



ҚИЗИҚЧИ ҚАЙСИ 4
ҚОЗОНДА ҚАЙНАЙДИ?

АСАЛАРИ НЕГА
КАМАЙМОҚДА? 5



6



8
ЭКРАН ҚАРШИДА-
ГИ ЭРКАТОЙЛАР

ҚАДР-ҚИММАТИМ, ТАЯНЧИМ ВА ИФТИХОРИМСАН, МУСТАҚИЛ ЎЗБЕКИСТОН!



Назира БОЙМУРОДОВА
сурат-лавҳаси.

НАБИРА

Орзулар кўзида жилмайган зиё,
Қартайган қувончга тутилган асо,
Жоним жарангида эй янги наво,
Яратган бизга ҳам айлади карам,
Боболик бахтини берган набирам!

Йўлларингни кутиб толганди момонг,
Аллани соғиниб қолганди момонг,
Сени қўлларига олганда момонг,
Аллага айланди бу кўҳна олам,
Момолик бахтини берган набирам!

Бағрим баҳориди очилган ғунча,
Куртак кулгусидек ширинсан бунча,
Онанг минг тўлғонди кундек кулгунча,
Бизни қутлаганлар биздан-да хуррам,
Шодлик шаробини тутган набирам!

Ой бизга эгилди, қайрилди қуёш,
О, мулки малагим, о, жажжи дилдош,
Ширин бўлар экан, севинч тўккан ёш,
Кулбамиз сен билан қасрдан кўркам,
Сен асли кўнглимиз кўрки набирам!

Маҳмуд ТООИР,
Ўзбекистон халқ шоири.

ҲИКМАТ

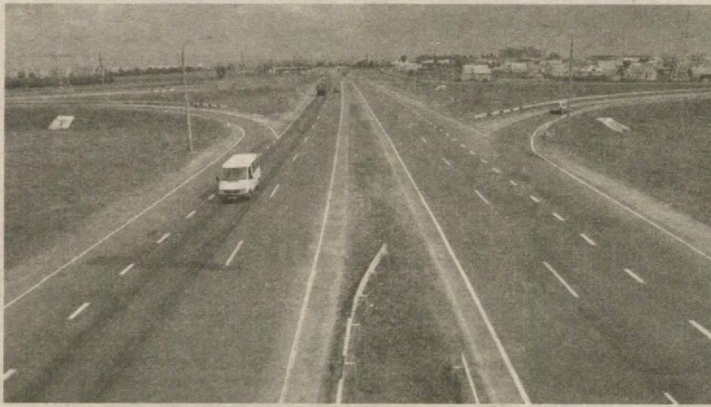
Яхши сифатларнинг
энг аввали бағрикенглик
ва бойни камбағалдан
устун қўймасликдир.

Амир ТЕМУР

ЙЎЛДА СОНИЯЛАР ҚАДРИ

Республикамизда “Йўл ҳаракати хавфсизлиги ойлиги” ўтказилмоқда

Йўл-транспорт ҳодисалари ҳамда қондабузарликларнинг олдини олиш, ҳаракат хавфсизлигини таъминлаш самарадорлигини ошириш мақсадида жорий йилнинг 15 декабридан 2014 йилнинг 15 январига қадар республикамиз ҳудудида “Ҳаракат хавфсизлиги ойлиги” ўтказилмоқда. Айни пайтда мазкур тадбир доирасида олиб борилаётган ишлар ҳақида Ўзбекистон Республикаси Ички ишлар вазирлиги Йўл ҳаракати хавфсизлиги Бош бошқармаси бошлиғи, полковник Холматжон САЙДАЛИЕВ мухбиримизга қуйидагиларни сўзлаб берди.



— Техника тараққий этган, аҳолининг турмуш даражаси йилдан-йилга ошаётган бугунги кунда нафақат шаҳарларимизда, балки қишлоқларда ҳам машиналар серкатновлиги ортмоқда. Замонавий талаблар даражасидаги динамика ва тезлик хусусиятлари юқори бўлган транспорт воситаларининг сони ва йўлларда ҳаракат жадаллиги йил сайин ўсиб бораёпти.

Бу эса ўз навбатида ҳаракат хавфсизлигини таъминлаш, йўл-транспорт ҳодисаларининг олдини олиш, фуқароларимизнинг ҳаёти ва соғлигини, мол-мулкларини ҳимоя қилиш юзасидан самарали чоралар кўриш, йўлларда содир бўлган ҳодисаларнинг оқибатларига ҳамда юзага ке-

лиш шарт-шароитларига янада эътибор қўйиштиришни тақозо қилади.

Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2013 йил 4 декабрда қабул қилинган 825-сонли фармойишига мувофиқ республикамизда ўтказилаётган “Йўл ҳаракати хавфсизлиги ойлиги” ҳам ана шундай муҳим мақсадларга қаратилган. Айни пайтда йўл ҳаракати хавфсизлигини таъминлаш масалаларига, жумладан, йўл-транспорт ҳодисаларининг олдини олиш, давлат ташкилотлари, корхоналар, меҳнат жамоалари ҳайдовчилари, пиёдалар ва болалар ўртасида профилактик тадбирларни олиб бориш, транспорт воситаларининг техник ҳолатини яхшилаш, йўлларнинг ҳаракатга қўлайлигига эътибор

қаратиш ҳамда тарғибот-ташвиқот ишлари бўйича кенг қўламли чора-тадбирлар амалга оширилмоқда.

Шуни таъкидлаш лозимки, Бош бошқармамиз томонидан ҳар йили мунтазам равишда ўтказилаётган “Диққат, болалар”, “Таътил”, “Диққат, пиёда”, “Яшил чироқ”, “Ҳаракат хавфсизлиги ойлиги” каби тадбирлар содир этилаётган йўл-транспорт ҳодисалари сонининг сезиларли даражада пасайишига хизмат қилаёпти.

Ички ишлар вазирлиги ДЙХХХ ҳодимлари томонидан жорий йилнинг ўтган ўн бир ойи давомида жами 3 миллион 104 минг 680 та, жумладан, 1 миллион 279 минг 280 та қўпол қондабузарлик, 41 минг 796 та маст ҳолда, 5491 та монитор ўрнатилган транспортни бошқариш, 18 минг 580 та қорайтирилган ойнали транспортдан ва 37 минг 406 ҳолатда телефондан фойдаланиш, 734 минг 860 та хавфсизлик тасмасидан фойдаланмаслик ҳолатлари аниқланган.

Бу каби рақамлар ортида инсонлар ҳаёти борлигини назарда тутсақ, йўл ҳаракати хавфсизлиги ҳар биримиз учун нақадар муҳим ва бунга ҳеч ким бефарқ бўлмаслиги лозимлигини англаймиз.

Хусусан, пиёдаларнинг йўл ҳаракати қоидаларидан зарур даражада билимларга эга бўлиши ва бу қоидаларга риоя этиш кўникмаларини қўчайтириш катта аҳамият касб этади. Ҳар бир инсон йўл ҳаракати иштирокчисига айланар экан, у ҳайдовчи ёки пиёда бўлишидан қатъи назар, ўзининг ва атрофидагиларнинг хавфсизлигини таъминлашга масъул эканини чуқур ҳис қилиши зарур.

Албатта, йўл ҳаракати иштирокчиларининг хавфсизлигини таъминлаш, бу билан боғлиқ ҳодисалар туфайли етadиган моддий ва маънавий зарарнинг олдини олиш, айниқса, келажақ авлоднинг соғлигини асраб-авайлаш масъул идоралар, шунингдек, барча давлат ва жамоат ташкилотларининг ҳамда кенг жамоатчиликнинг ҳамжиҳатликда ишлашини талаб қилади.

Кези келганда фуқароларимизнинг “Йўл ҳаракати қоидаларини” чуқур билишлари, уларга ҳурмат билан қарашлари, транспорт воситасини бошқариш маданиятига риоя қилишлари ўз ижобий таъсирини кўрсатишини ҳам айтиш жоиз. Вазирлар Маҳкамасининг юқорида қайд этилган

Жараён

фармойишида Ўзбекистон Республикаси ҳудудида йўл-транспорт ҳодисаларининг олдини олиш ҳамда йўл ҳаракати хавфсизлигини таъминлаш самарадорлигини ошириш мақсадида комплекс чора-тадбирлар кўриш, транспорт ва пиёдалар, жумладан, болалар ҳаракати серкатнов бўлган йўллар ва жойларни белгилаш ва зарур чоралар кўриш, транспорт воситаларининг техник тайёргарлигини ҳамда ҳайдовчиларга йўл ҳаракати қоидаларини ўқитишни янада яхшилаш, ойликни ўтказишга кенг жамоатчиликни жалб қилиш каби чораларга алоҳида эътибор қаратилган. Шундан келиб чиқиб, Қорақалпоғистон Республикаси Вазирлар Кенгаши, вилоятлар ва Тошкент шаҳар ҳокимликларига «Ҳаракат хавфсизлиги ойлиги»ни ташкил этиш ва ўтказиш комиссияларини тузиш, ойликни самарали ўтказиш юзасидан бир қатор аниқ вазифалар юклатилди. Шунингдек, матбуот ва оммавий ахборот воситалари томонидан мазкур тадбирларни кенг ва атрофликка ёритиштириш, жойларда тарғибот тадбирларини олиб бориш назарда тутилган.

Маълумки, ҳар бир транспорт воситаси, у хоҳ йўловчи, хоҳ юк ташувчи бўлсин, биринчи навбатда техник жиҳатдан соз бўлмоғи лозим. Йўлда бирор-бир тасодифий кўнгилсизликка учрамаслик, айниқса, йўловчи ташувчи транспортлар хизматидан фойдаланаётган фуқаролар хавфсизлигини таъминлаш аввало автоуловнинг техник соғлигига боғлиқ. Турли русумдаги автомобилларнинг сони, йўлларда машиналар серкатновлиги ортаётгани ҳам ҳайдовчилар ва бошқа масъул кишиларнинг бу борадаги масъулиятини янада оширади.

Йўл ҳаракати иштирокчиси — ҳайдовчи ёки пиёда ҳам белгиланган қоидаларни бузмаслиги шарт. Йўлда бир сонияга кечикиш ёки шошилиш нохуш ҳолатларни келтириб чиқаради, баъзан инсонни ҳаётдан кўз юмишига сабаб бўлиб қолади. Шундай экан, барчамиз, айниқса болаларнинг йўл ҳаракати қоидаларига қатъий риоя қилишлари ҳар биримизга боғлиқ бўлган ҳаётий вазифамиздир.

