ИЖТИМАҒИ-СӘЙӘСИ-МӘҘӘНИ ГӘЗИТ

КискеӨфө

10-16 ғинуар (һыуығай) 2015

№2 (628)

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

Баланы атай-әсәйҙән, мәктәптән тыш, мөхит тәрбиәләй. Ә туған мөхит - ул әсәй-атай, өләсәй (ҡәрсәй), олатай (ҡартатай), башҡа өлкән быуын туғандарың. Туған мөхит - ул туған моң. Халҡың тарихы, ижады, йола-ғәҙәттәре. Туған мөхит - ул һинең бер үк маҡсат, ынтылыш менән яныпкөйөп йәшәүсе дуҫтарың. Туған мөхит - ул сәләмәт йәшәү, камиллыҡ, тура юлдан тайпылмау өсөн таяныс булған рухи сығанаҡ. Туған теленән айырылған кеше ошо иң ҡиммәтле, иң һиммәтле байлыҡтарҙан мәхрүм ҡала.

БЫЛ ҺАНДА УҠЫҒЫҘ:

Еңеүселәр тәбрикләнде

4

Башҡорт телен... ситтәр өйрәтә һәм өйрәнә

5

Нимә ашағаныңды әйтһәң... мин һинең кемлегеңде әйтәм!

8-9

Мәүлит айы мөбәрәк булһын!

12-13

ТВ-программа 14

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

Былтырғы йылдың иҫтә ҡалған ниндәй ваҡиғаларын билдәләп китер инегеҙ?

Марат ИШМӨХӘМӘТОВ, халыҡ табибы, публицист: 2014 йыл Рәсәй халҡына нимә килтерҙе? Беренсенән, ҡырымдарҙың тарихи иленә кире ҡайтыуы булһа, икенсенән, Украиналағы хәлдәр беҙҙең ысын дошмандарыбыҙҙы асыҡланы. Украинала неонационалистарҙың ҡубыуы, власҡа килеүе, уларҙың Америка ялсыларына әйләнеүе бөтә прогрессив кешелек донъяһын хафаға һалды. Америка башлығы ят ҡулдар менән "ҡайнар күмер" тартырға яратыуын иҫбатлап, мәңге баш эймәҫ Рәсәй дәүләтен санкциялар менән тубыҡландырырға маташа. Әммә ләкин донъяның әсе-сөсөһөн татыған Рәсәй халҡын был санкциялар ғына баш эйҙермәҫе аҡылға һайыраҡ ЕС етәкселәренең башына килмәйәсәк. Был санкциялар үҙебеҙҙең сәйәси һәм иҡтисад даирәһе лидерҙарын бер аҙ айнытты булһа кәрәк: ватаныбыҙ фәнен, ил иҡтисадын, аграр секторҙы ҡайтанан тергеҙеү тураһында фекерҙәр ишетелә башланы. Иншалла, бурыраҡ етәксе ағай-эне аҡсаларын ил үҫешенә һала башлар, тип ышанғы килә. Шуныһы көн кеүек асыҡ: дошмандың ойошоуы Рәсәй халыҡтарының да берҙәмлегенә килтерәсәк. Ил етәкселеге, күп аҡса түгеп булһа ла, тиҙ арала үҙ Ҡораллы көстәрен нығытасаҡ һәм яңынан яңы ҡеүәтле ҡорал етештерәсәк. Шулай эшләмәһәк, илде бүлгеләрҙәре, таларҙары көн кеүек асыҡ. Тимәк, билдәле инде, билбауҙарҙы ҡыҫыбыраҡ бәйләргә тура киләсәк. Күреүебеҙсә, ил Президенты В. В. Путинға емерелгән, таланған ҙур илде ҡайтанан тергеҙеүе анһаттан булманы, ул үҙен көслө иҡтисади, сәйәси, хәрби белгес, дипломат итеп танытты. Беҙгә, оло быуын кешеләренә, магазиндарҙағы буш прилавкаларҙы, икмәк магазинындағы оҙон сираттарҙы күргән кешеләргә, хәҙерге заман тормошо ожмах менән тиң.

Әлбиттә, ауыл хужалығына, фәнгә, яңы технологиялар үҫешенә иғтибар артасаҡ, тик был иртәгә генә үҙ һөҙөмтәләрен бирмәйәсәк. Ил көрсөктән сығасаҡ, ләкин сабыр Рәсәй халҡына тағы ла бер аҙ түҙергә тура киләсәк. Халыҡты социаль яҡлау, пенсия фондтарының, һәр төрлө компенсацияларҙың кәмеп китеүе, бер аҙға юҡҡа сығып тороуы ла бик ихтимал. Төрлө өлкәләрҙә яңы һалымдар индереләсәк. Быны ла аңлап ҡабул итеү кәрәктер, сөнки ниндәй генә ил бойһондороҡһоҙлоғона ҡурҡыныс янамаһын, бөтә сығымды уның халҡы үҙ иңендә кисерә. Бөгөнгө көндә Рәсәй дәүләте ҡыҫымға алынған, һүҙ дәүләт ирке, именлеге хаҡында бара. Тимәк, илде һаҡлау, ҡайтанан ҡоралланыу сығымдар талап итәсәк. Нефткә хаҡтарҙың төшөүе, Украина халҡының урыҫ ағаһы иҫәбенә йылдар буйы бушлай газ яғып ятыуы, милли банктарҙың сит ил аҡсалары менән интеграцияла булыуы бюджет наҡыҫлығы килтереп тыуҙырҙы. Юрғаныңа ҡарап аяғыңды һуҙ, тигәндәй, илдә "оптималләштереү" тигән нәмә башланды. Ул һүҙ бик үк ҡурҡыныс та түгел икән, "сокращение", "закрытие" тиһәләр, бигерәк өркөп китер инек. Алай ҙа матур һүҙ тапҡандар. Шуға күрә лә ауылдарҙа фельдшер-акушерлыҡ пункттарын, больницаларҙы, мәктәптәрҙе оптималләштереү бара. Вағыраҡ ауылдарҙа мәктәптәр ябылыуға ҡарамаҫтан, ата-әсәләр балаларын наҙан ҡалдырмаҫ, белем бирергә тырышырҙар. Был хәлдәр киләсәктә әҙәмдәр тарафынан белемдең, уҡытыусы хеҙмәтенең, мәктәптәрҙең ҡәҙерен белергә өйрәтер. "Бәхет булмаҫ та ине - бәхетһеҙлек ярҙам итте" тигәндәй, был сара, бәлки, халыҡты үҙ һаулығын үҙе ҡарарға, уны тәьмин итергә өйрәтер. Һаулыҡты табип тәьмин итергә тейеш түгел, һаулығын кеше үҙе хәстәрләргә бурыслы. Юҡһа, ауырып китһәләр, сирҙән ҡотола алмаһалар, табип ғәйепле. 96 процент халыҡ - аптекаларҙа, сөскөрһә лә, танауы еүешләнһә лә шунда барып сиратҡа баҫа. Магазиндарҙа санкциялар менән бәйле ризыҡтарҙың кәмеп китеүе кешене бер аҙ самалап ашарға ла өйрәтер, әтеүней, артыҡ майҙан, эсәк таштарынан эс-ҡорһаҡтар самаһыҙ ҡабарып киткәйне бит. Хатта ҡытайҙарҙың кипкән үҫемлектәрҙе онтап эшләгән һөттәрен, Американың утыҙ йыл ятҡан, ғәмәлдән сығарылған стратегик запас иттәренән эшләнгән тушенкаларҙы, гормондар ашатып тиҙ арала үҫә торған Буш бройлерҙәрен ашап өйрәнеп киткәйнек. Беҙҙең, ябай, капиталы, ҙур мөлкәте булмаған әҙәмдәрҙең, санкцияларға бик үк эс бошмай. Был нәмә бик кәрәк ине. Юғиһә, Рәсәй дәүләтендә, халыҡ аңында, иҡтисад өлкәһендә, сәйәсәтендә был тиклем һынылыш та булмаҫ ине. Унан һуң, "Аллаға шөкөр", "иншалла" тигән һүҙҙәрҙе онотоп та ебәрҙек, буғай. Шуға ла беҙгә һынауҙар киләләр. Яҡын киләсәктә Рәсәй был көрсөктән дә сығыр, ҙур масштабта һуғыш ҡупмаясаҡ, барыһы ла быны аңлай, сөнки хәҙерге һуғышта еңеүселәр ҙә, еңелеүселәр ҙә булмаясаҡ бит инде. Аллаға шөкөр, 2014 йыл барыһын да үҙ урынына ҡуйҙы - бына был оҙаҡҡа хәтеребеҙҙә ҡалыр...

(Дауамы 2-се биттә).

АФАРИН!

ЕГЕТ КЕШЕНЕҢ ЕТЕ ҺӨНӘРЕ...

йәки Ильястың еңеүсе булғаны

"Сулпылар" Республика телевизион конкурсын зәңгәр экрандарҙан күҙәтеп барыусыларға Ильяс Ҡотоев яҡшы таныш. Башҡорт халыҡ йыры "Урал"ды башҡарып, моңло тауышы менән тәүге турҙа уҡ баһалама ағзаларын хайран иткән Ильястың "Ҡара юрға", "Башҡортостан", "Еҙ ҡыңғырау моңдары" йырҙары ла киң билдәлелек алды. Шуға ла 2014 йылдағы "Сулпылар"ҙың еңеүсеһе исеменә тап уның лайыҡ булыуы бер кем өсөн дә көтөлмәгән хәл булманы.

(Дауамы 11-се биттә).

Игорь Киняпин фотоһы.

УҠЫУСЫ ФЕКЕРЕ

ИМАНҒА ИЛТКӘН БАҪМА

"Киске Өфө" гәзитенең һәр һанын көтөп алам. Ул килгән көн байрамға әүерелә минең өсөн. 16 биттән торған был гәзит үҙе бер фәлсәфәүи китап. Бүтән гәзиттәрҙән айырмалы рәүештә, уның һәр битендә башҡорт рухы, халыҡ аҡылы, уйы, тарихы, мәҙәниәте, көнитмеше сағыла. Шәмбе көн был гәзит килеү менән иң тәүҙә беренсе биттең башында бирелгән аҡыллы һүҙҙәрҙе уҡыйым, унда һүҙ нимә тураһында барыуына төшөнәм. Аҙаҡ һәр бер материалды баштан аҙағына тиклем төпсөрләп уҡып сығам.

Гәзит биттәрендә бөгөнгө көндөң сағыу ваҡиғалары яҡтыртыла, һәр кемгә кәрәкле мәҡәләләр, борсоғон һорауҙарыңа яуаптар табырға була унда. Бөгөнгө иҡтисади көрсөк заманында үҙ уҡыусыларына нисек итеп аҡса эшләргә лә өйрәтә гәзит. Әйҙә, байыҡ, тик ялҡаулығыңды ғына ҡуйып тор. Халыҡ медицинаһы менән дауаланыу серҙәре лә кәрәк кешегә. Дарыуҙың бит бер яҡтан файҙаһы булһа, икенсе яҡтан зыяны күп. "Аҡыл - ҡаҙна" рубрикаһында сыҡҡан фәһемле һәм ғибрәтле мәҡәлдәрҙе, афоризмдарҙы йыйып, айырым бер китап төҙөргә лә була. Уның һәр бер аҡылын тормошта ҡулланабыҙ, уҡыусы балаларға һөйләйбеҙ, фекер алышабыҙ, һығымталар яһайбыҙ.

Гәзит биттәрендәге бәйгеләр ҙә бик оҡшай. Бына, мәҫәлән, рәссамдарҙың һүрәттәренә ҡарата гәзит уҡыусылар ҡыҙыҡлы мәҡәләләр яҙҙы, улар төрлөлөгө, йөкмәткеле булыуы менән айырылып торҙо. Ошондай конкурстарҙы төрләндерергә лә була, минеңсә. Әйтәйек, яҙыусылар ижадына, берәй әҙәби әҫәргә ҡарата үҙ фекерҙәрен белдереүгә ҡоролған конкурстар ҡыҙыҡлы булыр ине, гәзиттең йөкмәткеһен тағы ла байытыр ине. Гәзитте уҡырға, алдырырға теләүселәр тағы ла артыр ине, моғайын.

Был баҫмала ауыл кешеләренең көнитмешенә ҡараған материалдарҙың күп булыуын теләйем. Уларҙы нимә борсой, нисек йәшәй төпкөлдәге ауыл, нисек йүндәрен күрәләр? Барыһын да белгеләр килә. Гәзит битендә гел генә маҡтау булмаһын, тәнҡит һүҙҙәрен дә әйтһен авторҙарығыҙ.

Уҡыусыларын "Киске Өфө" данлыҡлы кешеләр менән "Диалог" рубрикаһында таныштыра, шулай уҡ алдынғы ҡарашлы йәштәрҙең дә фекер, бәхәс майҙанында ҡатнашыуы бик маҡтаулы. Ошондай диалогтарҙы төпкөлдәге ябай кешеләр менән дә үткәреү кәрәк, тип уйлайым. Улар теге йәки был мәсьәләгә нисек ҡарайҙар икән?

Гәзитте, уйымса, бөтөн мәктәптәр ҙә алдырырға тейеш. Мәғариф бүлектәре шул турала ҡайғыртһын ине. Ә бына ҡайһы бер уҡытыусыларҙың "Киске Өфө"гә яҙылмауын ғибрәт хәл, тип әйтер инем хатта. Башҡорт телендәге гәзит-журналдарҙы бөтөн башҡорт ғаиләләре лә алдырһын ине, сөнки үҙ телебеҙҙәге баҫмаға башҡа милләт кешеләре ярҙам да итмәҫ, дуҫлыҡ ҡулы ла һуҙмаҫ.

Әлфиә ЗӘБДИНОВА.

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

Былтырғы йылдың иҫтә ҡалған ниндәй ваҡиғаларын билдәләп китер инегеҙ?

(Башы 1-се биттә).

Рәшит ИРНАЗАРОВ, социология фәндәре докторы, профессор: Социолог булараҡ, мине һәр саҡ демография мәсьәләләре ҡыҙыҡһындыра, сөнки тап ана шунда күренә лә инде дәүләттең социаль өлкәләге сәйәсәте һәм шуның һөҙөмтәһе булараҡ, халыҡтың тормош сифаты. Дәүләт халыҡ үҫеше мәсьәләһен күҙҙән ысҡындырмаҫҡа тейеш. Улай ғына ла түгел, тыуымды арттырыуға булышлыҡ итеп, ошо йәһәттән даими рәүештә матди ҡыҙыҡһындырыу саралары күрергә бурыслы. Дөрөҫ, был йүнәлештә Рәсәйҙә Әсәлек капиталы проектының һөҙөмтәләре күренә башланы ла инде - был ҡыуандыра. РФ Президенты Владимир Путиндың Федераль Йыйылышҡа Мөрәжәғәтнамәһе илебеҙ тормошонда айырым билдәләүгә лайыҡ ҙур ваҡиға, киләсәккә программа булды, тип иҫәпләйем. Үҙенең телмәрендә ул, Рәсәйҙә бына ике йыл инде халыҡ һанының тәбиғи артыуы күҙәтелә, тип әйтте. "БМО эксперттары 2000 йыл баштарынан алып Рәсәйҙә халыҡ һанының артабан да кәмеүгә табан барасағын фаразланы. БМО күҙаллауынса, беҙҙең илдә халыҡ һаны 136 миллионғаса кәмергә тейеш ине. 2014 йылдың 1 ғинуарына Рәсәй халҡы 144 миллион кеше тәшкил итте, йәғни БМО күҙаллауынан 8 миллионға күберәк килеп сыҡты," тип хәбәр итте В. Путин. Ә инде Рәсәйгә ҡушылған Ҡырым менән Севастополь халҡын да иҫәпләһәң, халыҡ һаны 146 миллиондан ашып китә. Шул уҡ ваҡытта илдә тыуымға ғына иғтибар бүленергә түгел, ә уртаса ғүмер оҙайлығын арттырыу буйынса ла аныҡ саралар ғәмәлгә ашырылырға тейеш, тип иҫәпләйем, шунһыҙ, йәғни ошо йүнәлештәге махсус Маҡсатлы программаһыҙ ғүмер оҙайлығына иҫәп тотоу ауыр, сөнки үҙегеҙ күреп тораһығыҙ, илдә һаулыҡ һаҡлау өлкәһендә ниндәйерәк "реформалар" барғанлығын. Социаль яҡлау саралары, пенсия, пособие мәсьәләләре лә камиллаштырыуҙы көтә. Ғүмер буйы санкция ҡамауында йәшәмәбеҙ бит, уны һылтау итмәйенсә, үҙебеҙҙе үҙебеҙ аҫрау әмәлдәрен табайыҡ.

Рәшит МОНАСИПОВ, Бөрйән район хакимиәтенең Йәштәр сәйәсәте һәм спорт комитеты рәйесе: 2014 йыл Сочи ҡалаһында XXII ҡышҡы Олимпиада уйындары үткәрелгән йыл булараҡ хәтерҙә ҡалыр, моғайын. Берҙән, был Рәсәй данын, уның ҡеүәтен һәм халҡының берҙәмлеген донъя күләмендә тағы бер тапҡыр ҡайһы берәүҙәрҙең иҫенә төшөрөп алыу булһа, икенсе яҡтан, ул курорт зонаһы булған Сочи биләмәләрендә бик күп заманса спорт ҡоролмаларының ҡалҡып сығыуына сәбәп тә булды. Ҡышҡы уйындарҙы асыу һәм ябыу тантаналары булып үткән (был онотолғоһоҙ сағыу тамашаларҙы бөтөн донъяла 3 миллиард кеше ҡараған, тиҙәр) 40 мең тамашасы һыйҙырышлы "Фишт" стадионы, хоккей, фигуралы шыуыу, конькиҙа уҙышыу өсөн боҙ һарайҙары, биатлон һәм саңғы комплекстары, Олимпия ауылдары - былар бөтәһе лә заманса проекттар буйынса тиҙ арала төҙөлдө һәм бик күп сығымдар талап итте, әлбиттә. Ләкин был объекттар Олимпия уйындары үтеп киткәс тә даими рәүештә файҙаланырлыҡ итеп төҙөлдө. Ысынлап та, Уйындар үтеп киткәс тә унда "Формула-1" ярыштары уҙғарылғайны, артабан шахмат буйынса донъя беренселеге, башҡа төрлө ярыштар башланып китте. Үҙебеҙҙең һәм сит илдән килеп ял итеүселәр өсөн дә бындағы спорт объекттары һәр ваҡыт асыҡ. Ошо нигеҙҙә балалар спорты ла үҫтереләсәк. Иң мөһиме, Олимпия уйындары Рәсәйҙең держава ҡеүәтен тергеҙергә булышлыҡ итеүе менән дә әһәмиәтле сара булды, тип уйлайым. Ил Президенты Владимир Путин әйтмешләй, бындай ҡиммәттәр аҡса менән үлсәнмәй. Ысынлап та, илдә спортты, бигерәк тә уның массовый төрҙәрен үҫтереүгә йүнәлеш алыу бик ҡыуандыра мине.

Әйткәндәй, тап ошо 2014 йыл башынан алып беҙҙең Собханғолда ла мөһабәт һәм матур спорт-һауыҡтырыу комплексы төҙөлөп бөтөп, эш башлап ебәргәйне. Әлеге көндә ул халыҡтың ятҡан урынына әүерелде. Комплекс заман талаптарына яуап бирә, унда 2 бассейн, тренажер, баскетбол залдары бар.

Билдәләп китерлек ваҡиғаларҙан мин тағы ла Ҡырым менән Севастополдең Рәсәйгә ҡушылыуын әйтер инем. Рәсәйҙең сиктәре киңәйҙе. Украина, ундағы һуғыш тураһында нимәләр әйтеп тороу артыҡтыр: телевизор, гәзит-журналдарҙа был хаҡта туҡтауһыҙ күрһәтелә һәм яҙыла. Тиҙерәк ниндәйҙер килешеү саралары күрелһен ине, тыныслыҡ урынлашһын, ниһайәт, тип теләйем.

Фәүзиә МӨХӘМӘТШИНА яҙып алды.

ӘЙҘӘГЕҘ...

ҒИЛЕМЛЕ БУЛАЙЫҠ!

Моғайын, һәр беребеҙгә ата-әсәләре, олатай-өләсәйҙәре, һуңынан уҡытыусылар "Уҡы, белем ал, уҡыған хур булмаҫ", тип тылҡығандыр. Хатта һуңғы йылдарҙа һәр кем тиерлек балаһын дипломлы итергә ынтылды. Ирекһеҙҙән, берәүҙең: "Тиҙҙән урам һепереүселәр ҙә дипломлы буласаҡ", тигән һүҙҙәре иҫкә төшә.

Хаҡ һүҙҙәр, сөнки белем артынан ҡыуып, ғилем тураһында бөтөнләй онотоп ебәргәнбеҙ, күрәһең. Был хаҡта бынан бер нисә йылдар элек баҫмабыҙҙың яҡын дуҫы Фәүзиә апай Йәнтилина матур итеп төшөндөргәйне: "Балаға фәнни белем бирәһең дә, унда ғилем юҡ, фән генә. Беҙгә ғилемле булырға кәрәк. Ғилем фекерләүгә нигеҙләнә. Үҙең фекерләп, уйлап, Аллаһы Тәғәләнән килгән мәғлүмәтте алыуың - ул ғилем. "Мышление" бит "мысли шлю" тигәнде, йәғни уй ебәрәм, тигәнде аңлата. Ҡайһы берҙә башҡа кинәт кенә матур уй килеп төшә. Ысынлап та, Аллаһы Тәғәлә һиңә бер тамсы ғына уй бирә лә, артабан уйла, мин һиңә уйларға баш биргәнмен, ти. Ойотҡо һала, уйла, уҡы, эҙлән, тырыш, яуабын табырһың, ти. Аңлы кеше уҡый, яуабын табырға теләй. Ҡөрьән Кәримдә бөтөн булған хәл-ваҡиғаларға яуаптар бар. Беҙ уны аңламайбыҙ. Ә унда бөтөн булған ғәмәлдәр аят менән нығытылып ҡуйылған..."

Икенсе яҡтан, юҡҡа ғына, бала тыуғанда уҡ уның төпкө аңына барлыҡ мәғлүмәт һалына, тимәйҙәрҙер. Бары тик уны алыу юлдарын табырға өйрәнергә генә кәрәктер. Әйҙәгеҙ, булған белемебеҙҙе эшкә егеп, ғилемле булырға ынтылайыҡ!

Зәйтүнә ӘЙЛЕ.

Н И М Ә ? Ҡ А Й Ҙ А ? Ҡ А С А Н ?

✓ Башҡортостан Республикаһы Президенты Рөстәм Хәмитов Рәсәй Президенты Владимир Путин менән осрашты. Улар төбәктәге социаль-иҡтисади хәл тураһында әңгәмә ҡорҙо. Рөстәм Зәки улы республикала 2014 йылдың күп йүнәлештәр буйынса һәйбәт тамамланыуын билдәләне. Бигерәк тә төп капиталға инвестициялар һалыу күрһәткестәре ҡыуандыра, тине ул. Владимир Путин бюджет өлкәһендә эшләүселәрҙең эш хаҡы, килеме менән ҡыҙыҡһынды. Был да Рәсәй Президентының май Указдарына ярашлы тормошҡа ашырыла, тине БР Президенты.

✓ Башҡортостан Президенты Рөстәм Хәмитов 2014 йылда "Республика Башкортостан" гәзите редакцияһы ойоштորған"Йыл кешеһе" конкурсы еңеүселәре менән осрашты. Конкурста гәзиттә баҫылған мәҡәлә геройҙары - төрлө эшмәкәрлек өлкәһе вәкилдәре, әүҙем тормош позицияһы булған, коллектив, республика һәм илдең үҫешенә тос өлөш индергән кешеләр ҡатнашты.

✓ Башҡортостан Президенты Рөстәм Хәмитов Дөйөм Рәсәй "Халыҡ фронты - Рәсәй өсөн" йәмәғәт хәрәкәте төбәк штабының рәйестәштәре Эльвира Айытҡолова һәм Азат Фазлыев, шулай уҡ төбәк башҡарма комитеты етәксеһе Виталий Брыкин менән осрашты. Осрашыу барышында Дөйөм Рәсәй халыҡ фронтының мәғариф, һаулыҡ һаҡлау, торлаҡ-коммуналь хужалыҡ өлкәһендә эште яҡшыртыу, сәләмәтлек мөмкинлектәре сикләнгән кешеләр өсөн уңайлы мөхит булдырыу, йәмғиәт һәм властың үҙ-ара килешеп эш итеүе буйынса тәҡдимдәре тикшерелде.

✓ "Берҙәм Рәсәй" партияһы "Халыҡ контроле" проектына йомғаҡ яһаны. Проекттың киләһе йылға төп бурыстарының береһе - бөтә граждандарҙы ла юғары сифатлы аҙыҡ-түлек тауарҙары менән тәьмин итеү. Был хаҡта Дәүләт Думаһы депутаты Рөстәм Ишмөхәмәтов хәбәр итте. "Халыҡ контроле"нә һәм республиканың Сауҙа һәм ҡулланыусыларҙың хоҡуҡтарын яҡлау буйынса дәүләт комитетына мөрәжәғәттәрҙең күбеһе аҙыҡ-түлеккә хаҡтарҙың артыуына бәйле, тине ул. Йыл йомғаҡтары буйынса, Ҡалтасы, Туймазы, Әлшәй, Борай, Балаҡатай һәм Хәйбулла район бүлексәләренең проектта әүҙем ҡатнашыуҙары икәнлеге билдәләнде.

ӘЙҘӘГЕҘ...

МАҠСАТЛЫ БУЛАЙЫҠ!

Кешене хыял йәшәтә. Ошо хыялын тормошҡа ашырыу өсөн ҡуйған маҡсаттары уны көн һайын хәрәкәт итергә, үҫешергә, камиллашырға мәжбүр итә, илһамландыра.

Бөтәһе лә, бәхет һәм уңыш тиҙ килә, тип уйлайҙыр, әммә был төптән хаталы ҡараш. Уңыш тиҙ килә тип әйтеү, сабый бала тыуғас та аяҡҡа баҫа, спортсы, шөғөлләнә башлағас та спорт мастеры буласаҡ, тип әйтеү менән бер. Үҙегеҙҙең беренсе тапҡыр велосипедҡа ултырған сағығыҙҙы хәтерләгеҙ әле. Мин беренсе тапҡыр ауыл урамы буйлап ике тәгәрмәсле техникала йөрөп киткән сағымда һигеҙ тапҡыр ҡолағанымды яҡшы хәтерләйем. Уңышһыҙ ҡолауым арҡаһында тубыҡтарым ҡанһыраны...

Эйе, тормошта шулай "тубыҡтарҙы ҡаната-ҡаната" еңеүҙәр яуларға өйрәнергә тура килә. Мәҫәлән, һинең кешеләргә аҡсалата бурысың күп, ғаиләң менән мөнәсәбәттәрең насар, уҡыуҙа, эштә ҡыйынлыҡтар килеп тыуа, ти. Ошо сәбәпле, дөрөҫ булмаған ҡарарҙарың һине ғазаплай, ауыр уйҙарға һала. Бәлки, шундай мәлдәрҙә тәмәке тарта, спиртлы эсемлектәр эсә башлаясаҡһың, әммә был ярҙам итмәйәсәк. Был юлдың проблеманан сығыу түгел икәнлеген бер мәл аңлап, яңы көс менән дәртләнеп эшкә тотонасаҡһың. Дөрөҫ юл һайлау маҡсатында аҡыллы китаптар уҡыйһың, үҙеңә мотивация биргән фильмдар ҡарайһың, тормошоңдо анализлайһың һәм үҙеңде үҙгәртә башлайһың. Аҡыллы фекерҙәр башҡа килә, гениаль идеялар аңды томалай. Әммә элекке уңышһыҙлыҡтар, ҡурҡыуҙарың, ҡалыптар һине тағы ла еңә, һин тағы ла ҡыйыу аҙымдарҙан һаҡланып, туҡтап ҡалаһың...

Минең дә эштәрем ыңғай ғына бармай, ләкин минең күңелем төшмәй. Мин үҙемә, үҙемдең көстәремә ышанам. Үҙ-үҙеңдә шикләнгән кешеләрҙең тауыштарына иғтибар итмәйенсә, ихлас йылмайып, проблемаларға ҡаршы барам, уларҙы нисек бар, шулай ҡабул ҡылып, ҡаршы торорға өйрәнәм. Дөйөмләштереп әйткәндә, өҫтә телгә алынған ҡалыптар, уйҙар менән ғүмер баҡый көрәшәбеҙ ҙә инде. Һәм, иң мөһиме, ошо ваҡытта башты эймәҫкә, артабан атларға кәрәк.

Мин үҙемдең тормош ауырлыҡтары алдында бер ҡасан да еңелмәйәсәгенә ышанам. Алдыма һәр ваҡыт шунса китап уҡырға, спорт менән шөғөлләнергә, был аҙнала шунса эш буйынса һөйләшеүҙәр үткәрергә, яңы кешеләр менән танышырға, сикле ваҡыт эсендә билдәле бер сумма аҡса эшләргә, тип маҡсат ҡуям. Һәр аҙымымды социаль селтәрҙәрҙәге блогымда теркәп барам, дуҫтарым, таныштарым менән бүлешәм. Бәлки, һәр ваҡыт ҡуйған маҡсаттарыма өлгәшә лә алмайымдыр. Яҡшы күренгән проекттар уңышһыҙлыҡҡа осраған саҡтар була, үҙем артыҡ тынысланып, ялҡаулана башлайым. Ләкин бирешмәйем, йәнә яңы үрҙәргә артылам.

Үҫмер сағымда үҙ алдыма ҡуйған маҡсаттарым миңә көс бирә. Ошо маҡсаттарымды тормошҡа ашырыу өсөн белем алам, эшләйем, камиллашам, еңеләм, уңышһыҙлыҡтарға тап булам, йығылам, фәһем алам, артабан юлымды дауам итәм. Бөгөн яуланмаған бейеклек иртәгә минеке буласағына ышанам һәм ошоноң өсөн сәбәптәр тыуҙырам. Маҡсатлы булайыҡ, тормошобоҙҙо мәғәнәһеҙ ваҡыт ағымына әйләндермәйек!

Динислам БОҪҠОНОВ,
йәш эшҡыуар.

ИЗГЕЛЕКЛЕ БУЛАЙЫҠ!

"Изгелек", "изгелекле", "изге кеше" һүҙҙәрен һуңғы ваҡытта бик һирәк кенә телгә алабыҙ һымаҡ. Әллә йәмғиәттә башҡаларға ярҙам итергә әҙер кешеләр һирәгәйҙе, әллә беҙ уларҙы күрмәйбеҙ.

