

1991 йил 1 сентябрдан
чиқа бошлаган

Жамият



ШУНДАЙЛАР БОРАЛГИ УЧУН...

“Олий таълим” халқаро фанлар академияси академиги, техника фанлари доктори, профессор Нодир Жамолович Тўйчиев оиласида ҳукм сурадиган турмуш тарзи, оила ахлининг ўзаро муносабати, меҳру-оқибати кишини лол қолдиради. Н.Тўйчиев - машинасозлик бўйича йирик мутахассис, олим, юзлаб шогирдларнинг севимли устозидир.

- Кичкинагина ховлида катта бўлганман, - дея эслайди Нодир Жамолович. - Адам бизга: “Ўқимишли, билимдон бўлинглар, шунда ҳаётингиз мароқли ва сермазмун бўлади”, - Муборахон онамиз эса, - “Ердამга мухтожларга қўл беринглар, ҳеч қачон гина ва ғараз қилманглар”, - дер эдилар.

Урта ва олий мактаблардаги ўқишлар битди. Меҳнат фаолиятим бошланди. Ота-онам мени уйлантириш тараддуидга тушиб қолишди. Шунда мен яқин қариндошим, акахоним Абдуваҳоб акадан: “Қаллик танлашда нималарга эътибор бериш керак?” - деб сўрадим. Бу соҳада мендан икки қўйлакни ортиқ йиртган Абдуваҳоб акам:

- Сен, авваламбор, қиз тағихти тоза оиладанми, иймон-этикодлими, ўқийдими, келин-ийимиз ва тоғамизнинг қилларига тўғри келадики, қолаверса, кўриниши, чиройи қандай, келажақда сени эр сифатида ҳурмат қилиб, измингда бўладими ана шу томонларига эътибор бер, - деб жавоб бердилар.



Уйланиш муддати етганда қиз танлови узоққа бормади. Менинг дунёқарашим ва дидимга мос келин маҳалламизнинг ўзидан чиқди. Дилдорахон хонадонимизга дилбар келин бўлиб тушдилар.

“Интилганга толе ёр”, деганларидек мен техника фанлари доктори, профессор даражасига етдим. Дилдорахон эса фалсафа фани бўйича номзодлик диссертациясини ёклади. Уч фарзандни воёга етказдик. Икки ўғил бир қизимиз, келинларимиз ҳам ўқимишли, зиёли.

Бу оила ҳақида адабиётшунос олим “Ўзбекистон Қахрамони” раҳматли Озод Шарофидинов шу сўзларни айтгандилар:

- Мен Нодиржон Тўйчиев билан неварамизга совчи бўлиб келганларида кўришиб, танишганман. Нодиржон Тўйчиев ҳам, рафиқалари Дилдорахон ҳам кўнглимизга ўтириша қолди. Қариндош бўлдик. Мана, 10 йил ўтди. Қудамиз Нодиржон икки-талаф неварали, биз эса иккита эварали бўлдик. Куёвимиз Зафаржон биз учун куёвдан ортиқ,

ҳақиқий ўғилдек бўлиб қолди.

- Нодир Жамолович билимни ҳар нарсадан устун қўядиган, ғирромликни ёқтирмайдиган, керак жойда тўғри сўзни тангал айта оладиган киши, - дейди Ўзбекистон радиоси “Дўстлик” канали директори ўринбосари Абдуҳалил Абдуваҳобов. - Бевоисита Нодир аканинг таклифи ва иштирокида бир қатор туркум эшиттиришлар тайёрлаганмиз.

Эсимда — бир куни жуда узрли сабаб билан эрталаб студияга етиб кела олмадилар. Эшиттириш эса бир ҳафта олдин эълон қилиб қўйилган эди. Биз учун ажратилган 30 дақиқа мобайнида мен студиядан, у киши бўлса ўз хизмат жойларидан телефон орқали эшиттиришни бошлаб юбордик.

Нодир ака механика соҳасида фақат Ўзбекистондагина эмас, хорижда кўзга кўринган олим бўлсалар-да, академик В.Қуболов ҳақида гапирганда кўзлари ёниб, ўз устозларига эҳтиромларини жуда ҳам баланд эканлигини яширмайдилар. “Устоз отангдай улуг”, деган мақолнинг қанчалик ҳаётли эканлигини Нодир ака бошқалар қатори менга ҳам сингдириб юборганлар.

Дарҳақиқат, катта ва аҳил хонадоннинг суянциги—хурматли олим, том маънодаги инсон, устозлар устози Нодир Тўйчиев қабри заёкор инсонлар борлиги учун ҳам балки бу кўҳна замин ўз теграсида мустаҳкам тургандир.

Тангри ҳамиша сизни ўз паҳолида сақласин, Нодир ака!

Ботир МАЛИК

МЕҲРИ

- Шу даргоҳга қадам босганимга 40 йил бўлибди, - дея хотирлайди, Самарқанд давлат чет тиллар институтининг катта ўқитувчиси, институт хотин-қизлар қўмитасининг раиси Шарофатхон Фозилова. -Шу йиллар мобайнида бир ҳақиқатни англагандай бўлдим. У ҳам бўлса, ўз касбини жондан севган, ўз иш жойининг кундалик ҳаётида ўрни борлигини билган инсонгина ўтаётган умринидан қониқиш ҳосил қиларкан.

Дарҳақиқат, шундай одамлар бўладики, уларнинг меҳриғиси кўзларидан тиниқ кўриниб туради. Бу хислатни теран хис қилган институт маъмурияти Шафоатхонни хотин-қизлар қўмитасига раис қилиб қўйишди. Бир сўз билан айтганда, аудиторияда айта олмаган дил сўзларини турли тadbирлар баҳонасида айта олиш имконини беришди. Шафоатхон, мураббийлик маҳоратини ишга солди, имкон қилдириди.

Бир гал чет тиллар институтида олимпиадаларнинг анжумани бўлади, деган хабарни эшитиб қолдим. Шафоат Фозилова ташаббуси ва бошқаруви асосида ўтган анжуманда катта қўл-аёллар ва олимпиадалар вилоятда, туманларда ўтказилаётган тadbирларга қатнашишга, муаммоларни ечишда қўмаклашишга келишиб олдилар.

Кейинчалик бу тажриба вилоят бўйича оммалашиб кетди. Олимпиадалар хотин-қизлар билан боллик тadbирларда иштирок этмоқдалар. Туманлардаги маҳалла хотин-қизларининг иш фаолиятларига қўмаклашмоқдалар.

Институтида ўтказилган “Аёллар ва Самарқандда илм-фан ривожини” мавзусидаги илмий-амалий конференциянинг ташкилотчиси ҳам Шафоатхон ҳисобланади. Унда 37 маърузани ўз ичига олган конференция тезислари чоп этилди. Унда Самарқанднинг энг таниқли олималари билан бир қаторда, ёш тadbирчиларнинг ҳам мақолалари ўрин олди.

Иزلанишдан чарчамаган Шафоатхон янги-янги гоёларни ўртага ташлайди:

- Кейинги йилларда устозлар ва шогирдлар ўртасида сезиларли ўзилиш бўлаётгандек туюлади, - дейди Шафоатхон. Шу муаммо мени безовта қила бошлади. Ана шу безовталиқ мени



ДАРЁ

“Устоз-шогирд” тизимини ташкил этишга ундади.

У Самарқанд вилоят “Олима” уюшмаси аъзоси, Самарқанд вилоят ҳамда Самарқанд шаҳар хотин-қизлар кенгаши раёсатининг аъзоси сифатида жойларда ўз маърузалари билан чиқишлар қилиб туради.

Шафоатхон шунча қилган ишлардан ортиб, ўз севган касби француз тилини ўқитиш муаммоларига доир илмий ишлар билан шуғулланишга имкон топади. У ўттиздан ортиқ илмий мақолалар ва услубий қўлланмаларнинг муаллифи ҳамдир.

Шафоатхондан оиласи ҳақида сўраганимда, - Оилам-суянч тоғим, турмуш ўртоғим олим, 3 нафар ўлим, келинларим, - таянчларим, набираларим-қувончларим. Булар менинг дунёда мавжудлигимни сездириб турадиган мўъжизаларим, бойлигимдир. Уларсиз мен ҳеч нарсга қодир эмасман, - деди жилмайиб.

Йиллар югурик экан, Шафоатхон олтимиш ёшнинг остонасига келганини сезмай қолди. Одатда, бундай пайларда “фалончи фалон баҳорни кўрди” дейилади. Аслида эса инсон умри фақат баҳордангина иборат эмас. Инсон умрининг баҳори билан бир қаторда жазирама ёзи, қаҳратон киши, серзавқ кузи ҳам бўлади. Ҳар фаслнинг машаққатларига мардона бардош берган кишигина босиб ўтилган йўлдан қаноат ҳосил қилади. Шафоатхон ҳам, ана шундай туйғудан баҳраманд бўлишга ҳақли инсондир.

Маҳкам ТУРСУНОВА,
СамДУ доценти.

“СОҒЛОМ АВЛОД УЧУН” КУБОГИ

Тошкент шахрининг “Умид” болалар спорт мажмуасида “Соғлом авлод учун” халқаро хайрия жамғармаси кубоги учун ўсимир ёшлар ўртасида стол теннис бўйича II-Республика турнири бўлиб ўтди.

Ушбу турнирда Қорақалпоғистон республикаси, Тошкент шаҳри ва барча вилоятлардан жами 56 нафар спортчи қатнашди. Қатнашчилар катта ва кичик ёшдаги гу-

руҳларда баҳслашдилар. Биринчи гуруҳда ўғил болалардан Евгений Грудский, қизлардан Ксения Расказова иккинчи гуруҳда эса Сарвар Ражабов ва Нодира Бурхонкужаева ғолиб чиқди. Андижон, Бухоро, Сурхондарё, ва Тошкент вилоятларининг ёш теннисчилари ҳам совриндорлар қаторидан жой олдилар. қўмбатбаҳо совғалар, диплом ва кубоклар топширилди.

И. АБДИЕВ.

ЭРТАКЧИЛАР КҮРИК-ТАНЛОВИ

Инсон болалигини безайдиган, уни баландликларга ундайдиган омиллардан бири эртақдир.

Болалигида бобо-момоларидан, ота-оналаридан мириқиб эртақ эшитмаган одамни учратиш қийин. Термиз шаҳридаги Адиб Собир Термизий номидаги вилоят универсал-илмий кутубхонасида эртақ мавзуга бағишланган анжуманлар, учрашувлар, ёш китобхонлар билан мулоқотлар тез-тез ўтказиб турилади. Яқинда бу

ерда “Энг зўр эртақчи”, “Ким зўр эртақ тўқийди ва билади” мавзуларида кўрик-танлов ўтказилди. Кўрик-танловда шаҳар мактабларининг ўқувчилари фаол иштирок этди. Ўзаро беллашувларда ўқувчилардан Оғабек Чориев, Саида Қултураева, Гулчехра Тўраевалар ғолиб чиқишди ва эс-далик совғалари билан тақдирландилар.

Маҳмуд АБУЛФАЙЗ,
“Туркестон-пресс”



АЁЛЛАР НАЖОТКОРИ

Шундай беморлар борки, Тўшакда михланиб ётар бенажот, Уялиб кетасан тузалганингдан. Шундай шифокорлар борки, Тугишган акангдай қарайди сенга Тузалиб кетасан уялганингдан...

Гулсал Умарова 1974 йили Косон туман туғруқхонасига ишга келди. Оддий шифокор бўлим бошлиғи, бош ҳақим ўринбосари, бош ҳақим вазифарларида фаолият кўрсатди. Олий тоифали врач бўлди. Аёл зоти борки, бошқа жойга бормаса ҳам албатта туғруқхонага келади, бир эмас, ўн мартаб келадиганлари ҳам бор. Шу боис, туманнинг энг чекка кишлоқлари борми, яйлов-у овуллари борми, ҳамма жойда Гулсал Умаровани танишади, қучоқ очиб кутиб олишади.

— Ўн боламга ҳам Гулсал Умарова доялик қилган, — дейди Олатўн кишлоғилик Қўйсин Жумоева. Худо раҳмат қилгур эрим Суюн Холматов Умарованинг қўлида бўлсанг бежавотир бўламан, кўркмайман, ишончли дўхтир, деб таъкидларди. Ўзим ҳам онамга суянгандек суянардим Умаровага.

Гулсал Умарова 2001 йили "Нажот" гинекология хусусий шифохонасини ташкил қилди. 15 ўринли мазкур шифохона бугунги кунда аёлларнинг ҳақиқий нажот қалъасига айланган. Бепушт аёлларни даволаш, ҳомиладор-

ликдан сақланиш учун контрацептик до-риларни қўллаш, ҳомиладорлик асоратларини, яллиғланишни даволаш учун барча шарт-шароитлар тўлиқ яратилган. Бу ерда асосан Гулсал Умарованинг шогирдлари хизмат қилишади. Гулноза Шодиева, Муниса Норбўтаева, Феруза Ражабова, Замира Тасаллаева каби ҳамширалар хизматлари аёлларга жуда манзурдир.

Гулсал Умарова аёлларни профилактик усулда соғломлаштириш, туғруқ орасидаги масофани узайтиришга алоҳида эътибор қаратиб иш олиб бормоқда. Гулсал Умарова юзлаб шогирдлар ҳам тайёрлаган. Давлат Султонов, Фароғат Ниёзкулова, Гулнора Мирзаева, Нодира Бой-

муродова, Дилфуза Тошқулова, Феруза Жўраева, Замира Қўзиева, Холмурод Худойназаров каби шогирдлари кунора Умарованинг ҳузурда бўлишиб, сабоқларидан баҳраманд бўлишга ҳаракат қилишади.

Гулсал Умарова ҳавасли оиланинг бекаси ҳамдир. Умр йўлдоши Хусан Саидов туман Санэпидстанцияси бош ҳақимининг ўринбосари, фарзандларидан Наргиза ва Шахноза Саидовлар болалар шифокори. Баҳодир Саидов иқтисодчи. Саккиз набираси ҳам шифокорлар сулоласининг давомчилари бўлиш ҳаракатида.

— Режаларим кўп, — дейди Гулсал Умарова. — "Нажот"ни кенгайтириш, замонавий асбоб-ускуналар билан тўлиқ жиҳозлаш, физиотерапия тармоқларни кенгайтириб, замонавий даволаш усуллардан кенг фойдаланишга эришиш, ходимларнинг малакасини ошириш, улар сонини ўнтадан ўн бештагача оширишни мўлжалламоқдам. "Нажот" аёлларнинг чинакам нажот қалъасига айланса дейман.

«Шифокор бургут қўзли, киз қўзли, илондек зеҳли ва шер юракли бўлиши керак», — деган экан Абу Али ибн Сино. Гулсал Умарова худди шундай шифокор.

**Нормамат ТОҒА,
Косон шахри.**

УНИНГ БАХТИ

Шифокор бўлиш орзуси Назира опани узоқ Навоий вилоятдан пойтахтга етаклаб келди. Тиббиёт институти стоматология факультетини тамомлагач, мана, 25 йилдирки, Назира Жўраева ўз шифокорлик бурчини ҳалол ва сидки дилдан адо этиб келаяпти. У Тошкент

тида қўллаб-қувватладиган умр йўлдоши, уч қиз, бир ўғил, куёви, келини ва шириндан-шакар икки набираси бор. Ахир аёл учун ақинларининг меҳри ва му-



ҳаббатидан ортиқ бахт бормикан бу дунёда?

Назира Жўраева ана шундай толеи кулган аёллардан. "Шифокор учун беморларнинг дардини енгилаштириш ва

оғриқларига малҳам бўлишдан катта қувонч йўқ, — дейди Назира опа. — Айниқса, кексалар узундан-узун дуо қилиб, раҳмат айтишганда, шу касбни танлаганимдан фахрлини кетаман".

Кутлуг рамазон ҳайити арафасида опа ярим асрлик тўйларини нишонлашларини эшитиб, кўнгилдаги гаплардан уларга илгиним келди. Биз, Назира опага умрлари зиёда, турмуш ўртоқлари билан фарзандлар бахту камолини кўриб, яна узоқ йиллар эл-юрт хизматида юриб, каттаю кичикининг дуосига сазовор бўлишларини истаймиз.

Азиза СОЛИХОВА

МАҚСАДИ—

Шахрисабзда "Тиббиёт билим юрти очилибди" деган хушхабар тарқалганда Малоҳат эндигина 15 ёшга қадам қўйган, орзулари юрагига сиғмай юрган қиз эди. Онаси Невара опа колхоз далалари-ю, 6 фарзанд ташвиши билан тиним билмай юрса-да, қизидagi ўзгаришни дарров пайқайди. Унинг узун сочларини силаркан: "Тинчликми, жоним қизим?", — деди кўнглига қўл солиб. Малоҳат онасига саволмуз тикилди-ю: "Менинг ҳам дўхтир бўлгим келаяпти. Дадам қўярмикинлар ўқишга?...". — дея "дарди"ни ошкор қилди.

Яқинда худди шу саволни катта қизи Махфиратхондан ҳам эшитганди. Она ичидан суюнди: "Тишинг бутунлигида қандай яхши ният қилсанг, етказайди, болам. Дадангни ўзим кўндираман", — деди Невара опа.

Тақдирни қарангки, опа-сингиллар Тошкент Давлат Тиббиёт олийгоҳини тугатишди. Махфиратхон ва Малоҳатхонлар ички касалликлар бўйича шифокор бўлиб чиқишди.

Бу кун шифокор Малоҳат Остоновани шаҳарда танимайдиган одам йўқ. Ярим тунда дарвозасини тақиллатиб, тиббий ёрдам сўраб келганларни ҳам қаюғини уйиб қаршилагани йўқ. Унинг шошиб касал қўришга кетишларига турмуш ўртоғи Луқмон ака ҳам ўрганиб қолган. Малоҳат Остонованинг инсон саломатлиги йўлида қилган хизматларини ҳукуматимиз 1-даражали "Соғлом авлод" ордени ҳамда "Соғлиқни сақлаш аълоҳиси" унвонига мүнөсиб қўрди. У 15 ёшлигида эшитиб, орзу қилган "Тиббиёт билим юрти"га 2001 йил директор қилиб тайинланди. Бу кун икки мингга яқин ўзидек "дўхтир бўлгиси келган" талабага одамларнинг "устозингга балли" деб дуо қилишлари учун ҳаракат қилмоқда. Янги замонавий типдаги коллеж биносига қўйиб ўтишгани ҳам аини муддао бўлди. Яхши-да, 25 та лаборатория, 22 та фан хонаси, 4 та аудитория, тўғарак хоналари — ҳаммаси ўрта махсус касб-хунар таълим бошқармаси Жаҳон банки ва Япония ҳамкорли-



ЭЗГУЛИК

гида "JICA" томонидан ажратилган тиббий асбоб-ускуналар билан жаҳозланган. Ёшлар учун 200 ўринлик ётоқхона ҳам коллеж ёнгинасида. Ошхона, буфет, маиший хизмат марказлари, 13280 минг фондга эга кутубхона, қироатхона талабалар хизматида. Айниқса, ёшлар кучи, диди билан қўллаштирадиган боғ коллежнинг кўркини юз чандон оширган. Талабаларга 126 нафар олий ва 1-тоифали мутахассислар таълим беришади.

Иқтидорли талабалар турли олимпиадаларда, кўрик-танловларда қатнашиб, юқори натижаларга эришмоқдалар. Малоҳат Остнова ўқитувчиларнинг ҳам ўз устида ишлаши, янгиликлардан хабардор бўлиши, дарслик яратиш, услубий қўлланмалар тайёрлашлари учун имконият яратишга ҳаракат қилади.

Ҳа, "Бахтинг сандикда, қалити қўлингда", дейишади. Малоҳат опа мана шу сандикни очолган инсонлардан. Қизлари Дурдонахон, Дилнозахонлар ҳамда ўғли Лочинбекларни ҳам турмуш ўртоғи Луқмон ака билан улғайтириб, ўқитиб, элга қўйишган. Оилада сеvimли бека, меҳрибон она ва хешу ақрабларнинг "ич-қуяри" Малоҳат опанинг бахтига ҳамма ҳавас қилади.

С. ФАХРИДДИНОВА.

Навоий вилоят Конимех туман марказий шифохонаси жарроҳлик бўлими мудири Бўстон Байимбетова 37 йилдан бери шифокорлик касбини улуглаб келмоқда. Етти йил шу касалхонага бош шифокорлик ҳам қилди. Ўтган умри давомида қанчадан-қанча беморларни дарддан фориғ этди, ўнлаб шогирдларга устозлик қилди.

— Мен шифокорлик касбини дунёдаги ҳамма касблардан ҳам улугроқ деб биламан. Агар дунёга қайта келсам яна шу шифокорликни танлаган бўлардим, — дейди Бўстон БОЙИМБЕТОВА.



— Бизнинг шошилинч тиббий ёрдам бўлишимиз 1999 йил иш бошлаган. Ушандан буён бу ердан ҳали бирорта бемор тузалмай кетган эмас. Янгидан таъмирланди, замонавий тиббий ускуналар билан жиҳозланди. Бўлим 30-40 беморга мўлжалланган. Дори-дар-

мон тополмай овора бўлишлар йўқ, — дейди Янгиер туман касалхонаси бўлими бошлиғи Эркинжон Ҳақимов.

Суратда: Моҳир жарроҳ Эркинжон Ҳақимов оила аъзолари билан.

САНОБАР

ТАВОЗЕ

Отабой ога ажойиб инсон. Ажойиблиги - унинг ҳокисорлиги, камтар, кам-сукумлигида. "Қарийсан-қартасан ўз наслинга тортасан", деган халқ мақоли Отабой ога тимсолида ўз исботини яна бир марта топгандай. У кишининг аждодлари юрда яхши танилган, чуқур илмли, катта уламо бўлган инсонлардир. Куйида ҳикоя этиладиган воқеа Отабой оғанинг бобоси бўлмиш маърифатли ва зийли уламо, Ғанижон афанди номи билан машҳур бўлган инсон ҳақидадир.

Ғанижон афанди (охиратлари обод бўлсин) Хивада туғилиб ўсган, мадрасани тамомлаган, умрини ёшларга, билим беришга бағишлаган зийкор бўлган. Ҳатто советларнинг қатагон йилларида ҳам араб ҳарфида ёзилган китобларни, шу жумладан "Қуръони Карим"ни саклаб қолган фидоий инсондир. Хивада ўтадиган кўлаб тадбирлар: тўйлар, маъракалар, ифторлик ва садақалар, ҳатто жанозалар Ғанижон афандининг иштирокисиз ўтмаган. У қатнашган давраларга фойз кирган, баракат кирган. У кишининг, маълум маънода, хайрихоҳлари, мухлислари кўп бўлган.

Тақдирнинг тақозоси билан, қўшни маҳаллада истикомат қилувчи, у кишининг яқинларидан бўлган бир мўмин оғир хасталаниб қолган ва сўнгги нафасида "... менинг жанозамни Ғанижон афандим ўқисинлар", - деб васият қилган. Аммо жаноза кунинда маҳалла оқсоқоли: "Ғанижон афанди қариб қолди, ҳеч нимага ярамайди, хотираси ҳам йўқолган бўлиши керак", - деб жанозани бошқа муллага ўқитиш ила марҳумнинг сўнгги васиятини бажармаган.

Келинига палов буюрилиб, ушбу маҳалла оқсоқоли ва мулласи меҳмонга тақдир қилинган. Кимсан Ғанижон афандининг уйига чақирилган меҳмонлар хурсанд бўлиб, фохрланиб етиб келишган. Анхир бўлиб, шинниси чиққан ош ейилгандан кейин чой устида дунё ишларидан сўхбатлашиб ўтирилган. Мезбон гапга гап улаб: "Шундай саводли, уламо одамлар йўғилган жойда Қуръон ўқимасак, ўнғайсиз бўлар?" - деган узрли андиша билан муқаддас китобни олдириган ва оқсоқолга қараб: "Хурматли биродар, мана шу Қуръони Каримни очиб, хоҳлаган сурангиздан 3 та сўз ўқинг", - деб илтимос қилган.

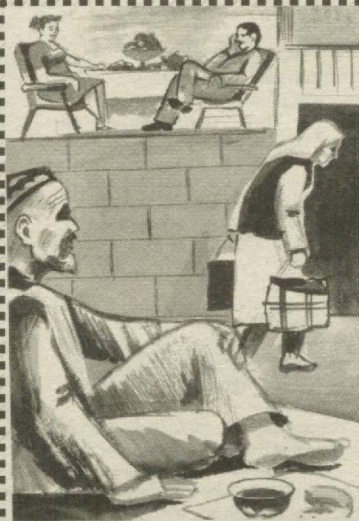
Хайрон қолган оқсоқол, Қуръони Каримни очиб тўри келган сурадан 3 та сўзни хижжалаб зўрға ўқиган. Мазкур суранинг давомини ҳазрат афанди қироат билан ёддан ўқий бошлаган. Ушбу ҳолат афандининг илтимосига биноан бир неча марта такрорланган. Сўхбат шу ерга етганда оқсоқол ўзидан ўтган гуноҳни эслаган ва ўрнидан туриб Ғанижон афандидан узр сураган ва қилган гуноҳига таъба қилган.

Муборак Ҳадисларда: "Мўминни ҳалойиқ олдида изза қилиш гуноҳдир", - дейилган. Фақат Ғанижон афанди янглиғ зийли одамларга ўзганинг хатоси ва гуноҳини тавозе ила, шама қилиш орқали билдириши мумкин. Тавозе - лугатга биноан одамларнинг одатлари, ҳулқ-атвори ва сўзида намоён бўлган эди, аммо унинг бирон тадбир орқали намоён этилишини Ғанижон афанди ишларида кўрдик.

Тавозе сўзининг луғавий маъносига бирон-бир ўзгартариш киритиш нияти йўқ, агар имо, фирқимча, ушбу сўз - Таъба ва Таъзим сўзлари билан бирга юрадигандай, чунки кимки шу Ғанижон афанди мисол тавозеланиб, хатоингизни кўрсатса, унга таъба, таъзим қилсангиз арзийди.

Баҳодир БОБОЖОНОВ,
Урганч шаҳри.

Моҳи рамазон ойи келиб, бизнинг оиламизда биргина набираларнинг бўвиси рўза тутади. Мен эса бетоблик сабаб кун бўйи дори-дармонга муҳтожлигим боис рўза амалини бажара олмаيمان. Сахарликда кампиримга қараб туриб ўйлаиб қоламан. Ич-ичимдан куйиниб, ачинаман. У бояқиш эрта билан набираларига нонушта тайёрлаб бирини мактабга қузатса, бирини болалар боғчасига олиб боради. Келин хизматга отланса, ўғил соат тўққизларда уйғониб онаизор иккинчи марта нонуштага дастурхон ёзади, сўнг кундалик режалаштирилган бозор-ўчарга отланади. Кўрсангиз хизматкорнинг



ўзгинаси дейсиз.

