



# Ўзбекистон

## adabiyoti va san'ati

ЎЗБЕКИСТОН АДАБИЁТИ ВА САНЬАТИ

Haftalik gazeta • 1956-yil 4-yanvardan chiqsa boshlagan

e-mail: uzas@mcs.uz

2013-yil 19-aprel • №16 (4207)

### МОЗИЙДАН СЎЗЛАЙДИ ҲАР БИР ОБИДА

Ўзбекистон тарихи давлат музейи зиналаридан кўтариликман, гулу лолаларга, бору роғларга бурканган табият тасвири туширилган катта полотно қаршисида сеҳрлангандек бир муддат кўз узомай туриб юлдим. Ҳаёлмини 7-8 ёшлардаги болакайниң ёнгиришдек овози бузди:

— Ойижон, қаранг, худди тирик одамларга ўхшайди. Жуда-я катта одамлар экан-а, — дейди ҳар бир экспонатга алоҳида кизиқ билан қараётган болакай.

Музей бўлумларини айланашда давом этаман. Ана дехқончилик ва чорвачилик асосида ишлаб чиқаришнинг йўлга кўйилиши, хунармандиличикнинг ривожиниши, диний тафаккур асосида зардуштийликка асос

солиниши, ўзаро маданий алоқалар, мураккаб ички тузилмаларга эга бўлган қаъла ва илк шаҳарларнинг пайдо бўлиши ҳақидаги экспонатлар ўзбекистон ҳудуди Шарқ тамаддунни

#### Музей ва замон

нинг энг қадими ўчокларидан бирни бўлганидан гувоҳлик бебриб туриди. Айниска, ўзбекистон ҳақларининг аҳамийилар, грек-македонийликлар ва соссонийларга қарши кураши, хоразмийлар, бактриянилар, Фаргона давлати ҳамда Кушон салтанати ҳақидаги маълумотлар хам тасаввурингизни

бойитади. Аждодларимизнинг эрамиздан аввалги ҳаёти ва кейинги минг йилларнига дойр ашёлари ҳам ранг-баранг. Буларнинг кўпчилиги дунё маданияти ва санъатининг бебахо намуналари хисобланади. Девор ёзувлари, ҳайкалтарошлиқ тасвирлари, меъморчилик ривожи экспозициядан алоҳида ўрин олган. Соҳибиён Амир Темур ва темурийлар даврига багишланган экспозиция экспонатлари эса қабингизни фахр-иiftixorga чулгайди.

Бу давраги осори-атиқларни ўрганинг натижасида мустақилик йилларида нумизматика йўналиши бўйича "Темурийлар суполаси тангларни", "Танглар тилга кирганда", "Амир Темур ва темурийларни молия-пур сиёсати" каби монография ва албомлар нашр этилди.

#### Давоми иккинчи саҳифада

### ЯШАРАЁТГАН ШАҲАР

Бу йил Бухорага юллар ўзгача келди. Оддинда кутлаётган улутвор тантаналарни соғинган бодому ўрниклар ҳали қиши охирламай тулга бурканиб, қалбларга ажаб ҳаяжону завъ-шавъ багишлаганди. Ўқлама олиб, дориломон кунлар шукронаси ҳақки курмати меҳнату ижод қўладиган, шонир қалбини ҳаяжонга соглан эҳтиросларни қорозга туширадиган күнлар эшик юқди.

Дунёнинг турли бурчакларida одамлар турни низолар, отишмалар ваҳмидан фарзандларининг эртасини ўйлаб, юран хувучлаб яшайтган бир аснода юртимизда баркарор бўлган тинчлик-хотиржамларининг қадрига етиш ва уни мустаҳкамлаш ишига камарбаста бўлишдан қай кўнглилар олмайди, дейдиз?

Модоматик, фарвонлигимиз кафолати ўз кўлнимизда, истиқболимиз умрбокийлиги ўз иhtiёrimизда экан, бу йўлда учрайдиган ҳар қандай машакатни кадни тик тутиб, кўкраклар баланд кўтариб қарши олмок ҳар биримизнинг кундаклик шиоримизга айланмоғи даркор. Бухоройи шарифнинг тақор-тақор шонга бурканеттани моҳиятида ҳам ани шундай қалби пок инсонларнинг эзгу сайди-харакатлари мұжассамиди. Ўтган олимпиадаларда Бухоронинг уч азamat фарзанди – Ришод Собиров, Аббос Атоев ҳамда Шариф Халиловнинг совриндорлар сағидан жой олгани ҳам бу гўшада яшайтган инсонлар қалби-

да юрт ори, Ватан шаъни нечоғли мустахкам илдиз отаётганидан шаҳодатди.

Ёшлар камолоти барча жаҳбалardagi, айниска, маънавий-маърифий соҳадаги фаолликни, ташаббускорлик ва фидоийликни талаб этиди. Шу эзгу нияти қалбига жо этган бухоролик шоир-ёзувчilar, олим ва муаллимлар ҳам юртимиз ўтмиши ва бугунга оид ҳар бир ётиборли са-

нани муносиб кутиб олиш, нишонлаш ва шу тариқа ёш авлод қалбida улуг бобокалонларимиз, қархамон замондошларимизга чексиз ҳурмат ўтишиб йўлида фаоллик кўрсатиб келишишоқда. Қиши адолига қадар бутун юртимиз, шу жумладан, Бухоройи шарифда давом этган иккى буюк бобокалонимиз – Алишер Навоий ҳамда Захирiddin Муҳаммад. Бобур таваллуд санарапига багишланган навоийхонлик ва бобурхонлик анжуманлари юллар дебочасида сўлим баҳор тантаналарiga уланиб кетди.