"Әсә йөрәге" төбәк йәмәғәт ойошмаһы рәйесе Гөлшат Ибраһимоваға ошо һорауҙы биргәс, ул, беҙ һәр ваҡыт йәмғиәтте ғәйепләргә өйрәнгәнбеҙ, йәнәһе лә, мәктәптә балаларҙы ололарға, йәштәштәренә ҡарата ихтирамлы булырға өйрәтмәйҙәр. Ә ысынында иғтибарлы, ихтирамлы, кешелекле шәхестәрҙе ғаиләлә тәрбиәләйҙәр, тигәйне. "Көрьәндә лә баланың бөтә ҡылыҡтары өсөн ата-әсә яуаплы, тип әйтелә. Тимәк, эш күплегенә һәм донъяның ваҡ мәшәҡәттәренә һылтанып, тәрбиәгә ваҡыт таба алмай, барыһын да балалар баҡсаһына һәм мәктәпкә һылтап ҡалдырырға ярамай. Ғаиләлә тейешле тәрбиә алған бала бер ваҡытта ла ярҙамға мохтаж кешегә арҡа бормаясаҡ, рәхимһеҙ ҡыланмаясаҡ. Изге күңелле кеше ул кемгәлер матди ярҙам күрһәтеүсе генә лә түгел, ә ауыр хәлдә ҡалыусыға психологик яҡтан терәк булыусы ла. Мин етәкләгән "Әсә йөрәге" төбәк йәмәғәт ойошмаһының төп маҡсаты ла мөмкинлектәре сикләнгән балаларға, уларҙың ата-әсәләренә төрлө файҙалы кәңәштәр биреү, үҙенә йомолмаһын өсөн бербереһе менән таныштырып аралаштырыу, күңел төшөнкөлөгөнән ҡотҡарыу. Әсә кеше балаһы өсөн утҡа ла, һыуға ла инергә әҙер, ләкин ниндәйҙер минутта бәләкәсен һауыҡтыра алыуға өмөттәре һүнеп, туҡтап ҡалыуы бар. Мин үҙем дә ошондай хәлгә тарығаным булғас, мөмкинлектәре сикләнгән баланы тәрбиәләүҙе, уның һаулығын ҡайғыртыуы нисек ауыр булыуын яҡшы аңлайым. Мөмкинлектәре сикләнгән балалар һәм үҫмерҙәр өсөн реабилитация үҙәге Өфө ҡала округы учреждениеһы ярҙамында "Әсә йөрәге" төбәк йәмәғәт ойошмаһы булдырылғас та, тәү сиратта, ғаиләләрҙә һаҡлау, психологик ярҙам күрһәтеү эшен яйға һалырға тырыштыҡ. Сөнки мөмкинлектәре сикләнгән балаларҙы яңғыҙ тәрбиәләүе еңел түгел, ә ир-егеттәр былдай һынауҙарға йыш ҡына түҙә алмай, ғаиләһен ташлап китә. Беҙ ойоштороған бөтә саралар кешеләрҙе дәртләндереп, йәшәүгә көс өҫтәп, балаларҙы ҡанатландырып ебәреү ниәтендә эшләнә. Кешенең күңелен күреү өсөн күп тә кәрәкмәй, бер йылы һүҙ ҙә етә..."

Ысынлап та, "изгелекле" тип һаналған кешеләр кемгәлер матди ярҙам күрһәтеүҙән бигерәк, кәңәше, аҡыллы, ягымлы һүҙе, яҡшы мөнәсәбәте менән танылған бит. "Изгелек ҡылыу" тигәнде ниндәйҙер изгелек фондтарына аҡса күсереүгә генә ҡайтарып ҡалмай, кеше зарын тыңлап, уртаҡлашырға өйрәнеү тип тә ҡабул итергә кәрәк. Иң мөһиме, техника үҫешкән, бөтә нәмә тимерҙән эшләнгән заманда кеше йөрәге лә хисһеҙ, миһырбанһыҙ бер механизмға әйләнмәһен ине.

Сәриә ҒАРИПОВА.

КИЛЕШМӘЙЕМ!

ЙЫР ТЫҢЛАҒЫ КИЛӘ - йөрәктән сыҡҡанын

Бөгөнгө йыр сәнғәтебеҙ менән яҡшы таныш түгелмен. Үкенескә күрә, "Башҡорт йыры", "Юлдаш йыры" концерттарына ла йөрөй алмайым, сөнки баш ҡалабыҙҙан ситтәрәк йәшәгәс, төнгә ҡалып ҡайтыуы, бигерәк тә ҡара көҙ йә ҡышҡы һыуыҡ мәлдәрҙә, бик уңайлынан түгел.

Бер ыңғайҙан ошо хәлгә ҡағылышлы телә-гемде лә әйтеп китәйем: тулы залдар йыйырлыҡ яҡшы концерт һәм кисәләрҙе шәмбе һәм йәкшәмбелә көндөҙгө сәғәттәргә тәғәйенләгәндә, тамашасы күберәк тә йөрөр ине, моғайын. Юғиһә, эш көндәрендә күп кешелә театр-концерт ҡайтыһы юҡ. Ә йөрәргә, республикабыҙҙың мәҙәни тормошо менән танышып барырға бик тә кәрәк.

Әйтә торған төп фекерем йыр тураһында ине. Иртәнге-киске сәғәттәрҙә һис юғы "Юлдаш"ты тыңларға тырышам. Үпкәләштән булмаһын, әммә шундай һорау тыңғы бирмәй: бөгөн йөнле генә йырҙар ҙа юҡ түгелме һуң? Ни моно, ни һүҙҙәре... Көй сығарыусылар ҙа, шиғыр яҙыусылар ҙа күп; көйөн дә, куплеттарҙы ла үҙҙәре яҙып, үҙҙәре башҡарыусылар ҙа бар - әҫәрләнеп тыңларлыҡ йыр ғына юҡ. Ҡайһы бер "йыр сығарыусы"лар билдәле генә берәй әҫәрҙән "хәмсеп" алырға ла тартынмай, икенселәре иһә, үҙ ерлегендә моң таба алмай, үзбәк, чечен, төрөк мотивтарын файҙалана. Быныһы менән инде бөтөнләй килешеп булмай. Башҡорт моңон башҡа халыҡтарҙыҡы менән бутап, "винегрет" яһамағыҙсы, көй сығарыусылар! Заман башҡа - заң башҡа, тиһәләр ҙә, боҙмағыҙ йыр-көйҙәребеҙҙе. Бәрәҙәргә үтеп инерлек ысын йыр ижад иткән өлкән быуын композиторҙарының әҫәрҙәрен тыңлап ҡарағыҙ, исмаһам: Заһир Исмәғилев, Хөсәйен Әхмәтов, Рәүеф Мортазин, Таһир Кәримов, Рафиҡ Сәлмәнов, Абрар Ғабдрахманов, Роза Сәхәүетдинова, Рим Хәсәнов, Айрат Ҡобағошов... Һәр береһе ҡабатланмаҫ моң, талант эйәһе. Һәр береһенең исемен әйтеү менән, йыр-моңдары сыңлай башлай күңелдә. Ә хәҙер бармы шундай композиторҙар? Ҡайҙа улар ижад иткән йырҙар? Моңдо, көйҙә бит уны заманса инструменттар сығарған ноталарҙан ялғап-йолғап ҡорарға түгел, ә йөрәктә тыуҙырырға, унан ғына инструментҡа һалырға кәрәк, шунда ғына ул күңел ҡылдарын сиртәсәк.

Фирүзә ИШБИРҘИНА.

Н И М Ә ?   Ҡ А Й Ҙ А ?   Ҡ А С А Н ?

✓Башҡортостандың Мәҙәниәт Министрлығы республикала Әҙәбиәт йылы эмблемаһының иң яҡшы проектына конкурс иғлан итте. 1 декабрҙә Башҡортостан Президенты Рөстәм Хәмитов Әҙәбиәт йылын уҙғарыу тураһындағы Указға ҡул ҡуйҙы. Конкурста республика граждандары һәм ойошмалары ҡатнаша ала. Һәр ҡатнашыусы бер генә заявка бирергә тейеш. Художестволы мәҙәниәт һәм дизайн сәнғәте кимәленең юғарылығы, эштәрҙең сағыу, үҙенсәлекле һәм заманса булыуы төп критерий булып тора. Конкурс тураһында положение һәм заявка формаһы республика Мәҙәниәт министрлығының рәсми сайтында бирелгән. Конкурс материалдары 2015 йылдың 15 ғинуарына тиклем ҡабул ителә. Телефон (347) 280-87-70. Электрон почта: gafarova.r@bashkortostan.ru.

✓2015 йылда берҙәм тауыш биреү көнө 13 сентябргә тура килә. Был көндә республикала ҡала һәм ауыл биләмәләре Советтарына депутаттар һайлау буйынса 776 һайлау кампанияһы үтергә, уның барышында 7355 депутат мандаты алмаштырылырға тейеш. Был хаҡта Башҡортостандың Үҙәк һайлау комиссияһы рәйесе Хәйҙәр Вәлиев һайлауҙарҙы ойоштороусылар менән видеоселектор кәңәшмәһендә белдерҙе. Муниципаль һайлауҙарҙа бюллетендәрҙә "Бөтәһенә лә ҡаршы" графаһы, ваҡытынан алда тауыш биреү буласаҡ.

✓Ғ. Ҡадиров исемендәге техник спорт төрҙәре үҙәге егете Николай Красников - боҙҙа мотоуҙышыу буйынса Рәсәйҙең 55-се шәхси беренселеге финалында лидер. Икенсе финал этабында ул мөмкин булған 15 мәрәйҙән 15 мәрәй йыйҙы. Красниковтан тыш, Башҡортостан вәкилдәре араһында Егор Мышковец (Өфө) һәм Сергей Карачинцев (Стәрлетамаҡ) айырылып торҙо. Финал 2015 йылдың 10-11 ғинуарында Өфөлә "Төҙөүсе" стадионында уҙа.

✓М. Аҡмулла исемендәге Башҡорт дәүләт педагогия университетының рус теле һәм әҙәбиәте буйынса Дәүләт йомғаҡлау аттестацияһына әҙерләү үҙәге Өфөнөң 9-11 класс балалары өсөн диагностик һынауҙар үткәрә. Һынауҙар 17 ғинуарҙа 15 сәғәттә Октябрь революцияһы, 3а адресы буйынса урынлашҡан копустың 213-сө бүлмәһендә үтә. Телефондар: 273-38-81, 8-960-384-48-59.

"Башинформ"дан.

ӘЙҘӘ, АҠСА ЭШЛӘЙЕК!

ҺЫЙ ӘҘЕРЛӘҮҘЕ...

ашнаҡсыға тапшыр

Йәшәү ритмы көндән-көн шәбәйә. Был күренеш хәҙер ҡала халкының ғына түгел, хатта үҙенең яй һәм һалмаҡ көнитмеше менән күңелгә яҡын ауылды ла баҫып бара. Нисек кенә булмаһын, барыһына ла өлгөрөргә тырышҡан кеше эшләргә лә, ял итергә лә йәйин таба. Был йәһәттән мине бигерәк тә ҡатын-ҡыҙҙарыбыҙ хайран ҡалдыра. Улар уңышлы эшҡыуарлыҡ алып барырға ла, дәүләт органдарында маҡтаулы хеҙмәткәр булырға ла, матур итеп донъяһын ҡарарға ла, балалар тәрбиәләргә лә, көн һайын ғаиләһен тәмлекәстәр менән һыйларға ла, дуҫтары менән осрашырға ла өлгөрә. Ләкин ниндәйҙер оло байрам уңайынан ойошторолған ҙур мәжлескә йыйыласаҡ ҡунаҡтарға табын әҙерләү алдында улар ҙа баҙап ҡалырға мөмкин. Нәҡ ошондай саҡта уларға мин күрһәткән хеҙмәт ярҙамға килә.

Үҙем көслө заттарҙан булһам да, аш-һыу менән булышырға бала саҡтан яраттым һәм ошо йүнәлештә һөнәр алдым. Әлеге көндә мин "ирекле" ашнаҡсы, йәғни тәғәйен ҡайҙалыр эшләмәйем. Шулай булыуға ҡарамаҫтан, ғаиләм аҡсаһыҙ ултырғаны юҡ: тәмле ашайбыҙ ҙа, йылы яҡтарҙа ял да итәбеҙ, фатирыбыҙ ҙа бар, ғөмүмән, етеш тормошта йәшәйбеҙ. Ә быларҙың барыһына ла үҙемдең һөнәремде, оҫталығымды ҡулланып өлгәшәм - мин саҡырыу буйынса ашнаҡсы булып эшләйем. Ҙур ҡунаҡ йыйырға ҡарар иткән ғаиләләр мине саҡыра һәм мин улар төҙөгән менюға ярашлы аш-һыу әҙерләйем. Ҡайһы берҙә клиент үҙе һатып алған аҙыҡ-түлектән уның өйөндә бешерәнм, ҡайһы саҡта барыһын да үҙем һатып алып, өйҙә әҙерләп, тейешле адрес буйынса алып барып ҡына бирәм. Минең өсөн икеһе лә берҙәй ҡулай, шуға күрә был йәһәттән артыҡ өҫтөнлөк юҡ.

Бына ошондай юл менән аҡса эшләйем һәм артабан да тик ошо эшмәкәрлек менән булырға иҫәбем. Үҙ эшеңде яратып, намыҫ менән башҡарһаң, сифатты өҫтөн ҡуйһаң, алдаҡҡа юл ҡуймаһаң - эш алға бара. Реклама йәһәтенән дә ҡыйынлыҡ юҡ - бер өйгә йыйылған ҡунаҡтар аш-һыуыңды оҡшатһа, "сарафан радио" үҙенән-үҙе эшләй башлай.

Кемдер берәү: "Ни өсөн махсус ашнаҡсы саҡырып ыҙаларға, магазинға сыҡтың да һатып алдың, хәҙер салатынан башлап әсе аш-һыуға тиклем һатыла", - тиер. Ләкин, беренсенән, был ҡунаҡ саҡырыусының кеҫәһенә һуға. Икенсенән, хужабикәгә үҙе теләгәнсә оҫтал әҙерләр өсөн әллә нисә магазинды йөрөп сығырға тура килә, был да ваҡыт талап итә. Өсөнсөнән, махсус ашнаҡсы саҡырыу хужаларҙы билдәһеҙ кемдер ҡайҙалыр етештергән аш-һыу сифаты өсөн борсолоуҙан азат итә.

Гәзит уҡыусылар араһында ла тәмле аш-һыу бешереүсе, үҙ эшенең оҫтаһы булған ашнаҡсылар етерлек булыуына шикләнмәйем. Дуҫтар, һеҙҙе лә үҙемдең рәтемә саҡырам. Күңелегеҙҙе һалып башҡарған эшмәкәрлекте ҡулланып, ғаиләгеҙҙе генә түгел, башҡаларҙы ла тәмле аш-һыу менән һыйлағыҙ һәм аҡса ла эшләгеҙ.

Морат УСМАНОВ.
Өфө ҡалаһы.

ТӨРЛӨҺӨНӘН

ЕҢЕҮСЕЛӘР ТӘБРИКЛӘНДЕ

Өфө ҡала хакимиәтендә 6-11 декабрҙә Австралияның Дейк-Маккуори ҡалаһында уҙған 48-се Халыҡ-ара балалар уйындарында ҡатнашып, уңышлы сығыш яһаусы йәш спортсыларҙы тәбрикләү тантанаһы үтте. Баш ҡала командаһы өс алтын, дүрт көмөш, ике бронза миҙал яуланы.

2014 йылғы Уйындарға һигеҙ спорт төрө индерелә: футбол, еңел атлетика, гимнастика, йөҙөү, һыу полоһы, елкәнле спорт, гольф, велосипедтарҙа трюктар эшләү. Үҙенсәлек булып ярыштарға ил командаһының түгел, ә ҡала командаһының ҡатнашыуы һәм спортсыларҙың 12-15 йәштә генә булыуы.

Мини-футбол турнирында "Өфө" футболсылары 20 команда араһында тәүге иң көслө ун команда араһына инә, ә йүгереүселәр - Айҙар Шәйхетдинов менән Илнур Шәрәфетдинов 1500 метр дистанцияның финалына сығып, 5-се һәм 9-сы урындарға лайыҡ булып ҡына ҡалмай, һәр ҡайһыһы үҙенең шәхси ҡаҙанышын яҡшырта. Йәҙрә ырғытыу буйынса ярышта Екатерина Шумихина 14,44 метр һөҙөмтәһе менән чемпион исемен яулай, ә Снежана Трофимец 13,65 метр күрһәткесе менән көмөш миҙалға лайыҡ була.

Лейк-Маккуориҙа 14 йәшлек гимнаст Светлана Мазунина иң ҙур уңыш ҡаҙана. Ул программаның биш төрө буйынса ике алтын, ике көмөш, бер бронза миҙал алып ҡайта. Екатерина Левченко командаға көмөш һәм бронза миҙал килтерә.

Өфө спортсылары 30 илдең 80 ҡалаһы араһында дөйөм миҙалдар һаны буйынса - 8-се, "Олимпия" миҙалдар зачетында 9-сы урында тора.

Тантанала Светлана Мазунина Өфө ҡала хакимиәте башлығының Маҡтау ҡағыҙы менән бүләкләнһә, Екатерина Левченко, Снежана Трофимец, Екатерина Шумихина, шулай уҡ миҙал эйәләренең тренерҙары хакимиәт башлығының Рәхмәт хаттарына лайыҡ булды.

ЯҠШЫҒА ӨМӨТЛӘНӘБЕҘ

Быйыл Өфө буйынса уртаса эш хаҡы 30105 һум тәшкил итергә тейеш (әле был һан 28947). Баш ҡаланың 2015 йылға социаль-иҡтисади үҫеше фаразының база вариантына шундай һандар һалынған. Яңы йыл алдынан ҡала Советы депутаттары 2015 йылға һәм 2017 йылға тиклем осорҙо күҙаллаған төп фараздар документын раҫланы.

Фараздың беренсе варианты донъя иҡтисадында хәл-торошто насарайыуын күҙаллап эшләнгән. Икенсеһе - әлеге ваҡыттағы торошто һаҡланыуын фаразлай. Өсөнсөһө - кире күренештәрҙең кәмеп, иҡтисадтың бер ни тиклем үҫешен күҙаллай.

Нигеҙ итеп алған база вариантына күҙ һалғанда, халыҡ һаны 1 миллион 119 мең кешегә етәсәк (2014 йылда - 1 миллион 110 мең), инвестициялар күләме 105 миллиард һум буласаҡ (2014 йылда - 104 миллиард һум), йән башына уртаса килем 23880 һум тәшкил итәсәк (2014 йылда - 22573 һум). Теркәлгән эшһеҙҙәр һаны 2015 йыл иҡтисади әүҙем халыҡ һанынан 1,15 проценты кимәлендә ҡалырға тейеш.

ҠУРТЫМҒА АЛЫУСЫЛАР ЯУАПЛЫ

Ҡануниәткә ярашлы, төрлө предприятиелар һәм учреждениелар, шул иҫәптән сауҙа объекттары һәм туҡталҡа павильондары территорияларын ҡарҙан һәм боҙҙан таҙартыу, хеҙмәткәрҙәрҙең һәм йәйәүлеләрҙең именлеген тәьмин итеү тап ошо предприятие, учреждение, ойошмаларҙың яуаплылығында.

Әгәр магистраль һәм квартал араларындағы юлдарҙы таҙартыу мәсьәләһе менән урындағы хакимиәт шөғөлләнһә, магазин, кафе, офис һәм башҡа объекттар эргәһендәге территорияны таҙартыу ошо объект хужалары елкәһендә ята. Был ҡанун туҡталҡа павильондары хужаларына ла ҡағыла.

Үкенескә күрә, күпселек шәхси ойошмалар үҙҙәренең биналары эргәһендәге парковка урындарын таҙартыу һәм ҡарҙы сығарыу түгел, тротуарҙарҙы таҙартыуға һыйына ла уйламай. Бик йыш улар хатта таҙартыу территорияһының бина күтәрмәһенән алып юлға сыҡҡансы булыуын белмәй. Был ҡағыҙәләр ҡала район хакимиәттәренең тейешле документацияларында, төҙөкләндереү ҡағиҙәләрендә аныҡ яҙылған. Уларҙы боҙоу, үтәмәү йәки ситләшеү административ хоҡуҡ боҙоу булып тора һәм штраф санкцияларын ҡулланыуға этәрә.

Торлаҡ фондына килгәндә инде, ҡыйыҡтарҙан ҡарҙы, боҙбармаҡтарҙы таҙартыу, йорт эргәһендәге территорияны таҙалау дөйөм йорт милке менән идара итеүсе кешеләрҙең йәки компанияларҙың бурысы.

Әммә хужалар үҙҙәре балкондарға ҡыйыҡ ҡуйған осраҡта, уны ҡарҙан үҙ көстәре менән таҙартырға тейеш. Әгәр шундай үҙ аллы эшләнгән балкондан ҡар йәки боҙбармаҡ төшөп, кемдеңдер сәләмәтлегенә зыян килһә йәки кемдеңдер милегенә зыян күрһә, әҙемтәләр өсөн тап шул балкон хужаһы яуап тотасаҡ.

Зәйтүнә ӘЙЛЕ әҙерләне.

БАЛАНЫ ҮҘ РИЗЫҒЫ КӨТӘ

2015 йылда әсәлек капиталы 453 мең 26 һум тәшкил итәсәк, тип хәбәр итте Рәсәй Пенсия фондының идара ағзаһы, Башҡортостан буйынса бүлек идарасыһы Фоат Хантимеров.

Сертификатты алыу өсөн 2016 йылдың 31 декабренә тиклем бала тыуырға йәки уллыҡҡа алынырға тейеш. Шуның менән бергә сертификатты алыу һәм уның менән файҙаланыу ваҡыты сикләнмәгән.

Башҡортостанда әсәлек капиталын файҙаланып, 130 мең ғаилә торлаҡ шарттарын яҡшыртҡан. Уларҙан 91,5 ғаилә әсәлек капиталы менән 33 миллиард һумға торлаҡ кредиттарын өлөшләтә йәки тулыһынса ҡаплаған. Тағы ла 38,5 ғаилә кредит алмайынса, торлаҡ һатып алыуға, төҙөүгә йәки реконструкциялауға 8,4 миллиард һум күләмендә әсәлек капиталы сараларын йүнәлтеп, торлаҡ шарттарын яҡшыртҡан. Дөйөм сумма - 11 миллиард һумдан ашыу.

Торлаҡ шарттарын яҡшыртыуҙан тыш, әсәлек капиталы саралары балаларға белем биреүгә йәки мәғариф учреждениеларында балаларҙы ҡарауға һәм әсәнең - сертификат хужаһының буласаҡ пенсияһын арттырыуға йүнәлтелгән. Район һәм ҡалаларҙағы Пенсия фонды идаралыҡтарына 164 миллион һум суммаға балаларын уҡытыуға - 3,5 мең, 7,4 миллион һумға аҡсаларын буласаҡ пенсияһының тупланма өлөшөнә күсерергә теләүселәрҙән 112 ғариза ҡабул ителгән.

Б А Ш Ҡ А Л А Х Ә Б Ә Р Ҙ Ә Р Е

✔Түләүле парковкалар һәм Өфө үҙәгенә барыу өсөн түләү 2017 йылдан ғына башланасаҡ. Баш ҡала хакимиәте башлығы Ирек Ялалов әйтеүенсә, "Ҡунаҡһарай" эргәһендә ҡунаҡхана комплексын һәм бизнес-үҙәктәрен сафҡа индергәндән һуң баш ҡала 820 урынлыҡ парковка майҙансығы буласаҡ. Бынан тыш, Совет майҙанында өс кимәлле парковка төҙөү планлаштырылған. Уны 2017 йылда тапшырыу күҙаллана. "Түләүле парковкалар - үҙмаҡсат түгел, ә Өфөнөң транспорт коммуникацияларында тәртип урынлаштырыу, - тип һыҙыҡ өҫтөнә алды мэр. - Граждандар өсөн башҡа майҙансыҡтар булғас ҡына беҙ түләүле парковкалар һәм ҡала үҙәгенә түләп инеү буйынса программаны ғәмәлгә ашырырға йыйынабыҙ".

✔Баш ҡалалағы икенсе күҙәтеү ҡуласаһы 2015 йылдың яҙында асыла. Был хаҡта Өфө хакимиәтенән хәбәр иттеләр. Аттракцион "Ирәмәл" сауҙа комплексы эргәһендә урынлашасаҡ. Әлекке машиналар ҡуйыу урынында ҡуласа ғына түгел, балалар өсөн күңел асыу паркы ла буласаҡ. Хәҙерге көндә монтаж эштәре тамамлана. Ҡуласаны Краснодар крайы Ейск ҡалаһының "Аттракцион" асыҡ акционерҙар йәмғиәте төҙөй. Яңы ҡуласаның бейеклеге - 58 метр, 24 йылытылаcаҡ кабиналарға бер юлы 146 кеше һыя. Яңы аттракционда сәғәтенә яҡынса 800 кеше ял итә аласаҡ.

✔2015 йылдың 1 ғинуарынан физик шәхестәргә милек һалымы уның кадастр иҫәбенән сығып иҫәпләнәсәк. Бөгөнгө көндә ул инвентарь хаҡы нигеҙендә билдәләнә. Ағымдағы йылдың октябрь аҙағында республиканың Дәүләт Йыйылышы депутаттары шуға ярашлы закон ҡабул итте, ә ноябрҙә Өфө ҡала Советы парламентарийҙары ла һалым күләмен билдәләне. Ул объекттың кадастр хаҡынан 0,1-ҙән 2 процентҡа тиклем тирбәлә. Инвалид бала тәрбиәләгән ата-әсәләр, етем балалар, ата-әсәләр һәм күп балалы ғаиләләрҙә ҡарауһыҙ ҡалған 18 йәшкә тиклемге балалар торлаҡҡа һалым түләүҙән азат ителә. Тулыһынса һалым түләтеү 2019 йылда башлана.

✔Башҡортостандың Мәғариф министрлығы төбәктең 30 иң яҡшы белем биреү ойошмалары исемлеген иғлан итте. Исемлек төҙөгәндә түбәндәге критерийҙар: һуңғы өс йылда уҡыусыларҙың Бөтә Рәсәй олимпиадалары һөҙөмтәләре, йомғаҡлау этабында еңеүсенең булыуы, 2014 йылда Берҙәм дәүләт имтиханының уртаса балдары иҫәпкә алынған. Йәки тәү сиратта уҡытыусылар коллективының һәм белем биреү ойошмаһының эш һөҙөмтәлелеге баһалана.

АФАРИН!

БАШҠОРТ ТЕЛЕН...

ситтәр өйрәтә һәм өйрәнә

БСТ телеканалында "Башҡорт телен өйрәнәм" тигән эксперименталь проект тамамланды. Ул октябрҙән декабргә тиклем реалити-шоу форматында үтте.

Проектта ҡатнашыусылар - Өфө ҡалаһынан стоматолог Тимур, Нефтекаманан йәш эшҡыуар, әзербайжан Аладдин, БДУ аспиранты Ирина, йәш журналист Софья, ӨДАТУ аспиранты, музыкант, Мадагаскарҙа тыуған Селестин Жульен башҡорт телен өйрәнде.

Аҡмулла исемендәге БДПУ студенты, башҡорт телен өйрәнеүҙең үҙенсәлекле методикаһын төҙөүсе Вячеслав Чернев үҙен уҡытыусы ролендә һынаны. Ҡатнашыусыларҙың береһе - Аладдин Самедов проект барышында БДУ-ның Нефтекама филиалында репетитор менән шөғөлләнде, дәреслектәр буйынса грамматика өйрәнде. Республика халҡына ул "Урал батыр" эпосын әзербайжан теленә тәржемә итеүе менән билдәле.

Проект етәксеһе Зөлфиә Рәхмәтуллина әйтеүенсә, "Башҡорт телен өйрәнәм" проекты тамашасыларҙа ҙур ҡыҙыҡһыныу уятҡан. "Тыуған телде пропагандалауға өлөш индереүҙән тыш, ул милләт-ара бәйләнештәргә лә ныҡыты, сөнки ҡатнашыусылар төрлө милләттән ине. Улар башҡорт теле менән үҙ тыуған теле, шулай уҡ мәҙәниәттәр араһында уртаҡлыҡтар күреп ҡыуанды. 2015 йылда проект дауам итәсәк", - ти журналист.

Телевидение тарафынан ойошторолған был проект "Мираҫ" Ғаиләгә ярҙам итеү, әсәлек һәм балалыҡты яҡлау хәйриә фонды (етәксеһе - РФ Дәүләт Думаһы депутаты Сәлиә Мырҙабаева) ярҙамында тормошҡа ашырылды.

ӘЙҘӘГЕҘ...

ЗЫЯЛЫ БУЛАЙЫҠ!

"Зыялы" һүҙе нурлы тигәнде аңлата. "Ай нурҙарын урлаған" Шәйехзада Бабич кеүек, халҡына нур, аң-белем таратыусы зыялы шәхестәребеҙ бөгөн дә арабыҙҙа бихисап. Ошо көндәрҙә Башҡорт дәүләт университетында үткәрелгән конференция нәҡ шундай нурлы кешеләребеҙҙең юбилейына бағышланды.

Башҡорт дәүләт университетының башҡорт филологияһы һәм журналистика факультетында "Тюркологияла һәм алтаистикала сағыштырма-тарихи тикшеренеүҙәрҙең торошо һәм перспективалары" тип аталған Бөтә Рәсәй (халыҡ-ара ҡатнашлыҡта) фәнни-ғәмәли конференцияны уҙғарылды ул көндө. Башҡортостандың төрлө район һәм ҡалаларынан, Рәсәй төбәктәренән 100-ҙән артыҡ кеше ҡатнашҡан сара филология фәндәре докторы, Башҡорт дәүләт университетының почетлы профессоры Мөхтәр Әхтәмовҡа 85 йәш һәм филология фәндәре докторы, профессор Эрнст Ишбирҙингә 80 йәш тулыуға арнап үткәрелде.

Мөхтәр Хәснөлхаҡ улын бөтәһе лә "Башҡорт халыҡ мәҡәлдәре һәм әйтемдәре" китабы, мәктәп уҡыусылары һәм юғары белем биреү йорттары өсөн әсбаптар, башҡорт теленең омонимдар, морфемалар, антонимдар һүҙлектәре, башҡорт теленең ҡайтармалы һүҙлектәре авторы булараҡ яҡшы белә. Уның хеҙмәт емештәре бөгөн дә бик юғары баһалана. "Хаҡлы ялда булыуыма ҡарамаҫтан, ошолай ололап, исемләп конференция ойоштороуҙарына Башҡорт дәүләт университеты етәкселегенә, башҡорт филологияһы һәм журналистика факультеты хеҙмәткәрҙәренә оло рәхмәтемде белдерәм. Һәр кем бәхетте үҙенсә билдәләһә лә, ғалим өсөн иң оло бәхет уның хеҙмәттәре баһаланыуын, кәрәкле булыуын, үҙен ихтирам итеүҙәрен күреүҙер, моғайын", - тине Мөхтәр Әхтәмов журналистар менән әңгәмәләшкәндә.

