Оила ва жамият

Газета 1991 йил 1 сентябрдан чиқа бошлаган

28 (974)-сон
15 — 21 июль 2010 йил
Web-site: oilavajamiyat.uz

3

АСАЛ ДЕМАНГ ЕГАН ОШИНИ...

ҲАМИША ҲАМДАРД ЭДИК

4

14

ВУВУЗЕЛАЛАР «ҒОЛИБ» БЎЛДИ!

ТАЪТИЛДАГИ БОЛА

15

БАРКАМОЛ АВЛОД — МАМЛАКАТ КЕЛАЖАГИ

«Мен ҳам насиб этса, машҳур мусиқачи бўламан!»

Собир НАРЗИЕВ сурат-лавҳаси

КЕЧА:

→ Ўзбекистон Республикаси Президенти Ислом Каримовнинг 9 июль куни имзоланган "Иш ҳақи, пенсиялар, стипендиялар ва ижтимоий нафақалар миқдорини ошириш тўғрисида"ги Фармони матбуотда эълон қилинди.

БУГУН:

→ Мамлакатимизнинг барча олий ўқув юртларига абитуриентлардан ҳужжатларни қабул қилиш жараёни сўнгги паллага кирди. Маълумотларга кўра, ҳар галгидек, бу йил ҳам Низомий номидаги Тошкент давлат педагогика ва Ўзбекистон Миллий университетлари, шунингдек, Юридик ва Молия институтларига бўлғуси талабаларнинг қизиқиши ниҳоятда катта экан.

ЭРТАГА:

→ Ўтган йилдан бошлаб анъанавий тарзда ўтказиб келинаётган "Ягонасан, муқаддас Ватан!" кўрик-танловининг вилоят босқичлари ўз ниҳоясига етиб, энди ҳал қилувчи беллашувларга қизғин тайёргарлик аллақачон бошланиб кетди.

ГАЗЕТА САҲИФАЛАРИДА:

Бефарқлардан қўрқиш керак	2
Иш келса — ёшга...	2
Фотима аяга етадиганлар борми?	5
Қишлоқ қизлари спортни танлашди	5
Нечун мени қилдинг умидвор?	7
Чилла даври инжиқликлари	7
Теледастурлар	8–9
Табиатнинг ўзи табиб	11
«Мехрибоним отам экан...»	12
Фирибгарнинг «кредит»лари	15

ЖАМИЯТ ЗИММАСИДАГИ МАСЪУЛИЯТ

2010 — БАРКАМОЛ АВЛОД ЙИЛИ

Ҳозирда ёшлар тарбиясига салбий таъсир кўрсатадиган воситалар кўпайгандан кўпайган: видеобару интернет кафелар, кўл телефонию компьютерлар дейсизми, хорижий телеканаллардаги ахлоқсиз, ур-йиқит, олди-қочди фильмлар... Шундай экан, ёш авлод тарбияси нафақат ота-она ёки «етти маҳалла», балки бутун бир жамият зиммасидаги масъулиятга айланиб қолганини унутмаслигимиз керак. Кейинги пайтларда Олий Мажлиснинг Қонунчилик палатасида ҳам бу масалага алоҳида эътибор қаратилмоқда.

Оила кодексининг 65-моддасида ота-оналарга ўз фарзандларини тарбиялаш, уларнинг соғлиги, жисмоний, руҳий, маънавий ва ахлоқий камолоти ҳақида ғамхўрлик қилиш мажбурияти юкланади. Афсуски, айрим ота-оналар ўз фарзандларининг нима билан шуғулланаётгани билан қизиқмай қўйишган. «Нима ўқидинг, неча баҳо олдинг, дарсингни қилдингми, қаерга бординг, қаёқда юрибсан, ким билан ўйнадинг», деб суриштирмайди. Шу маънода, 18 ёшга тўлмаганларни тунги вақтда ёлғиз (ота-онасиз ёки уларнинг ўрнини босувчи шахсларсиз) кўнгилочар масканларга киритмаслик мақсадга мувофиқдир. Яқинда Маъмурий жавобгарлик тўғрисидаги кодексга **«Вояга етмаган шахсларнинг кўнгил очиш (дам олиш) жойларида тунги вақтда бўлишига йўл қўйиш энг кам иш ҳақининг ўн бараваридан ўн беш бараваригача миқдорда жарима солишга сабаб бўлади»** деган банд қўшилиши кўпчиликнинг кўнглидаги иш бўлди.

Шу кунларда Қонунчилик палатасида муҳокама қилинаётган ОАВда алкоголь ва тамаки маҳсулотлари рекламасини таъқиқлаш (чеклаш) тўғрисидаги қонун лойиҳаси ҳам ёшларимиз тарбияси билан чамбарчас боғлиқдир. 1998 йили қабул қилинган «Реклама тўғрисида»ги қонунга киритилган ўзгартириш ва қўшимчалар асосан тамаки, тамаки маҳсулотлари ва алкоголли ичимликлар рекламасини бутунлай таъқиқлаш, ноқонуний ва ғирром рақобатдан тадбиркорларни муҳофазалаш ҳамда истеъмолчиларнинг ҳуқуқларини ҳимоя қилишдан иборатдир. Токи униб-ўсиб келаётган ёш авлод соғлом турмуш тарзи тамойилларини, аҳлоқсизлик, четдан кириб келаётган «оммавий маданият» ниқоби остидаги таҳдид ва хатарларнинг маъно-мазмунини, унинг аҳамиятини теран англаб етишсин. Бунинг учун барча механизмлар ишга солинмоқда. Қонун лойиҳасининг ушбу нормаси ҳам айнан шу мақсадларга қаратилган.

Юртбошимиз «Юксак маънавият — енгилмас куч» асарида машҳур файласуфлардан бирининг қуйидаги фикрларини бежиз келтирмаганлар: «Душманлардан қўрқма – нари борса, улар сени ўлдириши мумкин. Бефарқ одамлардан қўрқ – улар сени ўлдирмайди ҳам, сотмайди ҳам, фақат уларнинг жим ва бепарво қараб туриши туфайли ер юзида хиёнат ва қотилликлар содир бўлаверади». Шундай экан, ёшлар тарбиясида ҳар доим ҳушёрлик лозимлигини унутмайлик.

Ҳафиза КАРИМОВА,
Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлис Қонунчилик палатаси депутати, Ахборот ва коммуникация технологиялари масалалари қўмитаси аъзоси

ПЛАСТИК КАРТОЧКА: ИШОНЧ ОРТАЯПТИ

ҚАРОР ВА ИЖРО

Бугунги иқтисодий муносабатлар такомиллашиб бораётган бир пайтда барча мамлакатларда бўлганидек, бизнинг республикамизда ҳам ҳисоб-китоб ва пул муомаласи тизимини ривожлантириш ҳамда такомиллаштириш борасида изчил ислоҳотлар давом этмоқда. Маълумки, шу йилнинг 19 апрелида Ўзбекистон Республикаси Президенти Ислом Каримов томонидан имзоланган "Банк пластик карточкаларидан фойдаланган ҳолда ҳисоб-китоб тизимини ривожлантиришни рағбатлантириш бўйича қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида"ги қарорида белгилаб берилган мақсад ва вазифаларни амалга ошириш юзасидан туманимиз солиқ инспекциясида ишлаб чиқилган қатор дастурий режалар амалга оширилмоқда. Айниқса., ушбу муҳим ҳужжатда назарда тутилган нақд пулсиз ҳисоб-китобларни ривожлантиришни рағбатлантириш ва банкдан ташқари нақд пул айланмасини қисқартиришни жорий этиш билан боғлиқ тадбирларда фаол иштирок этаяпмиз.

Масалан, пойтахтимизнинг Собир Раҳимов тумани ҳудудида яшайдиган аҳоли ўртасида пул ҳисоб-китобларини амалга оширадиган ва ҳисоб-китоб терминаллари билан таъминланиши шарт бўлган чакана савдо ҳамда бошқа хизмат кўрсатиш шохобчаларининг қонунчиликка биноан банк пластик карточкаларидан тўловлар қабул қилиш қоидаларига ҳеч оғишмай амал қилишларини таъминлашда кўмаклашяпмиз. Худди ана шу мақсадда туман давлат солиқ инспекцияси қошида махсус "Ишонч телефони" мунтазам ишлаб турибди. Шунингдек, фуқароларимизнинг манфаатларини кўзлаган ҳолда юқорида қайд этилган шохобчаларга телефон рақамлари зикр этилган плакатлар ҳам тарқатилди. Жорий йилнинг 1 июлигача бўлган муддатда туманимизда фаолият юритаётган нақд пул тушумига эга бўлган 1057 та савдо ва умумий овқатланиш шохобчаларининг 433 тасида пластик карточкалардан бемалол фойдаланилмоқда.

Бундан ташқари солиқ ва божхона, шунингдек, банк тизими билан боғлиқ ҳолда қабул қилинган муҳим дастурий ҳужжатлар, берилган имтиёзлар хусусида маълумот берувчи ахборотларнинг мазмун-моҳиятини кенг тарғиб этиш ниятида ўқув семинарлари ўтказиляпти. Бу эса ходимларимиз масъулиятини янада оширишга хизмат қилмоқда.

Равшан ТАШМЕТОВ,
Тошкент шаҳар Собир Раҳимов туман ДСИ шўъба бошлиғи.

ҲУРМАТЛИ ИСТЕЪМОЛЧИЛАР!

Агар товарлар харид қилганингизда, бирор хизматдан фойдаланганингизда сизнинг ҳақ-ҳуқуқларингиз ишлаб чиқарувчи, ижрочи ва сотувчи томонидан бузилса, шунингдек, тўловларни пластик карточкалар орқали амалга оширганингизда, нархлар асоссиз оширилса ёки қўшимча ҳақ талаб қилинса, Ўзбекистон Республикаси Монополиядан чиқариш ва рақобатни ривожлантириш давлат қўмитаси ҳамда унинг ҳудудий органларига мурожаат қилишингиз мумкин.

ҲУДУДИЙ БОШҚАРМАЛАР	ИШОНЧ ТЕЛЕФОНЛАРИ
Қорақалпоғистон Республикаси	8(361) 222-30-11
Андижон	8(374) 222-17-01
Бухоро	8(365) 223-70-48
Жиззах	8(372) 226-10-01
Қашқадарё	8(375) 226-24-01
Сурхондарё	8(376) 223-63-25
Наманган	8(369) 233-29-56
Навоий	8(436) 226-11-74
Хоразм	8(362) 226-30-93
Фарғона	8(373) 224-08-25
Сирдарё	8(367) 225-07-30
Самарқанд	8(366) 235-88-44
Тошкент вилояти	8(371) 241-67-98
Тошкент шаҳри	8(371) 233-09-39

ШУ СОНГА ХАБАРЛАР

ҲУҚУҚИЙ МУҲОФАЗАГА БАҒИШЛАНДИ

Мамлакатимизда истиқлол йилларида Президентимизнинг ташаббуси ва ғамхўрлиги туфайли хотин-қизларнинг ҳуқуқий, ижтимоий ва иқтисодий жиҳатдан кафолатланган муҳофазасини қонуний ҳимоя қилиш борасида изчил ислоҳотлар олиб борилмоқда. Шунингдек, уларнинг сиҳат-саломатлигини мўҳофаза қилиш, иш билан таъминлаш, бир сўз билан айтганда, оила ва жамиятдаги ўрнини топишларида ҳар томонлама кўмаклашиш давлат сиёсати даражасида ҳал этилаётганлиги қувонарлидир.

Тошкентда инсон ҳуқуқлари бўйича Ўзбекистон Республикаси Миллий маркази, республика Хотин-қизлар қўмитаси ҳамда БМТ Тараққиёт дастурининг Ўзбекистондаги ваколатхонаси ҳамкорлигида аёллар ҳуқуқлари ва манфаатлари муҳофазасига бағишланган давра суҳбати ўтказилди. Дарвоқе, мазкур анжуманда республикамизда хотин-қизларнинг ҳуқуқ ва манфаатларини ҳимоя қилиш ва уларнинг жамият ҳаётидаги фаоллигини кучайтириш борасида, шунингдек, БМТнинг Аёлларга нисбатан камситишларга барҳам бериш бўйича қўмитасининг 45-сессиясида ҳам алоҳида таъкидланганидек, бу соҳада мамлакатимизда олиб борилаётган хайрли ишлар эътироф этилди.

Давра суҳбатида БМТ Қўмитасининг аёллар ҳуқуқларини муҳофаза этиш билан боғлиқ тавсияларини бажариш юзасидан ҳам қатор устивор вазифалар белгилаб олинди. Тадбирда Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси Қонунчилик палатасининг депутатлари, парламент Сенати аъзолари, тегишли вазирлик ва идоралар ҳамда фуқаролик жамияти институтлари, халқаро ташкилотлар, оммавий ахборот воситалари ходимлари қатнашдилар.

Отабек ҚАРШИЕВ

"АЁЛ — ОИЛА ТАЯНЧИ"

деб номланган тадбир Бекобод шаҳрида Тошкент вилоят адлия бошқармаси, вилоят хотин-қизлар қўмитаси ҳамкорлигида ташкил этилди. Унда давлатимиз томонидан юртимизда хотин-қизларнинг ҳуқуқ ва манфаатларини ҳимоя қилиш, қолаверса, янги қурилаётган ёш оилаларни ҳар томонлама қўллаб-қувватлаш борасида олиб борилаётган саъй-ҳаракатлар хусусида атрофлича сўз юритилди.

Йиғилишда сўзга чиққан Тошкент вилоят ҳокими ўринбосари, вилоят хотин-қизлар қўмитаси раиси Сайёра Файзиева, вилоят адлия бошқармаси бошлиғи Лазиз Мусашайхов ва бошқалар ҳудуди ва аҳоли зичлиги, энг асосийси, иқтисодий ва ижтимоий имкониятлари юқорилиги жиҳатидан нуфузли ўринда турувчи Тошкент вилоятида, шу жумладан, Бекобод шаҳри ва туманида хотин-қизларнинг жамиятимиздаги фаоллигини янада ошириш, уларнинг кафолатланган ҳуқуқларини ҳимоя қилиш, ёш оилаларни мустаҳкамлаш билан боғлиқ долзарб вазифалар хусусида ўз фикр-мулоҳазаларини билдиришди.

Турдикул Норматов,
"Оила ва жамият" мухбири.

ЁШЛАРНИНГ 431 НАФАРИ ИШЛИ БЎЛДИ

Гулистон шаҳрида "Бўш иш ўринлари ва вакант лавозимлари" ярмаркаси ўтказилди. Вилоят ҳокимлиги, прокуратураси, меҳнат ва аҳолини ижтимоий муҳофаза қилиш бошқармаси ташаббуси билан ташкил этилган мазкур тадбирда турли ташкилотлар 731 та бўш иш ўрни билан иштирок этишди ва 540 нафар киши доимий иш билан таъминланди.

Ярмарка ташкилотчиларининг бизга маълум қилишларича, вилоятнинг турли ҳудудларидан таклиф этилган фуқаролар орасида, ҳали махсус малака ва касб-ҳунарга эга бўлмаганлари ҳам борлиги ҳам ҳисобга олиниб, улардан 115 таси қайта ўқишга юборилган, 105 кишининг эса жамоат ишлари билан банд бўлиши белгиланган.

Баҳор ХОЛБЕКОВА,
"Оила ва жамият" мухбири.
Сирдарё вилояти

"Шу наҳорги ошни ким чиқарган экан-а? Ўша куни ухлаб қолмайин деб аввалига баланд жиринглайдиган соатни бошимга қўйиб ётдим. Қайда, ёзнинг авжи чилласи эмасми, ўн бирларда зўрға кўзим илинди. Бир пайт тонг ёришгандай туюлдими, сакраб туриб қарасам — соат икки. Энди сира уйқу келмаса денг. Хаёлимда ҳалиги оғайнимнинг гапи: "Энг яқин ошналар соат тўртда қозонниng бошида бўлишимиз керак!" Хуллас, "будильник"дан аввал уйғониб, ҳаммаёқни тарақлатиб, кийиниб кўчага чиққунимча уч ярим бўлди. Тўй Қорақамишда, мен эса Сергелида тураман. Машинам йўқ. Бир илож қилиб, киракаш амакини етти мингга кўндирдим-да, йўлга чиқдим. Борсам, эллик чоғли киши тўйхона олдида кўзларини уқалаб турибди. Ярим соатда тумонат одам йиғилди, соат бешга етаретмас, ҳаммаёқ тинчиди-қолди. Қиз чиқараётган дўстимиздан изн сўраб, олтиларда ишхонага келдим. Шу билан кечгача ўзимга келолмадим. На ишимда унум бўлди, на кайфиятимда..."

Бу — бир зиёли дўстимизнинг кечагина куйиниб айтиб берган гаплари. Хўш, наҳорги ош қачон ва қандай пайдо бўлган ўзи, деган ҳақли савол туғилади.

Шомирза ТУРДИМОВ, фольклоршунос:

— Анъана ва маросимлар халқнинг асрий тажриба ва билимларини авлоддан авлодга етказишнинг ўзига хос бир шакли ҳисобланади. Ҳеч бир нарса ўз-ўзидан пайдо бўлмайди. Унинг амалий ва эстетик вазифалари бўлиши табиий. Хусусан, тўй ва бошқа маросимлардаги узв, яъни халқаларнинг ҳам ўзига яраша ўрни, вазифаси бор. Масалан, элга ош бериш одати қадимдан келаётганини халқ достонлари ҳам тасдиқлайди. Лекин ҳар бир нарсанинг ҳам меъёри, ўлчови бўлиши шарт. Шакарнинг кўпи заҳар, ози шифо бўлади, деганларидек, элга хайрли орзуҳаваслар билан берилаётган ошларнинг ҳам меъёридан ошуви маросимларнинг бузилишига олиб келади. Олайлик, республикамизнинг турли ҳудудларида ўтказиладиган ош тарқатиш тадбири билан айнан пойтахтимизда бериладиган наҳорги ош ўз тартиби, яхлит тизими, эстетик моҳияти билан алоҳида ажралиб туради. Ана шу жиҳати билан бу маънавий қадрият ҳисобланади.

Аввалларининг наҳорда берилиши бевосита деҳқончилик ишлари билан боғлиқ анъанага кирган. Лекин бу анъана бугунги кун шароитида ўзини оқлаяпти, деб айтиб бўлмайди. Айниқса, наҳорги ошларни ўтказишда вақт масаласи эътиборга олинмаётгани "асални заҳарга" айлантириб юбормоқда. Истардикки, ҳар бир анъана у қандай бўлишидан қатъи назар, бугунги кун маънавияти ва қадриятига хизмат қилсин. Ана шундагина уларнинг "умр"и боқий бўлади.

* * *

Сир эмас, кейинги пайтларда худди ана шундай тадбирлар аста-секинлик билан вилоятларга, туман марказларига ҳам "кўча" бошлади. Бу бир томондан ўзини оқласа, яъни катта шаҳарлардаги маънавий-ижтимоий муҳитдаги ижобий ўзгаришлар яхши маънода ўзлаштирилса яхши, лекин иккинчи томондан тескари таъсирга эга бўлса-чи? Шахрисабзлик маҳалла оқсоқоли Турсунмурод аканинг айтишича, бундай тадбирлар "наҳор оши" деб аталса-да, лекин вақт масаласи фаслларга қараб, қатъий тартибда белгиланган, яъни Тошкентдаги каби саҳармардонда эмас, аксинча кўпчилик учун қулай пайт соат олти ёки еттиларда ўтказилар экан. Чуст туманидаги Ғовасой қишлоғида яшовчи Дагарали Соатовнинг изоҳ беришича, одамлар тўй-маъракаларга қорин ғамида эмас, балки яхши ниятда эл-улусдан дуо олмоқ умидида дастурхон ёзаётган мезбонни қутлаш, кўнглини олмоққа интилиши керак. "Мен ҳам ошларга бораман, лекин тонг саҳарда ош егандан кўра, бир пиёла қайнаган сув ичишни маъқул кўраман", дейди Дагарали ака.

Қаршибой ХУШАТОВ, тиббиёт фанлари номзоди, олий тоифали гастроэнтеролог:

— Тасаввур қилинг, тонг саҳарда, соат борингки, бешда ошқозон "уйқу"да бўлади. Кимдир айтиши ҳам мумкин, "Ҳа, энди, шунча йилдан бери наҳорги ошни еб келаяпман, ошқозонимдан шикоятим йўқ", деб. Аслида, ҳар қандай хасталик секин ривожланади, шу жумладан, ошқозон-ичак касалликлари ҳам. Шундан келиб чиқиб айтишим мумкинки, режим бир марта бузилдими, кейин соғликка путур етаверади. Садағаси кетай, ош деганлари ҳазми енгил таом эмас. Айниқса, у эрталаб, ҳали организм ухлаётган пайтда ейилса, нафақат ошқозонга, жигарга, ичакларга ҳам жиддий таъсир кўрсатади. Мутахассис сифатида айтишим керак, гепатитнинг ҳар қандай тури билан оғриб, яқиндагина даволаниб чиққан кишилар бўлса, наҳорда ош ейиши умуман мумкин эмас.

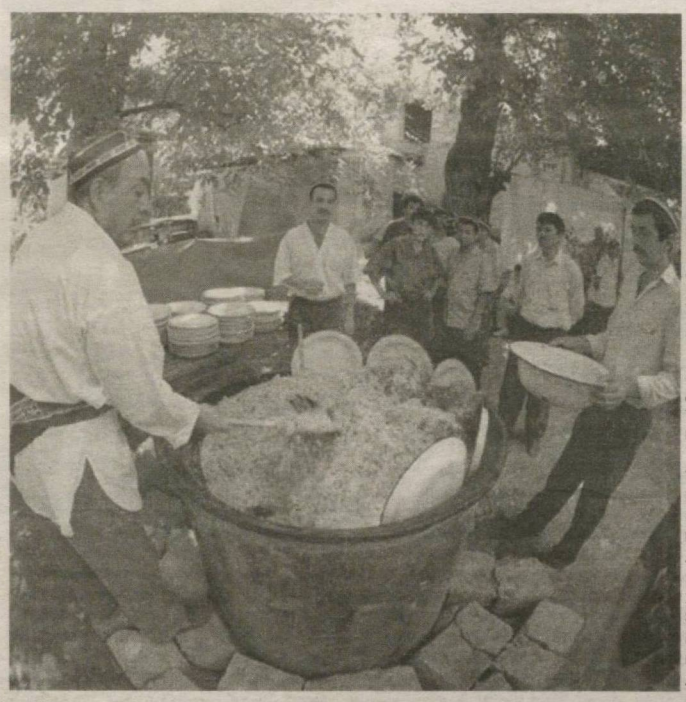
Наҳорги ошга борган одамнинг биринчи навбатда уйқуси бузилади, кейин эса ошқозон тузимида зарарли оқибатларга олиб келувчи асоратлар қолиш эҳтимоли катта. Энг ёмони, гастритни орттирасиз, ошқозон яраси пайдо бўлади, жигарнинг ишлаш тизими бузилади, ичак йўлларида салбий ўзгаришлар бошланади. Охир-оқибатда семириб кетиш, қон босими кўтарилиши, еган таомларнинг ҳазм бўлмаслик ҳолатлари кучаяди.

Очиғи, кўпдан бери матбуот саҳифаларида, маърифий давраларда, суҳбат-гурунгларда тўй-маъракаларимиз ва маросимларимизни ўтказишда яна дабдабабозлик, ортиқча сарф-харажатларга йўл қўйиш ҳоллари кучаяётгани ҳақида бонг урилмоқда. Тўғри, тўй-ҳашами кўп халқмиз. Оиласида ўғил-қиз ўстираётган хонадон борки, ҳар хил қувончли кунларини эл-улус билан баҳам кўргиси келади. Бу яхши анъана, албатта. Лекин...

Яхшиси, бугун бошқа маросимлар ҳақида эмас, айнан ёз мавсумида кўпчилик юртдошларимиз учун ҳар жиҳатдан ноқулай вазиятни юзага келтираётган НАҲОРГИ ОШлар хусусидаги айрим фикр-мулоҳаза ва кузатувларимизни эътиборингизга ҳавола қилайлик.

АСАЛ ДЕМАНГ ЕГАН ОШИНИ...

ЁХУД ЯНА НАҲОРГИ ТАДБИРЛАР ХУСУСИДА



Ҳатто қизларимни узатаётганда қудаларим билан қанча талашиб-тортишдим, "Худо хайрларингни берсин, мен қанча одамнинг наҳорги ошига бормаганман, ҳеч ким келмайди, кундузи ўтказайлик", дедим. Кўнишмади. Ўзим зўрға улгурдим...

Аҳмаджон ШУКУРОВ, Ўзбекистон халқ артисти:

— Касбимиз тақозоси шу, баъзида кимдир яхши кунига айтиб келади. Бирданига вақтини сўрайман. "Наҳорда" деса, тўғриси, пешонам тиришади. Аввало, тўй эгасига кўтара ташвиш, бу ёғи хизматчиларгаям осон эмас. Ярим тунда шунча жойдан бориш керак. Эсимда, бундан 30-40 йиллар аввал Тошкентда машҳур ҳофизларни ёнида юрардим-да, биламан, илгари бугунгидек ҳали қушлар уйғонмай, одамлар ош ейиш учун югурмасди. Вақти-соатига қарарди. Масалан, Бухоро тарафларда яқин ўн-ўн беш йиллар бурун ҳам наҳорда ош бериш деган одатлар йўқ эди. Ҳозир кириб борибди...

* * *

Шу ўринда оддий бир савол туғилади: хўш, айниқса, ёзги мавсум маҳали ўтказилаётган маросим ва маъракалардаги ош беришлар вақтини аввало тадбир соҳиблари, шунингдек, маҳалла-кўйлардаги оқсоқол ва фаоллар соат 6 ёки 7 га белгилашса бўлмайдими? Негаки, ҳамманинг ҳам улов-машинаси йўқ-ку! Устига устак тонгги 4-5 да на метро, на давлат транспорт воситалари ишлайди. Бундай пайтда киракаш ҳам инсофини еб қўйган бўлади. Ортиқча асаббузарлик, сарф-харажат, оворагарчилик кимга керак ўзи?

МАВЗУ

Жаҳонгир ота УСМОНОВ, Тошкент шаҳридаги Камолон маҳалласи фаоли:

— Назаримда, бу масалага ечим топиш, ижобий ҳал этиш кўпам қийин иш эмас. Ҳаммамиз ўзаро келишиб, кенгашиб, маҳалла оқсоқоллари билан ҳамжиҳатликда кўпчиликка малол келмайдиган ҳолатда ўтказсак бўлади. Баъзан эшитиб қоламиз, "Тошкентда отахонлар эрталаб наҳорги ошни еб, кейин уйларига бориб тушгача бемалол ухлашади, наҳорниям ана шунга мослаштиришган" деган гапларни. Бунга қўшилмайман. Оддий мисол, менинг ўзим вақтли тураман, бу азалий одатим, лекин айнан ош ейман деб уйғонмайман-ку! Менинг таклифим: наҳорги ошларни ҳаммамизга, ёшу қарига мос келадиган пайтда ўтказиш керак. Иш вақти, дам олиш пайтини ҳисобга олиш лозим.

Сайдолим МУҲАМЕДОВ, ўқитувчи:

— Наҳорги ошнинг нимаси ёмон экан? Тўғри, фақат қоринни тўйдириш учун борадиганларга бу зарар. Лекин дийдор — ғанимат, дейдилар. Шу баҳонада қанча одамлар билан кўришасиз, дардлашасиз. Менимча, меъёрни ушлаш керак, ортиқча ҳашам, исрофгарчилик, сарф-харажат кимга зарил? Айримлар тадбирларда гувоҳ бўлаяпмиз, тоғора-тоғора ошларни тўкишяпти, нонларни мол-ҳолга беришяпти. Ана шундан тийилиш керак.