#### Давоми иккинчи саҳифада

асосида қурилган сюжетлар ўрин олган. Жажжи қизалоқнинг шодликка тўла, бебубор қулиги билан бошланувчи асар воқеалиари табиат кўйнида кечади. Виқорли тоғлар, мевалии боялар манзараси шандироқ сой жарангни билан ўйнунлашиб самимий қишлоқ ҳаётини гавдалантириди. Таътил вақтида қишлоқка келган Гулноза, Ботир, Дилбар исмли болаклар турли саргузашларни бошдан кечиришиди. Асар кутилмаган ечимлар, гаройиб саргузашларга бой бўлмаса-да, болаларга хос соддалиги, гўзал лирикаси билан ажralib турдади.

Фильмда тарбияйиҳ аҳамиятига эга, болаларни қизиқтириши билан бирга турли муаммолар ҳақида мулҳоза юритишга чорладиган саҳналар талайгина. Айниска, табиатни асрар дустлники қадрлашга чорловчи воқеалар мавзу долзарблигини оширган.

Кутилганидек, янги фильм томошларинада илни кабул қилинди. Шу йил тақдимоти бўлиб ўтган "Сөхрли қалпоқ" фильмни сингари "Ўнтума мени" картинаси ҳам ўзбек кино усталирининг самарали ижоди излашишларидан бирни сифатида баҳоланди. Умид қилимизки, фильмнинг кейинги намоишлари муҳлисларни бефарқ қолдирмайди.

#### Ўз мухиришим

Болалар учун яратилган филmlар ҳамиша ўз услуби, ноанъанавий талқини билан ажраб келган. Шу сабабли ҳам бундай филmlарни суратга олиш ижодий жамоадан катта таъриба ва маҳоратни талаб қиласди. Бу борада мамлакатимиз кино усталилари фаол изланади.

Алишер Навоий номидаги кино саройида тақдимоти

### БОЛАЛАР ҲАҚИДА ЖИДДИЙ ФИЛМ

бўлиб ўтган янги фильм жажжи кино ихлосмандари учун ўзига хос совга бўлди. "Ўнтума мени" деб номланган шубу картина режиссёри ва сценарий музалифи Камаров Камолова.

Аввало, фильмнинг номи муҳлисларда кизиқиши ўйтотгани аниқ. Негаки, болалар учун багишланган аксарият фильмларда эртак ёки гаройиб саргузашларга ургу берувчи номлардан фойдаланиш оладиган. Бирор таърибали режиссёр К. Камолова жиддий, ўзига хос мавзу талқинини топишга ҳаракат қилган. Шунинг учун ҳам фильмда болалар ҳаётидан олинган оддий саргузашлар эмас, балки тарбияйиҳ аҳамиятига эга, ҳаётий воқеалар

### БИЛДИРИШ

Ўзбекистон Ёзувчilar уюшмаси мажлислар залida шу йилнинг 24 апрел, чоршанба куни соат 15.00da таниқли мунаккид, профессор Намим Каримовнинг «Адабиёт ва тарихий жараён» китobi тақдимоти доирасида ижодий учрашув ўтказилади.

Анжуманга адаблар, адабиётшунос олимлар, талаба-шўлар ва барча қизиқканлар тақлиф этилади.

Ўзбекистон Ёзувчilar уюшмаси.

### «ЎТКАН КУНЛАР»ГА ҚАЙТИБ...

#### Иккинчи мақола

##### 5. Узук билакка тақидаими?

Ўзукнинг билакка тақидаимигини ҳамма билади. Узук бармоқка, билакка эса билак азумга тақидаиди. Романинг барча китоб нусхаларининг "Кутилмаган бахт" фаслида Отабек билан Кумушшиниң ҳаяжонли учрашув палласи жуда гўзал тасвирланади. Кумуш "ким келди, деб ёнига қарамайди", бегонасирайди. Ўзи истамаган ҳолда, аммо "мажхурят" остида, ёқараш билан сенкингина душманига" қарайди ва ҳайратдан донг котади. Отабекни кўриб: «Сиз ўшами?» дега ҳаммани бир сескантадиган сўзни айтади. Кейин дастурхон атрофида уларнинг сұхбати давом этади. Сұхбат орасига адаб кириб олиб, бир изоҳ ёзади: «Дастурхон ёндида Кумушбии билингиз тақидаимаган бахтлилиги Отабек олтун узук солуп экан, ул ерга қараган ҳолда эди». Бунда сарлавҳага олиб чиқиши сабаб бўлган бир савол, бир сакталик бор. Романинг 1980 йилги нашрида 58-бет, 1992 йилги нашрида 50-бетда — табдил қилинган барча нашрларда юқоридаги гап айнан берилади. Умид билан 1926 йилги нашрига назар ташланади. Афусски, унда ҳам "латиф билак"ка "олтун узук" солинади. Адабга муҳаббатли, унинг маҳоратига чин кўнгилдан ишонган, тасвирланган вазиятларга мафтуҳ бўлган ўкувчи бу жумладаги сакталика этибор бермайди. Узук ҳам билакка тақидаимаган бахтлилиги Отабек олтун узук солуп экан, ул ерга қараган ҳолда эди.