Ысынлап та, бар ғүмерҙәрен фәнгә бағышлаған хөрмәтле ғалимдар өсөн туған халҡы, уҡыусылары ихтирамынан да юғары баһа юҡтыр. Белем стандарттары, уҡытыусыларға талаптар нисек кенә үҙгәрмәһен, төплө белем биреүсе белгестәр һәр ваҡыт юғары баһалана. Ысын зыялы кеше үҙе һәр яҡлап уҡымышлы булыуҙан тыш, туған халҡына шул белемен сәсеп ҡалдырырға тырыша. Милләттәштәренең мәнфәғәтен ҡайғырта, теле һәм иленең киләсәге өсөн янып йәшәй. Улар халыҡ алдына сығып, йыш күренеп йөрөмәһә лә, эш өлгөһө күрһәтеп, алға әйҙәргә һәм милләттәштәренә үҙҙәре һайлаған юлдан һуҡмаҡ ярып барыусы була. Киләсәктә балаларыбыҙ рухи ҡиммәттәрен, телен, тарихын һәм илен юғалтыуын теләмәһәк, бөгөн беҙ һәр беребеҙ уларға юл күрһәтеүсе нур булырға, үҙебеҙ эшләгән өлкәлә алдынғы булырға тейешбеҙ. Ә кемдән өлгө алыу тураһында артыҡ уйланырға түгел, зыялы милләттәштәребеҙ беҙҙең арала. Мөхтәр Хәснөлхаҡ улы менән Эрнст Фәйзрахман улына ҡарап, ошолар тураһында уйландым.

Камила ҒӘЛИЕВА.

ҺОРАУ - ЯУАП

ТАШЛАМА ҺӘМ СУБСИДИЯ

Коммуналь хеҙмәттәр өсөн ҡаралған ташламалар һәм субсидиялар нимәһе менән айырыла һәм уларға кем дәғүә итә ала?

- Коммуналь хеҙмәттәрҙе түләү өсөн ташламалар менән тыл эшсәндәре, ғәриптәр, Бөйөк Ватан һуғышы ветерандары, Бөйөк Ватан һуғышында ҡатнашыусыларҙың тол ҡатындары һәм башҡалар ҡуллана ала. Субсидия алыуға иһә килеме ҙур булмаған һәм коммуналь хеҙмәттәр өсөн түләүгә дөйөм килемдең 22 проценты тотонолған һәр бер кеше йәки ғаилә хоҡуҡлы. Ташламалар квитанцияла күрһәтелгән сумманы кәметә, ә субсидия коммуналь хеҙмәттәрҙе түләү өсөн бүленгән аҡса.

ЭШ БИРЕҮСЕ АЛДАМАҪМЫ?

Мин юғары уҡыу йортонда белем алам һәм эшкә урынлашырға теләйем. Алданмаҫҡа һәм һуңынан эш хаҡы менән бәйле мәсьәләләр килеп тыумаһын өсөн нисек дөрөҫ итеп рәсмиләштерергә?

- Тәү сиратта, эшкә урынлашыу рәсми булырға, эш биреүсе һеҙҙең менән яҙма хеҙмәт килешеүе төҙөргә тейеш. Уның бер данаһы эш биреүсеlә ҡала, икенсеһе хеҙмәткәргә тапшырыла. Хеҙмәт килешеүе 16 йәше тулған һәр кем менән төҙөлөргә мөмкин. Был хаҡта РФ Хеҙмәт кодексының 63-сө статьяһында әйтелә. Төҙөлгән килешеү нигеҙендә эшкә алыу тураһында ҡарар сығарыла. Уның менән эш биреүсе хеҙмәткәрҙе таныштырырға бурыслы. Әгәр ҙә эшкә урынлашыусыға 18 йәш тулмаған булһа, башҡараһы эше уның һаулығына зарарһыҙ икәнлеген асыҡлау өсөн уны мотлаҡ медицина тикшереүе үтергә ебәрәләр.

Эш биреүсе беренсе тапҡыр эшкә урынлашыусыға хеҙмәт кенәгәһе асырға һәм дәүләт пенсия страховкалау таныҡлығы эшләтергә тейеш. Ошо документтар эшләтелгәндән һуң хеҙмәткәр рәсми рәүештә эшләй тип һанала. Шулай уҡ граждандыҡ-хоҡуҡи килешеүе буйынса ла эшләргә мөмкин. Уның үҙенсәлеге шунда - бындай килешеү нигеҙендә эшләүсе ойошманың хеҙмәткәре һаналмай. Уға ауырыу ҡағыҙы буйынса аҡса түләнмәйәсәк һәм уның отпускыға хоҡуғы булмаясаҡ. Ләкин, әгәр ҙә бындай килешеүгә ике яҡ та ҡул ҡуйған икән, ул рәсми документ һанала һәм эш хаҡы түләүҙә проблемалар булмаясаҡ.

ДӘҒҮӘ ИТӘ АЛМАЙ

2011 йылда улым ҡатыны менән айырылышты, ләкин бергә йәшәүҙәрен дауам иттеләр. Был ваҡыт эсендә улар фатир һатып алдылар, унда ремонт эшләнеләр, мебель яңырттылар. Фатирҙы киленем исеменә яҙҙандар. Күптән түгел улар айырым йәшәй башланылар. Балалары юҡ. Минең улыма фатирҙан өлөш тейәсәкме?

- Ҡыҙғанысҡа күрә, фатир айырылышҡандан һуң һатып алынып, элекке ҡатыны исеменә яҙылғас, улығыҙ фатирға дәғүә итә алмай. Әгәр ҙә ул судта мебель һатып алыуға үҙенең шәхси аҡсаһын тотоноуын иҫбат итә алһа, фатирҙан мебелде алып сығыу хоҡуғына эйә буласаҡ.

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.

Дегәнәк

❖ Шәкәр диабеты ваҡытында дегәнәк тамыры төнәтмәһе шифалы. Ул ашҡаҙан, бөйөрҙәр өсөн файҙалы. 1 ҡалаҡ кипкән дегәнәк тамырына 1 стакан ҡайнар һыу ҡойорға, 2 сәғәт төнәтергә. Төнәтмәне өс өлөшкә бүлергә һәм көнөнә 3 тапҡыр ашар алдынан эсергә.

❖ Яңы ғына ҡаҙып алынған дегәнәк тамырына көнбағыш, зәйтүн майы ҡойһаң, сәстәр өсөн файҙалы май килеп сыға. Дегәнәк тамырын ит турағыстан, блендерҙан үткәреп, быяла һауыттың өстән бер өлөшөнә һалып, һауыт тулғансы май ҡойорға. 3 аҙна бүлмә температураһында торғас, май ҡулланыу өсөн әҙер була.

Стоматит

❖ 1 ҡалаҡ имән ҡайырыһына 1 стакан ҡайнар һыу ҡойорға һәм 15 минут ҡайнатырға. Һыуытырға, һеҙергә һәм ярты сәғәт һайын ауыҙҙы сайҡатырға.

❖ 10 грамм киптерелгән ҡайын бөрөһөнә 1 стакан ҡайнар һыу ҡойорға, ҡайнап ултырған һауытта 20 минут торорға. Ҡайнатҡан саҡта төнәтмә кәмейәсәк, шуға стаканды тултырғансы ҡайнар һыу өҫтәргә. Ауыҙҙы йыш ҡына сайҡатып торорға.

❖ Ҡайын япрағы төнәтмәһен ҡулланырға була, уны ҡайын бөрөһө төнәтмәһе кеүек әҙерләйҙәр.

Йәшәреү ысулдары

❖ Пакеттағы йәшел сәй ярҙамында күҙ ҡабаҡтары шешен һәм күҙ тирәһендәге һырҙарҙы бөтөрөргә була. Сәй пакетын ныҡ һалҡын һыуға һалырға һәм һыу һеңгәнсе көтөргә. Күҙ ҡабаҡтарына һалырға һәм 15 минут ятып торорға.

❖ Ваҡ йыйырсыҡтарға ҡаршы помидор ҡулланырға була. Иҙелгән һәм 1 ҡалаҡ ҡаймаҡ өҫтәлгән помидорҙы биткә һылап, 15 минут торорға. Йылы һыу менән йыуынырға.

❖ Бит тиреһе һығылмалылығын юғалтып, йыйырсыҡтар ҡубәйеп китһә, кастор майы ярҙамға килер. Йоҡлар алдынан биткә касторка майы һөртергә, тирегә һеңмәй ҡалған майҙы ҡағыҙ салфетка менән һөртеп алырға.

Айбикә ЯҠУПОВА.

ЙОЛАЛАРЫБЫҘ

ЭТ ЙЫЛЫНДА...

мал ишәйер

Эткә бәләкәй балаларҙың һаҡсыһы итеп тә ҡарағандар. Был әкиәттәрҙә лә, халыҡ медицинаһында ла асыҡ күренә.

Бала ауыр килһә, бала табыусы ҡатынға эттең һауытына һалып, һөт эсергәндәр, ә ауырыу баланы был һауытта йыуындырғандар. Бала туҡтамай илағанда уны тышҡа алып сығып, эттең ояһына ултыртҡандар һәм кире өйгә алып ингәндәр. Эткә бер ниндәй ауырыу ҙа йоҡмай, тип иҫәпләгәнгә күрә, эт йөнөнән балаларға ойоҡ-бейәләй бәйләү йыш таралған күренеш булған. Ир бала ауырып китһә - кәнтәй, ә ҡыҙ бала ауырығанда арлан эттең йөнө менән ыҫлағандар. Эт йөнө менән ыҫлау биҙгәк ауырыуын дауалағанда ҡулланылған. Ҡотороҡ ауырыуы мәлендә майһыҙ табала эт һөтөнә баҫылған майикмәк бешерәләр. Был майикмәктәрҙе 40 йортҡа индереп, ҡаҙан ҡолағына терәп алалар һәм аҙаҡтан ауырыуға ашаталар. Ҡултыҡ аҫтына эт имсәге сыҡҡанда шешкә яңы бешкән икмәк баҫалар һәм эткә ташлайҙар. Эсен ялаһын, тип, өсйән менән ауырыған баланың эргәһенә эт индергәндәр. Сиҡанды эт ялаһа, ул үтә, тип ышанғандар. Тамаҡ шешендә муйынға көсөк тиреһен урағандар, үпкә ауырыуынан эт ите ашатҡандар. Балаға күҙ тейһә, уның күкрәгенә йоҡа итеп йәйелгән ҡамыр һалалар, ярты сәғәт тотҡас, ҡамырҙы эткә бирәләр. Был йолаларҙың барыһының да нигеҙендә эт балаларҙың ауырыуын үҙенә ала, тигән ышаныу ята. Эт малдың ишәйеүенә булышлыҡ итә, тигәнде лә ишеткәнегеҙ барҙыр. "Эт йылында мал артыр" тигән әйтем ошонан килеп сыҡҡан.

Донъя фольклорында эт һыу стихияһы менән бәйле. Шуның өсөн дә эттең мифологик образдары байтаҡ ҡына. Боронғо башҡорттарға ла улар билдәле булһа кәрәк. "Алтын ашыҡ" әкиәтендә Һаҡҡолаҡ менән Суҡҡолаҡ ("Шәғәли" әкиәтендә - Ташйөрәк) исемле һыу эттәре образдары осрай. Эттәр ямғыр яуҙыра йәки туҡтата ала, тигән ышаныу уларҙың ер һәм күк һыуҙары менән бәйләнеше тураһында һөйләй ҙә инде. В. Даль яҙып алған "Башҡорт һыуһылыуы" әҫәренә Шүлгәнташ мәмерйәһендәге дейеүҙең эткә әйләнеүе тураһындағы хикәйәт инеп киткән. Был таш эткә бөтөн болоттар буйһона, әгәр ҙә ул болотҡа йөҙ тапҡыр ҡамсы менән һуҡһа, тирә-йүндә ҡойма ямғыр башланасаҡ.

Эттең һыу стихияһынан булыуы "Йылҡысыҡҡанкүл" легендаһында ла күренә. Шүлгән күле эргәһендә бер һунарсыға бер юлсы осрай ҙа, унан этен һорай, уның урынына бер көтөү йылҡы вәғәҙә итә. Һунарсы ризалаша. Юлсы этте алып күлгә сума һәм унан матур йылҡылар килеп сыға. Был сюжетта этте һыу эйәһенә ҡорбан итеп килтереү күренеше һүрәтләнә. Был йола күп кенә халыҡтарҙа осрай.

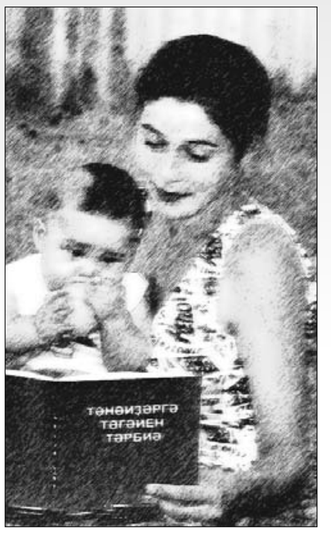
Шулай итеп, башҡорт халыҡ ижадында, йолаларында күренеүенсә, эт культы бик борондан килә. Ул кешенең тарихи аңына шул тиклем тәрән урынлашҡан, хатта унан һуң хөкөм һөргән дини һәм мифологик системалар ҙа юйып ташлай алмаған. Шәриғәттә эткә ҡарата кире мөнәсәбәт булып, уның тыны алтмыш аҙым алыҫлыҡтан ризыҡты бысрата, тиһәләр ҙә, эт башҡорттарҙа изге хайуан булып ҡалған.

Ф. Илембәтов, А. Илембәтова.
"Башҡорт мифтары һәм йолаларында хайуандар культы" китабынан.
(Дауамы бар).

АТА-ӘСӘ ҠОЛАҒЫНА

ТӘҢӘЙҘӘРГӘ ТӘҒӘЙЕН ТӘРБИӘ

Егерме өсөнсө һабаҡ: "Тәрбиәлә туған телдең әһәмиәте"



"Балаларым бәләкәй әле. Башҡортса ғына аралашабыҙ. Әммә күршебеҙ, үҙе башҡорт теле уҡытыусыһы, балаларыңды наҙан ҡалдыраһың бит, Берҙәм дәүләт имтиханы тапшыра алмаясаҡтар, ти. Үҙе балалары менән рус телендә генә аралаша. Ирем икеләнеп ҡалды. Мәрйәм апайҙан һора әле, ул нисек итеп балаларын ике телдә лә һөйләшергә өйрәтте икән?" - тигән һорау менән мөрәжәғәт итте йәш әсә. Был һорау күптәрҙе борсой, шуның өсөн гәзит аша яуап бирергә уйланым.

Бала бәләкәй сағында, әлбиттә, бер ни ҙә аңламай. Әгәр үҙе аңлаһа, туған теленә тартылып тороп ине. Сөнки әсә ҡарынында уҡ сабыйҙың булмышы нәҫелдән-нәҫелгә күсә килгән ҡан (ген) аша ҡалыплаша башлай һәм кеше ғүмере буйы фиғеле-күңеле менән үҙ булмышына тартыла.

Туған тел нигеҙендә алып барылған тәрбиә нимә бирә һәм беҙ балабыҙҙы ошо иң ҡиммәтле хазинанан мәхрүм итеп, нимә юғалтабыҙ? Был һорауға яуап биреү өсөн, туған телдең төп тәғәйенләнешенә аҙ ғына туҡтап китергә кәрәктер.

Туған тел - тәрбиә эшендә иң төп таяныс. Баланы атай-әсәйҙән, мәктәптән тыш, мөхит тәрбиәләй. Ә туған мөхит - ул әсәй-атай, өләсәй (ҡәрсәй), олатай (ҡартатай), башҡа өлкән быуын туғандарың.

Туған мөхит - ул туған моң. Халҡың тарихы, ижады, йола-ғәҙәттәре.

Туған мөхит - ул һинең бер үк маҡсат, ынтылыш менән яныпкөйөп йәшәүсе дуҫтарың.

Туған мөхит - ул сәләмәт йәшәү, камиллыҡ, тура юлдан тайпылмау өсөн таяныс булған рухи сығанаҡ.

Туған теленән айырылған кеше ошо иң ҡиммәтле, иң һиммәтле байлыҡтарҙан мәхрүм ҡала.

Баланың теле асылған саҡта һөйләшеү, аралашыу, тәрбиә, баланы уратып алған мөхит булдырыу өсөн туған телен түгел, ә урта мәктәптә имтихан биреү телен һайлау һәм баланың ҡанына һалынған булмышты юҡҡа сығарыу - иң ҙур наҙанлыҡ, дорфалыҡ, хатта балаң киләсәге алдында енәйәткә тиң яңылышлыҡ. Атай-әсәй ошо аҙымы менән баланың рухи таянысын - тәрбиәлә арҡа һөйәге булған төп үҙәкте ҡаҡшатҡанын аңламай ҙа ҡала. Ә кеше урта мәктәпте тамамлағанда ғына түгел, ғүмере буйы имтихан тапшыра - тормош һынауҙары үтә. Аҙым һайын, боролош һайын, үргә артылғанда ғына түгел, түбән тәгәрәү мәлдәрендә лә, осҡан саҡта ғына түгел, ҡанаты ҡайырылған саҡтарында ла, тура юлдан барғанда ла, аҙашҡанда ла, шырлыҡтар аша үткәндә лә имтихан-һынау тота. Кеше тормошондағы борма-борма юлдарҙа, үрле-ҡырлы артылыштарҙа осрап торған һынауҙарҙы һанап-иҫәпләп сығыу мөмкин дә түгел. Бәһлеүәндәй әҙәм ҡурсалауында булғанда ла, май эсендә бөйөр кеүек йәшәгәндә лә, ҡулыңа бер нисә диплом тотҡанда ла тормош һынауҙары осрай. Тормош бындай һынауҙарҙы барыһы алдында ла ҡуя. Фәҡәт рухи яҡтан ныҡ кешеләр генә уны еңеп сыға. Ә инде рухи ныҡлыҡ тәрбиәләүҙә туған мөхиттең әһәмиәте иҫ китмәле ҙур. Тәрбиә эшендә, баланы иң оло һынау - тормош һынауы өсөн әҙерләүҙә тиңдәшһеҙ, алыштырғыһыҙ сара ул туған мөхит, тимәк, туған тел.

Тәбиғәт - Юғары көс, шуның өсөн дә кешегә күп телдәр өйрәнеү мөмкинлеге биргән. Әйҙә, нисә тел теләһәң, шул тиклем өйрән, тик туған телең иҫәбенә түгел, тигән фекер һалынған булһа кәрәк зиһенебеҙҙә, мейебеҙҙә һәм аңыбыҙҙа ундай киң мөмкинлек булдырыуҙа.

Беҙ, туған тел әһәмиәтен яҡшы аңлаған бер төркөм зыялылар, Өфө ҡалаһында беренсе башҡорт мәктәбе астырыу өсөн (тәүге йылдарҙа балаларҙы берәмләп йыйҙыҡ) атай-әсәйҙәр менән әңгәмәләр алып барған саҡтарҙа, ҡулдарын ғына һелтәп ҡуйып, балаларын инглиз йүнәлешле мәктәптәргә урынлаштырған әһелдәребеҙ (их, исемшәрифтәрен һанап ҡына китер инем дә бит!) бөгөн инглиз телле балаларының сит илдәрҙә тырым-тырағай таралып-юғалып бөтөүенә янып-көйөп, ҡартлыҡтарын яңғыҙ ҡаршылай. Сит-яттар менән ғаилә ҡороп, балалар үҫтереп, сит-ят илдәргә хеҙмәт итеп йөрөүсе инглиз телле белгестәребеҙҙән кемгә файҙа? Ҡайҙа улар? Туған мөхит ҡосағында туғанлыҡ йылылығы тойоп үҫһәләр, шулай еңел генә итеп ил ташлап, атай-әсәйҙәрен ҡартлыҡ көндәрендә яңғыҙ ҡалдырып, туғандарынан айырылып сығып китерҙәр инеме икән? Ә бит улар үҙҙәрен бәхетлебеҙ, тимәй. БСТ-лағы "Башҡорттар" тапшырыуында был хаҡта йыш ишетәбеҙ.

Туған телдең әһәмиәте тураһында бик күп һөйләргә була. Әммә тағы бер хәҡиҡәтте иҫтә ҡалдырыу зыян итмәҫ. Туған тел - ул туған моң. Тәбиғәт кешегә үҙ-үҙен, үҙ нервыларын дауалау, көйләү, яйға һалыу өсөн иҫ китмәле сара бүләк иткән беҙгә. Ул - йыр, моң. Һәр халыҡтың үҙ моңо, үҙ көйө, үҙ йыры бар. Беҙ баланы ошо байлыҡтан мәхрүм итәбеҙ. Туған телдә йырлау ғына түгел, һөйләшеү ҙә нерв күҙәнәктәренә ыңғай тәьҫир итә. Миҫал өсөн сәләмәт тормош алып барған (эсмәгән, тартмаған, физик йәрәхәт алмаған) йырсыларыбыҙҙы күҙ алдына килтерегеҙ. Матур, данлы оҙон ғүмер юлы үтәләр улар.

Тәбиғәт кешеләргә туған моң, туған тел тигән бөйөк мөғжизәне юҡҡа ғына бүләк итмәгән. Ә беҙ "имтихан, имтихан" тип, ошондай мөғжизәнән мәхрүм итәбеҙ балабыҙҙы. Әйтерһең, туған телде белеү башҡа телдәр өйрәнеүгә ҡамасаулыҡ итә! Киреһенсә, туған телең ни тиклем бай булһа, сит телдәр өйрәнеү шул тиклем еңелерәккә тура килә. Сөнки туған тел - ул тойғо теле, күңел байлығы. Башҡа телдәрҙе өйрәнгән саҡта үҙ телеңдә алған тойғолар хазинаһы ныҡ ярҙам итә. Сағыштырыу өсөн. Үҙ туған телен яҡшы белгән сит ил кешеләре башҡорт телен үҙ телен белмәгән башҡорттарға ҡарағанда тиҙерәк өйрәнә. Сөнки уларҙа үҙ телдәрендә тойоу көслө. Шул уҡ ваҡытта туған телен һәйбәт белгән башҡорттар сит ил телен күпкә еңелерәк үҙләштерә.

Ә инде балала ижади һәләт бар икән - уға туған телен белеү мотлаҡ. Сөнки ул туған теле аша ҡанына һалынған һәләтте уята. Белем менән нәҫелдән күсә килгән һәләт ҡушылып китә икән, ул һәр төрлө асыштар яһау, ижад итеү өсөн иҫ китмәле этәргес, ныҡлы нигеҙ буласаҡ.

Ҡыҫҡаһы, миңә мөрәжәғәт иткән йәш әсәгә әйтер һүҙем шул: байтаҡ йәшәлде, байтаҡ күрә йөрөлә. Туплаған белемдән, тәжрибәнән, күҙәтеүҙәрҙән сығып, шуны әйтке килә: балаңды тулы ҡанлы кеше итәм, унда күңел бушлығы булдырмайым, юғары белемле наҙан (туған телен, тарихын, ижадын белмәгән кеше) итеп үҫтермәйем, аҙаҡ үпкә һүҙҙәре әйтмәһен, тиһәң, үҙ ҡарашыңда ҡал, туған телле итеп тәрбиәлә. Рус телен өйрәнеү, бигерәк тә хәҙерге заманда, ҡала шарттарында ауыр түгел. Ул һыуһауа кеүек, тирә-йүнебеҙҙе солғап алған. Йүнләп белем алмай, илтифат итмәй, рус телен камил өйрәнмәй, нимәгәлер өлгәшә алмай ҡалып, етешһеҙлектәрен туған телдә һөйләшеүҙең ҡамасаулауы тип иҫәпләгәндәргә иғтибар итмә. Балаларыңды тәрбиәләүҙә туған телде таяныс итеп, дөрөҫ юл һайлағанһығыҙ, һылыу. Ошо ҡараштан тайпылмағыҙ, икеләнмәгеҙ. Бала тәрбиәләүҙә туған телдең төп таяныс булыуы тураһында шәхсән минең генә фекерем түгел, донъялағы бөйөк педагогтар, алдынғы ҡарашлы зыялылар фекере.

Тәрбиә эшен туған мөхиттән айырып, ят телдә алып барыу - ҡуйыныңдағы балаңды күрше ҡатын итәгенә йәки ят арбаға ултыртыу менән бер. Шуның өсөн Юғары көс (Тәбиғәт, Тәңре, Хоҙай, Аллаһ) һәр халыҡты үҙ мөхите менән бар иткән. Шуны онотмағыҙ!

Мәрйәм БУРАҠАЕВА.

ТАРИХИ ХӘҠИҠӘТ

"Башҡорт ырыуҙары тарихы" серияһының тәүге томдары сыға башлауы тураһында хәбәр иткәйнек инде. Бөтә башҡорт ырыуҙарын да үҙ эсенә аласаҡ күләмле хеҙмәттең йәнәй, балыҡсы, гәрәй (кирәй, гирей), унлар ырыуҙарына ҡараған дүрт томы сыҡты ла инде, яҡын арала ҡаңлы ырыуына арналған томдың тиражы әҙер буласаҡ. Салауат Хәмиҙуллин, Юлдаш Йосопов, Рәфил Аҫылғужин, Рөстәм Шәйхиев, Радик Рыҫҡолов, Айгөл Ғүмәрова һәм башҡаларҙан торған авторҙар коллективының хеҙмәте халыҡта лайыҡлы баһаһын табып, күптәргә үҙ тамырҙарын белергә тырышыуға, өйрәнә башлауға, аңлауға һәм таныуға этәргес булыр, тип ышанып ҡалабыҙ. Тарих фәндәре кандидаты, Башҡортостан юлдаш телеканалының билдәле журналисы Салауат ХӘМИҘУЛЛИНдың "Башҡорт ырыуҙары тарихы" серияһы, халҡыбыҙ тарихының ҡайһы бер биттәре тураһындағы яҙмаларын дауам итәбеҙ.

ҠАН БУЙЫНСА БАШҠОРТТАР...

тамырҙарын иҫкә төшөрһәң

Типтәрҙәрҙең юҡҡа сығыуы

Ваҡыт үтеү менән типтәрҙәргә яңы йөкләмәләр һалына. Шул сәбәпле башҡорт припущенниктары типтәр сословиеһына күсеүҙе туҡтата. Әммә ул ваҡытта был ҡатламға татар, мари, удмурт, сыуаштар араһынан күсеүселәр күбәйә. Йайлап уларҙың нисбәте арта бара. Был күренеш типтәрҙәрҙең этник йөҙөн ҡырҡа үҙгәртә. Хәҙер был ҡатлам составында башҡорттарҙан тыш, төрлө милләт вәкилдәре туплана. Ә шулай ҙа бөгөнгө ҡайһы бер тарихсыларҙың, типтәрҙәр тик татарҙарҙан ғына килеп сыҡҡан, тип әйтеүе дөрөҫлөккә тап килмәй. Хатта һуңғы осорҙа ла типтәрҙәрҙең күп өлөшө үҙҙәрен башҡорт милләте менән бәйләй.

1865 йылда кантон системаһы бөтөрөлөп, Башҡорт ғәскәре юҡҡа сығарылғас, типтәрҙәр ҙә сословие булараҡ юҡҡа сыға. Шул уҡ ваҡытта үҙҙәренең айырым үҙаңын һаҡлап ҡалалар. Тик уларҙа, шул иҫәптән башҡорт припущенниктарында ла, бер нисә йөҙ йылға һуҙылған "типтәрлек" арҡаһында ҡайһы бер үҙаң үҙгәрештәре килеп сыға. Үҙҙәренең этносынан оҙаҡ ваҡытҡа айырылғанға күрә, ваҡыт үтеү менән улар мәҙәни яҡтан татарҙарға яҡынлаша башлай. Шул уҡ ваҡытта Миңзәлә, Бөгөлмә, Елабуға, Сарапул өйәҙҙәрендә йәшәгән аҫаба башҡорттар ҙа улар йоғонтоһона бирелә.

Тел мәсьәләһе

Күрәһең, көнбайыш башҡорттарының милли үҙенсәлектәрен юғалтыуҙарының, үҙҙәрен татар итеп һанай башлауҙарының төп сәбәптәренең береһе булып тел мәсьәләһе лә тора. Революциянан һуң ҡабул ителгән әҙәби башҡорт теле көнбайышта йәшәгән милләттәштәребеҙ теленән алыҫыраҡ булып сыға. Етмәһә, диалекттар мәсьәләһе ул ваҡытта, хатта һуңынан да оҙаҡ ҡына тейешле кимәлдә өйрәнелмәй.

Урал-Волга мосолман халыҡтары өсөн хас булған, сығатай яҙма традицияһына нигеҙләнгән төрки теле быуаттар буйы башҡорттарҙың әҙәби теле булып һанала. Был телдә XIII-XX быуаттарҙа башҡорт халҡының яҙыусышағирҙары Ҡол Ғәли, Салауат Юлаев, Тажетдин Ялсығол, Мифтахетдин Аҡмулла, Шәмсетдин Зәки, Мөхәммәтғәли Соҡрой, Ғарифулла Кейеков, Мөхәммәтсәлим Өмөтбаев, Ризаитдин Фәхретдин, Шәйехзада Бабич аралаша, яҙа. Был тел бер үк кимәлдә башҡорттар, татарҙар һәм башҡа төрки халыҡтар араһында ла таралған була. Әммә башҡорттар өсөн ул тәбиғи һөйләштәренең дауамы булһа, татарҙар, йәки Ҡаҙан янында йәшәгән төрки халыҡтар өсөн ул бары тик XIV-XV быуаттарҙа ғына киң ҡулланылышҡа инә. Быға тиклем улар хәҙерге сыуаш теленә яҡын һөйләштә аралашҡан була. Был турала Болғарҙа табылған эпитафик яҙмалар асыҡ һөйләй. Төркиҙәр йәшәгән даланан, шул иҫәптән Башҡортостандан килгән тел экспансияһы әҙемтәһе булараҡ, болғарсыуаш һөйләше тулыһынса төркиләшә. Шулай итеп, хәҙерге татар теле формалаша. Ҡаҙан ханлығының идара итеүсе элитаһы, төрки-монгол кландары тоҡомдары, (бөгөнгө көндә ошо уҡ тамырҙар башҡорттарҙың барын, ҡыпсаҡ, табын, ҡаҙаҡтарҙың арғын, тама, ноғайҙарҙың манғыт ырыуҙарында бар) яуланған болғар-сыуаш халҡының мәҙәни өҫтөнлөктәрен ошо йүнәлешкә бора.

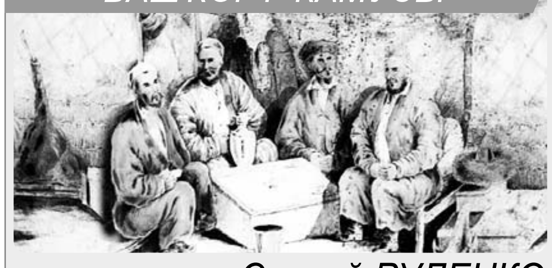
XX быуаттың 20-се йылдарында хәҙерге әҙәби башҡорт теленең нормалары эшләнә. Әҙәби тел халыҡ һөйләшенең көньяҡ-көнсығыш диалектына нигеҙләнә. Шул уҡ ваҡытта төньяҡ һәм көнбайыш башҡорттарының һөйләше иҫәпкә алынмай. Ә ул яңғырашы яғынан бөгөнгө татар теленә (дөрөҫөрәге, элекке әҙәби төрки теленә) яҡын була. Әлбиттә, был ҡарар ҡабул ителгәндә лә бәхәстәр, фекер алышыуҙар булғандыр. Бөгөнгө көн күҙлегенән кемделер ғәйепләп булмай. Ләкин ваҡыт үтеү менән әҙәби телдең ҡәтғи сиктәргә бикләнеүе һәм был мәсьәләлә һығылмалыҡ етмәүе үҙенең кире әҙемтәләрен күрһәтә. Хатта был әҙемтәләрҙе күрер өсөн оҙаҡ көтөргә лә кәрәк булмай. 1926 йылдан алып үткәрелгән халыҡ иҫәбен алыуҙарҙа этник, йәғни милли үҙенсәлек (идентичность) һәм туған тел төрлө категорияларға бүленә. Европала XIX быуатта сәскә атҡан тел милләтселеге, "Я являюсь представителем той национальности, на чьем языке разговариваю" принцибы алға сыға. Әгәр 1897 йылда тарихи Башҡортостандың төньяғында һәм көнбайышында йәшәгән төрки халыҡ (Пермь һәм Вятка губерналарының көньяҡ өйәҙҙәре, Һамар һәм Өфө губерналарының Бөгөлмә, Боғорослан, Миңзәлә өйәҙҙәре) үҙенең туған теле итеп башҡорт телен һанаһа, 1926 йылда улар көньяҡ-көнсығыш диалектҡа нигеҙләнгән башҡорт әҙәби телен түгел, революцияға тиклемге башҡорт-төрки теленә яҡын булған татар телен туған телдәре итеп һанай башлай.