* * *

Биз ушбу мақолани тайёрлаш жараёнида турли тоифа вакилларига "Наҳорги ошлар ҳақида мулоҳаза, таклифларингиз бўлса, марҳамат, билдиринг" дея мурожаат этдик. Биз билан сўзлашганларнинг аксарияти юқоридаги суҳбатдошларимизнинг таклифларини тўла қўллаб-қувватлашди. Табиийки, бу фикрларни кескин рад этиб, қарши чиққанлар ҳам бўлди. Лекин энг асосийси, кўпчиликнинг мақсади битта: эл-улусни дастурхон ёзиб кўнгил олмоқ учун чорлаяпмизми, ҳеч кимга малолимиз тушмасин.

МАВЗУГА ОИД ҲАНГОМА:

...Пойтахтимиздаги номдор ресторанлардан бири айни саратон маҳали жуда гавжум бўлди. Ҳар куни уч маҳал базму жамшид тинмайди. Лекин кутилмаганда кетма-кет наҳорда ош берганлар директорга шикоят қилиб келишди. "Биз ходимларингиз айтган ҳамма масаллиқлар харажатини тўладик, мўлжалимиздаги одамлар ҳам келди. Лекин негадир ош етмай қолди". Битта тадбирда эмас, аксинча, тўрттасида бир хил ҳолат такрорланди. Нима қилиш керак. Мижозлар талаби тўғри. Охири бир куни ғалати "синов" ўтказилди: яъни ҳеч қандай тадбир бўлмаса-да, тонг саҳарда ресторанда баланд овозда мусиқа қўйилиб, дастурхон тузалди... Бир пайт ҳар тарафдан одамлар кела бошлабди. Ярим соатлар ўтгач, директор эшикларни ёптириб, йиғилганлардан секин сўрабди: "Хуш келибсиз, меҳмонлар, қани, бу ёққа сизларни ким таклиф қилувди?" деса, ҳаммаси бир-бирига термулиб, қизариб-бўзариб турганмиш...

Норқобил ЖАЛИЛ

ГУРУНГ

РОЗА КАРИМОВА: ҲАМИША ҲАМДАРД ЭДИК

“Телемениатюралар театри”нинг тамал тошини қўйган, ўзининг бетакрор роллари билан мухлислари кўнглидан чуқур жой эгаллаган Ўзбекистон халқ артисти Эргаш Каримов нафақат санъати, балки оиладаги ҳаёт тарзи, ота сифатидаги ажойиб хислатлари билан ҳам қадрли эканлигини у кишини яқиндан билганлар ҳамон ёруғ хотиралар билан эслашади. Табиийки, ана шундай эл суйган инсон билан ҳам қадрдон оиласида, ҳам театр ва кино саҳналарида эллик йил биргаликда ҳамқадам, ҳамфикр бўлиб яшаган, фаолият юритган Ўзбекистонда хизмат кўрсатган артист Роза Каримованинг самимий дил изҳорлари ва эътирофлари биз мухлислар учун ҳар доим қизиқдир.

— Роза опа, Эргаш ака билан илк учрашувдаёқ у кишининг тақдирингизга битилган бахт тимсоли эканини ҳис қилганмисиз? Ёки...

— Биз Эргаш ака билан Театр ва рассомчилик институтида битта гуруҳда ўқиганмиз. Бир курсда 12 нафар талаба, иккитагина қиз бола эдик. Курс раҳбаримизнинг топшириғи билан Марк Твеннинг “Том Сойернинг саргузаштлари” асаридан бир парча ижро этишимиз керак бўлиб қолди. Шунда Эргаш ака Томни, мен эса Бекке ролини ўйнаб бердик. Шу-шу бўлдию, бизлар иккаламиз дўстлашиб кетдик. У киши бошқа курсдошларимиздан ўзининг вазмин, оғир-босиқлиги, ўта самимийлиги билан ажралиб турарди. Бизлар тўрт йил сирдош бўлиб юрдик. Бир-биримизни бир кун кўрмасак, касал бўлиб қолардик. Шу бўлса керак-да, тақдирнинг қўшгани.

Кейин мени уйларига олиб бориб, оиласидагилар билан таништирди ва ўшандан сўнг тўйимиз бўлиб ўтди. У пайтлар институтни битирганларни бир йилга турли вилоят театрларига ишлаб келиш учун жўнатишарди. Бизларни ҳам гуруҳимиз билан Термиз шаҳридаги мусиқали драма театрига юборишди. Яхшигина овозим бор эди. Буни сезган бадиий раҳбаримиз мени концерт гуруҳига қўшиб, турли тадбирларга жўнатарди. Эргаш ака мени эрталаб соат тўртгача концертдан қайтишимни ухламай кутиб ўтирарди. Шундай қилиб, бир йилни ўтказиб қайтдик. Бу орада мен фарзандли бўлиб, бола тарбияси билан уйда ўтириб қолдим.

— Эргаш Каримовдай истеъдодли актёрнинг эл орасида танилишида телевидениенинг роли ниҳоятда катта бўлганлиги тўғрими?

— Сурхондарёдан қайтиб келгач, у киши Ўзбекистон телевидениесининг “Ёшлар” студиясида иш бошлади. Ўша йиллари “Огонёк” деган байрам дастури бўларди. Унда Эргаш ака талабалар ҳаётидан ҳикоя қилувчи қизиқарли лавҳалар тайёрлаб юрди. Бу саҳифа кўпчиликка маъқул келди ва кейинчалик яхлит бир дастур тайёрлайдиган бўлишди. Бир куни устозимиз Раззоқ Ҳамроев: “Эргаш, Бухородан ўзингга ўхшаган бир йигит келибди, исми Бахтиёр, таништсанг-чи”- деб қолдилар. Бахтиёр Ихтиёров билан ана шундан кейин жуда қалин дўстлашиб кетишди ва икковлари биргаликда кўрсатув олиб бора бошлашди. Кейин бу гуруҳга Ҳасан Йўлдошев, Садри ака келиб қўшилди ва ниҳоят, ҳамма севиб томоша қиладиган “Телевизион миниатюралар театри” дунёга келди.

— Биласиз, халқимиз кулгу, юморни жуда яхши кўради. Айтишларича, ўша пайтлар одамлар телеминиатюраларни кўриш учун атайлаб телевизор сотиб олишган экан. Шу гап ростми?

— Бу дастур бир ҳафтада икки марта намойиш этиларди. Экранда миниатюра кетаётган пайтда ҳозир сизга айтсам. Ғалати ва кулгули туюлади, лекин чин, кўчада машиналар, одамлар камайиб қоларди. Ҳамманинг оғзида: “Кеча кўрдингми, анави Эргаш ундай деди, шериги бундай деди”, деган гап-сўзлар бўларди. Аскиячи Мамасиддиқ Ширяев ҳар ҳафта Марғилондай йўлдан минг азоблар билан съёмкаларга етиб келарди. Миниатюралар театри ана шундай довруғ қозонган эди ва қанчалаб иқтидорли актёрларни элга танитди. Ҳусан Шарипов, Бахтиёр Ихтиёров, Ҳасан Йўлдошев, Хайрулла Саъдиев каби элнинг суюкли актёрлари Эргаш ака билан елкама-елка ишлашди. Шогирдлари ҳам кам эмасди. Лекин улар орасида раҳматли Ҳожибой Тожибоевга ҳурматлари ниҳоятда баланд эди. “Кулгу устаси ана шундай бўлиши керак” дерди у ҳақда гап очилса. Ёзувчи Саид Аҳмад билан биргаликда жуда самарали ижод қилишди.

— Ўзингиз-чи Роза опа, бир ёқда фарзанд тарбияси, бир ёқда ижод билан машғул бўлиш учун қандай вақт топдингиз?

— Менми, барибир аёллик, оналик вазифаларим биринчи ўринга чиқиб, бироз муддат ижоддан чалғишимга тўғри келди. Лекин Оллоҳ рози бўлсин, Эргаш аканинг саъй-ҳаракатлари, қўллаб-қувватлашлари туфайли мен ҳам ана шу машҳур миниатюралар театрида ишлай бошладим. Эр-хотин биргаликда қанчалаб ролларни ижро этдиК. Шу орада режиссёрлар Эргаш акага партнёрлик қилувчи бошқа актрисаларни ҳам чақириб қўришди. Лекин барибир табиий чиқмади шекилли, уларнинг ўзлари “ Бўлди, Эргаш ака, энди сиз фақат Роза опам билан чиқасиз”, деб яна иккимизга роллар беришарди.

— Кўпинча икки санъаткор, ижодкор оила қураркан, бири иккинчисига йўл беради. Оила ва саҳнада узоқ давом этган ўзаро ҳамкорликнинг сири нимада?

— Биз биргаликда роллар ижро этиб юрган пайтларимиз эр-хотин санъаткорлар жуда кам эди. Ва, биласизми, томошабинлар буни бошқача қабул қиларди. Концертларда, катта-катта саҳналарда чиқиш қилганимизда, баъзан оғзига кучи етмаганлар уларга қарата: “Эргашжон, сизга қийин-да, ҳозир бизнинг хотинлар уйда ошни дамлаб ўтирибди, сиз бўлсангиз...” — деб кесатиб қўярди. У киши санъатни яхши тушунгани, қадрига етгани ва қолаверса, оғир ва вазмин, юраги тоза инсон бўлгани учун бундай гапларга эътибор бермасди. Ким билади, балки бу кинояларни озгина бўлса-да, кўнгилларига олгандир, аммо буни ҳеч қачон менга сездирмаган.

Хуллас, ҳаёт-ку ўз йўлига, лекин санъат соҳасида каттамикичикми, ҳар қандай муваффақиятга эришган бўлсам, Эргаш ака билан ижод қилганим, ана шундай бағрикенг ва меҳрибон инсоннинг умр йўлдоши, бир сўз билан айтганда, икки ёрти бир бутун бўлганимиз учун эришдим.

— Албатта, машҳурликнинг яхши томонлари билан бирга баъзан ташвиш келтирадиган жиҳатлари ҳам бўлади. Сиз деярли доим ёнларида юриб ҳар хил воқеаларга ҳам гувоҳ бўлгансиз...

— Мақтанишмас, қаерга борсак, Эргаш акани мухлислари ҳол-жонига қўйишмасди. Албатта, яхши маънода, азбаройи ҳурмат қилгани туфайли. Ҳали уйларига, ҳали чойхонага олиб кетишарди. Шундай пайтда кимга қийин бўларди, менга-да! Сабаби, шинавандалари юзидан ўтолмай, у кишим оз-оздан ичиб қўярди. Охири нима бўлди, шунга ўрганиб қолди. Очиғи, бу сурункали одатга айланиб кетмасин деган ниятда қаттиқ қурашганман. Устига устак, бу одам ашаддий чекувчи ҳам эди. Роса ташлаттиришга уриниб кўрдим, бўлмади. Ўзаро тортишувларимиз ҳам аслида ана шу балои касофатларнинг ортидан келиб чиққан, билсангиз. Ҳатто шу сабабли айрим дўстлари мени ёмон кўриб қолишган. Менга эса уларнинг соғлиғи муҳим эди. Нима қилай, аярдим. Чунки ҳалигача эшитганим йўқ, ичкилик ҳеч кимга обрў-эътибор келтирмаган.

У киши ҳеч қачон одам танламасди. Ҳамма билан яқин бўлиб, дардлашиб кетаверарди. Бағрикенглиги боис ҳатто унга ёмонлик қилмоқчи бўлган, ортидан фитна уюштириб юрадиган ғийбатчиларга ҳам эътибор бермай, яхши муомала қилаверарди. Баъзан аёллигимга бопалак ҳолда “Қўявер, муҳтож экан сўраб келибди. Мени алдаган бўлса, Худойимни алдолмас ахир” деб қўйди. Энди бу ёғини сўрасангиз, болалари ҳам худди отасидек меҳрибон, кўнгилчан. Қўлидан келгунича бировдан ёрдамини аямайди. Мен бундан хурсанд бўламан.

— Эргаш ака сизни, ё сиз у кишини қаттиқ рашк қилган пайтларингиз ҳам бўлганми?

— Ҳали айтиб ўтганимдек, ёшлигимда қўшиқ айтишни яхши кўрардим. Дўстлар даврасида мендан қўшиқ куйлашимни илтимос қилишарди. Шунда бир-бир хиргойи қилиб қолсам, бирдан ранг-рўйлари ўзгариб кетарди. Балки ўшанда рашк қилган бўлсалар керак-да. Лекин очиқдан-очиқ танбеҳ бериб гапирмаганлар. Мен эса... тўғриси, уларни яхшигина рашк қилардим. Аммо барибир меҳр-муҳаббат, оила аталмиш муқаддас кўрғонни ушлаб, тутиб турадиган Ишонч аталмиш устунга суянардик. Қолаверса, ҳамманинг қаршилигига қарамай менга уйланган одамнинг қўлидан хиёнат қилиш келмаслигини билардим.

— Эргаш аканинг энг ёмон кўрган, ёқтирмаган нарсаси нима эди?

— Ёлғонни, риёкорликни жуда ёмон кўрарди. Ҳеч қачон нафснинг, пулнинг қули бўлмади. Доим ўзини пулдан, бойликдан баланд қўйди.

— Ўзингиз бугун қандай ижодий ишлар билан бандсиз? Эргаш аканинг қолдирган мероси, фарзандлари ҳақида сўзлаб берсангиз.

— Худога минг қатла шукр-ки, ҳозиргача бу табаррук инсонни яқиндан билганлар, ёру дўстлари, оддий одамлар мени қаерда кўриб қолса, кўнгил сўрайди, раҳмат айтади. Менинг руҳимни осмондай кўтарадиган, тақдиримга шукрона айттирадиган асосий жиҳат битта, у ҳам бўлса, Эргаш аканинг фидойи меҳнати, камтарин ижоди истиқлол даврига келиб Президентимиз, давлатимиз томонидан ўзининг муносиб баҳосини олди — “Ўзбекистон халқ артисти” унвони, “Эл-юрт ҳурмати” ордени билан тақдирланди.

Икки фарзандимиз бор. Ўғлимиз Эркинжон — техника фанлари номзоди, қўшма корхона раҳбари, қизимиз Озодахон эса шифокор. Тўрт набира, икки эварамиз бор. Тўғри, болаларимиз орасида бизнинг соҳани танлаганлари чиқмадию, лекин қонида борлиги боисми, неварамиз Жамилахоннинг касби иқтисодчи бўлса-да, санъатга, асосан, мусиқага қизиқиши катта. Шуларнинг қувончи, ютуқларини кўриб, дуоларини қилиб ўтирибман. Баъзан ул-бул нарса қоралашга ҳаракат қилаяпман. Сценарийлар ёзаяпман. Тадбирларга таклиф қилишади. Бораман. Насиб этса, Эргаш аканинг бой ижодий ҳаёти, шунингдек, яратган образ ва ўйнаган ҳаётий роллари, интермедияларидан фойдаланиб, китоб тайёрламоқчиман.

«Оила ва жамият» мухбири Шаҳноза РОФИЕВА суҳбатлашди

ИБРАТ

СПОРТЧИЛАР ОИЛАСИ

Бугунги кунда мамлакатимизнинг ҳар бир шаҳар-қишлоғида оммавий равишда спорт билан мунтазам шуғулланаётган оилалар сони ошиб бормоқда. Бу эса жойларда олиб борилаётган тарғибот ишлари кўнгилдагидек йўлга қўйилганлигини яна бир карра исботлайди.

Андижонда Шамситдиновлар оиласи ҳақида сўз кетса, бу хонадоннинг ибрат олгулик жиҳатлари ҳурмат билан тилга олинади. Оила бошлиғи Рустамжон Шамситдиновни кўпчилик танийди: таниқли тарихчи олим, фан доктори, кўп йиллардан бери Андижон давлат университетида ишлайди. Кўпчиликнинг устози. Умр йўлдоши Фотимахон ая ҳам узоқ йиллар мазкур даргоҳда фаолият кўрсатган. Бугунги кунда эса пенсияда.

«Ҳаётда яхшиликлар ҳам, оғирлигу ташвишли кунлар ҳам баб-баравар ўтаверар экан. Муҳими, сен уни қандай кўтаряпсан, нима учун яшаяпсан, умрнинг, тирикликнинг мазмуни нимада? Шуларни англаб, тушуниб етганингдагина, ўша сўқмоқлардан ўтиш, мақсадларингга етиш мумкин.» Бу — икки зиёли инсоннинг умр дафтарига битилган ўчмас ёзувлардир. Нега десангиз уларнинг ҳам бошидан кўп синовли кунлар ўтди.

Шамситдиновлар оиласининг ибратли жиҳатлари нима экан? — деб қизиқаётган бўлсангиз керак. Уларнинг етти нафар фарзанди ҳам ҳаётда ўз ўринларини топган. Ўттиздан ортиқ набира, 8 нафар чевaралари меҳрибон ва бағрикенг бувижон ва буважонлари атрофида парвона.

Шу ўринда хонадон соҳибаси Фотимахон опанинг ҳаммамизга намуна бўлгулик яна бир жиҳати ҳақида сўзламоқ жоиздир. Яъни шу ёшида ҳам спортни жону дилидан яхши кўриб, мунтазам шуғулланади. Аввал бошда кўпчилик ҳайрон қолган ҳам рост. Аёл бир нарсага аҳд қилдими, бажармаса кўнгли тинчимайди. Бу унинг кучига куч қўшаверади. Болани ҳам бинойидек боқади, хамир қориб, нон ёпиб, меҳмон кутади, рўзғор тебратади. Хуллас, минг битта қувонч-ташвишни бошидан кечиради.

Фахрий педагог Фотима аянинг сўзларини тинглаб туриб, спортнинг ҳам жисман, ҳам руҳан куч-қудратини, бир сўз билан айтганда, фойдасини ўз ҳаёт фаолиятида синаб кўрди ва бир умр боғланиб қолди.

Яқинда Фотима аяни хотин-қизлар ўртасида ўтказилган теннис турнирида учратдим.

— Ўн йилдан ортди теннис билан шуғулланаётганимга, — дейди Фотима ая мамнунлик ила. — Нафақага чиқдиму кексаликка кўниколмадим. Турмуш ўртоғим, фарзандларим, набираларимнинг спортга бўлган қизиқишини кўриб, мен ҳам уларга эргашдим. Спортнинг саломатликка фойдаси катта экан. Шукр, ҳамиша ўзимни енгил ҳис қиламан. Тренерим Зарема Анваровна билан энди бемалол мусобақаларда беллаша оламан.

Ҳа, спорт соғлик гарови, дейишганларича бор. Буни яхши англаган Рустам ака ва Фотимахон ая умрнинг кексалик чоғини соғу саломатликда ўтказишга астойдил бел боғлашган.

Зумрадхон АБДУЛЛАЕВА,
«Оила ва жамият» мухбири.
Андижон вилояти

ҲАМКОРЛИК УФҚЛАРИ

ЯНГИ ИМКОНИЯТЛАР ОЧИЛМОҚДА

Кейинги йилларда Ўзбекистоннинг Хитой билан барча соҳаларда алоқалари ривожланиб бормоқда. Ўтган йили икки давлат ўртасидаги товар айланмаси 2 млрд. доллардан ошгани иқтисод борасидаги ҳамкорлик ҳам жадал суръатга кирганидан далолат бериб турибди. Айниқса, яқинда «Ўзкўргазмасавдо» марказида бўлиб ўтган «Хитой Халқ Республикасининг Синьцзян маҳсулотлари» кўргазмасига ташриф буюрганлар бунга яна бир бор амин бўлишди. Тадбир ХХР халқаро савдога кўмаклашиш қўмитасининг Синьцзян бўлими томонидан Ўзбекистон Савдо-саноат палатаси ва Хитой элчихонаси қошидаги савдо дирекцияси кўмагида ташкил этилди.

Хитой Халқ Республикаси Ўзбекистоннинг асосий иқтисодий ҳамкорларидан саналади. Юртимизда Хитой сармояси иштирокида ташкил этилган 300 дан ортиқ ташкилотлар фаолият юритади. Бундан ташқари, бугунги кунда Ташқи иқтисодий алоқалар, инвестиция ва савдо вазирлиги томонидан 55 та Хитой компанияси аккредитация қилинган.

Ўзбекистонда Хитойнинг тез суръатларда ривожланиб бораётган ҳудудларидаги корхоналар маҳсулотлари билан танишиш имконини берувчи кўргазма ўтказиш анъана тусига кириб қолган. Бу гал маҳсулотларини тақдим этаётган иштирокчилар сони икки марта кўпайди. Синьцзян-Уйғур автоном туманининг маҳсулотларини намойиш этган 80 та компания орасида «Синь Шия», «Люй Жоу», «Сайлининг» каби йирик компаниялардан тортиб, биотехника, маиший техника сингари соҳаларда фаолият юритадиган кичик бизнес вакиллари ҳам бор эди.

Кўргазмада янги ҳамкорлар топиш, ўзаро манфаатли шартномалар имзолаш... хуллас, ҳар бир меҳмон ўзи учун фойдали нимадир олиш имкони бор эди. Кўргазма икки давлат ўртасидаги ҳамкорликнинг янги уфқларини очиб берди, десак муболаға бўлмайди.

Фазилат СИДДИҚОВА

ШАРТНОМА ТУЗИШ УЯТ ЭМАС

ОИЛА САБОҚЛАРИ

Бугунги кунда юртимизда аҳолининг турмуш даражаси, яшаш шароити, демакки, никоҳ ва оила муносабатлари ҳам ривожланиб бормоқда. Шу боис миллий қонунчилигимизда илк бор никоҳ шартномаси институти жорий этилган. Унда эр-хотиннинг никоҳда бўлган ёки ажралган пайтлардаги ҳуқуқ ва мажбуриятлари белгилаб олинади.

Бундай шартнома никоҳ қонуний қайд этилгунга қадар ҳам, никоҳ даврида ҳам тузилиши мумкин. Шарти шуки, ёзма шаклда тузилиб, нотариал тартибда тасдиқланиши керак. Унда эр ва хотиннинг мол-мулкига бўлган ҳуқуқ ва мажбуриятлари аниқ белгиланиши лозим. Шунингдек, келажакда қўлга киритилиши мумкин бўлган мол-мулкка нисбатан ҳуқуқлар ҳам акс эттирилиши керак. Никоҳ шартномаси эр-хотин ўртасида вужудга келиши мумкин бўлган низоларнинг суд жараёнида тўғри ва адолатли ҳал қилинишига замин яратади. Яъни, эр-хотин никоҳдан ажралган тақдирда ҳар бирига тегишли мулкни аниқлаб олиш имконини беради. Шартнома шартларини эр-хотин ўзаро келишиб, исталган вақтда ўзгартириши ёки бекор қилиши мумкин. Агарда бир тараф белгиланган талабларни бажаришдан бош тортса, натижада ўртада низо келиб чиқса, ушбу ҳолат суд тартибида ҳал қилинади.

Эр-хотин никоҳ шартномасига ўзаро моддий таъминот бериш, оила харажатларини кўтариш, бир-бирининг даромадида иштирок этиш, бошқа шахслар билан мулкий шартномалар тузиш, биргаликда тадбиркорлик фаолияти билан шуғулланиш бўйича ўз ҳуқуқ ва мажбуриятларини белгилаб олишга ҳамда никоҳдан ажралганда ҳар бирига бериладиган мулкни аниқлаб олишга доир, шунингдек, мулкий муносабатларига оид бошқа қоидалар киритишга ҳақли. Алқисса, никоҳ шартномаси келгусида оила аъзолари орасида мол-мулк масаласида турли низолар келиб чиқишининг олдини олишга қаратилган.

Афсуски, никоҳ шартномаси амалда суст татбиқ этилмоқда ва бу эса қатор муаммоларни келтириб чиқараяпти. Эр-хотин оилавий муносабатлардаги ҳар бир ҳолатга, у мулкий бўладими ё маънавий бўладими, чуқур ёндашсалар, ўз ҳуқуқларини қонун билан ҳимоя қилсалар, мақсадга мувофиқ бўлар эди. Никоҳ шартномаси тузишдан ҳеч қачон уялмаслик лозим. Шу боис қонундаги мазкур янгиликни тарғиб қилиш ишларини давр талаби даражасига кўтаришимиз зарур. Бу оилалар мустаҳкамлигини таъминлашда, фарзандларнинг баркамол авлод бўлиб вояга етишишларида ниҳоятда муҳимдир.

Матлубахон МАХАМЕТОВА,
Фарғона шаҳар кенгаши депутати, шаҳар ФҲДЁ бўлими мудири.

ШОГИРДЛАР УСТОЗДАН ЎЗАЯПТИ

ЭРТАМИЗ ЭГАЛАРИ

Юртимиз шаҳарлари ва чекка туманларида яшовчи аҳоли ўртасида спортнинг барча турлари кенг оммалашиб бораётган бир пайтда ёшларга мураббийлик қиладиган малакали устозларга ҳам эҳтиёж ортиб бормоқда. Навоий вилояти Хатирчи туманидан Дилором Абдуллаева ана шундай маҳоратли устоз сифатида ўз қишлоғидаги болаларга спортнинг стол тенниси ва бадиий гимнастика йўналишлари бўйича устозлик қилади.

Болалигидан спортга қизиқиши кучли бўлган Дилором келажакда жисмоний тарбия ўқитувчиси бўлишга аҳд қилган эди. У ана шу болалик даврида аввал мактабда, сўнгра олий даргоҳда стол тенниси ва волейбол мусобақаларида мунтазам қатнашиб келди. Самарқанд давлат университетини тугатиб, Хатирчи туманининг чекка қишлоқларидан бирида жойлашган 78-мактабда иш фаолиятини бошлади. Муаллима 2007 йил Наманган вилоятида ўтказилган «Тўмарис аёллари» спорт фестивалида иштирок этиб, махсус соврин билан тақдирланди. Ўша йили стол тенниси бўйича вилоят мусобақасида 2-ўринни қўлга киритган Дилором 2008 йил туман хотин-қизлари ўртасида бўлиб ўтган волейбол мусобақасида 1-ўринни эгаллади. Спортдаги маҳоратини тинмай ошириб борган мураббий ёшларга сабоқ бериш билан бир қаторда 2009 йил «Отам, онам ва мен» оилавий спорт мусобақасида ҳам фаол иштирок этди. 2010 йил туман хотин-қизлари ўртасида бўлиб ўтган стол тенниси мусобақасида фахрли 1-ўринга сазовор бўлди.

Бугун у мактабда жисмоний тарбия фанидан дарс бериш билан бир қаторда волейбол, стол тенниси ва бадиий гимнастика тўгаракларига ҳам ўқувчиларни жалб этиб, мунтазам машғулотлар олиб бораётир.

— Президентимиз ташаббуси билан яқинда қишлоқ мактабларининг жисмоний тарбия фанидан дарс бераётган хотин-қиз ўқитувчиларини ҳар томонлама қўллаб-қувватлаш билан боғлиқ қарорнинг қабул қилиниши менга ўхшаган оддий ўқитувчи учун катта эътибор ва ҳурматнинг ёрқин намунасидир. Айниқса, қишлоқ қизларини бадиий гимнастика билан шуғулланишларига кенг имкониятлар яратилаётганлиги фарзандларимиз камолоти йўлидаги яна бир ғамхўрлик эканлигини ҳар бир ота-она қалбан ҳис этмоқда. Қишлоғимиз аҳли шу азиз Ватанда тотли яшаш завқидан нақадар бахтиёр ва уларнинг келажакда фарзандлари янада бахтли ҳаёт кечиришига ишонч ортмоқда. Мен бу гапларни бежизга айтмаяпман, ахир қишлоғимиз одамлари билан доимо ҳамсуҳбатман, улар билан фикрлашаман ва уларнинг дил сўзларини тинглайман. Спорт билан шуғулланган одам ҳамиша ёш ва навқирон, руҳи тетик, танаси соғлом бўлиб юради. Мен мактабда ўз ўқувчиларим, уйда оила аъзоларимни доимо соғлом турмуш тарзига жалб этаман.