**“Оила ва жамият” мухбири
Дилором МАТКАРИМОВА
ёзиб олди.**

Спорт

ГЎЗАЛЛИК ВА НАФОСАТ БАЙРАМИ

Пойтахтимиздаги “Ўзбекистон” спорт мажмуасида Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси, Маданият ва спорт ишлари, Халқ таълими вазирликлари, Гимнастика федерацияси, “Соғлом авлод учун” халқаро ҳайрия жамғармаси, Болалар спортини ривожлантириш жамғармаси ҳамкорлигида “Гимнастика барча учун” Ўзбекистон очик чемпионати бўлиб ўтди.

Мақтаб ва коллеж ўқувчилари, уй бекалари, корхона ва ташкилотлар ходимларидан иборат жами 500 нафарга яқин иштирокчи ўз иқтидорларини намойён қилган мазкур анъанавий мусобақа юртимизда хотин-қизлар спортига катта эътибор қаратилганининг яна бир ёрқин ифодасидир. Тўрт ёшдан етмиш ёшгача бўлган иштирокчилар катнашган “Гимнастика барча учун” мусобақаси хотин-қизлар ўртасида соғлом турмуш тарзини шакллантиришга хизмат қилиши билан ҳам алоҳида аҳамият касб этади.

Бир қатор жамоаларнинг чиқишлари юқори баҳоланган ушбу чемпионатда Тошкент вилоятининг “Шанс” жамоаси мусобақа бош соврини — Ўзбекистон Гимнастика федерацияси кубоги соҳибни бўлди.

Тадбирда Ўзбекистон Республикаси Бош вазирининг уринбосари, Республика Хотин-қизлар қўмитаси раиси Э. Боситхонова сўзга чиқди.

Ўз мухбиримиз

Бахт остонаси

Жорий йилнинг 30 апрелида қабул қилинган “Ўзбекистон Республикасининг айрим қонун ҳужжатларига ўзгартиш ва қўшимчалар киритиш тўғрисида” ги Қонунга мувофиқ, никоҳ ёшига амал қилмасликка қарши чора-тадбирлар қўйиштирилганлиги юртдошларимизни никоҳ муносабатларига янада жиддийроқ қарашга ундаб, оилалар мустаҳкамлигини таъминлашга хизмат қилмоқда.

Жумладан, Ўзбекистон Республикасининг Маъмурий жавобгарлик тўғрисидаги кодексига киритилган сўнгги ўзгартишларга кўра, эндиликда никоҳ ёшига етмаган шахс билан ҳақиқатда никоҳ муносабатларига киришганлик учун энг кам ойлик иш ҳақининг беш бараваридан ўн бараваригача миқдорда, ота-она ёки уларнинг ўрнини босувчи шахслар томонидан никоҳ ёшига етмаган шахсни эрга бериш ёхуд уйлантирилганлик учун энг кам ойлик иш ҳақининг етти бараваридан ўн беш бараваригача миқдорда, никоҳ ёшига етмаган шахс билан никоҳ тузишга доир диний маросимни амалга оширганлик энг кам ойлик иш ҳақининг ўн ба-

НИКОҲ МУНОСАБАТЛАРИ: ЖАВОБГАРЛИК ВА МАСЪУЛИЯТ

раваридан йигирма бараваригача миқдорда жарима солинишига сабаб бўлади.

Шунингдек, қонунчиликка киритилган ўзгартиш ва қўшимчаларга асосан, Ўзбекистон Республикасининг Жиноят кодекси “Никоҳ ёши тўғрисидаги қонун ҳужжатларини бузиш” ҳақидаги 125⁻модда билан тўлдирилди. Унга кўра юқоридаги ҳаракатларни содир этган ва бунинг учун маъмурий жазо қўлланилган шахслар шундан кейин ҳам юқоридаги ҳолатларни содир этаётган бўлса, уларга нисбатан қаттиқроқ жазо чоралари қўлланилишини назарда тутди.

Масалан, никоҳ ёшига етмаган шахс билан ҳақиқатда никоҳ муносабатларига киришиш шундай қилмиш учун маъмурий жазо қўлланилгандан кейин содир этилса, энг кам ойлик иш ҳақининг йигирма бараваридан ўттиз бараваригача миқдорда жарима ёки бир йилгача ахлоқ тузатиш ишлари ёхуд уч ойгача қамоқ жазоси билан жазоланиши, маъмурий жазо қўлланилганига

қарамай, никоҳ ёшига етмаган фарзандини эрга берган ёхуд уйлантирган ота-оналар ёки уларнинг ўрнини босувчи шахсларга эса энг кам ойлик иш ҳақининг ўттиз бараваридан эллик бараваригача миқдорда жарима ёки икки йилгача ахлоқ тузатиш ишлари ёхуд тўрт ойгача қамоқ жазоси қўлланилиши, шунингдек, никоҳ ёшига етмаган шахс билан никоҳ тузишга доир диний маросимни амалга ошириш шундай қилмиш учун маъмурий жазо қўлланилгандан кейин содир этилган бўлса, энг кам ойлик иш ҳақининг эллик бараваридан юз бараваригача миқдорда жарима ёки уч йилгача ахлоқ тузатиш ишлари ёхуд олти ойгача қамоқ билан жазоланишини назарда тутадиган нормалар оила муносабатларини мустаҳкамлаш мақсадида миллий қонунчилигимизга киритилган зарур ўзгартиш ва қўшимчалардир.

**Альфия КАСИМОВА,
Фаргона вилояти
Қувасой шаҳар
ФХДЁ бўлими мудири.**

БАХТ КАЛИТИНИНГ ЭГАСИ

Ёёвон туманидаги 22-умумий ўрта таълим мактаби хотин-қизлар кўмитаси бошланғич ташкилоти раиси, Халқ таълими аълочиси Ўқтамхон СОЛИЕВА ўтаётган вақтнинг ҳар бир дақиқасидан ҳикмат топиб яшагани боис, барчанинг хурмат-эътиборини қозонган. Ўртимизнинг чекка қишлоқларидан бирида яшаётган бу гайратли аёлнинг умр йўллари барчамизга ибрат бўлгули.

— Ўқтамхон опа, инсонда меҳроқибат туйғуси болаликда уйғонади, шу маънода болалик хотираларингиз ҳақида сўзлаб берсангиз?

— Отам раҳматли Қозоқбой Холмирзаев оддий деҳқон бўлган. Урушда қатнашиб, чап кўрагидан жароҳат олиб қайтган. Ёшлигимизда отам ҳазиллашиб, “Бу еримни фашист деган махлук тишлаб олган”, деб қўярди. Кўпинча отамнинг ёнида юриб, дала ишларида ёрдамлашардим. Эъкан ниҳоллари кўкарганини кўрган кун отам учун байрам бўларди. “Онамнинг тандир бошида нон ёпаётганини кўриш орзум бўлган, — деб эсларди ёшлик даврларини. — Тинчлик-хотиржамликнинг қадрига этинглар”, деб қайта қайта такрорлашдан чарчамасди. Падари бузрукворимнинг оламдан ўтганига 23 йил бўлди. Улардан саккиз киз, икки ўғил қолдик. Ўғилларимга деб ўз қўллари билан иморатлар қурди. Аммо дарвоза қурмас эди. Қишлоғимизга келган одам чиройли, шинам уйлари кўриб ҳаваси келади. Аҳоли учун хизмат кўрсатиш шохобчаси дейсизми, мактаб, боғча барчаси замонавий талабларга жавоб берадиган даражада қурилган. Аммо ҳеч ким дарвоза қуришни ҳаёлига келтирмайди. Бу нимадан далолат? Албатта, хотиржамликдан. Айрим одамлар билан суҳбатлашсангиз, ота-онасидан дангиллама уй-жой, беҳисоб бойлик қолганини айтиб мақтанашади. Бизга отамиздан меҳроқибат мерос бўлиб қолди.

— Маҳалланинг фаоли сифатида халқнинг тўю томошанида бош-қош бўларкансиз. Дабдаба, ҳою ҳавасга ўч айрим аёллар томонидан ўйлаб топилаётган ноо-

датий урф-одатлар бошқалар учун муаммо келтирмайтимики?

— Яқинда андижонлик аёллар даврасида ўтириб, ачинарли бир воқеани эшитиб қолдим. Айрим қишлоқларда оналар турмушга узатиладиган қизларини стоматолога олиб бориб, соппа-соғ тишининг ўрнига тилла тиш қўйдириб келишар экан. Бу қизимиз турмушга чиқишга тайёр, деган маънони билдираармиш. Оналаридан қолишмаган қизлар ҳам бунга янгилик киритишибди. Тилла тишлар атрофини майда кўзали тошчалар билан безашни одат қилишибди. Бу гапни эшитиб, ёкамни ушладим.

Фаргона вилоятининг баъзи қишлоқларида тўй куни “вакил она” томонидан келинга қатиқ ичказиш маросими ўтказилади. Илгари бу вазифа ёши улуг, кўпни кўрган, обрўли аёллардан бирига топшириларди. “Тиниб-тинчимайдиган” аёллар бу одатни ҳам янгилашга улгуришибди. Яъни қатиқ ўрнига, тилла зирак тақиш урфга кирибди. Ажабланарлиси, йигитнинг қайси қариндоши келинга зирак тақса, қатиқни ўша аёл ичказар ва “иккинчи она” деган номга сазовор бўларкан.

Тўғич опам Анорхон Абдуллаева туманимизда кайвони. Улар билан учрашиб қолганимда, шу каби муаммолар хусусида ҳам суҳбатлашамиз. Яқинда туман миқёсида йигилиш ўтказилаб, келинга сеп қилиш ҳамда куёв томонга тоғора юбориш каби маросимларга чек қўйиш ҳақида келишиб олинди. Қишлоғимизда ибратли аъ-

ана йўлга қўйилган. Қайси қизнинг уйига совчилар келса, дарров маҳалла маслаҳатчиси ва отинойсига хабар берилади. Совчиларга ўзимизнинг урф-одатларимиз тушунтирилади.

— Оила сўзининг ўзаги сабр-қаноатдан олинган экан, бу бора-



да нима дейсиз?

— Ўтган йили олдимга бир ҳамқишлоғим келиб, турмуш ҳаётидан нолиб қолди. Эри пойтахтга ишлагани кетиб, бир аёл билан хуфёна яшаб юрганини эшитиб қолибди. Уч боласини олиб, ота уйига кетмоқчилигини, эри билан ажрашмоқчи эканини айтди. Унга сабр-қаноатли аёл бахтли бўлишини тушунтирдим. Сўзларимга ишониб-ишонмай уйига қайтди. Орадан икки йил ўтиб, умр йўлдоши бош эгиб, оиласига қайтиб келди. Тошган дарё яна ўзанига тушиб, ҳаммаси унутилди. Яқинда қизини узатиб, куда-андалди бўлди. Агар ўшанда бу аёл жahl устида ажрашиб кетганида, яна бир оила пароканда бўлармики.