Шулай итеп, үрҙә телгә алынған сәбәптәр төньяҡ-көнбайыш башҡорттарының, шул иҫәптән Йәнәй ырыуы вәкилдәренең ассимиляцияһына килтерә. Ләкин әҙәби тел, башҡорттарҙың аҫаба ерҙәренең Татарстан республикаһы территорияһында ҡалыуы кеүек сәбәптәр генә быға сәбәпсе була, тип уйлау бар дөрөҫлөктө асмай. Ысынында, башҡорттарҙы, типтәрҙәрҙе, мишәрҙәрҙе, керәшендәрҙе татарлаштырыу процесы XIX быуат башынан аңлы рәүештә алып барыла. "Татар милләте" сәйәси проекты, уның авторҙары уйы буйынса, ошо ерҙәрҙә йәшәгән төрки халыҡтарҙың милли үҙаңының иң юғары нөктәһе булараҡ планлаштырыла. Бөгөнгө көндә лә Татарстандың фәнни йәмғәтселегенең айырым даирәләрендә башҡорт халҡын "демонтажлау" буйынса эштәр алып барыла. Мәҫәлән, ошо мөхиткә яҡын булған кешеләр тарафынан яҙылған мәҡәләләрҙә башҡорт этносының булыуы шик аҫтына алына, "башҡорттар бары сословие, социаль ҡатлам ғына булған", тигән фекер алға һөрөлә.

Шуны ла билдәләргә кәрәк, һуңғы йылдарҙа башҡорт халҡының үҫешен тотҡарлаған ассимиляция процесы күпмелер кимәлдә туҡтатылды. Архив документтарына юл асылыуы, тарихи сығанаҡтарҙы үҙаллы өйрәнә алыу мөмкинлеге, тарихи белем быға әүҙем рәүештә ярҙам итә. Бөгөнгө көнгә тиклем үҙҙәрен татар тип һанап йөрөгән күп кенә этник башҡорттар үҙҙәренең шәжәрәләрен, тамырҙарын өйрәнде. Шул уҡ ваҡытта милләтте билдәләүҙә, күрһәтеүҙә лә тел төп критерий булыуҙан туҡтап килә, йәғни татар телле булыу башҡорт милләтенән булыуҙы күрһәтеүҙә ҡыйынлыҡ тыуҙырмай.

Азамат САЛАУАТОВ әҙерләне.
(Дауамы бар).

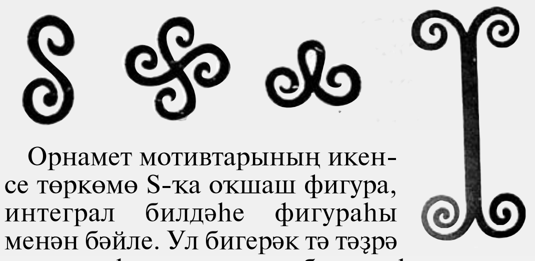
БАШҠОРТ ҠАМУСЫ



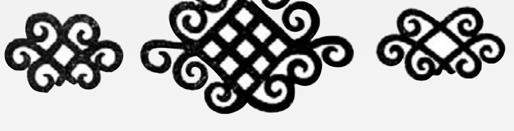
Сергей РУДЕНКО

БАШҠОРТТАР

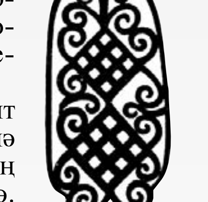
Сәнғәт һәм фольклор



Орнамет мотивтарының икенсе төркөмө S-ҡа оҡшаш фигура, интеграл билдәһе фигураһы менән бәйле. Ул бигерәк тә тәҙрә ҡапҡасы һәм өҫтәлдәрҙе биҙәүҙе һүрәтләгәндә ҡулланыла. Был фигура бик йыш үҙе генә лә, бергә ҡушылып, һуҙылған X формаһын да ҡабул итә (**һүрәт**). Унан яһалған икенсе фигура булып остары бөкләнгән квадрат тора (**һүрәттәр**) Ҡайһы бер осраҡтарҙа был ква-



драттың эсе буш була, икенсеһендә инде уның уртаһына өтөр формаһындағы билдә, өсөнсөһөндә "свастика", дүрт квадраттан торған квадрат урынлаштырыла. Артабан был биҙәкте ҡатмарлаштырып, бер дөйөм композиция эшләнә.



Ҡатмарлы, сағыу һәм гармониялы төҙөлгән композиция яһау өсөн был элементтар етерлек була.

Минеңсә, был орнамент башҡорт һынлы сәнғәтенә хас үҙенсәлекле һәм уның тамырҙары тәрәнгә китә. Ул беҙҙең эраға тиклем I мең йыллыҡ урталарында Таулы Алтайҙың боронғо халҡы сәнғәте менән бер сығанаҡтан һуғарылған. Уларҙа иҫ киткес оҡшашлыҡтар бар.

Еп менән тегелгән биҙәктәр өс төргә бүленә: ҡабартмалы ҡайыу (тамбур), шыма нағыш, ҡыя сәнсем, элмәкләп сигеү.

Башҡорттарҙың кейем-һалымы менән танышҡанда, һирәк осраҡта ғына уларҙың сигеүле булыуын күрәһең. Был борон башҡорттарҙың тире кейемгә, йөндән баҫылған йәки киндерҙән һуғылған кейемдәргә өҫтөнлөк биреүе, һуңынан фабрикала туҡылған сағыу туҡымаларға күсеүе менән аңлатыла. Күсеү осоронда, киндер йәки кесерткән туҡыманан тегелгән кейемдә йөрөгәндә, улар сигеп биҙәлә, әммә был биҙәктәр мариҙар, удмурттар, сыуаштар йәки көньяҡ ханттарҙыҡы кеүек иғтибарҙы йәлеп итмәй. Башҡорт биҙәктәренең сағыштырмаса ярлы булыуы уның сифатына түгел, ә күләменә бәйле. Һәм был башҡорттарҙа зауыҡ юҡ тигәнде аңлатмай, киреһенсә, башҡорттарҙың зауығы иң юғары талаптарҙы ла ҡәнәғәтләндерә алған; башҡорттарҙың сигелгән биҙәктәренең сағыштырмаса ярлы булыуы ҡатын-ҡыҙҙарҙың малсылыҡ менән шөғөлләнеп, хатта ҡышҡыһын да ваҡыттары булмауҙа. Ә ер эшкәртеүсе, балыҡсылыҡ менән шөғөлләнеүсе халыҡтарҙың ҡатын-ҡыҙҙары ҡышты еп иләү, туҡыма туҡыу һәм сигеү артында үткәргән. Шуға ҡарамаҫтан, башҡорт ҡатын-ҡыҙы, бигерәк тә ҡыҙ-ҡырҡын сигеү менән шөғөлләнгән һәм уларҙың өлгөләре сергетышта, янсыҡта, һарауыста, таҫтарҙа, түшелдеректә, намаҙлыҡта һ.б. һаҡланған.

✓ Беҙ үҙебеҙ үт ҡыуығында таш барлыҡҡа килеү өсөн шарттар тыуҙырабыҙ. Даими ашамайбыҙ. Әгәр ризыҡты даими ҡабул итмәйбеҙ икән, үт ҡуйыра һәм был да сәбәп булып тора.

Һуңғы ваҡытта был өлкә белгестәренең һаны кәмеүе, был һөнәргә артыҡ ҙур ихтыяж юҡ, тигән фекергә этәрә, әммә әле һүҙ алып барасаҡ өлкә лә үҙенсәлекле һәм ул да белгестәргә мохтаж. Сөнки гастроэнтерология ашҡаҙан-эсәк трактын, йәғни ҡыҙыл үңәстән алып йыуан эсәккә тиклем арауыҡтағы ауырыуҙарҙы тулыһынса өйрәнә. Гепатология (бауырҙы, үт ҡыуығын, үт ҡыуығы юлдары) һәм проктология (эсәктәрҙе өйрәнә) ла уның бүлектәре булып һанала.
Бәхтиһән, дөрөҫ туклана белмәүебеҙ арҡаһында барыбыҙ ҙа тиерлек ошо өлкә табиптарының пациенттары булып торабыҙ икән. Аҡ халатлылар шул хаҡта күпме генә тылҡымаһын, кеше үҙе сәләмәтлегенә ҡарата мөнәсәбәтен үҙгәртмәй тороп, табиптар бер нәмә лә эшләй алмай. Был, әлбиттә, тәү сиратта туҡланыуға ҡағыла һәм Башҡорт дәүләт медицина университетының дауалау факультеты деканы урынбаҫары, медицина фәндәре кандидаты Гөлнур ӘХМӘҘУЛЛИНА ла пациенттары менән һөйләшеүҙе генә түгел, әңгәмәне лә ошо теманан башланы.

мин һинең НИМӘ АШАҒАНЫҢДЫ

Туҡланыу режимына бәйле барыһы ла

Мин пациенттарымды дауалауҙы туҡланыу режимынан башлайым. Хатта уның нимә ашауы түгел, ә даими рәүештә ашауы мөһим. Тап ошо даимилыҡ ашҡаҙан-эсәк трактының нормаль эшмәкәрлеген тәьмин итә лә инде. Мин, нигеҙҙә, минә мөрәжәғәт итмәгән ауырыуҙарҙы яратам. Йәғни уларҙы бер тапҡыр туҡланыу рационына мөнәсәбәтен үҙгәртергә өйрәтәм һәм улар башҡаса минә килмәй тиерлек. Кешенең һине тыңлаймы, юҡмы икәнлеге шунан күренә лә инде. Әгәр кеше туҡланыуға мөнәсәбәтен үҙгәртмәй икән, ул мотлаҡ рәүештә ҡабат киләсәк. Әлбиттә, туҡланыу рационын үҙгәртеүселәр ҙә ҡабат килеүе мөмкин, әммә улар бөтөнләй икенсе сәбәп менән мөрәжәғәт итә. Уларҙың сирҙәре лә еңелерәк, ябайыраҡ үтә. Дөрөҫ туҡланыу тигән анлатма юҡ, сәләмәт туҡланыу тигәне бар. Әммә кеше уны нисек кенә атамаһын, ул уға тап килгән, шуға өйрәнгән булырға тейеш. Сөнки күпме генә пациент килмәһен, туҡланыу рационы менән ҡыҙыҡһынып, ни өсөн шул-шул нәмәләрҙе ашайһың, тиһәң, барыһы ла тиерлек, мин шулай өйрәнгәнмен, тип яуаплай. Ә ашҡаҙан-эсәк тракты - ул шартлы-рефлектор ағза. Беҙ уны нисек итеп, нимәгә өйрәтәбеҙ, ул шулай эшләйәсәк. Билдәле бер ваҡытта ашап өйрәнгән организм, хатта ашамаған осраҡта ла, ашҡаҙан һутын бүлеп сығара башлай. Кеше организмы ла шундай. Ул үҙенең туҡланыуын үҙе көйләй һәм сәләмәт туҡланыуға өйрәтә ала.

Ниндәйҙер аҙыҡты ҡабул итеүҙе сикләүҙе лә бик һаҡлыҡ менән эшләү зарур. Насар йәки яҡшы аҙыҡтар юҡ, улар барыһы ла яҡшы, әммә сама белергә кәрәк. Кешенең ашҡаҙанында һәр ваҡыт организм бығаса ҡабул итеп өйрәнгән ризыҡ булырға тейеш. Әгәр ризыҡ даими инмәһә, организмдағы барлыҡ процестарҙың эшмәкәрлеге боҙола, мәсәлән, ашҡаҙан һутының бүленеүендә, ашҡаҙан аҫты биҙендә, үттә һ.б. торғонлоҡ башлана. Был иһә бик ҙур агрессив мөхит барлыҡҡа килтерә һәм ул кешегә ҡаршы эшләй башлай. Ә ашҡаҙанда ризыҡ булғанда, бындай агрессив матдәләр ризыҡ менән сығарыла. Шуға күрә кеше бер үк ваҡытта туҡланырға өйрәнгән, әммә ошо ваҡытты ни сәбәптәндер үткәреп ебәргән икән, организм уға ауыртыумы, уңайһыҙлыҡмы аша сигнал бирә. Ләкин шуны ла онотоорға ярамай: туҡланыу - һәр кемдең шәхси эше. Кемгәлер дүрт-биш тапҡыр ашарға кәрәк, кемгәләр көнөнә өс тапҡыр ашау ҙа етә. Бына, гәзиттә шулай тип яҙғандар, тип кенә, бығаса өс тапҡыр ашап йөрөгәнһегеҙ икән, дүрт-биш тапҡыр ашауға күсергә ярамай.

Әгәр ашҡаҙан-эсәк трактында ниндәйҙер проблема бар икән, бында инде, ваҡытым юҡ, мөмкинлегем юҡ, тигән аҡланыуҙар урынһыҙ. Сөнки ауырыу бар икән, уны дауаларға мөмкин. Әммә бының бер шарты бар - кеше үҙенең туҡланыуына мөнәсәбәтен үҙгәртергә тейеш. Әгәр ул аҙыҡ-түлек рационын үҙгәртмәй икән, теләйбеҙме, юҡмы, был сир уға ҡабат әйләнеп ҡайтасаҡ. Эйе, сирҙән бары тик хирургик юл менән ҡотолоу сараһы ла бар. Мәсәлән, үт-таш сирҙәре һәм уларҙың артыҡ нығ борсоған осраҡтары. Гастрит, гастродуоденит, хатта сей яраларҙы медикаментоз юл менән дауаларға мөмкин. Был - аксиома.

Ашҡаҙан йәки эсәктәрҙең сей яраһы тураһында

Гастероэнтерологияла был сирҙәр киң таралған. Уларға ентекләберәк туҡталып китәйек, булмаһа. Сей яра сирҙәре нигеҙендә инфекция факторы ята. Шуға күрә ашҡаҙан-эсәк ауырыуҙарын дауаларға мөмкин. Әлбиттә, бының өсөн табипҡа ваҡытында мөрәжәғәт итергә кәрәк. Бында бер ниндәй ҙә проблема булырға тейеш түгел, сөнки дауалауҙа стандарттар һәм барлыҡ эрадикацион ысулдар терапияла бар һәм даими дауланғанда, кеше яйлап ошо сирҙәренән ҡотола, ремиссия барлыҡҡа килә. Әгәр инде тикшерелмәй йөрөгәндә, сей яраның яман шешкә әүерелеүе мөмкин. Күптән түгел онкологтар шундай бер матур фекер әйтте: хәҙер бөтөн донъяла яман шешкә хроник сир тип ҡарайҙар. Йәғни ул киҫкенләшеү ваҡыттары булған хроник ауырыу. Ә хроник сирҙәрҙең бер нисә йүнәлеше бар: һауығыу, оҙайлы ремиссия, хәл-торошторҙоң киҫкенләшеүе. Әммә, мәсәлән, кемдәләр яман шеш асыҡланған икән, был яҡты донъя менән хушлашырға әҙерләнергә кәрәк, тигәнде аңлатмай. Хәҙерге медицина шундай юғарылыҡҡа етте, аныҡ шарттарҙы теүәл үтәгәндә яман шеш булыуы асыҡланған сирленең дә ғүмерен 5 - 10 йылға оҙайтырға мөмкин. Әгәр инде башланғыс стадияларҙа булғанда, теләһә ниндәй хроник ауырыу кеүек үк, улар бик оҙаҡ йәшәй аласаҡ. Ләкин шуныһы - беҙҙә яман шештән ҡурҡыу бик көслө. Бөтөн донъяла халыҡ ниндәйҙер ауырыуҙан ҡурҡа икән, ул дауаханаға барып, тулыһынса тикшеренеү үтә. Беҙҙә иһә, киреһенсә, ниндәйҙер шик тыуа икән, үҙ-үҙебеҙгә бикләнәбеҙ, дауаханаға барып, белгестәргә мөрәжәғәт итмәйбеҙ, йәнәһе, сирҙе табиптар раҫламаһа, ул үтеп китәсәк йәки белмәүең яҡшыраҡ. Әммә башты ҡомға тығып ҡына проблемаларҙы хәл итеү мөмкин түгел. Әлеге ваҡытта бик күп скрининг ысулдары бар. Улар яман шеште иртә стадияла асыҡларға ярҙам итә. Мәсәлән, кешелә ашҡаҙан сей яраһы бар һәм ул бик йыш борсой икән, ФГС үткәндә шунда уҡ биопсия, йәғни туҡыманың бәләкәй генә киҫәге алына һәм микроскоп аҫтында тикшерелә, күҙәнәктең тибы, үҙгәрештәр бармы, юҡмы икәнлеге асыҡлана. Бары үҙең өсөн шуны мотлаҡ аныҡларға кәрәк: ашҡаҙан сей яраһы бар икән, ФГС үткәндә мотлаҡ биопсия алынырға тейеш. Был үҙеңдең канцерофобияңды (яман шеш менән ауырыуҙан ҡурҡыу) кәметергә лә ярҙам итәсәк. Скрининг ысулдары ла бар, әммә улар бик ҡиммәт.

Хәҙер Интерент селтәренә инеү мөмкинлеге һәр ерҙә бар, һәр кем уға инеп, ниндәй скрининг ысулдары булыуы хаҡында белә, уларҙы үҙе йәшәгән төбәктә таба, тикшереүҙе үтә ала. Әммә Интернет селтәрендә ултырып ҡына үҙеңде белгесмен тип һанарға ярамай. Сөнки медицинаның үҙенең стандарттары, тикшереү ысулдары, анализдар бар. Ә табип - ул медицина өлкәһендә белемле генә түгел, ул анализлай һәм анализдарҙы сағыштырып "уҡый", уларға ҡарап һеҙҙең сәләмәтлек торошон дөйөм ҡуләмдә күрә белгән кеше. Ниндәйҙер ағзаң борсой икән, уны Интернет буйынса табып, үҙ-үҙеңә диагноз ҡуйыу менән шөғөлләнмәгеҙ, тиер инем. Әгәр үҙ белдегең менән дауаланып булһа, бер кем дә ауырымаҫ, һәр кем һау-сәләмәт булыр ине.

Ҡарылыу инстинкттары көслө булыусылар "эсәк йотоу"ҙан ҡурҡа. Күптәр шул арҡала ғына ашҡаҙан-эсәк трактын тикшертеүҙән баш тарта.

Әммә башҡа төрлө тикшереү юлдары ла бар бит. Мәсәлән, рентгеноскопия ысулдары. Был, әлбиттә, оҙайлыраҡ, әммә уны теләһә ҡайһы поликлиникала ла ҡулланалар. Әгәр ашҡаҙанығыҙҙы тикшертергә теләгегеҙ көслө булып та, "эсәк йоторгә" ҡурҡаһығыҙ икән, альтернатив тикшереү юлын һайларға мөмкин. Тағы шуны ла әйтер инем - ФГС-тан ҡурҡырға ярамай. Медицина ла, ундағы прогресс та бер урында тормай, заман менән бергә атлай, үсешә, камиллаша. Бөгөнгө ФГС аппараттарын хатта бынан 15 йыл элек булғандары менән сағыштырыу мөмкин түгел. Хәҙер нәҙек зондтар ҡулланыла. Теләүселәр иһә балалар өсөн зондтарҙы ҡулланыуҙы һорай ала. Бында бер ниндәй ҙә проблема юҡ, проблема бары тик кешенең үҙендә. Әгәр кеше, ҡурҡам, тип, ФГС үтеүҙән баш тарта икән, тимәк, ул үҙенең сәләмәтлегенә һалҡын ҡарай. Эйе, элек был процедура бик ауыр һәм оҙаҡ ваҡытты ала ине. Хәҙер бер кешене тикшереү ҡыҫҡа ваҡытта башҡарыла.

Үт ҡыуығында - таштар

Үт ҡыуығында таштар нилектән барлыҡҡа килә? Бында бер нисә фактор ҡарала. Тәү сиратта, әлбиттә, был сир нәҫелдән күсеүсән. Икенсеһе, беҙ үҙебеҙ үт ҡыуығында таш барлыҡҡа килеү өсөн шарттар тыуҙырабыҙ. Даими ашамайбыҙ. Әгәр ризыҡты даими ҡабул итмәйбеҙ икән, үт ҡуйыра һәм был да сәбәп булып тора. Әлбиттә, һәр кемдә лә тип булмай. Артабан инде тирә-яҡ мөхит, бигерәк тә һыу йоғонто яһай. Беҙҙең төбәктә карст сығанаҡтары булғанлыҡтан, һыу бик ҡаты. Минералдар бик күп. Һыу минералланған, шуға күрә был да үт ҡыуығында таштар барлыҡҡа килеүгә сәбәп булып тора. Әммә бынан да бик ҡурҡырға ярамай. Элегерәк, мәсәлән, ағзала ҡом барлығы асыҡланһа ла шифаханаларға йөрөйҙәр ине. Йәғни, билдәле бер составтағы һыу режимын һаҡлай торғайныҡ. Красноусол, Йоматау шифаханалары ашҡаҙан-эсәк ауырыуҙары өсөн шәп дауа. Кешенең шунда барыу мөмкинлеге бар ине. Хәҙер ҙә ошо үткәндәргә кире ҡайтырға кәрәк. Әгәр ниндәйҙер шигегеҙ бар, сир башланғыс стадияла

Күптән түгел онкологтар шундай бер матур фекер әйтте: хәҙер бөтөн донъяла яман шешкә хроник сир тип ҡарайҙар. Йәғни ул киҫкенләшеү ваҡыттары булған хроник ауырыу. Ә хроник сирҙәрҙең бер нисә йүнәлеше бар: һауығыу, оҙайлы ремиссия, хәл-торошторҙоң киҫкенләшеүе. Әммә, мәсәлән, кемдәләр яман шеш асыҡланған икән, был яҡты донъя менән хушлашырға әҙерләнергә кәрәк, тигәнде аңлатмай. Хәҙерге медицина шундай юғарылыҡҡа етте, аныҡ шарттарҙы теүәл үтәгәндә яман шеш булыуы асыҡланған сирленең дә ғүмерен 5 - 10 йылға оҙайтырға мөмкин. Әгәр инде башланғыс стадияларҙа булғанда, теләһә ниндәй хроник ауырыу кеүек үк, улар бик оҙаҡ йәшәй аласаҡ. Ләкин шуныһы - беҙҙә яман шештән ҡурҡыу бик көслө.

✓ Беҙҙә хәҙер Сәләмәтлек үҙәктәре бар. Тик халыҡ ниңәлер уларға йөрөмәй. Ә бит унда барып, йылына бер тапҡыр бушлай барлыҡ ауырыуҙар хәүефе факторына тулыһынса тикшеренеү үтергә мөмкин.

икән - шифаханаларға барып дауаланырға мөмкин икәнлеген оноторға ярамай. Шулай уҡ күптән эшләнгән методикалар ҙа бар, шуларға кире ҡайтырға ғына кәрәк. Шулай итһәң, күптәр, шифаханаға йөрөү мөмкинлеге юҡ, ҡиммәт, тип яуаплаясаҡ. Ә шул уҡ ваҡытта иң ябай ысулды ҡулланырға кем ҡамасаулай? Әйҙә, өйөгөҙҙә һыуҙы фильтр аша үткәреп эсегеҙ. Бындай фильтрҙарҙы һәр кем һатып алыу мөмкинлегенә эйә. Әммә беҙ үҙебеҙ был хаҡта уйланмайбыҙ. Мәҫәлән, сәйнүктә фильтр аша үткәрелгән һыуҙы ҡайнатһаҡ, уның юшҡыны сағыштырмаса әҙерәк булғанын барыбыҙ ҙа беләбеҙ. Ләкин һыуҙы фильтр аша үткәреү хаҡында уйлап та бирмәйбеҙ. Ялҡаулыҡ ҡамасаулай. Был бигерәк тә туған-тыумасаһы ашҡаҙан-эсәк ауырыуҙары менән яфаланған кешеләргә ҡағыла. Улар һыуҙың ҡатылығын даими тикшерергә бурыслы. Бик юғында, атап үткән ябай нәмәләрҙә генә булһа ла яҡшы булырға тейеш. Сөнки сәләмәт йәшәү рәүеше алып барыу, дөрөҫ туҡланыу режимын һаҡлау, табип тәғәйенләгән вирусҡа ҡаршы препараттарҙы үҙ ваҡытында ҡабул итеү бик мөһим шарттар булып тора. Ҡайһы берәүҙәр үҙҙәрендә гепатит булыуы асыҡланғас та әле дауаланырға тотонмайынса, оҙаҡҡа һуҙып йөрөйҙәр һәм ваҡыт үткәс, хатта вирусҡа ҡаршы ҡеүәтле терапия ла һөҙөмтә бирмәҫлек булғас ҡына мөрәжәғәт итәләр. Был сирҙе дауалауҙың берҙән-бер проблемаһы - дауа бик ҡиммәт тора. Шуға күрә дәүләт бер нисә программа булдырҙы. Әлбиттә, улар ғына етерлек түгел, ә шулай ҙа улар бар һәм һәр ауырыуға тәҡдим ителә.

Гастроэнтерология һәм шәкәр сире

Был сирҙәрҙең уртаҡлығы бар, сөнки ашҡаҙан асты биҙе - шәкәр сиренең тап урыны инде. Әммә шәкәр сирлеләрҙга кәрәк. Был сир бер көндә генә барлыҡҡа килмәй, ул йылдар буйына формалаша. Шуға күрә уны алдан иҫкәртергә һәм аҙыуына юл ҡуймаҫҡа мөмкин. Беренсе этапта беҙ һәр ваҡыт бер генә нәмәне тәҡдим итәбеҙ - туҡланыу рационын үҙгәртегеҙ. Шәкәр күтәрелә башлағанда ауырыуға дарыуҙар бирмәйҙәр. Әгәр ул баштан уҡ табип ҡушҡанды еренә еткереп үтәй икән, ул тулыһынса һауыға. Әммә кеше үҙе туҡланыу рационын үҙгәртеп, сәләмәтлеге нормаға килә икәненән аңларға тейеш.

Гастроэнтерологҡа мөрәжәғәт итеү өсөн нигеҙ

Нисек кенә булмаһын, иң тәүҙә ауырыуҙар терапевҡа мөрәжәғәт итә. Ул инде артабан белгестәргә йүнәлтә. Симптомдарға килгәндә, эске ағзаларҙың ҡайһыһында ғына ниндәйҙер ауыртыу, уңайһыҙлыҡ тойоһо булғанда ла кеше табипҡа мөрәжәғәт итергә тейеш. Был врачҡа мөрәжәғәт итеүгә төп сәбәп булып тора. Әлбиттә, һәр кемдә ауыртыныу төрлөсә булыуы мөмкин. Мәҫәлән, сей яра симптомы артында миокард инфаркты йәшеренеүе ихтимал. Йәки - киреһенсә. Йәиһә йөрәк ауыртыуы артында ашҡаҙан-эсәк ауырыуҙары булыуы бар. Йәки кеше ЛОР-табипҡа бара, ә уға гастроэнтеролог ярҙамы кәрәк булып сыға. Ағзалар бер-береһе менән ныҡ бәйләнгән. Шуға күрә, тура гастроэнтерологҡа алып килергә тейешле аныҡ симптомдар юҡ, тиергә лә мөмкин. Беҙгә бары тик анализдар һөҙөмтәләре килтерә. Гастроэнтеролог өсөн иң мөһиме - кешене ауырыуы менән йәшәргә һәм уның менән көрәшергә өйрәтеү. Сей яра, гастрит, дуоденитты дауалау мөмкин. Бында проблема юҡ, проблема бары тик кешенең үҙендә, уның ваҡытында табипҡа мөрәжәғәт итеүендә. Халыҡ табипҡа ауырыу стадияһында килә, ә табипҡа тәүге сигналдар булыу менән, мәҫәлән, ниндәйҙер ағзанда таш барлыҡҡа килгәс түгел, ә булмағанда килеп, нисек таш үҫеүгә юл ҡуймау тураһында кәңәшләшергә кәрәк. УЗИ үткәндә ҡом барлығы асыҡлана икән, кеше, ярай, таш түгел бит әле, ти ҙә тынысланa. Тынысланырға ярамай, ә ошо ҡом булмаһын өсөн нимәләр эшләргә кәрәк.

Хәҙер бына диспансеризация тергеҙелде. Шуға күрә, исмаһам, ошо ваҡытта тикшерелеп ҡалыу зарур. Беҙҙә хәҙер Сәләмәтлек үҙәктәре бар. Тик халыҡ ниңәлер уларға йөрөмәй. Ә бит унда барып, йылына бер тапҡыр бушлай барлыҡ ауырыуҙар хәүефе факторына тулыһынса тикшереү үтергә мөмкин. Өфөлә генә шундай тиҫтә самаһы үҙәк эшләй. Хөкүмәт тарафынан шундай үҙәктәр булдырыла, ләкин халыҡтың үҙенең уларға йөрөргә ялҡауы килә йәки ул үҙенең сәләмәтлек торошон белергә теләмәй. Белгәс бит яуаплылыҡты үҙ өҫтөңә алырға кәрәк буласаҡ - шул ҡурҡытамы юғиһә?

Ураҙа тотоу, асығыу алымы менән дауаланыу

Ураҙа - кешенең инаныуы һәм теләге, кеше уны үҙ теләге менән һайлай. Шул уҡ ваҡытта ураҙаны ауырыу кешеләргә тоторға ярамай, тигән тыйыу барлығын да оноторға ярамай. Әгәр кеше үҙен ошо һынауҙы үтергә көсө, мөмкинлеге бар, тип иҫәпләй икән, был - уның үҙенең ҡарары. Кеше нимәгәләр мөкиббән китеп ышана икән, шул тормошҡа аша, шуға күрә, ураҙаға ла ихлас күңелдән ышанһаҡ, хатта сирҙәрҙән дә арына алабыҙ. Бында кешенең ниәтен, уның алдына ҡуйған маҡсатын һәм ошо маҡсатҡа өлгәшеүгә этәргән дәртен инҡар итергә ярамай.

