ИЖТИМАҒИ-СӘЙӘСИ-МӘҘӘНИ ГӘЗИТ

Киске Өфө

5-11 сентябрь (нарысай) 2020
№36 (922)

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

БЫЛ ҺАНДА УҠЫҒЫҘ:

Ҡуштау -

махсус һаҡланған тәбиғәт биләмәһе!

4

Яңы уҡыу йылында...

ниндәй үҙгәрештәр көтә?

6

Табип Хәлил Мостафин:

ғүмерлек һөнәрем - кеше ғүмерен һаҡлау

8-9

Өс дуҫ - өс таған

12-13

ТВ-программа 14

Мөхтәрәм уҡыусыларыбыҙ! 1 сентябрҙән 2021 йылдың тәүге яртыһы өсөн гәзит-журналдарға яҙылыу башланды. ПР905 индекслы "Киске Өфө" аҙналығына республиканың һәр район-ҡалаһында, ауылында 725 һум 58 тингә яҙылып, дуҫлыҡты дауам итергә саҡырабыҙ. Бер-беребеҙгә кәрәкле, бер-беребеҙгә терәкле фекер уртаҡлашыусылар булайыҡ!

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

Юл йөрөүселәр күбәйә бара, ләкин юл буйы сервисы, кафелар, ял итеп, йыуынып, хатта намаҙ уҡып алыу урындары тураһында хыялланырға ғына ҡала...

Марат ӘЛИБАЕВ, Күмертау ҡалаһы: Күптән түгел Башҡортостанда юл буйы сервисы объекттарының дизайнын эшләүҙәре хаҡында уҡығайным. Уға ярашлы, киләсәктә республикала юл буйындағы объекттар берҙәм стилдә буласаҡ. Бөтәһе ете объект билдәләнгән. Бишәүһенең күп функциялы булыуы бигерәк тә яҡшы. Уларҙа заправка, кафе, магазин, ҡунаҡхана, автосервис һәм башҡалар урынлаштырылмаҡсы. Икәүһе баҙар, йәғни йәрминкә тибында булыуы ихтимал. Унда ял итеү өсөн уңайлы шарттар ҙа буласаҡ. Быларҙың барыһы ла - бик яҡшы башланғыс, тип уйлайым. Үҙебеҙҙең республика халҡына ла, туристарға ла оҡшаясаҡ, сөнки хәҙер күптәр ял итергә лә, ҡунаҡҡа ла, эшкә лә күбеһенсә үҙ машинаһында йөрөй. Ғөмүмән, Рәсәйҙә, шул иҫәптән Башҡортостанда йылдан-йыл автомобилдәр паркы тулылана. Республикабыҙ аша башҡа төбәк автоһәүәҫкәрҙәре лә күп үтә. Һөнәрем юл менән бәйле булғанға күрә, был өлкәгә ҡағылышлы бөтә мәсьәлә лә борсой мине. Ситтән килгәндәрҙең, йәғни үткенселәрҙең Башҡортостанда юл буйы сервисы объекттары булмауына зарланғанын йыш ишеткәнем бар. Мин үҙем бер сыҡһам, автозаправканан башҡа бер ерҙә лә туҡтамай ҡайтып етә алам. Ә бына оҙон юлға сыҡҡандар, балалар, ҡатын-ҡыҙҙар, оло йәштәгеләр йәки сәйәхәттә йөрөгәндәр өсөн ял объекттары булмауы - ҙур проблема.

Ҡайһы бер ер-һыу атамалары, тораҡ пункттар исемдәренең башҡортса яҙылған күрһәткестәрҙән тыш, милли республика икәнебеҙҙе белдергән бер нәмә лә юҡ. Беҙҙә һәр район ниндәй ҙә булһа ырыуға ҡарай. Һәр биләмәнең үҙенең ҡошо, ағасы, оранын яҙып ҡуйһаҡ, юлсыларҙа, сәйәхәтселәрҙә тарихыбыҙға ҡыҙыҡһыныу, ихтирам тойғоһо уятыр инек.

Хәҙер кеше яйлап дингә яҡынлашты. Күптәр намаҙ уҡый. Шул диндарҙарға инеп, юл намаҙын уҡып сығыр өсөн ҙур булмаған ғибәҙәтханалар эшләһәң дә бик мәслихәт булыр ине. Быларҙың барыһы ла, әлбиттә, минең хыял ғына. Юл буйы сервисын үҫтереү, әлбиттә, бик еңел түгел, быны аңлайым. Ер участкаларын, документтарҙы рәсмиләштереү - былар барыһы ла ҡатмарлы. Әммә был бик кәрәкле ғәмәл, сөнки ул күрше республикалар, өлкәләр менән иҡтисади һәм сауҙа бәйләнешен нығытырға ла булышлыҡ итәсәк.

(Дауамы 2-се биттә).

ҺАЙ-ҺАЙ-ҺАЙ!

МӘКТӘП ҺАҒЫНДЫРҘЫ

Беренсе сентябрҙә Башҡортостандың 490 меңдән ашыу уҡыусыһы өсөн яңы уҡыу йылы башланды. Уҡыусылар 2020 йылдың мартынан алып өйҙә белем алғандан һуң, ниһайәт, мәктәпкә барҙы, ә кемдер өсөн тәүгә мәктәп ҡыңғырауы яңғыраны.

Быйыл, ҡыҙғанысҡа ҡаршы, коронавирус арҡаһында дөйөм мәктәп тантаналары булманы. Улар беренсе класс һәм сығарылыш уҡыусылары өсөн генә уҙғарылды. Республикала 55 мең бала тәүге тапҡыр парта артына ултырҙы. Өфөлә 126 мең уҡыусы, шул иҫәптән 14 мең беренсе класс уҡыусыһы мәктәпкә барҙы.

Башҡортостан Башлығы Радий Хәбиров республика уҡыусыларына һәм уҡытыусыларына мөрәжәғәт итеп, уларҙы Белем көнө, яңы уҡыу йылының башланыуы менән ҡотланы. "Балаларҙың уҡытыусыларҙы, шулай уҡ уҡытыусыларҙың һеҙҙе һағынғанын яҡшы беләм. Эйе, уҙған уҡыу йылы бөтәбеҙ, хатта кескәйҙәр һәм өлкән класс уҡыусылары өсөн еңел булманы. Сөнки өйҙә ултырып уҡырға тура килде. Балаларға ла, уҡытыусыларға ныҡ ҡыйынға төштө. Шуға ҡарамаҫтан, быйылғы уҡыу йылын, һәр ваҡыттағыса, кластарҙа, мәктәптәрҙә башларға ҡарар иттек", - тине республика Башлығы һәм уҡыусыларҙы коронавирусҡа ҡаршы сараларҙы үтәүгә яуаплы ҡарарға, үҙҙәрен дә, уҡытыусыларҙы ла һаҡларға саҡырҙы.

Коронавирус пандемияһы шарттарында балаларҙың һәм уҡытыусыларҙың хәүефһеҙлеге өсөн Роспотребнадзор мәктәптәргә махсус талаптар билдәләне. Уҡыусылар айырым кабинеттарҙа уҡый, был ҡайһы бер фәндәргә генә ҡағылмай, хәҙер дәрестәр 35 минут дауам итә. Шулай уҡ температураны үлсәү, бүлмәләрҙе таҙартыу һәм елләтеү мотлаҡ.

12+

КЕМ АЛЫҠ!

ПОЧТАЛЬОНҒА РӘХМӘТЛЕБЕҘ

Билдәле сәбәптәр арҡаһында 2020 йылдың икенсе яртыһы өсөн гәзит-журналдарға яҙылыу кампанияһын үткәреү бик үк еңелдән булманы. Ә шулай ҙа гәзитебеҙҙе кәрәкле мәғлүмәт, аҡыл, кәңәш сығанағы итеп иҫәпләгән, ҡағыҙ баҫманы төрлө башҡа мәғлүмәт сараларынан өҫтөн күргән даими уҡыусыларыбыҙҙың күбеһе "Киске Өфө" гәзитенә яҙылып, бәйләнеште, дуҫлыҡты дауам итеү мөмкинлеге тапты.

Ул мөмкинлектең, һис шикһеҙ, урындағы почта бүлексәләре хеҙмәткәрҙәре тарафынан тыуҙырылыуын беләбеҙ. Ғөмүмән, гәзит-журналдарҙың таралыуы уларҙың егәрлелек, ныҡышмалыҡ, уларҙың йүгереп йөрөүҙәре аша атҡарыла икәнен таныйбыҙ һәм баһалайбыҙ. Шуға ла почтальондарҙың хеҙмәтен һүҙ менән генә түгел, бүләктәребеҙ менән дә билдәләй килəбеҙ. Был юлы ла иң күп "Киске Өфө"гә яҙҙырыусы түбәндәге почта хеҙмәткәрҙәрен иҫтәлекле бүләктәр көтә.

Белорет почтамтынан:
Гөлгөнә Мөфтәхетдинова - Бөрйән районы Иҫке Собханғол ауылы;
Салауат Әхмәҙуллин - Бөрйән районы Аҫҡар ауылы;
Гөлназ Ғатауллина - Әбйәлил районы Байым ауылы;
Гөлнара Шәһәрғазина - Учалы районы Науруҙ ауылы;
Көнһылыу Йомағужина - Белорет районы Шығай ауылы;
Илсиә Ҡаһарманова - Әбйәлил районы Аҫҡар ауылы.

Сибай почтамтынан:
Гүзәл Сыңғыҙова - Хәйбулла районы;
Наталья Денисова - Сибай ҡалаһы;
Вилиә Бүләкова - Йылайыр районы.

Баймаҡ почтамтынан:
Ғәлиә Әлибаева - Баймаҡ районы Темәс ауылы;
Минниса Йәрмөхәмәтова - Баймаҡ районы Ишмөхәмәт ауылы;
Вәсимә Йәрмөхәмәтова - Баймаҡ ҡалаһы.

Беҙҙең бүләктәр исемлегендә электр ит турағысы, мультиварка, кофе тирмәне, электр сәйнүктәре кеүек һәр хужабикәгә кәрәкле тауарҙар һәм бөгөн башҡорт ҡатын-ҡыҙҙары араһында ҙур һорау менән файҙаланылған француз яулыҡтары бар. 2021 йылдың беренсе яртыһы өсөн гәзитебеҙгә яҙҙырыусы әүҙем почтальондарҙы ла ошондай уҡ бүләктәр көтә.

МӨХӘРРИРИӘТ.

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

Юл йөрөүселәр күбәйә бара, ләкин юл буйы сервисы, кафелар, ял итеп, йыуынып, хатта намаҙ уҡып алыу урындары тураһында хыялланырға ғына ҡала...

(Башы 1-се биттә).

Динар ҠОТЛОЮЛОВ, Өфө ҡалаһы: Был мәсьәлә мине күптән борсой. Юл ғазабы - гүр ғазабы, тип, боронғолар белмәй әйтмәгәндер инде. Студент саҡта, бер башың да, бер сумкаң булған ваҡытта, быға артыҡ иғтибар ҙа итмәгәнмен. Баш ҡала менән тыуған район араһын үтеү бер ни тормай ине. Өйләнгәс, ауырлы ҡатының, аҙаҡ балаларың менән бергә юлға сығыу, ысын мәғәнәһендә, ғазапҡа әйләнде. Атай-әсәй Ейәнсурала йәшәй. Аҙна һайын уҡ булмаһа ла, мөмкинлек тыуған һайын ҡайтып, уларға ярҙам итергә тырышабыҙ. Юл йөрөргә яратам мин. Тик бәләкәй балалар менән йөрөү ҡыйын. Туҡтап, кейемен алмаштырып, яйлап имеҙеп, йыуындырып сығыу урындарының булмауы сәбәпле беҙҙең кеүек йәш ғаиләләргә ауырға тура килә. Ҡул йыуырға ла урын юҡ бит хатта, ә намаҙ уҡып сығыу, ял итеү тураһында бөтөнләй хыялланырға ғына ҡала. Эҫе көндәрҙә бигерәк тә ҡатмарлы. Бала бәләкәй булғас, кондиционер ҡабыҙып, тәҙрә асып булмай.

Яңыраҡ шулай ҡайтырға сыҡтыҡ. Эҫерғәнеп, сабый илай башланы, бәләкәй баланың тиреһе йомшаҡ, тиҙ генә ҡыҙарып бара. Ярһый башланы. Берәй урынға туҡтап йыуындырырға кәрәк. Кафеларҙың береһендә туҡтап, шешәгә һыу тултырып алам тиһәм, йылы һыуы юҡ, һыуыҡ ҡына. Алдым инде. Юлда бер аҙ ҡояшҡа ҡуйып, йылытып, урамға алып сығып йыуындырҙыҡ. Ни хәл итәһең, башҡа әмәл юҡ. Ҡыҙым шунда уҡ тынысланды, аҙаҡ ҡайтып еткәнсе йоҡланы. Балалар менән башҡа юлға сыҡмаҫтай булып, ҡайтып индек инде. Ындай хәл Ейәнсура, Күгәрсен, Мәләүез яҡтарына илткән маршрутта ғына түгел, тотош республика, ил буйынса шулай.

Һуңғы йылдарҙа эске туризм тураһында күп һөйләйҙәр. Әгәр ҙә юл буйы сервисын, исмаһам, уртаса кимәлгә сығармай тороп, төбәккә туристар йәлеп итеү тураһында ауыҙ асып һөйләргә лә түгел, минеңсә. Туризм - ул бизнес, иҡтисадтың бер тармағы. Бында ла, башҡа өлкәләрҙә һымаҡ, аҡса һалмай ғына уңыш көтөргә ярамай. Халыҡ ҡайҙа унайлы шарттар бар - шунда бара, сөнки улар рәхәтләнеп ял итеү, донъя күреү өсөн юлға сыға. "Һуңғы герой" телетапшырыуындағы кеүек, ҡаршылыҡтарҙы үтергә түгел. Үҙебеҙ ҙә берәй төбәккә ял итергә, ҡунаҡҡа барып ҡайтһаҡ, иң беренсе иғтибарлыбыҙ юл буйы уңайлыҡтары, хаҡтарҙың ҡулайлығы, хеҙмәтләндереүсе персоналдың иғтибарлылығы, яҡшы мөнәсәбәте хаҡында еткерәбеҙ бит. Юл буйы сервисын үҫтерерү, билдәле инде, ҙур сығым, инвестиция ла талап итәләр. Әммә уңайлы шарттар, матур мөғәмәлә Башҡортостанға туристарҙы күпләп йәлеп итәсәк, шулайтып аҡса эшләргә, эш урындары ла булдырырға мөмкин. Минең кеүек юл йөрөргә яратҡан республика халҡына ла рәхәт булыр ине...

Эльвира ХӨСНУЛЛИНА, Көйөргәҙе районы: "Күп уҡыған ни белгән, күп йөрөгән шул белгән" тигән әйтем бар халҡыбыҙҙа. Йәшерәк саҡта эш буйынса күп сәйәхәт итергә насип булды. Үткән быуаттың туҡһанынсы йылдар уртаһында бик күптәр кеүек алып-һатыу эше менән булып, байтаҡ ер-һыу күрергә тура килде. Мәскәү ҡалаһынан, Силәбе, Һарытау өлкәләренән арзаныраҡ хаҡҡа өҫ һәм аяҡ кейемдәре алып ҡайтып, уларға хаҡ өҫтәп, республиканың төрлө төбәктәренә алып барып һаттым. Аҙналар буйы юлда йөрөгән ваҡыттар ҙа булды. Өфөгә тиклем машина яллап, баш ҡаланан поезда елдерәбеҙ. Автомобилдә Башҡортостандың да арҡырыһын буйға гиҙҙек. Арып китеп, юлдаштарым менән туҡтап ял итеп, тамаҡ ялғап алабыҙ. Ул заманда әлеге кеүек еүеш йәки спиртлы салфеткалар юҡ. Ундай осраҡҡа йыуынырға айырым шешәлә һыу йөрөтәбеҙ. Былар барыбыҙ өсөн дә нормаль күренеш, бер ниндәй ауырлыҡ тыуҙырмаған һымаҡ ҡабул ителә, бер кем дә был уңайһыҙлыҡтарға иғтибар ҙа итмәй. Тик һуңынан, сит илдәргә йөрөй башлағас ҡына беҙҙә юл сервисының "с" хәрефе лә булмағанын аңланым. Был йәһәттән башҡа ҡитғалар беҙҙән бик алда бара ине.

Төркиәлә, мәҫәлән, юл буйында ял итеп, йыуынып, тамаҡ ялғап ала торған урындар бик күп. Ундағы ихтирамлы мөнәсәбәт, таҙалыҡ, береһенән-береһе ҡыҙыҡлыраҡ сувенирҙар, илдең тарихы, иҫтәлекле урындары, тәбиғәт ҡомартҡылары хаҡында һөйләгән үҙҙәренә генә хас төрлө әйберҙәр, уңайлыҡтар әллә ҡайҙан иғтибарҙы йәлеп итә. Туҡтамаҫ ерендән туҡтарһың. Туристар ҙа, минең кеүек тауар артынан барған алыпһатарҙар ҙа ошондай урындарҙың һәр береһендә тиерлек туҡтап, иҫтәлеккә ваҡ-төйәк ала, йыуына, әллә күпме аҡсаһын ҡалдырып китә торғайны.

Һуңғы йылдарҙа ауырыу сәбәпле байтаҡтан алып юл йөрөгәнем юҡ ине. Яңыраҡ баш ҡалабыҙ Өфө аша Ҡаҙанға юл төштө. Аптырап ҡалдым. Бынан егерме йыл элек нисек булһа, юл сервисы һаман шул көйө лә баһа! Автозаправкаларҙан тыш, туҡтап туалетҡа барыр урын юҡ. Туалет тигәндән, уның ҡайҙа урынлашҡанын беҙҙә төндә бер ниндәй яҡтылыҡ булмаһа ла табырға була... еҫе буйынса. Унда тын алып та булмай. Ишектәр бикләнмәй, ҡул йыуыу урыны юҡ.

Һуңғы йылдарҙа телевидениенан эске һәм тышҡы туризм тип яр һалалар. Бында ниндәй туризм һәм ял тураһында һүҙ алып барырға була. Туристарҙы йәлеп итеү өсөн, иң беренсе, юл буйы сервисын тейешле кимәлгә еткерергә кәрәк. Юл буйынса бер ял итеү урыны ла юҡ табаһа. Ярай әле бензин заправкалау урындары бар. Уларҙан башҡа эсергә һыу алыу өсөн бер ниндәй сауҙа нөктәһе лә юҡ бит, исмаһам.

Шулай уҡ юлда машинаң ҡыйралыу осрағында мөрәжәғәт итерҙәй электрон консультация кеүек нәмә кәрәктер, тип уйлайым. Юлда ҡул күтәреп торған кеше янында хәҙер бик һирәк кеше туҡтай. Техника менән "һөйләшә" белмәгәндәр, мәҫәлән, гүзәл заттар нимә эшләргә тейеш? Медицина ярҙамы ала торған пункттар ҙа булырға тейеш, минеңсә.

Ләйсән СӘЛИХОВА яҙып алды.

НИМӘ? ҠАЙҘА? ҠАСАН?

✓Башҡортостан Башлығы Радий Хәбиров хөкүмәттәге оператив кәңәшмәлә торлаҡ-коммуналь хужалыҡ хеҙмәттәренә мөрәжәғәт итте. Бынан алда хәбәр ителгәнсә, Башҡортостанда пандемия һәм грипп, ОРВИ эпидемияһы арҡаһында йорттарға һәм социаль объекттарға йылыны иртәрәк бирә башлауҙары ихтимал. Әйтәйек, 15 сентябргә барлыҡ төбәк хеҙмәттәре йылытыу миҙгеленә тулыһынса әҙер булырға тейеш. Өфөлә был ваҡытҡа бөтә социаль учреждениеларға йылы биреү планлаштырыла.

✓3 сентябргә Башҡортостанда коронавирус менән сирләүҙең 32 яңы осрағы асыҡланған. Пандемия башланғандан алып төбәктә бөтәһе 7888 COVID-19 осрағы расланған. Бөгөнгә стационарҙа яңы коронавирус инфекцияһы менән сирләгән 68 пациент бар, уларҙың һигеҙе - ауыр хәлдә. Амбулатор шарттарҙа 826 кеше дауалана. Пандемия башланғандан алып 6967 кеше һауыҡҡан. Мәрхүмдәр һаны элеккесә 29 кеше тәшкил итә. Башҡортостанда дауахананан тыш пневмония менән ауырыусылар һаны бер тәүлектә 96 кеше тәшкил иткән.

✓Башҡортостан Башлығы Радий Хәбиров юғары әҙерлек тәртибе тураһында Указға үҙгәрештәр индерҙе. Хәҙер социаль учреждениелағы кешеләр өсөн үҙизоляция режимы 15 сентябргә тиклем һаҡлана. 1 сентябрҙән балалар өсөн уйын бүлмәләре, балалар өсөн күңел асыу үҙәктәре, түңәрәктәр һәм секциялар үҙ эшен башлай. Шулай уҡ 1 сентябрҙән кинотеатрҙар, мунсалар һәм сауналар, сауҙа үҙәктәрендәге фудкорттар асыла. 15 сентябрҙән театр-концерт берләшмәләре, мәҙәниәт йорттары (һарайҙары) эшләй башлай.

✓Башҡортостандың Арбитраж суды Генпрокуратура талабы буйынса БСК акцияларын тартып алды, тиелә судтың рәсми белдереүендә. "Башҡортостан Республикаһының Арбитраж суды ҡарары менән Рәсәй Федерацияһы Генераль прокурорының беренсе урынбаҫарының законһыҙ милектән "Башҡортостан сода компанияһы" акционерҙар йәмғиәте акцияларын дәүләт файҙаһына һоратып алыу хаҡында Генераль прокурорҙың дәғүәһе буйынса тәьмин итеү сараларын ҡабул итеү тураһында ғаризаһы ҡәнәғәтләндерелде. "Башҡортостан сода компанияһы" акционерҙар йәмғиәтенең "Региональный фонд" акционерҙар йәмғиәте, "Башкирская химия" акционерҙар йәмғиәте, "Башкирская химия" сауҙа йорто яуаплылығы сикләнгән йәмғиәте милкендә булған исемле акцияларына арест һалынды.

✓ Һәүәҫкәр балыҡсыларға бөгөн тағы бер проблема өҫтәлде: БР буйынса Рәсәй федераль балыҡсылыҡ агентлығы йөҙөндә балыҡ аулаусыларҙың үҙҙәренә "һунар итеүселәр" барлыҡҡа килде.

ТУРАҺЫН ӘЙТКӘНДӘ...

СИР ЙӨҘӨН ҮҘГӘРТӘ

Эйе, аптыpaрлыҡ та шул: ғибрәт хәлдәр күбәйҙе бөгөн тормошобоҙҙа. Һуңғы көндәрҙәге шуларҙың иң аяныслыһы - тыуған еребеҙ экологияһын яҡлап сыҡҡан халыҡҡа туҡмаҡ күтәреү, тын юлдарын быуып, йәш түктергән "аждаһа" ағыуы - газ менән һөжүм итеү. Көнбайыш һәм АҠШ-тың тыныс халыҡҡа ҡаршы ҡулланылған тупаҫ буйһондорорға маташыу ысулы беҙгә - Башҡорт иленә лә килеп етте. Октябрь революцияһынан һуңғы бер быуаттан ашыу замандан һуң тәүге тапҡыр халҡыбыҙға ҡарата көс ҡулланыу оятһыҙ рәүештә ҡайтанан тергеҙелеп, бар ғаләмгә шаһит ҡылынды...

Бер мәлгә бар тереклек мәғәнәһен юғалтҡандай, көндән-көн арабыҙға нығыраҡ үтеп инә барған ҡырғын сире хәүефе лә хатта онотолғандай булды. Ә яһил сир бер ҙә генә сигенергә уйламай, киреһенсә, төрләнә, йөҙөн үҙгәртә - хәҙер иһә пневмония көсәйә, тарала бара. 3 сентябргә мәғлүмәттәр буйынса коронавирус йоҡтороусылар һаны 8 меңгә яҡынланы, пневмония менән сирләүселәр тағы ла күберәк, тип хәбәр итте БР Һаулыҡ һаҡлау министрлығы. Был фронтта хәлдәр артабан ниндәй йүнәлеш алырын күҙаллап булмай, ләкин үпкә шеше менән өйҙәрендә сирләп ятыусылар үҙҙәренең интернет-сәхифәләрендә күп тапҡырҙар өйгә саҡыртып та табип ярҙамын көтөп ала алмауҙары хаҡында яҙа. Дөрөҫ, күптәренең үҙҙәренә поликлиникаға килергә ҡушыла йә телефон аша ғына кәңәш биреү менән сикләнелә. Был хәлгә бер төрлө генә аңлатма бар: сирлеләр күп, табиптар етешмәй.

Әйткәндәй, ысынлап та, бөгөн республикала табиптарға ихтыяж икеләтә-өсләтә артты, ә бит улар пандемияға тиклем дә етешмәй ине. Бөгөн, мәҫәлән, Башҡортостанда 1 407 табип етешмәй (297 терапевт, 208 педиатр, 130 онколог, 84 акушер-гинеколог), тип яҙып сыҡтылар социаль селтәрҙәрҙә. Был хаҡта БР һаулыҡ һаҡлау министры үҙе лә бер нисә тапҡыр телгә алғайны инде. "Һаулыҡ һаҡлау" төбәк милли проект сиктәрендә медицина учреждениеларын тармаҡ белгестәре менән тулыландырыу буйынса ниндәйҙер саралар ҙа күрелә башлағандай ине, ләкин йылдар буйы тупланған проблемаларҙың тиҙ арала ғына хәл ителере икеле. Аныҡ миҫал артынан алыҫ йөрөргә лә түгел. Өфөнөң Сипайлово биҫтәһендә 20 йыл йәшәү дәүерендә беҙҙең бер ваҡытта ла даими участка терапевы ла, педиатры ла булманы, әле лә юҡ. Эшләй башлай ҙа бер нисә айҙан китәләр. Һуңғы йылдарҙа улар ай һайын тип әйтерлек алышына торҙо йә бөтөнләй булманы. Икенсе участка табибына инәлеп, уның һуҡранғанын тыңлап, кәмһенеп, ек күремсеһе булып йөрөргә мәжбүр беҙҙең участка сирлеләре. Былары - ярай, әрһеҙләшергә лә өйрәнелде, ә бит коронавирус менән пневмония кеүек үлемесле хәүеф осоронда ныҡ һиҙелә уларҙың етешмәүе, был сирҙең киҫкенләшеүенә, тағы ла күберәк таралыуына килтерә.

Республикала сирләүселәр менән вафат булыусылар һаны көнләп түгел, сәғәтләп арта барған бер мәлдә, былай ҙа үҙебеҙҙә етешмәгән табиптар сит өлкә һәм төбәктәргә оҙайлы командировкаларға ебәрелә. Күптән түгел улар Ҡарасәй-Черкес республикаһында, Амур өлкәһендә, Ҡырғыҙстанда булып ҡайтты. Әйткәндәй, Ҡырғыҙстанға барған 50 табиптың 7-һе генә Мәскәүҙеке, 42-һе - Башҡортостандан: инфекционистар, кардиологтар, әлеге үҙебеҙҙә етешмәгән терапевтар менән педиатрҙар... Өҫтәүенә, байтаҡ ҡына гуманитар йөк тейәп ебәрелгән: медикаменттар, шәхси һаҡланыу-гигиена саралары, медицина ҡоралмалары һәм аппаратуралары. Ә бит Башҡортостан Мәскәүҙән 6 тапҡырға ҙурыраҡ һәм ресурстары ла күберәк түгел. Һандар нисбәте тап киреһенсә булырға тейеш инелер, бәлки?

Тар күңеллелектән түгел, әлбиттә, ярҙам итергә, юғары властар, күршеләр алдында йөҙ торорға, яҡшы күренергә тырышырға кәрәктер ул, ләкин сама белеү ҙә идара итеү оҫталығы иҫәпләнә: үҙебеҙҙә лә ярҙам көтөп ала алмай ятыусылар, йән биреүселәр байтаҡ булғанда, иң тәүҙә үҙ халҡыбыҙ алдында бурысты үтәү беренсел түгелме? Ситтәр ҙә йәл, ләкин бит уларҙың да үҙ дәүләте, үҙ етәкселәре, үҙ ресурстары бар. Беҙҙең ситтә эшләүсе табиптар һәм белгестәр кешеләрҙе дауалау менән бергә уларҙың урамдарын, тұҡталыштарын, тейешле биналарын таҙарта - санитар эшкәртеү үткәрә. Ә бына үҙебеҙҙә, аныҡлап әйткәндә, баш ҡаланың Сипайлово биҫтәһендә, пандемия башланғандан алып санитар эшкәртеү түгел, йыйыштырған кеше лә юҡ. Айырыуса һуңғы ваҡыт иғтибар үҙәгенә алынған подъездарҙа. Был хаҡтағы матур хәбәрҙәр беҙҙең өсөн тик ҡағыҙҙа һәм һүҙҙә генә. Беҙҙең подъездарҙа, исмаһам, айына бер тапҡыр йыуыу түгел, һепергәндәре лә юҡ, ә йыйыштырыу өсөн беҙҙән аҡсаны ай һайын һыпырып алалар.

Түләү тигәндән, былтыр йорт алды юлдарына һәм майҙансыҡтарына асфальт түшәтеүҙе лә үҙебеҙҙең иҫәпкә эшләттек. Йорт ултырған әйләнә-тирә биләмә ошонда йәшәүселәрҙең хосуси милкенә инә, тигәндә беләбеҙ, ә бына ни өсөн, шулай булғас, был маҡсаттарҙа капиталь ремонт аҡсаһын файҙаланып булмай - шуныһы аңлашылмай. Тимәк, беҙ бит ремонт өсөн икеләтә хәләл аҡсабыҙҙы сығарып һалдыҡ, тиған һүҙ был. Ә капремонт аҡсалары ҡайҙа ята, кем ҡулында? Нисәмә йылдар буйы ай һайын йыйыла килгән был мәйға ремонт эшләү түгел, яңы йорттар төҙөргә, әллә күпме саҡрым юлдар һалырға булыр ине, моғайын. Ҡыҫҡаһы, һорауҙар һәм ғибрәт хәлдәр күп тормошобоҙҙа, тик улар алдында тура тороп, ҡыйыш һөйләү генә ҙур яҙыҡ, халыҡ ике йөҙлөлөктө ғәфү итмәйәсәк.

Фәүзиә ИҘЕЛБАЕВА.

ИШАРА

ҺӘҮӘҪКӘР БАЛЫҠСЫЛАРҘЫ...

кем ҡыйырһыта?

Башҡортостан - иллегә яҡын төр балығы булған йылға-күлдәргә бай төбәк. Балыҡсылар араһында айырыуса Ағиҙел, Әй, Ләмәҙ, Эйек йылғалары, Яҡтыкүл, Асылыкүл, Ҡандракүл, Павловка һыуһаҡлағысы популяр иҫәпләнә. Республикала йылдың һәр миҙгелендә лә, ыуылдырыҡ сәскән ваҡытты, атап әйткәндә, 15 апрелдән 15 июнгә тиклем осорҙо иҫәпләмәгәндә, балыҡ тоторға мөмкин.

