



# O'zbekiston adabiyoti va san'ati

ЎЗБЕКИСТОН АДАБИЁТИ ВА САЊЪАТИ Haftalik gazeta • 1956-yil 4-yanvardan chiqa boshlagan e-mail: uzas@b2c.uz 2011-yil 8-aprel • №15 (4102)

## БУЮК ВА МУҚАДДАССАН, МУСТАҚИЛ ВАТАН!

### Ўзбекистон Республикаси Президентининг ҚАРОРИ

### ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ДАВЛАТ МУСТАҚИЛЛИГИНИНГ ЙИГИРМА ЙИЛЛИГИНИ НИШОНЛАШГА ТАЙЁРГАРЛИК КЎРИШ ВА УНИ ЎТКАЗИШ ТЎҒРИСИДА

Ўзбекистон Республикаси ўз давлат мустақиллигини қўлга киритган буюк тарихий сана — 1 сентябрь халқимизнинг ижтимоий-сиёсий, маънавий ҳаётида бекиёс ўрин тутадиган, ҳар йили энг улуғ, энг азиз байрам сифатида катта шоду хуррамлик билан нишонланадиган қўтлуг айёмдир. Бу йил Ватанимиз мамлакатимиз истиклолининг шонли санасини — миллий мустақиллигимизнинг йигирма йиллигини баланд руҳ ва кўтаринки кайфият билан қўтиб олишга тайёргарлик кўрмоқда.

Тарихан қисқа бир даврда аввало эл-юртимизнинг хоҳиш-иродаси, куч-қудрати, машаққатли ва бунёдкорона меҳнати эвазига жаҳон харитасида янги, ўз кучи ва салоҳиятига таянган, бугун тараққиёт йўлидан барқарор суръатлар билан ривожланиб бораётган мустақил, суверен Ўзбекистон давлатининг пайдо бўлиши, ҳеч шубҳасиз, халқимизнинг тарихий ғалабасидир. Айниқса, мамлакатимизда демократик давлат, фуқаролик жамиятини барпо этиш, иқтисодиётимизни бозор муносабатларига ўтказиш ва ривожланган давлатлар қаторидан муносиб жой олиш йўлида эришган марраларимиз жаҳон аҳлини ҳақли равишда ҳайратда қолдирмоқда.

Ўзбекистон Республикаси давлат мустақиллигининг йигирма йиллигини нишонлашга тайёргарлик кўриш ва уни ўтказишда ўтган давр мобайнида қўлга киритган ютуқ ва натижаларимизни, мамлакатимизнинг салоҳияти ва қудрати, унинг халқро майдонда нуфузи тобора юксалиб бораётгани, туб ислохотларимизнинг моҳияти ва аҳамиятини аҳолининг кенг қатламларига янада чуқурроқ очиб бериш ва халқро жамоатчиликка етказиш учун тегишли ташкилий-амалий, маданий-маърифий тадбирлар, тарғибот-ташвиқот ишларини амалга ошириш эътибор марказида бўлиши зарур.

Айни шу вазифаларни инобатга олган ҳолда ва байрам тадбирларини ватандошларимиз, хусусан, ёш авлод қалбига чуқур таассурот қолдирадиган юқори савияда ўтказиш мақсадида:

1. Ўзбекистон Республикаси давлат мустақиллигининг йигирма йиллигига бағишлаб ишлаб чиқилган ташкилий-амалий, маданий-маърифий тадбирлар ҳамда тарғибот-ташвиқот ишлари дастури 1-иловага, Тошкент шаҳрида ўтказиладиган асосий байрам томошаси дастурини тайёрлаш бўйича ижодий гуруҳ таркиби 2-иловага мувофиқ тасдиқлансин.
2. Байрамни ўтказиш билан боғлиқ барча тайёргарлик ишлари ва тадбирларни "Буюк ва муқаддасан, мустақил Ватан!" деган шор остида ташкил этиш мақсадга мувофиқ деб топилсин.
3. Ўзбекистон Республикаси давлат мустақиллигининг йигирма йиллик байрамига тайёргарлик кўриш ва уни ўтказиш бўйича республика комиссияси (Ш.Мирзиёев) томонидан:

комиссия йиғилишларида дастурда белгиланган чора-тадбирлар Қорақалпоғистон Республикаси, вилоятлар ва Тошкент шаҳрида қандай амалга оширилаётгани юзасидан маҳаллий ҳокимликлар, вазирилик ва идоралар раҳбарларининг ҳисоботи мунтазам

равишда эшитиб борилсин; байрам тантаналари арафасида фойдаланишга топширилаётган ишлаб чиқариш, ижтимоий-маданий объектларни ўз вақтида ишга тушириш чоралари кўрилинсин; мамлакатимиз ёшлари — умумий ўрта таълим, академик лицей ва касб-хунар коллежлари ўқувчилари, олий таълим муассасалари талабалари учун мўлжалланган алоҳида тадбирлар режаси амалга оширилсин; ўрта махсус, касб-хунар таълими муассасалари ўқувчилари ўртасида "Баркамол авлод" спорт ўйинларини (Термиз шаҳрида), мамлакатимиз ёшлари иштирокида "Биз — йигирма ёшдамыз" форумини, меҳнат ва ўқув жамоалари ўртасида спорт турлари бўйича "Мустақиллик кубоги" мусобақалари ва марафонини юқори савияда ўтказишга алоҳида эътибор қаратилсин; анъанавий "Шарқ тароналари" халқро мусика фестивалини, ёш ижрочилар ўртасида "Нихол", истеъдодли ёшлар ўртасида "Келажак овози", журналистика соҳасида "Энг улуғ, энг азиз", "Олтин қалам", "Озод юрт тўқинлари", замонавий санъат ва фольклор ижодиёти соҳасида "Навқирон Ўзбекистон", "Асрлар садоси" республика танловларини, шунингдек, янгиликдан ташкил этилаётган "Истиклол тарих кўзгусида" (мустақиллик тарихини ёритишга бағишланган энг яхши илмий ва илмий-оммабо ишлар учун), "Ватан учун яшайлик" (насрий ва шеърлий йўналишда энг яхши асарлар учун), "Сени қўлайимиз, замондош!" (театр санъати соҳасида энг яхши асарлар учун), "Истиклол солномаси" (кино санъати соҳасида энг яхши асарлар учун), "Ранглар жилосида — она дийр" (таъсирли санъат соҳасида энг яхши асарлар учун) танловларини юқори даражада ўтказиш таъминлансин.

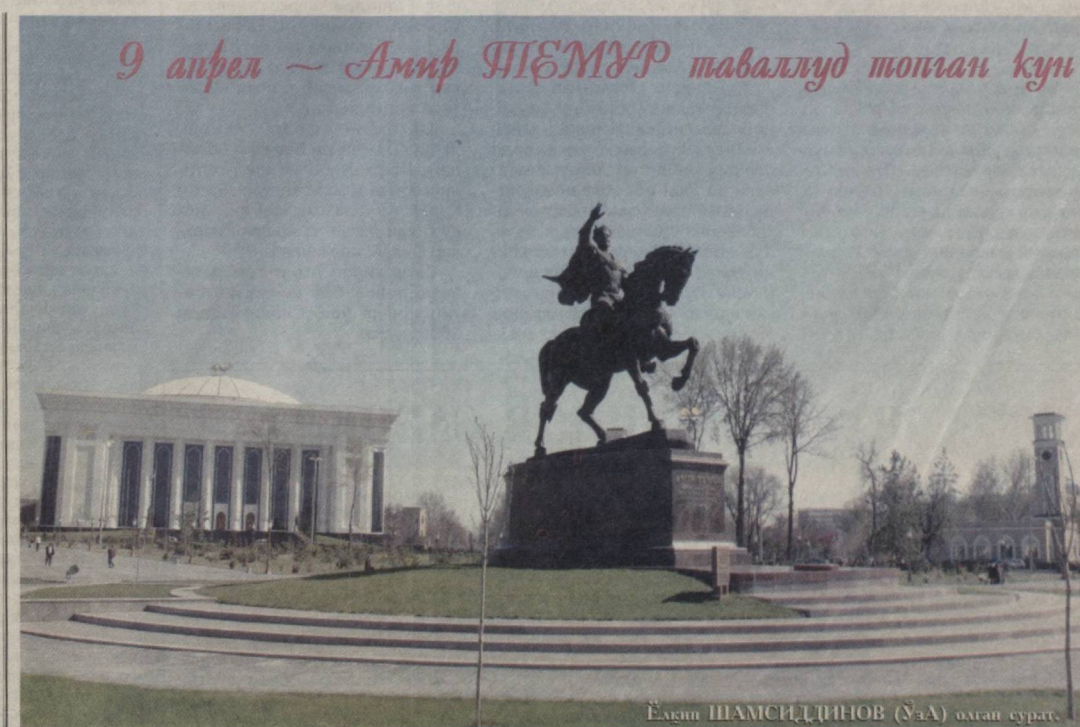
Вазирлар Маҳкамаси Ўзбекистон Республикаси давлат мустақиллигининг йигирма йиллигига бағишлаб ташкил этилаётган энг қўрик-танловларни ўтказиш тартиби, муқофотларнинг миқдори ва даражаси, фолибларни аниқлаш ва тақдирлаш мезонларини ишлаб чиқсин ва қабул қилсин.

4. Республика Маънавият ва маърифат кенгаши томонидан Қорақалпоғистон Республикаси, вилоятлар ҳамда Тошкент шаҳрида мустақилликнинг йигирма йиллик байрамига бағишлаб аҳолининг кенг қатламлари

Халқи ва Ватанининг улуғлигини баралла қўйлай олган шoirнинг ҳамиша эл олдида юзи ёруғ ва қадри баланддир. Шу кунларда таваллудининг етмиш йиллиги кенг нишонланаётган Ўзбекистон Қаҳрамони, Халқ шoirи Абдулла Ориповнинг бутун ижоди бунга яққол мисол бўла олади. Мирзо Улуғбек номидаги Ўзбекистон Миллий университети маданият саройида бўлиб ўтган адабий-бадиий кеча шoir шеърятининг ёрқин тинсоларига айланган миллий ва умуминсоний қадриятлар тараннумига бағишланди. Бир вақтлар шoir таҳсил олган Миллий универси-

тет ректорати ва Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмаси ташкил этган анжуманга талабалар, ижодкорлар, профессор-ўқитувчилар таширф буюрди. Университет ректори, Олий Мажлис Сенати аъзоси Фафуржон Муҳамедов анжуман аҳлини адабиёт байрами билан қўтлар экан, истиклол даврида Президентимиз раҳнамолигида ижод аҳли қадр топиб, ёзувчининг жамиятдаги мақеи ошганлиги, маънавият ва бадиий тафаккурни бойитишга хизмат қиладиган юксак савияли асарлар халқимизнинг бебаҳо мулки сифатида эъзога сазовор бўлаётганини

алоҳида таъкидлади. Филология фанлари доктори, профессор Нурбой Жабборовнинг маърузасида шoirнинг ижодий мактаби, шеърятига хос бетакрор поэтик олам таҳлил қилиниб, Ойбек, Миртемир, А.Қаҳқор, О.Шарафидинов, Қ.Қулиев, Р.Ҳамзатов, Ч.Айтматов, Ў.Сулаймонов, Е.Евтушенко, А.Вознесенский ва бошқа атоқли адабиёт намоянадаларининг Абдулла Орипов ижодига доир эътирофлари тилга олинди. Зулфия муқофоти соҳиба-



9 апрел — Амир ТЕМУР таваллуд тогган кун

Ёлдин ШАМСИДИНОВ (ЎЗА) олган сурат.