Келин ишга кирганининг биринчи кунинда қайнона қозон осиб кечки овқат тайёрлади. Келин эртаси кун ишдан келганида кечки овқатга ўт ёқилмаганини кўриб "Шеф, бугун овқат нима бўлади?" - деди. Бу гап менга жуда таъсир қилди.

Бу нима деганингиз келин, ишга кирганингизга икки кун бўлди-я. Мен ишлаб келсаму уйда кечки овқат тайёр бўлмаса, нима деган гап, демоқчимисиз,

яхши эмас, - дедим.

Қайнона бояқиш нафақага чиққунга қадар ишлаб, чарчаб келарди. Келин бўлса эрта билан соат олтиларда уйғотиб, "Ойи, сут олиб келиш керак эди", - дея хизматга буюради. Шунга ўхшаш буйруқбозликлар қанчалик менга таъсир қилмасин оила деган муқаддас неъматга чега тушмасин, дея тишимни-тишимга қўйиб юрардим. Охири бўлмади.

- Келин, ойингиз кун бўйи тик оёқда иш-

Ўғил меҳрибон бўлса...

лаб чарчаб келади. Сут-қатқини олиб келишни эрингизга буюрсангиз бўлмайдики? - дедим.

Менинг бу гапларим мутлақо эътиборга олинмади. Нега шундай бўлди? Қачонки, фарзанд фарзанд бўлиб онаси тўғрисида ўйламаса, хурматини жойига қўймаса келин нима қилсин.

"Аёл кишининг макри қирқ туяга юк бўлур", деган гап бекор айтилмаган экан. Шу ўринда бир ривоят ёдимга тушди. Ўғил хизматдан қайтиб дастурхон ёзилганида хотинидан, "Ойимлар қани, қуринмайдилар?" - деб сўрабди. "Дам олаяптилар", дебди хотин. "Чакир, биргалашиб тамадди қилайлик", дебди ўғил. Шунда келин чиқиб секингина "Ойимлар, муздек-муздек ўсма қўясизми?" деганида она бояқиш: "Ўсмага бало борми?", деб ўйлаб, "Йўқ, йўқ!" дебди. Ўғил бу сўзни эшитиб "Майли, дамларини ола қолсинлар", деган экан. Бу аёл макрларининг бири эмасми.

Оилада келинларнинг шундай иш тутиши эрининг ўз ота-онаси хурматини ўрнига қўймаслиги, лоқайд, эътиборсиз бўлиб, талабчан эмаслигидан деб биламан. Ўғилнинг лоқал рўзая рамазон кунлари оғиз очар-у сахарликларда онажонимга бир нима керак бўлмасмикин, дея мутлақо ўйламаслиги кечирилмас ҳол, деб ўйлайман.

М.ЛОҲАЗА,
М.ШОҲАДА,
М.НОЗРА.

АБУБАКИР,
Тошкент.

тўқ, эғним бут эди.

Эрим кўп топиш пайида бўлгани учун менга бепарвомиди? Мен-чи? Нега ўзимни бегонадек тутдим? Умримда бир нимадандир шод ёки норози бўлиб, эримга кўнглимни ёзмаганим. Эрим ҳам: "Кел, бирпас ёнимда тин олгин. Бир чойнак чойни иккимиз бир майдалаб ичайлик!" демади.

Истаганимдек болаларимнинг топиши яхши. Бирини-миласи, бири-солиқда, бири-божона майори... Аммо ўзим шунчалик яхши кўрган пулларни қўлимда узоқ тутиб туролмайман. Қарзларга кетаяпти... Эрим ўлганидан кейин ҳар кимдан каттакатта қарз кўтарганларни маълум бўлди. Уч ўғил учун солинган дангиллама уйларни қарзлар эвазига сотиб бердик. Барча зеб-зийнатларим ҳам қарзлар эвазига кетди. Қизимнинг антиқа мебеллари ҳам қарзга олинган экан... Икки йилдан бери қарз тўлаймиз, денг. Касалхонага ҳам мени шу воқеалар олиб келди. Шу бугун аёлнинг оиладаги ҳақиқий ўрни ҳақида ўйлаб бошладим. Иккимизга иккитадан тўртта қабоб нима деган нарсаси... Аммо шунинг ҳам олиб келманлар, деб ҳўжайинингизга тайинляспиз. Қизганингиздан эмас, балки режали эканлигинизни гиздир бу? Қайдан олаяпсан, қайга сарф қилаяпсан, деб қизикаяпсиз. Болаларингиз хаста кўнглингизни кўтаришга орзумданлиги шундай сезилиб турибди. Аёл киши уйнинг устун, дейишади. Сиз ҳақиқий устун бўла олибсиз...

- Аёл сўзларини тугатиб, мижжасига қалқан ёшни артди. Унга нима ҳам дея олардим? Кексаликни пушаймон ва армон билан ўтказиш аччиқ, жуда аччиқ экан...

Раҳима ШОМАНСУРОВА

АЁЛ—УЙ УСТУНИ

Тобим қочиб касалхонада даволана бошладим. Палатадошим уч кам етмишга чиққан аёл.

Ҳамшира унинг муолажасини бошлаганда, мени йўқлаб турмуш ўртоғим келиб қолди.

- Капелницадан олдин оз-оз тамадди қилиб оласизлар, деб қайноққина қабоб келтиргандим. Сал кечикибманда, эссиз, - деди у палатадошимнинг укол олаётганини кўриб.

- Ҳеч қиси йўқ, ҳозир чой дамлайман, Хуринисо опа ўрнидан тургач, бирга тамадди қиламиз. Яна овора бўлдингизми, дадажонисиз? Ҳеч нарсаси керакмас, касалхонанинг овқати яхши, етади, дегандим-ку! Болалар ҳам телефон қилишди. Айтиб қўйинг, хотир-жам ишларини қилишаверинсин. Уч-тўрт кунда чиқиб қоламан.

Лифт олдида дадаси билан бироз гаплашиб туриб қолдик. Қайтганимда Хуринисо опа қиқиллаб йиғлар, қовқолари шишиб кетган, ҳамшира унга тинчлантирадиган томчи дори бераётган эди.

- Онахонга нима бўлди? - секин сўрадим ҳамширадан.

- Ўз-ўзидан шундай йиғлаб ётибдилар. Ҳозир яхши бўлиб қоқадилар, - деди.

Ҳамшира айтгандек ярим соатдан кейин кичкина столнинг икки томонида қабоб еб ўтирарканмиз. Хуринисо опа гапирар мен тинглардим.

- Ҳасад қилаяпти деманг, сизга ҳавасин келди. Қариганда иззатланиш ҳаммага ҳам насиб қилавермас экан, синглим... Ўғил-қизлар менда ҳам бор, худого шукр! 40 йил бирга яшаган эримнинг қазоси етганига икки йил бўлди. Биласизми, бугун ўтган умрим

га, ўзимга ачиниб йиғладим. Шу бугун сал кам 70 йилнинг беҳуда ўтганига ишондим. 40 йил бирга яшаб эримнинг кўнглида меҳр уйғота олмаганимга қайси бир гурур чўққисидан тушмай, хато қилганимни яхши тушуниб турибман. Тўғри, ўғилларим кунига хабар олишар-япти, ҳеч кимнинг олдига менчалик кўп одам келмайди. Лекин назаримда улар менга муҳаббатдан эмас; мардум нима деркин, деган андиша билан келишаётгандек... Менинг исмим эрим томонидан бир умр "Хўй!" бўлиб ўтди... Ахир мен ҳам аёл, она эдим, унинг устига олий маълумотли бўлурли лавозимда ишлардим. Оиламда эса аҳиллик, ҳам-жихатлик йўқ, эримнинг ўз ҳаёти, менинг эса ўз ҳаётим бор эди. У киши ўз оқимида оқса, мен ўзга ўзанда эдим... Лекин бу мени ташвишга солмасди. Эрхотин бирга ўтириб хасратлашганимизни ҳам эслай олмаيمان. Ҳеч бир ишларига, муаммоларига мени яқинлаштирмасди. Хатто, қазолари ҳам менсиз бўлган... Оқликларини ўз қўлим билан олиб беролмадим. Операциядан кейин реанимацияда ётган эдим. Еттиси ўтгач айтишди. Очиги ўзимни йўқотганим йўқ-ку, лекин танг қотганим рост. Бир-биримизга ким эдик?, - дея ўшанда биринчи марта жиддий ўйладим... Кунда кутадиган талай-талай меҳмонга ошпаз эдик холос... Ертўла масаллиққа тўла бўларди. Назаримда эрим билан иккимизнинг юкүмиз етарлича оғир эди-ю, лекин уни тортишда уйғунлик йўқ эди. Мақсадимиз ҳам бир бўлмади чоғи. Топар-тутари яхши эди. Шунча давлатни қаердан топаёйсиз? деб суриштирмаганимдек, келаятган меҳмонлар ким, қандай одамлар, деб сўрамайдим. Корним

- Исми Малик. Тошкент шаҳридаги мактаблардан бирида, 8 синфда ўқийман. Кичкина синглим бошча боради. Сизлардан бир нарсасиз сўрасам майлими? - деб сўради кўнғирок қилаётган бир ўсмир.

- Албатта, сўранг, - дея жавоб бердим.

- Ота-она ажрашаётган бўлса, бола улардан қай бири билан яшаб қолишни ўзи белгилаши мумкинми? Чунки мен буни суд ҳал қилиб беради, деб эшитдим.

- Сиз аини дамда ким билан яшасиз?

- Ойим билан...

- Нима улар ажрашишди, ёки...

- Дадам... Анча бўлди уйимиздан кетганига. Биз синглим Дилдора билан уни соғинаёпмиз. Ойим ишда бўлган пайтда дадам кўнғирок қилади. Келди. Аммо, биз эшикни очмаймиз. Ойим уришиб беради. Дадам кўпинча бундан жуда хафа бўлади. Бир неча марта олиб келган нарсаларини эшигимизнинг олдида қолдириб кетган экан. Ойим менга ҳаммасини ахлатга ташлаб келишимни буюрди. Лекин, уларни ташлашга кўзим қиймади. Чордоққа олиб чиқиб яшириб қўйдим.

- Ота-онангиз энди қайтиб яшамайдиларми?

- Ойим судга ариза берибди. Суд бизни онам билан қолдириш учун қарор чиқарармиш...

- Сиз онангиз билан қолишни истамасизми?

- Биз дадамнинг, ойимнинг яхши кўрганларимиз учун бирга яшагимиз келарди. Лекин ойим ҳар гал дадам кўнғирок қилганда бақириб-чақириб телефон гўшагини тарақлатиб қўйиб қўяди. Бу-визнингга юбормай қўйиб. Бувим ҳам бизни соғиниб йўғлайди.

- Бувингиз билан биргалишиб уларни яраштириб қўйишнинг иложи йўқми?

- Йўқ-да, бўлмаса сизларга кўнғирок қилмасдим. Биласизми, судда агар мажбурлаб ойим билан қолдиришса, синглим билан бирга дадамнинг олдида қочиб кетамиз. Чунки, барибир дадам билан яшаш яхши. Бақирмайди, секин



Бўлсинми?

гапириб, бизга ҳамма нарсани ўргатади. **Нахотки онангиздан безган бўлсангизлар?**

- Ойим ҳам баъзан мулоим бўлиб қолади. Баъзан эса бирдангина иккимизни уриб кетади. Дадам эса унақамас. Кеча синглим столдан чойнакни тушириб синдириб юборганди, ойим роса урди. Дадамга кўнғирок қилгандим, у иккита шунақа чойнак олиб келиб берди. Ойим эса иккаласини ҳам ерга уриб синдириб ташлади.

Мен мактабда яхши ўқирдим. Дадам кетганидан кейин болаларга қўшилишга уяллаган,

дарсларни ҳам унча тайёрла-мидиган бўлиб қолдим. Уйга келмайди. Кўчаларни айланиб юриб кеч тушганда келаман.

- **Ахир бу яхши эмас-ку, уйга барвақт келсангиз уйишларини қилиб онангизга ёрдам берардингиз...**

- Илгари қилардим. Ҳозир ҳамма оиламизнинг устидан кулаётганга ўхшаб туюлади. Бир-иккита болалар билан танишиб қолдим. Улар уйдан қочиб кетишибди. Биттасини дадаси чиқиштирмас экан, яна биттасини эса онаси урараркан. Уларга маза-да. Ҳеч қаерга шошмайдилар. Истаган ишларини қилиб юришди. Пуллари ҳам кўп экан. Менга ҳам муқаймоқ олиб беришди.

- **Улар пулни қаердан олишар экан?**

- Уларми? Ўғирлаб топишаркан. Йўловчилари кўп автобустларда, айниқса, кечки пайт ҳамма ишдан қайтаётганда бир-иккита автобуснинг охири-гача бориб келишса, анча иш-лашаркан.

- **Бу яхши эмас-ку. Малик-**

жон. Сиз уларга қўшилмаганингиз маъқул. Охири милициянинг қўлига тушиб жазо оладилар. Сиз менга дадангизнинг иш телефонини беринг, бир гаплашиб кўрай - деб сўрадим.

У билан хайрлашгач отасига кўнғирок қилдим. Бир соатлардан кейин тахририятимизга яхшигина кийиниб олган бир эркак кириб келди-да, ўзини Мўминжон, дея таништирди. Эркакка ўғлининг гапларини айтдим. У кишининг эса мижжасига ёш келди. Сўнг:

- Нима қилай ахир? Шу икки болам учун ўзимни ҳар томонга уриб ишлайтган

бўлсам? Хотинимни ҳам ишга киритмоқчи бўлдим. Лекин у кўнмади. Кечгача ястаниб олиб телефонда гаплашади. Ишдан келган пайтимда у ҳали ҳам кўчада аёллар билан гаплашиб турган бўлади. Ўзим овқатга уришиб, баъзан пишириб бўлганимда чиқиб келади. Қозонни-қозонга, товоқни-товоққа уриб жажл билан сузиб келтиради. Ваннада кийимларим ювилмасдан уйилиб ётади. Ҳавас билан сотиб олган жиҳозлар чангга ботиб ётса...

- **Сиз яхшиликча айтиб, тушунтирсангиз бўлмайdimи?**

- Нахотки, уйни ораста тутишни, эр келгунча овқат қилиш кераклигини ҳам аёл кишига тушунтириш шарт бўлса? Бу унинг вазифаси, қилсин, демайман. Ҳеч бўлмаса бир ҳафтада бир супурги кўрмаган уйнинг аҳолини тасаввур қилаёйсизми? Маликжон учун атаб олган бир хонали уйга чиқиб кетишдан бошқа иложим қолмади-да. Ахир мен ҳам кўнғиликка раҳбарман. Эркак сифатида ҳамма нарсани муҳаб қилсам. Кўнғилига ҳам қарадим, кийимнинг истаганидан олиб бердим. Миннат қилаётганим йўқ. Лекин у ҳам аёллик вазифасини қойиллатиб қўйса нима қилар экан? У билан уришганим йўқ. Асабим чарчаган холос. Аёлимнинг ота-онасиникига бориб тураман. Улар ҳам қизларнинг бу ишидан хижолатда...

Эркак чиқиб кетди. Унга газета орқали яна шуларни айтмоқчи эдим.

- **Мўмин ака! Болаларингиз сизни жуда яхши кўришар экан. Шулар ҳурмати, оилангизни тиклашга бир уриниб кўринг!** "Кел, хотин, мана бу ишингга мен қарашиб юборай, бунисини ўғлимиз бажарсин", - десангиз олам гулистон. Ҳадеб, зарда қилиб, ҳамма нарсани юзига солавериш яхши эмасдир? Ўғлининг ўғри болаларга қўшилиб, ҳамманинг олдида юзингизни ерга қаратса нима қиласиз? Ота ҳам, она ҳам фарзандга келган балога, дардга, қуфлатга қўқсини қалқон қилади-ку. Қалбингиздаги оталик меҳри ҳурмати, уйингизга қайтишингизни истардингиз! **ГУЛБАШАКАР**

ЮРАГИГА ҚАНДАЙ ЙЎЛ ТОПСАМ?

- Фарзандсизлигим туфайли биринчи оилам бузилган эди. Анча йилдан кейин ўзимга ўхшаган оқ-қорани тушушган бир инсонни учратдим. У хотинининг ақли заифлиги туфайли ажрашган, икки нафар фарзанди бор экан. У билан оила қурдик. Бошида ҳаммаси жойида эди. Аммо, ўғли билан қизи эсини танигач, чиқишмай қолдик. Орамизда бирор гап-сўз ўтса дарров отасига "Ота, онамиз соғпасо-ку! Онамизни олиб келинг", деб жаврашлари юрагимга оғир ботаяпти? Нима қилишга ҳам хайронман. Эрим болалари билан вазият чигалликларга борганидан хавотирга тушган. Мен билан эса ажрашиш нияти йўқ. Ўзимга ҳам қадрдон бўлиб қолган хонадондан узилиш жуда оғир. Нима қилишга ҳам хайронман. Бошим қотган, дейди қаршилик Нодирахон кўнғирок қилиб.

- **Онанинг меҳри тошни ҳам эритади дейишди. Болалар хали ёш. Онасини кўмсаши табиий-да. Кўнгилларига қўл солиб кўрмадингизми?**

- Дунёда етимнинг кўнғилига қарашдан оғир йўқ экан. Ҳамма инжиқликларини кўтараман. Аммо, оқ ювиб, оқ тараб ўстираётганларинг "Анави аёл", деб му-рожаат қилса, кишига оғир

ботар экан. Шу пайтда дунё кўзимга қоронғу кўриниб, фарзандсизлигимдан оғри-ним кетаман. Барча ҳаракату уришларим беҳуда эканлигини англаяпман.

- **Сизга қанчалик оғир бўлмасин кундошингиз хақида билгим келаяпти?**

- У аёл икки уч-мартга телба-тесқари уйимизга бостириб келишидан мақсад болаларини олиб кетмоқчидек кўринади. Лекин, ақли заифлиги туфайли эрим бунга тиш-тирноғи билан қарши. Эшитишимга қараганда бука-саллик туғма бўлиб, эрим билмасдан уйланган экан. Ажрашган бўлса ҳам унга қарашиб туради. Аёл шифохонадан келгач у-бу нарсаси қилиб, болаларни олдига ўзим юбораман. Менинг энг катта хатоим балки шундир. Чунки, болалар онасини кўрди, дегунча ўзгариб қолишди.

- **Эрингиз бунга қандай қарайди?**

- Хар қандай вазиятда ҳам мени тушунишга ҳаракат қилади. Эримга ишонганим учун болаларини инжиқликларини, кундошининг қариндошларининг таъзики-га ҳам парво қилмайман. Лекин, болалар менга қарши ўсишса, буни кўтара олмай-

ман. Она, демаса-да ҳеч бўлмаса, мендан нафратлан-маса бўлди. Шунга ҳам рози-ман. Вақти-соати келиб ҳам-маси жойига тушиб кетиши-га умид боғляпман.

- **Кўнғилингиз нима дейди?**

- Каровсиз қолган болаларга ростокамига битта она кераклигини юракдан ҳис эта-ман. Агар мен болаларига ач-чиқ қилиб, уйимга кетсам Худо ҳам кечирмайди. Унинг устига эримни яхши кўра-ман. Зора, шу савобларим эвазига Худо менга ҳам фар-занд берса.

- **Сиз тўғри йўлни танла-сангиз. Бировни боласи кўз устидан хас дейиш-ди. Агар турсангиз ёки шунчаки гапирсангиз ҳам ташқаридагиларга фожеа бўлиб кўринади. Вақт ҳамма дардди даволайди. Вақти келиб болаларингиз сизни тўғри тушуниб, ўз онасидек қарашига ҳеч шубҳа йўқ.**

Азиз мухлис, ҳаёт инсон-ни хар қўйга солиб синай-ди. Кимдир у дардда, ким-ди бу дардда изтироб че-кади. Шундай экан, юрт-дошимизга дилдош бўлиб фикр-мулоҳазаларингизни ёзиб юборинг.

Адиба УМИРОВА

- Болаликдаги қадрдон дугонам билан тасодифан учрашиб қолдик. Ўша жойдаги ошхона-да бир дамгина сўхбат-лашиб ўтирдик. Болалик, ёшлигимизни эсладик. Бугунги ҳаётидан сўрасам бирдан маъюс тортиб қолди.

- Шу десанг, ахир гап бошла-ди у. - Эрим билан шунча йил яшаб халигача бир-биримизни тушуна-япмиз. Бўлмасам ёмон одам эмас. Нимагадир ҳеч кўнғилини тополмай-ман. На юришимдан, на туриши-дан, на қилган ишимдан кўнғили тўлади. Аслида-ку, менга ҳавас қил-маган одамни топиш қийин. Мени ёмон кўрса керак, шунинг учун менга тегинмаслиги учун, қовоғи-гаши келади, деб ўйлаб қоламан.

КЎНҒИГА ҚАРАГАНИМ САЙИН...

Аммо араблар кетганимда сезган-ман менсиз томоғидан сув ўтмай-ди. Қайтиб келганимда киртайиб кетган кўзлари, чўкиб қолган ел-калари-ю, сиқилганидан қорайиб кетган ранги буни аниқ исботла-ган. Шундай бўлса-да, иложи бо-рича унга яхши гапириб, кўнғилига қараганим сайин феъли айний бошлайди. Ростини уни яхши кўра-ман. Севганидан кейин, ўзинг биласан... Унга бор меҳру-мухаб-батинини бағишлагинг келади. Ун-дан ҳам шунга кутасан. Бизда-чи, аксинча, севамиз-у, бир-биримиз-га заҳар сочиб, қовоқ уйиб яша-ша маҳкумимиз. Аҳолимни тушун-гандирсан, - деди дугонам кўз ёшларини артиб. - Яхши гапир-

сам, баланддан кела бошлайди. "Ҳа, майли эрим-ку, ишлаб чарча-ган, шунинг орқасидан тўкин-сочин, хузур-халоватда яшайман-ку", - деб ўзимни овутиб юраман. Аммо унинг қўпол муомаласига парво қилмай қулиб-қулиб гапирганим сайин, у авжига чиқаворади. Охир-оқибат жеркиб ташлашгача, ҳақо-рат қилишгача боради. Шунда ҳеч чидашинг иложи бўлмай қолади. Мен ҳам ўзим хоҳламасам-да, ун-ман. На юришимдан, на туриши-дан, на қилган ишимдан кўнғили тўлади. Аслида-ку, менга ҳавас қил-маган одамни топиш қийин. Мени ёмон кўрса керак, шунинг учун менга тегинмаслиги учун, қовоғи-гаши келади, деб ўйлаб қоламан.

мидан задаман. Нега у шундай ту-тади ўзини? Шу даражага бориб етдики, у уйда бўлмаса хурсанд бўлади-да бўлиб қолдим. Ундан ажрашиб халимга ҳам келмайди, аммо бирга яшаш ҳам жонимга тег-ди. Билмадим, охири нима бўла-рича унга яхши гапириб, кўнғилига қараганим сайин феъли айний бошлайди. Ростини уни яхши кўра-ман. Севганидан кейин, ўзинг биласан... Унга бор меҳру-мухаб-батинини бағишлагинг келади. Ун-дан ҳам шунга кутасан. Бизда-чи, аксинча, севамиз-у, бир-биримиз-га заҳар сочиб, қовоқ уйиб яша-ша маҳкумимиз. Аҳолимни тушун-гандирсан, - деди дугонам кўз ёшларини артиб. - Яхши гапир-

мас, деган ўй-хаёл ўтарди... **НАСИБА РИЗАЕВА.**

ФИРИБГАРГА АЛДАНДИК

Мақолани ўқиб, қизимнинг бошига тушган фалокатларни ўйлаб кетдим... Ҳеч ким биздайин бир фирибгарга алданиб қолмасин деган ниятда қўлимга қалам олдим.

Қизимни 19 ёшида синглимнинг эрининг қариндошига турмушга чиқардик. Йигитни кўп суриштирмадик ҳам. Чунки, синглим ва эри совчи бўлиб келишди, йигитни «меҳнаткаш», дея макташди. Кейин маълум бўлишича, йигит руҳий касал экан. Унинг руҳий ногирон акаси ҳам 25 ёшида ўсмай, 6-7 яшар бола шаклида вафот этган экан. Бизнинг кувимизда ҳам шу касалликнинг асоратлари бор эди. Икки йил турмуш қуришгач, ажралиб кетишди. Квартира олиб бердик, битта қизчаси билан яшаб юрди.

Орадан уч йил ўтгач, ўзидан беш ёш кичик бир йигитдан совчи келди. Йигитнинг хотини унга қорнида бошқа кишидан бўлган 6 ойлик ҳомиласи билан турмушга чиққан экан. Тўй кечаси йигит воқеадан опаларини хабардор қилган. Иккинчи опасининг 10 йилдан бери фарзанди йўқлиги учун, улар келишиб «Агар туғилажак фарзандингиз бизга берсанг, ҳеч кимга овоза қилмасдан, болани укамники деб, ҳаммага айтмайиз», дейишган. Бола туғилгач, маълум бўлдики, келин тери-таносил касаллиги билан оғриган экан. Бунинг асорати боланинг кўзига таъсир қилди. Келинга эса бошқа фарзанд қўролмагиллигини айтишди. Шу сабабли Х. (келин) фарзандини қайнопасига беришни хоҳламади. Х.нинг сўзидан қайтганини кўрган эрининг опалари уни ҳайдаб юбориб, бизникига совчи бўлиб келишибди. Биз йи-



Гулсанамнинг ҳаёти ҳақиқатдан ҳам ачинарли. Икки бор севиб, бировга кўнгли қўйиб, иккаласида ҳам қўйиб қолди, қалби изтиробларга тўлибди. Синамаган отнинг сиртидан ўтма, деганлар. Сахт-сумбат, қош-қўз чиройли бўлганига ишонавермаслик керак экан-да. Мардоннинг бир ой ичида тўйни тезлаштириб уйланиб олиши, унинг ота-онаси «қандайдир маюс ва ташвишли кўриниши», «кампининг ора-сира йиғлаб олишлари» кўп нарсадан оғоҳ этаётганди. Шун-

“Айбим бахтли бўлишни истаганимми?”, - 40 - сон.

ЭСЛАТМА: Мардон исмли йигит билан танишиб, турмуш қурадик. Бахтим узокқа чўзилмади. У ўғри, талончи бўлиб чиқди. Ажрашгач, йиллар ўтиб Назар исмли йигитни учратдим. Тўйимиз бўлди. Кўп ўтмай унинг руҳий хаста эканлигини билдим. Ажрашгим йўқ, лекин... Энди нима қилсам экан?

Муаллиф: ГУЛБАШАКАР.

гитни уч-тўрт ой суриштирдик. Қизим билан ҳам учрашиб, бир-бирларини ёқтириб қолишди. 6 ойдан кейин кичкинагина тўй қилиб қизимни узатдик. Кувё паспортини йўқотган экан. ЗАГС дан ўта олмадилар.

