ИЖТИМАҒИ-СӘЙӘСИ-МӘҘӘНИ ГӘЗИТ

Киске Өфө

10-16 август (урағай) 2019

№32 (866)

kiskeufa.ru • 2002 йылдан башлап сыға • һатыуҙа хаҡы ирекле

БЫЛ ҺАНДА УҠЫҒЫҘ:

Иҫкәртеүҙәргә ҡолаҡ һалғанда...

5

Шәғәле Шаҡман бабабыҙ,

тамъян булыр атыбыҙ 7

Һәр өйҙә шашкала уйнаһындар,

ул мейене күнектереү сараһы икәнен белһендәр 8-9

Уларҙың яҡшы уй-ниәте...

халҡыбыҙҙың көнитмешен көйләй

12-13,16

ТВ-программа 14

Иғтибар! Таныштарығыҙ, дуҫтарығыҙ араһында 2019 йылдың икенсе яртыһы өсөн "Киске Өфө"гә яҙылмай ҡалғандар булһа, беҙҙең сәләмде тапшырығыҙ, зинһар: 17 августҡа тиклем яҙылып өлгөрһәләр, гәзитте сентябрҙән алдыра башлаясаҡтар. Индекстар үҙгәреүен дә белеп ҡуйығыҙ: ПР905 индекслы "Киске Өфө" гәзитенә ҡалған 4 ай өсөн 416 һумға яҙыла алаһығыҙ. Бергә булайыҡ!

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

Ҡорбан байрамы һымаҡ дини йолалар һеҙҙең ғаиләлә нисек үтәлә?

Сәйфулла ӘМИРОВ, йәмәғәт эшмәкәре, журналист: Илебеҙҙә Ислам динен тотоусыларға ыңғай ҡараш булдырылғас, күптәр атай-олатайҙар һайлаған дингә кире ҡайтты. Улар араһында ғаиләһе менән намаҙға баҫыусылар ҙа, Исламдың бишенсе талабы - хаж ғәмәлен үтәүселәр ҙә етерлек. Ә инде ике ҙур дини байрамыбыҙ - Ураҙа менән Ҡорбан ғәйеттәрен, уның йолаларын ғаиләһендә генә түгел, йәмәғәтселек менән бергәләп, ололоҡлап, ихлас күңелдән башҡарыусыларҙың да арта барыуы һөйөндөрә. Ауыл ерҙәрендә йәшәүселәр Ҡорбан өсөн махсус инселәп һарыҡ малы үрсетә. Хәләл көсөндә һалып аҫраған малынды ҡорбанға тотоноуҙың сауабы ла ҙурыраҡтыр, тип уйлайым. Беҙ үҫкәндә ауылдағы мәсетте тәүҙә - мәктәпкә, аҙаҡ клубҡа әйләндерҙеләр. Миңә шул мәсет бинаһында белем алырға яҙҙы. Өлкән быуын бер ҙә, мәсет юҡ, тип торманы; берәй ҙурыраҡ йортҡа йыйылырҙар ҙа күмәкләп намаҙын да уҡырҙар, табын ҡороп, дини мәжлестәрҙе лә бергә башҡарырҙар ине. Бына шулай итеп, дини йолаларыбыҙҙы түкмәй-сәсмәй, дөрөҫ итеп беҙгә килтереп еткергән ата-бабаларыбыҙ, әсәй-өләсәйҙәребеҙгә рәхмәтле булыу, уларҙың рухтарына аяттар бағышлап тороу фарыҙ.

Ҡорбанға мал салыу - Аллаһ тарафынан бәндәләргә бойоролған бер йола. Бер яҡтан, ҡорбан ите кешеләрҙе һыйлау өсөн файҙаланылһа, икенсе яҡтан, ғибәҙәт булараҡ, ҡорбан салыу сәбәпле, мосолман әжер-сауаптарға лайыҡ булып, Аллаһтың үҙенә яҡыная, тиелә изге Китапта. "Ҡорбан малдарының ите лә, ҡаны ла Аллаһҡа барып етмәй. Уға һеҙҙең бары тәҡүәлегегеҙ генә барып етә. Үҙегеҙҙе тура юлға төшөргәне өсөн Аллаһты ололай белһендәр тип, малдарҙы Ул һеҙҙең ихтыярығыҙға тапшырҙы..." тип әйтелә "Хаж" сүрәһендә.

Үткән быуаттың 90-сы йылдарында урындағы телевидение аша ике йыл рәттән Ураҙа һәм Ҡорбан ғәйеттәре хаҡында сығыш яһап, уларҙы үткәреү йолалары хаҡында һөйләнем, мосолман ҡәрҙәштәрҙе ул саҡ үҙем эшләгән Мәләүез минераль ашламалар акционерҙар йәмғиәтенең спорт комплексына байрам йолаһында ҡатнашырға саҡырғайным. Хәҙер инде саҡырыу кәрәкмәй. Ҡорбан ғәйете үҙе ҙур байрам булып, дәүләт кимәлендә билдәләнә. Шулай уҡ ғаиләбеҙҙә лә изге, яҡты байрамдарҙың иң олоһо. Ғөмүмән, бер генә дини йолаларҙан да ситтә тороп ҡалғаныбыҙ юҡ, иншалла. Бергәләп йола башҡарабыҙ, аят мәжлестәренә диндәштәрҙе йыябыҙ. Үҙебеҙ ҙә ихлас йөрөйбөҙ. Бер генә теләк - айырыуса йәштәргә ҡарата әйтеүем: дини йолаларыбыҙҙы "модаға эйәреп" түгел, ә уның асылына төшөнөп, мәғәнәһен аңлап, ихласлыҡ менән башҡарһындар ине.

(Дауамы 2-се биттә).

АВГУСТ КӘҢӘШМӘҺЕ АЛДЫНАН

ХЫЯЛЫМ МӘКТӘБЕ

Яңы уҡыу йылы башланырға ла күп ҡалманы. 1 сентябрҙә мәктәп ихаталары тағы ла ҡулдарына аллы-гөллө сәскәләр тотҡан эрелеваҡлы уҡыусыларҙың шат тауыштарына күмелер. Бынан байтаҡ йылдар элегерәк мин эшләгән мәктәпкә АҠШ-тың Юта штатынан студенттар килгән ине. Уларҙы иң аптыратҡаны - 1 сентябрь көнөнөң байрам төҫөн алыуы булды. Баҡтиһәң, уларҙа уҡыу йылы башланыуы бер нисек тә байрам ителмәй икән. Әлбиттә, байрам үтә лә китә, ә мәктәп донъяһы киләһе йәйгә тиклем үҙенең бихисап мәшәҡәт-хәстәрҙәре менән йәшәй бирә.

Ғөмүмән, мәктәп ниндәй булырға тейеш, уҡыусыларҙы нимәләргә һәм нисек өйрәтергә була, нисек итеп фән донъяһына ҡыҙыҡһыныу уятырға, уларҙың белем кимәлен нисек баһаларға - ошондайыраҡ һорауҙар педагогтарҙы ғына түгел, һәр ата-әсәне лә борсой. Заман менән бергә мәктәп тә, уҡытыу системаһы ла үҙгәрә бара. Рәсәйҙең хәҙерге белем биреү системаһы йыш ҡына ҡаты тәнҡит утына ла тотола, һәм бының өсөн ерлек тә етерлек. Шәхсән үҙем ошо мөхиттә байтаҡ йылдар психология фәнен уҡыттым, мәктәп етәкселегендә эшләнем, мәғариф өлкәһендә закондар сығарыу эшендә лә ҡатнашырға насип булды. Әммә хыялымда тыуған идеаль мәктәп образы, күрәһең, бары уй-фекер донъяһында ғына ҡаласаҡ. Шулай ҙа ошо хыялым мәктәбе хаҡында, бәғзе берәүҙәр төштәрендә күргәнен һөйләгән кеүек, һеҙгә лә бәйән итергә баҙнат иттем.

Сәнғәт өлкәһендә, театр кейем элгесенән башлана, тигән әйтем бар. Хыялымдағы мәктәп тә бинаһынан башлана. Дөрөҫөрәге, бер-береһе менән тоташтырылған бер нисә корпустан хасил ул. Башланғыс кластар айырым бинала уҡый, унда класс бүлмәләренән башҡа, шашка, шахмат уйнау бүлмәләре, уйындар һәм гимнастика менән шөғөлләнеү өсөн ыҡсым ғына физкультура залы ла йыһазландырылған. Сәнғәт корпусында бейеү, хореография бүлмәләре, музыка үҙәге, рәсем һәм живопись кластары, ҙур сәхнәле тамашалар залы бар. Шулай уҡ министаноктар, электр инструменттары менән йыһазланған эш урындары, автокласы булған технологик корпус үҫмерҙәргә бик тә оҡшай: бында улар төштән һуң мастер-педагогтар ҡарамағында ғәмәли техник әҙерлек дәрестәренә йөрөй. Корпустар тирәләй йәшел газонлы бәләкәй футбол яланы, баскетбол һәм волейбол майҙансыҡтары урынлашҡан, мәктәп ҡоймаһы буйлап йүгереү аллеялары һуҙылған. Мәктәп гүзәл бер баҡсаға ла оҡшап тора: йәшел шыршы-ҡарағай, миләш һәм балан ҡыуаҡтары, төрлө төҫтәге сәскәләре менән күҙ яуын алып торған территория ул.

(Дауамы 3-сө биттә).

Беҙ киләсәк мәктәбендә уҡыясаҡбыҙ!

12+

ЗЫЯЛЫЛАР МАЙҘАНЫ

Һәр заманда ил-йортҡа ауырлыҡ ишерелгәндә йә ниндәйҙер ҡатмарлы мәсьәләләрҙе хәл итергә кәрәк булғанда майҙанға зыялылар сыҡҡан. Уларҙың аҡылы, ялҡынлы телмәре яуға күтәргән, урыныҡ сәбәләнеүҙәрҙән төңөлдөргән, ярһыуҙарҙы баҫҡан йә тоҡандырған. Бөгөнгө еңел булмаған осорҙа замандаш зыялыларҙың үҙ халҡына әйтер һүҙе ниндәй булыр?

ӘЙТЕП БАР!

Алмас ҒАФАРОВ, Башҡортостандың атҡаҙанған мәҙәниәт хеҙмәткәре, йырсы: Рәсәйҙә лә, башҡа сит илдәрҙә лә кешеләр ауыл еренән ҡалаға күсеп йәшәргә ынтыла. Был тенденциянан башҡорттар ҙа ситтә тороп ҡала алмай. Беҙ ҙә матди яҡтан ниндәйҙер тотороҡло кимәл булһын өсөн ҙур ҡалаларға күсеп, яҡшы һәм аҡсалы урында эшләргә тейешбеҙ. Ауыл - башҡорттоң бишеге, беҙҙең йолалар, ғөрөф-ғәҙәттәр һәм рухыбыҙ һаҡланған урын, тиһәк тә, донъя үҫешенән артта ятып ҡалмауҙы ла хәстәрләү мөһим. Бик тә бик ҙур ҡалала милләт булараҡ юғалтыу кисерәбеҙ, тип иҫәпләһәк, Шамонино кеүек ауылдар төҙөргә кәрәк. Унда әлеге көндә күпме йәштәребеҙ матур итеп донъя көтә, балаларын башҡорт балалар баҡсаһына һәм мәктәбенә йөрөтә. Эш һәм аҡса табыу йәһәтендә лә уңайлы - баш ҡала эргәлә генә, башҡорт мөхитен һаҡлау, иркенләп үҙ донъяһын төҙөп, күп балалы ғаиләләр ҡороп йәшәүгә лә ҡулай.

Ғөмүмән, ҡалала йәшәйһеңме, ауылдамы - үҙеңә кәрәкле уңайлыҡтарҙы үҙең хәстәрләргә тейешһең инде ул. Матди йәһәттән генә етешлек түгел, рухи ҡиммәттәрҙең дә быуындан-быуынға күсә барышы боҙолмаһын тиһәң, башҡорт балалар баҡсаһын да, башҡорт мәктәбен дә булдырыуға көс һалаһың. Хөкүмәт халыҡ һүҙенә ҡолаҡ һалмай түгел, тик ваҡытында фекерҙе дөрөҫ итеп еткерә барыу кәрәк. Әммә бының бер әтнәкәһе бар - бер төптән булып, бер һүҙле булыу талап ителә. Ниндәйҙер мәсьәлә күптәрҙе борсой икән, күптәр уны хәл итеүҙе һорай, талап итә башлаһа - юғары вазифалы кешеләрҙең дә иғтибарына эләкмәй ҡалмай. Был ҡылыс болғарға саҡырыу түгел, ә аныҡ маҡсаттар ҡуйып, төплө фекерҙәр еткереп, һәр нөктәне урынында ҡуйып барыу тураһында һүҙ бара. Халыҡҡа үҙ фекерен әйтергә, борсоғаны менән бүлешергә мөмкинлек биргән саралар хәҙерге көндә күп, шуларҙың береһе - интернет селтәре. Уның аша беҙ ил етәкселегенә лә, урындағы депутаттарға ла, бер-беребеҙгә лә проблемалар, яңы идеялар, проекттар тураһында белгертә алабыҙ. Ғөмүмән, хәл ителмәҫтәй проблемалар юҡ, тик һәр беребеҙ ваҡытында хәстәрлек күреүе шарт. Үҙең генә атҡарып сығырҙай түгел икән - әйтеп барырға кәрәк. Халыҡта ла "Белмәгәнгә әйтеү тейеш", тиҙәр.

Камила ҒӘЛИЕВА
яҙып алды.

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

Ҡорбан байрамы һымаҡ дини йолалар һеҙҙең ғаиләлә нисек үтәлә?

(Дауамы. Башы 1-се биттә).

Тәнзилә ҠУНАФИНА, хаҡлы ялдағы уҡытыусы, Әбйәлил районы, Ҡырҙас ауылы: Һәр бер зыялы ғаиләләрҙәге кеүек үк, беҙҙең ғаилә лә үҙебеҙҙең Ислам дине йолаларын, ата-бабаларыбыҙҙан килеп еткән ғөрөф-ғәҙәттәребеҙҙе һанлап, ихтирам итеп, йола ғәмәлдәрен ихлас күңелдән башҡарып, Аллаһы Тәғәлә сунаптарына лайыҡ булырға тырышып йәшәйбеҙ, иншалла. Бер аҡыллы шәхес әйтеп ҡалдырғанса, әгәр дәүләтебеҙҙең сәйәсәт һәм иҡтисад мәсьәләләре менән булып, кешеләрҙе рухи тәрбиәләүгә, уларҙың күңел нескәлеген, күңел сафлығын ҡайғыртыуға ваҡыты етмәй икән, был бурыс ғаилә иңенә һәм шул уҡ дәрәжәлә дин әһелдәре өлөшөнә төшә. Ҡағиҙә булараҡ, тап иманлы ғаиләләрҙә иманлы балалар тәрбиәләнә лә инде. Шуға күрә, яҡшы, изге күңелле балалар тәрбиәләүҙең йөгонтоло сараһы булараҡ, дини йолаларға һәм байрамдарға һәр бер ғаилә иғтибар үә ихтирам һаҡланһа икән. Шәхсән беҙ үҙебеҙ Ураҙа, Ҡорбан ғәйеттәрен мәсеткә барып, ауылдаштарыбыҙ менән бергәләп үткәреүҙе хуп күрәбеҙ. Мөмкинлеккә ҡарап, ҡайһы бер йылда үҙебеҙ ҙә ҡорбан салабыҙ һәм туғандарҙы, ауылдаштарҙы саҡырып һыйлайбыҙ. Мин үҙем, Аллаға шөкөр, йыл һайын ураҙамды ҡалдырғаным юҡ. Унан һуң тән еңеләйеп, йәшәүгә көсҡеүәт өҫтәлгәндәй була. Үҙемдең дә, тормош иптәшемдең дә атайҙарыбыҙ баҡыйлыҡта. Беҙ уларҙы йыл һайын иҫкә алып, әрүахтарға бағышлап аят уҡытабыҙ. Минең ирем аяттарҙы яҡҡа белә, Ҡөрьәндә лә ғәрәп яҙмаһынан уҡый. Ауылдаштар уны йыш ҡына аят йә ниҡах уҡырға йә сабыйҙарына исем ҡушырға саҡыра. Үҙебеҙҙең ейәнейәнсәрҙәргә лә исемде ҡартаталары үҙе ҡысҡырҙы. Яңы өй нигеҙенә аҙан әйтергә лә саҡыралар. Ауылыбыҙҙа мәсет тә, имам да бар. Ул бушамаһа йә мулла таба алмаһалар, минең иремә киләләр. Уның мөфтөйҙән алған рөхсәт ҡағыҙы ла бар. Ғөмүмән, ул дини яҡтан бик грамоталы кеше. Ауыл халҡы дини йолаларыбыҙҙы һанлап, тейешле ғәмәлдәрҙе үтәп, иманға ынтылыш менән йәшәй, шөкөр.

Зөбәйҙә ҠӘЛӘМОВА, әғинәй, тыуған яҡты өйрәнеүсе: Бөгөнгө көндәрҙә Ҡорбан ғәйетен үткәреү ғәҙәти төҫ алды. Ә бынан өс тиҫтә йыл элек уны билдәләү һирәк күренеш ине. Ниәтем - ошо хаҡта хәтирәләр менән уртаҡлашыу. Туҡһанынсы йылдар башы. Улар араһынан фольклор төркөмөнә йөрөүсе әбейҙәрем сираттағы репетицияла ҡорбан салыу тураһында һүҙ ҡуҙғатты. Ул ваҡытта хәҙерге кеүек имам юҡ. Хәйруллина Мәүжидә клуб мөдире ине. Бергәләп кәңәшләшкәс, уның ҡайныһы Хәйруллин Абрар Зыя улына мөрәжәғәт иттек. Заманына күрә уҡымышлыларҙан һаналды ул. Шулай итеп, беренсе ҡорбанды ул салды. Сораман ауылында уҡытыусы булып эшләй инем ул саҡ. Беҙ өй беренсә йөрөп, ололарҙы Ҡорбан ғәйетенә саҡырып сыҡтыҡ. Ауылдаштар, хаҡлы ялдағы ололар мәктәп ашханаһына йыйылды, хатта күрше Зәйнәкәй ауылынан да ҡунаҡтар килеп етте. Шул саҡ ауылда дин эшмәкәре булмау сәбәпле, дини китаптарҙан уҡып, Ҡорбан байрамының риүәйәтен үҙемә һөйләргә тура килде. Алдағы йылдарҙа ошо изге эш йәйләп традицияға әүерелде. 2009 йылда ауылыбыҙҙа оло ваҡиға булды. Ишморатовтар нәҫеленән Моратов Юлай үҙе бағыусы булып, бороңғо мәсет нигеҙендә Иман йортон төҙөттө. Бөгөнгө көндәрҙә дини байрамдар шунда үтә. Ауылдаштарымдың барыһы ла тип әйтерлек булмаһа ла, байтағы ҡорбан салдырырға өйрәнеп килә. Аллаһ ризалығы өсөн йыл да салынған ҡорбандан тыш, ауылыбыҙҙа нәфел (добровольный): әрүахтәр рухына, йорт нигеҙенә, өй төҙөр алдынан, ғаиләлә сабый тыуһа, егеттәрҙе армияға оҙатҡанда, балалары уҡырға киткәндә, юбилейҙар айҡанлы ҡорбан салыу маҡтаулы ғәҙәткә әйләнә бара. Ғадим Әхмәтов, Фәнил Шәрипов һәм беҙҙең ғаилә һарыҡтарҙы күп итеп аҫрайбыҙ. Ситтән дә килеп һатып алыусылар бар. Сөнки Ҡорбан байрамына ниәтләп аҫыралған һарыҡты алдан яҡшылап ашатыу, тәрбиәләү талап ителә. Уны махсус доға уҡып, ғәйеттән һуң салалар. Шөкөр, был изге йоланы атҡарыусы үҙебеҙҙең имамдарыбыҙ бар хәҙер.

Фәүзиә МӨХӘМӘТШИНА
яҙып алды.

БЕР КӘЛИМӘ ФЕКЕР

АУҒА ЭЛӘКМӘ!

Гәзитебеҙҙең үткән 31-се һанындағы "Әйт, тиһәгеҙ..." рубрикаһында "Ни өсөн тормошобоҙҙа негатив күбәйҙе?" тигән һорау ҡуйылғайны. Шундағы ҡайһы бер фекерҙәргә тағы бер иғтибар итегеҙ әле.

"Үҙебеҙҙе ыңғайға көйләп, халҡыбыҙ файҙаһына кәрәкле эш менән мәшғүл булып йәшәһәң, тормошта осрап торған негатив күренештәргә, әгәр улар ысынбарлыҡты дөрөҫ сағылдырмай икән, иғтибарыңды бүлеп, көсөңдө сарыф итеп тороуҙың да кәрәге юҡтыр, сөнки негатив - ул емереүсе көскә эйә кире хис-тойғо, агрессив энергия. Шуға күрә негативҡа "тукланырға аҙыҡ" бирмәһәң, ул үҙенән-үҙе юҡҡа сығасаҡ, тигән уйҙамын", - ти Сибай ҡалаһынан Тәлғәт Солтанов атлы табип.

"Иң мөһиме - тормошобоҙҙа осрап торған негатив ауына эләгеүҙән һаҡ булырға, бының өсөн үҙеңдә тынлыслыҡ һәм көслө ихтыяр тәрбиәләргә, үҙеңдең кимәлеңдән түбән төшмәскә; нахаҡ, ғәйбәт, мыҫҡыллау кеүек ҡайһы бер ыуаҡай бысраҡлыҡтарҙы төптә ҡабул итмәскә, доға йә башҡа берәй психологик алым ярҙамында таҙарынырға, позитив көйләнешкә өйрәнергә кәрәк. Шул ваҡытта бер ниндәй негатив та энергетик балансыбыҙҙы боҙа, емерә алмаясаҡ", -тип кәңәш бирә Гөлфиә Хәбирова исемле уҡыусыбыҙ. "Бөгөнгө негатив күренештәргә йәмғиәт нигеҙе булған ғаилә институтының емерелә барыуы сәбәпсе", - тип тә дөрөҫ әйтә педагогика ветераны Көнһылыу Ҡотлобаева һәм был тема үҙе айырым һөйләшеүҙе талап итә.

Һәм һығымта урынына шундай риүәйәт: Ҡарт үҙенең ейәненә бер донъя серен аса: "Һәр кешелә ике бүре араһындағы кеүек алыш бара. Бер бүре насарлыҡ яҡлы, ул көнләшеү, эгоизм, алдау, негатив өсөн алыша. Икенсе бүре яҡшылыҡ яҡлы, ул мөхәббәт, өмөт, дөрөҫлөк, изгелеккә, позитивҡа өндәй". Малай олатаһының һүҙҙәрен йөрәгенә бик яҡын ала һәм шулай тип һорай һала: "Ә бүреләрҙең ҡайһыһы еңә һуң, олатай?" Ҡарт йылмайып яуап бирә: "Ҡайһыһын ашатаһың, шуныһы еңә инде, улым..."

Уйлыға - уй, шулай бит.

Гөлбаныу ГӘРӘЕВА.

НИМӘ? ҠАЙҘА? ҠАСАН?

✔"Берҙәм Рәсәй" партияһы ағзаларына кешеләр менән һөйләшергә өйрәнеү, улар менән аралашҡанда түҙемлек һәм һиҙгерлек күрһәтеү, иғтибарлы булыу зарур", - тине республика етәксеһе Радий Хәбиров Өфөлә уҙған "Берҙәм Рәсәй"ҙең партия активы менән осрашыуҙа. - Республикабыҙҙың төп байлығы - ошонда йәшәгән халыҡтар берҙәмлеге. Ә беҙҙең төп бурысыбыҙ - Башҡортостанда йәшәүселәрҙең ышаныҫын һәм өмөтөн аҡлау". Ул ил етәкселегенең һәм федераль властарҙың республикаға ыңғай мөнәсәбәте хаҡында ла һөйләне.

✔Рөстәм Рахманғолов республиканың Стәрлебаш районы башлығы вазифаһын башҡарыусы итеп тәғәйенләнде. "Кадрҙар тәғәйенләү тураһында ҡарар ҡабул ителде. Фәнүр Туктаровтың үҙ теләге буйынса отставкаға китергә теләүен иҫәпкә алып, Стәрлебаш районы хакимиәте башлығы вазифаһын башҡарыусы итеп Рөстәм Рахманғолов тәғәйенләнде", - тип хәбәр итте республика Хөкүмәтендәге оператив кәңәшмәлә Башҡортостан Башлығы вазифаһын ваҡытлыса башҡарыусы Радий Хәбиров.

✔Өфөлә Әхмәтзәки Вәлиди исемендәге Милли китапхана директоры тәғәйенләнде. Ул - быға тиклем "Башҡортостан" дәүләт концерт залы директоры урынбаҫары булып эшләгән Урақсин Юлдаш Зиннур улы. Хәтерегеҙгә төшөрәбеҙ, 2019 йылдың апреленә тиклем китапханаға Айгөл Моратова етәкселек итте, хәҙер ул - " Торатау" конгресс-холы етәксеһе.

✔Башҡортостандың Халыҡтар дуҫлығы йорто директоры итеп Солтанморатов Илгиз Зәмфир улы тәғәйенләнде. Ул Башҡортостан Республикаһының Фәндәр академияһы Гуманитар тикшеренеүҙәр институты директорының фән буйынса урынбаҫары, директор вазифаһын башҡарыусы, Республика халыҡ ижады үҙәгендә әйҙәүсе методист булып эшләне. Йәш ғалим республика дәүләт премияһы лауреаты, социология фәндәре кандидаты.

✔Башҡортостанда "Балалар" проекты кастинг иғлан итте. Башҡорт телендә йырлаған 4-12 йәшлек балалар кәрәк. Улар видеороликтар өсөн ҡыҫҡа текстар уҡырға һәм йырҙар башҡарырға тейеш. Проекты ойоштороусылар хәбәр итеүенсә, нотаға тура килтереү, артистизм һәм ата-әсәләрҙең балаларҙы Өфөгә репетицияға, студияға яҙҙырырға алып килеү мөмкинлеге мөһим. 8-987-049-6436 телефоны буйынса мөрәжәғәт итергә.

✓ Бындай мәктәптә белем алыусы, йәғни үҙаллы фекерләргә өйрәнеүсе уҡыусылар тарафынан яманаты сыҡҡан БДИ системаһы ла бары тик күптән билдәле һәм үтә ябай проблемалы бер мәғлүмәти мәсьәлә итеп ҡабул ителәсәк.

АВГУСТ КӘҢӘШМӘҺЕ АЛДЫНАН

ХЫЯЛЫМ МӘКТӘБЕ

(Дауамы. Башы 1-се биттә).

Был мәктәптә уҡытыу-тәрбиә эштәре көн буйына дауам итә. Төшкә тиклем барыһы өсөн дә мотлаҡ булған төп уҡыу программаһы дәрестәре бара, төшкө аштан һәм бер сәғәтлек актив ялдан һуң уҡыусылар йә шулай уҡ мотлаҡ булған занятиеларға, йә үҙҙәре һайлап алған программалар тәҡдим иткән курстарға йөрөй. Һәр кем үҙе теләге менән һайлап алған ижади йүнәлеш курстарында (теләзәбиәт, сәнғәт, технология, спорт буйынса) педагогтар менән килешелгән шәхси графикка ярашлы шөғөлләнә ала. Көсөргәнешле мейе энергияһын, ултырып эшләү механизмын талап иткән дәрестәр көнөнә 4 - 6 сәғәт дауам итә, төшкө аш һәм актив ял өсөн 2 сәғәт (көндөҙгө 13 сәғәттән 15 сәғәткә тиклем) ваҡыт бүленә. Төшкө аш менюһы, уҡыусыларҙың теләгенә һәм һаулыҡ торошона ҡарап, ата-әсәләре тарафынан раҫланып, ашнаҡсыларға алдан уҡ билдәле булған махсус заказдар буйынса төҙөлә. Дәрестәр араһы - 20-шәр минут, ошо тәнәфестәрҙә уҡыусылар мәктәп ашханаһында компот, һут эсеп, пирожки-фәлән менән тамаҡ ялғап, ял итеп өлгөрә. Төштән һуңғы дәрестәр, башлыса, уҡыусылар үҙҙәре һайлап алған йүнәлеш предметтарына һәм ижади эштәргә бирелә. Мәктәптән ситтә уҙғарылған башҡа занятиеларға, курстарға йөрөүсе уҡыусылар төштән аҙаҡ педагогтар, мәктәп етәкселеге менән килешелгән ирекле график буйынса шөғөлләнә.

Класс бүлмәләре ике өлөштән тора: артҡы стена буйында тиҙ таҙартып була торған спорт баластары түшәлгән ҙур булмаған майҙансыҡ бар, унда иҙәнгә ултырып, ятып алырға, гимнастика күнегеүҙәре эшләргә була; алғы яҡта һәр уҡыусы өсөн бейеклеге көйләнә торған шәхси парталар урынлашҡан. Был парталар конструкцияһы ултырып та, баҫып тороп та эшләү мөмкинлеген бирә, партаның эш таҡтаһының ауышлығын да үҙгәртеп була. Бындай парта артында баҫып торған килеш рәсем төшөрөргә, яҙма эштәр башҡарырға, йыр-музыка дәрестәрен үткәрергә бик тә уңайлы. Педагогтарға дәрес ваҡытының бер өлөшөн уҡыусылар парталарында ултырған килеш, икенсе өлөшөн аяғөҫтә торған көйө файҙаланырға тәҡдим ителә.

Һәр класс 15-әр уҡыусынан тора, был төркөм психологияһына тура килә һәм уның менән идара итеүҙе һөҙөмтәлерәк итә. Урта һәм өлкән кластарҙа тәүге ике дәрес 60-шар минут дауам итә, әммә һәр дәрестең тәүге яртыһынан һуң 5-әр минутлыҡ кесе тәнәфес булыуы мотлаҡ: һәр класс бүлмәһендә компьютер программаһы буйынса тәнәфестәр музыкаль сигнал аша иғлан ителә. Ҡалған дәрестәр 45-шәр минутлы. Уҡыусының һаулығына зыян килтермәү - мәктәптең иң төп бурыстарынан һанала.

Һәр уҡыусының партаһы эргәһендәге махсус ҡумтала шәхси ноутбугы бар: кәрәк сағында ул партаға ҡуйыла, уҡыусы ошо ноутбукта уҡытыусыһынан үҙенә тәғәйенләнгән эште ала һәм уны үтәй. Класс таҡтаһы тулыһынса электронлаштырылған: уны уҡытыусы ла, уҡыусылар ҙа үҙҙәренең эш урынынан тороп ҡуллана ала.

