс. 11.05 "Янги оханглар". Р. Комилов. 11.30 "Ҳажвия бисотидан". 11.50 "КиноТеатр". 12.10 "Есения". Бадийий фильм. 1-қисм. 13.20 "Дил гарониси". 13.30 "Есения". Бадийий фильм. 2-қисм. 14.30 "Оддий ҳақиқатлар". Ток-шоу. 15.10 Ватан ҳақида кўшиқлар. "Болалар сайёраси": 15.15 "Олтин тож". Телеуйин. 15.50 ТВ анонс. 15.55 "Жиддий уйин". 16.00 "Оханглар оғушида". 17.00 "Одами арсанг". 17.20 "Калпок". Ҳажвий кўрсатув. 17.50 "Ҳамон ёлимда" 1-қисм. 18.10 ТВ анонс. 18.15 "Ҳамон ёлимда" 2-қисм. 18.35 "Интеллектуал ринг". 19.20 "Дунё иқлими". 19.25, 20.00, 20.55, 21.40 Эълонлар. 19.30 "Тахлилнома" (рус тилида) 20.05 "50x50". Ток-шоу.

20.50 "Дунё иқлими". 21.00 "Тахлилнома". 21.45 ТВ анонс. 21.50 "Кўрча оханглар". 22.15 "Хаёт гўзал". Теле-сериал премьераси.



«ЁШЛАР» ТЕЛЕКАНАЛИ 5.55 Дастур очилиши. 6.00 Миллий кино: «Остона». 9.30 "Камолот" хабарлари. 9.40 Бурч ва шароф. 9.45 Мардлар кўриклайди Ватанни! 10.00 ВАТАНПАРВАР. 11.00 Journal. 11.20 Оханрабо. 12.00 ТАМАННО. 13.00 Жаҳон киноси: "Затура". 14.30 Рўзгор мактаби. 14.50 Интерфутбол. 16.20 РИНГ қироллари. 17.10 Чемпион сирлари. 17.30 "Кавказ асираси". Кинокомедия. 18.45 Дилрабо. 18.55 Иқлим. 19.00 Давр ҳафта ичида. 19.30 "Yoshlar" да қиш оқшомлари. 20.50 Эълонлар. 21.00 "Дилроз". Дилшод Раҳмонов. 21.30 CINEMANIYA. 22.00 Жаҳон киноси: "Тезкор фото". 23.40 - 00.45 Тафаккур нури.

7.30 "Салом, Тошкент!" 8.35 "Гвадалупе". Теле-сериал. 9.15 "Эслайсизми, ёдингиздами?" 9.20 "Телекурьер-маркет". 9.40 Б/Ф «Бойвучна Рич». 11.05 "ИИБ хабарлари". 11.25 "Интервью". 11.35 Кино: "Тезлик". 11.30 "Афиша". 13.15 "Истиёдол". 13.55 "Дорихона зшитади" (рус) 14.45 Ҳайвонот дунёси: "Коллон" 2-қисм. /рус/. 15.10 Кино: "Туғилиш" /рус/. 16.40 "Жозиба". 17.00 "Телекурьер - маркет". 17.25 "Мулоҳаза учун мавзу". 17.55 Кино: "Катта бойлик дардида". 1-қисм. 18.50 "Дилкаш наволар". 19.15 Кино: "Катта бойлик дардида". 2-қисм. 20.15 "Телекурьер-маркет". 20.40 "CINEMA.UZ". 21.05 "Нима учун". 21.45 "Туризм ҳақида" (рус) 22.15 Яқшанба кинозали: "Лара Крофт: эхромлар ўғриси" (рус)



7.30 "Хабарлар". 7.50 "Кунюк стартлар". 8.30 "Хабарлар" (рус тилида) 8.50 "Табасум". 9.00 "Бардам бўлинг". 10.00 Мультфильм. 10.10 "Йўлда ёзилмаган кайдлар". 10.25 "Ракибингиз гроссмейстер". 10.45 "Файзли ошхона". 11.10 "Ҳамма уйдалигида".

12.00-12.50 "Проф-РИНГ". \*\*\* 18.00 "Кийкича". Мультфильм. 18.30 "Версия". 19.00 "Спорт уик-энд". 19.40 "Тайм-аут". 20.00 "Вести". 20.20 "Иктидор". Интеллектуал шоу дастури. 21.10 "Тендшо". 21.30 "Талкин". Информацион-тахлилчи кўрсатув. 22.00 "Юлдузлар муз устида". 23.50 Еврофутбол.

TV-MARKAZ

07.00 Марказ NEWS (узб.) 07.15 Узбек наволари 07.45 Кулги маркази 08.00 Марказ NEWS (рус.) 08.15 Мировые хиты 08.30 "Юлдузли пайшанба" 09.00 Узбек наволари 10.15 "Суммас орузлар" такрор 11.00 Индийское кино "ХАВФЛИ УЙИН" Худ. фильм 14.00 Узбек наволари 14.20 "Великолепная семейка" 15.00 Теленяня 16.20 Мировые хиты 16.30 "Премьера" (рус.) 16.50 Мировые хиты 17.00 Узбек наволари 18.00 Марказ NEWS (узб.) 18.15 Узбек наволари 18.45 "Сайилгоҳ" 19.00 Марказ NEWS (рус.) 19.15 Узбек наволари 20.00 "Альо-Марказ" 20.20 Узбек наволари 21.00 "Топ-20" 21.45 Мировые хиты 22.00 Кино-SMS: 1. "ПАДШИЕ АНГЕЛЫ" Худ. фильм 2. "XXX" Худ. фильм 3. "РЕКРУТ" Худ. фильм 00.00 Миксер

6.00 Новости 6.10 Леонид Филатов в фильме «Грачи» 7.45 «Диета звезд». Документальный фильм 8.35 «Армейский магазин» 9.10 «Умники и умники» 10.00 Новости 10.10 «Непутевые заметки» с Дмитрием Курьяновым 10.25 Искатели. «Секретный тоннель» 11.10 «Пока все дома» 12.00 Новости (с субтитрами) 12.10 К 60-летию актера. «Цена успеха Леонида Филатова» 12.45 «КВН-2006» 14.55 Премьера. «Мисс Россия» 16.15 Джеймс Белуши в комедии «Собачья работа -3» 18.00 «Времена» с Владимиром Познером 18.55 Саша и Лолита в программе «Две звезды» 21.00 Воскресное «Время». Информационно-аналитическая программа 21.45 Премьера. Бен Аффлек в комедии «Пережить Рождество» (2004 год) 23.20 «Высшая лига» 0.30 Барбара Стрейзанд в комедии «Смешная девчонка» 3.05 Сериал «Мертвая зона» 3.50 «Встань и иди. Девочка и дельфин». Документальный фильм 4.15 «Играй, гармонь любимая!»



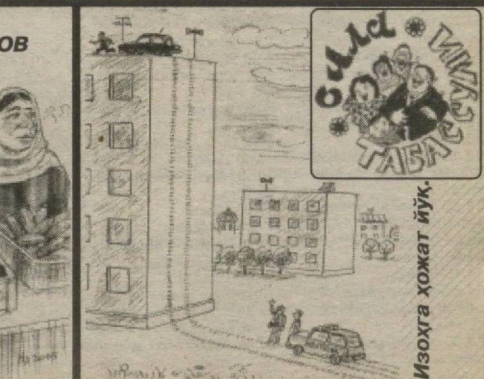
5.50 Егор Грамматиков в фильме «Маленькая принцесса». 1997г. 7.30 «Студия Здоровье». 8.00 ВЕСТИ. 8.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 8.20 «Сельский час». 8.50 «Диалоги о животных». 9.20 К ЮБИЛЕЮ ЛЬВА ДУРОВА. Альтиманас Масюлис, Елена Майорова, Валерий Рыжаков, Александр Фатошин, Вячеслав Езлов и Ирина Печерникова в фильме «34-й скорый». 1982г. 11.00 ВЕСТИ. 11.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-МОСКВА. 11.20 «Городок». Дайджест. Развлекательная программа. 11.50 «Сам себе режиссер». 12.45 «Смехопанорама Евгения Петросяна». 13.15 «Парламентский час». 14.00 ВЕСТИ. 14.20 Любовь Толкалина в фильме «Игры взрослых девочек». 16.50 ПРЕМЬЕРА. «Смешаться разрешается». Юмористическая программа. 18.45 ПРЕМЬЕРА. «Танцы со Звездами». Сезон-2006. 20.00 «ВЕСТИ НЕДЕЛИ с Сергеем Брилевым». 21.00 «Специальный корреспондент». 21.25 Наталья Фиссон в фильме «Самые счастливые». 2005г. 23.20 Брюс Уиллис, Мэттью Перри и Наташа Хенстридж в комедийном боевике «Десять ядов» (США). 2003г. 1.20 Бриджет Фонда, Харви Кейтел, Энн Бэнкрофт и Гэбриел Бирн в триллере «Возврата нет» 3.30 Теле-сериал «Встреча выпускников» (США). 2005г. 4.15 Канал «Евроныс»



- Бухородаги бир зиёратгоҳда қадаҳозлик.



Рассом А. ҲАКИМОВ



Изоҳга ҳоҳат йўқ.

**ШЕЪРИЯТ  
ДАФТАРИДАН**

Ушбу шеърлар Ўзбекистон мустақил босма оммавий ахборот воситаларини ва ахборот агентликларини қўллаб-қувватлаш ва ривожлантириш жамоат фонди тавсияси билан чоп этилмоқда.



**УМРИМ МЕНИ**

*Дарёларни тўлқинида оқиб кетган умрим мени,  
Муҳаббатнинг хазонлари ёқиб кетган умрим мени,  
Бир кам дунё ғирдобига ботиб кетган умрим мени,  
Умрим мени эссиз умрим, эссиз, эссиз умрим мени.*

*Дўст деганим қўйнимдаги илон бўлса қайга борай,  
Ёр деганим душманамга нишон бўлса қайга борай,  
Муҳаббат бор деган сўзда гумон бўлса қайга борай,  
Умрим мени эссиз умрим, эссиз, эссиз умрим мени.*

*Юлдузларга сўйлардим ёр, сендан жўшиб узок туилар,  
Шўх газаллар ёзар эдим бағрим эшиб саҳар, тонглар,  
Бугун қисмат майин ичдим заҳар қўшиб қадрдонлар,  
Умрим мени эссиз умрим, эссиз, эссиз умрим мени.*

*Тегирмонни тошларига бошим уриб ёрар бўлдим,  
Ғам камарни белга боғлаб, қўлга асо олар бўлдим,  
Бевафо ёр билан дўстни Худойимга солар бўлдим,  
Эй Садоий, эссиз умрим, эссиз, эссиз умрим мени.*

**СИЗГА ЁР-ЁР**

*Бўзлаб-бўзлаб қўчангиздан кетаман,  
Кўкдан юлдуз кўчди, мен ҳам кўчаман.  
Ёшилган эшикни чертиб нетаман,  
Сизга ёр-ёр, менга энди дунё тор!*

*Гулим десам, ханжар тикан гул экан,  
Кўлин тутсам, оғу тутган қўл экан.  
Ошиқ мудоом балоларга қўл экан,  
Сизга ёр-ёр, менга энди дунё тор!*