Әммә һуңғы йылдарҙа һәр бер районда тиерлек һәүәҫкәр балыҡсыларға үҙе йәшәгән төбәк янындағы һыу яткылығына барып, тыныс ҡына балыҡ ҡармаҡларға мөмкинлек булмай башлауы билдәле, сөнки уларҙың күбеһе шәхси милектә. Был бигерәк тә быуаларға ҡағыла. Бындай яһалма күлдәрҙә хатта күпселек осраҡта һыу инеү рөхсәт ителмәй, ә балыҡ ҡармаҡлау күптән түләүлегә әйләнде. Хаҡтар ҙур түгел дә ул. Әммә түләп ингәс, ниндәй ҙа булһа шарттар тыуҙырылырға, урындағы бюджетҡа ла өләш сығырға тейеш. Һыу яткылыҡтарының шәхси ҡулдарға күсеүгә бәйле ошоға оҡшаш күренештәр, әлбиттә, халыҡ араһында етди ризаһыҙлыҡ тыуҙыры. Улар мәсьәләне граждандар сходында күтәрә, яҡлау эҙләп, судҡа мөрәжәғәт итә башланы. Һәүәҫкәр балыҡсыларға бөгөн тағы бер проблема өҫтәлде: БР буйынса Рәсәй федераль балыҡсылыҡ агентлығы йөҙөндә балыҡ аулаусыларҙың үҙҙәренә "һунар итеүселәр" барлыҡҡа килде.

Шуға бәйле Башҡортостан Башлығы ҡарамағындағы Кеше хоҡуҡтары һәм граждандар йәмғиәттәре институттары советы агентлыҡ тарафынан балыҡсыларҙы ҡыйырһытыуҙы туҡтатыуҙы һорап, прокуратураға һәм Тәфтиш комитетына мөрәжәғәт итергә йыйына. Был турала Совет ағзаһы Зөлфиә Ғайсина хәбәр итте. Уның фекеренсә, "Росрыболовство" һыу яткылыҡтарын һаҡлау буйынса үҙ бурыстарын башҡарыу урынына һәүәҫкәр балыҡсыларға көн күрһәтмәй. Миҫалға Зөлфиә Ғайсина ылымыҡ баҫҡан һыу яткылығының сүп-сар менән тулы яр буйҙары төшөрөлгән фотоны килтерә һәм агентлыҡтың үҙенә йөкмәтелгән бурыстарҙан һыу яткылыҡтарын ҡуртымға биреүҙе һәм һәүәҫкәр балыҡсыларға штраф һалыуҙы ғына күҙ уңында тотоуын билдәләй. Мәсьәләне өйрәнеү барышында Совет йәнә шуны асыҡлай: балыҡсылыҡ хужалығы эшмәкәрлеге өлкәһендә милексел менән идара итеү БР буйынса "Росрыболовство" ҡарамағында һәм уның биләмәһе иҫәпләнә икән. "Ҡуртымға бирелгән һыу яткылыҡтары ошо ведомствоның вазифалы кешеләре һағында тип әйтерлек, шунлыҡтан, һәүәҫкәр балыҡсылар йыш ҡына ана шул һаҡтың "ҡорбаны"на әүерелә лә инде. Ошонан сығып, шундай һорау тыуа: бынан республика халҡына ни файҙа? Бюджет бындай "һаҡ"тан ниндәй килем ала һәм унан муниципалитеттар тормошо яҡшырамы икән?

НИМӘ? ҠАЙҘА? ҠАСАН?

✓Башҡортостанда 1 сентябрҙә - Белем көнөндә - алкоголь һатыу тыйылды. БР Дәүләт Йыйылышы - Ҡоролтай депутаттары "Башҡортостан Республикаһында этил спирты, алкоголле һәм спиртлы продукция етештереү, уларҙың әйләнеше өлкәһендәге эшмәкәрлекте көйләү һәм алкоголле продукцияны ҡулланыуҙы сикләү турaһында" республика законының 6.2-се статьяһына үҙгәрештәр индереү тураһында" Закон ҡабул итте. Һуңғы ҡыңғырау байрамында, Йәштәр көнөндә - 27 июндә, Белем көнөндә һәм һабантуйҙар уҙғарылған көндәрҙә магазиндарҙа алкоголь һатыу тыйылды. Сикләү яңы йыл каникулдарына ла ҡағылды.

✓Башҡортостанда әлеге ваҡытта ҡала һәм район үҙәктәренең 150 мәктәбе сүп-сарҙы айырым йыйыу өсөн 200 комплект бак алды, тип хәбәр иттеләр республиканың Экология министрлығынан. Проекттың операторы - Республика балалар экология-биология үҙәге. Сентябрь аҙағына хәтлем республиканың төньяҡ-көнбайышындағы һәм төньяҡ-көнсығышындағы ҡалаларҙа, район үҙәктәрендә 250 мәктәпкә 599 комплект тапшырыла. Икенсе этап: 2021 йылда 1389 ауыл мәктәбенә контейнерҙар ҡуйыу.

✓Башҡортостанда Көньяҡ Америкаһан килтерелгән 100 килограмға яҡын һыйыр ите яндырылған. "Россельхознадзор"ҙың төбәк идаралығы мәғлүмәте буйынса, Өфөнөң "Мясоопторг" ояуаплылығы сикләнгән йәмғиәтенә бешмә ауырыуы таралған биләмәнән, атап әйткәндә, Сантандер департаментынан 92,8 килограмм ит килтерелгән. Россельхознадзор идаралығы хеҙмәткәрҙәре Өфө ҡалаһы ветеринария станцияһы һәм БР Ветеринария идаралығы белгестәре менән бергә итте һигеҙ сәғәт дауамында көлгә әйләнгәнсе яндырыу юлы менән юҡ иткән.

✓Башҡортостанда уҡыуҙа, спортта һәм ижади эшмәкәрлектә яҡшы һөҙөмтәләргә өлгәшкән айырыуса һәләтле балаларға республика стипендияһы булдырылды. 2020-2021 уҡыу йылында стипендия күләме 3 мең һум тәшкил итәсәк. 100 уҡыусы ай һайын аҡсалата ярҙам аласаҡ. Иң яҡшы уҡыусыларҙы муниципаль һәм республика кимәлендәге асыҡ конкурс һөҙөмтәләре буйынса Республика комиссияһы билдәләйәсәк.

✓ *Шихандар, шул иҫәптән Ҡуштау ҙа - биотөрлөлөк сығанағы. Бер тауҙа ғына 400 төрлө үҫемлек үҫә. Ҡуштауҙағы 12 төр үҫемлек - Башҡортостан Республикаһының, ә етеһе Рәсәй Федерацияһының Ҡыҙыл китабына индерелгән.*

ҠЫҪҠАСА

ХӨКҮМӘТ... БАШҠОРТСАҺӨЙЛӘШТЕ

✓ **Вице-премьер Фәнүр Йәғәфәров республика хөкүмәтендә үткән кәңәшмәлә Башҡортостан халыҡтарының Милли кейем көнөнә әҙерлек тураһында башҡортса доклад менән сығыш яһаны.** Билдәләнеүенсә, байрам 11 сентябрҙә онлайн уҙғарыла: оҫталыҡ дәрестәре, күргәҙмәләр, дефиле, дизайнерҙар менән осрашыуҙар, социаль селтәрҙә #МиллиКейем билдәһе менән күләмле флешмобтар, иң яҡшы фотолар баҫма календарға урынлаштырыла. Киске сәғәт 7-лә Конгресс-холл эргәһендәге майҙанда ҙур әйлән-бәйлән ойошторола, унда милли кейемдәге теләгән һәр кем ҡатнашырға мөмкин. Байрам уҙғарылған көндәрҙә эш һәм көндәлек кейемдә милли костюм элементтарын индерергә тәҡдим ителә. "Милли кейем көнөн үткәреүҙе мәғариф һәм мәҙәниәт хеҙмәткәрҙәренә генә ауҙарып ҡуймауығыҙҙы, төрлө өлкә хеҙмәткәрҙәрен йәлеп итергә тырышыуығыҙҙы үтенәм. Был көндө хөкүмәт вәкилдәре менән муниципаль хеҙмәткәрҙәрҙең дә үҙ тамырҙарына хөрмәт менән ҡарарына һәм үрнәк булырына ышанам. Беҙҙең башланғысҡа ҡыҙыҡһыныу уятыр өсөн шулай уҡ йәштәр араһында башҡорт ирҙәр костюмын популярлаштырыу мөһим", - тип билдәләне чиновник. Вице-премьерҙың сығышы экранда русса субтитрҙар менән оҙатып барылды.

✓ **Дуҫлыҡ монументы эргәһендә Ағиҙел йылғаһы аша яңы күпер төҙөлөшө сираттағы фазаһына сыҡты: "Мостоотряд №30" хеҙмәткәрҙәре әҙерләнгән терәүҙәргә алдан йыйылған аралыҡ конструкцияларын ҡуя башланы. Процесҡа Республика Башлығы Радий Хәбиров фатиха бирҙе.** "Этаплап, өсәр метрлап кискә тиклем 32 метр үтәсәкбеҙ. Күперҙең оҙонлоғо - 680 метр. 2021 йыл һуңына тиклем төҙөлөштө тамамлап, объектты асырға планлаштырабыҙ. Һуңынан уҙған быуаттың 50-се йылдарында төҙөлгән иҫке күперҙе реконструкциялай башлаясаҡбыҙ", - тип яҙҙы ул үҙенең социаль селтәрҙәрҙәге сәхифәләрендә. Төҙөүселәр белдереүенсә, торлаҡ йорттар яҡын булыу сәбәпле, эште бер яҡ ярҙан ғына алып барыу мөмкин. Һәр береһе 1,5 мең тонна булған аралыҡ конструкцияларын Кооператив ялан районында йыялар, һуңынан ҡеүәтле домкраттар ярҙамында килтерәләр. Радий Хәбиров әйтеүенсә, баш ҡалаға тағы ла кәм тигәндә өс: Кузнецов затонында, Интернациональ һәм Көнсығыш сығыу юлында күпер төҙөргә, Затон һәм Шаҡша күперҙәрен ремонтларға кәрәк.

✓ **Республикаға балаларҙы иммунизациялау өсөн 160 мең доза грипҡа ҡаршы вакцина килде.** Балаларҙы вакцинациялау 25 августа башланды. Бюджет иҫәбенә шулай уҡ дөйөм белем биреү учреждениелары хеҙмәткәрҙәре, медицина хеҙмәткәрҙәре, 60 йәштән өлкәндәр, студенттар, саҡырылыу йәшендәге үҫмерҙәр, бюджет өлкәһе - социаль хеҙмәтләндереү хеҙмәткәрҙәре лә прививкаланасаҡ. "Роспотребнадзор" мәғлүмәттәре буйынса, республикала йыл һайын 600-ҙән алып 1 миллионға тиклем ОРВИ һәм грипп менән сирләү осраҡтары теркәлә. Былтырғы эпидемия сезоны 27 ғинуарҙан 29 мартҡа тиклем 9 аҙна буйы дауам итте һәм ОРВИ менән республикала бөтәһе 270 кеше, шуларҙың 175-е балалар, сирләне. Эпидемия В һәм А (H1N1) гриптарынан ҡуҙғыны. Грипты иҫкәртеүҙә вакцинация иң һөҙөмтәле ысул иҫәпләнә. Белгестәр күҙаллауынса, быйылғы грипп миҙгеле COVID-19 эпидемияһы менән ҡатмарлашасаҡ.

ҺӨЙӨНСӨ!

Башҡортостан Башлығы Радий Хәбиров Ишембай районында урынлашҡан Ҡуштауҙы республика әһәмиәтендәге "Ҡуштау" махсус һаҡланған тәбиғәт биләмәһе тип иғлан итеү тураһында Башҡортостан Республикаһы Хөкүмәте ҡарарына ҡул ҡуйҙы. Документта махсус һаҡланған тәбиғәт биләмәһенең сиктәре һәм махсус һаҡ режимы раҫлана. Ҡарарға 2 сентябрҙә, ошо уҡ көндә иртән Рәсәйҙең Тәбиғәт ресурстары һәм экология министрлығынан махсус һаҡланған тәбиғәт биләмәһен булдырыу буйынса ризалыҡ алғас та, ҡул ҡуйылды.

ҠУШТАУ - МАХСУС ҺАҠЛАНҒАН ТӘБИҒӘТ БИЛӘМӘҺЕ!

Руфина ШАҺАПОВА, БР Дәүләт Йыйылышы-Ҡоролтай депутаты, "Йәшелдәр" Рәсәй экология партияһы"ның төбәк лидеры: Тауҙы яҡлаусы экологик активистар өсөн был - ысын еңеү. Хәҙер бер кем дә тауға эшкәртеү предметы итеп ҡарамаясаҡ. Был мәсьәләгә нөктә ҡуйылды, бынан һуң ул - бары тик тәбиғи һәм мәҙәни һәйкәл. Барыһы ла шуны аңлаһын ине: шихандар - сеймал базаһы түгел, ә ғорурлыҡ объекты. Бындай ҡарар республикала эске генә түгел, ә төбәк-ара, халыҡ-ара туризмды үҫтереүгә ыңғай йоғонто яһар, тип уйлайым. Тиҙҙән беҙ яңы айырым һаҡланған тәбиғәт биләмәһенең инфраструктураһын үҫтереү өсөн аҡса, шулай уҡ туристарҙың һәм шихандар менән ҡыҙыҡһыныусы ғалимдарҙың ағылыуын күрербеҙ, тип өмөтләнәм. Ошо тауҙар эргәһендә йәшәгән кешеләр һаҡлаған тәбиғи һәм мәҙәни мираҫты һәр кем күрә алыуы мөһим.

Василий МАРТЫНЕНКО, биология фәндәре докторы, геоботаник, БР Фәндәр академияһы профессоры, БР Башлығы ҡарамағындағы Экологик хәүефһеҙлек һәм тәбиғи мираҫты һаҡлау мәсьәләләре буйынса эш төркөмө етәксеһе: Ғалимдарыбыҙ һәр саҡ ошо боронғо шихандарҙың үҙенсәлеген бер нисә ҡараштан сығып раҫлай килде. Беренсеһе - геологик ҡараш. Был боронғо рифтар бынан 300 миллион йыл элек, Башҡортостан территорияһында диңгеҙ булған ваҡытта барлыҡҡа килгән. Был шихандар Австралиялағы Ҙур Барьер рифы кеүек үк, риф массивы аналогы булып тора. Бындай ҡатламдар Ерҙә бик күп, әммә улар йәш ҡатлам менән ҡапланған, ә Башҡортостанда улар ер өҫтөнә сыҡҡан. Икенсеһе - биологик ҡараш. Шихандар, шул иҫәптән Ҡуштау ҙа - биотөрлөлөк сығанағы. Бер тауҙа ғына 400 төрлө үҫемлек үҫә - был төбәк флораһының сиреген тәшкил итә. Ҡуштауҙағы 12 төр үҫемлек - Башҡортостан Республикаһының, ә етеһе Рәсәй Федерацияһының Ҡыҙыл китабына индерелгән. Уларҙың ҡайһы берҙәре мең һәм тиҫтәләрсә мең данала иҫәпләнә. Шулай уҡ Ҡуштауҙа 600 төр хайуан теркәлгән, бигерәк тә бөжәктәр һәм ҡоштар донъяһы бай. Уларҙың 23 төрө - республиканың, 10 төрө Рәсәйҙең Ҡыҙыл китабына индерелгән. Бынан тыш, Халыҡ-ара тәбиғәтте һаҡлау союзының исемлегенә ике төр үҫемлек һәм 14 төр йәнлек ингән. Улар халыҡ-ара кимәлдә һаҡлана.

Тауға өсөнсө ҡараш - уның археологик һәм этномәҙәни ҡиммәте. Күптән инде үҙендә көс табып, мин элек яңылышҡанмын, шуға күрә ҡарарымды үҙгәрттем, тип, халыҡ яғына сыҡҡан етәксене күргәнем булманы. Быға бары тик көслө кеше генә бара ала. Шулай уҡ Ҡуштауҙы яҡлауҙа ҡатнашыусыларҙың барыһына ла ла рәхмәт әйтергә кәрәк. Минеңсә, уларҙың күбеһе тыуған тауын ғына түгел, республика, ил, тотош донъя өсөн уникаль булған объектты һаҡлап ҡалыуын аңламайҙыр ҙа әле. Ҡуштауҙы ЮНЕСКО-ның Бөтә донъя глобаль геопарктары селтәренә дәғүә иткән "Торатау" геопаркы составына индереү урынлы буласаҡ.

Өлфәт ЙОМАҒУЖИН, Башҡортостандың ЮНЕСКО эштәре буйынса директоры: Тәбиғи һәм геологик мираҫтың уникаль объектын һаҡлауға Башҡортостан ғына түгел, Рәсәй Федерацияһы ла, халыҡ-ара ЮНЕСКО ойошмаһы ла ҡыҙыҡһыныу белдерә. Республика етәкселеге "Янғантау" геопаркын - Рәсәйҙә һәм БДБ илдәрендә ЮНЕСКО-ның беренсе глобаль геопаркын ЮНЕСКО-ның глобаль селтәренә индереү буйынса күп эшләне. Хәҙер "Торатау" геопаркының заявкаһын - номинация досьеһын әҙерләү буйынса эш тамамлана. "Башҡорт шихандары: Торатау, Йөрәктау, Ҡуштау" тәбиғи-геологик объектын ЮНЕСКО-ның Бөтә донъя тәбиғи мираҫы исемлегенә индереү буйынса әҙерлек эштәре алып барыла. Ҡуштауға һаҡ статусы биреләүе был йүнәлештә эшмәкәрлек алып барыуҙы әүҙемләштереү өсөн киң юридик һәм ойоштороу мөмкинлектәре аса.

Алия АЙСИНА, блогер: Ҡуштау шиханына һаҡ статусы биреләүе - тәбиғи процесс, ул бизнес файҙаһына республиканың тәбиғи, археологик, мәҙәни ҡомартҡыһы эшкәртелеү прецеденты булмаһын өсөн бөгөн түгел, ә совет заманында уҡ тормошҡа ашырылырға тейеш ине. Ҡуштау шиханы үҙе тирәләй бик күптәрҙе берләштерҙе һәм барыһына ла Рәсәй Федерацияһы, Башҡортостан Республикаһы граждандары әүҙем, үҙ позицияларын, аныҡлап әйткәндә тауҙы һаҡлау һәм уға һаҡ статусы биреү мәсьәләһендә, яҡлай беләләр икәнен күрһәтте.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Халыҡ теленә "Ҡуштау ихтилалы" тип инеп киткән һуңғы ваҡиғаларҙың һөҙөмтәһе ер-һыуым, тәбиғәтем, республикам тип йән атҡан йәмәғәтселектең, улар алға һөргән "Ҡуштау йәшә!" тигән орандың тантанаһы менән тамамланды. Теге быуаттың 90-сы йылдарында республикаға дәүләт суверенитеты яулағанда халыҡ ихтыярының еңеүенә шаһит булғайныҡ инде. Бына әле Ҡуштау ваҡиғаларында ла ғәҙеллек тантанаһын күрергә яҙҙы. Улай ғына түгел, тыуған ерҙе, тыуған тәбиғәтте һаҡлау кеүек изге көрәш сафындағы халыҡтың берҙәмлеге, үҙ талабының хаҡлығына ышанысы ниндәй ҡеүәтле көс булыуын да, йәмғиәтебеҙҙең ҡурҡаҡлыҡ, һатлыҡ, ҡоллоҡ психологияһынан арынмағанын да иҫбатланы был ваҡиғалар. Һатлыҡтар, ҡолдар һәр ваҡыт булған, буласаҡ инде ул. Ә хәҙергә шатланайыҡ: Ҡуштау йәшәйәсәк!

БАШ ҠАЛА ХӘБӘРҘӘРЕ

✓31 августа "Башавтотранс" Өфө маршруттары өсөн 50 яңы автобус алды. Улар маршрутҡа сыҡты ла инде. Өфө мэры Өлфәт Мостафин билдәләүенсә, 10 сентябргә тиклем баш ҡала тағы урта класлы 50 автобус аласаҡ. Уның һүҙҙәренсә, һуңғы ваҡытта ҡала ҙур һәм урта һыйҙырышлы 279 автобус алды. 2020 йылда республика властары дөйөм суммаһы 1,3 миллиард һумлыҡ төрлө класлы 245 автобус һатып алды. Былтыр республиканың төп ташыусыһы автопаркы 1,6 миллиард һумдан ашыулыҡ аҙ, урта һәм ҙур класлы 478 автобус менән тулыланды. Сентябрҙә "Башавтотранс"ҡа йәнә 50 "Вектор NEXT" автобусы тапшырыла.

✓Өфөлә БДМУ клиникаһы ҡарамағындағы COVID-госпиталь ябылыуға әҙерләнә. Учреждение этаплап элекке эш режимына күсә башлай. Мәктәптәргә Башҡорт дәүләт медицина университетының табип-профилактика, дауалау һәм педиатрия факультеттарының өлкән курс студенттары, шулай уҡ 50 ординатор ебәрелә. Башҡорт дәүләт медицина университеты студенттары иҫәбенән медицина инспекторҙарына мәктәптәрҙә яңы коронавирус таралыуына юл ҡуймау бурысы йөкмәтелде.

✓Өфөлә 1941-1945 йылдарҙағы Бөйөк Ватан һуғышында Еңеүҙең 75 йыллығына арналған Төбәк-ара "Интернациональ Еңеү" мәҙәни-тарихи фестиваль башланды. Марафон совет халҡының, шул иҫәптән 112-се Башҡорт кавалерия дивизияһы миҫалында күп милләтле Ҡыҙыл Армияның фашизмды тар-мар итеүҙә хәл иткес әһәмиәтен күрһәтәсәк. Ул 2 сентябрҙә Республика Хәрби Дан музейында асылды.

✓Башҡорт дәүләт аграр университеты "Фермер мәктәбе"ндә уҡытыу проектын башланы. Конкурс һайлауҙарын уңышлы үткән ҡатнашыусыларҙы "Фермер хужалығы агробизнесы" курсының сыр етештереү һәм ит малсылығы йүнәлештәре буйынса һөнәри әҙерлек программаһы көтә. Ике айға иҫәпләнгән дәрестәр Италиянан килтерелгән берҙән-бер мини-сыр етештереү уҡыу производствоһында һәм агросәнәғәт комплексының алдынғы предприятиеларында үткәрелә.

✓Метеофараздар мәғлүмәттәре буйынса, Рәсәйҙең Европа өлөшөндәге күп кенә төбәктәрҙә сентябрҙең тәүге яртыһы аномаль йылы булыуы көтөлә. 15 сентябргә тиклем Башҡортостанда ла йылы һәм ҡоро һауа торошо һаҡлана. 11-12 сентябрҙә бер аҙ яуым-төшөм фаразлана. 15 сентябрҙән һуң республикаға көҙгө һауа торошо килә. 16-һынан һуң Өфөлә ямғырҙар фаразлана, йылылыҡ +8, +12 градус була.

✓ Бөгөн ғаиләләрҙә тыуым икенсе, өсөнсө бала табыу иҫәбенә һаҡлана, ә инде никах-ғаилә мөнәсәбәттәренә килгәндә, былтыр 9053 никах теркәлһә, 5034 никах тарҡалған. Йәғни һәр 100 никахтың 56-һы тарҡала.

ҠАЛА ХАКИМИӘТЕНДӘ

ДЕМОГРАФИЯЛА ТОРҒОНЛОҠ...

Ҡала хакимиәтендәге видеоконференция форматында үткән сираттағы оператив кәңәшмәлә мэр Өлфәт Мостафин тағы бер тапҡыр санитар талаптарҙы аныҡ үтәү кәрәклегенә баҫым яһаны. Был урынһыҙ талап түгел, сөнки оператив кәңәшмә үткән көндө балалар баҡсалары, мәктәптәр, урта һәм юғары профессиональ белем биреү йорттары ишектәрен асты. Һәм бөгөн көнүҙәк мәсьәлә булып мәғариф учреждениеларында коронавирус сиренең таралыуына, яңы инфекция сығанаҡтарының барлыҡҡа килеүенә юл ҡуймау тора.

Был тема көн тәртибенә сығарылған икенсе мөһим мәсьәләне тулыландырҙы ғына. Белгестәр коронавирустың көҙөн икенсе тулҡыны булыу ихтималлығын белдерһә, миҙгел киҙеүе һәм ОРВИ ла әллә ҡайҙа китмәгән, эргәлә генә йөрөй. Башҡортостан Республикаһы буйынса Роспотребнадзор идаралығының бүлек етәксеһе урынбаҫары вазифаһын башҡарыусы Зөлфиә Камаеваның сығышы тап ошо сирҙәрҙе профилактикалауға арналды.

Мәғлүм булыуынса, Өфөлә киҙеү һәм ОРВИ ғинуар-март айҙарында күҙәтелә. Былтыр-быйыл ул 9 аҙна дауам иткән һәм халыҡтың 6,5 проценты сирләгән. Балаларҙың дөйөм һанынан сығып ҡарағанда, сирләүсе балалар 17 процент тәшкил иткән, ә сирләүселәрҙең дөйөм һанында улар 49,6 процентты алып тора. 2019-2020 йылдың эпидемиологик миҙгелендә ҡала халҡының 48,8 проценты киҙеүгә ҡаршы прививка эшләткән. Быйыл киҙеүҙең өс төрлө штаммы килеүе көтөлә. COVID-19 коронавирусы эпидемияһының һаманғаса бөтмәүе миҙгелгә тағы ла хәүеф өҫтәй, сөнки ябай киҙеүгә ковид ҡушылыуы ихтимал, был инде сирленең хәлен ауырлаштырырға, өҙлөгөүҙәргә килтерергә һәм һауығыу ваҡытын оҙайтырға мөмкин. Шундай шарттарҙа киҙеү менән сирләүҙе иҫкәртеүҙең һөҙөмтәле ысулы булып халыҡты киҙеүгә һәм коронавирусҡа ҡаршы иммунлаштырыу тора. Рәсәй Федерацияһының баш дәүләт санитар табибы ҡарарында киҙеүгә ҡаршы халыҡтың - 60, хәүеф төркөмөндә тороусыларҙың 75 процентын прививкалау тәҡдим ителә.

Ағымдағы мәсьәләләргә туҡталып үткәндән һуң, кәңәшмәнең көн тәртибенә демография мәсьәләләре сығарылды. Был өлкәләге төп күрһәткестәр буйынса дәүләт статистика бүлеге начальнигы Оксана Даянова бәйән итте. Унын билдәләүенсә, 1 ғинуарға ҡарата баш ҡала халҡы 1 140 273 кеше тәшкил иткән. Һуңғы тиҫтә йылда хеҙмәткә яраҡлы йәштәге категориянан олораҡ һәм йәшерәктәрҙең нисбәте артыуы күҙәтелә, йәғни эшкә яраҡлы категория 7,1 процентҡа кәмегән. "Өфөлә йыл һайын миграция иҫәбенә йәш ҡатын-ҡыҙҙар һаны артыуға ҡарамаҫтан, дөйөм алғанда бала табыу йәшендәге халыҡтың артыуы юҡ кимәлендә. 2017 йылдан алып тотош илдә, шул иҫәптән республикала һәм Өфөлә лә бала табыу йәшендәге ҡатын-ҡыҙҙар һаны кәмей, һөҙөмтәлә, тыуым да кәмей", - ти Оксана Даянова.

Шулай уҡ бөгөн ғаиләләрҙә тыуым икенсе, өсөнсө бала табыу иҫәбенә һаҡлана, ә инде никах-ғаилә мөнәсәбәттәренә килгәндә, былтыр 9053 никах теркәлһә, 5034 никах тарҡалған. Йәғни һәр 100 никахтың 56-һы тарҡала (2010 йылда был күрһәткес 53 була).

Кешелек популяцияһын һәм илдең демографик именлеген һаҡлап ҡалыуҙың икенсе мөһим компоненты булып үлем кимәле тора. 2010-2019 йылдар арауығында 1000 кеше иҫәбенә үлеүселәр һаны 11,8-ҙән 10,5-кә кәмегән. Шулай уҡ ошо арауыҡта ҡан тамырҙары системаһы сирҙәре буйынса үлеүселәр һаны ла аҙайған. Тәбиғи сәбәптәрҙән тыш яҡты донъя менән хушлашыусылар буйынса ла күрһәткестәр кәмеүгә табан бара. Мәҫәлән, 100 мең кешегә үҙ-үҙенә ҡул һалыусылар күрһәткесе 6,8-ҙән 1,9-ға төшкән, үлтереүҙәр - 8,8 һәм 1,2, алкоголдән ағыуланыуҙар - 6,6 һәм 0,6.

2008-2019 йылдарҙа Өфөлә ғүмер оҙайлығы 4,5 йыл самаһына артып, йыл башына 74,5 йылға етә.

Халыҡ һанына йоғонто яһаусы тағы бер төп компонент: миграция. Был йәһәттән баш ҡалала ыңғай миграция сальдоһы күҙәтелә (2016 йылдан башҡа). Былтыр Өфөгә 4574 кеше килгән, ә 10 йыл эсендә был һан 34 мең кеше тәшкил итә. Бында, нигеҙҙә, эске миграция роль уйнай. Тышҡы миграция күрһәткестәре, киреһенсә, кире, йәғни башҡа төбәктәрҙән, бигерәк тә Мәскәү, Санкт-Петербург, Мәскәү өлкәһе һәм Краснодар крайынан Башҡортостанға килергә бик ашҡынып тормайҙар.

Нисек кенә булмаһын, тормош дауам итә, тормош ҡайнай - уны ҡала хеҙмәттәре башҡарған көндәлек эштәрҙә лә күрергә мөмкин. Кәңәшмәлә был хаҡта ла һүҙ булды, әммә көн тәртибенә сығарылған һәр мәсьәләгә аныҡлап туҡталып тороу кәрәкмәй ҙә - күҙе булған күрә, ҡолағы булған ишетә.

Зәйтүнә ӘЙЛЕ.

ҮӘТ, ШУЛАЙ!

ЮЛ БИЛДӘЛӘРЕ ЛӘ...

һәләкәттән һаҡлай

Башҡортостан халҡы трассаларҙа юл билдәләре юҡлығына зарлана. Өфөлө Радмир Рәхимов фекеренсә, Башҡортостан башҡа төбәктәр араһынан тап ана шул юлдарҙың торошо йәһәтенән айырылып тора. "Әле генә машинала 6 мең км юл үттем.