Әлбиттә, асығыу ярҙамында дауаланыусылар ҙа бар. Әйтеүемсә, бының нигеҙендә инаныу ята һәм был бик ҡеүәтле фактор. Әгәр сәләмәт булыу инанысы бар һәм ул, ысынлап та, кешегә һау-сәләмәт булыу мөмкинлеген бирә икән, был бит бик яҡшы. Табип - ауырыу союзында ла сир өҫтөндә ике кеше эшләй, әммә ауырыу кеше үҙе өҫтөндә эшләмәй һәм табипҡа ярҙам итмәй икән, бер ниндәй һөҙөмтә лә булмаyы бик мөмкин. Шуға күрә кеше ниндәй генә юлды һайлаһа ла, ул ни өсөн тап шул юлдан барыуын аңларға, үҙе өҫтөндә эшләргә тейеш. Сөнки был ысулдың да үҙенең билдәле бер тәртибе бар. Ҡапыл ғына башыңа килтереп һуҡты ла, ас торҙоң да һауыҡтың түгел. Медицина ярҙамы күрһәтеү тураһындағы федераль законда ла, кеше һайлау хоҡуғына эйә, тип яҙылған. Хатта ул дауаланыуҙан баш тартырға ла хоҡуҡлы. Әгәр кеше традицион медицинаға альтернатив юл таба һәм уға файҙаһы тейә икән - был бик яҡшы. Әммә был юлға уның аңлы рәүештә килеүе зарур.

ӘЙТҺӘҢ...

кемлегеңде әйтәм!

эшләргә тейештәр. Ҡайһы бер ауылдарҙа, мәҫәлән, ниндәй һыу сығанағында ниндәй һыу сыға икәнлеген яҡшы беләләр. Быныһында йомшаҡ, һыу тиҙ күбекләнә, быныһы ҡаты, тиҙәр. Улар ошо йомшаҡ һыуҙы эсергә тырыша.

Гепатит һәм уның төрҙәре

Гепатит ысын мәғәнәһендә замана афәтенә әйләнде хәҙер һәм медицинала ул иң ауыртҡан темаларҙың береһелер, моғайын. Нигеҙҙә, гепатит менән гастроэнтерологтар шөғөлләнмәй, беҙ бары тик тикшерәбеҙ, асыҡлайбыҙ. Был сирҙәрҙе дауалау менән инфекционист шөғөлләнә һәм дауалау вирусҡа ҡаршы көслө препараттар ярҙамында тормошҡа ашырыла. Бөгөнгә был индустрия шул тиклем үҫешкән һәм алға киткән, төрлө программалар бар. Әммә шуны ла иҫтән сығарырға ярамай: гепатит гепатиттан айырыла. Уның иң ябай булған А төрө әҙемтәһеҙ, башҡалары иһә ҡан аша, бәйелһеҙ енси мөнәсәбәттәр аша тапшырыла.

Гепатиттың проблемаһы нимәлә? Нигеҙҙә, уның әҙемтәләре һөҙөмтәһендә өҙлөгөүҙәр барлыҡҡа килә. Шуларҙың иң киң таралғаны - бауыр циррозы. Ләкин гепатитты дауалап булмай, тип уйларға һәм күңелендә төшөрөп, яҙмышына буйһонорға ярамай. Хәҙерге медицина был процесты туктатырға һәләтле. Әлбиттә, гепатит менән сирләгән кешенең тәртибе, үҙ-үҙен тотошо ең бик аҙ ғына проценты нәҫелгә бәйле. Ҡалған өлөшөн инде кеше үҙе барлыҡҡа килтерә. Ғөмүмән, беҙҙең барлыҡ ағзаларыбыҙҙың да ныҡлығы бик юғары, уларҙың сирлегә әйләнеүенә үҙебеҙ ғәйепле. Әлбиттә, тыумыштан килгән сирҙәр быға инмәй. Ҡандағы шәкәрҙе күбәйтеүсе аҙыҡ-түлек ҡулланыуҙы (икмәк-ҡалас изделиелары, картуф, шәкәр һ.б) ваҡытында кәметмәһәк йәки туҡтатмаһаҡ, үҙебеҙҙең сәләмәтлегебеҙгә битараф булмаһаҡ, был сирҙең барлыҡҡа килеүенә лә юл ҡуймаҫ инек. Йәғни ҡандағы шәкәр күләменең артыуы ла дөрөҫ туҡланмауға бәйле. Мәҫәлән, беренсе тапҡыр шәкәр сире асыҡланғас та, йәғни ашҡаҙан аҫты биҙе үҙенең функцияларын үтәй алмай башлағас, кеше үҙенең туҡланыу рационын үҙгәртһә, ҡағиҙә булараҡ, 80 процент осраҡта ҡандағы шәкәр кимәле нормаллаша. Әлбиттә, бының өсөн даими рәүештә шәкәр кимәлен тикшереп торор-йеш. Кеше бит һәр ваҡыт йөрәге, бауыры ауыртыуын белә. Табипҡа килгәс тә, шул ағзам, шул ерем ауырта, ти. Шуға күрә мин, эс тирәһендәге ниндәйҙер уңайһыҙлыҡ пациентты һағайтырға тейеш, тием. Шулай уҡ аҙыҡты эшкәртә, үҙләштерә алмау, ашағанда, аҙыҡты йотҡанда уңайһыҙлыҡ тойоу, үҙәк көйөү, ауыртыу, йыш сәсәү, ашҡаҙанда һәр саҡ ауырлыҡ тойоу, оло яраузың ваҡыты, нормаһы боҙолоуы ошо ҡом булмаһын өсөн нимәләр эшләргә кәрәк.

Гастроэнтеролог өсөн иң мөһиме - кешене ауырыуы менән йәшәргә һәм уның менән көрәшергә өйрәтеү. Сей яра, гастрит, дуоденитты дауалау мөмкин. Бында проблема юҡ, проблема бары тик кешенең үҙендә, уның ваҡытында табипҡа мөрәжәғәт итеүендә. Халыҡ табипҡа ауырыу стадияһында килә, ә табипҡа тәүге сигналдар булыу менән, мәҫәлән, ниндәйҙер ағзанда таш барлыҡҡа килгәс түгел, ә булмағанда килеп, нисек таш үҫеүгә юл ҡуймау тураһында кәңәшләшергә кәрәк. УЗИ үткәндә ҡом барлығы асыҡлана икән, кеше, ярай, таш түгел бит әле, ти ҙә тынысланa. Тынысланырға ярамай, ә ошо ҡом булмаһын өсөн нимәләр эшләргә кәрәк. Хәҙер бына диспансеризация тергеҙелде. Шуға күрә, исмаһам, ошо ваҡытта тикшерелеп ҡалыу зарур.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Юҡҡа ғына, нимә менән туҡланыуыңды әйтһәң, мин һинең кемлегеңде әйтеп бирәм, тимәйҙәр. Һәм ниндәй өлкә табибы менән генә әңгәмәләшергә тура килмәһен, уларҙың күпселеге, тәү сиратта, туҡланыу рационына иғтибар йүнәлтергә ҡуша. Ләкин күптәребеҙ уларҙың әйткәнен ҡолағына ла элмәй, бәлки, киреһенсә, сама тигән нәмәне онотоп, үткәндә ашап ҡалайым, тигәндәй, һаман ҡорһағын нимә етте шуның менән тултырыуын белә. Халҡыбыҙ "Ауырыу аш менән керә, аш менән сыға", "Ауырыу - йә астан, йә аштан", "Ауырыу ботлап керә, мыҫҡаллап сыға" тигән мәҡәлдәрен бер нигеҙһеҙ тыуҙырмаған. Ә ололар һүҙе - аҡылдың үҙе ул.

Зәйтүнә ӘЙЛЕ.

БАЛАҢА УҠЫ!

Йәшәгән, ти, бер бәрей: яуыздарҙың-яуызы, иблистәрҙең-иблисе булған, ти, ул. Бер мәл, күңеле күтәрелеп китеп, ул ғәжәп көҙгө эшләп ҡуйған: барса матурлыҡ, яҡшылыҡ унда күренер-күренмәҫ кенә булып ҡала, ә һәммә хәшәрәт, күңел ҡайтарғыс нәмәләр тағы ла хәшәрәтерәк төҫкә инә икән. Тирә-яҡ шундай йәмһеҙ, ә кешеләр баштүбән йөрөй торған имәнес бапаҡ һымаҡ тойола, ти, унда. Кеше берәй изге уй уйлаһа, көҙгөлә маймылланған һымаҡ сағыла ла, бәрей әй шатланып хахылдай икән.

- Бына хәҙер донъяны, кешене ысынбарлығында күреп була, - тип уның уҡыусылары мөғжизәләй күреп маҡташҡандар.

Улар донъя буйлап көҙгөнө алып сығып киткәндәр, бер генә илдә лә бер генә кеше лә унда йәмһеҙ булып күренмәй ҡалмаған. Былар инде күккә лә ашып, фәрештәләр менән Хоҙайҙан көлмәксе булып киткәндәр. Бейегерәк күтәрелгән һайын, көҙгө нығыраҡ маймыллана, ҡылана икән. Тик маҡсаттарына өлгәшәм тигәндә генә көҙгөнө тотоп ҡала алмай, төшөрөп ебәреп ватҡандар. Онталғас, ваҡ ҡына һанһыҙ ярсыҡтар көҙгөнөң үҙенән дә былай зыян килтергән. Ҡом бөртөгөндәй генәләре ер йөҙөнә һибелеп китеп, кемдең күҙенә, кемдең йөрәгенә эләккән дә, бар нәмәне кип-кире итеп күрһәтә башлаған, сөнки ярсыҡ ҡына булһа ла, шул уҡ көҙгө бит ул. Йөрәккә эләккән бөртөк уны боҙға әйләндергән, күҙгә ингәне бар нәмәне боҙоп, яман итеп күрһәткән. Тәҙрә рамына ҡуйырлыҡ ҙурлыҡтағы ярсыҡтар дуҫтарҙы дошман итеп сағылдырған, күҙлеккә ҡуйылһа, бер генә лә дөрөҫ ҡарар сығарып булмаҫлыҡ иткән. Бәрей эс тырнап, тәгәрәп йөрөп көлгән дә көлгән, ти.

Артабан ни булды икән, тыңлап ҡарайыҡ әле...

ҠЫҘ МЕНӘН МАЛАЙ

Баҡса тоторлоҡ урыны бик бәҙ, кеше ҡайнап торған ҙур ҡалала ярлы ғына ике бала күршеләш көн иткән. Малай Кай, ә ҡыҙ Герда исемле булған,

Бер-береһен яҡын туған һымаҡ яратҡан улар. Уларҙың атаәсәһе ҡыйыҡтары терәлеп тигәндәй торған йәнәш кенә өйҙәрҙең осормаһында йәшәгәнлектән, хатта тәҙрәләре аҫтына ҡуйылған улаҡтар аша үтеп, ҡунаҡҡа йөрөшөрлөк булған.

Тәҙрә тышындағы улаҡтар өҫтөндә тәмләткестәр, ваҡ-төйәк йәшелсә сәселгән ике ҙур йәшниктә рауза ҡыуаҡтары ла үҫеп ултырған. Уларҙың сит-ситтәренән борсаҡ һабаҡтары һәленеп төшөп, ҡаймалаған; раузалар ҙурайғандан-ҙурая барып, тәҙрә ҡырҙарын матур гөлләмә булып уратып алған. Торғаны семәрле матур ҡапҡа булған да ҡуйған!

Балалар улаҡ буйлап бер-береһенә ҡунаҡҡа йөрөгән, рауза ҡыуаҡтары аҫтында күңелле итеп уйнар булған.

Тик ҡыш көнө тәҙрәләр ҡалын боҙ менән ҡапланған. Ҡыҙ менән малай мейестә баҡыр аҡса ҡыҙҙырып, тәҙрә боҙонда түңәрәк кенә уйымдар яһағандар ҙа шулар аша бер-береһенә ҡарашып алғандар. Йәй көнө тәҙрә аша ғына йөрөп булған да ул, ҡышын иһә осорманан аҫҡа төшөп, урам аша барырға тура килгән. Ә тышта буран уйнай!

- Торғаны аҡ ҡына бал ҡорттары, - тип ҡуя ҡарт өләсәй.

- Уларҙың да батшабикәһе бармы? - тип һорай малай, сөнки бал ҡорттарында шулай икәнен ишеткәне булған.

- Бар, Боҙ батшабикә ул, - тип яуаплай өләсәһе. - Ҡар бөртөктәренең иң ҡуйы урынында осоп йөрөй. Ҡайһы саҡ төн уртаһында ҡала урамдары буйлап өйөрөлә, осҡос сифаттарын хәтерләйбеҙ бит. Шуның бәләкәс кенә остоғо Кайҙың йөрәген яралай ҙа инде һәм үҙенең хәшәрәт эшенә тотона.

- Нимә нихылдап тораһың!, - тип һөйләнә башлай малай. - Кит, үҙең шул тиклем йәмһеҙ! Кәкре-бөкрөһөң! Минең бер ерем дә ауыртмай инде. Ҡарасы, бынау раузаға ҡорт төшкән бит! Йәшниктәре лә, ҡыуаҡтары ла имәнес!

Ул ҡапыл ике раузаның ботаҡтарын һындыра.

лып та ҡуя. Сана барған һайын шәберәк елдереп, майҙандан сығып китә. Унда ултырған кеше, тыҡрыҡтан боролғас, малайға ҡарап, күптәнге танышындай баш һелкеп ҡуя. Көсәйгәндән-көсәйә барып, ҡар яуырға тотона, күҙ асҡыһыҙ буран башлана. Малай санаһын ысҡындырып та ала алмай, ҡысҡыра, тик уны бер кем ишетмәй. Аҡ сана табаны ергә лә теймәй елә лә елә. Кай доға уҡырға маташа, тик ҡабатлау таблицаһынан башҡа бер ни ҙә иҫенә төшмәй.

тәҙрә аша ҡарап китә. Быялалар иҫ китмәле матур семәр-нағыш боҙ менән ҡапланып ҡала.

- Күрәбеҙ-күрәбеҙ, - тиешә балалар был һүҙҙәргә ихластан ышанып.

- Ә Боҙ батшабикә беҙгә лә килеп ҡуйһа ... - тип хафалана Герда.

- Килеп ҡараһын! - ти малай. - Мин уны ҡыҙған мейескә ултыртам да, иретәм дә ҡуям.

Мәгәр өләсәһе уның башынан һыйпап ала ла һүҙҙе икенсегә бора.

Кис көнө малай йоҡларға ятыр алдынан тәҙрәнең боҙо ирегән урындан урамға ҡарап алырға булып китә. Тышта ҡар бөртөктәре өйөрөлә. Уларҙың береһе сәскә йәшниге ҡырына килеп ҡуна ла ҙурая башлай. Бер заман ул һанһыҙ ҡар бөртөктәренән торған йоҡа ғына селтәр бөркәнсеккә төрөнгән һомғол ҡатынға әйләнә. Хайран ҡалырлыҡ сибәр һәм мөһабәт һынлы, күҙ сағылдырып йылҡылдаған боҙ ҡатын була ул, әммә күҙҙәре тере, йондоҙ кеүек балҡып тора. Тик ҡарашы шундай һалҡын, өшөткөс икән. Ул тәҙрәгә эйелеп ҡарай ҙа, малайға баш ҡағып, ҡул болғап саҡыра башлай. Кай бик ҡурҡып, урындыҡтан ырғып төшә, тәҙрәлә иһә дәү ҡошҡа оҡшаған шәүлә генә күренеп ҡала.

Икенсе көнөнә ныҡ ҡына һыуыта, шунан йылытып ебәрә, яҙ ҙа етә. Ҡояш нурҙарын һибә, ер йәшәрә, ҡыйыҡ аҫтына ҡарлуғастар оя ҡора, тәҙрәләр шар асып ҡуйыла. Балалар йәнә рауза ҡыуаҡтары аҫтында улаҡта осрашып уйнай башлай. Ул йәйҙә ҡыуаҡ шау сәскәгә ҡаплана. Герда рауза тураһында йыр отоп алған була. Малай менән икәүләп шуны йырлай-йырлай, сәскәләрҙе үбәләр, хуш еҫенә һоҡланып, ололар өйрәткәнсә, доғалар уҡыйҙар. Улар икәүләп төрлө ҡоштар һәм януарҙар төшөрөлгән китап уҡып ултырғанда, башнялағы сәғәт биште һуға. Шунда Кай:

- Йөрәгемде әллә нәмә сәнсте, - тип ҡысҡырып ебәрә. - Күҙемә лә нимәлер төштө!

Ҡыҙыҡай уны муйынынан ҡосаҡлап ала, тик малайҙың күҙендә бер ни ҙә күрмәй.

- Моғайын, сыҡҡандыр, - ти малай. Тик был теге сихырсы көҙгө ярсығы була шул, уның ҡот

-Кай, нишләйһең һин! - тип ҡысҡырып ебәрә Герда.

Уның ҡурҡҡанын күреп, малай тағы бер ботаҡты һындыра ла тәҙрә аша өйөнә инеп китә.

КАЙ МЕНӘН ГЕРДА

Бынан һуң ҡыҙыҡай һүрәтле ниндәй генә китап килтермәһен, Кай асып та ҡарамаған; өләсәһе һөйләгәндә әҙәпһеҙләнеп бүлдергән; ҡайһы мәл хатта күҙлеген кейеп, ул булып атлап, һөйләшеп, үсекләп күрһәткән. Шундай килештереп ҡыланғанына кешеләр иҫе китеп көлөшкән. Тиҙҙән ул күршеләрен дә ирештерә башлаған. Тегеләрҙең сәйерерәк, етешһеҙерәк яҡтарын шул тиклем оҡшатып һынландыра икән, кешеләр:

- Ҡайһылай һөнәрле был бала! - тип шаҡ ҡаталар, ти.

Ә бар сәбәп уның йөрәге менән күҙенә ингән көҙгө ярсығында булған. Шуға күрә үҙен өҙөлөп яратҡан кескәй Герданы ла үртәп йәненә тейгән.

Уйындары ла бөтөнләй баш ҡатырғысҡа әйләнгән. Ҡар яуып торғанда бер шулай ҙурайтҡыс быяла тотоп килгән дә, үҙенең күк пальтоһы салғыйына төшкән ҡар бөртөктәре өҫтөнә ҡуйып:

-Ҡара әле, Герда! - тип саҡырған. Һәр ҡар бөртөгө ҙур матур сәскә йә унар сатлы йондоҙ кеүек күренә икән. Шундай хозурлыҡ!

- Ниндәй оҫта эшләнгән, - тип дауам иткән Кай. - Ысын сәскәләрҙән мең артыҡ! Ни тиклем теүәллек! Бер генә лә кәкре-бөкрө урыны юҡ. Их, иремәһен ине улар!

Бер ни тиклем ваҡыттан малай ҙур бейәләй кейеп, арҡаһына санаһын аҫып килеп етә лә Герданың ҡолағына:

- Мине ҙур майҙанда башҡа малайҙар менән сана шыуырға саҡырҙылар! - тип ҡысҡырып йүгереп китеп бара.

Майҙанда ысынлап та шат тауыштар яңғырап тора, егеүле аттар килеп сыҡһа, малайҙар арттан санаһына тағылып, байтаҡ шыуып та баралар икән. Уйындар иң ҡыҙған мәлдә аҡ тунлы, йөнтәҫ аҡ башлыҡлы берәү ултырып алған дәү аҡ сана килеп инә. Ул майҙанды ике тапҡыр урап сыҡҡан арала Кай тиҙ генә тағы-

Ҡар йомарлаҡтары үҫә барып, аҡ тауыҡтарға әйләнә. Улар ҡапыл ялпылдап ситкә осоп киткәс, сана туҡтап ҡала. Унан ҡалҡынған кеше оҙон буйлы, күҙ ҡамашырлыҡ ҡатын - Боҙ батшабикә булып сыға. Өҫтөндәге туны ла, башлығы ла ҡарҙан икән, ти.

- Елдерҙек кенә! - ти был. - Өшөнөңмө?

Шулай ти ҙә, малайҙың маңлайын үбеп ала. Ирендәре боҙҙан да һалҡын була уның, Кайға бер мәлгә үлем еткәндәй тойола.. Әммә тиҙ үк уға рәхәт булып китә, һыуыҡты тоймаҫ була.

Батшабикә тағы бер үбеп алғас, малай бар донъяһын онота.

Боҙ ҡатын иң сибәр, иң аҡыллы, иң камил булып күренә башлай. Бар белгәндәрен уға һөйләп бирә. Батшабикә йылмайып ҡына уны тыңлай ҙа, күтәреп алып, ҡап-ҡара болотҡа осоп ҡуна.

Урмандар, күлдәр, диңгеҙҙәр һәм тауҙар өҫтөнән осҡанда бурандарға ҡушылып бүреләр олой, ҡарғалар ҡарҡылдай. Тик юғарыла табаҡтай ай балҡый. Малай оҙон төндәрҙә уға ҡарай, ә көндөҙ Батшабикә аяғы аҫтында йоҡлай.

СИХЫРСЫ ӘБЕЙ БАҠСАҺЫ

Кай юғалғас, төрлөсә уйлап, илашалар! Герда ла ҡайғынан туҡтауһыҙ йәш түгә. Ниһайәт, малай яҡындағы йылғала батып үлгәндер тигән фекергә киләләр.

- Тере түгелдер ул, ҡайтмаҫ, - тигән кескәй Герда бер саҡ иртән. - Кай бер ҙә күрмәгән ҡыҙыл ҡатамды кейеп, йылғаға төшөп һорап ҡарайым әле.

Йоҡлап ятҡан өләсәһен үбә лә яр буйына төшә:

- Һин алдыңмы минең дуҫымды? Уны кире ҡайтарһаң, һиңә ҡыҙыл ҡатамды бүләк итәм.

Шулай ти ҙә, ҡатаһын сисеп, һыуға ырғыта. Тик тулҡын уны кире ҡайтара. Ҡыҙыҡай алыҫҡараҡ ташлар өсөн ярҙағы кәмәгә менә, мәгәр уныһы бәйһеҙ булып сыға һәм ҡуҙғала ла китә. Ырғып сығып ҡалырға маташһа ла, кәмә ағымға эләгеп, тиҙлекте арттыра ғына бара. Герданың илағанын ярҙа осҡан турғайҙар ғына ишетеп, йыуатҡандай сырҡылдаша.

Кәмәлә ойоҡсан ғына ултырған ҡыҙыҡай шымып ҡала. Яр буйы һоҡланғыс матурлығы менән арбай, мал утлап йөрөй, тик кешеләр генә күренмәй. Кай янына алып китеп бармаймы икән был кәмә, тип уйлап ҡуя Герда.

Бына кәмә ҙур сейә баҡсаһы эсендә матур ҡыҙыл, күк тәҙрәле, һалам башлы йорт янына килеп сыға. Йорт алдында торған ике ағас һалдат йылға буйлап ағып барыусыларға мылтыҡ менән сәләм биреп ҡала икән. Тик ҡыҙыҡай уларға ҡысҡырып ҡараһа ла, тегеләр бер ни ҙә өндәшмәй. Тауышҡа сәскәле эшләпә кейгән ҡарттан-ҡарт әбей килеп сыға.

- Нисек былдай көслө ағымлы йылғаға эләктең? - тип һөйләнә-һөйләнә ул кәкре таяғы менән кәмәне эләктереп, ярға тартып сығара.

Ҡыҙыҡай әбейҙән шөрләңкерәһә лә, шатланып, бар хәбәрен уға һөйләп бөтөрә.

Әбей аптырап баш сайҡай-сайҡай тыңлай ҙа, Кай тураһында һорашҡас, күрмәүен әйтә. Шунан йыуатып, үҙенең баҡсаһына сейә ашарға, сәскәләрҙе тамаша ҡылырға саҡыра.

Ҡыҙыҡайҙы өйгә индереп бикләй ҙә, башын алтын тараҡ менән тарай. Герданың сәстәре алҡаланып, матур булып ҡабарып китә. Төрлө төҫтәге быялалар аша төшкән яҡтылыҡ тылсымлы нур булып тарала, ҡыҙҙы бөтөнләй арбай. Әбей уның сәсен тараған һайын Кайҙы онота бара, сөнки сихырлана.

Ҡарсыҡ уны бик ярата, янынан ебәргеһе килмәй. Баҡсаһына сыҡҡанда Герда күреп, малайҙы иҫенә төшөрмәһен өсөн рауза ҡыуаҡтарын ер аҫтына ебәреп бөтә. Хайран ҡалырлыҡ сағыу башҡа сәскәләр гөрләп үҫеп ултыра. Герда улар араһында көн дә йөрөй, һоҡлана, тик ниндәйҙер сәскә етмәгәндәй тойола уға.

Бер саҡ ул сәскәле эшләпәне ҡарап ултырғанда рауза сәскәһен күреп ҡала. Әбей эшләпәләгеһен алып ҡуйырға оноткан шул. Сәскәнең камил нескәлегенә һоҡланып, ҡыҙ баҡсаға йүгереп сыға ла, эҙләнә башлай. Тапмағас, ултырып илай. Бер тамсы күҙ йәше тупраҡҡа төшә, кинәт шул урында рауза ҡыуағы ҡалҡып сыға. Сәскәләрҙе ҡосаҡлап үбә башлағас, кинәт Кай иҫенә төшә:

- Миңә бит Кайҙы эҙләргә кәрәк. Һеҙ ер аҫтында уны күрмәнегеҙме?- тип һорай уларҙан Герда.

Тегеләр үлектәр араһында малайҙы күрмәүҙәрен әйтә. Ҡыҙ башҡа сәскәләрҙән Кай тураһында һораша, әммә улар һәр береһе төрлө әкиәт кенә һөйләй.

Ҡыҙыҡай бикле ел ҡапҡа янына йүгереп килеп, уны этә торғас, ниһайәт, асып ебәрә һәм яланаяҡ килеш юлға йүгереп сыға. Артына әйләнеп ҡарай - бер кем дә ҡыуып килмәгәнен күрә.

- Көҙ ҙә еткән икән бит, - ти ул аптырап.

Көндәр һыуына бара, япраҡтар һарғая, ҡойола. Бары тик әҙ-мәҙ ҡырағай ҡараемеш ағасында ғына әсе, ауыҙ ҡурғыс емеш осрай.

Аяҡтары арып-талған ҡыҙға донъя шундай ҡотһоҙ булып тойола!

Гүзәл СИТДИҠОВА тәржемәһе.

(Дауамы бар).

АФАРИН!

(Башы 1-се биттә).

ЕГЕТ КЕШЕНЕҢ ЕТЕ ҺӨНӘРЕ...

йәки Ильястың еңеүсе булғаны

Таланттар төйәгендә, Баймаҡ районы Буранбай ауылында йәшәгән Ильяс Ҡотоев һәр яҡлап уңған егет булып сыҡты. Райондың балалар ижад үҙәгенең Буранбай мәктәбендә эшләп килгән "Йыраусы" вокал студияһы етәксеһе Фәррәх Аралбаев әйтеүенсә, ул йырлай ҙа, "Еҙ үксә" өлгөлө балалар бейеү ансамблендә бейей ҙә, ҡурайсылар студияһында ҡурайҙа уйнарға ла өйрәнә. Спорт менән дә дуҫ, бигерәк тә өҫтәл теннисы менән ныҡлап шөғөлләнә. Тап ошо уңыштары өсөн бирелгән путевка менән йәйге каникулда Ҡырымға барып ял итеп ҡайтҡан. "Беҙҙә йырлай белмәгән кеше юҡ бит ул, Буранбай сәсәндең тыуған ауылында хәҙерге көндә уның нәҫелен дауам итеүсе ейәндәре йәшәй. Улар тәбиғи һәләттәре менән мәшһүр сәсәндән бер ҙә ҡалышмай. Ильяс та боронғо йырҙарҙы оҫта башҡара", - ти йәш йырсының тауышын үҫтереүгә ҙур өлөш һалған педагог. Ҡыҫҡаһы, етмеш үк булмаһа ла, Ильястың һөнәрҙәре хәҙер байтаҡ ҡына. Әммә үҙе был турала артыҡ һөйләп, маҡтанып тороуҙы кәрәк, тип тапмаһы, ахыры. Егет һүҙе бер була, ти халыҡ, "Ҙур үкчәс, йырсы булам", - тип өҙөп кенә әйткәс, киләсәктә халҡыбыҙҙың моңло йырҙарын данлаясаҡ тағы бер йырсыбыҙ үҫеп килеүенә беҙ ҙә шатландыҡ.

Әсәй кеше өсөн иһә улының уҡыуҙа һынатмауы, "дүртле" һәм "бишле"гә генә өлгәшеүе ҙур ҡыуаныс. Гөлдәр менән Руслан Ҡотоевтарҙың биш балаһы ла йыр-бейеүгә оҫта, уҡыуға маһир икән. Көн һайын, күмәкләп тиҙ генә өй эштәрен эшләгәндән һуң, атай менән әсәйгә концерт күрһәтеү ҙә матур йолаға әүерелгән был ғаиләлә. "Балаңы тәрбиәләйем, тип, артыҡ нимәлер эшләп ултырмайбыҙ, улар беҙгә һәр эштә ярҙам итеп үҫәләр. Өлкәндәрҙе ихтирам итегеҙ, бәләкәйҙәргә өлгө булығыҙ, тип өйрәтәбеҙ инде", - ти Гөлдәр апай. Сабыйҙары сәңгелдәктә ятканда уҡ "Тамыр" студияһы балалары йырлаған йырҙарҙы тыңлап үҫеүҙәре тураһында ла һөйләп алды. Милли моңға, ата-әсә һөйөүенә төрөнөп үҫкәнгә лә күңелдәре йырлап торалыр инде был балаларҙың.

Игорь Киняпин фотоһы.

Балаларын тапшырыуға төшерәр өсөн бер туктауһыҙ Өфө юлын тапаған, уларға йырҙар яҙҙырған, матур кейемдәр тектергән һәр ата-әсә тураһында тик маҡтау һүҙҙәре генә әйтергә булыр ине. Бәйгелә 1-се урын алған Сибай ҡыҙы Гөлсиә Мараҡанованың әсәһе Нажиә апай ҙа баланың киләсәктә кем булып китере ата-әсәнән тора, тигән фекерҙә. "Балаңың күңелен үҫтерәм тиһең, бер ниндәй ҡаршылыҡҡа ла ҡарамайһың инде. Үҙе йырларға талпынып тора, нисек итеп теләгенә ҡаршы төшәһең?" - ти ул. Башҡорт халыҡ йырын йырлап, "Ирәндек моңдары" кеүек дәрәжәле бәйгеләрҙең абруйын күтәрмәләп йөрөгән Гөлсиәнең исемен дә иштербеҙ әле киләсәктә.

