ИЖТИМАҒИ-СӘЙӘСИ-МӘҘӘНИ ГӘЗИТ

Киске Өфө

2-8 июль (майай)

2016

№27 (705)

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

БЫЛ ҺАНДА УҠЫҒЫҘ:

Күңел астылар һәм...

фәһем, тәжрибә лә үҙләштерҙеләр

6

Тәнең һау булһын, тиһәң...

йәнендә позитивҡа көйлә

8-9

Ҡурайсыларҙың...

иң мәртәбәле бәйгеһе

11

Изге ғәмәлдәр...

хисапһыҙ тапҡырға арттырылған ай

12

ТВ-программа 14

МӨХТӘРӘМ УҠЫУСЫЛАРЫБЫҘ!

Йортоғоҙҙа аҙна һайын күңел байрамы, рух ҡуҙғыуы теләһәгеҙ, "Киске Өфө"лө булығыҙ. Ни өсөн "Киске Өфө" гәзитен уҡырға кәрәк? Унынсы сәбәп. Сәләмәт йәшәү рәүешенә ылығыр өсөн. Баҫмала сәләмәтлеккә илтеүсе бик күп юлдар барлана, әйҙәй, ышандыра. Йәнәшәгеҙҙә, танышарығыҙ араһында 2016 йылдың икенсе яртыһы өсөн "Киске Өфө"гә яҙылып өлгөрмәгәндәр бармы? Улар 15 июлгә тиклем дә яҙыла ала, тик гәзитте августан ғына алдыра башлаясаҡ. Гәзиттең индексы - 50665, 5 айға яҙылыу хаҡы - 478 һум 60 тин.

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

Үткән аҙнала Өфөлә Рәсәй ҡалалары союзының IV форумы булып үтте. Ҡунаҡтарҙа: "Өфө, Башҡортостан һеҙҙе нимә менән аптыратты, һоҡландырҙы, дөмөмән, ниндәй тәьҫораттар ҡалдырҙы?" - тип мөрәжәғәт иттек.

Евгений РОЙЗМАН, Екатеринбург ҡалаһы башлығы - Екатеринбург ҡала Думаһы рәйесе: Өфө матурая, әммә иң мөһиме - трассанан килеп инәһеңме, һауа юлы аша килеп төшәһеңме Башҡортостандың иң матур визит карточкаһы - таҙалыҡ. Хатта уҙған быуаттың 90-сы йылдарының беренсе яртыһында, Совет власы тарҡалып, ил өсөн ауыр ваҡыттар - юҡлыҡ булғанда ла, Башҡортостанға килеп инеү менән ауылдарҙа ла, ҡалаларҙа ла таҙалыҡ күҙгә ташлана ине. Был традиция һаман да дауам итә. Ирек Ишмөхәмәт улынан таҙалыҡты ошо кимәлдә тотоу өсөн нимә эшләүҙәре менән ҡыҙыҡһынғас, ул, күп көс һалырға тура килә, тип яуапланы. Әммә һөҙөмтә лә күҙ алдында бит. Был бик ҡыуанысл ы.

Беҙ башҡорттар менән ғүмер буйынан иңгә-иң терәп, башҡорт ерҙәрендә йәшәйбеҙ. Һәр саҡ мөнәсәбәттәребеҙ яҡшы, изге. Юғары уҡыу йортонда ла башҡорттар менән бергә уҡыным. Башҡорттарҙың шундай етди бер өҫтөнлөгө бар - улар барлыҡ милләттәр, барлыҡ күршеләр менән дә дуҫтарса, ыңғай мөнәсәбәт ҡора белә. Шуға күрә башҡа халыҡтар ҙа Башҡортостанды, башҡорт халҡын ярата.

Әле башҡорт халҡының милли батыры Салауат Юлаев һәйкәле эргәһендә, "Ватан" этноауылында булдыҡ. Был урынды электән беләм, күп тапҡырҙар килгәнем бар. Әммә элекке соҡор урынында шундай матур майҙан төҙөү, йырынды нығытыу - Европа тәжрибәһе буйынса һәм уңышлы эшләнгән проект булыуы менән һоҡландыра. Ҡалала йәштәр күп, тимәк, потенциал да юғары.

Өфөнөң урындағы халыҡ белмәгән тағы бер ыңғай яғы бар - бында 10 мең кешегә муниципаль чиновниктар һаны Рәсәйҙә иң түбәне. Йәғни барлыҡ ошо эштәр аҙ етәкселек ҡатнашлығында тормошҡа ашырылған. Өфө эргәһендә бары тик Екатеринбургта ғына муниципаль чиновниктар һаны аҙ, артабан инде Новосибирск, Санкт-Петербург һ.б. ҡалалар китә. Әйткәндәй, Санкт-Петербургта был нисбәт ике тапҡырға күберәк. Был - бик етди күрһәткес. Быны урындағы халыҡ белһен өсөн әйтәм. Уртаса алғанда, Өфөлә, Екатеринбургта был һан тигеҙ нисбәттә килә, ә башҡа муниципалитеттарҙа ул артыуға табан бара.

(Дауамы 2-се биттә).

ЯҠШЫ ХӘБӘР!

ГЕНЕРАЛ БҮЛӘГЕ...

Башҡортостанына ҡайтты

Башҡортостан Башлығы Рөстәм Хәмитовтың Рәсәйҙең мәҙәниәт министры Владимир Мединский менән осрашыуы ваҡытында генерал-майор Миңлеғәле Шайморатовтың Ҡыҙыл Йондоҙ орденын һәм данлыҡлы 112-се Башҡорт кавалерия дивизияһының архив документтарын республикаға тапшырыу тантанаһы ла үтте. Был изге миссияны Рәсәй Президентының дәүләт наградалары буйынса идаралыҡ начальнигы урынбаҫары Рөстәм Латипов башҡарҙы.

- Халыҡ йөрәгендә йәшәгән данлы шәхестең исемен мәңгеләштереү беҙҙең өсөн ҙур мәртәбә, сөнки ул - республиканың символына әүерелгән генерал! - тине Рөстәм Зәки улы иҫтәлекле награданы ҡабул итеп. Владимир Ростиславович үҙ сиратында Рәсәй Президентының Дәүләт наградалары буйынса идаралығына эҙләнеү эштәре алып барып, ошо оло шәхестең орденын Башҡортостанға ҡайтарыу өсөн башҡарған эше өсөн рәхмәтен белдерҙе.

(Дауамы 5-се биттә).

12+

ЗЫЯЛЫЛАР МАЙҘАНЫ

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

СИТ ТЕЛДЕ ЛӘ БЕЛЕҮ КӘРӘК!

Диана ЗАКИРОВА, Ф. Мостафина исемендәге 20-се ҡала башҡорт гимназияһының инглиз теле уҡытыусыһы: Мин Өфөлә башҡорт ғаиләһендә тыуып үҫтем, ошо 20-се ҡала башҡорт гимназияһында уҡыным. БДУ-ның инглиз теле факультетын тамамлағас, үҙемдең 20-се мәктәбемә эшкә килдем. Үҙ милләтем балаларына инглиз теле дәрестәре биреүемә 26 йыл үтеп тә киткән...

Һис һүҙһеҙ, йәш кеше үҙ туған телен белергә, шул уҡ ваҡытта рус теле менән бергә тағы берәй сит телде өйрәнергә тейеш. Был беҙҙең гимназияла уҡыған балалар алдына ҡуйылған талаптарҙың береһе. Әммә... Кешенең дәрәжәһен, абруйын уның туған телен белеүе өҫтәүенә, уның аҡылы, мәҙәнилеге, үҙ эшендә профессионал булыуы ла билдәләй. Ҡыҙғанысҡа күрә, ҡайһы бер милләттәштәр араһында шундай аңһат ҡараш йәшәй: башҡортса һөйләшһәң, ғөрөф-ғәҙәттәрҙе белһәң, башҡортса бейеп-йырлай алһаң - һин "ысын башҡорт". Бүтән нәмә кәрәкмәй кеүек. Әлбиттә, үҙ туған телеңде, тарихыңды, мәҙәниәтеңде белергә, һаҡларға кәрәк, тик тиңдәр араһында тиң булып йәшәр, бүтән халыҡтар араһында үҙеңде милләтеңдән лайыҡлы ҡыҙы йә улы итеп күрһәтер өсөн хеҙмәт фиҙакәрлеген дә, донъяға киң ҡарашлы, белемле булыуың да, башҡа мәҙәниәттәрҙе белеүең дә кәрәк.

Был йәһәттән мин үҙемде бик бәхетле тип иҫәпләйем. 2004 йылда беҙҙең гимназия нигеҙендә халыҡ-ара гуманитар программа үҙ эшен башлап ебәрҙе. Был программа буйынса әҙ тәьмин ителгән ғаиләләрҙең балалары ике йыл арауығында дәрестәрҙән һуң бушлай инглиз телен өйрәнеү һәм үҙҙәрендә лидерлыҡ сифаттарын үҫтереү мөмкинлеген алды. Был программа йыл һайын йәйге профиль лагерҙа ла дауам итә. Америка вәкиллеге программаның спонсоры булып тора, ойоштороусыһы Америка-Башҡорт интерколледжы. Ошо программаның мәктәп координаторы булараҡ, күп нәмәгә өйрәнергә насип булды: ойоштороу, эште системалы рәүештә урынына еткереп эшләү, кешеләр менән аралашыу, сит ил вәкилдәре менән осрашыу һәм башҡалар. Әлеге ваҡытта был проекттың бик күп ыңғай яҡтарын күрәбеҙ: беҙҙең балаларыбыҙ өс телдә лә (башҡортса, русса, инглизсә) иркен аралаша ала. Ғөмүмән, 20-се ҡала башҡорт гимназияһын тамамлаған балалар инглиз телен үҙләштереү буйынса башҡаларҙан айырылып тора, юғары уҡыу йорттарында улар был предметты өйрәнеүҙе бер ниндәй ҡыйынлыҡһыҙ дауам итә.

Камила ҒӘЛИЕВА яҙып алды.