Сабр қилган одам ҳар доим қўзлаган мақсадига эришади. Бунга ўз ҳаётим мисолида ҳам кўп бора амин бўлганман. Ўн фарзандли оилага келин бўлиб тушганман. Онам раҳматли, “Қизим, рўзгорим тинч бўлсин

десанг, оғзингга тош солиб юр. Шунда бахт калити қўлингга бўлади”, дерди. Ханузгача шу ўғитларга амал қилиб яшаяпман, кам бўлганим йўқ.

— Ижод, изланиш, янгиликлар яратиш учун гайрат-шижоатни қаердан оласиз?

— Албатта, атрофимдаги одамлар, шогирдларим ва яқинларимдан мадад оламан. Ўттиз йилдан буён бошланғич синф ўқувчиларига даёс бериб келаяпман. Тажрибамдан келиб чиқиб айтадиган бўлсам, ҳар бир ўқитувчининг ўзига хос иш услуби бўлади. Ёшлигимдан мумтоз кўшиқлар куйлашни яхши кўрганам боис, энг шўх, эркатой, йиглоқи ўқувчиларимни кўшиқ билан тарбиялайман ҳам. Албатта, бугунги кун боласини ҳайрон қолдириш мушкул. Ҳар бири мустанқил фикри, қарашига эга. Ўз устингизда изланмай қўйдингизми, тамом, қолоқ ўқитувчи сафига қўшилиасиз. Ўқувчиларим қалбида компьютеру телефон ўйинларидан кўра, китобга меҳр уйғотиш энг катта орзуми эди. Мактабимиз қошида ёш ижодкорлар тўғарагини ташкил этдик. Пойтахтда яшаб ижод қилаётган таниқли шоиру ёзувчиларни таклиф қилиб, улар билан ижодий учрашувлар ўтказишни йўлга қўйдик. Уринишларим бежиз кетмаётганидан қувонаман. Таътил пайтлари қишлоқ кўчасидан кетаётган болаларнинг қўйида китобни кўриш мен учун жуда ёқимли. Шогирдларимнинг юрт хизматиға камарбаста бўлаётганини кўриб, кучимга куч, гайратимга гайрат қўшилади. Аёл кишига иқтидорини кўрсатиши учун оилада шароит яратиб берилиши муҳим ўрин тутади. Турмуш ўртоғим Мамаюнус ака мени қўллаб-қувватлагани боис, айна пайтада бахтиёр оиланинг бекаси, шириндан-шакер навараларнинг бувижониси деган бахтга мушарраф бўлдим.

“Оила ва жамият” муҳбири
Нигора РАҲМОНОВА
суҳбатлашди.

— Жамиятда ўз ўрнимизни топишимизда маҳалланинг аҳамияти беқиёс. Чунки ҳаммамиз ана шу гўшада вояга етамиз, — дейди Беқобод туманидаги “Далварзин” қишлоқ фуқаролари йигини раиси Гулзода Пўлатова. — Миллий удумлар, қадриятларимизнинг ҳаётимиз учун нечоғли дахлдорлигини вақт ўтгани сайин теран англаб бораверамиз. Айна пайтада ана шундай ҳаётчан аъналарни тарғиб этиш, уларни оилаларда қарор топтиришда маҳаллаларда фаолият юритаётган маслаҳатчилар фидойилик кўрсатишмоқда.

— Аввало мактаб ёшидаги ўғил-қизларнинг таълим-тарбиясига алоҳида эътибор берамиз, — дейди “Зиёли” маҳалла маслаҳатчиси Муборак Мамадалиева. — Айниса, мактабнинг 8-9 синф ҳамда коллеж ўқувчилари билан жонли мулоқотлар ўтказамиз. Шунингдек, маҳаллада янги тушган келинларнинг турмуш тарзига эътибор қаратамиз. Чунки уларнинг қайнона-келин муносабатлари оиланинг шаклланишига замин яратади. Баъзи вақтларда бошқа туман ёки вилоятдан келин бўлиб тушган сингилларимизга шу оиланинг тутуми, яъни ўзига хос-

ИБРАТ МАКТАБЛАРИ МАҲАЛЛАЛАРДА ШАКЛЛАНМОҚДА

ликларини тушунтиришимизга тўғри келади. Бу билан ўртада юзага келиши эҳтимоли бўлган тушунмовчиликларнинг олдини оламиз. Мақсадимиз фақат маслаҳат беришгина эмас, уларга ҳаётда ўрнак ҳам бўлишдир.

— Маслаҳатчи бўлиш осон иш эмас, ниҳоятда масъулиятли вазифа, — дейди “Янгибозор” маҳалла маслаҳатчиси Манзура Сагапова. — Худудимизда 3200 нафар фуқаро яшайди. Ҳар бирининг ўзига яраша табиати, феъл-атвори бор. Улар билан ишлашда катта тажриба талаб этилади. Мавжуд кўшимча имконлардан фойдаланиш оилада тўқин-сочинлиқни таъминлайди. Шу боис маҳалламиздаги деярли ҳар бир хонадонда майда ва йирик шохли уй хайвонлари боқилади. Томорқасидан эса икки-уч маротаба ҳосил олувчилар кўп. Бу ерда

фаолият юритаётган “Далварзин” таъмирлаш устахонаси ҳамқишлоқларимизни иш билан таъминлашда катта ёрдам бермоқда.

Туғиш ёшидаги аёллар-



нинг репродуктив саломатлигини асраб-авайлаш мақсадида ҳафтанинг сешанба куни аёллар куни, душанба — “Саломатлик сектори” куни деб белгиланган. Ҳар бир ишимада кайвони маслаҳатчиларимиз сўзига қулоқ тутамиз.

Назира Акназарова, Жамила Жўраеванинг ёш оилаларга оилавий ҳаёт шаклланишида ҳолис маънавий кўмакчи бўлишаётганини айтиб ўтиш жоиз.

— Эрта туғруқларнинг олдини олиш учун хотин-қизлар билан ҳамнафас яшаш зарур, — дейди “Олтин водий” маҳалласи маслаҳатчиси Сайёра Норбўтаева. — Туғишда оралик масофани сақлаш, аёлларда учрайдиган айрим касалликларнинг олдини олиш учун аёлларни тиббий кўриқдан ўтказиш мақсадида, душанба куни малакали мутахассислар кўригига жалб этганимиз. Қишлоқ врачлик пункти ҳамшираси Зулайхо Юнусова билан биргаликда оила озодалиги, фарзандлар саломатлиги борасида ҳафта

ўртасида маҳалла аҳли билан учрашувлар ўтказамиз.

— Болаларнинг асосий вақти мактаб, коллежларда устозлари билан ўтади, шу боис “Мактаб — маҳалла — оила” ҳамкорлиги кенг йўлга қўйилган, — дейди “Бобурмирзо” маҳалла маслаҳатчиси Саида Мирзаева. — Ўқувчилар давомати, билим олишлари билан нафақат ота-оналар, биз маҳалладошлар ҳам қизиқишимиз керак. Туманимиздаги бешта коллежда ўқувчиларимиз таҳсил олади. Уларнинг машғулотларга ҳар кунги қатнови, ўзлаштируви, кундалик ҳаёт тарзидан бохабар бўламиз.

“Далварзин” қишлоқ фуқаролар йигини аҳли ҳар бир ишни баҳамжихат ҳал этишни одат қилган. Бу ерда фаолият олиб бораётган хунарманд ва тадбиркорлар ёшларни иш билан таъминлашда амалий ёрдам беришмоқда. Барча маҳаллаларда ҳамжихатликда олиб борилаётган ишлар натижада эса кўчалар кундан-кунга ободонлашиб бормоқда. Хонадонларга кут-барака кирмоқда.

Нигора УРОЛОВА,
“Оила ва жамият”
муҳбири.

Иктидорли кизикчи Ўктам Қорабоев телеэкранларда намоиш этилган "Кўзгу", "Жиз-биз" каби кўрсатувлари орқали кўпчиликка таниш. Ўзига хос ижро услуби, теша тегмаган латифалари билан кўплаб мухлислар меҳрини қозонишга улгурган умидли санъаткорнинг кўнгил олами, санъат борасидаги фикр-мулоҳазалари билан яқиндан танишиш учун уни суҳбатга чорладик.

Кизикчи Қайси Қозонда Қайнайд?

— Ўктам ака, сизнингча, кизикчилик ўзини нима? Актёр билан кизикчининг фарқи нимада деб ўйлайсиз?

— Кизикчилик кўпчилик ўйлаганидек, фақат хурсандчилик, латифа айтиш ёки ўйин-кулгини тарғиб этишдан иборат эмас, балки инсонлар юрагидаги дардни кулги орқали ифодаладиган санъат туридир. Латифани ҳаммаям айтиши мумкин, лекин унинг ижросига келганда саноклигина кишилар бунинг уйдасидан чиқа олади. Ана ўшаларни кизикчи дейиш мумкин. Кизикчилик ўқиб эришиладиган даража эмас, балки Аллоҳ томонидан бериладиган истеъдоддир. Кайфияти бўлса ҳам, кизикчи одамларнинг кайфиятини кўтариши керак. Касбимизнинг мураккаблиги шундаки, баъзан ўзимиз меҳр-муҳаббат, ширин сўзга илҳақ бўлиб турсак-да, бошқаларга яхши кайфият улашишимиз шарт.

Актёрлик санъати олий ўқув юртида махсус ўргатилади, диплом берилади. Кизикчилик эса ҳеч қайси ўқув юртида ўргатилмайди, унга ҳужжат ҳам берилмайди. Лекин бу дегани кизикчи ўқимайди, дегани эмас, аксинча у актёрлардан икки-учи баробар кўпроқ ўқиши, дунёқарашни кенгроқ бўлиши керак. Чунки бутун бир театр ёки кино жамоаси айтмоқчи бўлган фикрни кизикчи битта латифа орқали ифодалашига тўғри келади.

— Ўз репертуарингиздаги лавҳаларга ўзингиз ҳам куласизми?

— Буюк ёзувчимиз Абдулла Қодирий айтганидек, ёзган асаринг ўзингни йиғлатиб-кулдирмас, бошқаларга ҳам таъсир кўрсатмайди. Шунга амал қилган ҳолда, ўзимга манзур бўлган лавҳаларни томошабинга ҳавола этаман. Новвой нон ёгани учун нон ёгиси келмаслиги мумкин, лекин бу новвой умуман нон емайди, дегани эмас. Яна шуниси борки, ўзинг минг йиғлаб-кулганинг билан ўша асар халққа манзур бўлмаслиги ҳам мумкин. Бундай пайтлар санъаткор учун энг мураккаб вазият ҳисобланади. Ижоднинг ҳақиқий баҳосини эса томошабин беради.