Дарвоқе, спорт — ёшлик, гўзаллик, соғлик гаровидир. Спорт билан доимий ҳамроҳ бўлган муаллима чаққонлик, тиришқоқлик ва интилувчанликни ўзининг кундалик иш фаолиятига айлантирган. Шогирдлари ҳам устози изидан бориб, турли мусобақаларнинг фаол иштирокчисига айланмоқда.

Раъно РАББИМОВА,
Навоий вилояти.

САВОЛ-ЖАВОБ

КАМҚОНМАН, БОЛАМНИ ЭМИЗ-САМ... БЎЛАДИМИ?

— «Газетангизнинг 2010 йил 20 май сонида эълон қилинган «Гўзалликдан устун бахт» мақоласини ўқиб, кўнглимдаги саволларга айни жавоб топгандек бўлдим. Чунки мен ҳам ҳомиладорман, яқинда она бўламан ва насиб этса мақолада таъкидлаганингиздек фарзандимни фақат кўкрак сути билан боқиб, парваришлаш орзуим. Фақат менда камқонлик белгилари бор. Айни ҳомиладорлик даврида ҳам шу туфайли айрим муаммоларга тез-тез дуч келиб тураман.

Хўш, мен фарзанд кўрганимдан сўнг боламни эмизишим мумкинми? Бу жараён аҳволимни баттар ёмонлаштирмайдими?

Ш.ТУРДИЕВА».

Саволга Китоб туман туғруққонаси чақалоқлар бўлими бошлиғи, шифокор Сабоҳат ЙЎЛДОШЕВА жавоб беради:

— Анемия яъни камқонлик касалига учраган барча аёллар бемалол одатдагидек эмизишга, жигаргўшаларини кўкрак сути билан боқишга қодирлар. Бироқ, ўз саломатликларига жиддий эътибор бериб даволанишлари шарт. Аслида чақалоқни фақат эмизиб боқиш аёл кишини анемиядан сақлаб қолувчи яна бир имкониятдир. Биринчидан, бола туғилгач, илк эмишининг ўзидаёқ сизни камқонликдан асрай бошлайди. Чунки бу вақтда бачадон қисқариб қон кетиши тўхтайди. Бу сиз каби камқон аёллар учун энг катта ютуқ. Иккинчидан, эмизиш ҳайз келишини тўхтатиб туради, натижада барвақт, хусусан, олти ойгача кейинги ҳомиладорликдан сақланасиз. Хавотирланаётганингиз, яъни сиздан қон орқали сутингизга ўтадиган ва болангиз «тортиб оладиган» арзимас миқдордаги темир моддаси ҳайз маҳали йўқотиладиган темир моддасидан анча кам.

Ҳозирданоқ витаминларга, асосан темирга бой маҳсулотларни кўпроқ қабул қилишингизни маслаҳат берамиз. Овқатланаётганингизда эса чой ичишдан ўзингизни тийинг. Чунки чой темир моддасини ўзлаштиришни камайтиради. Шунинг учун таомдан сўнг икки соат ўтгач, чой ичсангиз маъқул. Буларга амал қилсангиз анемиядан бутунлай қутулиб кетишингиз ҳеч гап эмас.

СТРЕСС СУТНИ «ҚОЧИРМАЙДИ»

— Бир ўртоғимнинг 9 ойлик фарзанди шамоллаб кечаси тўсатдан оғир аҳволга тушиб қолганди. Шифокорларнинг ҳушсиз боласини жонлантириш бўлимига олиб кириб кетишаётганини кўрган дугонам ҳам қаттиқ қўрқувга тушиб қолиб, ўзининг айтишича, сути қочиб кетибди. У бундан кейин яъни ўғли тузалиб чиққач сунъий сут аралашмаси билан боқди. Ростдан ҳам стресс сутни қочирадими?

Гулноза НАЗАРОВА,
Хатирчи тумани.

Акушер-гинеколог Бернора Ражабова мулоҳазаси:

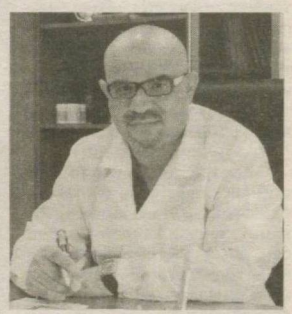
— Стресс доимо ҳамроҳимиз бўлиб келган. Чунки кутилмаган, тасодифий ҳолатлар, тақдирнинг зарбалари, оғир йўқотишлар, хуллас, турмуш икир-чикирларига бизга ўз таъсирини кўрсатмай қолмайди. Лекин оналаримиз эса фарзандлари саломатликлари йўлида ҳар қандай ҳолатларга тайёр туриб, ақл билан мушоҳада юритишлари, мурғак гўдакка ўз нохуш ҳолатларини ўтказиб қўйишдан тийилишлари лозим. Сиз хавотир олаётган стресс жараёнлари эса сутни бутунлай қочирмайди, балки вақтинча ҳолат. Агар стресс эмизишни бузганида эди, одамзот ҳеч қачон ривожланмаган бўларди. Дейлик, сиз фарзандингиз билан сайр қилиб юрганингизда, тўсатдан ортингиздан қопағон ит югурди, бундай вақтда сут келиши тўхтаб қолиши мумкин. Лекин она уйга етиб олиб боласини бағрига меҳр билан босиб, кўкрак берса, яна сут кела бошлайди. Чунки қўрқув сут ҳосил қиладиган гормон-пролактинга ҳеч қандай таъсир кўрсатмайди. Лекин сутни кўкракдан оқиб кетишига мажбур этадиган гормон-окситоцинга вақтинча таъсир кўрсатиши мумкин. Бу рефлекснинг вақтинча ишламаслиги эса оғир пайтларда сутнинг оқиб кетишини тўхтатиб турувчи фойдали биологик механизмдир. Сут ҳосил қилиш тизими ғоят яшовчан. Окситоцин рефлекси эса таъсиротларга нисбатан жуда сезгир. Шунинг учун диққатбозлик кўп содир бўлса, ҳаммасини бир четга суриб, ўзингиз учун руҳий осойишталик муҳитини яратинг. Яхшилаб дам олинг, кўнгилочар куй-қўшиқлар тингланг. Яқинларингиздан бирига елкангизни уқалаб қўйишини илтимос қилинг. Кайфиятни кўтаринг. Ахир сиз энг буюк орзу-муқаддас оналик бахтига эришиб турибсиз-ку!

Н.ЭЛМИРЗАЕВА
тайёрлади.

МУТАХАССИС МАСЛАҲАТИ

ИЧКИЛИК ВА КАШАНДАЛИК МИЖОЗНИ СУСАЙТИРАДИ

DOCTOR-D клиникаси раҳбари, тиббиёт фанлари номзоди Дилмурод Эргашев жавоб беради:



Эркак кишининг мижози заифлашишига гиёвандликка берилиш, тамаки, нос чекиш билан биргаликда спиртли ичимликларга рўжу қўйиш ҳам сабаб бўлади.

Алкоголь тирик организм учун заҳарлидир. У танадаги ҳужайраларга таъсир қилиб, уларнинг озиқланиши, ҳаракатланиши ва кўпайишини таъминловчи протоплазмани нобуд қилади. Спиртли ичимлик марказий асаб тизимига қаттиқ таъсир қўрсатиб ёки тўғридан-тўғри жинсий аъзоларни заҳарлаб, мижоз сустлигини келтириб чиқаради. Уруғ каналлари, ёғ тўқималарига, мояк паренхимаси бириктирувчи тўқималарга айланиб кетади ва тухумлар ҳамда простата бези кичрайиб, касалликка мойилликка олиб келади. Сурункали алкоголизмда уруғ ишлаб чиқариш қобилияти кескин пасайиб кетади ва охир-оқибат бу бевосита жигарга таъсир кўрсатади. Жигардаги асоратлар гонадотроп гармонининг ишлаб чиқарилишини тўхтатади. Бу эса шаҳватнинг йўқолишига олиб келади. Натижада эркакда "тирик" уруғлар камайиб, бола туғдириш қобилияти йўқолади. Агар аёлига яқинлашиб, маст ҳолда ҳомиладор содир бўлиб қолса, туғилган бола ногирон, асаб ёки руҳий касалликларга чалиниш эҳтимоли ниҳоятда юқори.

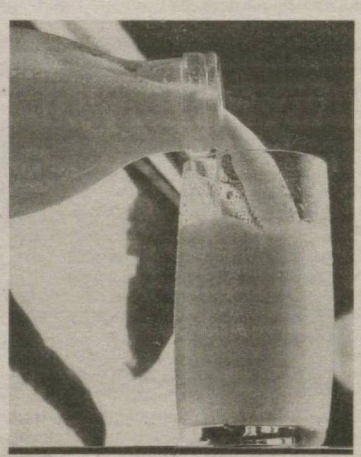
Бу борада бизнинг "DOCTOR-D" ихтисослаштирилган клиникамизда керакли муолажалар, тиббий ёрдамлар кўрсатилади (тел:+99871-113-00-57).
E-mail: hospital@doctord.uz.
URL: http://www.doctord.uz (t)

САЛОМАТЛИК – ТУМАН БОЙЛИК

ЁЗ ЧИЛЛАСИ ИНЖИҚЛИКЛАРИ

Саратон ёз фаслининг энг ҳароратли кунлари ҳисобланади. Бу вақтда бутун мавжудот, жумладан, инсонлар ҳам саховатли қуёш нурларидан бахраманд бўлади. Аммо саратоннинг ўзига хос инжиқликлари ҳам йўқ эмас.

Маълумки, одам организмининг ҳарорати 36,5 даража атрофида бўлади. Ташқи ҳарорат ундан баланд бўлса, бадан қизий бошлайди, одам ўзини лоҳам ҳис қилади, нафас олиш оғирлашади, оғиз қақраб, чанқоқ-(ташналик) сезилади... Организмнинг ҳаётбахш сирларидан бири унинг иссиқлик ажратишидир. Олимларнинг аниқлашича, бадандаги иссиқликни асосан тери ва ўпка ташқарига чиқариб туради. Агар шундай бўлмаганда эди, бадан 35–40 соат ичида қайнаш даражасига бориб етарди. Ташқи муҳитдаги ўзгаришлар (ер магнит майдони ва электр потенциали, қуёшнинг активлиги ҳамда ҳаво босимининг тез ўзгариши, ҳароратнинг тез кўтарилиб кетиши) кўпчилик чиниқмаган одамларда дастлаб асаб тизимига, сўнгра юрак-қон томирлари ва бошқа аъзоларга салбий таъсир этади. Кун иссиқ пайтларида организмда сув камайиши натижасида буйрак санчиб оғриши мумкин. Ибн Сино иссиқ ҳароратли дамларида тўғри овқатланмаслик ва меъда-ичак тизимининг нормал ишламаслиги оқибатида турли хасталиклар (қон босими пасайиши, юрак уриши сустлашиши ёки тезлашиши, бош оғриғи ва айланиши, қувватсизлик, силлининг қуриши, уйқу келиши, асабийлашиш, юрак-қон томир касалликлари) ривожланишини исботлаб берган эди. Иссиқ ҳаво ва қуёш нури таъсирида тананинг қизиб кетиши (гипертермия) натижасида қуйидаги ҳолларни кузатиш мумкин: иссиқ элтиши, қуёш уриши, тери куйиши ва тананинг сув йўқотиши. Бундай кўнгилсиз ҳолатлар эса ташналик, иштаҳасизлик, дармонсизлик, меъда-ичак фаолиятининг бузилиши, тана мувозанатини сақлаш қобилиятининг издан чиқишига олиб келиши мумкин. Чанқаш ва тўқималарнинг сувга муҳтожлиги тобора ошади. Айниқса, жуда кучли чанқаш саратон кезларида юқори ҳарорат шароитида ишловчи кишиларда кузатилади (қишлоқ хўжалиги ишчилари, авто ва электр транспорт



(сувга ташналик) — одам организмида сув танқислиги олдидан юзага келадиган нормал физиологик ҳодиса ҳисобланади, лекин баъзи асаб, эндокрин касалликларида, сув-туз алмашинуви бузилганда, қонда электролитлар миқдори ўзгарганда, юрак касаллиги туфайли бадан шишганда чанқаш анчагина зўрайиши мумкин.

Чанқаш натижасида организмда жиддий ўзгаришлар рўй бериши мумкин. Бадан кўп тер чиқарганидан қон, хужайра ҳайдовчилари, завод, фабрика, хусусий цех ишчилари ва бошқалар). Чунки улар бажарадиган ишлар катта жисмоний куч талаб қилиб, кўп терлаш (сув йўқотиш) билан боғлиқдир.

Ёз чилласининг киши организмига салбий таъсирини камайтириш мақсадида қуйидаги фойдали маслаҳатларни тавсия этиш мумкин:

1. Аввало, устки кийим оқ ёки оқиш пахта матосидан, кенгроқ, енгил, юпқа бўлиши, албатта, бошга соябон кийиш ёки рўмол ўраб олиш, кўзга рангли кўзойнак тақиш лозим.

2. Иссиқ ишхоналардан қизиб, терлаб турганда бирданига ташқарига чиқиш, кондиционер, винтилятор ишлаб турган хонага кириш, муздек чанқовбосди ичимликларни ичиш бўғин касалликлари ва шамоллашга дучор қилишини унутманг.

3. Ҳар куни овқатланишдан 15-20 дақиқа олдин бир пиёла илиқ сув, 1-2 дона янги хўл мева ва 1-2 хил сабзавот (салат) истеъмол қилиш кони фойда.

4. Иш жараёнида бир литр қайнаб совиган сувга бир чой қошиқ ош тузи солиб ичиб туриш организм кўп терлаш натижасида йўқотган минерал тузлар ўрнини қоплаш имконини беради.

5. Чанқоқни босишда айрон жуда фойдали. Унга кўк пиёз, шивит, петрушка ва ҳар бир литрига бир чой қошиқ ҳисобида туз қўшиш керак. Айрон чанқоқни босиш билан бирга, организмнинг минерал тузлар, микроэлемент ва витаминларга бўлган талабни ҳам қондиради.

6. Ишдан кейин илиқ душ (ванна) қабул қилиш лозим.

7. Кун қизиган вақтда ортиқча суюқлик ичманг, акс ҳолда, у қориндаги кислотани суюлтириб, ишқорий ҳолатни пайдо қилади, меъда-ичак касаллиги келиб чиқишига сабаб бўлади.

8. Ҳайдовчиларга энг яхши чанқовбосди ичимлик яхна кўк чойдир. Ибн Сино айтганидек: «Ичимликларни оз-оздан кичик қултумлар билан ичиш лозим».

9. Ёзда ёғли, ширин, аччиқ, шўр таомларни истеъмол қилмасдан кўпроқ сабзавотли, ошкўкли, қатиқли суюқ овқатлар (мастава, мошхўрда, қайнатма шўрва, уграош, лағмон ва б.) истеъмол қилиш тавсия этилади.

10. Хўл мева, сабзавот, иссиқ овқат истеъмол қилгандан кейин дарҳол совуқ ичимликлар (муздек сув, айрон, яхна чой, музқаймоқ, морс, квас, пиво) ичиш соғлиққа зарар.

11. Иссиқ кунларда кўп сув ичиш ярамайди. Чунки сув ичган сари ташналик кучаяверади. Оқибатда, одам бўшашиб, баттар терлайди, юраги зўриқади, иш фаолияти пасаяди.

12. Баъзилар ташналикни босиш баҳонаси билан кўп пиво ичишга одатланиб қолишади. Кўп ва тез-тез ичиб турилган пиво юрак деворларини кенгайтириб, кўкрак қафасини қисиб қўяди.

13. Дам олиш кунлари саёҳатга чиқиш, дарё бўйларида, тоғ бағрида шаршаралар яқинида ҳордиқ чиқариш кишига жисмоний ва руҳий осойишталик, куч-қувват бахш этадики, унинг фойдаси анча кунгача сақланади.

Сафар МУҲАММАДИЕВ,
доцент

Беҳзод ФАЗЛИДДИН

СИЗНИ СЕВАРДИМ...

Ҳа, мен сизни севардим ва ҳатто сизга ишонардим ҳам. Менинг севгим, менинг ишончим бошқалар сингари қоп-қоп ваъдалару қимматбаҳо совғалар, кечки сайрлар натижасида вужудга келмаган. Биз ҳатто бирга ўтириб гаплашишга ҳам журъат қилолмаганмиз. Сиз билан бир сония ҳамсуҳбат бўлиш тугул рўбарў бўлиб қолганимизнинг ўзидаёқ совуқда қолиб кетгандек оёқ-қўлим дир-дир қалтираб, ўзимга бўйсунмас, қаршингизда қолишга ҳам, олдинлаб кетишга ҳам ўзимда куч тополмас эдим.

Тавба, ўйлардим сиз ўтиб кетганингиздан кейин нимаси бор бу йигитнинг одамни сеҳрлаб қўядиган, нега уни кўрсам титроққа тушаман? Ёки севги деганлари шумикан? Йўғ-э, ахир, у менга ҳали бирор марта севги изҳор қилмади-ку! Тўғриси, сиртдан ўқишга ҳеч хоҳишим йўқ эди-ю, ота-онамнинг қистови билан рози бўлгандим. Лекин биздан бир курс юқорида ўқийдиган бу йигитни кўрганимдан бери ўқиш ҳаётимнинг мазмунига айланиб қолди. Ўша куни баҳомни вақтида қўйиб бермаган домладан хурсанд бўлдим. Чунки у ҳам менга ўхшаб вақтида баҳосини ололмаган, бугун қайта топшириш учун келган экан. ...Эшик олдида домланинг чақиришини хуноб бўлиб кутиб ўтирган Санжар билан кўзимиз тўқнашди-ю, алланечук бўлиб кетдим. Негадир шу ондаёқ менинг ҳам хуноблигим тарқалди-кетди. Лекин юрагимда имтиҳон топширишдан ҳам оғир ва қийноқли "нимадир" юз берди-да, бўғзимга "нимадир" тиқилгандек бўлди. Кун совуқ бўлишига қарамай, чанқаган одамдек қайта-қайта ютиниб кўрдим, бироқ бўғзимдаги ҳалиги «нимадир» жойидан жилмади. Нафас олишим қийинлашгандек юрагим тез-тез урар, чуқур-чуқур нафас олгим келарди. Яхшиям домла бу гал кўпам қийнамади, рейтинг дафтарчамга баҳони бирпасда қўйиб берди. Шу имтиҳонни топширсам, елкамни босиб турган оғир юкдан халос бўлиб, қушдек енгил бўламан, бу кеча масза қилиб ўйловсиз ухлайман, деб ўйлагандим. Йўқ, аксинча, ундан баттар бўлди. Кўринишимдан имтиҳондан ўтган талабага сира ҳам ўхшамасдим. Худди бир юкдан қутулиб, ундан-да оғирига дучор бўлган киши каби эдим. Хомушлигимдан курсдош қизлар ҳам ҳайрон, саволларига нима деб жавоб беришни билмай, қайтага йиғлаб-йиғлаб бўғзимда ҳанузгача тиқилиб турган нарсадан халос бўлгим келарди. Бошим қаттиқ оғрирди. Ўша куни дугоналар дам олиш учун истироҳат боғига кетишди. Мен эса овқат ҳам емай (томоғимдан сув ҳам ўтмасди-да), каравотга чўзилдим. Сим каравот ҳам гўё мени дардимни англагандек ғижирларди.

Шу-шу, илгарилари факультетга хоҳламайгина борган бўлсам, энди тезроқ тонг отишини, баҳонада уни кўришни истардим. Ўзимга эътиборталаб бўлиб, нуқсонларимни яширишга интилардим. У ҳам худди мени кутиб ўтиргандек доим эшик олдида турган бўларди. Эшикка яқинлашгунча ичимдаги титроқни билдирмаслик учун қадамимни қаттиқ-қаттиқ босишга ҳаракат қилардим-у, барибир ўзимга бўйсунмасди. Биз ҳар куни эшик олдида нигоҳимиз билан сўзлашардик, холос. Лекин Санжар икки йил ичида мени кўриш баҳонасида давраларда бўлди-ю, бирор марта севги изҳор этолмади. Мен буни қанчалар кутсам-да, яна сукутидан мамнун бўлар, буни андишага йўярдим. Мен сўнгги курсдалигимда у магистратура босқичи талабаси бўлди. Ота-онам мени яхши оиланинг фарзандига уналштириш учун кўп мажбурлашди. Йигит бамаъни, олий маълумотли бўлсада, рад этдим. Магистратурага кириб, ўқишни битирсам, кейин турмушга чиқаман, деб туриб олдим. Айтганимдек, Санжарни кўриб туриш учунгина магистратурага ҳам кирдим. Яна уйдагилар совчилар ҳақидаги ахборотлардан бошлашди. Мен фикру хаёлим Санжарда эканидан эшитишни ҳам хоҳламасдим. Санжар эса ҳануз ўша-ўша. На бошқаси билан гаплашади, на севги изҳор қилади. Ўқишини тугатиб, кетар чоғида бир куни кутилмаганда гуруҳимизга тўғри кириб келдида, "Мени кутинг", деди, холос. Бу ундан эшитган биринчи ва сўнгги сўзим бўлди. Унга қаттиқ ишонганимдан қишлоқдан қайтар чоғим ақалли деканатдан бўлса-да, манзилини олиб қолмаган эканман. Мана ҳозир эшигимда ҳар кун совчилар, ҳатто мени деб уйланмай юрган синфдошим ҳам ҳар куни йўлимни тўсиб зорини қилади, барчасини рад этаман. Бироқ мен кутган шаҳзодадан дарак йўқ. Ахир, мен уни севардим-ку! Санжар ака, унсиз севгимиз ҳаққи сизни ўлгунимча кутишдан ҳам чарчамайман. Мен фақат сиз билан бахтли бўламан.

КАМОЛА,
25 ёш

НОМА

Настарин гуллари интиқ хатимга...
Ёдингиз бағрида тунларим оқдир.
Қайси хизматимга, қай заҳматимга
Мени зулфингизга боғламиш тақдир!?

Ғуборлар теккизмай хаёлингизга,
Ибони нарига қувмай севасиз.
Юрагимни тугиб рўмолингизга,
Сиз айтмай севасиз, "севмай" севасиз.

Бемаврид хатарни пайқаган қушдай,
Қаёққа беркинди туйғулар — инжа?
Хунобдир амалга ошмаган тушдай,
Гумон кўксингизга сололмас панжа.

Кўнгил қўрғонига етказмас шикаст,
Парволар қилмайсиз ёмғирга, дўлга.
Куйдириб кетолмас — тафти жуда паст,
Сув сепиб қўясиз ҳижронли йўлга.

Улар севгим каби шаффоф, бетама,
Юзга солмас олис гуноҳларимни —
Боғимга бегона хазон, деб яна
Супуриб юборманг нигоҳларимни...

ТАВСИФ

Адашган Ишқ суратида юрдим дайдиб,
Сендан бошқа кимга борсам малол бўлдим.
Остонангдан мингинчи бор
кетдим қайтиб,
Эшигингни очолмаган шамол бўлдим.

Чимдимгина Нурни кимлар қисиндилар,
Кабутарлар қучоғимда исиндилар,
Мени ўйлаб йиллар оғир хўрсиндилар,
Ҳақиқатнинг ҳиди келган савол бўлдим.

Тоғлар аро кетолмадим кўнгил тусаб,
Бир нурчеҳра Гул қидирдим —
тоза насаб,
Элга дарддан кўп бежирим кўза ясаб,
Ўз бахтини яратмаган кулол бўлдим...

УМИД УЧҚУНИ

Пешинда Тошбиби момоникига велосипед миниб келган бола ҳовлиқиб деди:

— Амма, дарров бизникига борар экансиз.

— Нега болам, тинчликми?

— Ғайрат акамни «разбор» қилишармиш...

— Бу нима деганинг, айланай?

Бола атрофга бир қараб олди-да, секин шивирлади:

— Акам Тўра қассобнинг қизи Гулсанамни севаркан, отаси эшитиб, агар бир ҳафта ичида тўй қилишмаса, қизимни бошқа бировга бериб юбораман, деб отамга одам юборибди.

Тошбиби момо барисига тушунди. Шошилмасдан кийиниб, кенжаси Отақулнинг машинасида укаси Мажид муаллимникига етиб келди. Супада ўтирганлар ўрнидан туриб, момони тўрга ўтказишди. Момо фотиҳага қўл очиб дуо қилгач, укасига юзланди.

— Ҳа, нега сувга тушган жўжадек шумшайиб ўтирибсан?

— Эшитгандирсиз?

— Эшитдим, ёмон гап эмас-ку, Мажидбой.

— Ёмон эмас, аммо бу ёғи...

— Нима бу ёғи?

— Тўй қилиш осонми, опа, яқинда қарз олиб Санобарни узатувдим.

Тошбиби момо бир пас ўйланди, сўнгра яна укасига қаради.

— Ғайратинг неча ёшга кирди?

— Йигирма олтига, — эрининг ўрнига жавоб берди хотини Холбуви.

— Инсофли экан, у тенгилар бир-икки болали бўлишди, алам билан бирортасини эргаштириб келиб ўтирса, нима қилардинглар?

Даврадагилар жим қолишди.

— Ғайратжоннинг аммаси тирик, ҳали ўлгани йўқ, харажатни ўйлама, ўзим ҳал қиламан, сен элга гап бўлмай, совчини жўнат.

Тошбиби момонинг сўзлари ўтирганлар учун гўё умид учқуни бўлди, улар енгил нафас олишди. Пойгакда қизариб, мўлтираб ўтирган гуноҳкор йигит ҳам меҳр билан жилмайиб аммасига қаради, унинг кўнгли шундай танти ишонч тоғи борлигидан фахрга тўлди.

Демак, эрта-индин тўй бўлади.

Ўролбой ҚОБИЛ,
Қамаши туманидаги
42-мактаб ўқитувчиси

Саҳифани Нурхон ЭЛМИРЗАЕВА тайёрлади

ДУШАНБА 19

O'ZBEKISTON

06.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
7.10 «Икки тақдир». Т/с.
8.00 «Таҳлилнома».
8.45 - 9.45 «Маънавият» дастури.
10.05 «Бўрининг саргузаштлари». М/ф.
11.00 «Ахборот».
11.15 «Радиога ташриф».
11.30 «Юртим бўйлаб» дастури: «Кўриқхонанинг тўрт фасли».
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
13.00 Миллий сериал: **«Муҳаббатим - қисматим».**
13.45 «Кундуз амакининг ҳикоялари». М/с.
14.00 «Ахборот».
14.20 «Ватанпарвар».
15.05 «Олам ва одам» дастури: «Ер сайёраси».
16.05 «Менинг оилам».
16.30 «Кунларнинг бирида»
16.40 «Ўзбекистон табиати».
17.00 «Ахборот».
17.15 «Ҳаёт ва қонун».
17.35 «Эртаклар – яхшиликка етаклар».
18.15 «Ёмғир симфонияси». Т/с.
18.55 «Ватан манзиллари».
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.10 Миллий сериал: **«Муҳаббатим - қисматим».**
20.50 «Ватанимни куйлайман».
21.00 «Ахборот».
21.40 «Қатновдаги қоидабузарлик».
21.55 «Қирол ва мен». Т/с.
22.45 «Нейрохирург». Т/с.
23.25 - 23.35 «Очун».