Йәнә бына нимә күңелгә йылылыҡ өҫтәй: мәктәп - тәрбиә үҙәге. Бында милли мәҙәнилек, тарих менән бөгөнгө осор бәйләнеше, тыуған яғыбыҙҙың тәбиғәте, халҡыбыҙҙың аҫыл улҡыҙҙарының тормошо һәм яҙмышы, ғөрөф-ғәҙәттәребеҙ, милли сәнғәтебеҙ, әҙәбиәт һәм шиғрият, башҡа күп төрлө, күп яҡлы халыҡ тормошо мәктәп эшмәкәрлегендә туранан-тура сағылыш таба. Туған тел һәм батансылыҡ мәктәбе ул ошо милли тәрбиә усағы.

Мәктәп күп теллелек принцибына ярашлы эшләй. Беренсе һәм икенсе кластарҙа башҡорт һәм рус телдәре өйрәнелә, өсөнсө кластан инглиз теле уҡытыла башлай. Уҡыусыларҙа ошо телдәрҙә ғәмәли аралашыу (һөйләү-фекерләү) күнекмәләрен булдырыуға өҫтөнлөк бирелә. Төштән һуң үткәрелә торған занятиеларҙа лингвистик уйындар, ғәмәли ситуацион диалогтар, компьютер аша лингвистик мультипликацион программалар киң ҡулланыла.

Башланғыс кластарҙа уҡытыу барыһы өсөн дә уртаҡ һәм мотлаҡ программалар буйынса алып барыла. Төштән һуң улар хәрәкәтле һәм интеллектуаль уйындарҙа ҡатнаша, шашка, шахмат уйнарға өйрәнә, бейеү, музыка түңәрәктәренә йөрөй, рәсем төшөрә, төрлө ҡул эштәренә өйрәнә.

Урта кластарҙан башлап айырым йүнәлештәр буйынса конкрет предметтарҙы тәрәнәйтеп өйрәнеү программалары ғәмәлгә индерелә. Был һәр уҡыусының һәләттәренә, теләгенә ярашлы, ата-әсәләренең ризалығы буйынса башҡарыла. Өҫтәлмә дәрестәр, айырым курстар тик төштән һуң ғына уҙғарыла. Бер класта ла уҡыусыларға өйгә эш бирелмәй, әммә һәр уҡыусының айырым предметтар буйынса үҙ теләге буйынса буш ваҡытында үҙаллы башҡара алырлыҡ шәхси эш алыу хоҡуғы бар.

Мәктәптең баҫма китап һәм әсбаптарҙан, шулай уҡ электрон архивтан хасил булған ҙур китапханаһы бар. Китапхананың компьютерлаштырылған уҡыу залында иртәнән кискә тиклем һәр кем иркенләп ултырып шөғөлләнә ала. Бында әҙәбиәт һөйөүселәр төрлө кисәләр, яҙыусы-шағирҙар менән осрашыуҙар уҙғара.

Директор кабинетында мәктәп эшмәкәрлеге менән идара итеү өсөн электрон күҙәтеү һәм видеоэлемтә үҙәге урынлашҡан. Мәктәптең видеоархивы, барса эш документтарының электрон архивы махсус тәғәйенләнешле компьютерҙа һаҡлана.

Был мәктәптә уҡытыу методикаһының төп маҡсаты һәм асылы - уҡыусыларҙы логик фекерләргә, уҡыу барышында ҡатмарлаша барған проблемаларҙы ситтән ярҙамһыҙ, үҙаллы хәл итергә өйрәтеү. Мәғлүмәт-ҡағиҙәләрҙе, алгоритм-формулаларҙы хәтергә һалыу, туплау тик предметты, яңы темаһы өйрәнә башлаған тәүге осорҙа алғы планда була. Тап шул ваҡытта уҡыусылар төрлө сығанаҡтарҙан үҙҙәренә кәрәкле мәғлүмәтте табыу, йыйнау һәм системалаштырыу алымдарына өйрәнә. Был осраҡта уҡыусылар өсөн заманса мәғлүмәт технологияларын ҡулланырға өйрәнеү иң һөҙөмтәле һәм өҫтөнлөклө маҡсатҡа әүерелә. Психологтар әйткәнсә, уҡыусы иң элгәре алдында торған мәсьәләнең, проблеманың асылын аңлап, уны хәл итеү юлдарын барлап, һуңынан барса шундай уҡ проблемаларҙы сисеүҙең дөйөм асылын ғәмәли рәүештә ҡуллана алыуға өлгәшергә тейеш. Был - уҡыусының үҙаллы фекерләү ҡеүәһен үстереүҙең төп аксиомаһы. Әгәр уҡытыусы ошо маҡсатҡа өлгәшә икән, артабан уның уҡыусыларының үҙаллылығы көндән-көн арта бара, ә был уларҙың теге йәки был өлкәлә ижади һәләттәре формалашыуына юл аса. Бындай типтағы уҡытыу уҡыусыларҙы бер үк нәмәне күп тапҡыр механик ҡабатлауҙан, барыһын да хәтергә һалыу һәм тотоуҙан ҡурсалай, уҡыу процесындағы ҡәҙимге формализм һәм диктаттан азат итә. Тап шул юлға баҫҡанда ғына ижади уҡытыу алымдары, шәхси программалар, уҡыусылар үсешенең шәхси траекториялары ғәмәлгә ашып, яңы типтағы Рәсәй мәктәбе барлыҡҡа килеренә һис бер шик юҡтыр. Ә ошондай мәктәптәр донъяның бәғзе бер илдәрендә байтаҡтан сафҡа индерелеп, үҙ иленең уңышлы граждандарын тәрбиәләү юлына баҫты инде. Бигерәк тә ут күршебеҙ, бәләкәй генә Фин илендә (ҡасандыр ул Рәсәй ҡулы аҫтында көн иткән) барлыҡҡа килгән ошондай белем усаҡтарын "киләсәк мәктәбе", тип атайҙар. Ә беҙ үҙебеҙҙе финдарҙан бер нисек тә кәм тоя алмайбыҙ бит, уларҙы өлгө итеүҙә лә бер ниндәй ҙә кәмселек күрмәйем.

Минең хыялымда хасил булған ошо мәктәп белем биреүҙә әле ныҡ тамыр йәйгән унификациялауҙы, барса уҡыусыны бер ҡалыпҡа һалып, бер мәғариф бизмәненә һалып үлсәүҙе, уникаль шәхес булып формалаша алыу мөмкинлегенә эйә булған һәр баланы роботлаштырыу юлына баҫҡан системаны ҡабул итмәйәсәк.

Тап шуның өсөн бындай мәктәптә белем алыусы, йәғни үҙаллы фекерләргә өйрәнеүсе уҡыусылар тарафынан яманаты сыҡҡан БДИ системаһы ла бары тик күптән билдәле һәм үтә ябай проблемалы бер мәғлүмәти мәсьәлә итеп ҡабул ителәсәк, һәм уның әлеге "мәғариф аждаһаһы" маскаһы юҡҡа сығасаҡ.

Тик шуныһы: хыялым мәктәбе, беренсенән, ошондай форматта белем биреү системаһын дәүләт тарафынан финанслауҙы кәмендә 4 - 5 тапҡыр арттырыуҙы талап итәсәк. Был әлеге ваҡытта һис тә ышанырлыҡ түгел. Икенсенән, дәүләт мәғариф системаһы әле хөкөм һөргән, белем биреү өлкәһе үсешен аяуһыҙ тотҡарлаған байтаҡ ҡына принциптарынан ваз кисергә тейеш. Быныһы ла икеле. Шулай ҙа бер өмөтһөҙ йәшәүе лә аянослы бит. Киләсәк хыялдарҙан башлана. Ҡасандыр бер хыялымда ғына хасил булған мәктәптең дә Башҡортостан ерлегендә гөрләп эшләп китеүенә ышанам мин.

Бәҙри ӘХМӘТОВ.

ӘЙТКӘНДӘЙ...

2019 йылдың 1 сентябренән Өфөнөң 44-се һәм 162-се мәктәптәрендә (Сағыу биҫтәһе, Дим) полилингваль проектты ғәмәлгә ашырыу башлана.

Республиканың мәғариф министры вазифаһын башҡарыусы Айбулат Хажин билдәләүенсә, был мәктәптәрҙә уҡытыу рус, башҡорт, инглиз һәм башҡа телдәрҙә алып барыласаҡ. Балалар бер сменала уҡыясаҡ, ә көндөң икенсе яртыһында улар өсөн тел клубтары, спорт һәм бейеү секциялары, художестволы һәм фәнни түңәрәктәр эшләйәсәк. Башҡортостан Башлығы вазифаһын ваҡытлыса башҡарыусы Радий Хәбиров һүҙҙәренсә, республикала 30 июлдә полилингваль селтәрҙәр булдырыу тураһында бойороҡҡа ҡул ҡуйылған. Бөтәһе ошондай 14 урта белем биреү учреждениеһы була. "Улар матур биналар ғына түгел. Беҙгә мәғарифты даими үҫтерергә кәрәк. Ошо 14 гимназия, кадрҙарҙан, методикаларҙан, йөкмәткеле эштән башлап, мәғарифтың локомотивы булырға тейеш, - ти Радий Хәбиров. - 1 сентябрҙән был мәктәптәр үҙҙәрен 21-се быуат мәғарифы итеп күрһәтергә бурыслы". Республика етәксеһе телдәргә юҡҡа ғына баҫым яһалмауын аңлатты. Хәҙерге донъяла балалар сәйәхәт итергә, сит илдәрҙең юғары уҡыу йортторында белем алырға тырыша. Полилингваль мәктәптәрҙә уҡытыусыларға матди дәртләндереү саралары ла ҡаралған, сөнки унда иң яҡшы кадрҙарҙы йәлеп итергә тырышасаҡтар (Әле 162-се мәктәпкә төрлө фән уҡытыусылары талап ителә).

Бәҙри Әхмәтовтың хыялындағы мәктәп ошо була түгелме? Ә уҡыусыларыбыҙ был хаҡта ни уйлай?

НИМӘ? ҠАЙҘА? ҠАСАН?

✓Мостай Кәрим исемендәге Милли йәштәр театры директоры итеп Мөхәмәтйәнов Рәфис Гәрәй улы раҫланды. Сәйетов Алмаз Рәсих улы иһә Фәйзи Ғәскәров исемендәге Дәүләт академия халыҡ бейеүҙәре ансамбле директоры. Башҡортостан Республикаһының Мәҙәниәт министрлығы ҡарамағындағы дәүләт учреждениелары етәкселәре вазифаларын биләүгә конкурс 1 һәм 2 августа уҙҙы. Уларҙың һөҙөмтәләренә ярашлы, әлеге ваҡытта эшләп йөрөгән театр-концерт учреждение директорҙарының күбеһе йәнә үҙ вазифаларына раҫланды.

✓1 августан "Алға" транспорт картаһын почта бүлексәләрендә лә тулыландырырға мөмкин. Был осраҡта бер ниндәй ҙә өҫтәмә комиссиялар алынмай. Аҡса онлайн режимында күсерелә. Яңы сервис Башҡортостанда урынлашҡан "Рәсәй почтаһы"ның теләһә ниндәй 1280 бүлексәһендә эшләй.

✓Йыл ярымдан Өфөлә 30 урынлыҡ өлкәндәр бүлексәһе һәм 20 урынлыҡ балалар бүлексәһе менән хоспис эшләй башлай. Паллиатив ярҙам учреждениеһы төҙөлөшөн Башҡортостан Башлығы вазифаһын ваҡытлыса башҡарыусы Радий Хәбиров шәхси контролендә алған. "Ышаныс" хоспистарға булышлыҡ күрһәтеү хәйриә фондын ойоштороусы, Мәскәү күп йүнәлешле паллиатив ярҙам үҙәге директоры, Дөйөм Рәсәй халыҡ фронтының Үҙәк штабы ағзаһы Нюта Федермессер республика етәксеһе менән осрашыуҙан һуң журналистарға ошо турала хәбәр итте.

✓Башҡортостандың Ауырғазы районы Талбазы ауылы күлендә һыу инеүҙе һәм йорт ҡоштарын һыу яҡтылығына сығарыуҙы тыйған иғландар эленгән. 6 августа бында балыҡтарҙың күпләп ҡырылыуы теркәлгән. Республиканың Ғәҙәттән тыш хәлдәр министрлығында мәғлүмәтте раҫланылар. Балыҡтарҙың һәләк булыуы сәбәптәре асыҡлана.

✓2019 йылдың июлендә РФ Мәғариф министрлығы "Мәғариф" милли проекты сараларын тормошҡа ашырыу буйынса 2020-2022 йылдарға гранттар биреүгә асыҡ конкурс үткәрҙе. Унда республиканан бирелгән барлыҡ һигеҙ ғариза еңеп сыҡты. Һөҙөмтәлә Башҡортостан федераль бюджеттан субсидиялар аласаҡ субъекттар исемлегенә инде.

"БАШИНФОРМ" материалдары файҙаланылды.

✓ *Силәбе өлкәһе - беҙҙең күршеләребеҙ. Был төбәк ярайһы уҡ уңышлы үҫешә. Унда 150 меңдән ашыу башҡорт йәшәй, уларҙың үҙҙәрен яҡшы тойоуы, туған телен өйрәнеү мөмкинлеге булыуы беҙҙең өсөн бик мөһим.*

ҠЫҪҠАСА

ТУРИЗМ КИЛЕМЛЕ

✓ **Башҡортостан Башлығы вазифаһын ваҡытлыса башҡарыусы Радий Хәбиров республикалағы туризмды иҡтисадтың мөһим өлкәһе тип атаны һәм ошо өлкә менән даими шөғөлләнәсәген белдерҙе.** Республика етәксеһе профилле министрлыҡтар, ведомстволар башлыҡтары һәм туриндустрия вәкилдәре менән кәңәшмәне ошо мәсьәләгә арнаны. "Беҙ уникаль туристик потенциалға эйә, ләкин ҡалғаны, инфраструктуранан, мәғлүмәт еткереүҙән башлап, уға тап килмәй, - тип билдәләне Радий Хәбиров. -Ошо йәһәттән фекеребеҙ уртаҡ: беҙҙәге кеүек юғары потенциалды файҙаланмау гонаһ булыр". Дөйөм милли туристик рейтингта Башҡортостан тәүге 10 төбәк иҫәбенә инде. Республика шулай уҡ туристар ағымы күләме, туризм өлкәһендә халыҡҡа түләүле хеҙмәттәр күләме, кунаҡханалар, шифаханалар һәм башҡа урынлаштырыу саралары һаны буйынса илдә һәм Волга буйы федераль округында алдынғы урындарҙы биләй.

✓ **Башҡортостан Арбитраж судының 6 августағы ҡарары менән "Башҡортостан" нәшриәтенең бөлгөнлөк процедураһы туҡтатылған.** "Радий Фәрит улы Хәбировтың ҡушыуы буйынса, уҙған йылдың октябренән алып ошо мәсьәлә менән шөғөлләндек, - тип һөйләй республиканың ер һәм мөлкәт мөнәсәбәттәре министры вазифаһын башҡарыусы Олег Полстовалов. - Шул айҙар эсендә нәшриәт йортоноң төп кредиторы - ВТБ банкы менән ауыр һөйләшеүҙәр булды, Төбәк фонды иҫәбенә бурысты һатып алыу эштәре, коллектив менән эш алып барылды, залог тәьминәте менән мәсьәлә хәл ителде". Уның әйтеүенсә, ВТБ менән һөйләшеүҙәр барышында 80 миллион һумлыҡ бурыс дисконтланған, республика "Төбәк фонды" аша нәшриәттең төп кредиторына әүерелгән. Шулай итеп, предприятиены кризистан сығарыу тамамланған, яңы етәкселек тәғәйенләү һәм табышлы эшләй башлау бурысы тора.

✓ **Быйыл 8 сентябрҙә Башҡортостан Республикаһы Башлығын һайлауға 3 054 003 бюллетень, шул иҫәптән КОИБ-тар (һайлау бюллетендәрен эшкәртеү комплекстары) ҡулланып тауыш биреүгә 354 850 бюллетень әҙерләнә.** Территориаль һайлау комиссиялары ғаризалары буйынса бюллетендәрҙең бер өлөшө рус/башҡорт һәм рус/татар телдәрендә баҫыла - 398 300 һәм 205 503 дана, тип белдерҙеләр республиканың Үҙәк һайлау комиссияһында. Республика Башлығын һайлауҙа тауыш биреү өсөн бюллетендәр 30 августан да һуңға ҡалмайынса әҙер булырға тейеш. 6 сентябргә тиклем бюллетендәр ҡануниәттә билдәләнгән тәртиптә участка һайлау комиссияларына тапшырыла. Һайлау участкаһында бюллетендәр һаны ошо һайлау участкаһында теркәлгән һайлаусылар һанынан 0,5 проценттан артыҡ булмаҫҡа һәм бюллетендәр тапшырылған көнгә тейешле һайлау участкаһында һайлаусылар исемлегенә индерелгән һайлаусылар һанынан 70 проценттан аҙыраҡ тәшкил итергә тейеш. Әгәр участкала торған урыны буйынса һайлаусыларҙың күберәк булыуы көтөлһә, махсус комиссияның ҡарары буйынса бюллетендәр һаны арттырылыуы мөмкин.

ТӨРЛӨҺӨНӨН

КӨСЛӨ ЙОҒОНТОЛО...

Сәйәси һәм иҡтисади коммуникациялар агентлығы эксперттары 2019 йылдың июлендә Башҡортостан Башлығы вазифаһын ваҡытлыса башҡарыусы Радий Хәбировты "бик көслө йоғонтоло" Рәсәй Федерацияһы субъекттары башлыҡтары исемлегенә индергән.

Рейтингты төҙөүселәр билдәләүенсә, Хәбиров июнь менән сағыштырғанда 26-сы урындан 19-сыға күтәрелгән. Шул рәүешле бик көслө йоғонтоло губернаторҙар иҫәбенә ингән. "Башҡортостан етәксеһе премьер Дмитрий Медведев менән осрашыуы һәм хөкүмәт башлығының Ишембайҙа махсус иҡтисади зона булдырыу тураһында башланғысты хуплауы фонында бик көслө йоғонтоло төркөмгә күсә", - тип асыҡлыҡ индерҙе эксперттар. "Бик көслө йоғонтоло" башлыҡтар рейтингын Мәскәү мэры Сергей Собянин аса, икенсе урында - Чечен Республикаһы башлығы Рамзан Ҡадиров, өсөнсөлә - Татарстан президенты Рөстәм Миңлеханов. Ямал-Ненец автономиялы округы губернаторы Дмитрий Артюхов исемлектә һуңғы урында килә.

СИЛӘБЕЛӘР МЕНӘН...

4 августа Өфөлә Башҡортостан Башлығы вазифаһын ваҡытлыса башҡарыусы Радий Хәбиров һәм Силәбе өлкәһе губернаторы вазифаһын ваҡытлыса башҡарыусы Алексей Текслер менән осрашты.

Рәсми булмаған шарттарҙа яҡтар социаль-иҡтисади һәм милли-мәҙәни өлкәләрҙә төбәк-ара хеҙмәттәшлекте нығытыу, сәнәғәт һәм туризм өлкәһендә берлектәге проекттарҙы тормошҡа ашырыу мөмкинлектәрен тикшерҙе. "Силәбе өлкәһе - беҙҙең күршеләребеҙ, туғандарыбыҙ. Был төбәк ярайһы уҡ уңышлы үҫешә. Унда 150 меңдән ашыу башҡорт йәшәй, уларҙың үҙҙәрен яҡшы тойоуы, милли мәҙәниәте үҫешеүе, туған телен өйрәнеү мөмкинлеге булыуы беҙҙең өсөн бик мөһим. Бөтә ошо йүнәлештәр буйынса ярҙам күрһәтеүҙе тикшерҙек. Бынан тыш, үҙебеҙҙең яҡтан да матди һәм методик ярҙамды көсәйтәсәкбеҙ", - тип белдерҙе Радий Хәбиров. "Башҡортостан тураһында һөйләгәндә, һәр ваҡыт үҙенә бер төрлө хис-тойғо кисерәм. Рәсәйҙең энергетика министрының беренсе урынбаҫары, "Башнефть" компанияһының Директорҙар советы рәйесе булған саҡта бында күп тапҡыр килдем, шуға күрә республика тураһында ишетеп кенә белмәйем, - тине Алексей Текслер. - Биләмәләребеҙҙә етди иҡтисади, мәҙәни мөнәсәбәттәр бәйләй, ләкин үрләйһе үрҙәр бар әле. Төбәктәребеҙҙе үҫтерәсәкбеҙ. Беҙҙең өлкә ҙур, күп милләтле. Әлбиттә, башҡорттар ошо биләмәлә йәшәгән халыҡтар араһында мөһим урынды биләй. Һис шикһеҙ, уларға һәр яҡлап ярҙам күрһәтеүебеҙҙе дауам итәсәкбеҙ". Төбәк етәкселәре ғәмәлдәге хеҙмәттәшлек тураһында килешеүҙәр сиктәрендә үҙ-ара килешеп эш итеүҙе киңәйтергә, тәү сиратта тауар әйләнешен арттырырға, сәнәғәт һәм туристик ҡеүәтте үҫтерергә һөйләшеп килеште.

БИШ КӨНЛӨК...

1 сентябрҙән Башҡортостандың бөтә мәктәптәре биш көнлөк уҡытыуға күсә. Был турала республика етәксеһе Радий Хәбиров "Мәғариф сәғәте" барышында белдерҙе.

Уның һүҙҙәренсә, уҡыу планы элеккесә ҡала. Иң мөһиме, уҡытыусыларҙың эш хаҡы кәмемәй, ә эшкә кимәлдә була. Республика етәксеһе фекеренсә, балаларҙың ял көндәрендә спорт менән шөғөлләнеү, музейҙарға, театрҙарға йөрөү мөмкинлеге күберәк булһын өсөн спорт секциялары һәм мәҙәниәт учреждениелары үҙҙәренең эш графигын үҙгәртергә бурыслы. Майҙа Өфөлә уҙған өсөнсө ата-әсәләр форумында ҡатнашыусылар мәктәптәрҙә тематик шәмбеләр ойоштороу буйынса тәҡдимдәрен индерҙе. Аныҡыраҡ әйткәндә, ғаилә менән туристик походтар йәки экологик шәмбеләр идеялары яңғыраны. Мәҙәни шәмбелә уҡыусыларҙы театрҙарға, музейҙарға алып барырға, әҙәби ҡунаҡханалар ойошторорға, унда башҡорт яҙыусыларының әҫәрҙәрен өйрәнергә мөмкин. Ата-әсәләр берләшмәһе тәҡдим иткән этно-шәмбелә мәктәп һәм мәктәптәр араһында милләт-ара һабантуйҙар, ата-әсәләрҙе һәм балаларҙы ҡыҙыҡһыныуҙары буйынса оҫталыҡ дәрестәренә саҡырырға була. "Уҡыусылар шәмбене көтөп алырға, уҙғандары хаҡында фекер алышырға тейеш. Был күп осраҡта уҡытыусыларҙан ғына түгел, ата-әсәләрҙең үҙҙәренән дә тора", - тип билдәләне Радий Хәбиров.

Әйткәндәй, Башҡортостан уҡытыусылары 16 августа мәғариф буйынса республика август кәңәшмәһенә йыйыла. Быйыл ул Өфөлә була. Мәғариф министры вазифаһын башҡарыусы Айбулат Хажин билдәләүенсә, 1 сентябргә 9 яңы мәктәп асыласаҡ. Шулай уҡ планлаштырылған 21 мәктәптең унауһы төҙөлөп бөткән. Белем биреү учреждениеларын төҙөкләндереүгә быйыл 1 миллиард 36 миллион һум бүленгән. Был сумма уҙған йылдар күләменән күберәк. Ведомство башлығы һүҙҙәренсә, республиканың барлыҡ мәктәптәре 1 сентябргә йылы бәҙрәфтәр менән йыһазландырыла, ҡалған 594 мәктәп йылы санузелдар менән тәьмин ителә. "Милли проект сиктәрендә Башҡортостанда 133 "Үҫеш нөктәһе" һанлы һәм гуманитар йүнәлешле белем биреү үҙәге булдырыла. Ауыл мәктәптәрендә технология, ОБЖ һәм информатика кабинеттары яңы ҡорамал менән йыһазландырылған. 63 мәктәптә локаль селтәр һәм 2-шәр компьютер класы була, ә ике йыл дауамында республиканың барлыҡ мәктәптәрен киң һыҙатлы интернет менән йыһазландырыу күҙаллана", - тип билдәләне Айбулат Хажин.

ЙӘШТӘР ИДАРАҺЫ

Өфөлә Башҡортостан Республикаһы Йәштәр хөкүмәтенең тәүге ултырышы уҙҙы. Ултырышта Башҡортостан Республикаһы Башлығы Хакимиәте һәм Хөкүмәте, башҡарма власть органдары вәкилдәре, конкурс комиссияһы ағзалары һәм Башҡортостан Республикаһы Йәштәр хөкүмәтен булдырыу буйынса конкурс еңеүселәре ҡатнашты.

Ултырышта Йәштәр хөкүмәте рәйесе, урынбаҫары һәм секретары һайланды. Рәйесе - Ислам Төхвәтуллин, уның урынбаҫары - Алексей Прокофьев, секретары - Айгөл Юлдашбаева. Йәштәр хөкүмәте составынан һәр тармаҡ буйынса үҙенең министры һайланды. Әйтәйек, иҡтисади үҫешкә - Гөлназ Ишмөхәмәтова, ер һәм мөлкәт мөнәсәбәттәренә - Альберт Арыҫланов, һаулыҡ һаҡлауға - Айгөл Нуриева, эшҡыуарлыҡ һәм туризмға - Азамат Байрамғолов, мәғарифҡа - Александр Понамарев, торлаҡ-коммуналь хужалыҡҡа - Тимур Рамазанов, мәҙәниәтҡә - Миләүшә Шәрипова, спортҡа Элина Хисамова яуаплы. Йәштәр хөкүмәте айына бер тапҡыр йыйыла, республика Башлығы аппараты менән берлектәге осрашыуҙар кварталға бер булырға тейеш.

Белешмә. Йәштәр хөкүмәте - Башҡортостан Республикаһы Башлығы ҡарамағындағы кәңәшләшеү майҙансығы. Эшмәкәрлеген йәмәғәт башланғыстарында тормошҡа ашыра. Башҡортостан Республикаһының Йәштәр хөкүмәте составына 18-30 йәшлек 19 кеше инде. Артабан улар, стажировка үтеп, дәүләт хеҙмәтендә карьера башлау мөмкинлегенә эйә була. Йәштәр хөкүмәте ике йылға һайланып ҡуйылған рәйестән, уның урынбаҫарынан, ағзаларҙан тора.

БАШ ҠАЛА ХӘБӘРҘӘРЕ

✓ Өфөлә 112-се Башҡорт атлы дивизияһы генерал-майоры, дипломат, разведчик Миңлеғәлә Шайморатов һәйкәленең иң яҡшы проектын булдырыуға конкурс иғлан ителгән. Был хаҡта республиканың Мәҙәниәт министрлығында белдерҙеләр. Һәйкәлде ҡуйыу урыны - Совет майҙаны биләмәһе. Бында парк булдырыу күҙаллана. Конкурста ҡатнашыу өсөн ғариза 26 августа тиклем "Рәсәйҙең Рәссамдар союзы" Бөтә Рәсәй ижади ойошмаһының Башҡортостан Республикаһы төбәк бүлексәһендә ҡабул ителә: Өфө ҡалаһы, Октябрь проспекты, 148. Телефон: 8 (347) 284-42-47.

✓ Өфөнөң ҡатын-ҡыҙҙар консультацияларында кешенең папиллома вирусын тикшереү буйынса бушлай акция башланды. Унда медицина полисы булған 30-39 йәшлек ҡатын-ҡыҙҙар ҡатнаша ала. Кешенең папиллома вирусы - енси юл менән таралған инфекция. Аналыҡ муйынсаһы, тамаҡ, ҡатын-ҡыҙҙар һәм ир-егеттәр енес ағзаларының яман шеш сиренә килтереүе ихтимал.

✓ 17 августа Өфөләге "Аҡбуҙат" ипподромында өлкәндәр һәм балалар өсөн ат спорты буйынса Беренсе республика фестивале үтә. Байрам программаһына фестивалдә ҡатнашыусылар һәм ат спорты ветерандары парады, ат тоҡомдары менән танышыу, күрһәтмә ат сығыштары, ат сабышы, конкур, пониҙа фигуралы йөрөү буйынса ярыштар, шулай уҡ Иппотерапия үҙәгенән оҫталыҡ дәрестәре һәм презентация инә.

✓ 31 июлдә Дәүләт автоинспекцияһы сайтында яңы интерактив бүлек һынау режимында эшләй башланы, унда Рәсәйҙең юл хәрәкәте ҡағиҙәләрен боҙоуҙы теркәү өсөн фото һәм видео төшөрөү функцияларына эйә махсус техник сараларҙың урынлашҡан урындары хаҡында мәғлүмәт тупланған.

✓ "Кино төнө" быйыл 24 августа билдәләнгән. Сара Өфөлә "Родина" кинотеатрында киске 8-ҙә башлана. Был кисҡә күрһәтеләсәк фильмдарға тауышты тамашасылар биргәйне. "Кино төнө" Рәсәйҙә быйыл дүртенсе тапҡыр уҙа. Асыҡ кинотеатрҙар, музей һәм китапханалар тамашасылар өсөн лекциялар, экскурсиялар, оҫталыҡ дәрестәре, концерттар һәм кино ҡарау ойоштора.

"БАШИНФОРМ" материалдары файҙаланылды.

> ✔ *Тикшереү комиссияһы әлеге ваҡытта Өфөләге эсәр һыуға унын йоғонтоһо булмауын белдерә. "Уфаводоканал" предприятиеһы ла даими контроль һәм мониторинг һөҙөмтәләренең норматив талаптарына яуап биреүен билдәләй.*

ҠАЛА ХАКИМИӘТЕНДӘ

ИҪКӘРТЕҮҘӘРГӘ ҠОЛАҠ ҺАЛҒАНДА...

Күптән ҡалалағы ваҡиғаларға күҙәтеү яһағаныбыҙ юҡ, шикелле. Шул бушлыҡты тултырыу маҡсатында сираттағы оператив кәңәшмәлә муниципалитеттың яуаплы структура вәкилдәренең үткән аҙналағы хәлторошҡа ҡыҫҡаса байҡауына иғтибар бирергә булдыҡ.