Барча қаршиликка ҳам ҳозирламаган эдим... — деди. Биргина сўз ўнгланиши фикр ва ифода мантиғини ўз ўрнига кептиради. Чизиган гапнинг хуносаси шуки, менинчча, «Ўткан кунлар» янги нашрида шу биргина сўзни ўз ўрнига кўйиш лозим. Зотан, оддий бир узук совга қилиш Кумушшиниң маҳри курилгани ахоли учун жуда кулагай бўлиби, — дейди Португалия Вазирлар Махкамаси

колади. Изоҳ ўйк. Ёзувчи китобга киритилган маҳсус изоҳга зарурат сеизи, уни кейинчалик ёзганини таҳмин қилиш мумкин. Бу ҳам журнала китоб нусхалари орасидаги фарқли хиҷатлар сирасига киради.

#### 6. Тошканди Тошкент?

«Ўткан кунлар»нинг журнал нусхаси босилаётган паллада ҳам имлода аниқ бир тўхтамга келинмагани турли-туманликни кептириб чиқарган эди. 1923 йилги сонида ўндан ортиқ ўринда Кумушбиининг юрти «Марғинон» тарзида, 1924 йилги сонида ўттизга яқин ўрнида «Марғинон» деб ёзилади. Киркдан ортиқ ўринда Отабек шаҳри «Тошканд» деб, йигирмадан кўнгришни тарзида «Тошкент» деб ёзилади. Табиийти, кайси бир тўғри, деган савол туғилади. Тарихда ўтган улкан уламолар исмларига Марғиноний нисбаси қўшилган мъалым. «Ўткан кунлар»нинг китоб нусхаларида «Тошканд» ёзилганидек, «Марғиноннинг» хам сакланниб қолгани маъкулга ўхшайди. Чунки адаб фойдаланган Туркестон тарихига оид китобларда ўша жой номи асосан «Марғинон» тарзида ёзилади. Гарчанд аниқ этиологияси масаласи баҳсли бўлса ҳам, Ибратнинг «Фарғон тарихи»да «муғрун дон»дан «Марғинон» пайдо бўлган хусусида Искандар замонига бориб тақаладиган бир ривоят ҳам ёзилб ўтилади. Ҳар ҳолда шаҳрларининг бундай номланиши асарга қайсиридан маънода тарихий мухит салобатини, тарихий давр об-хавосини тақдим этади. Китоб нусхасининг битта жойида — қабри тепасига тошдан ўйиб ёзилган лавҳада: «Кумушбии бинти Мирзакарим Марғиноний...» шаклида келади.

Давоми учинчи саҳифада.



Конференция иштирокчилари ўзбек хонадонида.

Аъло АБДУЛЛАЕВ (ЎЗА) олган сурат.

### ТАРИХИ НОМДОР – ЎЗИ БУНЁДКОР

16-17 апрел кунлари юртимизда «Замонавий уй-жой қурилиши – қишлоқ жойларини комплекс ривожлантириш ва қиёфасини ўзгартириш ҳамда аҳоли ѡхатининг сифатини яхшилаш омил» мавзууда халқаро конференция бўлиб ўтди.

Бу кунларни юртимизда 169 та янги

йигирмата янги уй-жой қурилиб, уларда қишлоқ аҳоли шаҳардагидан қолишмайдиган шаротида турмуш кечира бошлагач, бундай уйларга талаблор кўпайди. Бу жода 2011 йилда

бушотининг маслаҳатчиси Сара Корсино. —Айниска, ҚВПнинг шу худуддаги аҳолига хизмат кўрсатишни бу ерда ёшли аёллар манфаатлари даолатлар беради.

Мамлакатимизга ташриф буюрган меҳмон боркни, бизнинг асрлар давомида шаклланган ҳаёт тарзимиз, яни маҳалла ёзилб ўтишаш ва маҳалла жамоат ташкилотининг мавжудлиги, унинг ваколатлари, кўни-қўнчлилик тамоилилари, хамжихатлигимизга ҳавас билан қарашади. Бу гал ҳам шундай бўлди. Айнан замонавий уйларнинг шарқона қурилиши, қўнчлиларнинг бирор тарзидаги таасусларни кўпайди.

Давоми иккинчи саҳифада.





Маҳмуд ТОИР, Ўзбекистон халқ шоири

## ВАТАНИ СЕВИШНИ СИЗДАН ЎРГАНДИМ

### ОР ҚИЛГАЙ

Тўзигиган хаёлини тутган бормикин,  
Кемаслининг биллигутган бормикин,  
Бахтини баҳридан ўтган бормикин,  
Сиринган сирларни билгим келади,  
Янтоқни йиглатиб юлгим келади.

Юрагимда йиглаб ётган күшим бор,  
Қанотларин боғлаб ётган күшим бор,  
Қаро тунни товлантираш тушим бор,  
Бошим узра осмон оғиб чиқади,  
Ёстигимга ёмғир ёғиб чиқади.