YOSHLAR

06.00 «Салом, ёшлар!»
06.40 «Рўзғор мактаби».
07.20 «Мультипанорама».
08.00 «Кумуш». Т/с.
08.50 «Ёшлик наволари».
09.10 «13-студия».
09.30 «Тасвир ва таассурот».
09.50 «Баркамол авлод».
10.00 «Давр ҳафта ичида».
10.30 «Даврнинг боласи».
10.40 «Сеҳрли тош». Т/с.
11.10 «Салом, ёшлар!»
11.50 «Кўнгил боғи». Т/с.
12.40 «Ёшлик наволари».
13.00 «Зулфия издошлари».
13.10 «Айланай».
13.30 «Император аёл». Т/с.
14.20 «Бугун».
15.00 «Келажак эгалари».
15.20 «Шарқ гавҳари».
15.50 «Миллий мерос».
16.00 «Давр».
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.40 «Кичкинтойлар боғи».
17.00 «Болалар табассуми».
17.10 «Пуаро». Т/с.
18.00 «Илҳом қанотлари».
19.00 «Давр».
19.30 «Кумуш». Т/с.
20.20 «Давр мавзуси».
20.30 «Автопатруль».
20.50 «Император аёл». Т/с.
21.40 «Ёшлик наволари».
22.00 «Давр».
22.30 Миллий сериал: **«Қалдиргочлар яна қайтади».**
23.10 «Ёшлик наволари».
23.30 «Саргузашт излаб». Б/ф.
01.00 «Шарқ оҳанглари».
02.00 «Давр».
02.30 «Найранг». Б/ф.
04.00 «Таранnум».
04.40 «Икки соҳил». Б/ф.
05.50-06.00 «Юрт тинчлиги».

TOSHKENT

7.30 «Салом, Тошкент!»
8.30 «Карвонсарой».
8.40 «Эсмеральда». Т/с
9.15 «Болажон қиз». Б/ф.
10.40 «Болаликка қайтиб».
11.00 «Бахт ўзи нима?»М/ф.
11.10 «Саргузаштлар ороли».
11.30 «Тақдиринг қўлингда».
12.40 Нима учун гуруҳи тақдим этади: «Шунақа гаплар».
13.00 «Салом, Тошкент!»
14.00 «Дунё» теледастури.
15.00 **«Пойтахт».**
15.15 «Эсмеральда». Т/с
15.45 «Тирик сайёра: Оқ айиқлар». Х/ф.
16.40 «Гуффи ва Микки». М/ф. 1-қисм.
17.35 Миллий сериал: «Қирқ тоғорангинг қирқ ноғораси». 21-қисм.
18.00 **«Пойтахт».**
18.25 Тошкентнинг илм масканлари»
18.35 «Кўнгил риштаси». Т/с
19.35 «Кадр ортида».
20.00 **«Пойтахт».**
20.45 «Инсон матонати». Т/с.
21.15 Тошкент тароналари.
21.30 **«Пойтахт».** /рус/.
21.50 «Телекурьер-маркет».
22.20 «Папа студентки». Х/ф.
23.40 «Будьте здоровы».

SPORT

7.15 Хабарлар.
7.25 Болалар майдончаси.
7.55 «Тренируемся вместе».
8.15 ХАБАРЛАР.
8.30 «Малахов +».
9.20 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Шахтёр»- «Фулхэм».**
11.05 ХАБАРЛАР
11.35 «Ринг қироллари».
12.35 «Спорт – менинг ҳаётим».
13.05 Болалар майдончаси.
13.30 Велоспорт. Тур де Франс.
14.15 Пляж футболи. Жаҳон чемпионати.
15.20 Ўқ отиш. Европа чемпионати.
16.15 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Сепахон»- «Пахтакор».**
18.00 Болалар майдончаси.
18.30 «Олимп сари».
18.45 ХАБАРЛАР.
19.05 Бокс. Халқаро турнир.
20.10 Акробатика. Жаҳон чемпионати.
21.00 Испания дербиси – гигантлар тўқнашуви.
21.45 ХАБАРЛАР.
22.05 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. Цска - «Севилья».**

TV-MARKAZ

07.00 09.00 Ўзбек наволари
08.00 «Отанг билмасин»
09.30 «Топ-10»
10.05 Ўзбек наволари
11.30 «Возмещение ущерба»
13.30 Ўзбек наволари
14.20 Prime time (рус)
14.30 «Отанг билмасин»
15.30 «ЗОЛОТОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ СИНДБАДА» х/ф
17.30 «Премьера»
18.00 Ўзбек наволари
18.30 «ОТАНГ БИЛМАСИН»
19.30 Ўзбек наволари
21.00 «ЗАВТРА НАСТУПИТ СЕГОДНЯ»
22.00 «ДЮПЛЕКС» х/ф

ntti

06.30 Мумтоз наволар
07.00 "Яхши кайфият"
07.30 "Парламент соати"
08.00 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
09.30 **"25-кадр"**
10.00 "Янги авлод"
10.30 **"Дийдор ширин"**
11:30 Ҳужжатли фильм
12:00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
12:45 НТТда мусиқа
13:00 "Яхши кайфият"
13:30 **"Омад ва бахт" т/с**
14:15 Киноконцерт
14:30 Кутилмаган томоша
14:45 **"Сёгун" т/с**
15.30 Ҳужжатли фильм
15:45 "Ягонамсан, Ватан!"
16.00 **"Аргувонлар остида" т/с**
16:35 Худудий телестанциялар лойиҳалари
16:45 Кутилмаган томоша
17.00 "Янги авлод"
17:40 НТТда мусиқа
18.00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
18:45 **"Анжелика" т/с**
19:35 "Бизнес-телемаркет"
19:45 **"Аргувонлар остида" т/с**
20:30 **"Худуд"**
21.00 **"Омад ва бахт" т/с (81, 82-қисмлар)**
22.00 "Яхши кайфият"
22:30 **"Йўқотилган йиллар" т/с**

СЕШАНБА 20

O'ZBEKISTON

06.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
7.10 «Икки тақдир». Т/с.
8.00 «Ахборот».
8.40 - 9.25 «Маънавият» дастури.
09.25 «Болалар дунёси».
09.55 Навоий вилояти телерадиокомпанияси намойиш этади:
«Нурота чашмаси».
10.20 «Қирол ва мен». Т/с.
11.00 «Ахборот».
11.15 «Ёмғир симфонияси». Т/с.
11.50 «Ахборот». /инглиз/.
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
13.00 Миллий сериал: **«Муҳаббатим - қисматим. »**
13.45 «Кундуз амакининг ҳикоялари». М/с.
14.00 «Ахборот».
14.20 «Ойдин ҳаёт». Ток-шоу.
15.10 «Олам ва одам» дастури: «Ер сайёраси».
16.00 «Тезкор хабарлар».
16.10 «Ҳудудлар ҳаёти».
16.25 «Мен ёшликман».
16.40 «Ўзбекистон табиати».
17.00 «Ахборот».
17.15 «Зийнат».
17.35 «Эртаклар – яхшиликка етаклар».
18.10 «Ёмғир симфонияси». Т/с.
18.40 «Навоийни англаш».
19.00 «Истеъмолчи».
19.10 «Кун мавзуси».
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.10 Миллий сериал: **«Муҳаббатим - қисматим».**
20.45 «Ватанимни куйлайман».
21.00 «Ахборот».
21.40 «Одамлардан бири».
22.00 «Қирол ва мен». Т/с.
22.50 «Нейрохирург». Т/с.
23.30 - 23.40 «Очун».

YOSHLAR

06.00 «Салом, ёшлар!»
06.40 «Рўзғор мактаби».
07.20 «Мультипанорама».
08.00 «Кумуш». Т/с.
09.10 «13-студия».
09.30 «Тасвир ва таассурот».
10.00 «Давр».
10.10 «Даврнинг боласи».
10.20 «Винни Пух». М/ф.
10.40 «Сеҳрли тош». Т/с.
11.10 «Салом, ёшлар!»
11.50 «Болалар майдончаси».
12.30 «Ёшлик наволари».
12.50 «Миллий мерос».
13.00 «Давр».
13.10 «Айланай».
13.30 «Император аёл». Т/с.
14.20 «Яшаш сирлари».
14.40 «Ўзбегим».
15.00 «XXI аср технологиялари».
15.20 «Шарқ гавҳари».
16.00 «Давр».
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.40 «Сирли ўрмонча».
17.10 «Пуаро». Т/с.
18.00 «Инсон психологияси».
18.30 «Чемпион».
19.00 «Давр».
19.30 «Кумуш». Т/с.
20.20 «Нуқтаи назар».
20.50 «Император аёл». Т/с.
21.40 «Ёшлик наволари».
22.00 «Давр».
22.30 Миллий сериал: **«Қалдиргочлар яна қайтади».**
23.10 «Ёшлик наволари».
23.30 «Шахмат қироли ва унинг ўғли». Б/ф.
01.00 «Ҳаётбахш наволар».
02.00 «Давр».
02.30 «Қанотлар парвози». Б/ф.
04.00 «Таранnум».
04.40 «Зўр ўтиribмиз».
11.50 Миллий сериал: **«Балойи нафс».**
12.30 «Ёшлик наволари».
12.50 «Миллий мерос».
13.00 «Давр».
13.10 «Айланай».
13.30 «Император аёл». Т/с.
14.20 «Яшаш сирлари».
14.40 «Ўзбегим».
15.00 «XXI аср технологиялари».
15.20 «Шарқ гавҳари».
16.00 «Давр».
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.40 «Сирли ўрмонча».
17.10 «Пуаро». Т/с.
18.00 «Инсон психологияси».
18.30 «Чемпион».
19.00 «Давр».
19.30 «Кумуш». Т/с.
20.20 «Нуқтаи назар».
20.50 «Император аёл». Т/с.
21.40 «Ёшлик наволари».
22.00 «Давр».
22.30 Миллий сериал: **«Қалдиргочлар яна қайтади».**
23.10 «Ёшлик наволари».
23.30 «Шахмат қироли ва унинг ўғли». Б/ф.
01.00 «Ҳаётбахш наволар».
02.00 «Давр».
02.30 «Қанотлар парвози». Б/ф.
04.00 «Таранnум».
04.40 «Зўр ўтиribмиз».

TOSHKENT

7.30 «Салом, Тошкент!»
8.30 «Карвонсарой».
8.40 «Эсмеральда». Т/с
9.10 «Истеъдод».
9.30 **«Пойтахт».**
9.45 Миллий сериал: «Қирқ тоғорангинг қирқ ноғораси».
10.10 «Қонун доирасида».
10.30 **«Пойтахт».** /рус/.
10.40 «Кавингтон Кросс». Т/с 24-қисм.
11.05 «Будьте здоровы».
11.15 «Мудҳиш хато». Б/ф.
13.00 «Салом, Тошкент!»
14.00 «Дунё» теледастури.
15.00 **«Пойтахт».**
15.15 «Эсмеральда». Т/с.
15.45 «Тирик сайёра: Илонлар». Х/ф.
16.40 «Карвонсарой».
16.50 «Гуффи ва Микки». М/ф. 2-қисм.
17.35 Миллий сериал: «Қирқ тоғорангинг қирқ ноғораси».
18.00 **«Пойтахт».**
18.25 «Ҳимоя».
18.35 «Кўнгил риштаси». Т/с
19.25 Тошкент тароналари.
19.35 «Менинг маҳаллам».
20.00 **«Пойтахт».**
20.30 «Телекурьер-маркет».
20.45 «Инсон матонати». Т/с.
21.15 Тошкент тароналари.
21.30 **«Пойтахт».** /рус/.
22.05 «Репортаж». /рус/.
22.20 «Громобой». Х/ф.

SPORT

7.15 Хабарлар.
7.25 Болалар майдончаси.
8.00 «Олимп сари».
8.15 ХАБАРЛАР.
8.30 «Малахов +».
9.20 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. Цска-»Севилья».**
11.05 Акробатика.
12.00 Бокс. Халқаро турнир.
13.05 Болалар майдончаси.
13.30 Велоспорт.
14.15 Пляж футболи. Жаҳон чемпионати. Саралаш мусобақаси.
15.20 Ўқ отиш. Европа чемпионати.
16.15 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Пахтакор»- «Ал айн».**
18.00 Болалар майдончаси.
18.30 «Баркамол авлод».
18.45 ХАБАРЛАР.
19.05 Бокс. Халқаро турнир.
20.10 «Аёллар клуби».
20.30 Кураш.
21.00 «БРЕЙН - РИНГ».
21.45 ХАБАРЛАР.
22.05 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Арсенал»- «Порту».**

TV-MARKAZ

07.00 07.40 Ўзбек наволари
08.00 «Отанг билмасин»
09.00 Ўзбек наволари
09.30 10.30 «Завтра наступит сегодня»
11.30 «Дюплекс» худ.фильм
13.05 Ўзбек наволари
14.30 «Отанг билмасин»
15.30 «СЕДЬМОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ СИНДБАДА» х/ф
17.10 18.10 Ўзбек наволари
17.30 «Премьера»
18.00 Prime time (рус)
18.30 «ОТАНГ БИЛМАСИН»
19.30 Ўзбек наволари
21.00 «Завтра наступит сегодня»
22.00 «ГАНДИ» худ.фильм

ntti

06.30 Мумтоз наволар
07.00 "Яхши кайфият"
07.30 **"Худуд"**
08.00 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
09.30 "Мусиқий лаҳзалар"
10.00 "Янги авлод"
10:30 **"Озод-шоу"**
11:30 Ҳужжатли фильм
12:00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
12:45 НТТда мусиқа
13:00 "Яхши кайфият"
13:30 **"Омад ва бахт" т/с**
14:15 Киноконцерт
14:30 Кутилмаган томоша
14:45 **"Анжелика" т/с**
15.30 Ҳужжатли фильм
15:45 НТТда мусиқа
16.00 **"Аргувонлар остида" т/с**
16:45 Кутилмаган томоша
17.00 "Янги авлод"
17:30 "Зумраша"
17:40 НТТда мусиқа
18.00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
18:45 **"Анжелика" т/с**
19:45 **"Аргувонлар остида" т/с**
20:30 **"Худуд"**
21.00 **"Омад ва бахт" т/с (83, 84-қисмлар)**
21:50 "Бизнес-телемаркет"
22.00 "Яхши кайфият"
22:30 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
00:00 "Тунги ором"

ЧОРШАНБА 21

O'ZBEKISTON

06.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
7.10 «Икки тақдир». Т/с.
8.00 «Ахборот».
8.40 - 9.30 «Маънавият» дастури.
09.30 «Рекснинг саргузаштлари». М/ф.
10.00 «Ягона оилада».
10.20 «Қирол ва мен». Т/с.
11.00 «Ахборот».
11.15 «Ёмғир симфонияси».
11.50 «Истеъмолчи».
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
12.55 «Кун мавзуси».
13.10 Миллий сериал: **«Муҳаббатим - қисматим».**
13.45 «Кундуз амакининг ҳикоялари». М/с.
14.00 «Ахборот».
14.20 «Дунё манзаралари».
14.40 «Эркин иқтисодиёт».
15.05 «Олам ва одам» дастури: «Ер сайёраси».
16.00 «Саломат бўлинг!»
16.20 «Рангин дунё».
16.40 «Ўзбекистон табиати».
17.00 «Ахборот».
17.15 «Таълимга эътибор - келажакка эътибор».
17.35 «Эртаклар - яхшиликка етаклар».
18.15 «Ёмғир симфонияси». Т/с.
18.50 «Буюк аждодларимиз».
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.10 Миллий сериал: **«Муҳаббатим - қисматим. »**
20.45 «Ватанимни куйлайман».
21.00 «Ахборот».
21.40 «Мен ёшликман».
21.55 «Қирол ва мен». Т/с.
22.40 «Хўрланганлар». Б/ф. 1-қисм.
23.45-23.55 «Очун».

YOSHLAR

06.00 «Салом, ёшлар!»
06.40 «Рўзғор мактаби».
07.20 «Мультипанорама».
08.00 «Кумуш». Т/с.
08.50 «Ёшлик наволари».
09.10 «13-студия».
09.30 «Тасвир ва таассурот».
10.00 «Давр».
10.10 «Даврнинг боласи».
10.20 «Винни Пух». М/ф.
10.40 «Сеҳрли тош». Т/с.
11.10 «Салом, ёшлар!»
11.50 «Балойи нафс».
12.30 «Ёшлик наволари».
12.50 «Миллий мерос».
13.00 «Давр».
13.10 «Айланай».
13.30 «Император аёл». Т/с.
14.20 «Автопатруль».
14.40 «Ватанпарвар».
15.20 «Шарқ гавҳари».
15.50 «UzEX».
16.00 «Давр».
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.40 «Китоб – офтоб».
17.00 «Болалар табассуми».
17.10 «Пуаро». Т/с.
18.00 «Қорақалпоқ ёшлари».
18.20 «Тошкент кўпприклари».
18.30 «Келажак эгалари».
19.00 «Давр».
19.30 «Кумуш». Т/с.
20.20 «Кошинлар қўшиғи».
20.50 «Император аёл».
21.40 «Ёшлик наволари».
22.00 «Давр».
22.30 Миллий сериал: **«Қалдиргочлар яна қайтади».**
23.10 «Ёшлик наволари».
23.30 «Афсона». Б/ф.
01.30 «Миллий мерос».
02.00 «Давр».
02.30 «Қора қисқичбақа чангалида». Б/ф.
04.00 «Таранnум».
04.40 «Ўрдакўл воқеаси».
05.50-06.00 «Юрт тинчлиги».

TOSHKENT

7.30 «Салом, Тошкент!»
8.40 «Эсмеральда». Т/с
9.10 «Ҳаёт фалсафаси».
9.30 **«Пойтахт».**
9.50 Миллий сериал: «Қирқ тоғорангинг қирқ ноғораси».
10.15 «Камер оркестрининг концерти».
10.30 **«Пойтахт».** /рус/.
10.45 «Кавингтон Кросс».
11.10 «Репортаж». /рус/.
11.20 «Кичкина табиб». Б/ф.
13.00 «Салом, Тошкент!»
14.00 «Дунё» теледастури.
15.00 **«Пойтахт».**
15.10 «Эсмеральда». Т/с
15.40 «Нима учун».
16.30 «Моҳир қўллар».
17.05 Нима учун гуруҳи тақдим этади: «Шунақа гаплар».
17.20 «Фан ва тараққиёт».
17.35 Миллий сериал: «Қирқ тоғорангинг қирқ ноғораси».
18.00 **«Пойтахт».**
18.25 «Саломат бўлинг!»
18.35 «Кўнгил риштаси». Т/с
19.25 Тошкент тароналари.
19.35 Адабий портрет. Ойбек.
20.00 **«Пойтахт».**
20.45 «Инсон матонати». Т/с
21.15 Тошкент тароналари.
21.30 **«Пойтахт».** /рус/.
22.05 «Интервью». /рус/.
22.20 «Поласатый рейс».

SPORT

7.15 ХАБАРЛАР.
7.25 Болалар майдончаси.
8.00 Баркамол авлод».
8.15 ХАБАРЛАР.
8.30 «Малахов +».
9.20 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Арсенал»- «Порту».**
11.05 «БРЕЙН - РИНГ».
11.45 «Спортимиз маликалари».
12.00 Бокс. Халқаро турнир.
13.05 Болалар майдончаси.
13.30 Велоспорт.
14.15 Пляж футболи.
15.20 Регби. «Уч миллат кубоги».
16.15 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Бунёдкор»- «Ал вахда».**
18.00 Болалар майдончаси.
18.30 «Мураббий».
18.45 ХАБАРЛАР.
19.05 Бокс. Халқаро турнир.
20.05 «Иқтидор».
20.45 Кураш.
21.45 ХАБАРЛАР.
22.05 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Фиорентина»- «Бавария».**

TV-MARKAZ

07.00 09.00 Ўзбек наволари
08.00 «Отанг билмасин»
09.30 «Завтра наступит сегодня»
10.30 13.10 Ўзбек наволари
11.30 «Ганди» худ.фильм
14.30 «Отанг билмасин»
15.30 «СИНДБАД И ГЛАЗ ТИГРА» худ.фильм
17.30 «Кинокурьер»
18.00 Ўзбек наволари
18.30 «ОТАНГ БИЛМАСИН»
19.30 Ўзбек наволари
20.30 M-files «БОЛАЛИК УЧУН» хайрия бали
21.00 «ЗАВТРА НАСТУПИТ СЕГОДНЯ»
22.00 «ГАНДИ» худ.фильм

ntti

06.30 Мумтоз наволар
07.00 "Яхши кайфият"
07.30 **"Худуд"**
08.00 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
09.30 "Мусиқий лаҳзалар"
10.00 "Янги авлод"
10.30 **"Дийдор ширин"**
11:30 Ҳужжатли фильм
12:00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
12:45 НТТда мусиқа
13:00 **"25-кадр"**
13:30 **"Омад ва бахт" т/с**
14:15 Киноконцерт
14:30 Кутилмаган томоша
14:45 **"Анжелика" т/с**
15.30 Ҳужжатли фильм
15:45 "Ягонамсан, Ватан!"
16.00 **"Аргувонлар остида" т/с**
16:45 Кутилмаган томоша
17.00 "Янги авлод"
17:30 "Зумраша"
17:40 НТТда мусиқа
18.00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
18:45 **"Анжелика" т/с**
19:45 **"Аргувонлар остида" т/с**
20:30 **"Худуд"**
21.00 **"Омад ва бахт" т/с (85, 86-қисмлар)**
21:50 "Бизнес-телемаркет"
22.00 "Яхши кайфият"
22:30 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
00:00 "Тунги ором"

ПАЙШАНБА 22

O'ZBEKISTON

06.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
7.10 «Икки тақдир». Т/с.
07.50 «Тонгги наволар».
8.00 «Ахборот».
8.40 - 9.40 «Маънавият» дастури.
09.40 «Цирк, цирк, цирк».
10.00 «Дангаса қиз». М/ф.
10.10 «Қирол ва мен». Т/с.
11.00 «Ахборот».
11.15 «Ёмғир симфонияси». Т/с.
11.50 «Ахборот». /инглиз/.
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
13.05 Миллий сериал: **«Муҳаббатим - қисматим».**
13.45 «Кундуз амакининг ҳикоялари». М/с.
14.00 «Ахборот».
14.20 «Бир ўлка-ки»
14.40 «Тараққиёт ва фаровонлик сари».
15.05 «Олам ва одам» дастури: «Ер сайёраси».
15.55 «Тезкор хабарлар».
16.05 «Маҳалла».
16.25 «Мен ёшликман».
16.40 «Ўзбекистон табиати».
17.00 «Ахборот».
17.15 «Қонун ҳимоясида».
17.35 «Эртаклар – яхшиликка етаклар».
18.10 «Ёмғир симфонияси». Т/с.
18.45 «Бир жиноят изидан».
19.10 «Кун мавзуси».
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.10 Миллий сериал: **«Муҳаббатим - қисматим. »**
20.45 «Ватанимни куйлайман».
21.00 «Ахборот».
21.40 «Шукрона ва изтироб».
22.10 «Қирол ва мен». Т/с.
22.55 «Хўрланганлар». Б/ф. 2-қисм.
02.00 - 00.10 «Очун».
00.10 Кўрсатувлар дастури.

YOSHLAR

06.00 «Салом, ёшлар!»
06.40 «Рўзғор мактаби».
07.20 «Мультипанорама».
08.00 «Кумуш». Т/с.
08.50 «Ёшлик наволари».
09.10 «13-студия».
09.30 «Тасвир ва таассурот».
10.00 «Давр».
10.10 «Даврнинг боласи».
10.20 «Винни Пух». М/ф.
10.40 «Сеҳрли тош». Т/с.
11.10 «Салом, ёшлар!»
11.50 Миллий сериал: **«Балойи нафс».**
12.30 «Ёшлик наволари».
12.50 «Миллий мерос».
13.00 «Давр».
13.10 «Айланай».
13.30 «Император аёл».
14.20 «Соғлик – бойлик».
14.40 «Келажак эгалари».
15.00 «Қорақалпоқ ёшлари».
15.20 «Шарқ гавҳари».
16.00 «Давр».
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.40 «Сирли ўрмонча».
17.00 «Болалар табассуми».
17.10 «Пуаро». Т/с.
18.00 «Қишлоқ тараққиёти».
18.20 «Сувни асранг!»
18.30 «Баркамоллик йўлидан».
19.00 «Давр».
19.30 «Кумуш». Т/с.
20.20 «Ош бўлсин!»
20.50 «Император аёл». Т/с.
21.40 «Ёшлик наволари».
22.00 «Давр».
22.30 Миллий сериал: **«Қалдиргочлар яна қайтади».**
23.10 «Ёшлик наволари».
23.30 «Кўҳна шамшир изидан». Б/ф.
01.10 «Ҳаётбахш наволар».
02.00 «Давр».
02.30 «Қора ўқ». Б/ф.
04.00 «Таранnум».
04.40 «Биринчи қалдиргоч». Б/ф.
05.50-06.00 «Юрт тинчлиги».

TOSHKENT

7.30 «Салом, Тошкент!»
8.20 Тошкент тароналари.
8.40 «Эсмеральда». Т/с.
9.30 «Ҳимоя».
9.30 «Пойтахт».
9.45 Миллий сериал: «Қирқ тоғорангинг қирқ ноғораси».
10.10 «Фан ва тараққиёт».
10.30 **«Пойтахт».** /рус/.
10.40 «Кавингтон Кросс». Т/с 26-қисм.
11.10 «Антиқа пойга». Б/ф.
13.00 «Салом, Тошкент!»
14.00 «Дунё» теледастури.

15.00 **«Пойтахт».**
15.15 «Эсмеральда». Т/с.
15.45 «Тирик сайёра: Акулалар». Х/ф.
16.35 «Умид юлдузлари».
17.05 «Ўрмон эртаклари-1».
17.25 Жаҳон мусиқаси дурдоналари. Сметана. »Молдау дарёси».
17.35 Миллий сериал: «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси».
18.00 **«Пойтахт».**
18.20 «Дурдона».
18.35 «Кўнгил риштаси». Т/с
19.25 Тошкент тароналари.
19.40 «Репортаж».
20.00 **«Пойтахт».**
20.30 «Телекурьер-маркет».

20.45 «Инсон матонати». Т/с
21.15 Тошкент тароналари.
21.30 **«Пойтахт».** /рус/.
22.15 «Зачарованная». Х/ф.
00.00 **«Пойтахт».** /рус/.

SPORT

7.15 ХАБАРЛАР.
7.25 **Болалар майдончаси.**
8.00 «Мураббий».
8.15 ХАБАРЛАР.
8.30 «Малахов +».
9.20 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Фиорентина»- «Бавария».**
11.05 «Иқтидор».

11.40 «Аёллар клуби».
12.00 Бокс. Халқаро турнир.
13.05 Болалар майдончаси.
13.30 Велоспорт.
14.15 Пляж футболи. Жаҳон чемпионати.
15.20 Енгил атлетика. Халқаро турнир.
16.15 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Зобахон»- «Ал иттиҳод».**
***
18.00 Болалар майдончаси.
18.30 «Шижоат».
18.45 ХАБАРЛАР.
19.05 Бокс. Халқаро турнир.
20.10 Кураш. Ўзбекистон биринчилиги.

20.50 «ПрофРИНГ».
21.45 ХАБАРЛАР.
22.05 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Манчестер юнайтед»- «Милан».**
23.45 Жума дастури анонси.
23.55 Тунги хабарлар.