Шулай итеп, 29 июлдән 4 августа тиклем баш ҡалала ғәҙәттән тыш хәлдәр күҙәтелмәгән, хәүефле производство объекттары ғәҙәти режимда эшләгән, экологик хәл-торош нормала булған. Аҙна эсендә көнкүрештә тәьмин итеү системаларында 33 авария күҙәтелгән, 34 янғында бер кеше үлгән. 27 юл-транспорт ваҡиғаһында 34 кеше зыян күргән, 8 кеше дауаханаларға оҙатылған, 1 кеше һәләк булған. Мәғлүмәт-диспетчер үҙәгенә 17329 кеше мөрәжәғәт иткән, эҙләү-ҡотҡарыу отряды 195 саҡырыу буйынса сыҡҡан. Бер кеше һыуға батыуҙан ҡотҡарылған. Аҙна эсендә янғын һүндереүселәр 99 саҡырыу буйынса сыҡҡан, шул иҫәптән 32 шылтыратыу ялған булған, 7 осраҡта бешерергә ҡуйылған ризыҡ янған. 11 кеше эвакуацияланған. 1120 йорт, 35 урман янғын хәүефһеҙлеге буйынса тикшерелгән.

Мәғлүм булыуынса, үткән аҙна шулай уҡ Благовещен районында Инйәк йылғаһының бысраныуы тураһындағы мәғлүмәт менән хәүефләндерғәйне. Башҡортостан Хөкүмәтендә уҙған кәңәшмәлә лә был тема төп урындарҙың береһен алып торҙо һәм ҡала хакимиәтендәге кәңәшмәнә алып барыусы Салауат Хөсәйенов та уға иғтибар йүнәлтте. Махсус ойошторолған тикшереү комиссияһы әлеге ваҡытта Өфөләге эсәр һыуға унын йоғонтоһо булмауын белдерә. "Уфаводоканал" предприятиеһы ла даими контроль һәм мониторинг һөҙөмтәләренең норматив талаптарына яуап биреүен билдәләй.

Шулай уҡ оператив кәңәшмәлә Башҡортостан Башлығы вазифаһын ваҡытлыса башҡарыусы Радий Хәбировтың баш ҡалалағы юлдар буйынса ҡәнәғәтһеҙлек белдереүенә лә иғтибар йүнәлтелде һәм етешһеҙлектәрҙе тиҙ арала хәл итеү бурысы ҡуйылды. Бөгөн баш ҡалала "Хәүефһеҙ һәм сифатлы юлдар" милли проекты тормошҡа ашырыла. Уның сиктәрендә әлеге ваҡытта алты участкала: Өфө-Аэропорт, Володарск майҙанынан Галле урамына тиклем Октябрь проспекты урамы өлөшө, Комаров, Матвей Пинский, Балаҡатай, Яңы Черкасск урамдарында ремонт эштәре тамамланған. Тағы ла 18 объектта эштәр алып барыла. Быйыл баш ҡалала дөйөм оҙонлоғо 48 километр, дөйөм майҙаны 811 мең квадрат метр булған 28 урам-юл селтәре объектын ремонтлау планлаштырылған. Юлдарға билдәләр һалыу эше лә алып барыла. Әле планлаштырылған 130 мең квадрат метр майҙындың 100 мең квадрат метрына билдә һалынған. Ҡаланың 84 мәктәбе юлдар эргәһендә булғанлыҡтан, улар эргәһендә 1 сентябргә тиклем билдәләр һалынырға тейеш. Юлдар ремонтланып өлгөрмәгән участкаларҙа балаларҙың хәүефһеҙлеген тәьмин итеү маҡсатында Салауат Сәхи улы билдәләрҙе ваҡытлыса ябай бууу менән булһа ла һалырға ҡушты.

Көн тәртибендә шулай уҡ хәүефһеҙлек темаһы дауам итте. Онотмағыҙ, ҡоҙоҡ люктары булмауы һөҙөмтәһендә зыян күреүселәр хаҡында киң мәғлүмәт саралары хәбәр итеп торҙо. Әммә һаман да яуаплылар бошонмай: баш ҡалала барлығы 88 мең ҡоҙоҡ булһа, уларҙың 289-ы ремонт талап иткән һәм 269-ы ремонтланған. Бында ла ҡала хакимиәте башлығы урынбаҫары Салауат Хөсәйеновтың ҡәнәғәтһеҙлек белдереүе аңлашыла: был тема һәм проблема күптән билдәле, әммә әлегә тиклем асыҡ ҡала, тимәк, яуаплылар үҙ бурысын еренә еткереп үтәмәй. Көҙ миҙгеле алдынан 264 ҡоҙоҡ тикшерелә һәм ойошмаларға асыҡланған етешһеҙлектәрҙе бөтөрөү бурысы ҡуйыла.

Уттан, һыуҙан, тәбиғәт һынауҙарынан берәү ҙә азат түгел, әммә хәүефһеҙлек сараларын үтәү һәр кемдең үҙенән тора. Шул хаҡта ла онотмаһаҡ ине.

Зәйтүнә ӘЙЛЕ.

ИШЕТТЕГЕҘМЕ ӘЛЕ?

ҠАМАСАУЛАМА!

6 августа Рәсәйҙә юлда пациенттарға ашыҡҡан тиҙ ярҙам машиналарын үткәрмәгән һәм табиптарҙың эшенә ҡаршылыҡ тыуҙырған өсөн яуаплылыҡты көсәйтеү тураһында закондар үҙ көсөнә инде. Штрафтар биш мең һумға тиклем арттырылды. Законды боҙған өсөн өс айҙан бер йылға ҡәҙәр таныҡлыҡтан мәхрүм итеү ҙә күҙаллана. Элек тиҙ ярҙам машинаһына юл биреүҙән баш тартҡан өсөн 500 һумғаса штраф йәки өс айға тиклем таныҡлыҡтан мәхрүм итеү ҡаралғайны. Шулай уҡ Енәйәт кодексына тағы бер норма индерелә: уға ярашлы медицина хеҙмәткәрҙәренең эшмәкәрлегенә ҡамасаулау сәбәпле, пациенттың һаулығына ауыр зыян килтерелгән осраҡта ғәйепле водитель ике йылға тиклем иректән мәхрүм ителә, ике йылғаса мәжбүри эштәргә ҡушыла йәки уға 80 мең һумғаса штраф һалына. Әгәр ошондай ғәмәлдәр пациенттың үлеменә килтерһә, уларға дүрт йылғаса төрмә янай. Дүрт-биш мең һумлыҡ штраф табиптарҙың эшенә ҡамасаулау пациенттың һаулығында сағылыш тапмаған осраҡта ҡулланыла.

ТҮЛӘҮ АРТА

Рәсәй Президенты Владимир Путин һәр бер атаәсәнең килеме ике йәшәү минимумынан артмаған ғаиләләр өсөн беренсе йәки икенсе балаға айлыҡ түләүҙәрҙе арттырыу тураһындағы законға ҡул ҡуйҙы. Атап әйткәндә, беренсе йәки икенсе бала тыуған осраҡта пособиеларҙы төбәктә билдәләнгән йәшәү минимумының бер ярымдан икеләтә дәүмәленә тиклем арттырыу ҡаралған. Бынан тыш, аҡса алыу өсөн ғариҙаларҙы балаға өс йәш тулғансы бирергә кәрәк. Әле уның ваҡыты йәш ярым тәшкил итә. Закон 2020 йылдың 1 ғинуарынан үҙ көсөнә инә.

ҠЫҪҠАСА

АВГУСТА НИҘӘР ҮҘГӘРӘ?

Пенсиялар арта. Эшләп йөрөүсе пенсионерҙарҙың пенсияһы өс балға, йәғни 261,7 һумға арта. Әгәр пенсионер 1 ғинуарға тиклем эштән китергә өлгөрһә, ҡабаттан иҫәпләүҙән тыш, унын килеменә 2019 йылдың алты айына инфляция кимәленә индексация ла ҡушыла. 2016 йылда эшкә һәләтле йәштән олораҡтарҙы ике категорияға бүлделәр: эшләмәүселәр һәм эшләүселәр. Һуңғылары һан буйынса тәүгеләренән бер нисә тапҡырға кәм булһа ла, граждандарҙың әһәмиәтле категорияһы булып ҡала. Ошо бүленештән һуң эшләмәүсе пенсионерҙарҙың пенсиялары йыл һайын индексацияланһа, эшләүселәр эш биреүсе күсергән иғәнәләрҙе иҫәпкә алып яһалған өҫтәмәләргә генә өмөт итә ала ине.

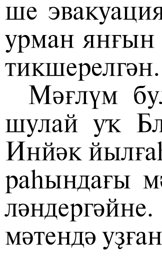
Ипотека каникулдары. Яңылыҡ ипотека өсөн түләүҙәрҙе кисектереү мөмкинлеге бирә. Әгәр кеше ҡатмарлы тормош хәленә эләгеп, кредитын түләй алмаһа, ул ипотека каникулы алып, унын мөҙҙәтен үҙе билдәләй ала, әммә был ваҡыт ярты йылдан да күп булырға тейеш түгел. Тимәк, ипотека түләү осоро ла каникул итеп алған айҙар иҫәбенә оҙая. Кредитты түләүҙе ваҡытлыса туҡтатып тороуҙан тыш, унын күләмен кәметеү мөмкинлеге лә бар. Ипотека каникулы займ алыусы теләгән ваҡытта туҡтатыла. Әммә льготалы осорҙоң бер нисә сикләүе бар: беренсенән, ипотека түләгән ваҡытта бер тапҡыр ғына каникул алырға мөмкин, икенсенән, торлаҡ бергән-бер йәшәү урыны булырға һәм унын хаҡы 15 миллион һумдан артмаҫҡа тейеш.

Нотариус кәрәкмәй. Фатирҙы унын милекселәре бер килешеү сиктәрендә һатҡан ваҡытта, алыш-биреш йәки ипотека килешеүен нотариустан раҫлатыу кәрәкмәй. Был ҡағыҙҙа ер участкаларына ла ҡағыла. Әммә күсемһеҙ милек хужаларының береһе генә үҙ өлөшөн һата икән, был ҡағыҙҙа ҡулланылмай. Дөйөм милектән үҙ өлөшөндә айырып алғанда ла нотариусҡа барырға кәрәк буласаҡ.

Ситтән емеш-еләк, йәшелсә һәм сәскә алып сығыу тыйыла. 19 августан Рәсәйгә сит илдән емеш-еләкте, йәшелсәне - 5 килограмдан, сәскәне өс гөлләмәнән артыҡ индерергә ярамай. Гөлләмә тип 15 бөрө күҙаллана. Бынан тыш, күп партия еләк-емеш алып сығыусының үҙе менән фитосанитар сертификаты булмаһа, тауар менән хушлашырға тура киләсәк. Ул йә юҡ ителәсәк, йә хужа иҫәбенә кире оҙатыласаҡ. Исемлеккә өрөк (абрикос), шафталы (персик), цитрустар, ананас, финик, манго, авокадо, сейә, һары сейә (черешня), слива, сәтләүектәр, ҡуҙаҡлылар һәм йәшелсәләр инә.

Ҡанундар тотҡарлана. 1 августан көсөнә инергә тейешле ҡайһы бер закондарҙы ғәмәлгә индереү, мәҫәлән, яңы номер билдәләренә күсеү бер йылға кисектерелгән. Был ҡарар ЮХХДИ һәм Ауыл хужалығы министрлығы (тракторҙар һәм башҡа ауыл техникаһына билдәләр биреү өсөн яуаплы) һорауы буйынса эшләнгән. Улар ведомстволарҙа, складтарҙа ҡулланылмаған бик күп билдәләр тупланыуы хаҡында белдергән. Яңы стандарт ҡабул иткән осраҡта, уларҙы иҫәптән сығарырға тура килер ине. Икенсе кисектереү автомобилдәрҙе теркәүҙе ябайлаштырасаҡ "Транспорт сараларын дәүләт теркәүе тураһында" законға ҡағыла. Уға ярашлы, һатып алыусы автомобилен ЮХХДИ-ҙә түгел, ә автодилерҙа теркәй ала. Закон 2009 йылда уҡ әҙерләнһә лә, 2018 йылда ғына ҡабул ителә. Ул 4 августан көсөнә инергә тейеш була, әммә бихисап тәҙәтеүҙәр талап иткәнлеге асыҡлана һәм Дәүләт Думаһы уны 2020 йылдың 1 ғинуарына тиклем кисектерергә ҡарар итә.

Х А Л Ы Ҡ   Д А У А Һ Ы



Был рубрикала баҫылған кәңәштәрҙе ҡулланыр алдынан мотлаҡ табип менән һөйләшергә, аныҡ диагноз ҡуйырға, үләндәргә аллергия юҡлығын тикшерергә кәрәклекте онотмағыҙ.

Тын ҡыҫылыу

❖ Тын ҡыҫылыуҙан һуған ҡайнатмаһы шәп дауа. 1 кг ваҡлап туралған башлы һуғанға 0,5 кг шәкәр ҡомо һалырға ла, һуғандың һуты сыҡҡансы төнгөләккә ҡалдырырға. Иртән тағы ла 0,5 кг шәкәр ҡомо өҫтәп, һүрән утта йомшарғансы бешерергә. Шул шәрбәтте көн һайын ас ҡарынға 1-әр ҡалаҡ эсергә.

Сөйәл

❖ 1 ҡалаҡ иҙелгән ҡыҙыл мышарҙы сөйәлгә һыларға ла, бәйләп ҡуйырға. Төнгөләккә эшләү яҡшы. 21 көн шулай дауаланһағыҙ, файҙаһын күрерһегеҙ.

❖ 2 лимондың ҡабығын турап, 100 мл аш һеркәһенә һалырға ла, өҫтөн ябып, болғатҡылап 8 көн тотергә. Һөҙөргә, мамыҡ кисәгән шул төнәтмәлә сылатып, 2 сәғәткә сөйәл өҫтөнә ҡуйырға. 2 аҙна дауамында көнөнә 3-әр мәртәбә эшләгеҙ.

❖ 1 баш һарымһаҡты ҡырып, 1 ҡалаҡ һары май ҡушып болғатырға. Шул ҡатнашманы сөйәлгә һөртөп, бәйләп ҡуйығыҙ. Төнгөләккә эшләү яҡшы. Был дауаны сөйәлдәр бөткәнсе эшләргә кәрәк.

Быуындар һыҙлағанда

❖ 1-әр өлөш гәрсис (горчица) порошогы һәм һыу кәрәк. Һыуҙы 50 градусҡа тиклем йылытырға ла, гәрсис порошогына ҡойоп, ҡаймаҡ ҡуйылығына еткәнсе болғатырға. Шуны туҡымаға һалып, һыҙлаған урынға ябып бәйләргә. 10 минуттан алып, төнгә йыуырға. Быны көнөнә бер нисә ҡат эшләргә кәрәк.

Бөйөрҙә таш булһа...

❖ 1 литрлыҡ һауыт менән һоло һәм 5 литр һыу кәрәк. Әкрен утта 30 минут ҡайнатырға. Һыуытырға, һөҙөргә һәм шул төнәтмәне 0,5-1 стакан эсергә. Тәүлегенә 1-1,5 литр килеп сыға. Һыуыткыста һаҡларға. Әгәр ҙә бөйөрҙәге таштар ҙур булһа, һоло төнәтмәһен 3 ай эсергә кәрәк. Диетаға күсергә кәрәкмәй.

Әнүәрә ХӘЙБУЛЛИНА.

✓ Ауыл эшҡыуарҙары, фермерҙар һөттәрен ҡайҙа тапшырырға белмәй аҙаплана. Уларҙың алып килгән һөтө ҡабул ителмәй, сөнки натураль продукттың эшкәртеү-һаҡлау ваҡыты сикле булып, сауҙагәргә күп проблемалар тыуҙыра.

ЙОЛАНДАН ЙҮН ТАП!

БАШҠОРТ БАЛАҪЫ

Шул уҡ оҫтабикәнең тағы бер балаҫында ромбтарҙан торған үҙенсәлекле "селтәр" күрәң һәм шәмәхә төҫөндәге буйҙар менән тулыландырылған. Ҡыҙыл һары, һары һәм һоро төҫтәге тирәсле күҙәүҙәр ҡорама сәнғәтен хәтерләткән биҙәктәр менән тултырылған - төҫтәре буйынса бер-береһенә яҡын өсмөйөштәр (һары ҡыҙыл - һары, көл төҫөндәгеһе - ҡара, күрән - ҡурай еләге төҫө) ошо күҙәүҙәрҙең эсендә квадраттарға берләшкән.

Ошондай ромблы селтәр нигеҙендә үҫешә лә инде был орнаментлы сәнғәт. Яйлап ромб-күҙәүҙәрҙә эрерәк фигураларға берләштереү (мәҫәлән, төҫ ярҙамында) ҙә логик яҡтан бик аңлайышлы, сөнки ижадсы ла үҫешә. Һуңғараҡ ромблы композицияны балаҫтың нигеҙендә үк берләштереү һәм эреләтеү барлыҡҡа килгән.

Төрлө ҙурлыҡтағы ромбтарҙы берләштереү, ромб фигураһын башҡараҡ биҙәктәргә әүерелдереү, уларҙы мөйөштәре булған ҡуҫҡарҙар, "мөгөҙ"ҙәр, өсмөйөшлө "баҫҡыс"тар менән байытыу ҙа йыш осраған. Үткән быуаттың 50-се, 60-сы йылдарында Дим йылғаһы буйында, Урал буйындағы ауылдарҙа ваҡ ҡына күҙәүле, гармоник орнаментлы боронғо балаҫтар күп осраны. XX быуатта балаҫтарҙы карауат эргәһендәге стенаға элгәндәр, шуға ла улар горизонталь итеп эленгән саҡта ҡарар күҙгә матур булырға тейеш булған, оҫтабикәләр балаҫ һуҡҡанда ошоларҙы иҫәпкә алып эшләгән.

Бикбулат ауылында стенаға эленгән бер балаҫҡа тап булдыҡ. Унда ромблы селтәр (2x3 ромб) вертикаль буйынса һыҙылған ине. Ситке буйҙары ҡара төҫтәге балаҫтың эске өлөшөнөн ике уртаса ҙурлыҡтағы бағана - өҫтө өсмөйөш менән тамамланған ромбтар айырылып күренеп тора. Күҙәүҙәр традицион рәүештә тултырылған: биҙәктең контуры төрлө төҫтәр менән ҡабатлана.

Үҙәк ромб фигуралы балаҫ. Бишбүләк районы. Автор фотоһы. 1969

Балаҫтың урта өлөшөнә ҙур ромб биҙәк һуғылған балаҫтар ҙа бар. 1969 йылда Бишбүләк районына экспедицияла ошондай матур бер үрнәкkә юлыҡтыҡ: урталағы ромбтың дауамы булып ваҡ ҡына ромбтар теҙелгән, һәм был ошо үҙәк фигураға теүәл бер образ бирә.

Светлана ШИТОВА.

"Халыҡ сәнғәте: көньяҡ башҡорттарында кейеҙ, балаҫ һәм туҡымалар. Этнографик очерктар" китабынан.

УЙЛЫҒА - УЙ

НИНДӘЙ ҺӨТ ЭСӘҺЕҢ

һыйырҙыҡынмы, әллә пальма майлы ҡатышманымы?

Бөгөн Рәсәй буйынса 8 миллион ғына һыйыр иҫәпләнә икән. СССР мәлендә уларҙың һаны 65 миллиондан күберәк була. 1941 йылдың декабрь айында ла әле һәүкәштәр һигеҙ миллиондан күберәк теркәлә. 2018 йылғы мәғлүмәттәр буйынса Башҡортостанда 430 мең баш һыйыр малы аҫырала һәм был күрһәткес буйынса республика илдә икенсе, ә Волга буйы федераль округында беренсе урында тора.

Һәм шундай ғына баш иҫәбе күрһәткесе менән магазин кәштәләре һөт аҙыҡтарынан һығылып тора. Аптырарға ла түгел: ситтән бер миллион тоннанан ашыу пальма майы индерелә бит! Хужалыҡтар пальма майын осһоҙға ғына һатып ала ла һөт аҙыҡтарына күпләп ҡуша. Иң беренсе сиратта хаҡтарын төшөрөү өсөн был ҡушылма сыр, эремсек һәм майға ҡушыла. Ә арзанлы һөт аҙыҡтары үтемле, уларҙы күпләп алалар һәм, әлбиттә, бюджетҡа һалым да күберәк килә. Һәм, иң мөһиме, пальма майы һөт аҙығын күбәйтеп кенә ҡалмай, ауыл хужалығын үҫтереү талабын да юҡҡа сығара. Шул иҫәптән һыйырҙар башы ла ҡыҫҡарғандан-ҡыҫҡара. Яҡын киләсәктә балалар һыйырҙы һүрәттән генә ҡарап таныр әле, тип кем әйтмәҫ...

Ә инде Рәсәйгә алып киленгән пальма майы файҙалы булыуҙан бигерәк, зарарлы. Был май өс төргә бүленә. Беренсеһе - таҙартылмаған ҡыҙыл-ерән төҫтәге шыйыҡ май. Ул бик ҡиммәтле һәм беҙҙәкеләр уны һатып алмай. Икенсеһе - таҙартылған май, шыйыҡ һәм төҫһеҙ. Тик ул беҙҙең үҫемлек майҙарына торошло уртаса хаҡта. Тик был майҙы ла алыҫ аранан һатып алыу отошло түгел. Өсөнсө төрө гидрогенизланған, йәғни парафин хәлենә индереп ҡуйыртылған май. Унда инде бер ниндәй ҙә файҙалы матдәләр ҡалмаған, киреһенсә, зарарлы май кислоталары барлыҡҡа килгән. Улар иһә йөрәк һәм ҡан тамырҙары ауырыуҙары, атеросклероз, гипертония, шәкәр диабетының барлыҡҡа килеүенә булышлыҡ итә. Тап бына ошо өсөнсө төрөн генә һатып ала ла инде Рәсәй.

Бөгөнгө магазиндарҙа һатылған мәңге әсемәй торған һөт - ул һөт түгел. Уларҙа һыйырҙан һауылған һөттөң бер генә тамсыһы ла юҡ. Пакет һәм шешәләрҙә пальма майына ҡушылған һәм тәмләткестәр өҫтәлгән һыу. Шулай уҡ матур һауытлы сыр, эремсек, майҙарҙың да 70 проценты әле әйтелгән ҡушылма тауары. Ҡала халҡы башлыса ошондай һөт аҙыҡтары менән туҡлана. Ә был ваҡытта ауыл эшҡыуарҙары, фермерҙар һөттәрен ҡайҙа тапшырырға белмәй аҙаплана. Уларҙың алып килгән һөтө ҡабул ителмәй, сөнки натураль продукттың эшкәртеү-һаҡлау ваҡыты сикле булып, сауҙагәргә күп проблемалар тыуҙыра. Уларға үҫемлек майы ҡушып аҙыҡ етештереү күпкә ҡулайлы һәм килемле. Бына ошондай өмөтһөҙ ҡуласа килеп сыға.

Был тәңгәлдә бөгөн ауыл кешеһе бөхетле. Һыйыр малының ағын өҫтәл түренә алып килеп ултыртҡанға тиклем әллә күпме мәшәҡәттәре һәм хеҙмәте булһа ла, ул тәбиғи һөт аҙыҡтары ҡулланып, үҙенең дә, ғаиләһенең дә, ейән-ейәнсәрҙәренең дә һаулығын һаҡлай, ғүмерен оҙайта. Һәм һыйырҙы ла хәҙер инде изге хайуандар иҫәбенә индерергә ваҡыттыр. Ә шаяртыуһыҙ ғына фекерләгәндә, һыйыр малы күптән изге малдыр инде ул. Юҡҡа ғына хужабикәләр уны яратып "туйындырыусым" тип атаймы ни? Ниндәй замандарҙа ла, һуғыш, аслыҡ йылдарында ла ана шул һыйыр ағында йән аҫырап тере ҡала күптәр. Кешеләр менән бергә яфа сигеп, ер ҙә һөргән, колхоздарҙы ла күтәргән һәүкәштәр ниндәй ауыр йылдарҙа ла бөтмәгән, үрсегән, артҡан. Һәм бөгөн килеп уларға ла хәүеф янай. Әгәр ауыл халҡы һыйыр аҫырауҙан ялҡа икән (бөгөн һыйырһыҙ шәхси хужалыҡтар ҙа аҙ түгел), тиҙҙән тәбиғи һөттө табып та булмаҫ. Сөнки фермер хужалыҡтары һөтөн ҙур сауҙаға сығара алмай. Уларҙы әлеге пальма майы тапап китте бит инде. Һыйыр, шулайтып, тора-бара айырым хужалыҡтарҙа ғына тороп ҡалыр ҙа инде...

Лилиә ИСМӘҒИЛЕВА.

ТЕЛ ТӨБӨ - ХАЗИНА

"ҺӨЛӨК КЕҮЕК МАТУР"

БЕРЕНСЕ ФЕКЕР:

Гәзитебеҙҙең 28-се һанында Зәкирйән Әминевтың "Һөлөк кеүек матур" исемле мәҡәләһен уҡып сыҡҡас, ошо хаҡта үҙемдең фекеремде лә әйтеп китергә булдым.

Халҡыбыҙҙа "һөлөк" һүҙен "матур" тип ҡулланыуҙың төрки тамырлы булған "һылыу" (төрөксә - сүлүг) һүҙенән килеп сыҡҡанлығы хаҡында Зәкирйән уҙамандың фаразлауы менең өсөн, ысынлап та, яңылыҡ булды. Телебеҙҙең һәр төрлө нескәлектәренә битараф булмаған мин үҙем дә электән ошо һүҙ хаҡында уйланғаным була торғайны, әммә башҡасараҡ фекерҙә инем. "Һыу һөләгә кеүек", тип берәй егет хаҡында һүҙ алып барғандарын мин дә йыш ҡына ишетеләйем. Айырыуса оло быуын кешеләре ҡуллана был һүҙҙе. Элегерәк, һуғыш мәлендә сыҡҡан бәйеттәр араһында "Эх, егеттәр, егеттәр, бары ла һөлөк кеүектәр..." тигән юлдар ҙа бар.

Ә бына олораҡ кеше хаҡында һөйләшкәндә, уны бер ваҡытта ла "һөлөк кеүек" тип атамайҙар. Шулай уҡ, ниндәй генә һылыу булмаһын, берәй ҡатын-ҡыҙ тураһында "һөлөк һымаҡ" тип әйтеп кенә ҡара!.. Йәш, етеҙ хәрәкәтле, йылғыр, энергияһы ташып торған егеттәргә ҡарата ҡулланыла был һүҙ. Минең уйымса, шулай ҙа "һөлөк кеүек" матур тигән һүҙгә, башлыса, йәш кешенең (фәҡәт егеттәрҙең!) кәүҙә торошо, уның "һөләктәй" һығылмалы булыу мәғәнәһе һалынған булһа кәрәк (Шешәләге һыуҙа һығылып-бөгөләп йөҙөп йөрөгән "медицина һөлөгә"н күргәнегеҙ барҙыр, моғайын). Егеттәр өсөн ифрат та "килешкән" бындай сағыштырыуҙың ҡатын-ҡыҙҙарыбыҙға "йәбешә һалмауы", гүзәл заттарыбыҙҙың психологик үҙенсәлектәренә лә бәйле, әлбиттә. Зәкирйән Әминов әйтмешләй, һөләктә "матур, гүзәл" тип атап булмаған һымаҡ, ҡатын ҡыҙҙарыбыҙҙы ла "һөлөк һымаҡ" тип әйтә алмайбыҙ шул. Ә көслө заттарға "айыуҙай", "арыҫландай", "үгеҙҙәй", хатта "айғырҙай" тиһәң дә уны тик биҙәп кенә торған һымаҡ. Ошондай сағыштырыуға ир-егеттәрҙең береһенең дә үпкәләмәүе билдәле, хатта, киреһенсә, был уларға "комплимент" ҡына була. Ә инде физик яҡтан ниндәй генә көслө булмаһын, ҡатын-ҡыҙ үҙе хаҡында әйтелгән "айыуҙай" тигән "маҡтау" һүҙенән, йомшаҡ ҡына итеп әйткәндә, иреп китмәйәсәк. Уларҙы беҙ сәскә, гөлдәр, Ай, Ҡояш йондоҙҙар менән сағыштырабыҙ. Гүзәлдәребеҙгә тап бына ошондай атамалар хуш килә. Ә инде берәй матур иргетте сәскә менән сағыштырһаң, был уның тик йәнен генә көйҙөрәсәк...

Хәлил ҺӨЙӨНДӨКОВ.

ИКЕНСЕ ФЕКЕР:

Зәкирйән Әминевтың "Һөлөк кеүек матур" тигән мәҡәләһен уҡып, мин дә үҙемдең фекеремде белдермәксемен. Беҙҙә (Бөрйәндә) "һөлөк кеүек" тигән һүҙ ҡатын-ҡыҙ матурлығын, гүзәллеген белдереүсе мәғәнә түгел, мәҫәлән. Мин үҙем был һүҙҙе ҡатын-ҡыҙға ҡарата ҡулланғанды ишеткәнем дә юҡ.

Атайым был һүҙҙе малға ҡарата ғына әйтте. Туйып, һимереп, йәй буйы иректә йөрөгән малды ул "һөлөк кеүектәр", йәғни, ҡан һурып ялтыраған һөлөк һымаҡ булып торалар, тип маҡтай торғайны. Шулай уҡ һуғым малын да "һөлөктәй" тигәне ҡолағымда ҡалған. Бер ҙә "һөлөктәй матур йәки гүзәл" тимәне, ә һимергән, тос тигән мәғәнәлә ҡулланды.

Гәзиттә әлеге фекерҙе уҡығас, ағайыма шылтыратып һораным, кешене "һөлөк кеүек матур" тип әйтәләрме ул, тинем. "һөлөк ни эшләп матур булһын, һөлөк кеүек туҡ, һимергән, йылтылдап торған мал ғына була, мәҫәлән, йылҡыны шулай тибеҙ. Бик булмаһа, тумалаҡ ҡатын-ҡыҙҙы шаяртып, көләп әйтәләр", - тип яуапланы ул. Ошо урында күп имгән, ашамһаҡ, итләс баланы ла "һөлөк шикелле" тигәндәрен иҫләнем.