Ж. янги паспорт олиб, ЗАГСдан ўтиш учун врачлар кўригидан ўтиб юришган кунлардан бирида, кувимиз “Уйимга бориб келай”, деб чиқиб кетган. Ж. шу-шу келмай қўйди. Опаларига кўнглироқ қилсак, маълум бўлдики Ж. қизимга уйлангандан кейин ҳам, биринчи хотининикига тез-тез бориб турар экан. Паспорти тахт бўлгач, ўша билан болани Х.нинг онасига ташлаб Тошкентга қочиб кетишибди. Қизим кампан, камсукум, ҳаққини талаб қила олмади. Эрини жуда ҳурмат қиларди.

Ҳозир қизимга қараб ачиниш кетаман. Мен, дадаси, ўғил-қизларимиз, ҳаммамиз ҳам ўқимишли бўла туриб, бир фирибгарга алданиб қолдик.

Х. Т. Бухоро.

ва ота-онаси Гулсанамнинг ҳаётини зулматга айлантиришди. Инсонийлик, ижтимоий ҳаёт олдидаги масъулиятларини унутганлар. Ахир биз бани башар фарзандлари бир-биримизга бахт тилашимиз ва бахтли қилишимиз керак.

Гулсанамнинг иккинчи турмуш ўртоғи Назарга келсак, унинг касаллигини ота-онаси, яқинлари жуда яхши билишган. Шифокор дўсти ҳам шу жумладан. Икки кишининг бошини қовуштириш эзгу, савобли иш. Аммо бировнинг манфаатини ўйлаб, иккин-

ЭРИНГИЗ ТУЗАЛАДИ

гача ҳам ота-онани куйдирган, Гулсанамдан бошқа яна неча гўзалларни шундай аҳволга туширган экан. Итининг қилиғи эгасига белгили, деганларидай, Мардоннинг ўғри, фирибгарлиги ота-онасига яхши маълум эди. Улар фарзандларининг бахтли бўлишини қанчалик исташса-да, айнан ота-онани масъулиятсизликда айблагим келди. Чунки, улар Гулсанамнинг бахтсиз бўлишида бош айбдорларлар. Кўпинча одам ўғри ё бузуқ бўлиб туғилмайди, деган фикрни айтдилар. Бу қанчалик тўғри Оллоҳ билади. Шахсий кузатувларимга асосланиб айтадиган бўлсам, ёмон иллатлар отадан, онадан ўтади. Қанақа уруғ қадалса, шунақа мева етилади. Нима бўлганда ҳам Мардон

чисини қурбон қилмаслик керак-да. Гулсанамнинг хавотири ўринли. Руҳий хасталик ҳомилга ҳам ўтиши мумкин.

Орттирилган хасталиклар тузалади. Давоси бор. Агар у тугма бўлса кафолат йўқ. Назарнинг дарди тутканок шекилли. Тутишлар оралиғи анча олис. Тутмаган вақти соғлом. Бу инсон билиб-билмай одам қони тўкилган жойни босган-ми? Шу жойнинг зиёнлари тутмоқда. Соғайиб кетади. Гулсанам яхши, ақли аёл экан. Энди шу Назар билан бахтли бўлсин. Тузалиш, касалидан халос бўлиш учун Назарнинг ўзи курашмас экан, ота-онаси, Гулсанам ҳаракат қилишса ҳам ёмон бўлмайди.

Мўмин ХОЛМУРОВ, Қарши.

Халқимизнинг маънавият хазинасидан ўрин олган ушбу мақол гоятда пурҳикмат. Ҳақиқатан ҳам, ҳар бир кишининг умри неча йил яшагани билан эмас, балки қилган яхши ишларининг сони билан ўлланади.

Аммо ҳаётнинг паст-баланд кўчаларидан тирикчилик дебми ёки ҳаммадан устун бўлиш иштиёқи биланми, ҳаллослаб югураверганимиздан бисотимиздаги эзгулик, яхшилик, одамлилик, мурувват,

ЯХШИДАН БОҒ ҚОЛАДИ...

меҳр-шафқат, оқибат, самимият, фидоийлик, бурча садоқат, хайрихоҳлик, ҳимматлилик каби энг нодир ва бебаҳо қадриятларимиз борган сари сийраклашиб, йўқолиб бормоқда.

Буларсиз инсон инсон эмаслигини била туриб, буларсиз томирларимиздаги қон оддий сувга айланиб қолиши муқаррар эканлигини ҳис қила туриб, нега улар қалбимизни тарк этар чоғда, буни ҳатто сезмаймиз ҳам? Нега? Бу саволлардан беихтиёр юрагимизга ўт туташади. Аъзо-ю баданимиз жавобсиз саволлар алангасида қоврилади. Қалбимизнинг қуруқшаб қолаётганини, кишилар ўртасида меҳроқибатнинг кўтарилиб бораётганини кўплар атом асри деб ном олган замоннинг шиддати ва нафсига қул бўлган нобакор кимсаларнинг ҳийла-ю найрангларининг оқибати билан боғлашади. Базан эса тайини йўқ, маза-матрасиз кинофильмлар болалару катталар онгига салбий таъсир қилаяпти, дейишади. Айримлар айбдор сифатида сон-саноксиз беҳаё клипларни, видеобарларни кўрсатишади.

Менимча, болага ёшлигидан бор нарсани ота ёки она томондан тўғри тушунтириш зарур. Боладан нимани яширсангиз, у шунга талпиниб, қизиқиб яшайди. Базан ана шундай арзимас нарсаларнинг орқасидан ҳам улкан фожеалар келиб чиққанининг гувоҳи бўлишимиз мумкин. Шунинг учун доимо бир-биримизни севиб яшашга интилишимиз, фарзандларимизни ҳам шунга даъват этишимиз керак. Фақат ўзининга севаган кишининг ҳаёт

“Мудҳиш хато” - 19-сон

ЭСЛАТМА: Менинг охирагим куйиб кетган, ҳар қанаа жазога лойиқман. Бир гуллаё оилани ваёрон қилдим. Аммо буну ҳеч ким билмайди. 6 йилдан бери ана шу вижадан азоби мени қўйнайди.

Муаллиф: С. ФАХРИДИНОВА.



синовларига бардош бериши жуда қийин. Дунёни, одамларни севаймидиган, фақат ўз манфаатини ўйлаб яшайдиган кишилар доим ўз қисматидан, ҳаётнинг машаққатли синовларидан нолиб яшайди. Кетма-кет хатоликларга йўл қўяди. Ўз ҳаётини ғам-аламга, надомат уммонига ғарқ қилиб, умрбод афсусланиб юради. Аммо бир-биримизга меҳр кўзи билан қарасак, ишларимиз ривожланиб, кўнглимиз таскин топади.

Меҳр-оқибат бор жойда ғам-алам чекинади, кишилар яхши яшай бошлайдилар.

Фарида ТОХИРОВА.

ХАТОГА ЙЎЛ ҚЎЙМАНГ

Мақола қаҳрамонига осон тутмайман. Лекин аёлнинг “Ўзим сингари кўнгли ярим, фарзандсиз одамга турмушга чиқсам, қолган умримни ўзимга бағишласам” дегани менга ғалатиноқ туюлди. Ахир инсон фақат ўзи учун яшамайди-ку, қолаверса эллик ёшдан ошган, бунинг устига оилали аёлнинг учинчи марта турмуш қилиши лозиммикан? Нуфузли идорада ишлайдиган, олий маълумотли аёлга кўнглидан кечаётганларни икки оғиз айтмоқчиман:

Доно халқимиз “ўтган кунингни унутма” дейди. Бир вақтлар тирноққа зор бўлиб ўтган етти йил умрингизни унутдингизми? Сиз эрингизнинг бола асраб олайлик деганига қаршиллик қилиб жуда катта хатога йўл қўлгансиз. Онанинг меҳри дарё, у барча фарзандларга бирдек. Асраб оладиган болангизга меҳр бериш ўзингизга боғлиқ эди. “Нимани хор этсанг, шунга зор бўласан”, деган гап бор. Бир эслаб кўринг. Сизнинг уйга қайтиб келишингизни эрингиз интизорлик билан беш йил кутган. Бу инсон ҳам ўша вақт сизга айтгандек “кўнгли ярим, фарзандсиз эди. Бугун эса шундай инсонга эҳтиёж сезаяпсиз. Майли, мен сизнинг юракдаги ярангизга туз сепмоқчи эмасман. Ўғай онанинг елкасидаги юки оғир бўлади. Сиз йигирма йил оқ ювиб, оқ тараб уларга бор меҳрингизни бердингиз. Оиладаги арзимаган майда-чуйда келишмовчиликлар учун улардан хафа бўлиш ноирин. Қайси она ўз фарзандидан хафа бўлади. Вақти келиб, ўғилларингиз сизни ноўрин ранжитганликлар учун ўзлари уялиб қолишади.

Мақолани ўқибтиб бир таниш аёл ёдимга тушди. Раҳматли онамлар билан Матлуба опа деган аёл ишларди. У ёлғиз, фарзандсиз яшар эди. Эри бошқа шахарлик бўлиб, аёли билан ёлчителиб яша-

“Қолган умр етармикан?”, - 38-сон.

ЭСЛАТМА: Эрим билан бефарзандлик туғфайди ажрашгач, 4 болали эркакка турмушга чиқдим. Ўғлимизни онасининг қариндошига уйлантирмоқчи эдик. Эримнинг қариндошлари эса болаларни менга қарши қўйишга уринишайпти. 20 йиллик умримнинг хурмати йўқми.

Муаллиф: С. ФАХРИДИНОВА.

масди. Матлуба опа эри билан муносабатларини ойдинлаштириб олмоқчи бўлса, “Яқинда бутунлай қайтиб келаман, бирга яшаймиз”, деб қўйини пуч ёнғоққа тўлдириб кетарди. Опа яна унинг йўлига кўз тикиб умидвор бўлиб қолаверарди. Умр-оқар дарё дейди-лар. Кўз очиб-юмгунча Матлуба опа эллик ёшдан ошиб қолди. Бир кун эри келиб, у билан ажрашмоқчи эканлиги, чунки, унинг бошқа оиласи борлигини, фақат ўшанигина тан олишини айтиб, орани очиб қилиб кетди. Бутун умри эрини қуттиш билан ўтган Матлуба опа тушқунликка тушмади. 54 ёшида бир етим қизчани асраб олиб, у билан яшай бошлади. Аммо минг бир азобда катта қилди-ю, қизча ўн ёшга тўлганда опа оламдан ўтди. Қиссадан ҳисса шуки, кексайган чоғингизда “Ўзим учун яшамокчимми” деб, ёлғизликни асло орзу қилманг. 20 йилдан бери оқ ювиб, оқ тараб келаётган фарзандларингизга меҳр улаверинг. Иккинчи мартаба ҳам оилангизни бузиб, катта хатога йўл қўйманг. Ёлғизлик фақат Аллоҳга хос хислат.

Шоира ХАСАНОВА.

ТАБРИКЛАЙМИЗ



Жиянларим БАХТИЁР ва МУРОДЖОН, келинларим ДИЛАФРЎЗ ва ШАХЗОДА! Никоҳ тўйларингиз муборак бўлсин! Сизларга Оллоҳдан бахт, бахтдан тахт тилайман. Шириндан шакар фарзандларнинг ота-онаси бўлиш насиб этсин.

София аммангиз.



Азиз жиянларим АЗИМЖОН ва АЗИЗЖОН!

Туғилган кунингиз муборак бўлсин! Ҳаётингиз қувончли лаҳзаларга бой бўлсин! Келажакадаги орзуларингизга етишиб, ҳаётингиз қувончли кунларга бой бўлсин.

София аммангиз.



СУХРОБЖОН!

Беғубор 8 ёшга тўлишинг билан табриклаймиз! Ота-онанг орзусидаги йиғиш бўлиб улғайгин. Умринг узоқ бўлсин! Аммаларинг Зебо ва Раъно. Қашқадарё вилояти, Чироқчи тумани.

Қадрли жияним ЛОБАРХОН!

Туғилган кунингиз билан табриклайман. Сизга соғлиқ ва ишларингизда муваффақиятлар тилайман.

Хурмат билан тоғангиз.

Суюкли жияним ГУЛПАРИ!

Таваллау айёминг муборак бўлсин! Ота-онанг бахтига соғ бўлсин.

Гулпарижон, Гулпари, Оиласин дилбари.

Юзга киргин илойим,

Кулиб юргин ҳар доим.

Холажонинг Муқаддас Муродова.

Жажжигинамиз ЖАСУРЖОН!

Беғубор икки ёшинг қутлағ бўлсин! Ҳамиша кўзимизнинг қувончи, қадамизнинг суянчиси бўлиб юргин. Сени яхши кўрамиз ва ардоқлаймиз.

Онанг Зебо, холанг ва тоғаларинг. Қашқадарё вилояти, Чироқчи тумани.



Азиз онажонимиз НАЗИРА она!

Сизни 1-ноябр таваллау кунингиз билан қутлаймиз. Соғ бўлинг! Умрингиз узоқ бўлиб адажонимиз билан қўша қариб юринглар.

Қизларингиз Наргиза, Нодира, Нигора, ўғлингиз Алишер, келиннингиз Энора ва набираларингиз.

МАРД БЎЛСАНГ

Ичиб-чекиб қутуришиб тўполон қилиб олдинг, Кўлга тушиб бошинг эгик, элга қаролмай қолдинг. Йигит бўлсанг ростини айт! Ватан сенга не қилди? Бошқа юртда изгимасдан, ўз жойингга кел, деди.

Сен ҳақ бўлсанг чиқ ўртага кўрсат яхши-ёмонни, Халқ бу кўзгу ва тарози билар одил томонни.

«Oila va jamiyat» ўғитномаси

Полвон эрлар белни ушлар, курак ерга тегизар, Милтиқ эмас, калла билан ҳалол толиб егизар.

Яхши фарзанд бўлиш учун, тинмай терлар тўкавер, Ўз халқига ким ўқ отса, бўрлатиб сўкавер,

Бу қилмишинг элга ёқмас, жуда ҳам келди малол.

Сен йўқолсанг Шароб Камол ишлар-тишлар бемалол. Шароб КАМОЛ



27-31 октябрда Ўзбекистонда ҳаво ўзгариб туради, ёгингарчилик қутилмайди. Шарқдан шамол 7-12 метр тезликда эсади. Ҳарорат кечаси 3-8° илик, айрим жойларда 2°гача совуқ бўлади. 27-29 октябрда 18-23°, 30-31 октябрда 13-18° илик бўлади.

Республикаимизнинг тоғли ҳудудларида ҳаво ўзгариб турса-да, ёгингарчилик қутилмайди. Айрим жойларда ёмғир ёғади. Шарқий шамолнинг тезлиги кучаяди. Ҳарорат 27-29 октябрда 6-11°, 30-31 октябрда 2-7° илик бўлади.

ЭЪЛОНЛАР!

ЭЪЛОН: Америкага ўқишга ёки ишга боришни истайсизми? Интернетдан GREEN CARD анкетасини тўлдирасиз. Тўлиқ маълумотлар 132-02-57, 188-66-59 телефонлари орқали берилади.

ЭЪЛОН: Томошабинлар талабини инobatга олиб, Ўзбек Миллий Академик драма театрида сахнасида намойиш этилаётган, Эркин ХУШВАҚТОВнинг «АНДИШАЛИ КЕЛИНЧАК» комедияси ноябр ойида ҳам намойиш этилади. Душанба дам олиш кун.

Тел: 144-17-51, 144-33-75

2006 ЙИЛ ОБУНАСИДАН КЕЧИКМАНГ!

Қадрли мухлислар! Ҳар йилгидек хонадонингизнинг яқин дўсти ва маслаҳатчиси бўлган «Oila va jamiyat» газетасига обуна пайти ҳам етиб келди.

Газетамизда 2006 йилда ҳам турли рухлар остида қизиқарли мақолалар чоп этишни ният қилганмиз. Хоразмлик ашаддий мухлисимиз Курамбай Отажоновнинг хабар қилишича жомоасидаги 15 киши 2006 йил учун обуна бўлибди.

Газетамизга 3-4 киши пул қўшиб, биргалишиб обуна бўлиши ҳам мумкин. Обуна мавсумида фаол иштирок этаркансиз, сеvimли газетангиз моддий аҳволини яхшилашга ҳисса қўйишингизни ҳам унутманг. Тошкент шаҳридаги яқка обуначилар учун индекси - 176, нархи 1 йилга 18600 сўм.

Вилоятлар учун индекси - 177, нархи бир йилга 22500 сўм.

Яқка обуначилар учун газета индекси - 176, нархи 1 йилга 20808 сўм.

Ташилотлар учун обуна индекси 177, нархи 1 йилга битта китоб қўшилган ҳолда 24770 сўм.

Oila va jamiyat
Жамият



МУШУКНИНГ ХИСЛАТИ

Олимларнинг аниқлашича, мушук одамнинг қаери оғриётганини сезаркан ва дарҳол ёрдамга шошиларкан. Агар қорни оғриётган киши мушукни симиллаб турган жойга қўйиб ўтурса дарров оғриқ тўхтаркан.

Ажаб! Мен дастлаб бунга ишонмагандим. Лекин яқин танишим Мунира опанинг гапидан кейин бу нарсанинг ҳақиқат эканлигини тушуниб етдим. Опа ўзи гувоҳ бўлган воқеани шундай баён этади:

Момик исмли чиройлигина мушугимиз бор эди. Ит асраб олганимиздан сўнг иккиси ҳадеб уришадиган бўлди. Бечора мушук озиб-тўзиб кетди. Узокдан синглим меҳмон бўлиб келганида, бу холни кўриб мушукка ичи ачишиди ва уни менга беринг, олиб кетай деди. Мен рози бўлдим. Бу мушукни доим яхши парвариш қилганман, сен ҳам унга яхшилаб қара, дедим. Синглим кетди. Бўлган воқеани мен кейинчалик эшитдим. Мушугимиз синглимнинг уйига кўниқолмабди. Орадан бир

неча ой ўтса ҳамки, уй ичига кирмай ҳовлисида юраверибди. Лекин бир кун синглимнинг мазаси қочиб, тун ярмига бориб инграй бошлабди. Шунда ёнида чўққайиб ўтирган ҳалиги мушукка кўзи тушибди. «Вой жониворей, ҳеч уйга қадам босмасдинг, касаллигимни сездингми?» - дебди синглим кўз ёшлари юзига оқиб. Мушук эса синглимга тикилиб ўтираверибди. Орадан анча вақт ўтибди. Тонгга яқин синглим ўзини яхши хис этиб ўрнидан турибди. Унинг ҳеч қаери оғримаётганмиш. Сўнг ҳалиги мушукни ахтарибди. Қараса, мушук уйнинг бир чеккасида ўлиб ётганмиш.

Менинг дардимни ўзига олган жониворгинам, мени ўлимдан сақлаб қолиб, ўзи жон берган момикқинам, - деб йиғлайди ҳали-ҳали синглим.

Қаранг-а, биз оддийгина жонивор ҳисоблайдиган мушукда шунчалик сеҳр синоат мужжасам экан.

Чўлпоной МЕЛИКЎЗИЕВА

КҮЙ (21.03 — 20.04). - Анча катта маблағга эга бўлсангиз-да, тезда сарф-ламасликка ҳаракат қилинг.

СИГИР (21.04 — 21.05). - Ушбу ҳафтада кўп ишларни бажаришга уринманг. Ортиқча миш-мишларга берилиб, кайфиятигизни бузманг.

ЭГИЗАКЛАР (22.05 — 21.06). - Яхшанба кунни яқинларингиз билан бахшлашиб қолишингиз мумкин. Фикрингизни исботлагандан кўра, ён бериб қўя қолинг.

ҚИСҚИЧБАҚА (22.06 — 22.07). - Ҳафтанинг ярмида ҳамма бошлаган ишларингиз кўнгилли яқунланади. Мукофот билан тақдирланасиз.

МУНАЖЖИМЛАР

АРСЛОН (23.07 — 23.08). - Чоршанба кунни ҳамкасбларингиз билан келишиб ишлашга ҳаракат қилинг. Омадли кун жума.

БОШОК (24.08 — 23.09). - Агар тиришқоқлик билан, берилиб ишласангиз орзуларингиз ушаладиган ҳафта.

ТАРОЗИ (24.09 — 23.10). - Бу ҳафтада танишларингизга кўп ваъдалар берманг. Акс ҳолда юзингиз шувут бўлиб қолиши мумкин.

ЧАЁН (24.10 — 22.11). - Ҳафтанинг боши ва охирида қўлингизга келиб тушган катта маблағдан қувонасиз.

БАШОРАТИ

ЎКОТАР (23.11 — 21.12). - Ишхонангиздаги ва оилангиздаги вазиятлар одамларни тушунишингизда катта ёрдам беради.

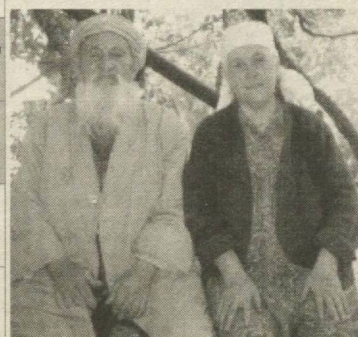
ТОҒ ЭЧКИСИ (22.12 — 20.01). - Диққат-эътибор талаб этадиган ишларни бажаришда қўйналишингиз мумкин. Лекин ўзингизни қўлга олишингиз зарур.

КОВҒА (21.01 — 18.02). - Чоршанба кунгача ишларингиз унча унумли бўлмайди. Кейинги кунларда зўриқиб ишлашингизга тўғри келади.

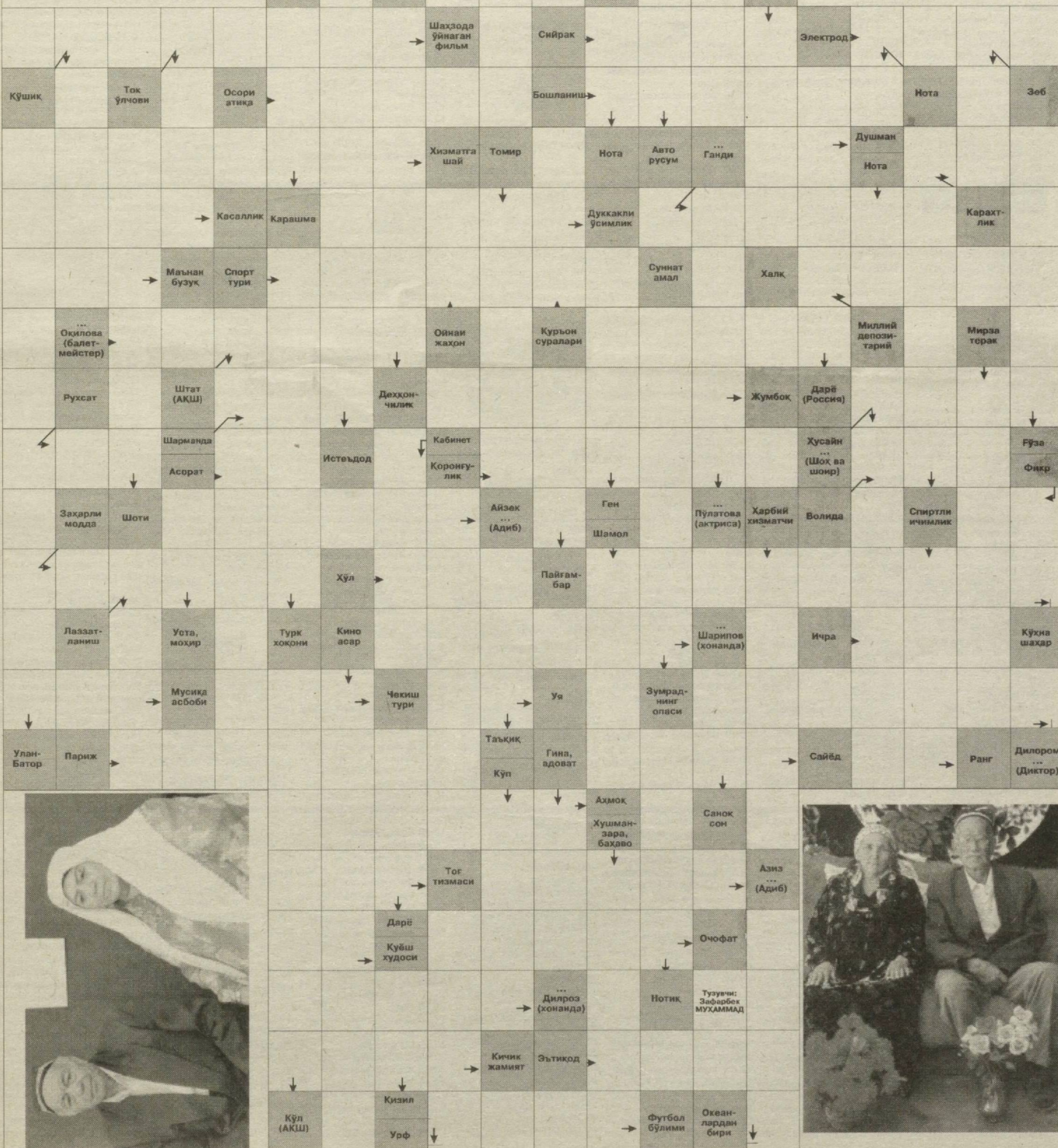
БАЛИҚ (19.02 — 20.03). - Зўриқшдан қайтган асабларингиз дам олиши учун дўстларингиз тақлиф этган даврада мириқиб ўйнаб-қулинг.



«Oila va jamiyat» фотоальбомидан



«Oila va jamiyat» фотоальбомидан



ДУШАНБА 31

ЎЗБЕКИСТОН ТЕЛЕВИДЕНИСИ

6.30 "Ассалом, Ўзбекистон!"
8.00-8.45 "Тахлилнома".
8.50 "Олтин мерос".
8.55 "Экспедиция". Хужжат-ли телесериал.
9.45 М. Шайхзода. "Мирзо Улугбек". Телеспектакль. 4-қисм.
"Болалар сайёраси".
10.30 "Шумтақалар". Мультсериал.
11.00 "Ахборот".
11.10-12.10 "Жаҳон цирки". Франция.
"Болалар сайёраси".
16.30 "Эртақлар — яхшиликка етаклар".
16.45 "Ахборот".
16.55 "Олтин мерос".
17.00 "Рамазон тухфаси".
17.25 "Олтин мерос".
17.35 "Минг бир ривоят".
17.40 "Равнақ" студияси намойиш этади.
18.00 "Умр мазмуни".
18.20 "Оқшом наволари" (SMS. Овоз бериш).
18.35 "Биржа ва банк хабарлари".
18.50 "Ошин". Телесериал.
19.25 "Ўзлото" кундалиги ва рекламалар.
19.30 "Ахборот" (рус тилида).
19.55, 21.30 Ўзлонлар.
20.00 "Омон бўлинг!".
20.05 "Эгизаклар". Телесе-

риал премьераси (Корея).
21.00 "Ахборот".
21.35 "Олтин мерос".
21.40 "Эркин маззу".
22.00 "Уста Ҳасан". Телесериал премьераси.
22.55 "Қўшиғимсан, муҳаббат" (SMS. Овоз бериш).
23.05 М. Шайхзода. "Мирзо Улугбек". Телеспектакль. 5-қисм.