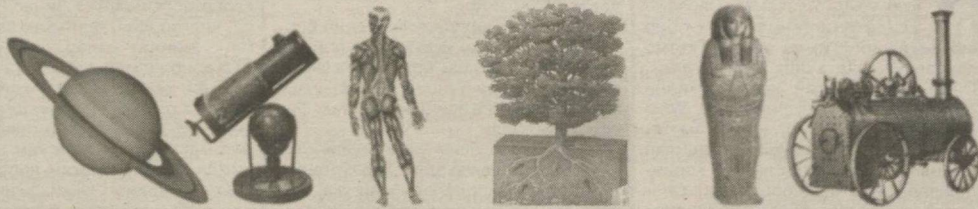
*Энди бориб қушларни дўст тутарман,  
Булбулларнинг кўз ёшларин ичарман.  
Сиздай бўлса қиз зотида кечарман,  
Сизга ёр-ёр, менга энди дунё тор!*

*Ёлгончи қиз, Ёлғонийдир отингиз,  
Давоси йўқ дарддай дилда қотдингиз,  
Садоийни ўчмас ўтда ёқдингиз,  
Сизга ёр-ёр, энди менга дунё тор!*

**СЕН ВА МЕН**

*Сен куласан бепарво, беам,  
Менинг бошим чиқмас аламдан.  
Сен қўшиқлар айтасан гоҳо,  
Мен сукутлар сақлайман танҳо.  
Сенга сирдош, меҳрибонлар кўп,  
Менга чин дўст бир вафодор йўқ.  
Сенинг аҳволинг гулзор бўйида,  
Менинг кулбам саҳро қўйнида.  
Сени гуллар ўтиб қаршилар,  
Мен қўл чўзсам тиканлар тутар.  
Сен оқ туилар кўрасан тонглар,  
Мен туш кўрсам қувар илонлар,  
Сени мендек беғонанг йўқдир,  
Садоийдай девонанг йўқдир...*

Шамсиддин САДОИЙ



**НИМА? НЕГА? НИМА УЧУН?**

**УРАН ВА НЕПТУН САЙЁРАЛАРИ  
ҲАҚИДА НИМА БИЛАМИЗ?**

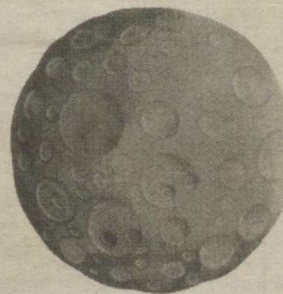
Уран ҳажмининг катталиги жиҳатдан Юпитердан кейин иккинчи ўринда туради. Унинг 15 та йўлдоши ва бешта ҳалқаси бор. У Куёш атрофида 84 йилда бир марта айланиб чиқади. Ўз ўқи атрофида айланишига қанча вақт кетиши эса аниқланмаган.

Нептун сайёраси 1846 йилда кашф этилган. У яшилга мойил рангда бўлгани учун қадимги юнон афсоналаридаги денгиз илоҳи Нептун шарафига шу ном билан аталган. Мазкур сайёра Куёш атрофида 164,8 йилда бир марта айланиб чиқади. Нептун сайёрасининг вазни (оғирлиги) Ер вазнидан 17 марта ортиқроқ. Нептуннинг иккита йўлдоши бор.

**ПЛУТОН ҚАНДАЙ САЙЁРА?**

Плутон Куёшдан энг олисда жойлашган ва Куёш системасидаги энг кичкина сайёрадир. У энг охириги кашф этилган сайёра ҳисобланади. Гарчи бу сайёрани тадқиқ этиш ишлари 1916 йилдаёқ бошланган бўлса-да, бор-йўғи 1930 йил 18 февралга келибгина унинг кашф этилгани расман эълон қилинди.

Плутон 247,7 йилда бир марта Куёш атрофида айланиб чиқади.



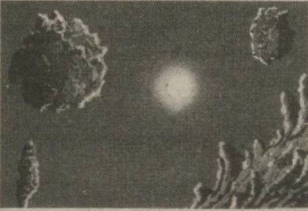
Унинг битта йўлдоши бор. Каронте деб номланган бу йўлдош жуда кичкина бўлиб, Плутон билан унинг орасидаги массафа космик нуқтаи назардан жуда яқин ҳисобланади, яъни атиги 20 минг километрга тенг.

**КУЁШ СИСТЕМАСИДАГИ ЭНГ  
КИЧКИНА ЖИСМЛАР ҚАЙСИЛАР?**

Космик кенгликда сайёралар, юлдузлар ва йўлдошлардан ташқари сайёрага айланишига таркиби ва ҳажми имкон бермаган бошқа жисмлар ҳам бор. Сайёралар тоифасига кирмайдиган бундай жисмлар **астероидлар, кометалар, метеоритлар** деб аталади.

**АСТЕРОИДЛАР НИМА?**

Астрономлар томонидан 2000 га яқин астероидлар аниқланган бўлиб, уларнинг аксарияти улкан тош парчалари кўринишидадир.



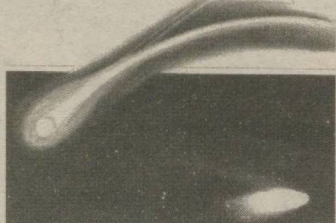
Ўтган аср бошларида астероидларни Марс ва Юпитер орасида жойлашган, аммо кўп минг йиллар бурун парчаланиб кетган сайёранинг бўлаклари, деб ҳисоблашган. Аммо

астероидлар таркибий жиҳатдан сайёралардан кескин фарқ қилади.

Астероидлар 100 километрдан 1000 километргача диаметрга эга бўлган осмон жисмларидир. Сайёралар ва йўлдошларга солиштирганда бу ҳажм жуда кичиклиги аён бўлади.

Энг биринчи астероид 1801 йилда италиялик астроном Жузеппе Пьяцци томонидан кашф этилган эди.

**КОМЕТЛАР НИМА?**



Кометалар Куёш атрофида эллипс шаклида айланиб юрувчи осмон жисмлари бўлиб, баъзида улар тўғри чизик бўйлаб ҳаракатланаётгандек тасаввур уйғотади.

Комета Куёшдан олисда пайтида у совуқ тош шаклида бўлади. Уни тош ядро деб аташади ва у чанг ҳамда совуқ газлардан иборатлиги билан ажралиб туради. Комета Куёшга яқинлашгани сайин ядродан қаттиқ парчалар ва газлар ажралиб чиқа бошлайди ҳамда улар нурли из ҳосил қилишади. Мана шу из кометанинг думи деб аталади.

Думдан эса ўз навбатида ингичка ва узун қисм олисларга чўзилиб кетган бўлади ва унинг узунлиги одатда миллион километрга яқиндир.

Кометаларни маълум вақтларда Ердан туриб оддий кўз билан ҳам кузатиш мумкин.

**БАРЧА МЕТЕОРИТЛАР ҲАМ ЕРГА  
КУЛАЙДИМИ?**

Метеоритлар Ерга ёки Борлиқдаги бошқа сайёраларга қулаб турадиган улкан тош парчаларидир. Мазкур тошлар атмосфера билан тўқнашганда парчаланиб кетади. Унинг парчалари тўқнашув натижасида қизиқ, айримлари хатто буғланиб кетиши мумкин. Шу боис кометаларнинг барчаси ҳам Ерга етиб келмасданоқ чанг ёхуд буғга айланиб кетиши аниқланган. Аммо айрим метеоритлар Ерга қулаб, унинг юзасида улкан кратерлар ҳосил қилишади. Масалан, 20-аср бошларида Россиянинг Сибир ўлкасидаги Тунгус деган жойга метеорит тушган. Оқибатда бир неча ўнлаб километр диаметрдagi ўрмон қуйиб кул бўлган.

АҚШнинг Аризона штатида эса метеоритнинг қулашидан ҳосил бўлган улкан кратер бор. Унинг диаметри 1200 метрга, чуқурлиги эса 180 метрга тенг. Олимларнинг тахминларига кўра, у бундан 20 минг йил аввал улкан метеоритнинг Ер билан тўқнашувидан юзага келган.

**ГАЛЛЕЙ КОМЕТАСИ НИМА?**

Ушбу машҳур сайёрага уни кашф этган инглиз олими Эдмунд Галлей шарафига шундай ном беришган. Бу комета совуқ ҳолида бор-йўғи 2,5 километр диаметрга эга. Галлей Ернинг яқинидан учиб ўтаётганда унинг асосини ташкил этувчи туманлик 400 минг километр диаметрга эга бўлади, ҳажми эса Юпитердан 20 баравар ортиб кетади. Бу комета Ернинг ҳаракатига тескари йўналишда ҳаракатланади.

Галлей ҳар 76 йилда бир марта Ернинг яқинидан учиб ўтади. Охириги марта бу ҳол 1996 йилда кузатишган эди.



Айрим тушунмайдиган, астрономия илимидан беҳабар одамлар Галлей Ер билан тўқнашиб кетиши мумкин, деб ваҳима қиладилар. Аслида бу ҳақиқатдан мутлақо йироқдир.

**СУНЬИЙ ЙЎЛДОШ НИМА?**

Йўлдош иккинчи даражали сайёра бўлиб, у асосий сайёра атрофида ва у билан ёнма-ён Куёш атрофида айланиб юради. Инсон қўли билан яратилган ҳамда бирор бир, одатда Ер, сайёра атрофида учиб юрадиган учувчи жисм эса сунъий йўлдош, деб номланади. Ернинг сунъий йўлдошлари жуда кўп бўлиб, улардан астрономик, метеорологик, ҳарбий ва алоқа (йўлдошли телевидение, уяли алоқа каби) мақсадларида фойдаланилади.

**ЮЛДУЗЛАР НЕГА УЧАДИ?**



Ёзнинг бегубор тунарлида ёрқин из қолдириб дарров сўниб қоладиган юлдузларни кўриш мумкин. Бундай пайта айримлар "юлдуз учди, кимнингдир умр шами сўнди", деб қўйишади. Аслида бу жисмлар юлдуз эмас, балки метеорлардир. Улар ташқи оламдан катта тезликда учиб келишади ҳамда Ер атмосфераси билан тўқнашув натижасида қизиқ, нурли из қолдиришади. Сўнгра чанг зарраларига ёки буғга айланиб кетишади.

**БОШҚА САЙЁРАЛАРДА ҲАЁТ  
БОРМИ?**

1969 йилда америкалик астроном олимларнинг "Ойда ҳаёт йўқ", деган фикрларини тасдиқлашди. Астрономларнинг тадқиқотлари, телескоплар ва космик зондлар ёрдамида олинган маълумотлар Кўёш системасидаги бирорта сайёрада ҳаёт учун Ердагидек



шароит йўқлигини кўрсатди. Ҳозирча Кўёш системасидан ташқаридаги бошқа галактикаларда ҳаёт борлиги аниқланмаган.