Тил берсалар, гулга тилмоч бўлгайман,  
Йўл берсалар, нурга тилмоч бўлгайман,  
Олов сўранг, кўрга тилмоч бўлгайман,  
Жоним ичра армон яшар ўқиниб,  
Қўнглим билан кеттим келар тўкилиб.

Битта сатр бедор қиласар тоңтата,  
Битта сатр бемор қиласар тоңтата,  
Сўз етмаса жондан ўтиб қонгача,  
Бу шондран опошк қозос ор қиласар,  
Бу шонрин ўз қалами хор қиласар.

### ЎРГАНДИМ

Ўргаттанин одамнинг сўзида офтоб,  
Ўрганган одамнинг юзида офтоб.  
Яшамоқ — аслида сўроқка жавоб,  
Эй, Сиз илк устозим — Онам, дилбандим,  
Ватанини севишини сиздан ўргандим.

Дердингиз, раҳонда дилнинг ранги бор,  
Мухаббат аҳлида гулнинг ранги бор,  
Мехру оқибатда элнинг ранги бор,



Элга эландим мен, сизга эландим,  
Ватанини севишини сиздан ўргандим.

Дегансиз, ҳақ сўзининг ташниси бўлгин,  
Садоқат саҳросин чашниси бўлгин,  
Яхшилик азмиди тўклини, тўлгин,  
Она, дилингизда дарё кўргандим,  
Ватанини севишини сиздан ўргандим.

Офтоб остонондан кеттанди билдим,  
Ботар манзилига еттанди билдим,  
Чўбин отингизни туттанди билдим,  
Кеч деди, ҳеч дедим, дайдор тиландим,  
Ватанини севишини сиздан ўргандим.

Онани асрар бу — Ватанини асрар,  
Онадек багти кенг чаманини асрар,  
Керак, ҳей, онадек гулханини асрар,

олдинги куч-куват ўйк, ўғиллар хам...  
— Чол ҳасрат килишдан аранг ўзини  
тийиб қолди.  
— Хеч бўлмаса, узумнинг шўрини  
дорилап кўйса бўларди. Қишлоқ  
сизларнинг ўзумингизга етадиган  
узум ўйк эди.

— Энди кеч бўлди.

— Нега кеч бўлди? Олтингурутни  
қалин килиб сепса кифоя-да.

— Йўк, — деди чол боз чайқаб, —  
Ҳамма нарсанинг ўз вақти бор.

— Э, шундайми? — Ҳасан уста чол  
нинг миришкор боғбон эканини эслаб-жўцимни кильди. Шу жўнгарни  
ўғилга ҳам ўргатиб кўйсангиз яхши  
бўларди. Чироғингизни ёқиб ўтира-  
диган шу ўғил-да.

— Энди ўргангиси келмаса нима  
килип?

— Ота касбини тутган хор бўлмайди.  
Сартошларим — ота касб, би-  
ласиз. Шуни давом эттириб кам-  
бўлмадим.

Уста ишини битиргач, чол кўрла-  
чи катидан пул чиқарди, уста шоша-  
пиша унинг кўлини қайтарди.

— Йўк-йўк, пулни жойига кўйинг,  
керакмас. Сизнинг ёшинигизга этиб  
юрайлик, бир дуо килиб кўйсангиз  
бўлди.

— Чол кўлини дуога очди...

Мардон чол кишлоқнинг энг ёши  
улуғи, тенг-тўшларининг кўпи чин  
дунёга кетди. Эз келса, саксон тўртни  
қоралайди. Агар оёқларидаги оғрик  
панд бермаганди анча-мунча дар-  
ни писанд қимасди. Ётиб  
когланин чаток бўлди-да. Иш-  
сиз, бекор туришга ўрганмагани  
унун анча сикилиб қолди.

— Томоркадаги боғнинг қаров-  
сиз қолаётганини кўриб юраги зили-  
лади. Ҳусайн узумларни ўзи етиш-  
тирган, туятиш анорларининг дов-  
руги узокларга кетган. Дўйтилар-  
нинг дори-дармони кор қимаганда  
одамлар шифоликка деб унинг  
баҳоргага сакланадиган меваляри-  
дан сўраб келишарди. Шу боғнинг  
ўзидан кейнинг ахволини ўйлаб дил-  
гир бўлади. Ерга ўзидек мөхр кўёлма-  
ган ўғилдан ранжиди. Насиҳатлар-  
нинг ҳар гал индамад тинглаб, ҳами-  
ша "хўп" дейдиган ўғил эса ўз  
билганидан қолмайди.

Шу маҳал катта айвоннинг соя то-  
монида ўтган сариқ из кўчадиги шар-  
падан сергакланиб, дарвоза томон  
чопиб кетди. Кампир калишини  
илиб, итнинг ортида инчадан илдамлади.  
Ховлига ёши элликларни қоралаган,  
қора чўкки соқоли ўзига ярашган,  
ихчам гавдали киши — қишлоқ  
сартоши Ҳасан уста кириб  
хил қорун битаркан-да...

— Ассалому алайкум! — уста ча-  
қон келиб, чол билан ўзигулаб  
кўриши. — Бардаммиз? Иш  
билан бўлиб анчадан бери хабар  
олмадим.