## ТАРИХИЙ ҲАҚИҚАТНИНГ ЧИН ТАЛҚИНЛАРИ

Соҳибқирон Амир Темур сиймоси асрлар оша авлодларда катта қизиқиш уйғотиб келган. Бу улуг сиймо шахсига нафақат юртимизда, балки жаҳоннинг қатор мамлакатларида ҳам улкан эътибор билан қаралиб, турли даврларда унинг ҳаёти ва фаолиятига бағишланган кўплаб асарлар яратилган. Ватанимиз истиклолга эришганидан сўнг Соҳибқирон сиймоси илмий ва бадиий асарларда ўз аксини топди. Улар орасида Президентимиз Ислам Каримовнинг 1996 йили "Ўзбекистон" нашриёти томонидан 50000 нусxada чоп этилган "Амир Темур ҳақида сўз" китоби алоҳида ўрин тутди. Давлатимиз раҳбарининг мазкур тўпламдан ўрин олган ЮНЕСКО Ижроия Кенгаши сессиясида "Ўтмишсиз келажак, ҳамкорликсиз тараққиёт бўлмайди", мазкур халқро ташкилот қароргоҳида "Темирқор даврида илм-фан, маданият ва маорифнинг гуллаб-яшнаши" кўргазмасининг очилиши муносабати билан "Амир Темур давридаги бунёдкорлик ва ҳамкорлик руҳи бизга намуна бўлаверсин", "Поитхатимизда Темирқор тарихи давлат музейининг

очилиши маросимида "Халқимиз бор экан, Амир Темур номи барҳаётдир", Самарқанд, Шаҳрисабз ва Тошкент шаҳрларида Амир Темур ҳайкаллари очилиши маросимларида "Азалий буюклик маскани", "Соҳибқирон камолга етган юрт", "Адолат ва қудрат тимсоли", Амир Темур таваллудининг 660 йиллигига бағишланган халқро илмий конференцияда "Амир Темур — фахримиз, гуруримиз" мавзуларида сўзлаган маъруза ва нутқлари дунё цивилизациясига бекиёс ҳисса қўшган бой тарихимиз ва буюк сиймоларга нисбатан ҳолис ва адолатли муносабатнинг ёрқин намунасидир.

Ўзбекистон мустақиллигининг дастлабки йилларида ноқ давлатимиз раҳбари буюк аждодимизга кўрсатган ана шундай бекиёс эҳтиром тарихий мавзуларда баракали ижод қилиб келаётган атоқли адиб Пиримқул Қодиров (Оллоҳ раҳмат айласин) қалбини янада жўш урдиргани унинг "Олти аср адолати", "Амир Темур ва соғлом авлод тарбияси", "Темирқорнинг оилавий анъаналари" (1996 йили турли нашрларда ёритилган, 2001 йили "Маънавият" нашриётида чиққан "Қалб кўзлари" тўпламидан ўрин олган) мақолаларида ёрқин акс этди. "Соҳибқирон сиймоси билан туртиб қўйди, шу туртки "Юлдузли тунлар" романини ёзишга ундади". Демокчимизки, ёзувчида аждодлар руҳи билан руҳан мулоқот ўрнатиш хислати қузатилгани сир эмас. Бу ҳол, айниқса, унинг табарруқ ёшида одадий ҳолга айланган қўтлуг эди, десак мулобага бўлмайди. Ўз ибораси билан айтганда, "тарихни телескоп билан қузатгандек", адиб буюк аждодлар билан руҳан мулоқотда бўларди. Шу боис бўлса керак, саксон ёш сарҳадида доғишман адиб Пиримқул Қодиров буюк бобоқалонимиз руҳидан кўп бора илхом олгани унинг "Амир Темур сиймоси" асариди ("Жаҳон адабиёти" журналининг 2006 йил 7-8 сонларида, 2007 йили "Ўзбекистон" нашриёт-матбаа ижодий ўйи томонидан чоп этилган) ўз аксини топгандир. Ўз даврида адабий жамоатчилик томонидан юксак баҳоланган бу тарихий асар Амир Темур, темирқор салтанатини барча мураккабликлари билан ёритиб берувчи ёдуга айланган. У ўтмишининг эмас, ёш авлод онгини ҳам нурафшон этиши шак-шубҳасиздир.

### Соҳибқирон Амир Темур таваллудининг 675 йиллиги

Улуғ халқ қудрати жўш урган замон, Оламини маҳабб айлаган дийр.

Ушбу мақолаларини ёзган пайтда адибимиз етмишн қоралаб қолганди. Ундан анча илгари юз бера бир воқеа ҳақида камтарлик билан шундай дегани ёдимизда: "Бир кунни тушимда Мирзо Бобур ҳас-

Давоми учинчи саҳифада.

### БИЛДИРИШ

Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмасининг Театр ва кинодраматургия кенгаши шу йил 15 апрел, жума кун соат 11.00 да "Ўзбекистон" Миллий агентлиги ва "Ўзбектеатр" ижодий ишлаб чиқариш бирилмаси билан ҳамкорликда кенгашнинг 2010 йил якунларига бағишланган ҳисобот йиғилишини кузатишга.

Барча қизиққанлар тақлиф этилади.

Манзил: "Ўзбекистон" кўчаси, 16 А уй, 6-қават.

### Ойдин ҲОЖИЕВА, Ўзбекистон халқ шoirи

## ИЛҲОМ БУЛБУЛЛАРИ ҚАЙТДИ ДЎРМОНГА

Илҳом булбуллари қайтди Дўрмонга, Қайтди Гафур Гулом, Ойбек шукӯди. Тошқин Зарафшондай қирар забонга Ҳамид Олимжоннинг чавандоз руҳи.

Устоз Шайхзоданинг назокатно Миртемирнинг баҳши соҳлари қайтди. Абдулла Қаҳҳорнинг салобатно Зулфиянинг меҳрул нозлари қайтди.

Ёсуман гуллари дастлаб боғда, Асқад Мухтор юрар хаёлчан, сокин. Тун бўйи ўчмаган анув чироқда Уйғун бобомизнинг сирлари ҳоким.

Озод муаллимнинг ҳангомалари, Саид Аҳмадининг қуноқ кулгуси қайтди. Нетьмат Аминнинг дил номалари, Бухорога тутган кўзгуси қайтди.

Илк бор мактос тинглаб ўзида йўқ шод Шoir бодалигим чиқар ёнимдан. Эрка шамолларнинг тилда нововот, Фаршита ёғилган Дўрмонжонимда.

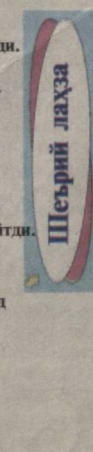
Не-не мажлисларга гувоҳ арувон Чаппор уриб гуллар энди бу баҳор. Ҳар битта гулда сонич, ҳажон, Ҳар бир япроғида шукронамиз бор!

## ИЖОДИЙ КЕЧА

эса тадбир қатнашчилари томонидан қизгин қўтиб олинди. Абдулла Орипов анжуман ниҳоясидаги ҳажонли лаҳзаларда ўз миннатдорлигини изҳор этар экан, улуг устозларнинг номларини катта эҳтиром билан тилга олди. Юртбошимизнинг милдий адабиётимиз равнақи йўлида кўрсатаётган гамҳўрликларига жавобан ижод аҳли ҳамиша бурчли эканлигини таъкидлади. Шoirнинг янги шеърлари ҳам мухлислар олқишига сазовор бўлди.

\*\*\*

Тошкент фармацевтика институтида бўлиб ўтган ижодий кечада таъкидлади. Филология фанлари доктори, профессор Нурбой Жабборовнинг маърузасида шoirнинг ижодий мактаби, шеърятига хос бетакрор поэтик олам таҳлил қилиниб, Ойбек, Миртемир, А.Қаҳқор, О.Шарафидинов, Қ.Қулиев, Р.Ҳамзатов, Ч.Айтматов, Ў.Сулаймонов, Е.Евтушенко, А.Вознесенский ва бошқа атоқли адабиёт намоянадаларининг Абдулла Орипов ижодига доир эътирофлари тилга олинди. Зулфия муқофоти соҳиба-



“МУНТАХАБ УТ-ТАВОРИХИ МУИНИЙ”

XV асрда Амир Темури давлатида тарихнавислик юксак даражада тараққий этган...

“Мунтахаб ут-таворихи Муиний”нинг тегилиги даври тарихнавислигида тугган ўрни ва ахамиятини белгилловчи асосий жиҳатлардан бири унинг Амир Темури давлати тарихини тўла қамраб олиш мақсад қилинган...



Гарчи Муиниддин Натанзий Амир Темури даври тарихини Низомиддин Шомий ва Шарифиддин Али Яздийга нисбатан қисқароқ тарзда ёритган бўлса-да, унинг асариде мазкур муаррихлар баённи тўлдирганидан ва бойитадиган жиҳатлар бисёр...

КЎЗЛАР ГАПЛАШГАНДА...

Козонхон қасрда ўтириб баъзи жамшид қилишдан от миниб овга чиқиш ёки душман устига бостириб бориб, қилч чопишни маъкул кўраркан...

Соҳибқирон Амир Темури таваллудининг 675 йиллиги

унга қиз туғиб берган кундан бошлаб, бу одаларини ташлаб, кечакунду қизалоғи билан овунишни, у билан машғул бўлишни ҳамма нарсадан устун қўядиган бўлибди...

Вакт Козонхон навқирон чоғида йўлбарсга қарата узган қамон ўқидек тез учиб, Сароймулкхоним ун олтига тўлибди...

мол. Сени тулпоринга миндириб олиб кетай, ойжамол. Қизининг кўзи дебди: «Сенинг тулпоринг — учқур, қилчинг — кескир, қалқонинг — ўқ ўтмас, юрагинг — очик, аммо отининг муҳаббатим қувиб еттай...

Сароймулкхоним ун олти ёшга тўлган кунни қизига муносиб қўйиб излай бошлабди. Шу мақсадда кўрб бир мамлакатга чопор юбориб, шаҳзодаларни занжирсаройга қорлабди...

ОҒИЛА МАЛИКА

Амир Темури довул сингари ўзга мамлакатлар тулпорига қириб бориб, жангу жадал билан банд бўлган чоғлариде Бибиҳоним Самарқанд салтанатини бошқарган экан...

ТЕМУРБЕК ВА САРОЙМУЛКХОНИМ

мол. Сени тулпоринга миндириб олиб кетай, ойжамол. Қизининг кўзи дебди: «Сенинг тулпоринг — учқур, қилчинг — кескир, қалқонинг — ўқ ўтмас, юрагинг — очик, аммо отининг муҳаббатим қувиб еттай...



О. КОЗОКОВ. «Сароймулкхоним»

шаҳар хусн-жамолини яна гўзал этувчи ҳашаматли бинолар, илму фан ахлига хомийлик қилиб мадрасалар, дин равақи учун масжидлар тиклар экан...

