

O'zbekiston adabiyoti va san'ati

ТАҚДИРИМСАН, БАХТИМСАН, ЭРКИН ВА ОБОД ВАТАНИ

Ўзбекистон Республикаси Президентининг
Ф А Р М О Н И

«Ўзбекистон Қаҳрамони» унвонини бериш тўғрисида

Ватанимиз мустақиллигини мустаҳкамлаш, унинг жаҳон миқёсидаги шон-шухратини юксалтириш, ислохотларни янада чуқурлаштириш борасида давлат ва халқ олдидаги улкан хизматлари, ишлаб чиқариш соҳасидаги узоқ йиллик фидокорона меҳнати ҳамда миллий ғояни ривожлантириш, маънавиятимизни тиклаш, ўзлимизни англашга ва ёш авлодни ватанпарварлик ва халқпарварлик руҳида тарбиялашга қўшган катта ҳиссаси учун қуйидагиларга «Ўзбекистон Қаҳрамони» унвони берилиб, олий нишон — «Олтин юлдуз» медали топширилсин:

Турдиев Содиқжон — Асака тумани «Асака жилоси» фермер хўжалиги бошлиғи, Андижон вилояти **Камилов Халидجان Махаммаджонович** — Тошкент врачлар малакасини ошириш институтининг офтальмология кафедраси профессори, Тошкент шаҳри **Шаймов Мирзахмат Исмаилович** — «Сирдарё иссиқлик электр станцияси» очик акциядорлик жамияти бош муҳандиси, Сирдарё вилояти

Ўзбекистон Республикаси
Президенти **И.КАРИМОВ**

Тошкент шаҳри,
2012 йил 23 август



Муҳаммад Карим олган сурат.



Турдиев Содиқжон



Камилов Халиджан
Махаммаджонович



Шаймов Мирзахмат
Исмаилович

Ушбу зиёропгоҳга тамал топи қўйилган пайтда биз ҳали мактаб ўқувчилари адиқ. Халқ орасида «Алвасти қўприк» деб соғуқ ном олган, ишон қалбига қўриқув солувчи жойда бошланган бунёдкорлик ишларини ҳайрат билан кузатганимиз. Мажмуа ҳақида намойиш этилган илк телелавҳа ҳамон ёдимда. Уни бутун оламиз билан биргаликда томоша қилганимиз. Айниқса, мамлакатимиз раҳбарининг қурувчилар билан учрашуви, мажмуанинг меъморий ечим борасидаги суҳбати хотирамда муҳрланиб қолган. Буни қарангки, мазкур ёдгорликнинг барпо этилиши, бунёдкорлик ишларининг дебочаси экан. Кўп ўтмай, Президентимиз ташаббуси билан Бўёсов соҳилида яна бир бино — «Қатғон қурбонлари хотираси» музейи ҳам қад ростлади.

таърифта эҳтиёж сезмайди. Меъморий обида тимсолида озошлик йўлида шайхид кетган аждодларимиз ийиқлари гавдалангандек бўлади. Бейхитёр Қатғон қурбонлари хотираси музейи томон назар ташлайсиз.

Феруза рангли икки гумбаздан иборат меъморлик намунаси мажмуага узукка кўз қўйгандек мос тушган. Миллий ва замонавий архитектура аънаналари билан уйғун тарзда барпо этилган бино суратида шарқона салобат уфуради. Тўрт томони нақшикор устунлар билан безатилган музей ичкарисига кириб борар экансиз кўз ўнгингизда сўнгги бир ярим асрлик тарих жонланиб, кўрғазма залидан ўрин олган ҳар бир экспонат халқимиз тақдир ҳақида ҳикоя қила бошлайди. Албатта, бир ташрифнинг ўзида музейдаги барча тарихий ашёлар билан яқиндан танишиб чиқиб осон эмас. Негаки, музейдаги ўн та бўлимдан жой олган экспонатлар орқали қатғон сибсатининг барча даврлари босқичма-босқич изчил қамраб олинган.

Давоми иккинчи саҳифада.