Уста ихчам жомадонини очди ва  
иҷидаги матони чолнинг кўкрагига  
ташлаб, иккича бўйиндан боғ-  
лаб кўйди. Жомадон чўнтакасига  
катор терис кўйилган устаралардан  
биралини олиб обдон қайради. Кам-  
пир кўйиб кетган кумондаги илик  
сувда чолнинг бошини ћўллаб, аст-  
ойдил ишқалашга тушди. Уста соч олар-  
кан, бир зум ишидан тўхтаб, рўпа-  
радаги чолнинг бугига разм солди.  
Бир маҳаллар кишлоқда ҳамманинг  
ҳавасини келтирадиган ажойиб боғ  
каровсиз қолганди. Ўзум новдалари  
ғовлаган, хомток қилинмаган япро-  
ларни шўр босганди. Уста афуслан-  
гандек бosh чайқади. Чол унинг  
халқидан ўтган гапни фахмади.

— Ҳа, боққа қараёлмаямиз,  
тўхтаб чолнинг ўзигулаб кўйиб  
кетади.

— Ота, мен фақат... ўзигулаб  
кетади. Ҳамадон тўхтадан тинглаб,  
хамишада ўзигулаб кетади.

— Нима, мен фақат ўзимни ўйла-  
пманими? Сени ўйлаб куйиняпман.

Бунақа гап-сўзлар кўп бўлди.  
Орадан иккича ойча вақт ўтгач, боғ  
ташвишидан ҳам катта ташвиш чи-  
киб турибди. Ўғил савдога ўтиб,  
кетига оз-моз жир битгач, юриш-  
тириши ўзгари. Инчадиган одат чи-  
қарди. Яқинларини ҳам меснумай  
кўйди. Саломга яшила алилекан-да  
— ақалар ҳам отани ранжитаётган  
уканнинг туркани кўрмаслик учун  
аҳён-аҳёндагина, бирров келиб ке-  
тишиади. Катта хонадоннинг аввали  
файзи қолмади гўё.

— Ҳа, боққа қараёлмаямиз,  
тўхтаб чолнинг ўзигулаб кўйиб  
кетади.

— Ш... озгина... солиқдан кам-  
чилик чиқиб қолди, — ўғил ўзича  
гуфандан.

— Ота, буни буровга олишдан

## НАЗМ, НАСР

Омни денг, яхшига Ҳақ назар берсин,  
Ёмондан ҳар дилга бир ҳазар берсин,  
Маҳмудга шеър отлиқ бир кавсар берсин,  
Тупроқдан ташқари юрган одамлар.

### ҲАЛҚОНА

Чақмоқ чақса чақибди,  
Кимлар кимга ёқибди.  
Қўнгил деган дарёда,  
Сувлар лим-лим оқибди.

Оналар дунёнинг дури азали,  
Эй, сиз — қўнглим кўзин сўймас машъали,  
Согинчим оҳининг битмас газали,  
Руҳий оламингиз тинчин тилаандим.

### ТУПРОҚДАН ТАШҚАРИ

Заминнинг тумори муборак издири,  
Бахтга етакласин бостган қадамлар.  
Тириклик дунёда энг ширин сўзлар,  
Тупроқдан ташқари юрган одамлар.

Шукурни сув мисол шимириб ичинг,  
Онанизин асрар, болангиж кучинг.  
Оқибат бояни бир ниҳод экинг,  
Тупроқдан ташқари юрган одамлар.

Туриадек кўкламни йўқлаб яшантис,  
Куртак кулгусин илгаб яшантис,  
Омонисиз, бир-бирини алқаб яшантис,  
Тупроқдан ташқари юрган одамлар.

Гар кўнгил кўнгилга меҳр илнимас,  
Жафо жилмаймагай, тошлар тилинимас,  
Қадрсиз каторда боринг билимас,  
Тупроқдан ташқари юрган одамлар.

Кайтиб гунча бўлган гулни билмаймиз,  
Бошдан Ҳумо ўтар кунни билмаймиз,  
Кайтмас ўйлга чиқар кунни билмаймиз,  
Тупроқдан ташқари юрган одамлар.

Томошага тош отманг,  
Кўёшдан олдин ботманг.  
Бозорни бозиллатиб,  
Қўнгилини арzon сотманг.

Гувва-гувва гув пиши,  
Хувва-хувва хув пиши.  
Ёзда ёғни ўймасанг,  
Куз тутамай келар қиши.

### МУҲАББАТ ОЛОВИ

Куртаклар кулгусин кўриб ногаҳон,  
Шабдаб энтиқиб кутловга шошар.  
Болари хобидан уйғонар шодон,  
Хабарлар, кувончлар киру тог ошар,  
Баҳор келиби.

тўлаш керак экан-да! —  
Тожибай бу гал ошко-  
ра заҳарханда қилди.

— Сен намумна жи-  
риллайсан?! Нега гап-  
ни айлантирасан?  
Нима, сен осмондан  
тушганимисан салан-  
лаб? — ота ўйлани  
кайтириб ташлади.  
— Сенсиз ҳам битадиган  
иш битади, билдинг-  
ми?

— Ота! Пулни ҳеч  
ким ердан суприб ол-  
тапширади. — Тожибай  
майди, — Тожибай сал  
ховридан тушгандек бўлди, — Мен  
ёрдам бермайман, дедимми? Нима,  
батриклийлик бўлмаса, укамизи?