Хар бири нақш олмадек келадиган юлдузлар фалак саҳнини ёритган савр тунларининг бириде Бибиҳоним ўзи қурдирган мадраса талабалари юриш-туришидан, ахволдан хабар олиш учун фарқ пишган марвартақ тўтининг ҳиди анқиб турган мадраса ҳовлисига қирибди...

Ховлини айланиб юриб, ҳўқраларинг бириде ўтирган уч муллавачча суҳбатини эшитиб қолибди. Муллаваччалар китобу қаламларини бир четга қўйиб, бир-бирларига энг яширин сирларини очаётган экан...

— Эҳ, қанийди бир марта бўлса-ям Бўстонсарой дастурхониде қўйиладиган нозу неъматлардан тотиб кўрсайдими, ўлсам армоним қолмасди, — дебди.

Иккинчи талаба — келишан қоматли, ўқишдан кўра, кўпроқ ўзига эътибор беришга мойилли қўриб турган, ҳўсурат муллавачча эса, заъқи келганидан кўзаларини юмиб айтибди: — Эҳ, қанийди, Бибиҳонимдек соҳибжамол малика менинг машуқам бўлиб қолсайди, дунёдан беармон ўтардим!

У шу сўзни айтиб, кўзаларини очибди-да, биринчи шерғи билан унинг сиру асрорини индамай эшитиб ўтирган учинчи муллаваччага тикилиб қолибди. Учинчи талаба — сабоқ олишдан кўра қилч чопишга ҳавасдорлиги кўзалариде чақнаётган ўтдан сезилиб турган йигит эса дўстларига «Эҳ, сепларни кара-я!» дегандек бир оз тикилиб турибди-да: — Шуям орузу бўптими? Мен Амир Темуридек буюк Соҳибқирон бўлишни орузу қиламан! — дебди. Сўнгра, дўстлари оғиз очиб қилишганини кўриб, мийғийда қилибди-да: — Ана шунда, — дебди биринчи дўстига қараб, — сен орузу қилган нозу неъматлар ҳам ва сен... — у иккинчи дўстига қарабди, — ҳа, сен орузу қилган Бибиҳоним ҳам

ОЗОД ШАРАФИДДИНОВ САБОҚЛАРИ

Ўзбекистон Қаҳрамони, атоқли адабиётшунос олим Озод Шарафиддинов ўзининг “Танқидчилик касби ҳақида” мақоласиде шундай деб ёзган эди: “Танқид соҳасига қадам қўйган одам биринчи қадамиданоқ шуни билсинки, у ўзини умрбод машаққатли, тинимсиз, ором билмайдиган меҳнатга маъхум этади...”

Дўстмуҳаммад, Ашурали Жўраев, Раҳмон Кўчқор, Раваҳан Маҳмудов ва Озод ақанинг фарзанди таниқли олима Муҳаббат Шарафиддинова қизикарли ва унутилмас хотираларини сўзлаб бердилар.

Анжуман

Сирдарё вилоят ҳокими Ойбек Ашурматов анжуман иштирокчиларини қутлар экан, мухтарам Президентимизнинг адабиётимизга, жумладан, ижодкорларга қўрсатаётган беқиёс ғамхўрлиги ҳақида гапириб, устоз Озод Шарафиддинов сабоқлари бугунги ёшлар учун ҳаммашга қадрли бўлиб қолиши, ёшларнинг маънавий жасоратидан ҳар доим ибрат олишлари ҳақида атрафолча тўхтабди...

Озод Шарафиддиновнинг серкирра ва улкан ижодий фаолияти, инсоний фазилатлари, маънавий жасорати ҳақида таниқли олимлар ва адилблар Умарали Норматов, Иброҳим Гафуров, Сайди Умиров, Умрзоқ Ўлжабоев, Хуршид

«ЧАЛҒАЙ»

Биз қуш қанотларини яхлит ҳолда қанот, деб атаймиз. Лекин қанотнинг ҳам қисмлари бор: ён қисм, учки қисм ва елкага ёпишган қисм. Одамларда ҳам шундай: бармоқ, кафт, тирсақ, биллак каби қўл қисмлари бор. Маҳмуд Қошғарий изохига кўра, Қуш қанотларининг “уч қисмига”, “чалғай”, деб айтадилар. Ҳозирги тилимизда қанот учини ифодаловчи яхлит сўз йўқ, фақат “қуш қанотининг уч”, деб айтишимиз мумкин. Нимгадир бир қанот учини ифода қилган “чалғай” сўзини ишлатмаймиз. Лекин бу сўз ўлмаган. Халқ тилида чопон ёқасининг уч қисми ҳозир ҳам “чалғай”, деб айтадилар. Умуман, бу сўзга бизда эҳтиёж бор. Чўнки “чалғай” сўзининг маъносини ифода этувчи бошқа эквивалент сўз бизда йўқ.

Сўздан сўзнинг фарқи бор...

«Love» — «Севаман» деган сўз ўрнига тушмабди. Тўғри, аждодларимиз учун ҳам ишқ-муҳаббат туйғуси бегона бўлмаган. Аммо улар бу сўзни тилга чиқармасдан севмишган. Ўз меҳру муҳаббатини саъй-ҳаракати, фидойиликлари, касб-ушунларни, чеварликларини орқали изхор қилишган. Шундай экан, бу но-

Агар истагингиз сўз битиш экан, марҳамат, она тилимиз бисотидан хоҳлаганча шириндан-ширин, нафисдан-нафисларини танлаб олсангиз бўлардику. Масалан, «Ораста» деб ёзишнинг мумкин эди. Фақиштахон, сариштахон, ёки бўлмаса Ибо деб, Зейно деб, Раъно, Шахло, Лайло деб, ва яна Муҳаббат, Муқаддас, вафо, сафо, бахт, тахт деб ёзсангиз бўларди. Тилимиздаги хосиятли сўзларнинг санаб адоғига етиб бўлмайди. Шундай битикларни кўриб қияқларингизни қимлар сўрамасди, қимлар сотиб олмасди, дейсиз. Ризку насибанинг ўзи сизни сўраб келган бўларди.

Сайёра БЕКМИРЗАЕВА, журналист

ЎЗБЕКЧА ТЎН КИЙГАН “ЧЎТ”

Тилимизда “хомчўт”, деган сўз тез-тез ишлатилади. Ўзбек тилининг изоҳли луғатиде изохланишича, бу сўзда “хом” — форсча бўлиб, чала ишланган, хомаки маъноларини англатса, “чўт” сўзи рус тилидаги “счёт” сўзининг ўзгарган шакли бўлиб, ҳисоб-китоб дегани. Демак, «хомчўт» — хомаки ҳисоб-китоб, деган маънони билдиради.

Сўздан сўзнинг фарқи бор...

Шунингдек, тилимизда “чўтинга тўғри келса” “чўт бермайди”, деган иборалар ҳам борки, унда ҳам “счёт” ўзгарган. Қизиги шундаки, “чўт” сўзи бутунлай ўзбекчалошиб кетган, ҳатто унинг русча сўз эканлиги ҳам эсимиздан чиққан. У жонли тилда ҳам жуда кўп қўлланилади. Эҳтимол, бунинг сабаби ҳисоб-китоб билан боғлиқлигидир.

Бундан ташқари, тилимизда қадимдан “теша” маъносини англатган “чўт” сўзи ҳам бор.

Шоқобил ШУҚУР

ЧЕВАРЛАРГА ТИЛАКЛАРИМ

Яқинда сумалак пиширдик. Қишлоғимиз қиз-жувонлари, момаляри-қизлар шўқорасини қилиб янги либосларини кийиб чиқишди. Қозон атрафиде давра олиб ўтиришиб, лапару топишмоқлар, мақолу маталар айтишди. Шу аснода момаляридан бирининг либоси эътиборини тортиди. Кенг-мўл қўйлаги ёнглари, ёқалари жуда бежирим жияқлар билан безалибди. Жияқларда атиргулу кашкарғул, райхону номозшомгулларгача ўз аксини топибди. Гуллар

орасига “Love” деган ёзув ҳам битилган эканки, бунди дарҳол пайқамасдим. Аммо шаддод бир қизалоқ “Момо, қўйлагингиз жияқларига бунча кўп “Севаман” деб ёзиб ташлашибди”, деб қолди. Момо каловланди. “Вой ўлай, шунча деб ёзибдими? Неварамга бозордан жияқ опкелиб бер десам, шунчақасини опкепти-да, деди бир оз қизариб. — Тавба, саксондан ошган, мунқиллаган кампирга “суйман”га бало борми?...” Шунда кўнглимдан бир иштибоҳ кечди-ю қадим

Кўнчак газетхондан мактуб

Самарқандимизнинг Сиёб бозориде чеварлар расатсини анвоий рангларга буркаб ўтирган жияқдўз сингилларимга гойибона бўлса-да, дил сўзларимни айтгим келди: — Кўли гул азизларим, сиз қадим момаляри-миз чеварлигини астойдил давом эттириб келасиз. Сизнинг садоқатингиз ва илҳосингизга ҳар қанча таҳсин айтсак, камлик қилади. Лекин... очигини айтмоқчи, ҳалиги момомиз қўйлагидеги жияқларга битилган

Эшқобил ШУҚУР

САУДИЯ АРАБИСТИНИДА ЎЗБЕКИСТОН МАДАНИЯТИ КўНЛАРИ

Март ойининг сўнги ҳафтасиде Саудия Арабистони Подшоҳлигиде Ўзбекистон маданияти кўнлари бўлиб ўтди. Ўзбекистон Республикаси Маданият ва спорт ишлари вазирлиги ҳамда Саудия Арабистон Подшоҳлиги Маданият ва аҳборот вазирлиги ҳамкорлигиде ташкил этилган ушбу тадбирда юртимизнинг таниқли маданият ва санъат арбоблари қатнашди.

Тадбир доирасиде саудияликлар Ўзбекистоннинг бой тарихий, маланий-маънавий мероси билан танишдилар, юртимиз санъаткорлари ижросиде катта концерт дастурини томоша қилдилар. Саудия Арабистонининг Ар-Риёд ва Жидда шаҳарлари маданият марказлариде “Ўзбекистон — Ватаним меним” шиори остида халқ амалий санъат асарлари ва фотокўргазма намойиш этилди.

Кўргазмада ўзбек ҳўнармандларининг қулоллик, мистарлик, ганчкорлик, ёғоч ўймакорлиги ва зар-

дўзлик буюмлари, ўзбек миллий либослари, ипакдан тайёрланган турли матолар, юртимизнинг тарихий шаҳарлари ва халқимизнинг бугунги бунёдкорлик ишлари акс эттирилган фотосуратлар намойиш этилди.

Маданият кўнларининг очилишида сўзга чиққан Ўзбекистон Маданият ва спорт ишлари вазирлиги ўринбосари Баҳодир Аҳмедов ва Саудия Арабистон Маданият ва аҳборот вазирлиги Абдулазиз Мухиддин Хўжа ҳар икки давлат ўртасидеги ўзаро ҳамкорлик муносабатлари исбсий, савдо-иқтисодий, ижтимоий-гуманитар соҳалар билан бир қаторда маданият йўналишида ҳам ривожланиб бораётганини алоҳида таъкиллади.