Шулай уҡ йыш ҡына һүҙҙәр серен эҙләгәндә кәңәшләшә торған ноғай дуҫтар менән дә интернет аша хәбәрләшеп алдым. Ноғайҙарҙа беҙҙең күп кенә онотолған, юғалған һүҙҙәр табылып ҡуя. Һәм, асыҡланыуынса, уларҙа ла "һөлөктәй, балыҡтай" тигән һүҙ малдың шәплеген, ашау өҫтөндә генә йөрөп сәләмәт һимергән булыуын белдерә икән. Йылҡыны "балыҡтай теремек, һөлөктәй һимеҙ тип һатабыҙ, ә ҡатын-ҡыҙ бындай һүҙгә үпкәләйәсәк кенә", тинеләр. Тимәк, был һүҙ матурлыҡ билдәһе түгел, ә ашауға, туҡ булыуға, яҡшы туйыныуҙан энергиялы булып, көс-ғәйрәт ташып тороуға, сәләмәт булып йылтылдап тороуға бәйле. Һәм "һөлөк кеүек"тең тағы бер һүҙе лә бар бит - һыу һөләгә кеүек, тиҙәр. Тимәк, бында тап һыу бөжәге күҙ уңында тотола.

Әлиә СӘЙҒӘФӘРОВА.

✓ 1557 йылда аҡ батша Иван Грозныйға үҙҙәренең рус дәүләтенә ҡушылырға риҙалығын белдерергә килеүсе ырыу башлыҡтары араһында тамъян кенәзе легендар Шәғәле Шаҡман да була.

ЫРЫУЫҢ КЕМ?

ШӘҒӘЛЕ ШАҠМАН БАБАБЫҘ, ТАМЪЯН БУЛЫР АТЫБЫҘ

Башҡорт этнографы түңгәүер-тамъян бәйләнешенең бик яҡын булып, быны уларҙың боронғо ҡәрҙәшлеге һөҙөмтәһе, тип иҫәпләй. Ошо фекерҙе дәлилләп, ғалим XVIII - XIX быуаттарҙа берләштерелгән Тамъян-Түңгәүер олоҫоноң уртаҡ административ берәмек булыуына ла иғтибар итә. Ул былдай берләшмәнең көнсығыш башҡорттарына хас булмауын һыҙыҡ өҫтөнә ала. Көньяҡ-көнсығыш Башҡортостанда танғор һәм тума этнонимдарының йыш осрауын да ғалим уларҙың боронғо монгол сығышлы булыуы менән аңлата. Ошо һығымтаға өҫтәлмә дәлил рәүешендә ул тамъяндарҙың төньяҡ төркөмөнөң Оло һәм Кесе Ҡыҙыл йылғалары буйын төйәк итеүенә Енисей йылғаһы үрендә йәшәгән тама - тума ҡәбиләһенең ошо йылғаның Кесе Енисей айырын Ҡыҙыл-Хем, тип атауына тура килеүен күрһәтә. Тарихсы С. Хәмиҙуллин Р. Кузеевтың тамъян ырыуының монгол сығышлы булыуын тейешле кимәлдә нигеҙләнмәгән, тип, башлыса, этнонимдар оҡшашлығы менән генә аңлатылыуына тәнҡит күҙлегенән ҡарай. Шул уҡ ваҡытта тамъяндарҙың боронғо төрки берләшмәләре составында хәрәкәт итеүен инҡар итеп булмай.

Тамъяндарҙың ата бабалары, башҡа төрки ҡәүемдәре менән берлектә, көнбайыш тарафтарына табан халыҡтарҙың оло күсешендә ҡатнаша. Көнсығыш тарихи сығанаҡтарында Етеһыу (Семиречье) территроияһында көн итеүсе төркиҙәрҙең усунь берләшмәһе составында та-ма юй-сунь ҡәбиләһе лә иҫкә алына. Шулай уҡ ҡаҙаҡ ғалимдары тама ырыуының тәүҙә Алтайҙа алчин тип аталған этник берләшмә составында булыуы, ә X - XI быуаттарҙа Ҡара диңгеҙ буйҙарына, көньяҡ рус далаларына тиклем барып етеүе хаҡында яҙа. Р.Ғ Кузеев тама ырыуы вәкилдәренең башҡа төрки ҡәбиләләре менән берлектә IX быуатта уҡ Волганан көнбайыштараҡ ятҡан территорияла көн итеүен фаразлай. Ул тама ҡәбиләһенең бәшәнәктәр, баджгардтар һәм бурджандар менән бер тарихи дәүерҙә Яйыҡ йылғаһынан көнбайышҡа, Волга аръяғына табан күсә барыуын ысынбарлыҡҡа тап килә, тип иҫәпләй. Артабан улар Волга йылғаһының түбәнге яҡтарына һәм унан көнсығышҡа табан йүнәлә. Тамъяндар (тамалар) ҙа, баджгард-бурджандар менән берлектә, йә улар артынса уҡ Урал алды ерҙәренә килеп етә. Тап башҡорт ҡәбиләләре мөхитендә тама атамаһының тамъянға әйләнеүенә лә ышанырға була.

Тамъяндар Урал алдының көнсығыш тарафтарын биләй, уларҙың ерҙәре Бөгөлмә ҡалҡыулығында, Ыҡ, Дим йылғаларының үрендә була. XII - XIII быуаттарҙа улар Ағиҙел йылғаһының көньяҡ бассейнына, Нөгөш йылғаһы буйына килеп сыға. XV - XVI быуаттарҙа тамъяндар бөрйәндәр һәм түңгәүерҙәр менән бергә хәҙерге Башҡортостандың көньяҡ-көнсығыш зонаһына (Урал аръяғына) үтеп инә һәм ошо ерҙәрҙе үҙләштерә. Шулай ҙа уларҙың байтаҡ өлөшө Ыҡ һәм Дим йылғаһы буйҙарын бөтөнләйгә ташлап китмәй, XVI - XVII быуаттарҙа үҙҙәренең боронғо аҫабалығын батша хакимиәтенән алынған жалованный грамоталарҙа раҫлай. XVIII быуат башында ла Ыҡ буйында Тамъян олоҫо булған әле. 1557 йылда аҡ батша Иван Грозныйға үҙҙәренең рус дәүләтенә ҡушылырға риҙалығын белдерергә килеүсе ырыу башлыҡтары араһында тамъян кенәзе легендар Шәғәле Шаҡман да була.

Тарихсы С. Хәмиҙуллин тамъяндарҙың ҡыпсаҡ башҡорттары менән ҡәрҙәш булыуын ысынбарлыҡҡа тап килә, тип иҫәпләй. Ҡыпсаҡтарҙың рус этнографы П.О. Небольсин теркәп ҡалдырған "ете ырыу" берләшмәһендә Тамъян-Ҡыпсаҡ ырыу бүлеме лә була. Быны һуңғы ваҡытта уҙғарылған этногенетик тикшеренеүҙәр ҙә раҫлай: тамъян вариҫтарының генофондында ике гаплотөркөм өҫтөнлөк итә: R1a1-M198 (54%) һәм R1b-M343 (32%). Был гаплотөркөмдәр бер үк ваҡытта ҡыпсаҡ ырыуына ла хас.

Этнограф Р.Ғ. Кузеевтың иҫәпләүе буйынса, XVIII быуат башында тамъяндарҙың һаны 21 мең самаһы була. XX быуаттың 20-се йылдарында уларҙың дөйөм иҫәбе 25 - 27 меңдән артмай, бында ул осорҙа кисерелгән трагик ваҡиғалар һөҙөмтәһендә башҡорттарҙың һан яғынан ҡырҡа кәмеүе сағылыш таба.

Хәҙерге ваҡытта тамъян ырыуы вариҫтары Башҡортостандың Әбйәлил, Белорет, Бөрйән, Баймаҡ, Көйөргәҙе, Мәләүез, Миәкә, Стәрлебаш, Туймазы, Шаран райондарында йәшәй. Сығышы менән тамъян нәҫеленә ҡарағандар Ырымбур өлкәһенең һәм Татарстандың ҡайһы бер райондары ауылдарында ла бар.

Тамъян ырыуы башҡорттары халҡыбыҙҙың айырылғыһыҙ бер өлөшө булып, тарих юлдарын милләттәштәре менән бергә үтте. Тамъяндар ҙа халҡыбыҙ ғорурлығы булырҙай меңәрләгән ул-ҡыҙҙар үҫтерҙе. Башҡорт ихтилалдарының арҙаҡлы батырҙары Күсем Түләкәйев, Аҡай Күсемов, Сәйетбай Алкалин, Ҡасҡын Һамаровтар - тамъян башҡорттарынан. Муса Смаков 1917 йылда II Бөтөн башҡорт ҡоролтайында Башҡорт үҙәк шураһы ағзаһы итеп һайлана, милли автономия өсөн барған көрәштә әүҙем ҡатнаша. Советтар Союзы Геройы, 112-се Башҡорт атлы дивизияһының полк командиры, генерал Таһир Кусимов та башҡорт яугирлығы данын бар илгә таратты. Тамъяндар бөгөн академик Марат Илһамов, философ, фән докторы Рәмил Истамғәлин, филологтар, фән докторҙары Зиннур Нурғәлин, Сәриә Миржанова, яҙыусылар Тимер Ниәтшин, Әсхәл Әхмәтхужа, халыҡ артистары Әхтәм Әбүшахманов, Тәнзилә Үҙәнбаева, Вахит Хызыровтар, башҡа йөҙәрләгән билдәле ырыуҙаштары менән хаҡлы рәүештә ғорурлана ала.

Вәлиәхмәт БӘҘРЕТДИНОВ әҙерләне.

(Аҙағы. Башы 31-се һанда).

ТАРИХИ ХӘҠИҠӘТ

БАШҠОРТТАР

Боронғо мәғлүмәттәр

Мәхмүт Ҡашғари бер быуат алдараҡ, 922 йылда, башҡорттарҙы күргән, һөйләшкән, аралашҡан Ибн Фаҙланды телгә ала. Ул Иҙел болғарҙарын ҡәбилә тип, ә башҡортто халайыҡ, тип атай. Йәғни, башҡорт йәмғиәтен социаль иерархияла юғарыраҡ баһалай. Башҡорттарҙы күргән авторҙарҙың барыһы ла уларҙы "башҡорт" тип атай. Береһе лә "бөрйән башҡортон", йәиһә "үҫәргән башҡортон", "табын башҡортон" күрҙем, тип яҙмаған. Был шул заман башҡорттарының үҫеш кимәлен билдәләгәндә кәрәк булған бик мөһим күрһәткес булып тора.

Ғалимдар теге йәки был халыҡтың үҙатамаһы уларҙың халыҡ булараҡ нығынғанлығының төп күрһәткесе, ти. Йәғни, беҙҙең халыҡтың үҙатамаһы "башҡорт" тарихи аренаға ишетелеп, унда нығынған икән, тимәк, ул халыҡ булараҡ аяғында ныҡлы баҫып торған һәм унын үҙ ихтыяждары, мәнфәғәттәре булып, уларҙы яҡлап, тирә-яҡтағы күршеләрен иҫәпләшергә мәжбүр иткән, үҙен башҡорт булараҡ эштәре менән күрһәтә алған, тиергә кәрәк.

Халыҡтың үҙаңын формалаштырыуҙа уға күрше икенсе халыҡтарҙың роле ҙур була. Сөнки халыҡ үҙен халыҡ итеп тойоу өсөн көҙгөгә ҡараған кеүек, сағыштырыр өсөн икенсе халыҡ кәрәк. Икенселәр менән үҙен сағыштырып, үҙенең күршеләренә оҡшамағанлығын, айырымлыҡтарын, оҡшашлыҡтарын күреп, "беҙ башҡасараҡ икән", тигән уй нығынынғандан һуң ғына халыҡта үҙаң формалаша башлай, нығына. Халыҡ үҙенең ошо үҙенсәлекле үҙ йөҙөн һәр ваҡыт һаҡларға ынтыла һәм уны һаҡларға теләп, тирә-яҡ күршеләренә ҡаршы яуға ла күтәрелер булған.

Бының шулай булғанына урта быуатттарға ҡараған тарихи сығанаҡтарҙа башҡорттар тураһында һаҡланып ҡалған факттар күрһәтә. Уларҙың бөтәһендә лә башҡортто көслө, ғәййәр халыҡ булараҡ телгә алалар. Мәҫәлән, Византия императоры Константин Багрянородный "Империя менән идара итеү" тигән хеҙмәтендә беҙҙең халыҡ менән татыу йәшәргә саҡыра. Билдәле булыуынса, Византия империяһы ул саҡта иң ҡеүәтле дәүләт була, унын менән бөтәһе лә иҫәпләшергә мәжбүр була. Ошо ҡеүәтле дәүләттең башлығы - әгәр был донъяла тыныс йәшәргә теләһәгеҙ, улар менән татыу, дуҫтарса мөнәсәбәәттә йәшәгеҙ, тип яҙа. Бында Константин Багрянородный беҙҙең халыҡты башнәктәр, тип яҙа. Тарихи сығанаҡтарҙа башнәк менән башҡорт бер үк халыҡ икәне күренә. Был ысынлап та шулай. Башҡорт - бәшнәк мөнәсәбәтен аңлар өсөн боронғо мифологик үҙандан сығып ҡарарға кәрәк был мөнәсәбәттәргә. Тик шуныһы үкенесле: бәшнәк менән башҡорт мөнәсәбәте бөтөнләйе менән тиерлек өйрәнелмәгән тема. Ҡасандыр бер нисә быуат Арал диңгеҙенән алып Европаға тиклем арауыҡтағы халыҡтарҙы дер һелкетеп тотҡан халыҡ, әйтерһең дә, булмаған. Ә бит уларҙың туранан-тура вариҫтары беҙ, башҡорттар.

Тарихи сығанаҡтарҙа IX быуаттың икенсе яртыһынан алып - X быуаттың беренсе яртыһында һәм унан һуңғараҡ та, йәғни ике быуат буйына башҡорттарҙы йыш ҡына бәшнәктәр менән бергә телгә алалар. Мәҫәлән, Әл-Масуди, IX быуаттың икенсе яртыһы башланған мәлдә башҡорттарҙың (көнсығыш сығанаҡтарында - баджгард), бәшнәктәр, баджналар, наукердларҙың берләшкән ғәскәре Гурган (Арал) диңгеҙе эргәһендәге бер яуҙа уғыҙҙарҙың, ҡарлуҡтарҙың һәм кимаҡтарҙың берләшкән ғәскәренән еңелделәр, тип яҙа. Көнсығыш сығанаҡтарҙа был башҡорт, бәшнәк, баджан, наукердтар төрки телле халыҡ тиелә. Ошо дүртәүҙең берләшмәһе Арал диңгеҙе эргәһендә булып үткән яуҙа еңелгәндән һуң тарҡалып юҡҡа сыҡмай, улар төрлө сығанаҡтарҙа артабан да ике быуат дауамында бергә телгә алына. Баяғы Арал ваҡиғаларынан һуң йөҙ йыл үткәс, шул уҡ дүртәү Ҡара диңгеҙҙең төньяғында барған ваҡиғаларҙа әүҙем ҡатнашып йөрөйҙәр. 956 йылда баҡыйлыҡҡа күскән Әл-Масуди 932 йылда баяғы башҡорт, бәшнәк, баджан һәм наукердтарҙы берләштергән халыҡ Византия менән Валандар тигән ҡала өсөн дәғүәләшеп, Константинополгә һөжүм иттеләр, тип яҙып ҡалдырған. Ошо дүртәүҙең йыш ҡына славяндарға һөжүм итеүҙәре һәм хазарҙар, аландар менән һуғышып йөрөүҙәре тураһында ла мәғлүмәттәр беҙҙең көндәргә килеп еткән. Башҡорттарҙы ике быуат дауамында гел бәшнәктәр менән бергә телгә алыуҙың үҙ сәбәптәре бар. Башҡорт менән бәшнәктең, баджан, наукердтың ике быуаттан ашыу тотороҡло гел бергә телгә алыныуын уларҙың бер үк этник сығышлы булыуынан, бер үк халыҡтың төрлө ҡатламы булыуынан сығып ҡына аңлатырға кәрәктер.

Зәкирйән ӘМИНЕВ, этнограф.

(Дауамы бар).

✓ *Дәрестәге математикала балаларҙың мейеһе лә уянып өлгөрмәй. Ә бына шахмат һәм шашка уларҙың мейеһенең тап ошо уйлап хәл итеү, алымдар яһау кеүек функцияларына яуап биргән ҡылдарын уятып ебәрә.*

Күптән түгел Якутскиҙа ҡатын-ҡыҙҙар араһында шашка буйынса планета беренселеге үтте. Һәм унда беҙҙең ҡыҙҙар еңеүселәр булып сыҡты! Башҡортостандан Тамара ТАНҺЫҠҠУЖИНА беренсе урынды яуланы, ә Айгөл ИҘРИСОВА көмөш миҙалға лайыҡ булды. Милләтебеҙҙең аҫыл ҡыҙҙарын редакциябыҙға сәйгә саҡырып алып, әлеге уңыштары һәм башҡа бик күп төрлө яңылыҡтары, тормош-йәшәйештәре, уй-хыялдары тураһында белештек. Был хаҡта һеҙгә лә бәйән итәбеҙ.

Бала саҡта күптәр бейей ҙә, йырлай ҙа, рәсемгә лә, музыка ҡоралдарына ла йөрөй. Атаәсәләр балаларын, күберәк хәрәкәт итһен, сәләмәтлеген ныҒытһын, шөғөлө булһын, тип, ҡайҙа ғына тапшырмай. Әммә шашкаға йөрәгәндәр һирәк була. Һеҙ нисек килеп юлыҡтығыҙ был уйын төрөнә?

Айгөл Иҙрисова: Мин Ишембай ҡалаһында тыуып үҫтем. Атайым сығышы менән Ураҙбай ауылынан булып, бәләкәйҙән йәйен дә ҡышын да ауылға олатай менән өләсәй янына ебәрҙеләр. Алты йәштәр тирәһендә микән, олатайым миңә шөғөл тапты - шашка уйнарға өйрәтте. Олатай үҙе шәп шашкасы ине, хатта махсус китаптары ла булды. Әйткәндәй, әлеге тренерым (Рәсәй йыйылма командаһы тренеры) Юрий Владимирович Чертогтың автографлы китабына ла эйә ине һәм һигеҙ йәштә шул китап миңә бүләк ителде. Ҡалала, әсәйемдең әсәһе булған өләсәйем, кистәрен өҫтәл теннисы уйнарға йөрөнө. Мин уға эйәреп бит һәм беҙҙә балалар баҡсаһында ла ниндәйҙер шөғөлдәр менән әүрәтергә тырышалар ине. Шашка, шахмат кеүек уйындар уйнаталар, хатта төймә баҫырға уйлытып ҡуйғандарын да иҫләйем. Ысынлап та әүрәй, мәшәҡәтләнеп ваҡыт үткәрә инек. Әсәйемдең заводта төнгө сменала эшләгән саҡтары ла булды һәм беҙҙе, ҡайһы бер балаларҙы, баҡсала тәүлек әйләнәһенә ҡалдыралар. Шундай кистәрҙә тәрбиәселәр менән шашка уйнайбыҙ.

Мәктәпкә уҡырға барғас, атаәсәләрҙән балаларының ниндәйҙер түңәрәктәргә йөрөүен талап итәләр. Ә мине ҡайҙалыр йөрөтәр кеше юҡ, түңәрәктәр үткәрелгән урын алыҫ ҡына, әсәйем көнө-төнө эштә. Шул мәл беҙҙең йорттан бер малайҙың шашкаға йөрөүе асыҡланды ла, мине шуға тағылдырып ҡуйҙылар, уға эйәреп барып-ҡайтып йөрөй башланым. Был уйын миңә яңылыҡ түгел ине һәм мәсьәләләрҙе еңел генә аңлап алып енә лә башланым. Быны, әлбиттә, аңғарып та ҡалдылар һәм бер-ике айҙан уҡ тәүге ярышҡа алып та киттеләр.

Айгөл Иҙрисова: Ҡатын-ҡыҙҙар араһындағы донъя чемпионатында 9 илдән 16 уйынсы ҡатнашты. Был бәйгелә ҡатнашыу хоҡуғына эйә булыу өсөн урындағы чемпионаттарҙа һайлау үтте. Мин үҙем өсөнсө тапҡыр донъя чемпионатында ҡатнаштым. Беренсе тапҡырында миңә егерме генә йәш ине һәм артыҡ ҙур маҡсаттар ҙа ҡуймағайным, алтынсы-бишенсе урын булһа ла ҡәнәғәт ҡалырмын тип уйлағайным. Икенсеһенә, миҙал алыуға өлгәшергә, тигән маҡсат менән барҙым. Быныһына иһә, ныҡлап әҙерләндем, етди еңеүгә ынтылдым. "Әҙерләндем" тиеү - ул, беҙҙенсә, компьютерҙан төрлө партиялар өйрәнеү. Башҡа спортсыларҙың уйындарын ҡарайһың, төрлө варианттарҙы анализлайһың, комбинациялар эшләйһең. Был бер фәнни эш һымаҡ. Башынды эшләтеү менән менән бер рәттән физик эшмәкәрлек тә алып барыла. Мин, мәҫәлән, йөҙөргә яратам. Һәм бөтөн был комплекслы күнекмәләр, рухи әҙерлек әлеге еңеүгә алып килде лә инде.

лап хәл итеү, уйлап ниндәйҙер хәрәкәттәр, алымдар яһау кеүек функцияларына яуап биргән ҡылдарын уятып ебәрә. Бәләкәйҙән ошоға күнеккән балалар үҫә бара ла был һәләтен үҫтерә, камиллаштыра.

Удмуртстанда балалар баҡсалары мөдирҙәре үҙҙәре үк балалар баҡсаларында ла ошо уйын буйынса бәйге ойоштороуҙы һорап, йыш ҡына Шашка федерацияһына мөрәжәғәт итә. Тимәк, уларҙа бәләкәй саҡтан уҡ ярышҡа сығырлыҡ балалар бар.

Шашка-шахмат уйнағанда ниндәй ағзаларға көс төшә?

Айгөл Иҙрисова: Шашканы баш, мейе ярышы тип кенә уйлау хата ул. Баш эшләһен өсөн бөтөн организмдың эшмәкәрлеге кәрәк бит. Тәндең ниндәйҙер өлөшө ауырып тора йәки үҙ функцияһын үтәй алмай икән, ул ваҡытта баштың да тулыһынса эшләгеһе килмәй. Йәки ярыш ваҡытында дүрттәр сәғәт бер партия артында ултырыуҙы ғына алайыҡ. Арҡаға, умыртҡа һөйәгәнә, ултырыш өлөшкә көс төшә. Ысынында һин баш менән эшләп ултырғас, быларҙы мәлендә һиҙмәйһең дә, әммә аҙаҡтан беленә барыһы ла.

Тамара Танһыҡҡужина: Шашка-шахматта уйнау ул физик көс һәм баш мейеһе эшмәкәрлегенән

Шашка уйнау һеҙгә килем килтерәме?

Тамара Танһыҡҡужина: Баш ҡалабыҙҙа Башҡортостандың Үҙәк шашка клубы урынлашҡан. Беҙ шуның ағзалары булып иҫәпләнәбеҙ. Ағзаларға хөкүмәт тарафынан эш хаҡы билдәләнгән. Әлбиттә, был футболсыларға, хоккейсыларға түләнгән аҡса түгел, әммә артыҡ ҙур күрһәткестәргә өлгәшмәгән осраҡта ла был эш хаҡына йәшәп торорға була. Спорт уңыштары бит инде улар даими һәм оҙайлы рәүештә ҡулда тотоп тора торған төшөнсәләр түгел. Улар ҡапыл килеп ҡаба ла, ҡапыл ысҡына. Килеп ҡапҡанда мул ғына килем дә биреп ҡуя. Һәм күп осраҡта спортсылар ана шул бер килеп ҡаҙаныр уныш өсөн ғүмер буйы эшләй ҙә. Миҫалға алғанда, һуңғы еңеү миңә 350 мең һум алып килде. Әлбиттә, бығ фатир йәки машина алып булмай, шулай ҙа йыл да ниндәйҙер ярыштарҙа ҡатнашыу йәйләп килем алып килеп тора, зарланыр урын юҡ.

Бая әйттем бит әле: беҙҙә шашканы етди спорт төрө тип ҡарау юҡ. Һәм минең әсәйем менән өләсәйемдәр ҙә шундай уҡ фекерҙә ине. "Нимә ул шашка? Ысын һөнәр ал", тиҙәр бит инде. Һәм мин юғары уҡыу йортона инеп,

ҺӘР ӨЙҘӘ ШАШКАЛА

ул мейене күнектерәү

бара һәм өләсәй бушағансы шунда килгән кешеләр менән ултырып шашка уйнай инем. Унан балалар баҡсаһында ла ял көндәрендә барып, шашка уйнарға, ярыштарҙа ҡатнашырға мөмкинлек булды.

Беренсе класҡа Ишембай ҡалаһының 2-се Башҡорт гимназияһына уҡырға барҙым һәм тренер Александр Павлович Мельников мине инде махсус рәүештә түңәрәккә саҡырып алды. Унынсы класҡа Рәми Ғарипов исемендәге 1-се Башҡорт республика гимназия-интернатына килдем һәм унда ла шөғөләмдө дауам иттем.

Тәүге тапҡыр Башҡортостан беренселегендә беренсе синыфта уҡығанда ҡатнашҡайным. Иң бәләкәсемен, ете генә йәш. Ундағы ҡыҙҙарҙы күреп, әсәйгә: "Улар бит ҙур, хәҙер мине еңәләр инде", - тип иланым. Әсәйем: "Әгәр уйнаһаң, мин һиңә ҡағыҙ ҡурсаҡ алып бирәм", - тип әүрәтте лә, индереп ебәрҙе. Ул саҡта ҡатырғынан ҡырҡылған ҡурсаҡҡа ҡағыҙ кейемдәр ҡырҡып кейҙереп була торған уйын бар ине. Шундай ҡурсаҡ минең хыялым ине. Ярышта өсөнсө урын яулағас, әлеге ҡатырғы ҡурсаҡты һатып алып бирҙеләр. Шулайтып йәйләп Башҡортостан, Рәсәй беренселегендә ҡатнаштым, туғыҙ йәштә беренсе тапҡыр сит илгә сыҡтым. Бына шулай.

Тамара Танһыҡҡужина: Минең әсәйем Күгәрсен районы ҡыҙы булып, заманында Яр Саллы ҡалаһына КАМАЗ төҙөргә китә лә, шунда тороп ҡала. Мин Яр Саллы ҡыҙы булдым шулайтып.

Бала саҡта бөгөнгө балаларҙыҡы кеүек уйынсыҡтар булманы

Йөрөй-йөрөй ялҡып, шашканы ташлап ҡуйған саҡтарым да булды. Ул ваҡытта инде тренерҙар әсәйемде килеп өгөтләй. Мин яңынан шөғөлләнә башлайым. Өс-дүрт тапҡыр ҡабатланды шундай хәл. Күрәһең, минең яҙмышҡа яҙғандыр инде был спорт төрө.

Һуңғы еңеүегеҙ хаҡында һөйләп китегеҙ әле? Маҡсат бары тик беренселек булғандыр, әйеме?

Шашка спортына ҡараш нисек беҙҙә? Ғөмүмән, уны спорт төрө итеп ҡабул итәләрме ул?

Тамара Танһыҡҡужина: Үкенескә күрә, беҙҙә был спорт төрө үҫешмәгән. Бигерәк тә Өфөлә. Ишембайҙа, әлбиттә, башланғыс бар, элек тә булды. Ә бына, мәҫәлән, Удмуртстандың, Татарстандың күп кенә ҡалаларында шашка уйыны балалар араһында ла, олалар араһында ла бик популяр. Бала башланғыс синыфтарҙа математиканан бик өлгәшә алмай икән, атаәсәһенә балаһын шашка йәки шахмат түңәрәгенә бирергә тәҡдим итәләр. Был бик яҡшы ярҙам итә торған алым. Хәҙер бит балаларҙың уйынсыҡтары ла, компьютерҙағы уйындары ла баш эшләтеүгә ҡоролмаған. Киреһенсә, уйынсыҡтар хәҙер "аҡыллы", компьютерҙағы уйындар иһә атыш та тартышҡа ғына өйрәтә. Дәрестәге ҡырҡ минутлыҡ математикала иһә балаларҙың мейеһе лә уянып өлгөрмәй. Ә бына шахмат һәм шашка уларҙың мейеһенең тап ошо уй-

тыш, рухи көстө лә үҫтерә. Ҡабат-ҡабат бер үк төрлө уйында көс һынашырға ултырыу өсөн дә бит эске көс кәрәк. Бында шулай уҡ оло яуаплылыҡ, ныҡ уйлап дөрөҫ йүнәлештәр яһау кеүек бары тик һин генә хәл итә торған бурыстар тора алдыңда. Бары тик һин үҙең генә хәл итәһең, башҡа берәүҙең дә ҡыҫылышы, кәңәше, ярҙамы юҡ. Һәм һинең ҡарарыңдан тора уныш йәки уңышһыҙлыҡ яулауың. Был ҙур яуаплылыҡ. Һәм оҙайлы ошондай торош һиндә рухи ҡөҙрәтте ныҡыта ла. Һәм был һинең характерыңда, йәшәйешеңдә, тормошҡа, кешеләргә ҡарашыңда ла сағылыш таба. Һин үҙ-үҙеңә ышанған, яуаплылыҡ ала белгән, яҙмыш ауырлыҡтарына ҡаршы атлай алған көслө кешегә әйләнәһең. Айгөл әйткәнсә, шашка-шахмат уйнаусылар шулай уҡ икенсе спорт төрҙәренә лә йылығыусан була. Мин, мәҫәлән, оҙаҡ йылдар енел атлетика менән шөғөлләндем.

тарих факультетын тамамланым. Әгәр ҙә мин спорт буйынса уҡыу йортон һайлаһам, мәҫәлән, шашка буйынса күптән фәнни эштәр яҙған булыр инем.

Спорт - ул ир-егеттәр шөғөлө. Шулай уҡ ҙур аҡсалар түләнгән спортта ла күп осраҡта тик ир-егеттәр. Ҡатын-ҡыҙҙар беҙҙә тенниста күберәк уңыштарға өлгәшә, башҡа өлкәләрҙә тик һынамаҡҡа берәү-икәү генә килеп сыҡҡылай. Ә бына шашка ҡатын-ҡыҙ өсөн иң уңайлы спорт төрөләр тип иҫәпләйем.

Айгөл Иҙрисова: Мин ун алты йәштән Спорт клубынан спортсы-инструктор булараҡ эш хаҡы алам. Мәктәп балаһына был да ҙур ярҙам ине. Унан мин университетта физика профилен үҙләштерҙем һәм хәҙер инде юғары белемле белгес булып иҫәпләнәм. Атай-әсәйем минең шашканан тыш та йәшәй алырлыҡ һөнәрем булыуын теләне. Бая әйтелгәнсә, йәмғиәттә бит әле шашка спортына һаман ышанмауанлыҡ бар.