**ДАРМОН тайёрлади.**

**М**ен уруш бошланиши арафасида туғилганман. Отам бир яшарлигимда урушга кетиб қахрамонларча ҳалок бўлган экан. Онам отамни кутган. Урушдан кейин бир йил ўтиб, турмушга чиқди. Укам Бунёд туғилди. Аммо, ўғай отам билан онам ўзаро келиша олмадилар шекилли, ажралишди ва биз қариндошлар уйда яшай бошладик. Онамиз бор меҳрини бизга берди, тарбиялади, ўқитди. Бошқа турмуш кўрмади. Онам оғир касалликка чалинган, мен ёш бўлсам ҳам уйланишга мажбур бўлдим. Аёлим яхши эди. У онамга меҳрибонлик билан қаради. Аста-секин фарзандларимиз туғила бошлади. Укам ҳам вояга етиб, мактабни тугатди. Олий ўқув юртига

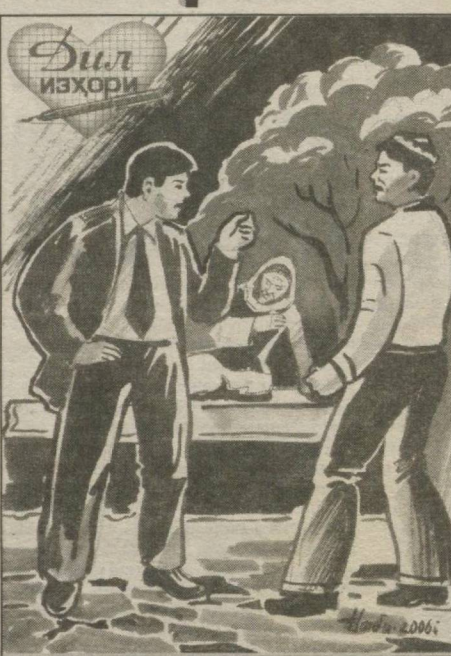
деди у безрайиб. Қарз-ҳавола қилиб пулни топиб бердим. Кейинги тўрт фарзандим пойтахтда ўқиди. Укамнинг ердасисиз ўз билимлари билан ўқишга кириб, яхши мутахассисликка эришдилар, бири фан номзоди бўлди. Мен барибир олим укам борлигидан қувонар, фахрланар эдим. Ҳар қўғанда: — Катта шаҳарда юрибсан ука. Ҳар хил одамлар бор, эҳтиёт бўл. Айниқса, пора масаласида қаттиқ тур. Чунки, оқибати ёмон бўлади, - дер эдим. Менинг насиҳатларим унга оғир ботганини сезардим. Хатто, бир ўтиришда, мен ва дўстларимга қарата: "Сенлар мени кўра олмайсанлар", деб юборди. Каиф устиде айтиди, кўйди, - деб биз уни кечирдик. Вақти келиб у

қарарди. Қишлоққа йилда 1-2 келса, қилган иши, олиб келган нарсаларини миннат қилар, ҳолбуки менга деб олиб келган кийимлари ўзига тор ёки кенг келса, модадан қолган бўлсагина келтирар, давраларда, «Акамга уни олиб келдим, буни олиб келдим», дея мактанарди. Мен ҳам ҳар борганимда, ўзи келтирган нарсани ўзига совға қилардим. Чунки, миннатни, укадан қарздор бўлишни истамас эдим. Лекин чин дилдан насиҳатларимни давом эттирардим. Бир куни уйда ўтирганимда укамнинг дўстларидан бири кўнгирак қилиб, укам қамалиб қолгани ҳақида хабар берди. Ишимдан жавоб олиб йўлга тушдим. Уйга борсам, келин унинг порахўрликда айбланиб қамалгани, яқинда суди бўлишини айтиди. Судда укам ун йил қамоқ жазоси берилиши айтилди. Адвокат билан келишган ҳолда суд қарорига норо-

шу, - деди совуққина қилиб. Мен рўзадор бўлганим учун Ҳадисларда айтилганидек "Мен рўзаман, мен рўзаман", деб ўзимни босиб ўтирдим. Эҳтимол, келган одамлар билан уни ҳам кўшиб ҳайдашим керакмиди? "Майли, дедим мен. Укам шу қарорга келган экан, мен рози. Лекин менинг уйим укам учун доим очик. Фақат фамилиясини ўзгартирсин, отасининг фамилиясига ўтсин", - дедим. Келганлар қандай келган бўлсалар, шундай чиқиб кетишди. Айримлари 2-3 кундан сўнг мени кўриб, "Нахотки шу гапларга чидадингиз, чидамингизга балли", дейишди. Мен, "Ҳаётнинг ўзи ким ҳақ, ким ноҳақлигини кўрсатади. Укам, албатта, уйга келади, - дедим холос. 2-3 йил укам қишлоққа келса ҳам меникига кирмади. Дўст, қариндошларникига келар, онамизнинг қабини зиёрат қилар-

# МЕҲР—ОҚИБАТ

ўқишга кирди. Ўқишни битиргач, шу ўқув юртида ишда қолди. Кейинчалик уйлантирдим. Раҳматлик онам ва мен йигиб-терганимиз билан аввал Тошкентда, сўнг қишлоқда катта тўй қилдик. Тошкентга бир автобус ва бир енгил машина буюртма қилиб бордик. Тошкентда тўйни ўтказгач, 40 га яқин қудалар билан қишлоққа келиб, бу ерда ҳам тўй қилиб бердик. Олган қарзларимизни тўлагунча қарийб ўн йил қийналдик. Онам бир-икки йил укам билан яшади. Соғлиги оғирлашгани учун қишлоққа қайтди. Докторлар саратон деб таъхис қийишди. Шифохонага жойлаштириб 10-15 кун даволаниб чиққан онамизнинг умри 2-3 йилга чўзилди. Лекин, афсусланарли жойи шундаки, ишни баҳона қилган, укам онамизни кўришга бир марта ҳам келмади. Икки йилча вақт ўтгач, онамиз вафот этди. Дафн масросимидан бир кун ўтиб укам етиб келди. Узоқ шаҳардага аспиратурда ўқирди. Маъракаларини биргалашиб ўтказдик. Қабрга хотира тоши ўрнатдик. Йиллар ўтиб укам ўз соҳаси бўйича фан номзоди бўлди. Шундан сўнг укам ўзгара бошлади. Ҳовли олди, машина бўлди. Энди унда бироз кеккайиш, менсимаслик аломатлари пайдо бўла бошлаган эди. Катта фарзандим ўқишга кирадиган бўлиб, институтга ҳужжат топширди. Аммо имтиҳондан йиқилди. Уйга қайтдик. Орадан бирор ой ўтгач, укам келди ва: — Мен фарзандингиз учун бир домлага фалон сўм берган эдим, шуни беринг, - деди. Мен: — Нега ўша пайтда айтмадинг, мен сенга пул бер деганим йўқ-ку. Қизим ўқишга киролмади, пулингни қайтариб олсанг бўлмайди? Бу пул менинг 5-6 ойлик маошим-ку. Сенга қаредан топиб бераман? - дедим. - Мен билмайман, топиб берасиз, -



мендан узоқлашиб, ўз отасига яқинлаша бошлади. Мен ўшандагина хато қилганимни тушунадим. Онам раҳматли унга: "отанг ўлган", дер, менга ҳам айтмасликни қаттиқ тайинларди. Бирок у тирик эди. Укам отаси ҳақида билишга жуда қизқарди. Ниҳоят мен онамдан яширинча уни отасининг уйига олиб бордим, таништириб қўйдим. Укам бўлса шундан сўнг биздан яширинча отасининг уйига бориб юрар, ўғай ука, сингиллари билан ҳам қалинлашган экан. Йиллар ўтиб, у ўз соҳаси бўйича фан доктори ҳам бўлди. Энди ундаги ўзгаришлар аққол сезила бошлади. Олдий қариндош, танишларга паст назар билан: "Шу ҳам одамми?" - қабилида

# ҚАЙДА ҚОЛДИ?

золик билдирдик. Қайта тергов, қайта суд ишлари кўрилди. Қисқаси, қарийб бир йил деганда укам овоз бўлди ва ўз ишига қайта тикланди. Афсус... Бирор йил ўтар-ўтмас, яна аввалги ҳолига қайтди. Яна ўша миннатли гаплар, нописандлик давом этди. Мен охири хатимда: "Эҳтиёт бўл, яна бошинга оғир кунлар тушмасин, миннатни ҳам бас қил, агар мен ҳам миннат қилсам, сен бунга чидай олмайсан. Чунки, менинг қилган ишларимнинг урвоғини ҳам қилганинг йўқ. Пулга ҳисобласанг ҳам мингдан бирига арзимоиди", - деган мазмунда ёздим. Хатимга жавоб бўлмади. Бир куни, рўза ойида тўсатдан унга яқин киши улар билан эса укам ҳам кириб келди. Қувониб уларни қарши олдим. Ўзим рўза бўлсам-да, уларга нон, чой, қанд қўйдим. Ҳамма ҳайрон. Шунда укам кутилмаганда дилимни вайрон қилиб: — Акам билан орани очик қилмоқчиман, - деди. Бу гапни одамларни йиғмасдан ўзимга айтса ҳам бўларди-ку, деб мен ҳам ҳайрон бўлдим. Қисқаси, фуқаролар йиғини раиси мендан: "Нима гап?" - деб сўради. Мен охири хатимдаги гапларни айтдим. — Укам нима мақсадда сизларни олиб келганини тушунадим, - дедим. Шунда укам: — Акамнинг насиҳатларидан ҳам, хатларидан ҳам безор бўлдим. Менинг ўз ота авлодидан бор. Менга насиҳатчи акамнинг кераги йўқ. Мен отамнинг бир тола сочига сенга ўхшаганларни ўн мингтасини ҳам олмаймак, менга энди хат ёзмаган. Чакирсам бегона қатори уйимга боринг. Бўлмаса, борманг, гап

ди. Ҳар келганида киши юбориб, «Акам мендан кечирим сўрасин, кейин уйига бораман», - дерди. Мен эса қайси қилган номаъқул ишим учун кечирим сўрай? Виждонига қолаверса, худого солдим, деб жавоб беравердим. Ниҳоят, бир куни келин, болалари билан кириб келди. Ярим соатча ўтириб, "Йўл-йўлақай тушдик, вақтимиз зик!", - деб туриб кетишди. Мен кузатиб қўйдим. Шундан буён йилда 1-2 келса ҳам бир соат ярим соат ўтириб кетади. 2-3 кун дўстлариникида ётади. Мен ҳам унинг гапларини эсимдан чиқара олмадим. Ҳали уйига борганим йўқ. Худого шукр, Тошкентда ўғил-қизларим бор. Шуларникига бориб келаман. Икки марта тўй қилганида ҳам жўралари орқали айтирган эди. Мен ҳам бегоналардек 2-3 соат ўтириб кетдим. Ахир мен укамдан пул, мол-мулк талаб қилмадим-ку! Меҳр-оқибатли бўлса бўлди эди. Йиллар ўтса-да, бир нарсадан сиқиларман. Балки, укамга отасининг тирикчилигини айтиб хато қилганимканман? Агар отаси борлигини билмай юраверганида, мени ўз отасидек кўрармиди? Бирок, ўзим ота меҳрига зор бўлганим учун унга раҳим келганди-да. Раҳматлигим боис анча дилхиралликлар бошимдан ўтди. Мана уч йил бўлди, укамни кўрмадим. **Бўлиб ўтган гаплар дилимни оғритди. Оғир касал ҳам бўлдим. Мана, тузалгач, дардини сизга айтишга қарор қилдим. Бу воқеадан ака-укалар сабоқ олишар, бир-бирига меҳрли, қадрли, ҳурматли, қилган ишини, берган нарсасини миннат қилмайдиган бўлишар, деб ўйлайман. Сизлар нима дейсизлар, азиз ўртоқлар?** **ФАРҲОД,** Қашқадарё вилояти.