— Майли ортиқа майдалашмай-  
лик энди, — деди Йўлдош муросага  
ундаб. — Бу кўргулк хаммамизга  
сабоқ бўлсин! Кўр ҳам хассасини бир  
марта йўқотади, — Йўлдош Абдуса-  
мадга иддао билан кўз кирини таш-  
лаб кўйди. — Энди ўша гап — ким  
қанчадан хисса кўша олишини айт-  
син. Кўпдан кўён кочиб кутулмас. Мен  
ўзим индинг сорғи сигиримни бу-  
зоги билан бозорга обориб сотаман  
ва пулни обеклиб отамга топшира-  
ман.

— Мен ҳам тўйга деган бўрдоқи-  
ларини сотаман, — деди Аҳмад.

— Мен ҳам хўжайнинг айтаман,  
атаганин берар, — гап қотди ёғлиз  
сингил Қаноат.

— Сен... қўявер, болам, ўзинг  
жўжабирдай жонсан, минг қиссан  
бировнинг бандасисан, — деди кам-  
пир кизига ачинганимни тикили.

— Йўлдош гажлик килаётган Тожи-  
байга саволомуз тикилди.

— Битта тиррак эчким бор, шуни  
қанчага кўттараса сотаману пулни бе-  
раман. Бошқа ортиқа нарсам йўл! —  
Тожибай отдан тушса ҳам эгардан  
тушгиси келмасди.

— Менимчам, бу тўплаган маблағи-  
миз керак пулнинг яримига ҳам етмайди.  
Камига карз кўтаришга тўғри!

— Сен... қўявер, болам, ўзинг  
жўжабирдай жонсан, минг қиссан  
бировнинг бандасисан, — деди кам-  
пир кизига ачинганимни тикили.

— Ўзимиз бир амаллаймиз, ота,  
— Йўлдош ўйга толиб, ланжроқ гапи-  
риди. — Аммо-лекин ўттиз миллион  
ката пул. Барниб, қарзисиз иш бит-  
майди. Банкдан қарз олиши керак.

— Банкдан бунча пулни ундириш  
ҳам осон эмас, ака.

— Эгамберди кассобининг банқда  
шислийдиган ўғли Абдураззокин ўзим  
жўктиданмай. Шунга юкини бораманда  
энди. Йўл демас. Менинг хурмат  
клияда, фоизини сал камайтириб,  
инсоф килар.

— Э, ака, замондан орқада қолиб-  
сиз, — Тожибай ҳамон иддао қолар-  
ди. — Ҳамма пулга сигинадиган бўл-  
кетган. Абдураззокин ҳам оғизини  
мойлаш керак...

— Дунёда пулдан ҳам азизроқ на-  
сал



Софиянг — бойлигинг...

## УЗОҚ УМР КЎРИШНИНГ ЕТТИ ШАРТИ

Америкалик кардиолог Клайд Янси ҳар бир киши камидан 90 йил яшаш, ҳатто юз ёшга этиб, уни тўйдай нишонлаш учун тўксон фоиз имкониятга эга, деб ҳисоблади. Олимнинг таъкидлашича, бунинг учун бор-йўғи еттига оддий коидага, ҳар замонда бир эсга тушганда эмас, изчилрио этиш шарт экан.

**1. Кўп ҳаракат килиш.** 6-8 соатлаб ўрнидан жилмай ишлайдиган кишида 60 ёшга қадар инсулт ёки юрак хурожига учраш хавфи икки баробар юқори бўлади. Юрак шифокори Т.Оғнева ҳам олимнинг фикрини тасдиқлаб, ҳар куни 40 дакицадан кам бўлмаган вактда фаол жисмоний ҳаракат килиш зарур, деб ҳисоблади. Негаки, айнан шу вақт мобайнидаги фаол ҳаракатдан сўнгигина организм сут кислотаси ишлаб чиқара бошлади, аъзолар ва тўкималар кислород билан тўйиниб, юрак бир маромда ишлайди. Шунингдек, иш куни мобайнинда ҳар ярим соатда беш дақиқадан зинапояларга чиқиб-тушиш ёки киска муддат бадантарбага билан шугулланмоқ керак.

**2. Холестерин меъёрини билиш ва уни назоратга олиш.** «Ёмон» холестерин кон босими ошиши ва юрак етишмовилигига сабаб бўлади.

Холестерининг меъёрдаги кўрсаткич:  
 - умумий — 5 ммол/л(200 мг/дл);  
 - сийрак зичлидаги «ёмон» холестерин (ЛПНП) мидори — 3,5 ммол/л(130 мг/дл);  
 - юқори зичлидаги «яҳши» холестерин (ЛПВП) — 1ммол/л(39 мг/дл).

30 ёшдан ўтган кишилар йилига бир марта, 45 ёшдан ошганлар эса йилига икки марта конидаги холестерин мидорини текширишилари зарур.

**3. Сифатли ва ранг-баранг таомларни истеъмол килиш.** Кон томирларнинг хәётӣ фалолигини таъминлаш ва гормонларнинг меъёрида ишлаб чиқилиши учун ҳар куни биринчи рутичий тўқима (клетчатка)ларга, ўсимлик ва ҳайвонот оқсилларига, енгиз ҳазм бўладиган карбон сувлар (углеводлар) ва аминокислоталарга бой таомларни истеъмол килиш керак. Ҳар куни ҳеч бўлмаганда бирор-бир турдаги янги мева-садзабот истеъмол килиш одатга айланмоғи лозим.