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

Үткән аҙнала Өфөлә Рәсәй ҡалалары союзының IV форумы булып үтте. Ҡунаҡтарға: "Өфө, Башҡортостан һеҙҙе нимә менән аптыратты, һоҡландырҙы, ғөмүмән, ниндәй тәьҫораттар ҡалдырҙы?" - тип мөрәжәғәт иттек.

(Башы 1-се биттә).

Михаил ВАСИЛЬЕВ, Силәбе өлкәһе муниципаль берәмектәренең Башҡарма советы директоры: Ҡыҫҡаса әйткәндә, Өфө киң аҙымдар менән алға бара. Бында ете йыл элек булғайным, ҡала был тиклем үк матур түгел ине. Көҙ, бысраҡ, һыуыҡ, шуғамы икән, төҫһөҙ булып хәтерҙә ҡалған. Тәтән, тын алып булмай. Шуға күрә машинала трассанан үтеп киткеләгәнем булһа ла, ҡала эсенә инергә тырышманым. Бөгөн ҡала буйлап йөрөгәндән һуң, ысынлап та, тәьҫирләндем, дөрөҫөн әйткәндә, минә шок булды. Ҡала шул тиклем ныҡ үҙгәргән: ысын Европа мегаполисына әүерелгән, киң урамдар, бөтөн ерҙә таҙалыҡ. Таҙа, тип ниндәй мәғәнәлә әйтәм, таҙартҡан ерҙә таҙа түгел, ҡыйламаған ерҙә таҙа, тиҙәр бит, Өфөлә урамдарҙы сүпләмәҫкә ғәҙәтләнгәндәр. Бына был иң мөһиме. Кешеләр үҙ ҡулдары менән булдырылған матурлыҡты һаҡларға тырыша, күрәһең. Клумбаларҙа ғына түгел, бағаналарҙа газондарҙа сәскәләр күҙ яуын алып ултыра. Фонтандар эшләй. Парктарҙа, скверҙарҙа, ял зоналарында ололар, йәштәр, ғаиләләр ял итә. Был бик матур күренеш. Беҙ бик нығ артта ҡалғанбыҙ, тип әйтмәйем, ләкин Өфө алдараҡ бара. 2020 йылда ШОС һәм БРИКС илдәре саммиттары беҙҙә үткәрелһә, бәлки, беҙ ҙә Өфөнө ҡыуып етербеҙ. Рәхмәт һеҙгә, булғанығыҙ һәм ҡаланы яңы кимәлгә сығарғанығыҙ өсөн. Беҙ һеҙгә тиңләшергә тырышасаҡбыҙ.

Адлан ДИНАЕВ, Грозный ҡалаһы башлығы, Чечен Республикаһы: Өфө - таҙа ҡала, халҡы ла ихлас. Ҡалала архитектура һәйкәлдәре менән замансa архитектураның үрелеп барыуы һоҡландыра. Белеүегеҙсә, Грозный, Рәсәй Президенты Владимир Путин белдереүенсә, Феникс кеүек, емереклектәр араһынан ҡабат терелгән ҡала. Шуға ла беҙгә Башҡортостан Республикаһы, Өфө етәкселегенең инфраструктураны үҫтереүгә ҙур иғтибар биреүенә, инвесторҙар йәлеп итеү мөмкинлектәренә көнләшергә генә ҡала. Өфө - Европа стандартындағы ҡала. Шул уҡ ваҡытта бында милли колорит та, мосолман стиле лә һаҡлана.

Петр ДАГАЮСОВ, Саха-Якут Республикаһының Чючен наслегы муниципаль берәмеге башлығы, "Наслег" проекты йәмғиәт ойошмаһы ағзаһы: Форумға бер нисә көн алдараҡ 11 кешенән - нигеҙҙә Сахаҙың йәш кадрҙары резервын тәшкил иткән муниципаль берәмектәр башлыҡтарынан торған делегация менән килдек. Саха - Башҡортостан кеүек үк федераль үҙәк менән договор мөнәсәбәттәрендә үҫешеүсе милли республика. Әле дотациялы төбәк булып торһаҡ та, беҙҙә алтын, алмас, нефть, газ, күмер табыла, ә бөтөн һалымдар үҙәккә китеп тора һәм республикаға бюджет ассигнованиелары сифатында әйләнеп ҡайта. Әгәр һалымдарҙы республикала ҡалдырһаҡ, республика дотациялы түгел, киреһенсә, донор булыр ине. Республикабыҙҙа милли мәктәптәр ныҡ үҫешкән, балалар баҡсаларында милли төркөмдәр бар. Ҡалаларҙа милли мәктәптәр аҙ, һәм тап милли синыфтарға сират ҙур. Ә ауылдарҙа, район үҙәктәрендә бындай проблема юҡ.

Башҡортостандың ҡайһы бер районында, мәҫәлән, Өфө районына, яҡын-тирәләге райондарға барырға өлгөрҙөк. Беҙҙе бигерәк тә етештереү өлкәһе - туризм булһынмы ул, ауыл хужалығымы, бәләкәй эшҡыуарлыҡмы, ҡыҙыҡһындыра һәм муниципалитеттарҙа эш урындары булырға тейеш, тип иҫәпләйбеҙ. Эш булһа, йәшәү шарттары ла буласаҡ, йәшәү шарттары булһа, халыҡтың тормош кимәле лә күтәреләсәк.

Тәьҫораттар бик ыңғай. Бында беҙгә барыһы ла, һеҙ башҡорттарға оҡшағанһығыҙ, тиҙәр. Ҡайһы бер оҡшаш һүҙҙәр ҙә осрай. Ғөмүмән, бөтөн нәмә ҡыҙыҡлы. Ауыл хужалығы тауарҙары етештереү - малсылыҡ, йәшелсәселек буйынса яңылыҡтар бар. Беҙҙә йәй осоро ҡыҫҡа, шунлыҡтан уныш менән маҡтанырлыҡ түгел, ә һеҙҙә уныш мул. Илебеҙгә ҡарата ҡулланылған санкциялар һөҙөмтәһендә был тема бигерәк тә көнүҙәк. Сөнки Саха республикаһының ғына түгел, тотош Рәсәйҙең киләсәге ауылға бәйле. Ауыл булмаһа - Рәсәй ҙә булмаясаҡ. Ҙур ҡалаларҙы ашатырға, туйҙырырға кәрәк.

Зәйтүнә ӘЙЛЕ яҙып алды.

БЕР КӘЛИМӘ ФЕКЕР

МАЛ ФАКТОРЫ

Совет осоронда "Кеше факторы" тигән төшөнсә бар ине. Хәҙер нимә факторы икән: аҡсамы, малмы, властарҙың яҡшы мөнәсәбәтеме?

Тыуған ауылыңа ҡайтҡан сағыңда йә берәр ауылға ҡунаҡҡа барһаң, яңылыш ауырып китә күрмә. "Тиҙ ярҙам" машинаһы хәҙер хатта ауылдарҙа йәшәгән һуғыш һәм хеҙмәт ветерандарына ла килеп етмәйәсәк. Уның ҡарауы, берәр һыйырың ауырһа йә башҡа малың ҡазаланһа, мал табибы 15 минут эсендә килеп етәсәк. Тимәк, мал факторымы?

БӨЙӨК ҺҮҘҘӘР

Беҙ йыш ҡына милләтебеҙгә, уның тарихына, шәхестәренә бысраҡ өйөүселәрҙе ишетеп, күреп, тәрән борсолоуҙар кисереп йәшәргә мәжбүрбеҙ. Бындай осраҡта "Юҡ, беҙ улай түгелбеҙ, бына былайбыҙ..." тип кемгәлер нимәнелер иҫбат итергә тырышыу ҙа аҡланыуға, бахырланыуға оҡшап китә. Был йәһәттән мин барлыҡ һорауҙарға яуапты Ғүмәр Хәйәмдең: "Тик беҙҙән түбән булғандар ғына беҙҙең хаҡта насар уйлай, ә беҙҙән яҡшы булғандарҙың беҙҙә бөтөнләй эше юҡ", тигән һүҙҙәрендә таптым. Бөйөк һүҙҙәр!

Әхмәр ҒҮМӘР-ҮТӘБАЙ.

Н И М Ә ? Ҡ А Й Ҙ А ? Ҡ А С А Н ?

✓Республика йортонда Башҡортостан Башлығы Рөстәм Хәмитов "Өфө" футбол клубының баш тренеры Виктор Гончаренко менән осрашты. "Беҙҙең команда яңыраҡ ҡына Рәсәй футбол Премьер-лигаһына инде. Әлегә команданың барлыҡҡа килеүе хаҡында һүҙ алып барырға мөмкин, - тине Рөстәм Хәмитов. - Беҙ республикала ҙур футболды булыуын теләйбеҙ". Республика Башлығы әйтеүенсә, Виктор Гончаренконың Белоруссияла эшләү тәжрибәһе "Өфө" футбол клубының артабанғы үҫешенә булышлыҡ итергә тейеш.

✓Башҡортостан Башлығы Рөстәм Хәмитов 130 койкаға иҫәпләнгән Республика перинаталь үҙәге төҙөлөшө барышын тикшерҙе. Бөгөнгә объекттың төҙөү тамамланған. Объекттың техник регламент талаптарына тап килеүе тураһында һығымта яһалған. Заказсы - "Ростех" дәүләт корпорацияһы - уны республиканың дәүләт милкенә тапшырыу өсөн документтар әҙерләй. Кадрҙарға ихтыяж - 62 табип һәм 50 урта медицина персоналы.

✓Рөстәм Хәмитов шулай уҡ Республика перинаталь үҙәге ҡаршыһындағы 4-се клиник бала табыу йортоноң эше менән танышырға булды. Сәфәр барышында төбәк етәксеһе бала табыу йорто пациенттары менән аралашты, йәш әсәләрҙе балалары тыуыу менән ҡотланы, быңдағы шарттар менән ҡыҙыҡһынды. Республика Башлығы Һаулыҡ һаҡлау министрлығына бала табыу йорто һәм Республика перинаталь үҙәгенең берлектәге эш йүнәлештәрен өйрәнергә ҡушты.