**Б**у воқеа чўпонлар ўртасида бўлиб ўтган. Уни менга ўртоғим айтиб берганди. Бир куни Рустам отлиғ чўпон: "Сенинг қўйларинг ориқ экан, энг семизи деганингни ҳам бир ўзим кўрдим дейман", - деб катта кетган касбдоши Рўзи чўпон билан баҳслашиб қолди. Рустамнинг қўйлари яқин атрофдаги чўпонларни кидан энг семизи экан. Шу сабабли унинг жаҳли чиқибди ва келинг: -унақадга гаров уйнаймиз, -деди ўз бошига бало орттириб. Чунки у ҳали чўпоннинг қанақа қудратга эга эканлигини билмас экан. Аслида мақсади шу бўлган Рўзи чўпон дарҳол розилик билдирибди ва гаров уйнашибди. Гаровга қўра, Рўзи чўпон Рустамнинг суруви ичидан энг семиз қўйни пишириб, бир ўзи тано-

вувл қиладиган, агар удалласа, Рустамнинг барча қўйларига эгалик қиладиган, мабодо эглай олмаса, ўзининг бор сурувини унга топширадиган бўлибди. Ниҳоят қишлоққа тушиб, керакли нарсаларни олиб келишгач, энг семиз қўйни тутиб сўйишибди. Гўштни пишириб, катта тоғорага солишибди. Шунда: "Марҳамат", - дебди Рустам биродарига мийғида кулиб. У ҳали ҳам касбдошининг ишига қиришибди. У аввал эринмай ҳилвираб турган гўштни бир-бир ситиб чиқибди. Гўшт майда-майда толаларга ажралгач, секин асталик билан бир бошидан ея бошлабди. Толаларга бўлақланган гўшт тез ҳазм бўлар экан. Ва ниҳоят кун адо-

# ГАРОВ

Қишлоқ ҳангомалари

ғидагина кўринишидан эртақлардаги алпоқмат деворларни эслатадиган барваста ва қўрнинбо Рўзи чўпон бутун бошли бир қўйни еб тугатибди. У қўлларини шу тарзда мағлуб этиб, кун кўрар экан. Буни фақатгина Рустам билмас экан, холос. Чўпон халқи мард бўлади. Рустам: "Олинг, барча қўйлар энг сизники деганча, тўнини кўтариб, чор-ночор уйга қайтибди. Унинг гапига ва тавшишми чехрасини кўрган отаси ҳам ҳовлиқиб қолибди. Рустам бор гапни айтиб берибди. У энди

отам мени қойийди, деб ўйлаган экан. Бирок ҳаётнинг анча-мунча синовларини кўрган тажрибали ота ўғлини юпатиб, унга пул берибди ва: "Бор бозордан ўнта қўй олиб кел", - дебди. Рустам айтганини қилибди. Ўнта қўйнинг бирини алоҳида қилиб, нон билан боқа бошлашибди. Орадан бир йил ўтибди. Отасининг маслаҳати билан Рустам ўнта қўйини ҳайдаб тоққа чиқиб кетибди. Ва табиийки қўйлар сўғориладиган дарё бўйида яна Рўзи чўпонга дуч келибди. Чўпон халқи мактанниш яхши кўрадиган, шу билан бирга орли халқ бўлади. Сал нарсам ҳам кўнгилларига тегаверади. Бировнинг молини ютиб олавериб, бу ишнинг мадасини билиб қолган Рўзи чўпон айёрлик билан яна эски гапни қўзғабди. Рустам ҳам йўқ деёлмай га-

ров уйнашга рози бўлибди. Қўй сўйилиб, катта қозонда пиширилибди. Бу ишни бажаравериб, нафси ҳақалак отиб кетган Рўзи чўпон аввал мазасини билиш учун гўшдан бир парча олиб гарч тишлабди. Тишлабди-ю, кўзалари олашиб, шу заҳотиёқ оғзидаги лўқмасини яна қайтариб қозонга қўйибди. Кейин Рустамга қараб: "Сен ютинг, олавер ҳаммасини, лекин айт-чи, буни сенга ким ўргатди", - дебди. Чунки у ҳам нон бериб боқилган қўйнинг гўшти меъдасига тегишини яхши билар экан. Шунинг учун гўштни емасданок, буни удаллай олмаслигига қўзи етиб, ютказганини тан олибди. Шундай қилиб Рустам отасининг донолиги ва тажрибаси туфайли барча ютказганларини ортиги билан қайтариб олибди. **Иномжон АБДИЕВ**

**Н**изомиддин Мир Алишер Навоий ҳикматларини севиб ўқийман. Айниқса:

**"Чин сўзни ёлгонга чулғам, Чин айта олур тилни ёлгонга булғам"**, - деган сатрларини ўқиганда отам раҳматлининг ҳаёти кўз ўнгимда гавдаланади. Агар бир оғиз ёлгон сўз ишлатилмаганда кўз очиб кўрган хотини бундан бахтиёр яшарди отам, - деган ҳаёлга бораман. Бир оғиз ёлгон... Бу қандай қудратли кучга эга эканки, ёш оила барбод бўлиб кетган. Қанақа ёлгон? Ким томонидан ишлатилган? Отам билан келинчақ ўртасига ким раҳна солди?

Бу ҳақда отамдан бир-икки марта сўрашганим бўлди, аммо айтишдики...

- Кўй кизим, ўтган кунларни сўрама... Эслаш мен учун

- Дўконда асосан аёлларга мос моллар сотилади, кизим, тилла буюмлар, тақинчоқлар... ахир уларни ким харид қилади? Қизлар, жувонлар...

- Бўлди, керакмас, дўконда бошқа ишламасинлар...

- Шу гапингиз ноўрин бўлди, кизим... Дўконни кимдир юргизиши керак-ку, пулни пулга уриштириб рўзгор эплаш осон эмас... Иннайки... Эракнинг ўрни кўчада. Эрак кўчага чикса йўли очилади. Агар эрни тергаб кўз ёши тўкаверсангиз, бир куни бозор бўлади. Жаҳл чикиб бошқасига уйланиб олади...

- Хо-о-о-о, уйланиб кўрсинлар-чи... Агар шу ишни ихтиёр қилсалар мен уйдан чиқиб кетаман... Кетаман!

- Ҳай-ҳай, келинпошша, кетаман деган сўзни асло тилингизга олманг, паришталар омин демасин...

кунларда набиралик бўлишни ўйлаб, қувониб юрибмиз.

- Набиралик бўлиш бахт, - дебди хотин қуда сўз олиб. Аммо оилада тинчлик бўлиши муҳим...

- Бувим тушунмай қудаларга қарабди:

- Адолат она, биз сизни хурмат қиламиз. Ўғлингиз Шарофхўжа Қори ҳам бамаъни йигит. Мадраса кўрган қори. Аммо дўконда ишлаши бизга маъқул келмапти. Чунки олдида ҳар хил одамлар келади.

- Бизнинг авлод-аждодимиз дўқондор ўтган, худого шукур, ёйиш-ичишдан камчилик йўқ. Дўкон қолаверса кон. Масковдан мол келтириш, сотиш, пул қилиш осон юмуш эмас. Тўриқчилигимиз шу дўқоннинг орқасидан утаяпти. Катта ўғлим Имомхўжа - касалманд. Кенжатоим Расулхўжа мусиқага ихлос кўйган. Оилани

Бувим даст ўрнидан туриб, паранжини бошга илиб бозорчага чиқиб отам билан қайтибди. Отам қайнота, қайнона ва тоғалар билан куюқ сўрашибди.

- Хуш келибсизлар! Ие нимага омонат ўтирибсизлар? Қани айвонга чиқинглар. Ўзим кўлбола ош дамлайман.

- Овора бўлманг қори - дебди тоға сўз очиб, биз жуда муҳим масала билан келганмиз.

- Муҳим масала.

- Соҳибaxon билан муносабатингиз қандай?

- Яхши... дуруст...

- Яхшими? - Илмоқли савол ташлабди хотин қуда...

- Ҳа, тузук... дуруст ашял-миз. Мен дўқондаман. Онам билан Соҳибaxon уйда, эл қатори...

- Шарофхўжа, сиз менинг суяқли куёвимсиз. Тўғрироғи,

бўлганида, биринчидан ёлгон гапирмасди, иккинчидан шунча одамни овораи сарсон қилиб ўтирмасди...

- Майли, кечиринг, узр...

- Охирги сўзим шукки, мен бир қарорга келиб бўлдим.

- Айтинг, болам, айтинг...

- Умид билан ажратаман деб, от-арава билан келибсизлар. Энди арава бўш қайтмасин. Беумид қайтманглар. Кўнглимда хотин кўйиш йўқ эди, энди кўяман...

- Йўқ ажралмайман... - Соҳиб-а яйглаб ўрнидан туриб кетибди.

- Яна бир бор қайтараман. Ҳаммамиз бу дунёда умид билан яшаймиз. Умид билан келган одам ноумид қайтмасин. Соҳиб! Эшит, мен сени уч талоқ қўйдим, уч талоқ!!!

- Уч талоқ дедиларми? Кўёвингиз жуда дангалчи эканлар, - ҳайрон бўлиб қолибди тоға ва аллақачон дўқонга чиқиб кетган Қори томонга қараб қолибди...

- Айб ўғлимда эмас, сизларда! - Адолат бувим қудаларига қарабдилар. Бир ёш келинчакнинг гапига кириб,

тўрт баобўр одамлар билан кўч-кўрон қилиб келишингиз шартмиди! Яна насихат қилиш ўрнига, дабудурустан менга, куёвингизга гапирма кетдингиз... Ахир куёвни пайғамбарлар ҳам сийлаган?!...

Шу воқеа сабаб, отам Шарофхўжа Қори билан Соҳибaxon аямларнинг ширин турмушлари бузилди кетган. Келинчақ уйига кетгач, кўп ўтмай кўзи ёриган. Тўнғич олам Насибaxon туғилган. Рашкчи хотиндан қаттиқ ранжиган отам чилласи чиққан чақалоқни опкелтириб бугдаям уйига ҳайдабсиз... Шунга кизимизни олиб кетгани келдик.

- Ё, Худо... Бу тухмак-ку... Қачон қизингиз кет депман? Қизингизни чақирингчи...

- Келинчақ яқинроқ келибди.

- Соҳиб, ростини айт, мен сени ҳайдадимми?

- Ҳм... Ҳайдадиз... Уйингизга кет дедингиз...

Отам ҳар қандай сўзни кутсалар ҳам, бундай ёлгонни кутмаган эканлар. Ёлгон сўз ғазабларини келтирибди:

- Ростини айтсам, хотиним билан ажрашиш етти ухлаб тушимга кирмаган, ота! Соҳибанинг ҳар қандай эрқалигини, рашкчилигини кечириб келаямман ёш деб. Негаки, уни... Уни... Яхши кўрадим. Лекин шариятда: "Хотинда ҳаққи бор одам унинг эридир", дейилган. Хотиним бугун менга тик қарадим, энди оила бўлмайди. Кўнглим буткул совиб кетди... Мен ёлгонни кечиролмайман...

Бундай муомалани кутмаган қайнота довдираб қолибди, қизига ўқрайиб қарабди.

- Қори бундай демаган экан-ку...

- Кечиринг дада...

- Сен мендан эмас, куёвим билан қайнонандан кечирим сўра кизим... Соҳибaxon оҳиста қайнонаси ёнига ўтмоқчи бўлганда, отам йўлини тўсиб қолибдилар...

- Йўқ, ота! Бугун мен бир нарсани англадим. Демак, кизингизнинг кўнглида оиламизга меҳр бўлмаган. Агар

"Кўз очиб кўрганнинг кўз қорачинг", - дейишди келсалар. Илойим, ана шу кўз қорачиқларингизга бевақт гард-тўзон қўнмасин.