- 2014 йыл Мәҙәниәт йылы булды, шуның өсөн дә үткән "Сулпылар" бәйгеһе айырыуса мөһим һәм абруйлы. Унда ҡатнашҡан һәр бала Мәҙәниәт йылына бәләкәй генә өлөшөн индереүен тойоп хеҙмәт итте. Гала-концерт - ул бәйгенең аҙаҡҡы этабы, уға тиклем бөтөн турҙарҙы үткән, уларға тырышып әҙерләнгән, яңы йырҙар өйрәнгән балаларға, уларҙың ата-әсәләренә, етәкселәренә оло рәхмәтемде белдерәм. Мәҙәниәт йылының матур үтеүендә беҙҙең дә тос өлөшөбөҙ бар, тигән кинәнес менән йөшәһендәр, - "Тамыр" балалар телеканалы директоры Гөлназ Фәрит ҡыҙы Ҡолһариянаның был һүҙҙәрендә дөрөҫлөк тә, ихласлыҡ та бар. Был донъяла бала шатлығынан да ҙурыраҡ шатлыҡ, баланы шатландырыуҙан да олораҡ сауап юҡтыр ул. "Тамыр" балалар каналының ниндәй генә проектын телгә алһаң да, уларҙың һәр береһе тап ана шул сикһеҙ шатлыҡтан ғына туҡылғанға күрә бигерәк ихлас килеп сыға, күрәһең.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Һәр һәләтле балаға ҙур сәхнәгә юл асыусы "Сулпылар"ҙың әһәмиәте тураһында күп һөйләргә булыр ине. Ҡыҫҡаһы, "Сулпылар" - йәш таланттарҙан, ә улар иһә "Сулпылар"ҙан уңды. Баланың күңелен үҫтереүгә, тимәк, милләтебеҙҙең киләсәген хәстәрләүгә һалған көстән дә ҡеүәтлерәк әйбер юҡ. Ә Ильяс кеүек йәш йырсыларыбыҙ Башҡортостандың ғына түгел, Рәсәйҙең данын күтәрерҙәй шәхес булып, милләт балҡышына әүерелер әле, иншалла!

Ләйсән НАФИҠОВА.

ЙЫЛ ЙОМҒАҒЫ

МӘҘӘНИӘТ ЙЫЛЫНЫҢ...

сағыу ваҡиғалары

МИЛЛИ КЕЙЕМГӘ ШУНДАЙ БАҺА!

"Урал батыр" тип аталған кейеҙ кейемдәр коллекцияһын тәҡдим итеүсе рәссамдар төркөмө Мәскәүҙә үткән "Этно-Эрато" милли костюмдар буйынса II Евразия юғары модаһы конкурсында еңеүсе булды һәм "Иң яҡшы кәнсығыш костюмы" номинацияһында билдәләнде.

Мәҙәниәт министрлығынан хәбәр итеүҙәренсә, был төркөм "Тамға" Республика фестивале ваҡытында формалаша. "Урал батыр" эпосы геройҙарына арналған проект иһә 2013 йылда "Берҙәмлек" XI Халыҡ-ара фестивале сиктәрендә тормошҡа ашырыла. Проекттың художество етәксеһе - БДПУ-ның өлкән уҡытыусыһы Ольга Суткевич, костюмдар буйынса консультант - БР-ҙың атҡаҙанған рәссамы, БДПУ профессоры Тәлғәт Мәсәлимов, рәссам-модельер - Александр Кирдякин. Улар эш барышында Йәнбикә менән Йәнбирҙе, Урал менән Шүлгән, Айһылыу менән Һомайҙың костюмын тегә. Коллекция өсөн кейеҙ менән бергә заманса материал - органза ла ҡулланылған. Башҡорт дизайнерҙарының коллекцияһын "Һылыуҡай - Bashkirian Beauty" студияһы моделдәре күрһәтә. Халыҡ-ара баһалама ағзаларының ҡарары менән Гөлсибәр Батраева конкурстың иң яҡшы моделе тип табыла.

Конкурста Рәсәйҙең төрлө төбәктәренән, шулай уҡ сит илдәрҙән килгән бәйгеселәр ҡатнаша. Бәйгенең идеяһы ла ҡыҙыҡлы, мода өлкәһендә бындай этник мәҙәниәтте күрһәтә торған сара донъяла бер ерҙә лә үткәрелмәй. Милли костюмдың матурлығы, уның күп быуатлыҡ тарихы рәссам-модельерҙар өсөн ҙур мөмкинлектәр аса. Заманса юғары модала этник мотивтарҙы ҡулланыу өсөн халыҡтың милли костюмының тарихын да яҡшы белергә кәрәк. Ойоштороусылар билдәләүенсә, бындай сараларҙа традицион милли костюмды күрһәтеү өсөн шарттар тыуҙырыла.

Конкурстың ойоштороусылары - Мәскәү ҡалаһының төбәк-ара хеҙмәттәшлек, милли сәйәсәт һәм дини ойошмалар менән бәйләнештәр департаменты ярҙамында Төрки телле халыҡтарҙың йолаларын һаҡлауға булышлыҡ итеүсе төбәк-ара ҡатын-ҡыҙҙар йәмғәт ойошмаһы, "Мәскәү милләттәр йорто" дәүләт учреждениеһы.

ДИАНАНЫҢ ЕҢЕҮҘӘРЕ

Башҡортостандан Диана Нурмөхәмәтова Мәскәүҙә музыка һәм театр вуздары студенттары араһында үткән "Виват, вокал! Виват, артист!" беренсе бөтә Рәсәй вокал конкурсында "Опера" номинацияһында беренсе урын яуланы.

Конкурс музыка театрының режиссура һәм артист оҫталығы кафедраһы һәм Рәсәй театр сәнғәте университетының (ГИТИС) вокал сәнғәте кафедраһы менән берлектә ойошторолған.

Асҡын районы ҡыҙы Диана Нурмөхәмәтованы республика тамашасыһы бала сағынан белә. Ул Өфөләге урта махсус музыка колледжының скрипка класын тамамланы. Колледждан һуң Диана Өфө сәнғәт училищеһында танылған педагог Наилә Йосопова класында уҡыны. Беренсе курста белем алғанда уҡ Рәсәйҙә билдәле "Гәрәбә һандуғас" конкурсында өсөнсө премияға һәм махсус призға лайыҡ булды. Артабанғы йылдарҙа "Дельфий уйындары" Бөтә Рәсәй конкурсында - алтын миҙал, Мәскәүҙә "Bella voce" бәйгеһендә - беренсе урын һәм Ҡаҙағстанда Бибигөл Түләгәнова исемендәге конкурста "Өмөт" призын яуланы. Хәҙерге көндә Диана Нурмөхәмәтова Римский-Корсаков исемендәге Санкт-Петербург дәүләт консерваторияһында билдәле педагог, профессор Тамара Новиченко класында белем ала.

Ошо көндәрҙә генә Диана тағы бер еңеү яуланы: ул Санкт-Петербургта үткән төбәк һайлап алыу турында еңеп, "Романсиада-2014" рус романстарын башҡарыусыларҙың XVIII Халыҡ-ара конкурсында ҡатнашып, финалға сыҡты. Конкурсанттар араһында Бөйөк Британия, Болгария, Молдова, Украина, АҠШ, Македониянан да вәкилдәр бар ине.

Финал һәм гала-концерт Мәскәүҙәге Союздар Йортонда үтте. Йырсы баһалама ағзаларына өс әҫәр тәҡдим итте. Жюри башҡорт йырсыһының матур тауышын һәм киләсәгенең өмөтлө булыуын билдәләне һәм уға ошо мәртәбәле конкурстың лауреаты исемен бирҙе.

АКТЕР ОҪТАЛЫҒЫ БАҺАЛАНДЫ

Мәскәүҙә баш ҡаланың "Балчуг Кемпински" отелендә Станиславский исемендәге халыҡ-ара премияһын тапшырыу тантанаһы уҙҙы.

Мәжит Ғафури исемендәге Башҡорт дәүләт драма театры артисы һәм художество етәксеһе Олег Ханов был премияға "Актер оҫталығы. Иң яҡшы ир-ат роле" номинацияһында лайыҡ булды. 11 номинацияла 12 театр сәнғәте вәкилдәре, шул иҫәптән Бөйөк Британиянан ике режиссер бүләкләнде.

Премия лауреаттарына арналған йыйылыштыҡта билдәләнеүенсә, Олег Ханов "һуңғы йылдарҙа башҡарған ролдәре өсөн" ошо юғары наградаһы алды. Премия беренсе тапҡыр төбәктәге артисҡа бирелде. Уны жюри ағзаһы, сәнғәт фәне докторы, профессор, ГИТИС оҫтаханаһы етәксеһе Алексей Бартошевич тапшырҙы.

"Станиславский исемендәге премия" 1994 йылда ошо уҡ исемдәге фонд тарафынан булдырылған. Премия актерҙарға, режиссерҙарға, педагогтарға, тикшеренеүселәргә һәм театр эшен ойоштороусыларға театр сәнғәтендә ижади ҡаҙаныштары өсөн бирелә. Һәр лауреатҡа МХАТ аҡсарлағы һәм Станиславскийҙың ҡултамғаһы төшөрөлгән почет билдәһе тапшырыла. Уҙған йылдарҙа 200-ҙән ашыу күренекле сәнғәт эшмәкәре ошо премия лауреаттары булды.

ИНТЕРНЕТТАН

ЙӨҘ ЙӘШКӘ ТИКЛЕМ...

йәшәгең килһә

■ Япония ғалимдары ҡайһы бер еҫтәрҙең кешенең сәләмәтлегенә ыңғай йоғонто яһауын, хатта ҡандың химик составын үҙгәртергә һәләтле булыуын раҫлаған. Мәҫәлән, стресс ваҡытында үҙенә оҡшаған эфир майының еҫе кәсергәнештән арындыра, тынысландыра, депрессиянан ҡотҡара. Бер төркөм ғалимдар үткәргән тикшеренеүҙәр күрһәтеүенсә, лимон, манго, ала миләүшә еҫе тап ошо сифаттарға эйә.

■ Көнсығыш Финляндия университеты ғалимдары көрпәһенән таҙартылмаған ондан бешерелгән икмәктең файҙалы яҡтарын асыҡлаған. Ул ҡандағы шәкәрҙе түбәнәйтеп, икенсе типтағы диабет үҫеше хәүефен юҡҡа сығара. Ҡара икмәк инсулинға реакцияны ла яҡшырта, ә аҡ икмәктең сәләмәт кешеләргә лә файҙаһы бөтөнләй юҡ тиерлек. Көрпәле икмәк метаболизмға яҡшы йоғонто яһай, шуға ла ул диабеттан һаҡлаусы иң яҡшы сара тип табылған. Икмәктең был төрө ябығырға теләүселәргә лә ярҙам итә. Көнөнә бер нисә киҫәк икмәк ауырлыҡты нормала тотасаҡ, организмдағы майҙарҙан да ҡотҡарасаҡ.

■ Ғалимдар раҫлауынса, һәр кем 100 йәшкә тиклем йәшәй ала. Американың Джорджия штаты университетында ғүмерҙе оҙайтыу һәсулдарын өйрәнеү буйынса ғилми эш алып барыла. Ғалимдар 2001-2009 йылдар арауығында 100 йәш һәм унан да олораҡ 240 кешене тикшереп, ғүмер оҙайлығына тәьҫир итеүсе психологик һәм социаль факторҙарҙы асыҡлаған. Геронтология институты директоры һәм тикшеренеүҙәр авторы Леонард Пун белдереүенсә, оҙаҡ йәшәргә теләүселәргә тормошто тик ыңғай яҡтан ҡабул итергә кәңәш бирә. Был оҙағыраҡ йәшәүҙең иң мөһим факторы.

■ Стресс ваҡытында ҡәһүә эсеү ҡатын-ҡыҙҙарға яҡшы тәьҫир итә. Ә бына ир-егеттәр бындай осраҡта үҙенең мейе әүҙемлеге тиҙлеген әкренәйтә генә, тип раҫлай Бөйөк Британия белгестәре. Independent News аныҡлауынса, был тикшеренеүҙәр барышында асыҡланған. Унда ҡатнашыусыларҙы ике төркөмгә бүлеп, береһе ябай, икенсеһенә кофеины булмаған ҡәһүә эсергә тәҡдим иткәндәр. Һөҙөмтәләр күрһәтеүенсә, ябай ҡәһүә эсеүсе ғүзәл заттарҙың мейе әүҙемлеге кофеинһыҙ ҡәһүә эсеүсе ханымдарҙыҡына ҡарағанда күпкә яҡшырған. Ә ир-егеттәр, киреһенсә, мәсьәләләрҙе ауырыраҡ һәм яйыраҡ сискән, мәғлүмәтте лә хәтерендә насарраҡ ҡалдырған.

■ Тормошта булған ниндәйҙер уңышһыҙлыҡты даими рәүештә иҫкә төшөрөп тороу насар эҙемтәләргә килтереүе ихтимал. Ливерпуль университеты ғалимдары раҫлауынса, был турала иҫкә төшөрөп, үҙенде "ашаһаң", психикаға зыян килә. 32,8 мең кеше араһында үткәрелгән һорау алыуҙар күрһәтеүенсә, уңышһыҙлығын онота алмаусылар депрессия һәм башҡа хәүеф тойғоларын кисергән. Ғөмүмән, бәхетле булыу өсөн тормоштағы күңелһеҙ ваҡиғаларҙы мотлаҡ онотторға кәрәк. Төрлө осорҙа алған ыңғай тәжрибә, уңыштар үҙенде бәхетле тойорға мөмкинлек биреүсе факторҙар, шуға ла улар тураһында йышыраҡ уйлап, кәйефенде күтәреп алыу дөрөҫ буласаҡ.

■ Голландия тикшеренеүселәре фекеренсә, Интернет шаяртыу һәләтенә кире йоғонто яһай. Кешеләр яйлап шаяртыу һәләтен юғалта, тип раҫлай Левена университетының социология уҡытыусыһы, профессор Йохан Верберкмоес. "Яҡшы итеп һөйләнгән көләмәс ваҡыт һәм үҙенсәлекле мөнәсәбәт талап итә, уны һөйләүсе кеше уға үҙенән дә нимәлер өҫтәп, уны яңыса балҡытып ебәрә. Зирәклек беҙҙең мәҙәниәттән юҡҡа сығып бара, кешеләр яйлап әңгәмәләшеп ултырыуҙы хәҙер кәрәк, тип тапмай", - ти ғалим.

МОСОЛМАН ӘҘӘБЕ

МӘҮЛИТ АЙЫ МӨБӘРӘК БУЛҺЫН!

Бисмилләһир-рахмәнир-рахим!

Әлхәмдулилләһ, Аллаһы Раббүл Ғәләмин хәҙрәттәре Әҙәм ғәләйһис-сәләмде яратып, уны ер йөҙөнә төшөргәндән һуң, уға бәйғәмбәрлек бирҙе һәм ошоноң менән Аллаһ илселәре силсиләһен башлап ебәрҙе. Риүәйәттәрҙә бәйән ителеүенсә, тәүге кеше һәм бәйғәмбәрҙән алып һуңғы рәсүләнә тиклем ергә 124 меңдән ашыу илсе килде. Бәйғәмбәр килмәгән, нәсихәт алып бармаған ҡәүем ҡалманы. Ҡиәмәт көнөнә ҡәҙәр бөтә донъяға, бөтә ҡәүемдәргә иң ахырғыһы итеп иһә, Раббыбыҙ Мөхәммәт салаллаһу ғәләйһи үә сәлләмде ебәрҙе. Һәр рәсүл һәм нәби "Лә иләһә илләллаһ" (Аллаһтан башҡа ғибәҙәткә лайыҡлы иләһ юҡ) кәлимәһен кешеләргә еткереү өсөн килде. Ҡайһы берҙәренә китаптар, Шәриғәт бирелде, изге дүрт китап ебәрелде. Шул китаптарҙың ахырғыһы, Ҡиәмәт көнөнә тиклем үҙгәрмәйәсәге итеп Изге Ҡөрьән Кәрим төшөрөлдө, унда һәр әҙәм балаһына тәғәйенләнгән йәшәйеш ҡағиҙәләре, иҫкәртеү яҙылған. Беҙ, мосолмандар, бөтә бәйғәмбәрҙәргә лә, бөтөн китаптарға ла иман килтерәбеҙ.

Ошо ахырғы бәйғәмбәребеҙ - Мөхәммәт салаллаһу ғәләйһи үә сәлләм донъяға килгән ай рабиғүл-әүүәл айы, тип атала. Халыҡта был айҙы Мәүлит айы ла тип йөрөтәләр. Элекке заманда ошо ай дауамында мәжлестәр үткәрер, һөйөклө Бәйғәмбәребеҙҙең хәҙистәрен, уның сүрәһен, йәғни тормошон, көнкүрешен, йәшәйешен, хеҙмәттәрен өйрәнер, уға салауаттар әйтер булғандар. Ысынлап та, Аллаһы Тәғәлә Рәсүлендә мосолмандар өсөн дә, әлеге ваҡытта Ислам динендә булмағандар өсөн дә оло үрнәк,

ШАҢДАУ

"САҘАҠА КЕМГӘ,

доға уҡығанғамы, әллә мохтаждарғамы?"

БӘЙҒӘМБӘРЕБЕҘ ТЫЙҒАН ҒӘМӘЛДӘР БЫЛАР

Гәзитебеҙҙең былтырғы 37-се һанында ошо исемдәге мәҡәләһендә Рәхимә Мусина бик мөһим теманы күтәрҙе. Был һорау үҙен мосолман итеп тойған, хаҡ диндә яҡшылап өйрәнергә теләгән башҡа тағы күп милләттәштәрҙе лә борсойҙор. Аят уҡылған ергә барып, "Касан был мулла аятын уҡып бөтөр икән?" тигәндән башҡа бер ни ҙә уйланмайынса, башҡалар ыңғайына "әпәр" итеп кенә ултырып, хәйер саҙаҡаның да кемгә һәм ни өсөн бирелергә тейешлеген белмәгән, ул ғына ла түгел, дин ғилемен өйрәнеүҙе бөтөнләйгә кәрәк тип тапмаған, дини йәһәттән наҙан яҡташтарыбыҙҙы бер аҙ ғына уйланырға мәжбүр итерлек мәҡәләһе өсөн рәхмәт был авторға.

Рәхимә һымаҡ аҡыллы, зиһенле, әммә дин өлкәһендә белеме аҙыраҡ булған кешеләргә ошо юҫыҡта бер аҙ аңлатма биреп китмәк булам. Әлбиттә, был мәҡәләм менән "Америка асырға" йыйынмайым, әммә бер хәҡиҡәтте һеҙгә еткерергә бурыслымын тип һанайым.

Ислам дине ҡағиҙәләре, шәриғәт талаптары бары тик ике сығынаҡтан ғына сыға: беренсеһе - Аллаһы Тәғәлә тарафынан кешеләргә төшөрөлгән изге Ҡөрьән, икенсеһе - Аллаһы Тәғәлә бойороғона таянып Бәйғәмбәр с.ғ.с әйтеп ҡалдырылған хәҙистәр. Ә ошо ике сығанаҡтан тыш, ниндәй генә яҡшы ниәттән булмаһын, дингә кешеләр индергән яңылыҡ - Бәйғәмбәребеҙ тарафынан ҡәтғи тыйылған ғәмәл иҫәпләнә (бидғәт, тип атала ул). Был тыйыу - фәҡәт дин йолаларына ҡағылышлы. Бәйғәмбәребеҙ вафат булыр алдынан сәхәбәләренә Ислам диненең тулыһынса индереп бөтөрөлөүе хаҡында һәм уға бер ниндәй ҙә өҫтәмәләр кеселмәү һис ярамағанлығы тураһында әйтә. Дингә һәр бер индергән яңылыҡ, бынан алдағы диндәр һымаҡ, Ислам динен дә боҙоуға килтерәсәге хаҡында ла иҫкәртә. "Нинә, яңылыҡ индереү тыйыла, тип, хәҙер беҙ элекке замандарҙағы кеүек, дөйәләргә атланып йөрөргә йәиһә һуҡа менән ер һөрөргә, ураҡ менән урырға тейеш булабыҙмы?" тиҙәр ошондай осраҡтарҙа ҡайһы берәүҙәр әллә ни уйлап тормаҫтан. Улай түгел, ҡәҙерле дуҫтар. Бәйғәмбәр с.ғ.с. көнкүрештәге бидғәттәрҙе, йәғни фәндәге, тормоштағы яңылыҡтарҙы тыймаған, киреһенсә, уларҙы тик сәләмләгән генә (мәҫәлән, самолет, поезд, автомобиль, телевизор, компьютер һ.б. яңылыҡтар тыйылмай).

Моғайын, иғтибар иткәнегеҙ барҙыр: һуңғы осорҙа ҡайһы берәүҙәр хатта әрүәхтең илле бер көнөн дә табын йыйып билдәләй башланы. Кем уйлап сығарған уны? Христиандарҙың бер йолаһын хәтерләтмәйме был? Ошондай төптән дөрөҫ булмаған, Ҡөрьән һәм Бәйғәмбәр ҡушмаған йолалар ҡасандыр, ниндәйҙер рәүештә башҡа диндәрҙән үтеп ингәнен халҡыбыҙ вәкилдәренең белмәүе үкенесле. Эйе, Бәйғәмбәребеҙ с.ғ.с. үҙенең хәҙистәрендә мәрхүмдәрҙең тереклектәге гонаһтарын ғәфү итеүен һорап, әхирәттә уларҙы ҡәбер һәм йәһәннәм ғазаптарынан ҡотолдороуын үтенеп, һәр саҡ Аллаһы Тәғәләгә доға ҡылырға, улар исеменән ярлыларға саҙаҡалар биреп торорға ҡушҡан. Әммә, иғтибар итегеҙ: доға ҡылыу йә иһә саҙаҡалар биреү өсөн махсус йыйылышып ултырығыҙ, тигән бер хәҙис тә юҡ. Шулай уҡ доға ҡылыу һәм саҙаҡалар биреү өсөн бер ниндәй ваҡыт арауығы ла билдәләнмәгән. Изге Ҡөрьәндә лә был хаҡта бер ни ҙә әйтелмәй. Мәрхүмдең өсөнә, етеһенә, ҡырҡына, йыллығына доға уҡытыу - барыһы ла Бәйғәмбәр вафатынан һуң оҙаҡ йылдар үткәс, кешеләр тарафынан уйлап сығарылған йола. Был күптәр өсөн үҙ ғүмерендә тәүгә ишеткән мәғлүмәт булырына ла шикләнмәйем (ҡасандыр, диндә яҡшылап өйрәнә башламаҫтан алдараҡ, мин үҙем дә шундай ышаныста инем), әммә был - ысын хәҡиҡәт! Мәрхүмдең фани донъяны ташлап киткәндән һуңғы иҫәпле көндәрен билдәләү, ысынлап та, ислам динендә мотлаҡ ғәмәл икән, тигән уй беҙҙең аңыбыҙға һеңгән (Бәйғәмбәр тарафынан үтәргә ҡушылған иң-иң мотлаҡ булған намаҙ хаҡында бөтөнләйгә онотһаҡ та!) Ошо бидғәт яҡлылар үҙҙәрен ниндәй генә уҡымышлы итеп күрһәтмәһен, әммә изге Ҡөрьән Кәримдән һәм Бәйғәмбәр хәҙистәренән үҙҙәрен яҡларлыҡ, раҫларлыҡ бер дәлил дә табып күрһәтә алмаясаҡ. Сөнки былар Ҡөрьәндә лә, хәҙистәрҙә лә юҡ! Был хаҡта махсус уҡыу йортонда, мәҙрәсәләрҙә белем алған имамдар бик яҡшы белә. Ләкин имамдарыбыҙ, ниндәйҙер сәбәп менән, был хаҡта халыҡҡа өндәшмәй. Әллә халыҡ уларҙы дөрөҫ аңламаҫ, тип шикләнәләр, әллә был - халҡыбыҙҙың изге йолаһы, тип уны боҙорға базнат итмәйҙәр. Тик боронған килгән ниндәй генә йола булыуына ҡарамаҫтан, ул хаҡ диндә үҙгәртергә тейеш түгел!

Ҡорбан, ураҙа байрамдары кеүек оло байрамдарҙа, йә иһә бер ниндәй байрамһыҙ мәжлес ҡороп ултырыуҙы, бер-берең ҡунаҡҡа йөрөүҙе, шундай мәжлестәрҙә Ҡөрьән аяттары уҡыуҙы Бәйғәмбәр с.ғ.с. хуплаған. Әммә, тағы бер мәртәбә иғтибар итегеҙ, мәжлестәрҙе кеше үлгән дата менән бәйләргә ҡушмаған. Беҙҙең баҡыйлыҡҡа киткән әрүәхтәр, ысынлап та, тереләрҙең доғаларына мохтаж. Теге донъяға күскән яҡыныңдың рухына

нәсихәт бар. Шуға ла дин ҡәрҙәштәребеҙ генә түгел, мосолман булмағандар ҙа был шәхесте ныҡлап өйрәнә.

Мөхәммәт бәйғәмбәр ниндәй генә оло рухи дәрәжәләргә етһә лә, ғүмере ваҡытында уҡ бөйөк империяларҙың бөйөк хакимы була алһа ла, баҫалҡылыҡ, тәҡүәлек өлгөһө булды. Тәкәбберләнмәйенсә, үҙенең өлгөһө аша кеше иң тәү сиратта Аллаһы Тәғәләнең ҡоло булыуын күрһәтте. Бер хәҙистә Бәйғәмбәребеҙҙең: "Ултырған ваҡытта ла ҡолдар нисек ултыра, шундай түбәнселек менән ултырамын, ашаған ваҡытта ла ҡолдар нимә ашай, шуның менән генә ризыҡланамын",- тигән һүҙҙәре килтерелә. Ысынлап та, бар донъяны ҡулына тота алырҙай ваҡытта ла ул баҫалҡылығы, ихласлығы, ябайлығы, сәхәбәләренә, ғаиләһенә мөғәмәләһе, башҡа дин вәкилдәре менән мөнәсәбәттәре аша кешеләрҙең күңелен ирәтте.

Аллаһы Тәғәлә беҙҙә һөйөклө Бәйғәмбәребеҙҙең өммәтенән итеүенә ҡыуанырға, Уға рәхмәтле булырға тейешбеҙ. Раббыбыҙҙың ҡеүәте менән Ислам дине беҙгә 1000 йылдан ашыу ваҡыт элек килеп етте (рәсми рәүештә), ошо ваҡыт эсендә бөтмәҫтөкәнмәҫ бөйөк ниғмәт, илһөйәрлек, эшһөйәрлек, ерҙе, илде һаҡлау, хәләл ризыҡланыу, тәрбиә, ихтирам кеүек яҡшы сифаттар бирҙе. Ошо айҙа Аллаһы Тәғәләнең ҡоло булыуыбыҙҙы, мосолман икәнлегебеҙҙе иҫкә төшөрөп, йәнә мосолманлығыбыҙҙы, динебеҙгә булған мөхәббәтебеҙҙе, балаларға тәрбиәбеҙҙе, ололарға ихтирамды арттырайыҡ. Татыулыҡта, тыныслыҡта, ғүмер ҡиммәтен белеп, хәйерле тормошта йәшәргә яҙһын, тип доғалар ҡылайыҡ. Мәүлит айы менән тәбрикләйем!

Әссәләмү ғәләйкүм үә рәхмәтуллаһи үә бәрәкәтүһ!

Башҡортостан Республикаһы мосолмандары Диниә назараты рәйесе мөфтөй Нурмөхәмәт хәҙрәт НИҒМӘТУЛЛИН.

ӘЙТКӘНДӘЙ...

ИСЕМЛЕК БАШЫНДА - МӨХӘММӘТ БӘЙҒӘМБӘР

Америка ғалимы Майкл Харт "Тарихтағы 100 кеше" тигән китап сығара. Тарихтағы иң танылған йөҙ кешене асыҡлау үҙе үк әһәмиәтле һәм иғтибарға лайыҡ ваҡиға. Донъя матбуғатында иң шау-шыу тыуҙырған хәл була был исемлек башында торған иң бөйөк кешенең исемен атау.

Шулай итеп, кем була ул кеше? Ул нисек асыҡлана? Майкл Харттың тикшеренеү алымы шуға ҡайтып ҡала: кешенең һәләтлектәре, алдына ҡуйылған маҡсаттары, башҡарған эштәре, кешелек тарихына инеп ҡалған ҡаҙаныштары тураһындағы мәғлүмәттәр компьютерға һалына. Компьютер математик анализ ярҙамында тарихта һиҙелерлек эҙ ҡалдырған 100 кешенең исемлеген төҙөй.

Әлбиттә, ғалим бер нисә айҙар буйы алһыҙ-ялһыҙ эшләй. Һәм бына һуңғы аҙым: Харт тулҡынланып компьютер төймәһенә баҫа һәм экранда яҙыу күренә: "Мөхәммәт бәйғәмбәр".

Был һығымта Харттың коллегаларына оҡшамай. Улар тәжрибәне ҡабатларға ныҡыша. Компьютерҙың яуабы менән үҙе лә әллә ни ҡәнәғәт булмаған Харт был тәжрибәне тағы әллә нисәмә тапҡыр ҡабатлай. Шулай булыуға ҡарамаҫтан, машина бер үк яҙыуҙы сығара: "Мөхәммәт бәйғәмбәр!"

("Хоҙай мөғжизәләре" китабынан).

әхирәттә ысындан да яҡшы булыуын теләйһең икән, үҙеңә уңайлы ваҡытты һайлап, тәһәрәтләнеп ал да, ҡибла тарафына ҡарап ултырып доға ҡыл. Уның мәрхүм булыуына нисә көн үтеүенә ҡарамай (көн һайын булһа ла!), Аллаһы Тәғәләгә ялбар. Нисегерәк доға ҡылырға бик тә бик белмәйһең икән, һәр ауылда имам бар. Уларҙан өйрән. Доға ҡылыу тәртибен улар бик яҡшы белә. Доға ҡылыу (Аллаһ Тәғәләгә ялбарыу) тик ғәрәпсә генә булырға тейеш икән, тип уйлау дөрөҫ түгел, ә ниндәй телдә ҡылһаң да була. Аллаһы Тәғәлә барлыҡ телдәрҙе лә белә! Мәрхүм исеменән мосолман кешеһенә саҙаҡа бир (кемде фәҡир, тип һанайһың, шул кешегә). Бына шул ваҡытта ифрат та дөрөҫ булыр. Дөрөҫ ғәмәл ҡылғаның өсөн Аллаһ әжерен дә бирер.

Тағы бер кәңәш (бәлки, былыһы - иң мөһимелер): әхирәткә туғандарым ғына китеп, үҙем был донъяла мәңгелеккә ҡалдым, тип уйлама. Әхирәткә һәммәбеҙ ҙә барасаҡбыҙ. Тере сағында үҙеңде үҙең хәстәрләй башла. Мәңгелек йортҡа тик мосолман булып барыу өсөн бөтә мөмкинлегеңде һәм издиһатыңды һалыу кәрәк. Барса мөслим һәм мөслимәләрҙең ниәте, һуңғы һәүбәттә, Аллаһ ҡаршыһына ысын мосолман булып барыу. Сөнки, кафыр булып ахирәткә ингән кеше мәңгелек утта янырға дусар ителә, Аллаһ һаҡлаһын! Әхирәткә мосолман булып инеү өсөн һис бер ғибәҙәт ҡылмай, дин ғилемен өйрәнмәй, тик аят мәжлесенә генә барып, теүәтәй кейеп, йәиһә яулыҡ ябынып, "әпәр" итеп ултырыу етә, тигән төптән дөрөҫ булмаған уйынды бөтөнләйгә күңелеңдән алып ташла! Мәсеткә барып, Ислам дине хаҡында китап һатып ал һәм, һис кисекмәҫтән, дин фәнен өйрәнә башла. Үҙеңде ахирәткә әҙерлә, намаҙға баҫ. Аллаһ тарафынан мотлаҡ ҡушылған ғәмәлдә - намаҙҙы үтәмәйенсә ахирәткә китеүҙән ҡурҡ! Аллаһ алдында үҙең өсөн тик үҙең генә яуап бирәсәкһең...