Беҙҙең республиканың Үҙәк шашка клубында финанс яғынан тәьмин итеү насар түгел, беҙ ҡәнәғәтбеҙ. Һәм уйындар ҙа ярайһы йыш үтеп тора. Ике йыл элек донъя чемпионатында икенсе урын алдым. Унан Европа чемпионы булдым. Шулай уҡ Донъя кубогы финалында ла беренсе урын яуланым. Унда приз ете йөҙ меңлек ине. Ҡатын-ҡыҙ спортсы өсөн был яҡшы ғына килем, минеңсә.

Тел - ул милли рух кеүек һиңә Юғарынан һалынған мөғжизә, күрәһең. Туған тел рух кеүек үк тормошта һынмаҫҡа, ныҡ булырға ярҙам итә торған бер көс икән. Үҙеңдең "мин"еңдең эсендә, йәшәйештә тотҡан позицияңды билдәләгәндә һинең үҙ милләтеңдән генә күсә торған ниндәйҙер ҡөҙрәттәр була. Һәм ошо ҡөҙрәттәр иҫәбендә тел дә бар. Мин, мәҫәлән, ниндәйҙер үрҙәр яулағас, тормошта үҙ урынымды билдәләгәс, ошо ерлектә шәхес булып формалашҡас, балалар тыуҙырғас ҡына ысынлап та тулы һәм камил кеше булыу өсөн туған телдә лә белеү мөһим икәнлеген аңланым. Әгәр мин ошо кимәлдәге спортсы булып та, туған телемде белмәйем, тип торһам, был бермә-бер бәсемде төшөрәсәк.

✓ *Унда мәктәптәрҙең илле проценты интернат-пансионаттар. Һәм беҙҙә лә туған телдә беҙҙең милләт балаларына мәжбүри уҡытыу дәүләт программаларының алдынғы йүнәлеше булырға тейеш. Милли телдә дәүләт яҡларға тейеш!*

УЙНАҺЫНДАР,
сараһы икәнен белһендәр

Быйылғы Чемпионатта ике тәүге урындарҙың бер үк республикала һәм хатта бер үк милләт халҡы вәкилдәрендә ҡалыуын башҡа ил спортсылары, Федерация ағзалары баһаланымы? Һеҙ үҙегеҙ быны нисек аңлатаһығыҙ, осраҡлы хәл түгел, әллә башҡа аңлатма бармы?

Тамара Танһыҡҡужина: Осраҡлы хәл түгел. Был өлкә белгестәре, шул уҡ баһалама комиссияһы ағзалары ла быны яҡшы аңлай. Улар донъя буйынса шашка беренселегенә ынтыла алған спортсыларҙың йәмғеһе 5-6 ғына кеше икәнен дә белә. Һәм беҙ бына Айгөл менән шул иҫәпкә инәбеҙ. Әлбиттә, ошо иҫәптәгеләр эсендә беҙҙең өсөнсө йә дүртенсе урындарға ҡалыуыбыҙ ҙа мөмкин ине. Әммә тәүгеләрҙән булдыҡ, сөнки беҙҙең Башҡортостан мәктәбе көслөләрҙән иҫәпләнә. Ул һәр ваҡыт шулай булды ла. Беҙ аҙбыҙ, әммә сағыштырмаса көслөбөҙ. Был - факт. 2007 йылда беҙгә Ҡытай белгестәре килгәйне. Улар бөтөн Рәсәйҙе һөҙөп тикшереп сығып, беҙҙең мәктәпте һайланы. Һәм шунан алып улар менән хеҙмәттәшлек итәбеҙ. Бөгөн беҙҙән тренерҙар Ҡытайға уҡытырға йөрөй.

Ҡалала - ярай, нисек тә була, ә ауылдарҙа шашка спортын үҫтереү хөкүмәт йәки ниндәйҙер башҡа өлкәләр тарафынан ҡараламы икән?

Тамара Танһыҡҡужина: Урал арьяғын үҫтереү буйынса махсус программа ҡаралған. Был программа буйынса районда шашка түңәрәктәре алып барырҙай тренерҙар уҡытылды. Һигеҙ районда уҡыуҙар ойошторолдо, шуларҙың 5-6-һы нығынып эшләп китте. Һуңғы ваҡытта Сибайҙа, Күгәрсен районында булдыҡ, әле Баймаҡҡа саҡырҙылар. Киләсәктә электрон дәрестәр биреүҙе лә күҙ уңында тотабыҙ. Был осраҡта ауыл балалары билдәле тренерҙар менән дә эшләй алаҫаҡ.

Беҙ ҙә осрашыуҙарға йыш сығабыҙ. Айгөл күптән түгел генә балалар лагерҙарында булып ҡайтты.

Һеҙҙең икегеҙҙең дә башҡортса яҡшы һөйләшеүегеҙ, хатта халыҡсан, ябай телдә аралаша алыуығыҙ нисектер бер аҙ аптырата ла. Беҙ билдәле кешеләребеҙҙең, бигерәк тә ҡалала үҫкәндәрҙең, туған телдән ситләшеүенә күнеккәнбеҙ ҙә кеүек...

Тамара Танһыҡҡужина: Мин бала саҡта ла, элегерәк тә, башҡортса әлеге кимәлдәгесә һөйләшә белмәнем. Туған телем миңә яйлап, минең аңым уны үҙе эҙләп алыр, уға мохтаж булыр хәлгә еткәс кенә килде. Тел - ул милли рух кеүек һиңә Юғарынан һалынған мөғжизә, күрәһең. Туған тел рух кеүек үк тормошта һынмаҫка, нык булырға ярҙам итә торған бер көс икән. Үҙеңдең "мин"еңдең эсендә, йәшәйештә тотҡан позицияңды билдәләгәндә һинең үҙ милләтеңдән генә күсә торған ниндәйҙер ҡөҙрәттәр була. Уны әйтеп кенә аңлатып та булмай. Ул бары тойола ғына. Һәм ошо ҡөҙрәттәр иҫәбендә тел дә бар. Мин, мәҫәлән, ниндәйҙер үрҙәр яулағас, тормошта үҙ урынымды билдәләгәс, ошо ерлектә шәхес булып формалашҡас, балалар тыуҙырғас ҡына ысынлап та тулы һәм камил кеше булыу өсөн туған телдә лә белеү мөһим икәнлеген аңланым. Уңышлы кеше булыу өсөн асылыңдан, тамырҙарыңдан айырылмау кәрәк. Әгәр мин ошо кимәлдәге спортсы булып та, туған телемде белмәйем, тип торһам, был бөрмәбер бәсемде төшөрәсәк. Эш оятта һәм намыҫта ғына түгел бында, бында сәбәптәр төптәрәк. Ниндәйҙер эштә йәки өлкәлә лә юғары үҫешкә өлгәшеү өсөн үҙ асылыңда булыу кәрәк.

Бөгөн балаларҙы туған телдә һөйләштереп үҫтереү ғаиләнән тора, тиһәләр ҙә, мәғариф өлкәһен дә был бурыстан бушатырға ярамай. Был эш ике яҡтан һәм хатта төрлө яҡтан да алып барылһын ул. Мин әгәр Татарстандан килеп, башҡорт гимназияһында уҡымаһам, телемде белә лә алмаҫ инем. Ғаиләһендә мөмкинлеге булмаған балаларға ошондай махсус мөхит булдырылырға тейеш. Мәҫәлән, күп сит илдәрҙә баланы теге йәки был өлкәлә төплө белемле итеү өсөн ябыҡ мәктәптәр булдырыла. Унда мәктәптәрҙең илле проценты интернат-пансионаттар. Һәм беҙҙә лә туған телдә беҙҙең милләт балаларына мәжбүри уҡытыу дәүләт программаларының алдынғы йүнәлеше булырға тейеш. Ата-әсәләрҙең генә яуаплы булыуы аҙ. Милли телдә дәүләт яҡларға тейеш!

Мин башҡорт мөхитенән бер ваҡытта ла айырылманым. Ғаиләлә туған телдә һөйләшеп үҫтек һәм әле лә әсәйгә онотолоп китеп "Мам" тиһәң, "Кем ул "мам"?" тип ебәрә. Һәр ваҡыт башҡорт мәктәптәрендә белем алдым. Шунлыҡтан, ниндәй генә башҡа телдәрҙе белгән осраҡта ла, минең үҙ милләттәштәрем менән русса аралашыуым... мәҙәниәтһеҙлектең, тупһыҙлыҡтың, мәғәнәһеҙлектең бер күрһәткесе булыр ине.

Айгөл Иҙрисова: Мин башҡорт мөхитенән бер ваҡытта ла айырылманым. Ғаиләлә туған телдә һөйләшеп үҫтек һәм әле лә әсәйгә онотолоп китеп "Мам" тиһәң, "Кем ул "мам"?" тип ебәрә. Һәр ваҡыт башҡорт мәктәптәрендә белем алдым. Шунлыҡтан, ниндәй генә башҡа телдәрҙе белгән осраҡта ла, минең үҙ милләттәштәрем менән русса аралашыуым... мәҙәниәтһеҙлектең, тупһыҙлыҡтың, мәғәнәһеҙлектең бер күрһәткесе булыр ине.

Һеҙ икегеҙ ҙә 22-23 йәштәрҙә Донъя чемпионы булып танылып өлгөргән ҡатын-ҡыҙҙарһығыҙ. Был бит инде һеҙҙең ниндәйҙер юғары үрҙәргә үрләүегеҙҙең, уңышлы булыуығыҙҙың, тырыш, үҙегеҙгә талапсан, ғәҙәти булмаған аңға эйә икәнлегегеҙҙең һәм тағы ла бик күп шәп сифаттарҙың күрһәткесе. Бына шундай ҡыҙҙар өсөн нимә ул ҡатын-ҡыҙ бәхете?

Тамара Танһыҡҡужина: Мин әлегерәк спорт менән ғаиләне бергә ҡушыу бик ауыр күренеш һәм уларҙы ҡушып маташыу артыҡ яҡшыға алып килмәйҙер тип уйлай инем. Шунлыҡтан, ғаиләм дә һуң ғына барлыҡҡа килде, балаларым да бәләкәс әле. Бөгөн мин бөтөнләй икенсе ҡараштa һәм бәхетемде лә бары ошо бөтөнлөгөмдә генә күрәм. Ысынлап та, һин ниндәй генә бейеклектәр яулама, кем генә булма, барыбер ҙә бәхет өсөн яҡын кешеләр кәрәк. Бер үҙең генә бәхетле булыу мөмкин түгел икән ул. Нисек кенә аҡлама йәки аҡланма, был дөрөҫ түгел. Ирем, балаларым, ҡайтып инер йортом әлеге ваҡытта минә бәхет сығанағы булып тора. Йәки, ҡыҙым әхирәттәрен эйәртеп алып ҡайта ла, "бына былар минең атай-әсәйем" тип таныштыра. Был да бәхет минең өсөн. Шулай, барыһы ла ябай ғына.

Айгөл Иҙрисова: Мин атай-әсәйем, туғандарым булыуы, улар менән әлегә бер ғаилә булып йәшәүем менән бәхетлемен. Беҙ бик дуҫбыҙ, берҙәмбеҙ. Яратҡан эшем бар. Шашкаларҙы уңыштарым да бәхеттең бер өлөшө тип уйлайым. Күрәһегеҙ, мин әлегә бәхеттең үҙемә таныш булған яҡтарын ғына беләм. Ә башкалары, Алла бирһә, үҙ мәлендә булыр, килер тип өмөт итәм.

Һайлаған һөнәр кешене формалаштыра ала тиҙәр. Бына һеҙҙә әлеге һөнәрегеҙ нисек итеп "әүәләй"?

Тамара Танһыҡҡужина: Психологтар шулай тип яҙа һәм был үҙебеҙҙә лә сағылыш таба килә бит. Һөнәр ваҡыт үтеү менән кешенең эске донъяһын үҙ ҡалыбына ҡулайлаштырып үҙгәртеп ала. Мәҫәлән, төҙөләштә йәки башҡа ерҙә ирҙәр араһында, ауыр хеҙмәттә эшләгән ҡатын-ҡыҙ ҙа ирҙәр ғәҙәттәрен, телмәрен, ҡыланыштарын отоп ала. Уҡытыусылар өйрәтеүгә, нығып-ҡабатлап һөйләүгә, аңлатып-төшөндөрөп биреүгә күнегеп китә. Журналистар, мәҫәлән, аралашыуға, йомоҡ кешеләрҙән дә телен һәм күңелен асыу оҫталығына әүәсләнә. Полиция кеүек көс структуралары хеҙмәткәрҙәре барыбер ҙә ҡатыраҡ, тупаҫыраҡ булып китә, сөнки улар йәмғиәттең кире яҡтарын күберәк күрә, белә. Спортсылар физик яҡтан ғына түгел, рухи яҡтан да сыныға. Бына мин үҙем дә ошо йәшемдә ярайһы ғына көслө кешемен. Түҙемлек, еңелеүҙәргә бирешмәй алға барыу, ныҡышмалылыҡ, ниндәй хәлдә лә тыныс ҡала алыу, яуаплылыҡ кеүек сифаттарҙы, мәҫәлән, тап ошо шашка спортында үҙләштергәнемде беләм. Минең ошо сифаттарым һөйләшемдә лә, ҡарашымда ла, хәрәкәттәремдә лә сағылыш таба. Бынан бер нисек тә ҡасып булмай.

Айгөл Иҙрисова: Мин йомшаҡ кешемен һәм әлеге мәлдә ошо һөнәремә хас булырға тейешле сифаттарҙы үҙләштерәм генә. Быны миңә коллегаларым да, тренерҙарым да өйрәтә. Күрәһегеҙ, өлгө алыр кешеләр бар.

Үҙегеҙ белгән башҡорт ир-егеттәрен нисек баһалайһығыҙ?

Тамара Танһыҡҡужина: Мин белгән, минең менән интернат-мәктәп тамамлаған ир-егеттәрҙең барыһы ла был тормошта үҙ урынын тапты. Уларҙың ғаиләләре, эштәре, торлаҡтары бар. Эйе, бына әле һеҙ биргән был һорауға яуап эҙләп, таныштарымды барлап ултырам да, барыһын да яҡшы баһаларымын һымаҡ. Беҙҙең ир-егеткә бит барыбер ҙә ғаилә башлығы булырға ынтылыу һалынған. Күптәре хатта студент көйөнсә генә лә өйләнә лә, шул йөктәрен намыҫлы күтәреп алып китә. Сит ил йәштәрен 21-22 йәштә өйләндереп ҡара һин. Беҙҙең ир-атта ниндәйҙер рәхимле йомшаҡлыҡ бар. Ҡатын-ҡыҙын, бәлки, артыҡ ҡарай, тәьмин итә алмаһа ла, уларҙы күп нәмәнән сикләмәй, баҫмай улар. Ғаиләләрҙә лә ярашып, гармонияла йәшәү өҫтөнлөк итә.

Айгөл Иҙрисова: Бөгөнгө минең йәштәге башҡорт егеттәре иртә үҙаллы булырға ынтыла хәҙер. Өйләнмәгән килеш атаәсәнән айырым сығып йәшәүҙе беҙ элек сит ил киноларында ғына күрһәк, әле хатта ҡыҙҙар ҙа шулай итә ала. Мәҫәлән, мин дә күптән үҙаллы тормош алып барам. Егеттәр эшкә барып эштән ҡайтыуҙан тыш, ижади эшмәкәрлек тә алып баралар. Һәр кем үҙен ниндәйҙер яңы өлкәлә һынап ҡарарға, үҫергә, өйрәнергә ынтыла. Ир-егеттәр ҡыҙыҡлыраҡ, тулыраҡ эстәлекле, эске донъяһы менән байыраҡ була бара, минеңсә. Йәғни, бөгөн ир-егеттә тупаҫ көс кенә алға ҡуйылмай, уларҙың ҡыҙыҡһыныуҙары, шөғөлдәре, рухи тороштары ла баһалана. Илһөйәрлек, лидерлыҡ, йүнселлек, йылғырлыҡ кеүек сифаттар ҙа бермә-бер артты уларҙа. Минең йәштәштәрем, дуҫ егеттәрем шулай, мәҫәлән. Әллә... беҙгә оҡшай.

Чемпиондар нисек ял итә? Мәҫәлән, ошо йәй көндәре?

Тамара Танһыҡҡужина: Ял тураһында уйлай ҙа алмайым әлегә. Ҡулымда бәләкәй балалар. Утыҙ дүрт йәшемә тиклем үҙем өсөн йәшәнем - етте. Хәҙер рәхәтләнеп, ләззәтләнеп балаларым менән булам. Өлкән ҡыҙым шашкаға, балетҡа йөрөй, тиҙҙән уҡырға төшә. Бәләкәсем яңы тәпәй баҫты. Минең эшем дә, ялым да шулар. Балаларҙы тәрбиәләй һәм шәхестәрен формалаштыра торған ваҡыт бер мәл генә, мин шул осорҙо ҡулдан ысҡындырмаҫҡа тырышам.

Айгөл Иҙрисова: Ярыштарҙан һуң берәй аҙна ял итеп алырға яратам. Минең әлеге ваҡыттағы ҡыҙыҡһыныуым - Башҡортостанды өйрәнеү. Сөнки сит илдәрҙе күрәбеҙ, әллә ниндәй пляждарын, диңгеҙҙәрен беләбеҙ, ә үҙебеҙҙәге һоҡланғыс урындарҙа булғаныбыҙ ҙа юҡ икән. Хатта Өфө ҡалаһында ла беҙ белмәгән матур урындар етерлек. Дуҫтар менән йыйылышып, тәбиғәткә сығабыҙ йәки батутта булһа ла һикереп ҡайтабыҙ, был да күңелле.

Бөгөнгө йәмғиәттә ниндәй күренештәрҙе ҡабул итә алмайһығыҙ?

Айгөл Иҙрисова: Заманса йәшәйбеҙ тиһәк тә, ир-ат менән ҡатын-ҡыҙҙар араһында тигеҙлек булмауын өнәп етмәйем. Мәҫәлән, бөгөн ҡатын-ҡыҙҙарҙы бары тик ҡатын-ҡыҙ булғаны өсөн генә лә эшкә алмаҫҡа мөмкиндәр. Йәнәһе, ул декретҡа китә, балалары ауырый һәм башҡа сәбәптәр. Йәғни, ҡатын-ҡыҙҙың иң изге ғәмәлдәрен дә уға ҡаршы итеп ҡуялар. Хәлемдән килһә, шундай хәлдәге ҡатын-ҡыҙҙы яҡлар инем.

Тамара Танһыҡҡужина: Изгелеккә, рәхимлеккә тура килмәгән барлыҡ төшөнсәләргә лә ҡаршымын. Бигерәк тә балалар һәм ололар донъяһына ҡағылған хәлдәрҙә. Йәмғиәт кешегә аяулы ҡанундар нигеҙендә ҡоролорға тейеш. Һәм ул йәмғиәт тә беҙ үҙебеҙ бит ул, кешеләр. Шулай булғас, әйҙәгеҙ, һәр беребеҙ үк эсендә, үҙ урынында яҡшы булайыҡ.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Чемпиондар менән сәйләп-гәпләшеп ултырҙыҡ. Ҡыҙҙарҙың ябайлығы, аңлылығы, төплө фекерле булыуы һоҡландырҙы. Кәңәштәре лә оҡшаны. Бигерәк тә балаларҙы бәләкәйҙән шашкаға өйрәтергә кәрәк, тигәндәре күңелгә үтеп инде. Был кәңәшкә һеҙ ҙә ҡолаҡ һалығыҙ, хөрмәтле гәзит уҡыусылар. Һәм ололарға ла мейе күнекмәһе буласаҡ был уйын. Әйҙәгеҙ, беренсе аҙымды шунан башлайыҡ - өйҙә шашкалар булдырайыҡ һәм уйнай башлайыҡ.

Миләүшә ҠАҺАРМАНОВА
әңгәмәләште.

✓ Ул саҡта Өфөнән, Башҡортостанынан мәңгелеккә сығып китерен дә, бейеү сәнғәте аша донъяны яуларын да күҙ алдына килтермәгәйне бейеү солтаны. Хатта тере торналар сыңрауын да ошоға тиклем ишеткәне булманы...

Рудольф Нуриевты донъя ҡабул итте, әсәй. Ҡабул итте, сөнки яратты.

- Рудольф, мине элеккесә яратамы икән?

- Әсәй, уның тормошонда күп нәмә үҙгәрҙе - дуҫтар, дошмандар, ҡиммәттәр, илдәр. Һинә һөйөү үҙгәрешһеҙ ҡалды. Донъялағы иң матур әкиәттте һин генә бүләк иттең. "Сыңрау торна" уны бейеклеккә саҡырҙы.

- Зәйтүнә Насретдинова әйҙәне уны бейеклеккә. Ул саҡырыуҙы улым ишетте.

- Һин табып алып ҡайтҡан бер бөртөк билетка рәхмәт, әсәй!

- Ленинградҡа уҡырға барам, тигәс, көнбайышҡа ебәрмәскә тырыштым. Әйунын көнбайышы күпкә ҙурыраҡ булып сыҡты.

- Әсәй, ул күптән үҙе өсөн үҙе яуап биреп өйрәнгән...

- Мин уны көттөм. Һәр саҡ көттөм. Улыҡайым, Рудилем, минең менән хушлашырға ҡайтырмы икән?

Бүлмә ишеге һаҡ ҡына асылды. Унда Рәзидәнең башы күренде. Ҡатын артында баҫып торған кешегә өндәште.

- Хәле ҡыл өҫтөндә, ныҡ бул...

Муйынына шарф ураған ир-ат әсә эргәһенә теҙләнде.

- Әсәй, ишетәһеңме?

Яуап биреүсе булманы. Рәзидәнең үкенесле тауышы тынлыҡты боҙҙо.

- Юҡ шул, иҫенә килмәй. Бына нисә көн һушһыҙ ята...

Рудольф, ышанмағандай, ҡабат-ҡабат әсәһенә өндәште.

- Әсәй, был мин Рудольф. Улын! Ишетәһеңме улыңды?

Әсә, әлбиттә, ишетте. Тик күңеле менән яуап бирҙе. Күңеле менән улын ҡосто. Күңеле менән уны нисек һағыныуын һөйләне.

- Иҫенә килмәй...

Икенсе карауатта ятҡан ауыры Лилиә апаһы йылмая. Ниҙәләр әйтергә ишаралай. Ул ғына әсә йәненең нисек ҡыуанғанын күрә ине...

Әсәһенең ауыр хәлдә ятыуы тураһында телеграмма алғас, Рудольф бөтөн ихтыяр көсөн туплаҡы: ул мотлаҡ әсәһе янына ҡайтырға тейеш! Күңелендә бәләкәс кенә өмөт тә бар, әсәһенә, бәлки, ярҙам итә алыр. Уны СССР-ҙан алып китергә рөхсәт итһәләр, иң яҡшы табиптарға күрһәтер. Күпме саҡырыуҙар, күпме өмөтләнеүҙәр менән үткән ғүмере заяға булмаҫ ине.

Бер ҡараузан уҡ әсәһенең хәлен аңланы... Ябыҡҡан, кипкән, бәләкәс кенә булып ҡалған әсәне танымыуы ла ҡыйын. Күҙҙәре йомоҡ. Бейеү түңәрәге, театрға тәү тапҡыр аяҡ баҫыуы һәм әсәһенең шатлыҡ тулы ҡарашы... Артабан профессиональ белемгә ынтылыуы, атаһының уны икенсе юл һайларға өгөтләүе, талап итеүе, үкенестәр, тилмереүҙәр һәм әсәһенең моңһоу ҡарашы - бер-бер артлы күҙ алдынан үтте. Рудольф әсәһен һәр саҡ бәхетле итеү тураһында хыялланды. Бәхетһелеккә дусар итте. Йыш осрашыу тураһында хыялланды. Утыҙ йыл көрәшмәнеләр. Әсәһен бай, ирекле донъяға алыр китергә ынтылыштар яһаны. Тик ғәзиз кешеһенең азатлығын Башҡортостан, Өфө менән генә сикләүҙә "бәлышлыҡ" итте.

- Әсәй, бала саҡта һөйләгән бәхет утрауын иҫемдән сығарғаным булманы. Уны байтаҡ йылдар эҙләйем. Табырмын, тапмаһам, төҙөрмөн. Һыҙланыуҙар, кәмһетелеүҙәр, нахаҡ йәберләнеүҙәр онотолор. Беҙ унда гел бергә булырбыҙ. Һин мине унда көтәрһең. Көтәрһеңме, әсәй?

"Көтәрмөн... Хыял утрауын һинә Зәйтүнә Насретдинова бүләк иткәйне. Шөкөр, кескәй ватаныңа ҡайта алдың, уның да хәлен белеш. Ул һинең талантыңа ышанды... Һине һигеҙ йәшеңдә әсир иткән бейеүе тураһында уға һөйлә, балам. Ул - һинең балеттағы тәүге мөхәббәтең. Ә быныһын бит уға әйткәнең булманы. Күҙҙәренә ҡарап әйт был турала. Ҡайһылай ҡыуанасаҡ ул!"

Рудольф әсәһенең ҡулдарының тотоп оҙаҡ ултырҙы. Ә уны ваҡыт ҡыҫа. Тыуған илендә булырға Нуриевҡа ни бары ике көн генә бирелгән!

Әсәһе уны таныманы...

Рудольф Нуриев тороп баҫты. "Минә Зәйтүнә Насретдиноваға шылтыратырға кәрәк! Уға әйтәһе рәхмәт һүҙҙәрем күнелдә!" Тышҡа сығыу менән Рудольф Рәсәйҙең һәм Башҡортостандың халыҡ артисы Зәйтүнә Насретдиноваға шылтыратты. Ләкин телефон трубкаһын алыусы булманы. Тағы бер-ике коллегаһына шылтыратты. Улар ҙа урындарында булмай сыҡты.

Ул Башҡорт опера һәм балет театрына барырға тейеш. Бәлки, ундағы артистар менән күрешеп булыр? Ләкин бинаның эскә инеп булманы, реконструкция бара, тинелә̄р, үткәрмәнеләр.

Яңы асылған хореографик училищеға табан боролғас та, Нуриевтың тулҡынланыуы көсәйҙе. Йәш артистар быуыны үҫә, был иҫ киткес яҡшы хәбәр! Ләкин уны тупһа аша үткәрмәнеләр. Дуҫын, училище директорын, ҡайҙалыр алыҫҡа мәҙәни кәңәшмәгә ебәргәндәр.

Ул атаһына асыу тотмай. Балаһының сит илдә тороп ҡалыуы ата яҙмышына кире йоғонто яһағанын, Рудольф яҡшы аңлай. Үҙ ихтыярынан тыш уны ауырлыҡҡа дусар итте. Атаһына ла әйтәһе һүҙҙәр бар... Ләкин зыяратты көрт ҡаплаған, эргә-тирәһенә барырлыҡ түгел. Тәбиғәт торошо, буран-дауыл, уларға аҡтыҡ тапҡыр яҡынайырға мөмкинлек бирмәне.

Бөтә нәмә ябыҡ, бикле, таныштар ҡайҙалыр ситтә. Был осраҡлылыҡмы? Әллә махсус рәүештә эшләнгәнме?

Әсәнең бите буйлап бөртөк йәше тәгәрәне...

Рудольф был мәлдә юлда ине. Сөнки тик тороу уға ят, ул һәр саҡ хәрәкәттә булды.

"Үҙ маҡсатыма ирешер өсөн тыйылған сиктәрҙе лә ашатланым. Китеп барған поезд вагонында тыуҙым. Һәм һәр саҡ хәрәкәттә булдым. Туктала белмәнем. Мин белмәйем, ҡайҙа һәм ниндәй була ул туҡталыш?"

Бәхет утрауы тураһында Рудольф Нуриев исем өсөн генә әйтмәне. Төркиәлә булған саҡтарында ул таныш өндәрҙе, таныш һүҙҙәрҙе ишетеп, туҡтап ҡалған саҡтары булды. Был өндәрҙән эстән генә рәхәтлек кисерҙе. Рудольф Нуриев тел матурлығын иҫенә төшөрҙө, Башҡортостанды, Мәскәүҙә бөтә сағыулығында күрһәткән мәҙәниәт декадаһын, ни өсөндөр, иҫенә төшөрҙө. Көнсығыш зауыҡы һәм сағыулығы уны атаһының тыуған ауылы Әсәнгә алып ҡайтҡандай булды. Бар ғүмере Өфөлә үткән әсәһе өсөн был мөхит ят булмаҫ, төрөк ерен үҙһенер ине, тип уйланы артист.

Истамбулда опера һәм балет Театры һәм Ататөрөк мәҙәни үҙәгендә Чайковскийҙың "Йоҡлаған һылыу" балетын ҡуйғанда ошо фекере менән төрөк дуҫтары менән дә уртаҡлашты. Улар ҙа утрау эҙләште. Шулай ҙа күңел тартҡан утрауҙы артист Италияла тапты. Тик был ваҡытта әсәһенең йәне мәңгелек менән ҡауышҡайны инде...

Дизайнер Эдио Фриджерио унын һарай эсен ниндәй биҙәлештә күрергә теләүен һорашты ла, тәфсирле яуап алғас, ауыҙын ҙур асып көлөп ебәрҙе.

- Һо, Рудольф әфәнде, һеҙ үҙгегеҙҙе төрөк солтаны итеп күрергә теләмәйһегеҙме?

Әлбиттә, Рудольф бер нәмә лә аңлатып торманы, "башлағыҙ", тип кенә ымланы. Дизайнер ҙур теләк һәм ихласлыҡ менән артист ҡушҡандарҙы эшләргә кереште.

* * *

Йылы диңгеҙ еле иҫтә. Көсәйҙе. Тулҡындар гөрһөләнә. Шаулы һәм ярһыу ине диңгеҙ. Бына бер тулҡын үкһеп сайпылды һәм тамсыларын биткә һирпеп, кире артҡа сигенде. Усы менән битен һыпырған Рудольф тертләне. Гүйә, тоҙло күҙ йәштәре уның йөҙөн йыуҙы. Әсәһенең асы күҙ йәштәрен йотҡандай булды ул...

Утрау хужаһының ташты ғәрәп хәрефтәре менән биҙәгәнен күреп, дизайнер һорамай булдыра алманы:

- Ҡөрьән аяттарымы?