Ҳафизaxon  
ҲАЙИТМЕТОВА

# БИР ОҒИЗ СЎЗ ДЕБ...

оғир, - деганлар хўрсиниб. Аммо... Барибир воқеани билиб олганман. Албатта отамнинг шахсий ҳаётида бўлиб ўтган воқеани элга ошкор этиш яхши эмас, аммо янги ҳаёт қураётган кизларимизга, келинчаларга сабоқ бўлар деган умидда қозғога тушираяман.

Ҳа, азизлар, бир оғиз сўз инсон ҳаётини остин-устун қилиб юбориши рост...

Отам Шарофхўжа Қори ўз замонасининг зукко, билимдон йигитларидан бири бўлган. "Бир йигитга қирқ хўнар оз", деган ибора худди падари бузрукворим ҳақида айтилгандай. Дурадгорлик, иморатсозлик, бўш пайларидан танбур чалиб, сўз чалишлик, ширали овоз билан хиргойи қилишлик... Ҳамма-ҳаммасига моҳир бўлганлар.

Адолат бувимнинг уч ўғил ва бир қизлари бўлиб, иккинчи ўғил - отам Шарофхўжа савдо-сотик ишларидан боҳабар бўлганлари учун ҳам бобомдан қолган мўъжазгина дўқони юришти зиммаларида эди. Шайхонтоҳур гузарида жойлашган бу дўқонда газмоллар, тақинчоқлар, рўзгорбоп моллар сотиларди.

Отам 20 ёшни қоралаганда бувим уйлантириш тарадудига тушган. Кўп ўтмай кўнглидагидек келинчақ ҳам топилган. Соҳибaxon - хушрўй, чаққонлиги билан бувим меҳрини қозонган. Келинчакнинг бир камчилиги - у ўлғудай рашки экан. Отам дўқонда савдо қилаётган пайтда духоба паранжини ёпиниб, бозоргача чиқар, сачвон остидан отамнинг ишларини кузатар экан. Кимлар келди, кимлар кетди?! Отам қайси харидорга қилиб муомала қилди? Бошқасига нима деди? Ҳамма-ҳаммасини келинчақ муштдек юракчасига тугиб уйга қайтар ва ясагиллик уйни бошига кўтариб йиғи бошлар экан.

- Кўйинг, келинпошша, булар-бўлмасга кўз ёши тўкаверманг...

- Ўғлингиз қиройли аёллар билан гаплашадилар...



Турмуш сабоқлари

Хуллас, Соҳибaxon рашк қилишни қўймас, қизлик уйига тез-тез кетар, аммо отаси ё онаси бирга келиб, қизларини қўйиб кетар эди.

Отам кўпинча дўқондан қайтиб, келинчақ кўринмас:

- Ойи, келиннингиз яна уйига кетдими? - деркан... бувим раҳматлик:

- Ҳали ёш-да, болам, уйини соғинади. Қўявер, ақли хуши кириб қолар. Битта болалик бўлса, уйига кўп-да, боролмайди. "Чиққан киз чигириқдан ташқари", деган машойиҳлар" деб отамни юпатар эди.

Бир куни Соҳибaxon уйга кетганича кечгача қайтмабди. Бувимла хавотир олиб, турганида келинчақ отаси, онаси, тоғаси ва маҳалласидаги яқин кишилар билан ҳовлига кириб келишибди.

- Қалай, қуда, яхши ўтирибсизларми, - сўрашибди қудалар бувимдан.

- Худого шукур тинчлик, яқин

куёвингиз тебратаяпти...

- Шундай-ку, - дебди эрак қуда сўзни илиб, - кизим бугун жуда ҳафа бўлиб борди уйга.

- Нимага қуда?

- Хозир... ўзи айтсин... Соҳибaxon... ҳов, Соҳибaxon...

Хитойи товардан тикилган халати ўзига ярашиб тушган, қизил дуррачаси оқ юзига қизиллик югуртирган келинчақ меҳмонлар олдида чўкди.

- Қани, қизим, қори нима деганларини айтиб бер...

- Ула... ула... айтдиларки, мен билан ажрашармишлар...

- Йўғ-е, нимага?! Бувим ўрнидан туриб кетибди, - ўғлим бунақа бемаъни гапларни оғзига олмайди.

- Шундай деганлари рост... доим шунчаке дейдилар, - келинчақ йиғлаб ўрнидан туриб кетибди.

Бувим ғазабга тўлибди: - Ҳозир чақириб келаман Шарофхўжани... отасиз боқиб, не ҳасратда уйлантирсаму, ажрашаман дебдимми?

ўғилларим қаторида ўғлимсиз. Сизни ўғилларимдан зиёдроқ кўраман десам, ёлгон бўлару, аммо баробар кўришим рост. Лекин...

Сиз... Куёв эмас, ёв экансиз... Дилимни вайрон қилдингиз, - депти қайнота...

- Тушунмадим, ота!

- Ота деманг!

- Нима гап ойна?

- Ана кизим айтсин, доим Соҳибaxon билан ажрашаман дер экансиз...

Бечора болам зилиб кетибди. Бугун тонгдаям уйига ҳайдабсиз... Шунга кизимизни олиб кетгани келдик.

- Ё, Худо... Бу тухмак-ку... Қачон қизингиз кет депман? Қизингизни чақирингчи...

Келинчақ яқинроқ келибди.

- Соҳиб, ростини айт, мен сени ҳайдадимми?

- Ҳм... Ҳайдадиз... Уйингизга кет дедингиз...

Отам ҳар қандай сўзни кутсалар ҳам, бундай ёлгонни кутмаган эканлар. Ёлгон сўз ғазабларини келтирибди:

- Ростини айтсам, хотиним билан ажрашиш етти ухлаб тушимга кирмаган, ота! Соҳибанинг ҳар қандай эрқалигини, рашкчилигини кечириб келаямман ёш деб. Негаки, уни... Уни... Яхши кўрадим. Лекин шариятда: "Хотинда ҳаққи бор одам унинг эридир", дейилган. Хотиним бугун менга тик қарадим, энди оила бўлмайди. Кўнглим буткул совиб кетди... Мен ёлгонни кечиролмайман...

Бундай муомалани кутмаган қайнота довдираб қолибди, қизига ўқрайиб қарабди.

- Қори бундай демаган экан-ку...

- Кечиринг дада...

- Сен мендан эмас, куёвим билан қайнонандан кечирим сўра кизим... Соҳибaxon оҳиста қайнонаси ёнига ўтмоқчи бўлганда, отам йўлини тўсиб қолибдилар...

- Йўқ, ота! Бугун мен бир нарсани англадим. Демак, кизингизнинг кўнглида оиламизга меҳр бўлмаган. Агар

# ЭРКАКЛАР КЛИМАКСИ

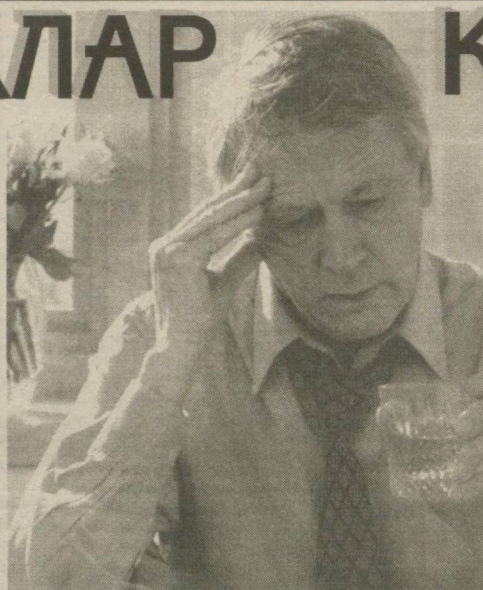
**Сўнги тадқиқотлар эркаклар ҳам климакс муаммосига дуч келиши мумкинлигини кўрсатмоқда. Агар 50 ёшнинг у ёқ бу ёғидаги эркакнинг кўллари доим терлаб юрса, оёқларида қалтироқ сезса, бўлар-бўлмас нарсага асабийлашса, аёлларга қизиқиши сўниб қолса, демек бу эркаклар климакси, тиббиёт тили билан айтганда эса андропазанинг аломатларидир.**

Эркаклар климаксининг асосий сабаби организмда тестостерон моддасининг етишмовчилиги билан боғлиқ. Му-тахассисларнинг фикрича, эркаклар климакси асосан 45-55 ёшлар оралиғида кечаркан. Айнан шу даврда организмнинг репродуктив имкониятлари сусайиб, инсон катта ёш гуруҳига қадам қўяди ва бу нарса тестостерон миқдорининг камайиши билан боғлиқ тарзда юз беради. Эркаклар климаксининг асосий ташки белгилари куйидагилардир:

1. Қон босимининг ошиши.
2. Тез-тез терлайдиган бўлиб қолиш.
3. Ўзига ишончсизлик ҳиссининг пайдо бўлиши.
4. Умумий қувватсизлик.
5. Уйқусизлик.
6. Эркаклик қуввати - потенциалнинг сезиларли даражада сусайиши.

Аммо бундан барча эркакларнинг ваҳимага тушиб қолишлари ҳам тўғри эмас. Статистиканинг кўрсатишича, эркакларнинг бор-йўғи 1/3 қисмидагина юқоридаги аломатларнинг барчаси кузатилиб, климакс оғир кечар экан.

Жиддий оқибатларга рўбарў келмаслик учун ҳар бир эркак 40 ёшдан ош-



ганидан сўнг урологга мурожаат этишдан тортинмаслиги керак. Айнан уролог ҳар бир эркакка алоҳида ёндошиб, организмдаги гормонлар миқдорини, репродуктив ва жинсий аъзолар ҳолатини, простата бези аденомаси ёки саратон касаллиги пайдо бўлиши эҳтимолини аниқлайди ва тегишли муолажаларни тайинлайди.

Шифокорлар климакс семиз, қандли диабет билан оғирган ҳамда тамаки маҳсулотлари ва спиртли ичимликларга ружу қўйган эркакларда оғир кечини кузатганлар. Чунки ортиқча вазн, юрак, қон томир касалликлари ва жинсий аъзолар функциясининг бузилиши ўртасида ўзаро боғлиқлик бор. Юқорида санаб ўтилган жараёнларнинг барчасини айнан бир хил гормонлар ва ферментлар бошқариб

туради. Шу боис назарий жиҳатдан олиб қараганда, организм бир хил жинсий гормонлар ишлаб чиқарганида климакс озгин кишиларда семизлардан кўра енгил кечади.

Айримлар "климакс вақти-соати келиб ўтиб кетади", деган нотўғри хулосага ҳам боришади. Барча касалликлар сингари климакс ҳам вақтида даволанмаса, жиддий асоратлар қолдириши мумкин. Оқибатда, қандли диабет, подагра, қалқонсимон ҳамда буйрак усти безлари, юрак, қон томир, эндокрин тизими ва жинсий аъзолар фаолиятининг бузилиши каби оғир оқибатлар пайдо бўлиши эҳтимоли юқори.

## ФИТОТЕРАПИЯ МУОЛАЖАЛАРИ

**Юрак уриши тезлашганда ва кучли асабийлашувда.** Доривор валериана илдизи, зира ва арпабодиён (феҳзел) меваларидан тенг миқдорда олиб, аралаштирасиз. Мана шу аралашманинг 1 ош қошиғини бир стакан қайноқ сувда дамлайсиз. Яхшилаб дам егач, сузиб олиб, қунига уч маҳал 0,5 стакандан ичиб туриш зарур.