Санъаткор мухлисларнинг орқасидан эргашмаслиги, аксинча уларни ўз ортидан эргаштириши керак. Буни эплган ҳақиқий истеъдодлар ўз санъати билан халқнинг юрагида қолади. Шундай инсонлардан бири раҳматли устозимиз Ҳожибой Тожибоев эди. Унинг ҳар бир сўзи, латифасида одамлар ўзини кўра оларди.

— Эйтибор берадиган бўлсак, сўнги пайтларда кизикчиларнинг концерт дастурида кизикарли латифа ёки сўзлардан кўра, кўшиқлар кўпроқ вақтни оляпти...

— Юсуфжон кизик Шакаржоновга: «Кизикчи ўзи қандай бўлиши керак?», деб савол беришганда, у: "Битта қозонга кўшиқчи, доирачи, раққос, шеър ёзувчи — ҳаммасини солиб қайнатса, кизикчи пайдо бўлади", деб жавоб берган экан. Кўшиқ айтиш кизикчиликнинг бир қирраси деб ўйлайман. Фақат унинг кизикчилиги биринчи ўринда туриши керак. Баъзи жойларда концертнинг деярли ярми кўшиқ билан ўтиб кетяпти. Кизикчининг икки соатлик концертида томошабин бир соат кўшиқ эшитишга мажбур бўляпти. Ҳамма нарса меърида бўлгани маъқул. Кизикчимиз, биринчи навбатда, ўз зиммасидаги вазифани бажариши керак. Халқ кулиш, завқланиш учун кизикчининг концертига киради, кўшиқ эшитиш учун эмас.

— "Кўзгу", "Жиз-биз" кўрсатувларини давом эттириб, фақат шулар билан қолмоқчимисиз ёки келгу-

Гурунг

унинг етук санъаткор бўлиб шаклланишида муҳим восита бўлиб хизмат қилади. Муҳими, кизикчилик ўта зийракликни талаб қилади. Халқнинг ичидаги гапларни зийраклик билан илғаб ололмас экан, унинг гапларига ҳеч ким кулмайди.

— Ўз кўрсатувларингизни оила даврасида ўтириб кўрасизми?

— Авваллари монтаж жараёнида ўзим катнашганим учун телевизорда намоиш этилган кўрсатувларимизни умуман кўрмасдим. Ҳозир эса монтажда катнашмаганим учун баъзи-баъзида кўратадиган бўлдим. Болаларим ёки аёлим кўрсатувнинг баъзи жойларида кулмаса, хижолат бўлиб, нима дейишни билмай қоламан. Тўғри, улар очикдан-очик танқид қилишмайди. Кўпроқ ютуқларим ҳақида гапиришади. Лекин мен уларнинг чехрасига қараб, қаерда хатога йўл қўйганимни ўзим тушуни оламан.

Санъаткор касби тақозоси билан оиласи, болалари даврасида камроқ бўлади. Кўча-кўйдаги дўст-биродарлар кўнглини олишга, уларни хурсанд қилишга вақтимни аямайман-у, болаларим, аёлимни хурсанд қилишга эса кам вақт ажратаман. Аёлим мактабда ўқитувчи бўлиб ишлайди.

Икки қиз, бир ўғлим катта бўлиб қолишган бўлса-да, ҳалиям болаларча инжиқликларимни кўтарадиган аёлимга раҳмат айтаман. Яхши санъаткор бўлиш билан бирга, яхши ота бўлсам, фарзандларим мен билан фахрланиб юрса, дейман.

— Сиз илтимос қиладиганлар ва сиздан илтимос қиладиганлар кўпми?

— Аввало, илтимосга кунинг қолмасин, дейди доно халқимиз. Жуда зарур иш юзасидан бўлса, бораман, шундаям фақат бир марта. Биров учун ҳам ўртага тушиб, илтимос қилган пайтларим бўлган. Ўзимдан яқин дўстим ҳам, душманам ҳам йўқ. Чунки ўз-ўзини хароб қиладиган ҳам, кўкка кўтарадиган ҳам, тушкунликка тушган пайтларим руҳлантирадиган ҳам ўзимман. Иложи борича, одам бировга иши тушмасдан, ҳамма нарсага ўз кучи билан эришгани маъқул. Илтимос қилавериш, бировдан илтиж қилиш, кишида дангасаликни келтириб чиқаради, бундай одам оёқ остидаги барғихазонга ўхшаб қолади. Мақсад сари ҳаракатлари сусайиб кетади.

Яқин кунларда концерт бериш ниятим бор, бунда, яқка ижрога асосий ўринни ажратмоқчиман. Ўйлайманки, насиб этса, ана шунда меҳнатларим самарасини кўраман. Барча мухлисларимга яхши кайфият, кулгу, табасум ҳаммиса ёр бўлишини тила қоламан!

Алишер АЛИҚУЛОВ
суҳбатлашди.



ЧҶМИЧ — бир қарашда бу сўзнинг "чўмил" сўзига алоқаси йўқдай туюлади. Бироқ бу икки сўзнинг ҳам ўзаги битта "чўм" феълидир. "Чўм" сўзи "суяқликка ботир" маъносини англатган. "Ўйга чўмиш" деган ибора ҳам шундан келиб чиққан. Суяқ овқатни шопириш, сузиш учун ишлатиладиган узун дастали рўзгор буюмининг номи бўлган "чўмич" сўзи шу тариха пайдо бўлган.

Қозонда бори чўмичга чиқади.

Мақол

ЧАҚИРИМ — одам бақирганда овози етиб борадиган масофа, 1,06 километрга тенг узунлик ўлчовига "чақирим" дейилган. Бу сўз эски ўзбек тилидаги "чақир" феълнинг "баланд овоз билан хабар етказ" деган маъносидан ҳосил қилинган. "Ўзбек тилининг этимологик луғати"да "чақирим" сўзининг туб маъноси шундай изоҳланган.

Тепалик биздан ярим чақиримча нарида бўлиб, ўнг ёни чуқур сойлик эди.

Асқад Мухтор

ҚИРҒОҚ — "Ўзбек тилининг этимологик луғати"да изоҳланишича қадимги тилимизда бу сўз "тўн жияги, чалмаси" деган маънони англатган. Кейинчалик маъно кенгайиши натижасида "нарсанинг чети, хошияси" мазмунини билдира бошлаган. Ҳозирги тилимизда бу сўз "катта оқин сув ёқаси" маъносини англатади. Хуллас, "қирғоқ" сўзи "чет" деган маънони англатувчи "қир" сўзидан келиб чиққан.

Аму оқар қирғоқни ювиб, Кунлар ўтар кунларни қувиб.
Файратий

Эшқобил ШУКУР тайёрлади.

Оила — муқаддас кўрғон нечоғли мустаҳкам бўлса, авлодлар, насл-насаб ҳам шунчалик бардавом бўлади. Ҳаёт синоварини ирода, меҳнат, матонат, сабру тоқат билан енгиб яшаган кишиларгина чинакам бахтли бўлишади. Бундай инсонларнинг ҳаётини, турмуш тарзини бошқаларга ибрат қилиб кўрсатса арзийди.

Пастдаргом туманидаги Найман қишлоғида истиқомат қилувчи Бекмурод ўринбоев узоқ йиллар қишлоқ хўжалиги соҳасида ҳалол меҳнат қилган. Турмуш ўртоғи На-

Замондошларимиз

зод ўринбоев. — Отамизнинг босиб ўтган ибратли ҳаёт йўли бизлар учун мактаб вазифасини ўтади, десам муболаға бўлмайди. У кишининг "Ҳалоллик умрни узайтиради" деган ўғитлари оиламиз шиорига айланган. Ишонсангиз, хонадонимизда йилнинг тўрт фаслидаям бекор ўтирган одамни тополмай-сиз. Томорқамизнинг ҳар қаричидан унумли фойдаланиб, рўзғорбоп сабзавот экинларидан йилига икки-

ҲАЛОЛЛИК ҲИКМАТИ

зира опа билан тўрт нафар ўғил-қизни тарбиялаб вояга етказди, вақти-соатида уйли-жойли қилди. Бекмурод акани маҳаллада ҳам ёшу қари бирдек ҳурмат қилади. Маҳалладошлари бирор хайрли ишга қўл уришса, албатта, у кишининг маслаҳатини олишади. Бу намунали

уч марта ҳосил оламиз.

— Маҳалламизда икки ярим мингга яқин аҳоли истиқомат қилади, — дейди **Найман маҳалла фуқаролар йиғини котибаси Саида Ҳакимова**. — Лекин улар орасида Бекмурод аканинг оиласи



хонадонга кирсангиз, саранжом-сарипталикдан, турфа хил гуллар ифорида кўнглингиз яйрайди. Мўъжазгина ҳовлида мевали дарахтлар, узум ва бошқа неъматлар экилган.

— Умрим давомида ёлғондан ҳазар қилиб яшадим. Фарзандларимга ҳам ана шундай умр кечирши лозимлигини ўқирдим. Ҳалол меҳнат ортидан топилган ризқ-насиба татир экан. Бахтимга аёлим омон бўлсин. Сал кам қирқ йил бирга яшаб, бирор марта сен-менга бормадик, бир-биримизни гап-сўзсиз ташундик. Болалар тарбиясида ҳам баъзан қаттиққўллик, баъзан кўнглинчанлик қилдик, лекин, кўз тегмасин, ҳеч бири юзимизни ерга қаратмади. Энди невараларга кўз-қулоқимиз, ҳаётнинг бутун завқ-шавқи шулар билан экан-да.

— Ҳаётнинг пасту бандини, оила маданиятини, энг аввало, отонамиздан ўргандик, — дейди Бек-

ҳар жиҳатдан бошқаларга намуна. Меҳнатқашлиги, саховатпешалиги, ҳар доим ўзгаларнинг қувонч-ташвиши билан ёниб яшаётгани мақтовга лойиқ.

— Меҳнат қилиб, раҳмат ўрнига миннат эшитган даврларни ҳам кўрдик, ҳозир қаранг, ҳалол ишлаган, ҳалол яшаган одам хор бўлмайди, — дейди Бекмурод ака. — "Ўзим, оилам тинч, бошқаси билан неча пуллик ишим бор", деган қараш нотўғри. Кўшнимизнинг оиласида нотинчлик бўлса-ю, биз хотиржам яшашимиз мумкинми? Ёки кўчада кимнингдир боласи нотўғри йўлга кириб қолаётганини кўрганимизда, менинг болам эмас-ку, дея ўзимизни кўриб кўрмаганга солиш яхшими? Маҳалла, қишлоқ, оилалар тинч-тотув бўлса, кўнгли хотиржам бўлади.