- Был минең әсәйемдең исеме! - Бер аҙҙан Рудольф башын ҡалҡытты. - Дөрөҫ тәҡдим. Ишек башына Ҡөрьән аяттарын яҙырға кәрәк!

Әллә ниндәй өмөт, яҡты кисерештәр уятҡан яҙғы таң ине был. Тәбиғәт бер ҙур ваҡиға алдынан була торған тынлыҡ эсендә. Дүрт тарафтан диңгеҙ ҡамаған утрауҙа нимә булыу мөмкин? Ошо сикһеҙлеккә баҡҡан Рудольф уйға талған. Ул үҙенең уртауында - бында бер кем дә, бер нәмә лә рөхсәтһеҙ үтеп инә алмай. Был ер йөҙөнөндә балет генийы булдырған әкиәт һарайы! Бейеүсе иркен итеп тын алды, бейергә итеп ҡулдарын күтәрҙе һәм ҡатып ҡалғандай булды. Йөҙө ҡапыл ғына үҙгәрҙе - күҙендә аптырау, һорау, нимәнелер аңларға тырышыу.

- Тор-рыйыҡ, тор-рыйыҡ!

Рудольф үҙ ҡолағына үҙе ышанманы. Аңҡайҙы. Асыҡ зәңгәрлектә, төпһөҙ асманда сихри кисерештәр уятыр көмөш сылбыр бәүелә ине.

- Тор-рыйыҡ, тор-рыйыҡ!

Ул һаташмай. Был ысын!

Бәлки, бейеүҙәре менән әҙәм балаһын арбар көскә эйә был ҡоштар Рудольфтың утрауына ҡунып китерҙәр? Бер генә минутҡа... Бер генә секундҡа! Уның Бәхет утрауында торналарға урын етерлек!

Тыуған яҡтарына - Уралға табан осамы сыңрау торналар? Ҡоштар тыуған ерҙәренә һәр яҙ әйләнеп ҡайта... Нимәһенә ғәжәп итергә? Ә бит улар сыңрауында күпме һағыш, инрәү, өмөт!

- Ул торналар менән бергә осто.

Нимә тураһында әйтте бейеүсе? Үҙенең бала саҡ хыялын иҫкә төшөрҙөмө? Әсәһенең йәнен торнала күрҙеме, юғиһә?

Утрауҙағы ярҙамсыһы Пьедро һораны:

- Нимә тинегеҙ?

Һаман бейеклектән күҙен алмаған гений бейеүсе уны ишетмәне. Пьедро ҡабатлап һораны:

- Һеҙ берәй кеше тураһында әйтәһегеҙме?

- Бүлдермә! Мин күнекмә яһайым! - тип ҡысҡырҙы Рудольф.

"Ул виртуоз. Ә бына холҡо..."

Тәненең һәр күҙәнәген эшләтә белгән матур камил кәүҙәле Нуриев бер-ике тапҡыр майҙанда әйләнде, өҫкә үкталды, элевация яһағандан һуң, кире Пьедроға боролдо һәм бойорған тауыш менән өндәште:

- Күпме тапҡыр әйткәнем бар, минә юҡ-бар һорау менән мөрәжәғәт итмәскә! Тәндең хәтере ҡыҫҡа. Шөғөлләнергә, шөғөлләнергә кәрәк!

"Ҡыҙыу, ғауғасыл булһа ла, ул бит ысын талант.. Хәйер, күпселек таланттың булмышы шулай..." - тип уйланы Пьедро.

- Эйе-эйе, һеҙҙе көтәләр... - тип ғәйепле тауыш менән мығырланы ул.

- Мине көтәләр. Бейеүсе Рудольф Нуриевты көтәләр!

"Тик инде иллене үтеп киткән ирҙә ҡайҙан ун ете йәшлек егеттең ғәйрәте, әле бына нимәгә ҡапыл ярһыны?" - Пьедро һәм ғәййәр ҡиәфәттә баҫҡан Рудольфтың күҙенә салынмаҫ өсөн арыраҡ китте.

Бейеүсе ҡарашын офоҡҡа йүнәлтте. Балеттың тасуирлығын хәрәкәттәрендә күрһәтә, хәрәкәтте юғары сәнғәткә әйләндерә белгән маһир ҡуҙҙәрендә һауалыҡ та, уйсанлыҡ та, тәкәбберлек тә, мөләйемлелек тә, шатлыҡ та, етдилек тә, бәхет тә, һағыш та, үкенес тә, ҡыуаныс та көлтә нур булып уҡмашып, берҙәй сағылды. Ул берсә ҡырағай кейек булып атылды ла, ел-дауылдар ҡағылырға ҡыймаслыҡ нәфис мәрмәрҙән яһалған сихри һын булып ҡатып ҡалды, берсә яндың кереше булып киреле лә, ҡош мамығы булып һауала эленде, шунан йәнә талпынды, йәнә осто.

Бала сағым торналары...

Ул саҡта Өфөнән, Башҡортостанынан мәңгелеккә сығып китерен дә, бейеү сәнғәте аша донъяны яуларын да күҙ алдына килтермәгәйне бейеү солтаны. Хатта тере торналар сыңрауын да ошоға тиклем ишеткәне булманы... Рудольф үҙ йәненең ҡанат елпеүен тойҙо. Һәм уға ошо ҡанаттарҙың нисек ҡыштырлауын юғарылағылар ишетте кеүек тойолдо. Эйе-эйе-эйе! Уралға табан үкталған торналар, үҙҙәренең осоштарын әкренәйтеп, ошо мәлдә, эйе, ошо мәлдә! - арыу-талыуҙарын да онотоп, тап уның баш осонда өйөрөлә кеүек ине Рудольф Нуриевҡа!..

(Аҙағы.
Башы 28-31-се һандарҙа).

ХАТАЛАР ӨҪТӨНДӘ ЭШ

ТАРИХИ АТАМАЛАР...

телдең алтын бөртөктәре улар

Ер-һыу атамаларының дөрөҫ яҙылыш мәсьәләһе - күптән инде беҙҙе ныҡ борсоған мәсьәләләрҙең береһе. Дөрөҫ, һуңғы 30-40 йыл эсендә был өлкәлә ҡулдан килгәндең күпмеләр өлөшө эшләнде. Был иһә иң элек үҙ ваҡытында топонимика менән махсус шөғөлләнеүсе ғалимдарыбыҙҙың үҫеп сығыуына бәйле булғандыр тип әйтергә мөмкин. Шуның һөҙөмтәһендә "Башҡортостан Республикаһының топонимдар һүҙлеге" (1980, 2002 йылдар), "Русско-башкирский словарь-справочник названий населенных пунктов Республики Башкортостан" (2005 йыл) кеүек ғәйәт ҡиммәтле лөғәттәребеҙ, монографик хеҙмәттәр донъя күрҙе. Ғөмүмән, республикабыҙҙа топонимика тигән айырым фән тармағы формалашты.

Ләкин шуныһы: ике быуат араһында гөрләп үҫеп килгән башҡорт топонимика фәненә һуңғы осорҙа, үкенескә күрә, йәш белгестәр килмәне. Топонимика буйынса үҙ ваҡытында кандидатлыҡ, докторлыҡ диссертациялары яҡлаған ғалимдарыбыҙ ҙа үҙҙәре һайлаған фәндең проблемаларынан бермә-бер ситләштеләр. Ә бит ер-һыу атамалары донъяһында ғүмер буйы эшләп бөтә алмаҫлыҡ эштәр көтә беҙҙе. Ярай әле телде, тарихыбыҙҙы белгән мәғлүмәтле, тынғыһыҙ күңелле ҡәләмдәштәребеҙ бар, уларға рәхмәт. Бына әле күренекле яҙыусы Мәүлит Ямалетдиновтың "Маңлайҙы ыуыуҙан ни файҙа?" ("Киске Өфө", 2019, № 22) тигән мәҡәләһен уҡып, халҡыбыҙ, тыуған еребеҙ, телебеҙ тарихында мөһим урында торған, хатта, әйтәйек, донъя әһәмиәтендәге Шүлгәнташ һымаҡ алтынға бәрәбәр атамаларыбыҙҙы һаҡларға саҡырыуына ҡушылып, мин дә бер кәлимә һүҙ әйтмәксемен.

Иң элек Баҡшай (Бағышай) тураһында. Был атаманың дөрөҫ яҙылышы мәсьәләһен күтәреп, автор бик ҡыҙыҡлы фекерҙәр менән уртаҡлаша. Ысынлап та, Баҡшаймы, әллә Бағышай булырға тейешме? Әгәр ҙә башҡорттар уны Бағышай тип йөрөтә икән, уны дөрөҫ яҙылышында Бағышай (русса Багишай) тип алыу урынлы буласаҡ.

Бөтөн донъя әһәмиәтендәге Шүлгәнташҡа килгәндә, ниһайәт, хаҡлыҡ өҫкә сығып килә булһа кәрәк. Әйткәндәй, был атама урындағы аҫаба халыҡ - башҡорт телендә меңәр йылдар буйы Шүлгән, Шүлгәнташ булып йөрөгән. "Урал батыр" эпосындағы ваҡиғалар Шүлгән мәмерйәһендә бара. XVIII -XIX быуаттарҙағы Башҡортостанды өйрәнеүсе атаҡлы урыҫ ғалимдары - П.И. Рычков, И.И. Лепехин уны нәҡ шул исеме менән телгә алған. Әммә 1959 йылда, мәмерйәлә палеолит живописы һүрәттәрен табыусы зоолог А.В. Рюмин ғилми әҙәбиәткә һуңғы дәүерҙә уйлап сығарылған "Капова пещера" тигән исемде индереп ебәрә. Шүлгәнташ мәмерйәһен шул рәүешле инҡар итеү һуңғы йылдарҙа ғәйәт йыш ҡуҙәтелә. Әммә, шул уҡ ваҡытта, алдынғы ҡарашлы урыҫ һәм сит ил тикшеренеүселәре араһында аҫаба халыҡтың топонимик мираҫына иғтибарлы мөнәсәбәт өҫтөнлөк итә. Санкт-Петербургта йәшәүсе күренекле археолог В.Е. Щелинский, "Шүлгәнташ" исемле китап-альбом авторы Ю.С. Ляхницкий, Франциялағы Ласко мәмерйәһенең баш һаҡлаусыһы Жан-Мишель Женест, мәҫәлән, үҙҙәренең хеҙмәттәрендә Шүлгәнташты нәҡ үҙенең асыл исеме менән телгә алалар. Ошо арала матбуғат биттәрендә, шулай уҡ радио һәм телевидениела Шүлгәнташ мәмерйәһен ЮНЕСКО-ның бөтөн донъя мираҫы исемлегенә индереүгә ғариза биреләүе тураһында хәбәр күренеп ҡалды. Унда, әлбиттә, тарихи ҡомартҡыбыҙҙың атамаһы, башҡортсаһынан сығып, Шүлгәнташ тип билдәләнгән. Бының өсөн Башҡортостан Республикаһының Мәҙәни мираҫтың күсемһеҙ объекттарын һаҡлау һәм файҙаланыу буйынса фәнни-тикшеренеү үҙәге хеҙмәткәрҙәренә һәм уның директоры Данир Әхмәҙи улы Гәйнуллинға рәхмәт. Тимәк, бынан ары бөтөн донъяға билдәле ҡомартҡыбыҙҙың тарихи атамаһы рәсми рәүештә Шүлгәнташ (урысса дөрөҫ яҙылышы: Шульганташ) тип иҫәпләнәсәк.

Бер ыңғай шуны ла әйтеп үтмәйенсә булмай: бөрйәндәр үҙҙәре беҙҙең бөтөнөбеҙҙең дә ғорурлығы булған Шүлгәнташ тигән тарихи атамабыҙҙы һаңға һуҡмауға юл ҡуймаһындар ине. Был һүҙҙе район үҙәге Иҫке Собханғолда эшләп килгән, йәнәһе, "Капова" тигән турбазаны күҙ уңында тотоп әйтәм. Бөрйән район хакимиәтенә үҙҙәренең күҙ алдындағы шул аңралыҡты төҙәтергә ваҡыт түгелме икән?

Аҙаҡ килеп, ер-һыу, ауыл, ҡала атамаларын ҡулланыуҙа һәр беребеҙ иғтибарлы булыу зарурлығы тураһында. Башҡортса атамаларҙың яҙылышында һис юғы үҙебеҙ хата ебәреүгә юл ҡуймайыҡсы, йәмәғәт. Бына, мәҫәлән, Башҡортостандың төньяҡ-көнбайышындағы Тере Танып тигән (Ағиҙелдең уң ҡушылдығы) йылға исемен алайыҡ. Ниндәй тәрән мәғәнәле атама! Әммә юл күрһәткестәрендә уны урысса Быстрый Танып тигәндән һүҙмә-һүҙ "тәржемә" итеп, Етеҙ Танып тип яҙып ҡуйғандар. Етмәһә, беҙҙең матбуғатҡа ла шул уҡ яҙылыш инеп китеп бара. Ә бит ул гидроним беҙҙең топонимик һүҙлектәрҙә дөрөҫ яҙылған. Журналистарыбыҙ, яҙыусыларыбыҙ ошо лөғәткә йышыраҡ күҙ һалһындар ине. Бәғзе авторҙар әле һаман да Ҡарлыманды - Ҡарламан, Приютты - Приютов, Асылыкүлде Аслыкүл тип, күрәләтә боҙоп яҙа икән, кемгә үпкәләргә? Шишмә районындағы Ар ауылын - Әри, Алкинды (ҡасаба һәм тимер юл станцияһы) Әлкә тип яҙыу ҙа дөрөҫ түгел. Ул атамаларҙың төүгеһе - ар этнонимынан, икенсеһе Алкин тигән фамилиянан барлыҡҡа килгән.

Беҙҙә, ғөмүмән, топонимдарҙың урысса ла, башҡортса ла дөрөҫ яҙылыш мәсьәләһендә лә йыш ҡына һораүҙар тыуып тора. Бер-ике миҫал килтереп үтәйем. Өфө, Иглин райондарында урыҫ теленә Тауш формаһында кереп киткән бәләкәйерәк йылға һәм тимер юл станцияһының исеме башҡортса нисек яҙылырға тейеш тип уйлайһығыҙ? Һин дә мин "тауыш" һүҙенә оҡшап тора ла баһа! Эҙләнә, һораша торғас асыҡланыуынса, ул гидронимдың "тыуыш" (урысса әйткәндә наледь) тигән һүҙҙән яһалғанлығы билдәле булды. Һүҙлектәргә беҙ уның башҡортсаһын ана шулай Тыуыш тип индереп ебәрҙек. Бер мәлдә "Башҡорт энциклопедияһы" ғилми нәшриәтенән Хәйбулла районындағы Суурған тигән тау һыртының атамаһы башҡортса нисек әйтелешен асыҡлауҙы һорап шылтыраттылар. Мин иһә уны шул төбәктә тыуып үҫкән арҙаҡлы ҡәләмдәшем, Башҡортостандың халыҡ шағиры Ҡәҙим Аралбайға шылтыратырға булдым. Баҡтиһән, ул тау һырты башҡортса Һыу йыйған тип йөрөтөлә икән дә баһа. Бәләбәй районындағы Знаменка ауылы аша ағып ятҡан Ҡотоҙо йылғаһы (Өҫәндең һул ҡушылдығы) беҙҙең топонимдар һүҙлегенә, үкенескә, Кутузин булып кереп киткән. Һүҙлектең яңы баҫмаһын әҙерләй алһаҡ, был хатаны төҙәтергә кәрәк буласаҡ әле. Ҡотоҙо шулай уҡ бик ҡыҙыҡлы мәғлүмәт һаҡлаусы тарихи атама. Бындай миҫалдар биһисап.

Эйе, беҙҙең топонимик мираҫыбыҙҙы һаҡлау, өйрәнеү, шулай уҡ был өлкәлә урысса ла, башҡортсаһында ла быға тиклем урын алған хаталарҙы төҙәтеү буйынса эшләргә лә эшләргә әле.

Рәшит ШӘКҮР.

РЕДАКЦИЯНАН: Рәшит ағай күтәргән мәсьәлә бөгөн бик актуаль. Ер-һыу атамаларында аҙым һайын хаталар осрап тора, уларҙың дөрөҫ яҙылышын белгән өлкәндәр һирәгәйә, Рәшит Закир улы әйткәнсә, топонимика фәне менән йәш ғалимдар бик ҡыҙыҡһынып бармай. Шуның өсөн, ошо темаға иғтибар итәйек һәм хаталарҙы бергәләп төҙәтәйек, тип өндәшәбеҙ уҡыусыларыбыҙға. Һорауҙарығыҙҙы редакцияға юллағыҙ, уларға яуапты беҙ Рәшит Закир улы менән берлектә әҙерләп, гәзитебеҙ биттәрендә баҫтырып сығарыр инек. Әйҙәгеҙ!

ШАҢДАУ

Гәзитебеҙҙең 27-се һанында баҫылған "Гәйепләмәгеҙ" тигән мәҡәләһендә Миләүшә Ҡаһарманова йәш әсәйҙәрҙе аңларға, йөлләргә, ярҙам итергә өндәй. Әлбиттә, өйҙә, атай-әсәй ҡурсыуында үҫкән балалар, бәлки, бындай йөлләүҙәргә мохтаждыр. Беҙ, балалар йортонда уҡ ныҡығас, йөлләүсебеҙ ҙә булманы, бала ҡарауҙар ҙа ауырлыҡ булып тойолманы.

ЯУАБЫН ТАПҠАН...

Класташым Сания менән булған хәлдәрҙе иҫкә төшөрҙөм әле. Ул бала табыу йортонда ҡыҙыҡ та, ҡыҙғаныс та ваҡиғаға тарығайны. Юғары белем алып, ғаилә ҡороп, кеше фатирында ғына йәшәп ятҡан саҡтары ине. Яуаплы заказ башҡарып, декрет ялына ла ваҡытында сыға алманы. Заказды тамамлауҙары була, ваҡытынан алда тулғаҡ башлана. Бер ай ял итермен, тип өмөтләнгән булһа ла, нишләһен, кәрәк-ярағын йыйып, ире менән йәйәүләп бала табыу йортона атлайҙар. Унда ла, иремде йоҡоһонан уятырға йәлләп, әллә күпме түҙҙем әле, тип һөйләнә аҙаҡтан. Уяҡас та, уныһы: "Миңә эшкә барырға кәрәк бит", - тип, бер нәмә аңлай алмай аптырай, ти. Шулай инде, бына ошондай ваҡиғалар менән оҙатылыуы арҡаһында ла бала тыуыуы һәр ҡатын-ҡыҙҙың хәтерендә ныҡыраҡ уйылып ҡалалыр. Дауаханаға барһалар, кире ҡайтығыҙ ҙа, "Тиҙ ярҙам" саҡырығыҙ, тип ҡабул итмәйҙәр икән. Шулай ҙа ҡабул итәләр. Артабан ул нисек һөйләгән, шулай яҙам:

"Палатаға инһәм, унда ҡысҡырыш, уфтаныу! Буласаҡ әсәләрҙең һәр ҡайһыһы үҙенең әсәһен ярҙамға саҡырып ҡысҡыра. Минең саҡырыр кешем юҡ, шым ғына ятам. Аҙаҡ та акушер ҡатынды тыңлап, артыҡ ыҙаланмай ғына таптым баламды. Акушер хатта мине маҡтап та ҡуйҙы. Һуңынан палатаға индереп һалдылар, ул көндә йоҡлап үткәрҙем. Икенсе көнө йәш әсәйҙәрҙең береһе миңә төртөп күрһәтеп: "Беҙҙең палатала юғары белемле, интеллигент мамаша бар", - тине. Минең бәләкәй буйым, ҡаҡса һыным, кейгән халатымдың да уңып бөткән булыуына төрттөрөп, икенсеһе: "Бәй, был бит бетле интеллигенция", - тип өҫтәне. Бар палата менән ҡысҡырып көлдөләр, коридорға ла сығырып һөйләнеләр. Ә минең бер ғәҙәтем бар, берәйһенең миңә йәне көйөүен күрһәм, уны юрый тағы ла асыуландыра башлайым. "Ии, юғары белем нимә ул. Бына бөгөн ирем киләсәк. Тәҙрәнән ҡарарһығыҙ, ул оҙон буйлы, киң яурынлы, ҡара мыйыҡлы, етмәһә, минән йәш", - тигән булдым ҡолаҡтары, бармаҡтарына алтын биҙәүестәр таҡҡан, үҙҙәрен тәкәббер тотҡан йәш ҡатындарға. Быларҙың асыуы тағы ла ныҒыраҡ ҡабарҙы, нисек бындай ҡатын сибәр ирҙе эләктерә алды икән, тигән уй борсоно, күрәһең. Тағы өҫтәйем: "Бик уңышлы заказ башҡарҙыҡ, балабыҙ ҙа тыуғас, беҙгә ике бүлмәле фатир бирәләр..." Былар көйә, ә мин, әле генә йәшәү менән үлем араһынан үтеп бала табыусы ҡатындар нисек шундай түбәнселеккә төшә ала икән, тип аптырайым.

Бер көндән палатаға балаһын операция менән тыуҙырған ҡатынды һалдылар. Ҡуҙғала ла алмай, хәжәтен башҡарыу өсөн дә санитар ярҙамы кәрәк. Йөрәге ауырыу булыу сәбәпле райондан алып килгәйнеләр уны. Шул ҡатынға ярҙам итә башланым. Санитар быны күргәндән һуң палатаға инде лә: "Бына был ҡатынды "бетле интеллигенция" тип атауығыҙҙы бөтөн роддом белә. Оло йәштәмен һәм санитар булып ғүмер буйы эшләйем, әммә ошоға тиклем бер генә әсәйҙең дә күрше карауатта ятыусыға ярҙам итеүен күргәнем булманы. Ул бетле интеллигенция түгел, ә ысын интеллигенция", - тип сығып китте. Ирем менән бергә класташтарым, уҡытыусымдың ҙур гөлләмә һәм торт тотоп мине ҡаршыларға килеүен күреп, шәфҡәт туташтары тулҡынланыуҙан күҙҙәренә йәш алып, оҙатып ҡалды..."

Әйткәндәй, һыр бирмәҫ өсөн шаяртып ҡына әйтһә лә, ысынлап та уларға ике бүлмәле фатир бирҙеләр. Балаһын бер ауырлыҡһыҙ ҡараны, сөнки балалар йортонда хеҙмәт тәрбиәһе көслө ине шул.

Фәүзиә ЯХИНА.

✓ *Балаҫ һуғыусыға тәү сиратта түҙемлек кәрәк. Шунһыҙ, башлайҙар ҙа ташлайҙар, йә ваҡыт тапмайҙар был эшкә. Мин эштән ял итәйем, тип ултырам да, тиҙерәк бөтөрөп ҡуяйым тип тырышам.*

ИНТЕРНЕТТАН

ЭҪЕЛӘ...
ашамау яҡшыраҡ

■ Эҫелә юғары калориялы ризыҡтар ашауҙан баш тартырға кәңәш итә эксперттар. Ә көндөң иң эҫе мәлендә бөтөнләй ашамай тороу файҙалыраҡ та. Асыҡ һауалағы, шулай уҡ йорттарҙағы юғары температура кеше сәләмәтлегенә насар йоғонто яһай. Хроник сирҙәр аҙыуы, тән йылынып, хәл бөтөүе бар. Эҫелә урамда йөрөү, физик эш менән булыу тыйыла. Асыҡ төҫтәге тәбиғи туҡыманан тегелгән кейемгә өҫтөнлөк бирергә кәрәк. Шулай уҡ кеше күп йөрөгән урындарға барырға тура килә икән, мәҫәлән, сауҙа үҙәктәре, кинотеатрҙар, уларҙың кондиционер менән йыһазландырылғандарына өҫтөнлөк бирергә кәрәк, тип кәңәш итә Роспотребнадзор. "Эҫелә майлы ризыҡтар ашамаҫҡа, итте балыҡ йәки диңгеҙ продукттары менән алыштырырға кәрәк. Ыҫланған, ҡыҙҙырылған, тиҙ боҙола торғандарынан бөтөнләй баш тартырға. Иртән һәм кисен туҡлыҡлыраҡ итеп ашау дөрөҫ. Эҫелә әҙерләнгән ризыҡтарҙың тиҙерәк боҙолоуын да күҙ уңында тоторға тырышығыҙ", - ти ведомство белгестәре. Был осорҙа организмға һыу етешмәүе бар. Әммә бөйөр, йөрәк-ҡан тамырҙары сирҙәре менән яфаланыусыларға һыуҙың күләмен арттырыу кәрәкмәй. Юғары температура баш ауыртыуын көсәйтеп ебәрә ала. Дарыу урынына С витаминына бай продукттар, мәҫәлән, ҡурай еләге ашарға мөмкин. Организмда калий ҙа етерлек булырға тейеш, ул киви, ҡыяр, эремсек һәм һөттә бар. Хатта майлыраҡ һөт эсеү ҙә баш ауыртыуын дауалай ала. Әйткәндәй, майлы ризыҡтарҙан бөтөнләй баш тартыу ҙа хата. Май кальций үҙләштерелеүҙә ҙур роль уйнай. Шуға ла майһыҙ диета 2 аҙнанан артыҡ дауам итергә тейеш түгел. Шулай ҙа баш ауыртыуынан иң шәп эсемлек - ул айран. Унда кальций күп. Уны ҡатыҡ менән алыштырырға ла була. Баш ауырта башлауын тойғас та башта 1 стакан һыу, һыунан шәкәр һалынған ҡаты сәй эсергә кәңәш ителә.

■ Хроник арыуға иғтибар итмәй йөрөүҙең кире эҙемтәләре бар, тип яҙа "Российская газета". Ул, мәҫәлән, астма һәм ашҡаҙандың сей яраһына килтерә. Эксперттар әйтеүенсә, эмоциональ йөһәттән яныу, арыу һәм эшенде яратыу - улар төрлөһө төрлә нәмә. Эмоциональ яныу кешеләр менән эшләүселәрҙә йышыраҡ осрай. Адвокаттар, табиптар, социаль хеҙмәткәрҙәр, балалар менән эшләүселәрҙең эш хаҡы түбән, ә өҫтәренә алған яуаплылыҡтары ҙур. Хроник арыу ҙур ҡалаларҙа йәшәүселәрҙә осрай. Даими рәүештә баҫым үҙгәреп тороуы арҡаһында кешеләрҙә ҡан баҫымы ауырыуҙары барлыҡҡа килә. Ниндәй эштә эшләүенә һәм ниндәй төбәктә йәшәүенә ҡарап, кешелә яйлап ашҡаҙан сей яраһы, йә ҡурылдай ауырыуы башлана, ти психотерапевтар. Гел эш тураһында уйлаусылар иһә ошо рәүешле башҡа проблемаларҙан ҡасырға ынтыла. Тәүлек әйләнәһенә эш тураһында ғына хәстәрлек күреүселәрҙә иһә арыу йылдар буйына туплана, йоҡоһоҙлоҡ башланыуы ихтимал. Был бигерәк тә ир-егеттәрҙә йышыраҡ осрай һәм ҡайһы бер осраҡтарҙа уларға психотерапевт ҡына ярҙам итә ала.

АҒИНӘЙ МӘКТӘБЕ

УЛАРҘЫҢ ЯҠШЫ УЙ-НИӘТЕ...

халҡыбыҙҙың көнитмешен көйләй

Заманса китаптарҙың ҡайһыһын асып ҡарама, сәләмәтлеккә арналһынмы, бизнес тураһында булһынмы - кешегә үҙ йәшәйешен ыңғайға көйләү өсөн эште тәү сиратта уй-фекерҙәрен үҙгәртеүҙән башларға кәңәш ителә. Ҡараңғыла яҡтылыҡ сатҡыһын күрә белеү, тимәк, көнделә киләсәккә ышаныс йөрөтөү - кешегә йәшәү көсө өҫтәй. Был турала китаптан уҡып түгел, "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһында ең һыҙғанып эшләгән үҙебеҙҙең башҡорт ҡатын-ҡыҙҙары миҫалында ла беләбеҙ. Ошо көндәрҙә улар Ғафури районының хозур тәбиғәтле, данлы Уҡлығая буйындағы Ташаҫты ауылы эргәһендә оло ҡор йыйып, донъяға позитив ҡараштa йәшәүҙең серҙәре менән бүлеште.

Юлиҙа изге күнелле кеше осраһа, унмай ҡалмаҫ, тиҙәр. Ә бына бөтә изге ниәтлеләр бер урынға йыйылғанда йонсоу көн дә яҙылып китә икән. Ғафури районы хакимиәте һәм районды "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһы ҡор йыйған көн дә тап шулай, бына-бына яуам тип торған ямғырҙы ҡыуып ебәрҙе. Йыйын үткән майҙанды сағыу итеп биҙәп, һигеҙ тирмә ҡороп, сәхнә ҡуйып, шартына килтереп майҙан ҡапҡаһы алдында асыҡ сырай, йыр-бейеү менән ҡаршы алды ҡунаҡтарҙы ғафуриҙар. Байрамда республиканың 41 районынан һәм Силәбе өлкәһенең биш районынан ағинәйҙәр, Ғафури районы хакимиәте башлығы Фәнзил Сыңғыҙов, РФ Дәүләт Думаһы депутаты Зариф Байғусҡаров, Бөтөн донъя башҡорттары ҡоролтайы Башҡарма комитеты Президиумы ағзаһы Сәлиә Мырҙабаева, БР Халыҡтар дуҫлығы йорто директоры Илгиз Солтанморатов, шағирә Лариса Абдуллина, республика "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһы етәксеһе Гөлфиә Янбаева, "Тамыр" телеканалы директоры, БР Йәмәғәт палатаһы ағзаһы Гөлназ Ҡолһарина һәм башҡа мәртәбәле ҡунаҡтар ҡатнашты.