✓"Берҙәм Рәсәй" Дәүләт Думаһына һайлауҙа кандидаттарҙың федераль исемлеген һәм бер мандатлы округтар буйынса кандидаттар исемлеген тәҡдим итте. Бер мандатлы һайлау округтары буйынса Башҡортостандан партияны Павел Качкаев, Илдар Бикбаев, Зөһрә Рәхмәтуллина, Зариф Байғусҡаров һәм Алексей Изотов күрһәтә. Территориаль төркөм буйынса партия исемлеген Башҡортостан Башлығы Рөстәм Хәмитов етәкләй. Артабан исемлектә Зариф Байғусҡаров, Инга Юмашева, Рафаэль Мәрҙәншин, Рима Баталова, Рәмзил Ишһарин, Фәрит Ғәниев, Михаил Бугера, Константин Канунников, Ирек Ниғмәтуллин, Виктор Климов, Рөстәм Ишмөхәмәтов килә.

БЫЛ АЙҘА...

ҺЫУ БУЙЫНДА БАЛЫҠСЫ...

Йәй уртаһы июлде халыҡ юҡҡа ғына майай тип атамағандыр. Үлән һутҡа тулышып, мал-тыуар утығып ҡала был саҡ. Һөҙөмтәлә, тәбиғи, һөт тә ҡуйы, май ҙа күп төшә торған мәл. Һыйырлы көнөң - һыйлы, тиҙәр бит. Һыйлының тамағы ла, күңеле лә туҡ. Тик бына ауылда йәшәп тә һыйыр тота алмаған хужабикәләргә генә бер аҙ яманһыуҙыр, моғайын.

Айҙың иҫтәлекле көндәренә күҙ һалһаң, шул күренә: июль әллә ни ваҡиғаларға бай ҙа түгел. Быға, бәлки, майайҙа йәйге ял һәм отпускыларҙың ҡыҙған мәле сәбәпселер, йәйге ял - үҙе ҙур киңәнес һәм байрам бит. Ә шулай ҙа был айҙа билдәләнәсәк яҡты һәм изге көндәрҙең иң олоһо - Ураҙа байрамы (**5**) матур гәмәлдәребеҙ, таҙа күңелебеҙ менән ҡаршыларға онотмайыҡ.

Бөтөн донъя архитекторҙар көнө (**1**) менән башланып китә ай. Диңгеҙ һәм йылға флоты хеҙмәткәрҙәре көнөнөң (**3**) Тере һыу көнөнә (**7**) бәйлелеге бер ҙә ғәжәп түгел. Тере һыу әкиәттә генә була, тиһегеҙме? Һеҙ хаҡлылыр ҙа, шәйт. Бөгөн, ысынлап та, саф, кеше организмына шифа булырҙай тере һыуҙы эҙләп тә табырмын, тимә. Хатта ана, күптән түгел генә әле Ер шарында иң таҙа иҫәпләнгән Байкал күлен дә ылымыҡ баҫа башлаған, тиҙәр... Балыҡсы көнөндә (**10**) һәүәҫкәр балыҡсы күңелен анларға була: яҡын-тирәлә таҙа яҡтылыҡ булмағанлыҡтандыр, күрәһең, баш ҡалабыҙҙың Ағиҙел күпере аҫтында, кәмәлә ҡармаҡ һалып, шаҡ ҡатып ултырған әҙәмдәрҙе күргән бай бар. Һуҡыр балыҡ та ҡапмаһа ла, хирес күңелле балыҡсы ятҡан гәмәлен атҡарып ултырыуҙан да киңәнес табыр инде. Ҡапҡан сүрәттә лә, Ағиҙелдең буйраҡ-һоро һыуында "йәшәгән" йән эйәһенең балыҡ тип әйтерлеге бар микән?

12 июнь - Рәсәй почтаһы көнө булараҡ билдәләнә. Почта хеҙмәте иненән күп кенә бурыстар төшөп ҡалһа ла, ул һаман да кәрәк әле беҙгә. Иң мөһиме - был ойошма халыҡҡа ваҡытлы матбуғат баҫмалары яҙҙырып, таратып, аралашсы ролен башҡарыуы менән ҡиммәт. Тик шуныһы борсолдора: гәзит-журнал уҡыған мәғлүмәтле, тәрбиәле, мәҙәниәтле халыҡ һаны кәмей бара арабыҙҙа...

Бөтөн донъяла киң билдәләнһә лә, Рәсәйҙә рәсми статус алып өлгөрмәгән Бөтөн Рәсәй Атай көнө әлегә **16 июлгә** тәғәйенләнгән. Был байрамды Ватанды һаҡлаусылар көнөнә лә, Әсәйҙәр көнөнә лә теркәргә ниәтләп ҡарайҙар, тик ойоштороусылар бер фекергә килә алмай йонсой, ахыры. Бәлки, уны **8 август** - Бөтөн Рәсәй ғаилә, мөхәббәт һәм тоғролоҡ көнө менән бергә билдәләү урынлыраҡ булыр ине? Беҙгә ҡалһа, ул көн айырым статус алырға ла хаҡлы, ләкин уны календарҙа билдәләп китеү генә атай абруйын, уның ғаиләләге ролен күтәрә алмаҫ шул...

Айҙың өсөнсө йәкшәмбеһе (**17**) байтаҡтан алып илебеҙ металлургтары һөнәри байрамдарын билдәләй. Ял, тигәндән, иң файҙалы, баш мейеһен эшләтеп ебәрә торған әүҙем ялдарҙың береһе - ул сатраш уйыны. Бөтөн донъя шахмат көнө (**20**) халыҡ-ара кимәлдә киң билдәләнә, төрлө ярыштар үткәрелә. Рәсәйҙә, Башҡортостанда ла бик яраталар шахматты. Ялдарын диңгеҙ яҙҙары буйында үткәреүселәргә иһә үҙ күҙҙәре менән киттарҙы тамаша ҡылырға, дельфиндарҙы ҡосаҡлап (**23**-ө - Бөтөн донъя киттар һәм дельфиндар көнө), тулҡындар ярып, йөҙөргә лә насип булыр, бәлки. Сөнки Халыҡ-ара дуҫлыҡ көнө (**30**) - ул халыҡтар менән халыҡтар араһында ғына түгел, ә кешелектең тәбиғәт, флора һәм фаунаға ҡарата ла дуҫтарса мөнәсәбәте, ихтирамы, һаҡсыллығы.

Һыуҙан башлағайныҡ һүҙҙе, һыу хаҡындағы һүҙ менән тамамларға тура килә, сөнки июлдең һуңғы йәкшәмбеһе - ә быйыл ул **31**-енә тап килә Хәрби-Диңгеҙ Флоты көнө. Өҫтәүенә, ошо уҡ мәлдә Нептун байрамы үткәреп, һыуҙа уйнап, йөҙөп, ҡыҙыныпҡойоноп, матур ял итер халыҡ.

Июлдә юбилейҙарын билдәләйҙәр:

11 - педагогика фәндәре кандидаты, методист, Башҡортостандың атҡаҙанған мәғариф хеҙмәткәре **Вәкил Хажинға** - 70 йәш.

15 - йырсы, РСФСР-ҙың атҡаҙанған, Башҡортостандың халыҡ артисы **Нажиә Аллаяроваға** - 80 йәш.

15 - умартасы, 1971-1981 йылдарҙа Башҡортостан ҡурсаулығы директоры, ауыл хужалығы фәндәре кандидаты **Ивнәй Шафиҡовҡа** - 80 йәш.

17 - Башҡортостандың халыҡ яҙыусыһы, Рәсәйҙең тәбиғәтте һаҡлау отличнигы, С. Юлаев исемендәге дәүләт премияһы лауреаты, Салауат Юлаев ордены кавалеры **Ноғман Мусинға** - 85 йәш.

7 июлдә атаҡлы башҡорт сәсәне, йыраусы һәм ҡурайсы **Ишмөхәмәт сәсәндең** (Ишмөхәмәт Мырҙаҡаев) тыуыуына 235 йыл тула (1781-1878).

Фәүзиә ИҘЕЛБАЕВА.

УЙЛЫҒА - УЙ

БАШҠОРТ МИЛЛИ КЕЙЕМЕ...

һыуыҡтан, елдән, яман күҙҙән дә һаҡлаған

Аллаға шөкөр, ҡатын-ҡыҙҙарыбыҙ сәхнәлә генә түгел, тормошта ла башҡортса кейенә башланы. Кейем бит милләт тураһында телдән, исемдән дә алда белдерә. Башҡорт халҡының кейеменең матурлығы, зауыҡлығы тураһында күренекле рус сәйәхәтсеһе Иван Лепехин да яҙып ҡалдырған. Ә француз туристары башҡорт кейемдәре күргәҙмәһендә: "Һеҙҙә әйткәнсә: "Ҡарар иттем, күрһәттем, аптыраттым", - тип яҙып ҡалдырғандар.