Ҳошим ОРЗИКУЛОВ,
"Оила ва жамият" мухбири.
Самарқанд вилояти.

АСАЛАРИ НЕГА КАМАЙМОҚДА?

Асалари вируси тарқалганлиги туфайли улар камайиб кетмоқда, деган тахминлар бор. Ушбу вируслар Австралия, Хитой, Исроил ва бошқа мамлакатларда кундан-кунга ортмоқда. Бу вируслар юртимизда ҳозирча мавжуд эмас. Асалари инсоният учун нақадар зарур эканлиги, айниқса, 2006 йил охирида уларнинг сони камай бошлагандан сўнг янада яққолроқ сезилди. Агарда улар буткул йўқолиб кетса, инсоният чинакамга биологик ҳалокат хавфида қолади. Негаки, бу йўқотиш кундалик озиқ-овқатлар сирасида нафақат асал, балки барча сабзавот ва мевалар ҳам йўқолишига олиб келади. Асаларилар чанглашиш воситасида ҳозирда умумжаҳон озиқ-овқат захирасининг тўртдан бир қисмини таъминлашни ҳисобга оладиган бўлсак, бунинг оқибатини аниқроқ тасаввур қиламиз.

Дунё бўйича фақатгина Афри-

ка асалариси вирусни писанд қилмайди. Селекционерлар Африка асалариларини Европа асаларилари билан чапиштириб, шу йўл билан вирус ва бошқа касалликларга чидамли, айни вақтда одам ва ҳайвонларни ҳуда-беҳудага қақавермайдиган асаларилар яратиш устида тажриба олиб боришмоқда. Америкалик олимларнинг ҳисоб-китобларига кўра, мевали дарахтлар, буталар, полиз экинларини қўлда сунъий чанглашиш биргина АҚШ ҳудудиди йилига 90 миллион долларга тушар экан.

Асаларининг қушандалари ҳам кўп. Чаён, қовоқари, қуркунак, сичқон, асалари бўриси шулар сирасига қиради. "Асалари бўриси" оддий асаларига ўхшаса-да, ундан каттароқ. У ўз қурчаларини боқиб учун ҳар куни 4-6 та гача асалари олиб келади. Сичқонлар асаларининг инига кириб олиб яшашди ва уларнинг асали, шунингдек, ўзларини ҳам паққос туширишади. Аммо ҳаммасидан ҳам қушлар орасида қуркунак каби асаларини қийратадигани йўқ. Айниқса, ёз ва баҳорда битта қуркунак жигилдониди 70-80 та асалари қолдиқларини топиш мумкин.

Ҳақиқий асал қандай фарқланади?

Асалари 1 кг. бол тўплаш учун 120-150 мингта гулга кўнади. 100 грамм

асалнинг тўйимлиги 220 грамм балик, 90 г. сариеғ, 175 г. гўшт даражасига тенг.

Шакар ёки қанд қўшилган, сув миқдори ошиб кетган асалнинг шифобахшлик хусусияти йўқолади. Ўз-ўзидан савол тугилади: табиий асални сунъий ёки аралашмадан қандай ажратиш мумкин?

Абу Али ибн Синонинг "Тиб қонунлари" китобида: "Тоза асални қошиққа солиб, бўйинг баробар қилиб кўтарсанг ҳам, у тиниқ ингичка игдек оқиб тушади", дейилади. Бундан ташқари, тоза асалнинг ҳиди жуда ўткир бўлиб, таъми эса нақ тилини ёради, томоқни қириб қуйдириб ўтади. Лекин асални фарқлашнинг турли усуллари бор.

2-3 миллиграмм асалнинг дистилланган сувдаги эритмасига 5-10 томчи 5% ли кумуш нитрат тузи қўшинг. Эритмада оқиш лойқаланишдан кейин чўкма ҳосил бўлса,

Инсон ва табиат

асалга шакар қиёми кўшилган.

Крахмал ёки ун қўшилганини аниқлаш учун 2-3 мг. асалнинг дистилланган сувдаги эритмаси қайнатилиб, кейин совитилади. Бунда эритмага бир неча томчи йод эритма-

си қўшинг, шунда эритмада кўки ранг ҳосил бўлади. Бу эса унинг тоза асал эмаслигидан дарак беради.

Шакар билан қалбакилаштирилган асални билиш учун 5 ёки 10 фоизли асалнинг сувдаги эритмасига озгина кумуш нитрат қўшилиди. Эритмада оқ чўқинди ажралиб чиқса, демак, асалга шакар аралаштирилган.

Ярим қошиқ асални бир неча дақиқа оғизда ушлаб турганингиздан сўнг бурун ва кўз бўшлиғида энгил вижиллаш содир бўлса, асал таркибиди турли хил сунъий моддалар борлигини билдиради.

Асални иситмаган маъқул. Чунки у 40 даражадан ортиқ иситилса, шифобахшлик хусусиятлари анча пасаяди. Асални қанча кўп сақласа, дориворлик хусусияти шунча ортади, дейишади. Афсуски, бу нотўғри. 5-10 йил ичида асал таркибиди фойдали моддалар аста-секин емирилиб, у шакардай бўлиб қолади.

Интернет манбалари асосида
Шаҳноза ТОҶИДДИНОВА
тайёрлади.

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

«ЎКТАМХОН-НУР» ўқув маркази

куйдаги ўқув курсларига таклиф этади:

Тикувчилик — 3 ой.
Тўй ва оқшом либослари — 1-2 ой.
Аёллар костюм-шимми, плаш-пальто — 1-2 ой.
Ҳашира — 6 ой. 4 ойи ўқиш, 2 ойи амалиёт.
Ҳашира (тектор) — 3-4 ой (амалиёти билан).
Тиббий массаж — 3 ой.
Торт ва пишириқлар — 2 ой.
Олий торт безатиш курси — 1 ой.
Уйғур, Европа таом ва салатлари — 2 ой.
Ҳажон тасмлари — 2 ой.
Аёллар сартарошлиғи — 3 ой.
Тўй ва оқшом турмақлари ва макияж — 1 ой.
Бухгалтерия ҳисоби — 3 ой.
Элита парда ва чойшаблар тиқиб — 1 ой.

Элита парда ва чойшаблар тиқиб олий курси — 1 ой.
Бичиш-тиқиб, моделлаштириш ва малака ошириш — 1 ой.
Сартарошлик — 2-3 ой (ўғил болалар учун).
Тирноқ, киприк ўстириш ва дилпелация — 1 ой.
Қаштачилик — 3 ой (машинкада вышивка).
Тўқувчилик — 3 ой.
Инглиз тили — 3 ой, рус тили — 3 ой, турк тили — 3 ой, корейс тили — 3 ой.
Бисер, яъни мунчоқ тиқиб — 2 ой.
Декоратив гул ясаш — 1 ой. Сарпо қути ва саватлар ясаш — 1 ой.
Бисердан гуллар, дарахтлар ясаш — 2 ой.
Карвинг (мева ва сабзавотлардан композиция ясаш) — 3 ой.
Компьютер сабоқлари — 2 ой, Интернет — 1 ой.

Барчаси амалиёти билан. Ётоқхона мавжуд.
Ўқишни тугатганларга ДИПЛОМ берилади.

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

МЎЛЖАЛ: Юнусобод деҳқон бозори бош тарафи орқасида.

Тел: (8 371) 221-17-95, 221-77-72, +99894 678-50-30 225-97-93 (18⁰⁰ дан 22⁰⁰ гача).

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

Қадрли дўстимиз
Тиломурот УМАРОВ!

Сизни умр дафтарингизга зарҳал ҳарфлар билан битилаётган табаррук 60 ёшингиз билан самимий муборакбод этамиз! Мустаҳкам сихат-саломатлик, тинчлик ва хотиржамлик, фарзандлар камолини кўриб юриш бахти насиб этишини Яратгандан тилаймиз.



Самимий эҳтиром билан

Зафар Файзиев,
Муртазо Султонов, Равшан
Ҳамидбеков ва бошқалар.

Муҳаммад отанинг

Ҳикояси:

— Етти ўғил, бир қизни улғайтирдик. Тагли-туғли оилалар билан қудда бўлдик, набиралар кўрдик. Аммо уларнинг роҳатини кўрадиган пайт келганида, аёлим мени ҳаётда ёлғиз ташлаб кетди. Мен ўша пайтгача “Болаларимга яхши тарбия берганман. Уларни ҳеч нимадан кам қилмай ўстирдим. Ўқитдим, ишларга жойладим, уйли-жойли қилдим. Қариганимда, бу меҳнатларим роҳатини кўраман”, деб ўйлар эдим. Афсуски, фарзандларимнинг асл қиёфасини, қалбларининг қандайлигини аёлимдан айрилгач кўрдим.

Қўлимда пул борлигида катта ҳаваслар билан етти оилага етадиган ерни сотиб олдим. Ўғилларим, ҳамма ака-укалар ёнма-ён кўшни бўлиб яшади. Бутун маҳалла-кўй уларга ҳавас қилишди, деган ҳаёлда ҳаммаларига бир хил қилиб иморат солдим, ҳатто дарвозаларигача бир хил ўрнатдим. Бирин-кетин ўғилларимни уйлантирдим. Ҳаммалари алоҳида бўлиб яшаганлари учунми, улар орасидан гап-сўз ўтмади. Ёлғиз қизимизни ҳам узатдик. Лекин ўртамеёна яшайдиган хонадонга келин бўлгани учун қизимнинг талаби билан шаҳарнинг қоқ ўртасидан уларга ҳам уй қуриб бердим.

Болаларимнинг ҳаётини энди кўнглим тўқ, деб турганимда, олти йил аввал тўсатдан аёлим вафот этди. Қон босими хасталиги уни ҳаётдан эрта олиб кетди. Унинг вафотидан кейин кўп ўйладим. Аёлим болаларининг ҳамма майда-чуйда ташвишларини ўзига олавериб, шу дардга йуқлиққан эди.

Маъракаларни ўтказганимиздан кейин ўғилларим уй-уйларига кетишди. Ҳеч йўқса биттаси, ҳатто кенжам ҳам “Отамизни ёлғизлатиб қўймайлик” деб ўйламади. Катта ҳовлида сўппайиб бир ўзим қолдим. Тўғри, ҳар куни келинлар овқат олиб чиқишди, навбати билан уйларни тозалаб, кийимларимни ювиб беришди. Лекин ёлғизлик ёмон экан, буни нафақага чиққанимдан кейин янада яхшироқ аниглай бошладим.