«ЁШЛАР» ТЕЛЕКАНАЛИ

12.00 Дастурнинг очи-
лиши.
12.10 Катта танлафус. Бо-
лалар шеърיתי.
12.40 «Кино SMS» танло-
ви.
12.45 «Ишбилармон киши-
лар». Бадий фильм.
13.35 Мусиқий лаҳзалар.
13.50 Қизил ҳудуд.
14.05 Мафтунингман, ди-
ерим!
14.10 Чемпион сирлари (рус).
14.30 «Шум бола». Бадий фильм.
16.00 Давр.
16.15 Мафтунингман, ди-
ерим!
16.20 ТВ-анонс.
16.25 Менимча.
16.30 Кишлоқдаги тенгдо-
шим.
16.45 Меҳмонхона.
17.05 Тараққиёт сари.
17.20 Менимча.
17.25 ТВ-анонс.
17.30 «Янги авлод» почта-
си, Шум болалар.

17.55 «Кино SMS» танло-
ви.
18.00 Мусиқий лаҳза.
18.05 ТВ-адвокат.
18.10 Менимча.
18.15 Янги алифбони
ўрганамиз.
18.30 Ёшлар овози.
18.45 «Кино SMS» танло-
ви.
18.50 Мафтунингман, ди-
ерим!
18.55 Иқлим.
19.00 Давр.
19.35 ТВ-анонс.
19.40 Олис манзиллар.
19.50 Ўзбекистонда хизмат
қўрсатган артист.
Собиржон Мўминов куй-
лайди.
20.25 Ҳамкор-2005.
20.35 «Кино SMS» танло-
ви.
20.40 Ёшлонлар.
20.50 «Ширин хотиралар».
Бадий фильм. 1-қисм.
21.50 Мафтунингман, ди-
ерим!
21.55 Иқлим.
22.00 Давр.
22.35 Интерфутбол.



«ТОШКЕНТ» ТЕЛЕКАНАЛИ

18.20 Қўрсатувлар тартиби.
18.30 «Пойтахт» ахборот да-
стур (рус).
18.50 «Мультикарusel» (рус).
19.00 «Экспресс» телегазета-
си.
19.20 «Мультчархалак».
19.30 «Табриклаймиз-кут-
лаймиз».
20.00 «Пойтахт» ахборот да-



SPORT TV

7.30 «Талқин».
8.00 «Бодрое утро».
8.00 «Версия».
9.30 «Хазайка судьбы». Се-
риал.
10.10-10.25 Хизмат қўрсат-
ган хор жамоасининг кон-
церти.
«SPORT» ТЕЛЕКАНАЛИ.
17.55 Қўрсатувлар тартиби.
18.00 «Хабарлар».
18.20 Мультфильм.
18.35 «Спортимиз малика-
лари».
18.50 «Жди меня».
20.00 «Хабарлар» (Рус тили-
да).
20.30 Мусиқий дастур.
20.45 «Футбол плюс».
21.25 «Проф-РИНГ».
16.55 — гача профилактика
ишлари
16.55 — Открытие програм-
мы
17.00 — НТТ Программа пе-

редач.
17.05 — НТТ — Мультсериал
17.25 — НТТ — «Мусиқий ла-
залар»
17.35 — НТТ — «Парламент
соати»
18.00 — НТТ — «Жемчужина
Дворца» — телесериал
19.00 — «Ошикона», мусиқий
дастур
19.45 — «Теле-Хамкор» —
фойдали газета
20.00 — «Мусиқий табассум»
музыкальная передача
21.00 — НТТ — «Аёл зоти»
телесериал
21.40 — НТТ — «Мусиқий ла-
залар»
22.00 — «Теле-хамкор» фой-
дали газета
22.15 — «Мусиқий табассум»
музыкальная передача
22.40 — Х/ф «Закусочная
на колесах», комедия



1 TV

6.00 «Доброе утро»
9.00 Новости
9.05 Александр Розенбаум
в остроумном фильме
«Чтобы выжить»
11.20 «Идолы». Кларк Гейбл
12.00 Новости
12.20 «Большой обед».
13.30 Приключенческий
фильм «Отряд особого на-
значения»
15.00 Новости.
15.10 «Лолита. Без комплек-
сов»
16.00 «Хозяйка судьбы»
17.00 «Федеральный судья»
18.00 Вечерние новости (с

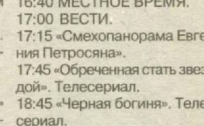
субтитрами)
18.10 «Кривое зеркало»
18.40 «Адьютанты любви».
Многосерийный фильм
19.50 Жди меня
21.00 Время
21.30 Премьера. Сергей
Безруков в многосерийном
фильме «Есенин»
22.30 Спецрасследование.
«Нальчик. Нападение на рас-
свет»
23.40 Ночные новости
0.00 Серил «Братство бомб»
1.10 Ночь Халлоуина в мис-
тическом триллере «Рука -
убийца»
2.50 Гай Пирс в триллере
«Людоед»
3.00 Новости
3.05 Триллер «Людоед».
Окончание
4.30 Фильм Светланы Соро-
киной «Каратели»
5.00 Новости
5.05 Фильм «Каратели».
Окончание



PTV

5:00 «Доброе утро, Россия».
8:45 Савелий Крамаров в
комедии Георгия Даниеля
«Тридцать три». 1965г.
10:15 «Кирилл Лавров».
11:00 ВЕСТИ.
11:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
11:50 Владимир Ильин в де-
тективе «Марш Турецкого».
Абонент недоступен. 2-я се-
рия.
12:45 «Частная жизнь». То-
кшоу с Владимиром Молча-
новым и Ликой Кремер.
13:45 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ

ЧАСТЬ.
14:00 ВЕСТИ.
14:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
14:30 Галина Польских в о-
строумном фильме «Мы
умрем вместе...». 2005г.
16:30 ВЕСТИ.
16:40 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
17:00 ВЕСТИ.
17:15 «Смеюпанорама Евге-
ния Петросяна».
17:45 «Обреченная стать звез-
дой». Телесериал.
18:45 «Черная богиня». Теле-
сериал.
19:45 ВЕСТИ.
20:00 ВЕСТИ.
20:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
20:50 «Спокойной ночи, ма-
лыш».
21:00 Даниил Спиваковский
в телесериале «Счастье ты
мое...».



SPORT TV

21:55 ПРЕМЬЕРА. Армен
Джигарханян, Борис Щерба-
ков, Тамара Семина, Сергей
Маховиков, Евгений Сиди-
хин, Сергей Шнырев и Еле-
на Захарова в детективном
сериале «Тайная стража».
23:00 «ВЕСТИ+».
23:20 ПРЕМЬЕРА. «Советская
империя. Братская ГЭС».
0:15 ВЕСТИ.
0:30 «Честный детектив».
Авторская программа Эду-
арда Петрова.
1:00 «Синемапир».
1:30 «Дорожный патруль».
1:45 НОЧНОЙ СЕАНС. Ма-
рина Влади в комедии «Оча-
ровательная лгуна».
3:30 Канал «Евроньюс» на
русском языке.
4:45 ВЕСТИ.

СЕШАНБА 1

ЎЗБЕКИСТОН ТЕЛЕВИДЕНИСИ

6.25 Қўрсатувлар дастури.
6.30 "Ассалом, Ўзбекистон!"
8.00-8.35 "Ахборот".
8.35 ТВ анонс.
8.40 "Олтин мерос".
8.50 "Экспедиция". Хужжат-
ли телесериал.
"Болалар сайёраси".
9.40 "Уйла, Изла, Топ!" Теле-
мусобақа.
10.15 ТВ анонс.
10.20 М. Шайхзода. "Мирзо
Улугбек". Телеспектакль. 5-
қисм.
11.00 "Ахборот".
11.10 ТВ анонс.
11.15 "Омон бўлинг!"
11.20 "Уста Ҳасан". Телесе-
риал.
12.15 "Остонаси тиллодан".
12.35 ТВ анонс.
12.40 "Жаранглагин, Шарқ
таронаси!"
13.00 "Жавоҳир".
13.05 "Эгизаклар". Телесе-
риал.
13.50 "Қўшиғимсан, муҳаб-
бат" (SMS. Овоз бериш)
14.00 "Ахборот".
14.15 "Бобур". Видеофильм.
1-қисм.
15.00 "Ахборот" (инглиз тили-
да).
15.10 ТВ анонс.
15.15 "Бу турфа олам".
15.45 "Жавоҳир".
"Болалар сайёраси".
15.50 1. "Қувнок стартлар".
2. "Эртақлар — яхшиликка
етақлар".
16.45 "Ахборот".
16.55 "Олтин мерос".

17.00 "Рамазон тухфаси".
17.25 "Олтин мерос".
17.35 "Минг бир ривоят".
17.40 ТВ анонс.
17.45 "Фарз ва қарз".
18.05 "Оқшом наволари" (SMS. Овоз бериш).
18.20 ТВ анонс.
18.25 "MAGGI" @ Олтин ош-
хона.
18.50 "Ошин". Телесериал.
19.25 "Ўзлото" кундалиги ва
рекламалар.
19.30 "Ахборот" (рус тили-
да).
19.55, 21.30 Ўзлонлар.
20.00 "Омон бўлинг!"
20.05 "Эгизаклар". Телесе-
риал премьераси.
21.00 "Ахборот".
21.35 ТВ анонс.
21.40 "Олтин мерос".
21.45 "Эркин маззу".
22.05 "Уста Ҳасан". Телесе-
риал премьераси (Яқунлов-
чи).
22.55 "Қўшиғимсан, муҳаб-
бат" (SMS. Овоз бериш).
23.05 М. Шайхзода. "Мирзо
Улугбек". Телеспектакль. 6-
қисм.
00.15-00.20 Ватан тимсол-
лари.



«ЁШЛАР» ТЕЛЕКАНАЛИ

6.30 "Мунаввар тонг".
7.30 Давринг боласи.
7.45 "Янги авлод" почтаси,
Шум болалар.
8.10 «Баҳром ва Дилором».
Мультфильм.
8.25 «Кино SMS» танлови.
8.30 Мусиқий лаҳза.
8.35 Олис манзиллар.
8.45 Менимча.
8.50 Мафтунингман, диерим!
8.55 Иқлим.

9.00 Давр.
9.20 Интерфутбол.
11.00-11.15 Давр.
16.00 Давр.
16.15 Мафтунингман, ди-
ерим!
16.20 Ёшлар овози.
16.35 «Ёшлар» телеканални-
нинг фототанлови.
16.40 Менимча.
16.45 «Нотаниш полвон».
Бадий фильм.
18.10 «Янги авлод» студия-
си: Келинг, танишайлик.
18.30 Ёшлар овози.
18.45 Менимча.
18.50 Мафтунингман, ди-
ерим!
18.55 Иқлим.
20.00 «ЖОКЕР» телелотереяси.
20.10 Ракурс.
20.30 Ўзлонлар.
20.40 «Ширин хотиралар».
Бадий фильм. 2-қисм.
21.40 «SMS» танловлари го-
либи.
21.50 Мафтунингман, ди-
ерим!
21.55 Иқлим.
22.00 Давр.
22.35 Мусиқий лаҳза.
22.40 «Эсмеральда».



«ТОШКЕНТ» ТЕЛЕКАНАЛИ

18.20 Қўрсатувлар тартиби.
18.30 «Пойтахт» ахборот да-
стур (рус).
18.50 «Химоя».
19.10 «Экспресс» телегазета-
си.
19.30 «Табриклаймиз-кут-
лаймиз».
20.00 «Пойтахт» ахборот да-
стур.

20.20 ТТВ да сериал: "Мо-
рена Клара".
21.00 "Иқтисодий тараққи-
ёт йўлида".
21.20 "Экспресс" телегазе-
таси.
21.40 "Хуқуқ телеклуби".
22.05 Киноингоҳ: "Дартанян
ва уч мушкетер". 2-3-қисм-
лар.



SPORT TV

7.30 "Хабарлар".
7.50 "Бодрое утро".
8.50 "Хабарлар" (Рус
тилида)
9.20 "Хазайка судьбы". Се-
риал.
10.00-11.00 Жаҳон
спорт: "Теннис".
«SPORT» ТЕЛЕКАНАЛИ.
17.55 Қўрсатувлар тар-
тиби.
18.00 "Хабарлар".
18.20 "Болалар
спорт".
18.35 "Кучли бешлик".
19.15 "В поисках при-
ключений".
20.00 "Хабарлар" (Рус
тилида)
20.30 "Футбол шарқи".
20.50 "Армрестлинг".
Халқаро турнир.
21.10 Жаҳон спорт:
"Еврофутбол".
22.45 "Тунингиз осуда
бўлсин!"

12.05 «Теле-хамкор»
12.25 — «Детский час»
12.50 — «Бедная Настя»
14.00 — Х/ф «Закусочная
на колесах», комедия
15.30 — «Ошикона».
16.15 — «Аёллар орузи»
повтор передачи
16.45 — «Теле-хамкор»
17.05 — НТТ — Мультсериал
17.25 — НТТ — «Эстрада ку-
шклар»
17.35 — НТТ — «Увайсий», 4-
қисм
18.00 — НТТ — «Жемчужина
Дворца» телесериал
19.00 — «Ошикона» мусиқий
дастур
19.45 — «Теле-хамкор»
20.00 — «Мусиқий табассум»
21.00 — НТТ — «Аёл зоти» те-
лесериал
21.40 — НТТ — «Мусиқий ла-
залар»
22.00 — «Мусиқий табассум»
22.30 — Х/ф «Один дома»,
комедия



1 TV

6.00 «Доброе утро»
9.00 Новости
9.05 Многосерийный фильм
«Есенин»
10.20 Приключенческий се-
риал «Агент национальной
безопасности»
11.30 «Идолы». Пьер Карден
12.00 Новости
12.20 «Большой обед»
13.30 Дисней-клуб: «Коман-
да Гудфи»
13.50 «Гайдай. Комедии се-
мейной жизни»
15.00 Новости (с субтитра-

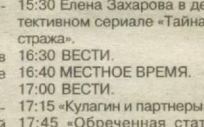
ми)
15.10 «Лолита. Без комплек-
сов»
16.00 «Хозяйка судьбы»
17.00 «Федеральный судья»
18.00 Вечерние новости (с
субтитрами)
18.10 «Кривое зеркало»
18.40 «Адьютанты любви».
Многосерийный фильм
19.50 «Пусть говорят» с Ан-
дреем Малаховым
21.00 Время
21.30 Сергей Безруков в
многосерийном фильме
«Есенин»
22.30 «Пагубная страсть сла-
бого пола». Документальный
фильм
23.40 Ночные новости
0.00 «2030». Программа
Александра Гордона
1.10 Французский боевик
«Последний рассвет» (2002
год)
3.00 Новости
3.05 Французский боевик
«Последний рассвет». Окон-
чание
3.20 Остроумный фильм
«Чудо в горах»
4.50 «Рублевка». Докумен-
тальный фильм
5.00 Новости
5.05 «Рублевка». Окончание



PTV

5:00 «Доброе утро, Россия».
8:45 Даниил Спиваковский
в телесериале «Счастье ты
мое...».
9:45 «Футболист Валерий
Воронин. Потерять лицо».
10:45 «Россия: путь к миру
и согласию». «Святая Русь».
11:00 ВЕСТИ.
11:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
11:50 Александр Домогаров

и Владимир Ильин в детек-
тиве «Марш Турецкого». За-
говор генералов». 1-я серия.
12:45 «Частная жизнь». То-
кшоу с Владимиром Молча-
новым и Ликой Кремер.
13:45 ВЕСТИ.
14:00 ВЕСТИ.
14:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
14:30 «Суд идет».
15:30 Елена Захарова в де-
тективном сериале «Тайная
стража».
16:30 ВЕСТИ.
16:40 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
17:00 ВЕСТИ.
17:15 «Кулагин и партнеры».
17:45 «Обреченная стать
звездой». Телесериал.
18:45 «Черная богиня». Теле-
сериал.
19:45 ВЕСТИ.
20:00 ВЕСТИ.
20:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
20:50 «Спокойной ночи, ма-
лыш».
21:00 Даниил Спиваковский
в телесериале «Счастье ты
мое...».



SPORT TV

21:55 Сергей Шнырев и Еле-
на Захарова в детектив-
ном сериале «Тайная стра-
жа».
23:00 «ВЕСТИ+».
23:20 ПРЕМЬЕРА. «Пожар в
гостинице «Россия»».
0:15 ВЕСТИ. ДЕЖУРНАЯ
ЧАСТЬ.
0:30 Елена Кондулайнен,
Аристарх Ливанов и Андрей
Толубеев в фильме «На Му-
ромской дорожке». 1993г.
2:25 «Дорожный патруль».
2:40 СЕРИАЛ ДЛЯ ПОЛУ-
НОЧНИКОВ. «Закон и поря-
док» (США).
3:35 «Ангелы Чарли». Теле-
сериал (США).
4:25 Канал «Евроньюс» на
русском языке.

ЧОРШАНБА 2

ЎЗБЕКИСТОН ТЕЛЕВИДЕНИСИ

6.25 Қўрсатувлар дастури.
6.30 "Ассалом, Ўзбекистон!"
8.00-8.35 "Ахборот".
8.35 "Экспедиция". Хужжат-
ли телесериал.
9.25 "MAGGI" @ Олтин ош-
хона.
9.50 М. Шайхзода. "Мирзо
Улугбек". Телеспектакль. 6-
қисм.
11.00 "Ахборот".
11.10 ТВ анонс.
11.15 "Омон бўлинг!"
11.20 "Уста Ҳасан". Телесе-
риал.
12.10 "Фарз ва қарз".
12.30 "Дўстлик" тележурна-
ли: "Ягона оилада".
13.00 ТВ анонс.

13.05 "Эгизаклар". Телесе-
риал.
13.50 "Қўшиғимсан, муҳаб-
бат" (SMS. Овоз бериш)
14.00 "Ахборот".
14.15 ТВ анонс.
14.20 "Бобур". Видео-
фильм. 2-қисм.
14.50 "Табарук замин".
15.10 IV Халқаро симфоник
музыка фестивалининг очи-
лиши.
"Болалар сайёраси".
15.45 1. "Болалар дунёси".
2. "Эртақлар — яхшиликка
етақлар".
16.20 "Саломатлик" дастури.
16.45 "Ахборот".
16.55 "Олтин мерос".
17.00 "Рамазон тухфаси".
17.25 "Олтин мерос".
17.30 "Минг бир ривоят".
17.35 ТВ анонс.
17.40 "Таълимга эътибор —
кеलाжакка эътибор".
18.00 "Оқшом наволари"

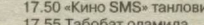
(SMS. Овоз бериш)
18.10 "Эркин иқтисодиёт".
18.35 ТВ анонс.
18.40 "Ошин". Телесериал.
19.15 "Ўзлото". Телелотерея.
19.25, 19.55, 21.30 Ўзлон-
лар.
19.30 "Ахборот" (рус тили-
да).
20.00 "Омон бўлинг!"
20.05 "Эгизаклар". Телесе-
риал премьераси.
21.00 "Ахборот".
21.35 ТВ анонс.
21.40 "Олтин мерос".
21.50 "Одамлардан бири".
22.10 "Жўнатилмаган мак-
тублар". Бадий фильм пре-
мьераси. 1-қисм (Туркия)
22.45 "Қўшиғимсан, муҳаб-
бат" (SMS. Овоз бериш).
22.55 "Ҳаким ат-Термизий".
Видеофильм. 1-қисм.
23.20-23.25 Ватан тимсолла-
ри.



«ЁШЛАР» ТЕЛЕКАНАЛИ

6.30 "Мунаввар тонг".
7.30 Давринг боласи.
7.45 "Янги авлод" студияси:
Келинг, танишайлик.
8.00 Расмлар сузлаганда.
8.05 «Барака ёлғири». М/ф.
8.20 «Эсмеральда».
8.50 Мафтунингман, диерим!
8.55 Иқлим.
9.00 Давр.
9.20 Янги алифбони ўрга-
намиз.
9.35 «Меъёр-соғлиқ гарови».
9.55 Ракурс.
10.15 «SMS» танловлари го-
либи.
10.25 Мусиқий лаҳзалар.
10.40 Дийдор.
10.55 Менимча.
11.00-11.15 Давр.
16.00 Давр.
16.15 Мафтунингман, ди-
ерим!

16.20 Ёшлар овози.
16.40 «Янги авлод» спорт,
Китоб жавоми.
17.05 «Шукре ва Байта». М/ф.
17.25 Мусиқий лаҳзалар.
17.35 Ёшлар овози.
17.50 «Кино SMS» танлови.
17.55 Табабат оламида.
18.15 Автопатруль.
18.35 Менимча.
18.40 Каталог.
18.50, 21.50 Мафтунингман,
диерим!
18.55, 21.55 Иқлим.
19.00 Давр.
19.40 «Очил дастурхон» хан-
гоналари.
20.00 Спорт — лото.
20.10 Давр мавзуси.
20.25 Хаёт қадри.
20.45 Ёшлонлар.
20.50 «Ширин хотиралар».
Бадий фильм. 3-қисм.
22.00 Давр.
22.40 «Эсмеральда».



1 TV

6.00 «Доброе утро»
9.00 Новости
9.05 Многосерийный фильм
«Есенин»
10.20 Приключенческий се-
риал «Агент национальной
безопасности»
11.30 «Идолы». Пьер Карден
12.00 Новости
12.20 «Большой обед»
13.30 Дисней-клуб: «Коман-
да Гудфи»
13.50 «Гайдай. Комедии се-
мейной жизни»
15.00 Новости (с субтитра-



PTV

5:00 «Доброе утро, Россия».
8:45 Даниил Спиваковский
в телесериале «Счастье ты
мое...».
9:45 «Футболист Валерий
Воронин. Потерять лицо».
10:45 «Россия: путь к миру
и согласию». «Святая Русь».
11:00 ВЕСТИ.
11:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
11:50 Александр Домогаров



SPORT TV

7.30 "Хабарлар".
7.50 "Бодрое утро".
8.50 "Хабарлар".
9.20 "Хазайка судьбы".
10.00-10.20 "Спорт маскан-
ларида".
«SPORT» ТЕЛЕКАНАЛИ.
16.55 Қўрсатувлар тартиби.
17.00 Футбол. Ўзбекистон
чемпионати "Пахтакор"
(Тошкент) — "Бухоро" (Бухо-
ро) Тўғридан-тўғри олиб
қўрсатилади.
18.50 "Хабарлар".
19.10 "Шоҳрух клуби".
19.25 "Кули бешлик".
20.00 "Хабарлар".
20.30 Мусиқий дастур.
20.40

12.05 - «Теле-хамкор»
12.25 - «Детский час»
12.50 - «Бедная Настя»
14.00 - Х/ф «Один дома», комедия

16.15 - «Юлдузлар табриги»
16.15 - Детский час
16.45 - «Теле-хамкор»
17.05 - НТТ - Мультсериал
17.25 - НТТ - «Киноконцерт»
17.35 - «Увайсий», 5 к/м
18.00 - НТТ - «Жемчужина дворца» телесериал
19.00 - «Ошикона»
19.45 - «Теле-хамкор»
20.00 «Мусликий табассум»
21.00 - НТТ - «Аёл зоти», те-

лесериал
21.40 - НТТ - «Мусликий лахзалар»
22.00 - «Мусликий табассум»
22.30 - Художественный фильм - «Один дома 2», комедия

6.00 «Доброе утро»
9.00 Новости
9.05 Многосерийный фильм «Есенин»
10.20 Приключенческий сериал «Агент национальной безопасности»
11.30 Людмила Целиковская. «Любовь и коварство»
12.00 Новости

12.20 «Большой обед»
13.30 Дисней-клуб: «Команда Гуффи»
13.50 «Б.Брондуков. Последний сеанс». Документальный фильм
15.00 Новости.
15.10 «Лолита. Без комплексов»
16.00 «Хозяйка судьбы»
17.00 «Федеральный судья»
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.10 «Кривое зеркало»
18.40 «Адютанты любви»
Многосерийный фильм
19.50 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым
21.00 Время
21.30 Премьера. Сергей Безруков в многосерийном

фильме «Есенин»
22.30 «Наталья Гундарева. Личная жизнь королевы»
Документальный фильм
23.40 Ночные новости
0.00 Искатели. «Орден русских рыцарей»
0.50 Ударная сила. «Солдат будущего»
1.40 Миа Фэрроу в остроумном фильме «Ураган»
3.00 Новости
3.05 Фильм «Ураган». Окончание
4.00 Сериал «Линия огня»
4.40 «Русская звезда Голливуда». Документальный фильм
5.00 Новости
5.05 «Русская звезда Голливуда». Окончание

5:00 «Доброе утро, Россия!»
8:45 Даниил Спиваковский в телесериале «Счастье ты мое...»
9:45 «Битва за сверхзвук. Правда о ТУ-144»
10:45 «Россия: путь к миру и согласию. «Пылающие сердца»
11:00 ВЕСТИ.
11:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
11:50 Владимир Ильин в детективе «Марш Турецкого. Заговор генералов». 2-я серия.
12:45 «Частная жизнь». Ток-шоу с Владимиром Молчановым и Ликой Кремер.
13:45 ВЕСТИ.

14:00 ВЕСТИ.
14:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
14:30 «Суд идет»
15:30 Елена Захарова в детективном сериале «Тайная стража»
16:30 ВЕСТИ.
16:40 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
17:00 ВЕСТИ.
17:15 «Кулагин и партнеры»
17:45 «Обреченная стать звездой». Телесериал.
18:45 «Черная богиня». Телесериал.
19:45 ВЕСТИ.
20:00 ВЕСТИ.
20:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
20:50 «Спокойной ночи, малыши»
21:00 Даниил Спиваковский в телесериале «Счастье ты мое...»

мое...»
21:55 ПРЕМЬЕРА. Армен Джигарханян, Борис Щербаков, Тамара Семина, Сергей Маховиков, Евгений Сидихин, Сергей Шнырев и Елена Захарова в детективном сериале «Тайная стража»
23:00 «ВЕСТИ»
23:20 «Исторические хроники» с Николаем Сванидзе.
«1942. Клавдия Шульженко».
0:15 ВЕСТИ.
0:30 «ПРОСВЕТ». Программа Дмитрия Диброва.
1:30 Остроумный фильм «Пропавший сон»
3:40 «Дорожный патруль»
3:55 «Закон и порядок»
4:25 «Ангелы Чарли». Телесериал (США).