Тадбир давомиде Ўзбекистоннинг жаҳон ва ислом цивилизациясига қўшаётган ҳиссаси алоҳида қайд этилди. Ар-Риёд ва Жидда шаҳарлариде бўлиб ўтган кўргазма ҳамда концертлар саудияликларда катта қизиқтир ўйотди. Айниқса, ўзбек миллий қўйқўшқларини юксак савияда ижро этган хонандасозналар маҳорати томошабилар эътирофига сазовор бўлди.

Саудия Арабистониде ўтган Ўзбекистон маданияти кўнлари, шўбҳасиз, ҳар икки мамлакат ўртасидеги дўстлик ва ҳамкорлик ришталарини янада мустаҳкамлашга ҳизмат қилади.

Хуршид ДАВРОН

Мустиқлик даврида катта экранда аёл образига алоҳида эътибор берилишининг сабаби жамиятдаги ўзгаришлар билан узвий боғлиқ. 1999 йилнинг «Аёллар йили», 2000 йилнинг «Соғлом авлод йили» ҳамда 2001 йилнинг «Оналар ва болалар йили» деб номлангани бежиз эмас. Бу пайтга келиб, аёллар саломатлиги, уларнинг оила, давлат ва жамият қурилишидаги маънавияти янги-ча қараш шаклланди.

Жамиятда аёлга эътибор кучайган бир вақтда кино санъатида ҳам аёл образи биринчи планга олиб чиқилди. Сўнгги йилгирми йилда вужудга келган хусусий студиялар филмларнинг ўзини хослиги экран асарларида аёл образининг ҳамма бош қаҳрамон сифатида гавдаланишида кўринади. Ушбу

жон тўқима образ бўлиб, у Шарофатни севади. Улар бир-бирини қанчалик сева-да, ўртадаги ибодат пардаси юқори кўтарилишига йўл қўйишмайди. Муаллиф Райимжон ва Шарофат образларини орқали ўша давр ёшларининг одоб-ахлоқ меъёрларини кўрсатиб беради.

Муаллиф сценарийга яна бир тўқима образ – гўзал рус аёлини киритган. У бирор воқеликда қатнашмайди, гапирмайди ҳам, фақат сайр қилиб юради. Лекин унинг асар композицион тузилишида тугган ўрни ниҳоятда катта. Сиртдан чиройли кўринган ҳамма оилалар ҳам аслида ундай эмаслиги, уларнинг ҳар бирида ўзига хос муаммо борлигига ишора қилади.

Дилбар Икромов ва Ижросидаги ҳар тонг кишлоқдан шаҳарга келиб сут сотувчи аёл асосий образлардан ҳисобланмаса-да, аммо у воқеалар ривожига ўзига хос ўрин тутди. Сўтчи аёлнинг қизи онасидан аразлаб шаҳарга кетиб, бой-бадавлат ҳаёт кечиради, аммо

манми ёки йўқми дея ўйланади. Чунки у дуч келган барча тақдир эгалари бахтсиз. У одамларнинг бир-бирини тушунмай, «эгов»лаб яшашини кўриб қаттиқ изтироб чекади, бундай одамлардан нафратланади.

Режиссёр Нигора Каримбоева, Дилбар Икромов, Зулхумор Мўминова, Лола Элтоева ҳамда Азиза Бегматова каби ўз ролларини маромига етказиб ижро этувчи яхши актёрлар ансамбли яратган. Ёлқин Тўйчиев Мактуба холанинг атлас тўқиб, уларни буюшини ҳаётдаги турфа тақдирларга ўхшатади. Сиртдан чиройли кўринган ҳамма оилалар ҳам аслида ундай эмаслиги, уларнинг ҳар бирида ўзига хос муаммо борлигига ишора қилади.

Дилбар Икромов ва Ижросидаги ҳар тонг кишлоқдан шаҳарга келиб сут сотувчи аёл асосий образлардан ҳисобланмаса-да, аммо у воқеалар ривожига ўзига хос ўрин тутди. Сўтчи аёлнинг қизи онасидан аразлаб шаҳарга кетиб, бой-бадавлат ҳаёт кечиради, аммо

«Сукунат» («Актриса», 2008 йил) муаллифлик филмида актриса ҳаётини ёритиш орқали Ё. Тўйчиев аёллар дунёсига янада чуқурроқ кириб боради. У филм бош қаҳрамони Лобар образига Раъно Шодиеванга таялади. Бу ижодкорнинг филмларини таҳлил этар эканмиз, унинг асарларида бош қаҳрамон образини ҳар сафар бошқа актриса ижро этишини, бу билан у бир аёл қаҳрамони иккинчисига ўхшамаслигига, бир-бирини тақрорламаслигига алоҳида эътибор беришини кузатамиз.

Лобар қаҳрамонлари ҳаётини ўз ҳаёти билан, ички ҳисларини уларнинг ҳислари билан солиштиради. Ўзини қийнаётган саволларга ҳам айнан ролларидан жавоб излайди. Бу аёлнинг бахтли бўлиши учун ён-атрофида ҳамма нарса етарли. Онаси, турмуш ўртоғи, ўғли бор, аммо улар билан муносабати йўқ. У ўзи билан дардлашадиган одами йўқлигидан изтиробда. Чунки аёл учун энг муҳими — эътибор. Лобар ўзгаларнинг эътиборига муҳтожлиги учун ҳам ўзини ҳаётда бахтсиз деб ҳисоблайди, аммо ролларида ўзини бахтли ҳис этади. Ёлқин Тўйчиев Лобар образи орқали ёлғиз

# КўНГИЛДА ЮКСАЛАР ВАТАН ОСМОНИ



Бибиноз Қаипова

Қаршимда Нукус шаҳридаги санъатта ихтисослашган мактаб ўқувчиси Бибиноз Қаипова чизган «Карвон» сурати. Ундаги тасвирлар ҳаёлимни узоқ-узоқларга олиб кетади. Илк оёғинг изи тушган ерлар, у ерлардаги қадим аждодлар ҳаёти... Хали мурғаккина қалб эгаси Бибиноз кишлоқнинг узундан-узоқ кенгликлари, доғла-тоғлар ортидаги кишлоқнинг от қўшилан аравасини, қўлида тугун билан пилда кетаётган оналар, йигит узоқ сафарга олтираётган қарвон туяларини самимий бир меҳр билан тасвирлаганки, уфқ заминга, замин эса кенгликларга бағрини бериб астиб ётибди. Бу асар 2007 йили Хиндистонда ўтказилган ёш рассомларнинг «Шанкар» танловида Кумуш медалга сазовор бўлган эди.

уларга устоз керак бўлади. Шундай истеъдод эгаларига устозлик қилаётганимиз фахрланаман.

Бу санъат мактаби истеъдодларга қанот бағишламоқда. Биргина 2009—2010 йиллар давомида ўқувчилар эришган ютуқлар ҳам қандай одамда фахр ва ифтихор туйғулари уйғотади. 2009 йил Япониянинг Нарито шаҳрида ўтказилган 7 халқаро болалар кўргазмасида А.Сапекеева Гортензия Олтин сертификати билан, М.Нуратдинова, Ш.Уснатдинова, Х.Нуратдиновалар сертификат билан мукофотланди. Шу йили экологияга доир расмлар танловида 9-синф ўқувчиси Э.Йўлдошев 2-ўринни эгаллади. А.Сапекеева, А.Аллаутдинова, И.Холмуротов, Б.Давлатбаева, Ш.Уснатдиновалар диплом билан тақдирландилар.

Тасвирли санъат ҳафталигида 7-синф ўқувчиси Б.Қаипова Олтин медал соғирдор бўлди. Б.Қаипова, шунингдек «Янги авлод» болалар ихти

## Навқирон авлод сўзи

диёти фестивалининг лауреати бўлди. 2010 йил «Янги авлод» фестивалида 8-синф ўқувчиси В.Коптилева совриндор бўлди. 2002 йили Анифа Ортиқова, 2010 йили Айнура Са



Анифа Ортиқова

пекеева, шу йили эса Бибиноз Қаипова Зулфия мукофоти соҳибаси бўлди. Бундай юксак мукофотга эга бўлган уч мусавир қизимиз юртимиздаги ва чет эллардаги халқаро танловларда ўз истеъдодларини намойён этдилар.

Масалан, ҳозир Нукус давлат Санъат коллежиде ўқибатган Айнура Сапекеева Хиндистонда ўтган «Шанкар» халқаро болалар расмлари танловида кумуш медал, «Тошкент қувончлари» биеналесиде олтин медал, Японияда эса Гортензия Олтин сертификатини кўлга киритган. Унинг «Музыка», «Отлар», «Зулфия портрети», «Қорақалпоқ қизи» каби асарлари мухлислар ва мутахассислар эътирофига сазовор бўлган.

Бу йилги Зулфия мукофоти совриндори Бибиноз Қаипованинг ютуқлари ҳам дилни қувонтиради. «Кишлоқ табияти», «Сувга борган киз», «Йўлда», «Менинг мактабим», «Табият», «Кеч», «Фасллар», «Менинг Ватаним» каби олтишдан ортиқ суратлар муаллифи бўлган Бибиноз Полашда ўтган болалар ва ўсмирлар расмлари танлови, «Янги авлод» фестивали совриндори, 2009 йили пойтахтимизда ўтказилган Тасвирли санъат ҳафталигида «Тасанно» олтин медалини кўлга киритди.

Ешлар — келажак эгалари. Президентимиз уларга ишонади, халқимиз уларга суянади, келажак улардан умидвор. Юртимизнинг шимолда, Қорақалпоғистон деб аталган юртинг оқийди санъат мактабидан уч қиз Давлат мукофотига сазовор бўлиши фикримизнинг ёрқин далилидир. Юрт бахтидан масрур кўнгилда эса шеър тугилади:

Менинг азиз халқим, меҳрибон халқим, Орзу-мақсадларга далолат бўлдинг. Миллатнинг ҳар қизи бир юлдуз тақар, Сен бахтлар устиде иморат бўлдинг.

Қорақалпоқ қизлари тақар ойбалдоқ. Ойбалдоқ тақданинг иқболи порлоқ. Улдуз тонга шошар яқини йироқ. Ватаним иқболга куч-қудрат бўлдинг. Зулфия қизларига саводат бўлдинг...

Гулистон МАТЁҚУБОВА, Қорақалпоғистон халқ шоираси

# ЭКРАНДА ЗАМОНАВИЙ АЁЛ ОБРАЗИ

филмларнинг аксарияти оилавий мавзуда бўлиб, уларда севиғи-муҳаббат, меҳр-оқибат сингари инсоний муносабатлар аёллар образи орқали акс этади.

Кино санъати янгича ёндашув вужудга келган бу даврда муаллифлик филмларининг сони ортди. С.Назармухаммедов, Ю.Розиков, Э.Мусоқов, Н.Аббосов қаторида кино-ижодкор Ёлқин Тўйчиев ўзининг «Орзу ортида», «Чашма», «Сукунат», «Фериде», «Пойма-пой» сингари кўплаб муаллифлик филмлари билан ўзбек кино санъатини бойитди. Ушбу асарларнинг барчасида аёл образи бош қаҳрамон сифатида гавдаланган.