Рәсәйҙә "Хәүефһеҙ сифатлы юлдар" проекты ғәмәлгә ашырылыу арҡаһында Европа кимәлендә яҡшы автомобиль юлдары барлыҡҡа килгәнен һиҙмәй ҙә ҡалғанбыҙ. Сәфәремдең күпселек өлөшөн мин яҡшы асфальт юл менән ләззәтләндем. Туған Башҡортостаныма төндә генә килеп еткәс, беҙҙә юл билдәләре һалыныуына иғтибар етмәүен аңланым,"- тип яҙа Рәхимов. Ул видеорегистраторға төшөрөп алынған Башҡортостандағы ҡараңғы юлдарҙы һәм башҡа төбәктәрҙәге яҡтыртылыусы юл ситтәренең ҡараңғыла ла асыҡ күренеп ятҡан һыҙаттары күренешен үҙенең сәхифәһенә һалған. Уны уҡыусылар был авторҙың фекере менән тулыһынса килешә һәм яҡлап сыҡҡан. Трассала билдәләр булмау сәбәпле бер нисә тапҡыр саҡ-са аварияға эләкмәй ҡалыуы хаҡында яҙа Эдуард Зөбәйеров. Бындай мәлдәрҙә республиканың үҙ граждандары хаҡында хәстәрлеге айырыуса ныҡ һиҙелә, ти ул. "Бөтөн юл буйына Һарытауҙа ла, Һамарҙа ла, Волгоград менән Краснодарҙа ла юл билдәләре бар. Өфөнөң М5 трассаһында Алкинонан алып Димгә тиклем юлда ремонт бара, ә билдәләр барыбер юҡ. Дөрөҫөн әйткәндә, был закон менән нығытылған һәм билдәләрҙең булмауы - технологияны боҙоу ул. Юл билдәләре иң яҡшы камераларҙан да яҡшыраҡ юл-хәрәкәт ҡағиҙәләрен һаҡлауға булышлыҡ итә",- тип яҙа Радмир Рәхимов.

ИШЕТТЕГЕҘМЕ ӘЛЕ?

ЭШҺЕҘҘӘРГӘ ТҮЛӘҮ...

Башҡортостанда 1 сентябрҙән эшһеҙлек буйынса пособие күләме 5-тән 1,7 мең һумға тиклем кәмей

Республикала коронавирус пандемияһы ваҡытында арттырылған эшһеҙлек буйынса пособиеның минималь күләме кәмей һәм 1 сентябрҙән яңынан 1725 һум тәшкил итә.

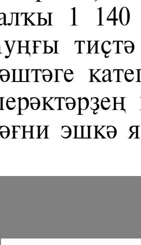
Майҙан августа тиклем ул 5175 һум ине. Ғаилә, хеҙмәт һәм халыҡты социаль яҡлау министрлығы хәбәр итеүенсә, шулай уҡ Башҡортостанда һәр балиғ булмаған балаға түләнгән пособиеға өҫтәмә лә туҡтатыласаҡ. Унын күләме 3 мең һум ине һәм июнь-августа түләнде. Иҫегеҙгә төшөрәбеҙ: апрелдән авгусҡа тиклем эшһеҙлек буйынса пособиеның беркетелгән максималь күләме, хеҙмәт дисциплинаһын боҙған өсөн эштән сығарылған граждандарҙан тыш, 13949 һум 50 тин ине. 1 марттан һуң эшен туҡтатҡан эшҡыуарҙарға пособие 13949 һум 50 тин күләмендә өс айға, әммә 2020 йылдың 1 октябренән һуңға ҡалмай билдәләнә. Ә 1 марттан һуң пособие алыуға хоҡуғын юғалтҡан эшһеҙҙәргә өс айҙан артмаған, әммә 2020 йылдың 1 октябренән һуңға ҡалмаған ваҡытҡа оҙайтыла. Эшһеҙ граждандарға элекке күләмдә пособие тәғәйенләнәсәк.

ҮҘМӘШҒҮЛДӘР...

Башҡортостанда үҙмәшғүл граждандарҙың яртыһынан күбеһе - 20-35 йәшлектәр

Федераль һалым хеҙмәтенең Башҡортостан буйынса идаралығы 2020 йылдың 1 авгусына һөнәренән һалым түләргә тейешле 20352 үҙмәшғүл кешене теркәгән. Ил буйынса улар 900 мең иҫәпләнә. Һалым түләүселәрҙең өстән бер өлөшө Өфөлә йәшәй - 6731 кеше. Шулай уҡ Стәрлетамаҡта, Салауатта, Нефтекамала, Октябрьскийҙа, Өфө, Туймазы, Бәләбәй райондарында йәшәгәндәр үҙенең һөнәри эшмәкәрлеген легалләштерә. 20-нән 35 йәшкә тиклемгеләр айырыуса әүҙемлек күрһәткән: улар һалым түләүселәрҙең дөйөм һанының 52 процентын тәшкил итә. 42 проценты - 35-тән 65 йәшкә тиклемгеләр. 4,5 проценты - 20 йәшкә тиклемгеләр. 1,5 проценты - 65 йәштән өлкәндәр. Эшҡыуарҙар өлөшө теркәлгәндәрҙең дөйөм һанынын 6,5 процентын тәшкил итә, ҡалғандары - үҙмәшғүлдәр, физик шәхестәр. Йыл башынан ете айҙа үҙмәшғүлдәр республика бюджетына 12,53 миллион һум һалым түләгән. Мәғлүмәттәр буйынса июнь аҙағына үҙмәшғүлдәр һаны 17,9 меңгә еткән. Бер айҙа 2,43 мең кеше өҫтәлгән. План буйынса йыл аҙағына уларҙың һаны төбәктә кәмендә 29600-гә етәсәк.

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.

Теш протезы

❖ Теш протезын яңы эшләтеп, кейергә күнегә алмай, ҡаҙна боҙолғанда түбәндәгесә әҙерләнгән мазь ярҙам итә. Уны эшләү өсөн 200 мл таҙартылмаған үҫемлек майы (нерафинированное), ҡаты итеп бешерелгән 1 йомортҡа һарыһы, ике шырпы ҡабы дәүмәлендәге балауыҙ, 1 десерт ҡалағы 20 процентлы прополис төнәтмәһе кәрәк. Башта майҙы йылытырға, йомортҡа һарыһын ваҡлап әҙләп кенә майға ҡушырға. Май күпереп китеү менән уттан алып торорға, баҫылғас, кире ҡуйып йомортҡа төшөрөүҙе дауам итергә. Шунан балауыҙ ҡушырға, болғатырға һәм һөҙөп алырға. Әҙерләмәне бер аҙ һыуытып, прополис төнәтмәһен ҡушып, болғарға һәм һыуытҡысҡа ҡуйырға. Мазь еңел йоғорға тейеш. Уны таҙартылған теш протезына ҡалын итеп һөртөп, протезды тиҙ генә кейергә кәрәк.

Талаҡ эшмәкәрлеге боҙолғанда

❖ Бер ҡалаҡ цикорийҙы бер семтем арыҫлан ҡойроғо үләне менән ҡатыштырырға. Цикорийҙың магазинда һатылғанын да, үҙегеҙ киптереп, ваҡлап әҙерләп алған тамырын да ҡулланырға ярай. Йыйылманы эмалле, фаянс, фарфор йәки быяла һауытҡа һалып, 1-1,5 стакан ҡайнар һыу ҡойорға. Һауытты урап, төнәтмә йылымысланғансы торорға, һөҙөргә. Ашарҙан бер сәғәт алда көнөнә 3-4 тапҡыр 2-шәр ҡалаҡ эсергә. 1 ай дауаланырға.

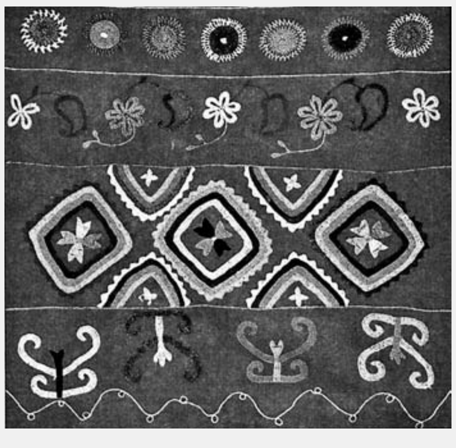
❖ 4-5 бөртөк гөлйемеш (йәки 1,5 ҡалаҡ ваҡланған емеше), 1 ҡалаҡ ваҡланған укроп һабағы, 1,5 ҡалаҡ календула сәскәһе, 1 ҡомалаҡ сәскәһе (йәки 0,5 балғалаҡ ваҡланғаны), 1 ҡалаҡ һары мәтрүшкә үләнен эмалле һауытҡа һалып, 2 стакан һыу ҡойорға һәм утҡа ҡуйырға. Һыу ҡайнап сыҡҡас, утын талғын итеп 5 минут быҡтырырға. Әҙер булғас, һауытты уттан алырға һәм яҡшылап төрөп, һыуынғансы ҡуйып торорға, һөҙөргә. Ҡайнатманы көнөнә өс таҡыр 1/4 стакан итеп эсергә. 2 аҙна дауаланғас, 5 көн туҡтап тороп дауам итергә.

Ғәлиә ШӘМСИЕВА әҙерләне.

ЙОЛАНДАН ЙҮН ТАП!

БАШҠОРТ НАҒЫШЫ

Силәбе башҡорттарындағы кеүек үк, көньяҡ-көнбайыш оҫтабикәләре ҡайығанда киң элмә һәм "ҡыя сәнсем" алымдарын йыш ҡулланған. Тәүгеһе менән һабаҡтар, кәкерсәктәр һыҙатын ҡалынайтҡандар, икенсеһе ярҙамында сәскә һәм япраҡтарҙы тултырғандар. Һирәк осраҡта тамбур ҡайһы бер сәскә элементтарын шыма ҡайыуға оҡшатып, тулыһынса ҡаплаған, йәки орнаментлы ерлектең ҡаймаһын көсәйткән. Орнаменталь композицияла Башҡортостандың көньяғындағы байрам еләндәре салғыйындағы мөһөрҙәргә (солярный знак) оҡшаш түңәрәктәр элмәк йөй ярҙамында сигелгән (көньяҡ-көнбайышта еләндәрҙе ҡайымағандар). Туҡымаларҙа бындай ҡояшҡа оҡшаш үҙәктәш түңәрәктәрҙе ҡайыу ғәҙәтенең таралыу сиге төньяҡта Өфө ҡалаһы тирәһенә тиклем барып еткән.



Көньяҡ-көнбайыш таҫтамалдарындағы соляр мотивтар. БР ММ. Т.К. Сурина фотоһы.

Намаҙлыҡтағы элмә һыҙаты һәм келәм элмәһе менән ҡайылған биҙәк (Ауырғазы районы). М.Д. Кузнецов һүрәте. 1970

Светлана ШИТОВА.

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

БЕЛЕМ УСАҒЫ

ЯҢЫ УҠЫУ ЙЫЛЫНДА...

ниндәй үҙгәрештәр көтә?

Мәғлүм булыуынса, 1 сентябрҙән Башҡортостандың белем биреү усаҡтары ишектәрен асты, әммә уҡытыу процесына бер ни тиклем үҙгәрештәр ҙә индерелде.

Мәҫәлән, быйыл Белем көнөндә тантаналы линейкала бары тик 1, 9, һәм 11-се синыф уҡыусылары ғына ҡатнашты. Әммә улар өсөн сара бер ваҡытта түгел, ә айырым-айырым уҙҙы. Ғәҙәттәге синыф сәғәттәре, Еңеү дәресе, Башҡортостан Башлығы Радий Хәбировтың асыҡ дәресе үтте. Балаларын беренсе класҡа килтереүсе ата-әсәләр битлектәрҙә булды, 1,5 метр социаль дистанция һаҡланы, ләкин уларға мәктәпкә инергә рөхсәт ителмәне.

Шулай уҡ 2 сентябрҙән башҡа синыфтар ҙа мәктәпкә килде, әммә улар айырым ишектәрҙән инде һәм һәр класты синыф етәксеһе үҙ бүлмәһенә алып барҙы, йәғни класс системаһы юҡ, уҡыусылар бер кабинетта ғына ултырып уҡый. Өйҙә уҡытыу бары тик справка нигеҙендә генә башҡарыла - белем алыуҙы ситтән тороп тормошҡа ашырыуға рөхсәт биргән сирҙәр булғанда уҡытыусылар бындай категория балаларҙың өйөнә барып уҡытасаҡ.

Ата-әсәләрҙе тағы әллә күпме һорауҙар борсой торғандыр. Шуны иҫәпкә алып, Башҡортостан юлдаш телевидениеһы БР мәғариф һәм фән министры Айбулат Хажин, башҡа ҡыҙыҡһыныусы яҡтар ҡатнашлығында тапшырыу ойошторҙо һәм көнүҙәк һорауҙарға яуаптар алды. Бөгөн уларҙы тағы бер тапҡыр иҫегеҙгә төшөрөп үтәбеҙ.

Коронавирустан нисек һаҡланырға? Был йәһәттән уҡыусыларҙың уҡыу йортона ингәненән алып сыҡҡанына тиклем махсус күрһәтмәләр эшләнгән. Барыһы ла ваҡыт буйынса иҫәпләнгән, был битлектәргә, рециркуляторҙарға, термометрияға, бәҙрәфкә һәм ашханаға барғанда дезинфекция мәсьәләләренә ҡағыла. Юғары уҡыу йорттарында ла шундай уҡ хәүефһеҙлек саралары күрелә, студенттар ағымы мөмкин тиклем бер-береһенән айырыла.

Уҡыусыларҙы таҡтаға саҡырасаҡтармы? Тәүге бер нисә айҙа уҡыусыларҙы таҡтаға саҡырмаясаҡтар. Беренсе сиректән һуң - саҡырасаҡтар. Уҡыусы таҡтаға сыҡҡанда уҡытыусы битлек кейергә тейеш.

Мәктәпкә барыу өсөн медицина белешмәһе кәрәкме? Уҡыусылар өсөн кәрәкмәй, ә инде балалар баҡсаһында, әгәр бала 5 көн баҡсаға йөрөмәһә, кәрәк. Белешмәне балалар поликлиникаһынан алырға мөмкин. Поликлиникалар белешмә биреү өсөн махсус ваҡыт бүлә. Медицина учреждениелары сайттарында расписаниелар бар, штаттан тыш хәлдәр өсөн иң элек баш табипҡа шылтыратырға кәрәк. Барлыҡ мәсьәләләр ҙә өҫтөнлөклө рәүештә хәл ителәсәк. Әгәр ҙә һөйләшеү килеп сыҡмаһа, Һаулыҡ һаҡлау министрлығына шылтыратығыҙ.

Баланың температураһы булһа, уны мәктәпкә индерәсәктәрме? Температура 37,1 булғанда мәктәпкә индермәйәсәктәр. Был балаларға ла, уҡытыусыларға ла ҡағыла.

Һәр мәктәптә рециркуляторҙар булырға тейешме? Барлыҡ мәктәптәр ҙә уның менән тәьмин ителергә тейеш, улар айырым хәүеф урындарында, мәҫәлән, ашханала торорға тейеш. Башҡа биналарҙа - график буйынса. Мотлаҡ рәүештә махсус саралар ҡулланып дезинфекция үткәрелергә тейеш. Улар балаларҙың сәләмәтлегенә йоғонто яһамаһын өсөн еҫе ҡырҡыу булмаған саралар алыныуы мотлаҡ.

Мәктәпкә барыу хәүефлеме? Хәүеф бар, әммә ведомстволар белем биреү учреждениеларында сир сығанағы барлыҡҡа килмәһен өсөн алдан барлыҡ саралар үткәрҙе.

Мәктәптәрҙә һәләтле балаларға стипендия бирелә. Ошо хаҡта аңлатһағыҙ ине? Улар нуленсе йылдарҙа уҡ булды, әммә суммаһы ғына үҙгәрә. Элек айына 700 һум булһа, хәҙер - 3000. Барлығы 100 стипендия биреләсәк, уларҙың 60-ы - яҡшы уҡығандарға, 20-һе - йәш спортсыларға, 20-һе - үҙен мәҙәниәт өлкәһендә күрһәтеүселәргә.

Уҡыусы Башҡортостан Башлығы стипендияһына дәғүә итергә теләһә, ҡайҙа мөрәжәғәт итергә? Ниндәй йүнәлеш буйынса дәғүә итеүгә ҡарап, өс ведомствоға: Мәғариф министрлығына, Йәштәр сәйәсәте һәм спорт министрлығына йәки Мәҙәниәт министрлығына мөрәжәғәт итергә мөмкин.

Күпме медицина инспекторы әҙерләнгән? Барлығы - 1217. Улар 1 - 14 сентябрҙә уҡыу режимын ойошторорға ярҙам итәсәк.

Әгәр баланың температураһы мәктәптә күтәрелһә? Медицина инспекторы был хаҡта үҙенең координаторына хәбәр итә. 2 сәғәт эсендә мәғлүмәт Роспотребнадзорға һәм баланың ата-әсәһенә барып етә. Был схема уҡытыусылар һәм башҡа хеҙмәткәрҙәрҙең температураһы күтәрелгәндә лә ғәмәлдә.

Медицина инспекторҙары нимәгә иғтибар бирәсәк? Пропуск режимын ойоштороуға, антисептиктарҙың, бактерицид лампаларҙың булыу-булмауына һ.б. Әгәр нимәлер юҡ икән, инспектор протокол яҙа.

Балаларға иртәнге аш ойоштороламы? Ике тапҡыр ашатыуҙы күҙаллаған өс вариант меню төҙөлгән. Беренсе сменала иртәнге аш бар, икенсе смена өсөн - төшкө аш. Ата-әсәләр борсолмаһа ла була - барлыҡ нормалар һаҡлана. Башланғыс синыф уҡыусылары барыһы ла бушлай ашаясаҡ. Төрлө проблемалары булған балалар өсөн дә өс төрлө меню эшләнгән, уларҙа сәләмәтлеккә ҡағылышлы барлыҡ тайпылыштар ҙа иҫәпкә алынған.

Әгәр бала ризыҡтың тәмһеҙ булыуына зарланһа йәки ризыҡ насар сифатлы булһа, ҡайҙа мөрәжәғәт итергә? Мәктәп ашаханаһындағы ризыҡ өйҙәгеһенән айырыла, сөнки ул - диетик. Уны ҡыҙҙырмайҙар, төрлө тәмләткестәр һалынмай һәм тоҙ аҙ миҡдарҙа ҡулланыла. Әммә белгестәр ризыҡты тәмле итеп әҙерләргә тырыша. Шулай ҙа әгәр ризыҡ сифаты насар булғанда ата-әсәләр АИС "Мәғариф" системаһы аша мөрәжәғәт итә ала (ул 14 сентябрҙән эшләй башлай). Мәсьәлә мәктәп кимәлендә хәл ителмәгәндә, Сауҙа буйынса дәүләт комитетына мөрәжәғәт итергә кәрәк.

Балаларҙы ниндәй ризыҡтар менән туҡландыралар, улар урындағы етештереүсенекеме? Мәктәп менюһына индерелгән банан һәм апельсиндан башҡа барлыҡ аҙыҡ-түлек тә республикала етештерелгән продукциянан әҙерләнә. Улар һәр саҡ сифатлы, күҙәтеү органдары тикшереп тора, сеймалдың да, әҙер ризыҡтарҙың да өлгөләре тикшереүгә алына. Һуңғы йылда бракка сыҡҡан продукция күләме күпкә кәмегән.

Баланың иҫәбендә уҙған уҡыу йылынан туҡланыу өсөн түләүгә тәғәйенләнгән аҡсаһы ҡалды, ул "янмай"мы? Был мәсьәлә буйынса мәктәп директорына мөрәжәғәт итергә кәрәк. Иң мөһиме - аҡсалар юғалмай.

Синыф етәкселәренә өҫтәмә түләнәсәкме? Барлыҡ уҡытыусылар ҙа синыф етәкселеге өсөн айына 5 мең һум өҫтәмә аласаҡ, әгәр синыфтар икәү икән - 10 мең һум.

Икенсе смена буласаҡмы? Был бер ниндәй ҡанунға ла ҡаршы килмәй, ә бына өсөнсө смена булмаясаҡ.

Мәктәптәр эргәһендә юлдар ремонтланамы? Барлыҡ мәктәптәр эргәһендә махсус билдәләр ҡуйылған, кәрәкле урындарҙа яңы светофорҙар тора, юлдарҙа "лежачий полицейский"ҙар эшләнгән.

Мәктәптәрҙә оҙайтылған көн (продленка) системаһы индереләсәкме? Балаларҙы алыҫ ауылдарҙан автобус менән йөрөткән мәктәптәрҙә индерергә тура киләсәк.

Мәктәп автобустары эпидемия осоронда хәүеф сығанағы булып тормаймы? Аутсорсинг компаниялары уларҙы һәр рейс һайын эшкәртеп тора. Барыһы ла балаларҙың автобуста вирусты мәктәпкә алып барыуы йәки өйгә алып ҡайтыуы мөмкин икәнен яҡшы аңлай, шуға күрә етди эшкәртеү үткәрелә.

Быйыл да мәктәптәрҙә аҡса йыйыу буласаҡмы? Мәктәптәрҙә аҡса йыйыу ҡәтғи тыйыла. Шундай осраҡ булһа, республика Мәғариф министрлығына шылтыратырға кәрәк..

Олимпиадалар үтәсәкме? Эйе, улар октябрҙән башланасаҡ.

Ни өсөн 1 курстар оффлайн уҡый, ә башҡалар - ситтән тороп белем ала? Иң мөһиме - бер нисә айҙы үткәреп ебәрергә. 1 ноябрҙән барлыҡ студенттар ҙа оффлайн уҡый башлар тигән өмөт бар.

Вуздарҙа практикалар буласаҡмы? Һәр вуздың үҙенсәлеге бар, шуға төрлөсө ҡарар итергә мөмкиндәр. Күпселек студенттарҙың практикаһы мәктәптәрҙә медицина инспекторы булып эшләү сиктәрендә үтәсәк.

Физкультура дәрестәре буламы? Һауа торошонан сығып, улар урамда уҙғарыласаҡ. Һауа тороשо насар булғанда, залдар һәр дәрестән һуң эшкәртелергә тейеш.

Бөтә Рәсәй тикшереү эштәре (ВПР) уҙғарыласаҡмы? 5-9-сы кластар өсөн улар 14 сентябрҙән башланасаҡ. Уҡытыусыларға дүртенсе "ковидлы" сиректән һуң уҡыусыларҙың белемен контроллəү мөһим.

Әгәр уҡыусы үҙен насар тойоп, уҡыуға бармай ҡалһа, врач белешмәһе кәрәкме? Иң мөһиме: бала үҙен насар тоя, ОРВИ билдәләре бар икән, мәктәпкә йөрөмәү хәйерлерәк. Бер-ике көн өсөн уҡытыусылар белешмә талап итмәйәсәк.

Балалар Өфөгә йөрөйәсәкме? Мәғариф министрлығының ҡағиҙәһе бар: йылына бер тапҡыр районлар уҡыусылары баш ҡалаға килә. Улар өсөн ғәҙәттәгесә мәҙәни программа, Өфө буйлап прогулка ойоштороласаҡ.

Уҡытыусы, әгәр ҡыйын булһа, битлеген сисә аламы? Битлектә 35 минут дәрес үткәреү ауыр икән, ул уҡыусыларҙан алыҫҡараҡ тороп, битлеген сисергә мөмкин.

Балалар ауырыһа, мәктәпте ябырҙармы? Әгәр мәғариф учреждениеларында коронавирус менән ауырыу осраҡтары асыҡланһа, белгестәр уның сығанағын һәм бәйләнештә булыусыларҙы асыҡлаясаҡ. Вирус бер синыфта табылһа, класс карантинға оҙатыласаҡ. Башҡа осраҡтарҙа, үкенескә күрә, бер нисә класс, хатта тотош мәктәп ябылыуы ихтимал.

"Киске Өфө" гәзитенең махсус бите

25

Шифа

5-11 сентябрь (нарысай) 2020 йыл

№36 (922)

ҺӘР КЕМ ИҒТИБАРЫНА!

КЕМ БУШЛАЙ ТИКШЕРЕЛӘ?

Башҡортостан Һаулыҡ һаҡлау министрлығы коронавирустан бушлай анализдың кемдәргә тейешлеге хаҡында мәғлүмәт бирҙе. Мотлаҡ медицина страховкаһы иҫәбенә ПЦР ысулы менән тикшерелеүгә түбәндәге категория граждандар хоҡуҡлы:

- "Дауахананан тыш пневмония" диагнозы ҡуйылған кешеләр;
- яңы коронавирус инфекцияһын дауалау өсөн госпиталь базаға үҙгәртеп ҡоролған медицина ойошмаларынан сығарыуға әҙерләнгән пациенттар - тәүлек аша ике тапҡыр;
- стационарға ашығыс килтерелгән пациенттар - бер тапҡыр.

Мотлаҡ медицина страховкаһы иҫәбенә амбулатор-поликлиника хеҙмәте ойошмаларында медицина ярҙамы сиктәрендә ПЦР ысулы менән тикшереләләр:

- үҙҙәренең һөнәри эшмәкәрлегенә бәйле COVID-19 сирен йоҡтороу хәүефенә эйә медицина ойошмалары хеҙмәткәрҙәре;
- ОРВИ-ны еңелсә кисереүсе һәм тәү тапҡыр табип ҡарауы үткән пациенттар - мөрәжәғәт иткән көнөндә;
- планлы рәүештә дауаханаға ятырға тейешле пациенттар, 7 календарь көн элгәре мөрәжәғәт иткән хәлдә - бер тапҡыр;
- COVID-19 диагнозы ҡуйылған һәм амбулатория шарттарында дауаланыусы пациенттар диагноз ҡуйғандың 10-сы һәм 12-се көндәрендә;
- дауаханаға ятырға тейешле 0 - 4 йәшлек балаларҙың законлы вәкилдәре - 7 көн алдан, бер тапҡыр;
- COVID-19 сирлеләр менән аралашҡан кешеләр, әгәр шул уҡ сир билдәләре һиҙелһә - тәү тапҡыр табип ҡарауы үткән кешеләр, мөрәжәғәт иткән көнөндә;
- йоғошло сир билдәләре менән Рәсәй Федерацияһына килгән мотлаҡ медицина страховкаһына эйә РФ граждандары, әгәр сир билдәләре беленһә;
- тын юлдары сирҙәре менән медицина ярҙамына мөрәжәғәт иткән 65 йәштән өлкәндәр;
- асыҡ типтағы ойошкан коллективтарҙағы балалар, әгәр уларҙа COVID-тан тыш тын юлдары сирҙәре билдәләре булһа;
- интернаттарҙа, өлкәндәр өсөн пансионаттарҙа, ябыҡ типтағы уҡыу-тәрбиә учреждениеларында, кадет корпустарында, интернат-йорттарҙа һәм башҡа даими режимдағы учреждениелар ҡарамағында булған һәм ошо ойошмаларҙа эшләүсе хеҙмәткәрҙәр - тын юлдары сирҙәре билдәләре булғанда.

Амбулатория-поликлиника шарттарында медицина ярҙамы күрһәтеү сиктәрендә Башҡортостан бюджеты иҫәбенә ПЦР ысулы менән тикшерелеүгә рөхсәт ителә:

- мотлаҡ медицина страховкаһының территориаль программаһының нигеҙ өлөшөнә индерелмәгән осраҡтарҙа медицина ярҙамы күрһәтеүсе медицина ойошмалары планлы рәүештә ҡабул ителер алдынан 7 көн элек мөрәжәғәт итһә;
- COVID-19 сирлеләр менән аралашҡан кешеләр, әгәр шул көндән алып 8-10 көн буйына медицина күҙәтеүе үткәндә сирҙең клиник күрһәткестәре булмаһа;
- дәүләт ҡарамағындағы махсуслашҡан йорттарға ебәрелеүсе балалар;
- йоғошло сир билдәләре менән Рәсәйгә килгән РФ граждандары булмаған кешеләр;
- халыҡты социаль хеҙмәтләндереүсе стационар ойошма эшселәре - вахта ысулы менән ошо ойошмала эш башлар алдынан COVID-19 сире йоҡтороуҙы иҫкәртеү маҡсатында;
- коммерцияла булмаған һәм дәүләттеке иҫәпләнмәгән ойошмалар эшсәндәре, шулай уҡ физик мөмкинлектәре сикләнгән кешеләр, инвалид балалар;
- һөнәри эшмәкәрлектәре сир йоҡтороу хәүефе менән бәйле хеҙмәткәрҙәр (ашығыс ярҙам персоналы), аҙнаға бер тапҡыр.

ИФА ысулы буйынса бушлай анализ эшләнә:

- коронавирус инфекцияһын дауалаусы госпиталь итеп үҙгәртелгән медицина ойошмалары персоналына ҡайтанан үҙ профиле буйынса эш башларҙан алда - көн һайын;
- һөнәри эшмәкәрлеге буйынса сир йоҡтороу хәүефе булған медицина ойошмалары хеҙмәткәрҙәренә;
- балалар өсөн ял һәм һауыҡтырыу (йәйге лагерҙар) стационар медицина ойошмалары хеҙмәткәрҙәренә эш башларҙан 72 сәғәттән дә һуңламайынса мөрәжәғәт иткәндә.

ЙӘШЕЛ ДАРЫУХАНА

АНДЫҘ БАРҘА...

Ниндәй үләнде ҡайһы ауырыуға ҡаршы ҡулланырға кәрәк? Әйҙәгеҙ, иғтибар менән шул турала һөйләшәйек.

Ҡыш буйына эсеп, дауаланып сығыр өсөн үләндәрҙе тәүҙән үк айырып һалыу яҡшы булыр. Әремдән башлайыҡ. Был - бик әсе үлән. Ә барлыҡ әсе үләндәр - улар ниндәйҙер кимәлдә ағыулы һәм эсәктәр өсөн файҙалы. Мәҫәлән, бауыр эшмәкәрлеген көсәйтеү өсөн үт ҡыуыуын да әүҙемләштерергә кәрәк, бының өсөн әремдән тыш һары үләндәр- һары мәтрүшкә, пижма, йә календула ҡулайлы. Күп кенә ауырыуҙарға ҡаршы тора алырлыҡ кипрей, үләндәрҙең ҡеүәтен арттыра торған татлы тамыр (солодка), диабетҡа ҡаршы эт табан (манжетка) кеүек үләндәрҙең барыһынан да берәр ус алып, төргәккә төрөп ҡуйығыҙ.

Икенсе төргәккә йөрәк-ҡан тамырҙары ауырыуҙарынан файҙа бирә торған үләндәр төрөп киптерергә була. Йөрәкте көслә тотор өсөн андыҙ эсергә кәрәк. Әбүғалисина ла үҙ заманында кешенең йөрәген нығытыр өсөн андыҙ тамырынан да көслөрәк, файҙалыраҡ дарыу булмауы тураһында яҙған. Ул йәнә, тәндә бәҙрәфкә йыш йөрөп яфаланыусылар өсөн дә андыҙ тамырынан да яҡшыраҡ нәмә юҡ, тигән. "Андыҙ барҙа ат үлмәҫ, ирәүән барҙа - ир үлмәҫ", ти беҙҙең халыҡ. Ул был һүҙҙәрҙе буштан-буш ҡына сығармаған: йылҡы малы ауырып китеп, уға андыҙ төнәтмәһе эсерһәң, ул шунда уҡ йүнәлә лә китә. Ә ирәүәнгә килгәндә, ул бик туҡлыҡлы, ҙур, әскелтем ашамлыҡ. Уны ашаһаң, былай ҙа туйҙыра. Тағы ла, ундағы С витамины ла файҙалы тәьҫир итә. Ғөмүмән, С витаминын беҙ көнөнә 800 миллиграмм ашап торорға тейешбеҙ, табиптар шулай кәңәш итә. Беҙ ул тиклем витаминды бер ваҡытта ла ашамайбыҙ, ҡыҙғанысҡа ҡаршы. Шуға күрә, ирәүән ашау ҙа иммунитет өсөн бик файҙалы.