ПАЙШАНБА 3

УЗБЕКИСТОН ТЕЛЕВИДИЕНИСИ

6.25 Курсатувлар дастури.
6.30 «Ассалом, Ўзбекистон!»
8.00-8.35 «Ахборот».
8.35 ТВ анонс.
8.40 «Олтин мерос».
8.45 «Экспедиция». Хужжатли телесериал.
9.35 «Саломатлик дастури»
10.00 «Яхшилик»
«Болалар сайраси»:
10.20 «Шумтакалар». Мультсериал.
10.35 «Хаким ат-Термизий». Видеофильм. 1-кисм.
11.00 «Ахборот»
11.10 ТВ анонс.
11.15 «Омон бўлинг!»
11.20 «Жўнатилмаган мактублар». Бадий фильм. 1-кисм.
11.55 «Дўстлик» тележурнали: 1. «Дурдаршан». 2. «Парле ва франсэ?»
12.35 «Назм ва наво»
13.05 «Эгизаклар». Телесериал.
13.50 «Қўшигимсан, мухаббат» (SMS. Овоз бериш)
14.00 «Ахборот»
14.15 ТВ анонс.
14.20 «Бобур». Видеофильм. 3-кисм.
14.55 «Жавоҳир»
15.00 «Ахборот» (инглиз тилида)
15.10 ТВ анонс.
15.20 «Мафтунингман». Бадий фильм.

«Болалар сайраси»:
16.40 «Эртақлар - яхшиликка етақлар»
17.00 «Ахборот»
17.10 ТВ анонс.
17.15 «Олтин мерос»
17.25 «Дастур: ижро ва масъулият»
17.50 ТВ анонс.
17.55 «Ақл ва идрок»
18.15 «Оқшом наволари» (SMS. Овоз бериш)
18.25 «Ойбек ёди». 1-кисм.
18.50 «Ошин». Телесериал.
19.25 «Ўзлото» кундалиги ва рекламалар.
19.30 «Ахборот» (рус тилида)
19.55, 21.30 ЭЪЛОНЛАР.
20.00 «Омон бўлинг!»
20.05 «Эгизаклар». Телесериал премьераси.
21.00 «Ахборот»
21.35 ТВ анонс.
21.40 «Охонараб»
22.20 «Жўнатилмаган мактублар». Бадий фильм премьераси. 2-кисм.
22.55 «Қўшигимсан, мухаббат» (SMS. Овоз бериш)
23.05 ТВ анонс.
23.10 «Хаким ат-Термизий». Видеофильм. 2-кисм.
23.35-23.40 Ватан тим-соларси.

«ЕШЛАР» ТЕЛЕКАНАЛИ

6.25 Дастуринг очилиши.
6.30 «Мунаввар тонг». Информацион дам олиш дастури.
17.40 «Парвона» спектак-линг давоми.
7.45 «Янги авлод» студия:

«ЕШЛАР» ТЕЛЕКАНАЛИ

6.25 Дастуринг очилиши.
6.30 «Мунаввар тонг». Информацион дам олиш дастури.
7.30 Дастуринг болаши.
7.45 Янги авлод спорт.
8.00 ТВ-анонс.
8.05 Менимча.
8.10 Мусликий лахзалар.
8.20 «Эсмеральда». Телесериал.
8.50 Мафтунингман, диёрим!
8.55 Иқлим.
9.00 Давр.
9.15 «Эсмеральда». Телесериал.
9.45 «Кино SMS» танлов.
9.50 Тенгдош.
10.00 Хаёт қадри.
10.20 Мусликий лахзалар.
10.30 «Қаҳқаҳа» театр-студияси намойиш этади.
11.00-11.15 Давр.
16.00 Давр.
16.15 Мафтунингман, диёрим!
16.20 ТВ-анонс.

яси: Китоб жавони.
7.55 Расмлар сўзлаганда.
8.00 Ешлар овози.
8.15 ТВ-анонс.
8.20 Ўзбекистонда хизмат кўрсатган артист.
Собиран Юминов куйлайди.
8.55 Иқлим.
9.00 Давр.
9.15 Мафтунингман, диёрим!
9.20 «Махаллада дув-дув гап». Бадий фильм.
10.40 Давр мавзуси.
10.55 «Кино SMS» танлов.
11.00 Давр.
11.15 ТВ-анонс.
11.20 «Келин салом». Телевизион бадий фильм.
1-кисм.
11.55 Мусликий лахзалар.
12.05 «Келин салом». Телевизион бадий фильм.
2-кисм.
12.50 «Кино SMS» танлов.
12.55 ТВ-анонс.
13.00 Давр.
13.15 «Келин салом». Телевизион бадий фильм.
3-кисм.
14.00 «Нихол» мукофоти совриндорлари куйлайди.
14.20 «Яратганга шукр». Бадий фильм.
16.00 Давр.
16.15 Мафтунингман, диёрим!
16.20 Тенгдош.
16.30 Уйғун. «Парвона»
Ўзбек Давлат Миллий академик.
драма театрининг.
спектакли.
17.25 Ешлар овози.
17.40 «Парвона» спектак-линг давоми.

«ТОШКЕНТ» ТЕЛЕКАНАЛИ

18.20 Курсатувлар тартиби.
18.30 «Пойтахт» ахборот дастури (рус)
18.50 «Аёл қалби»
19.10 «Экспресс» телегазетаси.
19.30 «Табриклаймиз-кут-лаймиз»
20.00 «Пойтахт» ахборот дастури.
20.20 «Аёллар салтанати»
20.50 «Экспресс» телегазетаси.
21.10 «Саодат қалити»
21.40 Киноингоҳ: «Кичкина табиб»
23.10 «Тунчирик»
23.50-23.55 Хайрли тун, шахрим!

18.35 Ишдан кейин.
18.55 Иқлим.
19.00 Давр.
19.35 ТВ-анонс.
19.40 Мафтунингман, диёрим!
19.45 Хамкор-2005.
19.55 «Кино SMS» танлов.
20.00 «Қаҳқаҳа» театр студияси намойиш этади.
20.30 ТВ-анонс.
20.35, 21.45 Ўзлонлар.
20.45 «Мухаббат ва эҳтирос». Телесериал.
21.50 Мафтунингман, диёрим!
22.00 Давр.
22.35 «Кино SMS» танлов.
22.40 «Эсмеральда». Телесериал.
23.10 - 23.15 Хайрли тун!

«ТОШКЕНТ» ТЕЛЕКАНАЛИ

18.20 Курсатувлар тартиби.
18.30 «Пойтахт» ахборот дастури (рус)
18.50 «Аёл қалби»
19.10 «Экспресс» телегазетаси.
19.30 «Табриклаймиз-кут-лаймиз»
20.00 «Пойтахт» ахборот дастури.
20.20 «Аёллар салтанати»
20.50 «Экспресс» телегазетаси.
21.10 «Саодат қалити»
21.40 Киноингоҳ: «Кичкина табиб»
23.10 «Тунчирик»
23.50-23.55 Хайрли тун, шахрим!

«ТОШКЕНТ» ТЕЛЕКАНАЛИ

зетаси.
19.30 «Табриклаймиз-кут-лаймиз»
20.00 «Пойтахт» ахборот дастури.
20.20 «Дорихона эшитида»
21.15 «Экспресс» телегазетаси.
21.35 Киноингоҳ: «Такдиринг қўлингда»
22.45-22.50 Хайрли тун, шахрим!

«ТОШКЕНТ» ТЕЛЕКАНАЛИ

7.30 «Хабарлар»
7.50 «Бодрое утро»
8.50 «Хабарлар» (Рус тилида)
9.20 «Хазина судьбы»
10.40-10.45 «Равнак» пред-ставляет.
10.55-11.20 Кураш. Республика бринчлиги.
«SPORT» ТЕЛЕКАНАЛИ.
17.55 Курсатувлар тартиби.
18.00 «Хабарлар»
18.20 Мультфильм.
18.30 «Дадиллик учун со-врин»
18.50 «Спорт клуб». Ринг.
19.20 «Жаҳон футбол»
19.50 «Шарк гўзали-2005». Бадий гимнастика буйича халқаро турнир.
20.00 «Хабарлар» (Рус тилида)
20.30 Мусликий дастур.
20.40 «Заҳрадаги спортчи»
21.00 «Белида белбоги бор-лар»
21.20 Юбилейный вечер Л. Якубовича.

SPORT

17.55 Курсатувлар тартиби.
18.00 «Хабарлар»
18.20 «Поле чудес». Спец. выпуск.
20.00 «Хабарлар» (Рус тилида)
20.30 «Спорт - менинг хаётим»
20.45 «Нокаут». Бокс.
21.15 Жаҳон спорти: «Еврофутбол»
22.50 «Тунгиз осуда бўлсин!»

SPORT

12.05 - Теле-хамкор
12.25 - «Детский час»
12.50 - «Бедная Настя»
14.00 - Х/ф «Один дома 2»
15.30 - «Хижо»
15.50 - «Документальный фильм»
16.20 - «Детский час»
16.45 - «Теле-хамкор»
17.05 - НТТ - Мультсериал
17.25 - «Мумтоз оханлар»
17.35 - «Увайсий», 6 к/м
18.00 - НТТ - «Жемчужина дворца» телесериал
18.15 - «Мумтоз оханлар»
19.00 - «Ошикона»
19.45 - «Теле-хамкор»
20.00 - «Мусликий табассум»
21.00 «Аёл зоти»
21.40 «Мусликий лахзалар»
22.00 - «Мусликий табассум»
22.30 - Х/ф «Невезучие».

SPORT

12.05 - Теле-хамкор
12.25 - «Детский час»
12.50 - «Бедная Настя»
14.00 - Х/ф «Невезучие», комедия
15.30 - «Ошикона» мусликий дастури
16.15 - «Детский час»
16.45 - «Теле-хамкор» фойдали газета
17.05 - НТТ - Мультсериал
17.25 - «Мусликий табассум»
17.35 - НТТ - «Увайсий» 7-кисм
18.00 - НТТ - «Эслайсизми?»
18.15 - НТТ - «Жумбоқ», 1-кисм
19.00 - «Ошикона» мусликий дастури
19.45 - «Теле-хамкор», фойдали газета
20.00 - «Мусликий табассум»
21.00 «Жумбоқ», 2-кисм
21.40 - НТТ «Мусликий лахзалар»
22.00 - «Мусликий лахзалар»
22.30 - Художественный фильм - «Здравствуйте, я ваша тётя», комедия
00.00 - Программа передач

SPORT

6.00 Новости
6.10 «Шутка за шуткой»
7.00 Х/ф «Человек, которого я люблю»
8.50 Премьера. «Заступница земли русской». Документальный фильм
9.20 Игрый, гармонь любви!
10.00 Новости
10.10 Николай Рыбников в комедии «Девчата»

SPORT

6.00 Телеканал «Доброе утро»
9.00 Новости
9.05 Многосерийный фильм «Есенин»
10.20 Приключенческий сериал «Агент национальной безопасности»
11.30 «Идолы». Бриджид Бардо
12.00 Новости
12.20 «Большой обед»
13.30 Дисней-клуб: «Команда Гуффи»
13.50 «Три любви Любо-ви Орловой». Документальный фильм
15.00 Новости (с субтитрами)
15.10 «Лолита. Без комплексов»
16.00 Сериал «Хозяйка судьбы»
17.00 «Федеральный судья»
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 «Адютанты любви». Многосерийный фильм
19.20 Поле чудес. Специальный выпуск
21.00 Время
21.20 «КВН-2005». Высшая лига. Второй полуфинал
23.40 Премьера. Шон Пенн, Бенисио Дель Торо в фильме «21 грамм»
1.40 Футбол. Кубок УЕФА. «Болтон» - «Зенит». Передача из Англии
3.30 Уиллем Дефо в фильме «Китайский вариант»

SPORT

12.00 Новости.
12.10 Мультипликационный проект. «Гора самоцветов»
12.30 «Русский набат». Документальный фильм.
13.30 Евгений Стычкин в комедии «Операция «Эники-беники»
15.00 Новости.
15.10 Самый веселый концерт с участием Михаила Державина и многих-многих других...
18.00 Вечерние новости.
18.10 Невероятные приключения русских во Франции. Программа «Большие гонимы»
19.20 Праздничный вечер Леонида Якубовича
21.00 Время
21.20 Юбилейный вечер Леонида Якубовича. Продолжение
22.50 Вера Глаголева в фильме «Другая женщина, другой мужчина»
0.50 Х/ф «Влюбленный Шекспир»

SPORT

6:00 «В компании кота Леопольда». Сборник мультфильмов.
6:40 Лариса Голубкина, Юрий Яковлев, Игорь Ильинский и Татьяна Шмыга в музыкальной комедии Эльдыра Рязанова «Гусарская баллада». 1962г.
8:35 «Комната смеха»
9:50 ПРЕМЬЕРА. «Конец смутного времени»
10:45 «Россия: путь к миру и согласию. «Народные герои»
11:00 Светлана Дружинина, Олег Анофриев и Борис Новиков в комедии «За

5:00 «Доброе утро, Россия!»
8:50 Даниил Спиваковский в телесериале «Счастье ты мое...»
9:50 «Частная жизнь»
10:45 «Россия: путь к миру и согласию. «Героическая оборона Троицкой обители»
11:00 ВЕСТИ.
11:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
11:50 Праздник Ураза-Байрам. Трансляция из Московской соборной мечети.
12:45 Владимир Ильин в детективе «Марш Турецкого. Пророченная виза». 1-я серия.
13:45 ВЕСТИ.
14:00 ВЕСТИ.
14:10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
14:30 «Суд идет»
15:30 Елена Захарова в детективном сериале «Тайная стража»
16:30 ВЕСТИ.
16:40 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
17:00 ВЕСТИ.
17:15 «Кулагин и партнеры»
17:45 «Обреченная стать звездой». Телесериал.
18:45 «Черная богиня». Телесериал.
19:45 ВЕСТИ.
20:00 ВЕСТИ.
20:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
20:50 «Спокойной ночи»
21:00 Даниил Спиваковский в телесериале «Счастье ты мое...»
21:55 Елена Захарова в детективном сериале «Тайная стража»
23:00 Х/ф «Где находится нофелет?». 1987г.
0:40 Х/ф «Ярость»
2:50 «Дорожный патруль»
3:05 «Закон и порядок»
4:00 «Ангелы Чарли»
4:50 Канал «Евроноос»

SPORT

витриной универмага»
1955г.
12:50 Большой праздничный концерт.
14:00 ВЕСТИ.
14:20 Большой праздничный концерт. Продолжение.
15:40 Вера Алентова, Алексей Баталов, Ирина Муравьева, Раиса Рязанова, Александр Фатюшин и Владимир Басов в фильме «Москва слезам не верит»
1979г. 1-я серия.
17:00 ВЕСТИ.
17:10 Вера Алентова, Алексей Баталов, Ирина Муравьева, Раиса Рязанова, Александр Фатюшин и Владимир Басов в фильме «Москва слезам не верит»
1979г. 2-я серия.
18:50 ПРЕМЬЕРА. «Кривое зеркало. Театр Евгения Петросяна»
20:00 ВЕСТИ.
20:15 ПРЕМЬЕРА. «Кривое зеркало. Театр Евгения Петросяна». Продолжение.
22:00 ПРЕМЬЕРА. Клара Новикова, Ольга Сидорова, Вилла Хаппалоса, Александр Семчев и Александр Башмиров в комедии «Королева бензколонки-2»
2004г.
23:50 Адриано Челентано в фильме «Ас» (Италия). 1981г.
1:50 Лесли Нильсен в комедии Мела Брукса «Дракула: мертвый и довольный» (США-Франция). 1995г.
3:45 НОЧНОЙ СЕАНС. Ричард Чамберлен и Лоуренс Оливье в фильме «Леди Каролина Лэм» (Великобритания-Италия). 1972г.

ЖУМА 4

УЗБЕКИСТОН ТЕЛЕВИДИЕНИСИ

6.30 «Ассалом, Ўзбекистон!»
8.00-8.35 «Ахборот»
8.40 «Олтин мерос»
8.45 «Рухият ва макон». Хужжатли телесериал.
«Болалар сайраси»:
9.30 «Шумтакалар». М/ф.
9.45 «Ойбек ёди». 2-кисм.
10.15 «Юртим жамоли». Экранда - Тошкент вилояти.
10.35 «Хаким ат-Термизий». Видеофильм. 2-кисм.
11.00 «Ахборот»
11.15 «Омон бўлинг!»
11.20 «Жўнатилмаган мактублар». Бадий фильм. 2-кисм.
12.00 «Тазарру»
12.30 «Дўстлик» тележурнали: 1. «Чинсан». 2. «Бизнен мирас»
13.05 «Эгизаклар»
13.50 «Қўшигимсан, мухаббат» (SMS. Овоз бериш)
14.00 «Ахборот»
14.15 «Бобур». Видеофильм. 4-кисм.
«Болалар сайраси»:
14.50 1. «Уйла, Изла, Топ!» Телемусобақа.
2. «Эртақлар - яхшиликка етақлар»
16.40 «Ўзбектеlevision» на-мойиши: «Ўзбек таомлари»
17.00 «Ахборот»
17.15 «Тошмотов номидаги дуторчилар ансамблининг концерти»
17.40 «Бизнес янгиликлари»
17.55 «Рангин дунё». Самарқанд галереяси.
18.15 «Оқшом наволари»

18.25 «Минг бир ривоят»
18.30 «Хидоят сари»
18.50 «Ошин». Телесериал.
19.25 «Ўзлото» кундалиги ва рекламалар.
19.30 «Ахборот» (рус)
20.00 «Омон бўлинг!»
20.05 «Эгизаклар»
21.00 «Ахборот»
21.40 «Олтин бешик»
22.10 «Жўнатилмаган мактублар». Бадий фильм премьераси. 3-кисм.
22.45 «Қўшигимсан, мухаббат» (SMS. Овоз бериш)
23.00 «Хаким ат-Термизий».

«ЕШЛАР» ТЕЛЕКАНАЛИ

6.25 Дастуринг очилиши.
6.30 «Мунаввар тонг». Информацион дам олиш дастури.
7.30 Дастуринг болаши.
7.45 Янги авлод спорт.
8.00 ТВ-анонс.
8.05 Менимча.
8.10 Мусликий лахзалар.
8.20 «Эсмеральда». Телесериал.
8.50 Мафтунингман, диёрим!
8.55 Иқлим.
9.00 Давр.
9.15 «Эсмеральда». Телесериал.
9.45 «Кино SMS» танлов.
9.50 Тенгдош.
10.00 Хаёт қадри.
10.20 Мусликий лахзалар.
10.30 «Қаҳқаҳа» театр-студияси намойиш этади.
11.00-11.15 Давр.
16.00 Давр.
16.15 Мафтунингман, диёрим!
16.20 ТВ-анонс.

16.25 Ешлар овози.
16.40 Автопатруль.
17.00 «Янги авлод»-студияси: У ким? Бу нима?
17.15 «Шукре ва Бейта»
Мультсериал.
17.35 «Кино SMS» танлов.
17.40 Кишлоқдаги тенгдошим.
17.55 Мусликий лахзалар.
18.05 «Шавкат Раҳмон». Видеофильм.
18.40 Менимча.
18.45 ТВ-адвокат.
18.50 Мафтунингман, диёрим!
18.55 Иқлим.
19.00 Давр.
19.35 ТВ-анонс.
19.40 «Ешлар» телеканал-нинг фототановуви.
19.45 Давр мавзуси.
20.00 Спорт - лото.
20.10 «Чоррахдаги уй»
Қўл қисми видеофильм.
20.40 Ўзлонлар.
20.50 «Мухаббат ва эҳтирос». Телесериал.
21.50 Мафтунингман, диёрим!
21.55 Иқлим.
22.00 Давр.
22.35 «Кино SMS» танлов.
22.40 «Эсмеральда»
23.10 «Ешлар» телеканал-лида спорт дастури: Интерфутбол.

«ТОШКЕНТ» ТЕЛЕКАНАЛИ

18.20 Курсатувлар тартиби.
18.30 «Пойтахт» ахборот дастури (рус)
18.50 «Имконият»
19.10 «Экспресс» телега-

ШАНБА 5

ЎЗБЕКИСТОН
ТЕЛЕВИДЕНИЕСИ

6.25 Кўрсатувлар дастури.
6.30 "Ассалом, Ўзбекистон!"
8.00-8.35 "Ахборот".
8.40 "Рухият ва макон". Хужжат-ли телесериал.
9.25 "Олтин мерос".
9.30 "Хидоят сари".
"Болалар сайёраси":
9.50 1. "Олтин тож".
2. "Шумтаклар". Мультсериал.
10.40 "Ҳақим ат-Термизий". Видеofilm. 3-қисм.
11.05 "Оналар мактаби".
11.25 "Дўстлик" тележурнали: 1. "Рангикамон". 2. "Дидар".
12.00 "Омон бўлинг!".
12.05 "Жўнатилмаган мактублар". Бадий фильм. 3-қисм.
12.40 "Музыка дунёси".
13.05 "Эгизаклар". Телесериал.
14.00 "Ахборот".
14.20 "Охираб".
15.00 "Ахборот" (рус тилида)
15.10 "Тўйлар муборак". Бадий фильм.
16.10 "Йиллар армони".
"Болалар сайёраси":
16.50 "Эртақлар — яхшиликка етаклар".
17.05 "Жиддий ўйин".
17.45 "Саломатлик сирлари".
18.05 "Оқшом наволари" (SMS. Овоз бериш).
18.15 "MAGGI" @ Олтин ошона.
18.40 "Ошин". Телесериал.
19.15 "Эълот", Телелотерея.
19.25, 19.55, 20.50, 21.30 Эълонлар.
19.30 "Ахборот" (рус тилида)
20.05 "Омон бўлинг!".
20.10 Ўзбекистон халқ артисти М. Йўлчиева кўлайди. 1-қисм.

20.55 "Минг бир ривоят".
21.00 "Ахборот".
21.40 Ўзбекистон халқ артисти М. Йўлчиева кўлайди. 2-қисм.
22.25 "Меҳр кўзда".
23.05 "Қўшигимсан, муҳаббат" (SMS. Овоз бериш).
23.15 "Киноафиша".
23.35 "Едгор". Бадий фильм.

YOSHLAR
ТЕЛЕКАНАЛИ

6.30 "Мунаввар тон".
7.30 Даврининг боласи.
7.45 "Янги авлод" студияси: 1. "Қўшма" Бу нима?
8.00 Расмлар сўзлаганда.
8.10 Мусийиқ лаҳзалар.
8.20 "Эсмеральда". Телесериал.
8.50 Мафтунингман, диёрим!
8.55 Икким.
9.00 Давр.
9.20 Табобат оламида.
9.40 Ватанпарвар.
10.40 Давр мавзуси.
10.55 "Учрашув". Телевизион бадий фильм.
11.25 "Учинчи сайёра" маърифий дастури.
12.15 "Гал йўқ" ижодий гуруҳи тақдим этади: "Маслаҳат".
13.00 Давр.
13.20 Менимча.
13.25 Мусийиқ лаҳзалар.
13.35 "Ойикон". Бадий фильм.
14.50 "Кино SMS" танлови.
14.55 Мусийиқ лаҳзалар.
15.10 Интерфутбол.
16.00 Давр.
16.15 "Мафтунингман, диёрим!"
16.20 Интерфутбол.
17.15 "Янги авлод" студияси: Биланг маслаҳати.
17.30 Ишдан кейин.
17.50 Менимча.
17.55 Бола тилидан.
18.25 "Кино SMS" танлови.
18.30 Кулгуч.
18.40 Каталог.

18.50 Мафтунингман, диёрим!
18.55 Икким.
19.00 Давр.
19.35 "Кино SMS" танлови.
19.40 Кутилмаган меҳмон.
20.05 "Қорраҳадаги уй". Кўп қисм-ли видеофильм.
20.45 "Муҳаббат ва ҳаёт".
21.50 Мафтунингман, диёрим!
22.00 Давр.
22.40 "Еввойи мушук дарасидан қочиш". Бадий фильм.

TOHKENT
ТЕЛЕКАНАЛИ

"Тошкент" телеканали ижодкорлари "8.00-13.00" гача деб номланган кўнглинларча инфор-мацион мусийиқ кўрсатувлар дастури-ни эфирга узатади.
18.20 Кўрсатувлар тартиби.
18.30 CFI- тақдим этади: "Еввойи ҳайвон болалар" 9-10-сериаллар.
19.30 "Шунақа гаплар".
19.40 "Экспресс" телегазетаси.
20.30 "Биргаликда кўлайимиз".
21.15 "Экспресс" телегазетаси.
21.35 "Нима учун?"



7.30 "Хабарлар".
7.50 "Бодрое утрос".
8.50 "Хабарлар" (Рус тилида)
9.20 "Спортивний англійський".
9.30 Жаҳон спорт: "Снукер".
10.30-13.30 "Шарк гўзали-2005". Бадий гимнастика бўйича халқаро турнир.
"SPORTV". ТЕЛЕКАНАЛИ.
17.55 Кўрсатувлар тартиби.
18.00 "Хабарлар".
18.20 "Хабарлар спорт".
18.40 Жаҳон спорт: "Еврофутбол".

20.00 "Хабарлар" (Рус тилида)
20.30 "Шарк гўзали-2005". Бадий гимнастика бўйича халқаро турнир.
20.45 "Стать ближе". Ток-шоу.
21.25 "Нокаут". Бокс.
22.00 "Шарк гўзали-2005". Бадий гимнастика бўйича халқаро турнир.



9.00 — Открытие программы
9.025 — «Теле-хамкор» фойдала газета
9.20 — «Детский час» — мультсериал
9.50 — «Мультфильмы»
11.10 — «Ошикона» мусийиқ дастури
11.55 — «Спорт — экстрим»
12.40 — «Здравствуйте, я ваша тётя», комедия
14.30 — «Болалар соати»
15.30 — «Музыкальный калейдоскоп».
16.00 — «Детский час» — мультсериал
16.45 — «Теле-хамкор» фойдала газета
17.00 — НТТ — Программа передач
17.05 — НТТ — «Мультфильм»
17.25 — НТТ — «Келинлар кузголини», бадий фильм
19.00 — «Ошикона» мусийиқ дастури
19.45 — «Телехамкор» фойдала газета
20.00 — «Хит-парад — плюс»
21.00 — НТТ — «Севишганлар» бадий фильм, 1 серия
22.30 — НТТ Анонс
22.35 — НТТ — «Севишганлар» бадий фильм 2 серия



6.00 Новости
6.10 «Космонавт номер ноль». Документальный фильм
7.00 Приключенческий фильм «Три ниндзя наносят ответный удар»
8.40 Слово пастыря
9.00 Дисней-клуб: «Кряк-бригада», «С добрым утром, Микки!»
10.00 Новости
10.10 «Три окна» Андрея Макаревича
10.50 «Римская империя». Фильм 1-й. «Наследник Цезаря»
12.00 Новости
12.10 Премьера. Мультпликационный проект. «Гора самоцветов»
12.40 Евгений Леонов-Гладышев в остросюжетном фильме «Наградить (посмертно)»
14.20 Мелодии и ритмы зарубежной эстрады по-русски
17.20 Бенефис Ефима Шифрина. «Люди в масках»
21.00 Время
21.20 Премьера. Федор Бондарчук, Гоша Куценко, Екатерина Гусева в новой русской комедии «От 180 и выше» (2004 год)
23.10 Что? Где? Когда?
0.40 Джет Ли в остросюжетном фильме «Герой»
2.30 Харви Кейтел в фильме «Спайка Ли «Толкачи»
4.50 Сериал «Линия огня»



6.00 «Доброе утро, Россия!».
7.40 «Золотой ключ».
8.00 ВЕСТИ.
8.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
8.25 «Русское лото».
8.50 «Военная программа» Александра Сладкова.
9.20 Церемония открытия V Международного детского фестиваля искусств «КИНОТАВРИК».
10.15 «Секрет успеха». Результаты голосования.
10.45 «Россия: путь к миру и согласию». «Связь времен».
11.00 ВЕСТИ.
11.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
11.20 «Сто к одному». Телеигра.
12.15 «В поисках приключений».
13.15 «Клуб сенаторов».
14.00 ВЕСТИ.
14.20 Евгений Матвеев, Галина Польских, Никита Джигурда и Лариса Удовиченко в фильме «Любить по-русски». 1996г.
16.00 «Портреты эпохи. Евгений Чазов».
17.00 ВЕСТИ.
17.20 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
18.00 «Комната смеха».
18.55 «Секрет успеха».
19.50 «В Городе».
20.00 ВЕСТИ.
20.25 «Честный детектив». Авторская программа Эдуарда Петрова.
20.55 «Субботний вечер».
22.45 МИРОВОЕ КИНО. ПРЕМЬЕРА. Бен Аффлек, Колин Фаррелл и Дженифер Гарнер в фильме «Сорвиголовы» (США). 2003г.
0.50 Джим Кэрри и Мэттью Бродерик в комедии Бена Стиллера «Кабельщики» (США). 1996г.
2.45 «Горькая десятка».
3.45 Пьер Ришар и Джейн Биркин в фильме Клода Зиди «Он начинает сердиться» (Франция).
5.15 Канал «Евроноос» на русском языке.