TV-MARKAZ

07.00 07.40 Ўзбек наволари
08.00 «Отанг билмасин»
09.00 Ўзбек наволари
09.30 «Завтра наступит сегодня»
10.30 Ўзбек наволари
11.30 «Ганди» худ. фильм

13.10 Ўзбек наволари
14.30 «Отанг билмасин»
15.30 «СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА» худ.фильм
17.00 «Baby Terra Landiya»
17.30 «Премьера»
18.10 19.30 Ўзбек наволари
18.30 «ОТАНГ БИЛМАСИН»
21.00 «ЗАВТРА НАСТУПИТ СЕГОДНЯ»
22.00 «Муҳаббатнома» б/ф

ntti

06.30 Мумтоз наволар
07.00 "Яхши кайфият"
07.30 **"Ҳудуд"**
07:50 "Бизнес-репорт" иқтисодий-таҳлилий дастур
08.00 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
09.30 "Мусиқий лаҳзалар"
09:45 Ҳудудий телестанциялар лойиҳалари
10.00 "Янги авлод"
10:30 **"Озод-шоу"**
11:30 Ҳужжатли фильм
12:00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
12:45 НТТда мусиқа
13:00 "Яхши кайфият"
13:30 **"Омад ва бахт" т/с**
14:15 Киноконцерт
14:30 Кутилмаган томоша
14:45 **"Анжелика" т/с**
15.30 Ҳужжатли фильм

15:45 НТТда мусиқа
16.00 **"Аргувонлар остида" т/с**
16:45 Кутилмаган томоша
17.00 "Янги авлод"
17:40 НТТда мусиқа
18.00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
18:45 **"Анжелика" т/с**
19:45 **"Аргувонлар остида" т/с**
20:30 **"Ҳудуд"**
21.00 **"Омад ва бахт" т/с (87, 88-қисмлар)**
22.00 "Яхши кайфият"
22:30 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
00:00 "Тунги ором"

ЖУМА 23

O'ZBEKISTON

06.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
7.10 «Икки тақдир». Т/с.
8.00 «Ахборот».
8.40 - 9.30 «Маънавият дастури.
09.30 «Қозиқ». М/ф.
9.55 «Таълимга эътибор – келажакка эътибор».
10.15 «Қирол ва мен». Т/с.
11.00 «Ахборот».
11.15 «Ёмғир симфонияси». Т/с.
11.45 «Кун мавзуси».
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
13.00 Миллий сериал: **«Муҳаббатим - қисматим. »**
13.30 «Кундуз амакининг ҳикоялари». М/с.
14.00 «Ахборот».
14.20 «Хонадон».
14.45 «Бир жиноят изидан».
15.10 «Олам ва одам» дастури: «Ер сайёраси».
16.05 «Мумтоз мусиқа».
16.35 «Ҳаёт манзаралари».
16.40 «Ўзбекистон табиати».
17.00 «Ахборот».
17.15 «Саломатлик дастури».
17.35 «Эртаклар – яхшиликка етаклар».

YOSHLAR

06.00 «Салом, ёшлар!»
06.40 «Рўзғор мактаби».
07.20 «Мультипанорама».
08.00 «Кумуш». Т/с.
09.10 «13-студия».
09.30 «Тасвир ва таассурот».
10.00 «Давр».
10.20 «Винни Пух». М/ф.
10.40 «Сеҳрли тош». Т/с.
11.10 «Салом, ёшлар!»
11.50 «Балойи нафс».
12.30 «Ёшлик наволари».
13.00 «Давр».

13.10 «Айланай».
13.30 «Император аёл». Т/с.
14.20 «Қоялар». Х/ф.
14.40 «Баркамоллик йўлидан».
15.00 «Чемпион».
15.20 «Шарқ гавҳари».
16.00 «Давр».
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.40 «Соғлом авлод».
17.00 «Болалар табассуми».
17.10 «Пуаро». Т/с.
18.10 «Дуторчи қизлар».
18.30 «Нафс гирдоби».
19.00 «Давр».
19.30 «Кумуш». Т/с.
20.20 «Бугун».
20.50 «Император аёл». Т/с.
21.40 «Ёшлик наволари».
22.00 «Давр».
22.30 «Сени излаб».
23.30 «Кунг-фу баскетбол». Б/ф.
01.10 «Миллий мерос».
02.00 «Давр».
02.30 «Авлиё Луканинг қайтиши». Б/ф.

TOSHKENT

7.30 «Салом, Тошкент!»
8.20 Тошкент тароналари.
8.30 «Карвонсарой».
8.40 «Эсмеральда». Т/с

9.10 Адабий портрет. Ойбек.
9.30 «Пойтахт».
9.50 Миллий сериал: «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси».
10.15 «Репортаж».
10.30 **«Пойтахт».** /рус/.
10.40 «Индаба». Т/с 1-қисм.
11.05 «Интервью». /рус/.
11.20 Жаҳон мусиқаси дурдоналари. Сметана. «Молдау дарёси».
11.25 «Сичқон ови». Б/ф.
13.00 «Салом, Тошкент!»
14.00 «Дунё» теледастури.
15.00 **«Пойтахт».**
15.15 «Эсмеральда». Т/с
15.45 «Тирик сайёра: Тимсоҳлар». Х/ф.
17.00 Миллий мультфильм «Ўрмон эртаклари-2»
17.20 «Эртамиз эгалари».
17.35 Миллий сериал: «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси».
18.00 **«Пойтахт».**
18.35 «Кўнгил риштаси». Т/с
19.35 «Касбга ҳиёнат».
20.00 **«Пойтахт».**
20.45 «Инсон матонати». Т/с
21.15 Тошкент тароналари.
21.30 **«Пойтахт».** /рус/.
21.50 «Телекурьер-маркет».
22.05 «Интервью». /рус/.
22.25 Комедия по пятницам: «Знакомьтесь Дэйв». Х/ф.

SPORT

7.15 ХАБАРЛАР.
7.25 **Болалар майдончаси.**
8.00 «Шижоат».
8.15 ХАБАРЛАР.
8.30 «Малахов +».
9.20 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Манчестер юнайтед»- «Милан».**
11.05 «Ёзги таътил - 2010».
11.20 Киличбозлик. Европа чемпионати.
12.00 Бокс. Халқаро турнир.
13.05 Болалар майдончаси.
13.30 Велоспорт.
14.15 Пляж футболи. Жаҳон чемпионати. Саралаш мусобақаси.
15.20 «ПрофРИНГ».
16.15 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Ал айн»- «Сепахон».**
***
18.00 Болалар майдончаси.
18.30 «Олимп сари».
18.45 ХАБАРЛАР.
19.05 Бокс. Халқаро турнир.
20.15 «Ўзбекистон спорти».
21.00 «БРЕЙН - РИНГ». Интеллектуал ўйин.
21.45 ХАБАРЛАР.
22.05 «Аптека слушает».

22.55 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Реал»- «Лион».**
00.35 Шанба дастури анонси.
00.45 Тунги хабарлар.

TV-MARKAZ

07.00 Ўзбек наволари
08.00 «Отанг билмасин»
09.00 Ўзбек нволари
09.30 «Завтра наступит сегодня»
10.30 Ўзбек наволари
11.30 «Муҳаббатнома» б/ф
13.10 Ўзбек наволари
14.30 «Отанг билмасин»
15.30 «Илья Муромец» х/ф
17.00 Ўзбек наволари
17.30 «Премьера»
18.00 Ўзбек наволари
18.30 «ОТАНГ БИЛМАСИН»
19.30 Ўзбек наволари
21.00 «Bollywood Markazida»
22.00 «OSHIQ ETDING MENI»

ntti

06.30 Мумтоз наволар
07.00 "Яхши кайфият"
07.30 **"Ҳудуд"**
08.00 **"Йўқотилган йиллар" т/с**

09.30 "Мусиқий лаҳзалар"
09:45 Ҳудудий телестанциялар лойиҳалари
10.00 "Янги авлод"
10.30 **"Дийдор ширин"**
11:30 Ҳужжатли фильм
12:00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
12:45 НТТда мусиқа
13:00 "Яхши кайфият"
13:30 **"Омад ва бахт" т/с**
14:15 Киноконцерт
14:30 Кутилмаган томоша
14:45 **"Анжелика" т/с**
15.30 Ҳужжатли фильм
15:45 "Соғинч"
16.00 **"Аргувонлар остида" т/с**
16:35 Ҳудудий телестанциялар лойиҳалари
16:45 Кутилмаган томоша
17.00 "Янги авлод"
17:40 НТТда мусиқа
18.00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
18:45 **"Анжелика" т/с**
19:45 **"Аргувонлар остида" т/с**
20:30 **"Ҳудуд"**
21.00 **"Омад ва бахт" т/с (89, 90-қисмлар)**
22.00 "Яхши кайфият"
22:30 **"Йўқотилган йиллар" т/с**

ШАНБА 24

O'ZBEKISTON

06.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
07.05 «Виждон». 1-қисм.
8.00 «Ахборот».
08.40 «Бизнинг кутубхона».
09.00 «Меҳрибон тулки». М/ф.
9.20 «Қирол ва мен». Т/с.
10.00 «Минг бир ривоят».
10.05 «Зиё» студияси: «Эътиқод мустаҳкамлиги йўлида».
10.25 1.»Рангинкамон». 2. «Дидар».
11.05 «Оналар мактаби».
11.25 «Ёмғир симфонияси». Т/с.
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
13.10 Миллий сериал: **«Муҳаббатим - қисматим. »**
14.00 «Ахборот».
14.20 «Одил суд».
15.10 «Париж манзаралари». Б/ф.
16.35 «Азизим».
17.05 «Ўйла, Изла, Топ!»
17.45 «Эртаклар - яхшиликка етаклар».
18.05 «Қорақалпоқ оҳанглари».
18.15 «Саломатлик сирлари».
18.35 «Бахшиёна».
18.55 «Анъана».
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.10 Миллий сериал: **«Муҳаббатим - қисматим. »**

YOSHLAR

06.00 «Салом, ёшлар!»
06.40 «Рўзғор мактаби».
07.20 «Мультипанорама».
08.00 Сериал: **«Лола».**
08.40 «Ёшлик наволари».
09.00 «13-студия».
09.30 «Тасвир ва таассурот».
10.00 «Давр».
10.20 «Винни Пух». М/ф.
10.40 «Сеҳрли тош». Т/с.
11.10 «Салом, ёшлар!»
11.50 Миллий кино: **«Чинор остидаги дуэль».**
13.00 «Давр».
13.10 «Автопатруль».
13.30 «Император аёл». Т/с.
14.20 «Ёшлик наволари».
14.40 «Қалпоқ». Ҳажвия.
15.10 «Илҳом қанотлари».
16.00 «Давр».
16.10 «Катта танаффус».
16.40 «Миллий мультфильм».
16.50 «Тошкент илҳомлари».
17.00 «Уч бақалоқ». Б/ф.
18.30 «Кўзгу». Ҳажвия.
18.50 «Баркамол авлод».
19.00 «Давр».

19.30 «Тақдир қиссалари».
20.30 «Айланай».
20.50 «Император аёл».
21.40 «Ёшлик наволари».
22.00 «Давр».
22.30 «Галатепалик авлиё».
23.10 «Ёшлик наволари».
23.30 «Учар ханжарлар макони». Б/ф.
01.10 «Рақслар гулдастаси».
02.00 «Давр».
02.30 «Бу шунақа ўйин». Б/ф.
04.00 «Тараннум».
04.40 «Холодильникда кимдир бор». Б/ф.

TOSHKENT

7.30 «Салом, Тошкент!»
8.20 Тошкент тароналари.
8.40 «Эсмеральда». Т/с
9.10 Нима учун гуруҳи тақдим этади: «Шунақа гаплар».
9.30 «Пойтахт».
9.50 Миллий сериал: «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси».
10.15 «Дурдона».
10.30 **«Пойтахт».** /рус/.
10.40 «Индаба». Т/с 2-қисм.
11.10 «Касбга ҳиёнат».
11.35 «Ғаройиб бола». Б/ф.
13.00 «Салом, Тошкент!»
14.00 «Дунё» теледастури.
15.05 «Эртамиз эгалари».
15.20 «Эсмеральда». Т/с

15.55 «Менинг маҳаллам».
16.10 «Премьера».
16.30 «Карвонсарой».
16.40 «Мулоҳаза учун мавзу».
17.00 «Санъатимиз ҳазинасидан».
17.30 Миллий сериал: «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси».
17.55 «Интервью».
18.05 «Ҳаёт фалсафаси».
18.20 «Қонун доирасида».
18.40 «Кўнгил риштаси». Т/с
19.25 Тошкент тароналари.
20.00 **«Пойтахт».**
20.30 «Телекурьер-маркет».
20.45 «Таянч нуқтаси».
21.15 Тошкент тароналари.
21.30 **«Пойтахт».** /рус/.
21.50 «Телекурьер-маркет».
22.00 «Профессионал».
22.15 «Анонс».
22.20 «Кино SMS со звёздами».
22.25 Индийское кино: «Наступить завтра или нет?» Х/ф. 1-қисм.
23.50 «Анонс».
23.55 Кўрсатувлар тартиби.

SPORT

7.45 ХАБАРЛАР.
7.55 **Болалар майдончаси.**
8.30 «Ёзги таътил - 2010».
8.45 ХАБАРЛАР.

9.00 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Реал»- «Лион».**
10.45 «БРЕЙН - РИНГ».
11.25 «Файтер».
11.55 Бокс. Халқаро турнир.
13.05 Болалар майдончаси.
13.30 Велоспорт. Тур де Франс.
14.15 АНОНС.
14.20 Спорт экрани: «Шуҳрат сари йўл».
16.10 АНОНС.
16.15 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. Осиё чемпионлари лигаси. «Ал хилол»- «Бунёдкор».**
17.55 АНОНС.
***
18.00 «Машъал» радиосида «Арена» дастури.
18.40 АНОНС.
18.45 ХАБАРЛАР.
19.00 АНОНС.
19.05 «Спортимиз маликалари».
19.20 Волейбол. Жаҳон лигаси.
20.50 **Саломатлик хазинаси.**
20.55 «Стать ближе». Ток – шоу.
21.40 АНОНС.
21.45 ХАБАРЛАР.
22.00 **Саломатлик хазинаси.**
22.05 «RING».
22.35 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Челси» - «Интер».**
00.15 Якшанба дастури анонси.

TV-MARKAZ

07.00 Ўзбек наволари
07.30 Prime time (рус)
07.40 Ўзбек наволари
09.00 Мультфильм
10.30 Ўзбек наволари
11.30 «Oshiq etding meni» хинд бадиий фильми
14.00 Ўзбек наволари
14.30 «Кулинарный гид»
15.00 «ДЖУМАНДЖИ» худ.-фильм
17.00 Ўзбек наволари
18.00 Prime time (рус)
18.10 Ўзбек наволари
19.00 «Топ-10»
19.35 Ўзбек наволари
21.30 «Премьера»
22.00 «НЕУДАЧНИКИ» худ.-фильм
00.00 Миксер

ntti

07:00 Мумтоз наволар
07:30 **"Ҳудуд"**
07:50 "Бизнес репорт" иқтисодий-таҳлилий дастур
08:00 "Яхши кайфият"
08:30 Мультфильм
10:00 **"Анжелика" т/с**
12:00 **"Дийдор ширин"**
13:00 **"Анжелика" т/с**
15:15 Ҳудудий телестанциялар лойиҳалари
15:30 Киноконцерт
15:45 Экран хандаси
16:00 "Яхши кайфият"
16:30 Кутилмаган томоша
16:40 "НТТда мусиқа"
16:50 "Бизнес-телемаркет"
17:00 Мультфильм
18:00 **«Муҳаббатимсан» б/ф**
19:35 "Бизнес-телемаркет"
19:45 "Дил наволари"
20:00 **"Парламент соати"**
20:20 "НТТда ҳажвия"
20:30 **НТТда премьера: «Вир» б/ф (Хиндистон)**
23:15 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
01:25 Тунингиз хайрли бўлсин!

ЯКШАНБА 25

O'ZBEKISTON

06.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
07.05 Миллий кино: **«Виждон».** 2-қисм.
8.00 «Ахборот».
08.40 «Нўхат полвон». М/ф.
08.50 «Табассум».
09.25 «Очиқ дастурхон».
10.00 «Саломатлик сирлари».
10.20 «Оҳанрабо».
11.05 «Ойдин ҳаёт».
11.50 «Юртим бўйлаб» дастури: «Заркент».
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
13.00 «Бахшиёна».
13.05 Миллий сериал: **«Муҳаббатим - қисматим. »**
13.40 «КиноТеатр».
14.05 Ҳинд киноси: «Ризо».
16.20 «Кунларнинг бирида».
16.30 «Болалар дунёси».
17.00 «Ўйинчоқлар сири». М/ф.
17.35 «Рангин дунё».
18.00 Миллий кино: **«Кичкина одамлар».**
19.30 «Таҳлилнома». /рус/.
20.10 Миллий сериал: **«Дилгиздан томчи».**

20.45 «Кўнгил қўшиқ истайди».
21.00 «Таҳлилнома».
21.45 «Заковат».
22.45 «Хейди». Б/ф. 2-қисм.
00.20 - 00.30 «Очун».
00.30 Кўрсатувлар дастури.

YOSHLAR

06.00 «Бугун».
06.40 «Сайқал».
07.00 «Ёлғончининг жазоси».
07.20 «Мультипанорама».
08.00 Сериал: **«Лола».**
08.40 «Ёшлар нонуштаси».
09.00 «Ош бўлсин!»
09.30 «Тонгги парвоз».
10.00 «Ватанпарвар».
10.40 «Иван Васильевич касбини ўзгартиради». Б/ф.
12.10 «Қизлар давраси».
13.10 «Табассум қил!»
13.20 «Айланай».
13.40 «Соглиқ – бойлик».
14.00 «Эртаклар оламида».
15.30 «Нуқтаи назар».
16.00 «Шаҳзоданинг қўшиғи». Т/с.

19.00 «Давр ҳафта ичида».
19.30 «Тақдир қиссалари».
20.30 «Рўзғор мактаби».
21.10 «Никоҳ таклифи».
23.00 «Дуторчи қизлар».
23.20 «Тошкент кўприклари».
23.30 «Олтин гулнинг касофати». Б/ф.
01.20 «Илҳом қанотлари».
02.00 «Давр ҳафта ичида».
02.30 «Биз буни ўтмаганмиз». Б/ф.
04.00 «Тараннум».

TOSHKENT

7.30 «Салом, Тошкент!»
8.20 Тошкент тароналари.
8.30 «Карвонсарой».
8.40 «Эсмеральда». Т/с
9.10 «Интервью».
9.30 «Пойтахт».
9.45 Бизнес «Пойтахт».
9.50 Миллий сериал: «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси».
10.15 «Премьера».
10.30 **«Пойтахт».** /рус/.
10.40 Эко-»Пойтахт». /Рус/.
10.50 «Профессионал».
11.05 «Саргузаштлар оролари».
11.25 «Ажойиб кичкинтойлар». Б/ф.
13.00 «Салом, Тошкент!»
14.10 «Дурдона».
14.25 М/ф. «Ғаройиб энага».
15.55 «Карвонсарой».
16.05 «Болаликка қайтиб».
16.25 «Сеҳрли чироқ». М/ф.
17.55 «Менинг шаҳрим».
18.25 «Нима учун?»
19.05 «Имтиҳон».
19.25 Тошкент тароналари.
19.35 «Телекурьер-маркет».
19.45 Миллий кино: «Тақдир чархпалаги». Б/ф.
21.25 «Тошкент оқшомлари».
22.00 Тошкент тароналари.
22.15 «Все о туризме».
22.45 «Кино SMS со звёздами»: «Короли улиц», «Беглец», «Охота Ханта».
00.55 Кўрсатувлар тартиби.

SPORT

7.30 «Хайрли тонг!»
7.45 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. УЕФА чемпионлари лигаси. «Челси» - «Интер».**

9.30 «Тренируемся вместе».
9.50 Қувноқ стартлар».
10.30 ХАБАРЛАР.
10.45 «От спорти»,«Миллатлар кубоги»
11.40 Звезды мирового спорта – Уэйн Руни: «Мой первый год в «Манчестер Юнайтед».
12.45 «Спортимиз маликалари».
13.00 Рақамлар, натижалар, рейтинглар.
***
13.05 «Стать ближе». Ток – шоу.
13.55 Велоспорт. Тур де Франс.
14.45 «Ўзбекистон спорти».
15.35 «RING».
16.10 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. Европа лигаси. «Атлетико» - «Ливерпуль».**
***
18.00 «Жасур болалар».
18.30 ХАБАРЛАР.
19.05 «Спорт – менинг ҳаётим».
19.35 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. ОФК кубоги «АЛ-АХАД» - «НАСАФ» .**

21.30 ХАБАРЛАР.
22.05 «Ринг қироллари».
23.05 Душанба дастури анонси.
23.15 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. УЕФА чемпионлари лигаси. «Севилья»- Цска.**
00.55 «Хайрли тун!»

TV-MARKAZ

07.00 Ўзбек наволари
09.00 Мультфильм
10.30 «Baby Terra Landiya»
11.00 Ўзбек наволари
11.30 «Неудачники» худ.-фильм
13.30 Ўзбек наволари
15.00 «ИЗГОЙ» худ.фильм
17.30 M-files
18.00 Prime time (рус)
18.10 Ўзбек наволари
19.00 Концерт гр.«Akcent»
20.30 «Кинокурьер»
21.00 Ўзбек наволари
21.30 «Премьера»
22.00 «ПОДАРОК» худ.-фильм
00.00 Миксер

ntti

07:00 Мумтоз наволар
07:30 **"НТТда ҳажвия"**
07:45 "Мусиқий лаҳзалар"
08:00 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
09:15 **«Муҳаббатимсан» б/ф**
11:00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
13:00 **«Дўстлик» б/ф (Хиндистон)**
15:00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
16:50 "Бизнес-телемаркет"
17:00 Мультфильм
18:00 **«Кичкина одамлар» б/ф**
19:15 "Файзли юрт одамлари"
19:45 **"Якшанбада яхши дам"**
20:30 **"25-кадр"**
21:00 **"Дийдор ширин"**
22:00 **НТТда премьера: "Сиамнинг уч қироличаси" б/ф**
00:00 **«Флаббери» б/ф**
01:25 Тунингиз хайрли бўлсин!

ЭРТАЛАБКИ ТАҚВОЛИ НОНУШТА АСОСИДА:

- Сурункали қабзият;
- Асабийлик;
- Соғломлашиб, табиий семириш;
- Қорин ва сондаги ёғларни йўқотиш;
- Қон томир, ичакларни, бўғимдаги тузларни табиий тозалаш;
- Ойига 5–15 кг.гача озиш;
- 3 ойда 10 ёшга ёшариш;
- Болалар муаммолари;
- Қоннинг шакар миқдори ва босимини меъёрлаш;
- Юзни оқартириб, жарроҳлик амалиётисиз ёшартириш (ажин ва доғлар);
- Италия, Франция ҳамда Америкадан келтирилган табиий маҳсулотлар.

Мурожаат учун телефон: (+99897) 710-03-11. Халқаро тоифали WELLNES тренер Лола Қаландарова. (+99897) 711-32-05 (Хоразм). Маҳсулот сертификатланган. №0738045

Москвадаги Халқаро Абу Али ибн Сино академиясининг магистри

табиб ХУРСАНД АЛИ

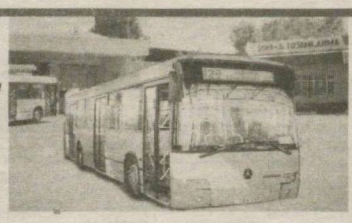
табобат хизматини таклиф этади:

- Ошқозон-ичак, ўт пуфаги, қора талоқ касалликлари;
- Бепуштлик, жинсий аъзолар шамоллаши; буйрак ва тухумдон кисталари, простата бези шамоллаши;
- Буйракдаги тошларни тушириш;
- Гижжа, лямблялар ариб, теридаги оқ доғлар(ветелиго) ва ажинлар кетади;
- Умуртқа чурраси, бел ва оёқ оғриғи, бод, артрит, полиартрит, бўйин ва елкада, тиззада туз йиғилиши сингари хасталиклар;
- Юрак, қон-томир хасталиклари, қон босими, инсультдан кейинги тикланиш даври ва асаб касалликлари;
- Буқоқ касаллигининг ҳар қандай тури шарқ табобати усулида гиёҳлар билан даволанади.

Манзил: Тошкент вилояти Ўрта Чирчиқ тумани Қумовул (Бектемир) қўрғони.
Телефон: (+99897)156-57-31 Лицензия № 95
Табиблар реестрида 2092-рақам билан қайд қилинган.

Автомактаб «Dilanjtali» нодавлат таълим муассасида «В» тоифали ҳайдовчилар тайёрланади. Ўқиш муддати уч ой. Тўлов пули — 120000 сўм. Пул ўтказиш нақд ва пластик карточкалар орқали амалга оширилади.
Манзил: Тошкент шаҳри Чилонзор тумани 3-мавзе.
Телефон: 227-93-83, 119-10-22.

Пойтахтимиз аҳли ва меҳмонларига беминнат хизмат кўрсатиб, уларнинг узоғини яқин, оғирини енгил қилиб келаётган Тошкент шаҳридаги



2519- АВТОЖАМЛАНМА ДАВЛАТ КОРХОНАСИ

маъмурияти шу ҳудудда яшаётган "Д" тоифали ҳайдовчилар ҳамда чиптачиларни

ИШГА ТАКЛИФ ҚИЛАДИ!

Ойлик маошлар қуйидагича:
Ҳайдовчилар учун 600 000 сўм.
Чиптачилар учун эса 170 000–200 000 сўм.
Шунингдек, автожамланма қошида ташкил этилган махсус ўқув курсида "Д" тоифали ҳайдовчилар тайёрланади.
Ўқиш муддати 6 ой. (3 йил ишлаб бериш шарти билан)
Ҳайдовчилик курсларида ўқишни хоҳловчилар қуйидаги ҳужжатларни тақдим этишлари керак:

1. Паспорт кўрсатилади ва 2 та нусхаси тақдим этилади.
2. Ҳарбий билет(нусхаси тақдим этилади).
3. 3х4 сурат (10 дона)
4. Тиббий маълумотнома (3-сон шаҳар клиник шифохонаси)
5. "В", "С" тоифали ҳайдовчилик гувоҳномалари(нусхаси) албатта тақдим этилади.

Қуйидаги манзилга мурожаат қилишингиз мумкин:
Тошкент вилояти, Қибрай тумани, Авайхон кўчаси, (собиқ Иркутск) 20-уй.
Мўлжал: Қорасув 6. **ТЕЛЕФОН: 266-38-31**

Азиз ва муҳтарам падари бузрукворимиз Тошпўлат ака!

Сизни муборак 60 ёшингиз билан самимий қутлаймиз. Узоқ умр, сиҳат-саломатлик тилаймиз. Фарзандларингиз ва жигаргўшаларингиз бахтига доимо соғу омон юришингизни Оллоҳдан сўраймиз.

Эҳтиром билан

фарзандларингиз номидан Раҳимжон.
Қашқадарё вилояти
Қарши тумани.

Ширин қизалоғимиз Дурдонахон! Сени 24 июль — таваллуд айёминг билан табриклаймиз. Оллоҳдан сенга узоқ умр, бахт-саодат тилаймиз. Келажакда оқила, доно қиз бўлиб вояга етгин. Етук камол тилаб

даданг Улуғбек, ойинг Мухлиса.
Тошкент вилояти
Бўка шаҳри.

БИР ҲОВУЧ ДУР **Эрнест ХЕМИНГУЭЙ**

ИНСОННИ ЕНГИБ БЎЛМАЙДИ!

Икки киши ўртасида чин дўстлик мустаҳкам бўлса, бу бахтнинг охири кўринмасдир.

* * *

Инсон кексайгани сари ақлли бўлиб бормайди, балки эҳтиёткор бўлиб қолади.

* * *

Инсон муайян бир ишни бажариш учунгина дунёга келади.

* * *

Проза бу – архитектура, санъат декораторaси (биноларни безак бериш) эмас.