М. РӘЖӘПОВ.

ҠОЛАҠ ҺАЛ!

ОРГАНИЗМЫҢДЫ...

алдап ҡара әле

Ҡайһы ваҡытта уйламаған ысулдар ҙа кәйеф күтәрелеүгә, хәлторош яҡшырыуға, сәләмәтлек нығыуға йоғонто яһап ҡуя.

Был хәлде аңлап та, аңлатып та булмай. Ярҙамы тейгән икән, бик һәйбәт, тип ҡыуаныуҙан ары уҙмайбыҙ. Ә түбәндә иһә, киреһенсә, ҡайһы осраҡта ниндәй ысулдың ярҙам итеүе аңлатыла. Ҡулланып ҡарағыҙ, бәлки, ысынлап та шулайҙыр?

- Тамағығыҙ ныҡ ҡысыта икән, ҡолаҡ япрағына массаж эшләгеҙ. Был ҡолаҡтағы рецепторҙарҙы әүҙемләштереп, тамаҡ ҡысытыуын еңелләштерер.
- Әңгәмәсегеҙҙең ауыҙ эсендә бутҡа бешереүен аңлауы ауыр икән, уға уң ҡолағығыҙ менән борологоҙ, сөнки уң ҡолаҡ аңлайышлыраҡ телмәрҙе яҡшы ишетә. Ә тыныс көйҙө һул яҡ ҡолаҡ яҡшы ишетә, сөнки ул көй боролоштарын тиҙ тотоп ала.
- Ҡулығыҙ ойоһа, башығыҙҙы теге-был яҡҡа борғолап, проблеманы хәл итергә мөмкин. Бик йыш ҡул муйын мускулдары ҡыҫылғандан ойой. Хәрәкәтләнеү әүҙемлеге нервыларҙы йомшартырға һәм ҡулдың тойоусанлығын кире ҡайтарырға ярҙам итер.
- Һеҙ уколдан ҡурҡаһығыҙ икән, энә индергән ваҡытта йүтәлләгеҙ. Был ҡурҡәк ситлегендә көсөргәнеш артыуы һәм арҡа елеге шыйыҡсаһы артыуы һөҙөмтәһендә ауыртыуҙы бер ни тиклем кәметер, ауыртыу рецепторҙарының һиҙгерлеген түбәнәйтер.
- Танауығыҙ тоноп, тын алыуы ауырлаша икән, телегеҙ менән аңҡауығыҙға баҫып, бармаҡтарығыҙ менән ҡаш араһына массаж яһағыҙ. Был танау булкәһенең артҡы өлөшөн барлыҡҡа килтергән тәрәгесте ҡуҙғатыр, һәм 20 секунд эсендә танау тоноуы, ҡул менән һыпырып алғандай, юҡҡа сығыр.
- Төнөн үҙәгегеҙ көйөп, йоҡларға ҡамасаулаһа, һул яҡ ҡабырғағыҙға йоҡларға тырышығыҙ. Тәндең былай ятҡанында торошо ашҡаҙандан аш үткәреү юлына тоҙ кислотаһы бүленеп сығыуын кәметә. Йәғни ҡабырғала ятҡанда аш үткәреү юлы һәм ашҡаҙан араһындағы мөйөш кесерәйә, кислотаның ашҡаҙанға үтеүе ауырлаша.
- Тешегеҙ һыҙлаһа, ауыртыуҙы баҫыу өсөн баш бармаҡ һәм һуҡ бармаҡ араһындағы яры буйлап боҙ кубигы йөрөтөү ярҙам итер. Шулай итеп, һеҙ һыҙлаған тештән мейегә ауыртыуҙы баҫыу сигналы ебәрәһегеҙ.
- Бармағығыҙҙы бешерҙегеҙ икән, бешкән урынға икенсе бармағығыҙ менән баҫығыҙ. Был боҙ киҫәге кеүек ауыртыныуҙы баҫмаһа ла, күберсеп сығыуҙан ҡотҡарыр.
- Бер аҙ йүгергәндән һуң ҡабырғағыҙҙа ауыртыу тойһағыҙ, кәүҙә ауырлығын һул аяғығыҙға күсереп, тын алығыҙ. Был бауырҙың диафрагмаға баҫымын һәм ҡабырғалағы ауыртыныу тойғоһон кәметер.
- Танауығыҙ ҡанаһа, әҫкө ирен кереше артындағы ҡаҙнаға мамыҡ киҫәге һалып, ныҡ итеп баҫығыҙ. Был танау булкәтенең алғы өлөшөнә баҫымды күтәреп, ҡан ағыуын кәметер.
- Йөрәгегеҙ ныҡ ҡаға икән, баш бармағығыҙға өрөгөҙ. Был йүгерек нервтың ҡуҙғыуына килтерер һәм йөрәк ҡыҫылыуының йышлығын ҡыҫҡартыр.
- Һеҙ ир кеше һәм мөмкинлек булмаған мәлдә бәҙрәфкә барғығыҙ килә икән, үҙегеҙҙе секс тураһында уйларға мәжбүр итегеҙ. Шунда уҡ түҙеү еңелләшер. Сөнки бәүел һәм секс - бер-берећенә ҡаршы килгән билдәләмәләр.
- Һеҙгә һыуға сумып, бассейндың төбөнә төшөү ауыр икән, бер нисә тапҡыр ҡыҫҡа-ҡыҫҡа итеп тын алығыҙ. Был һеҙгә тағы ла 10 секунд буләк итер. Шуға күрә мейе запаста етерлек күләмдә кислород бар тип уйлаясаҡ һәм һеҙ теләгегеҙҙе тормошҡа ашыра аласаҡһығыҙ.
- Мәғлүмәтте ятлап алырға кәрәк икән, йоҡлар алдынан тексты бер нисә тапҡыр ҡабатлағыҙ. Йоҡо ваҡытында мейе мәғлүмәтте тәртипкә килтерә һәм уны оҙайлы хәтергә һалып ҡуя. Иртән уянғас, тексты иҫләүегеҙгә аптырарһығыҙ.
- Дингеҙ ауырыуы менән ауырыйһығыҙ икән, аҫҡы палубала тороп, ҡарашығыҙҙы офоҡҡа төбәгеҙ. Был тойғо һеҙ визуаль кисереш араһындағы ҡапма-ҡаршылыҡты кәметеп, хәлторошоғоҙҙо яҡшыртыр. Имбир ҡулланыу ҙа дингеҙ ауырыуы проблемаһын еңеләйтер.

✓ *Һуңғы йылдарҙа ғына ауылдарыбыҙҙа 230-ҙан ашыу ФАП яңынан эшләй башланы. Был ауыл халҡы өсөн бик тә кәрәкле, шуға ла улар быны бик яҡшы ҡабул итте.*

ТАБИП ХӘЛИЛ

ғүмерлек һөнәрем -

Бөгөн барса кешелек коронавирус тигән мәкерле микроскопик дошман тыуҙырған COVID-19 сиренән ыҙа сигә. Һүҙ юҡ, ошо заман сиренә лә дауа табылыр, ҡаңғырышып, инде ни хәл ҡылырға белмәгән кешеләр еңел тын алырлыҡ ваҡыт та йыраҡ түгелдер. Ошо сир медицина хеҙмәткәрҙәренең, табиптарҙың йәшәйешебеҙҙә ни тиклем мөһим эштәр башҡарғанын зиһенебеҙгә яңынан тылҡып индерҙе. Тап шуның өсөн уҡыусыларыбыҙға табип һөнәре, хәҙерге заман медицина хеҙмәте хаҡында "Геронтологтарҙың һәм гериатрҙарҙың Дөйөм Рәсәй йәмғәт ойошмаһы" вице-президенты, Волга буйы федераль округының штаттан тыш баш белгес-гериатры, "Һуғыш ветерандары госпиталдәре союзы" коммерциаль булмаған ойошма Идараһының рәйестәше, "БР геронтологтар һәм гериатрҙар ассоциацияһы" рәйесе, медицина фәндәре кандидаты, Хәрби фәндәр академияһы профессоры, Башҡортостан Республикаһының атҡаҙанған табибы, Һуғыш һәм хеҙмәт ветерандары республика клиник дауаханаһының баш табибы Хәлил Мөжәүир улы МОСТАФИН менән әңгәмәбеҙҙе тәҡдим итәбеҙ.

Һәр кешенең киләсәге, уның яҙмыш-булмышы бала сағынан башлана. Һеҙ, Хәлил Мөжәүир улы, үҙегеҙҙең тыуған ерегеҙ, бала сағығыҙ, ғаилә хәлегеҙ хаҡында ниҙәр әйтер инегеҙ?

- Белорет районы Әҙекәй ауылында тыуып үҫтем. Атайым Мөжәүир Мортаза улы механизатор булды, инәйем Шәйәт Искәндәр ҡыҙы мәктәптә тәрбиәсе ине. Күп балалы, ҙур ғаиләлә үҫтек, 8 балаға ғүмер бирҙе улар. Барыбыҙ ҙа юғары белем алып, төрлө институттар тамамлап, эшләп йөрөйбөҙ.

Ул йылдарҙа йәштәр араһында аң-белемгә ынтылыш шулай көслө булғандыр, юғиһә, бер ябай ауыл кешеләре ғаиләһенән генә лә шул тиклем уҡымышлы белгестәр сыҡмаҫ ине. Бының менән килешәһегеҙҙер, моғайын?

- Эйе, ул заманда уҡыйым, белем, һөнәр алам тигәндәргә тейешле шарттар ҙа бар ине бит. Беҙҙең Белорет ҡалаһында педагогия һәм медицина училищелары, металлургия техникумы, төрлө профтехучилищелар эшләп килде. Мин медицина училищеһын һайланым, һаулыҡ һаҡлау өлкәһенә юл башым шунан башланды. Аҙаҡтан, әрме хеҙмәтенән ҡайтыу менән, Башҡорт дәүләт медицина институтында дауалау хеҙмәте (терапия) буйынса юғары белем алып, әлеге көнгә тиклем һаулыҡ һаҡлау өлкәһендә хеҙмәт итәм. Бер туған энем Хәбир ҙә минең юлды ҡабатланы - шулай уҡ Белорет медицина училищеһын, аҙаҡтан медицина институтын тамамлап, табип булып китте. Районда бер ир туғаныбыҙ фельдшер булып эшләй, ҡыҙҙарымдың береһе шулай уҡ табип һөнәрен үҙ итте - ғаилә династияһына нигеҙ һалынды, тип уйлайым.

Ни сәбәпле табип һөнәрен һайларға булдығыҙ?

- Беҙҙең ауылыбыҙҙа ул саҡта 8 йыллыҡ мәктәп эшләй ине. Ауыл мәктәбен тамамлау менән Белорет медицина училищеһына уҡырға инергә булдым. 1979 йылда ошонда уҡый башлап, уны 1983 йылда тамамланым. Унан - армияға, хәрби хеҙмәткә саҡырылдым. Хеҙмәтемде тамамлап, ике ай үтеүгә, медицина институтына имтихандар биреп, уҡыуымды дауам иттем. Табип һөнәре һәр заманда ла, бигерәк тә ауылдарҙа, бик абруйлыларҙан һаналды, һәм киләсәктә лә шулай буласаҡ. Быны үҙегеҙ уйлап ҡарағыҙ: ауылда мәктәп, мәҙәниәт йорто, йәғни клуб, китапхана, фельдшер-акушер пункты бар икән - был ауылдың киләсәге бар, ул йәшәйәсәк. Бындай ауылдарҙан йәштәр ҙә ситкә китергә ашыҡмай, ғаилә ҡора, балалар таба. Тормош, нисек кенә ауыр булмаһын, дауам итә. Ә ауыл ерлегендә медицина хеҙмәте иң элгәре фельдшер-акушер пункттары аша башҡарыла, фельдшер балаларға ла, ололарға ла берҙәй кәрәк. Тап шуның өсөн республикабыҙҙа яңы етәксе килеү менән элегерәк оптималләштереү һылтауы менән ябылған фельдшер-акушерлыҡ пункттары яңынан тергеҙелә башланы, улар өсөн яңы биналар һалына, һуңғы йылдарҙа ғына ауылдарыбыҙҙа 230-ҙан ашыу ФАП яңынан эшләй башланы. Был ауыл халҡы өсөн бик тә кәрәкле, шуға ла улар быны бик яҡшы ҡабул итте. Тиҙ арала тәүге медицина ярҙамына мохтаж булғандарға ваҡытында тейешле дауа биреү өсөн уңайлы шарттар булдырылды, сөнки ауыл фельдшеры кәрәк сағында кесеһенә лә, олоһона ла ярҙамға килергә әҙер. Бында медицина хеҙмәтенең тәүге звеноһының роле баһалап бөткөһөҙ - улар ярҙамға мохтаждарҙы участка һәм район дауаханаларына йүнәлтә, ә ҡатмарлы сирҙәр менән ауырығандар белгестәр ҡарамағына район-ара, ҡала һәм республика дауалау учреждениеларына ебәрелә. Халыҡты дауалауҙа, һаулыҡ һаҡлауҙа ошондай система даими эшләргә тейеш, шул саҡта уңышҡа өлгәшергә була.

Хәлил Мөжәүир улы, һеҙ республикабыҙҙың һаулыҡ һаҡлау системаһында байтаҡ йылдар эшләйһегеҙ, һеҙҙе медицина хеҙмәтенең ғилми һәм ғәмәли өлкәләрендә ҙур тәжрибә туплаған табип булараҡ беләләр. Хеҙмәт юлығыҙ хаҡында бер нисә һүҙ әйтеп китһәгеҙ ине.

- Һаулыҡ һаҡлау эшенә тотонған сағымдан 30 йылдан ашыу ваҡыт үтеп киткән икән. Армиянан ҡайтҡас, "Ашығыс ярҙам" хеҙмәтендә эшләй башлағайным. Өфө ҡалаһының Ленин, Киров райондарының "Ашығыс ярҙам" станцияларында эшләгәнемдә күп ғәмәли белемдәргә, күнекмәләргә эйә булдым, әле булһа ул саҡта миңә тәүге тәжрибә тупларға ярҙам иткән табиптарға рәхмәтлемен. Унан һуң, медицина институтына ингәс, уҡып та йөрөлдө, ә төндәрен дауаханаға дежурлыҡҡа бара инек. Мин Республика клиник дауаханаһының реанимация бүлегендә медбрат булып эшләй башланым. Ул саҡта медицина институты студенттарында ысын табип һөнәренә ынтылыу көслө булды, ә бының өсөн табип эшмәкәрлеген "иң төбөнән" башлап өйрәнеү фарыз бит. Ә аҙаҡтан шул уҡ дауаханала табип булып эшләй башланым. Валерий Иванович Мәүлетов, Борис Борисович Ладанов, Фәрид Сөләймән улы Ғәлиев, Флүрә Мәғәриф ҡыҙы Төхвәтшина, Луиза Тимер ҡыҙы Хисамова, Руфина Әхтәм ҡыҙы Молодцова кеүек остаз-уҡытыусыларым табип һөнәре серҙәренә өйрәтте, уларға ла сикһеҙ рәхмәтлемен. Реанимация белгесе булараҡ, Ғ.Ғ. Ҡыуатов исемендәге Республика клиник дауаханаһының анестезиология һәм реанимация бүлегендә күп нәмәгә өйрәнелде, әле лә шул һөнәремә тоғро ҡалам, ул минең ғүмерлек эшемә әүерелде. Ошо бүлектә эшләгән табиптар медицина хеҙмәтенең иң ауыр, әммә үтә лә яуаплы функцияларын ғәмәлгә ашыра. Был сирле кешенең ғүмерен ҡотҡарыу менән бермә-бер бәйле. Бына, мәҫәлән, Борис Борисович Ладанов һәм Луиза Тимер ҡыҙы Хисамова ғүмере буйына бер дауаханала, бер үк медицина хеҙмәтендә - клиник дауаханаһың реанимация бүлегендә эшләне. Улар әле лә сафта, һәм уларҙы алыштырғыһыҙ белгестәр, тип әйтһәк, һис бер хилаф булмаҫ.

Үҙ эшенә, һөнәренә сикһеҙ бирелгәнлек һеҙҙең остаздарығыҙҙың төп сифаты булғандыр, моғайын?

- Эйе, улар әле лә эшләп йөрөй, мин уларға һоҡланам. Бына ни әйтер инем: беҙҙә "Башҡортостандың халыҡ табибы" тигән маҡтаулы исем индерелһә, иң элгәре ошоға лайыҡлылар рәтенә шул уҡытыусыларымдың исемдәрен индерер инем. Ғөмүмән, Ғ.Ғ. Ҡыуатов исемендәге Республика клиник дауаханаһында халыҡ һаулығын һаҡлауға бар ғүмерен арнаған арҙаҡлы табиптар етерлек. Мәҫәлән, иң элек хирург, федераль кимәлдә генә башҡарыла торған ҡатмарлы операциялар эшләүсе Нартайлаков Мәжит Әхмәт улының ҡаҙаныштары ошондай оло баһаға лайыҡтыр. Ул йылына бер нисә тапҡыр ауыр сирлеләргә бауыр, бөйөр кеүек ағзаларҙы ла күсереп ултыртыу операцияларын башҡара. Ә ошондай операциялар барышында анестезиолог һәм реаниматолог та кисектергеһеҙ ярҙам күрһәтә. Мин үҙемдең уҡытыусыларыма әйткәнем дә бар, Республика клиник дауаханаһы территорияһында һеҙгә һәйкәл ҡуйырға кәрәк, тип. Медицина фәне өлкәһендә ғилми тикшеренеүҙәр башлап ебәргәс, медицина фәндәре докторы, профессор Фәрид Сөләймән улы Ғәлиев ғилми етәксем булырға ризалашты. Ғилми яҡтан В.И. Мәүлетов һәм М.Ә. Нартайлаковтарҙың да ярҙамына рәхмәтлемен.

Медицина ғәмәлиәтенең фән ҡаҙаныштары менән тығыҙ бәйләнеше хаҡында ниндәй фекерҙәрегеҙ бар?

- Һаулыҡ һаҡлау өлкәһендә медицина фәненең роле баһалап бөткөһөҙ. Ғөмүмән, медицина өлкәһе ғалимдары һәр саҡта ла практик медицина хеҙмәтенән айырылмайынса эшләй, тиһәк, һис хата булмаҫ. Ғәмәли медицина тәжрибәһе тәрән анализға һәм фәнни яҡтан дөйөмләштереүгә мохтаж. Шул уҡ ваҡытта ғәмәлдә, йәғни дауалау эшендә фән ҡаҙаныштарын даими һәм системалы ҡулланыу һаулыҡ һаҡлау өлкәһендә бик тә һөҙөмтәле. Ғилми эш менән шөғөлләнеү табипҡа уның ғәмәли эшендә өр-яңы мөмкинлектәр аса.

Йыш ҡына совет осоро медицинаһы менән бөгөнгөһөн сағыштырып ҡарайҙар. Ошо хаҡта ни әйтер инегеҙ?

- Совет осоро медицинаһы - бар яҡтан да уйланылған, донъя кимәлендә танылған өлгөлө өлкә булараҡ билдәле. Ошо осорҙоң ҡаҙаныштарын бер кем дә инҡар итә алмай. Ә бына һуңғы 30-20 йыл дауамында Рәсәй медицинаһы Европа, Америка Ҡушма Штаттарындағы һаулыҡ һаҡлау системаһы өлгөләрен ҡулланыу юлынан китте. Беҙҙең һаулыҡ һаҡлау системаһы медицина страховкаһы менән бермә-бер бәйле эшләй. Был, күрәһең, заман талабылыр. Шул уҡ ваҡытта дауаханаларҙы, поликлиникаларҙы заманса медицина ҡорамалдары менән йыһазлауҙы оло ҡаҙаныш, тип иҫәпләйем. Был яҡтан бынан 20 йылдар элегерәк ваҡыттағы хәлде сағыштырырлыҡ та түгел. Шул уҡ медицина диагностикаһы өлкәһендәге ҡаҙаныштар беҙгә, табиптарға, дауалау эшен уңышлы башҡарырға ярҙам итә. МРТ-томография, КТ-томография, ПЭТ-томография (ядерлы медицинала позитрон-эмиссион тикшереү) кеүек заманса диагностика ысулдары элек бик һирәк кенә медицина учреждениеларында уҙғарылһа, бындай мөмкинлек бөгөн барыһы өсөн дә бар, тип әйтергә була. Тиҙ арала ышаныслы диагностика эшләй алыу - ул дауалау эшен уңышлы башҡарыу өсөн бик тә мөһим.

Һаулыҡ һаҡлау өлкәһендә уйланылмаған реформалар уҙғарыу, урындарҙағы медицина учреждениеларын оптималләштереүҙең зыяны хаҡында ниндәй фекерҙәһегеҙ?

- Әлбиттә, әле һеҙ телгә алған оптималләштереүҙең кире эҙемтәләрен беҙ әлегә тиклем күреп, белеп торабыҙ. Бына тап ошоноң һөҙөмтәһендә һаулыҡ һаҡлау өлкәһендә кадрҙар етешмәүе, бигерәк тә райондарҙа медицина хеҙмәтенең айырым тар өлкәләре буйынса белгестәр булмауы бәкәлгә һуға. Ә ауылдарҙа фельдшер-акушер пункттарын ҡыҫҡартыу күпме кешене тәү медицина ярҙамынан мәхрүм итте. Ошо арҡала әлегә тиклем фельдшерҙарға, медсестраларға, табиптарға ҡытлыҡ кисерелә. Бар кешелек өсөн уртаҡ бәлә - коронавирус пандемияһы ошондай киҫкен хәлдәрҙә медицина учреждениеларын кисекмәҫтән арттырыу, яңы биналар төҙөү, заманса медицина ҡорамалдары менән йыһазландырыу проблемаһын дәүләт кимәлендә хәл итеү зарурлығын тыуҙырҙы. Быны, мәҫәлән, республикабыҙ етәкселеге лә, ҡала һәм район башлыҡтары ла яҡшы аңлай. Медицина хеҙмәтен тергеҙеү, яңыртыу, урындарҙағы медицина ойошмалары өсөн фельдшер-акушерҙар, табиптар әҙерләү эшенең ни тиклем мөһим икәнлеге барыһына ла асыҡ. Ошо йәһәттән республикабыҙҙа бындай эштәрҙе планлаштырыу, ғәмәлгә ашырыу өсөн тейешле финанс сығымдары ла ҡаралған хәҙер. Был яҡтан беҙ башҡа төбәктәргә өлгө була алабыҙ: ауылға ҡайтып эшләргә теләк белдергән фельдшер-табиптарға

✓ *Һуңғы 4 йыл дауамында республикабыҙҙа йәшәгән оло быуын кешеләре өсөн гериатрик үҙәк эшләй. Республикабыҙҙа йәшәгән 4 миллион 51 мең кешенең 984 меңе - 60 йәштән уҙған кешеләр, уларҙың 800 меңләбе - 65 йәштән олораҡтар.*

МОСТАФИН:
кеше ғүмерен ҡотҡарыу

миллион һум күләмендә аҡсалата ярҙам күрһәтеү, фатир, ер участкалары менән тәьмин итеү - былар ауылдарыбыҙҙа һаулыҡ һаҡлау эшен тергеҙеү йәһәтенән үтә лә файҙалы ғәмәлдәр.

Һеҙ, Хәлил Мөжәүир улы, инде байтаҡ йылдар Башҡортостан Республикаһының халыҡ араһында киң билдәле һаулыҡ һаҡлау учреждениеһында - Һуғыш һәм хеҙмәт ветерандары республика клиник госпиталендә баш табип вазифаһында эшләйһегеҙ. Ветерандарыбыҙҙың, ғөмүмән, оло быуын кешеләренең һаулығын һаҡлау эшенең ниндәй үҙенсәлектәре бар, ошо хаҡтағы фекерҙәрегеҙҙе уҡыусыларыбыҙға еткерһәгеҙ ине.

- Беҙ һуғыш һәм хеҙмәт ветерандары алдында ифрат бурыслыбыҙ. Быйыл Бөйөк Еңеүҙең 75 йыллығын байрам иттек. Ошо ҡанлы һуғышта ҡатнашҡан, әле арабыҙҙа йәшәгән ветерандарҙы иҫәпләп, берәмләп һанап сығырға була. Ә Башҡортостандан һуғышҡа 720 мең кеше алынып, уларҙың 300 меңе генә кире ҡайтҡан, уларының да күпселеге яралар алған була. Беҙҙең госпиталь Бөйөк Ватан һуғышы йылдарынан алып эшләп килә, ул саҡта уҡ барыһы 940 кешене дауалау ҡаралған. Әлеге көндә һуғыш ветерандарының иң йәш тигәненә лә 89-90 йәш тулған. Һуңғы ветерандар арабыҙҙан китә, барса республикала улар 680 кеше иҫәпләнә. Улар һәр төрлө ярҙамға, ҡарауға мохтаж, күбеһе 1-се, 2-се төркөм инвалидтары. Беҙ госпиталдә шулай уҡ тыл ветерандарына ла медицина ярҙамы күрһәтәбеҙ, уларҙың барыһы ла оло йәштәге кешеләр, 40 меңдән ашыу кеше иҫәптә, улар ҙа һуғыш ветерандарына тиңләнә. Унан башҡа, госпиталь Афғанстанда, Чехословакияла, Вьетнамда, Чечняла, башҡа һуғыш барған урындарҙағы бәрелештәрҙә ҡатнашҡан элекке яугирҙарға, Чернобылдә, атом бомбаһын һынаған саҡта зыян күргән граждандарға даими рәүештә медицина ярҙамы күрһәтә.

Һуңғы 4 йыл дауамында республикабыҙҙа йәшәгән оло быуын кешеләре өсөн бик кәрәкле эш алып барабыҙ - госпиталь базаһында гериатрик үҙәк эшләй. Республикабыҙҙа йәшәгән 4 миллион 51 мең кешенең 984 меңе - 60 йәштән уҙған кешеләр, уларҙың 800 меңләбе - 65 йәштән олораҡтар. Оло йәштәгеләр, бигерәк тә төрлө сирҙәргә дусар булғандар, беҙҙең ярҙамға мохтаж. Улар, ҡабул ителгән план-графикҡа ярашлы, госпиталдә тейешле дауа ала, шуның өсөн дә беҙҙең госпиталь һаулыҡ һаҡлау өлкәһендә республика кимәлендәге иң әһәмиәтле дауалау учреждениеһы һанала. Шуның өсөн ошо госпиталь киләсәктә лә халыҡтарыбыҙға хеҙмәт күрһәтеүҙе дауам итәсәк.

Бер кемгә лә сер түгелдер, ошо үтә лә мөһим дауалау ойошмаһына даими ярҙам итеүсе бер ойошма бар - ул "Урал" хәйриә фонды. Ошо хаҡта бер кәлимә һүҙ әйтеп үтеү урынлылыр, тим.

- Беҙҙең беренсе Президентыбыҙ Мортаза Ғөбәйҙулла улы Рәхимов госпиталгә бик ҙур ярҙам күрһәтә. Бына, әйтәйек, госпиталгә Оборона министрлығы тарафынан Өфө ҡалаһындағы элекке хәрби госпиталдең бинаһы бирелгәйне. Ошо иҫке бинаға "Урал" хәйриә фонды ярҙамы менән тулыһынса реконструкция уҙғарылды, бина заманса талаптарға ярашлы төҙөкләндерелде, һәм ошо яңыртылған корпус беҙҙең ветерандарыбыҙға хеҙмәт итә бөгөн. Әйтергә кәрәк, беҙҙең госпиталгә "Урал" хәйриә фондының һуңғы 7-8 йылда күрһәткән ярҙамының күләме 500 миллиондан ашты. Ошо ярҙам һөҙөмтәһендә яңыртылған палаталар, йыһаздар, медицина ҡорамалдары - былар барыһы ла республикабыҙ ветерандарының һаулығын нығытыуға йүнәлтелде. Ошо фактты Мортаза Ғөбәйҙулла улының әле лә республикабыҙ халыҡтары хаҡындағы хәстәрен асыҡ сағылдырған бер дәлил итеп ҡарау фарыздыр ул. Шуның өсөн беҙҙә дауаланған ветерандар, госпиталь коллективы һәм үҙемдең исемдән Мортаза Ғөбәйҙулла улы Рәхимовҡа гәзитебеҙ биттәренән оло рәхмәтебеҙҙе белдереп, артабан да изге эштәребеҙҙе бергәләшеп башҡарырбыҙ, тигән өмөттә ҡалам.

Хәлил Мөжәүир улы, республикабыҙ халыҡтарына ниндәй теләктәрегеҙҙе еткерер инегеҙ?

- Табиптың кешеләргә иң беренсе сиратта теләгәне, теләгәндәренең иң мөһиме берәү генәлер - иҫән-һау йәшәһендәр. Һәр кем яҡындары, ғаиләһе, дуҫ-иштәре менән аралашып, һаулыҡ, таҙалыҡ тантана иткән донъяла йәшәһен ине. Иң элгәре бар донъяны баҫып алған афәттән һаҡланыу сараһын күрһендәр ине. Һәр кемебеҙ аҙ ғына ваҡытҡа булһа ла ҡәҙимге йәшәйешебеҙ мәшәҡәттәрен ҡалдырып тороп, донъябыҙ, үҙебеҙ, яҡындарыбыҙ хаҡында уйланырға тейештер ул. Әлеге коронавирус сире беҙҙең донъяға ҡарашыбыҙҙы ла үҙгәртергә мәжбүр итәсәк. Нисек йәшәйбеҙ, ниҙәр ҡылабыҙ, бер-беребеҙгә ниндәй мөнәсәбәттәбеҙ, аралашыу, ғөмүмән, тормош-йәшәйеш ҡағиҙәләрен нисек үтәйбеҙ - былар барыһы ла донъябыҙ именлеген тәьмин итә торған тәү шарттарҙыр, тим.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Ошо әңгәмәбеҙҙе тамамлаған мәлдә редакциябыҙ һәм гәзит уҡыусыларыбыҙ исеменән билдәле табип Хәлил Мөжәүир улы Мостафинға, ул етәкләгән коллективҡа халҡыбыҙ һаулығын һаҡлау өлкәһендә уңыштар теләп хушлаштыҡ. Ул ошо изгеләрҙән-изге эштәрҙә һөнәри антына тоғро ҡалып, маһир табиптарҙан торған коллективының киләсәктә лә һыр бирмәйәсәгенә ышаныс белдерҙе.

Арыҫлан ТАЙМАСОВ
әңгәмә ҡорҙо.