Йыйын тирмәләр эргәһендә төрлө ҡул эштәре, аш-һыу, ауылдар тарихын һәм Ғафури районы ағинәйҙәренең эшмәкәрлеген сағылдырған күргәҙмәләр менән танышыу, ошонда уҡ тәжрибә уртаҡлашыуҙан башланып китте. Күптән бер-береһе менән яҡшы таныш ҡатын-ҡыҙҙар шул арала һәр тирмәлә милли ризыҡтарҙың муллығынан һығылып торған өҫтәлдәр артына йыйылып, сәкөрләшеп сәй ҙә эсеп өлгөрҙө. Ойоштороусылар һәр тирмә эргәһендә бер үҙенсәлекле өҫталыҡ дәресен үткәреүҙе хәстәрләгәйне. Мәҫәлән, Ерек һәм Яугилде ауылы ағинәйҙәре тирмәһендә матур һәм хуш еҫле сәскәләрҙән панно эшләү серенә төшөндөрҙөләр. Яугилде ағинәйҙәре музейҙа һаҡланған ҙур булмаған балаҫ һуғыу станогын табып алып, яңы эш төрөнә ҡулайлаштырып алған. "Сағыу сәскәләр, хуш еҫле үләндәр ҡушып эшләнгән панно йоҡо бүлмәһен биҙәүгә лә йәтеш, мунсаға ла элеп ҡуйырға ҡулайлы. Зауыҡ өсөн эшләнгәне матурлығын юғалтмаһын өсөн лаклап ҡуйырға була, ә мунсала торғанына эҫе һыу һибеп, еҫен аңҡытып ебәреүгә йәтеш. Мин башланғыс синыфтар уҡытыусыһы, уҡыусыларға ла был ҡул эшен өйрәтергә ниәтләнәм. Уларға сәскә-үләндәр тураһында мәғлүмәт тә, былдай ҡоралмада эшләү серҙәре лә файҙалы буласаҡ", - ти Яугилде ауылы ағинәйе Айгөл Солтанморатова. Ерек һәм Яугилде ағинәйҙәре ҡул эштәренән тыш, балалар менән бик әүҙем эшләй икән: ниндәй генә йола күрһәтмәгәндәр, ниндәй генә байрам-уйын ойоштормағандар! Яугилде ауыл клубы художество етәксеһе һәм әүҙем ағинәй Лилиә Миниязова әйтеүенсә, ауылдағы Рәзилә Зәйнетдинова етәкселегендәге ағинәйҙәр өмәләргә халыҡ йыйырға, олоһоноң-кесеһенең хәлен белергә, республика кимәлендәге сараларҙа ҡатнашырға ла өлгөрә.

Ә бына Сәйетбаба ауылы ағинәйҙәре тирмәләре эсен тотошлайы үҙҙәре һуҡҡан балаҫтар менән биҙәгәйне. Уларҙың оҫтабикәһе Рабиға Йәрмиева утыҙ йылға яҡын ошо шөғөлөнә тоғро ҡала килә, хатта ҡунаҡтарға "күрһәтергә" тип кенә башлаған биҙәкле балаҫын арыҡ ыратып эшләп ташлаған. "Балаҫ һуғыусыға тәү сиратта түҙемлек кәрәк. Шунһыҙ, башлайҙар ҙа ташлайҙар, йә ваҡыт тапмайҙар был эшкә. Мин эштән ял итәйем, тип ултырам да, тиҙерәк бөтөрөп ҡуяйым тип тырышам. Ауылыбыҙҙың балаҫ һуғыусыһы Минлеямал Рәхимованан эш серҙәрен отоп ҡалдым, хәҙер уның ҡыҙы Миннира ла һуға. Башта йөндө иләп, сиратып, буяп һуға торғайныҡ. Аҙаҡ гел сығып йөрөмәгәс, буяуы ла табылмай башланы, хәҙер әҙер ептәрҙән һуғабыҙ ҙа ҡуябыҙ. Борон урмандан буяу тапҡан, үлән-тамырҙар серен белгән әбейҙәр булған. Был мәғлүмәттәр, ҡыҙғаныҫҡа күрә, һаҡланмаған. Балаҫ һуҡмаған турпыш һуғып алам, кәрәкмәгән тауар киҫәктәрен ҡушып һуғылған әйберҙе беҙҙең яҡта шу-

✓ Киләһе йылда үтәсәк Бөтә донъя фольклориадаһына башҡорт халҡының биҙәү сәнғәте булған сигеүҙе тергеҙеү буйынса эш башлап ҡына тораБыҙ, тиһәләр ҙә, ғафуриҙар был сараға бөгөндән үк әҙер булып сыҡты.

лай атайҙар", - тип аңлатты оҫтабикә. Шулай уҡ Имәндәш, Ҡауарҙы, Красноусол, Еҙем-Ҡаран, Ташлы, Табын ауылы биләмәләре ҡорған тирмәләр эргәһендә лә күҙҙең яуын алырлыҡ сағыу биҙәкле төрлө ҡул эштәрен ҡарарға, оҫтабикәләрҙән һөнәр отоп алырға була ине.

Юҡҡа ғына Ғафури ағинәйҙәре был байрамды "Сигеүҙәрҙә - күҙ нуры" тип атамаған шул, нәҡ ошо зауыҡлы әйберҙәр яһауҙа белгәндәрен бер-береһе менән уртаҡлашыуҙы маҡсат иткәндәр. Был йәһәттән Имәндәш ауылы ағинәйе Рәмилә Мәхмүтованың башҡорт ҡатын-ҡыҙҙарының сигеү сәнғәте тураһындағы сығышы бик йөкмәткеле булды. "Башҡорт сигеүендә ундан артыҡ йөй төрө иҫәпләнә. Иҫәпле һәм ирекле йөйҙәрҙе файҙаланыуға нигеҙләнгән сигеү башҡарыу техникаһы буйынса ике төркөмгә айырыла, - тип һөйләп китте Рәмилә Ғәйнислам ҡыҙы. - Иҫәпле сигелгән йөйҙәр (ҡыя сәнсем, ике яҡлы шыма нағыш, үреү, биҙәкле, йыйма һәм сатраш) туҡымалағы ептәр һаны буйынса башҡарыла. Төҫтәргә килгәндә, сағыу төҫтәр өҫтөнлөк иткән, улар орнаменттың аныҡ геометрик һүрәте менән тап килеп торған. Иҫәпле сигелгән йөйҙәр менән байрам, йола, бүләк өсөн әҙерләнгән таҫтамалдарҙы, бәләкәй ашъяулыҡтарҙы, кейем элементтарын - ир-егет һәм ҡатын-ҡыҙ күлдәгенең яғаларын, ирҙәрҙең киң билбауҙарын, ҡатын-ҡыҙҙарҙың маңлай бәйләместәрен сиккәндәр. Айырыуса үреү алымы киң ҡулланылған, уның менән маңлай бәйләместәрен һәм алъяпҡыстарҙы биҙәгәндәр. Ирекле йөйҙәр - тамбур (элмә, йүрмәп сигеү, ҡайыу, сигеү), келәм (күпертеп сигеү, күпертеп һырыу), сүпләп сигеү (яңы теген), бер яҡлы шыма нағыш, ҡыя селтәр йәки икеләтә тамбур (ҡуш элмә, салып сигеү) - төрлө туҡымала эшләнә, талғын һыҙаттарҙан торған биҙәктәр сигергә мөмкинлек бирә. Ирекле йөйҙәр техникаһында һүрәтендә һәм төҫтәрҙә аныҡ симметрия талап ителмәгән. Бындай йөйҙәр менән намаҙлыҡтар, ҡатын-ҡыҙ күлдәктәре, түшелдерек, алъяпҡыс, ашъяулыҡ, таҫтамал, шаршауҙар биҙәлгән. Тамбур техникаһында традицион ҡуҫҡар орнаменты мотивы ҡулланылған..." Рәмилә Мәхмүтованың һүҙҙәрен йөпләп, ул телгә алған һәр ысулды сағылдырған күҙҙең яуын алырлыҡ ҡул эштәрен тотоп, оҫта ағинәйҙәр сәхнә түренә үтеп торҙо. Киләһе йылда үтәсәк Бөтә донъя фольклориадаһына башҡорт халҡының биҙәү сәнғәте булған сигеүҙе тергеҙеү буйынса эш башлап ҡына торабыҙ, тиһәләр ҙә, ғафуриҙар был сараға бөгөндән үк әҙер булып сыҡты. Быйыл шулай, "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһының саралары республиканың ҡайһы төбәгендә генә үтмәһен, беҙҙең ҡатын-ҡыҙҙарыбыҙ һүҙҙәрен эш менән дәлилләп тә ҡуя.

Әйтергә кәрәк, был уларҙың байрам сараларына ғына түгел, көндәлек эшмәкәрлеге өсөн дә хас. Улар бөгөнгө көндә "шулай итергә кәрәк" тип һөйләмәй, ә "беҙ шуны эшләнек" тиҙәр. Шуғалыр ҙа, тәүҙә уларҙың бөтә урынға етешеп йөрөүенә сәйерһенеп ҡараған урындағы етәкселәр хәҙер ҡуш ҡуллап бөтә башланғыстарында ярҙам итергә тора. Ғафури районы хакимиәте башлығы Фәнзил Сынғыҙов та районың "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһы ағзалары менән уртаҡ тел тапҡан. "Беҙҙең районда 16 ауыл хакимиәте, уларға 95 ауыл ҡарай. Ауылдарҙы яңыртыу, тәртипкә килтереү, сәләмәт тормош алып барыу, мәҙәни саралар үткәреүҙә бергәләп эшләйбеҙ. Ағинәйҙәр халыҡ менән һөйләшә, күрешә, тәртипкә өндәйҙәр, бала-сағалар менән гел осрашып торалар, район ҡоролтайы менән бергә эшләйҙәр, дин мәсьәләләрен дә онотмайҙар. Ошолай әүҙем эшләүҙәре өсөн Рәмзиә Монасипова етәкселегендәге ағинәйҙәргә ҙур рәхмәт!" - тине сығыш яһағанда ла Фәнзил Фәиз улы.

"Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһы ағзаларының халыҡ өсөн атҡарған файҙалы эштәрен төбәктәрҙә генә түгел, республика кимәлендә лә юғары баһалайҙар. Был юлы ла һөҙөмтәле эшләүҙәре өсөн ағинәйҙәр Бөтөн донъя башҡорттары ҡоролтайы Башҡарма комитетынан, РФ Дәүләт Думаһы депутаты Зариф Байғусҡаровтан, "Тамыр" телеканалы директоры Гөлназ Ҡолһаринанан, БР Халыҡтар дуҫлығы йорто директоры Илгиз Солтанморатовтан, "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһынан, Ғафури район хакимиәтенән, район Советынан һәм район башҡорттары ҡоролтайынан маҡтау ҡағыҙҙары, рәхмәт хаттары һәм иҫтәлекле бүләктәр алып ҡыуанды. Бөтөн донъя башҡорттары ҡоролтайы Башҡарма комитетының иң юғары наградаһы - "Ал да нур сәс халҡыңа!" миҙалы менән Учалы районының "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһы етәксеһе Мәрзиә Солтанбаева, Әбйәлил районының "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһы етәксеһе Роза Таһирова, Архангел районының "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһы етәксеһе Зилә Фәйзуллина, Әлшәй районының "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһы етәксеһе Рәйсә Мөфтиева наградланды. Ғафури районы ағинәйҙәре етәксеһе Рәмзиә Монасипова ла күптән түгел ошо миҙалға лайыҡ булғайны.

Ғафури районы ағинәйҙәре үткәргән "Сигеүҙәрҙә - күҙ нуры" конкурсында эштәре иң зауыҡлы тип табылған Сәйетбаба ауылы ағинәйе Альмира Вәлиева, Имәндәш ауылы ағинәйе Рәмилә Мәхмүтова, Мәндем ауылы ағинәйе Ғәлиә Әбсәләмова, Юлыҡ ауылы ағинәйе Нәфисә Ҡужина, Табын ауылы ағинәйе Флүрә Килмөхәмәтоваға "Киске Өфө" гәзитенең иҫтәлекле бүләктәре һәм маҡтау ҡағыҙҙары тапшырылды. Үҙ төбәген йәнләндереү, милли йолаларҙы тергеҙеү, айыҡ тормош алып барыу һәм башҡа файҙалы эштәрҙе атҡарыуҙа һәр кем көндәлектә ең һыҙғанып, күңел һалып тотонғас, лайыҡлы кешеләрҙең исемлеге лә оҙон булды. Киләсәктә лә фиҙаҡәрҙәр тейешле баһаһын алыр, был үҙ сиратында уларға тағы ла тырышыбыраҡ эшләргә этәргес булыр, моғайын.

Ғафури районы "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһы ҡунаҡтарға бик матур йөкмәткеле сәхнә тамашалары ла әҙерләгәйне. Имәндәш ауылы ағинәйҙәре балалар менән бергә "Өләсәйем һандығы" тигән йоланы сәхнәләштерҙе. Сәйетбабалар "Йыйын" тигән матур байрам күренеше күрһәтте, улар менән ир-аттар ҙа әүҙем ҡатнашыуы әһәмиәтле булды. Ҡауарҙы ауылы ағинәйҙәренең "Кот ҡойоу", Үҙбәк ауылының "Өләсәйем нәсихәттәре", Мәндем ауылының "Килен һөйөү", Табын ауылының "Ҡатыҡ тәмләшеү", Яугилде һәм Ерек ауылдарының "Йәй ташы" тигән йолаларын сәхнәлән күрмәһәк тә, был төбәктә башҡорт халҡының боронғо ғөрәф-ғәҙәттәре онотолмауына төшөндөк. "Бөгөн беҙ килен һөйөү йолаһын күрһәтергә тейеш инек. Был йоланы ун ете йыл элек башлап ауылда үткән туйҙарҙа үтәй башланыҡ. Ағинәйҙәр менән бәпәй күреү йолаһын тергеҙҙек, ауылдаштарҙың шатлыҡтарын уртаҡлашып, үҙебеҙ бешеренеп, бүләктәр алып, теләктәребеҙҙе әйтеп, бәпес сәйе эсеп ҡайтабыҙ. Мәндем ауылында урман кәсебе бөткәс, йәштәр ауылдан күсеп китеп бөттө, беҙ ағинәйҙәр төйәгебеҙгә яңынан йән өрәйек, тип йөрөйбөҙ", - тип һөйләне Мәндем "Ағинәйҙәр ҡоро" етәксеһе Фәниә Янмырҙина. Ә бына Ҡауарҙы ауылында им-том рәтен яҡшы белгән Әсмә Кәримова ҡот ҡойоу тәртибен күрһәтергә әҙерләгән. "Ниндәй генә осраҡ булһа ла, Әсмә, тип йүгереп барабыҙ. Имгәнгәндә, ҡурҡҡанда, сырхағанда халыҡ медицинаһы менән дауалау ысулдарын белә ул. Ауылыбыҙҙа ете ағинәй әүҙем эшләйбеҙ, башҡаларҙы әйәртеп, әйҙәп йөрөтәбеҙ. Ҡауарҙы ҙур ауыл, халыҡ йөҙәр баш йылҡы, эре мал, һарыҡ аҫрап, 300-500 умарта тотоп көн күрә. Эштәр гөрләп тора беҙҙә", - ти ауылдың "Ағинәйҙәр ҡоро" етәксеһе Минзилә Нәзирова.

(Дауамы 16-сы биттә).

СӘЛӘМӘТ БУЛ!

ИЛЛЕ ЙӘШТӘН ҺУҢ...

Шуға күрә тәбиғи һауығыуҙың организмдың микробтарға һәм вирустарға ғына түгел, ә тирә-яҡ мөхиттең зыянлы факторҙарына ҡаршылығын арттырыусы ысулдарына өҫтөнлөк бирергә кәрәк.

"Ғүмер оҙайлығын биологик сигенә еткәнсе арттырыуҙа төп юлдарҙың береһе булып организмдың сәләмәтлеген һаҡлаусы тәбиғи көстәрен күнектереү тора", - тип иҫәпләй кеше ғүмеренең оҙайлығын арттырыу менән шөғөлләнгән алдынғы геронтолог-ғалимдар.

Тын алыу күнекмәләре

Теләһә ниндәй торошта булғанда ла (әлбиттә, үҙ аңығыҙҙа булғанда), йөрәгегеҙ ауыртҡанда, ҡан баҫымығыҙ күтәрелгәндә, башығыҙ йәки тамағығыҙ ныҡ ауыртҡанда, температурағыҙ юғары булғанда, тын ала алмағанда түбәндәге "Устар" күнегеүен эшләгеҙ!

"Устар" күнегеүе - оло йәштәгеләр өсөн алыштырғыһыҙ ярҙам. Ул Стрельникова гимнастикаһының төп күнекмәләр комплексына инә. Шуны оноторға ярамай: уның барлыҡ тын алыу күнегеүҙәре лә тын алыуҙы күнектерә. Был гимнастикала беҙ тынды шым, артыҡ көсөргәнешһеҙ генә сығарабыҙ. Тын алыу техникаһы иһә түбәндәгесә: танау аша, һәр һулышты хәтерҙә һанап, ҡапыл, шаулы итеп тын алабыҙ. Тын алыуҙы һанағанда тынды сығарыу тураһында уйламағыҙ, ул ирекле рәүештә башҡарыла, ә икенсе һулыш алыу хаҡында уйлағыҙ. Тынды танау аша ла, ауыҙ аша ла сығарырға мөмкин.

Ултырғыска ултырығыҙ, арҡағыҙ тура булһын. Аяҡтарығыҙҙы ҡулбаш киңлегенән тарыраҡ итеп айырығыҙ. Тән тура, арҡа көсөргәнешһеҙ, иркенләп ултырығыҙ (әммә эйелеп түгел).

Арҡалы ултырғысҡа ултырһағыҙ, билегеҙ ултырғыс арҡаһына тейеп торорлоҡ итеп урынлашығыҙ. Ҡулбаштарығыҙҙы көсөргәнештән азат итегеҙ. Улар ултырғыс арҡаһына тейеп тормаһа ла була. Әгәр бүкәндә ултырһағыҙ, билегеҙҙе оҙон таҫтамал йәки шарф менән бәйләгеҙ. Ул ныҡ һығып та тормаһын. Һәр тын алғанда билегеҙ менән уны тойорға тейешһегеҙ. Аяҡтарығыҙ тубыҡтан бөгөлөп, табандарығыҙ иҙәнгә тейеп торорға тейеш. Ҡулдарығыҙ терһәктән бөгөлә, устарығыҙ, бармаҡтарығыҙ көсөргәнештән азат. "Бер!" - тигәндә, нимәнелер тотҡан кеүек бармаҡтарҙы усҡа йомабыҙ һәм бер үк ваҡытта ҡапыл ғына шаулы итеп тын алабыҙ. Бынан һуң устарҙы яҙабыҙ һәм танау йәки ауыҙ аша тынды сығарабыҙ. Тынды сығарыу тураһында уйларға ярамай, ул үҙенән-үҙе башҡарыла.

Тағы ла ҡапыл тын алабыҙ һәм бер үк ваҡытта усты йоҙороҡлайбыҙ. Тынды сығарған ваҡытта устарҙы яҙабыҙ. Бер-бер артлы 4 тын алыу һәм устарҙы йомоу хәрәкәтен башҡарғандан һуң, 3-5 секунд ял итәбеҙ. Тағы ла ҡабатлайбыҙ. Һәр тын алған һайын билегеҙ ултырғыс арҡаһына йәки билбауға тейергә тейеш. Нисек кенә көлкө булып күренмәһен, танауығыҙ билегеҙ менән бәйле икән тип күҙ алдына килтерегеҙ. Ауыр хәл-тороштан сыҡҡығыҙ киләме? Эшләгеҙ!

С. КУЗИНА.
(Дауамы бар).

12 АВГУСТА
ПОНЕДЕЛЬНИК
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00, 9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 12.00, 3.00 Новости.
9.50 "Модный приговор". [6+]
10.50 "Жить здорово!" [16+]
12.10, 17.00, 18.20, 1.10, 3.05 "Время покажет". [16+]
15.00 Новости с субтитрами.
15.15 "Давай поженимся!" [16+]
16.00 "Мужское / Женское". [16+]
18.00 Вечерние новости с субтитрами.
18.50 На самом деле. [16+]
19.50 "Пусть говорят". [16+]
21.00 Время.
21.30 Т/с Премьера. "Экспроприатор". [16+]
23.30 "Эксклюзив" с Дмитрием Борисовым. [16+]

РОССИЯ 1

5.00, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 Утро России.
6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35, 9.00 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.25 Доброе утро, республика!
9.55 "О самом главном". [12+]
11.00, 14.00, 20.00 Вести.
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Местное время. Вести-Башкортостан.
11.45 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
12.50, 18.50 "60 минут". [12+]
14.45 "Кто против?" [12+]
17.25 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
21.00 Т/с "Рая знает всё!" [12+]
0.00 Т/с "Доктор Рихтер". [16+]
2.15 Т/с "Московская борзая-2". [16+]

БСТ

7.00 "Доброе утро!" Концерт. [12+]
8.00, 18.30, 22.30 Новости (на баш. яз.).
8.15 М/ф "Мультфильмы". [0+]
8.45 "Бай". [12+]
9.15 "Песня года". [12+]
9.45, 16.30 Т/с "Ай ҡыҙы". [12+]
11.00 Итоги недели (на рус. яз.).
11.45 Специальный репортаж. [12+]
12.00 "Самрау-шоу". [12+]
15.30, 16.00 Әлләсе... [6+]
15.50, 19.40, 6.50 Выборы-2019. [12+]
16.15 Гора новостей.
17.45 "100 имен Башкортостана". [12+]
18.15 Ради добра. [6+]
19.00, 19.45 "Байегеткә-45". [12+]
21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.).
22.00 Бизнес-обзор. [12+]
23.15 Колесо времени. [12+]
0.15 Х/ф "Родня". [12+]
2.15 Бәхетнамә. [12+]
3.15 Спектакль "Кьоджинские перепалки". [12+]
5.30 Счастливый час. [12+]

13 АВГУСТА
ВТОРНИК
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00, 9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 12.00, 3.00 Новости.
9.50 "Модный приговор". [6+]
10.50 "Жить здорово!" [16+]
12.10, 17.00, 18.20, 1.05, 3.05 "Время покажет". [16+]
15.00 Новости с субтитрами.
15.15 "Давай поженимся!" [16+]
16.00 "Мужское / Женское". [16+]
18.00 Вечерние новости с субтитрами.
18.50 На самом деле. [16+]
19.50 "Пусть говорят". [16+]
21.00 Время.
21.30 Т/с Премьера. "Экспроприатор". [16+]
23.30 "Семейные тайны" с Тимуром Еремеевым. [16+]

РОССИЯ 1

5.00, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 Утро России.
6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести.
9.25 Доброе утро, республика!
9.55 "О самом главном". [12+]
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Местное время. Вести-Башкортостан.
11.45 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
12.50, 18.50 "60 минут". [12+]
14.45 "Кто против?" [12+]
17.25 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
21.00 Т/с "Рая знает всё!" [12+]
0.00 Т/с "Доктор Рихтер". [16+]
2.15 Т/с "Московская борзая-2". [16+]

БСТ

7.00, 9.15 Сәләм. [12+]
9.00, 11.00, 16.00, 17.30, 20.00, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.).
10.00, 12.00, 15.50, 23.10, 6.50 Выборы-2019. [12+]
10.10, 16.30 Т/с "Ай ҡыҙы". [12+]
11.15 Республика Live. [12+]
11.45 Дорожный патруль. [16+]
12.10 Счастливый час. [12+]
13.00, 18.30, 22.45 Новости (на баш. яз.).
13.30 Бәхетнамә. [12+]
14.30 Дорога к храму. [6+]
15.00, 17.45, 20.30 Интервью. [12+]
15.15 Вопрос+Ответ=Портрет. [6+]
16.15 Гора новостей.
18.00 Специальный репортаж. [12+]
18.15, 20.45 Инцидент-репортаж. [12+]
19.00 Вечерний телецентр.
19.45 Сәңгелдәк. [0+]
20.15 Криминальный спектр. [16+]
21.00 Уфимское "Времечко".
22.00 "Честно говоря". [12+]
23.20, 5.00 Күстәнәс. [12+]
23.45 Замандаш. [6+]
0.00 Х/ф "Благородный венецианец". [16+]
2.15 Бәхетнамә. [12+]
3.15 "Моя звезда". [12+]
5.30 Счастливый час. [12+]

14 АВГУСТА
СРЕДА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00, 9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 12.00, 3.00 Новости.
9.50 "Модный приговор". [6+]
10.50 "Жить здорово!" [16+]
12.10, 17.00, 18.20, 0.25, 3.05 "Время покажет". [16+]
15.00 Новости с субтитрами.
15.15 "Давай поженимся!" [16+]
16.00 "Мужское / Женское". [16+]
18.00 Вечерние новости с субтитрами.
18.50 На самом деле. [16+]
19.50 "Пусть говорят". [16+]
21.00 Время.
21.30 Т/с Премьера. "Экспроприатор". [16+]
23.30 Премьера. "Про любовь". [16+]
3.55 "Наедине со всеми". [16+]

РОССИЯ 1

5.00, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 Утро России.
6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести.
9.25 Доброе утро, республика!
9.55 "О самом главном". [12+]
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Местное время. Вести-Башкортостан.
11.45 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
12.50, 18.50 "60 минут". [12+]
14.45 "Кто против?" [12+]
17.25 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
21.00 Т/с "Рая знает всё!" [12+]
0.00 Т/с "Доктор Рихтер". [16+]
2.15 Т/с "Московская борзая-2". [16+]

БСТ

7.00, 9.15 Сәләм. [12+]
9.00, 11.00, 16.00, 17.30, 20.00, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.).
10.00, 12.00, 15.50, 23.10, 6.50 Выборы-2019. [12+]
10.10, 16.30 Т/с "Ай ҡыҙы". [12+]
11.15 "Честно говоря". [12+]
11.45 Криминальный спектр. [16+]
12.10 Счастливый час. [12+]
13.00, 18.30, 22.45 Новости (на баш. яз.).
13.30 Бәхетнамә. [12+]
14.30 "Аль-Фатиха. [6+]
15.00, 17.45, 20.30 Интервью. [12+]
15.15, 23.20 Бала-саға. [6+]
16.15 Гора новостей.
18.00, 5.00 "Бай". [12+]
19.00 Вечерний телецентр.
19.45 Сәңгелдәк. [0+]
20.15 Дорожный патруль. [16+]
20.45 Инцидент-репортаж. [12+]
21.00 Историческая среда. [12+]
22.00 Вечерний телецентр. [12+]
0.00 Х/ф "Одиноким предоставляется общежитие". [6+]
2.00 Бәхетнамә. [12+]
3.00 Спектакль "Стреноженный табун". [12+]
4.15 Автограф. [12+]
4.45 Весело живем. [12+]
5.30 Счастливый час. [12+]

15 АВГУСТА
ЧЕТВЕРГ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00, 9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 12.00, 3.00 Новости.
9.50 "Модный приговор". [6+]
10.50 "Жить здорово!" [16+]
12.10, 17.00, 18.20, 1.20, 3.05 "Время покажет". [16+]
15.00 Новости с субтитрами.
15.15 "Давай поженимся!" [16+]
16.00 "Мужское / Женское". [16+]
18.00 Вечерние новости с субтитрами.
18.50 На самом деле. [16+]
19.50 "Пусть говорят". [16+]
21.00 Время.
21.30 Т/с Премьера. "Экспроприатор". [16+]
23.30 "Вечерний Ургант". [16+]
0.25 На ночь глядя. [16+]

РОССИЯ 1

5.00, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 Утро России.
6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести.
9.25 Доброе утро, республика!
9.55 "О самом главном". [12+]
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Местное время. Вести-Башкортостан.
11.45 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
12.50, 18.50 "60 минут". [12+]
14.45 "Кто против?" [12+]
17.25 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
21.00 Т/с "Рая знает всё!" [12+]
0.00 Т/с "Доктор Рихтер". [16+]
2.15 Т/с "Московская борзая-2". [16+]

БСТ

7.00, 9.15 Сәләм. [12+]
9.00, 11.00, 16.00, 17.30, 20.00, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.).
10.00, 12.00, 15.50, 23.10, 6.50 Выборы-2019. [12+]
10.10, 16.30 Т/с "Ай ҡыҙы". [12+]
11.15 "100 имен Башкортостана". [12+]
11.45 Дорожный патруль. [16+]
12.10 Счастливый час. [12+]
13.00, 18.30, 22.45 Новости (на баш. яз.).
13.30 Бәхетнамә. [12+]
14.30 Автограф. [12+]
15.00, 17.45, 20.30 Интервью. [12+]
15.15 Бирешмә. Профи. [6+]
16.15 Гора новостей.
18.00 Специальный репортаж. [12+]
18.15 Инцидент-репортаж. [12+]
19.00 Вечерний телецентр.
19.45 Сәңгелдәк. [0+]
20.15 Криминальный спектр. [16+]
20.45 Деловой Башкортостан. [12+]
21.00 Уфимское "Времечко".
22.00 Республика Live. [12+]
23.20, 5.00 "Песня года". [12+]
23.45 Современник. [12+]
0.00 Х/ф "Идеальный муж". [12+]
2.00 Бәхетнамә. [12+]
3.00 Спектакль "Похищение стариков". [12+]
4.45 Весело живем. [12+]
5.30 Счастливый час. [12+]

16 АВГУСТА
ПЯТНИЦА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00, 9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 12.00 Новости.
9.50 "Модный приговор". [6+]
10.50 "Жить здорово!" [16+]
12.10, 17.00, 18.20 "Время покажет". [16+]
15.00 Новости с субтитрами.
15.15 "Давай поженимся!" [16+]
16.00 "Мужское / Женское". [16+]
18.00 Вечерние новости с субтитрами.
18.50 На самом деле. [16+]
19.50 "Поле чудес". [16+]
21.00 Время.
21.30 Премьера. Международный музыкальный фестиваль "Жара". [12+]
23.55 "Вечерний Ургант". [16+]
0.50 Д/ф Премьера. "Пьер Ришар. Белый клоун". [12+]
1.50 Х/ф "Бенни и Джун". [12+]
3.35 "Наедине со всеми". [16+]

РОССИЯ 1

5.00, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 Утро России.
6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести.
9.25 Доброе утро, республика!
9.55 "О самом главном". [12+]
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Местное время. Вести-Башкортостан.
11.45 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
12.50, 18.50 "60 минут". [12+]
14.45 "Кто против?" [12+]
17.25 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
21.00 Х/ф "Куда уходят дожди". [12+]
0.55 Х/ф "Один на всех". [12+]

БСТ

7.00, 9.15 Сәләм. [12+]
9.00, 11.00, 16.00, 17.30, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.).
10.00, 12.00, 15.50, 23.10, 6.50 Выборы-2019. [12+]
10.10, 16.30, 5.30 "Исторические хроники Югры". [12+]
11.15 "100 имен Башкортостана". [12+]
11.45 Криминальный спектр. [16+]
12.10 "Йома". [0+]
12.30 Башҡорттар. [6+]
13.00, 18.30, 22.45 Новости (на баш. яз.).
13.30, 3.45 Автограф. [12+]
14.00 "Красная кнопка". [16+]
14.45 Неизвестный Башкортостан. [12+]
15.00 Интервью.
15.15 Алтын тирмә. [0+]
16.15 "Выше всех!" [6+]
17.45, 20.30 Интервью. [12+]
18.00 У дачи. [12+]
19.00 "Башҡорт йыры-2019". [12+]
19.45 Сәңгелдәк. [12+]
20.00 Новости (на рус.яз.). [0+]
20.15 Ради добра. [6+]
20.45 Инцидент-репортаж. [12+]
21.00, 5.00 Башҡорттар. [12+]
22.00 Вечерний телецентр.
23.20, 4.15 Караоке по-башкирски. [12+]
0.00 Х/ф "Молодость по страховке". [0+]
2.00 Спектакль "Пещера". [12+]