Ҳар бир режиссёр аёл образини ўзича кўради, ўзича талқин этишга уринади, яратган филмларида ўз «мен»ини ифода-лашга ҳаракат қилади. Ё.Тўйчиев турли аёл образлари орқали хотин-қизларни ўйлантираётган саволларга жавоб топишга уринади. Уларнинг ички дунёсини очиш орқали муаммолар ечимини излайди. Муҳими, аёллар ҳаётига ўз муносабатини билдиради.

Режиссёр бошқа ижодкорлар учун ҳам сценарий ёзди. «Аюб Шохбиддин»нинг «Қор қўйнида лола» (ушбу филм муаллиф билан ҳамкорликда яратилган), «Утов», «Телба», Мирмақсуд Охуновнинг «Шабнам», «Бегоналар», «Жаноб ҳеч ким», шунингдек, Мансур Абдухалиқовнинг «Гап» филми сценарийси айнан унинг қаламига мансуб.

Ёлқин Тўйчиевнинг Чўлпон ҳикояси асосидаги «Қор қўйнида лола» сценарийси бош қаҳрамони Шарофат эндигина борлиққа юз тугган гўнаҳар нафис, беғубор ва гўзал қиз. Уммон каби чексиз орауларни оғушида сармаст чоғида оиласи бошига қора қунарлар тушади. Шарофатнинг отаси Самандар савдогарнинг ишлари касодга учрайди.

Кизнинг оиласидаги ҳолат, ундаги руҳий тушуқлик, юз бераётган воқеаларнинг ҳаммаси Чўлпон яшаган давр (XX аснинг бошлари) одамларнинг ҳаётдан бир лавҳа, холос. Асарда биргина оила мисолида бутун халқнинг турмуш тарзи, қувончу дарди нимада эканини англаш мумкин.

Сценарийда эшоннинг ўғли Райим

## Ёлқин Тўйчиев сценарийлари ва филмлари мисолида



«Сукунат» филмидан кадр.

ажабланиб қарар, аммо ўзини сира унга таққосламас, унга ҳавас ҳам қилмасди. Пайти келиб, ўзи билан рус аёли ўртасидаги фарқи англади, шу боис қалбиде кучли исён кўтарилди. Барибир, у ожиз... Худди мана шу нуктада даврнинг энг қора жиҳати намойён бўлган.

«Қор қўйнида лола» сценарийсининг муҳим жиҳатларидан бири унда йигит-қиз, ота-бола, эр-хотин муносабатлари миллий менталитетимизга хос нолик чизгиларда акс этганидир.

Шарофат ролига профессионал актриса эмас, аксинча санъатдан йироқ бўлган Замира Бешимованинг тақлиф этилганини алоҳида таъкидлаш керак. Бу билан режиссёрлар томошабинни филм қаҳрамонининг ўша давр одами эканига ишонтиришга ҳаракат қилганлар.

Ёлқин Тўйчиев филмларини диққат билан кузатар эканмиз, уни кўпроқ аёлларнинг ички кечинмалари қизиқтиришга гўвоҳ бўламиз. Бунга «Сукунат»даги Лобар, «Чашма»даги Орзиби, «Шабнам»даги Шабнам сингари бош қаҳрамонларни мисол келтириш мумкин. «Чашма» филми ҳозирги замон аёллари тақдирига бағишланган. Аёлларнинг орзу-умидлари, қийинчилиги, муаммолари, оилавий муносабати сингари кўплаб масалалар асар композициясига киритилган. Орзиби турмуш масаласида тўғри йўл тутаяп-

у бахтсиз. Она қизини кўриш илнжиде сут сойтишни баҳона қилиб ҳар кун дераза остиде уни пойлайди. Ушбу эпизод она қалби ҳамма бола-га талпиниб яшашини намойён этган. Лола Элтоева ижросидаги аёл фарзанди бўлиши шу қадар исгани боис уйини бола-ларнинг турли ўйинчоқлари билан тўлдирган. Лекин бу жонсиз «овунчок»лар аёлга бахт ато этолмайди. У ўйинчоқлар оламида ўзини бироз муддат бахтли ҳис этса-да, аслида у ҳам бахтсиз.

«Чашма»нинг сюжети бир маромда воқеалар кетма-кетлиги асосида ривожлана бориб ижобий яқун топади. Филмда бадиийлик алоҳида эътибор берилгани, либос ўсти-таларининг қаҳрамон та-

биатини яхши ўзлаштиргани кўзга ташланади. Орзиби оппоқ либос кийган. У бугунги кун аёли, у ўз тақдирини учун курашади, ич-ичидан қийнаётган саволларининг барига жавоб топишга интилади ва ниятига эришади. Орзиби — Нигора Каримбоева турли тақдир эгалари дардини диққат билан эшитади, лекин уларга ўз муносабатини билдирмайди. Чунки йўл-йўлакай учраган бу аёллар дардларини кимга айтишни билмай тасодифан дуч келган қиз — Орзибига қалбларини очадилар ва учрашув сўнгиде уларнинг ҳар бири қизга эсдалик беради. Улар шу йўл билан «юрак»ларини бўшатадилар.

Нигора Каримбоева ижросидаги Орзиби турли тақдирли аёллар билан бўлган учрашувларда нима таъсир қилганини сир тутайди. Чашмага етиб борган, улар берган эсдаликларни тугундан олиб, сувга қўйган хўнграб йиғлайди. Бу оддий йиғи эмас. У йўл-йўлакай бахтсиз аёлларнинг дардларини тинглаб тўлиб-тошганидан, уларга астойдил раҳми келганидан, умуман аёлларнинг тақдирини йиғлайди. Орзиби чашма сувида ювинган, ўридан туриб кетади, аммо эсдаликларни сўвдан олмайди. Демак, у йўлда учраган аёлларнинг бахтсизлиги рамзи ҳисобланмиш эсдаликларини айнан шу чашма суви ювиб, олисларга оқизиб кетишини истаиди.

аёлларнинг ички дардларини ошқор этади.

Сценарийда Лобарнинг онаси биринчи марта мандарин еб ўтиргани ёзилган. Филмда эса актриса ҳамма ўзи билан бир дона қил-қизил олма кўтариб юради. Бу рамзий белги бўлиб, уни турлича изохлаш мумкин. Олма — муҳаббат рамзи. Лобар уни доимо ўзи билан бирга бўлувчи севаган инсонни бўлишини истагани учун кўтариб юради. Яна бир изох, унинг учун ана шу олма ҳозирча энг қадри инсондек азиз. Шу боис у олмани қўлидан қўймайди. Филм сўнгиде актриса олмани уйда унутиб қолдиради, қўп ўтмай онасидан айрилгани ҳақидаги хабарни эшитади.

Ижодкорнинг бу филминини тушуниш бироқ мушкул. Чунки «Сукунат» фалсафий асар бўлиб, уни таҳлил этишда ҳеч бир жиҳатни эътибордан четда қолдирмаслик керак. Бугунги кун ўзбек томошабини ҳали бу каби фалсафий филми кўришга тайёр эмасдек назарима. Шунини инобатга олган ҳолда, Ёлқин Тўйчиевнинг бу уринишини томошабинини фалсафий филм кўришга тайёрлаш, деб қабул қилиш мумкин.

Еш киноижодкорлар томонидан яратилаётган айрим филмлардаги аёлларнинг аксариятини бойлик, ҳашаматли уй, тилла тақинчоқлар, янги русумдаги машина, чет элга бориш сингари янгича яшаш истаги қизиқтиришга гўвоҳ бўламиз. Замона залийга монанд яшаш яхши, аммо ҳар бир қаҳрамонни гавдалантиришда унинг ёши, қандай касб эгаси эканига ургу берилса, бу борада Ёлқин Тўйчиев тажрибаларидан ўрганилса, мақсадага мувофиқ бўлади.

Сўнгги йилларда яратилаётган аксарият филмлар маийий мавзуда. Улардаги хотин-қизлар образлари уй бекаси, талаба, ишчи ёки умуман кимлиги сир тутулган ҳолда гавдаланмоқда. Бугун жамиятда аёлларга эътибор қучайган вақтда уларни катта экранда тўлақонли гавдалантириш зарур, деб ўйлайман.

Филмларимизда фермер, шифокор, тадбиркор аёл образлари йўқ даражада. Телесериалларда эса қисман бу муаммо ўз ечимини топа болади. Ўзбек бадиий киносида ҳам катта экранга ихтимойий мавзуларни олиб чиқиш вақти келди.

Хафиза НИЁЗОВА, Санъатшунослик институти тадқиқотчиси



Айнура Сапекеева

ли устозлар уларга санъат илмидан дарс берар эканлар, мустиқлик авлодларига Оллоҳ томонидан ато этилган бу истеъдод гўнаҳарининг гул бўлиб очилиб, ўзига хос чаман яратишларига имконият яратиб бердилар.

Ешларимизнинг мусаввирлик санъатини ўрганишга иштиёқлари кучли, — дейди мактаб ўқувчиси, таниқли рассом Женгис Лепесов. — Ўзи, бундай ўйлаб қарасак, инсоннинг тугилиши, бу — истеъдоднинг тугилиши ҳамдир. Болалар сал улғайган, биринчи машғулотлари ерга нималарнидир чизиб ёки бўлмаса лойдан турли шаклар ясашдан иборат бўлади. Бу барча болаларнинг энг яхши кўрган машғулоти. Шу машғулотлар сабаб улар орасидан ноёб кўрилатилган, истеъдодли болалар ажралиб чиқади. Ана шунда

## ЎЗБЕК КИНОСИ ЁШЛАР НИГОҲИДА

Бир ой давомида ўтказилган тадбирда таниқли режиссёр Мансур Абдухалиқовнинг «Ургичак тўри», Абдувоҳид Ганиевнинг «Дада», Ориф Йўлдошевнинг «Укубат», Мирмақсуд Охуновнинг «9 ой», Баҳодир Олидовнинг «Қардор», Аюб Шохбиддин

новнинг «Кечиккан ҳаёт» бадиий филмлари намойиш этилади. Ешлар филм ижодкорлари билан сўбатлашсин, кино яратилишидаги қизиқ жараёнлардан бохабар бўлиш имкониятига эга бўлилар. Ешларини турли зарарли таъсирлардан ҳимоялашда кино

санъатининг ўрни ва аҳамиятини янада ошириш, яратилаётган бадиий, ҳужжатли ва мультипликацион филмларда миллий қадриятларимиз мазмун-моҳиятини теран акс эттириш, кинематографиянинг халқимиз маънавиятини юксалтиришдаги ўрни ва аҳамиятини кучайтиришга оид маърузалар ҳам тинланди.

«Туркистон-пресс»

# СУЛОЛА ДАВОМЧИСИ

Халқ оғзакчи ижоди намуналарини авлоддан-авлодга етказишда, албатта, бахшиларнинг хизмати катта. Халқ достонлари аждодларимизнинг ўзига хос турмуш тарзи, мардлик, ватанпарварлик, қаҳрамонлик билан боғлиқ эзгу ёғларни асосида вужудга келгани билан ҳам қадрлидир.