ХАЛЫҠ ДАУАҺЫ

Сөгөлдөр шифаһы

1,5 кг таҙартылған сөгөлдөрҙө ҙур киҫәктәргә бүлегеҙ ҙә, 2 литр һыу ҡойоп, талғын утта 1 сәғәт бешереп алығыҙ. Уттан алғас, 1 ҡалаҡ шәкәр, шул сама алма һеркәһе һалығыҙ һәм һыуытҡысҡа ултыртығыҙ. Ашар алдынан көнөнә 3-4 тапҡыр 30-40 мл эсегеҙ һәм бер-ике киҫәк сөгөлдөр ашағыҙ. Был сара ҡан сифатын яҡшырта, организмды, бауырҙы таҙарта, енси биҙҙәр, ҡан тамырҙары, тын алыу системаһы эшмәкәрлеген яҡшырта, ҡан баҫымын төшөрә, йөрәк ауырыуын, 2-се типтағы диабетты, остеопорозды, енси көсһөҙлөктө дауалай, климакс ваҡытын еңеләйтә, артерияларҙы, капиллярҙарҙы нығыта, хәл өҫтәй.

Эсәктәреңде...

Эсәкте паразиттарҙан, лайланан, тиҙәк ташынан таҙартып, бик күп ауырыуҙан ҡотолорға мөмкин. Билдәле булыуынса, кешенең 70 йыл ғүмерендә эсәк аша 100 тонна аҙыҡ, 40 мең литр шыйыҡса үтә. Һөҙөмтәлә унда организмды ағыулаған 15 килограмдан ашыу тиҙәк ташы, токсик ҡалдыҡтар йыйыла.

Эсәктең бысраҡлығын белдергән билдәләргә йыш эс ҡатыуы, матдәләр алмашыныуы боҙолоу, шәкәр диабеты, аллергия, артыҡ ауырлыҡ йәки ябығыу, бауыр, бөйөр ауырыуҙары, насар ишетеү, күреү, сәс ҡойолоуы, тырнаҡ һыныуы һәм башҡалар инә. Бында клизма ғына ярҙам итмәй, сөнки ул йыуан эсәктең бәләкәй генә урынын таҙарта, өҫтәүенә, микрофлораны боҙа. Ә бына 1-2 балғалаҡ етен орлоғонан эшләнгән махсус ондо 2-3 аҙна дауамында эсһәгеҙ, йыуан һәм нәҙек эсәкте күп йыллыҡ лайланан, паразиттарҙан, тиҙәк ташынан арындырырға мөмкин.

Эсәктең бысраныуын ошондай юл менән иҫкәртергә була: бер аҙна иртә һайын 1 балғалаҡ етен онон 100 грамм кефирға йәки йогуртҡа, ҡаймаҡҡа ҡушып ашағыҙ. Икенсе аҙнаһына 2 балғалаҡ етен оно ҡушып, ҡабул итегеҙ. Таҙарынған ваҡытта көнөнә 2 литрға тиклем һыу эсегеҙ.

Эсәк һәм ҡан тамырҙарын токсиндарҙан таҙартыу өсөн ошо ҡатнашманы әҙерләгеҙ: 1 ҡалаҡ ҡарабойҙай, 1 балғалаҡ имбирь онтағы (имбирь тамырын файҙаланырға ла мөмкин), 200 мл кефир, 1 балғалаҡ балды бергә ҡушып, яҡшылап бутағыҙ ҙа төнгөләккә һыуытҡысҡа ҡуйығыҙ. Иртән торғас, тағы яҡшылап бутағыҙ ҙа эсегеҙ һәм 3 сәғәт тирәһе бер нәмә лә ашамай-эсмәй тороғоҙ. Уны 14 көн дауамында иртәнге аш урынына ҡулланырға була. Шәкәр кимәле юғары булғандарға бал һалмаҫҡа кәңәш ителә.

Көслө йүтәлдеме?

Трахеит (боғарлаҡ тиресәһе шешеүе) менән ауырығанда ныҡ йүткертә. Дарыуҙар ярҙам итмәһә, ошо дауалау ысулы йүтәлдән ҡотҡарыр. Ҡиммәт тә түгел, һөҙөмтәһе лә ҙур. Уның өсөн дарыухананан түбәндәгеләрҙе һатып алығыҙ:

"Йүткереүҙән дарыу" ("Таблетки от кашля" тип атала, икенсе төрлө әйткәндә - термопсис).

"Күкрәк эликсиры" ("Грудной эликсир" - нашатыр-әнис тамсыһы).

Рецепт: 2 төймә дарыуҙы стаканда иҙегеҙ ҙә, уға 1 балғалаҡ эликсир, ике ҡалаҡ ҡайнар һыу ҡойоп бутағыҙ һәм эсегеҙ. Көнөнә өс тапҡыр ашарға ярты сәғәт һәм йоҡларға ике сәғәт ҡалғас ҡабул итегеҙ.

Тағы бер ысул менән иң көслө йүтәлде лә дауаларға мөмкин. Уны әҙерләү өсөн бер стакан һөт ҡайнатығыҙ. Уға 1 ҡалаҡ аҡ май, бал һәм ныҡ итеп туҡылған йомортҡа һарыһы, 1/4 балғалаҡ сода һалып, яҡшылап бутағыҙ. Бер стакан микстураны йоҡо алдынан бәләкәй генә йотомдар менән эсегеҙ. Был эсемлек бронхиттан, ларингиттан, трахеиттан дауалай.

Йүткереүгә ҡаршы тағы бер ысул: 1 стакан эҫе һөткә йомортҡаның ағын, 1 ҡалаҡ бал һәм ошондай уҡ күләмдә араҡы һалып эшләнгән микстура файҙалы. Шулай уҡ йүтәлдән торма ҡотҡарырға мөмкин. Быны өсөн кисен йоҡларға ятыр алдынан йәшелсәне ҡырҡып, бер аҙ эсен алығыҙ һәм 1 балғалаҡ бал һалығыҙ. Тәмле дарыуҙы иртән торғас та эсеп ҡуйығыҙ.

Аяғыңды - һабынлы һыуға

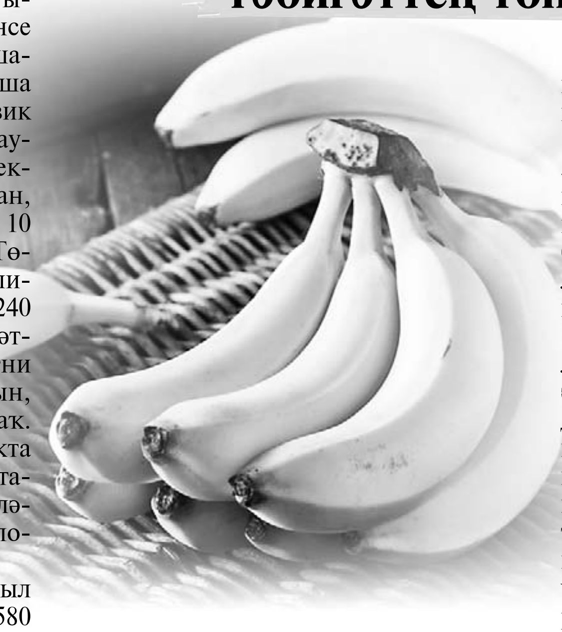
Аяғығыҙ ауыртһа, таҫҡа йәки күнәккә 2-3 литр йылы һыу ҡойоғоҙ, һыу аҡ төҫкә ингәнсе унда кер һабынын ебетегеҙ, бер ҡалаҡ тирәһе аш содаһы һәм тоҙ (диңгеҙ тоҙо) һалып бутағыҙ. Түҙә алғансы ҡайнар һыу ҡушығыҙ, 10 тамсы йод тамыҙығыҙ ҙа, 15 минутҡа (1 минут та артыҡ түгел) аяғығыҙҙы тығып ултырығыҙ. Аҙаҡ яҡшылап ҡоротоп, крем йәки мазь һөртөп, массаж яһағыҙ, йөн ойоҡ кейегеҙ ҙә йоҡларға ятығыҙ. Был һыуҙы өс тапҡыр ҡулланғас, яңынан эшләгеҙ. 10-12 процедуранан һуң аяҡ һыҙлауы бөтә. Тамырҙары менән проблема булғандарға (варикоз, тромбофлебит) йылы һыу кәңәш ителә.

СӘЛӘМӘТЛЕК ӘЛИФБАҺЫ

Һуңғы ваҡытта тукланыуға етди иғтибар бирелә һәм ҡасандыр көн тәртибендә булған "Нимә ашайһың - һин шул" тигән һүҙҙәр ҡабат көн ҡаҙағына сығарыла. Ғәмәлдә, экологик тап килеү - ул тәбиғәттең төп ҡануны, әгәр беҙ сит ризыҡ ҡулланабыҙ икән, ошо төп ҡанунды боҙабыҙ.

СИТ РИЗЫҠТЫ АШАМА:

тәбиғәттең төп ҡануны был



Себер халҡына ананастар ашатыу - уларҙы ғүмер буйы йәшәгән үҙ климатынан айырыу ул, сөнки ананас икенсе климат мәғлүмәтен йөрөтә һәм уны ашаусылар үҙҙәрендәге климатҡа яраҡлаша алмай. Шуға күрә беҙҙең бик күп физик сирҙәребеҙҙең сәбәбе - дөрөҫ туҡланмауҙа. Хәҙерге ваҡытта ситтән аҙыҡ-түлектең 65 проценты индерелә (ит, банан, ананас һ.б.), ә был нисбәт бары тик 10 процент булырға тейеш. Мәҫәлән, Төмәндә үҫкән боланутта С витамины лимонға ҡарағанда 6 тапҡырға күберәк (240 мг һәм 40 мг), ә Салехардта был күрһәткес 20 тапҡырға етә (810 мг). Йәғни үҫемлектәр төньяҡтараҡ үҫкән һайын, улар витмаиндарға нығыраҡ байыраҡ. Шуға күрә Себер халҡына көньяҡта үҫкән емеш-еләкте ашарға ярамай. Витамин тигән булһаҡ та, киреһенсә, сәләмәтлегебеҙҙе ҡаҡшатабыҙ, сөнки экологик тап килеү ҡанунын боҙабыҙ.

Иң ҡыҙығы, ата-олатайҙарыбыҙ был хаҡта яҡшы белгән. Иван Грозный 1580 йылда: "Илде баҫып алырға теләһәң - сит илдән аҙыҡ-түлек индер; энергия китәсәк, кешеләр ауырый башлаясаҡ, ә сирле кеше менән идара итеү еңелерәк", - тигән. Иван Грозныйҙың китапханаһында 5 мең китап тупланған һәм ул ситтән индерелгән аҙыҡ-түлектең зыяны хаҡында хәбәрҙәр булған.

Ризыҡ - ҡорбандар өлөшө

Аҙыҡ-түлек - глобаль маркетинг алдағы. Беҙ ашарға яратабыҙ, рестарандар һәм кафеларҙы үҙ итәбеҙ, бешерәбеҙ, эштә, эшлекле осрашыуҙарҙа, дуҫтар менән осрашҡанда ашайбыҙ, сөнки ризыҡ - ул наркотик, ә кешеләр - аҙыҡ-түлек наркомандары. Иң насары - был наркотикала беҙҙе аҙыҡ-түлек корпорациялары, ресторатрорҙар һәм башҡа ҡыҙыҡһыныусы кешеләр ултырта. Һөҙөмтәлә заман кешеһе үҙенә кәрәккәндән күберәк ашай һәм быны төрлө рекламалар аша һендерәләр.

Аҙыҡ-түлек сүп-сары

Беҙҙә был исемлеккә Пепси-Кола, Кока-Кола, төрлө Орбит, Дирол һәм башҡа бик күп нәмәләрҙе индерергә була. Уларға аспартам ҡушыла һәм ул бик күп өҙләгәүҙәргә килтерә. Беренсенән, интеллект түбәнәйә (әгәр буласаҡ әсә был продукттарҙы ҡулланһа, балаһының интеллекты 15 процентҡа түбәнерәк була). Аспартам баш ауыртыуына килтерә, күңел болғана, депрессия барлыҡҡа килә, ашҡаҙан ауырта, күреү һәләте насарлана, быуындар һыҙлай башлай.

Йод

Йодты ғаилә менән эсергә мөмкин: бер стакан һөткә 3-5 тамсы тамыҙырға һәм эсергә. Яҙын һәм көҙөн 3 аҙналыҡ берәр курс үтергә кәрәк. Наполеон үҙ армияһы һалдаттарына һәр саҡ йод биргән, барыһының да ҡалҡан биҙен тикшергән, сөнки был ағза насар эшләһә, кретинизм барлыҡҡа килә. Йод - интеллект өсөн дауа. Рәсәйҙә халыҡтың 35 проценты үҙҙәре лә белмәҫтән йод ҡытлығы менән интегә. Балалар мәктәптә ауыр уҡый, яны белемде ауыр үҙләштерә. Йод етмәгәндә кеше тиҙ ҡыҙыусанға әйләнә, күңеле һәр саҡ төшөнкө була, йоҡоһо килә, һағыш баҫа, тиҙ онота, хәтере, иғтибары насарлана, бик йыш башы ауырта, йоғошло ауырыуҙар менән сирләй, гемоглобин кимәле төшә. Ҡыҙыл сөгөлдөр япрағында һәм бәпкә үләнендә йод бик күп.

Аҡ икмәк - кастратус

Аҡ икмәкте "кастратус" тип атайҙар, йәғни бестерелгән икмәк һәм был дөрөҫ тә, сөнки ул - буш. Әгәр балаға тик аҡ икмәк, ҡалас һ.б. бирһәк, беҙ алдан уҡ уға сир һалабыҙ. Рустә аҡ икмәкте байрамдарҙа һәм ял көндәрендә генә ашағандар, башҡа ваҡытта көрпәле икмәк ҡулланылған - тап шундай икмәк беҙгә көс һәм сәләмәтлек бирә лә инде. Аҡ икмәк гемоглиаз сирен барлыҡҡа килтерә, ҡанды ҡуйырта, шунлыҡтан гипертониктар арта, ашҡаҙан-эсәк тракты эшмәкәрлеге боҙола.

Аҡтамыр

Аҡтамыр - көслө дауалау үҫемлеге. Юҡҡа ғына яҙын уны эттәр һәм бесәйҙәр ашамайҙыр. Аҡтамырҙа кремний бар (кремний кальцийҙы тотоп тора) - был артроздан, артриттан һаҡлай. Шулай уҡ ул ишетеү, күреү һәләтен яҡшырта, ашҡаҙанды таҙарта, гастриттан дауалай.

Уны ҡулланыу бик ябай: бер услам үләнде алып, кәстрүлгә һалырға ла 10 минут ҡайнатырға һәм һөҙөп ташларға. Аҡтамыр төнәтмәһендә бутҡа, аш - бөтә нәмә бешерергә мөмкин. Аҡтамыр тамырынан он эшләргә (тамырҙарын таҙартып, киптереп, тартырға) һәм икмәк бешерергә була. Күпме генә эремсек йәки кальций препараттары ашаһағыҙ ҙа файҙаһы юҡ, бигерәк тә кеше ҡартайған һайын кальцийҙың файҙаһына ҡарағанда зыяны күберәк. Кальцийҙы нормала тотор өсөн кремний кәрәк.

Витаминдар

Яһалма витаминдар - ул япраҡ йәки еләк түгел, улар - синтетика һәм организмда уларҙан һаҡланыу сараһы юҡ. Беҙ был хаҡта балаларыбыҙға ла, ейәндәребеҙгә лә һөйләмәйбеҙ. С витамины - иң хәүефле витамин. Табип тәғәйенләгән 1 грамм С витамины кәрәкле дозанан 25 тапҡыр артып китә. Һәр төймә С витаминын ашағас, мотлаҡ бер литр һыу эсергә кәрәклеген дә берәү ҙә әйтмәй.

Витаминдар яман шеш күҙәнәктәрен барлыҡҡа килтерә һәм бында С витамины ғына гәйепле түгел. Табип тәғәйенләгән витаминдарҙың артыҡ булыуы сәләмәтлеккә кире йоғонто яһай.

Ә тәбиғи витаминдар, киреһенсә, файҙалы. Бәпкә үләнендә витаминдар лимонға ҡарағанда 4 тапҡырға артыҡ тинек инде. Ни өсөн кишер һабағын йыймайбыҙ (геморройҙы, ҡан тамырҙарын дауалай), ҡыҙыл сөгөлдөр, редиска һабағын... Торманы бөтөнләй үҫтермәйбеҙ (ул ҡурылдайҙарҙы, бауырҙы һ.б. дауалай). Һырғанаҡта витаминдар бик күп, әммә емештәрендә түгел, ә япраҡтарында. Ул холецистит, панкреатит, миоманан ярҙам итә. Иң ҡиммәтлеһе - һырғанаҡ япрағы, улар лимондан 10 тапҡырға витаминлыраҡ һәм теләһә ниндәй шештең үҫеүен тотҡарлай. Һырғанаҡ япрағын ҡарағат һәм ҡурай еләге япрағы кеүек уҡ, сәй итеп эсер өсөн әҙерләргә кәрәк (ҡурай еләге япрағында тәбиғи аспирин күп).

Диңгеҙ тоҙо

Әбүғәлисина ризыҡ әҙерләгәндә бары тик диңгеҙ тоҙон ғына ҡулланырға кәрәк, тигән. Диңгеҙ тоҙонда 64 микроэлемент бар, шуларҙың 58-е беҙҙең организм менән дөйөм, тимәк, беҙгә натрий хлориды нимәгә? Диңгеҙ тоҙон Францияла, Швецияла, Норвегияла, Голландияла, Германияла, Болгарияла ҡулланалар.

Теләһә ҡайһы дарыуханаға инеп, ванна өсөн иң осһоҙ, бер ниндәй ҡатнашма булмаған, һоро төҫтәге тоҙҙо алығыҙ. Сөнки унда кремний күберәк. Диңгеҙ тоҙон ашҡа, бутҡаға, йәшелсә тоҙлағанда ҡулланырға була.

Йодлы тоҙ - ул ахмаҡлыҡ, уны бер көндә ашарға кәрәк, сөнки пакетты асыуҙың икенсе көнөнә унда йод ҡалмаясаҡ.

Сайыр һәм ҡайыр

Беҙ хәҙер Американан ҡарағай ҡайыры (ҡабығы) һатып алабыҙ ("Пикногенол", бер ҡабы 1200 һум тора), үҙебеҙҙә иһә уны диләнкәләрҙә ҡалдырабыҙ. Теләһә ниндәй ҡарағайҙың ҡайырыһын алығыҙ һәм ваҡлап ҡайнатығыҙ.

Ә Яңы йыл шыршыһын нисек ташлап ҡуйырға мөмкин? Ул бронхыларҙы дауалай, ҡан тамырҙарын таҙарта, ә был - артроздан һаҡланыу сараһы, унда кремний күп. Шуға күрә, Яңы йыл шыршыһын ташлау - ул енәйәт. Беренсенән, ул һәләк ителгән ғүмер, һеҙ ағастың ғүмерен ҡыйҙығыҙ, исмаһам, уны үҙегеҙҙең сәләмәтлегегеҙ өсөн ҡулланығыҙ, унан гәфү итеүен һорағыҙ. Белемселәр йыйғанда кешеләргә файҙа килтереү өсөн һәр үҫемлектән рөхсәт һорай.

Мин махсус рәүештә Яңы йылға пихта ултыртам, сөнки ул ылыҫын оҙаҡ һаҡлай. Һуңынан уны бәләкәй киҫәктәргә турап, самауырға һалып ҡайнатам һәм ыҫмалаһын алам. Ыҫмала лимонға ҡарағанда 5-6 тапҡырға файҙалыраҡ.

Имән, тал, тирәк - тәбиғи аспирин сығанағы. Өйөгөҙҙә һәр саҡ ошо өс ағас ҡайырыһының онон тоторға кәрәк. Еңелсә һалҡын алдырғанда имән ҡайырыһы онон балғалаҡтың сирек өлөшө мелән алып ҡабаһығыҙ ҙа, һыу эсеп ҡуяһығыҙ, температурағыҙ төшөр. Имән температура төшөрөү, елһенеү, бактерицид сифаттарға эйә, шулай уҡ описторхоз, простатит, простата биҙе аденомаһы, бөйөрҙәр елһенеүе ваҡытында ҡулланыла.

Мәктәптә нимәгә өйрәтәләр

Беҙҙәге белем бер нәмәгә лә ярамай! Мәҫәлән, ҡаҙаяҡ тураһында нимә һөйләйҙәр: нисек енесһеҙ үрсеү күҙәнәктәре (споралар) барлыҡҡа килә, спорангтар, спора нисек ҡойола, нисек үҫемлек шытып сыға. Әммә берәү ҙә ни өсөн япондарҙың ҡаҙаяҡ ашағанын һөйләмәй (беҙ Японияға йыл һайын 700 тонна ҡаҙаяҡ оҙатабыҙ). Ни өсөн ашайҙар һуң? Унда ниндәй микроэлементтар бар, ул нимәнән һаҡлай, ни өсөн япондар бер ниндәй ресурсҡа эйә булмайынса, беҙгә ҡарағанда 30 йылға оҙағыраҡ йәшәй?

Кеше үҫемлектәрҙе нисек ҡулланырға, уларҙы ҡасан йыйырға һәм нисек ашарға белергә тейеш. Ошоларҙан башҡа беҙгә файҙаһыҙ мәғлүмәт нимәгә кәрәк? Балаларға баҡсала үҙендә нисек тоторға, нимәне ашарға - мәҫәлән, шул уҡ бәпкә үләне, кишер һабағы, аҡтамырҙы - өйрәтеү зарур. Һәр тыуған яҡты өйрәнеү музейында мамонт һөйәктәре һәм көнкүреш ҡоралдары менән бер рәттән, дауалау, ашарға яраҡлы һәм ағыулы үҫемлектәр тураһында стенд булырға тейеш. Крайҙы өйрәнеү, уны белеүҙең файҙаһы тап шунда ла инде. Бында һаулыҡты нисек һаҡлайҙар, нимә иҫәбенә, тәбиғәт менән нисек бәйләнгәндәр.

Халыҡ медицинаһы

Рәсәйҙә 1933 йылға тиклем институттарҙа ботаника уҡытылып, һәр табип белешмә-гербарий йыйған (һәр үҫемлек аҫтына нисә йәштә, ниндәй ауырыуҙарға, күпме күләмдә һәм ниндәй үҫемлектәрҙе эсерергә икәнлеге яҙылған). Болгарияла был практика 1996 йылға тиклем һаҡлана. Ә ни өсөн уны алып ташлайҙар? Беҙҙә бит үләндәр менән дауалау иң көслөһө була. Йәиһә хәҙерге ваҡытта эшләнгән кремдарҙы ҡарағыҙ, улар барыһы ла үләндәр нигеҙендә эшләнгән. Быға ышанырға мөмкинме? Шикләнәм. Бәлки, мөмкиндер, әммә һәр ваҡыт түгел. Халыҡ медицинаһына шундай мөнәсәбәттәбеҙ икән - был ҡот осҡос.

Халыҡ медицинаһы - ул халыҡ традицияһында һаҡланып ҡалған үҙ-үҙеңдә (ә сыҫҡандарҙа йәки ҡуяндарҙа түгел) клиник (йәғни дауалаусы) тәжрибә. Бөгөн "традицион" тип аталған медицина - ул беҙҙеке түгел, ул рәсми медицина. Традицион медицина - ул халыҡ медицинаһы, халыҡ традицияһы.

Беҙҙә барыһын да баштүбән әйләндерҙеләр. Һөлөк һалыу, массаж, мануаль терапия һ.б. - ул халыҡтың традицион медицинаһы. Бына уны күтәрергә, үҫтерергә кәрәк, сөнки ул быуаттар буйына кешеләрҙә һыналған. Был тәжрибәне өйрәнеү мөһим. Ә беҙҙә 1933 йылда дарыуҙар ашап йәшәрбеҙ, тип ҡарар иттеләр һәм... йәшәй алманыҡ. Хәҙерге препараттар күпме өҙләгәүҙәр бирә.

Әйткәндәй, Япония алдынғы урын биләй, уларҙа медицина бик ҡыҙыҡлы: табиптарҙың 50 проценты тик үләндәр генә, ҡалған яртыһы үләндәр һәм заманса химик ҡатнашмалы препараттар тәғәйенләй. Япондар туҡланыуында 160 төрлө үҫемлек ҡуллана һәм беҙгә ҡарағанда 30 йылға артыҡ йәшәй.

Дәүерҙәр алмашыныуы

Беҙ Һыуғояр эраһына индек (славян традицияһында - Бүре дәүере). Астрология, йондоҙҙарҙың башҡа конфигурациялары үҙгәрҙе, шуға күрә үҫемлектәрҙең энергетикаһы ла үҙгәрә. Алма бик көслө энергетикаға эйә, аир (иртамыр) үҙенең энергияһын көсәйтә (хатта ваннаға һалынған бәләкәй генә аир киҫәге лә кире энергияны алып ташлай).

Лидия СУРИНА,
биология фәндәре кандидаты, фитотерапевт, 40 йыл стажлы үлән менән дауалаусы.

✓ *Димдең төн йоҡоһо осто. Сәғәт инде 23:44 күрһәтә, ә ҡаршылағы йорттоң дүртенсе ҡатында берҙе булһа ла ут тоҡанманы. Беренсе кис түгел, быға тиклемге ике көн дә ошондай ҡара тынлыҡта үтте. Гөл ҡайҙа?*

Күптән Си Цзиньпин урамына бындай иғтибар булғаны юҡ ине. Иртәнән алып батҡаҡ ҡатыш асфальт буйлап оператор һәм төрлө халыҡ йүгерә. Баҡтиһәң, Өфөгә Мәскәүҙән ниндәйҙер ғалим килгән, ул ҡалала албаҫты эҙҙәрен эҙләй. Тамара нисектер уның кеүек мистикаға ышаныусылар менән бәйләнешкә сыҡҡан. Урындағы телеканалдарҙың береһе был мөмкинлекте ысҡындырмаҫҡа булып, ғалимға эйәргән. Сенсация бит! Баш ҡала уртаһында малай юғалған, ә урындағы халыҡ быны албаҫты эше, ти. Етмәһә, халыҡ һүҙен ҡеүәтләп, ниндәйҙер ғалим йөрөй. Тамара - бөгөн иғтибар үҙәгендә. Ул йә тегендә, йә бында тороп, камераға фараздарын яңғырата. Кисә генә тиерлек күлдән йыртылған кейем һөҙөп алғандар ине. Был факт Си Цзиньпинға эйәләгән шайтандың төп дәлиле. Ғалим шул сепрәк киҫәген тотоп, албаҫтылар, ғәҙәттә, кешене шулай үлтерә, бында уның тырнаҡ эҙҙәре ҡалған, тип, асыштарын яһай.

- Застройщик эше был, - тине Дим менән халыҡ төркөмөн күҙәтеп торған Саша. Александр - икенсе яҡтан күрше йәшәгән ир. Торғаны менән бәһлеүән: буйға оҙон һәм йыуан. Һимеҙ ҙә тип әйтмәҫһең, культурист та тимәҫһең, үҙенең тәбиғи кәүҙәһе шулай. Дим унан ҡайһы саҡ ҡурҡып та ҡуя, сөнки бындай кеше һинә тондорһа, ятҡан ереңдән кире тормаҫһың. Үҙенсәлекле, һаҡауыраҡ һөйләшеүе һәм балаларса бер ҡатлылығы ғына уны йомшағыраҡ күрһәтә.

- Репортерҙар - застройщик эшеме? - тип һораны Дим.

- Юҡ, малайҙың юғалыуы. Ул беҙҙе бынан нисек ҡыуырға белмәй. Бында енәйәттәр күбәйһә, беҙ үҙебеҙ ҡурҡып ҡасырбыҙ ҙа, ул ошонда тағы бер йорт төҙәрмөн, тип уйлай. Тик мин ҡурҡмайым, үҙе йоҙроғомдан ҡурҡһын. Ҡул тирәләй мистиканы ла застройщик булдыра, белеп ҡуй, - тип йоҙроғон төҙөлөш яғына күрһәтеп, өйөнә табан юлланды күрше.

Сенсация һунарсылары Димдән дә фекерен һораны. Егет быны, застройщик эше, тип яуапланы. Ысынлап та, танау алдында ғына ашлы һыу - күл була тороп, нинә уны камера алдында хәл итә башламаҫҡа? Һәр хәлдә, ул бит тап шул төҙөлөш арҡаһында барлыҡҡа килде, тимәк, уны ҡоротоу эше менән дә төҙөүселәр шөғөлләнергә тейеш. Тик ғалимға ла, күрше Тамараға ла был фекер оҡшаманы. Дим боролоп өйөнә инер саҡта Мәскәү ҡунағы уға: "Һағыраҡ бул, һинең менән йәнәш кенә ҡурҡыныс йыртҡыс йәшәй, ә һин быны күрмәйһең", - тип ҡысҡырып ҡалды. Теләһә нәмә уйлаһындар. Әйҙә, кемдең эше юҡ, улар ышанһын, ә Димгә көндәлек мәшәҡәттәр менән булышырға кәрәк.

Ни тиһәң дә, кис - Димдең яратҡан мәле. Көндөҙгө шаушыу тамам, Тамара һәм ҡалған күршеләр күптән ишектәге йоҙаҡтарын бикләп, йоҡларға йыйына, ә егет тәҙрә аша урам күҙәтә. Күл арьяғындағы убала ҡалҡҡан йорттоң тәҙрә уттары йондоҙҙарҙы алмаштырған, тип әйткәйнем дә. Дим шул уттарға ҡарап, үҙ уйҙарына сумған. Күрше төҙөлөштә эшләгән кран да кис етеү менән уттар ҡабыҙып, түңәрәк хәрәкәттәр яһай. Бына һинә планеталар парады, аҡса түгеп, планетарийға ла йөрөргә кәрәкмәй. Ҡул тирәләй быҙауҙай аҡ эт еҫкәнеп йөрөй. Дим бер хайуанға, бер ҡулындағы пистолетҡа ҡарап ҡуя. Эттең Гөлдө ҡурҡытыуы иҫкә төшкәс тә, бер сығып, шуны атҡыһы килә, тик тауыш күрше-тирәне уятыр, тигән уй ғына егетте туҡтатып ҡала. Бер булмаһа, Гөлдөң Мараты бар бит, әйҙә, ул проблемаларын хәл итһен. Киске ун бер ҙә тулды. Ҡул үҙе ут һүндергесенә үрелә. Бер. Ике. Өс. Тыныс йоҡо...

* * *

Сенсация! Өфөлә албаҫты эҙенә төшкәндәр. Барыһы ла бер нисә көн элек Си Цзиньпин урамында юғалған 12 йәшлек малайҙан башланды. Урындағы халыҡ быны мифик зат эше, ти. Улар фаразын Халыҡ-ара гоминология үҙәге директоры, Биология фәндәре кандидаты Игорь Бурцуев раҫлай. Кисә ул бында экспедицияға килде. Си Цзиньпин урамында йәшәүселәрҙең ихата артында ҡаршылағы төҙөлөш арҡаһында барлыҡҡа килгән күл бар. Ошо урынға йөҙәр йыл халыҡ ижадында һәм һирәк видеоҡадрҙарҙа мәңгеләштерелгән, беҙгә әле артыҡ билдәле булмаған йети эйәләшкән. Ғалим бында уның көнкүрешен тәфсирләгән әйберҙәргә юлыҡты: "Бына, күрәһегеҙме? Ағас ботаҡтары һынған, ул бында баҫып үткән. Ямғыр яуғанлыҡтан, эҙҙәре юйылғандыр, әммә ошо соҡорҙо ҡар кешеһе ҡалдырған, тип һанарға мөмкин. Бында беҙ тағы хайуандың ҡорбаны булған малайҙың кейем йыртыҡтарын таптыҡ. Унда тырнаҡ эҙҙәре һаҡлана. Сәйер хәл, сөнки йетиҙар, ғәҙәттә, кешегә һөжүм итмәй". Тәфтишсе Сәлимгәрәев телевизорҙы һүндереп ҡуйҙы.