Баязит САБИТОВ.
Хәйбулла районы.

НАҘАНЛЫҠТАН КИЛӘМЕ БЫЛ?

Яҡташтарым Зәлифә Шакирова менән Рәхимә Мусинаның аяттарҙа саҙаҡа таратыу тәртиптәренә ризаһыҙлыҡ белдереп яҙған мәҡәләләрен уҡығандан һуң, мин дә ошоға ҡарата үҙ фекерҙәремде яҙып үтергә булдым.

Мин үҙем илле йәшемә тиклем динһеҙ йәшәнем, Аллаһы ла, мулланы ла бар тип белмәй йөрөгәндәрҙең береһе инем. Һаулыҡ бар, эш бар, ашайбыҙ, эсәбеҙ, күңел асабыҙ - ғүмер мәңгелек кеүек. Ләкин улай түгел икән: көтмәгәндә эш өҫтөндә мейегә ҡан һауҙы. Дауаханала ике ай хәрәкәтһеҙ ятып иҫкә килгәндән һуң уйлана башланым. Ярты быуат ғүмеремдә нимәгә өлгәштем һуң? Дүрт балам бар, уларға йорт төҙөмәгәнмен, ағас ултыртмағанмын, үҙем дә емерек өйҙә йәшәйем. Ошо ятыуымда ҡалған ғүмеремде бушҡа сарыф итмәй, тейешле ғәмәлдәрҙең барыһын да үтәргә ҡарар иттем һәм ихлас күңел менән Аллаһы Тәғәләнән ниәтемде тормошҡа ашырырға ярҙам итеүен һорай башланым. "Агиҙел" журналында баҫылған доғаларҙың ятлай алғандарын ятлап алдым, эстән генә уҡып йөрөйөм. Ныҡыша торғас, намаҙға ла баҫтым, мәсет төҙөүҙә ҡатнаштым, йорт һала башланым. Шулай дин юлына баҫтым, тип әйтә алам. Шулай ҙа күңелемдә сетерекле һорауҙар тыуҙырған мәлдәр күп әле.

Бына мәсеттәр төҙәлә, имамдар күбәйә, бер-бер артлы дини саралар үтә. Тик шуның менән бергә халыҡ араһында әҙәпһеҙлек, эскелек, суицид, никахһыҙ тыуған балалар һаны арта бара. Мәсеттәр һәм имамдар тик мәйеттәр өсөн кәрәк кеүек. Мәсеттәр юҡ заманда ла кеше үлеп торҙо, йыназа йолалары башҡарылды, дин юҡ, тип, бер кем дә ер өҫтөндә ятып ҡалманы. Саҙаҡаны ипле генә итеп, таҫтамалға йә яулыҡҡа төрөп (күләмен берәү ҙә күрмәй), мәйет сыҡҡан йорттоң хужаларына бирә торғайнылар.

Мәйет сыҡҡан өйҙә өс көн дауамында аш-һыу мәжлесе үткәрелергә тейеш түгел - был турала мин дини яҙмаларҙа уҡығаным бар. Ләкин зыяраттан ҡайтҡас, үлекте йыуып-тәрбиәләгән бүлмәлә аш-һыу мәжлесе ҡороу модаға әйләнде. Йәнәһе, туғандар йыйылғанда мәрхүмдең өс көнөн, етеһен уҡытып ҡалабыҙ. Шулай килешәме инде, ағай-эне? Уны табынһыҙ ғына ла уҡытып сығырға була ла инде.

Ҡайһы саҡ туғандары ла, дуҫтары ла булмаған кешеләргә ерләшергә тура килә. Тере сағында ҡәҙере булмаған әҙәмдең зат-нәҫеле лә табыла, муллалар ҙа күмәкләп йыйыла. Аятын уҡытабыҙ, тип, этешеп-төртөшөп хәйер тарата башлайҙар, "быға бирҙенме, тегегә бирмәнең" тип иҫкәрмәләр биреп ултырыусылар ҙа табыла. Шундай осраҡтарҙа муллаларҙың: "Гүр хәйерен кемегеҙ бирә?" - тип һорап ултырыуы бик яман күренеш. Гүр саҙаҡаһы нимә өсөн бирелергә тейеш һуң? Әллә күпме яҙмалар уҡыһам да ошо һорауға яуап таба алманым. Шулай уҡ ҡайһы бер имамдарҙың, Ҡөрьән сығыу шул хаҡ, фитыр, зәкәт шунса һум, тип, дини ғәмәлдәргә такса билдәләп, хатта урамға шул турала белдереүҙәр йәбештереп ҡуйыуы халыҡты дингә өндәмәй, киреһенсә, унан этәрә тип уйлайым.

"Рәхәт муллаларға, уларға ҡағыҙ аҡса бирәләр", тигәйне бер аят мәлендә биш йәшлек ейәнсәрем. Бала ауыҙы менән дөрөҫлөк үҙе һөйләй, тиҙәр. Мулла ҡыуаналырмы ҡағыҙ аҡса алғанына, ә бына бала алһа, шатланыр ине һәм саҙаҡа биреүсегә һауабы ла күберәк булыр ине, моғайын. Хәйер, саҙаҡаны кемдең таратыуы дөрөҫ була, ул нимә өсөн һәм күләме күпме булырға тейеш - берәү ҙә яҡшылап аңлатмай.

Үрҙә телгә алған яҡташтарым был мәсьәләне бик урынлы күтәрҙе, тип һанайым, халыҡ араһында ла уларҙы хуплап, фекер әйтеүселәр йыш осрай. Ҡаршы сыҡҡандар ҙа юҡ түгел. Миненсә, был мөһим мәсьәлә тирәнендә гәзит аша бәхәс ҡорорға кәрәк.

Рәшит ЗАМАЛЕТДИНОВ.
Әбйәлил районы Атауҙы ауылы.

УҢЫШ ҠАҘАН

НИ ӨСӨН ҺЕҘ АУЫРЫУ ҺӘМ ЯРЛЫ?

Тәмле һәм сәләмәт булмаған ризыҡ: тәндәрегеҙгә баш булыу өсөн көрәш

Һеҙҙе сирле, һимеҙ һәм һүлпән итеү өсөн аҫтыртын эшмәкәрлек

Беҙ аҡ икмәк, крекер, чипсы һәм макарондар ашайбыҙ икән, улар тура эсәктәге "насар" бактерияларҙы туҡландыра. Әсеткә ҡушылған аҙыҡ-түлек тә шундай уҡ эш башҡара; шәкәр күп булған ризыҡтар ҙа "насар" бактерияларҙың үрсеүенә ярҙам итә. Хатта кетчуп, консерваланған йәшел борсаҡ, спагетти өсөн соус, салаттар өсөн тәмләткестә һәм башҡа миллионлаған аҙыҡ-түлектең составында шәкәр барлығын беләһегеҙме?

Нисек кенә булмаһын, таҙартылған шәкәр, әсетке, таҙартылған он "насар" бактериялар өсөн ашлама ролен башҡара һәм тағы ла шундай аҙыҡтарҙы ашауығыҙҙы талап итә.

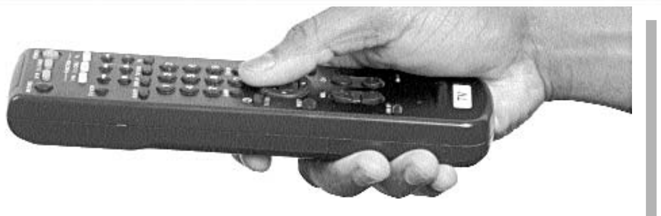
"Насар" бактерияларҙың күләме саманан артып китһә, перистальтика боҙола, йәғни аҙыҡ организмдан сығарылыу өсөн эсәктәрҙән насар үтә. Шулай итеп, һуңғы ашаған ризығығыҙ алда тупланған аҙыҡтарҙың серегән һәм тарҡалған ҡалдыҡтары аша үтергә мәжбүр. Ә был ваҡытта барлыҡҡа килгән токсиндар ҡанға эләгә; бөгөн аутоинтоксикацияның хроник арығанлыҡ, апатия, гиперәүҙемлек һәм хәтер тарҡаулығы кеүек заманса сирҙәрҙең сәбәбе булып тороуы билдәле. Өҫтәүенә йыуан эсәгегеҙ аҙыҡтан кәрәкле матдәләр алыу һәләтен кәмета, сөнки уның стеналарына юшҡын ултыра. Даими рәүештә ашаһағыҙ ҙа, һәр саҡ туҡлыҡлы матдәләргә ҡытлыҡ кисерәһегеҙ.

Икенсе насар күренеш - тере аҙыҡтан үлә аҙыҡ ҡулланыуға күсеү. Күпселек көн һайын ашаған 90 процент ризыҡ яһалма етештерелгән, йәғни үле. Ысын ризыҡ - йәшелсә-емеш, сәтләүектәр. Ит ашаусылар вегетариандар менән бәхәскә инергә мөмкин, әммә чипсыларға, сыр йәки һуған менән, тип яҙылһа ла, улар ысын аҙыҡ түгел. Яһалма эшләнгән ризыҡтарҙы ҡулланып, беҙ туябыҙ, әммә туҡланмайбыҙ. Тәнебеҙ даими рәүештә беҙгә "Минә туҡлыҡлы матдәләр күберәк кәрәк", тигән сигналдар ебәрә. Беҙ уларҙы ҡабат яһалма ризыҡ менән һыйлайбыҙ, әммә ихтыяжын ҡәнәғәтләндерә алмайбыҙ, бары тик уларҙы артыҡ күп ҡулланыуҙан һимерәбеҙ генә.

Былар барыһы ла Америкала башлана, тап ошо ил "тиҙ туҡланыу"ҙы сәнғәткә әүерелдерә. Әммә тиҙҙән ул бөтөн донъяға тарала. Бөгөн артыҡ ауырлыҡ менән интеккән бәләкәй балаларҙы йыш осратырға мөмкин.

Әгәр һеҙ яһалма ризыҡтарҙан баш тартһағыҙ, йәшелсә-емеш, сәтләүектәрҙе генә ҡуллана башлаһағыҙ, һау-сәләмәт булырһығыҙ. Көнөнә 5 тапҡыр йәшелсә-емеш ашарға кәрәк. Был һеҙҙең организмығыҙҙы үҫемлек күҙәнәктәре менән туҡландырыр һәм аш эшкәртеү трактына ял итеү, организмдан күберәк токсиндарҙы ҡыуалап сығарыу мөмкинлеге бирер. Көнөнә өс тапҡыр ашауҙы биш тапҡыр туҡланыуға көйләгеҙ, һәр иртәне күнекмәләрҙән башлағыҙ. Рационығыҙҙы витаминдар, минералдар, ферменттар, күҙәнәкле туҡыма һәм антиоксиданттар менән байытығыҙ.

Рэнди ГЕЙДЖ.



12 ЯНВАРЯ
ПОНЕДЕЛЬНИК
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
05.00 "Доброе утро".
09.00 Новости.
09.10 "Контрольная закупка".
09.45 "Жить здорово!" (12+).
10.55 "Модный приговор".
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 "Палач". Сериал (16+).
14.20, 15.15 "Сегодня вечером" с Андреем Малаховым (12+).
15.00 Новости (с субтитрами).
16.00, 03.05 "Мужское/Женское" (16+).
17.00, 02.50 "Наедине со всеми" (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 "Давай поженимся!" (16+).
19.50 "Пусть говорят" (16+).
21.00 "Время".
21.30 "Палач". 3-я и 4-я серии (16+).
23.35 Ночные новости.
23.50 "Англия в общем и в частности" (18+).
00.50 "Любовь с препятствиями". Худ. фильм (16+).
03.00 Новости.
03.50 "В наше время" (12+).
04.35 "Контрольная закупка".

РОССИЯ 1
05.00, 06.10, 06.41, 07.10, 07.41, 08.10, 08.41 "Утро России".
06.07, 06.35, 07.05, 07.35, 08.05, 08.35 "Вести-Башкортостан".
09.00, 02.40 "Загадки цивилизации. Русская версия". Фильм 1 "Гиперборея. Потерянный рай".
09.55 "О самом главном".
11.00 "Вести".
11.35 "Вести-Башкортостан".
11.55 "Тайны следствия". Сериал (16+).
12.55 "Особый случай" (12+).
14.00 "Вести".
14.30 "Вести-Башкортостан".
14.50 "Вести. Дежурная часть".
15.00 "Сердце звезды". Сериал (12+).
16.00 "Последний янычар". Сериал (12+).
17.00 "Вести".
17.10 "Вести-Башкортостан".
17.30 "Бедные родственники". Мелодраматический сериал. 1-я серия (12+).
18.30 "Прямой эфир" (12+).
19.35 "Вести-Башкортостан".
20.00 "Вести".
20.35 "Спокойной ночи, малыши!"
20.45 "Верю не верю". Мелодраматический сериал (12+).
23.30 "Дежурный по стране". Михаил Жванецкий.
00.30 "Цыган". Сериал.
03.40 "Комната смеха".

БСТ
07.00 "Сәләм!" (12+).
10.00 Мультфильмы.
10.30, 15.30 "Гора новостей".
10.45 "Городок АЮЯ".
11.00, 16.15, 06.45 "Замандаш" (6+).
11.15, 06.15 "Орнамент".
11.30, 21.30 Новости.
11.45 Диспут-клуб "Пятый угол" (12+).
12.30, 22.30 Новости (12+).
12.45, 06.30 "Весело живем" (12+).
13.00 "Бәхетнамә".
13.30, 14.30, 18.30 Новости.
13.45 "Учу башкирский язык".
14.45 "Живое село" (12+).
15.15 "Царь горы".
15.45 "Бауырһаҡ".
16.00 "Борсаҡ".
16.30 Новости (на русск. яз.).
16.45 "КЛИО".
17.30 Новости культуры.
17.45 "Бедная Настя". Сериал (12+).
18.45 Хоккей. КХЛ. "Салават Юлаев" (Уфа) - "Ак Барс" (Казань). Прямая трансляция.
22.00 "Следопыт" (12+).
23.00 "Время спорта. Итоги года" (6+).
24.00 "Дознание" с Ильдаром Исангуловым (16+).
00.30 "Проживая зиму". Худ. фильм. По окончании - Новости (12+).
02.30 Спектакль (12+).
04.00 "Городской романс". Худ. фильм (12+).
05.45 "Мелодии души" (12+).

НТВ
06.00 "НТВ утром".
08.30 "Дело врачей" (16+).
09.25, 10.30 "Возвращение Мухтара-2". Детективный сериал (16+).
10.00 "Сегодня".
11.55 "Суд присяжных" (16+).
13.00 "Сегодня".
13.25 "Суд присяжных. Окончательный вердикт" (16+).
14.30 "Обзор. Чрезвычайное происшествие" (16+).
15.00 "Прокурорская проверка" (16+).
16.00 "Сегодня.
16.20 "Улицы разбитых фонарей-13". "Дуэль", "Старая схема". Остросюжетный сериал (16+).
18.00 "Говорим и показываем" (16+).
19.00 "Сегодня".
19.45 "Паутина-8". "Мертвая земля". Остросюжетный сериал (16+).
23.40 "Хочу к Меладзе" (16+).
01.35 "Точка невозврата" (16+).
02.35 "Россия. Полное затмение" (16+).
03.35 "Шериф". Сериал (16+).
05.10 "Супруги-2". Сериал (16+).

13 ЯНВАРЯ
ВТОРНИК
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
05.00 "Доброе утро".
09.00 Новости.
09.10 "Контрольная закупка".
09.45 "Жить здорово!" (12+).
10.55 "Модный приговор".
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 "Палач". Сериал (16+).
14.20, 15.15 "Сегодня вечером" с Андреем Малаховым (16+).
15.00 Новости (с субтитрами).
16.00, 03.30 "Мужское/Женское".
17.00, 02.40, 03.05 "Наедине со всеми" (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 "Давай поженимся!" (16+).
19.50 "Пусть говорят" (16+).
21.00 "Время".
21.30 "Палач". 5-я и 6-я серии (16+).
23.30 Ночные новости.
23.45 "Старый Новый год на "Первом" (16+).
03.00 Новости.
04.25 "Контрольная закупка".

РОССИЯ 1
05.00, 06.10, 06.41, 07.10, 07.41, 08.10, 08.41 "Утро России".
06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 "Вести-Башкортостан".
09.00 "Ауаз".
09.55 "О самом главном".
11.00 "Вести".
11.35 "Вести-Башкортостан".
11.55 "Тайны следствия". Сериал (12+).
12.55 "Особый случай" (12+).
14.00 "Вести".
14.30 "Вести-Башкортостан".
14.50 "Вести. Дежурная часть".
15.00 "Сердце звезды". Сериал (12+).
16.00 "Последний янычар". Сериал (12+).
17.00 "Вести".
17.10 "Вести-Башкортостан".
17.30 "Бедные родственники". 2-я серия (16+).
18.30 "Прямой эфир" (12+).
19.35 "Вести-Башкортостан".
20.00 "Вести".
20.35 "Спокойной ночи, малыши!"
20.45 "Верю не верю". Сериал (12+).
23.30 "неГОЛУБОЙ ОГОНЕК-2015".
01.55 "Цыган". Сериал.
04.05 "Загадки цивилизации. Русская версия".

БСТ
07.00 "Сәләм!" (12+).
10.00 Мультфильмы.
10.30, 15.30 "Гора новостей".
10.45 "Зеркальце".
11.00, 16.15, 06.45 "Замандаш" (6+).
11.15, 06.15 "Орнамент".
11.30, 16.30, 21.30 Новости (на русск. яз.).
11.45, 17.45 "Бедная Настя". Сериал (12+).
12.30, 22.30 Новости (12+).
12.45, 06.30 "Весело живем" (12+).
13.00 "Бәхетнамә". Новогодний выпуск.
13.30, 14.30, 18.30 Новости.
13.45, 05.30 "Мелодии души" (12+).
14.15 "Учим башкирский язык" (12+).
14.45 "Башҡорттар".
15.15 "Семәр".
15.45 "Йырлы кәрәҙ".
16.00 "Ғәләмәт донья".
16.45 "Дорога к храму".
17.15 "Криминальный спектр" (16+).
17.30 Новости культуры.
18.45, 20.00 "Телецентр" (12+).
19.45 "Сәңгелдәк".
21.00 "Автограф" (12+).
22.00 "Уфимское "Времечко" (12+).
23.00 "Новогоднее конфетти". По окончании - Новости (12+).
00.30 "Дарман" (12+).
02.00 Спектакль.
03.45 "Солнечная мелодия" (12+).

НТВ
06.00 "НТВ утром".
08.30 "Дело врачей" (16+).
08.25 "Прокурорская проверка" (16+).
09.25, 10.30 "Возвращение Мухтара-2". Сериал (16+).
10.00 "Сегодня".
11.55 "Суд присяжных" (16+).
13.00 "Сегодня".
13.25 "Суд присяжных. Окончательный вердикт" (16+).
14.30 "Обзор. Чрезвычайное происшествие".
15.00 "Прокурорская проверка" (16+).
15.20, 16.30 "Лесник" (16+).
16.00, 19.00 "Сегодня".
16.20 "Улицы разбитых фонарей-13". Сериал (16+).
18.00 "Говорим и показываем" (16+).
19.45 "Паутина-8". "Третий заяц". Остросюжетный сериал (16+).
23.40 "Хочу к Меладзе" (16+).
01.40 "Главная дорога" (16+).
02.15 "Дикий мир".
02.50 "Россия. Полное затмение" (16+).
03.35 "Шериф". Сериал (16+).
05.10 "Супруги-2". Сериал (16+).

14 ЯНВАРЯ
СРЕДА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
05.00 "Доброе утро".
09.00 Новости.
09.10 "Контрольная закупка".
09.45 "Жить здорово!" (12+).
10.55 "Модный приговор".
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 "Палач". Сериал (12+).
14.20, 15.15 "Сегодня вечером" с Андреем Малаховым (16+).
15.00 Новости (с субтитрами).
16.00, 03.30 "Мужское/Женское" (16+).
17.00, 02.35,03.05 "Наедине со всеми" (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 "Давай поженимся!" (16+).
19.50 "Пусть говорят" (16+).
21.00 "Время".
21.30 "Палач". 7-я и 8-я серии (16+).
23.30 Ночные новости.
23.45 "Англия в общем и в частности" (18+).
00.45 "Мастер побега". Худ. фильм (16+).
03.00 Новости.
04.15 "Контрольная закупка".

РОССИЯ 1
05.00, 06.10, 06.41, 07.10, 07.41, 08.10, 08.41 "Утро России".
06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 "Вести-Башкортостан".
09.00, 04.00 "Загадки цивилизации. Русская версия". Фильм 3 "Охотники за каменным лосем".
09.55 "О самом главном".
11.00 "Вести".
11.35 "Вести-Башкортостан".
11.55 "Тайны следствия". Сериал (12+).
12.55 "Особый случай" (12+).
14.00 "Вести".
14.30 "Вести-Башкортостан".
14.50 "Вести. Дежурная часть".
15.00 "Сердце звезды". Сериал (12+).
16.00 "Последний янычар". Сериал (12+).
17.00 "Вести".
17.10 "Вести-Башкортостан".
17.30 "Бедные родственники". 3-я серия (16+).
18.30 "Прямой эфир" (12+).
19.35 "Вести-Башкортостан".
20.00 "Вести".
20.35 "Спокойной ночи, малыши!"
20.45 "Верю не верю". Сериал (16+).
23.30 "Большая игра" (12+).
01.55 "Цыган". Сериал.

БСТ
07.05 "Сәләм!" (12+).
10.00 Мультфильмы.
10.30, 15.30 "Гора новостей".
10.45 "Книга сказок".
11.00, 16.15, 06.45 "Замандаш" (6+).
11.15, 06.15 "Орнамент".
11.30, 21.30 Новости.
11.45, 17.45 "Бедная Настя". Сериал (12+).
12.30, 22.30 Новости (12+).
12.45, 06.30 "Весело живем" (12+).
13.00 "Бәхетнамә. Тренинги".
13.30, 14.30, 18.30 Новости.
13.45, 05.45 "Мелодии души" (12+).
14.15 "Учим башкирский язык".
14.45 "Тәмле" (12+).
15.15 "Физра. Спортблог спецкора" (6+).
15.45 "Шатлыҡ йыры".
16.00 "Борсаҡ".
16.30 Новости (на русск. яз.) (6+).
16.45 "Здоровое решение" (12+).
17.15 Позывной "Барс" (12+).
17.30 Новости культуры.
18.45 Хоккей. КХЛ. Прямая трансляция.
22.00 "Историческая среда" (12+).
23.00 "Автограф" (12+).
23.30 "Связь". Худ. фильм. По окончании: Новости (на башк. яз.) (12+).
01.30 "Андрей Панин. Недоигранная жизнь" (12+).
02.30 Р.Киньзябаев "Одолжи мне жеребца" (12+).
04.15 "Ребро Адама". Худ. фильм (16+).

НТВ
06.00 "НТВ утром".
08.30 "Дело врачей" (16+).
09.25, 10.30 "Возвращение Мухтара-2". Сериал (16+).
10.00 "Сегодня".
11.55 "Суд присяжных" (16+).
13.00 "Сегодня".
13.30 "Суд присяжных. Окончательный вердикт" (16+).
14.30 "Обзор. Чрезвычайное происшествие" (16+).
15.00 "Прокурорская проверка" (16+).
16.00, 19.00 "Сегодня".
16.20 "Улицы разбитых фонарей-13". Сериал (16+).
18.00 "Говорим и показываем" (16+).
19.45 "Паутина-8". "Ведро Пандоры" (16+).
23.40 "Хочу к Меладзе" (16+).
01.40 "Квартирный вопрос".
02.45 "Россия. Полное затмение" (16+).
03.35 "Шериф". Сериал (16+).
05.00 "Супруги-2". Сериал (16+).

15 ЯНВАРЯ
ЧЕТВЕРГ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
05.00 "Доброе утро".
09.00 Новости.
09.10 "Контрольная закупка".
09.45 "Жить здорово!" (12+).
10.55 "Модный приговор".
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 "Палач". Сериал (16+).
14.20, 15.15 "Сегодня вечером" с Андреем Малаховым (16+).
15.00 Новости (с субтитрами).
16.00 "Мужское/Женское" (16+).
17.00 "Наедине со всеми" (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 "Давай поженимся!" (16+).
19.50 "Пусть говорят" (16+).
21.00 "Время".
22.00 "Палач". 9-10-я, заключительная, серии (16+).
23.25 Ночные новости.
23.40 "Англия в общем и в частности" (18+).
0050 "Мастера побега" (16+).
02.35, 03.05 "Наедине со всеми" (16+).
03.25 "Мужское/Женское" (16+).
04.15 "Контрольная закупка" (12+).

РОССИЯ 1
05.00, 06.10, 06.41, 07.10, 07.41, 08.10, 08.41 "Утро России".
06.07, 06.35, 07.05, 07.35, 08.05, 08.35 "Вести-Башкортостан".
09.00 "Ауаз".
09.55 "О самом главном".
11.00 "Вести".
11.35 "Вести-Башкортостан".
11.55 "Тайны следствия".Сериал (16+)
12.55 "Особый случай" (12+).
14.00 "Вести".
14.30 "Вести-Башкортостан".
14.50 "Вести. Дежурная часть".
15.00 "Сердце звезды". Сериал (12+).
16.00 "Последний янычар". Сериал (12+).
17.00 "Вести".
17.10 "Вести-Башкортостан".
17.30 "Бедные родственники". Сериал (12+).
18.30 "Прямой эфир" (12+).
19.35 "Вести-Башкортостан".
20.00 "Вести".
20.35 "Спокойной ночи, малыши!"
20.45 "Верю не верю". "Дружба", "Клетка", "Доказательство" (12+).
23.30 "Проект "Украина" (12+).
01.30 "Семь стариков и одна девушка".
03.10 "Честный детектив" (16+).
03.45 "Загадки цивилизации. Русская версия".

БСТ
07.00 "Сәләм!" (12+).
10.00 Мультфильмы.
10.30, 15.30 "Гора новостей".
10.45 "Царь горы".
11.00, 16.15, 06.45 "Замандаш" (6+).
11.15, 06.15 "Орнамент".
11.30, 21.30 Новости.
11.45 "Бедная Настя". Сериал (12+).
12.30 Новости (на башк. яз.) (12+).
12.45, 06.30 "Весело живем" (12+).
13.00 "Бәхетнамә".
13.30, 14.30, 18.30, 22.30 Новости (на башк. яз.).
13.45 "Мелодии души" (12+).
14.15 "Учим башкирский язык" (12+).
14.45 "Үткән ғүмер" (12+).
15.15 "Шәп арба".
15.45 "Йырлы кәрәҙ" (0+).
16.00 "Семәр".
16.30 Новости (на русск. яз.) (16+).
16.45 "Алтын тирмә".
17.30 Новости культуры.
17.45 "Бедная Настя". Сериал (12+).
18.45, 20.00 "Телецентр".
19.45 "Сәңгелдәк".
21.00 "Наука 102" (12+).
22.00 "Аль-Фатиха".
23.00 "Звезды советского футбола. И.Колыванов" (6+).
23.30 "Хроники Риддика". По окончании: Новости (12+).
02.00 "Код жизни. Эпизод № 1" (12+).
03.00 Спектакль.
04.45 "Йырлап йәшәйек бергә" (12+).

НТВ
06.00 "НТВ утром".
08.30 "Дело врачей" (16+).
09.25, 10.30 "Возвращение Мухтара-2" (16+).
10.00 "Сегодня".
11.55 "Суд присяжных" (16+).
13.00 "Сегодня".
13.25 "Суд присяжных. Окончательный вердикт" (16+).
14.30 "Обзор. Чрезвычайное происшествие".
15.00 "Прокурорская проверка" (16+).
16.00 "Сегодня".
16.20 "Улицы разбитых фонарей-13". Сериал (16+).
18.00 "Говорим и показываем" (16+).
19.00 "Сегодня".
19.45 "Паутина-8". Сериал (16+).
23.40 "Хочу к Меладзе" (16+).
01.40 "Дачный ответ".
02.45 "Россия. Полное затмение" (16+).
03.35 "Шериф" (16+).
05.10 "Супруги-2". Сериал (16+).

16 ЯНВАРЯ
ПЯТНИЦА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
05.00 "Доброе утро".
09.00 Новости.
09.10 "Контрольная закупка".
09.45 "Жить здорово!" (12+).
10.55 "Модный приговор".
12.00, 15.00 Новости (с субтитрами).
12.15 "Палач". Сериал (16+).
14.15 "Сегодня вечером" с Андреем Малаховым (16+).
15.15 "Время покажет" (16+).
16.00 "Мужское/Женское".
17.00 "Жди меня" (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 "Человек и закон" с Алексеем Пимановым (16+).
19.50 "Поле чудес" (16+).
21.00 "Время".
21.35 "Три аккорда" (16+).
23.45 "ИльфиПетров". Документально-анимац. фильм (16+).
01.40 "Омен" (18+).
03.45 "Наверное, Боги сошли с ума" (12+).
05.30 "В наше время" (12+).

РОССИЯ 1
05.00 "Утро России".
08.55 "Мусульмане".
09.10 "От всей души" (12+).
10.05 "О самом главном".
11.00 "Вести".
11.35 "Вести-Башкортостан".
11.55 "Тайны следствия". Сериал (12+)
12.55 "Особый случай" (12+).
14.00 "Вести".
14.30 "Вести-Башкортостан".
14.50 "Вести. Дежурная часть".
15.00 "Сердце звезды". Сериал (12+).
16.00 "Последний янычар". Сериал (12+).
17.00 "Вести".
17.10 "Вести-Башкортостан".
17.30 "Бедные родственники". Сериал (12+).
18.30 "Прямой эфир".
19.35 "Вести-Башкортостан".
20.00 "Вести".
21.00 "Счастливый маршрут". Мелодрама (12+).
23.00 "Специальный корреспондент"
00.35 "Девять признаков измены" (16+).
02.30 "Горячая десятка" (12+).
03.35 "Русский след Ковчега завета" (12+).

БСТ
07.00 "Сәләм!" (12+).
10.00 Мультфильмы.
10.30, 15.30 "Гора новостей".
10.45 "Ғәләмәт донъя" (0+).
11.00, 16.15, 06.45 "Замандаш" (6+).
11.15, 17.45, 06.15 "Орнамент".
11.30, 16.30, 21.30 Новости (на русск. яз.).
11.45 "Бедная Настя" (12+).
12.30, 22.30 Новости (на башк. яз.) (12+).
12.45, 06.30 "Весело живем" (12+).
13.00 "Бәхетнамә".
13.30, 14.30, 18.30 Новости (на башк. яз.).
13.45, 05.30 "Мелодии души" (12+).
14.15 "Учим башкирский язык".
14.45 "Автограф" (13+).
15.15 "Зеркальце".
15.45 "Байтус" (6+).
16.45 "Звезды советского футбола" (12+).
17.15 "Криминальный спектр" (16+).
17.30 Новости культуры (16+).
18.00 "Йома".
18.45, 20.00 "Телецентр" (12+).
19.45 "Сәңгелдәк".
21.00 "Мир настоящих мужчин" (12+).
21.15 "История признания" (12+).
22.00 Уфимское "Времечко" (12+).
23.00 "Дарман" (12+).
23.45 "Ничего личного". По окончании: Новости (на башк. яз.)