Бахшилар ижоди билан яқиндан танишиш, уларга амалий ёрдам бериш, номлари ҳали кўпчиликка таниш бўлмаган истеъдодларни аниқлаш мақсадида ҳар икки йилда бахши-шоирларнинг аънанавий республика кўрик-танлови ўтказилади. Юртимизда Сурхондарё, Қашқадарё, Самарқанд ва Хоразм достончилик мактаблари мавжуд. Бу худудлардан кўплаб халқ бахшилари етишиб чиққан. Ана шундай истеъдодли бахшилар орасида қашқадарёлик Махматмурот Ражабовнинг номи ҳам алоҳида тилга олинади.

Махматмурот 1971 йили Деҳқонobod туманидаги Тўлғачорбў кишлоғида туғилган. Бахшилик қобилияти унга отаси Исмоил бахши-

## Эътироф

дан ўтган. Бир пайтлар бобоси Ражаб ота ҳам, унинг отаси Нормурот бобо ҳам бахши сифатида эл орасида машҳур бўлган. Ражабовлар сулоласи узоқ йиллар мобайнида Деҳқонobod туманида бу санъат турининг ривожланишига ўзининг муносиб ҳиссасини қўшиб келмоқда. Махматмурот дostonлар, термаларни асосан устози Қодир бахшидан ўрганган. Ҳозир унинг репертуридан «Алпомиш», «Кунтуғмиш», «Гўрўғли», «Авазхон», «Рустамхон», «Муротхон», «Зулфизаройим», «Гулшанбоғ», «Авазнинг ўлимга ҳукм этилиши», «Аҳмад сардорнинг ўлими», «Нурали», «Жарҳум мастон», «Юсуф Аҳмад», «Эрвали ва Шерали», «Равшанбек», «Ойчинор» дostonлари, термалар, нағмалар ўрин олган.

Махматмурот бахши республика миқёсида ўтказилган маданий-оммавий тадбирларда, кўрик-танловларда ҳам фаол иштирок

этиб, кўпчиликнинг олқишига сазовор бўлмоқда. Айни пайтда у Нишон туманидаги 2-маданий уйи раҳбари бўлиб ишламоқда. Эркин ўролов, Баҳром Исмоилов, Қўйли Понтиев каби шогирдларига бахшичилик санъати сир-асрорларини ўргатиб келмоқда.

М.Ражабов 2009 йили Сурхондарёнинг Шўрчи туманида бўлиб ўтган бахши-шоирлар ва оқинларнинг аънанавий республика кўрик-танловида голибликни кўлга киритган. Шу йил пойтахтимизда ўтказилган Наврўз байрамида ҳам Қашқадарё бадиий жамоаси таркибиде, Ўзбекистон халқ бахшиси Шомурод Тоғаев билан биргаликда қатнашди.

Халқимизнинг номоддий меросларидан бири бўлган бахшичилик санъати, айниқса, ёш авлоднинг миллий қадриятларимизга ҳурмат руҳида тарбиялашда муҳим рол ўйнайди. Халқимиз оғзакчи ижоди ривожига ҳисса қўшишдек ана шундай эзгу мақсад йўлида Махматмурот Ражабовга омад ёр бўлишига тилақдошимиз.

Муҳаммадхон КОЗОҚБОВ

# МАДАНИЙ ҲАЁТ

Республика мусиқа ва санъатга ихтисослаштирилган мактаб-интернатда ёш мусиқачиларнинг аънанавий «Санъат гўнаҳарлари» кўрик-танлови бўлиб ўтди. «Соғлом авлод учун» халқаро хайрия жамғармаси, Бастакорлар уюшмаси, Халқ таълимни вазирлиги ҳамкорлигида ўтказилган танловда Қорақалпоғистон Республикаси, вилоятлар ва Тошкент шаҳри мусиқа мактабларида таҳсил олаётган икки юзга яқин ўқувчи иштирок этди.

Ўзбекистон Бастакорлар уюшмасида ўтказилган зарбли ва дамли чолғу асбоблари йўналишида 9 ёшдан 16 ёшгача бўлган ёш мусиқачилар ўз иқтидорини синовдан ўтказди. Фортепиано, халқ чолғу асбоблари — рубоб, доира, дутор, чанг, жиғжак, танбур ижрочилиги, эстрада, дамли ва зарбли чолғу асбоблари йўналишларида ўтказилган танловда голиблар аниқланди.

Танлов якунига кўра, дамли чолғу асбоблари йўналишида республика мусиқа ва санъатга ихтисослаштирилган мактаб-интернати ўқувчилари Бобур Исмоилов, Муҳаммад Умаров ҳамда зарбли чолғу асбоблари бўйича Абдулазиз Раҳимбердиевлар олий ўринга сазовор бўлдилар.

«Туркистон-пресс»

Республика Киночилар уйида «Ўзбек киноси ёшлар нигоҳида» мавзуда кино ойлғи очилди. «Ўзбеккино» Миллий агентлиги бош директори Аъзам Исҳоқов, таниқли олим ва савияткорлар Найм Каримов, Ҳафиз Абдуасаматов, Хотам Файзиев, Ўлмас Алмуҳажев бугунги кунда ижодкор ёшларни ҳар томонлама қўллаб-қувватлашга алоҳида эътибор қара-

тиляётганини таъкидлашди. Бир неча халқаро фестивалларда совриндор бўлган «Илова» филми намойиш этилди. Таъбир доирасида филология фанлари доктори, профессор Ўткир Шокировнинг «Ўзбек санъаткорлари» китобининг тақдимот маросими ўтказилди.

# ТАБАССУМ ФЕСТИВАЛИ



Тошкент фотосуратлар уйида Бадий академия ҳамда "Муштум" журнали ҳамкорлигида "Бирга кулишайлик" деб номланган кўргазма очилди. Унда йигирмага яқин муаллифнинг икки юз элликдан зиёд ҳажвий, кулгиға бой ижод намуналари намойиш этилмоқда.

Ҳажвий асар, у қайси санъат турида бўлмасин, ўткир сиёсий, ижтимоий-гротеск ёки енгил маънавий ҳазил-мутойиба кўринишига бўлади. Унинг тасвирий санъатдаги яна бир жанри шарҳ, яъни аниқ таллаб олинган яқка шахс ташқи кўринишига оид ўртоқлик ҳазилдир. Айнан шу йўналишда самарали ижод қилиб келадиган рассомлардан Хусан Содиков ва Солиҳон Маматқуловнинг ўзига хос аниқлик билан ишлаган асарлари кишида беихтиёр табассум уйғотади. Одамларнинг юрши-туриши, ҳаёт тарзидаги айрим қусурларни ибрат ойнасида

ҳажв қилиб кўрсатувчи асарлар орасида Радик Азизов ва Маҳмуджон Эшонқуловнинг карикатуралари алоҳида баддий қимматга эга.

Карикатура воситасида ичкиликбозлик, кашандалик, гиёвандлик каби иллатлар образли кино тарзида танқид остига олинади. Бунда айнан шахснинг устидан эмас, балки унинг камчиликлари устидан заҳарханда қилинади. Карикатурачилар эътиборидан экология, атроф-муҳит муҳофазасига оид долзарб мавзулар ҳам четда қолмаган. М.Эшонқулов, Р.Азизов, Х.Содиков, Шавкат Музаффар, А.Гвардин, Р.Эгамбердиев, С.Маматқулов, А.Бахромонов, Н.Попов, О.Восихонов, О.Мирзаев, Н.Свириденко каби таниқли ижодкорларнинг баддий мукамал асарларида кўтарилган мавзулар ҳеч қимни бефарқ қолдирмайди.

Баҳром ТОЖИЕВ



**Нидерландиялик 52 ёшли Вим Ходни феномен-одам, дейишад.** У Шимолий кутб ортидаги марафонда калта иштон билан 42 километр масофани югуриб ўтган. Токюда 1 соату 44 дақиқа муз орасида ўтирган, Қилиманжаро тоғига ялангоҳ кўтарилган. У фавқуллода қобилияти тўғрисида "муз одам", деган лақаб олган.

"АиФ" мухбирининг: "Сиз совуқни сезмайсиз. Бирок... иссиққа қалайсиз? Қилиманжаро тоғига кўтарилаётганда, офтобда этингиз қуйган экан. Қуёш нуридан сақланишга ҳаракат қилганми?" деган саволига Вим Хоф шундай жавоб беради:

— Ушанда мен илк бор, ўзим кутмаган ҳолда, қуёш энергиясини таъсирга дуч келгандим. Бирок кўп ўтмай иссиққа бардош бериш учун тажриба қилишга киришдим. Африка саҳрасида сайр қилдим — бир кутлум сув ичмай қайноқ қумда эллик километр юрдим. Ҳатто баданимдан тер ҳам ичкай қолди. Бундай пайтда сув ичсангиз сув организмда айлана бошлайди ва сиз ҳар қандай ҳимоядан маҳрум бўласиз. Менинг фикрим шундай: иссиққа сув ичиш зарарли.

— Бу бахли фикр. Ахир сиз оловга қўлингизни қўймайсиз-ку?

— Ҳозирча бунга тайёр эмасман. Ҳолбуки, иссиқ ҳароратга ҳам, совуққа ҳам бош миёдаги битта энергия тугун масъул. Уни эса, фақат тўғри бошқариш, яъни саз тутиш керак, холос. Масалан, чўғ бўлиб ёнаётган кўмир устидан ялангоҳ юриб ўтиш мен учун муаммо эмас, бунга бемалол тавоққал қилиб киришган бўлардим.

— Баданин совуққа ўргатса барча хасталиклари енгил бўлади, деб ҳисоблайсизми?

— Албатта. Шундай қилинса

юрак узоқ вақт соғлом бўлади, инфарктта чалинмайсиз.

— Инфаркти-ку енгил бўлади, деб баданин совуққа ўргатдиган машқлар саратон хасталигини даволай олмас керак.

— Яқинда Нью-Йоркдаги Файнштейн институтида бир гуруҳ мутахассислар менда шундай тажриба ўтказишди: вена томиримга турли токсинларни, яъни захари юзориб қўришди. Мен бош оғриги, кўнгил айнаши, миёда шовқини ҳис этишим керак эди. Бирок ҳеч нарса сезмадим — иммунитетим шу қадар қучлики, захарларни улар томиримга юборилган захоти қириб ташлайди. Энди саратон масаласига келсак... хасталик баданига тўртинчи босқичга чиқиб, саломатликка ҳавф солмайди-ку, тўғрими? Соғлигингизни муҳофаза қилинг, танангизни совуққа, муздай сувга бардошли бўлишга ўргатинг. Шундай қилсангиз, ҳеч қандай ўсмалар пайдо бўлмайди.

— Шахсан ўзингиз соғлом турмуш тарзига риоя этасизми? Кандайдир махсус парhezга амал қиласизми?

— Йўқ. Мен ҳар қандай таомни ейман ва бу борада ўзимни чекламайман. Чекишим ва ичишим, бошқа ишларни ҳам қилишим мумкин... бешта фарзандим бор. Мен фанатик ҳам, руҳоний ҳам эмасман. Тажриба ўтказишни ҳуш кўраман. Бир гал ўзимни енгил ҳис этиш, миёман янада яхшироқ назорат қилишга ёрдам бериш бермаслигини тушуниш учун бир ой давомида ҳеч нарса емадим.