ТОШКЕНТ БОҒЛАРИ

Мамлакатимиз пойтахти азия Тошкент азал-азалдан жаҳоннинг боғу ҳиёбонларга бурканган яшил шаҳарлари қаторида эътироф этиб келинади. Бу ҳақда Навоий бобомизга замонадош ўтган Зайниддин Восифийнинг гўзал мисралари ҳануз шеъринг муҳлислари томонидан алоҳида эҳтиром билан тилга олинади: «Андоқ бир шаҳарки жаннатмақондир, Хижолатдин жаннат сийнаси қондир. Хушбўй сабосини этсанг ихтиёр, Руҳларвар дилбарлар нафасича бор. Теграсин қуршаган гўзал чорбоғлар, Алардин Эрамининг кўксинда доғлар. Боғларин васфига агар киришсам, Ёддан қўтари-лур беҳишту Эрам. Ёраб, тол баргининг сувдаги акси, Қармоққа иланган балиқлар расси» каби бетакрор тимсолу ташбеҳлар шаҳримизнинг бутунги қўрку тароватига ҳам хосу монандир.

Мустақиллик йилларида Тошкентнинг бир чиройига минг чирой қўшилди, обод, ҳаёт шароити кулай, иқлими мўътадил, бозорлари сероб ва арзон мегаполислардан бирига айланди. Буни қарангки, бу ҳақиқат эндиликда халқро микёсда ҳам эътироф этилмоқда. Қуни-кеча матбуотда эълон қилинган хабарга кўра, Британиянинг нуфузли Economist Intelligence Unit (EIU) компанияси рейтингига биноан, Тошкентимиз

дунёнинг яшаш кулай бўлган шаҳарлари орасида 58-ўринни эгаллабди. Шаҳар аҳолисининг сифатли таълим олиши учун яратилган шарт-шароитлар кўрсаткичи юқорилиги бўйича 37-соғлиқни сақлаш хизматлари сифати ва улардан фойдаланиш имкониятлари бўйича 48- транспорт ва коммуникация инфратузилмаси ривожланиши бўйича дунёнинг энг илғор 50 та шаҳри қаторидан жой олибди.

Шуниси эътиборга молиқки, барқарорлик, соғлиқни сақлаш, маданият ва атроф-муҳит, таълим даражаси ва инфратузилмаси каби кўрсаткичлар билан бирга кўкаламзор майдонлари, ҳавоси тозаллиги, ҳудудлар тавсифлари, табиий дам олиш масканларига яқинлиги, халқро микёсда эътироф этилган маданий мерос объектлари, ҳудудий ва халқро транспорт алоқалари мавжудлиги сингари мезонлар билан бойитилган мазкур танловга Марказий Осиё ва Кавказ ҳудудидан фақат битта шаҳар — Тошкентнинг иштирок этгани ҳам беҳиз эмас.

Албатта, шаҳарсозлик ва йўлсозлик, йирик индустрия тараққиёти, кишлоқ қурилишидаги мислсиз ўзгаришлар аҳолининг мазмунли дам олишига хизмат қилувчи маданият ва истироҳат боғларини ҳам четлаб ўтгани йўқ. Мамлакатимиз истиқлолининг 21 йиллиги қизгин кутиб олинаётган айни кунларда шаҳар боғларини кенгайтириш бўйича амалга оширилаётган ишлар ҳам кўзни қувонтиради.

Давоми олтинчи саҳифада.

ВАҚТНИНГ СУРАТИ

Бугун «Шаҳидлар хотираси» ёдгорлик мажмуасига йўли тушган одам бу масканга шунчаки назар ташлаб ўтиб кетолмайди.

Ташкент телеминорасининг шундоқина қаршисида қўним толган мажмуа айнақса, истиқлол байрами арафасида ўзгача касб этади. Мармар зиналар бўйлаб мажмуа маркази сари йўл олар экансиз ҳайратингиз ошиб бораверади. Аввало қўлигил боғбонларнинг маҳоратига қўйил қола-

сиз. Турли шакл ва нақшлар кўринишидаги анвойи гуллар кўзни қувантиб, дилга ором бағишлайди. Баланс устунлар пойидаги ёдгорлик қаршисида қалбингизни ифтихор туйғуси чулғаганини хис этасиз. «Ватан озошлиги йўлида шайхид кетганлар хотираси мангу барҳаётдир!». Мовий гумбаз деворларига зарҳал харфлар билан битилган ушбу сўзлар мазмуни менимча

31 август — Қатғон қурбонлари хотирасини ёд этиш кун

Давоми иккинчи саҳифада.