Кейем ни өсөн кәрәк? Әлбиттә, һыуыҡтан, елдән, яман күҙҙән һаҡлау өсөн. Ләкин хәҙерге күлдәктәр икенсерәк шул. Өйөрөлөп бейеһәләр, балтыр, тубыҡтар ялтырай, ыштандары күренә. Ел иҫһә, итәктәре күтәрелеп, биттәрен ҡаплай һәм тағы ыштандарын шәйләйбеҙ... Ә бит башҡорт ҡатын-ҡыҙҙары үҙҙәренең иплелеге, инсафлығы менән айырылып торған. Шуға ла борон бөтә күлдәктәре лә елпелдәкле, кәштәкле, иҙеүле, ҡойроҡло булған. Әсәйем (ауылыбыҙҙа һәм тирә-яҡта билдәле тегенсе), мин бейей башлағас, әйтеп аңлатып, "ысын башҡорт күлдәге" тегеп бирҙе. Ҡултыҡ аҫтына кәштәк ҡуйҙы: ҡулдарҙы өҫкә күтәрһәң дә, итәк күтәрелмәй. Арт яҡ итәккә өҫтәмә ҡыяҡ индереп, ҡойроҡ итәкле итте: ни тиклем өйөрөлһәң дә, итәк күтәрелмәй, һыбай йөрөгәндә лә уңайлы. Күлдәк итәгенә биш елпелдәк һалды, ни тиклем күп, таҫмалы булһа - итәк шул тиклем ауыр, елдә күтәрелмәй, һыуыҡта тубыкка йылы була. Түш элмәле, иҙеүле була. Бала имеҙеүгә уңайлы - яға тура, муйынды ҡаплай. Башҡорт ҡатын-ҡыҙының селтәре лә шул уҡ функцияларҙы үтәй: ҡалын һәм ауыр. Түшкә һыуыҡ теймәй, елдә елпелдәп асылмай. Селтәрҙе ҡунаҡҡа, байрамға, туйға кейгәндәр: ул байлыҡты, дәрәжәне, ниндәй ырыуҙан булыуыңды күрһәткән. Ә ябай көндәлек тормошта барыһы ла күлдәк эсенән түшелдерек кейгән. Ул сепрәктән тегелә һәм түште ҡаплап тора, иҙеү асылһа ла түш ҡаплаулы һәм һаҡлаулы булған. Туйҙарҙа килен сәйендә түшелдерек таратылған. Мин бәләкәй ҡыҙымдың туйына 30 түшелдерек тегеп, әҙерләп алып барҙым. Ул да етмәй ҡалған, ҡоҙағыйым, өҫтәп, таҫма тараткан. Был Баймаҡ яҡтары йолаһы. Ә бына ҡубаләктәрҙә килен сәйендә сағыршылғандар шаршауға (килендекенә) аҡса, таҫма, ялыҡ таға...

Ә был фотола өләсәйемдән ҡалған селтәрҙе әсәйем табып төшкән. 1931 йылғы фото күсермәһе. Тамъян ырыу ҡыҙҙарының селтәрҙәре борон ошолай булған. Хәҙерге стилләштерелгән кейемдәр, стилләштерелгән селтәрҙәр эшләп, беҙ ысын башҡорт милли кейеменең үҙенсәлеген юғалтмайбыҙмы икән, тигән һорау борсой.

Гөлдәр ӘЛИБАЕВА,
Баймаҡ районы Билал ауылы.

НИМӘ? ҠАЙҘА? ҠАСАН?

✓12 июлгә тиклем Дәүләт Думаһына һайлауҙа ҡатнашасаҡ башҡа партиялар ҙа кандидаттарҙың федераль исемлеген һәм бер мандатлы округтар буйынса кандидаттар исемлеген тәҡдим итергә тейеш. "Берҙәм Рәсәй", КПРФ, "Гәҙел Рәсәй", ЛДПР үҙҙәренең кандидаттарын тәҡдим итте. Парламентҡа ҡарамаған партиялар съездарын 1-3 июлдә ойошторорға ниәтләй. Кандидаттар теркәлгән мәлдән алып агитация кампанияһы башлана.

✓Өфө ҡала Советына депутаттар һайлау 18 сентябргә тәғәйенләнгән. 29 июндә ҡала Советы ултырышында ошо хаҡта ҡарар ҡабул ителде. Өфөләргә 36 депутат һайларға кәрәк. Киләһе саҡырылыштан депутаттар корпусының вәкәләттәр ваҡыты биш йыл тәшкил итә. 2016 йылдың 16 майында берҙәм һайлау округы буйынса депутаттар һайлағанда кандидаттар исемлеген тәҡдим итеү шарттары үҙгәртелде. Хәҙер исемлектең дөйөм өлөшөнә һәр сәйәси партиянан өс кандидат инә ала.

✓Республика Башлығы Рөстәм Хәмитов указы менән 2017 йыл Башҡортостанда Экология һәм айырыуса һаҡланған тәбиғәт биләмәләре йылы тип иғлан ителде. Документҡа Рәсәй Президенты Владимир Путиндың "Рәсәй Федерацияһында Айырыуса һаҡланған тәбиғәт биләмәләре йылын үткәреү тураһында"ғы һәм "Рәсәй Федерацияһында Экология йылын үткәреү тураһында"ғы указдарына ярашлы ҡул ҡуйылды.

✓17 июлдә Мәскәүҙең "Коломенское" музей-ҡурсаулығында һабантуй үткәрелә. Һабантуй Мәскәүҙең Милли сәйәсәт, төбәк-ара бәйләнештәр һәм туризм департаменты ярҙамында уҙғарыла. Быйыл Мәскәү һабантуйында Башҡортостандан Илеш һәм Саҡмагош райондары ҡатнаша. "Коломенское" музей-ҡурсаулығының адресы: Мәскәү ҡалаһы, Андропов проспекты, 39-сы йорт, "Коломенская" станцияһы.

✓Июль айында республика Хөкүмәте ултырышында Башҡортостанда ғүмер оҙайлығын 70 йәштән 72-гә тиклем арттырыу буйынса саралар планы тикшереләсәк. "Беҙ ике, күп тигәндә өс йыл эсендә республикала уртаса ғүмер оҙайлығын ике йылға тиерлек арттырыу бурысын атҡарырға тейешбеҙ. Бының өсөн бөгөн һаулыҡ һаҡлау өлкәһендә ниҙәр барғанын, эш планын төҙөү һәм иң мөһиме - ошо планды тормошҡа ашырырға кәрәк", - тип белдерҙе Республика Башлығы Башҡортостан юлдаш телеканалына биргән интервьюһында.

"Башинформ"дан.

✓ Өфө - миллионлы ҡалалар араһында иң таҙа һәм йәшел ҡала. Бер кешегә бында 200 квадрат метр йәшеллек тура килә. Беҙ был байлыҡ менән ғорурланабыҙ, уны һаҡларға һәм арттырырға тырышабыҙ.

...ҒӘҘӘТТӘРЕ КҮРКӘМ

БАШ ҠАЛАБЫҘ...

туристарҙы йәлеп итә

Баш ҡала округы хакимиәте башлығы эргәһендәге сираттағы оператив кәңәшмәлә Сауҙа һәм хеҙмәттәрҙе координациялау идаралығы начальнигы Ольга Завьялова бәйән итеүенсә, 2011 йылдан алып туризм өлкәһендә хеҙмәт күрһәтеү күләменең тотороҡло рәүештә 7-12 процентҡа артыуы күҙәтелә.

Билдәләнеүенсә, бөгөн Өфө Рәсәйҙең иң популяр туристик йүнәлештәренең беренсе унауһы иҫәбенә инә. Баш ҡалаға килеүселәрҙең 80-90 проценты бизнес-туристар өлөшөнә тура килә. Уларҙың баш ҡалала булыуы мәлендә эшлекле программанан тыш, экскурсия турҙары ла ойошторола. Мәҫәлән, үткән аҙнала уҙған Рәсәй ҡалалары союзының иң яҡшы муниципаль тәжрибәләренең IV форумында ҡатнашыусы 300 кеше һәм ШОС һәм БРИКС илдәренең Беренсе йәштәр форумында ҡатнашыусы Һиндостан, Ҡытай, Үзбәкстан, Ҡаҙағстандан килгән 200 вәкил өсөн экскурсиялар ойошторолған.

- Илдә килеп тыуған иҡтисади шарттар һәм геосәйәси ваҡиғалар, бер яҡтан, туристик фирмаларҙың һаны кәмеүгә килтерһә лә, был эске туризм буйынса эшләүсе турфирмалар үҫеүенә булышлыҡ итте, - тине Ольга Геннадьевна. - Мәҫәлән, Өфө музейҙары замана турисының ихтыяжына йүнәлтелгән яңы программалар булдырып, яңы мөмкинлектәр тәҡдим итә: экспонаттарҙы кеҫә телефондары аша онлайн киңлектә ҡарарға, залдар буйлап виртуаль экскурсия ҡылырға була, - тине сығыш яһаусы. - Музейҙарҙағы Wi-Fi файҙалы мәғлүмәттәр тупланған ҡушымталар һәм аудиогид функцияһы менән ҡулланыу мөмкинлеген бирә.

Ольга Геннадьевна билдәләүенсә, былтыр музейҙарҙы 224 мең, 2014 йыл менән сағыштырғанда 14 меңгә күберәк кеше ҡараған. Шулай уҡ планетарий, лимонарий, ботаника баҡсаһы, "Облака" заманса сәнғәт үҙәгендә былтыр 175 мең кеше булған. Туристик ресурстарҙың булыуы - мөһим, әммә туризм индустрияһының берҙән-бер элементы түгел. Икенсе төп өлөш булып инфраструктура тора. Ә Өфөнөң ҡунаҡхана фонды 6443 урынлыҡ 106 ҡунаҡхана предприятиеһын тәшкил итә.

Туристик инфраструктураның мөһим өлөшө булып йәмәғәт туҡланыуы предприятиелары тора. Бөгөн баш ҡалала 40927 урынлы 693 предприятие бар. Әлеге ваҡытта ҡаланың күпселек рестирандары менюһына төп башҡорт милли кухняһы ризыҡтары индерелгән, шулай уҡ милли аш-һыу көндәрен үткәреү ҙә матур йолаға әүерелгән.

Баш ҡала сит ил туристарының да иғтибарын йәлеп итә. Былтырғы июнь-август менән сағыштырғанда, баш ҡалаға сит илдәрҙән алынған билеттар күләме 30 процентҡа артҡан. Быйыл Өфөгә иң күп турист Германиянан, шулай уҡ Бөйөк Британия, Швеция, Украина, испания, Дания, Канада, Төркиә, АҠШ, Францияна да сәйәхәтселәр киләсәк.

Земфира ХӘБИРОВА әҙерләне.