— Айрим кишилар рўза тутаман дейди-ю, тунлари охонада кўлга тушишади.

— Мени ҳеч қим охонада тутиб олгани йўқ. Рўза пайти, уч-тўрт кун

## ЭЪЛОН

Топилмалар бюросига Келди бир чол ҳафзоҳол: — "Ёшлигини йўқотганим... Топсам девдим... Эҳтимол..."

Ҳайрон биоро ходимлари, Елка қисиб, боқар дол. Ҳолсиз ташлаб олдимларин Куюқ қайтди гаптин чол.

Ходимларда бир маъюслик, Эълон чиқди сўнг дарҳол: "Йўқотилган ёшлик, дўстлик, Фурсат тоилмас алҳол!"

## ЗООЛОГИЯ МУАЛЛИМИГА



Берақолинг яна Даққи, Майли, қўйинг Яна "2"... "Капалак тут, ўлдир", дейсиз, "Коллекцияни тўлдир", дейсиз. Найлай, афеус, муаллимим, Бу юмушга чоимас дилим.

Капалаклар, капалаклар... О, қаноти камалаклар!..

Ҳаёт — ширин, Ҳаёт — гулгун,

## Ўзим ўқийман

Чаманларда, қўйинг, бир чол Ҳаёт завқин тотсин улар, Эркин қанот қоқсин улар!

Рангин-рангин, латиф, гўзал Қанотларин силккан маҳал

Майли, қўйинг яна "2", Майли беринг яна даққи, Муаллимим, Муаллимим, Найлай, тошмас, ахир, дилим!

## БИЛАСИЗМИ...

Пудим бўлса бир чўнтак, Ҳар нарсага етқудак, Биласизми не қилардим? Компьютермас, DVDмас, Егуликмас, Ишлатиб ҳаммасини Ҳайвонот магазини Сотиб олган бўлардим. Бийрон тил тўтиқушни, Денгизчи қаламушни, Тив билмас олмақонни, Каклик, булбул, қуёни, Биласизми не қилардим? Билет билан ортига, Ов қилинган юртига, Денгизига, қўлига,

Маъмур ҚАҲҚОРОВ

ортиқ асар тақдим этилган.

Ёш фоторассомлар ўзлари учун замонавий услубда ёруғлик графикаси йўналишини кашф этишди. Ёруғлик графикаси фотография ва қаламушнинг уйғунлашуви асосида юзага келади. Расм ишланган матода фотоаппарат объективи намён бўлади, мўйқалам эса исталган ёруғлик манбаи, яъни фонус, машъала, лазер бўлиб хизмат қилади. Бундай... суратларни ҳамма ўзини ўқийди ва тушунади. Масалан, Чорвоқ қиргоғидаги тўнг тасвирида шарсимон чирокларнинг кўриниши, пальма даракларининг қакнус каби ёғду сочиши жуда фаройиб бўлиб кўринади. Ҳар бир асар томошабинни бефарқ қолдирмайди.

## Кўргазма залларида

тасвири ва ҳайкали", Хитойдаги Донг ва Миао қабиласи қизларининг миллий кийимдаги тасвири томошабинларда катта таассурот қолдирди.

Гўзал ЭРКИНОВА

## НУРГА ЖИЛО БЕРИБ

Фото уйда ёш фоторассомлар Руслан Ахметов ва Дмитрий Омельченковнинг "Нурга жило бериб" кўргазмаси очилди. Ижодкорларнинг илк кўргазмасида олтидан

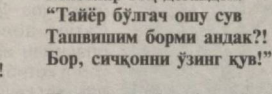
Дилфуза МУҲАММАДИЕВА

## ҚАПАЛАКЛАР — ҚАНОТЛАРИ КАМАЛАКЛАР

Қувиб юришни эса Кўнгли сира ҳушламас.

Миёвлар гоҳ дегандек: "Тайёр бўлгач ошу сув Ташвишим борми андак?! Бор, сиққонни ўзинг қув!"

Ишқмасни бир бошлаб Қоқай дейман-у пўстин, Югуришга ҳалослаб Эринаман-да, дўстим.



ортиқ асар тақдим этилган.

Ёш фоторассомлар ўзлари учун замонавий услубда ёруғлик графикаси йўналишини кашф этишди. Ёруғлик графикаси фотография ва қаламушнинг уйғунлашуви асосида юзага келади. Расм ишланган матода фотоаппарат объективи намён бўлади, мўйқалам эса исталган ёруғлик манбаи, яъни фонус, машъала, лазер бўлиб хизмат қилади. Бундай... суратларни ҳамма ўзини ўқийди ва тушунади. Масалан, Чорвоқ қиргоғидаги тўнг тасвирида шарсимон чирокларнинг кўриниши, пальма даракларининг қакнус каби ёғду сочиши жуда фаройиб бўлиб кўринади. Ҳар бир асар томошабинни бефарқ қолдирмайди.

ортиқ асар тақдим этилган.

Ёш фоторассомлар ўзлари учун замонавий услубда ёруғлик графикаси йўналишини кашф этишди. Ёруғлик графикаси фотография ва қаламушнинг уйғунлашуви асосида юзага келади. Расм ишланган матода фотоаппарат объективи намён бўлади, мўйқалам эса исталган ёруғлик манбаи, яъни фонус, машъала, лазер бўлиб хизмат қилади. Бундай... суратларни ҳамма ўзини ўқийди ва тушунади. Масалан, Чорвоқ қиргоғидаги тўнг тасвирида шарсимон чирокларнинг кўриниши, пальма даракларининг қакнус каби ёғду сочиши жуда фаройиб бўлиб кўринади. Ҳар бир асар томошабинни бефарқ қолдирмайди.

## ОСИЁ РАМЗЛАРИ

Тошкент фотосуратлар уйида "Осиё рамзлари" фотоалбомининг тақдими ўтказилди. Кўргазмадан Хитой, Индонезия, Эрон, Непал, Таиланд, Покистон, Корея, Ўзбекистон каби кўплаб мамлакатларнинг ноёб манзаралари акс этган суратлар ўрин олган. Мазкур нашрда Осиёнинг кўплаб рамзлари ҳам акс этган. Рамазлар алифбо тизими кенг оммалашгунга қадар мулоқот воситаси ва кундалик ҳаётнинг тасвири бўлиб хизмат қилган. Муаллифлар томонидан тақдим этилган "Уй эшикларини", "Самарқанд нони", "Переполнедаги тошга чизилган нақшлар", "Дўкон ичида жойлашган Нанг Вон

Алексей ПОПОВ олган сурат.

## Дуё — кенг...

— Ҳеч ишонинг келмайди-да, нахотки, сиз умуман бирор муаммога дуч келмаган бўлсангиз?

— Хатолар бўлган. Қўл ортида 42 километрни марафонда югураётганимда чап оёғимда қон яши айланмаётгандай туюлган. Мен бунга эътибор қаратмай хато қилган эканман. Амстердамга қайтган, оёғимни совуқ ургани аён бўлди. Доктор оёқ қафти билан бармоқларни қорайгани-

— Ҳўш, масалан, сиз билан машқ қила бошласам, бир ярим йил етас керак-ов. Мени текшириб кўрган профессорлар фикрича, мендаги фавқуллода қобилиятни илмий жиҳатдан изохлаб бўлмас эмиш, бирок мен туғилганда бундай қобилиятга эга бўлмаганман. Одам тўқис ҳолда нимага қодирлигини ўзи тушуниб ётиши керак. Яъни ўз танасига ағалик қила олиши зарур. Мия энергиясини йўналтириши бошқара биллиши, нафас олиш ва чиқариши тартибга солишни ўрганиши лозим. Мен ўзимча касаликларнинг олдини олиш ва, энг муҳими, узоқ умр кўришга доир бир усул ишлаб чиқдим. Умуман, совуқни сезмасликка ўрганиш узоқ яшашга ҳам, иқтисодий тежамкорликка ҳам имкон беради: уйни истишга пул сарфламайман, кўрмаясизми нефть тобора қиммат бўлиб бораёпти. Мен ҳозир музалар орасида аввалгига қараганда ўн дақиқа кўпроқ ўтираман ва жаҳон рекордини яқинлайман. Мени қайта-қайта таниқли этишади, баданимга турли асбоб-ускуналарни ўлашади, қуза-тув камералари ўрнатишади ва... яна пул ҳам беришади.

## “МУЗ ОДАМ” СИРИ

Айни чоқда, киш кунлари ҳар яқшанбада музга ўйиб, чўзилмади. Голландияда 1 январь кун одамларнинг совуқ денгизда икки дақиқа сузиши аънамага айланган. Шундан сўнг улар ўзларини қаҳрамон, деб ҳисоблашади. Бу олд нечоғли яхши бўлмасин, бирок совуққа мунтазам равишда, қадам-қадам оdatлашиб, мослашиб бориш зарур. Менинг "Вим Хоф билан машқлар", деган махсус дастурим бор. Кечагина Швециядан қайтдим. У ерда тромблари, атеросклероз, умур-чотаси хаста одамларнинг бир гуруҳини машқ қилдикдим. Ишонмасликнинг ўрни бўлди, бирок бу одамларнинг кўплари муздай совуқ сувда бир ҳафта сузганларидан сўнг тузалиб, отдай бўлиб кетишди. Мен фибригбор ё лўтибоз эмасман, ҳар бир ҳаракатимни тиббиётчи докторлар ва бутун дунёдан келган тележурналистлар изчил қайд этиб боришади. Бу ерда ҳам шу каби экспериментларни ўтказишим мумкин. Йигирматанча одамни танлаган ва ордан беш кун ўтиб, улар шар бўйлаб ялангоҳ югуриб юрганларини ўз қўзингиз билан кўрасиз.

— Сиз ўзингизни супермен, деб ҳисоблайсизми?

— Йўқ. Ҳозирча ҳаммадан юқори қўнғинга суперменлар доимо ким биландир қурашади. Мен эса — тинч ва хотиржам яшашга оdatланган одамман!

— Оқдй одамларнинг Вим Хофга айланиши учун қанча вақт зарур бўлади?

— Оқдй одамларнинг Вим Хофга айланиши учун қанча вақт зарур бўлади?

— Оқдй одамларнинг Вим Хофга айланиши учун қанча вақт зарур бўлади?

— Оқдй одамларнинг Вим Хофга айланиши учун қанча вақт зарур бўлади?

— Оқдй одамларнинг Вим Хофга айланиши учун қанча вақт зарур бўлади?

— Оқдй одамларнинг Вим Хофга айланиши учун қанча вақт зарур бўлади?

— Оқдй одамларнинг Вим Хофга айланиши учун қанча вақт зарур бўлади?

— Оқдй одамларнинг Вим Хофга айланиши учун қанча вақт зарур бўлади?

— Оқдй одамларнинг Вим Хофга айланиши учун қанча вақт зарур бўлади?

## СОҒЛИГИНГ — БОЙЛИГИНГ

## ҲАМ ШИФО, ҲАМ ЗАРАР

Шифокор олимлар шу чоққача тузни кам истеъмол қилишни маслаҳат беришарди. Эндиликда эса, тузсиз яшаб бўлмаслиги ва туз ҳеч нарса билан алмаштириб бўлмайдиган неъмат эканлигини айтишмоқда. Ҳўш, қай бири кўпроқ зарарли — туз етишмаслигини ёки ортиқчилигини?