«ЭНГ УЛУҒ, ЭНГ АЗИЗ» РЕСПУБЛИКА КЎРИК-ТАНЛОВИ ҲОЛИБЛАРИ

Ватанимиз мустақиллигининг 21 йиллигига бағишлаб Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлиги, Журналистлар ижодий уюшмаси, «Тасвирий ойна» ижодий уюшмаси, Миллий телерадиокомпания, Бадиий академия, Мустақил босма оммавий ахборот воситалари ва ахборот агентликларини қўллаб-қувватлаш ва ривожлантириш жамоат фонди, Электрон оммавий ахборот воситалари миллий ассоциацияси, Ёзувчилар уюшмаси, «Ўзбекистон» миллий агентлиги каби ташкилотлар ҳамкорлигида ўтказилган «Энг улуг, энг азиз» республика кўрик-танлови яқунлабди. Шу муносабат билан Ўзбекистон Миллий матбуот марказида бўлиб ўтган тадбирда ғолибларга диплом ва эсдалик совғалари топширилди.

1. Ёзувчи ва шоирларнинг бадиий асарлари бўйича
1-ўрин: **Нўмон Раҳимжонов**, Ўзбекистон Фанлар академиясининг Алишер Навоий номидаги Тил ва адабиёт институти бўлим мудири — «Истиқлол ва бугунги адабиёт» номи адабий-танқидий мақолалар тўплами учун
2-ўрин: **Зиқрилла Неъмат**, Ўзбекистон Республикаси Ички ишлар вазирлиги бирлашган тахририяти бош муҳаррири — «Ватан ҳақида қўшиқ» китоби учун
3-ўрин: **Ғофур Шермухаммад**

(**Эшмуродов**), Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмаси аъзоси — Ёш авлод-ни Ватанга муҳаббат, миллий ва умуминсоний қадриятлар руҳида тарбиялаш мавзуларидаги «Саман той» қисса ва ҳикоялар тўплами учун
Рағбатлантирувчи мукофот
1. **Ҳалима Аҳмедова**, Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмаси аъзоси — Замондошларимизнинг дил кечинмалари, аёл қалбининг нозик манзаралари акс этган «Нигоҳ қибласи» шеърый тўплами учун
2. **Носир Муҳаммад**, Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмаси аъзоси — Озод ва обод Ватан, истиқлол, ёшлик ва муҳаббат ҳақидаги шеърлар ва маърифий лавҳалар-

дан тартиб берилган «Сайланма» китоби учун
2. **Босма ОАВ ходимларининг журналистик ишлари бўйича**
1-ўрин: **Маҳмуд Абдулғаиёзов**, «Сурхон тонги» газетаси бўлим мудири (Сурхондарё вилояти) — Мустақиллик йилларида халқимиз ҳаёти, онгу тафаккурида юз берган туб ўзгаришлар ҳақидаги «Юрак ухламайди» номи публицистик мақолалар туркуми учун
2-ўрин: **Нурислом Тўхлиев**, Иктисод фанлари доктори — Ўзбекистонда бозор муносабатларига ўтиш жараёнлари чуқур таҳлил этилган «Тараққиётнинг ўзбек модели» мақолалар тўплами учун
3-ўрин: **Анвар Самадов**, Ўзбекистон Миллий ахборот агентлиги — УзА Республика ахбороти тахририяти бош муҳаррири — Мамлакатимизнинг ижтимоий-сиёсий, маънавий ҳаётида амалга оширилаётган кенг қўламли ислохотлар самараларига бағишланган ахборот-таҳлилий материаллари учун

Давоми иккинчи саҳифада.

Ёзувчилар уюшмаси бўлимида

Юрт ишқи, ватан муҳаббатини хис қилган истеъдод эгаси борки, мисраларида, ашёрларидида ватанни мадҳ этади. Тинч ва осуда замонамизга шукрона келтириб, қалбидида эртасидан мамнунлик ҳиссини туяди.