ЕТӘКСЕ ҺҮҘЕ

Үткән аҙнала Өфөлә Рәсәй ҡалалары союзының иң яҡшы муниципаль тәжрибәләренең IV форумы үтеүе, уның эшендә илебеҙҙең 68 ҡалаһынан, 45 муниципаль районынан, 48 субъекттан барлығы 400-ҙән ашыу кеше, шулай уҡ БДБ илдәренән, Ҡытай Халыҡ Республикаһынан, Көньяҡ Кореянан, Бөйөк Британиянан вәкилдәр ҡатнашып, сараның халыҡ-ара статусына эйә булыуы тураһында хәбәр иткәйнек инде. Форум ысын мәғәнәһендә тәжрибә уртаҡлашыу майҙанына әүерелде. Унда Өфөнөң иң яҡшы тәжрибә өлгөләре менән хакимиәт башлығы Ирек Ишмөхәмәт улы ЯЛАЛОВ таныштырҙы. Бөгөн уҡыусыларға ҡала мэрының сығышын тәҡдим итәбеҙ.

ҠАЛА ЭСЕНДӘГЕ ПАРК ТҮГЕЛ,

ә парк эсендәге ҡала буласаҡ!

- Өфө бер нисә йыл дауамында тотороҡло иҡтисади үҫеш кисерә һәм социаль өлкәләге йөкләмәләрен үтәй. Баш ҡала Рәсәйҙең тиҙ үҫешкән 25 ҡалаһы иҫәбенә инә, дөйөм рейтингта 18-се урынды биләй, миллионлы ҡалалар араһында 4-се урында тора. Былар барыһы ла баш ҡаланың ғына түгел, дөйөм Башҡортостандың иҡтисади һәм сәйәси тотороҡло хәл-торошон раҫлай.

Муниципалитеттың төп бурысы - ҡаланы йәшәү өсөн мөмкин тиклем уңайлы итеү. Бының өсөн даими рәүештә башҡа төбәктәрҙең һәм ҡалаларҙың тәжрибәләрен өйрәнеп, үҙебеҙҙә ҡулланабыҙ, беҙҙең ҡайһы бер эшмәкәрлегебеҙ федераль кимәлдә баһаланып, башҡа ҡалаларға таратыла.

Мәҫәлән, 2012 йылда ҡала хакимиәте тарафынан Йәмәғәт именлеге үҙәге бюджет учреждениеһы ойошторолдо. Ул РФ Эске эштәр министрлығы ҡарамағындағы хеҙмәткәрҙәрҙе һәм финанслауҙы ҡыҫҡартыуға бәйле мәжбүри килеп тыуҙы. Бөгөн Үҙәктә 321 кеше эшләй. Инспекторҙар хоҡуҡ боҙоуҙарҙы иҫкәртеү, рөхсәтһеҙ асылған уйын автоматтарын асыҡлау һ.б. менән шөғөлләнә. Уларға ике мең кешене үҙ эсенә алған халыҡ дружинаһы ярҙам итә. Һөҙөмтәлә былтыр үҫмерҙәр араһында хоҡуҡ боҙоу осраҡтары ҡырҡа кәмене, йәмәғәт урындарында хоҡуҡ боҙоуҙар - 7, төркөм енәйәтселеге 35 процентҡа әҙәйҙе. Йыл дауамында инспекторҙар тарафынан төҙөкләндереү ҡағиҙәләрен боҙған өсөн 24 мең протокол төҙөлдө. Быйыл яҙғыһын Мәскәүҙә үткән РФ Эске эштәр министрлығы коллегияһында Йәмәғәт именлеге үҙәге Рәсәйҙең башҡа төбәктәренә таратыу өсөн өлгө итеп билдәләнде.

Хәүефһеҙ ҡала программаһы граждандарҙың мәҙәни-тамаша сараларында тупланған урындарында видеокүҙәтеү системаһын индереүҙе күҙаллай. Былтыр киң спектрлы 120 видеокамера урынлаштырылды. Улар юғары һөҙөмтә менән эшләй һәм хатта автомобилдәрҙең номерын да танырға мөмкин.

Бынан тыш, ҡалала Берҙәм диспетчер үҙәге эшләй. Ул көнөнә 4,5 мең шылтыратыу ҡабул итергә һәләтле һәм шунда уҡ мәғлүмәт тейешле хеҙмәттәргә тапшырыла. Шулай уҡ ҡалала ғәҙәттән тыш хәл-ваҡиға килеп тыуғанда халыҡҡа хәбәр итеү ҙә улар яуаплылығында.

Янғынға ҡаршы федераль хеҙмәттәге ҡыҫҡартыуҙар башланғас, ҡала 9, уҡыу-күнекмә үҙәген дә ҡушҡанда, 10 янғын часын төҙөнө. Янғынға ҡаршы муниципаль частар ойошторолғандан алып янғын осраҡтары кәмеүе күҙәтелә. Былтыр, мәҫәлән, янғындар 4 процентҡа, йәғни 29 осраҡҡа кәмерәк теркәлгән. Был да Рәсәйҙең Ғәҙәттән тыш хәлдәр министрлығы тарафынан ыңғай баһаланған уникаль өлгө. Янғын частары заманса техника менән йыһазландырылған, янғын урынына килеү ваҡыты 10 минуттан артмаһа, янғын һүндереүҙең уртаса ваҡыты 15 минут тәшкил итә.

Халыҡтың именлеген тәьмин итеү тураһында һүҙ алып барғанда, юл хәрәкәтен ойоштороу мәсьәләһен бер нисек тә урап үтеп булмай. 2012 йылда "Аҡыллы ҡала" технологияларын индереү сиктәрендә юл хәрәкәте менән идара итеүҙең заманса диспетчер үҙәге ойошторолдо. Әлеге ваҡытта светофорҙар менән интеллектуаль идара итеү проекты тормошҡа ашырыла. Бөгөн 300 светофор объекты светодиодтар менән йыһазландырылған. Әйткәндәй, светодиод светофорҙар Өфөлә эшләнә. Бынан тыш, беҙ артыҡ сығымдар талап итмәгән, әммә юлдарҙағы көсөргәнеште кәметеү юлын таптыҡ. Атап әйткәндә, ул ҡала юл саттарында үткәреү мөмкинлеген арттырыуға булышлыҡ итеүсе уң яҡҡа боролоуҙар. Яңылыҡ һөҙөмтәһендә, республика ЮХХДИ мәғлүмәттәре буйынса, баш ҡалала аварииялар 20, ҡайһы бер участкаларҙа 50 процентҡа кәмегән.

Ҡаланың тағы бер уникаль тәжрибәһе - Ғәҙәттән тыш фонд. Ул, атамаһынан уҡ күренеүенсә, ғәҙәттән тыш хәл-торошта зыян күргән граждандарға ваҡытлыса уңайлы торлаҡ биреү, уларға килеп тыуған тормош шарттарына яраҡлашыуға ярҙам итеүгә нигеҙләнә. Уның дөйөм һыйҙырышлығы 550 кешегә иҫәпләнһә, бөгөнгә 95 кеше йәшәй. Тиҫтә йыл дауамында был фонд Рәсәйҙә беренсе һәм берҙән-бер булып тора. Былтыр ул Иң яҡшы муниципаль тәжрибәләр Бөтә Рәсәй конкурсы йомғаҡтары буйынса икенсе урын яуланы. Өсөнсө йыл рәттән Волга буйы федераль округындағы миллионлы ҡалалар араһында халыҡтың тормош именлеген тәьмин итеү буйынса смотр-конкурста беренсе урын яулайбыҙ.

Бынан тыш, Өфөлә яңы тыуған балаларҙан баш тартыуҙы профилактикалау, объекттарҙы төҙөгәндә инновацион технологиялар индереү, һөт кухнялары, мәғлүмәт-туристик үҙәктәр, IT-бизнес-инкубаторы эшмәкәрлеге, социаль ашханалар ойоштороу, йыл әйләнәһенә ауыл хужалығы йәрминкәләре үткәреү, воркаут, скейтборд менән шөғөлләнеү өсөн майҙансыҡтар төҙөү һ.б. проекттар тормошҡа ашырыла.

Өфө - миллионлы ҡалалар араһында иң таҙа һәм йәшел ҡала. Бер кешегә бында 200 квадрат метр йәшеллек тура килә. Беҙ был байлыҡ менән ғорурланабыҙ, уны һаҡларға һәм арттырырға тырышабыҙ. Һуңғы йылдарҙа парктарҙы төҙөкләндереү концепцияһын тормошҡа ашырабыҙ. Эш барышында уларҙа спорт һәм балалар майҙансыҡтары ла эшләнә. Һуңғы өс йылда 17 яңы ял зонаһы төҙөлһә, 21-е тулыһынса ремонтланды, ике музыкаль фонтан төҙөлдө. Күптән түгел беҙ концепцияны үҙгәрттек. Һәм уны Рәсәйҙә ноу-хау тип иҫәпләйбеҙ. Хәҙер беҙ Өфөнө парк эсендәге ҡала итергә ниәтләйбеҙ. Ҡала эсендә парктар булдырыу түгел, ә парк эсендәге ҡаланы үҫтереү маҡсатыбыҙ.

БАШ ҠАЛА ХӘБӘРҘӘРЕ

✓ Яңы уҡыу йылында Башҡорт дәүләт университетының башҡорт филологияһы һәм журналистика факультетында "Ғәмәли филология" йүнәлеше асыла. "Эске туризм өлкәһен филологик яҡтан тәьмин итеү" программаһы рус, инглиз, башҡорт һәм көнсығыш телдәрендә иркен аралашҡан тәржемәселәр һәм экскурсоводтар әҙерләүҙе тәьмин итәсәк.

✓ Башҡортостандан йәш химик Нью-Йоркта үткән Халыҡ-ара проект олимпиадаһында алтын миҙал яуланы. Республика башҡорт-лицей интернатының туғыҙынсы класын тамамлаған Арыҫлан Сәлихов "Фән" категорияһында еңеүсе булды. Уның бактерияларға ҡаршы хитозан пленкаһы тураһында ғилми тикшеренеүе 260-тан ашыу проект араһынан иң яҡшы унау иҫәбенә инде. Алтын миҙал менән бергә уҡыусыға Нью-Йорк университетында белем алыуға сертификат тапшырылды, тип хәбәр иттеләр республика Мәғариф министрлығының матбуғат хеҙмәтендә.