- Быны нисек аңларға? - Сәлимгәрәев участка полицияһы Ахунйәновҡа өндәште. - Ни өсөн участкала шундай бардаҡ? Малай юғалыуына күпме ваҡыт үтте? Ә тәфтиш эшенә ярҙам итеүсе улика - куртка енен ниндәйҙер гоминологтар таба.

- Беҙ ул урынды бер нисә тапҡыр ентекле ҡарап сыҡтыҡ, табылғанын һеҙгә тапшырҙыҡ, башҡа бер нәмә лә сыҡманы. Бәлки, кейем йыртығын үҙҙәре үк килтергәндәрҙер, - Ахунйәнов мөмкин тиклем аҡланырға тырышты.

- Халыҡ менән тәү һөйләшкәндә үк ошондай хәбәр һөйләйҙәр инеме?

- Юҡ, был версияны Тамара исемле әбей генә әйтте, ҡалған халыҡтың кеме ҡыҫҡырыу ишеткән, кеме ишетмәгән, әммә уның юғалыуын мистикаға бәйләмәне. Ул ерҙә берәҙәк эттәр күп, бәлки, шуларҙың береһе һөжүм иткәндер.

- Бәлки, - Сәлимгәрәев пауза тотто. - Тик бында архивтан ҡыҙыҡ ҡына материалдар табылды. Ун йыл элек, ошо уҡ урында өс үсмер юғалыу осрағы теркәлгән. Ул саҡта әле күл урынында саукалыҡ, ә төҙәлөш ерендә шәхси йорттар булған. Енәйәт зонаһына эләккән ерҙә кемдәр йәшәй, әйт әле, - тәфтишсе папкаға һалынған ҡағыҙҙарҙы сығара башланы.

- Әлеге лә баяғы- Тамара, уның янында Дим исемле йәш егет, унан ары Александрҙың йорто. Был өс участка араһында забор ҙа юҡ хатта.

- Әһә, Тамара, Александр... Эйе, бына уларҙың күрһәтеүҙәре яҙылған. Ха, был саҡта әбей әле албаҫты тураһында һөйләмәгән, - Сәлимгәрәев архив документтарын уҡый башланы. - Улар үҫмерҙәр юғалыуын урталағы күршеһенән күргәндәр. Бына - Шәрипов Вәкил, ун биш йылға колонияға ебәрелгән. Юғалғандарының кәүҙәләрен тапмағандар, Вәкилдең өйө тапҡырында табылған кешенең аяҡ һөйәге гәйепле яҡтың судта төп дәлиле булған. Был кеше тураһында ишеткәнең бармы?

- Юҡ, урталағы йорт мин эшкә урынлашҡанда буш тора ине, һуңғы йылда ғына егеткә ҡуртымға бирҙеләр. Күрәһең, берәй туғаны иҫенә төшөргәндер, - Ахунйәнов көрһенеп ҡуйҙы.

- Ҡуртымға биргәндәр һәм тағы - бер юғалыу. Унда кем йәшәй тиһең, Димме? Егет менән һөйләштеңме?

- Эйе, ул йоҡланым, бер нәмә лә белмәйем, тине.

- Егет менән бәйләнеште өҙмәҫкә кәрәк. Шунда тирә-йүнде ҡараштырып торһон.

- Эйе, мин дә уға шулай тип телефон номерымды бирҙем. Берәй нәмә булһа, шундуҡ шылтыратыр.

- Ул ғына етмәй, һин Димгә барып, тағы берҙе эш барышын хәтерләт. Үҙенең мөһимлеген аңлаһын. Кем белә, бәлки, ысынлап та, енәйәтсе юлына төшөргә ярҙам итер, бәлки, бер ни ҙә килеп сыҡмаҫ... - Тәфтишсе Сәлимгәрәев ҡағыҙҙарын йыйып бөлмәнән сыҡты.

* * *

Димдең төн йоҡоһо осто. Сәғәт инде 23:44 күрһәтә, ә ҡаршылағы йорттоң дүртенсе ҡатында берҙе булһа ла ут тоҡанманы. Беренсе кис түгел, быға тиклемге ике көн дә ошондай ҡара тынлыҡта үтте. Гөл ҡайҙа? Бәлки, әхирәтендәлер? Өс көн буйы шунда йәшәмәй инде. Ә, бәлки, университеттан берәй практикаға ебәргәндәрҙер? Улайһа, нинә был турала әйткәне булманы? Егет башында мең төрлө уй урала. Исмаһам, әхирәттәрен дә белмәй, ә интернетҡа инеп осраған бер кешегә "Гөл ҡайҙа?" тип яҙып булмай. Былай бармай, ни ҙә булһа эшләргә кәрәк. Дим ҡыҙҙың йорто янына барып килергә булды. Исмаһам, подъезына ҡарап фатирын асыҡлар һәм домофонға булһа ла шылтыратыр.

Тышта - ел. Дим өҫтөндәге бөлтәһенең яғаһын күтәреп, муйынын ҡаплап ҡуйҙы. Си Цзиньпин һәм Гөл йәшәгән ер ике төрлө кварталға ҡарай, шуға ла улар араһында айырма ҙур. Ике ярҙы соҡор өҫтөнән төҙәлгән тимер күпер ялғай. Артта, туҡталыштан трамвай ҡуҙғалды, күпер һелкенгәндәй тойолдо. Бәлки, Дим үҙе сайҡалалыр? Быға ул бер ҡасан да Гөлдөң фатиры янына килгәне булманы. Нисек туҡталышта таныштылар, шунда уҡ аралашыуҙарын дауам иттеләр.

Ах, был көндө яҡшы хәтерләй егет. Иртәнсәк трамвай көтөп торған әҙәмдәр рәтенән ошо һылыу ҡыҙ ғына айырыла ине, Гөлдөң ҡып-ҡыҙыл кедалары һаман да егеткә урманда өлгөргән, күҙ яуын алған бөрлөгәндә хәтерләтә. Ҡыҙ йөҙөнә төшә биргән сәстәрен тәҙәтә-тәҙәтә рюкзағында соҡона ине, гүйә, уның төбөндә алтын табырға теләй. Юҡ, алтын түгел, телефон зарядкаһы ғына икән. Дим ҡыҙға ярҙам кәрәкмәйме, тип һорап килгән ине. Гөл төнөн телефонына көс йыйҙырмаған, ә хәҙер бына йыйҙырҡтыҫын да алырға онотҡан, ә йәш кеше дүрт сәғәт буйына университетта нимә эшләргә тейеш? Бөтә донъя ошо экранға һыйған бит.

Дим үҙенең заряднигын биреп торорға тәҡдим итте. Ошонда ғына йәшәйем бит, тип өйөнә боролдо. Ҡапҡанан сыҡҡанда трамвай ҙа килгән ине. Дим ябылып барған ишеккә саҡ һикереп инеп өлгөрҙө.

- Бына, - тине ул аҡ провод һуҙып.- Тап килергә тейеш.

- Рәхмәт, - тип ҡарашын күтәрҙе ҡыҙ. - Мин һине шаярҡан икән, тип уйлағайным. Исемем Гөл була. Ә һинеке?

- Мин - Дим, - тип яуапланы егет.

- Кискеһен индереп бирермен.

Һәм ҡыҙ ысынлап та кисен әйберен индереп бирҙе. Шул саҡ тәүгә тәҙрәгә шаҡылдатҡайны. Бынан ары улар иртән күрешә башланы, аҙаҡ киске ритуал да барлыҡҡа килде. Бер мәл Гөл имтихан тапшырырға барғанда: "Әгәр шуны бирә алмаһам, мине әсәм үлтерә", - тигәйне. Дим быға ҡайғырасағын белдерҙе һәм әгәр барыһы ла яҡшы булһа, киске ун бер тулғас, өс тапҡыр бүлмәһендә ут ҡабыҙып, һүндерергә тәҡдим итте. Бынан ары кис һайын шулай ҡабатланды ла.

Гөл үҙе Өфөнән түгел, Дим кеүек үк баш ҡалаға белем алырға килгән. Ә фатир бер туған апайы менән еҙнәһенеке. Улар йәшәп ҡарарға тип сит илгә күсенгән, Гөл шуға ла туғанының фатирын ҡараштырып тора.

Күпер сеткалы ҡапҡаға барып терәлде. Был яҡта уба ситен ҡойма менән уратҡандар икән. Ни тиһәң дә, яңы төҙөлгән күп фатирлы йорт, бында йәшәүселәрҙең күбеһендә бәләкәй балалар бар, уларҙы һаҡларға кәрәк. Бәхеткә күрә, ҡапҡала йоҙаҡ булманы.

Дим ситтәнерәк тороп, Гөлдөң тәҙрәһен эҙләй башланы. Тәҙрә ике подъездың ҡап уртаһында урынлашҡан, әйҙә, хәҙер уйлан инде. Исмаһам, йорттоң был яғына сыҡҡан фатирҙар нисә булмәле икәнен дә белмәй. Ә бер ҡатта нисә фатир? Дим башта береһенә инеп, разведка яһарға булды. Тик был сәғәттә почтальон, йә курьер булып ҡыланыу сәйер. Шуға ла егет эскәмйәгә ултырып, берәйһе сыҡҡанын көтә башланы.

Күп ваҡыт та үтмәне, Дим янына ниндәйҙер егет килеп, тексәйә башланы. Марат бит был, Гөлдөкө.

- Димһеңме әле? - тине ул һаулыҡ һорашырға һуҙған ҡулды күрмәмешкә һалышып.

- Эйе, ә һин Маратмы?

- Бында нимә эшләйһең?

- Ә, мин бит бында, яҡында йәшәйем. Гөлдө күптән күргән юҡ, берәй нәмә булдымы икән әллә, тип килгәйнем.

- Шунан?

- Шул, ултырам бына хәбәрҙәр көтөп.

- Һин уның менән һөйләштеңме?

- Юҡ, әйтәм бит, күптән һөйләшкәнебеҙ юҡ. Берәй хәл булдымы икән тип бында килдем, тинем бит.

- Ә шылтыратып ҡараманыңмы?

- Миндә уның номеры юҡ... Гөл ҡайҙа?

- Ҡайҙа булыуында эшең булмаһын. Кит бынан!- Мараттың тауышы күтәрелә башланы. Тик йөҙө ниңәлер борсолоу белдерә.

- Китмәйем. Гөл ҡайҙа? Һеҙ ирештегеҙме әллә?

- Ә һин шуны ғына көтөп йөрөйһөң, тимәк?

Дим яуап бирмәне. Хәйер, был һорауға яуапты белмәй ул.

- Кит бынан, тейем. Юғиһә тондорам. Беҙҙә барыһы ла яҡшы, ал да гөл! - Марат Димде этеп ебәрҙе.

Дим ғәрлегенән ни эшләргә белмәй, күпер яғына атланы. Ашығып түгел, йәйләп ҡына. Уның да был бәрелештән еңелеүсе булып киткеһе килмәй. Инде ҡоймаға барып еткәс, тағы берҙе әйләнеп, йорт яғына ҡараны. Ут янмай, Марат тора.

Киләһе тапҡыр Гөл тәҙрәһенә табан ҡарашты ул үҙ өйө алдында ташланы. Ямғыр һибәләй. Дим баштан аяҡҡа тиклем күшеккән, унан бигерәк ерҙәге йырындар буйлап һыу аға. Быларҙың барыһы ла күлде байыта.

Дим сайҡалып ҡуйҙы. Марат менән осрашыуҙан һуң ул тура ҡайтмай, барға һуғылып сыҡты. Һыраның бер генә литры эскә төштө, ә һөҙөмтәһе башҡа ныҡ биргән.

(Дауамы бар).

ИНТЕРНЕТТАН

ИММУНИТЕТТЫ НИМӘ КҮТӘРӘ?

■ Иммунитетты төрлө юлдар менән күтәрергә була. Британия Колумбияһы университеты иммунологтары ауырыуҙарҙан һаҡланыуҙың ябай, әммә бик үҙенсәлекле ысулын тәҡдим итә. Табиптар фекеренсә, быныҙ өсөн ауырыу кешеләрҙең фотографияларына ҡарау ҙа етә. Бындай "сеанс"тан һуң организмдың һаҡланыу функциялары 22 процентҡа күтәрелеүе иҫбат ителгән.

■ Британия психологы Пенелопа Лич фекеренсә, оҙаҡ илау бала мейеһе үҫешенә кире йоғонто яһай. Daily Mail материалдары буйынса, был теория балаға көнөнә 20 минут иларға ярай, тигән фекергә ҡаршы килә. Күп белгестәр ата-әсәләргә сабыйҙарына иларға мөмкинлек биреп, уларҙы тынысландырырға ашыҡмаҫҡа кәңәш итә. Ә психолог Пенелопа Лич әйтеүенсә, бала психологик яҡтан өлгөрөп етмәгән шәхес һәм ул кемдеңдер ярҙамына мохтаж булған өсөн илай. Оҙайлы ваҡыт илау һөҙөмтәһендә күп күләмдә кортизол - стресс гормоны бүленеп сыға һәм бала мейеһенә кире йоғонто яһай.

■ Йәшелсә һәм емеш-еләкте күп ашаған үҫмерҙәр араһында психик ауырыуҙар һирәгерәк осрай. Ә ит, тәм-том, аҡ икмәк ашаған, татлы газлы һыу эскән балалар араһында агрессия һәм депрессия билдәләре йышыраҡ күҙәтелә икән. 1985 йылдан алып дөрөҫ туҡланмау һөҙөмтәһендә артыҡ ауырлыҡ менән яфаланыусы балалар һәм үҫмерҙәр һаны өс тапҡырға артҡан. Бынан тыш, пассив йәшәү рәүеше алып барған балалар һаны ла йылдан-йыл арта бара. Дөрөҫ туҡланыу һәм йәшәү рәүеше алып барыу менән киләсәк быуындың физик ҡына түгел, ә психик һаулығы ла туранан-тура бәйле икәнен был тикшеренеүҙәр тағы ла бер ҡат раҫлай.

■ Британия ғалимдары билдәләүенсә, кибеттәрҙә һатылған һыуҙа микроорганизмдар санитар норманан 100 тапҡырға күберәк. Хатта крандан аҡҡан һыуҙа бактериялар әҙерәк икән. Әлбиттә, был бактериялар кеше сәләмәтлегенә өсөн артыҡ зыян килтермәй, шулай ҙа иммунитетты түбәнәйтеп, төрлө ауырыуҙар балланыу ихтималлығы бар. Сит илдә крандағы һыу юғары сифатлы, уны ҡайнатмайынса ла эсергә мөмкин. Беҙҙә иһә күптәр хәҙер эсәр һыуҙы һатып ала, тик пластик һауыттар ҙа һыуҙы токсиндар менән "байыта", тип белдерә белгестәр.

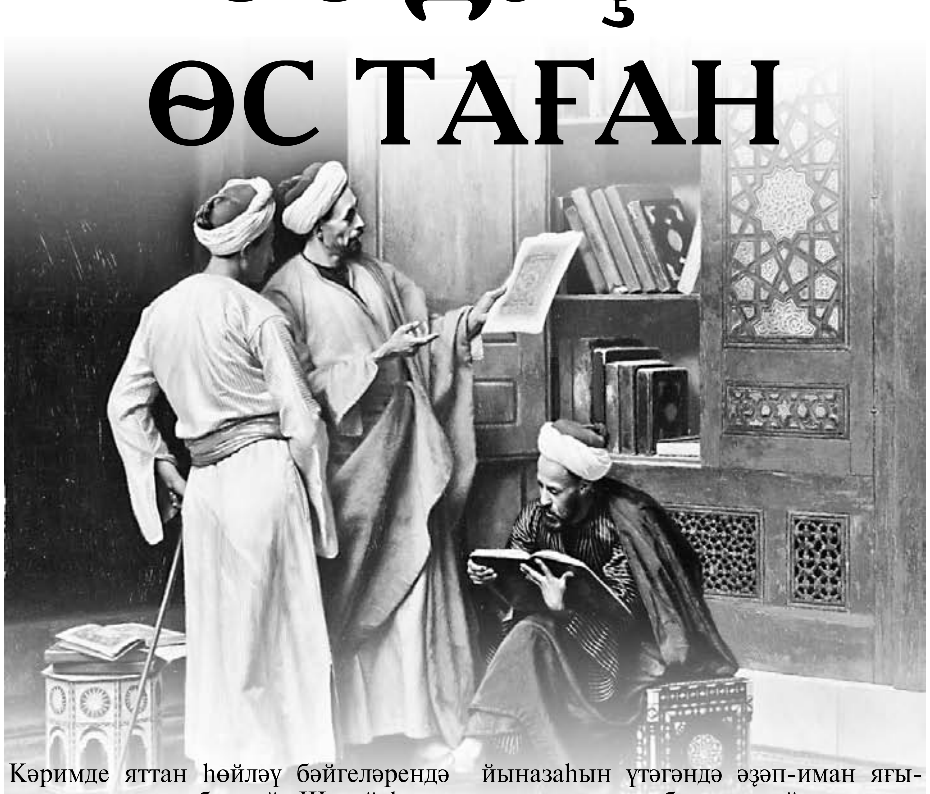
■ Йәшел сәй радиациянан һаҡлай, тигән фекергә килгән Ҡытай ғалимдары. Улар үткәргән тикшеренеүҙәр күрһәтеүенсә, көнөнә ике сынаяҡ йәшел сәй эсеү, 1 әфлисун ашау компьютер экрандарынан таралған зарарлы нурҙарҙан һаҡлай. Йәшел сәйҙең япраҡтарында башҡа файҙалы элементтар менән бер рәттән, радиация тәьҫиренә ҡаршы торған матдәләр бар. Ә әфлисун яман шеште булдырмай, иммунитетты ла күтәрә.

■ Европа илдәрендә аҙыҡ-түлек һаҡлау өсөн ҡулланылған картон ҡаптарҙың ҙур ғына өлөшө иҫке ҡаптарҙы кире эшкәртеү һөҙөмтәһендә барлыҡҡа килә. Швейцария ғалимдары белдереүенсә, бындай ҡаптар кеше сәләмәтлеге өсөн бик зарарлы. Тикшереү барышында асыҡланыуынса, ҡабаттан эшкәртелгән ҡапта һаҡланыусы аҙыҡтүлектә минераль майҙар норманан 100 тапҡырға күберәк. Белгестәр әйтеүенсә, был иҫке ағзаларҙың яҡынһыныуына, хатта онкологик ауырыуға килтерә.

КҮҢЕЛ МӨҺӨРӨ

Утыҙ бер йыл рәттән кантон булып торған Дәүләтша Бикмөхәмәтовтың (Бикмәтовтың) ғаиләһендә алтынсы бала булып донъяға килгән Хужәхмәт сабый сағынан, исем-аты менән генә түгел, ҡылыҡ-фиғеле яғынан да башҡа уландарынан ныҡ айырылып торған. Атай кеше уның исеменә "Йәсәүи" өҫтәмәһен тиккә генә бирмәгәндер. Киләсәктә ул аҡыллы улын шөһрәт ҡаҙанған ир уҙаманы итеп күрергә теләгәндер.

ӨС ДУҪ - ӨС ТАҒАН



Хужәхмәт башланғыс белемде селт аҡ таштан төҙөлгән "Аҡ-Мәсет" ямиғмәктәбендә эстәй. Мәктәпте тамамлаганда һәләтле егет Ҡөрьән-Кәримде тулыһынса һәм һис янылышмайынса яттан һөйләгән. Дәүләтша кантон, хәрби кеше (есаул) булараҡ, артабан уны үҙ юлынан китеүен теләп, ул мәлдәге данлыҡлы һәм мәртәбәле белем йорто һаналған Неплюев исемендәге Ырымбур хәрби училищеһына уҡырға алып бара. Ул Хужәхмәтте киләсәктә кантон дибегәһен үҙ ҡулына алыр ышаныслы вариҫы итеп күрә.

Ул осорҙа ике йөҙҙән ашыу уҡыусы һаналған хәрби мәктәптең утыҙ урыны махсус рәүештә Башҡорт-Мишәр ағуталарының балалары өсөн тотолған. Ырымбур губернаторы Перовский менән яҡындан танышлығы, хатта ниндәйҙер кимәлдә әшнәлеге арҡаһында Дәүләтшаға Хужәхмәтте унда урынлаштырыуы ҙур ауырлыҡ тыуҙырмағандыр. Шулай уҡыуының ике йылы арыу ғына үтеп китә. Сираттағы йәй етеп, үҙе әйтмешләй, "оҙай" ялына ҡайтҡанында булған осраҡ Хужәхмәттең ыуыҙ яҙмышын көтөлмәгән ерҙән ҡырҡа бороп ебәрә. Улының рәшдине уңышлы (икенсе баҫҡыс) ослап ҡайтыу хөрмәтенә Дәүләтша ҡунаҡ йыя. Хөрмәтле ҡунаҡтар араһында ул мәлдәге яҡын-тирәгә билдәле Камалетдин мулла ла була. Мулла Хужәхмәттең тиҫтере самаһындағы үҫмер малайын да эйәрткән. Өлкәндәр һый-хөрмәт, уйын-көлкө менән булған арала малайҙар танышып алырға өлгөрә.

- Һинең исемең кем? - тип ҡыҙыҡһына Хужәхмәт.

- Мифтахетдин, - була яуап.

Хужәхмәт шул мәлдә уның алдында киләсәктә даны алыҫтарға таралыр ялҡынлы, тура, үткер һүҙле шағир, мәғрифәтсе торғанын уйлап та бирмәгәндер. Алсаҡ холоҡло, итәғәтле, һиҙгер Мифтахетдин тиҙ арала Хужәхмәттең күңелен яулап өлгәрә. Уларҙың мөнәсәбәте дуҫлыҡҡа әүерелә. Өс көндән ҡунаҡтарҙы оҙатҡанда Хужәхмәт атаһын көтөлмәгән үтенес менән шаҡ ҡатыра:

- Атай, мин Мифтахетдин менән китәм.

- Мифтахетдин менән? Ҡайҙа, ҡунаҡҡамы?

- Юҡ, беҙ уҡырға китергә һөйләштек. Стәрлебаш мәҙрәсәһенә.

- Ә Ырымбур? Кадет мәктәбе? - Кантон башлығы, әлбиттә, ҡырҡа ризаһыҙлыҡ белдерә. Ошо урында күпте күргән, күпте кисергән ниндәйҙер кимәлдә әүлиәлек һәләтенә эйә Камалетдин хәҙрәт һүҙгә ҡушыла:

- Дәүләтша ҡустым, - ти ул, - күреп торам, уғланыңдын күңеле ҡәтғи ҡанунлы хәрби эшкә тартылмай, фиғеле йомшаҡ кеүек. Һин уның теләгенә ҡаршы килмә, тәҡдирен боҙоп ҡуйырһың. Ул шәфҡәтле фәндәрҙе өйрәнергә тейеш.

Камалетдин мулланың абруйы шул ҡәҙәре булғандыр, хатта кантон ише кантон да уға ҡаршы һүҙ әйтә алмай. Шул рәүешле Хужәхмәт Йәсәүи данлыҡлы Стәрлебаш мәҙрәсәһе шәкерте булып китә. Унда әле бөтән бер ерҙә лә булмаған йәҙит ысулы индерелә. Дини дәрестәр менән бер ҡатарҙан урыҫ теле, әлеге заманда иң кәрәклегә әйләнә барған география, математика фәндәре уҡытыла, һәр төрлө тарих, тәбиғәт күренештәре өйрәнелә.

Мифтахетдин дуҫы кеүек Хужәхмәт тә күҙгә ташланып торған һәләттәре менән тиҫтерҙәрен генә түгел, уҡытыусыларҙы ла шаҡ ҡатыра. Изге Ҡөрьән-Кәримде яттан һөйләү бәйгеләрендә уға еткән кеше булмай. Шулай һәүетәмсә генә уҡып йөрөгәнендә атаһы ауырып, түшәккә йығыла. Хәле үтә ауыр Дәүләтша шулай ҙа уландары алдында васыяттарын әйтеп ҡалдырырға өлгөрә. Васыят буйынса Хужәхмәт 3-сө кантон үҙәге Ҡорман ауылы мәсетенә мулла булып ҡайтырға тейеш була. Әммә быға урындағы мәсеттәрҙең мөхтәсибтәре ҡаршы килә. Имеш, Бикмәтовтар шайтан ҡотҡоһона биреләп, көфөрҙәр ихтыярына табына. Дан ҡаҡына хатта имандарын һатырға һәләтлеләр. География, математика, тарих, тәбиғәт фәндәрен, урыҫ телен өйрәнеү Хужәхмәткә шул рәүешле ҡабырғаһы менән сыға. Ошо сәбәпле ул күрше урыҫ ауылы Карпиноға урынлашырға мәжбүр була.

Ҡорман ауылы мәсетенә нигеҙ һалыусы Дәүләтша кантон вафат ҡылып, йыназаһын үтәгәндә әҙәп-иман яғынан үҙҙәре өлгө булырға тейешле руханизар яғынан аҡылға һыймаҫ эштәр башҡарыла - имам мәйетте пакландырыу йолаһынан баш тарта, мәрхүмде ерләргә ҡәберлектән урын бирмәйҙәр. Ғөсөл, кәфенләү ғәмәлен уландары башҡара, мәрхүмде ауыл ситенә ерләйҙәр. Хәҙерге көндә ул урын "Сәйетйәғәфәр аймағы" тип атала. Матур саулыҡ эсендәге ҡәбер өҫтөнә Дәүләтша кантон исем-шәрифе соҡоп яҙылған ҙур таш ҡуйылған.

Һәләтен, оҫталығын артабан үҫтереү ниәте менән, ғаиләһен ваҡытлыса Мөслим ауылында ҡалдырып, Хужәхмәт далан артынан юллана. Уның ҡолаҡ ситенә ҡайҙалыр бик уҡымышлы, бик зыялы, әҙәм уйында ни барын белә алған хәҙрәти кеше бар икән, тигән хәбәр ишетелеп ҡалған була. Маҡсаты уны эҙләп табыу. Дөм-ҡара

БӘХӘС ҠОРАЙЫҠМЫ?

ТӘҮФИҠЛЫ БУЛДЫМ,

әммә бәхеткә өлгәшә алманым

Тәүфиҡ, тәртип тураһында һөйләргә яратабыҙ. Бәхеткә юл әхлаҡлы булыуҙа, тибеҙ. Буш һүҙ икән. Бына үҙем уҡып сығып, кейәүгә сыҡҡансы намыҫ һаҡланым. Баҡһаң, егеттәргә саф ҡыҙҙар кәрәкмәй икән. Ә минең менән бергә уҡыған ҡыҙҙар йәштән егеттәр менән йөҡлап йөрөп, уларҙың яҡшыһын һайлап алды ла бына тигән йәшәп тик ята.

Әрләгеҙ, әйҙә, һүгегеҙ! Тик мин нисек бар, шулай яҙам! Егеттәрҙең бик һирәге намыҫлы ҡыҙ эҙләй. Бәхетһеҙлегемдә, әлбиттә, үҙем дә ғәйепле. Янғыҙ ҡалыуҙан ҡурҡып ҡына кейәүгә сығырға кәрәкмәгәндер, бәлки. Бала һөйөүҙән мәхрүм булыуҙан да ҡурҡтым шул. Бер мин генә ошолай йәшәмәйем. Аҡыллы, тәүфиҡлы ҡупме танышым ир бәхете күрмәй көн итә.

Балалар тәрбиәләп, матур итеп донъя көтәһе урынға минең ғүмерем иҫерек ир менән көрәшеп үтә. Иргә булған асыуымды бер ғәйепһеҙ балаларыма ла төшөрәмдер инде. Ир эсеп яткас, нисек күңелең булып, балаларға йылмайып йөрөйөм? Ҡайҙа барһам да, тағы ҡайҙа, кем менән эсер икән, тип, нервым бөтә.

Әйтергә теләгәнем шул: яңғыҙ ҡалам тип кенә кейәүгә сыҡмағыҙ, ҡыҙҙар! Эскесе, эшкә ашмаған ир менән йәшәгәнсе, бер үҙең ҡалыуың яҡшыраҡ. Ир проблемаһы балаларҙыҡынан да ауырыраҡ.

Кейәүгә сыҡмай яңғыҙ ҡартайған, бала тапмаған ҡыҙҙарҙы әрләмәгеҙ, йәме. Әрләп, аҡыл өйрәтер алдынан шул кисерештәрҙе үҙ башығыҙҙан үткәреп ҡарағыҙ. Ҡатын-ҡыҙ ир тәрбиәләр өсөн түгел, ә бала тәрбиәләр өсөн кейәүгә сыға! Улдарыбыҙ киләсәктә яҡшы ир, хәстәрлекле атай булһын тиһәк, бөгөндән тәрбиәләй башлайыҡ. Ир баланы үҫтергәндә, әлбиттә, атай абруйы ҙур әһәмиәткә эйә. Атайһыҙ булһа, олатаһы, ағаһы, хатта күрше өлгөһөндә тәрбиәләргә мөмкин. Исмаһам, беҙҙән һуңғы быуын яуапһыҙ, ялҡау ирҙәрҙән ыҙаланмаһын...

РӘСИЛӘ.

йыһандағы сағыу йондоҙҙо шәйләп алыуы ҡыйын булмаған кеүек, үҙенән даны алда йөрөгән хәҙрәтте лә табыуы ҡыйынлыҡ тыуҙырмай. Ул Үрге Урал (Верхнеуральский) Аҡҡужа ауылы имам-хатибы Рәсүлев Зәйнулла атлы уҙаман булып сыға.

Алдына тәрбиәле, мәҙәниәтле, зирәк аҡыллы кеше килеп баҫҡанын күреп алған Зәйнулла мулла Хужәхмәтте ихлас күңелдән ҡабул итә.

- Беҙгә һинең кеүектәр кәрәк, бик тә кәрәк, - тип арҡаһынан ҡаға һәм ошо уҡ мәсеттә эшкә ҡалдыра. Күп тә үтмәҫтән, шул уҡ Рәсүлев ярҙамында ғаиләһен дә эргәһенә күсереп ала. Тора-бара Хужәхмәт үҙенән дүрт йәшкә кесе имамдың уң ҡулына әүерелә. Имам уға иң сетерекле, уйлай, фекерләй белеү талап иткән эштәрҙе ышанып тапшыра, үҙе белемен арттырырға Ыстамбул ҡалаһына юлланғанда урынына ҡалдыра. Шул рәүешле Хужәхмәт Йәсәүи Бикмәтов данлыҡлы Аҡҡужа мәсетенең имам-хатибы дәрәжәһенә күтәрелә.