* * *

Марк Твен — менинг севимли ёзувчим. Бунинг уч сабаби бор: биринчиси — у яхши ёзади, иккинчидан, унинг асарларини ўқиганимда вақтим чоғ ўтади ва, ниҳоят, у вафот этган.

* * *

Агар ижодкор бирор нарсани айтишни истаса, гапирмасин, ёзсин.

* * *

Иш — ҳаётда энг асосийси.

* * *

Бахт бу — мустаҳкам соғлиқ ва кучсиз хотира.

* * *

Яхши асар айсбергга ўхшайди: саккиздан етти қисми сув остида яширин бўлади.

* * *

Инсонни йўқ қилиш мумкин, аммо уни енгиб бўлмайди!

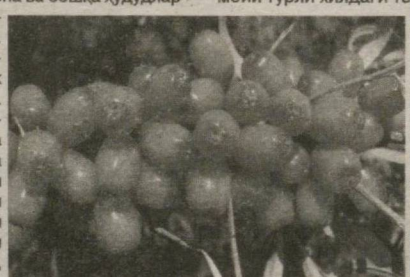
Нигора НОРҚУЛОВА
таржимаси

ТАБИАТ – ДОРИХОНА

ЧАКАНДА: ҲАР ДАРДНИ ҚУВАР ТАНДАН

Серҳосил, меваси тиконли бўлганидан паррандалар унга тегмайди. Шода-шода, ғуж-ғуж қизғиш мевалар ўсимликда узоқ сақланиб туради. Чакандани баъзан маҳаллий аҳоли чирқаноқ дея атасалар; руслар облепиха, қозоқлар эса ширқаноқ дейишади.

Ёввойи ҳолда Афғонистон, Тожикистон, Ҳиндистон, Эрон, Хитой, Туркияда ўсади. У Тошкент, Сирдарё, Самарқанд, Фарғона ва бошқа ҳудудларда ҳам учрайди. Чаканда кишиларга қадимдан маълум. Бундан икки минг йил илгари ҳам кишилар бу ўсимлик мевасидан фойдаланишган. Уни бадавлат аёллар юзқўлларига ва баданларига суркашган. Сабаби, мева таркибидаги мой терини юмшатиб, ҳуснга ҳусн қўшади. Чаканда меваси таркибида тўқ қизил рангли мой, дармон-дорилар — С, В1, В2, Е, К, фолий кислоталари, каротин, глицеридлар пальмитин кислоталари мавжуд. Шу билан бирга, қанд, олма, лимон кислоталари, крипток сантин, микро унсурлар сақлайди. Дармон-дори — А — каротинга ниҳоятда бой, яъни қизил сабзига қараганда уч баробар кўп. Витамин А шиллиққаватни микроблар тушишидан асрайди. Чаканда баргида биофлавоноидлар (ўзига хос табиий антибиотиклар бўлиб, вирус ва инфекцияларнинг кушандаси ҳисобланади) жо бўлган.



Чаканда мураббоси тумовга қарши наф келтиради. Халқ табобатида ларингит, бронхит, юқори нафас хасталикларида бактерицид ва ҳароратни туширувчи омил сифатида қўлланилади.

Мевасидан фармацевтика саноатида "Чаканда мойи" (масло облепихи) номли доривор восита олинади. Бу тиббиётда битиши қийин бўлган яраларга, куйган ва совуқ урган терига, қизилўнгач, меда ва ўн икки бармоқ ичак яраси касаллигига тавсия этилади.

Баргидан тайёрланган қайнатмадан бод касаллигида обзан (ванна) қилинади. Чаканда меваси шарбати, спиртли тиндирмаси, сувли дамламаси, мойи турли хилдаги тери хасталиклари, авитаминоз (дармон-дори етишмовчилиги)да фойдаланилади. Нур билан озорланганда, қизилўнгач ракини (саратон) даволашда тўқималарда жиддий ўзгаришлар содир бўлмаслиги учун гинекологияда, бачадон эрозиясида яхши наф келтиради.

Чаканда мойи геморрой (бавосил), кўз хасталиги (трахомо)да, экземада, нейродермит, тангали темиратки каби хасталикларга малҳам бўлади. Мойи тери жароҳатларини тезроқ битишида — эпителизацияда яхши омил ҳисобланади. Чаканда бемаврид соч тўкилишидан асрайди, уни илдизини мустаҳкамлайди. Ширасн гастрит, сурункали колит, холецистит, жигар хасталикларида, анемия (камқонлик)да эм бўлади. Чаканда мойи ва зайтун мойи (оливковое масло) тенг миқдордаги аралашмаси ошқозон-меъда ярасини даволашда қўлланилади. Шуни ёдда тутиш керакки, пешоб-тош касаллиги бор бўлган кишиларга чаканда меваси тавсия этилмайди.

Мирзамир МИРЗАШАРИПОВ,
доришунос.

ТАБИАТНИНГ ЎЗИ ТАБИБ

Инсоният қадим замонлардан бери турли хил касалликларни даволашда табиий ва шифобахш гиёҳлардан фойдаланиб келган. Барча доривор ўсимликлар энг муҳим ва самарали муолажа воситасида қўлланилган. Табобат султони Абу Али ибн Сино ва ул зотнинг бошқа издошлари ҳам ўз илмий-амалий фаолиятларида табиат инъом этган гиёҳлардан беморларни даволашда фойдаланганликлари барчамизга маълум. Бироқ бугунги кунда ҳам табобат соҳасида ўзининг чуқур изланишлари ҳамда саъй-ҳаракатлари билан юртдошларимизнинг дардларига дармон бўлаётган табибларимизнинг борлиги қувонарли ҳол, албатта. Хўш, табиат томонидан ато этилган минглаб гиёҳларда қандай сир-синоатлар яширинганки, у инсон организмини турли оғриқлардан халос этади? Биз шундай саволларга жавоб олиш мақсадида бир неча йиллардан бери халқ табобати соҳасида фаолият олиб бораётган Қаҳҳоржон АМИНОВни суҳбатга чорладик.

— Инсон ҳам табиатнинг бир қисми бўлганлиги учун унинг ноз-неъматларидан фойдаланиб келади. Аммо бу дегани аксарият аҳоли доривор ўсимликларни йиғиб, ундан уй шароитида ўзлари хоҳлаган дори-дармонни тайёрлаб олиши мумкин экан, деган қарашни пайдо қилмаслиги керак-да. Чунки ўсимликлар ҳақида тўла маълумотга эга бўлмасдан туриб тайёрланган малҳамларнинг ёмон оқибатларга олиб келиши мумкинлигини кўпчилигимиз яхши биламиз. Шуни эсдан чиқармаслик зарурки, табиатда ташқи кўринишидан фойдали яъни доривор ўсимликларга жуда ўхшайдиган заҳарли турлари ҳам учрайди. Шу боисдан гиёҳларни йиғишдан аввал уларнинг ботаник аломатларини, айниқса, йиғиб олинадиган муддатини билиб олиш керак. Гиёҳдаги бизга айнан керак бўлган модда баъзан куртагида, гулида, мевасида, баргида, пўстлоғида ёки илдизида мавжуд бўлиши мумкин.

— Сиз фаолият юритаётган марказда беморлар асосан қандай касалликлардан фориғ бўлишмоқда?

— Маълумки, бизнинг марказимизга аксарият ҳолларда ошқозон-ичак, ўт пуфаги, қора талоқ касалликлари, бепуштлик, жинсий аъзолар шамоллаши, буйрак ва тухумдон кисталари, простата бези муаммолари, буйракдаги тошларни тушириш, гижжа, лямбля, бод, бўйин ва елкада, тиззада туз йиғилиши сингари хасталиклар ҳамда юрак, қон-томир касалликлари, қон босими ва асаб тизими фаолиятидан шикояти борлар Шарқ табобати усулидаги гиёҳлар ёрдамида даволанади.

Шу ўринда алоҳида таъкидлаб ўтишим керакки, кейинги пайтларда ҳузуримизга гижжа муаммосидан азият чекаётган ёш болалар, ҳатто катталар ҳам кўп мурожаат этишмоқда. Шунингдек, анемия, мия қон босими муаммоси, ўт қопида тош йиғилганларга қўлимиздан келгунича кўмак бераяпмиз. Биз юртдошларимизга керакли гиёҳлардан тайёрланган дармондориларни ичишни маслаҳат берамиз. Беморлар бу малҳамларни истеъмол қилганидан сўнг 4 кундан 12 кунгача бўлган вақт оралиғида бизнинг қатъий тартибдаги назоратимизда бўлади. Муолажаларимиз давомида мижозларимиз ўзларини бошқа оғриқлар безовта қилаётган бўлса биз бутун организмдаги бошқа касалликларни ҳам аниқлаб, даволашга ҳаракат қиламиз. Масалан, биров нинг ошқозони оғрийди дейлик, бунда аввало унинг асаб тизимини тинчлантиришимиз керак бўлади. Кузатувларимиз давомида бундай ҳолатларга жуда кўп марта дуч келаяпмиз.

Безовталик эса асабларингизни қўзғатиб, ошқозон фаолиятига таъсир ўтказади. Натижада ошқозон соки ҳақиқатан ҳам ўзгаради. Бу ўз-ўзидан ошқозон ярасини келтириб чиқаради. Бу яра сиз еган таомлар туфайли эмас, аксинча, безовталик, ноўрин ташвишлар туфайли пайдо бўлади. Шунинг учун мавжуд бўлган барча касалликларни аниқлаб, уларга бирваракайига қарши курашсак, ҳаракатларимиз тез кунда ўз самарасини беради.

— Ҳозирги кунда айрим юртдошларимизда камқонлик хасталиги кўп учрайди. Уларга табиий даволашнинг қандай усулларини тавсия қиласиз?

— Камқонлик (анемия) хасталигига малҳам бўлувчи табиий воситалар ҳақида маълумотлар беришдан аввал мазкур дарднинг моҳияти устида тўхталиб ўтиш жоиздир. Мазкур касаллик қоннинг ҳажм бирлигида эритроцитлар ёки гемоглобинлар сонининг камайиб кетиши билан аниқланади.

Шунингдек, киши организмида темир унсури ҳамда витамин B_{12} танқислиги оқибатида ҳам камқонлик хуруж қилиши мумкин. Ушбу хасталикка даво бўлувчи бир қатор табиий омиллар мавжуд. Кундалик истеъмолга сабзавот, резавор ва меваларни қўшиш лозим бўлади. Қовоқ, картошка, пиёз, саримсоқ, карам, шивит, ертути, узум, олма, гречка, ўрик, лавлаги ва наъматак шарбатларида витамин В гуруҳ дармондорилари салмоқли миқдорда бўлиб, улар организмни тетиклаштириб, анемиядан халос этади. Бу борада бизнинг «Табобат маркази»мизда ҳам табиий гиёҳлар ёрдамида дармондорилар тайёрланиб, талабгорларга тақдим этилмоқда.

— Қаҳҳоржон ака, айтинг-чи, мухлисларимиз бевосита ўзларини қийнаётган турли хил саволларга газетамиз орқали ҳам жавоб олишлари мумкинми?

— Марҳамат, мен бугундан бошлаб уларнинг ҳар бир саволига имконим даражасида жавоб беришга тайёрман.

«Оила ва жамият» мухбири Барно МИРЗААҲМЕДОВА суҳбатлашди. (t)

Қаҳҳоржон Аминов амалдаги қонунчилик асосида мамлакат миқёсида фаолият кўрсатаётган табиблар реестрида 2124-рақам билан қайд қилинган. Мурожаат учун тел: (+99897) 424-82-01.

✓ ШИФО ИСТАСАК...

ДЕГРЕЗ – бу сўз форс тилидаги икки сўзнинг қўшилишидан ҳосил бўлиб, "дег" – "қозон", "рез" – "қуймоқ", яъни "қозон қуювчи" деган маънони англатади. Қозон, омоч тиши ва бошқа чўян асбоблар қуювчи (ясовчи) уста "дегрез" деб аталган. Чўян эритиш ва ундан буюмлар ясаш касби эса "дегрезлик" деб номланган.

Дегрезларнинг кўмирини, чўянини ташийди, қолипини қуяди.

Ойдин.

ҚИЛТИРИҚ – *Биз одатда қилтириқ деганда, ниҳоятда озғин, жуда ориқ деган маънони тушунамиз. Ҳолбуки, "қилтириқ" сўзининг туб маъноси* **дон қобиғи учидаги ингичка узун қилча** *демакдир. Ўзбек тилининг этимологик луғатида изоҳланишича, бу сўз қадимда ҳам шундай маънони англатган.*

Унинг кўзлари... буғдой бошоғининг қилтириғи каби узун киприклари орасидан ўзига тикилган чиройли қора кўзлар билан тўқнашди.

Парда Турсун.

ШЕЪР – *Вазн ва қофияли кичик бадиий асар маъносини англатган бу сўз асли "ҳис қилди" деган маънони билдиради.*

Шеърим яна ўзинг яхшисан.

Усмон Носир.

ТАМҒА – *Ажратиш, кимга тегишли эканини кўрсатиш учун қўйиладиган белги маъносини билдирадиган бу сўз аслида "боғла" мазмунини англатадиган "тақ" феълига "-ма" ("тақма") қўшимчасини қўшишдан ҳосил бўлган. Бу сўз тараққиёти "Ўзбек тилининг этимологик луғати"да қуйидагича кўрсатилган:* **тақ-тақма- тағма- тамға.**

Эшқобил ШУКУР тайёрлади.

МУНАЖЖИМ БАШОРАТИ

Қўй (21.03–20.04)

Хонадонингиздаги осуда муҳит барча чарчоқларингизни унутишингизга кўмаклашади. Бу ҳафта анча киришимли ва ҳатто бироз таъсирчанроқ ҳам бўласиз. Пайшанба куни сафарда сизни омад кутмоқда.

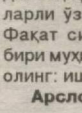
Бузоқ (21.04–21.05)

Зинҳор-базинҳор янги танишувларни рад эта кўрманг. Ахир айни шу танишларингиз орқали қаршингизда янги омад эшикларининг очилиши кутилмоқда. Иш юзасидан олиб борган барча мулоқотларингиз муваффақиятли натижа беради. Шунга қарамай, пулингизни тежанг.

Эгизаклар (22.05–21.06)

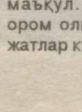
Даромадингиз ошиши мумкин. Аммо бу сизнинг ишбилармонлигингиз ва омад жиловини қўлингизда қай даражада узоқроқ муддат тутиб қола билишингизга боғлиқ. Душанба кун сафарда ва кишилар билан ўзаро мулоқотларда эҳтиёткорлик қилинг.

Қисқичбақа (22.06–22.07)



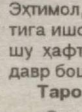
Ўзингизнинг кимлигингизни кўрсатиб қўйишингиз мумкин бўлган дақиқалар келди. Б ҳафта ҳаётингизда сезиларли ўзгаришлар юз беради. Фақат сиз учун кўпроқ қайси бири муҳим эканлигини аниқлаб олинг: ишми ё оила?

Арслон (23.07–23.08)



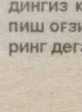
Дам олинг ва ўзўзингиздан завқланинг. Барча ишларингизга четдан, худди бегонадек назар ташлашга уриниб кўринг. Умуман, кўнгилхушлик қилишни ҳам, мулоҳазакорликни ҳам қўлдан бой бермаган маъқул. Якшанба уйингизда ором олинг. Бу ортиқча харажатлар куч ва энергияни бемақсад йўқотиш хавфининг олдини олади.

Сунбула (22.08–22.09)



Жуда одамови бўлиб кетмадингизмикин? Тезда дўстларингизни топиб, чақчақлашиб келинг. Ишонинг, бу сиз ўйлаганчалик бекорга вақт кетказиш бўлмайди, аксинча айнан улар туфайли сизда янги ғоялар туғилади,аниқ ҳаракатларни бошлашингизга туртки бўлади. Эҳтимол, мунажжимлар башоратига ишонмассиз, аммо айнан шу ҳафта ҳаётингиздаги янги давр бошланишига ишора бор.

Тарози (23.09–22.10)

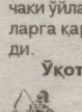


Агар бу ҳафта саёҳатга отланган экансиз, у сизга фақат катта ҳузур олиб келиши мумкин. Пайшанба ва жума кунлари муҳаббатдан омадингиз келади, аммо бу, олма пиш оғзимга туш, деб ўтираверинг дегани эмас.

Чаён (23.10–22.11)

Бир чеккада жимгина тураверишингиз мутлақо таъқиқланади. Фаоллик ва дангаллик сизни машҳур қилиб юборибгина қолмай, анча-мунча даромад ҳам келтиради. Ғаёнлар ўз имконият доирасини кенгайтириб, қанотларини бемалол ёзиб, илгари ҳатто шунчаки ўйлаб ҳам кўрмаган манзилларга қараб парвоз этса арзийди.

Ўқотар (23.11–21.12)



Ҳафта давомида виждонан ишлашга ҳаракат қилинг. Бу келажакда сизнинг профессионал мавқеингизнинг мустаҳкамланишига хизмат қилади. Бироз сабрли бўлинг, севгилингиздан ҳаддан зиёд кўп нарса талаб этманг.

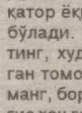
Тоғ эчкиси (22.12–20.01)

Жудаям мураккаб ҳафта. Дипломатик салоҳиятингизни намоён этинг. Кўп нарсалар сизнинг ҳамкорларингиз ва ҳамкасбларингизга боғлиқ бўлади. Вазиятни тўғри баҳолашга ва янги имкониятларни пайқаб олишга ҳаракат қилинг.

Қовға (21.01–19.02)

Диққат-эътиборли ва хотиржам бўлинг. Жума кундан бошлаб негадир ҳамкасбларингизу дўсту ёрларингизга бирдек керак бўлиб қоласиз. Уларнинг илтимосига диққат қилинг.

Балиқ (20.02–20.03)



Ҳам муҳаббат, ҳам бизнес, ҳам ижодда сизга етадигани топилмайди. Шундоққина қўлингизга кириб келаётган омаддан юз ўгирманг. Душанбадан кейин ҳаётингизда қатор ёқимли ҳодисалар содир бўлади. Қалбингизга қулоқ тутинг, худо берди деб дуч келган томонга ўзингизни ураверманг, борини ютказиб қўйишингиз ҳеч гап эмас.

Доно КАРИМОВА тайёрлади.

ОТА ВА ҚИЗ

САБОҚ

Отамнинг жаҳли тез эди. Шунга қарамай, доимо жиддий ва сипо юрардилар. Ақлимни таний бошлаганимдан кейин мени эркалаганларини эслай олмайман. Мен билан ҳамиша жиддий гаплашардилар. Лекин иккимизнинг ҳам ичимизда бир-бирига туташиб кетган қандайдир кўринмас ришталар борлигини ҳис этиб турар ва отамни қанчалар яхши кўришимни ўзларига билдиргим келарди. Бироқ бунга журъат қилолмасдим. Ўта жиддийлиги сабабми у кишининг олдиларида ҳатто овозимизни кўтариб гапиришга ботинолмасдик. Лекин, барибир қиз бўлганим учунми, отам мени эркалашини, мен билан очилиб-сочилиб гаплашишини жуда-жуда истардим. Шунга баъзан хафа бўлиб қолардим. Онамга эса бу ҳақда ошкора айтардим:

— Ойижон, мен сизларга ўгай эмасманми?

— У нима деганинг, жинниваой?

— Отам мени яхши кўрмайди.

— Топган гапингни қара-ю, — дея кулиб юборарди ойим. — Сен қиздан шунақа гаплар чиқаяптими? Бекорларнинг бештасини айтибсан.

— Яхши кўрмайдилар...

— Отанг ҳеч кимни сенчалик яхши кўрмайдилар десак тўғри бўладими?

— Мени бирор марта эркалатганларини эслолмайман. Бир нарса сўрасам, илиқроқ гапирмайдилар, бегонага қарагандай қарайди.

— Иккинчи марта бундай бемаъни гапларингни эшитмайин. Отангнинг феъллари шунақа. Кимдир бир қоп ёнғоқ бўлса, кимдир тошдай қаттиқ бўлади. Лекин сени жуда яхши кўради, қизим.

— Менга сезилмайди-ку!

— Сезилмагани яхши...

Шундай қилиб, ўзимча отамдан гоҳо хафа бўлиб юраверардим. Бир кичкинагина воқеа менга отамнинг қалбини очиб берди. Ана шундагина оғир феълли отамни тушунганман. Менинг келин бўлиб тушган дастлабки кунларим эди. Саҳарлаб ўрнимдан туриб, ҳовлимизни йиғиштириб, кўчамизни супурардим. Кўчани супура туриб, биздан икки уй нарида турган бир машинага кўзим тушди. Машинанинг ичидан кимдир мени кузатиб турганини сезиб қолдим. Қўрқдим... Буни пайқаган ҳайдовчи секин машинасини ўрнидан жилдирди. Эртасига ҳам, индинига ҳам шу ҳол такрорланаверди. Тонг ғира-ширасида бир машинада кимдир мени кузатиб турарди-да, сўнг секин жўнаб кетарди.

Учинчи куни саҳарда тағин ўша машинага ва унинг ичидаги сирли ҳайдовчига кўзим тушди. Ноқулай бўлса-да, жилаётган уловга тикилиброқ қарадим ва... таниб қолдим! Ё, тавба! Бу ўзимизнинг, яъни отамнинг машинаси эди! Наҳотки, отам... "Ота, отажон!" деб чақирдим. Бироқ машина тезлашиб ўрнидан жилди. Ортидан ҳайрон қараб қолдим.

Кейин бу ҳақда ойимга гапириб бердим:

— Аниқ танидим. Нега отам мени кузатиб юрибди?

— Кўрдингми, болам, сен бўлсанг отангни тошбағирликда айблаб "мени яхши кўрмайди" деб нолиб юрардинг. Сени бировнинг эшигига бориб ўзини эплай олаяптимикин, янги ҳаётга кўникаяптимикин, деб ташвишлангани учун борган-да. Сен учун яна ким шунча қайғура оларди, — деб ойим ғамгин бўлиб қолди-да, бир нафас тин олиб гапида давом этди. — Ўзимам ҳайрон қолиб юрардим. Ҳар доим кунни чошгоҳлатиб, соат тўққизларда ишга кетадиган отангнинг кейинги кунларда ишим кўпайиб кетяпти деб саҳар мардондаёқ уйдан чиқиб кетишини энди тушундим.

— Эҳ, меҳрибон отагинам-а, — дея хўрсиндиму, кўзларимга ёш келди.

Эшқобил ШУКУР

БАХТИ КУЛГАН ИНСОН

ОДАМЛАР ОРАСИДА

...Каримжон ака одатдагидек ҳаммадан олдин эрта тонгда коллеж биносига кираркан, эшик ёнида турган қотмагина ўсмирга кўзи тушди. Аввалига бир зум термулиб қолди. Сўнг бирданига таниди — ҳар доим фан олимпиадаларида ғолиб бўлиб юрган қадрдон ўқувчиси-ку! Секин ёнига бориб сўради: "Нега бунча барвақт келдинг, ўғлим?" Йигитча эса: "Сизда гапим бор эди?" — дея жавоб берди кўзларини ердан олмай. Директор ўқувчининг кўнглида қандайдир "оғриқ" борлигини ҳис қилди. У янглишмаган эди... Ўсмир отаси оламдан ўтганини айтиб бераркан, онаси ва тўрт нафар синглисининг тақдирига масъуллик, рўзғор, тирикчилик юки энди ўзининг елкасига тушгани, ўқишдан кетиб, ишламоқчи эканлиги ҳақида гапирди. Каримжон ака бир нафас хаёлга толди. Сўнг уни коллеж ётоқхонасига етаклади...

Кўп ўтмай, шогирд Каримжон акани яна йўқлади. Бу гал у устозига миннатдорчилик билдиргани келганди. У ўқиш билан бирга ётоқхона ва талаба ёшларнинг бўш вақтини назорат қилар, билганини уларга ўргатар, шунингдек, меҳнатига тўланадиган иш ҳақи билан онасига ёрдам берарди. Директор яна бир иқтидорли ўқувчининг қийин вазиятдан чиқиб олганига ич-ичидан суюнди.

Ҳа, Каримжон ака бундай воқеаларга тез-тез дуч келар, йигит-қизларнинг коллежни муваффақиятли тугатиб кетишлари, катта ҳаётга дадил қадам ташлашлари учун кўмаклашарди. Нафақат ўқувчилар, балки ўқитувчиларнинг ҳам яхши, ёмон кунларида ўзининг "оғалик" масъулиятини ҳеч қачон унутмайди. Шу боисми, коллеж жамоаси Каримжон Остоновни ҳаёт билимдони, жонфидо инсон сифатида ҳурмат қилишар ва унга ҳар томонлама ишонишарди. Бу ишончнинг замирида эса Каримжон аканинг 45 йиллик қувонч ва ташвишларга тўла кечган ҳаёт фаолияти мужассамдир...

...Каримжон Шаҳрисабз шаҳридаги ўрта мактабни тугатди-ю, қурилиш бошқармасига дурадгор бўлиб ишга кирди. Мактабда ҳар томонлама пешқадам бўлган йигитнинг олий илм масканига киришига ишонган устозлари унинг сўнгги қароридан бироз кўнгиллари тўлмади. Аммо... "ҳар қандай ишнинг калитини топадиган бола"нинг тақдири тўкис бўлишидан умидвор эдилар. Каримжоннинг Қарши шаҳридаги Политехника техникуми ва Тошкент Ирригация ва қишлоқ хўжалигини механизациялаш институтидаги изланишлари ўқитувчиларининг башоратларини оқлади. У муҳандис-гидротехник мутахассислигини эгаллаб, отасининг изидан борди **(Узоқ ака Шаҳрисабз туманидаги "Суғориш тармоғи бошқармаси"да гидротехник эди — С.Ф.).** Йигит тумандаги қурилиш бошқармасига аввал муҳандис бўлиб ишга кирди. Унинг меҳнаткашлиги, ишга ижодий ёндошуви ва ҳалоллиги раҳбариятнинг ҳам эътиборини тортди. Каримжон ака 15 йиллик фаолияти давомида бошқарма бошлиғи лавозимигача кўтарилди. Ўз соҳасини жондан севган ёш мутахассис мазкур нуфузли бирлашмага қарашли Қашқадарё вилояти қурилиш трести бошқарувчиси қилиб тайинланди. Йиллар унинг ташкилотчилик ва раҳбарлик қобилиятини, бунёдкор-қурувчилик тажрибасини юзага чиқарди. Жонкуяр етакчи одамларнинг қувончу қайғусини ўзиники деб билгани учун ҳам уларнинг ҳурмати, меҳрини қозонди.

Каримжон Остонов 80-йилларнинг охирларида аввало, эл назарига, қолаверса, ўша пайтларда вилоятга раҳбарлик қилган табаррук инсонлар эътиборига тушди. Унинг ўз соҳасини пухта эгаллаганлиги, ишбилармонлиги ва ҳозиржавоблиги кўпчиликда самимий муносабат уйғотди, шунингдек, ўзини ҳам янги-янги бунёдкорлик ишларига руҳлантирди. Шу боис ҳам масъул вазифаларда сидқидилдан меҳнат қилди. Каримжон ака қаерда ишламасин, бор куч-билими, имкониятини қурилиш ва ободончилик ишларини ривожлантиришга бағишлади. Кўплаб мактаблар, болалар боғчалари, шифохоналар, шинам турар-жойлар қурилишида жонбозлик кўрсатди. Айнан унинг саъй-ҳаракатлари билан вилоят миқёсида бир неча ғишт ва темир-бетон буюмлари ишлаб чиқариш корхоналари барпо этилди. Шўртан ва Муборак газ конлари бошқармаларида йирик қурилишларни амалга оширишда ҳам Каримжон Остонов бош-қош бўлди. Унинг фидойи меҳнати муносиб тақдирланди: юрт равнақи, эл фаровонлиги йўлида кўрсатган беминнат хизмати учун Президентимиз Фармонига биноан 1999 йилда "Меҳнат шуҳрати" ордени билан мукофотланди.