✓ "Көмөш Аҡбуҙат" Халыҡ-ара милли һәм этник кино фестивале сиктәрендә II башҡорт питчингы уҙғарыла, тип хәбәр итә республиканың Мәҙәниәт министрлығы. "Ҡыҫҡа метражлы уйын киноһы" категорияһында 30 минутлыҡ уйын фильмдарының сценарийҙары ҡабул ителә. Анкеталарҙы, сценарийҙарҙы 1 сентябргә тиклем 2pitching-ufa@mail.ru электрон адресына ебәрергә кәрәк. Еңеүселәргә 50, 30 һәм 20 мең һумлыҡ сертификаттар тапшырыла. Белешмә өсөн телефон: 8-963-143-68-29, 8-960-800-80-80.

✓ Бөтә Рәсәй ауыл хужалығы иҫәбен алыуҙың ҡыҙыу линияһы эш башланы. 8 800 707 2016 номерына шылтыратыусылар үҙ һорауҙарына яуап ала ала. Бәйләнеш үҙәге 27 июндән 15 августҡаса ял көндәрһеҙ Мәскәү ваҡыты буйынса иртәнге сәғәт 9-ҙан киске 9-ға тиклем эшләй. Рәсәй биләмәһендә шылтыратыуҙар бушлай. Бөтә Рәсәй ауыл хужалығы иҫәбен алыу 1 июлдән 15 августҡа тиклем дауам итә. Башҡортостанда 1,2 миллион объектты теркәү күҙҙә тотола. Кампанияға ике меңдән ашыу иҫәп алыусы йәлеп ителгән.

✓ 1 июлдән Өфөлә электр транспортында ҡулаҡса менән түләүселәр өсөн хаҡ арта. Шул көндән улар өсөн трамвайҙа һәм троллейбуста йөрөү - 22 һум. Муниципаль электр транспорты идаралығының транспорт картаһы һәм банк карталары буйынса юл хаҡы 18 һумға төшә. Льгота буйынса социаль пластик карта менән 13, уҡыусылар өсөн 10 һум тәшкил итә. Багаж хаҡы 13 һум.

✓ *"Әммә ордендар келәтендә Шайморатовтың наградаһы ла һаҡланыуы беҙҙең өсөн уңышлы осраҡ булды. Сөнки СССР-ҙың бик күп дәүләт наградалары утилләштерелеп, Рәсәйҙең яңы наградаларын ҡойоу маҡсатында файҙаланылған."*

ЯҠШЫ ХӘБӘР!

ГЕНЕРАЛ БҮЛӘГЕ...

Башҡортостанына ҡайтты

(Башы 1-се биттә).

Рөстәм Шәриф улының һүҙҙәре айырыуса тетрәтте: "Әлегә тиклем генералдың яҡты донъя менән хушлашҡан көнө билдәле түгел. Тарихсыларға эш етерлек был тәңгәлдә. Әммә ордендар келәтендә Шайморатовтың наградаһы ла һаҡланыуы беҙҙең өсөн уңышлы осраҡ булды. Сөнки 1990 йылдар башында, үкенескә күрә, СССР-ҙың бик күп дәүләт наградалары утилләштерелеп, Рәсәйҙең яңы наградаларын ҡойоу маҡсатында файҙаланылған. Ә бына генералдың бүләге һаҡланған!.."

Ҡыҙыл Йондоҙ ордены менән бүләкләнеүселәр күп ул Рәсәй тарихында, хатта өсәр, бишәр тапҡыр наградланғандар ҙа бар. Әммә тап легендар генералдың ордены һаҡланыуы беҙҙең өсөн тарихи әһәмиәткә эйә. Хәҙер дәүләт бүләге Башҡортостандың Милли музейында һаҡланасаҡ.

Башҡортостанда Владимир Мединский Рәсәй Мәҙәниәт министрлығы ҡарамағындағы Мәҙәниәт буйынса координация советының XXIII ултырышын да уҙғарҙы. Унда ватандың һәр төбәгенән мәҙәниәт министрҙары, бүлек етәкселәре ҡатнашты. Сараның тап Башҡортостанда ойошторолоуы юҡҡа түгел. Владимир Ростиславович әйтеүенә ҡарағанда, ауыл ерендәге мәҙәни усаҡтарҙың һаҡланыуы буйынса республикабыҙға еткән төбәк юҡ. Әйткәндәй, йыл аҙағына тиклем беҙҙә тағы ла 15 ауыл клубын асыу күҙҙә тотола. Тарих фәндәре докторы булараҡ, Владимир Мединский төбәктәрҙәге хәрби-тарихи ойошмалар әүҙемлегенә һәр саҡ таянасағын әйтте. Ошо уңайҙан ул Бөйөк Еңеүҙең 70 йыллығына бағышланған мәҙәни сараларҙы ойошторған етәкселәргә рәхмәтен белдерҙе. Рәсәй Президенты Хакимиәте башлығы Сергей Ивановтың Рәхмәт хаттары З. Исмәғилев исемендәге Өфө дәүләт сәнғәт институты доценты Фәнзир Ниғмәтйәновҡа, Хәрби дан музейы директоры Илшат Үтәевкә, 112-се Башҡорт кавалерия дивизияһы музейы директоры Салауат Сирғәлинға, Республика халыҡ ижады үҙәге директоры Байрас Ишбирҙингә тапшырылды. Ә инде йәштәрҙе илһөйәрлек рухында тәрбиәләүгә күп күп көс һалған өсөн "Рәсәй патриоты" иҫтәлекле миҙалы менән Башҡортостандың мәҙәниәт министры Әминә Шафиҡова, Ҡырмыҫҡалы районы хакимиәте башлығы Фәнзил Сынғыҙов, Милли музей директоры Ғәли Вәлиуллин бүләкләнде.

Сара Шайморатов генералдың һәйкәленә сәскәләр һалыу менән дауам итте. Мәҙәниәт буйынса координация советы ултырышы сиктәрендә ватандың төрлө төбәктәренән йыйылған мәҙәниәт хеҙмәткәрҙәре Ҡырмыҫҡалы районындағы Илтирәк ауыл клубының эшмәкәрлеге менән танышты, "Сыңла, салғы!" республика фольклор байрамында, Х. Әхмәтов исемендәге Башҡорт дәүләт филармонияһында Бөтә Рәсәй виртуаль концерт залының исем туйында, "Симфоник төн" концертында ҡатнашты.

Лариса АБДУЛЛИНА.

БЕЛЕМ УСАҒЫ

ҮҘАЛЛЫ ТОРМОШ ЮЛЫНА...

Үткән аҙнала республиканың төрлө белем усаҡтарында сығарылыш синыф уҡыусыларына урта дөйөм белем тураһындағы документтарҙы тапшырыу тантаналары уҙҙы. Башҡортостанда Берҙәм дәүләт имтиханын 20842 кеше тапшырҙы, улар араһынан 18956-һы быйылғы сығарылыш уҡыусылары, ҡалғандары мәктәпте алдағы йылдарҙа тамамлаған йәштәр. Баш ҡала уҡыусылары ла дәррәү генә Берҙәм дәүләт имтихандарын тапшырып бөтөп, ҡулдарына ун бер йыл тырышып уҡыу һөҙөмтәләрен сағылдырған аттестаттар алды.

Р. Ғарипов исемендәге 1-се Башҡорт республика гимназия-интернатының ун беренсе синыф уҡыусылары быйыл да үҙҙәренең сығарылыш тантанаһын М. Ғафури исемендәге Башҡорт дәүләт драма театры бинаһында үткәрҙе. Быйылғы етмеш беренсе сығарылыш тантанаһында 172 уҡыусыға урта дөйөм белем биреү тураһындағы документ тапшырылды, шулар араһынан ун уҡыусы "Алтын миҙал"ға лайыҡ булды.

Театр фойеһында бер-береһен ҡотлап, уңыштар теләп, гөрләшеп йөрөгән уҡыусыларҙы бер аҙ уйға һалып, киләсәк тормоштарын нисек күҙ алдына килтереүҙәре тураһында һораштырҙыҡ. Күптәр үҙҙәре теләгән юғары уҡыу йортона уҡырға инеү маҡсаты хаҡында һөйләне. Берҙәм дәүләт имтихандарын тапшырып бөтөп, белем кимәлен һынаған уҡыусылар Өфө, Мәскәү һәм Санкт-Петербург вуздарында уҡыясағына ышаныусын белдерҙе. Ниндәй һөнәр һайлауға ҡарамаҫтан, был сығарылыш уҡыусыларының да намыҫлы хеҙмәткәр, яҡшы ғаилә башлығы, илһөйәр, туған халҡының мәнфәғәтен ҡайғыртып йәшәр кешеләр булып үҫеп етәсәк икәненә иманыбыҙ камил. Сөнки гимназияла уларҙың күңеленә ошо ҡиммәттәр, рух һалынған. Быға Рәил Сәфәрғәлин менән булған ҡыҫҡа ғына әңгәмә ваҡытында тағы бер ҡат инанырға тура килде. "Ниндәй һөнәр үҙләштерәсәкһең?" тигән һорауға ул: "Ҡайһы ҡаланың юғары уҡыу йортона уҡырға инһәм дә, химия уҡытыусыһы һөнәрен үҙләштереп, Башҡортостаныма ҡайтып, балаларға белем бирәсәкмен", - тип яуапланы.

ӘЙТКӘНДӘЙ...

Быйыл республиканың дәүләт юғары уҡыу йорттары һәм уларҙың филиалдарында 10403 кешегә бюджет урыны бүленгән. Шул иҫәптән 6233 урын - бакалавр программаһы өсөн, 1518 урын - специалитет, 2652 урын магистрҙарға тәғәйенләнгән. Көндөҙгө бүлеккә бюджет нигеҙендә уҡырға инергә теләгән абитуриенттар 26 июлгә тиклем документтар тапшырып өлгөрөргә тейеш.

ИШЕТТЕГЕҘМЕ ӘЛЕ?

БЕҘҘЕКЕЛӘР - ЕҢЕҮСЕ!