Намаҙҙарҙан һуң, бигерәк тә йома кистәрен, Хужәхмәт хәтирә-уйҙарға сумып ултыра, тыуып үҫкән яҡтарын юҡһына, ватанын һағына. Ошо мәлдә Ҡормандар, яҡын туғандары ни хәлдә яталарҙыр? Атаһы төҙөткән иман йортондағы иманһыҙ бәндәләрҙең ҡылығына һаман булһа йәне әрней. Мифтахетдин дуҫы ҡайҙарҙа, ни ҡылып йөрөй икән? Бына кемгә ышанып тапшырырға ул иман таратыуҙы! Ә унытһы был мәлдә тура теле арҡаһында тиктомалға эҙәрлекләүҙәр үҙәгенә ныҡ үтеүҙән, ҡасып-боҫоп тигәндәй, ҡаҙаҡ далаларына сығып китеп, балалар уҡытып йөрөгән була. Тора-бара ябай ҡаҙаҡ кешеләре уның былай ҙа билдәле исем-шәрифенә абруйлы, мәңгелеккә йәбешеп ҡалыр "Аҡмулла" ҡушаматын өҫтәп әйтер була. Әммә уны күрә алмаған, уның әсе теленән "зыян" күргән тар эсле әҙәмдәр Мифтахетдинды, хәрби хеҙмәттән ҡасып йөрөй, тип шикәйәт яҙа. Уны шунда уҡ тотоп ябалар. Хәйер, хәҙрәт Зәйнулла Рәсүлев менән дә шул уҡ хәл ҡабатлана. Уны Вологда губернаһы, Никольский ҡалаһы тарафтарына һигеҙ йылға һөргөнгә оҙаталар.

Дуҫтарынан яҙҙырылған Хужәхмәт шулай ҙа сит тарафтарҙа яңғыҙ ҡалған торна ише аҙашып йөрөмәй, ҡабат үҙ яҡтарына ҡайтып төпләнә, имандарына ҡайта белмәгән иҫкелек ҡалдыҡтары менән көрәшкә тотона. Элекке кантон башлығының улы булараҡ властар алдында уның абруйын оҫта файҙалана. Маҡсатына ирешеү өсөн губерна, Дәүләт Советының үҙенә мөрәжәғәт итеүҙән дә тартынып тормай. Хужәхмәт Йәсәүи хатта ике тапҡыр Ырымбур губернаһы Дәүләт думаһы депутаты Шәһишәриф Мәтинов менән бергә Санкт-Петербург ҡалаһының граждандар һәм руханиҙар Департаменты комиссияһының ултырышында ҡатнаша. Унда ул ошоғаса алдына алып, ғүмеренең маҡсаты итеп ҡуйған милли мәктәптәр асыу, уларҙың һанын арттырыу, белем усаҡтарының таралыш селтәрен киңәйтеү мәсьәләһенән тайпылмай.

Һөргөндән иҫән-һау әйләнеп ҡайтҡан Зәйнулла Мифтахетдин менән Хужәхмәт дуҫтарын янына саҡыра. Хәҙер инде улар өсәү - өс дуҫ, өс таған, тип ҡанатлана. Әммә янына Хужәхмәт кенә килә.

- Ә Мифтахетдин ҡайҙа? - тип һорай Рәсүлев.

- Аҡмуллабыҙ бар донъяһын күтәреп һуҡты ла, сыҡты ла китте, - ти Хужәхмәт, - хәҙерге көндә ҡайҙа йөрөгәне лә билдәһеҙ.

Бер мәлде Зәйнулла Рәсүлев Уралтау аръяғы олоҫтарының зыялы башҡорттарын йыйып, ҡор үткәрә. Ошо ҡорҙа уны бер тауыштан ишан дәрәжәһенә күтәрәләр. Йыйын аҙағында ишан Тамъян-Түңгәүер олоҫо, Амангилде ауылынан килгән Сафуан хәҙрәтте осрата. Хәҙрәттең ҡатыны вафат булған икән, уны өйләндерә. Сафуан хәҙрәттең йәш кенә кәләше Хужәхмәт Йәсәүиҙең ҡыҙы була. Зәйнулла ишан Хужәхмәт дуҫын да икенсегә өйләндереп ташлай. Уның йәш ҡатыны Шәрип ауылына күрше Мулдаҡайҙың хәлле генә кешеһе Әлфәх Исхаҡовтың ҡыҙы Мәфтуха һылыу була.

Ҡайныһы менән сәфәргә сыҡҡанында Хужәхмәт Хәлил ауылын күреп, уны тыуған ауылы Ҡорманға оҡшата һәм ошонда заман мәктәбе асырға ҡарар итә. Аҙаҡ Хужәхмәт Йәсәүи ошо мәктәптең хужаһы итеп ҡуйыла. Унда ошоғаса күрелмәгәнсә ағас улаҡтар буйлап һыу үткәрелә. Тәүге уҡытыусылар булып, Троицк тарафтарынан Мусин Камил, Собханғолов Фазыл, Әминев Мөхәммәт, Батыршин Нәжәр исемле кешеләр саҡырыла, уларға тейешле эш хаҡы тәғәйенләнә. Ғүмеренең иң оло маҡсатына ирешкән зыялы зат оло ҡәнәғәтлек кисерә. Ул бит башҡа яҡтарҙа әлегә күрелмәгән яңылыҡҡа нигеҙ һала. Бынан ары балалар тик Ҡөрьән генә тотоп ултырмаясаҡ, ә бүтән төрлө доньяуи фәндәрҙе лә үҙләштерәсәк. Быныһы инде илебеҙҙең алға барыуына, артабанғы үҫешенә ҙур этәргес булыр, иншалла, тип өмөтләнә ул.

Күп ваҡыт та үтмәй, ҡара эсле әҙәмдәр төн ҡараңғылығында Мифтахетдин Аҡмулланың ғүмерен ҡыйып китә. Дуҫының вафатына йыл тулыр-тулмаҫ Хужәхмәт Йәсәүи Бикмәтов та донъя ҡуя. Арҙаҡлы шәйех дәрәжәһенә күтәрелгән Зәйнулла ишан Рәсүлевҡа үткәненән дә болғауырыраҡ яңы быуатта ун ете йыл ғүмер кисерергә яҙа. Бер туғандай йәшәгән өс дуҫ кешегә ярҙамсыл, барыһына мәрхәмәтле, шәфҡәтле холоҡтары, игелек-итәғәт сифаттары, йомшаҡ һүҙҙәре, яҡты йөҙҙәре менән халыҡ хәтерендә ҡалған.

Иҙрис НОҒОМАНОВ,
Әбйәлил районы.

УҢЫШ ҠАҘАН

ҒҮМЕРҘӘР ЗАЯ ҮТМӘҺЕН

37-се идея
Өгөт-нәсихәтме, әллә яҙамы?

Бөйөк Гаутама Будда бер ауыл кешеләрен аңзиһенгә өйрәткәндә, кеҫәһенән бәләкәй генә көрән төҫтәге ҡырсынташ сығара ла: "Ҡарағыҙ, бына минең уҡытыусым!" - ти.

Һуңынан ул һуҡмаҡ буйлап китеп барғанда аяғына кейгән сандалийына бәләкәй генә ҡырсынташ эләккәнгә тиклем тирә-яҡтағы гүзәллекте һиҙмәй атлауы хаҡында һөйләп бирә.

Уға туҡтап, был ташты алып ташларға тура килә, шул саҡта ул ҡапыл күктең зәңгәрлеген, ағастарҙың һомғоллоғон күрә, һуҡмаҡ тирәләй үҫкән сәскәләрҙең хуш еҫен тоя, хатта күбәләк ҡанатындағы сағыу төҫтәрҙе лә күреп ҡала.

"Мин, ошо бәләкәй генә таш мине туҡтарға мәжбүр итмәйенсә тороп, матурлыҡ эргәһенән уны күрмәйенсә үтеп барғанмын, - ти ул. - Кешеләрҙең күпселек осраҡта кәңәшкә таянып түгел, ә яза ярҙамында өйрәнеүе, аҡылға ултырыуы - алйотлоҡ түгелме ни?"

Ҡыҙғанысҡа ҡаршы, был дөрөҫ, һәм беҙ, ысынлап та, күп нәмәгә өгөт-нәсихәт, кәңәш түгел, ә яза ярҙамында өйрәнәбеҙ. Тормош буйлап сәйәхәт итеү барышында беҙгә һәр ваҡыт ике юл асыҡ: ирекле һайлау юлы һәм мәжбүр итеү юлы. Беҙ аңлы рәүештә Дөйөм Аҡыл менән хеҙмәттәшлек итеүҙе һайлай алабыҙ. Беҙ үҫеш, камиллашыу, яҡшы яҡҡа үҙгәреште һайлай алабыҙ. Әгәр беҙ быны үҙебеҙ һайламаһаҡ, беҙҙе мәжбүр итәсәктәр. Беҙҙең менән прогрессив хәрәкәт законы идара итә. Әгәр үҫеште һайламаһаҡ, беҙҙе уға ғәмәли тәжрибә һабаҡтары ярҙамында мәжбүр итәләр, ә тәжрибә, белеүегеҙсә, бик уҫал уҡытыусы булыуы ихтимал.

Күптәр, донъяла изгелек һәм яуызлыҡ көстәре араһында көрәш бара, тип уйлай. Ғаләмдә үҙ-ара бәрелешеүсе ике көс барлығы хаҡында раҫлаусы бер ниндәй ҙә дәлил юҡ. Ул саҡта кешелек ғазаптары һәм тәртипһеҙлектәр сәбәбе нимәлә һуң? Сәбәп - дөрөҫ аңламауҙа. Кешенең аңы яңы бейеклеккә күтәрелһә, уның донъяһы ла тәртипһеҙлектән һәм емереклектән күтәрелә.

Һәр уңыш, беҙ тойомлаған һәр һауығыу мөғжизәһе артында ябай бер сәбәп - Идея тора. Идеяның миллион һумлап аҡса килтереүе, йәки төҙәлгеһеҙ сирҙе дауалауы мөмкин. Ул тотош бер ғүмерҙе үҙгәртеп ҡороуы мөмкин! Әгәр һин яңы идеяларға асылһаң, улар һиңә киләсәк. Ҡайһы берҙә улар, ҡапыл аңың асылып, башыңа бер уй булып килеп инер, ҡайһы саҡта урау юл һайлап, һине китап биттәрендә, дуҫың менән әңгәмәлә, кәңәшсең тауышында эҙләп табыр. Идеялар беҙҙең үҙебеҙгә үҙебеҙ һалған сикләүҙәрҙән иреккә сығыу булып тора. Тормошобоҙҙағы һәр хәлде сәләмәтләндереү өсөн беҙҙән бөтә талап ителгән нәмә - ул Идея. Шуға күрә медитация уңышлы тормоштоң мөһим бер өлөшө булып тора - ул һине илһамландыра, рухландыра. Даими рәүештә медитация яһағанда, башыңа яңынан-яңы идеялар килер.

Бер Идея, әгәр уны йоғонтоло аң көсөнә әйләндерһәң, теләһә ҡайһы кешенең дә тормошон яңыртып үҙгәртә алыр. Ул һине ышаныслы рәүештә өҫкә күтәрер: һин юғарыраҡ йәшәү кимәленә өлгәшерһең, көсөң артыуын тойорһоң һәм уңышҡа ирешерһең. Был Идея донъяла бөтә нәмә изгелеккә эшләүен аңлауға ҡайтып ҡала. Ошо идея, ошо ышаныс менән йәшә, һәм һин тормоштағы теләһә ҡайһы ҡыйынлыҡтарҙы еңеп сығырһың. Үҙ кисерештәреңә ошо идея күҙлегенән ҡараһаң, үҙең уйлағандан яҡшыраҡ кеше булыуыңды асыҡларһың. Һәр кисерешең характерыңдың бәҫле бер һыҙатына әүерелеүе мөмкин.

Роберт ЭНТОНИ.
(Дауамы бар).

БЕР КӘЛИМӘ ФЕКЕР

АСҠЫСТАРЫН ОНОТОУСЫЛАР

Өс йәш кеше сит илгә эш эҙләп килгән. 75 ҡатлы ҡунаҡханала йәшәргә туҡтағандар. Башҡалары буш булмау сәбәпле, уларға иң юғары ҡаттағы бер бүлмәне тәҡдим иткәндәр.

Ҡағиҙәләр менән таныштырып, ҡунаҡхана хеҙмәткәре уларға ошондай иҫкәрмә яһаған: "Беҙҙең ҡунаҡханала лифт киске 10-да эшләүҙән туҡтай һәм иртәнге 10-ға тиклем эшләмәй. Шуға күрә, һеҙгә йәйәү менергә тура килмәһен өсөн, һуңламай, ваҡытында ҡайтып өлгөрөргә кәрәк". Егеттәр иғтибар менән тыңлағандар һәм иҫкәрмә менән килешкәндәр.

Беренсе көндө улар ҡунаҡханаға ваҡытында ҡайтып еткәндәр, бер ниндәй ҙә проблема тыумаған. Икенсе көндө лә ваҡытында ҡайтып етерҙәр ине лә, тик юлда тығынға осрап, биш минутҡа һуңлағандар. Был ваҡытҡа инде лифт туҡтаған булған. Егеттәр ҡунаҡхана хеҙмәткәрҙәренән нисек кенә ялбарып һорамаһындар, лифтты эшләтеүгә өлгәшә алмағандар. Был хәлгә күңелдәре ҡырылһа ла, егеттәргә баҫҡыс буйлап йәйәүләп күтәрелеүҙән башҡа сара ҡалмаған. Юлдары ҡыҫҡанан булмағас, улар сиратлап төрлө хәл-ваҡиғалар тураһында һөйләшеп барырға килешкәндәр. Беренсеһе һөйләгән көлкөлө, шаян хәбәрҙәрҙән күңелләнеп, тәүге 25 ҡатҡа бик еңел күтәрелгәндәр. Икенсеһенең уйландыра торған фәһемле хәбәрҙәрен тыңлап, тағы 25 ҡатты үткәндәрен һиҙмәй ҙә ҡалғандар. Өсөнсө егеткә сират еткәс, ул: "Мин һеҙгә моңһоу хәбәрҙәр һөйләрмен, сөнки башҡа төрлөһөн белмәйем", - тигән. Егеттәр ризалашҡан: "Ярай, һөйлә, әйҙә", тигәндәр. Һуңғы ҡатҡа менеп еткәс, был егет: "Ә хәҙер мин һеҙгә иң һуңғы - иң моңһоу, иң күңелһеҙ хәбәрҙе әйтәм: беҙ үҙебеҙ йәшәгән бүлмәнең асҡысын беренсе ҡаттағы ҡунаҡхана хеҙмәткәре янында онотоп ҡалдырҙыҡ", - тигән. Был һүҙҙәрҙе ишеткән дуҫтар, хәсрәткә батып һәм хәлдән тайып, иҫтән яҙып йығылғандар..."

Уйлап ҡараһаң, ошо егеттәр менән булған хәл беҙҙең хәлебеҙгә бик оҡшаған. Егеттәрҙе юғарыға илткән ҡаттар - беҙҙең ғүмер йылдары һымаҡ. Беренсе 25 ҡатты был егеттәр күңелле, шаян хәбәрҙәр менән үткән һымаҡ, күпселек осраҡта беҙҙең ғүмеребеҙҙең тәүге 25 йылы ла ғәмһеҙ үтеп китә. Киләһе 25 йылда кеше өйләнә, балалары тыуа. Был йылдар ғаиләне ҡарау, эш менән үтә, һәм был осор тәүге йылдар һымаҡ бик ғәмһеҙҙән булмай. Шулай итеп, 50 йәштән һуң кеше үҙ ғүмеренең өсөнсө өлөшөнә етә. Ғүмерҙең был өлөшө беҙҙең әле һөйләгән тарихтағы кеүек: моңһоу ҙа, бойоҡ та. Кеше был йылдарҙа йыш ауырый башлай - дауаханаларға йөрөй, дарыуҙар һатып ала, дауалана... Һәм ғүмер аҙағына еткәс кенә кеше иң кәрәкле, иң мөһим нәмәһен онотҡанын аңлай. Ул үҙенә кәрәкле ишектең - Ахирәттең (мәңгелек донъяһының), Йәннәттең (Ожмахтың) асҡыстарын онотҡан икән дәһә. Ә уның асҡыстары - Аллаһтың ҡушҡандарын үтәү һәм тыйғандарынан тыйылыу бит. Үлем килгәс, кеше үҙ ғүмеренә байҡау яһап, йәшәгән йылдарына әйләнеп ҡарай. Ул ғүмеренең бушҡа, әрәмгә үткәненә үкенә, кире ҡайтарып алырға теләй. Тик Ҡөрьәндә әйтелә: "Юҡ, һиңә кире ҡайтыу юҡ инде. Һиңә минең аяттарым килгәйне, тик һин уларҙы ялғанға һананың, тәкәбберләндең һәм иманһыҙҙарҙан булдың..." ("Әз-Зүмәр" сүрәһе, 59-сы аят).

Шуға күрә, әйҙәгеҙ, беҙҙе ҡалдырып киткәндәрҙең тормошонан фәһем алайыҡ, башҡа кешеләрҙең хаталарынан үҙебеҙгә аҡыл йыяйыҡ. Беҙ бит үҙебеҙҙең бүлмәбеҙҙең - Йәннәттең нисәнсе ҡатта икәнен белмәйбеҙ. Ниндәй ҡатта туҡтаһаҡ та, асҡыстарын онотҡан кешеләрҙән булмайыҡ.

Айһылыу ҒАРИФУЛЛИНА.

7 СЕНТЯБРЯ
ПОНЕДЕЛЬНИК
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00, 9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 12.00, 3.00 Новости.
9.50 Жить здорово! [16+]
10.50 Модный приговор. [6+]
12.10, 16.00, 1.15, 3.05 Время покажет. [16+]
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15, 4.20 Давай поженимся! [16+]
17.00 Мужское / Женское. [16+]
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.40 На самом деле. [16+]
19.40 Пусть говорят. [16+]
21.00 Время.
21.30 Т/с Премьера. "Презумпция невиновности". [16+]
23.35 Вечерний Ургант. [16+]
0.15 Т/с "Яма". [18+]

РОССИЯ 1
5.00, 5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 "Утро России".
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Башкортостан.
9.30 "Доброе утро, республика!"
9.55 "О самом главном". [12+]
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
12.40, 18.40 "60 минут". [12+]
14.55 Т/с "Тайны следствия". [12+]
17.15 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
21.20 Т/с "Давай найдём друг друга". [12+]
23.30 "Вечер с Владимиром Соловьёвым". [12+]
2.00 Т/с "Каменская". [16+]
4.00 Перерыв в вещании.

БСТ
7.00 "Сәләм".
9.00, 16.00, 20.30, 6.30 Новости (на рус. яз.).
9.15 Сәләм, Республика! [12+]
10.00, 16.30 Т/с "Бабушка". [12+]
10.55 Выборы-2020. [12+]
11.00 Итоги недели (на рус. яз.).
11.45 Специальный репортаж. [12+]
12.00 Счастливый час.
13.00, 18.30, 23.30 Новости (на баш. яз.).
13.30 Бәхетнамә. [12+]
14.30 "Бай". [12+]
15.00, 17.45 Интервью. [12+]
15.15 Әлләсе... [6+]
16.15 "Гора новостей".
17.30 "Пофутболим". [12+]
18.00 "Бай бакса". [12+]
19.00 Вечерний телецентр.
19.45 "Сәңгелдәк". [0+]
20.00 Инцидент-репортаж. [12+]
20.15 Дорожный патруль. [16+]
21.00 Хоккей. "Динамо" /Минск/ - "Салават Юлаев" (Уфа). КХЛ.
0.00 Х/ф "Прощаться не будем". [6+]
2.30 Бәхетнамә. [12+]
3.15 Спектакль "Последнее море Чингизхана". [12+]
5.00 "Наука 102". [12+]
5.30 Счастливый час. [12+]

8 СЕНТЯБРЯ
ВТОРНИК
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00, 9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 12.00, 3.00 Новости.
9.50 Жить здорово! [16+]
10.50 Модный приговор. [6+]
12.10, 16.00, 1.10, 3.05 Время покажет. [16+]
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15, 4.20 Давай поженимся! [16+]
17.00 Мужское / Женское. [16+]
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.40 На самом деле. [16+]
19.40 Пусть говорят. [16+]
21.00 Время.
21.30 Т/с Премьера. "Презумпция невиновности". [16+]
22.30 Премьера сезона. "Док-ток". [16+]
23.30 Вечерний Ургант. [16+]
0.10 Т/с "Яма". [18+]

РОССИЯ 1
5.00, 5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 "Утро России".
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Башкортостан.
9.30 "Доброе утро, республика!"
9.55 "О самом главном". [12+]
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
12.40, 18.40 "60 минут". [12+]
14.55 Т/с "Тайны следствия". [12+]
17.15 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
21.20 Т/с "Давай найдём друг друга". [12+]
23.30 "Вечер с Владимиром Соловьёвым". [12+]
2.00 Т/с "Каменская". [16+]
4.00 Перерыв в вещании.

БСТ
7.00 "Сәләм".
9.00, 11.00, 16.00, 20.00, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.).
9.15 Сәләм, Республика! [12+]
10.00, 16.30 Т/с "Бабушка". [12+]
10.55 Выборы-2020. [12+]
11.15 Республика LIVE #дома. [12+]
11.45 Дорожный патруль. [16+]
12.00 Счастливый час.
13.00, 18.30, 22.30 Новости (на баш. яз.).
13.30, 1.45 Бәхетнамә. [12+]
14.30 "Дорога к храму". [0+]
15.00 Брифинг Министерства здравоохранения РБ по коронавирусу.
16.15 "Гора новостей".
17.30 Ради добра. [6+]
17.45, 20.30 Интервью. [12+]
18.00 Тайм-аут. [12+]
19.00 Вечерний телецентр.
19.45 "Сәңгелдәк". [0+]
20.15 "Криминальный спектр".[16+]
20.45 Мусорная реформа. [12+]
21.00 "Времечко".
22.00 По сути дела... [12+]
23.00 "ВасСәләм!" [12+]
23.30 Х/ф "Свидетели". [12+]
2.30 Спектакль "Любовь на троих". [12+]
4.30 "Бай бакса". [12+]
5.00 "Наука 102". [12+]
5.30 Счастливый час. [12+]

9 СЕНТЯБРЯ
СРЕДА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00, 9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 12.00, 3.00 Новости.
9.50 Жить здорово! [16+]
10.50 Модный приговор. [6+]
12.10, 16.00, 1.10, 3.05 Время покажет. [16+]
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15, 4.20 Давай поженимся! [16+]
17.00 Мужское / Женское. [16+]
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.40 На самом деле. [16+]
19.40 Пусть говорят. [16+]
21.00 Время.
21.30 Т/с Премьера. "Презумпция невиновности". [16+]
22.30 Премьера сезона. "Док-ток". [16+]
23.30 Вечерний Ургант. [16+]
0.10 Т/с "Яма". [18+]

РОССИЯ 1
5.00, 5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 "Утро России".
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Башкортостан.
9.30 "Доброе утро, республика!"
9.55 "О самом главном". [12+]
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
12.40, 18.40 "60 минут". [12+]
14.55 Т/с "Тайны следствия". [12+]
17.15 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
21.20 Т/с "Давай найдём друг друга". [12+]
23.30 "Вечер с Владимиром Соловьёвым". [12+]
2.00 Т/с "Каменская". [16+]
4.00 Перерыв в вещании.

БСТ
7.00 "Сәләм".
9.00, 11.00, 16.00, 20.45, 6.30 Новости (на рус. яз.).
9.15 Сәләм, Республика! [12+]
10.00, 16.30 Т/с "Бабушка". [12+]
10.55 Выборы-2020. [12+]
11.15 По сути дела... [12+]
11.45 "Криминальный спектр".[16+]
12.00 Счастливый час.
13.00, 18.30, 0.00 Новости (на баш. яз.).
13.30, 2.30 Бәхетнамә. [12+]
14.30 "Аль-Фатиха". [0+]
15.00, 17.45 Интервью. [12+]
15.15 "Апчхи". [0+]
15.30 "Сулпылар". [0+]
16.15 "Гора новостей".
17.30 Учим башкирский язык. [0+]
18.00 "Автограф". [12+]
19.00 Вечерний телецентр.
19.45 "Сәңгелдәк". [0+]
20.00 "Честно говоря". [12+]
21.20 Хоккей. "Спартак" (Москва) - "Салават Юлаев" (Уфа). КХЛ.
0.30 Х/ф "Невиновен". [16+]
3.15 Спектакль "Наследство". [12+]
4.45 "Йөрәк һүҙе". [12+]
5.00 Историческая среда. [12+]
5.30 Счастливый час. [12+]

10 СЕНТЯБРЯ
ЧЕТВЕРГ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00, 9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 12.00, 3.00 Новости.
9.50 Жить здорово! [16+]
10.50 Модный приговор. [6+]
12.10, 16.00, 1.10, 3.05 Время покажет. [16+]
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15, 4.20 Давай поженимся! [16+]
17.00 Мужское / Женское. [16+]
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.40 На самом деле. [16+]
19.40 Пусть говорят. [16+]
21.00 Время.
21.30 Т/с Премьера. "Презумпция невиновности". [16+]
22.30 Премьера сезона. "Док-ток". [16+]
23.30 Вечерний Ургант. [16+]
0.10 Т/с "Яма". [18+]

РОССИЯ 1
5.00, 5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 "Утро России".
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Башкортостан.
9.30 "Доброе утро, республика!"
9.55 "О самом главном". [12+]
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
12.40, 18.40 "60 минут". [12+]
14.55 Т/с "Тайны следствия". [12+]
17.15 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
21.20 Т/с "Давай найдём друг друга". [12+]
23.30 "Вечер с Владимиром Соловьёвым". [12+]
2.00 Т/с "Каменская". [16+]
4.00 Перерыв в вещании.

БСТ
7.00 "Сәләм".
9.00, 11.00, 16.00, 20.00, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.).
9.15 Сәләм, Республика! [12+]
10.00, 16.30 Т/с "Бабушка". [12+]
10.55 Выборы-2020. [12+]
11.15 "Честно говоря". [12+]
12.00 Счастливый час.
13.00, 18.30, 22.30, 2.00 Новости (на баш. яз.).
13.30, 2.30 Бәхетнамә. [12+]
14.30 "Бай баҡса". [12+]
15.00, 17.45, 20.30 Интервью. [12+]
15.15 Бирешмә. Профи. [12+]
16.15 "Гора новостей".
17.30 Учим башкирский язык. [0+]
18.00 Д/ф "Психиатрическая больница. Дело жизни". [12+]
19.00 Вечерний телецентр.
19.45 "Сәңгелдәк". [0+]
20.15 "Криминальный спектр". [16+]
20.45 История одного села. [12+]
21.00 "Времечко".
22.00 Республика LIVE #дома. [12+]
23.00 "Автограф". [12+]
23.30 Х/ф "Услышь меня". [6+]
3.15 Спектакль "Одолжи мне жеребца". [12+]
5.30 Счастливый час. [12+]

11 СЕНТЯБРЯ
ПЯТНИЦА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00, 9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 12.00 Новости.
9.50 Жить здорово! [16+]
10.50, 3.35 Модный приговор. [6+]
12.10, 16.00 Время покажет. [16+]
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15, 4.20 Давай поженимся! [16+]
17.00, 5.00 Мужское / Женское. [16+]
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.40 "Человек и закон" с Алексеем Пимановым. [16+]
19.40 Поле чудес. [16+]
21.00 Время.
21.30 "Голос 60+". Новый сезон. [12+]
23.20 Вечерний Ургант. [16+]
0.10 Т/с "Яма". [18+]
1.10 Я могу! [12+]
2.50 Наедине со всеми. [16+]

РОССИЯ 1
5.00, 5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 "Утро России".
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Башкортостан.
9.30 "Доброе утро, республика!"
9.55 "О самом главном". [12+]
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
12.40, 18.40 "60 минут". [12+]
14.55 Т/с "Тайны следствия". [12+]
17.15 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
21.20 "Юморина". [16+]
23.50 Х/ф "Память сердца". [12+]
3.20 Х/ф "Ищу тебя". [12+]
4.55 Перерыв в вещании.

БСТ
7.00 "Сәләм".
9.00, 11.00, 16.00, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.).
9.15 Сәләм, Республика! [12+]
10.00 Д/с "Невероятная наука". [12+]
11.15, 18.00 "Йома". [0+]
11.45 "Криминальный спектр". [16+]
12.00 Республика LIVE #дома.[12+]
12.30 Башҡорттар. [6+]
13.00, 18.30, 23.00 Новости (на баш. яз.).
13.30 Үткән ғүмер. [12+]
14.00 "Йөрәк һүҙе". [12+]
14.15 "Красная кнопка". [16+]
15.00, 17.45 Интервью. [12+]
15.15 "Алтын тирмә". [0+]
16.15 "Гора новостей".
16.30 Д/ф "Огненный танкист". [12+]
17.15 Моя планета Башкортостан. [12+]
19.00, 22.00 Международный фестиваль "Сердце Евразии-2020".
23.30 Уфа. Живое. [12+]
0.15 Х/ф "Грецкий орешек". [16+]
2.15 Спектакль "Бәндәбикә менән Ерәнсә сәсән". [12+]
4.00 "Автограф". [12+]
4.30 "Бай". [12+]
5.00 "Наука 102". [12+]
5.30 "Млечный путь". [12+]

12 СЕНТЯБРЯ
СУББОТА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
6.00 Телеканал "Доброе утро. Суббота".
9.45 Слово пастыря. [0+]
10.00 Новости.
10.15 Премьера. "101 вопрос взрослому". [12+]
11.15, 12.15 Видели видео? [6+]
12.00 Новости (с субтитрами).
13.50 Премьера. "На дачу!" с Наташей Барбье. [6+]
15.05 Х/ф "Одиноким предоставляется общежитие". [12+]
16.45 Вечер-посвящение Иосифу Кобзону. [12+]
19.30, 21.20 Сегодня вечером. [16+]
21.00 Время.
23.00 "КВН". Премьер-лига. [16+]
0.25 Я могу! [12+]
2.00 Наедине со всеми. [16+]
2.45 Модный приговор. [6+]
3.30 Давай поженимся! [16+]
4.10 Мужское / Женское. [16+]

РОССИЯ 1
5.00 "Утро России. Суббота".
8.00 Местное время. Вести-Башкортостан.
8.20 Местное время. Суббота.
8.35 "По секрету всему свету".
9.00 "Тест". Всероссийский потребительский проект. [12+]
9.25 "Пятеро на одного".
10.10 "Сто к одному".
11.00 Вести.
11.30 "Юмор! Юмор! Юмор!!!" [16+]
12.30 "Доктор Мясников". [12+]
13.40 Х/ф "Выбор". [12+]
18.00 "Привет, Андрей!" [12+]
20.00 Вести в субботу.
21.00 Х/ф "Наказание без преступления". [12+]
1.20 Х/ф "Ни за что не сдамся". [12+]
4.27 Перерыв в вещании.