Каримжон Остонов ҳозирги кунда Шаҳрисабз агроиқтисодиёт касб-ҳунар коллежида раҳбар бўлиб ишлаяпти. Ўтган етти йил ичида коллеж қиёфаси тубдан ўзгарди. Илм маскани қайта таъмирдан чиқарилди. Янги замонавий ўқув ускуналари билан жиҳозланди, ўқув-тарбия ишлари савияси ошди. Яна бир эътиборли жиҳати, Япония билан ўзаро ҳамкорлик лойиҳаси асосида мутахассислар тайёрлаш йўлга қўйилди, мингдан ошиқ талабанинг ижод ва ихтиро қилишлари, соҳанинг уддабурон вакиллари бўлиб етишишлари учун барча шароитлар муҳайё қилинди. Айни пайтда мазкур коллежда 15 га яқин тўгараклар, ошхона, тиббиёт ўчоғи ва маиший хизмат кўрсатиш хоналари ҳам ёшлар хизматида. Узоқ туманлардан қатнаб ўқийдиган ўқувчилар учун эса ётоқхона мавжуд. 80 га яқин аҳил ва иноқ педагогик жамоанинг кучи ва маҳорати туфайли илм маскани тингловчиларининг фанлар бўйича ва спорт соҳасидаги кўрсаткичлари фахрланса арзигулик.

Умр йўлдоши Сайёрахон опа билан тўрт фарзандни тарбиялаб, элга қўшган Каримжон Остонов ҳаётининг муборак олтмишинчи поғонасида туриб, ортига назар ташларкан, отаси Узоқ ака айтган ўгитни доимо эсга олади: "Ҳар ишида тартиб ва ҳалол меҳнат устивор бўлган одамни бахтли десак арзийди". Биз ҳам ҳеч иккиланмасдан чин маънода устозлик мақомига эришган қаҳрамонимизга "Умрингиздан барака топинг, баркамол авлодни тарбиялашдек савобли ишларингизда ҳамиша омад ёр бўлсин!" дегимиз келади.

Санобар ФАХРИДДИНОВА,
"Оила ва жамият" мухбири.

ТУРМУШ ЧОРРАҲАЛАРИДА

ҲОВЛИ ЎРТАСИДАГИ ШОТУТ

Ирода касалхона деразасидан ташқарини кузатар экан, ҳов наридаги аёл ва эркакка ҳаваси кела бошлади. Ҳойнаҳой, у йигит хотинини кўргани келган, бир жуфт кабутардай чуғуллашаяпти. Бир-бирларидан ажралгиси йўқ. Аёлнинг юзи табассумдан ёришиб кетган...

Ироданинг хаёлига ўзининг турмуш ўртоғи келди. Боя келиб кетувди. Иккита нон, битта косада картошка қовурма олиб келибди. Ҳовлилари ўртасида ўсган шотутдан егиси келаётганини икки марта айтганди, эсидан чиқарибди. Яна айтганди, эри жеркиб берди: «Мен ўйнаб юрибманми? Бу ерда ётволиб, буйруқ бераверасанми, энди!» Ирода хонадошлари олдида бирам изза бўлди...

— Ирода опа ким?

Жувоннинг хаёлини ҳамширанинг овози бўлди.

— Мен... — дея ўгириларкан, Ирода киприкларига илиниб турган ёшни бармоқлари билан артишга улгурди.

— Турмуш ўртоғингиз келса, врачга учрасин.

— Хўп...

Ирода яна хаёлларга берилди. Дўхтир нега эрини сўрайди? Яна янги дорилар буюрармикан? Уҳ, яна боши балога қоладиган бўлди-да. Эри бир соат жаврайди. Тағин таъна қилади, бошқаларнинг хотинларига ўхшамайсан, топганим сенинг дардингни даволатишга кетяпти, дейди. Ўзига қолса, ҳечам касалхонага ётмасди. Ахир неча марта уйларига келган ҳамширанинг гапларини эрига, қайнонасига айтмади-ку. Агар ўша куни ҳушидан кетиб қолмаганида...

...Ўша куни Ирода анчагина кир ювди. Кун иссиқ эди, қайнонаси тушлик вақти ўтиб бораётган бўлса-да, салқин супага ўтириб олиб, қайта-қайта таъкидлайверди: «Бир йўла тугатиб қўяқолинг, кейин патир ёпамиз. Эртага мен опангизникига бораман».

Кирни эндигина тугатиб, бўзариб қолган шотут тагига борди. Қўлидаги косага бир ҳовучгина шотут терди. Эндигина дастурхон бошига ўтирганди, кўшни хола чиқиб қолди. Ирода унинг тагига кўрпача солди, чой қуйиб узатди. Дастурхон ёзиқлигида биров келишини ёқтирмайдиган қайнонасидан у яна гап эшитди.

— Чайналиб ўтиравермай, тез-тез чойингизни ичинг-да, хамир қоринг!

Ирода шотутга узатилган қўлини дарров тортиб олди. Бир пиёла чойни ичдию, туриб кетди. Қайнонаси эса қўшнига юзаки мулозамат кўрсата кетди:

— Шотутдан олинг, қўшни, дори бўлади.

Келинчак вужудидан мадор қочаётганини билиб турар, лекин тин олишга юрак қайда. Хамир ошгунича қайнонасининг уйини тозалаб чиқди. Тандирга ўт қалаб, қиздирди. Кўнгли алағда бўлаверди. Нонга уриш учун обкелган чўмичдаги илиқ сувдан қайнонасига кўрсатмай бир-икки ҳўплаб олди. Бўлмади. Чунки жуда оч эди. Патирларни узиб олаётганда, иссиқ элтдими...

Кўзини очса, касалхонада ётибди.

— Ҳозирги ёшлар жа айёрми, дейман, синглим? – дерди тепасида ўтирган қайнонаси шифокорга. – Ишга қўли тегдими, ўзини касалга солади-я!

— Келинингизнинг аҳволи оғир, қон босими жуда ҳам тушиб кетибди. Бу ҳомилага ёмон таъсир қилади, — деди шифокор аёл жаҳлини аранг босиб.

Унинг гапига жавобан Мавлуда хола қошини чимирди:

— Биз экан-да, ҳар йили бола туғиб ҳам камқонлик нима билмаган!

— Холажон, сизнинг даврингиз бошқа эди, ҳозир экология яхшимас. Озиқ-овқатларнинг калорияси кам. Ёшларнинг организми бақувват эмас...

— Ҳм, ўлақолсин...

Ирода шундан буён касалхонада. Докторлар кетишига рухсат беришмаяпти.

Ироданинг кўзи илинибди. Тушида кўзи ёриганмиш. Сахрода ётармишу, сал наридаги тупроққа беланган боласига қўли етмасмиш. Олис-олислардан ўша бир туп шотут, унинг соясида қайнонаси ва эрининг чехраси кўринармиш. Ирода уларга овози борича ёлвориб, илтижо қилар эмиш. Улар эса бепарво, индамай чақалоғи иккисини кузатармишлар...

Чўчиб уйғонган Ироданинг томоғи қақраб кетганди. Ўрнидан турмоқчи бўлганди, белида қаттиқ оғриқ пайдо бўлди. Шу қадар кучлики, беихтиёр чинқириб юборди. Дарров ҳамшира етиб келди. Уни операция хонасига олиб кириб кетишди...

...Неча кунки, Ирода ҳушига келмади. Бугун кўзини очиши билан бир лаҳза нималар бўлганини тушунолмай ётди. Кейин ҳаммасини сездию, ёнидаги Ҳамширадан сўради:

— Болам? Болам қани? Унга нима бўлди?

— Ўзингизни босинг. Энг муҳими, сизнинг жонингизни асраб қололдик.

— Йўқ, боламга нима бўлганини айтинг менга.

— У ўлик туғилди...

Ироданинг теграсидаги деворлар чир айланди. «Энди нима бўлади?» — деган савол шуурини ёритиб ўтди-ю, қалбига кучли оғриқ солди...

Ирода бир ярим ой деганда касалхонадан уйига қайтди.

— Қуда, Иродахон бирор ой бизникида турсинмикан? Сал қувватга кириб олса...

Мавлуда хола қудасига шундай чимирилдики, Ироданинг онаси мум тишлаб қолди.

— Ўзийиз биласиз, қудапошша! Олиб кетаман, десангиз, ана бутунлай...

— Йўқ-йўқ, худо асрасин. Майли, шу ерда қолсин, ахир сиз ҳам онаси...

Ироданинг иззати икки кундаёқ битди. Учинчи куни эрталаб қайнонаси унга бир талай юмушларни буюриб ташлади.

Кейин ҳаммаси яна ўз изига тушиб кетди. Ҳар замонда Ироданинг тоби қочиб турганини ҳисобга олмаганда, ҳамма кунлар бир зайлда кечаверди.

Иккинчи бор ҳомиладор бўлган Ирода яна шотутга бошқоронғи бўлди. Лекин шотут пишадиган вақт эмасди. Ҳовли ўртасидаги каттакон дарахт аёлнинг сирдошига айланиб қолди гўё. Ҳар тонг мўъжиза юз бериб, унда ҳеч бўлмаса, бир-икки дона мева пайдо бўлиб қолишини худодан сўрайди. Аммо мўъжиза юз бермайди сира...

Унга ўзини эҳтиёт қилиши лозимлигини врач ва ҳамширалар кўп бора таъкидлашди. Бироқ оғироёқ келиннинг ихтиёри ўзида эмасди, эри нимани олиб келиб берса, шуни ейди. Қайнонаси нима юмуш буюрса, қилишга мажбур. Туғилмасдан нобуд бўлган биринчи набирасининг заволи ҳам Мавлуда холанинг кўзини очмаган эди. Хастахол келиннинг мадорсизлигини унинг макру ҳийласи деб тушунди. Лекин табиатан содда ва итоатгўй Ирода бундай тарбия кўрмаган эди. Ота-онаси уларни ҳамиша тўғрисўз бўлишга, катталарнинг сўзини икки қилмасликка, эрнинг ҳар бир буйруғини сўзсиз бажаришга ўргатган эдилар...

Баҳорга чиқиб Ироданинг кўзи ёриди. Аммо нимжонгина чақалоқ икки ойгина яшади, холос. Аввалига қиз туғилганидан норизо эр норасидани тупроққа қўйиб келгандан сўнг ҳам хатосини англамади. Хотинидан икки оғиз ширин сўзи, тасаллисини қизғониб, кўчага чиқиб кетди. Аламини арақдан олди, улфатлари билан чойхонадан бери келмай, дардини унутди.

Лекин Ирода кимдан олсин эди аламини шу тобда? Қайнона она бўлиб ҳолини тушунмаса, эр эр бўлиб уни аямаса, нега яшаяпти бу хонадонда ўзи? Айби нима? Аёл бўлиб яралганими?

Афсуски, минг ўртансин, бу саволларга жавоб тополмасди. Шотут сояси остида кўз ёши тўкишдан бошқаси қўлидан келмасди унинг...

Андишанинг оти қурсин, Ирода шунда ҳам тишини тишига қўйиб чидади. Негаки, айбини жуда яхши билади: эрига битта болани эплаб туғиб беролмади. Лекин аслида бу биргина унинг айби эмасди. Лекин шуни тан оладиган мард эмасди эри ҳам, қайнонаси ҳам...

Ироданинг яна орзулари янгиланди. Она бўлишнинг лаззатини, сурурини ўйлаб, ўзини бахтиёр сезди. Бемеҳр эрига соппа-соғ фарзанд туғиб берсагина, инсоф киришидан умид қилди. Қайнонасининг феъли юмшашидан умидвор бўлди. Умид қила-қила тўққиз ойни ўтказди.

Ажаб, шу йили шотут шиғил мева қилди. Меваси ҳам одатдагидан эртароқ пишдими-ей. Ирода ундан тўйиб-тўйиб еди. Қайнонасининг кесатиқларигаям парво қилмади.

Ниҳоят, бир куни жувонни дард тутди. Шу кунларда эри ҳам уйга умуман келмаётганди. Қайнонаси эса яна тўйга кетганди. Қўшниларга раҳмат, унинг ҳолидан хабар топиб, туғруқхонага олиб келишга зўрға улгуришди.

Бу гал чақалоқ соппа-соғ дунё юзини кўрди. Аммо докторлар Ироданинг ҳаётини сақлаб қолмоқ учун тонггача курашишди. Ниҳоят, пешиндан сўнг аранг кўзини очган аёл бирданига бошида турган ҳамширадан сўради:

— Чақалоқ қаерда, илтимос бир кўрсатинг, тирикми у?!

Ҳамшира қиз кулимсираб жавоб берди:

— Кўчқордай ўғил кўрдингиз, опажон, табриклайман! Соппа-соғ, ҳозир олиб келаман!

Шаҳло ТОШБЕКОВА

ЙЎҚЛОВ

ДИЛОРОМГА ЎХШАГАНИ ТУҒИЛМАЙДИ

...Вақт ўтаверяркан. Одамлар ҳам. Лекин Дилоромни орамиздан бунчалик тез кетишини ҳеч тасаввур қилмаганмиз. 54 ёшга кирганди у. Гарчи пенсияга чиқса-да, бир-икки йилча ўзининг таъбири билан айтганда, «бизнинг жонимизга тегиб» ишлаб юришини айтувди. «Ўғлимни уйлагач, набира тарбиялайдиган қайнона бўламан», дерди.

У ҳаётни яхши кўрарди. Яқинда тим қора, ёқасида ялтироқ тугмачалари бор кофта кийиб келганди. «Қуллуқ бўлсин», деганимизда «Қизим олиб берди», деб хурсанд бўлганлари, «Ўғлим олиб берди», деб, мобиль телефон кўтариб келганлари...

Радиоуйига кирдим дегунимча ҳамкасбим Дилором Умарова

ҳамон ёзув ленталарини қўлтиқлаб, бешинчи қаватга кўтарилаётгандай туюлаверади. «Онкологлар анжуманидан келдим, «Ахборот»га эшиттириш тайёрлайман», деб студияга шошилаётгандай. Шанба дам олиш куни бўлсада, фаррош Ҳалиманинг қизини касалхонама-касалхона етаклаб юргандай. «Қурбоннинг қизи туғармиш, сал тоби йўқроқ, ҳушёр бўлмасак...» деб туғруқхонага йўл олаётгандай. Хуллас, унинг ҳар бир куни шундай ўтарди.

Ҳатто бир куни «Бунча куйинмасанг, ўзингни ҳам ўйла», деб, койиганимда, «Афсуски, ундай бўлолмайман», деганди. Кўплар дардига малҳам бўлган юрак қурғур ўзига келганда номардлик қилди. Панд берди. Бошқаларни даволади-ю, ўзи даволанмади.

Салкам ўттиз йил бир даргоҳда ишлаб, бирор кишининг дилини оғритганини эслай олмайман. Аксинча, нимадандир хафа бўлса, иложи борича ҳеч кимга билдирмай секингина йиғлаб олиб, иш билан овуниб кетаверарди.

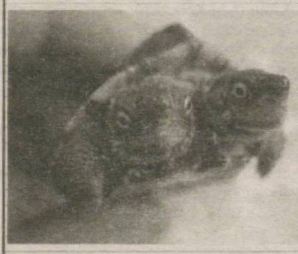
Дилоромни охирги манзилга кузатиб келган куннинг эртасига йўлакда уч-тўрт кишининг суҳбатини эшитдим: «Ахборот» ўзининг олтин овозидан айрилди»...

Ҳа, соҳир овоз соҳиби, радио сухандони Дилором Умарова ҳақида бундай нурли хотираларни ҳали кўп эшитамиз. Шундай пайтда ҳеч бўлмаса кунора бирон кишининг дилига озор бермаса тура олмайдиган кимсаларни кўз олдимга келтираман ва ҳамкасбим Улуғбек Раҳимовнинг «Дилоромга ўхшагани туғилмайди» деган сўзларини эслайман...

Анвар АБДУВАЛИЕВ,
журналист.

СИАМ ТОШБАҚАЛАРИ

Биз тошбақани имиллаб юрадиган жонивор сифатида яхши биламиз. Унинг бунақа секин ҳаракатланишига мажбур бўладиган сабаблар кўп. "Тош уй"ни кўтариб судралиш осонми ахир?! Аммо



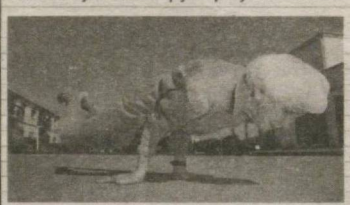
тошбақанинг калласи иккита бўлса-чи? Бу ҳолат унинг юришига қандай таъсир қиларкан?.. "Наҳотки, сиам эгизакларининг тошбақа варианти бор?.." – дейсиз беихтиёр.

Сиз суратда кўриб турган икки бошли тошбақа Хитойда яшайди. Бу ҳам ҳаётнинг аччиқ ҳазили...

"Ҳали у яхши юролмайди. Аммо худди икки тошбақа каби озиқланади", – деб таъкидлайди унинг эгаси.

ЙОГА БИЛАН ЯШАРИШ

Бэт Калман исмли австралиялик 83 ёшли онахон ўзининг фавқулодда ирода соҳибаси эканлигини кўрсатиб келмоқда. У қирқ йилдан бери йога гимнастикаси бўйича инструктор бўлиб ишлай-



ди. Бэт нафақат машқ қилади, балки кўлига қалам олиб, ажойиб асарлар ҳам яратади. Ҳозирга қадар унинг учта катта ҳажмли китоби минглаб нусхада нашрдан чиққан.

"Йога сизни ёшартиради", — дейди қатъий ишонч билан Бэт Калман хоним.

ҒАЛАТИ АРХИПЕЛАГ

Ҳинд океанидаги Сокотра (Socotra) архипелаги Африка қирғоқлари яқинида жойлашган ва ер юзидаги энг ғалати жой деган номинацияга даъвогарлик қилади.

Архипелагдаги табиат манзарасини дунёнинг бошқа ҳеч бир жойида учратмайсиз. Дарахтлару тупроқлар ҳам бошқача, аниқроғи ҳали ўз номини топмаган жисмлар билан қопланган ҳудуд. У ерга борсангиз, гўё ўзингизни бошқа бир сайёрага келиб қолгандек ҳис этасиз.

Наргиза СИДДИҚОВА тайёрлади.

● ДУНЁ ХАБАРЛАРИ ● ДУНЁ ХАБАРЛАРИ ● ДУНЁ ХАБАРЛАРИ ●

ФИДЕЛЬ КАСТРО ЯНА ЮЗ КЎРСАТДИ

Анча вақтдан буён «узлатга чекинган», тўрт йил олдин оғир хасталикни бошдан кечирган Куба етакчиси телевидение орқали кўриниш берди.

Фидель Кастро шу ойда Гаванадаги Халқаро илмий-тадқиқот марказида ўтказилган оммавий тадбирга ташриф буюрган эди. Тадбир чоғида туширилган фотосуратлар Куба етакчиси билан боғлиқ охирги тўрт йилликдаги илк расмий ва ишончли ҳужжат бўлганди. Фидель Кастро 12 июль куни сиёсий муаммолар борасида баҳс юритиладиган «Mesa Redonda» ток-шоусида иштирок этди. У 1 соату 15 дақиқа давом этган кўрсатувда Шимолий Корея, Хитой, Эрон ва АҚШ мавзуларига тўхталган. Телеинтервью ғарбий каналлар, жумладан, CNN томонидан ретрансляция қилинди. Ток-шоу давомида 83 яшар Кастро ўзини жуда яхши ҳис этган, худди олдингидек ишонч билан чўрт кесиб, узиб-узиб гапирган.

2006 йил июль ойидаги операциядан кейин Фидель Кастронинг соғлиғи ҳақида узоқ вақт расмий ахборот берилмаган, унинг ҳатто вафот этгани ҳақида ҳам узунқулоқ гаплар тарқалиб қолганди. Ўша вақтда Фидель Кастро ҳукуматни укаси Раулга топширган эди.

ГЛОБАЛЛАШИБ БОРАЁТГАН МАФИЯ

БМТ масъулларидан бири Антонио Мария Косто иқтисодий мақсадларда уюшган жиноий гуруҳлар тоборо глобаллашиб бораётганидан хавотир билдирган.

Россиянинг «Огонёк» журналига махсус мақола ёзган Антонио Мария Косто дунё ҳалқаро терроризм билан курашаётган бир пайтда яна бир глобал муаммо – иқтисодий манфаатлар йўлида уюшган жиноий гуруҳлар системаси шаклланиб келаётганини таъкидлаган. Маҳсулотлар бир қитъада тайёрланиб, иккинчи қитъадан ташиб ўтилган, учинчи қитъада эса сотилмоқда. Бу ишга йирик-йирик давлатлар бош қўшган, дейди у.

БМТ масъул вакили ўз мақоласида келтирган айрим рақамлар:

– Европада 140 минг аёл қулликда яшамоқда. Бу қитъада одам савдосидан тушадиган йиллик фойда 3 млрд. долдлардан ошади.

– АҚШга ҳар йили 3 млн. қочоқ кириб келади. Уларнинг йиллик даромади 6,6 млрд. долларни ташкил этмоқда.

– Дунё бўйича қоқаиндан йилига 72 млрд. доллар даромад кўрилади. Фойданинг 70 фоизи уюшган жиноий тижоратчилар чўнтагини қаппайтиради.

– Африка ва Жануби-шарқий Осиё давлатларида ишлаб чиқариладиган дори-дармон воситаларининг ярми сохта бўлади. Европада ҳар йили 10 млрд. долларлик сохта маркали дори-дармон сотилади...

ПОРТУГАЛ КАБУТАРИ – ЖАҲОН ЧЕМПИОНИ

Кабутарларнинг жаҳон чемпионати бу гал Португалияда ўтказилди. Мусобақада қушлар 17 давлат номидан иштирок этди.

Кабутарлар тўрт юз километр масофани узоғи билан етти соат ичида учиб ўтиши ва айнан белгиланган жойга қўниши керак эди. Чемпионат мамлакат жанубида жойлашган Вила-Реал-де-Санта-Антонио шаҳридан бошланди. Мусобақанинг кульминацион лаҳзаларида ёмғир қуйиб берди. Унгача томошабинлар қуп бўйи қуёш тиғида ўтириб осмондан кўз узишмади. Ниҳоят, Португалия номидан иштирок этган кабутар белгиланган шартни биринчи бўлиб уддалади ва жаҳон чемпиони бўлди.

РУСЧА БИЛМАГАН КИРАКАШЛАРГА ҚИЙИН БЎЛАДИ

«РИА Новости» Москвада киракашлик қилишнинг янги тартиблари ҳақида ёзиб, ҳайдовчининг рус тили ва пойтахт йўлларини билиши асосий шартлардан эканини таъкидлаган.

Қолаверса, киракашлар Россия маданиятига доир умумий саволларга ҳам етарли даражада жавоб бериши керак. Янги қоидаларга кўра, ҳайдовчи ўз шахси билан боғлиқ маълумотлар ва йўлкира ҳақларини кўзга кўринарли жойга илиб қўйиши лозим.

Москвада 1925 йили таксичилик хизмати йўлга қўйилган. 1990-йиллардан кейин киракашлик четдан иш излаб келганлар учун асосий иш манбаи бўлиб қолди.

ҲИНДИСТОНДА ҚАШШОҚЛАР АФРИКАДАГИДАН КЎПРОҚ

Ҳиндистоннинг 8 штатида яшаётган қашшоқлар сони Африканинг энг фақир 26 ўлкасидагидан ҳам кўпроқ экан.

«The Multidimensional Poverty Index» ташкилоти берган маълумотларга қараганда, Биҳар, Утар Прадеш, Ғарбий Бенгал штатларида 421 млн. қашшоқ аҳоли яшайди. Африканинг 26 давлатида эса бу кўрсаткич 410 млн.ни ташкил этади.

Халқаро ташкилот қашшоқлик ҳолатини аҳоли ўзининг энг асосий кундалик эҳтиёжларини қондиролмаслиги билан белгилаган.

Интернет манбалари асосида Фаррух ЖАББОРОВ тайёрлади

●СПОРТ●СПОРТ●СПОРТ●СПОРТ●СПОРТ●СПОРТ●СПОРТ●СПОРТ

ВУВУЗЕЛАЛАР ЖАҲОН ЧЕМПИОНАТИНИНГ АСОСИЙ РАМЗИ ДЕБ ТОПИЛДИ

Лондондаги Today Translations халқаро лингвистик ташкилоти ўтказган матбуот анжуманида ўтган ҳафта якунига етган жаҳон чемпионатининг асосий рамзи деб вувузела топилгани ва мундиал тарихига киргани таъкидланди.

«Анча йиллар ўтиб чемпионатнинг асосий учрашувлари ва чиройли голлари унутилиши мумкин, лекин вувузелар чемпионати дейилса, дарҳол эсланади», — дейди Today Translations ташкилоти директори Юрга Зилинскен.

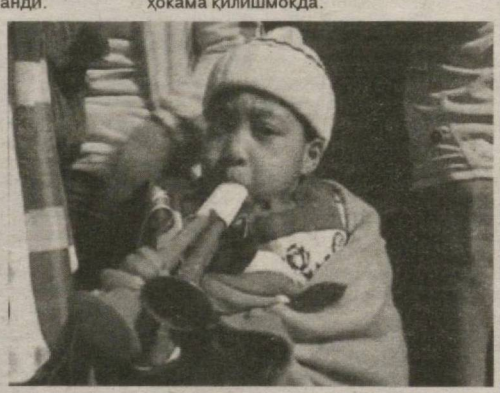
Олтмиш давлатдан йиғилган тилшуносларнинг 75 фоизи кўпроқ «вувузе»лар тилга олинганини таъкидлашди.

ИТАР-ТАССнинг маълум қилишича, Африкада бўлиб ўтган чемпионатдан кейин «Вувузе», мундиалда ўйналган тўплар номи «Жабулани», «Закуми» тумори, Жанубий Африка терма жамоаси «лақаби» «Бафана бафана» каби сўзлар дунёнинг кўп тилларида таржима талаб қилмайди. Бу сўзларни барча жойлар шундайлигича қабул қилди.

Аввал Африка мусиқий рамз сифатида ноғоралар тан олинарди. Лекин чемпионат бошланганидан кейин у ўз ўрнини вувузега бўшатиб берди.

Арилар галасининг ғўнғиллашига ўхшаш бу овоздан айниқса, французлар, англияликлар, италянлар, испанлар ва немислар қаттиқ норозилик билдиришди.

Шунга қарамай, бутун дунёдаги футбол мухлислари кўпроқ вувузелани муҳокама қилишмоқда.



Антилопа шохидан ясалган бу чолғу асбоби маҳаллий аҳолини мажлисга чақириш, ов қилиш пайтларида ишлатилган.

Вувузелани қулоққа қаратиб жуда оғир оқибатларга, ҳаттоки буткул карликка олиб келиши мумкин. Унинг овози салкам реактив самолётнинг овоз децибалига яқиндир. Шунга қарамай бир нотали ушбу «сурнай» йилнинг энг яхши мусиқа асбоби номинациясида ғолибликка асосий даъвогар бўлиши кутиляпти.

ФОРЛАННИ БАССЕЙНГА ТАШЛАБ ЮБОРИШДИ

Уругвай терма жамоаси футболчилари 2010 йилги жаҳон чемпионатининг энг яхши ўйинчиси деб топилган терма жамоа ҳужумчиси Диего Форланни бассейнга ташлаб юборишди. Бу ҳақда футболчининг ўзи маълум қилишича, терма жамоа аъзолари Форланнинг тақдирланишини шу йўсинда нишонлашган.