ЁШ ИЖОДКОРЛАР АНЖУМАНИ

Қорақалпоғистон Ёзувчилар уюшмасида Халқ таълими вазирлиги, касб-хунар таълими бoshқармаси, «Қамолот» ЕИХ ҳамкорлигида ўтказилган «Тақдиримсан, бахтимсан, эркин ва обод ватан» мавзусидаги ёш ёзувчи-шоирлар семинарида уюшма раиси, шоир Кенгесбой Каримов сўзга чиқиб, мустақиллик даврида ижод аҳлига яратилган имкониятлар хусусида сўзлади. Анжуманда Қорақалпоғистон халқ шоирлари У.Хўжаназаров, Ж.Избосканов, болалар ёзувчиси А.Отажонов, Х.Айимбетов, «Амударё» журнали бош муҳаррири Х.Давлатназаров

ёзувчи-шоирлар, ёш ижодкорлар олдида турган вазидод эгаси борки, мисраларида, ашёрларидида ватанни мадҳ этади. Тинч ва осуда замонамизга шукрона келтириб, қалбидида эртасидан мамнунлик ҳиссини туяди.

Нукус тумани ҳокимлигида бўлиб ўтган анжуманда Қорақалпоғистон Ёзувчилар уюшмаси раиси ўринбосари Ҳузурбой Абдурахмонов, таниқли болалар ёзувчиси Абдимурод Отажонов, Қорақалпоғистон Ёзувчилар уюшмаси хузуридаги фонднинг ижрочи директори Аҳмад Оқназаров, шоир Турсунмурод Ешанов, Нукус тумани «Нуроний» жамғармаси раиси Отамурод Давлатмуродов ва бошқалар мустақиллигимиз шарофати ила юртимизда оз бераётган беқиёс янгила-нишлар ҳақида сўзлади-лар.

Ғотима АБДУРАИМОВА
Қорақалпоғистон

«ВАТАН ЯҒОНАДИР, ВАТАН БИТТАДИР» ТАНЛОВИ ҒОЛИБЛАРИ АНИҚЛАНДИ

Ўзбекистон Республикаси давлат мустақиллигининг йигирма бир йиллиги муносабати билан Ёзувчилар уюшмаси томонидан ёш ижодкорларнинг публицистик, насрий ва шеърый йўналишдаги энг яхши асарлари учун эълон қилинган «Ватан ягонадир, Ватан биттадир» танлови яқунлабди. Танлов ҳаёти томонидан қўйилган ғолиб деб топилди:

- Биринчи ўрин:**
Беҳзод Ғазилдин (Наманган), Ватан ҳақидаги туркум шеърлари учун.
- Иккинчи ўрин:**
Ражаб Рўзимухаммад (Хоразм), насрий асарлари учун;
Нурали Шодиев (Самарқанд), бадиий-публицистик асарлари учун.
- Учинчи ўрин:**
Ақром Малик (Тошкент вилояти), Ватан ҳақидаги шеърлари учун;
Муяссар Атавуллаева (Қашқадарё), насрий асарлари учун;
Зилола Ташева (Бухоро), туркум шеърлари учун.
- Рағбатлантирувчи мукофотлар:**
Кумуш Ўсарова (Жиззах), туркум шеърлари учун;
Нарғиза Асад (Тошкент вилояти), шеърый асарлари учун;
Ғарифа Умаралиева (Фарғона), бадиий-публицистик асари учун;
Сергей Гордеев (Тошкент шаҳри), бадиий-публицистик асари учун;
Дилфуза Айназарова (Қорақалпоғистон Республикаси), туркум шеърлари учун.
- Ғолибларни тақдирлаш маросими ҳамда «Ватан ягонадир, Ватан биттадир» номи тўплам тақдироти шу йил 28 август соат 9.30да Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмаси мажлислар залида бўлиб ўтади.

Ташкилий қўмита.

Бошланиш биринчи сифада.

— Вазирлар Маҳкамасининг 2011 — 2015 йилларда маданият ва истироҳат боғлари моддий-техник базасини мустахкамлаш ва уларнинг фаолиятини янада такомиллаштириш юзасидан белгиланган дастурида пойтахтимиз боғларини ҳар жиҳатдан ободонлаштириш ва янги истироҳат боғлари барпо этишга алоҳида аҳамият берилган, — дейди Тошкент шаҳар маданият ва спорт ишлари бoш бошқармасининг боғлар бўйича бoш мутахассиси Эргаш Машаев. — Пойтахт аҳолиси ва меҳмонларига маданий хизмат кўрсатаётган мавжуд ўн битта боғнинг саккизтаси шаҳар ҳокимлигининг маданият ва спорт ишлари бoш бошқармаси тасарруфида фаолият олиб бoрмоқда. Иккита боғ эса инвесторларга ижарага берилган.