Беш йилни ёлғиз ўтказдим. Бундан бир йил аввал болаларимни тўплаб, уларга мақсадимни айтдим. “Бир яхши аёл бўлса, уйланаман”, дедим. Минг андиша билан айтган гапимга хайрихолик билан жавоб беришди деб ўйлагандим. Йўқ, уларнинг ҳаммаси бири қўйиб, бири олиб, қаршилик билдира кетишди. Мен бундай гап айтишдан уялишим керакмиш. Агар уйлансам, оналари гўрида тик турар, халқ устидан кулиб, ўғилларим ва келинларим маҳалла-кўйда бош кўтаролмай қолишармиш...

Хуллас, мен туғул, якин бир дўстим ҳам уларга тушунтиролмади. Менинг уялишимга ҳаммалари тиш-тирноқлари билан қаршилик қила бошлади. Саккиз ой тортишувлар билан ўтди. Ўғилларим шу даражага боришдики, аразлаб менга ош-овқат бермай қўйишди. Майлига, дедим, ўзим учун ўзим ҳаракат қила бошладим.

Бир куни маҳалла фаолларидан бири аҳволимни кўриб, бева қарин-

Даҳри дуннинг ишларидан изтиробда қолганларга йўл-йўриқ кўрсатмоқ, маслаҳат бермоқликка баъзида ожиз қолади киши. Бундай кечмишлардан одам ўзига хулоса чиқариши, уларга ҳамдарад бўлиши мумкин, холос. Минг истиҳола ила таҳририятимизга кириб келган олтмиш саккиз ёшли Муҳаммаджон аканинг бошидан ўтганларини айти шу мақсадда сиз азиз муштарийлар эътиборига ҳавола қилмоқдамиз.



доши борлигини, ўша аёл билан кўришиб, маъқул келса, уйланишимни айтиб қолди. Бу гап ўғилларимнинг қулдига етгани ҳамон улар уйимга бостириб келишди.

— Уйланадиган бўлсангиз, бу уйдан чиқиб кетасиз! — дейишди бараварига.

— Бу уйга биттангиз битта гишт қўйиб қўймагансиз, — дедим мен ҳам.

— Барибир, онамиз яшаган уйга бошқа аёлни олиб келмайсиз!

— Қаерга олиб келишим керак?

— Билмаймиз, уйланадиган бўлсангиз, уйдан чиқиб кетасиз!

— Мени, ўз отангизни кўчага қувиб соляпсизларми? Шу уйдан чиқиб кетсам, сизлар эл-юртда бош кўтариб юра оласизларми?

Шу гапимдан кейин ўғилларим бир-бирларига маъноли қараб олишди.

— Сиз шу ёшингизда уйланишдан уялмасангиз, биз нега уялишимиз керак? — деди катта ўғлим. — Сиз туғул, мен шундай қилишдан уялган бўлардим.

Бошқа ўғилларим ҳам унинг гапини тасдиқлашди.

— Майли, миниб юрган машинангиз ўзингизда қолсин, — деди ўртанча ўғилларимдан бири.

Ичимдан нимадир узилиб кетгандай бўлди. Мен болаларимга ҳамма нарсани берибман-у, меҳр бермаган эканман. Шу тобда йиллар давомида уларни деб тортган машаққатларимга ачиниб кетдим. Бундан кўра уларга қотган нон едириб, ота-онани иззат қилишни ўргатмайманми?!

Хуллас, машинамга ўтирдим-да, уйдан бош олиб кетдим. Яхшиям, болаларимга билдирмай, анчагина пул жамғариб қўйган эканман, ўша пулга икки хонали квартира сотиб олдим ва эллик беш ёшли бир аёлга уйландим. У икки бора рўзгор қилиб, фарзанди бўлмаган экан. Кейинги турмушида тўрт болали эркак билан йигирма йил яшабди. Эри ўлгач, ўғай болалари уни ҳам кўчага қувиб солишибди...

Буни ҳаёт дейдилар

Бу қизиқ!

Қаҳвахўр автомашина

Сўнги тадқиқотлардан маълум бўлишича, кўпчилик сенимли ичимлигига



айланган қаҳва ўзининг ноёб хусусиятлари билан нафақат кишиларга тетиклик бағишлайди, балки автомашиналарни юргизишга ҳам қодир экан. Қаҳва куйқаси билан ҳаракатланадиган машина эса аллақачонлар Гиннеснинг рекордлар китобидан жой олиб улгурган. Ихтирочи Мартин Бейконнинг айтишича, унинг машинаси экологик жиҳатдан тоза бўлиши билан бирга жуда тез юради. Мутахассис уловнинг тезлигини соатига 105 километргача ошириш мумкинлигини таъкидламоқда.

Ҳайвон маҳсулотлари мия учун фойдали



Монреаль университетининг ва Сант-Жюстен шифохонаси олимларининг аниқлашича,

ҳайвон маҳсулотлари инсон мияси фаолияти учун ижобий таъсирга эга экан.

Ўшт ва сут маҳсулотлари, шунингдек, тухум таркибидаги аспарагин аминокислотаси мия ҳужайрасини яхши ишлашини таъминлайди. Тана ҳужайралари ушбу аминокислотасиз ҳам яшайди. Аммо гематоэнцефалик тўсиқдан бу оксил қийинчилик билан ўтади. Ушбу аспарагин аминокислотаси туғма микроцефалия, яъни миянинг кичрайдиган кетиши, шунингдек, аклий заифлик ва тутқаноқ хуружларининг олдини олишда муҳим аҳамиятга эга.

Олимлар аспарагин аминокислотаси синтези бузилиши билан боғлиқ гени (фермент) аниқлашди. Ушбу фермент аспарагин аминокислотаси синтезида иштирок этади. Бу боқимевий жараён бузилса, мия ҳужайраларининг ривожланиши ва кўпайиш жараёни издан чиқади.

Юз гўзаллиги муҳимми ё қомат?

Асосан, 40-55 ёшдаги аёллар худди шундай танловга, яъни юз ёки қомат гўзаллигини танлашларига тўғри келади. Негаки, бу ёшда уларда климакс даври бошланиб, организм ишлаб чиқарадиган эстроген гормонининг миқдори анча камаяди ва натижада кескин қариш жараёнига сабаб бўлади. Айтиш мумкин, бу пайтдаги гормонал ўзгаришлар туфайли кўпчилик аёллар семирб, тўлишиб боради. Ташқи кўринишдан кўнгли тўлмай, тобора асабий бўлиб бораётган хонимлар эндиликда ўз қоматларидан нолимасалар ҳам бўлади. Чунки ўзини синтезлашга қодир бўлган аёллик гармонини ана шу ёш катлами остида сақлаб қолади. Ёр қатталарининг етишмаслиги эса ҳатто 35 ёшли аёлнинг юзини ҳам сўлгин, қаримсик кўрсатиши мумкин. Шундай экан, дўмбоқ хонимлар, гўзал бўлиш учун жон-жаҳдингиз билан парҳез сақлашингизга асло ҳожат йўқ.

Интернет маълумотлари асосида ЗАРИНА таржимаси.

Муҳаммаджон отанинг ҳикоясини ДИЛАФРЎЗ оққа кўчирди.



ТЕСКАРИ ҚУРИЛГАН УЙ

Ердан узилиб, сўнг яна боши билан ерга тушган каби тасаввур берувчи бу уй аслида худди шу кўринишда қурилган. Уйнинг муаллифи Польшанинг Кашуб вилоятида истиқомат қилувчи Даниель Чапевски исмли киши бўлади. Унинг сўзларига кўра, оёғи осмонга қаратилган ушбу уй одамларга дунёнинг беқарорлигини ва исталган пайтда чархнинг тескари айланиб, «оёғи осмонда» бўлиб қолишини доимо эслатиб туриши лозим.

Албата, уйни қуриш ишлари Чапевски учун осон кечмади. Аввалига меймор ва муҳандислар бу гайритабиий гоёни қай йўсинда амалга оширишни билмай бош қотирдилар. Кейин анча вақт уйнинг макетини ту-



зишга қийналишди. Қурилиш бошлангандан кейин эса муҳандислар бирин-кетин қурувчиларнинг ишини рад этиб, бир-бирлари билан бахс-лашишга тушиб кетишди. Чапевскининг сўзларига кўра, бино тўлиқ қуриб битказилгандан кейин уч соат давомида қурувчиларнинг бирортаси ҳам ичкарига кира олмаган – ҳаманинг боши айланар эди.

Гап шундаки, бионинг тескари туриши ичкарига кирган одамга жуда қаттиқ таъсир кўрсатар. Ностандарт ҳолатга ўрганмаган одамнинг оёқлари чалишиб, йиқилиб тушарди. Агар сиз уй деразасидан ташқарига қарасангиз, организмда юз берган гайритабиий ўзгариш таъсирига тушиб қоласиз ва бу ҳолат одамнинг кўнглини оздиради.

Чапевскида эса бунга ўхшаш антиқа гоёлар кўп экан. Масалан, одатдаги машинадан олти баравар катта бўлган енгил машинани яратиш гоёси ҳам унга тегишлидир.

НОЁБ ОТЛАР

Олимлар отларнинг кам учрайдиган саррайа зотини Жаанубий



Иберия ёввойи отлари авлоди эканлигини тасдиқладилар. Бу каби отлар дунё бўйича атиги 200та қолган, холос. Айнан шу зотлар феъл-атвори ва сифати боис, ҳарбий мақсадлар учун Австрия липизанер зотига чаতিштирилган. Ушбу «тулпор»нинг биттаси 100 минг долларгача фойда келтиради.

Наргиза СИДДИҚОВА тайёрлади.

“НОҚУЛАЙ БЎЛСА-ДА, МАЖБУРМАН”

— Самарқанддан кўнғироқ қилаялман, — деди тахририятимизга мурожаат қилган юртдошларимиздан бири. — Бундан икки ойча аввал синглим Олиманинг ҳужжатларини юборгандик. Ҳозиргина газета дўконидан “Оила ва жамият”нинг 45-сонини сотиб олдим. “Исмдан кўра жисм муҳим-ку!” деб номланган хат муаллифи фарғоналик Холмурод исмли йигитнинг телефон рақамини сўрамоқчи эдим.

— Узр, кечикдингиз-ку, сиз айтётган киши жинсизлик Тўхтаҳон деган қиз билан танишиб, турмуш қуришмоқчи.

— Шунақами, ҳар гал ўша дўкондан сеvimли газетанинг янги сонларини сўрасам, нуқул эскиларини тутқазиб, “Ҳали етиб келмади”, дейди. Шундоғам ўқиб турардим-у, лекин энди 2014 йил учун уйимизга обун бўлдим.