— Ош тузи таркибидаги энг ноёб модда натрий, — дейди профессор А. Королёв. — У организмга ҳар кун тушиб туриши лозим. Аъзо баданимиз уни ўзинча мустанкил ишлаб чиқара олмайди. Суюқ тўқималарнинг шаклланиши ва ўсиши, асаб-мушак тизими ва ички аъзоларнинг мўътадил фаолият кўрсатиши учун туз ниҳоятда зарур. Агар кунлик таомларда унинг миқдори камайса, организм натрийга бўлган эҳтиёжни ички захиралар (мушак ва суюқ тўқималари) ҳисобидан тўлдирришга ҳаракат қилади. Шу боис, таом таркибида туз камайса, дастлаб мушаклар кучсизланади, иш қобилияти сусайиб куч кетади, сўнгра бошқа жиддий хасталиклар юз бериши мумкин. Бундай кўнгилсиз ҳолатларга учрамаслик учун бир кеча-кундузда таомлар билан 4-6 грамм (чоқ қошиқнинг учдан бир қисми) туз истеъмол қилиш зарур.

Бирок ҳозир кўпгина ривожланган мамлакатларда туз меъёрдан ортиқ (12-15 грамм) истеъмол қилинаётгани кўзатишмоқда. Тиббиётчи олимлар бу ҳол "оқ ўлим"га олиб келади, дейишмоқда. Шу нарса маълумки, юрак-кон томир (хусусан, қон босими) хасталикларининг кўпайиши бевосита тузни кўп истеъмол қилиш билан боғлиқ. Шунинг учун: 6 грамм — бу, умумий миқдор, уни кун давомида истеъмол қилиш керак.

Кўпгина неъматлар, жумладан, консервалар, фойдаланишга яроқли ярим фабрикатлар, колбаса, дулланган ва тузланган балиқ, жигитликлар ва тузлаб ачитилган махсулотлар, сосиска, кетчуп, соус ва чилси, тузланган ёнғоқ ва қотган ноннинг таркиби тузга ўта бой. Биз таомлар таркибида қанча туз борлигини кўрмасак, у ҳолда қандай қилиб меъридан оз ёки кўп туз истеъмол қилаётганимизни биламиз? Агар ошқона ва кафелардан овқатланганда таомнинг тузини татиб кўрмасданқоқ беихтиёр равишда таомга қўшимча туз солишга оdatланган бўлсангиз, билингки, тузни меъридан ортиқ истеъмол қиларкансиз. Негаки, умумий овқатланиш тармоқларида таомларга муайян тартибда белгиланган миқдорда туз солинади. Организмни меъёрга ўргатиш, яъни белгилангандан оширмай туз истеъмол қилишга оdatлантириш учун икки-уч ой меъёрни сақлаш зарур бўлади.

Баъзилар туздан парhez қилиш тез озишга ёрдам беради, деб ўйлайди. Бу нотўғри. Туз суюқликларнинг организмдан тез чиқиб кетишига тўқсинлик қилади. Чунки тузсиз ёки кам тузли парhez чоғида сийдик ажралиб чиқиши кучаяди ва организмда суюқлик миқдори озаёганидан ваэн 2-3 килога камаяди. Бу жараёнлар энергия алмашинувиға таъсир кўрсатмагани учун организмда суюқлик циркуляцияси тикланиши биланоқ ваэн яна аввалги ҳолатига қайтади. Бирок тузсиз парhez оқибатида келиб чиқадиган мушакларнинг кучсизланиши, тез парчаш ҳолатлари эса узоқ давом этиши мумкин.

Албатта, қандай турдаги ош тузидан фойдаланган маъкул, деган савол келиб чиқishi ҳам табиий. Бунинг у қадар аҳамияти йўқ. Бирок йодланган ош тузи ичмаётган сувимиз ва таомлардаги йод танқислиги ўрнини босиши мумкин. Денгиз тузида йод ва фойдали ишқор моддалар табиий ҳолда мавжуд. Йодланган тузнинг фойдаланиш муддати ким, у қанқосимон без фаолияти бузилишининг олдини олишда ва йод танқислигида тавсия этилади. Фторланган туздан тишининг емирлигиға қарши фойдаланилади. Парhez тузда эса, натрий ҳам, унинг ўрнига магний ва калий қўшилган. Бундай туз юрак хасталикларига тавсия этилади.

## КЎЗ НУРИНИ КУЧАЙТИРАДИГАН НЕЪМАТЛАР

Кўзчилик кўз нурини қучайтиришга черника (бута ўсимлик меваси) ва сабзининг фойдали эканлини ахши билади. Ҳақиқатдан ҳам, шундай. Бирок фақат бу неъматларнинг ўзи билан чекланиш камлик қилади.

Черникани кўз шифоси учун она-табиат махсус яратган неъмат дейиш мумкин. Ҳатто тузлини ҳам кўз қосагига, қобини эса кўз томирларига ўхшайди. Энг асосийси, орқа томонида қорачиққа ўхшаб кетадиган нимадир кўра. Шундай экан, кўзга таъбиатдан бирон-бир аъзоини табиатдаги ўхшаш нарса билан даволашга доир асосий қоидага ишонмай бўладимиз! Черникадан дори тайёрловчилар бир-бирини зид йикки жиҳатини қайд этишши ҳуш қилишади: биринчиси, инглиз учувчилари гира-ширава ҳам атрофини ахши кўра олиш учун черникадан тайёрланган мураббояларни севиб тановул қилишаркан. Иккинчиси, фақат биргина черниканинг ўзи билан етарли миқдордаги фойдали моддани олиб бўлмайди. Бунинг учун ундан тайёрланган дорилар зарур экан. Ҳақиқатан ҳам, кўриш қувватини ошириш учун черника мураббоясининг ўзи камлик қилади. Бирок ёзда (июл ойида пишади) сархил черникага тўйиб олиб, қолган вақт йил бўйи музлатилган черника мевасини еб юрсангиз, ҳаммаси жойида бўлади. Черника меваси таркибидаги антоциан моддалари қоронғиликда кўриш қувватини оширибгина қолмай, кўз тўрпардасини дистрофия (тўқималар мода алмашинуви бузилиши)дан, кўз таъҳарини эса катаракта (хира тортишдан) асрайди.

Кўз шифокори Е. Егоровнинг гувоҳлик беришича, инсоннинг кўз нури кам деганда 150 йил ахши кўришга етар экан. Бирок бунинг учун уни асраш, чиниктириш, турфа хасталиклардан вақтида даволаб, муоинага қилиб бормок талаб этилади. Черника каби кўз нурини оширадиган бошқа табиат неъматлари ҳам мавжуд. Масалан, лютени ва эсақантин пигментлари кўзга "сарик доғ" (тўрпарданнинг кўриш нерви олдидаги энг сезар аъзо)ни ҳимоялайди. Тўрпарда ичда жойлашган 1,5 мм. Ҳажмлиги миттигина "сарик доғ" марказий кўриш аъзоси ҳисобланади. Айнан мана шу жойда қорачиқдан келадиган нурлар тўтади. Тўр парданнинг қолган қатта қисми эса атрофини кўришни таъминлайди. "Сарик доғ" шикастанса кўз кўрмай қолади. У ниҳоятда билан-билмас даражада шикастанганда ҳам бемор ҳарфлар ва майда нарсаларни бир-бирдан ажратишга оқизлик қилади. Бемор матни кўрганга бўлади-ю, бирок тасвир тиниқ бўлмайди. Бу хасталик макулострофия, деб аталади ва 45-50 ёшдан сўнг бошланади боис, уни қўнғина кекайиш сабабли келиб чиққан узоқни кўра олмаслик аломатига ўйинишади.

— Кўкатлар, турли салатлар, қарам, сарик ва тўқсарик ранглиги мевалар, тўхум саринга кўз қуввати учун ниҳоятда зарур шифобахш пигментлар кўп бўлиб, айнан улар бу неъматларга сарик ва яшил туз беради, — дейди парhezшунос шифокор А.Миллер. — Талқитотлар қўрсатишича, мазкур неъматлар тўқима ва аъзоларда мода алмашинуви бузилишини сусайтиради, унинг ривожланиб кетишига тўқсинлик қилади. Улар кўш нури таркибидаги кўзга тўрпардасига зарари таъсир қиладиган кўк нури ўтказмайди. Кўзгаги "сарик доғ" ҳам юқорида айтилган шифоли пигментлар мавжуд. Бирок ёш ўтган сайин унинг миқдори камлик қила бошлайди. Биз ҳар кун таомларга қўшиб 4-6 грамм лютенин ва эсақантин пигментларини истеъмол қилишимиз зарур.

Ҳар кун кўз қорачиқларини айлантириб машқ бажариш ҳам, умуман, кўз учун ниҳоятда фойдалидир. Айни чоғда ҳар қандай меванинг кўз учун фойдали бор. Қора қораят (смородина)нинг фойдаси эса черниканикдан кам эмас. Ҳақдорлар таркибидаги А, Е ва С каби синтетик дармондорилар кўз "сарик доғ"ни шикастанлишдан ҳимоя қилолмайди. Улар кўш гавҳари катарактаси ривожланишининг олдини ҳам ололмайди, баъзида, аксинча, бу хасталикни ҳатто ривожлантириб юбориши мумкин. Кўзинг бу муҳим ойнасини ҳимоя қилиш учун, ахшиш мазкур дармондорилари турли сабабот ва мевалардан олиш лозим. Шунинг учун бундай табиий неъматларнинг кўпроқ истеъмол қилинг. Кўз учун балиқ махсулотлари таркибидаги "Омега-3" ёғ кислоталари, айнқча, зарурдир. Улар нафақат "сарик доғ" ва тўрпардани муҳофазалайди, балки кўзда ёш етилмай, қум тикланишдек туюлувчи "кўрүк кўз синдроми" ривожланишига ҳам тўқсинлик қилади.

Лютенин ва эсақантин пигментлари бой неъматлар (юз граммда миқ. миқдорлари) рўйхати:

тўхум сарини — 2,9; япроқли қарам — 18,2; исмаюқ (шпинат) — 11,3; кўк шолғом — 8,4; қолъриби қарам — 7,7; петрушка — 5,6; кўк нўхат — 2,4; ромен салати — 2,3; лавлага — 1,8; суг'ўп (латук) — 1,7; салати — 1,5; броссоль қарам — 1,3; кўк пизез — 1,1; ошқовоқ ва консерваланган маккажўҳори — 1,0.

«Шарқ» наشريёт-матбаа акциядорлик компанияси босмақонаси.

Босмақона манзили: Вунон Турон кўчаси, 44 уй

Босишга топшириш вақти — 20.00. Босишга топширилди — 19.38

Газета Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 13.06.2007 йил 0283-рақам билан рўйхатга олинган. Аҳди — 8943 Буюртма Г — 448. Ҳажми — 5 босма тибқ.

Нашир кўрсаткичи — 222. Ташкилотлар учун — 223. 1 2 3 5

**МУАССИСЛАР: ЎЗБЕКИСТОН Р**