**4. Артериялардаги босимни кузатиб бориш.** Ҳозир ёшлар ўртасида ҳам кон босимининг ошиши эпидемияга айланган. Маълумотларга кўра, ҳозир ёши 35-40 дан ошган кишиларнинг 40 фоизидан ортиғида кон босими барқарор.

Меъёрдаги кон босими дарражасининг энг ози — 115-110/70.

Энг макбули — 120/80.  
**Меъёргасиги — 120-129/80- 84.**  
**Меъёргага дарражанинг энг юкориси — 130-139/85- 89.**

Артериал гипертония — 140/90 ва ундан юкори.

**5. Вазнни меъёрда саклаб.** Вазннинг 15 кг. ортичалиги умрни ўн йилга кискартириши тадқиқотларда исботланган. Ёш ошиши билан белнинг ҳажмига ҳам эътибор қартиши зарур: аёлларда бел ҳажми, коматига қараб, 80-85 см.дан, эркакларда эса 95—105 см.дан ошмаслиги керак. Корин атрофидаги ёф тўпланиб қолиши модда алмашниви бузилишига ҳамда кон томирлар билан боғлик мумлоп келиб чиқишига сабаб бўлади.

**6. Кон таркибидағи қанд мидорини билиш.** Қорин оч пайтада конидаги нормал қанд мидори 3,3 – 5,6 ммол/лни ташкил этади. Таомдан сўнг фақат 7,8 ммол/л.гача ошиши мумкин. Ундан ошгани яхши эмас. Россияда ўн миллион киши қанд касаллигидан азият чекади. Унинг асоратлари, айникса, юрак-кон томир ҳамда организмнинг гормонал тизими билан боғлиқ хасталикларда ҳавфли ҳисобланади.

**7. Чекмаслик.** Чекиши ташлагандан сўнг, орадан 15 йил ўтгандан кейинингни организм ўзини тўла тикилаши мумкин экан. Энг охирги тамакини чеккандан кейин орадан бир неча соат ўтгач никотин билан заҳарланган организм ўзини тиклай бошлади. Бинондин, чекиши қанча эрта ташласангиз, узоқ умр кўриш имкониятингиз шунча ортиши мумкин.

\*\*\*

**✓ Тухум оқсилининг фойдаси.** Хитойдаги Цзилин университети олимлари тухум оқсили истеъмоли артериал кон босимини туширишга ёрдам беришини аниқладилар. — «Тухум оқсили гипертониянинг олдини олиш ва даволашда фойдали бўлиши мумкин. Биз ўтказган тажрибалар бу борадаги аввалги маълумотларни тасдиқлади», — дейдай таддикот муаллифи Жиленг Ю.

Тухум оқсили айрим дори препаратларидан қолиши маскан. Ҳолбуки, шу вақтга қадар тухумда холестерин жуда кўп деб ҳисоблади. Олимлар бунинг сири тухум оқсили таркибидаги моддаларда, деб ҳисобламоқда. Айнан улар юрак хасталикларини көлтириб чиқарадиган омиллардан биро бўлган кон босимини туширишга ёрдам беради. Тухум оқсилилари босимлар кон босими меъёрини назорат килишига кўмаклашади.

Мутахассислар тажриба чоғида кон босими юқори бўлган оқсилининг сири тухумда холестерин жуда кўп деб ҳисоблади. Олимлар бунинг сири тухум оқсилилари таркибидаги пептид моддаси билан озиқлантириб, шундай ҳулсага келишиди. Энди тухум оқсилининг бу хусусияти одамларда ҳам синаф кўрилади.

Интернет хабарларидан.

Кўнгироқ товушидан чўчиб тушган хотиба «дик» этиб ўрнидан турди-да, эшикни аста очиб раҳбар хузурида пайдо бўлди.

— Намунахон, бугун ходимлар ўзурниларидами?

— Ҳа, Бердивой ака.

— Үндай бўлса, соат ўн бирор нол-нолда ҳаммани шу ерга йигинг.

— Хўм бўлади.

Котиба қиз бир зумда ҳаммани йигишидан хабардор қилди.

— Бугун сизларни йигишидан мақсад битта. Ҳўш, гап шундаки, ҳамманизга маълум, неча йилдан бери ташкилий ишлар билан шугулланадиган, гапга чечан, ушлаган жойини узиб оладиган, оёқ-қули чаққон йигит бўлса, деб юрат эдик. Шундай йигитни топдик. Уни танишириб кўйиш учун сизларни йигдим. Ислами хам ишларига мос — Киличбек.

Муаммаларни шартта-шартта хабар килиб ташлади. Ана энди кимнинг ташкилий иши бўлса, Киличбекка мурожат қилиши мумкин. Ҳамманизга рухас, яқиндан танишиши иш мобайнинда бўлаверади. Киличбек, сиз қолинг, маслаҳати иши бор...

— Қани ӯтиринг-чи. Ҳўш, жамоамиз сизга маъқулми?

— Раҳмат, ҳўжайин. Ўзингиз айтгандай, яқиндан танишиши иш мобайнинда бўлаверади-да.