Минг бора узр, аслида, аканинг синглисига жуфти ҳалол излаши ноқулай бўлса-да, лекин мен унинг бахтли бўлиб кетишини чин дилдан истганим ва шароит тақозоси туфайли сизларга мурожаат этишга мажбурман. Олиманинг ёши 27 да, ўрта маълумотли. Уй ишларига эпчил, чаққон. Тиқиш-бичиш, пишириқлар тайёрлашни маромига етказди. Жиянларига меҳрибон, болажон қиз. Тўнғич фарзанд бўлганим боис унинг тақдирига кўпроқ мен масъулман. 35 ёшгача, уйланиб ажрашган йигитлар бўлса, манзилимизни берсангиз.

РАШИД,
Самарқанд вилояти.

КУЁВ ЁНИМИЗДА ЭКАН

Ўтган йилнинг декабрь ойида “Бахтли бўлинг” бўлимга борган ку-

нимиз қор гупиллаб ёғиб турганди. Қизимнинг ҳужжатларини ҳамда фотосуратини умид билан тахририятда қолдириб, ўша куни ортага қайтгандик. Февраль ойида андижонлик Асқар исмли йигит кўнғироқ қилиб, турмуш қуриш истагида эканини билдирди. Қизим билан учрашиб, бир-бирларига маъқул келишгач, қўшни вилоят бўлмиш Андижонга йўл олдик. Йигит қишлоқ гузариди пойабзал тузатувчи устага шогирд тушган экан. Онаси



Бахтли бўлинг

ёшлигида оламдан ўтганлиги туфайли ўғай онаси кўлида қолиб, қийналиб ўсибди. Ўз пешона тери эвазига топган маблағига мўъжазгина уй сотиб олибди. Тўйни камчиқимгина қилиб ўтказдик. Тўйхонага сарфлайдиган пулимизга қувёга пойабзал тиқиш устaxonаси очиб бердик. Худога шуқурки, ҳозир қизим фарзанд кутаяпти. Яна битта чиройли оила барпо бўлишида хиссасини қўшгани учун сизларга миннатдорчилик билдираман.

САИДАҚБАР,
Наманган вилояти.

ТЕЛЕФОНДА... ЖАВОБИМНИ БЕРДИ

Аслида, отамнинг хоҳиш-истаги билан бир дўстининг ўлиғи турмушга чиққанман. Қайнона-қайнотам ҳурматимни жойига қўйишарди. Аммо ҳужайним менга кўнғилсиз эди ва буни очик-ойдин айтишдан чарчамасди. Кеч туши дегунча юрагимни ҳовучлаб ўтирардим. Чунки у ишдан қайтиб, менга кўзи тушиди дегунча, “Сени кўрсам, асабийлашавераман”, деб кўнглиمنى оғритарди. Ўғлим туғилгач, эрим пойтахтга ишлагани кетди.

Йигирма кунлик чақалоқни бағримга босиб қолавердим. Шу кетганича қайтмади. Кунларнинг бириди телефон орқали жавобимни берди. Ҳаётда бошқа аёл борлигини эшитгач, ундан умимимни узиб, отамниқига қайтиб кетдим. Ўғлим олти ёшга тўлди. Шу пайтгача бирон марта уни кўргани келмади. Мактабда ўқитувчи бўлиб ишлайман. Боши очик аёлга қийин экан. Атрофдагилар таъна-дашном билан қараётгандек туюлади. Яқинда отам тенги бир одамдан совчи келибди. Эшитиб, роса йиғладим. Бу хабарни бир ҳамкасаба аёлга айтгандим, бир зумда мактабда шов-шув тарқалиб кетди. «Оила ва жамият» мининг энг ишончли сирдошимга айлангани учун ушбу дил сўзларим битилган номани юбораялман. **Ёшим 31 да.** 34-40 ёшгача бўлган бир-икки нафар фарзанди бор инсон бўлса, оила қурмоқчиман.

САЁҲАТ,
Андижон вилояти.

ТАХРИРИЯТДАН:

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

МУРОЖААТ УЧУН ТЕЛЕФОН: 234-25-46

БАҚЛАЖОН Табиат — дорихона

Диетологларнинг фикрича, бақлажондан турли хил салат ва таомлар тайёрлаб ейилса, соғлиқ учун ниҳоятда фойдалидир. Зеро, у озиш учун энг самарали восита ва унча тўйимли бўлмаганлиги боис ҳар қандай парҳеъда ҳам истеъмол қилиш мумкин. Унинг таркибида сув, қанд, аскорбин кислотаси, каротин, калий, натрий, кальций тузлари, фосфор, В₁, В₂, РР, С витаминлари мавжуд.

У қондаги холестерин миқдорини камайтириб, қон томирларини кенгайтириш хусусиятига эга. Бундан ташқари, жигар ва буйрак касалликларига даво бўлибгина қолмай, организмдаги тузларни ҳайдайди. Шунинг учун атеросклерозда, жигар ва буйрак хасталиклариди, подаграда, ошқорон ва ичак касалликлариди бақлажон истеъмол қилиш тавсия этилади. Милк касалликларига ҳам у яхши даво бўлади.

Бир нечта бақлажон духовкада пиширилгач, пўсти арчиллади. Тўғралган помидор, яшил ва қизил булғор қалампери, пиёз, туз ва бироз мурч қўшилади. Устига ўсимлик ёғидан қўшилиб, тановул қилинади. Ушбу салат ҳам тез, ҳам осон тайёрланиб, нонуштага тортилади.

4 дона йирик бақлажон пўсти арчилмай, ўртасидан кесилиб, иккига бўлинади. Сўнг икки томонига туз сепиб, тилларан бўлгунча қовурилади. 200 гр. майонез, 2 чой қошиқ асал, 3 бўлак майдаланган саримсоқпиёз бўлаги, ярим қошиқ хантал (горчица) қўшиб, яхшилаб аралаштирилади. Қозонга териб чиқилиб, ярим стакан сув қуйилгач, 15 дақиқага димланади. Бу таомни иссиқ ҳолида ҳам, совуқлигича ҳам истеъмол қилиш мумкин.

Бақлажон истеъмол қилишдан аввал унинг сифатига эътибор бериш лозим. Чунки унинг таркибида солонин моддаси бўлиб, у тахир таъм ҳосил қилади.

Бақлажондан икра тайёрлаш учун пўсти арчилиб, гўшқиймалагичдан ўтказилади. Йирик тўғралиб, пўсти билан қўшиб қовурилади. Сўнг пиёз, помидор, булғор қалампери йирикроқ қилиб тўғралиб, бирин-кетин солиниб, қовурилаверади. Таъбга кўра, туз, қалампир солинади. Маҳсулотлар унча қаттиқ қовурилмаслиги керак. Олов ҳам баланд бўлмаслиги лозим. Бироздан сўнг олов ўчирилиб, устига қопқоқ ёпилади. Бу мазали икрани қишга ҳам сақлаб қўйиш мумкин.

Латофат САЪДУЛЛАЕВА тайёрлади.

ФОЙДАЛИ МАСЛАҲАТЛАР

Сочингиз илдизини мустаҳкамлаб, бемаврид тўкилишдан асрамоқчи бўлсангиз, ойда бир марта бошингизга лимон шарбати суртиб турунг.

Юздаги қора нуқталардан халос бўлиш учун юзингизга майда туз аралаштирилган совун кўпигини суртиб, беш дақиқадан сўнг илиқ сувда ювиб ташланг.

Кўз нурунинг ўткирлашиши, соч ўсишининг яхшиланиши ва қонда қанд миқдори меъёрида бўлиши учун организмнинг В6 витамини етарли бўлиши лозим. Ушбу витамин ёнғоқ, картошка, банан, сабзи, помидор, лимон ва оқсил маҳсулотларида мавжуд.

Сут таркибидаги кальций ва апельсиндаги С витамини бу маҳсулотларга қараганда қарамда кўпроқ мавжуд экан.

Семизликдан қутулиш учун организмдаги ёғларни эритиш лозим. Бунинг учун қовун, олма, наъматак, пиёз, қарам, турп, саримсоқ ва қовоқ маҳсулотларидан кўпроқ истеъмол қилинг.

Оқартирувчи тиш пасталаридан мунтазам фойдаланмаганингиз маъқул. Сабаби, улар тиш эмалига зиён етказиши мумкин.

Гулноза БОБОЕВА тайёрлади.

ЭКРАН ҚАРШИСИДАГИ ЭРКАТОЙЛАР

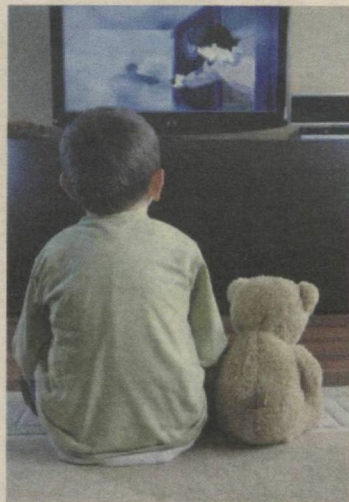
Бугунги ҳаётимизни телевизор ёки компьютерсиз тасаввур эта олмаймиз. Фарзандларимизнинг кўча-қўйда бекорчи, бе-маъни ишларга андармон бўлиб юришидан кўра, тинчгина эк-ран қаршисида ўтиришини кўпчилигимиз маъқуллаймиз. Чунки болам ҳарна кўз олдимда, уйда-ку” деган фикр бизни тинч-лантиради. Бироқ...

Гўзал Рўзматова, психолог:

— Техника асрида яшяпмиз, бу энди давр талаби, деймиз. Лекин фарзандларимизнинг уззукун бу воситаларга боғланиб қолиши яхшилик аломати эмас. Негаки, уларнинг аксарияти ташқи оламдан узилиб, табиатида одамовилик, тажанигли шаклланади. Устига-устак кинолардаги айрим салбий қаҳрамонларга тақ-дил қилгиси келади.

Шохрух Сатторов, таэквон-до ва каратэ бўйича беш карра Ўзбекистон чемпиони:

— Бола қанча кўп ҳаракатда бўлса, нафақат саломатлиги, балки хотира-си учун ҳам фойдалидир. Танамиздаги қон ҳар куни эрталаб соат 5.00-8.00 оралигида анча қуюқлашган бўлади. Шунинг учун ҳам эрта тонгда жисмоний машқларни бажариш орга-низмга яхши таъсир кўрсатади. Бу-нинг натижасида қон тезроқ ҳаракат-ланади ва бироз суолади. Танада меъерий қон айланиши иммун тизи-мининг мустаҳкамлишига ва кайфи-ятнинг яхши бўлишига ҳам таъсир кўрсатади, ланжлик, ҳорғинлик йўқо-либ, одам анча тетиклашади. Кекса-ларимиз “Бола бўлса шўх бўлсин”, деб бежиз айтишмаган. Телевизор ва компьютер қаршисида соатлаб ўтира-диган болалардан одатда аълочилар ёки чемпионлар чиқиси кийин. Чунки камҳаракатлилик туфайли уларнинг табиатида дангасалик ривожланиб улгурди. Бундай болаларнинг умурт-қа погонаси тўғри ривожланмайди.