**Уйқусизлик ва серзардалик, жинсизликда.** Доривор валериана илдизи ва яллиз баргларида 3 қисмдан, доривор мойчечак гулларида эса 2 қисм олиб, аралашма тайёрлайсиз. Унинг бир ош қошиғини бир стакан қайноқ сувда дамлаш керак. Сўнг сузиб олиб, эрталаб уйқудан уйғонгач ва кечқурун уйқуга ётиш-

дан олдин 0,5 стакандан ичиш тавсия этилади.

**Нуктали ўқалаш муолажаси.** Ёш билан боғлиқ муаммолар, хусусан климаксда эркакларга энгакдаги нуктани ўқалаб муолажа қилиш тавсия этилади. Ўқалашни кўрсаткич бармоқнинг учи билан соат мили йўналишида енгил айлана ҳаракатлар билан бажариш керак. Мазкур муолажа учун энг яхши вақт эрталаб ҳисобланади. Ўқалаш пайтида одам ўзини бўш қўйиб, тинч ва яхши кайфиятда бўлиши шарт.



## МУТАХАССИС ФИКРИ

Аксари-ят эркаклар климакс (андропауза)-да жинсий ҳаётдаги омадсизликларни табиий ҳол, организмдаги ўзгаришларни эса ёш билан боғлиқ жараён, даволаниши муғлақо бефойда иш, деб ҳисоблашади. Аслида бундай фикр ҳар доим ҳам тўғри бўлавермайди. Чунки аёллардан фарқли равишда ёш ўтиши билан ҳам эркакларда репродукция, яъни фарзанд кўриш имконияти йўқолмайди, фақат бир қадар сусайиши мумкин ҳолос.

Шу боис эркаклар климаксининг дастлабки аломатлари сезилиши билан шифокорга мурожаат этсалар зарар қилмайди.

● Эркаклик уруғи (сперма)-нинг сифатини яхшилашда куйидаги муолажа ёрдам беради: 10 грамм ёнғоқни 10 миллилитр қайнатилган совутилган сувда 2 соат дамлаб қўясиз. 1-2 чой қошиқ тоза асал қўшиб, кун давомида оз-оздан ейиш лозим.

● Жинсий қувватнинг сусайишига спиртли ичимликларни кўп ичиш сабаб бўлса, ҳар куни 2-3 марта овқатлангандан кейин чаканда (облепиха) шарбатидан бир стаканини 0,5 стакан қайнатилган сувга аралаштириб ичиб туриш зарур. Мазкур муолажанинг давомийлиги 3-4 ҳафта.

● Жинсий аъзолар функциясининг бузилишидан азият чекаётган беморлар 0,5 килограмм бугдой дони ёрмасини шунча миқдордаги тоза асал билан аралаштириб тайёрланган бўтқа еб туришлари керак. Муолажа мەъри: қунига уч маҳал овқатланишдан олдин 2 ош қошиқдан.



## КУЧ НИМАДА?

Эркаклик қуввати биринчи галда соғлиқ билан боғлиқ. Касалликлардан сақланишнинг энг яхши ва тўғри йўлларида бири соғлом турмуш тарзига ҳамда тўғри овқатланишга риоя этишдир.

Дастурхонингиздаги егуликлар табиий, меъёрида ва хилма хил бўлишига эътибор қаратинг. Сабзавотлар, мевалар, дуккаклилар, дон маҳсулотларига кенг ўрин бериб, қаҳва, спиртли ичимликлар, дудланган ва ёғли гўшт маҳсулотлари ҳамда овқатларни кескин камайтирсангизгина жинсий қувватнинг ошишидан умид қилсангиз бўлади.

Жинсий қувватни ошириш учун мунтазам **пиёз** истеъмол қилиш гоёта фойдали. Шунингдек, **турли ёнғоқлар, бодом, pista, ловия, нўхот, қуруқ мевалар** ҳам тавсия этилади. Уларнинг таркибида эркак учун ызарур бўлган оксиллар, углеводлар, калий, темир ва бошқа микро ҳамда макроэлементлар, витаминлар бисёр. Бундан ташқари **баллик, говуқ гўшти, чала қайнатилган тухум, бедананинг хом тухуми** ҳам гоётада фойдали. Дарвоқе, бедана тухуми таркибидаги аминокислота-

# СОҒЛИҒИНГИЗ ЎЗ ҚЎЛИНГИЗДА

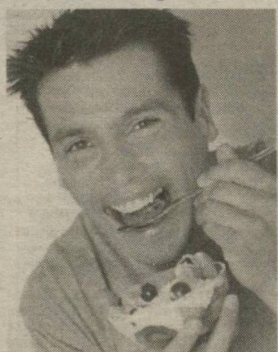
лар эркаклик қувватини оширишга кутганингиздан ҳам зиёда таъсир этади.

Агар қувват спиртли ичимликларни кўп истеъмол қилиш оқибатида сусайиб кетган бўлса, таомномангизга **чаканда (облепиха)** мевалари ва шарбатини киритинг. Айнан чаканда эркак жинсий аъзоларининг ичкилик-бозлик туфайли бузилган уруғ ишлаб чиқариш функциясини тиклашга ёрдам беради.

## ПРОСТАТИТГА ҚАРШИ ТАОМ

Тўғри овқатланиш простатит ва простата бези аденомасида муолажалар самарадорлигини оширади.

Простатитда қунига бир маҳал овқатланишга асосланган 10-15 кунлик парҳез яхши самара бериши мумкин. Бунда хом сабзавотларни сифатли зайтун ёғи, табиий олма сиркаси, кашини қўшиб истеъмол қилиш керак. Бундан ташқари кўп миқдорда наъматак дамламаси, турли қуруқ мевалардан тайёрланган шарбатлар ичиб туриш тавсия этилади. Бу касалликнинг зўрайишига сабаб бўладиган қорин дам бўлиши ва кабзиятнинг олдини олади. Парҳез тугагандан сўнг ҳам таомномангизда сабзавотлар



кўп бўлсин. **Ошқовоқ уруғининг мағзини** устидаги яшил пардаси билан ейишни, **ошқовоқ ва мева-сабзавотлардан тайёрланган шарбатлар** ичишни қанда қилманг. Аччиқ, тузланган ва маринадланган таомлар, спиртли ичимликлар эса қатъиян таъқиқланади. Аденома ва простатитда **нок, банан** каби мевалар, дорихоналарда сотиладиган **табиий пиво ачтиқиси** ҳам фойдалидир. Бугунги кунда мазкур касал-

ликларни даволашда **гулчангига (уни асаларичилардан топишингиз мумкин)** алоҳида урғу берилмоқда. Гулчангини сув билан ёки сутда, қатикда эритиб, асалга аралаштириб истеъмол қилиш мумкин.

## ФОЙДАЛИ МАСЛАХАТЛАР

● 400 грамм қулупнай, яримта қаттиқ нок, бир донна пишган бананнинг шарбатларини 1 ош қошиқ пиво ачитқиси қўшиб,

яхшилаб аралаштирасиз. Қунига уч маҳал овқатланишдан олдин мана шу аралашмадан 1 стакандан ичиб туринг.

● Жинсий безларнинг яллиғланиши билан кечадиган касалликларда бодринг, қизил лавлаги ва сабзидан шарбат тайёрлаб, уларни тенг миқдорда аралаштиринг. Ҳар куни 3-4 маҳал, овқатланишдан 20-30 дақиқа олдин мана шу аралашмадан 1/2 стакандан ичиб туринг.

## БЕПУШТЛИК МУАММОСИ

● Америкалик олим ортиқча вазнга эга эркакларда бепуштлик эҳтимоли кўпроқ бўлишини исботлади. Эркак вазнининг ортиқча ҳар 9 килограмми бепуштлик эҳтимолини 10 фоизга оширар экан. Ортиқча вазн ва танани ёғ босиши эркак уруғи (спермаси)нинг сифатига салбий таъсир кўрсатиши маълум бўлди.

● Немис олимлари эса сўнги 25 йил ичида эркаклар бепуштлигининг кўпайиб бораётганига чақалоқларга ишлатиладиган таглик (подгузник)лар сабаб, деган фикри илгари суришмоқда. Яъни анча арзон ҳамда ўзига намни яхши тортиб оладиган синтетик тагликларнинг ишлатилиши оқибатида шифокорлар "Иссиқхона эффекти", деб атайдиган ҳолат юз беради ва ўғил боланинг жинсий аъзолари ҳаво ололмай димиқиб қолади. Бу эса ўз навбатида келажақда бепуштлика олиб келиши мумкин. Шу боис ота-оналар чақалоқлари учун гарчи қиммат бўлса-да, табиий материаллардан ишлаб чиқарилган тагликлар олсалар, кейин аттанг қилиб қолмайдилар.

**ДАРМОН тайёрлади.**

**Тинч ва осойишта уйқу саломатлик ва узоқ умр кўриш гаровидир. Хўш, тиниқиб ухлаб, куч-гайратга тўлиб-тошиб, аъло кайфиятда юриш учун нима қилиш керак?**

**О**датда тиббиётда инсон учун саккиз соатлик уйқу меъёр, деган фикр мавжуд. Лекин кейинги тиббий ҳулосалар 6-7 соатдан ортиқ ухлаш ҳам, 4-5 соатлик уйқудек зарарли эканлигини исботлади. Бундан ташқари киши ухлаганда фақатгина унинг танаби дам олиб, мия эса ўз фаолиятини давом эттиравераркан. Тунда мия кундузи йиғилган барча ахборотларни саралашга киришаркан.

Олинган ахборот ва ҳодисалар қанча кўп бўлса, инсоннинг дам олиши учун ҳам шунча кўп вақт лозим экан. Кексалик бошланиб, тананинг ҳаётини фаолиятини сусайгани сайин, уйқуга бўлган талаб камайиб бораркан.

Бироқ уйқусизликнинг бошқа сабаби ҳам бор. Ёш ўтган сайин танадаги мелатонин гормони (тиниқиб ухлашга хизмат қилувчи модда) камайиб, у фақат тун ярмига боргандагина фаоллашади. Шунинг учун кеч кириши билан уйқуга ётган маъқул. Ярим тунгача бўлган бир соатлик уйқу 12.00 дан кейинги 2-3 соатлик уйқунинг миқдори билан тенг ҳисобланади.

Ёш фаслида, ҳамда куз бошларида тонг эртарақ отади. Эрталаб уйқуга майил уйғотувчи мелатонин гормонлари ўрнини танани тетиклаштирувчи сератонин моддаси эгаллайди. Биз эрталаб туриш-турмаслигимиздан, ишга бориш-бормаслигимиздан қатъий назар улар ҳар куни ўз вазифасини бажараверади. Шу боис танамизда бу икки модда бир-бирларига мунтазам ўринларини бўшатиб берадилар.