НТВ
06.00 "НТВ утром".
08.30 "Дело врачей" (16+).
09.25, 10.30 "Возвращение Мухтара-2" (16+).
10.00 "Сегодня".
11.55 "Суд присяжных" (16+).
13.00 "Сегодня".
13.30 "Суд присяжных. Окончательный вердикт" (16+).
14.45 "Обзор. Чрезвычайное происшествие".
15.00 "Прокурорская проверка" (16+).
16.00, 19.00 "Сегодня".
16.20 "Улицы разбитых фонарей-13". Сериал (16+).
18.00 "Говорим и показываем" (16+).
19.45 "Паутина-8". "Почерк убийцы". Остросюжетный сериал (16+).
23.40 "Бенефис Игоря Николаева. Надежда на любовь" (12+).
01.35 "Женские штучки" (16+).
02.20 "Россия. Полное затмение" (16+).
03.20 "Шериф" (16+).
04.50 "Супруги-2" (16+).

17 ЯНВАРЯ
СУББОТА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
06.00 Новости.
06.10 "Возвращение "Святого Луки". Худ. фильм.
08.00 "Играй, гармонь любимая!"
08.45 "Смешарики. Новые приключения".
09.00 "Умницы и умники" (12+).
09.45 "Слово пастыря".
10.00 Новости (с субтитрами).
10.15 "Смак" (12+).
10.55 "Юрий Яковлев. Последняя пристань" (12+).
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 "Идеальный ремонт".
13.10 "Максим Дунаевский. Жизнь по завещанию" (12+).
14.10 "ДОстояние РЕспублики: Максим Дунаевский".
15.50 "Миллионеры. 20 лет спустя" (12+).
16.55 "Кто хочет стать миллионером?" с Дмитрием Дибровым.
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.15 "Угадай мелодию" (12+).
19.00 "Театр Эстрады" (16+).
21.00 "Время".
21.30 "Сегодня вечером" с Андреем Малаховым (16+).
23.10 "Нерассказанная история США" (16+).
00.20 "Мамма Mia!" Мюзикл (16+).
02.20 "Все или ничего: Неизвестная история агента 007" (16+).
04.00 "Господа Бронко" (16+).
05.25 "Контрольная закупка".

РОССИЯ 1
04.45 "Аэлита, не приставай к мужчинам". Худ. фильм
06.35 "Сельское утро".
07.05 "Диалоги о животных".
08.00 "Вести".
08.10 "Вести-Башкортостан".
08.20 "Военная программа" Александра Сладкова.
08.50 "Планета собак".
09.25 "Субботник".
10.05 "Качество жизни".
11.00 "Вести".
11.25 "Вести-Башкортостан".
11.35 "Женить миллионера" (16+).
14.00 "Вести".
14.20 "Вести-Башкортостан".
14.30 "Женить миллионера" (16+).
15.20 "Это смешно" (12+).
18.10 "Роковое наследство". Мелодрама (12+).
20.00 "Вести в субботу".
20.45 "Барби и медведь". 4 серии. Сериал (12+).
00.35 "Оазис любви" (16+).
02.35 "Невеста из Парижа" (12+).
04.15 "Комната смеха".

БСТ
07.00, 12.30 Новости (на башк. яз.).
07.15 "Доброе утро!"
08.15 "Приключения Аленушки и Еремы". Мультфильмы.
09.30 "Здоровое решение" (12+).
10.00 "КЛИО" (6+).
10.45 "Большой чемодан" (12+).
11.30 "Аль-Фатиха" (6+).
12.00 "Следопыт".
12.45 "Как зажигаются звезды" (12+).
13.15 "Орнамент" (6+).
13.30 "Үткән ғүмер" (12+).
13.45 "Весело живем" (12+).
14.00 "Дарю песню" (0+).
15.45 Хоккей. КХЛ. "Сибирь" (Новосибирск) - "Салават Юлаев" (Уфа). Трансляция из Новосибирска.
18.30 "Хазина". М.Казакбаев.
19.15 "Башҡорттар".
19.45 "Сәңгелдәк".
20.00 "Башҡорт йыры" (12+).
20.30 "Живое село" (12+).
21.00 "Бизнес-сфера".
21.30 Новости (на русск. яз.) (12+).
22.00 "Попкорм" (16+).
22.30 Новости (на башк. яз.) (16+).
23.00 Концерт Альфии Каримовой и звезд мировой оперы (12+).
01.00 "Только не сейчас" (16+).
02.30 Т.Миннуллин "Среда, среда". Спектакль (12+).
04.30 "Американский дедушка" (16+).
06.45 "Замандаш" (6+).

НТВ
05.40, 00.55 "Дорожный патруль-4". Сериал (16+).
07.25 "Смотр".
08.00, 10.00, 13.00 "Сегодня".
08.15 "Золотой ключ".
08.45 "Их нравы".
09.25 "Готовим с Алексеем Зиминым".
10.20 "Главная дорога" (16+).
11.00 "Поедем, поедим!"
12.00 "Квартирный вопрос".
13.20 "Поедем, поедим!"
13.20 "Своя игра".
14.10 "Месть". 105-я серии. Сериал
19.00 "Центральное телевидение" с Вадимом Такменевым.
20.00 "Месть". 6-8-я серии (16+).
23.00 "Новые русские сенсации"
02.50 "Дело темное" (16+).
03.40 "Шериф" (16+).
05.10 "Супруги" (16+).

18 ЯНВАРЯ
ВОСКРЕСЕНЬЕ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
06.00 Новости.
06.10 "Черный принц". Худ. фильм (12+).
08.10 "Служу Отчизне!"
08.45 "Смешарики". "Пин-код".
08.55 "Здоровье" (16+).
10.00 Новости (с субтитрами).
10.15 "Непутевые заметки" с Дм. Крыловым (12+).
10.35 "Пока все дома".
11.25 "Фазенда".
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 "Теория заговора".
13.20 "Пираты Карибского моря: на краю света". Приключения (12+).
16.20 "Точь-в-точь!" Новогодний выпуск.
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.15 "Точь-в-точь!" Продолжение.
21.00 "Воскресное "Время".
22.30 "Жизнь Пи". Приключенческий фильм (6+).
00.45 "День, когда земля остановилась" (16+).
02.40 "Имя" (16+).
04.30 "Контрольная закупка".

РОССИЯ 1
05.15 "Город невест". Худ. фильм (16+).
07.20 "Вся Россия".
07.30 "Сам себе режиссер".
08.20 "Смехопанорама" Евгения Петросяна.
08.50 "Утренняя почта".
09.30 "Сто к одному".
10.20 "Вести-Башкортостан. События недели".
11.00 "Вести".
11.10 "Кулинарная звезда".
12.10 "Все, что ты любишь..." (12+).
14.00 "Вести".
14.20 "Вести-Башкортостан".
14.30 "Смеяться разрешается".
16.10 "Я не смогу тебя забыть". Мелодраматический сериал. 4 серии (12+)..
20.00 "Вести недели".
22.00 "Воскресный вечер" с Владимиром Соловьевым (12+).
23.50 "Частный детектив Татьяна Иванова". "Дорогая моя служанка". Детективный сериал (12+).
01.40 "Игра на миллионы". Худ. фильм (16+).
03.45 "Моя планета" представляет". "Земля Героев. Добрыня Никитич", "Чудеса России. Куршская коса".

БСТ
07.00 Новости (на башк. яз.).
07.15 "Доброе утро!"
08.00 "Йома".
08.30 "Новые приключения Аленушки и Еремы".
10.00 "Физра. Спортблог спецкора" (6+).
10.15 "Перекличка" (6+).
10.30 "Гора новостей".
10.45 "Ал да гөл" (6+).
11.00 "Шәп арба" (6+).
11.15 "Байтус" (6+).
11.30 "Сулпылар".
11.45 "Алтын тирмә".
12.30 Новости недели.
13.00 "Тәмле" (12+).
13.30 "Үткән ғүмер" (12+).
14.00 "Дочь лета". Творческий вечер Танзили Давлетбердиной (12+).
15.30 "Хазина".
16.00 "Дорога к храму".
16.30 "Автограф" (12+).
17.00 "Поколение Маугли".
18.25 Волейбол. "Урал" (Уфа) - "Динамо" (Краснодар). Прямая трансляция.
20.30 Диспут-клуб "Пятый угол" (16+).
21.15 "Бизнес-обзор" (12+).
21.30 Новости недели (12+).
22.15 "Баик" представляет… (12+).
23.15 "Вечер.com".
24.00 "Свидание с джазом" (12+).
00.45 "Орел девятого легиона" (12+).
02.45 Спектакль (12+).
05.30 "Попкорм" (16+).
06.00 "Здоровое решение" (12+).
06.30 "Весело живем" (12+).
06.45 "Замандаш" (6+).

НТВ
06.00 "Дорожный патруль-4". Сериал (16+).
08.00 "Сегодня".
08.15 "Русское лото плюс".
08.45 "Их нравы".
09.25 "Едим дома!"
10.00 "Сегодня".
10.20 "Первая передача" (16+).
11.00 "Чудо техники" (12+).
11.50 "Дачный ответ".
13.00 "Сегодня".
13.20 "Своя игра".
14.10 "Месть". Сериал (16+).
19.00 "Сегодня. Итоговая программа" с Кириллом Поздняковым.
20.00 "Месть". 14-16-я, заключительная, серии (16+).
23.00 "Новые русские сенсации"
00.55 "Дорожный патруль-4". Сериал
02.50 "Дело темное" (16+).
03.35 "Шериф" (16+).
05.10 "Супруги-2". Сериал (16+).

✓ *Кешене нимәләр белмәүенән сығып баһаларға ярамай. Уның ниндәй тиҙлек менән ҡарар ҡабул итеүенә иғтибар итергә кәрәк.*

(Максвелл С. Барт).

БАШ ЭШЛӘТМӘК

БАШҠОРТ ЙЫРЫ - 2014

Вәсилә АБДРАХИМОВА төҙөнө.

1-се һандағы сканворд яуаптары. Горизонталь буйынса: Баскетбол. Атеросклероз. Ишҡәле. Ҡонан. Төрки. Саптар. Сирле. Романтик. Серле. Подшипник. Йылға. Зарубино. Таҡ. Ҡарт. Бураҡаев. Транспорт. Әйтем. Фонетика. Мусин. Әйле. Һаҡмар. Йәйәүле. Ағай. Көрәгә. Вәхитова. Әләм. Елмерҙәк. Ялғаш. Анабар. Шәғбан. Үҙағыш. Рәшә.

Вертикаль буйынса: Такт. Садиҡова. Соҡор. Мөстән. Тупаҡ. Әрйә. Алло. Агиш. Скат. Тәмле. Әмәлләшеү. Бөрсә. Еңмеш. Енисей. Күк. Ануш. Ҡыяр. Бахрейн. Ауыр. Буранбаева. Ауыҙ. Науруз. Блафф. Күрәгә. Ажау. Оран. Район. Ағурҙа. Ерчиши. Ҡорот. Ирга. Индиго. Оливер. Ашлама.

НАМАҘ ВАҠЫТТАРЫ

1436 һижри йыл.

Ғинуар (Рабиғел әүүәл)	Иртәнге намаҙ	Ҡояш сыға	Өйлә намаҙы	Икенде намаҙы	Ауыҙ асыу, ахшам	Йәстү намаҙы
12 (21) дүшәмбе	8:06	9:36	13:30	15:42	17:12	18:42
13 (22) шишәмбе	8:05	9:35	13:30	15:44	17:14	18:44
14 (23) шаршамбы	8:04	9:34	13:30	15:46	17:16	18:46
15 (24) кесе йома	8:03	9:33	13:30	15:47	17:17	18:47
16 (25) йома	8:02	9:32	13:30	15:49	17:19	18:49
17 (26) шәмбе	8:01	9:31	13:30	15:51	17:21	18:51
18 (27) йәкшәмбе	8:00	9:30	13:30	15:53	17:23	18:53

"Башҡортса дини календарь"ҙән алынды.

МОСОЛМАН ӘҘӘБЕ

ПАКЛЫҠҠА ӨЛГӘШ!

Ғибәҙәткә дәғүәт алып бара башлау менән мосолман иң элек бәндәләргә пакланыу юлдарын өйрәтә башлай. Йыуыныу тәртибен аңлатып, йыуынырға яраҡлы пак һыуҙар, һыуҙар бысраныр булһа, уларҙы таҙартыу юлдары тураһында мәғлүмәт бирә. Беҙҙең халҡыбыҙҙа элек-электән ҡоҙоҡҡа бер нәжес төшһә, эсендәге бөтә һыу бысраҡ тип, һыуы тулыһынса түгелеп таҙартыла торған булған. Сәпсек кеүек кенә йән эйәһе төшһә лә, унан 20 көнәк, тауыҡ дәүмәле бер нәмә төшһә, 40 көнәк һыуын алып түгә торған булғандар. Был тәртип әле лә һаҡлана.

Паклыҡ - сәләмәтлек сығанағы. Дин ҡанундары, сәләмәт йәшәү рәүеше, сәләмәтлек тураһында хәстәрлек талап итә быны, ауырыуҙар таралыуға юл ҡалдырмай. Пак һыуҙар тураһында аңлатып киткәндән һуң, Китап ризыҡ тураһында мәғлүмәт бирә: "Эй, Мөхәммәт! Әйт, - ти, - Аллаһтан вәхи итеп бирелгән Китапта беҙ үлгән хайуан ите, мал боғаҙлағанда аҡҡан ҡан, сусҡа ите, Аллаһ исемен әйтмәй йәки башҡа бер мәхлүк исеме менән һуйылған иттән битәр хәрәм ризыҡтар тапманыҡ тиң", - ти.

Һис бер нәмә тапмай асҡа үлеү ҡурҡынысы булғанда, гонаһ эштәргә һәм енәйәткә бармаған мөьмингә уларҙы кәрәк тиклем генә ашау - гонаһ түгел. Аллаһ - ул Ғәфү итеүсе, мәрхәмәт-шәфҡәт эйәһе".

"Әл-Әнғәм" ("Мал-тыуар") сүрәһе, 145-се аят

СӘНҒӘТ КӨНДӘЛЕГЕ

М. Ғафури исемендәге Башҡорт дәүләт академия драма театры

10 ғинуар "Бер мәл санаторийҙа..." (Н. Ғәйетбай), комедия
11 ғинуар "Бәхет хаҡы" (Х. Мөҙәрисова), музыкаль мелодрама
15 ғинуар "Ҡара йөҙҙәр" (М. Ғафури)
16 ғинуар "Шәүрәкәй" (М. Буранғолов), музыкаль комедия

М. Кәрим исемендәге Милли йәштәр театры

10 ғинуар "Морозко" (Н. Коляда), әкиәт. Башлана 12.00
10 ғинуар "Нух кәмәһе" (У. Хуб), ғаилә өсөн тамаша. Башлана 15.00
11 ғинуар "Снегурушка" (М. Бартенев), әкиәт. Башлана 14.00

Х. Әхмәтов исемендәге Башҡорт дәүләт филармонияһы

13 ғинуар "Ҡыҙыҡ менән мәҙәктәр" эстрада театры артистары Зөлфиә Әхмәтова менән Фаяз Йәнтүрин ҡыҫҡа комик сәхнә әҫәрҙәренән торған тамашаға саҡыра.

КЕМ АЛЫҠ?

"Ҡыҙыҡ менән мәҙәктәр" эстрада театрында нисә артист эшләй?
Телефон: 8-927-956-68-89

Стәрлетамаҡ дәүләт театр-концерт берләшмәһе

15 ғинуар "Аҙашҡан ҡунаҡ" (Н. Птушкина), комедия
16 ғинуар "Ай булмаһа, йондоҙ бар..." (Т. Миңнуллин), драма

ҺЫЙЛАМАҒА ҺЫЙЫҢ БУЛҺЫН!

Балыҡ һәм бәшмәкле запеканка

Майланған табаға 500-700 гр сей балыҡ филеһы, уның өҫтөнә майҙа еңелсә ҡыҙҙырылған һәм онда әүәләнгән 300 гр бәшмәк (тоҙло ла ярай), 1-1,5 стакан ҡаймаҡ йәки һөт өҫтөн һалырға, 2 ҡалаҡ ҡырылған сыр, тәменсә төйөлгән борос, тоҙ һибергә. Балыҡ һарғылт төҫкә ингәнсе духовкала бешерергә.

Туңдырмалы салат

2 банан, әфлисун, алма, 2 пломбир туңдырма, шәкәр ҡомо, ҡыҙҙырылған арахис сәтләүегe кәрәк.

Еләк-емеште турарға, шәкәр ҡомо, йомшарған туңдырма менән ҡушып болғарға, өҫтөнә сәтләүек һибергә.

Ҡара емешле сәй

2 балғалаҡ ҡара сәй, 500 мл һыу, 2 ҡара емеш алырға. Емештәрҙе йыуып, ҙур булмаған һауытҡа һалырға, өҫтөнә ҡайнар һыу ҡойорға. 10 минуттан алырға һәм ваҡ ҡына итеп турарға. Сәйнүккә сәй менән бергә ҡара емеште лә һалырға һәм ҡайнар һыу ҡойоп, нығ ябып, 2 минут самаһы торорға.

Әнүәрә ХӘЙБУЛЛИНА.

✓ *Һыйыр майы - һары май, һыйыр көткән арымай; кәзә майы - туң май, кәзә көткән уңмай.*

(Башҡорт халыҡ мәҡәле).

ӘҘӘБИӘТ ДОНЪЯҺЫНДА

ЙЫЛДЫ БАШЛАП...

Башҡортостан Яҙыусылар союзы идаралығының киңәйтелгән ултырышы үтте. Унда дәүләт власы органдары - Президент Хакимиәте, Хөкүмәт, республиканың Мәҙәниәт министрлығы вәкилдәре ҡатнашты.

Ижади берекмә етәкселеге Әҙәбиәт йылын уҙғарыу буйынса саралар планын ҡараны. Өфөлә күренекле әҙәбиәтселәрҙең бюсы ҡуйылған "яҙыусылар аллея"һын булдырыу, республика районларын үҙ эсенә алған "Башҡортостандың әҙәби карта"һын ойоштороу тәҡдимдәре яңғыраны. Ә проекттың төп маҡсаты - һәләттәрҙе асыҡлау һәм ҡульяҙмалар менән эшләү.

Ултырышта шулай уҡ ижади берекмәгә ун ете кеше ҡабул ителде. Баймаҡ (алты китап авторы Урал Мостафин), Борай (шағирә, өс китап авторы Фәнзиә Мәҡсүтова), Белорет (шағирә Зөһрә Үтәғолова), Салауат (дүрт китап авторы Радик Вәхитов), Стәрлетамаҡ, Сибай, Илеш һәм Әбйәлил райондары әҙәбиәтселәренә ағзалыҡ билеттары тапшырылды. Өфө авторҙары араһында Александр Шуралев, Всеволод Глуховцев, Николай Андреев, Венер Фәттәхов, Светлана Ғәфүрова бар.

ЭЛЕКТРОН КИТАПТАР ҘА БУЛА...

"Китап" нәшриәтендә, традицион баҫмаларҙан тыш, китаптарҙың күбеһе электрон төрҙә сығарыла. Донъя күргән китаптар ҙа яйлап электрон вариантҡа күсерелә. Фәнни-популяр, уҡыу-педагогик, балалар әҙәбиәте һәм фотоальбомдар - бөтәһе 150-нән ашыу электрон китап сығарылған.

- Хаҡын түләгәс, уҡыусылар үҙҙәрен ҡыҙыҡһындырған китапты pdf һәм djv форматында күсереп алыу мөмкинлегенә эйә. Быйыл 11 автор китаптарын тик электрон вариантта ғына сығарҙы. Байрам алдынан интернет-магазиныбыҙ яңы китаптар менән тулыланды, - тип хәбәр иттеләр нәшриәттән.

Күренекле башҡорт яҙыусыһы Динис Бүләковтың "Ғүмер бер генә" киҫкен сюжетлы сәйәси-фәлсәфәүи романы "үҙгәртеп ҡороу" дәүеренең әҙәби һәйкәленә әүерелде. 1993 йылда ошо романы өсөн автор Башҡортостан Республикаһының Салауат Юлаев исемендәге дәүләт премияһына лайыҡ булды. Уны ла электрон вариантта уҡып була. Шулай уҡ уҡыусыларға республикала билдәле яҙыусы, журналист, Ш. Хоҙайбирҙин исемендәге Хөкүмәт премияһы лауреаты Ризван Хажиевтың "Азатлыҡ хаҡы" тип аталған яңы китабы ла электрон вариантта тәҡдим ителә. Донъя күргән китаптар араһында фәнни баҫмалар ҙа бар.

"ҠЫҘЫЛ КИТАП" ЯҢЫРТЫЛДЫ

Ҡыҙыл китаптың яңы баҫмаһына индереү өсөн һирәк осраусы һәм юғалыу ҡурҡынысы аҫтында булған хайуандар исемлеге раҫланды, тип хәбәр иттеләр Башҡортостан Республикаһының Тәбиғәттән файҙаланыу һәм экология министрлығынан.

Башҡортостанда 114 төр хайуан закон буйынса яҡланасаҡ. Фәнни мәғлүмәттәргә ярашлы, республикала 15 төр йәнлек һәм ҡошҡа юғалыу ҡурҡынысы янай. Атап әйткәндә, Европа шәшкеһе, мәрйенгүҙ, аҡ ағуна, ялан тәгәрлеге, туғаҙаҡ, ҡара ҡауҙы, бөркөт, ялан тороммайы, ҡыҙылбалыҡ, йофар.

Яңы баҫманан 23 төр хайуан төрө сығарылған, улар араһында һоро ҡаҙ, ышылдаҡ аҡҡош, шоңҡар, һыуыр, һоро торна бар. Белгестәр уларҙың иҫәбенең әлеге ваҡытта тотороҡланыуын тәбиғи сәбәптәрҙең тәьҫире һәм популяцияларҙы һаҡлау буйынса ҡабул ителгән сараларҙың һөҙөмтәлелеге менән аңлата.

Википедия мәғлүмәттәре буйынса, дүрт быуат эсендә Башҡортостан биләмәһенән 10 төр хайуан - тарпан, төньяҡ боланы, сайғаҡ, ҡоно, кеш, ҡара гриф, туғаҙаҡ, берғаҙан, аҡбалыҡ юҡҡа сыҡҡан. Башҡортостан Республикаһының Тәбиғәттән файҙаланыу һәм экология министрлығы йәнлектәр һәм үҫемлектәр исемлеген даими рәүештә асыҡлай һәм тулыландыра. Ҡыҙыл китапты яңынан сығарыуҙы һәм уның интернет-баҫмаларын яңыртыуҙы ғәмәлгә ашыра. Ҡыҙыл китаптың "Хайуандар" томы тәүге тапҡыр республикала 2004 йылда нәшер ителде.

ӘЙҘӘГЕҘ...

ҮҘЕБЕҘҘЕҢ БЕЙЕҮҘӘРҘЕ БЕЙЕЙЕК

Халҡыбыҙҙа бейей белмәгән кеше юҡ, был хәҡиҡәткә мин күптән инанғанмын. Күңеләндә уйнаған бөтөн тойғоларыңды бейеү аша күрһәтеү өсөн ҙур һәләт талап ителә, әммә бөгөнгө заманда ла тәбиғи асылынан ситләшмәгән, тәбиғәтте нескә тойған бейеүселәрҙең иҫәбе-һаны юҡ.

Һәүәҫкәр бейеүселәр араһында уҙғарылған "Байыҡ - 2014" Республика телевизион бәйгеһенең тамашаһы араһында киң билдәле булыуы ошоноң менән дә бәйле, күрәһең. Уның телевидение форматында ойоштороулоуы ла бик уңышлы. Борондан бейеүҙәр күңел асыу ысыулы ғына булмаған. Улар аша йәштәрҙә физик көс-ҡеүәт, әхлаҡи сифаттар тәрбиәләнгән, бөгөн башҡорт бейеүе йышыраҡ рух сығанағы булып тора. Быны бәйгегә йәштәрҙең күпләп килеүенән дә күрергә була. Етәкселәребеҙ ҙә "Байыҡ" кеүек халыҡтың талантын сағылдырған бәйге-фестивалдәрҙең үҙе уҡ сәйәсәт икәнен, уны үҫтереү шулай уҡ тәрбиәүи, идеологик эш икәнен аңлап, дәүләт кимәлендә ярҙам күрһәтә, шөкөр. Һәр дәүләт ерле халыҡтың, ошондағы милләттәрҙең мәҙәниәтен үҫтерергә тейеш, сөнки йыр ҙа, бейеү ҙә тарих менән бәйле. Ә үткәндәрһеҙ милләт булмай.

2014 йылғы "Байыҡ"тың Гала-концерты иһә мең тәҫтәгә балҡышы менән айырылып торҙо. Сәхнәгә биш йөҙгә яҡын бейеүсене сығарып, ҙур тамаша эшләй алдыҡ, бында әллә күпме кешенең ҙур хеҙмәте ята. Етенсе тапҡыр уҙған конкурсҡа иргеттәргә ҡарағанда, ҡатын-ҡыҙ бейеүселәр көслөрәк булды, ансамблдәр ҙә күпләп ҡатнашты. Иң ҡыҙығы, бер-береһен ҡабатлаған бейеүҙәр бөтөнләй булманы, тимәк, бәйге бейеү сәнғәте үҫешенә ҙур өлөш индерә.

Бөгөн ауыл менән ауыл, ҡала менән ҡала, райондар үҙ-ара ярышып, бейеүселәре менән ғорурланып йәшәй. "Байыҡ" халыҡта бейеү һөлышын яңынан асты, тип ышаныс менән әйтергә була. Бейегән кеше бай була, тиҙәр, ысынлап та, ул йөрәгендә бик ҙур рухи байлыҡ йөрөтә, шуның өсөн дә уның донъяһы түңәрәк, күңеле мөлдөрәмә тулы. Етмәһә, бейеүсе бейеүе менән күңел күтәрелегән башҡаларға ла йоҡтора. Шуға, әйҙәгеҙ, үҙебеҙҙең бейеүҙәрҙе бейеп йәшәйек, милләттәштәр!

Рита ӨМӨТБАЕВА,
проект авторы, БР-ҙың атҡаҙанған мәҙәниәт хеҙмәткәре.

АҠЫЛ-ҠАҘНА

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

ХӘТЕРҺЕҘҘЕҢ ХӘТЕРЕН...

кәзә ашаған

Һыйыр майы - һары май, һыйыр көткән арымай; кәзә майы - туң май, кәзә көткән уңмай.

(Башҡорт халыҡ мәҡәле).

Кешеләр бер генә нурҙан туҡылған фәрештә түгел, шулай уҡ бер көтөүҙә тота торған хайуан да түгелдәр.

(В. Короленко).

Кешене нимәлер белмәүенән сығып баһаларға ярамай. Уның ниндәй тиҙлек менән ҡарар ҡабул итеүенә иғтибар итергә кәрәк.

(Максвелл С. Барт).

Шулай итеп, тағы бер аҡыл: "Бер аҡһаҡалға илауҙан шешенеп бөткән матур ҡыҙ мөрәжәғәт итә. "Минә нимә эшләргә икән?- ти ул. - Мин кешеләргә изгелекле булырға, берәүҙе лә рәнйетмәскә, ярҙам итергә, матур мөғәмәләлә булырға тырышам. Ләкин рәхмәт һәм хөрмәт урынына кешеләрҙән мыҫҡыллау һәм ерләү һүҙҙәре генә ишетәм. Кемдәрелер мине хатта дошман күрә. Ни эшләргә миңә - кәңәш бирегеҙ, зинһар!"

Аҡһаҡал ҡыҙға һынаулы ҡарап тора ла, йылмайып: "Сыр ялангас сисен дә, ҡала урамы буйлап шулай йөреп ят, әйҙә", - ти. "Һеҙ аҡылдан шаштығыҙмы әллә?- тип ҡысҡырып ебәрә ҡыҙ. - Ул саҡта халыҡ мине бөтөнләй өҙгөләп ташлаясаҡ, Хоҙай ҙа өнәмәйәсәк быңдай ҡылыҡты!"

Шул саҡта аҡһаҡал ҡыҙға ҡарап һүҙ башлай: "Бына, күрәһеңме, халыҡ араһына ялангас тән менән сығырға ҡурҡаһың. Ә ниңә һин халыҡ алдында күңеләнде ялангасландырып йөрөйһөң улай булғас? Күңелең бит ишек кеүек шар асыҡ. Шуның өсөн унда барыһы ла бер ниндәй рөхсәт һорап тормай барып инә. Улар һиндә үҙҙәрендә булмаған сифаттарҙы күрә лә, һине түбәнһетергә, мыҫҡылларға тотона, сөнки берәү ҙә үҙенең етешһеҙлеген танырға, уны төҙәтә һалырға теләмәй. Төҙәлергә теләмәгән өсөн дә яҡшы фиғелле кешеләр менән бәхәскә инергә, талашырға ярата..."

"Улайһа, миңә ни эшләргә һуң? - ти ҡыҙ. "Әйҙә, мин һиңә үҙемдең баҡсамды күрһәтәм, - ти аҡһаҡал һәм ҡыҙҙы баҡсаһына алып китә. Баҡса буйлап йөрөгәндә, сәскәләр эргәһендә туҡтап, шулай ти: "Ошо матур сәскәләрҙе мин күп йылдар тәрбиәләп үҫтерәм, һыу һибәм. Әммә минең бер тапҡыр ҙа уларҙың сәскә булып асылған мәлен күргәнем булманы... Һин дә сәскә һымаҡ бул: күңеләнде кешеләргә күрһәтмәй, ашыҡмай, һиҙҙермәй генә ас. Кемгәлер асылыр алдынан тәүҙә ул кешенең яҡшылы, изгелекле, һиңә лайыҡлымы икәнен ҡара, ә инде күңелеңдең нескә ептәрен өҙөргә һәм аяҡ аҫтына һалып тапарға әҙер әҙәмдәрҙән ҡас. Тормошоңа һәр кемде лә индермә, ә тупаҫ һәм игелекһеҙҙәрҙе, ғөмүмән, ябыҡ ишек артында тотоу хәйерле..."

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

Баш мөхәррир:
Гөлфиә ЯНБАЕВА.
Мөхәрририәт:
Лэйсән НАФИҠОВА,
Зәйтүнә ӘЙЛЕ,
Фәүзиә МӨХӘМӘТШИНА,
Гөлназ МАНАПОВА,
Азамат ӘБҮТАЛИПОВ,
Илгиз ИШБУЛАТОВ,
Артур БАТЫРШИН.

Беҙҙең адрес:
450005, Өфө ҡалаһы, Революцион урамы, 167/1
Беҙҙең сайт: **www.kiskeufa.ru**
Беҙҙең блог: **blog.kiskeufa.ru**
E-mail: **info@kiskeufa.ru**
kiskeufa@ufacom.ru
«Башҡортостан» нәшриәте типографияһында баҫылды (450079, Башҡортостан Республикаһы, Өфө ҡалаһы, Октябрҙең 50 йыллығы урамы, 13).

Телефондар:

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

Ҡул ҡуйыу ваҡыты - 31 декабрь 17 сәғәт 00 мин.
Ҡул ҡуйылды - 16 сәғәт 00 мин.

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

«Киске Өфө»нөң индекстары – **50665, 50673**

Тиражы - 5010
Заказ 4918