Бугунги кунда Тошкент боғларининг умумий майдони 133,31 гектарни ташкил этади. Боғларни реконструкциялаш ва ободонлаштириш ишларидан сўнг маданият ва истироҳат боғларидаги манзарали дарахтлар ва кўкаламзор жойлар майдони ҳамда уларда ўрнатилган аттракционларнинг ўзaro нисбати 50 га 50 ни ташкил этади. Бу ўринда ландшафт меъморчилиги услублари ва кичик архитектура кўринишларидан умумий фойдаланилади.

Ўтган йили пойтахтдаги учта боғ ана шу услубда капитал таъмирдан чиқарилиб, аҳолининг кўнгилли ҳордиқ чиқариши, ёзининг иссиқ кунлариди салқинлаши учун барча зарур шартлар яратилди. Миробод туманида жойлашган Фуқат номидаги маданият ва истироҳат боғида "Шарқтемир" масъулияти чекланган жамияти томонидан 1,5 млрд. сўмлик қурилиш ва ободонлаштириш ишлари амалга оширилди. Ҳозир боғ реконструкцияси давом эттирилмоқда. Сув ҳавзалари қурилиб, рангли-муслиқли фаввора ва муз устида қонқиди учинчи майдончаси ишга туширилди.

Пойтахт марказидаги Мирзо Улуғбек номи билан аталувчи (илгирги "Боғи Эрам"), шунингдек, Чилонзордаги Фахридун Фулом номидаги маданият ва истироҳат боғларида кенг миқёсдаги ободончилик ишлари бажарилиб, янги аттракционлар ўрнатилди, болалар майдончалари ҳар жиҳатдан замонавий қиёфа касб этди. Мазкур боғлар тошкентликларнинг энг сеvimли дам оладиган масканларидир. Уларнинг ҳар бирида турли мавзудаги кечалар, маданий тадбирлар, кўнгилли мусобақалар уюштирилди.

— Боғимизда Марказий Осиёда ягона

хисобланган сув саёҳати аттракцион ишлаш бошлади. "Сув париси" ўйинлари ташкил этилиб, "Саккиз оёқ", "Ракета" аттракционлари ҳам янгидан ўрнатилди — дейди Мирзо Улуғбек номидаги маданият ва истироҳат боғи бадий раҳбари Дилфўз Фахриддинова. — Бундан ташқари, айни кунларда мамлакатимиз мустақиллигининг 21 йиллигига бағишланган маданий-маърифий кечалар, учрашувлар мунтазам ташкил этилмоқда. "Мафтункор" расмлар олаҳи, деб номланган тадбиримиз ногирон болалар чизган расмлар танловига бағишланди. Туман ҳокимлиги, "Соғлом авлод" жамғармаси, "Камолот" ёшлар ижтимоий ҳаракати билан ҳамкорликда ижодкорлар иштирокида истиқлол байрамига бағишланган савол-жавоб кечасини ўтказдик.

"Гулшан" маданият ва истироҳат боғи ҳам реконструкция ва капитал таъмирлашдан сўнг соя-салқини қуюқ ва обод, сўлим дам олиш масканларидан бирига айланган.

— Ободонлаштириш ишларига тадбиркор



Фавворалар — боғлар зийнати.

ТОШКЕНТ БОҒЛАРИ

сармоядорлар жалб этилиб, боғ ҳудудига тоза туپроқ олиб келинди. Ер ости қудуғидан обихаёт олувчи суғориш тармоқлари қурилди, — дейди Эргаш Машаев. — Янги аттракционлар ўрнатилиб, йўлчаларга манзарали тошлар ётқизилди, панжаралар янгиланди. Янги аркасимон дарвоза қурилди. Дов-дарахтларга шакл берилиб, гулзорлар майдони кенгайтирилди. Бобур боғида ҳам 10 та янги аттракцион ўрнатилди.