Мазкур ҳолат инсон танасининг биологик табиий жараёнидир. Бу қондан бузганларни табиат уйқусизлик билан ҳазолайди. Кекса кишиларнинг танасида бу жараённинг бузилиши кўпроқ организмдаги ўзгаришлар билан боғлиқ. Уйқусизликдан соатлаб қийналиб



# УЙҚУ ҚОЧГАНДА...

ётадиганларга қуйидаги тавсиялар ёрдам бериши мумкин. Аввало ҳар бир одам неча соатда ухлаб тиниқиб туриши мумкинлигини аниқлаб олиши керак. Ҳар бир инсон белгиланган вақтда соатсиз уйғонишга одатланиши зарур. Уйқусизликка эндигина дучор бўлганлар аввало таомга эътибор қаратишлари зарур. Магний тузи бор озиқ-овқатлардан қанча еяётганингни текшириб кўринг. Таркибида магний тузи бор озиқ-овқатлардан кўпроқ ейилса неврознинг олдини олади. Вахоланки невроз касаллиги айнан тўйиб ухлалмаслик сабабли келиб чиқади. Қон босимини пасайтирадиган дори қабул қилинганда магний тузи шулар билан қўшилиб суяқлик орқали танадан чиқиб кетади. Оқибатда танада магний тузи танқислиги бошланади. Шифокорлар эса бу танқисликнинг олдини олиш учун аспаркам ёки панангин дориларини тавсия этадилар. Лекин дориларнинг ўрнига салатнинг

яшил барглари, кабачка, маймунжон меваларидан мунтазам ейилса кўпроқ фойда бериши мумкин. Сули, гуручдан сутли бўтқа пишириб ейиш уйқу гормонларини кўп ишлаб чиқаришга ёрдам беради. Шунингдек, жўхори, сабзи, помидор, туршак ҳам магний тузларига бой маҳсулотлар ҳисобланади. В гурухига кирувчи В3, В6 дармондориларисиз мелатонин гормонлари пайдо бўлмайди. Демак, В3 дармондориси мўл бўлган гўшт, сут, балиқ, тухум, дуккакли донлар, буйрак, жигар, сабзавотлардан кўп ейиш мақсадга мувофиқдир. Аммо, шуни унутмангки бу маҳсулотлар спиртли ичимликлар билан қўшилганда бебаҳо хусусиятини йўқотади. Қон босими бор кишилар кечаси кўп суяқлик ичсалар, эрталаб уларнинг қон босимлари янада ошиб кетиши мумкин. Кўп суяқлик ичган эркеклар эса простатит касаллигига дучор бўлишади. Шунингдек, кўз остидаги халталар ҳам кўп суяқлик ичиб ухлаш оқибатида пайдо бўлади. Куннинг иккинчи ярмида кўк чой ва



қажва ичишдан воз кечган маъқул. Кўк чой кишини тетиклаштириб, уйқунини ўчиради. Уларнинг ўрнига қуйидаги шифобахш гиёҳлар дамламасидан ичган фойдали. - Бир ош қошиқ ялпиз устига 2 стакан қайноқ сув қуйиб, ярим соат дамлаб қуйилади. Ҳар куни 1/4 стакандан ичилади. Шивит уруғидан тайёрланган дамлама ҳам уйқусизликка энг яхши даводир. - 0,5 литр оқ вино ёки кагорни 50 грамм шивит уруғи устига қуйиб, паст оловда бироз қайнатиб, уйқуга ётишдан олдин 50-60 мг. ичилади. - Энг синалган усуллардан бири илиқ сутга озоқ асал қўшиб ичишдир. Танадаги мелатонин моддасини ошириш учун кўк-бинафша рангларнинг ҳам таъсири катта. Шунинг учун ётоқхонага иложи борича кўк ёки бинафша рангли пардалар осиш, хонаки гуллардан эса гуллисафар, бўтақў гулларини қуйиб қўйиш мумкин. Ёстиқ жилдларини эса тўқ ҳаво рангисидан танлаган маъқул. Мелатонин гормонларининг асосий рақиби адреалин ҳисобланади. Кечкурун детектив ва жанговар кинолар кўриб сўнг уйқуга ётганлар эрталабгача уйқусизликдан қийналишлари мумкин. Шунинг учун кечкурун бундай шовқин-суронли киноларни кўришдан воз кечинг. - Ялпиз, қулмоқ (шишек хмеля), мойчечак ўтларидан солиб тайёрланган ваннада чўмилиш ҳам фойдали бўлиб, бу ваннани уйқуга ётишдан бир соат олдин қабул қилган маъқул. Валериана томчисидан хидлаш ҳам ёрдам беради. - Биронта кичикроқ шишачага 2 чой қошиқ ароқ, 1чой қошиқ валериана, 1 чой қошиқдан лимон шарбатини қуйиб, ушбу суяқликни хидланса, танани бўшатириб, уйқуга майил қилади. Бу хушбўй шишачани 1-2 дақиқа хидлаб, кейин қоронғи жойга қуйиб қўйишингиз керак. - Агар тунда тез-тез уйғонсангиз ухлайдиган жойингизни ўзгартиринг. Ёстигингизни оёқларингиз турган жойга қўйинг. Полга тўшак солиб ётинг ёки бошқа хонада ухлашга ҳаракат қилинг.

## ҲОҲИЛИ МАСЛАҲАТЛАР



### ҲОҲИЛИ ВОСИТАЛАР

- Агар қон босимингиз бўлмаса, қўлларингизни пастроқ ёстиқ остига қўйиб, юзингизни чап томонга буриб ётинг. Бу ҳолатда ўзингизни бўш қўйиб ётсангиз тез ухлаб қоласиз. Ошқозон-ичак фаолияти ҳам яхшиланади.
- Тезда уйқуга кетишни истасангиз, ётишдан олдин маълум одатларга ўрганиб, ҳаммаша шуларга риоя қилинг. Масалан, хоналарни шамоллатинг, душ қабул қилинг ёки ҳар доим бир вақтда ётишга ҳаракат қилинг.
- Бедорликдан безсангиз, ёстигингизни дасторгул ва атирғул гулбарглари (герань), лимонўт, дафна, ялпиз барглари ва арча шохчалари билан тўлдириб олинг.
- Кечкурун бир дона пиёз енг. Чунки пиёз бузилган асабларни тинчлантириб, уйқуга майиллик пайдо қилади.
- 1 ош қошиқ асални 1 стакан илик сувда эритиб ичинг.
- Кечкурун иссиқ ванна

қабул қилсангиз, кундузи чарчоқдан фориғ қилади ва асабларингизга ором бағишлайди.

### ГИЁҲЛАР АРАЛАШМАСИ

- 2 ош қошиқ қулмоқ гўддачалари (шишек хмеля) устига 0,5 литр қайноқ сув қуйилади. У 0,5 соат тургандан сўнг сузиб олинади. Кунига уч маҳал овқатдан олдин 0,25 стакандан ичилади.
- 100 грамм дўлана меваларини майдалаб, устига 2 стакан қайноқ сув қуйиб паст оловда 30 дақиқа қайнатилади. Совуғач сузиб олиниб, кунига уч маҳал овқатдан сўнг 50-100 мл. дан ичилади.
- 1 чой қошиқдан лимонўт (мелисса) ва апельсин пўчоғи олиниб, устига 1 стакан қайноқ сув қуйилади. 10 дақиқа дамлаб

## ЯХШИ УХЛАЙСИЗМИ?

### Саволларга "Ҳа" ёки "Йўқ" деб жавоб беринг.

1. Эрталаб уйғонишингиз учун соат кўнгириги етарлими?
2. Кўнгириқдан сўнг яна бироз ухлаб олиш учун соат миллини сал олдинга суриб қўясизми?
3. Баъзан соат кўнгириқини эшитмайсизми?
4. Дам олиш кунлари ҳар кунгидан кўпроқ ухлайсизми?
5. Таътилда ҳар куни кеч турасизми?
6. Уйғонгач дарҳол ишга киришиш кета оласизми?
7. Кундалик вазифангиз сизга оғир ва зерикарликдек туюладими?
8. Баъзан ўзингиз истамаган ҳолда ухлаб қоласизми?

### ТЕСТ

9. Бирор нарсани кўйиб қоласизми?
10. Телевизор кўраётиб ухлаб қоласизми?
11. Олис йўлга кетаётиб, бир соатдан сўнг уйқунгиз кела бошлаганини ҳис қиласизми?
12. Тўйимли тушлиқдан сўнг қаттиқ уйқу босадими?
13. Мажлисда, кино ёки театрдан ўтирганингизда тез-тез кўзингиз илинадими?
14. Эрталаб туриш қийин эмасми?
15. Машина ҳайдаб кетаётганингизда уйқусирайсизми?
16. Кун бўйи тўрт пиёла қажва ёки қуюқ чой ичасизми?

### ҲУЛОСА ЧИҚАРАМИЗ.

- Энди "Ҳа" деган жавобларингизни ҳисоблаймиз:**
- 4 ва кўпроқ бўлса:** Демак, меъёрида ухлайсиз ва уйқусизлик аломати сизда сезилмайди.
  - 5-6 :** Кўп ухласангиз ҳам, баъзан бу етарли эмаслиги сезилиб қолади. Шу нарса меҳнат қобилиятингизга сабаб бўлади.
  - 7-8:** Уйқуга қонмаганингиз сезилиб турибди. Эътиборсизлик оқибатида келиб чиқадиган кичик хатоларингизга диққат қилинг.
  - 9-11:** Жуда кам ухлашингиз кўриниб турибди. Бу ишингизда камчиликларга йўл қўйишингизга сабаб бўлади.
  - 12-14 :** Бундай уйқусизлик сизга катта зарар етказиши мумкин. Сиз билан қўтилмаган воқеалар содир бўлади. Натияжада жуда катта хатога йўл қўйиб, ишхонангизда қўнғилинлик рўй бериши эҳтимолли бор.
  - 15 ва ундан кўп бўлса:** Шунча балл тўплаган инсон ўз ҳаётига яхшилаб назар солиши ва ҳаёт тарзини ўзгартириши лозим. Акс ҳолда соғлиғи ва руҳий ҳолатига зарар етади. Уларга зудлик билан мутахассисларга учрашиш тавсия этилади.

ДИЛБАР ВА ҲАМИДА ТАЙЁРЛАШДИ.

## УҚАЛАШ

- Уйқусизликдан қийналганда оёқ қафти ўртасидаги нукта кўрсаткич бармоқ билан 3-5 дақиқа уқаланади.
- Ҳар иккала қўллардаги бармоқларни бирлаштириб 10-15 дақиқа куч билан сиқиб туриш ҳам уйқуга майил қилади.
- Уйқу бузилганда қулоқ солинчоқларини (кўпроқ ўнг қулоқники) уқалашнинг ҳам катта фойдаси бор. Уқалаш кўрсаткич бармоқларнинг учини билан амалга оширилиб, то асаблар тинчлангунча давом эттирилади.
- Шунингдек, уйқусизликда ҳар иккала тиззалар қафтлар билан уқаланса қон айланиши яхшиланади мияга қон ўтиши яхши таъминланади ва оёқлар исийди. Бу эса уйқусизликнинг олдини олади.

# Билиб кўйган яхши



## КАРАМ

...хоҳ янги бўлсин, хоҳ тузланган бўлсин ҳар куни карам истеъмол қилиш жуда фойдали. Карамни истеъмол қилиш билан, ошқозон ичак фаолиятини яхшилайсиз.



## ДУККАКЛИ

...маҳсулотларни ҳар хил ҳашаротлардан асраш учун ип газламадан махсус халтачалар тикасиз-да уларни 15-20 дақиқа давомида шўр сувда



## Шўрванинг

...тузи баланд бўлса сув кўшиб таъмини ростлашга шо-

**АНАНАС**  
...инсон танасини керагидан ортиқ ёғлардан тозалайди. Ортиқча семиришни истамаганлар учун ананас қўшилган ширинликларни доимий равишда истеъмол қилиш фойдалидир.