Ўз микроблогида Форлан қуйидаги сўзларни илова қилиб жойлаштирган: «Мен ушбу совринни жамоадошларим сабаб қўлга киритдим».

2010 йилги жаҳон чемпионатининг энг яхши футболчисига аталган совринни Форлан журналистлар ўртасида ўтказилган сўров якунига кўра қўлга киритди. Уругвайлик ҳужумчи 23,4 фоиз овоз эгасига айланди. Иккинчи ўринни Уэсли Снейдер (21,8 фоиз), учинчи ўринни эса сўровнома иштирокчиларининг 16,9 фоиз овозини йиғишга муваффақ бўлган Давид Вилья қўлга киритди.

Жаҳон чемпионатида Уругвай терма жамоаси сўнгги 40 йилликдаги энг яхши натижасини қайд этиб, мусобақа ярим финалига қадар етиб келишга муваффақ бўлди. Учинчи ўрин учун баҳсда Уругвай терма жамоаси Германияга 2:3 ҳисобида имкониятни бой берди. Форлан мусобақа давомида бешта гол уриб, Вилья, Томас Мюллер ва Снейдер билан биргаликда ЖЧ-2010нинг энг яхши тўпарларидан бирига айланди.

Интернет манбалари асосида Илҳом ЖУМАНОВ тайёрлади.

МУНОЗАРА

ТАЪТИЛДАГИ БОЛА

нималар билан машғул бўлгани яхши?

Бу борада мутахассис ва тарбиячилардан, тажрибали ота-оналардан керагича маслаҳат олиш мумкин. Аммо айнан бугунги кун боласининг таътил даврини қандай ўтказиши хусусида мунозарали баҳслар мавжуд. Уларни тинглаб кўринг-а, кейин бир хулосага келарсиз.

Марғуба ЭРГАШЕВА, руҳшунос:

– Бугунги кун боласида жисмоний ҳаракатчанлик камроқ. Фарзандини эрталаб албатта, бадантарбия билан шуғулланишини мунтазам назорат қиладиган ота-оналар кўп эмас. Эътибор беринг, болангиз кўп вақтини компьютер, телевизор қаршисида ўтказади. Мактаб ёки машғулотларга албатта, автобусда боради. Бу боладаги ҳаракатчанлик қобилиятининг пасайишидан далолат. Шунинг учун, болаларни таътил даврида турли спорт тўгаракларига имкон қадар жалб қилиш, компьютер ўйинларидан чеклаш керак. Шунда ақлий зўриқиш туфайли бола руҳиятида юзага келадиган муаммоларнинг олдини олиш мумкин бўлади.

Тўгараклар қобилиятни ривожлантириш воситаси, унга асло вақтни шунчаки банд этиш усули сифатида қарамаслик керак. Албатта, бунда боланинг қизиқиши, жисмоний имконияти, руҳияти ва қобилиятини ҳисобга олиш талаб этилади. Масалан, яхши расм чиза оладиган болани рассомчилик тўгарагига, нимжон болаларни каратэ ва кураш тўгаракларига, гавда ривожланишида муаммо бор болаларни рақс машғулотларига олиб бориш лозим.

Агар болангиз камгап, ўз тенгқурлари билан чиқишиб кета олмайдиган бўлса, уни жамоа бўлиб шуғулланадиган машғулотларга беринг. Масалан, футбол ёки волейбол. Бунда бола ҳамжиҳат бўлиб ҳаракатланишни ҳамда ўзгалар билан осон тил топишишни ўрганиб олади.

Агар фарзандингиз шўх, ерга урса кўкка сапчийдиганлардан бўлса, уни шахмат тўгарагига берганингиз маъқулки, у тартибли ва мулоҳазали бўлишни ўрганса ҳеч гап эмас. Қўшимча тарзда бошқа спорт тўгарагига ҳам қўшишингиз мумкин. Чунки ғайратли болангиз бунинг уддасидан чиқади ва шижоатини бемаъни шўхликларга сарфламайди.

Шаҳноза ТОИРОВА, жисмоний тарбия фани ўқитувчиси:

– Болани турли спорт тўгаракларига жалб этишдан олдин бу тўгаракнинг болага нима бера олиши ҳақида билиш муҳим. Улар орасидан энг яхшиси ва бола учун фойдалисини танлаш янада яхши. Масалан, бокс уларни қатъиятли, жасур бўлишга ўргатади. Бокс билан шуғулланган болаларда тез орада вазминлик, ҳисоб-китоб билан иш тутиш, ҳушёрлик каби хислатлар шаклланади. Рақибининг ҳаракатларини ўргана бошлагач, келгуси ҳаётда яхши ва ёмонни тез ажрата олади.

Менинг фикримча, бокс билан шуғулланишни 10 ёшдан бошлаш керак. Аммо махсус тайёргарликсиз бу машғулотга келган бола тез толиқиб қолади. Шунинг учун болани дастлаб 6-7 ёшида эркин кураш тўгарагида ўзини боксга тайёрлаб олишига имкон яратмоқ талаб этилади.

Футбол эса уни нафақат чиниқтиради, балки бардамликка ҳам ўргатади. Кичик ёшида сузиш, гимнастика тўгаракларига қатнаган ўсмир кейинчалик футбол тўгарагига қатнашса, қийинчилик сезмайди.

Назифа САМАДОВА, уй бекаси:

– Кўпчилик ота-оналар қизларни фақат мусиқа тўгарагига бориши керак, деб таъкидлашади. Мен бу фикрга қўшилмайман. Оналар учун қизларни қандай тўгаракларга жалб этиш масаласи ўғил болаларга қараганда мушкулроқ туюлади. Бу табиий. Чунки қиз бола эртага бир оиланинг бекаси бўлади.

Сизга ўз тажрибамдан келиб чиқиб гапирай. Менинг икки қизим бор. Орасидаги фарқ икки ёш. Уларни 4-5 ёшидан бошлаб гимнастика тўгарагига берганман. 7-8 ёшдан сузишга қатнашган бўлса, 11-12 ёшларидан кейин то балоғатга етгунига қадар иккисини ҳам навбати билан тикувчилик, тўқувчилик ва пазандачилик тўгараклари ва ўқув курсларига боришга ундадим. Катта қизим коллежда ўқиётган кезларида уй ҳамширалиги курсида ҳам таҳсил олди. Кичиги ҳозир ҳам тикувчилик бўйича ўқув курсида ўқияпти, ҳам олий даргоҳда.

«Улар оилага тайёрми?» деган саволни ўзимга берганимда, бугун бироз кўнглим таскин топади. Чунки улар соғлом, рўзғор ишларига қўллари келиб қолган ва асосийси, вақтнинг қадрига етадиган, ҳафсалали қизлар бўлиб улғайишди.

Ш. ИСМОИЛОВА тайёрлади.

ҚИЛМИШ-ҚИДИРМИШ

“ҚАРЗ БЕРИБ ТУРИНГ...”

Яширгандан не ҳожат: фирибгарнинг тузоғига тушиш уйингизга ўт кетгандек гап. Чунки фириб касб қилиб олган одамнинг нафси ўпқон бўлади. Унчамунчага тўймайди. Унинг чангалига илинган одамларга эса оилавий эҳтиёж, болаларининг ризқини қийиб, гоҳида йиллаб жамғарган бойлигини ўрокда йўқ-машокда йўқ ўзга бир шахс қўлига қандай топшириб қўйишганини ўзлари ҳам билишмайди.

Китоб туманида Наргиза исмли фирибгар аёл пайдо бўлганлигини ҳам унинг қурбонлари афсуски икки йил кейин англадилар. Эҳтимол, алданганлар пулларини қайтариб олиш умидида бир муддат унинг кетидан эргашиб юрган бўлиши ҳам мумкин. Йўқ, фирибгар пулни осонгина олади, аммо осонликча қайтармайди. Умуман, қайтармаслиги ҳам мумкин. Хуллас, Наргиза Мажитова ким ўзи? Китоб шаҳрининг “Тошкент” маҳалласида истиқомат қилувчи бу аёлнинг ёши 33 да. 1 нафар фарзанди ҳам бор. Турмуш ўртоғи вафотидан (1999) сўнг Китоб шаҳрида Фарҳод Муқимов деган тадбиркор билан танишиб қолиб 2007 йилнинг октябрь ойидан 2008 йил август ойига қадар унинг ишончига кириб, алдаб, банкдан кредит олиш ва тадбиркорлик билан шуғулланишни баҳона қилиб, танишининг жами 11840000 сўм пулини олиб, ўз эҳтиёжлари учун ишлатиб юборган.

Наргизанинг фирибгарлик фаолияти асли шу даврдан бошланган бўлса, ажаб эмас. Чунки ўзганинг пулини еб, унинг мазаси бу “иш”ни яна давом эттиришга даъват этиши мумкин. Наргиза ҳийлагарлик бобида озгина бўлса-да тажриба тўплади. Шу боис шаҳардаги А.Қодирий кўчасида яшовчи Нодира опаникига йўл олди. Аёлнинг пулдорлигидан яхши хабардор бўлган Наргиза банкдан пул олиш учун югуриб юрганлигини, кредит олса, дарров қайтаришни баҳона қилиб Н.Беговадан 300 АҚШ доллари қарз бериб туришини илтимос қилди. Нодира опа унинг гапларига ишониб, бечоранинг иши битсин деб ғамхўрлик қилади. Орадан бир ой ўтиб, Наргиза ҳотамтой опасига қўнғироқ қилиб “ишим битишига оз қолди, 200 доллар керак” дейди. Эвазига икки жуфт ҳалқасини гаровга қолдиришини айтиб, ялинади. Опа яна 200 доллар беради. Орадан анча кун ўтиб Нодира опа билан яна учрашиб, яшаб турган уйини отаси номидан онаси номига ўтказиш учун 550000 сўм пул бериб туришини сўрайди. Нодира опа бунча пули йўқлиги, бирортасидан қарз олишини билдиради. Хуллас, опа танишларидан 200 000 сўм пул олиб унга ёрдам қилади. Аммо Наргиза бундан хурсанд бўлиш ўрнига “мен сизга 550 минг деган эдим, яна 350 минг керак” деб оёқ тираб олади. Нодира опа Наргизани гаплашиб кўриш учун Н.Мажитовага жами 1500 АҚШ доллари ташкил этади. Аммо Наргиза бу пулларни қайтариш ўрнига қорасини ҳам кўрсатмайди. Чунки у энди бошқа бир “қурбон” изига тушган эди.

Энди у бошқа танишлар топган эди. Банкдан кредит олиш, катта пулга эга бўлишни баҳона қилиб шаҳарнинг Н.Жўраев кўчасида яшовчи Нарзиой Ҳусанованинг бошини айлантиради. У ердан уч ой давомида жами 900000 сўм пул ва 600 АҚШ доллари олиб, жуфтакни ростлайди.

Ўйга толасан, киши. Биров кредит оламан деса, сенга нима? Кредитнинг фойда-зарари кимнинг зиммасида? Йўқ жойдан ташвиш, муаммо орттиришни наҳотки, бир лаҳза ўйлаб кўришмаса? Фирибгарнинг қайғуси атрофдагиларга баттар зуғум ўтказар, унинг чўнтаги ҳали-бери навбатдаги қўнғироғи: “Банкдаги ишлар тугашига оз қолди. 420 000 сўм ёрдам қилсангиз, қўлимга пул тушиши билан ҳамма қарзларимдан қутуламан”. Нодира опа Матлуба исмли танишиникига бориб, 420000 сўм қарз олиб, Наргизанинг қўлига тутқазади. Шундан кейин ҳам бу аёл Нодира опанинг кўп пулларини олади. Н.Бегованинг Н.Мажитовага жами берган қарзи 3100000 сўм ва 1500 АҚШ долларини ташкил этади. Аммо Наргиза бу пулларни қайтариш ўрнига қорасини ҳам кўрсатмайди. Чунки у энди бошқа бир “қурбон” изига тушган эди.

Энди у бошқа танишлар топган эди. Банкдан кредит олиш, катта пулга эга бўлишни баҳона қилиб шаҳарнинг Н.Жўраев кўчасида яшовчи Нарзиой Ҳусанованинг бошини айлантиради. У ердан уч ой давомида жами 900000 сўм пул ва 600 АҚШ доллари олиб, жуфтакни ростлайди.

Ўйга толасан, киши. Биров кредит оламан деса, сенга нима? Кредитнинг фойда-зарари кимнинг зиммасида? Йўқ жойдан ташвиш, муаммо орттиришни наҳотки, бир лаҳза ўйлаб кўришмаса? Фирибгарнинг қайғуси атрофдагиларга баттар зуғум ўтказар, унинг чўнтаги ҳали-бери тўлмас, пулдор, содда кишиларни қидиришда давом этарди. Гоҳ у кўчада, гоҳ бу кўчада, гоҳ бошқа маҳаллада пайдо бўларди-ю, унинг ортидан қидирувчилар сони Китобда аста-секин кўпаяётганлигидан бехабар эди. Кунларнинг бирида у Собир Раҳимов маҳалласида пайдо бўлди. Аниқроғи, Мая Ашерованикига “меҳмон”га борарди. Улар бир зумда эски қадрдонлардек топишиб олишди. Аввалига тортиниб турган уй бекаси аста-секин оила сирларини ҳам фош қилиб қўяди. Бир неча тилла тақинчоқларини сотмоқчи-ю, аммо харидор топишга қийналаётганини гап орасида қистириб ўтади. Наргиза худди шуни кутиб тургандек: “Олиб чиқинг опа, мен бир кўрай, баҳосини кейин айтаман”, дейди. Шунда аёлнинг 6 турдаги аёллар ва эркакларнинг тилло тақинчоқларини бозор нархидан-да анча юқори баҳода сотиб беришни зиммасига олган Наргиза уларни ҳисоблаб чиқади. Ўша куни Н.Мажитова М.Ашерованинг жами 4520000 сўмлик тилла буюмларини 15 кун ичида сотиб, пулларини келтириб беришга ваъда бериб, дом-дараксиз ғойиб бўлади.

Фирибгар кезган манзиллар, у билан учрашган шахслар сони кўпаяверибди, баъзи одамлар Наргизанинг онаси яшайдиган уйга бораверибди, фирибгарнинг режалари аста-секин қисқара бошлади. Ниҳоят, у ҳуқуқни муҳофаза қилиш идоралари ходимлари томонидан қўлга олинди. Ва унга нисбатан жиноят кодексида белгиланган моддалар асосида тегишли жазо тайинланди.

Акмал ПАТТАЕВ,
Китоб туман Ички ишлар бўлими тергов бўлинмаси бошлиғи, майор.
Абдуқаҳҳор ЭЛМИРЗАЕВ, журналист.

ҚАЙСИ ОСТОНА ТИЛЛО?

МУЛОҲАЗА

Эшик олдига олов ёқилиб, ёр-ёр садолари дилларга ажиб титроқ солди:

Остонаси тиллодан
уй сеники, ёр-ёр...

Қизиқ, нега энди қизнинг туғилиб ўсган, эркаликлари, беғубор болалигига, ота-она меҳрига тўлиқ ўз уйининг остонаси эмас, аксинча, келин бўлиб тушаётган хонадоннинг остонаси тиллодан экан? Янглишмасам, шу биргина сўз келин бўлмишга оиланинг нақадар муқаддаслиги ҳақидаги илк тушунчани беради.

Бундан бир неча йил муқаддам бир оила соҳиби билан суҳбатлашгандим. «Биласизми, — деганди ўша одам, — хотиним билан тўққиз йил фарзандсизлик азобида қоврилиб яшадик. Хотинимнинг айби биргина туғмаслиги эмас, ажрашишга арзирли бир неча номақбул қилиқлари бор эди. Кўплар менга унинг жавобини бериб юборишим кераклигини очиқ-ойдин маслаҳат беришса, баъзилар ортимдан пинҳона куларди ҳам. Лекин нима бўлганда ҳам у менинг аёлим, оилам эди. Қолаверса, хотиним мендан кейин кимгадир тегса, ўша инсон унинг айбларини мендек кечириб яшашига ишонолмасдим. Шундай аёлнинг пешонамга битилганини қисматнинг синови деб билдим. Кейин икки фарзандли бўлдик. Ҳозир аёлимдан кўнглим тўқ, у хатоларини тушуниб етган, «бахтлиман» десам, ёлғон гапирмаган бўламан...»

Мен бу инсон каби оилани муқаддас биладиганларни жуда кам учратдим. «Хотинимнинг онаси менга яхши сарпо қилмади», «Хотиним онамнинг кўнглини ола билмади», «Хотинимда кўнглим йўқ», «Хотиним...» дея бор айбни аёлига ағдариб, кўнгли янги ёр тусаб қолганларни эса сиз ҳам жуда кўп кўргандирсиз.

Бир донишманд ўғлининг бошини иккита қилаётганда, шундай насиҳат қилган экан: «Ўғлим, бугундан бошлаб сенга бир неча шарафли лавозимлар ато этилди. Энди сен эр, оиланинг посбони ва бир аёлнинг суянчиғи, ҳимоячиси ва тарбиячисисан! Шу вазифаларни сабр билан адо этсанг, бахтга эришасан. Адо этолмасанг, умрингни елларга совурган бўласан».

Донишмандниng ўгитлари ичидан бир сўз менинг эътиборимни тортди: **«тарбиячи»**. Қанийди, ҳар бир эр хотинига тарбиячи бўлолса ва ўзи ҳам тарбиячиликка арзиса!

Бир куни йўловчи машинада икки йигитнинг суҳбати қулоғимга чалиниб қолди.

— Нариги уйга ҳам бориб турибсизми? – деди бири.

— Ҳа.

— Ўтган гал кўришганимизда, «хотиним кундоши борлигини билибди» деб ташвишда юргандингиз. Роса жанжал-тўполон кўтаргандир?

— Тўполон қилгани билан қўлидан нима келарди. Ҳозир иккитага уйланиш «мода» бўлган-ку! — деди иккинчи эркак ҳи-ҳилаб куларкан.

Унинг аёлига раҳмим келди. Тўғри, эрининг хиёнатидан қочиб ҳеч қаёққа боролмайди, чунки этагидан тутиб қоладиган болалари бор. Аммо у етиб бўлган икки манзил бор – бу «Норизолик» ва «Армон» манзили! Бу манзиллардаги нолалар бир куни ўша эркакни қулфатга гирифтор этмаслигига ҳеч ким кафолат беролмайди...

Тўғри, ҳаёт тарозуси ҳеч қачон тенг келмаган, доим кимнингдир фойдасига оғиб турган. Келинг, азиз замондош, тарозининг енгил келган палласига одилона мулоҳазаларингизни, бугунги қадамингизни эртага фарзандлар тақдирига қай йўсинда таъсир кўрсатишини тош қилиб қўйиб кўринг. Ҳақиқий бахт оилангизда, четдаги бегона ҳаловатлар ўткинчи эканлигини англайлик. Оилангиз кўзига очиқ нигоҳ билан тик қарай олсангиз, шу сизнинг бу дунёда топган энг улуғ тахтингиз эмасми?

...Эшитаяпсизми, ёр-ёр садоларини? Яна бир янги оила бунёдга келаяпти. Тенги йўқ тилло остона умр бўйи ҳар биримизга муборак бўлиб қолсин илойим...

Шаҳло ИСМОИЛЖОН қизи

Бахтли бўлинг! Бахтли бўлинг! Бахтли бўлинг!

«Гулнора билан мени келинойим таништирганди. Улар битта ташкилотда ишлашарди. Уни бир кўришдаёқ ёқтириб қолганман. Чиройли, кўҳликкина қиз эди. Бир ой ичида тўйимиз бўлди. Шу орада ўғлим, қизим туғилди. Шофёр бўлганим учун сафарларга тез-тез чиқиб турардим. Топиш-тутишим оила боқишимга яхшигина етарди. Хотинимнинг отаси вафот этиб, болалигида анча қийналган экан. Унга барча орзуларингни амалга ошираман, деб ҳар маошимдан кийим-кечагига, гапгаштакда юришига пул ажратардим. Афсуски, хато қилган эканман. Шундай дугона топиб олдики, ўша аёлнинг гапи Гулнора учун «қонун»га айланди. Кейин ўртамизга совуқчилик тушди. Болаларим ҳаққи ҳурмати тишимни-тишимга босиб чидадим. Барибир яшолмадик, ажрашишга мажбур бўлдим. **Ёшим 44 да.** Уй-жойим дейдиган, вафодор, қадримга етадиган аёл учраса, мустаҳкам оила қурмоқчиман.

ЖАСУР,
Тошкент вилояти».

«Нуржон билан институтда ўқиб юрган кезларим, уйга қайтаётганимда автобусда танишиб қолгандим. У ўша куни, эрталаб шошилиб чиққан экан шекилли, ҳамёнини унутиб қолдирибди. Чамаси икки соат йўл юриб қўйгандик. Ёнимда автобус ойнасидан кўз узмай кетаётган қизнинг бирдан ранги ўзгариб, нима қиларини билмай қолди. Ҳадеб у «Чипта олганимда шу пайт билган бўлардим», дея ўз фойдасини ўйлаб, йўловчиларни чиқарган шофёрга қовоғини солиб, ёмон қараб қўярди. Ноилож «қарз, қайтарасиз-ку» деганимдан сўнггина у қўлига тутган пулимни олди.

Хайрлашаётганимизда секин ўқиётган институтимни, ўқиш манзилимни сўради. Қарзни қайтариш ниятида икки марта излаб келиб, мени учратолмабди. Ётоқхона қоровулига пул билан хат ташлаб кетибди. Мендан жудаям миннатдор эканлигини ёзибди. Биз шундай қилиб бир-биримизни топдик. Уч йилдан сўнг тўйимиз бўлди. Ўғил-қизларимиз туғилди. Нуржон орзуимдаги фаришта эди. Ишим юришиб, топган-тутганим баракали, оиламиз тинч-тотув, дастурхонимиз тўкин яшаётгандик. Кутилмаганда Нуржоннинг ёлғиз укаси автоҳалокатга учраб, вафот этгач, унинг қон босими кўтариладиган бўлиб қолди. Узоқ вақт даволанди. Лекин охири инсульт балосига учраб, дунёдан ўтди. Шунга ҳам мана, беш йил бўлибди. Фарзандларим жудаям меҳрибон, атрофимда парвона. **Ёшим 58 да.** Маълумотим олий. Меҳрибон, фарзандлари ташвишидан қутилган ёки ёлғиз аёл учраса, хабар берсангиз.

РЎЗИБОЙ оға,
Хоразм вилояти».

«Рустам билан севишиб турмуш қургандик. Лекин унинг онаси тўйимизга базўр рози бўлганди. Ўзининг узоқ қариндошининг қизини келин қилиш ниятида бўлган экан. Қайнонам бажарган уй юмушларимдан ҳеч камчилик тополмасди. Қизим туғилгач, уни кўнглимдагидек парваришлашга вақт тополмасдим. Шунинг учун унинг ҳали у ери, ҳали бу ери оғриб, безовта бўларди. Бу қайнонамга ёқмасди. Шу орада ўша қариндошининг қизига кўшнимизнинг ўғли уйланди. Бу йиқилганнинг устига тепгандай бўлди. Шундан сўнг бошим балога қолди. Ўғлим туғилди. Икки болали бўлсам-да, қайнонамнинг муомаласи ўзгармади. Бир куни ўғлига «Кўрдингми, туққан болалари ҳам касалманд, мен узоқни, келажагингни ўйлагандим. Айтганимни қилмадинг, ҳалиям кеч эмас, шартта ажраш», дея насиҳат қилаётганини эшитиб қолдим. Шу кундан бошлаб қўлим ишга, оғзим ошга бормай қолди. Икки боламни бағримга босиб, йиғлаб отамникига кетдим.

24 ёшимда қонуний ажрашдик. Ўша пайтда қизим уч ярим, ўғлим бир ярим ёшда эди. Орадан шунча йиллар ўтди, қизимни узатдим, энди эса ўғлимни уйлантирмоқчиман. **Ёшим 48 да.** Ёшимга мос, диёнатли, қадримга етадиган инсон учраса, турмушга чиқмоқчиман.

ҲАФИЗА,
Сурхондарё вилояти».

ТАҲРИРИЯТДАН:

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

МУРОЖААТ УЧУН ТЕЛЕФОН: 234-25-46

«ЎКТАМХОН-НУР»
ЎҚУВ МАРКАЗИ

қуйидаги ўқув курсларга таклиф этади:

Тикувчилик — 3 ой, бошловчилар — 6 ой.
Тўй ва оқшом либослари — 1-2 ой.
Аёллар костюм-шими, плаш-пальто — 1-2 ой.
Ҳамшира — 6 ой. 4 ойи ўқиш, 2 ойи амалиёт.
Ҳамшира (тезкор) — 3 ой.
Тиббий массаж — 2 ой (амалиёт билан). Нуқтали — 1 ой.
Торт ва пиширикдар — 2 ой (амалиёти билан).
Пиширикдар олий курси — 1 ой.
Уйғурча таомлар ва салатлар — 1 ой (амалиёти билан).
Аёллар сартарошлиги — 3 ой (амалиёт билан).
Педикюр, маникюр — 1 ой (амалиёт билан).
Сартарошлик — 3 ой (амалиёти билан).
Тўй ва оқшом турмаклари ва макияж — 1 ой.
Бухгалтерия ҳисоби — 3 ой.
Элита парда ва чойшаблар олий курси — 1 ой (амалиёт билан).
Сартарошлик — 2-3 ой (ўғил болалар учун, амалий).
Каштачилик — 3 ой (машинкада вышивка).
Тўқувчилик — 2 ой.
Инглиз тили — 3 ой, бошловчилар — 6 ой.
Рус тили — 3 ой, бошловчилар — 6 ой.
Бисер тикиш, яъни мунчоқ тикиш — 2 ой.
Сунъий гул ясаш — 1-2 ой.
Компьютер сабоқлари — 2 ой. Интернет — 1 ой
Арабча ва миллий рақс — 3 ой.

Ўқишга қабул ҳар куни

■ **Машғулотлар амалиёт билан бирга олиб борилади.** ■ **Ётоқхона мавжуд.**

Ўқишни тугатганларга ДИПЛОМ берилади.

Манзил: Юнусобод тумани, 3-мавзе, 1-уй, 31-хона. Мўлжал: Юнусобод деҳкон бозори орқасида. Тел: 221-17-95, 221-77-72 (кундузи), 225-97-93 18:00 дан 22:00 гача.

Муассислар: Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси, «Болалар ва оилаларни қўллаб-қувватлаш» ассоциацияси ва «Соғлом авлод учун» халқаро жамғармаси

Таҳририятга келган қўлёзмалар муаллифларга қайтарилмайди.
Реклама материаллари учун таҳририят жавобгар эмас.

«Шарқ» *нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида чоп этилди. Ташкент, Буюк Турон кўчаси, 41-уй.*
Босишга топшириш вақти – 15:00
Босишга топширилди – 16:00

E-mail: oilavajamiyat@sarkor.uz

Бош муҳаррир: Норқобил ЖАЛИЛОВ

Қабулхона: (тел/факс) 233-28-20
Мухбирлар: 234-25-46
Котибият: 233-04-35

Web-site: oilavajamiyat.uz

МАНЗИЛИМИЗ:
Тошкент – 700000
Амир Темур кўчаси, 1-тор кўча, 2-уй
Мўлжал: Олой бозори ёнида

ОБУНА ИНДЕКСИ – 176
Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида **0169**-рақам билан **11.01.07**да рўйхатга олинган. Буюртма Г – 632. Формати А–3, ҳажми 4 табоқ. Адади – 9014
Навбатчи муҳаррир — **Фаррух ЖАББОРОВ**
Саҳифаловчи — **Илҳом ЖУМАНОВ**
Мусаҳҳиҳлар — **Саидғани САЙДАЛИМОВ, Мафтуна МИНГБОЕВА**

ISSN 2010-7609 1345