ЯКШАНБА 6

ЎЗБЕКИСТОН
ТЕЛЕВИДЕНИЕСИ

6.30 "Ассалом, Ўзбекистон!"
8.00-8.35 "Ахборот".
8.40 "Олтин мерос".
8.50 "Камалат" экран: "Дарсдан сўнг...".
9.35 "MAGGI" @ Олтин ошона.
10.00 "Ватанпарвар".
11.00 "Бу турфа олам".
11.30 IV Халқаро симфоник мусика фестивалининг ёпилиши.
12.05 "Муҳаббат армонлари". Видеofilm. 1-қисм.
13.05 "Киноафиша".
13.25 "Муҳаббат армонлари". Видеofilm. 2-қисм.
14.25 ТВ анонс.
14.30 "Қўшигимсан, муҳаббат" (SMS. Овоз бериш).
14.40 "50X50". Ток-шоу.
15.20 "Чимилдик". Бадий фильм.
"Болалар сайёраси":
16.40 "Олтин тож".
17.15 "Одами эрсанг".
17.40 "Шахсий фикр".
18.15 "Оқшом наволари" (SMS. Овоз бериш).
18.25 "Портретта чизгилар".
18.40 "Айтишув".
19.25, 20.00, 20.50 Эълонлар.
19.30 "Тахилнома" (рус тилида)
20.05 "Омон бўлинг!".
20.10 "Оддий ҳақиқатлар".
20.55 "Минг бир ривоят".
21.00 "Тахилнома".
21.45 "Унутмоқ осонмас". Бадий-мусийиқ дастур.
23.15 "Қўшигимсан, муҳаббат" (SMS. Овоз бериш).
23.25 "Ўзбекистон" телеканалида илк маротаба: "Истеъдод". Бадий фильм.

YOSHLAR
ТЕЛЕКАНАЛИ

6.25 Дастурини очилиши.
6.30 "Мунаввар тон". Информацион-номда олиш дастури.
7.30 "Янги авлод" студияси: Биланг маслаҳати.
7.45 Жаҳон цирки. «Массимо».
8.45 "Кино SMS" танлови.
8.50 Мафтунингман, диёрим!
8.55 Икким.
9.00 Давр.
9.15 ТВ — анонс.
9.20 Кулгуч.
9.30 Болалар учун фильм: «Орзулар камали».
10.35 «Очи дастурхон» хангома-лари.
10.55 «Қўшиқнинг тугилиши». Карен Гофуржонов.
11.25 «Кино SMS» танлови.
11.30 «Қилич қирқ ериб». Интеллектуал ўйин.
12.20 Махорат майдони.
12.30 Ишдан кейин.
12.50 «Кино SMS» танлови.
12.55 «Алломиш». Бадий фильм 2-қисм.
14.15 Чемпион сирлари.
14.35 Давр — спорт.
14.50 Ринг киролилари.
15.40 "SMS" танловлари голиби.
15.50 "Алломиш". Бадий фильм 2-қисм.
17.10. Кино SMS танлови.
17.15 "Антика томоша". Илмий-оммабоп фильм 3-қисм.
17.40 ТВ-анонс.
17.45 "Янги авлод" студияси: Уй вазифаси.
18.00 Хандалак.
18.20 "Қорраҳадаги уй". Кўп қисм-ли видеофильм.
18.55 Икким.
19.00 "Давр" ҳафта ичиди.
19.30 "Заковат". Интеллектуал ўйин.

20.20 "Гал йўқ" ижодий гуруҳи тақдим этади: "Маслаҳат".
21.05 Сув-ҳаёт манбаи.
21.10 "Кино SMS" танлови.
21.15 Эълонлар.
21.20 "Муҳаббат ва ҳаёт".
22.20 "Кино SMS" танлови якуни Бадий фильм.

TOHKENT
ТЕЛЕКАНАЛИ

"Тошкент" телеканали ижодкорлари "8.00-13.00" гача деб номланган кўнглинларча инфор-мацион мусийиқ кўрсатувлар дастури-ни эфирга узатади.
18.20 Кўрсатувлар тартиби.
18.30 "Болажонлар экран".
18.50 "Экспресс" телегазетаси.
19.10 "Табриклимайиз-қутлаймиз".
19.40 "Экспресс" телегазетаси.
20.00 "Пойтахт плюс".
20.20 "Тенгдошлар".
20.45 "Туризм ҳақида".
21.15 Киногидро: "Ҳамрози" 1-2-сериаллар.



7.30 "Хабарлар".
7.50 "Бодрое утрос".
8.50 "Хабарлар" (Рус тилида)
9.20 "Умники и умники".
10.00 "Новости".
10.10 "Непутевые заметки".
10.30 "Пока все дома".
11.20 "Веселые картинки".
12.40 "Ракибнинг гротеск-мистер".
13.00 Кураш. Республика биринчилиги.
13.30-14.30 "Шарк гўзали-2005". Бадий гимнастика бўйича халқ-

аро турнир.
"SPORTV". ТЕЛЕКАНАЛИ.
18.00 "Талкин".
18.30 "Шарк гўзали-2005". Бадий гимнастика бўйича халқаро турнир.
19.35 "Тайм-аут".
20.00 "Версия".
20.30 "Спорт — уик энд". Дам олиш дастури.
21.30 "Кучли бешлик".
22.00 "Шарк гўзали-2005". Бадий гимнастика бўйича халқаро турнир.



9.05 — «Теле-хамкор»
9.20 — «Детский час»
9.40 — Документальный фильм
10.15 — «Спорт — экстрим»
11.00 — «Телехамкор».
11.15 — «Художественный фильм»
11.30 — «Хит-парад — плюс» повтор передачи
14.30 — «Шоу-бизнес янглик-лари», информацион дастур
14.50 — «Болалар соати»
15.30 — «Аёллар орузи», познавательная передача
16.00 — «Детский час», мультсериал
16.45 — «Телехамкор».
17.05 — НТТ — «Мультфильм»
17.25 — НТТ — Анонсы
17.30 — НТТ — «Япониянинг ёввойи табияти»
17.55 — «Шов-шувлар шоу-си»
18.15 — НТТ — «Кино сирлари»
18.45 — НТТ — «Мусийиқ лаҳзалар»
19.00 «Телехамкор»
19.15 — «Ошикона»
20.00 — «Зелёная кегля», чемпионат по боулингу
20.20 — «Мусийиқ табассум»
21.00 «Севинч», бадий фильм



6.00 Новости
6.10 «Снежный человек. Русский след»
6.40 Галина Польских, Фрунзик Мкртчян в комедии «Суета сует»
8.20 Армейский магазин
8.50 Дисней-клуб: «Дональд Дак представляет»
9.20 «Умники и умники»
10.00 Новости
10.10 «Непутевые заметки» с Дм. Крыловым
10.30 Пока все дома
11.20 «Веселые картинки» с Юрием Гальцевым и Геннадием Ветровым
12.00 Новости (с субтитрами)
12.10 Премьера. Мультпликационный проект. «Гора самоцветов»
12.50 Живой мир. «Правда о динозаврах-убийцах»
14.00 Премьера. Сергей Безруков в фильме «Есенин»
17.00 Бенефис Юрия Гальцева и Елены Воробей
19.40 Премьера. «Сердце Африки»
21.00 Воскресное «Время». Информационно-аналитическая программа
21.45 Большая премьера. Бен Аффлек, Ума Турман в остросюжетном фильме «Час расплаты» (2003 год)
23.50 Бокс. Бои сильнейших профессионалов мира. Александр Поветкин — Серрер Фокс. Марко Антонио Баррера — Мэнгес Фана
0.30 Суперчеловек. «Дары предков». Фильм 1-й
1.30 Кирк Дуглас в триллере Брайана Де Пальмы «Ярость»
3.40 Сериал «Линия огня»
4.30 Старички — разбойники в документальном фильме «Родить в шестьдесят»



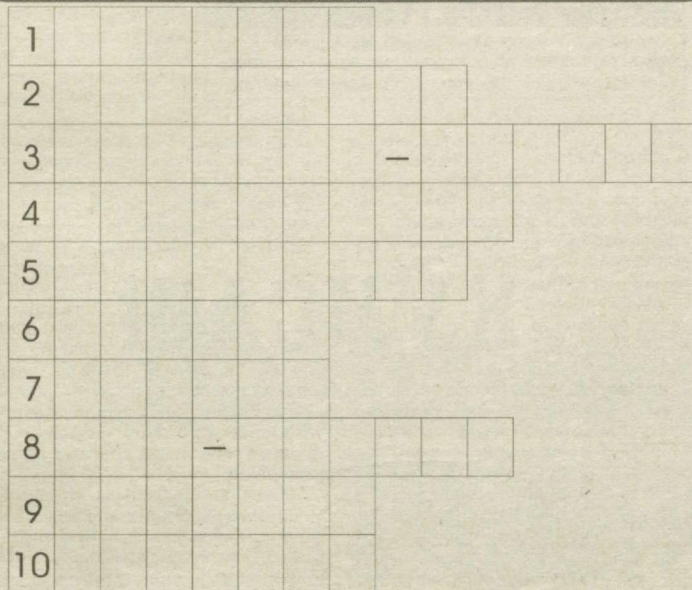
6.00 «Доброе утро, Россия!».
7.20 «Сельский час».
7.45 Всероссийская лотерея «ТВ Бинго шоу».
8.00 ВЕСТИ.
8.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
8.20 Владимир Ивашов в приключенческом фильме «Корона Российской империи, или Снова неуловимые». 1971г.
11.00 ВЕСТИ.
11.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
11.20 «Городок». Дайджест. Развлекательная программа.
11.55 «Сам себе режиссер».
12.45 «Смехопанорама Евгения Петросяна».
13.15 «Парламентский час».
14.00 ВЕСТИ.
14.20 Лариса Удовиченко в фильме «Любить по-русски-2». 1996г.
16.05 Лариса Удовиченко в фильме «Любить по-русски-3. Губернатор». 1999г.
17.00 ВЕСТИ.
17.10 Лариса Удовиченко в фильме «Любить по-русски-3. Губернатор». 1999г. Продолжение.
18.10 ПРЕМЬЕРА. Анонсы и Компания».
20.00 «ВЕСТИ НЕДЕЛИ с Сергеем Брилевым».
21.00 «Специальный корреспондент».
21.25 Любовь Толкалина в остросюжетном фильме Егора Кончаловского «Побега». 2005г.
23.55 Стивен Сигал в боевике «Охота на зверя» (Великобритания-Гонконг). 2003г.
1:50 Тьерри Лермитт в комедии «Незначительное влияние» (Франция). 1999г.
3:40 СЕРИАЛ ДЛЯ ПОЛУНОЧНИКОВ. «Семь дней» (США).
4:30 Канал «Евроноос» на русском языке.



А. ҲАКИМОВ чизган расмлар.



Aziz bolajonlar! Siz ham chizgan rasmlaringiz va yozgan ertaklaringizni o'z suvratiningiz bilan birga bizga jo'nating. Yoshingiz va nechanchi sinfda o'qishingizni ham yozishni unutmang. Rasmlaringizni oq qog'ozga chizing. Xatlaringizni kutamiz!

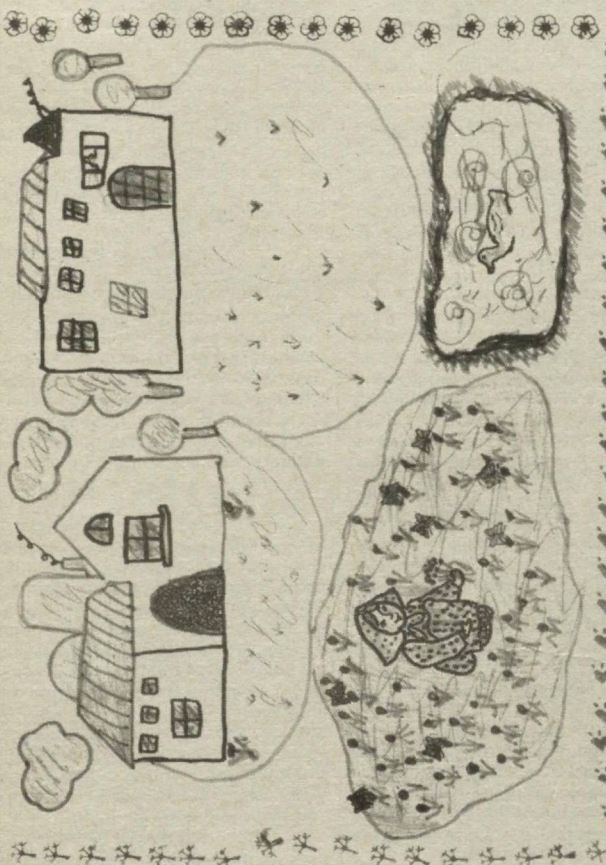


GEOGRAFIK KROSSVORD

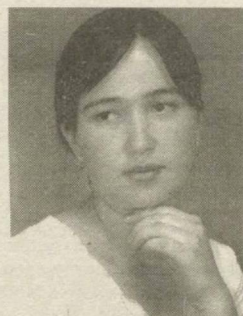
1. Litosfera qanday so'zdan olingan? 2. Dunyo okeani atamasini qaysi olim fanga kiritgan? 3. Uchinchi o'rinda turadigan materik nomi? 4. Eng katta orol nomi. 5. Eng katta yarimorol nomi. 6. Eng chuqur ko'l nomi. 7. Yarmi chuchuk, yarmi sho'r ko'l nomi. 8. Meksika qo'tig'iga qo'yilgan daryo nomi. 9. Shimoliy Muz okeaniga quyiladigan eng yirik daryo nomi. 10. Qaysi sharsharaga GES qurilgan.

Krossvord mualliflari:

Farangiz XOLMUXAMMEDOVA va Zaynura SHERXONOVA.
Toshkent viloyati, Qibray tumani, «Do'stlik» jamoa xo'jaligi 22-umumta'lim
maktabning 6 «g» sinf o'quvchilari.



Muharram HAKIMOVA Buhoro viloyati, Romitan tumani 2-son o'rta maktabning 4-sinf o'quvchisi.



Дилфуза МАҲКАМОВА Жиззахдаги иқтидорли болалар лицейининг 11-синф ўқувчиси. Зомин (2004) VII семинарида “Энг юксак бадийи маҳорати учун” йўналиши бўйича тақдирланган. Ёш қаламкашларнинг “Нафосат” (2004) кўрик танлови вилоят босқичи ғолиби, Республика иштирокчиси. Мақола ҳамда шеърлари вилоят, республика газети, журналларида чоп этилган. “Атиргулим” номли илк китоби чоп этилган.

MATOHAT

Қаршимда кичкина сандиқ турибди,
Бобомдан, бувимдан қолган бир замон.
Хар куни кўраман, бугун негадир,
Хаёлларим кетди шу сандиқ томон.

Гар кичик бўлса-да, синиб кетмайди,
Устида, ичида матоҳ кўтариб.
Бизга кўп фойдаси тегади, аммо,
Ўтамиз гоҳида туртиб, итариб.

Шунча куч, бу меъмор санъатиданми?
Юк билан бир жойда туриб толмайди.
Қаранг, эҳ одамлар матонатимиз,
Гоҳи сандикчалик бўла олмайди.

ЙЎЛЛАР

Эх йўллар бунчалар олис ва равон,
Қаердан бошланиб, тугар қаердан.
Буни-ку билмайман, лекин шу йўллар,
Инсонга бахт берган, бахтдан айирган.

Дунёга келади неча қорақўз,
Хаётда яшайди қанча одамлар.
Шу йўлдан гадо ҳам, шоҳ ҳам ўтади,
Ортидан қолдириб минг хил қадамлар.

Бу йўллар гоҳ равон, гоҳ ўнқир-чўнқир,
Олислиги эса етар минг йилга.
Ҳозир бошидамиз, асли бизларни,
Шу йўллар етказар сўнгги манзилга.

Ўтади кимлардир отда қилич-ла,
Кимлардир йўлларга қўйганча устун.
Ҳар кимнинг нияти ҳар хил ва лекин,
Шу олис йўлларда қоқилма, дўстим.

МАҚТАНЧОҚ ҚУЁН

Бир бор экан, йўқ экан,
Битта катта ўрмонда,
Шўх, мақтанчоқ қуёнча,
Ҳаёт кечирар экан.

Ушбу бебош куёнча,
Жуда ҳам кўрқар экан.
Ўзин ботир кўрсатиб,
Мактаниб юрар экан.

Бир куни қўрқоқ қуён,
Ўрмон ичра кирибди.
Юраги така-пука,
Қўрка-писа юрибди.

Ўрмон тинчлигин кўриб,
Ботирлиги тутибди.
Ҳар ён гердайиб боқиб,
Ўзини шер билибди.

- Ҳой тошбақа, метин тош,
Бунча кўрқоқ бўлмасанг.
Сал нарсадан бошингни,
Ичга тортиб олмасанг.

ЖИЯНИМ ХУЛКАРГА

Жиянларим орасида,
Севимлиси Хулкарой.
Қиқир-қиқир кулади,
Шўхлиги худдики сой.

Сал даkki берсак унга,
Қовоғин солиб олар.
Какача кўрсатсангиз,
Қўллардан юлиб олар.

Янги кўйлак кийганда,
Сиз уни кўринг бир бор.
Рақсга тушиб кетади,
Сочин силкитиб хушҳол.

СОЧИ УЗУН КИЗЛАРГА

Ҳар бир кийим ярашар,
Ўтса ҳамма қарашар,
Боболарим мақташар,
Сочи узун қизларни.

Онасининг ўзи деб,
Худди узук кўзи деб,
Офтоб каби юзи деб,
Сочи узун кизларни.

Қаранг, беринг эътибор,
Катталарга ҳурматда.
Ҳаммага ҳам меҳрибон,
Кичикларга иззатда.

Қоматлари барваста,
Шўх қошлари камондек.
Ёшу қари ҳавасда,
Сочи узун қизларга.

Сўзи асал, ўзи гўзал,
Қирқ қизларнинг ичида.
Битдим сиз учун ғазал,
Сочи узун қизларга.

Кўрсам келар ҳавасим,
Ҳаёлидир юзлари.
Етти иқлимга машхур,
Ўзбегимнинг кизлари.

АТИРГУЛИМ

Атиргулим, бўйларингни
Тўйиб хидлай.
Яноғинга бошгинамни
Қўйиб хидлай.
Юрагимнинг тўридан сен
Жой олдинг-ку,
Барча гуллар орасида
Сўйиб хидлай.

Дунёларни тутиб кетсин
Ифкорларинг,
Ёмғир суви ювиб кетсин
Ғуборларинг.
Бу оламни жамолинга
Мафтун этсин,
Сен очилгин ўша тонгу
Баҳорларинг.

Менинг икки онам бор

Онажоним Ўғилой Юнус
ҚИЗИ...

Онам вафот этганларида мен кичкинчагина қизалоқ бўлган эканман. Хотирамда қолгани: ҳовлимизнинг бир четида ҳар хил чўпчалардан қўғирчоқ ясаб ўйнаб ўтирадими. Ичқаридан онам раҳматлик чиқиб келдилар. Кўзлари қизарган, йилгаган эдилар. Бошларидан кичкина қора рўмон. Қизил гулли катта жун рўмонли белларидан ўтказиб боғлаб олган эдилар. Обдастанан кўз-қўллари ни ювдилар-да, эмизикли чакалоқ синглими қучоқлаганча дарвоза томонга юрдилар. Кейин орқаларига қараб менга бир зум термулиб турдилар-да, секингина дарвозадан чиқиб кетдилар. Олис хотирамда онамнинг сиймоси мана шундай муҳрланиб қолган. Айтишларича, онам шу кетишда даволаниш учун касалхонага борган, оғир хасталик уларни ўша ерга етаклаган экан. У ерда уч ойлик синглим Гулчехра ҳам онам билан бирга бўлган экан. Замонанинг зайлими, Оллоҳнинг иродасими, одамларнинг оқибатсизлигими онамнинг аҳволлари у ерда кундан-кунга ёмонлаша борибди. Дармонсизлик, тўйиб овқат емаслик, доридармонларнинг вақтида етишмаслиги натижасида онам ва синглим ҳам ўша ерда вафот этишган экан. Бу ёғини қандай қилиб ёзай? Қор аралаш ёмғир майдалаб ёғиб турибди. Кўча ўртасидан ғачир-ғучур қилиб лой ғилдирақлари билан бир арава кетиб бормоқда. Арава ичидан эзлари ёпик, ярим очик оёқлари кўриниб тебраниб-тебраниб бораётган жонсиз тана. Бу - менинг онам эди. Шўрлик онам. Айтишларича, онам жуда ҳам кўркам, гўзал аёл бўлган эканлар. Тим қора, икки ўрим сочлари товоңларини ўпар экан. Ҳозир онамнинг дугоналари қиз чиқариб, келин келбатли бўлиб юришибди. Уларга ҳавасим келади. Қанийди, менинг онам ҳам тирик бўлганларида эди, эрқаланиб, бир мартагина кўксига бош қўйсам, юрагимдаги дардларини тўкиб ташласам, енгил тортсам... Бу ёлғон дунёнинг ғам-аламларини, ҳасратларини айтиб қалбимдан ситиб чиқарсам... Афсус, энди онам йўқ. Илоҳим уларнинг руҳи поклари шод бўлсин.

**Онажоним Санъат
Норкулова...**

Онажон! Бугун тушимга кириб-
сиз. Чиройли бир кўйлакни бор
бўйи-ла менга кўрсатиб: "Ол, болам
бу сенга", дермишсиз. Эртаси кун
шу туш таъсирида ҳаҳжонланиб юр-
дим. Сизнинг вафотингиздан кейин,
ҳамма маъракаларингиз ўтгач, сизни
эслаб руҳингизни шод этиш учун уй-
имизга маҳалладошларимизни чаки-
риб меҳмон қилмокчи бўлди. Шу кич-
кина маъракага тайёрланиб пишир-
қуйдир қилаётган кунимиз келинла-
римдан бири: "Ойжон қаранг, шиф-
тимизда каттақон капалак кўниб ту-
рибди", - деди. Кўриб кўзларимдан
ёш чиқиб кетди. "Ох, онажоним-а, шу
кичкина ҳайр-эхсонимиздан бохабар
бўлиб, бизни йўлак келдингизми?"
- дея арвоқ капалак келса дарров
ўтганларнинг руҳига Курьон тиловат
қилиш кераклигини билиб, шу вазиф-
яни адо этдим.

Онажон, биз фарзандларингизни, ақилларингизни айрилик гирдобига ташлаб кетдингиз. Дилимизда «хали яшасангиз бўларди-ку, энди-гина 67 га кирган эдингиз», деган армон қолди. Аммо на-чора, ўлим ҳақ. Онажон, сиз маҳалла аёлларининг кўржи, кўли гул чевари эдингиз. Давраларининг тури ҳамиша сизники эди. Онажон, сиз менинг жуда ҳам ёш пайтимда йўқотганим, гофир касаликдан бе-вақт вафот этган она-жоним ўрнига она бўлдингиз. Она бўлиб, меҳр-муҳаббат бериб, бағрингизни очдингиз. Кемтик қал-бимни тўлдирдингиз. Шунинг учун мен сизни ҳеч қачон «ўғай» олмаган-ман. Онажон, ўзгаларнинг етим фарзандларига, ҳатто ўз фарзанд-ларига ҳам оналик-меҳрини бера олмаган айрим кимсалар меҳридар-елики, бағрикенглики, фарзанд-га муҳаббатни сиздан ўргансинлар. Зораки, менинг ёзганларим улар-нинг сўйиқ қалбларига яхшилик, шафқат уруғини сочса. Онажон, сиз ҳамиша насихатгўйим, маслаҳатгўй-им бўлдингиз. Тўй-маъракаларим бошида туриб оғиримни енгил қил-дингиз. Одамларга, фарзандла-римга ҳамиша меҳрибон бўлишни ўргатдингиз. Буларнинг бари учун бор умрим бўйи сиздан миннатдор бўлиб ўтаман.

Дилбар ЭРНАЗАРОВА
Сирдарё вилояти,
Гулистон шаҳри

УЙИМИЗ ХУВИЛАБ КОЛГАН..

Бобожим ажоиб инсон эди. Менга уларни ҳазилкашлик фазилатлари жуда ёқарди. Ҳар қандай муаммони дарҳол бартараф этдилар. Бобожимнинг тугилган кунлари ҳам тўйда бўлиб кетарди. Чунки, бобожимнинг дўстлари жуда кўп бўлиб, улар тугилган кунларида ҳамиша бирга бўлишарди.

Оиламизнинг суянган тоғи бўлган бобом ҳар биримизга йўлбоши эди. У тугайли хонадонимиз файли, нури эди гўё. Ҳозир эса назаримда уйимиз ҳуввилаб қолгандай. Нафақат уйимиз, калбимиз ҳам у азиз инсонни бот-бот кўсайди.

Бобожон! Охиратингиз обод бўлсин!

Барнохон БОБОБЕКОВА,
Бекобод шахри.

КАЙНОНАМ - ОНАМ ЭДИЛАР

Ойижоним Мухтарам ая келинларини ўз қизларидек кўрадилар. Ҳар бир сўзи насихат бўлиб, бизларга тўғри йўл кўрсатиб турадилар. Айниқса, онам вафот этгандан сўнг ойижонимга суяниб қолгандим. Уларни оғир дард 64 ёшга тўлганларида 16 апрел куни бу дунёдан олиб кетди. Ойижон, охира-тингиз обод, жойингиз жаннатдан бўлсин. Руҳингиз фарзандларингизни қўллаб-турсин...