БСТ
7.00 "Доброе утро!" Концерт. [12+]
8.00, 18.30 Новости (на баш. яз.).
8.15 "Аль-Фатиха". [12+]
8.45 Күстәнәс. [12+]
9.15 Посмотрим... [6+]
10.00 "Физра". [6+]
10.15 Преград. Net. [6+]
10.30 "Книга сказок". [0+]
10.45 "Сыйырсыҡ". [0+]
11.00 "Апчхи". [0+]
11.15 "Байтус". [6+]
11.30 Детей много не бывает. [6+]
11.55 Конноспортивный турнир "Терра Башкирия".
14.00 "Дарю песню". [12+]
16.00 Колесо времени. [12+]
17.00 "Все песни о прекрасном". Концерт. [12+]
17.30 Ради добра. [6+]
17.45 Вопрос+Ответ=Портрет. [6+]
19.00, 22.00 Международный фестиваль "Сердце Евразии-2020".
21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.).
23.00, 1.00 Новости недели (на баш. яз.).
23.30 Х/ф "Розовое или колокольчик". [12+]
1.30 Спектакль "Башкирская свадьба". [12+]
3.45 "Йөрәк һүҙе". [12+]
4.00 Башҡорттар. [6+]
4.30 Үткән ғүмер. [12+]
5.00 Әлләсе... [6+]
5.45 "Млечный путь". [12+]

13 СЕНТЯБРЯ
ВОСКРЕСЕНЬЕ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00, 6.10 Х/ф "Кубанские казаки". [12+]
6.00, 10.00 Новости.
7.00 Играй, гармонь любимая! [12+]
7.45 Часовой. [12+]
8.15 Здоровье. [16+]
9.20 "Непутевые заметки" с Дмитрием Крыловым. [12+]
10.10 Жизнь других. [12+]
11.10, 12.15 Видели видео? [6+]
12.00 Новости (с субтитрами).
13.50 Премьера. "На дачу!" с Ларисой Гузеевой. [6+]
15.05 Д/ф "Одна из девчат". К 90-летию Надежды Румянцевой. [12+]
15.45 Х/ф "Королева бензоколонки". [0+]
17.15 Музыкальный фестиваль "Белые ночи". Золотые хиты. [12+]
19.20 "Три аккорда". Новый сезон. [16+]
21.00 Время.
22.00 "Клуб Веселых и Находчивых". Высшая лига. [16+]
23.55 Х/ф "На обочине". [16+]
2.05 Наедине со всеми. [16+]
2.50 Модный приговор. [6+]
3.35 Давай поженимся! [16+]
4.15 Мужское / Женское. [16+]

РОССИЯ 1
4.30, 1.30 Х/ф "В плену обмана". [12+]
6.00, 3.10 Х/ф "Отец поневоле". [12+]
8.00 Местное время. Воскресенье.
8.35 "Устами младенца".
9.20 "Когда все дома с Тимуром Кизяковым".
10.10 "Сто к одному".
11.00 Вести.
11.30 Х/ф "Ты мой свет". [12+]
13.35 Х/ф "Два берега надежды". [12+]
18.00 "Удивительные люди. Новый сезон". [12+]
20.00 Вести недели.
22.00 Москва. Кремль. Путин.
22.40 "Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым". [12+]
4.54 Перерыв в вещании.

БСТ
7.00 "Доброе утро!" Концерт. [12+]
8.00 Новости (на баш. яз.).
8.15 "Йома". [0+]
8.45 "Бай". [12+]
9.15 М/ф "Мультфильмы". [0+]
10.00 "Бейе". [0+]
10.15 "АйТекә!" [6+]
10.30 "Сулпылар". [0+]
10.45 "Литра". [0+]
11.00 "Гора новостей". [6+]
11.15 "Ал да гөл". [6+]
11.30 "Ҡош юлы. Балалар". [6+]
11.45 Бирешмә. Профи. [6+]
12.30 Итоги недели (на баш. яз.).
13.15 "Алтын тирмә". [0+]
14.00 "Дарю песню". [12+]
15.15 Автограф. [12+]
15.45 "Дорога к храму". [0+]
16.15 Хоккей. "Салават Юлаев" (Уфа) - "Авангард" (Омская область). КХЛ.
19.15 Лидеры региона. [12+]
19.45 Әлләсе... [6+]
20.30, 4.00 Теге өсәү. [12+]
21.00, 22.30 Республика LIVE #дома. [12+]
21.30, 6.00 Итоги недели (на рус. яз.).
22.15, 6.45 Специальный репортаж. [12+]
23.00 "Красная кнопка". [16+]
23.45 Х/ф "Швейцар". [16+]
1.15 Спектакль "Касатка". [12+]
3.15 Бирешмә. Профи. [12+]
4.30 "Млечный путь". [12+]
5.30 Историческая среда. [12+]

Башҡортостан Республикаһы Дәүләт бюджет һаулыҡ һаҡлау учреждениеһы - 48-се поликлиника коллективы баш врач Н.Х. Насибуллиндың

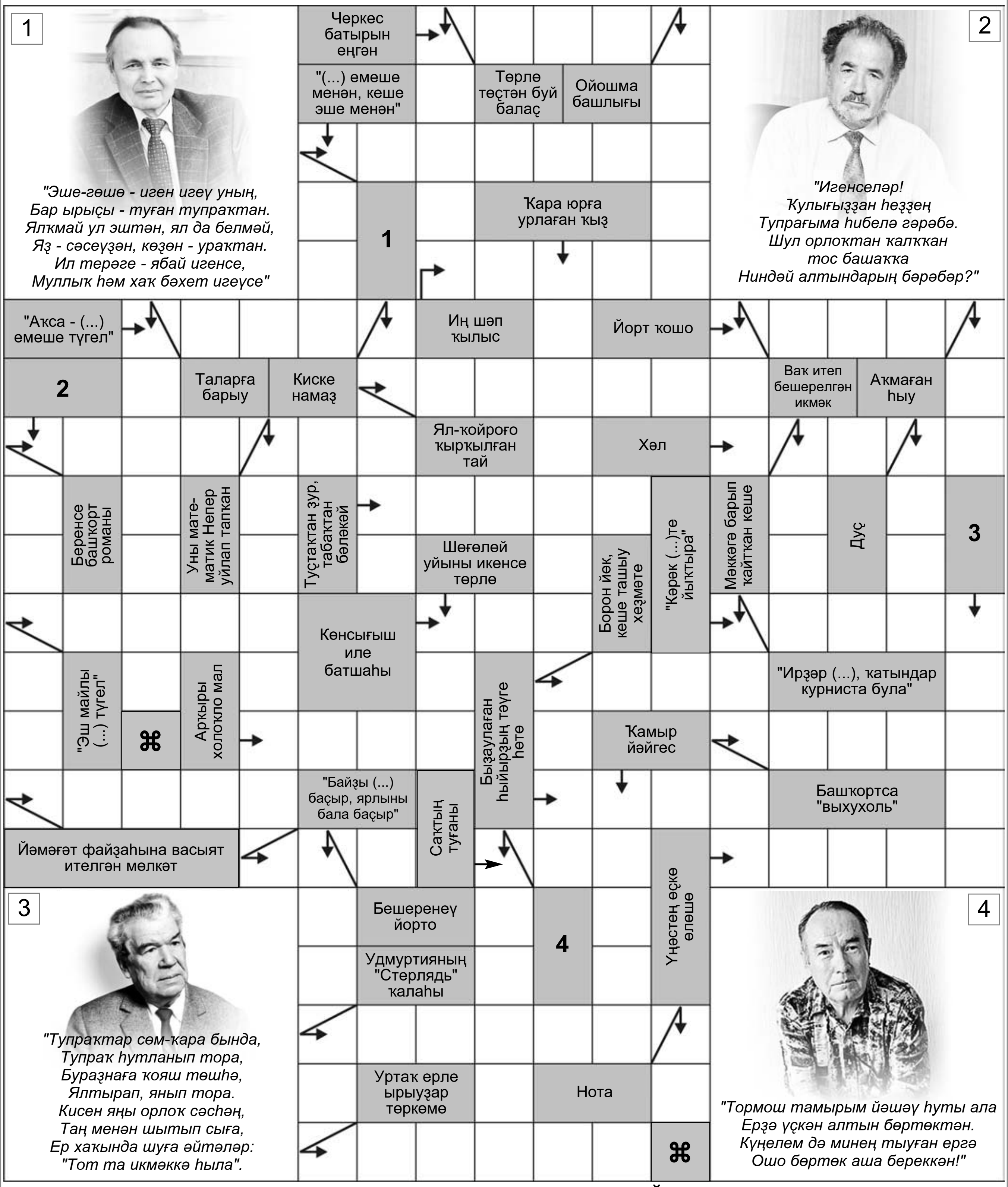
әсәһе

вафат булыу сәбәпле, уның ауыр ҡайғыһын уртаҡлаша.

Донъя бер мосафирханалыр, инсан да рухтар ғәләменән, әсә ҡарынынан, балалыҡтан, йәшлектән, ҡартлыҡтан, ҡәбер ғәләменән әхирәткә күсеп киткән бер юлсылыр. Ауыр тупрағы еңел булһын мәрхүмәнең.

БАШ ЭШЛӘТМӘК

ТЫУҒАН ЕРҘЕ ТУЙЛЫ, ТҮЛЛЕ ИТКӘН, БӨЙӨК КЕШЕ - ИГЕН ИГЕҮСЕ



Йәмилә ШӘРӘФЕТДИНОВА төҙөнө.

35-се һандағы сканворд яуаптары.

Горизонталь буйынса: Сиҙәм. Диктант. Нәнәй. Махно. Һүрәт. Рубрика. Ғазраил. Лапаҫ. Осоусы. Иртәк. Ата. Ашҡаҡ. Неон. Нева. Чабан. Вепс. Йола. Сурағол. Ризыҡ. Аҡмулла. Нәсихәт.

Вертикаль буйынса: Ғарипов. Мизантроп. Абакан. Даян. Украин. Орлоҡ. Сәкән. Агата. Ғафури. Нардуған. Оло. Матай. Ант. Һал. Анчар. Агиш. Алма. Төҫ. Ҡунаҡ.

ҠЫҘЫҠЛЫ ӘҢГӘМӘ

БАШҠОРТ ЙЫРЫН...

йөрәк менән йырларға кәрәк

Башҡорт халыҡ йырҙары буйынса ниндәйҙер мәғлүмәт эҙләһәң, Сибай концерт-театр берекмәһенең вокал ансамбле етәксеһе, Башҡортостандың атҡаҙанған мәҙәниәт хеҙмәткәре Рәмил Париж улы ТУЙСИНға мөрәжәғ итергә кәрәк. Ул башҡармаған йәки тарихын белмәгән йыр юҡ. Репертуарында йөҙҙән ашыу халыҡ йыры бар йырсының. Йәштәргә йыр сәнғәте, халыҡ йырҙары ғилеме буйынса алмаштырғыһыҙ уҡытыусы ла, остаз да ул. Бөгөнгө беҙҙең сәхнәләрҙән яңғыраған башҡорт йыры хаҡында ла уның үҙ фекерҙәре бар.

➔ **"Башҡорт йыры" тигән атамаһы булһа ла, хәҙерге йырҙарҙы башҡа халыҡтың эстрада ижадынан айырыу ауырлашты. Былай барһа, был айырма ҡалмаҫ та кеүек. Нисек уйлайһығыҙ, башҡорт йырын нисек итеп һаҡлап ҡалырға мөмкин?**

- Башҡорт йырҙарының нигеҙендә халыҡ ижады, халыҡсанлыҡ ятһа, башҡорт моңона хас булған мелизм, пентатоника тигән нәмәләр тотолһа, һаҡланасаҡ. Был нигеҙ юғалһа, йырҙың кемдеке икәнен иҫбатлау ҙа мөмкин булмаясаҡ. Бында юл бер генә - халыҡсанлыҡтан тайпылмау. Башҡорт йыры тигәнде дөйөм итеп әйтһәләр ҙә, унда "халыҡ йыры" тигән оло бер бүлек бар һәм уны бер ниндәй төрҙәргә лә ҡушырға йәки бутарға ярамай. Халыҡ йыры - ул беҙҙең тарих кеүек үк, унһыҙ беҙ милләт түгел.

Йәшерәк саҡта халыҡ йырҙарының көйөнә генә ҡарап башҡара һәм тыңлай инем. Һүҙҙәренә артыҡ иғтибар ҙа ителмәгән. Ә хәҙер ҡайһынының бөйөгөрәк икән тип һайлайым. Халыҡ йырҙары бит улар шундай камил, һәр юлы үҙе бер мәҡәл, үҙе бер әйтем. Поэзияһының йырлап тороуы, моңонон тәрәнлеге! Һәр бер йыр үҙе бер тарихи әҫәргә торошло. Ә ундағы фәлсәфә һуң! Уйлаһаң, уйылып китерлек бит! Бына: "Үтәһең дә, ғүмерем, ай үтәһең, Ҡиблаларҙан үҫкән ел кеүек. Һағынырһың әле, һарғайырһың, Һабағынан төшкән гөл кеүек". Йәки: "Бурай ҙа ғына бурай ҡарҙар яуа, Аҙашмайҙыр болан балаһы. Үҙ башҡайҙарына ла ҡайғы төшмәй, Ир булмайҙыр әҙәм балаһы". Бына ошондай юлдарҙы нисек итеп уй-хисһеҙ генә тыңларға була? Халыҡтың тәрәнлеге, үҙәккә үткәреп әйтә белеүе беҙҙең йырҙарға ғына хас.

➔ **Халыҡ йырҙары популярлашамы? Өйрәнәме, башҡарамы уны йәш йырсыларыбыҙ?**

- Үкенескә ҡаршы, халыҡ йырҙары беҙҙә бәйгеләр кимәленә генә ҡала килә. Йырсылар ниндәйҙер конкурста ишеттерер, мөмкинлектәрен, тауыш диапазонын һәм ошо жанрҙы башҡара белеүен күрһәтеү өсөн генә өйрәнә халыҡ йырҙарын. Был осраҡта халыҡ йыры бары тик техник яҡтан ғына өйрәнелә һәм шул кимәлдә башҡарыла ла. Тамашасы ла уны ялҡытҡыс оҙон йыр итеп кенә ҡабул итә һәм сабырһыҙланып, бөткәнен көтөп ултыра. Ә асылда халыҡ йыры йөрәк менән йырланырға тейеш. Һин ундағы бөтөн эстәлекте, моңдо, һағышты, тәрәнлекте, фәлсәфәне күрһәтергә бурыслыһың. Минең өсөн, мәҫәлән, "йөрәк менән йырланың" тигән маҡтау - иң ҙур мәртәбә.

(Дауамы 16-сы биттә).

НАМАҘ ВАҠЫТТАРЫ

1442 һижри йыл.

Сентябрь (Мөхәррәм)	Иртәнге намаҙ	Ҡояш ҡалҡа	Өйлә намаҙы	Икенде намаҙы	Аҡшам намаҙы	Йәстү намаҙы
7 (19) дүшәмбе	5:06	6:36	13:30	18:20	19:50	21:20
8 (20) шишәмбе	5:08	6:38	13:30	18:18	19:48	21:18
9 (21) шаршамбы	5:10	6:40	13:30	18:15	19:45	21:15
10 (22) кесе йома	5:11	6:41	13:30	18:13	19:43	21:13
11 (23) йома	5:13	6:43	13:30	18:10	19:40	21:10
12 (24) шәмбе	5:15	6:45	13:30	18:08	19:38	21:08
13 (25) йәкшәмбе	5:17	6:47	13:30	18:05	19:35	21:05

"Башҡортса дини календарь"ҙан алынды.

СӘНҒӘТ ЯҢЫЛЫҠТАРЫ

МИЛЛИ КЕЙЕМЕҢДЕ КЕЙ ҘӘ...

11-12 сентябрҙә "Торатау" конгресс-холы амфитеатрында V "Евразия йөрәге" Халыҡ-ара сәнғәт фестивале үтәсәк. 11 сентябрҙә бер нисә проекты тормошҡа ашырыу ҡаралған: Милли кейемдәр байрамы; Ҡурай-фест; "Этнотөн; Надежда Бабкинаның Бөтә Рәсәй фестиваль-марафоны.

12 сентябрҙә үтәсәк саралар программаһында Бөйөк Еңеүҙең 75 йыллығына арналған концерт үтәсәк. Тамашаларҙа Башҡортостан йырсылары, ансамблдәренән тыш, Башҡортостандың халыҡ артисы Асҡар Абдразаҡов, Мәскәүҙән опера йырсыһы Любовь Казарновская, Рәсәйҙең халыҡ артисы Олег Газманов һәм Пелагеяның этно-рок төркөмө сығыш яһаясаҡ.

ҠЫҘЫҠЛЫ ӘҢГӘМӘ

БАШҠОРТ ЙЫРЫН...

йөрәк менән йырларға кәрәк

(Башы 15-се биттә).

➔ Башҡорт халыҡ йырҙарының тематикаһы төрлө, әммә лирик йырҙарының ҙур ғына өлөшө ир-егеттең мал табырға ынтылыуына, малһыҙ ҡалып әсенеүенә, йәғни мал төçөндәге матдилыҡҡа бәйле. Был башҡорттоң мал менән көн итеүсе, йәғни мал артынан эйәреп йөрөүсе халыҡ булыуынан да киләме икән?

- Башҡортта тыуған ил темаһы халыҡтың тормош-көнкүреше, ир-егеттәрҙең социаль хәле менән айырылмаçлыҡ бәйләнештә. Бына шуға күрә лә былай йырҙарҙың ҙур бер төркөмөндә тыуған ил, ир-егет һәм мал төшөнсәләре тулы бер бөтөндө тәшкил итә: ир-егет үҙенең туған тупрағына ни хәтле генә ереген үçмәһен, бер мал ул мал табыу ниәте менән бәхет эҙләп, сит илдәргә сығып китергә мәжбүр. Үҙ илендә ҡәҙере булмаған былай ир-егеттәрҙең яҙмышы йырҙарҙа шаҡтай тулы һүрәтләнә: "Илдәренән биҙеп, йыһан гиҙеп, ир-егеткәй йөрөй мал өсөн" йәки "Ир-егеткәй илдән китмәç ине, ҡулдарында уның мал булһа". Шул рәүешле йырҙарға мал төшөнсәһе менән бергә социаль тигеҙһеҙлек мотивтары килеп инә. Был турала "Ишбирҙин" тигән йырҙа айырыуса бер тулылыҡ менән әйтеп бирелә. Йыр ир-егеттәрҙең намыçлы һәм батыр, тырыш һәм сабыр булырға тейешлеген һыҙыҡ өçтөнә ала, уларҙы ауырлыҡ килгәндә лә уяу булырға өндәй. Былдай йырҙар үҙҙәренең идея-тематик йөкмәткеһе менән хатта мәкәлдәргә торорлоҡ, борон-борондан тапшырыла килгән әхлаҡ нормаһы итеп ҡабул итерлек: "Малың булмаһа ла, намыçың булһын, намыç менән ҡиммәт ир башы", "Фәкирлек менән етемлекте белгертмәй ҙә ирҙең солтаны" һ.б.

Ләкин синфи йәмғиәт шарттарында ир-егет ни хәтле генә аçыл һәм уяу булмаһын, социаль тигеҙһеҙлек, ҡайғы-хәсрәт һәм нужа уның тормош юлдашы булып ҡала. Йәш сағында мал, бәхет, мөхәббәт тураһында хыялланып моңланған ир-егеттәр күңелен, ир ураһына еткәс, үткән ғүмер, туған-тыумасалыҡ, баштан китмәç ҡайғы-хәсрәт хаҡындағы уйҙар-йырҙар биләй башлай. Тимәк, йырҙы ла кеше йәшәгән ғүмеренә, йыйған тәжрибәһенә ҡарап һайлап йырлай.

➔ Йыш ҡына ир-егеттәрҙең йырлағанда "ә", "ө", "ү" кеүек һуҙынҡы өндәрҙе үтә лә нәҙегәйтеп, йомшартып ебәреүен аңғарам. Был ҡыланыш сир кеүек, ваҡыт үткән һайын күберәк башҡарыусыларҙы зарарлай барғандай. Ир-егет башҡарыусыларҙың йырҙы ирҙәрсә йырларға тейешлеген кемдәр өйрәтергә тейеш?

- Был ҡыланыш икенсе халыҡ эстрадаһынан килгән "сир". Ни өсөндөр беҙҙең ир-егет вокалистарҙың ҡайһылары ошо стилде отоп алды. Хатта Сибай ерлегендә үçеп сығып, ауыҙ тултырып, күкрәк менән йырлап өйрәнгән егеттәр ҙә баш ҡала сәхнәләрендә муйын һуҙып, ирен менән генә ҡупшылап йырлауға күçеп китте. Әлеге һеҙ әйткәнсә "үүүү", "әәәә" өндәренә баçым яһап, һүҙҙәрҙе артыҡ йомшартып, тауыштарын нәҙегәйтеп йырлауҙы матур тип иçәпләйҙәр, күрәһең. Тик мин улар менән килешмәйем һәм уҡыусыларымды ла башҡорт йырҙарын ыçын ир-егеттәрсә, йәғни хисле, әммә баһа менән башҡарырға өйрәтәм. Башҡорт тәбиғәтенә, аçылына, характерына хас түгел әлеге һеҙ әйткән стиль.

➔ Башҡорт йырҙарын боҙоп йырлауға юл ҡуймаусы, уларҙағы теүәллекте контролдә тотоусы берәй хеҙмәт бармы беҙҙең республикала?

- Халыҡ йырҙарын һаҡлаусы хеҙмәт юҡ. Уларҙы һәр уҡытыусы дөрөç теүәллектә уҡыусыһына ҡалдырырға тырыша. Әммә бында ла бер ниндәй ҙә гарантия юҡ. Был тәңгәлдә йырҙарҙың тәү башҡарыусыларынан йәки боронғо башҡарыусыларынан яҙып алып ҡалынған аудиояҙмаларына ғына өмөт ҡала. Эстрада йырҙарын "Юлдаш" каналында ай һайын шағир, композитор һәм йырсынан торған комиссия тикшерә тикшереүен... Эстрада йырҙарын хәҙер күптәр яҙа һәм уларҙың ниндәйҙер дөрөçлеген табып та булмайҙыр ул. Ә бына халыҡ йырҙарына бик һаҡ һәм етди ҡарарға кәрәк. Уларҙағы үҙҙәренә генә хас боролоштарҙы, уйһыуҙарҙы һәм хатта тын алмаштырыуҙы ла дөрөç һаҡлау зарур.

➔ Бөгөн йыр яҙыусылар күп. Был яҡшымы, әллә...

- Йөрәгендә илһам йөрөткән һәр кем йыр сығарып, шиғыр яҙып ҡарай ул. Бигерәк тә йәш саҡта. Быны гәйебе юҡ. Әммә йырсы булған һәр кем йыр ижад итә ала икән тип уйларға ярамай. Йыр ул башта шиғыр булып яралырға тейеш. Шиғыр кемдәндер эске кисерештәрен мәғәнәле юлдарға теҙеп, рифма һәм ритмға һалып, шунда уҡ көйлә булып ярала. Көйсөнө шиғыр илһамландыра һәм шунан көй тыуа. Ошо тәртиптә тыуа ыçын йырҙар. Ә кемдер көй яҙған да, икенсеһе шул көйгә һүҙҙәр йәбештереп сыҡҡан кеүек түгел. Йыр яһалмай, йыр тыуырға тейеш. Һәләтле кешеләр ана шул йыр сирткән мәлде көтә һәм тота белһен ул. Һауала осоп барған моңдо кемдер күрә ала , ә кемдер юҡ. Был да үҙенә күрә бер мөғжизә.

Ноталарҙы һәрмәп, ижектәрен тура килтереп яһалма сығарылған йырҙарҙы тыңлаусы ла таный һәм был тамашасының йыр сәнғәтенә булған һөйөүен һәрәмләй ҙә. Күпме генә йырҙар яҙылһа ла, башҡарылһа ла, уларҙың ғүмер оҙайлығын ваҡыт үҙе билдәләй. Ниндәйҙер йырҙарҙы быуаттарҙан быуаттарға күçереп йәшәтә, икенселәрен онотторa. Шунлыҡтан, йыр яҙыусыларҙың күп булыуынан зыян юҡ тип уйлайым.

➔ Балаларҙа нисек итеп халыҡ йырына һөйөү тәрбиәләргә? Әллә был аң йәшәй бара киләме?

- Аçылда, йыр-моң һәм тап халҡыбыҙҙың оҙон көйҙәре беҙҙең генетик хәтерҙә яҙылған. Әммә был хәтер күптәрҙә ҡаты йоҡлай һәм ҡайһылар быуыны-быуыны менән милли ыçынбарлығынан ситләшкән. Шунлыҡтан, баҡыты еткәс, халыҡ йырҙарын да тыңлай башларҙар, башҡортса ла һөйләшерҙәр, тип ултырырға ярамай. Бәләкәйҙән орлоҡ һалынмаһа, нимәнән үçеп сығырға тейеш был үçенте? Беҙ, мәçәләп, ғаиләлә ололарҙың йырлағанын ишетеп үçтек һәм күптәрҙән уларҙан отоп алдыҡ та. Кемдәрҙәлер был мөхит булмаған һәм улар ҡайғылы, ауыр йәки, киреһенсә, йөрәк ярһыған мәлдә йыр тигән дауа барлығын белмәй ҙә. Был үҙе бер халыҡ терапияһы бит ул. Халыҡ йыр менән күңелен бушатҡан, хәлен аңлатҡан, эстәге ауыр уйҙарынан арынған, кәйефен күтәргән һәм башҡалар. Балаларына халыҡ йырҙарын тыңлатмаған ололар киләсәк быуынын бына ошондай фәһемле һәм файҙалы алымдарҙан мәхрүм итә. Ә иң мөһиме, милли булмышынан ситләштерә. Балаға бит күңелен тултырыу өсөн ниндәйҙер моң кәрәк һәм ул быны сит халыҡ музыкаһынан таба ла. Айына бер булһа ла алып йөрө концертҡа, бик булмаһа, өйҙә бергәләп тыңлағыҙ, артыҡ бирелеп китмәһә лә, ул уны ишетеп һәм ҡабул итеп өйрәнә. Ә инде ололарҙың яратып тыңлауын күрһә, ул быны яҡшы ғәҙәт итеп ҡабул итеп алаçаҡ. Күрәһегеҙ, балаһы ла ата-әсәнең һәм баланың тәрбиәһендә ҡатнашыусыларҙың аңлылығынан тора.

Миләүшә ҠАҺАРМАНОВА
яҙып алды.

АҠЫЛ-ҠАҘНА

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

БӘХЕТЕҢ БУЛМАҺА...

тапҡан алтының баҡырға әйләнә

Алтын һөмһөҙҙөң ҡулынан ташҡа, күҙен аҡҡа әйләндерә.

(Башҡорт халыҡ мәҡәле).

Бик юғары күтәрелеү өсөн бик түбән төшкәндәр ҙә бар.

(Маркиз Галифакс).

Ҡатыныңды йә иреңде икеүҙән-икеү егерме сәғәткә бергә ҡалғанда түгел, ә кемдер өсөнсө кеше булғанда бер сәғәт эсендә яҡшыраҡ белә алырһың.

(Жан Поль).

Тыуыу тураһындағы танытмала кешенең ҡасан тыуыуын яҙалар, ә бына ни өсөн тыуыуын яҙмайҙар...

(Моисей Сафир).

Бәхәсләшеү аçыуланыу менән тамамлана икән, тимәк, беҙ хәҡиҡәтте яҡлауҙан туҡтайбыҙ һәм үҙебеҙҙе яҡлаша башлайбыҙ.

(Томас Карлейль).

Шулай итеп, тағы бер аҡыл: "Бер ҡатын өйөнән урамға сыҡһа, тупһаһында аҡ һаҡаллы өç ҡарт ултырғанын күрә һәм уларҙы:
- Һеҙ, моғайын, астыр. Әйҙәгеҙ, инеп, ашап сығығыҙ, - тип өйөнә саҡыра.
- Бөтәбеҙ бергә өйгә инә алмайбыҙ, - тип яуаплай тегеләре.
- Ә ни өсөн? - тип ғәжәпләнә хужабикә.
Ҡарттарҙың береһе шулай тип аңлата:
-Беҙҙең беребеҙҙең исеме Байлыҡ, икенсебеҙҙеке Һаулыҡ, өсөнсөбөҙҙөкө Мөхәббәт. Кемебеҙҙе ҡунаҡ итеп күрергә теләйһегеҙ, барығыҙ, ирегеҙ менән кәңәшләшеп, хәл итегеҙ.
Ҡатын өйгә инеп, иштекәнен иренә һөйләп бирә.
- Бик яҡшы, - ти хәләле. - Әйҙә, Байлыҡты саҡыр.
Ҡатыны ҡаршы төшә:
- Әйҙә, Һаулыҡты индерәйек!
Уларҙы тыңлап торған ҡыҙҙары:
- Ә ни өсөн беҙ Мөхәббәтте саҡырмайбыҙ? Ул инһә, өйөбөҙҙә һөйөү урынлашыр...
- Ысынлап та, әйҙә, ҡыҙыбыҙ менән килешәйек. Бар, Мөхәббәтте саҡыр, ҡунаҡ итәйек уны, - ти ире.
Ҡатын өйҙән сыға ла:
- Һеҙҙең кемегеҙ Мөхәббәт? Әйҙәгеҙ, беҙҙең өйгә, ҡунағыбыҙ булырһығыҙ!
Аҡһаҡалдарҙың береһе өйгә табан атлай, ә ҡалған икәүһе уның артынан эйәрә. Ҡатын аптырап ҡала һәм:
-Мин бит барығыҙҙы ла саҡырманым... - ти.
Тегеләр өсәү шулай тип яуап бирә:
- Йортоғоҙға Байлыҡты йәки Һаулыҡты ғына саҡырһағыҙ, беҙҙең икәүебеҙ урамда ҡалған булыр ине. Ә һеҙ Мөхәббәтте саҡырҙығыҙ. Ә һөйөү булған өйҙә һаулыҡ та, байлыҡ та була..."

"Киске Өфө" гәзитен ойоштороусы:
Өфө ҡалаһы ҡала округы хакимиәте
Гәзит Киң коммуникация, элемтә һәм мәҙәни мираçты һаҡлау өлкәһен күҙәтеү буйынса федераль хеҙмәттен Башҡортостан Республикаһы идаралығында теркәлде.
Теркәү таныҡлығы №ТУ 02-00001, 10 июнь 2008 йыл.

Баш мөхәррир:
Гөлфиә ЯНБАЕВА.
Мөхәрририәт:
Сәриә ҒАРИПОВА,
Сәрүәр СУРИНА,
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 баçылды (450591, Башҡортостан Республикаһы, Өфө районы, Чесноковка ауылы, Воровский урамы, 32).

Телефондар:
Баш мөхәррир 253-25-44
Хәбәрселәр 252-39-99, 246-03-24
Матбуғат таратыу 246-03-23

Ҡул ҡуйыу ваҡыты -
3 сентябрь 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.

«Киске Өфө»нөң индексы – **ПР905**
Тиражы - 3007
Заказ - 702/09