Башҡортостандың биш дөйөм белем биреү мәктәбе 2016-2020 йылдарҙа мәғарифты үҫтереүҙең федераль маҡсатлы программаһының конкурс буйынса һайлап алыуында еңеп сыҡты. Быйыл улар үҙҙәренең проекттарын тормошҡа ашырыу өсөн федераль грант аласаҡ.

Мәғариф министрлығы мәғлүмәттәре буйынса, "Инициативалы инновация проекты" номинацияһында Республика политехник лицей-интернаты һәм Рәми Ғарипов исемендәге 1-се Башҡорт республика гимназия-интернаты еңеү яуланы. Сибай гимназия-интернаты һәм Стәрлетамаҡтағы 1-се гимназия "Мәктәп китапханаһын үҫтереү" номинацияһында иң яҡшыларҙан тип танылды. "Башланғыс дөйөм белем биреү программаларын тормошҡа ашырғанда яңы педагогик технологияларҙы әҙерләү, һынау, индереү" номинацияһында Учалы районының 1-се башҡорт лицейы еңеүсе булды.

ӘСӘЛЕК КАПИТАЛЫНАН...

Ил Президенты В.В. Путин әсәлек капиталы иҫәбенә бер тапҡыр 25 мең һум күләмендә түләү тураһында законға ҡул ҡуйҙы.

Әсәлек капиталына сертификат алған йә булмаһа ошо йылдың 30 сентябренә был хоҡуҡҡа эйә буласаҡ бөтөн ғаиләләр капитал суммаһын уның төп йүнәлештәре буйынса тотонмаған булһа, әлеге 25 мең күләмендә түләүҙе алыу өсөн мөрәжәғәт итә алалар. Ғаилә әсәлек капиталының берәй өлөшөн тотонған һәм ҡалған сумма 25 меңдән кәм булған хәлдә улар ҙа ошо ҡалған аҡсаны алыу өсөн ғариза яҙа ала. Әсәлек капиталы хужалары бер тапҡыр түләнә торған был сумманы алыу өсөн Рәсәй Пенсия фонды идаралығына йәки дәүләт һәм муниципаль хеҙмәттәр күрһәтеүсе күп функциялы үҙәккә ошо йылдың 30 ноябренән дә ҡалмай ғариза менән мөрәжәғәт итергә тейеш.

Рәсәй Пенсия фондының БР буйынса идараһыһы Ф. Хантимеров әйтеүенсә, республикала әсәлек капиталы тураһында закон ғәмәлгә ингәндән алып бөтәһе 241 900 дәүләт сертификаты тапшырылған. Әсәлек капиталы сараларын күсереүгә 63,1 млрд һум, шул иҫәптән торлаҡ шарттарын яҡшыртыуға - 60 млрд һум, ә бер тапҡыр түләүҙәр өсөн 2,8 млрд һум аҡса күсерелгән.

Рәсәй Пенсия фонды БР буйынса бүлексәһенең матбуғат хеҙмәте.

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.

Катаракта

❖ Сөйәл үләне (чистотел) тамырын ҡырҡып, ҡырҡылған урында барлыҡҡа килгән ҡыҙғылт һары һутты бысаҡ менән йыйып алып, 2 тамсы һутты 1 ҡалаҡ балға ҡушып, иртәле-кисле ауырыу күҙҙәргә һөртөргә. 8 көн дауам иткәс, катаракта бөткәнсе аҙнаһына бер тапҡыр һөртөгөҙ.

❖ Һуғанды ҡырғыстан ҡырып, бер нисә ҡат марля аша һөҙөргә һәм күҙҙәргә иртәле-кисле тамыҙырға. Һуған һутын быяла һауытта, һыуытҡыстың иң аҫҡы кәштәһендә һаҡларға.

❖ Катаракта мәлендә ҡуйы йәшел сәй эсеү файҙалы. Ул күреү һәләтен дә яҡшырта. Көнөнә 2-3 тапҡыр 10 минутҡа күҙ ҡабаҡтарына йәшел сәйҙә сылатылған тампон һалырға.

❖ 3 балғалаҡ календула сәскәһен ярты литр һыу менән термоста төнәтәләр, 1-2 сәғәттән һөҙәләр, көнөнә 4 тапҡыр яртышар стакан эсәләр. Күҙҙе йыуыу өсөн дә ҡулланығыҙ.

❖ Катаракта башланып ҡына торған мәлдә 1 балғалаҡ балға 1 стакан һыу ҡойорға, 5 минут талғын утта ҡайнатырға, һөҙөргә һәм көнөнә 3-4 тапҡыр күҙҙәргә сылатҡыс һалырға.

Остеохондроз

❖ Остеохондроз мәлендә һуған ашы хәлегеҙҙе яҡшыртыр. Эмаль кәстрүлгә бер аҙ үҫемлек майы ҡойоп, уға ҙур ғына һуғанды турап һалырға, ярты литр ҡайнатып һыуытылған һыу ҡойорға. Ҡайнау хәленә еткергәс, 40-50 минут буйы бешерергә, болғатып торорға. Һуңынан һуған ашын тоҙһоҙ һәм тәмләткестәрһеҙ ашарға. Иртәнге һәм төшкө ашҡа ай буйы ашарға.

❖ Июнь айында өҙөлгән әстерхан сәтләүеге япрағы ла остеохондроздан, шулай уҡ бөйөрҙә таштар булғанда файҙалы. 10 япраҡҡа 1 литр ҡайнар һыу ҡойорға, 6 сәғәт төнәтергә, һөҙөргә һәм ашар алдынан 1 сәғәт алда 1/3 стакан эсергә. Дауаланыу курсы - 25 көн. Көн һайын яңы төнәтмә әҙерләргә. Курс бөткәндән һуң 5 көн ял итәбеҙ, һуңынан тағы ла 10 көн дауаланабыҙ. Шулай 10 көнлөк курстар менән сәләмәтлек яҡшырғанға тиклем дауам итәбеҙ.

Айбикә ЯҠУПОВА.

✓ Ул һанаулы ғына ваҡыт эсендә нисек күберәк аҡса эшләргә, кәрәкмәгән әйберҙән ҡотолоп, кәрәклеһен алырға өйрәтте. Отҡорлоҡ, зирәклек, етеҙлек һәм кеше менән аралаша белеү талап иткән был уйын барыһына ла оҡшаны.

ЙОЛАЛАРЫБЫҘ

БАЛА ҺАТЫП АЛЫУ

Әгәр бер ғаиләлә ҡыҙ бала тыуып-тыуып, бер ир бала донъяға килһә, ғүмере оҙон, атаһына иш булһын, тип, тыуыуы менән уны тәҙрә аша һатып алалар.

Баланы "һатҡанда", "һатыусы" (кендек инәһе) шулай тип һамаҡлай:

- Ергә һалдым - Ер алмай,
Күккә сөйҙөм - ҡош алмай,
Эткә һалдым - эт алмай,
Бала һатам, кем ала?
Бала һатам, кем ала?

Атай кеше:

- Бала һатһаң, мин алам,
Нимәһе менән һатаң?

"Һатыусы":

- Ғүмере менән һатам,
Бәхете менән һатам.

Атай кеше:

- Нимәһе менән һатаң?

"Һатыусы":

- Ғүмере менән һатам,
Бәхете менән һатам.

Атай кеше:

- Нимәһе менән һатаң?

"Һатыусы":

- Ғүмере менән һатам,
Бәхете менән һатам.

Атай кеше:

- Бала һатһаң, миңә һат,
Ғүмере менән бергә һат,
Бәхете менән бергә һат.
Һебәнәнә тун бирәм,*
Уға ҡушып мал бирәм.

Шулай тип, үҙенең балаһын үҙе һатып ала.

"МИҢ"ЛЕ ИСЕМ

Тыуған сағында бала миңле булмауы ла мөмкин. Өс-дүрт аҙна үткәс, тәнендә ҡыҙыл миңдәр барлыҡҡа килә. Күберәк баланың маңлайында, елкәһендә, ҡолаҡ артында була. Миң аҙып (таралып) китмәһен өсөн, баланың исеменә "миң" һүҙе өҫтәйҙәр. Мәҫәлән, "Зилә" булһа - "Миңзилә", "Рауза" булһа - "Миңлерауза" тип йөрөтәләр.

Баланың күҙендә миңе булһа, мөрйәнән ҡысҡырғандар. Исеме Әнисә икән, ти. Ул саҡта мөрйәнән: "Исемең Миңләнисә булһын!" - тип ҡысҡыралар. Шулай итмәһәң, миңе аҙа, ти.

ҒҮМЕРЛЕ ИСЕМ

Балаға йәлсемәгән кешеләр, бала оҙон ғүмерле, сыҙамлы булһын өсөн исем ҡушҡанда, шул теләктәрҙе исемгә лә һалғандар: Йәнгәлә, Йәнебай, Ғүмерҙаҡ, Ғүмәр, Йәнтимер, Тимерйән, Таштимер, Тимербикә, Йәнбикә.

ҮРСЕМ ТУҠТАТҠЫС ИСЕМ

Әгәр ҙә берәйһенең балалары күбәйеп китһә, Туҡтабикә, Туҡтағол кеүек исемдәр ҡушырға кәрәк. Шунан башҡа бала булмай.

Исем ҡушҡас әйтелә торған һүҙҙәр:

Атын мин бирҙем,
Йәшен Алла бирһен.
Балаға исем ҡуштыҡ -
Донъя гиҙәһе генә ҡалды.

"Башҡорт халыҡ ижады"нан.

*Һебә - бүләк, хәйер.