**Келин Гулчехра МИРСОАТОВА,
Бўстонлик тумани,
Ғазалкент шаҳри.**



Суратда: (чапдан) онам Хайри Мансурова билан
холам (105 ёшда вафот этган) Сожида Усмонова.
Ўзим туширган бу сурат 1973 йилда олинган.

Я на муқаддас рамазон оғи бошланди. Ҳар йили ана шу ойда ва айниқса ҳайит кунлари хонадонимизга келувчилар кўп бўларди. Қариндор-уруғ, қуда-анда, қўни-қўшнилари табарруқ онамизни зиёрат қилиб йўқлашарди.

Оиламиз билан яқин бўлганларнинг таъкидлашича, онам ёшлик чоғларидан меҳнатда чиникиб катта бўлганлар.

Хаётнинг турли синвларига, турмушнинг залворли зарбаларига қалқон бўлганлар, ҳаётнинг аччиқ қисматларини сабр-тоқат билан мардонавор енгиб

Ўтганлар. Онагинам "Инсон меҳнатдан ўлмайди", деган иборани ўзларига шиор қилиб олгандилар. Шу боис қариган чоғларда ҳам ишлаб толмасдилар. Келинларни кутиб турмай уй юмушларини ҳам ўзлари бажараверардилар. Кучдан қолган пайтларда ҳам ғайратлари жўш уриб турарди. Уларнинг нақадар пазанда бўлганликларини ҳамон кўпчилик яхши эслайди.

Махалла-күй онамни, “шифокоримиз”,
— деб аташарди. Кимнинг боласи касал-
ланса дарров бизнига олиб чиқарди.
Иситмаси чиқётган, ичи кетаётган,
йўталётган болалар учун уйимизда
доимо туркана дори тайёр буларди. Баъ-
зиларнинг холатига қараб туриб, тезда
дўхтирга олиб кишиши тавсия этарди-
лар. Айрим болаларга кинна солиб қўя-
рдилар. Нафасингиз энгил, деб гоҳида
катта қизлар ҳам ўқитгани келишарди.

90 ёшга кирганларида катта тасбеҳ доимий ҳамроҳларига айланди. Ултирганларида ҳам, ётганларида ҳам тасбеҳ ўғириб саловат айтганларида бўлиб қолдилар. Невара-эвараларининг сони юздан ортди. Кўпинча оталари - Мирмақсуд оқсо-



**Усманова билан
да Усманова.**
да олинган.

Онам ҳам одамийликни, инсон кўнглини олишни ёқтирардилар. Бирор қийналган одамни кўрсалар ҳаловатлари йўқоларди. Қандай қилиб бўлмасин унга кўмаклашиш йўлини излардилар. Хар йили рўза бошланиши олдида

САШ

бетоб эканлигини эшитсалар, албатта зиёрат қилиб чиқардилар. Бу одатни улар то 100 ёшга чиқиб, узокқа юришга мадорлари етмай қолгунча қанда қилмадилар.

...Рўзанинг биринчи кун и сахарлик-
да оиламиз азёлари дастурхон атрофи-
га жам бўлди. Келимин дамаганн
ошини сузиб келди. Аммо лаганга қўл
узатишга ҳеч бйримиш ботинолуқ тў-
рардик. Чунки ҳа йил рўзада сахар-
ликда овқатга биринчи бўлиб онам қўл
уйиб, табарруқ қилиб берадилар. Сўн-
гра биз давом эттирдик. Бугун эса...
Ҳамминанг қўзи менда. Бошқалар-
нинг ҳам иштаҳасини бўғмаслик
учун бир ошом лўқма олиб озгизма сол-
дим. Аммо ютиш машаққатли бўлди.
Уй тўридаги гиламга осиб қўйилган су-
ратга боқдим. Анча йил муқаддам ўзим
тасвирга туширган ушбу суратда онам
билан ҳолам қўлларида райҳон шох-
ларини ушлаганча табассум қилиб ту-
ришарди. Гўё онамнинг ниғоҳлари
менга қадагандек. Ўладиган қуналар
эрталаб қўлларимни силаб: "Сендан
розиман, болам. Мендан сўнг оиламиз
бошлиғи ўзингсан. Дастурхон атрофи-
да доим ўйнаб-қулиб ўлтиринглар", -
дея қилган васыятлари қўлогим ости-
да жанглангандек бўлди. Томоғимга
тиқилган аччиқ нарсани қийинчилик
билан ютиб, атрофидоғиларга боқдим.
"Олинглар, ош совмасин."

Бахтиёр МАНСУРОВ

Мен укамни йўқотганимга узоқ йиллар бўлди (1985 йил 4 декабрь). Аммо у ҳозиргача мен учун ҳаётдек туюлади. Тўйим кунни укам билан ҳам акаларим қатори паранжи ичиди ийглаб туриб хайрлашдим. Мени Марғилондан Андижонга келин қилиб олиб кетишди. Укамни эса эртасига армия хизматиغا жўнаштиди. Кун ва ойлار бир-бирини қувлаб

ичини очиб ўқишга, нималар ёзган эканман, деб қарашга юрагим дов бермайди. Қўлимга оламан. Ёзилган манзилини ўқийману кўзимга ёш тўлади: Бурятия АССР, город Кяхта... Қанчалар узокда хизмат қилган экан-а, укагинам. Хатто таътилга ҳам келмаганди...

Ҳозирги кунларда фарзандларини
ҳарбий хизматга жўнатган ва жўнатаёт-

СУРАТИ БИЛАН ГАПЛАШАМАН

Ҳатматини ҳафтаи охири баҳарро ба ёд овардим. Хат ёзишиб турдик. Навбатдаги хатиға кечқурун жавоб ёзиб (жўнатишга тайёр қилиб) ётдим. Укамнинг ҳарбий хизмати тугатишига 4 ой қолганди. У вақтларда армия хизмати икки йил эди.

Эрталаб ёхосдан Марғилондан телефон бўлиб келди: "Тездая етиб кел, Собирхондан айрилиб қолдик", - деб. Мен худудлик билан Марғилонга жўнадим. Жўнатмоқчи бўлган мактубим стол устида қолаверди. Маълум бўлишича, укам қизмат қалдида бахтисиз ҳодисага учраган экан. Йилгадик, сиктадик, сабр килдик. Уйга қайтганимда жўнатилмаган мактубим камон стол устида ётарди ва хозиргача альбомим орасида сақлайман.

Мана, орадан 20 йил ўтибди ҳамки.

ган оналарга ҳавас қиламан. "Шукур қилинлар, фарзандингиз ўз бағрингиздагидек. Узоғи ҳам Республикамиз ичида. Хоҳлаганда телефон орқали, хоҳлаганда бориб, тез-тез кўриб туриш мумкин, дегим келади. Мустақиллик шарофати билан бундай имкониятларга эга бўлдик. Ҳатто турли имтиёзли хизматлар ҳам жорий этилди. Хар гал шуларни ўйлар эканман, укам эсимга келаверади. "Балогатга етсанг бўлмасмиди укажон?". - дея сурати билан гаплашаман. Жунатолмаган мактубим эса, рўпарамда мунгли ётади...

Тўхтаҳон ПАРПИЕВА,
Андижон тиббиёт коллежи
ЎҚИТУВЧИСИ.

Муаллифдан: Яқинда дугонамнинг неваралик бўлганини эшитиб, хурсанд бўлдим. Туғруқхонага кўргани, табриклагани бордим. Аммо, кизи Хилоланинг ҳасратларини эшитиб, тўғриси нима дейишга ҳам ҳайрон қолдим. Балки «Оила ва жамият» ўқувчилари -юртдошларимиз ўз маслаҳатларини берарлар, деган мақсадда Хилоланинг кечмишларини қоғозга туширдим.

- Юрагимда тугун бўлиб қолган шахсий ҳаётимдаги масалани сизга гапириб берсам. Эшитиб маслаҳат берсангиз. Ахир онамнинг яқин дугонасисиз. Онамга эса бу ҳақда айтолмайман. Юрагини оғритгим келмайди, -дея сўз бошлади у.

«Оллоҳ берган буюк неъматлардан бири фарзанд неъматидир экан. Оналик бахтига муяссар бўлиб, бағримда ётган ўғилчамга тикилиб, буни аниқ ҳис этдим.

Туғруқхонада ҳамхонам Ҳалима опа учинчисига ўғиллик бўлиб, оғзи қулоғида. Гапдан гап чиқиб, бир куни шундай деди:

- Хилолаҳон, сиз Рустам акангиз ҳақида ҳеч гапирмай-сиз. Кунда уч маҳалдан қатнасалар ҳам хурсанд эмасга ўхшаёсиз.

Аммо, бизнинг дадамиз ҳақиқий эркак. Бизга ҳам, жигарларига ҳам жуда меҳрибонлар. Укаларини оёққа тургазиб, ўқитиб, уйли-жойли қилдилар. Барини бирлаштириб, корхонада ишлатдилар, ўзлари тинмайдилар. Ота-она дуосини роса олганлар. Биз томонни ҳам унутмайдилар. Укаларим бир иш бўлса поччаси билан бамаслаҳат қилишади.

Аммо онасининг этағига ёпишиб юрган баъзи йигитларга ҳайрон қоламан. Ота-она ҳам ўғилларига бойнинг қизини олиб бериб, соғиб ётаверишади. Шу денг, рўпарамиздаги уй сотиладиган бўлиб қолди. Қўшимиз дарвозанинг қалитини бизга ташлаб, хабар олиб туришимизни илтимос қилишди. Пишиллаб юрган охириг ойларим эди, дарвоза тақиллаб қолди. Ойиҳон мендан қўшимизнинг қалитини олиб чиқиб беришимни сўрадилар. Янги қўшимиз янги машинада келган, қалитини ўйнатиб турарди.

- Опоки, келинингиз зўр-ку, бакувват экан, гавдани қаранг, гавдани, боласи ҳам зўр туғилди-да бундайларнинг, бизники эса пачоққина...

Калитни ойиҳонга бердим-у, энсамни қотириб кириб кетдим.

Ойиҳон кириб келганларида, азбаройи жаҳллари чиққанидан қизариб кетгандилар. Дарҳол кўк чой дамлаб, эътибор бермасликларини сўрадим.

Ойиҳон эса ўзларига келолмай, асаблари таранглашиб, шундай дедилар:

- Ўғилни ҳам шундай тарбиялай-дими? Минг лаънат, бундай ношуд, нотавон, паразитни етиштирганга! Қирк беш йил мактабда ишлаб, учта ўғлимни тарбиялаб, бундай безбетни кўрмагандим. Менга аслида шундай бўлиши керакдай: "Бу уйни қайнотам соғва қилдилар, машинамин эса "мамаша" туғилган кунимга "подарка" қилдилар", - дейди. Сен ҳам йигитмисан? Ҳамиятинг, нафсониятинг қани? Белинга белбоғинг борми ўзи? Қизим қийналмасан деб қайнона-қайнотанг бор экан, берибди. Шунга энди сен мақтаниб нима қиласан? Йигит учун бу уят-ку? Жим юравер раҳмат деб, шукр қилиб. Аммо, қай-

нона-қайнотаси ҳам танасига ўйлаб кўриши керак. Куёв тайёрга-айёр бўлганидан кейин оғир кунларида хотинини уйига жўнатиб: "Бор, олиб кел", - демаслигига ким қафолат беради? Бундай носоғлом муҳитда ўсган фарзандлар келажаги ҳам худди шундай бўлмайди ахир?

Хуллас, ойиҳоним ҳозирги баъзи ота-оналар ўғилларини тилини қисик қилиб, лаганбардор, иккиюзламачи, паразит қилиб қўйишяпти, деб роса хуноб бўлдилар.

Ҳалима опа сўзларини тингларканман, икки йилдан буён иккиланиб ҳал қилолмай юрган масалам ечимини топгандай, кўнглим ёришди...

ПАЛАХМОН ТОШИ



- ...Курсдошим Рустам ака билан севишиб турмуш қураканмиз, ўзлари ҳам севишиб турмуш қурган, ота-онам: - Қизим, сен бахтли бўлсанг бўлгани. Аммо кенг ҳовлидан каталақдай икки хоналик уйга тушиб, қийналиб қолмасмикинсан? Биз кудалар билан маслаҳатлашиб, фарзандлик бўлгунингизча ўртада икки хоналик уй олиб берадиган бўлдик, - дейишди.

Шундай қилиб, икки хоналик уйда қайнона-қайнотам, мен Рустам акам билан, қайним, қайнсинглим биргаликда яшай бошладик. Биз куни билан ўқишда бўлганимиз учун аввалига бу ҳолат менга унча билинмади. Уй шаҳар марказида бўлгани учун кечки салқинда сайр қилгани қиҳардик, бўш вақтларимизда кинотеатрларга борардик.

Аммо, эътибор берсам, ҳар сафар отам пул берганларини қайнонам қаердандир билиб олиб, менга хушода қилар, бермасам уриш-жанжал қилишгача бориб етарди. Қулоғим тинч бўла қолсин, деб даров қайнонамга бера қолардим.

Қайнотам ҳеч қаерда ишламас, ҳар куни кечкурун маст бўлиб келарди.

Қайнонам ўқитувчи, уларнинг маошларини ёш бола ҳам билади қанчалигини, қайним, қайнсинглим ҳам талаба, уларда пул нима қилсин? Баъзида қайнонамга ачиниш, баъзида жаҳл билан берган пулларимни йиғиб қайнсинглимнинг мебелларини, кўрпа-тўшакларини қилиб қўйганларини кўрдим.

Аммо, сиқилиб, хафа бўлганларимда бувижонимнинг насиҳатларини эслардим:

Турмуш чорраҳаларида

сангиз шу... - деди.

Во ажабо, одам ҳам шу даражада икки юзламачи бўладими? Кеча нима деяётган эди-ку, бугун нима деяпти? Шу ҳам инсофданми? Ахир, бу қайнонамнинг навбатдаги найранги-ку?! Қақриқда ҳам 70 минг бериб юбориб, адамлага 300 мингга пальто олдириб, тагин устиларидан қулганини ўз қулоғим билан эшитгандим-ку: - Қиз берган томон паст кетаверади, ўғил туққан - губернатор! Қизи яхши яшашини истаса, ташийверади-да!

Наҳотки, адам шу гапларига ишони, машина олиб берсалар, ахир эртага уйни ҳам ўзларига олдириши тайин-ку?

Менинг машина керакмас, уй олайки, деганимга қарамай, андишалик, мардгина отахоним Рустам акамга машина олиб бердилар. Орадан ойлар ўтиб, менинг ой куним яқинлашган сайин улар ваъда қилган уйдан дарак бўлмади. Адам яхши топганлари билан мендан бошқа фарзандлари ҳам бор-ку ахир, деб, улар бераётган пулни олмай қўйдим. Сўраганларида "Ҳали пулим бор", -деб қўя қолардим. Барибир мендан тийингача қайнонам қоқиб олганидан кейин, нима қилдим олиб? Ҳомиладорлик даврим қийин ўтди, асабим бузилди, қоним камайиб, босимим тушиб кетди, хоҳлаган, кўнглим кетган нарсани кира пулидан Рустам акам олиб келсалар, ўша куни уйимиз жанжалнинг уясига айланарди. Турган гапки, бугар ҳақида уйда-гиларга лол-мим демасдим. Ахир, ўзим пиширган ош... Қайнонам ўлганнинг устига тепган дегандек яқинда қайнэгачимни икки нафар фарзанди билан ажратиб олиб келди. Тагин: - Хилолажон, неварам туғилгач, ота уйига тўғри олиб келинади, шу ерда туради, ўзим боқиб бераман, - деганлари ортиқча.

Ўзимча, қақалогим билан балконда яшар эканмиз-да, олди қиш бўлса, деб ўйладим.

Яхшиси, туғруқхонадан тўғри ўз уйимга борганим маъқул эмасми, деб ўйладим. Қайнонам пулдан қуруқ қоламан, деб отам олиб берадиган уйга ҳам чикаргиси йўқ.

Рустам акамнинг ўз оиласи, фарзанди ҳақида ўйлайдиган вақти етмадимикан? Мен туғруқхонадан чиқиб, ота уйимга кетадиган бўлсам, қайнонам Рустам акамни

ҳеч қачон юбормас эмишлар. Энди бу ёғига нима қилишга ҳайронман. Агар Рустам акам мени севсалар, ўғлимизнинг келажагини ўйласалар мени тушунарлар. Мана, дипломимизни ҳам олдик, ишласак, яхши бўлиб кетармиз, отамга ҳам вақти келиб, олиб берган уйлари-нинг пулларини, қарзимизни узармиз. Аммо, ўша жанжалнинг уясига айланган уйга боришга юрагим зириллайди, бетламайди. Мен Рустам акамга тушунтира олмаганим. Улар оналари нима деса - шуни тўғри деб биладилар. Мен ахир Рустам акамни йўқотишни истайман. Аммо, отамнинг мен тўғрилай қудаларини боқшини ҳам истамайман. Мен нима қилишмни керак, айтсан, нима қилай? Қандай йўл туғган тўғри бўлади - нима қилсам сих ҳам, қабоб ҳам қўймайди? Менинг ўрнимда бўлгангизда сиз нима қилган бўлар эдингиз?

Азизлар, сизнингча Хилолаҳон нима қилиши керак?

**Манзура САФАРОВА,
Тошкент вилояти,
Зангиота тумани.**

- Она қизим, қиз бола палахмон тоши бўлади, қаерга тушса, ўша ерда қотиши керак. Турмушнинг мушти бор, чидаш керак. Қанча оғир бўлсанг, шунча юзага чиқасан.

Отам бечора: "Майли, ёшлар тинч бўлса, бахтли яшасан бўлди, агарда гап уйда бўлса, уйни ўзим олиб бера қоламан", - дедилар.

Шунда қайнонам биз кўчиб кетсак ҳар ойда мендан олиб қўядиган пулларидан ажралиб қолишларини ўйлаб, жон аччиғида:

- Энди куда, бошида уй олинадиган бўлса, ярим пулини биз берамиз, деганмиз. Уйларнинг ҳам нархи ошиб кетган. Ҳозир қўлимиз калтарок, шунинг учун сиз қўшадиган уйнинг ярим пулига Рустамжонга машина олиб берсангиз. Ҳеч бўлмаса кира қилиб, ўзи ҳам қийналиб, 3-4 сўм топса, уйига қўшсам... Қадрига етарди. Биз кизингизни жуда яхши кўрамиз, хафа қилмаймиз, яна бирга тура турамиз, а Рустамжон, ўғлим, нима дейсан? - дедилар.

Аввалроқ бураб, ўргатиб қўйганларми, Рустам акам ҳам мингиллаб: - Яхши бўларди. Сизлар нима де-

Япон халқининг нуқталарни уқалаш муолажаси (шиатсу) инсондаги зўриқиш ва чарчоқни енгишга ёрдам бериб, танадаги барча аъзоларнинг иш фаолиятини яхшилар экан.



БАРМОҚ БОССАНГИЗ...

Японлар минг йилдан буён қўллаб келаётган бу муолажа танадаги химоя кўчларини фаоллаштирилади. Шунингдек, аёлларга ҳомиладорлик даврини енгиш ўтказиб, туғруқ пайтида оғриқни ҳам камайтиради.

Бармоқ билан нуқталарни уқалаш қўллаб касалликларнинг, хатто, инсулиннинг ҳам олдини олади. Бу уқалаш тури билан мунтазам фойдаланадиганлар жисму жони ҳамиша тетик бўлиб, ёшлигини узок вақтгача сақлайди. Бу шифобахш муолажа қийин эмас, фақат даволоччи нуқталарни аниқлаб олиб,

уларни тўғри боса билиш керак. Нуқталар бармоқ учи билан қаттиқ босилганда мушаклар чўзилиши мумкин. Шунинг учун бармоқ ёстиқчалари билан аста-аста босилади.

Уқалаш тана бўшашганда, яъни, нафас чиқарилгач бошланг яхши фойда беради.

Диққат! Уқалашнинг бу турини сурункали касали хуруж қиладиган кишиларга қўллаб бўлмайди. Ҳарорат баланд бўлганда, ҳолсизликда, тана суяклари синган беморларга тавсия этилмайди. Агар уқалаш пайтида оғриқ ҳис этилса муолажани дарҳол тўхтатиш керак.

БИР-ИККИ МАРТА СИНАБ КЎРИНГ

Антиқа уқалаш турини ҳар ким ўзига қулай бўлган вақтда, яъни куннинг исалган пайтида бажариши мумкин.

Ушбу муолажа кўпроқ фойда бериши учун, ҳар бир нуқталарни кетма-кет уқалаб чиқиш керак бўлади. Агар танадаги бирор аъзо безовта қилаётган бўлса, уша жойга яқинроқ нуқтани одатдагидан кўпроқ уқаланади.

БЎЙИНДАН БОШЛАБ...



Уқалашни аввало, бўйиннинг олди қисмидан бошлаб, кулоқдан елка томон чўзилган мушаклар четидаги 4 нуқтадан бошланади. (1-а расм) Бармоқлар 3 секунд

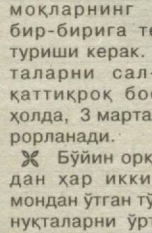
двомида охишта ва эҳтиётлик билан босилади. Муолажа 3 марта қайтарилади.

Иккинчи боскида - муолажа бўйиннинг ён қисмидан бошланади. (1-б расм) Тирсақлар елка баравар кўтарилиб, нуқталар иккала қўлнинг кўрсаткич ва номсиз бармоқлар билан 3 секунд



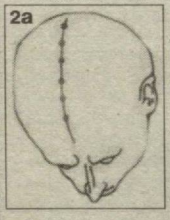
давомида нуқталар навбатма-навбат эҳтиётлик билан уқаланади. Муолажа пайтида бармоқлар бир хил куч билан босилади.

Сўнг орқа миянинг пастки қисми тирсақлар елка кенглигида кўтарилиб, иккала қўлдаги номсиз бармоқлар билан 5 секунд уқаланади. (1-в расм) Уқалаш пайтида бошқа бармоқларнинг учу бир-бирига тегиб туриши керак. Нуқталарни сал-сал қаттиқроқ босган ҳолда, 3 марта такрорланади.



Бўйин орқасидан ҳар икки томондан ўтган тўртта нуқталарни ўрта ва кўрсаткич бармоқлар билан тепадан пастга босиб 3 секунд давомида босиб уқаланади. (1-г расм)

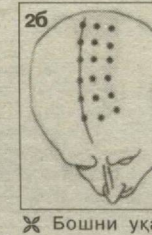
БОШНИ УНУТМАНГ!



Пешонадан бошлаб бошнинг тепасига-ча фарқ очиб, шу чизикда жойлашган 6 та нуқта белгилаб олинади. (2-а расм) Икки қўлдаги

кўрсаткич, ўрта ва номсиз бармоқлар билан шу нуқталар 3 секунддан босилади. Сўнг нуқталар умуртка поғонасидан юқорига қарата энгил айлана ҳаракатлар билан 5 минут босиб уқаланади. Муолажа 3 марта қайтарилади.

Шундан сўнг бошнинг юқори



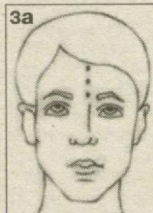
қисмидаги нуқталар чап қўлнинг кўрсаткич, ўрта ва номсиз бармоқлари билан чапдаги 3 нуқталарни 3 секунддан уқаланади. (2-б расм)

Бошни уқалаш қуйидаги тартибда якунланади. Кафтларни бошга шундай қўйиш керакки, ўрта бармоқларнинг учу бош ўртасида биришсин. 10 секунд давомида бош куч билан босилиб, охирида айлана ҳаракатлар билан уқаланса, ҳар қандай оғриқдан тезда халос этади.

УҚАЛАБ ДАВО ТОПИНГ!



ЮЗИНГИЗ КЎРКАМ БЎЛАДИ



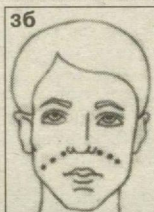
Япон аёлларининг юз териси нима учун тиниқ ва жуда мулоғим бўлишни биласизми? Чунки уларнинг деярли ҳаммаси ҳар кун таналаридаги нуқталарни уқалашади. Бу муолажани аввало

қош ўртасидан пешонага қараб жойлашган 3 нуқтадан бошланади.

Агар ўзингиз ҳам бунинг синаб кўрсангиз, тезда юзингизни кўркамлашганига ишонасиз.

Кўрсаткич, ўрта ва номсиз бармоқлар бириштирилиб, пешона ўртасига жойлашган нуқталарни топилиб, (3-а расм) ҳар бир нуқта 3 секунддан уқаланади. Уч марта қайтариладиган бу муолажа пайтида буқилган бармоқлар бир-бирига тегиб туриши керак.

Иккала қўлнинг кўрсаткич бармоқлари билан буруннинг икки томонига жойлашган нуқталар уқаланади. (3-б расм) Муолажа 3 секунддан 3



мартадан қайтарилади.

Жағнинг юқори қисмига жойлашган нуқталарни белгилаб, (3-в расм) уч секунддан босиб-босиб уқаланади. Уқалаш бурун олдида жой-

лашган нуқталардан бошланади. Муолажа бир вақтнинг ўзига ҳам чап қўл, ҳам ўнг қўл билан 3 марта бажарилади.

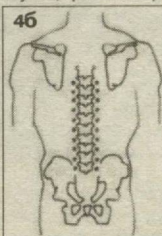
Бу машқ кўзлар учун мўлжалланган. Бармоқлар билан кўз қовоғи ва пастидидаги нуқталар белгилаб олинади. Сўнг қовоқдаги ҳар бир нуқта ва кўз остидаги



нуқталар (3-г расм) уқаланади. Милқлар учун эса 3 секунд давомида аввал юқори, кейин пастки жағдаги ҳар бир нуқта 6 мартадан босиб уқаланади. (3-д расм)

БЕЛИНГИЗ ОҒРИЯПТИМИ?

Белни кўрак қафаси (надключичной област) соҳасидан бошлаб чап қўл бармоқлари билан ўнг томон 5 секунд давомида босиб уқаланади. (4-а расм) Сўнг ўнг қўл билан чап томондан бошлаб шу ҳаракатлар

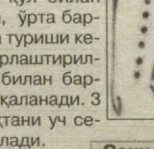


Бу муолажа ҳам 10 секунд давомида бажарилади.

Сўнг тос ва тоснинг хочсимон қисми муолажаси бошланади. Бош бармоқлар билан 3 секунд давомида тосдаги ёнма-ён нуқталарни, сўнг хочсимон соҳадаги нуқталар, юқоридан пастга қараб, уқаланади. Охирида тосдаги 3 нуқталар уқалаш зарур. (4-в расм)

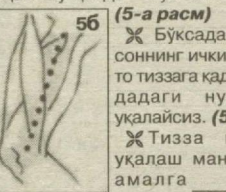


Бўксани уқалаш учун, навбатма-навбат ўрта қисмидаги 10 та нуқта босиб чиқилади. (5-г расм) Бўнинг учун стулга ўтириб бўкса иккала қўл билан шундай босиладики, ўрта бармоқ нуқталар устида туриши керак. Шундан сўнг бириштирилган ўрта бармоқлар билан барча нуқталар босиб уқаланади. 3 марта, ҳар бир нуқтани уч секунддан босиб чиқилади.