— Гап бундай, йигит. Бу жойга кўз тикканлар жуда кўп эди. Сизга насиб қилди. Буни нишонлаш керак. Жамоамиз уз кадар катта эмас, кўрдингиз. Тушлик вақти ҳам бўлиб қолди. Үн-үн беш кишилик чой ташкилий ишлсангиз. Менда бир шиша тозасидан бор. Колгани ўзингизга ҳавола. Нимани лозим кўрсангиз, шу-де...

Киличбек, «Хўм бўлади, тушундим», деди-да ташқирига чиқди.

Котиба қизга золзалиб:

— Ҳеч ким тушликка чиқсан, мен бир соатга қолмай келаман. Бугун тушлик менинг ҳисобимдан, — деб

йўлга тушди.

Бозорга бориб, сара мева-чева, қанд-курс, ширмой нон ва бир тогора кокилдек тўйралган норин сотиб олдида, ишончага ошиди. Зинёфат барчага манзур бўлди. Ҳамма Қиличбекка омад тилади. Киличбек ишлари юришиб кетганидан анча мамнун эди.

Кунларнинг бирида уни ҳўжайин чактириди.

— Ҳўш, уша, ишлар яхшими, ҳаммаси жойидами?

— Ҳа, раҳмат.

## БУ САФАР ҲЎЗИМ

Шавкат МУЗАФФАР чизган сурат.



ишлайвераман», деб садоқатини кўрсатиб келаяти. Шу аёлнинг ҳам сазаси ўлмасин. Кичикрок бир совға олсан, кейин бир пиёла чойни... Нима дейсиз? Тунов куни бир дўстим хориждан келувди. Шишиси алламбо бир ичимлик ташлаш кетган.

— Ҳўм бўлади, ҳўжайин. Тушундим. Бажарамиз, — дедио, Киличбекни хәёли қочди. Уйда яна машмаша бошланishi анича.

Киличбек хонасида бошини иккى кўли билан чанглаб ўтираркан, эшик очилиб, котиба қизнинг сертабассум чехраси кўринди.

— Сизни бошлиқ йўқлаяптилар.

— Тинчлими, ишқилиб?...

Киличбек бошлиқнинг хонасига бош сукди:

— Ассалому алайкум, йўқлаган экансиз...

— Келинг, Киличбек. Мен айтмасам ҳам ўзингиз ишни бошлиб юборгандирисиз дедим-ум, яна бир суриштирай, деб чақиригандим.

— Нима гап, Бердивой ака?

— Ана, холос, эсингиздан чиқдими?

Ахир, индинга аёллар байрами-ку!

— Ҳа, дарвоке, ёддан кўтирила-эзиби.

— Ия, ахир, жамиятимизни, оиласизни аёлларсиз тасаввур қилиб бўладими! Шундай байрамни эсадан чиқарни... Мен тушунмадим. Ҳуллас, аёлларга кўнгилдагидек совғалар, албатта, гули билан ташкил киласиз.

Кейин курук бўлмасин, ихчамроқ бир дастурхон атрофидаги сухбат курсас ёмон бўлмасди. Менда совғага келгел бир шиши «Мона Лиза» деган зўр ичимлик бор. Колганини ўзингиз. Сизга нима бўлди, Киличбек?

— Халиги, сал тобим йўқроқ, шекилли. Сиз хавотир олманг, ҳўжайин. Ҳаммаси кўнгилдагидек бўлади.

Байрам тадбири ҳамма ҳавас қилгудек хушчакчалик билан ўтди. Орадан ҳафта ўтмай, Киличбек бошлиқ кабулига кирди.

— Бир таклиф бор эди. Шу десангиз, эртага жамоа билан бирга тушлик килсан.

— Нишонлайдиган бирор... сана борми деймани-а?

— Шундай десак ҳам бўлаверади. Эртага таваллуд куним. Шунга...

— Бўлди, бўлди, Киличбек. Ҳаммаси тушунлари. Демак, зиёфат дент. Үндай бўлса, менда...

— Агар ҳўм десангиз, бу сафар ўша битта шишани ҳам ўзим...

— Ҳа, баракала йигит, мана бу бошка гап. Бир-бirimizни энди тушун бошлидик, чоги. Майли, нима ҳам дердик. Демак, эртага тушликда биргарамиз.

Эртасига бошлиқ ишончага анча эртакелди.

— Намунахон, кимлар келган?

— Хозирча, Киличбек ака юшларнинг. Айтганча, столингиз устига узун бўйли кутича кўйиб, чиқиб кетдилар.

— Бу Киличбек дегани жуда чақири чиқди-да. Нима бор экан кутичада?

Бошлиқ баланд бўйли кутича устидаги ёзувни товуш чиқармай ўқиди: «Добрай». Кейин кутича тагидаги оқ юғортириди: «Ариза... Мени ўз юхишимга кўра...»

Асрор СУЛАЙМОНОВ

## Ўзбекистон Республикаси Маданият ва спорт ишлари вазирлиги

Республика Ҳалқ ижодиёти ва маданий-маърифий ишлар илмий-методик маркази, Ўзбекистон Бадиий академияси, Республика «Дунарманд» уюшмаси, Ҳалқаро «Олтин мерос» хайрия жамғармаси, «Камолот» ёшлар ижтимониёт ҳаракати Марказий Қенғаши, Республика «Тасвирий ойна-Тасвир» ижодий уюшмаси

Маданият ва санъат кўргазмаси ҳамкорлигидаги

«Обод турмуш йили»га бағишилган