Оқибатда миёга ахборот етиб бори-ши қийинлашади ва мактабда ҳам дарсларни яхши ўзлаштира олмайди-лар. Шу боис болани ўз вақтида спорт билан шуғулланиши, вақтида ўйнаши, дарс тайёрлаши ва телевизор кўри-шини жиддий назорат қилиш керак.

Озода Қурбонова, оли тифло-ли шифокор, невропатолог:

— Масалан, телевизор, компьютер, музлатгич, радио, телефон каби тех-ника воситаларидан таралаётган нур-лар ҳисобига организм нуруланиши, асаб ва руҳий тизим фаолияти суса-

Мулоҳаза

йиши мумкин. Тўғри, фарзандлари-мизни юқорида саналаётган техник воситалардан фойдаланишни ман қилиб қўя олмаймиз. Аммо хоналар-ни тез-тез шамоллатиб туришимиз, болаларимизнинг экран қаршисида-ги вақтини назорат қилишимиз орқа-ли ўзимизни ҳам, уларни ҳам нурла-нишдан асрашимиз мумкин.

Пўлатой Ҳабибуллаева, бошланғич синф ўқитувчиси:

— Мутахассислар фикрича, 7-12 ёшли болалар телевизор ёки компь-ютер қаршисида 10-15, 6-9 синф ўқу-чиси эса 20-30 дақиқа ўтиришлари мумкин экан. 13 ёшдан юқори ўсмир-лар 40 дақиқадан ортиқ телевизор қаршисида ўтирса, саломатлигига зиён ета бошлайди. Мактаб ёшидаги бола телеэкрандан камида 3 метр, дисплей ҳамда компьютердан эса 35-40 см. узоқликда бўлишлари шарт. Аммо айрим ота-оналарнинг эътибор-сизлиги боис баъзан бир яшар гўдак ҳам телевизор қаршисида соатлаб қолиб кетади. Бунинг зиёнини мактаб-га тайёргарлик даврида боланинг ўзлаштириш қобилияти суз эканли-гидан ҳам аниқлаш мумкин. Ҳозир мен тарбиялаётган 30 нафарга яқин 1-синф ўқувчисининг аксарияти етти ёшга тўлган бўлса-да, улар орасида ручка ушлашни билмайдиган, ёзиш ва ўқишга қийналаётганлари ҳам бор. Айрим болалар ўргатилган ҳарфлар-ни ёдида сақлаб қололмайди. Тажри-бадан маълумки, мактабгача таълим муассасаларида тарбияланган бола-ларда 1-синфга қатнай бошлаган ку-ниданок фаоллик сезилади. Чунки, боғчаларда ўз вақтида турли машгу-лотлар ўтилади, болаларнинг очик ҳавода мириқиб ўйнашларига имкон берилади, ёз кунлари сув ҳавзалари ташкил қилиниб, жисмоний машқлар-га ҳам эътибор қаратилади.

Барно МИРЗААХМЕДОВА, “Оила ва жамият” муҳбири.

БИЗ СУЯНАДИГАН УСТУНЛАР

Яқинда бўлимизга бир йигит суднинг никоҳдан аж-ралиш ҳақидаги ажрим қарорини олиб келди. Ундан тур-муш ҳаёти нима учун бузилгани ҳақида сўрадик. Шунда у ўзи кўнгли қўйиб турмуш қурган қизнинг ота-онаси бунга сабаб бўлгани, куда-анда ўртасидаги гап-сўзлар туфай-ли тақдирида шу нохушлик рўй берганини афсусланиб гапирди.

Каттами, чиқикми, оила, барибир муқаддас. Баъзан куда-андалар аслида ёш оила ҳаётига мутлақо дахлсиз нарсалар — ҳар хил буюмлар ёки ортиқча оврагарчи-ликларни хонадоннинг бузилишига сабаб даражасида бўрттириб юборишади. Гоҳида эса ёш келин-куёвнинг оилавий ҳаётга тайёр эмаслиги, ўз тақдирини бефарқ қарши оқибатида никоҳ ажримлари кузатилади.

Яна бир мисол. Хузуримизга келган катта ёшдаги киши: “Бирор хизмат билан эмас, тилим куйганидан, бошқаларга ибрат бўлсин, деб келдим. Тўйга катта хара-жат қилганим, ҳаммаси зое кетди Бунақа ҳолни бал-ки кузатмагандирсизлар, айтишга бироз нокулай, лекин ҳаёт экан”, дея кўнгилсиз воқеани айтиб берди...

Ёлғиз фарзандини уйлантиришга катта миқдорда хара-жатлар қилган ота ўглининг турмуши бўлмаслигини тушуниши оғир, албатта. Тўйдан кейин янги тушган ке-

лин “Менга қиз бола сифатида “турмуш қурди”, деган ном керак эди, сиз билан яшашим шарт эмас. Аслида мен аллақачон оила қилганман, десам ҳам бўлаверди”, дебди.

Ўзининг ва ўзгаларнинг тақдирини бундай бепарво-ларча қарашни изоҳлаш қийин. Тўйда ўзини қайнота ва қайнона деб хис қилиб, қувончи қўққа етган ота-онанинг кўнгли-чи, дейсиз беихтиёр.

Айрим йигит-қизлар ота-оналарнинг ўғитларидан кўра интернет ва бошқа ахборот манбаларидаги миллийлиги-мизга хос бўлмаган мазмундаги маълумотлар, кино, ви-део, клиглрдан билиб-билмай андоза олишади. Афсус-ланарлиси, ўз ҳаётида шуларга тақлид қилиб қўяди. Жой-ларда ўтказилаётган тарбиёт тадбирларимизда бу жи-хатларга алоҳида эътибор қаратилади. “Ҳаётда сиз ни-мага суюнасиз?”, деган саволга, айниқса катта ёшдаги-лар “оилага”, деб жавоб беришлари равшан. Ана шу каби суюнч хиссини барча, хусусан, турмуш қураётган ёшлар қалбида уйғотиб боришимиз зарур. Бу маънода эса ав-вало ҳар бир хонадондаги маънавий муҳит, ота-она тар-бияси, ибрати фарзанд учун яқин ва таъсирчан аҳамият-га эга. Оилада миллий қадриятлар руҳида тарбия топган йигит-қизлар гўзал инсоний фазилатлар, айниқса оила-ни қадрлаш тўғриси ҳаётда адашмай яшашга қўмак бе-ришини хис қилиб, онгу шуурига сингдириб улғаяди.

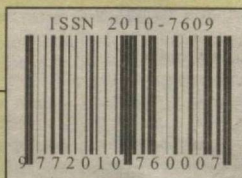
Наргиз УМАРОВА, Тошкент вилояти Куйи Чирчик тумани ФХДЁ бўлими мудири.

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

Тахририятга келган кўпмаъража муаллифларга қайтарилмайди. Реклама материаллари мазмунини учун тахририят жавобгар эмас.

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

E-mail: oilavajamiyat@sarkor.uz



Бош муҳаррир:
Норқобил ЖАЛИЛОВ

Навбатчи муҳаррир — **Дилором МАТКАРИМОВА**
Саҳифаловчи — **Илхом ЖУМАНОВ**
Мусахҳилар — **Сайдғани САЙДАЛИМОВ, Гулноза БОБОЕВА**

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

Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлиги-да 0169-рақам билан 11.01.07 йилда рўйхатга олинган. Буюртма Г — 1228. Фор-мати А3, ҳажми 2 табоқ, Адади — 6560. Ба-ҳоси келишилган нарҳда.

ОБУНА ИНДЕКСИ — 176

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

Web-site: oila-va-jamiyat.uz

1 2 3 4 5



ПОЛВОНЛАРИМИЗ МУВАФФАҚИЯТИ

Истанбул шаҳрида кураш бўйича катталар ўртасида IX жаҳон чемпио-нати бўлиб ўтди.

Турнирда эллиқдан зиёд мамла-катдан 400 нафарга яқин спортчи ўн беш вазн тоифасида голиблик учун куч синашди.

Эркаклар ўртасидаги 66 кило-грамм вазндаги полвонлар беллашу-вида ҳамюртимиз Сухроб Худойбер-диев, яна бир полвонимиз Фаёз Файзуллаев вази 73 килограммга-ча бўлган курашчилар ўртасида шох-супанинг энг юқори погонасига кўта-рилди.

Шунингдек, полвонларимиздан Бектош Сафаров кумуш, Зафар Бўриев ва Мухсин Хисомиддинов бронза медални кўлга киритди.

Хотин-қизлар баҳсида Шохид-Назарова ва Мафтуна Эсонова ик-кинчи, Нодира Гулова ва Дилфуза Темирова учинчи ўринни эгаллади.

ҚУРЪА ТАШЛАНДИ

Швейцариянинг Ньон шаҳрида Европа Чемпионлар лигаси мусоба-қасининг 1/8 финал учрашувлари учун қуръа ташлаш маросими бўлиб ўтди. Унда кизиқарли жуфтликлар юзага келди.

Манчестер Сити - Барселона
Олимпиакос - Манчестер
Юнайтед

Милан - Атлетико
Байер - ПСЖ
Галатасарай - Челси
Шальке-04 - Реал
Зенит - Боруссия Д
Арсенал - Бавария

1/8 финалнинг дастлабки учра-шувлари 18/19 ва 25/26 февраль кунлари бўлиб ўтади.

Интернет манбалари асосида
И. ЖУМАНОВ тайёрлади.

Хурматли Мусо Аҳмедов!

Сизни 79 ёшингиз билан чин қилбимдан муборакбод этаман. Узок умр, соғлиқ-сало-матлик тилайман. Фарзандларингиз, не-вараларингиз ардоғи-да бўлинг!

Хурмат билан дўстингиз
Булуғтур туман «Адолат» СДП
раиси Нажмиддин Боймуродов

ЭЪЛОН!

«SEHER» қўшма корхонасининг хўжалик судининг қарорига асосан давлат рўйхатидан ўтганлиги ҳақидаги гувоҳнома, думалоқ муҳр ва бурчак штампи ҳамда бошқа хуж-жатлари БЕКОР ҚИЛИНАДИ.

Даъволар 2 ой ичида куйидаги манзилда қабул қилинади:
Тошкент шаҳри Олмасор тумани Қорасарой кўчаси, 269-уй.
Тел: 8371 248-68-10