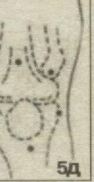


ОЁҚЛАР

Стулга ўтирган ҳолда икки қўллаб ўнг сондаги нуқталарни тос томонга қараб ҳар бирини ўн минутдан уқалаб чиқилади. Уч марта такрорланадиган бу машқ тизза косаси ўртасидаги нуқталарни босиб билан якунланади. Иккала оёқдаги нуқталар ҳам шу ҳолда муолажа қилинади.



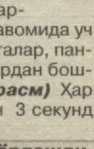
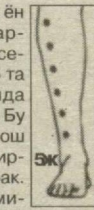
Бўксдан бошлаб соннинг ички қисмидан то тиззага қадар қисмидаги нуқталарни уқалайсиз. (5-б расм). Тизза косасини уқалаш мана бундай амалга оширилади. 3 секундда давомида бош бармоқлар билан тизза косаси атрофига жойлашган (5-д расм.) 6 та нуқта уқаланади. Бу муолажа ҳам уч бор такрорланади.



Оёқ болдирининг орқа қисмидаги 8 та нуқта эса иккала қўлнинг кўрсаткич бармоқларини буқкан ҳолда уқаланади. (5-е расм) Бу муолажа ҳам уч марта қайтарилади.

Болдирнинг ён томони бош бармоқлар билан 3 секунд давомида 6 та нуқталар босилган ҳолда уқаланади. (5-ж расм) Бу муолажа пайтида иккала бош бармоқнинг уч томони бири-бирига тегиб туриши керак.

Оёқнинг устки қисмининг икки қўлдаги бош бармоқлар билан 3 секунд давомида уч қатордан жойлашган нуқталар, панжа устидаги нуқталардан бошлаб уқаланади. (5-в расм) Ҳар бир нуқтани уқалаш учун 3 секунд кифоя.



Менинг қайин сингилларим жуда хушбичим, ораста. Уй-рўзгор ишларини жойида қилишлари, мазали овқатлар-у ширинликларни қойиллатиб пиширишларидан ташқари, икки-учта чет тилларини ҳам мукамал билишади. Олий маълумотга ҳам эга. Бирининг **ёшим 28**да, бири эса **26**да. Аммо жуда ёш кўринишади. Шу тўқисликка мос йигитлар бўлса таништираман.

Манзилим тахририятдан олинг.

**Садоқат,
Тошкент.**

Менинг **ёшим 27**да. Олий маълумот-лиман. Аммо ҳали бахтим очилгани йўқ. Яхши фазилатларга эга бир мард йигит бўлса танишардим.

Манзилим тахририятдан олинг.
**Малоҳат,
Қашқадарё.**

Ёшим 49да. Шифокорман. Турмуш ўртоғим вафот этганлиги сабаб икки киз бир ўғлим билан тул қолдим. Мана ҳозир фарзандларим ўз шахсий ҳаёт-ларига эга. Менинг эса юрагимни ёл-ғизлик кемирмоқда. Ҳаётни тушина-диган бухоролик эркак бўлса турмуш қурмоқчиман.

Манзилим тахририятда.

**Ханифа,
Бухоро.**

28 ёшга кирдим. Билим юртини тугатиб, ҳисоб-чи бўлиб ишляпман. Яшашидан нолимайман-у, аммо бир нўқ ҳамширанинг эътиборсизлиги туфайли бир умр қўлтиқтаёққа суяниб қолганман. Бу эса жуфтимни топишимга ҳам тўқсинлик қил-ди. Агар менинг қалбим беғуборлигини, ички туй-ғуларим соғломлигини тушунган инсон бўлса, бахтли бўлиб кетарман.

Манзилим тахририятда.

**Дилинур,
Тошкент.**

Ёшим 45 да. Эримнинг бевақт ўлими мен ва ўғлимни жуда эсанкиратиб қўйди. Турмуш аравасини ёлғиз тортиб яшадим. Мана бо-лам **18**га тўлди. Энди у мустақил ҳаёт сари одимламоқда. Мени эса ёлғиз қолиш ва-ҳимаси босади. Кўнгил етар жуфтим бўли-шини хоҳлардим.

Манзилим тахририятда.

**Мавлуда,
Чирчик.**

Ёшим 39 да. Оилам билан ажрашган-ман. Битта фарзандим бор. Онасида. Ўзим умумий овқатланиш тизимида иш-лайман. Уй-жойим тайин. Бўйим баланд. Кўринишимдан нолимайман. Уйим-жой-им дейдиган, ақли, фаросатли ва кўри-ниши нуқсонсиз киз ёки ёш жувон бўлса, умримни тўлдирсам.

Манзилим тахририятда.

**Азимжон,
Тошкент.**

1980 йилда туғилганман. Рус макта-да ўқиганман. Ота-онам ўзбек-у, бирок авлодимда бошқа миллат билан аралаш-малик бор. Бўйим **1,73** вазним **58** кг. АДОНИ тугатганман. Рус ва инглиз тил-ларида мукамал сўзлашаман. Табиатан оғир, жиддийман. Бахтим ҳақида гапи-радиган бўлсам, 2001 йил олам иккала-миз ака-укага турмушга чиқдик. Ҳозир олам бахтли яшайпти. Аммо менинг тур-муш ўртоғим билан муросамиз келиш-май бир ой деганда ажрашдик.

Агар кўнглимдагидек эркак бўлса, **манзилим тахририятдан олсин.**

**Фарида,
Жиззах.**

Менинг 2 та хияним бор. Улар-нинг ҳаёти мени ҳам ташвишлан-тиради. Чунки, нима бўлганда ҳам жигарбандим. Ҳеч кимдан кам жой-лари йўқ. Каттаси **31 ёшда**, тур-мушга чиқмаган. Банк соҳасида ишлайди. Чиройли, тиришқоқ, уд-дабурон.

Кичиги **24 ёшда**. У ҳам банк со-ҳасида ишлайди. Чиройли, кўзлари қу-либ туради. Ўзи ҳам хушчақчақ киз. Бахтининг кўзи кўр деганлари шу бўлса керак. Ҳамма нарсаси етарли. Лекин бахтдан дарак йўқ.

Манзилим тахририятда.

**Комила,
Тошкент.**

Қўшнимизнинг кизини кўрсангиз но-зиклигига ҳавасингиз келади. Пишир-ган торти оғзингизда эрийди. Тикув-чилигини айтмайсизми. Ҳатто ҳамши-ралик ҳам қўлидан келади. Шунингдек олий маълумотли педагог. Фақат ун-дир бир яшарлигиди катталарнинг эътибор-сизлиги оқибатида бироз оқсаб юра-диган бўлиб қолган. **Ёшим 23**да. Со-ғлом, ақли теран. Шундай киз ҳалол йи-гитга турмушга чиқишини истардим.

Манзилим тахририятдан олинг.

**Мамлакат,
Тошкент.**



Қизим гўшанга кўрди-ю, аммо кайнонасининг найранглари сабаб бир йил ҳам яшамай ажрашиб кетди. 22 ёшга кириб-кирмай, ҳаётига қоронғулик оралаган гулдай қизимга ичим ачишиб кетади. Балки уни бахтли қилади-ган йигит учраб қолар. Оиласи бизга мос, инсонийликини қадрлай-диган оналар бўлса.

манзилим тахририятдан олсин.
**Комила,
Тошкент.**

Мен ҳамкасбим бўлган бир қизнинг бахти ҳақида қайғураман. Унинг **ёши 31** да Одоби, ақли, ораста ва ишбилар-мон. Бахтини излаб юрган йигит бўлса, менга кўнгирак қилсин.

Манзилим тахририятда.
**Насиба,
Тошкент.**

Ёшим 43 да. Ўрта махсус маълумот-га эгаман. Иш-жойим тайин. Қизим билан яшаймиз. Қизимни узатсам, ёлғиз қолишни ўйлаб, кўнглимга ваҳма туша-ди баъзан. Агар касби-кори тайин, нохуш одатлардан холи инсон бўлса турмуш қурмоқчиман.

Манзилим тахририятда.

**Марям,
Тошкент.**

Ёшим 28 да. Турмушим бўлмади. Олти ёшли қизчам билан уч хонали уйимизда яшаймиз. Ўзим чеварлик билан кун кечираман. Бўйим ўрта-ча, хуснимдан нолимайман. Мени ту-шунадиган, рўзгорим дейдиган, ҳаётда мендек қуйган одам билан тақдиримни боғламоқчиман.

Манзилим тахририятда.

**Махлиё,
Бухоро.**

Ёшим 74 да. Турмуш ўртоғим 2000 йил вафот этган. Фарзандларим уйли-жойли бўлиб кетган. Ҳозир бир ўзим яшайман. Ҳовли- жойим бор. Шароитим яхши, ях-шигина нафақа оламан. Ёлғизликдан қий-наляпман. Қизларим яхши қарашади, ле-кин барибир турмуш ўртоғим бўлишини хоҳлайман.

Манзилим тахририятда.
**Иброҳим,
Навоий.**

Қизимни турмушга берганимдан кейин билсак, эрининг бошқа хотини ҳам бор экан. Суриштир-май берганимдан пушаймонман. Қизимнинг мен-дан хафалигини ич-ичимдан сезаман. **Ёшим 35** да, дан хафалигини камий йўқ. Боласи йўқ. Олий маълумот-чи-ройдан камий йўқ. Боласи йўқ. Олий маълумот-чи-ройдан камий йўқ. Боласи йўқ. Олий маълумот-чи-ройдан камий йўқ.

Манзил тахририятда.

**Малоҳат,
Қашқадарё.**

Мени кўрганлар, "жуда гўзал экансиз", дейишса, дилим вай-рон бўлади. Чунки чиройли қизлар бахтсиз бўлади деб ашит-гандим. Мана **22 ёшимда** икки ёшли асалгина ўғлим билан ижарада турибман. Виждонсиз эрим бизнинг қадримизга етма-ди. Болам ақлини танимай туриб, бир мард эркакни ўз отаси-дек қабул қилиши учун турмушга чиқмоқчиман.

Манзилим тахририятда.

**Фарида,
Тошкент.**

Турмуш қуришда миллатнинг ҳам аҳамияти бор экан. Дугонамга қанча совчилар кел-са-да, уйғур бўлмагани учун ота-онаси рад жавобини беришмапти. У жуда оқила киз. **Ёшим 28**да. Балки унинг миллатдош тенги топилиб қолар, деб газетга му-рожаат қилдим.

Манзилим тахририятда.

**Шахноза,
Тошкент.**

Ёшим 57да. Турмуш ўртоғим ва-фот этган. Болаларим оилали. Ин-софсиз келинимнинг қилиқлари сабаб ёлғизлигим билинди. Қал-бимни тушунадиган **62 ёшга**ча бўлган эркак бўлса турмушга чиқа-ман. Манзилини аҳамияти йўқ.

Манзилим тахририятда.

**Захро,
Жиззах.**

Ёшим 40да. Самарқандликман-у, Тошкентда яшайман. Иш жойим, уйим тайинли. Соғломман. Аммо фарзанд бўлмаганлиги сабабли аёлим билан келишган ҳолда ажрашдик. Чунки шифокорлар шуни тавсия қилиш-ди. Вақт эса ўтиб бормоқда. Хуш-бичим, хуш фазилатли, ўқимиш-ли аёл ёки, турмушга чиқмаган ёши каттароқ тошкентлик киз бўлса уйланмоқчиман.

Манзилим тахририятда.

**Ақбар,
Тошкент.**

Олтита фарзандим, ўндан ошик набирам бор. Уларнинг ҳурмат-иззатида соғ-салома-т юрибман. Ёшим 65да. Болала-рим қанчалик қадрламасин, аммо раҳматлик аёлимнинг ўрни бошқа эди. Кейинги пай-да кўнглим бир меҳрибон аёлга муштоқ. Балки уни мен газета орқали топар-ман.

Манзилим тахририятда.
**Жамол,
Бухоро.**

*Жиянимнинг ёши 25*да. Жуда келишган, андишали киз. Тикув-чи. Асли Нўқусдан. Ҳозир Тош-кентда яшайди. Унинг яхши бир йигит билан турмуш қуришини хоҳлардим.

Манзилим тахририятда.
**Салима,
Тошкент.**

Бир қадрдоним бор. **Ёшим 52** да. Адаси билан яшайди. Ҳар томонлама тўқис аёл. Малакали шифокор. Иш билан бўлиб турмушга чиқмаган. Тур-муш ҳақида гапирсак, уялади. Аммо, Худойим ҳаммаши жуфт яратган. Унинг ҳам бахти очилса деймиз.

Манзилим тахририятда.

**Ноила,
Тошкент.**

Ёшим 41 да. Оилам билан ажраш-ганман. 2 фарзандим онасида. Ўзим ях-шигина дурадгорман. Ота-онам билан бирга яшайман. Газета орқали бахти-ни топаётганларни ўқиб, жуда ҳава-сим келди. Зора, менинг ҳам бахтим очилса...

Манзилим тахририятда.

**Илҳомжон,
Гулистон шаҳри.**

Бозорда савдо қилиб юриб бир аёл билан тани-шиб қолгандим. У ёшлигининг қийин кечганли-гини айтиб берганда менинг қалбимда меҳр уй-ғонди. Ёмон одамга дучор бўлса умр бўйи қий-налиб ўтишини ўйладим. Биз турмуш қилдик. Мен аёлимни жуда қадрлар, ҳатто уй супириш кир ювишгача ёрдамлашардим. Қадрласам қадр-ли бўламан. деб ўйлагандим. Афсуски унинг маъ-навий қашшоқлиги менга ҳам, ўзига ва болалар-га ҳам панд берди. Аёлимнинг хиёнати сабаб биз ажрашиб кетдик. Болаларим учун уйимни таш-лаб чиқиб кетдим. Ҳозир уй сотиб олганман. Аммо ёлғиз яшайман. **Ёшим 45** да. Ичиш, чекишдан йироқман. Кўнглимдан, тўғрисўзман. Виждони соф аёл ёки бахти очилмаган киз бўлса таниш-моқчиман. Асли қорақалпоғистонликман. Менга аёлимнинг манзилининг аҳамияти йўқ.

**Ю. Ибрагимов,
Тошкент вилояти,
Янгийўл тумани,
инд: 702843.**

Талаб қилиб олгунча.

Саҳифани Матлуба ва Санобар тайёрлашди.



Юз терингиз қуруқшаб, кўрсиз бўлиб қолган.

Сиз унга юмшатовчи крем суртишни унутган ҳолда крем-пудра (упа) суртиб керакли ҳолатга келтира олмадингиз ва бундан дилингиз хира. Хафа бўлманг, буни тузатишнинг илоҳи бор. Минерал сувни сув пурковчи балонга солиб ҳавога сепинг-да, шу ҳавога 1-2 дақиқа юзингизни тутиб турсангиз кифоя.

Янги олган лаб бўёгингиз сизга ёқмади.

Ҳечқиси йўқ. Юмшоқ салфетка билан бўёқни артиб олинг-да, юмшатовчи кремдан суртинг. Бир оз вақтдан сўнг ўзингизга ёққан бошқа лаб бўёғидан суртиб олинг.

Яна ҳуснубзарми?

Бунда клерасилга ўхшаш махсус лосионлардан фойдаланишингиз мумкин. Улар ҳам фойда бермас, бир донагина саримсоқийез олинг. Унинг сувини олиб, юзингизни артсангиз шамоллашнинг олдини олади, ҳуснубзарни йўқотади.

Агар эндигина тирноқларингизга суртган бўёгингизни қуриштиш улғурмай бўзиб қўйсангиз ва уни артиб олишга махсус мосламанингиз бўлмаса, устидан рангсиз лак суртиб кўринг.

Теридаги доғ.

Агар крем упани юзингизга суртганингизда текис ёйилмасдан ҳар жой-ҳар жойда доғ бўлиб қуришса, дарҳол намланган салфетка билан артиб олиб, қуюқроқ кўринган жойларига оқиш упадан суртиб қўйинг.

ИССИҚ - СОВУҚ КУНЛАРДА...

Иссиқ-совуқ ва шамолли кунлар юз терисига ўз таъсирини ўтказмай қўймайди. Бундан юзингиз оқаргандек бўлиб қолади ёки қуруқлашиб кетади. Бу ҳолатларнинг олдини олиш учун куйидаги муолажалардан фойдаланинг.

● Бир ош қошиқ полиз маҳсулоти ёки бирон бир меванинг сиқиб олинган шарбатига 1 қошиқ ун соласиз. Устидан озроқ сут солиб суяқ бўтқа ҳолига келтирасиз-да, юзингизга суртиб 5-10 дақиқадан сўнг илиқ сув билан ювиб ташлайсиз.

● Бир дона хом картошкани қирғичдан ўтказасиз. Сўнг донадан унинг сувини ўтказиб юзингизга суртиб 5-10 дақиқадан сўнг ювиб ташлайсиз.

● Бир бўлак бананни қирғичдан ўтказиб бўтқа ҳолига келтиринг-да, яхшилаб юзингизга суртинг. 10-15 дақиқадан сўнг ювиб ташланг.

Ҳар уччала муолажада ҳам юзингиз териси майинлашади. Ҳа, айтгандай, ушбу тайёрлаган никобларингизни бўйингизга ҳам суртишни унутманг.

ГЎЗАЛ БЎЛИШ УЧУН ЗАРУР МАСЛАҲАТЛАР

Бирор зиёфат ёки тантанана шошаётган пайтда кўркингизни ошириш учун ниманидир унутгандай бўласиз. Буни сезасиз-у борган жойингизда ўзингизни ноқулай ҳис этасиз.

Мабодо, шундай ҳолатга тушсангиз, куйидаги кичик ва тез амалга ошадиган маслаҳатлардан фойдаланишингиз мумкин.

Сарик тирноқлар.

Узоқ вақт турли бўёқлар билан тирноқларингизни бўяб юрсангиз, улар сарғиш тусга кириб қолади. Бу рангни йўқотиб асл ҳолига қайтариш учун бир дона лимонни олиб иккига бўласиз-да, унинг суви билан тирноқларингизни артасиз. Лимон кислотаси ҳам оқартириш ҳусусиятига эга.

Ўта сезувчан тери.

Масалан, қошингизни терсангиз ҳам дарҳол шамоллагандек қизариб қоладиган бўлса, энг тез ва қулай муолажа - қошингизни териб бўлишингиз билан бир бўлак музни олиб 20 сония вақт мобайнида терингизга суртинг. Шамоллашдан, қизаришдан сақлайди.

Юзингиздаги қизил упа керагидан ортқ ўзингизга ёқмасдан нима қилишни

билмай қолдингиз. Хафа бўлманг, дарҳол рангсиз упадан олиб устидан секингина билинар-билинимас суртсангиз, бўртиб турган қизиллик йўқолади.

Кечқурун қўп суяқлик ичдингиз ёки яхши ухлай олмадингиз. Эрталаб ойнага қараганингизда кўзларингизни шишган ҳолда кўриб қайфиятингиз тушиб кетди. Дарҳол резинадан бўлган болалар ўйинчоғидан иккитасини олинг-да, музлаткича қўйинг. Бир оздан сўнг олиб, 10 дақиқа давомида кўзингизга тутиб туринг, асл ҳолига қайтади.

Юз терингиз ялтираб турган бўлса.

Юмшоқ қоғоз салфеткани олиб, ялтираб турган жойларини артинг, қоғоз юзингиздаги ёғларни ўзига тортиб олади. Хлорли сувда қўмилиш оқибатида оқиш, малла ёки қорамтир сочлар ўз рангини йўқотиб нохуш кўринишга эга бўлиб қолди. Айниқса оқиш сочлар — қўқимтир, малла сочлар сарғимтир бўлиб қолди. Уни тузатиш учун 1 литр сувга икки дона аспиринни солиб эритинг ва сочларингизни шу сувда яхшилаб чайинг.

Кўтилмаганда тирноғингиз синди.

Ёнингизда уни тўғрилайдиган пилкангиз (аррача) йўқ. Гўгурт қутисининг ёқиладиган жойи билан тирноқларингизни артинг.

Баъзида чарчокдан оёқларингиз ўзингизга бўйсунмагандек бўлади.

Ош сиркасидан бир стакан олиб 3-5 литр илиқ сувга солиб ванна қилинг, сўнг қуруқ латта билан яхшилаб қуригунча артинг.

Сочларингизни бўяганингизда юзингизга тегиб қолган бўёқларни йўқотишингиз керак. Бир дона сигаретани тутатиб кулни йиғиб олинг, намланган пахта ёки пахталик тампонни шу кулга ботириб, бўёқ теккан жойларини артинг.

✗ Бир дона тухум саригини олиб, 15 гр. зайтун мойи (оливковое масло) билан яхшилаб аралаштиринг. Ҳосил бўлган аралашмани юз ва бўйин териларига суртиб, енгил ўқаланади. 15-20 дақиқа ўтгач илиқ сув билан пахта ёрдамида артиб ташланади.

АЖИН ТУШИШДАН САҚЛОВЧИ НИҚОБЛАР

✗ 10 гр. хамиртуруш зайтун мойи билан қаймоқ ҳолига келгунча аралаштирилади. Тайёр бўлган аралашмани ҳам юзга суртиб 20 дақиқадан сўнг пахта ёрдамида илиқ сув билан тозаланади. Шунинг унутмаслик кераки, зайтун мойи қуруқ юз териси учун фойдали: Юз

териси яхши бўлган аёллар мой ўрнига ҳар иккала ниқоб учун илтифат билан фойдалансалар бўлади.

✗ 1 ош қошиқ арпа (овсянка) унига помидор, шафтоли, лимон, апельсин ёки бодринг шарбатидан 1 ош қошиқ қўшилади. Хом сут ёрдамида

аралашмани бўтқа ҳолига келгунча аралаштиринг. Юз ҳамда бўйин териларига суртилган ниқоб озқаларга бой бўлиб, терини тозалаш, озқалантириб майинлаштириш учун фойдалидир. Ниқоб 20-30 дақиқадан сўнг совуқ сувда ювиб ташланади.

КЎТАРИНКИ КАЙФИЯТ СИРИ

Эрталаб уйқудан кўзларингизни очдингиз, лекин ўрнингиздан тургингиз келмайди. Бундай ҳолатдан қутулиш учун куйидаги машқлардан фойдаланинг.

1. Ўрнингизда чаққанча ётган ҳолда (суратда кўрсатилган) бутун танангиз билан тўлқинсимон ҳаракат қиласиз. Бунинг учун кўлларингиз ён томонда, тиззаларингиз сал тепага қўтарилади, товонлар эса узатилади. Шундай ҳолда ётиб, қорнингизни ичингизга тортиб, товонни узатиб қаттиқ керишинг. Ва бу машқни бир неча марта бажарасиз.

2. Ўрнингиздан тургандан сўнг эса, яна қорнингизни ичингизга тортасиз, тиззаларингизни сал букиб худди чангидега уяётгандек ҳаракат қиласиз. Бу машқни ҳам бир минут бажарасиз.

3. Кўлларингизни секин тепага қўтариб, чуқур нафас олиб керишиб силкитасиз, кўлларингизни паства тушириб нафас қиласиз. Бу машқни 7 марта бажарасиз.

4. Худди маст одамдек ўрнингиздан туриб кўлларингизни букиб учини кафтингизга теккизасиз. Тез-тез бир оёқдан иккинчисига худди бирор нарса босаётгандек танангизни кўтариб, босасизда машқ орасида кўлларингизни ҳар-ҳар томонга букиб силкитасиз.



НИМА ҚИЛСАМ ЮЗИМ ҚИЗИЛ БЎЛАДИ?

Менинг юзларим олоқ. Шифокорлар соқингиз жойида, дейишди. Ҳар хил витаминлар ичиб кўрдим. Лекин натижаси бўлмади. Айтмиш-чи, нима қилсам бетларим қизил ва чиройли бўлади?

КАРИМА

- Ўз соғли-

гингизни

тез-тез тек-

шириб тург-

нингиз жуда

ҳам яхши.

Ўздаги қон

томирлари

баъзиларда

юзароқда

жойлашган

бўлса, бошқа

бировларда

эса чуқурроқ

жойлашган

бўлади. Қон

томирлари юзада

жойлашганларда

доимо ёноқлари

қипқизил бўлиб

туради.

Ундан ташқари

куйидаги энг оддий

ва фойдали усулдан

фойдаланишингиз

мумкин.

Бунинг учун

сувлик қизил сабзини

оласиз-да, майда

тишли қирғичдан

ўтказиб, ҳосил бўлган

бўтқасимон сабзини

дока орасига солиб

юзингизга 15-20 минут

давомида қўйиб қўясиз.

Агар юзингиз териси

қуруқроқ бўлса

майдаланган сабзига

озроқ ўсимлик

ёғи ёки ёғлироқ

сутдан қўшасиз. Бу

ниқобни 12-15 кун

давомида такрор-

лайсиз.

Яна бошқа бир йўли — ҳар кун

юзингизни қизил сабзининг суви

билан артинг.



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

Оила ва жамият

Фойдаланилмаган кўлёмалар таҳлил қилинмайди, муаллифларга қайтариб берилмайди. Ёзма жавоб берилмайди. Газетадан кўчириб босилганда «Оила ва жамият»дан олинганлиги албатта қайд этилсин.

E-mail: oilavajamiyat@rambler.ru
oilavajamiyat@mail.ru

БОШ МУҲАРРИР: ДИЛБАР САИДОВА

Бош муҳаррир: 134-86-91

Қабулхона: (тел. ва факс) 133-28-20

Табриклар, эълонлар: 133-04-50

Бўлимлар: Оила - 133-04-35, 134-25-46

Бухгалтерия: 132-07-41

Газета «Шарқ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босма-хонасида чоп этилди. Тошкент, Буюк Тўрон кўчаси, 41-уй. Босишга топириш вақти - 20.00. Босишга топирилди - 21.00

Газета таҳририят компьютер базасида терилди ва саҳифаланди.

МАНЗИЛИМИЗ:

Тошкент - 700000

Амир Темури кўчаси,

1-тор кўча, 2-уй.

«Олой» бозори ёнида.

ХОМИЙ: «Матбуот таркатувчи» акциядорлик компанияси

ОБУНА ИНДЕКСИ - 176

Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 027-рақам

билан рўйхатга олинган.

Буюртма Г - 934. Формати А-3, ҳажми 4 табоқ.

Адади - 11941

Саҳифаловчи — Ш. БАРОҚОВ

Расм — Н. ХОЛМУРДОВ

Навбатчи — Б. САЙДАЛИЕВА

Мусахҳат — С. САЙДАЛИМОВ

1 2 3 4 5