Шу кунларда пойтахтнинг яна учта боғи ҳар жиҳатдан гўзаллаштириб, янги қиёфа касб этаётир. "Еробоғ" масъулияти чекланган жамияти Зафар Дибёр номидаги маданият ва истироҳат боғида реконструкциялаш ишларини олиб бoрмоқда. Алишер Навоий номидаги Ўзбекистон Миллий боғи 2005 йили таъмирдан чиқарилган эди. Бу йил боғнинг суғориш ва ёритиш тизимлари, канализация тармоқлари, ҳўжалик биноларини қайта таъмирдан чиқариш кўзда тутилган. Яқинда боғда янги аттракционлар ҳам ўрнатилди. Бу борадаги ободонлаштириш тадбирлари Янги Сергели боғида ҳам бошланади. Ёритиш ва суғориш тизимлари капитал таъмирдан чиқарилаётир. Абдулла Қодирий номидаги маданият ва истироҳат боғи эса "Жар" спорт мажмуаси томонидан реконструкция қилинмоқда.

— Пойтахтимизнинг келажакда барпо этиладиган янги боғлари ҳақида ҳам маълумот берсангиз, — деб сўрайман сўхбатдошимдан.

— Ҳа, албатта. Янгидан қуриладиган боғлар кўпчилик ҳамшаҳарларимизни қизиқтириши табиий. Юқорида айтиб ўтилган дастурга мувофиқ, фақат Тошкентдагина эмас, мамлакатимизнинг барча йирик шаҳарларида янги маданият ва истироҳат боғлари барпо этиш кўзда тутилган. Масалан, Фарғона шаҳрининг реконструкция қилиниши муносабати билан Ал-Фарғоний боғининг майдони кенгайтирилиб, янада ободонлаштирилмоқда. Наманган шаҳри боғлари эса, шаҳарни қайта қуриш ишлари муносабати билан янада гўзаллаштирилади. Андижон боғларининг таърифи тилларда дoston, десак муболаға бўлимади.

Пойтахтимизда эса 2015 йилга қадар яна учта янги боғ барпо этиш бўйича лойиҳа ишлари тайёрланмоқда. Шунда Тошкент боғларининг сони ўн тўрттага етади. Юнусобод пойтахтнинг энг йирик ва аҳолиси кўп туманларидан. Шунки хисобга алоҳи, тумanning 7-маъсесади, "Зенит" заводи атрофида янги боғ қурилади. Шайхонтоҳур туманининг "Ибн Сино" ва "Белтепа" мавзелари ёнида, шунингдек, Бектемир

туманидаги "Водник" мавзеларида ҳам янги маданият ва истироҳат боғлари барпо этилиб, пойтахтнинг кўкаламзор, аҳоли маданий ҳордиқ оладиган обод гўшалари майдони янада кенгайди.

Маданият ва истироҳат боғи — бу фақат болаларни аттракционларда ўйнатиб, музқаймоқ билан сийлайдиган жой эмас. Эндликда боғларнинг аксариятида интернет-кафе, кутубхона, бадий ҳаваскорлик дасталарининг маҳорат синовлари, шахмат-шахса, спорт бeллашувлари, оқик эстрада сахналари сингари аҳолининг интеллектуал савиясини оширишга хизмат қиладиган, бўш вақтни мазмунли ўтказишга йўналтирилган маданий-маърифий шохобчалар бўлишига катта эътибор қаратилмоқда. Зеро, маданият ва истироҳат боғлари шаҳар ва туманлар ободончилигида, аҳолининг маънавий ва маданий эҳтиёжларини тўқсирок қондиришда, ўсиб кeлаётган ёш авлод интеллектуал савиясини оширишда муҳим ўрин тутади. Шунинг учун ҳам боғлар қиёфасини тубдан янгилашга катта аҳамият берилмоқда. Мамлакат кўламида ҳар йили янгидан барпо этиладиган ва қайта қурилиб, фойдаланишга эшикларни кенг очилдиган маданият ва истироҳат боғлари сонининг 45 тага етказиш кўзда тутилгани ҳам ана шундан далолатдир.

Мурод АБДУЛЛАЕВ

ЮҚОРИ ИНТЕЛЛЕКТ умрга умр қўшамаи?