17 АВГУСТА
СУББОТА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.10, 6.10 Т/с "Научи меня жить". [16+]
6.00, 10.00 Новости.
7.15 Х/ф "Родная кровь". [12+]
9.00 "Играй, гармонь любимая!" [12+]
9.45 "Слово пастыря". [0+]
10.15, 13.40 Д/ф "Людмила Гурченко. Карнавальная жизнь". [12+]
12.00 Новости с субтитрами.
12.15 Х/ф "Карнавальная ночь". [0+]
18.00 "Кто хочет стать миллионером?" [12+]
19.30, 21.20 "Сегодня вечером". [16+]
21.00 Время.
23.00 Х/ф Премьера. "Большая игра". [18+]
1.35 Х/ф "Синий бархат". [18+]
3.50 "Про любовь". [16+]
4.40 "Наедине со всеми". [16+]

РОССИЯ 1

5.00 "Утро России. Суббота".
8.15 "По секрету всему свету".
8.40 Местное время. Суббота. [12+]
9.20 "Пятеро на одного".
10.10 Сто к одному.
11.00, 20.00 Вести.
11.20 Местное время. Вести-Башкортостан.
11.40 Смеяться разрешается.
14.00 Т/с "Цветы дождя". [12+]
21.00 Х/ф "Серебряный отблеск счастья". [12+]
1.00 Х/ф "Снова один на всех". [12+]

БСТ

7.00 "Доброе утро!" Концерт. [12+]
8.00, 18.30 Новости (на баш. яз.).
8.15 Х/ф "Неуловимые мстители". [12+]
9.30 "Физра". [6+]
9.45 "Перекличка". [6+]
10.00 "Книга сказок". [0+]
10.15 Сыйырсык. [0+]
10.30 "Городок АЮЯ". [0+]
10.45 Күстәнәс. [12+]
11.15 Хазина о Хазине. [0+]
11.45 "Сваха". [12+]
13.45 Весело живем. [12+]
14.00 "Дарю песню". [12+]
15.50, 19.40, 6.50 Выборы-2019. [12+]
16.00 Колесо времени. [12+]
17.00 Д/ф "Еду в деревню". [12+]
17.30 Х/ф "Визит". [12+]
18.00 "Йөрәк һүҙе". [12+]
18.15 Инцидент-репортаж. [12+]
19.00 Вопрос+Ответ=Портрет. [6+]
19.45 Сәңгелдәк. [0+]
20.00 Автограф. [12+]
20.30 "Байык" представляет... [12+]
21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.).
22.00 Следопыт. [12+]
22.30, 1.00 Итоги недели (на баш. яз.).
23.15, 3.45 Х/ф "Пираты Эгейского моря". [12+]
1.45 Спектакль "Карагул". [12+]
5.30 Д/ф "Млечный путь". [12+]

18 АВГУСТА
ВОСКРЕСЕНЬЕ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.40, 6.10 Т/с "Научи меня жить". [16+]
6.00, 10.00 Новости.
7.45 "Часовой". [12+]
8.15 "Здоровье". [16+]
9.20 "Непутевые заметки" с Дмитрием Крыловым. [12+]
10.10 "Жизнь других". [12+]
11.10, 12.20 "Видели видео?" [6+]
12.00 Новости с субтитрами.
13.25 Д/ф "Трагедия Фроси Бурлаковой". [12+]
14.35 Х/ф "Приходите завтра..." [0+]
16.25 "КВН". Премьер-лига. [16+]
18.00 "Точь-в-точь". [16+]
21.00 Время.
21.50 Т/с Премьера. "Поместье в Индии". [16+]
23.40 Х/ф "Манчестер у моря". [18+]
2.20 "Про любовь". [16+]
3.05 "Наедине со всеми". [16+]

РОССИЯ 1

5.15 Т/с "По горячим следам". [12+]
7.20 "Семейные каникулы".
7.30 "Смехопанорама" Евгения Петросяна.
8.00 Утренняя почта.
8.40 Местное время. Воскресенье.
9.20 "Когда все дома с Тимуром Кизяковым".
10.10 Сто к одному.
11.00, 20.00 Вести.
11.20 Т/с "Идеальная жертва". [12+]
22.00 "Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым". [12+]
1.00 "Действующие лица с Наилей Аскер-заде". [12+]
2.00 Х/ф "Полёт фантазии". [12+]

БСТ

7.00 "Доброе утро!" Концерт. [12+]
8.00 Новости (на баш. яз.).
8.15 "Йома". [0+]
8.45 Ҡурай даны. [12+]
9.00 "Бай". [12+]
9.30 "Песня года". [12+]
10.00 "Йәйләү". [6+]
10.30 "Тимер Батыр". [6+]
10.45 Байтус. [6+]
11.00 "Ҡош юлы. Балалар". [6+]
11.15 "Шәп арба". [6+]
11.30 "Сулпылар". [0+]
11.45 "Ал да гөл. [6+]
12.00 Бай баҡса. [12+]
12.30 Итоги недели (на баш. яз.).
13.15 Алтын тирмә. [0+]
14.00 "Дарю песню. [12+]
15.00 Автограф. [12+]
15.30 Башҡорттар. [6+]
15.50, 19.40 Выборы-2019. [12+]
16.00 Дорога к храму. [0+]
16.30, 5.30 Историческая среда. [12+]
17.00 "БГФ: Роман на 80 лет". [12+]
19.45 Әлләсе... [6+]
20.30 "Теге өсәү". [12+]
21.00 Республика Live. [12+]
21.30, 6.00 Итоги недели (на рус. яз.).
22.15, 6.45 Специальный репортаж. [12+]
22.30 "Красная кнопка". [16+]
23.15, 3.45 Х/ф "Вас ожидает гражданка Никанорова ". [12+]
0.45 Спектакль "Касатка". [12+]
2.45 Д/ф "Млечный путь". [12+]
6.50 Выборы-2019. [12+]

НАМАҘ ВАҠЫТТАРЫ

1440 һижри йыл.

Август (Зөлхизә)	Иртәнге намаҙ	Ҡояш ҡалка	Өйлә намаҙы	Икенде намаҙы	Аҡшам намаҙы	Йәстү намаҙы
12 (11) дүшәмбе	4:17	5:47	13:30	19:24	20:54	22:24
13 (12) шишәмбе	4:19	5:49	13:30	19:22	20:52	22:22
14 (13) шаршамбы	4:20	5:50	13:30	19:20	20:50	22:20
15 (14) кесе йома	4:22	5:52	13:30	19:17	20:47	22:17
16 (15) йома	4:24	5:54	13:30	19:15	20:45	22:15
17 (16) шәмбе	4:26	5:56	13:30	19:13	20:43	22:13
18 (17) йәкшәмбе	4:28	5:58	13:30	19:11	20:41	22:11

"Башҡортса дини календарь"ҙан алынды.

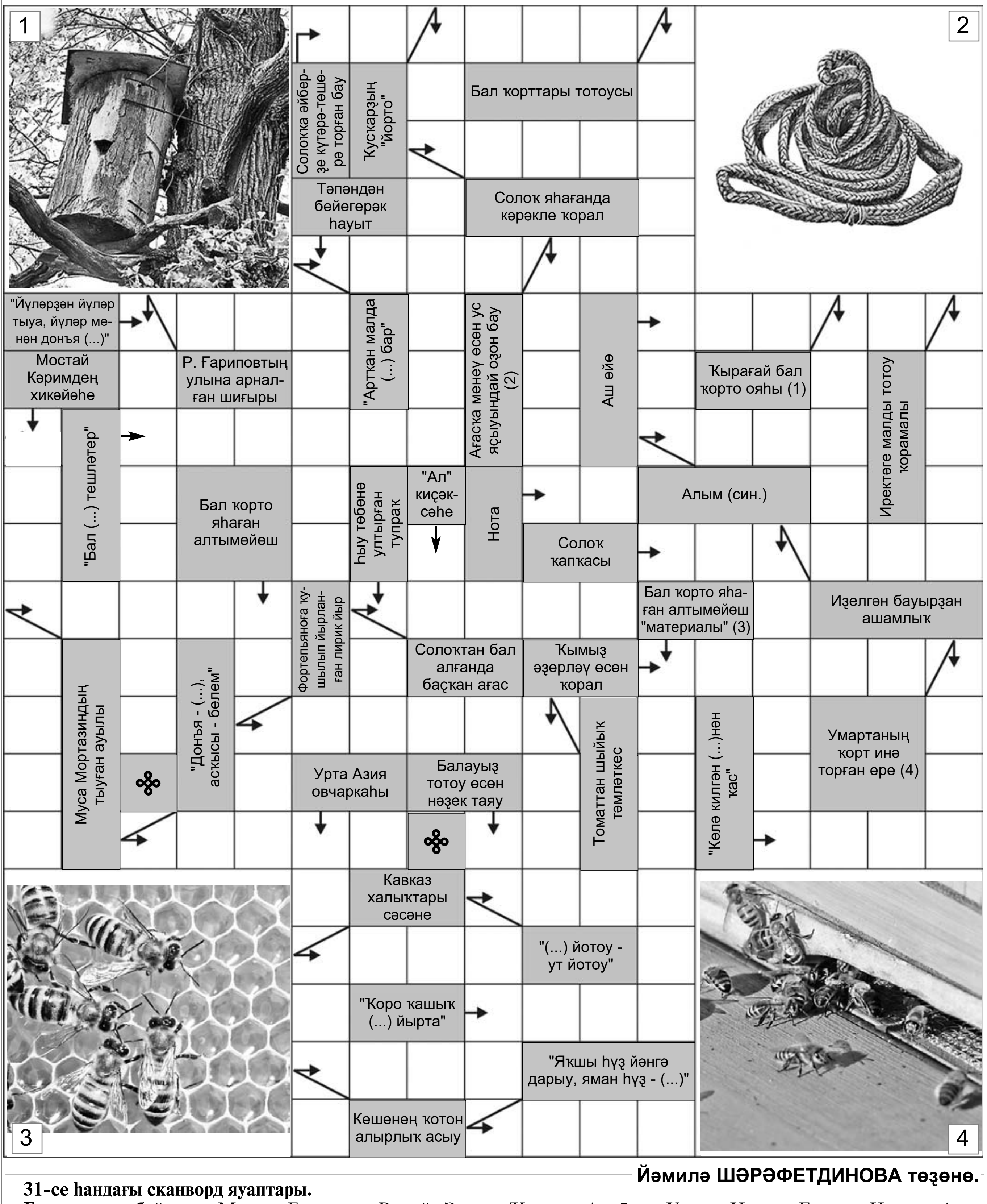
ТОЛЬКО ✓ ШИЛОВ
ТОЛЬКО ☑ ЛДПР

КРАТКАЯ ПРОГРАММА ЛДПР
1. Борьба с коррупцией на всех уровнях.
2. Минимальная заработная плата 40 000 рублей.
3. Качественные дороги.
4. Жесткий жилищно-коммунальный контроль. Взносы граждан на капремонт должны быть добровольными.
5. На ближайшие пять лет снизить налоги для предприятий обрабатывающей промышленности, сельского хозяйства, строительства, транспорта.
6. Материнский капитал 100 000 рублей на первого ребенка.
7. Снизить процентные ставки по кредитам. Нет банковскому беспределу.
8. Возрождение массового детско-юношеского спорта.
9. Жесткий контроль в сфере экологии.
10. Обеспечить рабочими местами всех жителей Уфы.
КАНДИДАТ В ДЕПУТАТЫ СОВЕТА ГО Г. УФА ПО ИЗБИРАТЕЛЬНОМУ ОКРУГУ №8

Бесплатная площадь предоставлена кандидату в депутаты Совета городского округа г. Уфа Республики Башкортостан четвертого созыва Шилову Станиславу Ивановичу согласно ст.65 Кодекса Республики Башкортостан от 6 декабря 2006г. N380-з "О выборах".

БАШ ЭШЛӘТМӘК

БАШҠОРТОСТАН УМАРТАСЫЛАРЫ КӨНӨ



Йәмилә ШӘРӘФЕТДИНОВА төҙөнө.

31-се һандағы сканворд яуаптары.

Горизонталь буйынса: Мунса. Башҡорт. Радий. Эвенк. Ҡумыҡ. Алабуға. Хакас. Ненец. Егәрле. Наоми. Ата. Тәхет. Нужа. Ураҡ. Бүрәт. Алеут. Мари. Удмурт. Памир. Гидрант. Йоҙаҡ.

Вертикаль буйынса: Хамниган. Эскимос. Сари. Ут. Баян. Удэгей. Карел. Мышар. Алҡым. Умарта. Доберман. Ат. Ун. Алтай. Төн. Ҡан. Табип. Елкә. Елле. Татар.

СӘНҒӘТ ЯҢЫЛЫҠТАРЫ

ИҢ ШӘБЕ!

"Мираҫ" йыр һәм бейеү ансамбле Болгариянан ҡайтты. Артистар Велико-Тырново, Севлиево, Добрич, Варна ҡалаларында үткән бер нисә фестивалдә ҡатнашып, Башҡортостан сәнғәтен күрһәтте.

Төп сараларҙың береһе - 22-се "Велико Тырново" Халыҡ-ара фольклор фестивале ине. CIOFF ойошмаһы 1998 йылдан башлап үткәргән был фестиваль тарихында 600 концерт ойошторолған, унда 113 илдән 271 ансамбль ҡатнашҡан, тамашасыларҙың дөйөм һаны ла 590-дан ашып киткән. Быйылғы фестивалдә башҡорт коллективы уларҙа ҙур ҡыҙыҡһыныу уята. Сара сиктәрендә Велико-Тырново ҡалаһы хакимиәтендә рәсми осрашыу ҙа уҙа. Севлиево ҡалаһындағы концерт та уңыш менән үтә. Ҡала хакимиәтенән белдереүҙәренсә, бындай сағыу сара был төбәктә Ҙур театр труппаһы сығышы мәленән булмаған. Добричта иһә мираҫтар Мысырҙан килгән "Сохаг" милли ансамбле менән сығыш яһай. Болгариялағы CIOFF Президенты Эмиль Павловтың башҡорт бейеүҙәрен күргәндән һуң, был ябай бейеү түгел, ә ысын спектакль, тип һоҡланыуы ла "Мираҫ" ансамбленең профессионаллеге тураһында һөйләй. Әйткәндәй, был ҡалала артистар башҡорт милли аш-һыуын да әҙерләп тәмләтә. Варна ҡалаһында "Варна йәйе" Халыҡ-ара фольклор фестивалендә иң яҡшы ансамблдәрҙең береһе булараҡ, "Мираҫ" концерт ябыу тантанаһының да биҙәге була.

ҠАТАЙҘАР ЙЫЯ

VIII "Иҙел башы" этнофорумы барышында Ҡыйғы районының Алағуҙ ауылында 17 августа "Ҡатай йәштәре йыйыны" була. Йола буйынса, байрамға Башҡортостан райондарынан һәм ҡалаларынан, Ҡурған, Силәбе, Пермь өлкәләренән һәм башҡа төбәктәрҙән Ҡатай ырыуы вәкилдәре килә. Быйыл сара һигеҙенсе тапҡыр уҙғарыла.

Байрам программаһында "Ҡатай һылыуы", "Ҡатай батыры - таш күтәреү", "Ҡатай көрәше", "Мәргән уҡсы", "Йәш Ҡатай" конкурстарын үткәреү күҙаллана. "Ҡатай һылыуы" конкурсы 16-23 йәшлек ҡыҙҙар араһында ойоштороола. Ошо исемгә дәғүә иткән ҡатнашыусылар үҙҙәре хаҡында һөйләргә, ижади ҡеүәттәрен, милли аш-һыуға оҫталығын күрһәтергә тейеш. "Ҡатай батыры" бәйгеһендә 16-35 йәшлектәрҙең ҡатнашыу мөмкинлеге бар, көслө заттарҙы 5-тән алып 100 килограмға тиклемге таштарҙы күтәреү ярышы көтә. "Ҡатай көрәше" конкурсы 16-35 йәшлек ҡатнашыусыларҙы йыя. Һыбайлы ир-егеттәр дәғүәсеһен ат өҫтөнән һөйрәп төшөрөргә тейеш. "Мәргән уҡсы" конкурсы биш этапта уҙғарыла. Был конкурста ҡатнашыусыларҙың милли этнокейеме мотлаҡ булырға тейеш. Программа сиктәрендә 3-7 һәм 7-15 йәшлек балалар өсөн "Йәш Ҡатай" ижади ярышын үткәреү ҡаралған. Ҡатнашыуға ғаризалар 14 авгусҡа тиклем gukrcnt@mail.ru электрон адресына ҡабул ителә. Белешмәләр өсөн телефон: 289-62-00.

Бесплатная площадь предоставлена кандидату в депутаты Совета городского округа г. Уфа Республики Башкортостан четвертого созыва Галимуллину Ильгизу Галимовичу согласно ст.65 Кодекса Республики Башкортостан от 6 декабря 2006г. N380-з "О выборах".

ҠОЛАҠ ҺАЛ!

Телефон аша һөйләшә белеү

Метафизика күҙлегенән телефон - ул тышҡы донъяға сығыу юлы. Телефон шылтыраһа, кеше ни эшләргә кәрәклеген үҙе һайлай. Ул телефонға:

- хәүефләнеп ҡарай - бәлки, был кеше менән бөтөнләй һөйләшеү кәрәкмәйҙер;
- был ятраҡан кешемдер тип өмөтләнә;
- һағыш һәм йонсоу менән;
- телесериал ҡарауҙан айырҙылар тип асыулана;
- тормошонда яңы этап башланыуына өмөтләнә;
- шылтыратыусыға ҡыҙыҡһыныусанлыҡ сағылдырып ҡарай.

Һин нимәне һайлайһың? Был һис тә буш һорау түгел. Үҙ тормошобоҙҙоң бөтә шарттарын беҙ үҙебеҙ булдырабыҙ бит. Әгәр һин компания етәксеһе икәнһең, хеҙмәткәрҙәреңде клиенттар менән телефон аша һөйләшеү оҫталығына өйрәнеүгә ваҡытыңды йәлләмәҫкә тейешһең. Телефон трубкаһын ышаныс, изге күңел һәм энтузиазм менән ҡулға алырға кәңәш итәм. Кешеләргә был оҡшай. Улар үҙҙәрен компанияға кәрәкле кеше итеп тоясаҡ. Шулай итеп үҙ-ара яҡшы мөнәсәбәттәргә нигеҙ һалына.

Именлек символдарын һынландыр

Ҡытайҙар теләктәреңде яҙып, өйөңдә элеп ҡуйыу уңыш килтереүенә ышана. Иң популяр фраза: "Һиңә уңыш килде лә инде!" Уны монетаға, яҡшы кәйеф булдырыусы махсус картиналарға, ҡытай декоратив сәнғәте предметтарына яҙалар. Был фразаны үҙ телеңдә яҙып, ҡайҙа теләйһең, шунда элеп ҡуйырға мөмкин. Һәм бик тиҙҙән һиңә уңыш киләсәк.

✓ Ҡатын ир тупрағынан, ир мал тупрағынан яралған.

(Башҡорт халыҡ мәҡәле).

АҒИНӘЙ МӘКТӘБЕ

УЛАРҘЫҢ ЯҠШЫ УЙ-НИӘТЕ...

халҡыбыҙҙың көнитмешен көйләй

(Дауамы. Башы 12-13-сө биттәрҙә).

Әйтергә кәрәк, майҙан хужаларының тыҫшлығын алыҫ араларҙы яҡын итеп килеп еткән бөтә ҡунаҡтар ҙа юғары баһаланы. Бигерәк тә Силәбе өлкәһе "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһы ағзалары төбәктең тәбиғәтенә, халыҡтың ҡунаҡсыллығына, йола-ғәҙәттәрҙең һаҡланыуына һәм ағинәйҙәрҙең власть органдары менән килешеп эшләүенә һоҡланып бөтә алманы. Арғаяш районы Арғаяш ауылынан Мәрфуға Ҡорманғәлина һәм Бәжекәй ауылынан Миңзифа Сәғитова йыйын үткән майҙан эргәһенә сәғәт таңғы етелә килеп төшкәс тә, оҙаҡ ваҡыт Уҡлы ҡаяға хайран ҡалып бағып тороуҙарын бер тауыштан бәйән итте. Силәбе өлкәһенең Арғаяш, Ҡоншаҡ, Сосновка һәм Сыбаркүл райондарында "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһы эшен Рабиға Бикбулатова етәкселегендә алып барған милләттәштәр был осрашыуҙан үҙҙәренә өлгө, фәһем алып, тәжрибә уртаҡлашып, киләсәктә үҙҙәрендә лә ҡор йыйырға ҡанатланып ҡайтты. "Ҡор бик оҡшаны, Силәбеләрҙән ҡала килә иң ҙур делегация булып 11 ағинәй килдек, - тине Шамонино ауылы "Ағинәйҙәр ҡоро" етәксеһе Рәйфә Вәлиева ла. - Эш башлауыбыҙға ике йыл да булмаған, шуға күмәкләп килеп, тәжрибә уртаҡлашып ҡайтырға булдыҡ. Өфө районында "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһының беҙ берҙәнбер бүлеге. Шамонино ауылында балалар күп, шуға Ғафури районы ағинәйҙәренең ошо йәһәттән үткәргән саралары тураһында белештек". Бына шулай, һәр кемгә хуш килгәнде әҙерләп, береһен дә буш ҡул, китек күңел менән ҡайтарманы Ғафури районы "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһы ағзалары.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Киләсәк өсөн хәсрәтләнеп ултырмай, уның өмөтлө булыуын хәстәрләп йәшәүҙе тәүмаҡсат итеп алғаны өсөн дә "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһы ҡатынҡыҙҙарҙы тиҙ арала бергә туплай алғандыр. Сөнки был башҡорт халҡының асылына хас сифат, юҡҡа ғына "Өмөтһеҙ - шайтан", тимәгәндәр боронғолар. Насар көстәргә, яман уйҙарға бирелеүҙән арынып, яҡшылыҡҡа ынтылып, кешелек затын, башҡорт милләтен һаҡлап, тормош көтөү өлгөһөн күрһәтте Ғафури районы "Ағинәй" йәмәғәт ойошмаһы ағзаларының йыйыны. Донъяға позитив ҡарашты ятҡан эшең, күңеленә ятҡан шөғөлөң, тамырҙарыңды белеү, быуаттарҙан килгән йәшәйеш ҡанундарына эйәрергә тырышыу формалаштыра. Сөнки былар кешегә күңел тыныслығы, сабырлыҡ, изгелекле булыу серҙәрен төшөндөрә.

Сәриә ҒАРИПОВА.

АҠЫЛ-ҠАҘНА

Аҡыллы кешеләрҙең һүҙҙәренә эйәреп, донъяуи хәҡиҡәткә баҡ, һығымталар яһа һәм, әлбиттә, тормошта ҡуллан. Бәхетле һәм уңышлы кеше булыр өсөн.

ИР-ЕГЕТТЕҢ ОЯЛЫУЫ...

имән ағастың бөгөлөүе

Ҡатын ир тупрағынан, ир мал тупрағынан яралған.

(Башҡорт халыҡ мәҡәле).

Йәшлек бер ваҡытта ла тормошҡа ашмаҫтай нәмәләр тураһында хыяллана, ҡартлыҡ бер ваҡытта ла тормошҡа ашмаған нәмәне хәтергә ала.

(Гектор Манро).

Ҡайһы берәүҙәр үҙҙәренең ни теләгәнен дә белмәй. Әммә шул белмәгәнде алыу өсөн һине киҫәккә турарға әҙерҙәр.

(Дон Маркис).

Уға бер ваҡытта ла:"Мин яратҡан кеше - һин беренсе", - тип әйтмә. Уға шулай тиң: "Һине белмәгәнгә тиклем мин бәхеттең ни икәнен белмәгәнмен икән". Ир кеше быныһына шунда уҡ ышанасаҡ.

(Жорж Массон).

Кемгә көнләшеп ҡарайҙар, шуны күрә алмайҙар.

(Генри Менкен).

Уйыңды тота алмаһаң да, һүҙеңде тот.

(Славомир Троцкий).

Шулай итеп, тағы бер аҡыл: "Бер саҡ кисен миңә дуҫым шылтыратты. Тәүге һорауы шул булды: "Хәлдәрең нисек?" Мин уйлап та тормаҫтан: "Эс боша", - тип әйтеп һалдым. Дуҫым: "Теләйһеңме, мин хәҙер һиңә киләм һәм һөйләшербеҙ", - тине. Мин "Кил", тинем, һәм ул ун биш минуттан минең өйҙә ине инде. Дуҫым менән төнө буйы һөйләшеп ултырҙыҡ, мин уға үҙемдең аһ-зарымды түктем. Ысынлап та, проблемаларым байтаҡ йыйылып киткәйне. Дуҫым мине тыңланы, сабыр ғына кәңәштәрен бирҙе, ниндәй проблеманы нисегерәк хәл итеү юлдарын өйрәтте. Миңә еңел булып ҡалды. Шунан дуҫым эшкә китергә йыйына башланы. Миңә уңайһыҙ булып китте,"Ниңә һин үҙеңдең эшкә барырға тейешлегең тураһында әйтмәнең, мин һине төнө буйы үҙемдең хәбәрем менән йонсоттом", - тинем дуҫыма. Дуҫым йылмайҙы һәм: "Дуҫтар ни өсөн кәрәк һуң!" - тине. Дуҫымды машинаға оҙатҡанда: "Ә һин миңә кисен ниңә шылтыратҡайның һуң?" - тип һорарға баш етте. "Мин врачта булғайным һәм ул миңә бик ҡурҡыныс диагноз ҡуйҙы", - тине дуҫым. - Ләкин беҙ был хаҡта аҙаҡ һөйләшербеҙ".

Мин ошо осрашыуҙан һуң байтаҡ уйланып йөрөнөм. Был хәл миңә ныҡлы һабаҡ булды. Мин хәҙер үҙ проблемаларымды шаштырыуҙан туҡтап, яҡшы хәбәрҙәр менән ләззәтләнәм. Үҙем яратҡан кешеләр, дуҫтарым менән аралашҡанда аһ-зар һөйләп түгел, ә ваҡытты файҙалыраҡ итеп үткәрергә тырышам..."

БАШҠОРТСА ҺҮҘЛЕК

ҠАРА ЙЫЛАН ГАДЮКА БУЛА

Гәзитебеҙҙең 29-сы һанында биология фәндәре докторы, БДУ-ның Сибай институты профессоры Сәфәрғәли Йәнтүриндың "Китап" нәшриәте типографияһында "Зоология терминдарының русса-башҡортса, башҡортса-русса һүҙлеге" баҫылып сығыуы тураһында хәбәр иткәйнек һәм ғалимдың китабынан Башҡортостанда йыш осраған балыҡтарҙың башҡортса-русса атамаларын уҡыусыларыбыҙ иғтибарына тәҡдим иткәйнек. Был юлы Башҡортостанда йыш осраған ер-һыу хайуандарының башҡортса-русса атамалары менән танышығыҙ.

Жаба зеленая - йәшел әрмәнде (баҡа)
жаба серая - һоро әрмәнде (баҡа)
жерлянка краснобрюхая - уһылдаҡ тәлмәрйен
лягушка озерная - күл тәлмәрйене
лягушка остромордая - ослобаш тәлмәрйен
лягушка прудовая - быуа тәлмәрйене
лягушка травяная - һоро тәлмәрйен, баҡа
пиявки медицинские - медицина һөләктәре
тритон гребенчатый - тараҡлы һыу кеҫәрткеһе
тритоны - тритондар, һыу кеҫәртркеләре
чесночница обыкновенная - орсоҡбаш тәлмәрйен

Һөйрәлеүселәр

Веретеница - орсоҡ кеҫәртке, баҡыр кеҫәртке
гадюка - ҡара йылан
гадюка степная - дала ҡарайыланы
медянка обыкновенная - баҡыр (еҙ, тос) йылан
полоз узорчатый - семәрле йылан
уж водяной - һыу туҙбаш йыланы
ужи - туҙбаш йыландар
черепаха болотная - һаҙ гөбөргәйеле
ящерицы живородящие - тере тыуҙырыусы кеҫәрткеләр

(Дауамы бар).

"Киске Өфө" гәзитен ойоштороусы: **Өфө ҡалаһы ҡала округы хакимиәте**

Гәзит Киң коммуникация, элемтә һәм мәҙәни мираҫты һаҡлау өлкәһен күҙәтеү буйынса федераль хеҙмәттең Башҡортостан Республикаһы идаралығында теркәлде. Теркәү таныҡлығы №ТУ 02-00001, 10 июнь 2008 йыл.

Баш мөхәррир: **Гөлфиә ЯНБАЕВА.**

Мөхәрририәт: Ләйсән НАФИҠОВА, Зәйтүнә ӘЙЛЕ, Фәүзиә МӨХӘМӘТШИНА, Миләүшә ҠАҺАРМАНОВА, Артур БАТЫРШИН.

Редакция һәм нәшер итеүсе адресы: **450005, Башҡортостан Республикаһы, Өфө ҡалаһы, Революцион урамы, 167/1**
Беҙҙең сайт: **www.kiskeufa.ru**
E-mail: **kiskeufa@mail.ru**

«Печатник» ЯСЙ типографияһында баҫылды (450591, Башҡортостан Республикаһы, Өфө районы, Чесноковка ауылы, Воровский урамы, 32).

Телефондар:

Баш мөхәррир	**253-25-44**
Баш мөхәррир урынбаҫары	**246-03-24**
Бухгалтерия	**246-03-23**
Хәбәрселәр	**252-39-99**

Ҡул ҡуйыу ваҡыты - 9 август 17 сәғәт 00 мин.
Ҡул ҡуйылды - 16 сәғәт 00 мин.

«Киске Өфө»нөң реклама хеҙмәте **253-25-44**, **246-03-23** телефондары буйынса «Киске Өфө» гәзитенә ойошмаларҙан һәм айырым кешеләрҙән рекламалар ҡабул итә. Тәржемә хеҙмәтенә 253-25-44 телефоны менән мөрәжәғәт итергә.

«Киске Өфө»нөң индексы – **ПР905**

Тиражы - 3707
Заказ - 1545/08