**ШАРБАТЛАР**  
...ҳар хил мевалардан тайёрланган шарбатларни истеъмол қилиш турли концентратлардан тайёрланган ичимликлардан минг чандон фойдалидир. Чунки табиий мевалардаги витаминларда кераксиз моддалар бўлмайди.

**ШОКОЛАДНИ**  
...меъёрида истеъмол қилиш жуда фойдалидир. Унинг таркибда аминокислоталар ва «бахтиёрлик гармони» бўлиб у инсон кайфиятини яхшилайди.

**КАНД**  
...асал, қуритилган ўрик, анжир ёки ҳўл мевалар таркибда кўп микдорда бор. Бу маҳсулотлар-

қайнатиб оласиз. Худди шундай халталарда дуккакли ўсимликларни, майиз, қуритилган ўрик, ёнғоқларни, турли хили, шўр данак, қовурилган нўхот, pista, бодомларни асрасангиз бўлади.

**САРИМСОҚПИЁЗНИ**  
...идишга қатор қилиб териб, устидан ун солиб яна устига териб жойлаштирилади. Энг охириги қатор устига ун қалинроқ қилиб солинади. Масалан, бармоқнинг биринчи бўғинигача етса бўлади. Шундан сўнг идишнинг қопқоғи маҳкам қилиб бекитиб қўйилади. Шунда саримсоқпиезлар бузилмасдан жуда яхши сақланади.

**ЁНҒОҚЛАРНИ**  
...асраш учун энг қулай жой бу музлатгичнинг музхонаси ҳисобланади. Сабаби ёнғоқларнинг таркибда ёғ микдори кўплигидан иссиқда тез бузилади. Музлатгичда эса ёғ эримай яхши асралади.

шилманг. Яхшиси озроқ ювилган гуручли халтачани шўрвага солиб қўйинг. Гуруч тузни ўзига тортиб олади.

**МАРИНАДЛАНГАН**  
...бодрингнинг ранги хиралашиб қолганини сезсангиз, банкани очиб сувини тўкиб ташланг. Бодрингни яхшилаб ювиб қайтадан банкага жойлаштиринг ва устидан янги тузли шарбат солиб қайнатади бекитинг.

**КИСЛОТА**  
...полиэстернинг пишишини секинлаштирилади. Шунинг учун овқат пиширишда лимон шарбати, сирка, томат пастаси ва ҳоказоларни овқат пишиб тайёр бўлишига яқин солинг.

**ШАРИКЛИ РУЧКА**  
...стержени қотиб қолган

ни истеъмол қиларкансиз, қанд билан бирга, ҳар хил витаминларга бўлган эҳтиёжингизни ҳам қондирасиз.

**МАЙОНЕЗ**  
...иложи бўлса таркибда ёғи камроқ, масалан соя ўсимлиги мойи борини ҳар хил салатларга қўшиб истеъмол қилиш жуда фойдалидир.

**АРПАДАН БЎЛГАН**  
...маҳсулотларда («Геркулес») мис моддаси бўлиб, бу ўз навбатида организмда каллоген моддасини пайдо қилади. Бу модда эса тана териси ипақдек майин бўлишни таъминлайди. Ҳар куни арпа унidan бўлган овқатни истеъмол қилсангиз хуснигизга хусн қўшилади.

**МАККАЖУХОРИДАН**  
...бўлган бодроқни ҳамма севади. Бодроқ таркибда инсон танаси учун фойдали моддалардан ташқари семириб кетишдан

**НОН**  
...моғорлаб қолиб тезда бузилмаслиги учун уларни целлофан халтага солиб музлатгичда сақлаш тавсия этилади. Уларни истеъмол қилишдан олдин печка ёки духовкада иситиб олиш мумкин. Нонни қуритиб қўйиб, қуруқ ҳолда ёки талқон сифатида истеъмол қилиш ҳам мумкин.

**БАЛИҚ**  
...пиширганда хуштаъм бўлиши учун, олдин дамланган чой, сут ёки квас билан яхшилаб ювиб, сўнг пишириш мумкин.

**КАТТИК ПИШЛОҚНИ**  
...вино сиркасига ботириб, сўнг нам сочқичага ўраб музлатгичда қўйсангиз узоқ вақтгача яхши сақланади.

**ТУХУМНИ**  
...картошка билан бир жойда асраб бўлмайди. Тухумлар ўзи-

ўтказмайдиган ялтироқ қоғоз), сўнг устидан юмшоқ мато тўшанг. Фольга қоғози иссиқликни қайтаради ва дазмоллаш осонлашади.

**ЛИМОННИ**  
...сиқиб шарбатини олишдан олдин уни қайноқ сувга ботириб олсангиз суви кўпроқ чиқади.

**ОЛМАНИНГ**  
...арчилган пўстини қуритиб қўйиб, сўнг майдалаб чойга қўшиб юборсангиз ажойиб хуштаъм чой ичиш билан бирга тана учун фойдали моддаларни ҳам истеъмол қиласиз.

**ДАЗМОЛЛАШ**  
...осон кечсин десангиз, столга олдин фольга (намликни

сақловчи моддалар ҳам борлиги аниқланган.

**ЗАЙТУН МОЙИ**  
...таркибда инсон танаси учун фойдали кислоталар ва моддалар бўлиб, улар овқат ҳазм қилиш фаолиятини яхшилайди, танадаги шишларни йўқотади.

**АЧЧИК ҚАЛАМПИР**  
...қоматингиз кўркамлигини таъминлайди. Олимлар фикрича уни мунатазам тановул қилган одамлар ортиқча вазндан холос бўлади. Бундан ташқари, аччиқ қалампир танадаги вирусли инфекцияларга қирон келтиради.

**ЁНҒОҚ**  
...бошқа овқатлардан алоҳида ҳолда, асосий озуқа сифатида истеъмол қилинг. Тўйимли овқатдан сўнг истеъмол қилинган ёнғоқ, калорияни ошириб юбориб, семизлик касалига олиб

дан карбонат ангидридидини чиқаради ва картошканинг сақланган жойида тезда қуртаклаб кетишига сабабчи бўлади.

**РЕДИСКА**  
...узоқ сақланиши учун уни ювмасдан, фақат учи ва барглари кесиб ташлаб, шиша идишга солиб музлатгичда сақласангиз узоқ вақтгача бузилмасдан асрайди.

**КЎКАТЛАР**  
...ни узоқ вақт асраш учун уларни тозалаб ювиб, сўнг қуритиб қуруқ сочқичага ўрайсиз-да, устидан полиэтилен билан ўраб музлатгичнинг остки қисмида асрайсиз.

**МАЙДАЛАНГАН КОФЕ**  
...узоқ вақт бузилмасдан сақланиши ва ўзининг хушбўй хидини йўқотмаслиги учун уни музлатгичнинг музхонасида асранг.

**ТУЗЛИ КЎКАТЛАРНИ**  
...озик-овқатларга қўшиб истеъмол қилиш тузсизига нисбатан фойдалидир. Шунинг учун ҳар қандай овқатга қўшиб истеъмол қилиш учун 1:3 тартибда тузли майдаланган кўкатлардан тайёрлаб, дастурхонга тортинг. Шу тартибда тайёрланган кўкатларни шиша банкага солиб оғзини маҳкам қопқоқ билан бекитиб, сўнг музлатгичда сақласангиз узоқ вақтгача сақланади.

**ТУХУМ**  
...ёрилган бўлса суякликни сувга чиқиб кетмаслиги учун тузли сувда қайнатинг.

## Ўзингиз ва уй-



Рўзеборингиз учун

**МАХСУС МАСЛАҲАТ**  
...духовкада тайёрланган ҳар қандай таом учун ўсимлик мойидан фойдаланган маъкул. Ўсимлик мойида таом яхши тайёрланади. Иложи бўлса махсус алюминий фольгадан (ялтироқ қоғоз) фойдаланиш тавсия этилади.

**САБЗИ**  
...узоқ вақтгача бузилмаслиги учун учи ва бошини кесиб, яхшилаб ювасиз. Қуригандан сўнг эса қоғоздан бўлган халтачага солиб музлатгичда сақласангиз бўлади.

**ЛИМОН**  
...кесилгандан сўнг таъми тезда бузилиб қолмасин десангиз, кесилган жойига шакар сеппиб қўйинг.

**МАХСУС МАСЛАҲАТ**  
2-3 ош қошиқ майда тўғралган кўкатларга озроқ туз, лимон шарбати ва 100 грамм эритилган саривгдан солиб аралаштирсангиз ажойиб кўкатли салат суртма пайдо бўлади ва уни нонга суртиб истеъмол қилиш билан нафақат танангиз ҳузур қилади, балки керакли витаминларни ҳам оласиз.

**БАТАРЕЙКА**  
...сотиб олдингиз. У эса вақти ўтиб яроқсиз ҳолга келди. Уни ташлаб юборишга шовчилманг. Ундан яна фойдаланиш мумкин. Бунинг учун уни иссиқ батарея устига бир неча дақиқага қўйиб, сўнг ишлатинг.

**МАХСУС МАСЛАҲАТ**  
...қовуриладиганда маҳсулот това тагига ёпишиб қолавермасин десангиз, аввал товага қалин қилиб туз солиб қиздиригиз ва сочқич билан артиб ташланг. (Давоми бор)

Газетамиз саҳифаларидаги маъмур рамз билан белгиланган мақолалар Ўзбекистон мустақил босма оммавий ахборот воситалари ва ахборот агентликларини қўллаб-қувватлаш ва ривожлантириш жамоат фонди гранти доирасида тайёрланди.

## Муассислар: Ўзбекистон Республикаси Хотин-қизлар қўмитаси, Болалар жамғармаси ва «Соғлом авлод учун» Халқаро жамғармаси

Фойдаланилмаган қўлэмалар таҳлил қилинмайди, муаллифларга қайтарилмайди, ёзма жавоб берилмайди.  
«Шарк» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмаҳонасида чоп этилди. Тошкент, Буюк Турон кўчаси, 41-уй. Босишга топшириш вақти - 20.00. Босишга топширилди - 20.00  
E-mail: oilavajamiyat@rambler.ru oilavajamiyat@mail.ru

## БОШ МУҲАРРИР: ДИЛБАР САИДОВА

Бош муҳаррир: 134-86-91  
Қабулхона: (тел. ва факс) 133-28-20  
Бош муҳаррир ўринбосари: 134-25-46  
Оила, табриклар, эълонлар: 133-04-50  
Бўлимлар: 133-04-35, 134-25-46  
Бухгалтерия: 132-07-41  
МАНЗИЛИМИЗ: Тошкент - 700000  
Амир Темура кўчаси, 1-тор кўча, 2-уй.  
«Олой» бозори ёнида.  
Газета таҳририят компьютер базасида терияди ва саҳифаланди.

## ҲОМИЙ: «Матбуот тарқатувчи» акциядорлик компанияси

ОБУНА ИНДЕКСИ - 176  
Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 027-рақам билан рўйхатга олинган.  
Буюртма Г - 1432. Формати А-3, ҳажми 4 табқоқ.  
Адади - 10753  
Саҳифаловчи — Ш. БАРОҚОВ  
Расмом — Н. ХОЛМУРДОВ  
Навбатчи — Д. ИБРОХИМОВ  
Мусаххих — С. САЙДАЛИМОВ  
2 3 4 5 6