Америкалик олимларнинг янги тадқиқоти очик ва ҳушчакчақ одамлар умр кўришини исботлади. А.Эйнштейн номидаги Нью-Йорк табиёт коллежи ходимлари умрзоқ одамлар характерига хос жиҳатларини аниқлайдиган махсус сўровнома ўтказишди. Сўровнома 85 дан 100 ёшгача бўлган 243 нафар иштирокчига тарқатилди. Уларнинг учдан икки қисми аёллар бўлиб, ҳаммаси бир миллатдан мансуб. Бу ҳол ирсий-генетик жиҳатдан бир-бирига яқин кишиларнинг характер кўрсаткичларини яхшироқ намоён этиш имконини берди.

Тадқиқотлар натижасида шу нарса аниқландики, улуг ёшга етганларнинг аксарияти ўзини эркин тутадиган, самимий, софдил, ҳаётга рўй-рост муносабатда бўлувчи оқик чeҳра, ҳушқайфият кишилар экан. Тадқиқот муаллифлари таъкидлаганларидек, умрзоқ кишиларга ҳушчакчақлик — тез-тез қулиб туриш ҳамда ҳаётдаги ижтимоий фаоллик ҳам хос экан. Улар камдан-кам ҳоллардагина асабийлашади. Бундан ташқари, умрзоқ одамлар ҳеч нарсага юракдан қаттиқ олмайдилар. Бирок ҳаётини ва дeрд-ҳасратли ҳолат рўй берса, уни ичига ютмай дарров бошқалар билан сўзлашиб, кўнглини очишни ҳуш кўрадилар ва тўғри қиладилар. Шифокорларнинг айтишича, ҳис-ҳаётининг ичига ютиш, бошқалар билан дардлашмаслик юрак-қон томир хасталикларни авж олиши хавфини кучайтиради.

— Биз шунга ишонч ҳосил қилдикки, юз ёшга етган кишиларга характернинг ижобий хислатлари кўпроқ хосдир, — дейди А.Эйнштейн номидаги кексайиш муаммоларини ўрганиш институти директори Н.Барзилай.

— Бирок уларнинг ҳаммаси ҳам умр бўйи шундай характерда бўлмаган. Демак, ўз ҳаётини яхши томонга ўзгартиришга ҳаракат қилишга уриниш ҳеч қачон кеч бўлмайди, аксинча, умрга умр қўшиши мумкин.

— Ёши тўқсонга етай деб қолган кишилар умрзоқ одамлардир, — дейди табиёт фанлари доктори В.Шабалин. — Россияда ҳар 20 минг аҳолининг биттаси юз ёшга етган одамдир. Умрзоқ одамлари кўпчилиги жиҳатдан Европа мамлакатларидан оракда эмасмиз. Бирок АҚШда умрзоқ одамлар биздагидан кўпроқ.

— Умрзоқ одамлар бошқалардан қандай фазилатлари билан фарқланади? Улар орасида ичкилик ичувчи ва чекувчи ҳам анча-мунча экан...

— Шахсан ўзим зарарли одатларни касб этган умрзоқ кишиларни учратмаганман. Улар орасида иччиш ва чекиш ҳоллари камдан-кам кузатиладиган ҳодиса.

— Улар ҳақида беҳуда гаплар ҳам айтилмади? — Бу фантазия, ҳолос. Кўпгина Черчилли мисол қилиб келтиришди. У виски ичган, сигара чеккан, семиз бўлган ва 91 йил яшаган. Бирок Черчилл битта. У ва унга ўхшаганлар — истисно. Мабодо Черчилл ичмаганда ва чекмаганда, эҳтимол, янада узокроқ яшаган бўлармиди?!

— Балки узок умр кўрувчиларнинг қон тарихи бошқача ёки миёси ўзгаларини миёсидан фарқ қилар?!

— Узок умр кўрувчиларда бошқалардан фарқли ҳеч қандай биологик хусусиятлар топилмаган. Улар барча нарсаларда ўртача-муътадил ҳаёт тарзига амал қилишди, бийошга ва хотиржам яшайди, яқинларига меҳр-муҳаббатли, ҳаммага эл бўладиган киришмақ одамлардир. Узок умр кўрувчи кишиларнинг бош хусусияти — мунтазам интеллектуал ва жисмоний меҳнат билан шуғулланишдир.

— Улар сермуҳаббатми?

— Йўқ, улар экстраверт, яъни ҳамма учун мулоқотга оқик одамлардир. Улар оиласи ташвиши билан яшаб, мамлакатдаги воқеаларга ҳам қизиқшади, яқинларига кўмаклашишга ҳаракат қилишади. Яъни улар ўзларидаги барча интеллектуал ва маънавий имкониятларни фақат ўз манфаатлари билан чегаралаб қўйишмайди, бундан мамнуният билан атрофидогилар ҳам кенг баҳраманд интеллектуал ҳолидади.

— Балки улар махсус парҳезга риоя қилишса керак? — Асло бундай эмас. Одатдаги, бирок ранг-баранг таомларни ҳуш кўришади. Улар орасида вегетарианлар ҳам бор, бирок оз. Улар ҳеч қандай алоҳида дори-дармон, даволash воситаларини қабул қилишмайди. Бир сўз билан айтганда, ҳамма қатори оддий ҳаёт кечиришади.

— Уларнинг аждодлари орасида узок умр кўрганлар кўпми? — Йўқ, бундай бўлиши шарт ҳам эмас. Статистик маълумотларга кўра, узок умр кўрувчиларнинг 30 фоизиди бошқа аҳолига нисбатан узок яшаган қондош-қариндошлари бўлган.

— Улар касби-корига кўра, асосан, нима билан кўпроқ шуғулланишади? — Касби-корлари ҳар хил. Бирок шуни таъкидламоқчиманки, барча умрзоқ одамлар юқори интеллекти, салоҳияти билан ажралиб туришади.

— Улар ақли бўлиб туғилганми ё сабоқ олиш орқали етулқалка эришганми? — XIX аср ўртасидан охиригача Россия Фанлар академияси бўйича бу ҳақда маълумотлар мавжуд. Ушанда академиклар орасида ўртча умр кўриш 75-78 ёшни ташкил этган. Шу вақтда аҳолининг ўртча умр кўриш ёши эса 35 йил бўлган. Бугун ҳам академиклар узок умр кўришади. Бу нимадан далолат бeради? Эҳтимол, табиат ва ирсийят ким жамиятга кўпроқ интеллектуал бойлик ҳада этса, у узок яшайди деган қонуниятга эгадир...

— Узок умр кўрувчиларнинг ҳаммаси оилалими? — Ҳа, оила учун муҳим роқ ўйнайди.

— Вазнлари қандай? — Аксарияти ўртача вазнли, оқик чeҳра, ҳушқайфият одамлар.

Интернет хабарларидан.

Маданият ва спорт ишлари вазирлигининг "Ўзбектеатр" бирлашмаси Алишер Навоий номидаги Ўзбекистон давлат академик катта театри фахрийси, Ўзбекистонда хизмат кўрсатган артист **Ойнаси КУЧЛИКОВА**нинг вафоти муносабати билан марҳумнинг оила аъзолари ва яқинларига чўқур таъзия изҳор этади.

Маданият ва спорт ишлари вазирлиги жамоаси Қашқадарь вилоят Улқашнослик музейи директори Баҳодир Мамадиевга падари бузруквори **БОБОЖОН** отанинг вафоти муносабати билан чўқур таъзия билдиради.

МУАССИСЛАР: ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ МАДАНИЯТ ВА СПОРТ ИШЛАРИ ВАЗИРЛИГИ, ЎЗБЕКИСТОН ЁЗУВЧИЛАР УЮШМАСИ

O'zbekiston adabiyoti va san'ati. Манзилимиз: Тошкент — 100083, Матбуотчилар кўчаси, 32. Қабулхона — 233-52-91. Электрон манзилимиз: Котибият — 233-49-93. uzas@b2c.uz

Бош муҳаррир Саъдулла ҲАКИМ

«Шарқ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонаси. Босишга топшириш вақти — 20.00. Босишга топширилди — 22.58

ЖУМА КУНЛАРИ ЧИҚАДИ. СОТУВДА НАРХИ ЭРКИН. ISSN 2313-614X. Газета Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 13.06.2007 йил 0283-рўқам билан рўйхатга олинган. Аҳди — 4826 Буюртма Г — 844, Ҳажми — 3 Босма таъбoқ А-2. Нашр кўрсаткичи — 222. Ташкилотлар учун — 223. 1 2 3 5