ЙӘШЛЕК ЙӘШНӘҮҘӘРЕ

Заманалар ниндәй генә булмаһын, милләтебеҙҙең аҫаба рухлы, сая йөрәкле, үҙе артынан башҡаларҙы әйҙәй алырлыҡ йәштәре булған һәм буласаҡ. Төрлө төбәк йәштәренең ошондай сағыу вәкилдәрен берләштереп, үҙ-ара дуҫлыҡты нығытыу, тәжрибә уртаҡлашыу, башҡорт халҡының милли мәҙәниәтен һәм рухи-әхлаҡи ҡиммәттәрен, сәләмәт йәшәү рәүешен пропагандалау, төбәк-ара бәйләнештәрҙе нығытыу маҡсатында Баймаҡ районы Граф күле буйында "Башҡорт йәштәре дуҫтарын йыя" исемле асыҡ йәштәр форумы үтте. Уны Бөтөн донъя башҡорттары ҡоролтайы Башҡарма комитеты, Мәҙәниәт, Йәштәр сәйәсәте һәм спорт министрлыҡтары Баймаҡ районы хакимиәте менән берлектә ойошторҙо. Байрамға Башҡортостан һәм күрше төбәктәр йәштәре саҡырылды.

КҮҢЕЛ АСТЫЛАР ҺӘМ...

фәһем, тәжрибә лә үҙләштерҙеләр

Сараның иң күркәм өлөшө, әлбиттә, режиссер Әлмира Ҡыуатова әҙерләгән "Заман! Йәшлек! Дуҫлыҡ!" тип аталған вокал-хореографик композиция һәм театрлаштырылған тамаша булды. Ул милләтебеҙ ғорурлығы "Урал батыр" эпосынан башланып, йәш-елкенсәкте Асыҡ йәштәр форумына йыйыу тураһында фарман таратылыуын сағылдырған йыр-бейеү композицияһына әүерелде, башҡорт халыҡ йыры "Уралым" дәртле бейеү менән алмашынды. Ҡунаҡтар - Бөтөн донъя башҡорттары ҡоролтайы Башҡарма комитеты рәйесе Әмир Ишемғолов, РФ Дәүләт Думаһы депутаты Зөһрә Рәхмәтуллина, БР Мосолмандары диниә назаратының йәштәр бүлеге етәксеһе Айнур Арыҫланов, БР буйынса Суд приставтары федераль хеҙмәте идаралығы етәксеһе Зариф Байғусҡаров һәм Баймаҡ районы хакимиәте башлығы Илшат Ситдыҡов форумда ҡатнашыусыларҙы ихлас сәләмләне, йәштәрҙе берҙәмлеккә әйҙәне. Айнур Арыҫланов әүлиәләр, шаһиттар, дин юлында мәрхүм булғандар рухына аят бағышланы.

Артабан Буранбай ауылының "Еҙ үксә" өлгөлө ансамбле егеттәре башҡарыуындағы "Аттарҙа саба малайҙар" йыры аҫтында сәхнә алдынан һыбайлылар, төрлө трюктар күрһәтеп, елеп үтте. Улар араһында ҡыйыу йөрәкле Снежана Таймаҫова исемле ҡыҙҙың да булыуы тамашасыны хайран итте. Артынса төрки халыҡтарының милли "Ылаҡ" уйыны сәхнә янына ҡабаттан дәртле тамашасыны йыйҙы. Уйын шарты буйынса көҙә түшкәһе етеҙ, өлгөр бөрйән һәм ҡыпсаҡ ырыуҙарының командалары араһында ҡулдан-ҡулға күсеп йөрөй торғас, уйын бөрйәндәр файҙаһына 2:0 иҫәбе менән тамамланып ҡуйҙы. Көйәрмән тамашасылар бөтә хис-тойғоларын сығарып, үҙенә оҡшаған команда өсөн көйҙө-янды. Бүтән майҙансыҡтарҙа милли көрәш, тоҡ менән һуғышыу, бағанаға үрмәләү, гер күтәреү кеүек халыҡ уйындарында ла тәүәккәл, сәмле, дәртле йәштәр ихлас үҙ көстәрен һынаны.

Заманында легендар "Каруанһарай" төркөмө барлыҡҡа килеп, халыҡты милли асылыбыҙға ҡайтарырҙай рухлы йырҙары менән йөрәктәрҙе һөйөү уятҡайны. Әле сәхнәгә "Далан" төркөмө күтәрелеп, "Ай-һай, Салауат!" йырын башҡарыуы ана шул дауыллы йылдарға алып ҡайтты. Бына сәхнәгә илебеҙҙең һөйөклө улдары Салауат Юлаев, Әхмәтзәки Вәлиди, Рәми Ғарипов, Буранбай сәсән, Урал батыр образдарын һынландырыусы артистар берәм-берәм күтәрелә. Ҡурай моно аҫтында һәр берәһенең яҡты киләсәккә әйҙәгән шиғри телмәре йоҡлаған аңдарыбыҙҙы уятып, уяуыраҡ булырға, ғәфләттән арынырға әйҙәй. Артабан сәхнә түрен төрлө райондарҙан килгән һәүәҫкәр артистар биләне.

Күҙ алдынан халҡыбыҙҙың йәшәү йүнәлешен күрһәткән улдарҙың образдары китмәне. Республикала иң тәүге Салауат йыйынын үткәреүсе, бөгөнгө тамашаның режиссеры Әлмира Ҡыуатова билдәләүенсә, рухты үткәндәр уята. "Шуның өсөн дә сәхнәгә тарихи шәхестәребеҙҙе сығарырға булдыҡ. Бында Сибай филармонияһы артистары ярҙамға килде. Был ерҙә рух, сал быуатлы тарих үҙе йәшәй. Беҙ, күп һөйләмәй генә, батырҙарҙы, аттарҙы, Тоньяҡ амурҙарын күрһәтеп, бөгөнгө йәштәребеҙҙә рухты уятырға ынтылдыҡ", - ти ул.

Форумдың маҡсаты - йәштәрҙең ялын мауыҡтырғыс ҡына түгел, файҙалы ла итеп ойоштороу ине. Ошо йәһәттән тренингтар, түңәрәк өҫтәл артында һөйләшеүҙәр, оҫталыҡ дәрестәре бик ҡыҙыҡлы һәм йәнле барҙы. Мәҫәлән, "Инициативалы йәштәргә дәүләт ярҙамы күрһәтеү" оҫталыҡ дәресендә эшҡыуарҙар нисек үҙ эшенде асырға өйрәтте. Салауат ҡалаһынан бизнес-проекттар етәксеһе Рөстәм Хәмәтшин эшҡыуарлыҡ нескәлектәре, кәрәкле документтар, осраған ҡаршылыҡтар хаҡында һөйләне, һорауҙарға яуап бирҙе. Мәскәү ҡалаһынан иҡтисадсы-эксперт Рөстәм Дәүләтбаев үткәргән "Үҙ эшеңде асыуҙың юридик аспекттары" тренингы, "Шаймораттар" уйыны менән байытылып, үтә лә мауыҡтырғыс булды. Был уйын менән ул һанаулы ғына ваҡыт эсендә нисек күберәк аҡса эшләргә, кәрәкмәгән әйберҙән ҡотолоп, кәрәкле әйбер һатып алырға өйрәтте. Отҡорлоҡ, зирәклек, етеҙлек һәм кеше менән аралаша белеү талап иткән был уйын барыһына ла оҡшаны.

"Башҡорт халҡының үткәне, бөгөнгөһө, киләсәге" темаһына ойошторолған түңәрәк ҡор аҙ ҙур ғына аудитория йыйҙы, йәштәребеҙҙең бөгөнгө көн менән генә йәшәмәй, тарихты ла яҡшы белеүен, киләсәккә лә аныҡ ҡарашлы булыуын иҫбатланы. Факел яҡтыһында Башҡорт йәштәренең Бөтә Рәсәй ҡоролтайына алыу тантанаһында йәштәр тыуған ергә, илгә мәңге тоғро булырға ысын күңелдән ант итте. Ике көн буйы рәхәтләнеп көс тә һынашҡан, күңелле ял да иткән, фәһем дә алған йәштәр йәмле Граф буйҙарын түңәрәк килтергәндән һуң, киләсәктә тағы ла йыйылыраҡ осрашыу, аралашыу ниәтендә бер-береһе менән йылы, ихлас хушлашты.

Айгөл ИҘЕЛБАЕВА.

✓ *"Көнһәл әл-әхбәр" тигән төрөк сығанағында башҡорттарҙың ҡасандыр 70 ҡалаһы һәм ҡәлғәһе булыуы әйтелә. V быуаттан алып XVI быуат уртаһына тиклем йәшәгән Өфө-II был ҡалалар араһында иң ҙуры һәм үҙәктәгеһе булып һанала.*

ТАРИХИ ХӘҠИҠӘТ

ХАЛЫҠ УЛЫ БУЛЫУЫН...

һүҙ менән түгел, эш менән дәлилләне

Башҡорт халҡының, ырыуҙарының һәм уларҙың үҫешенең тарихын төплө һәм фактик рәүештә өйрәнеүсе, уларҙы халыҡҡа еткереүсе, баҫмалар ижад итеүсе ғалимдарыбыҙ, тарихсыларыбыҙ күп түгел. Улар алтын бәрәбәренә булып, киләсәктә милләт хәтерен һынландырыр китаптары ла ҡәҙерләп һаҡлана. Шундай шәхестәребеҙҙең береһе Йәдкәр Әхәт улы Бәшировтың "Урал һәм Волга буйы халыҡтары тарихына яңы ҡараш" тигән тикшеренеү хеҙмәте тарихтың ҡайһы бер биттәренә яңы ҡараш, яңы фекер тыуҙырҙы. Баҫманы өйрәнгәндән һуң, ҡайһы бер ҡыҙыҡһындырған һорауҙарҙы уның үҙенә лә бирҙек.

➔ Йәдкәр ағай, беҙ һеҙҙе татар милләтенән, тип беләбеҙ, ә һеҙ башҡорт тарихы хаҡында шундай ҙур хеҙмәт яҙғанһығыҙ. Был фәндең милләт айырмауы билдәһеме, әллә икенсе төрлө аңлатма бармы быға?

- Әйҙәгеҙ, асыҡлайыҡ һуң улай булғас. Мин Башҡортостанда, Көйөргәҙе районының Яңы Аллабирҙе ауылында тыуғанмын. Метрика ҡағыҙында "татар" тип яҙылғанмын. Башта Ырымбур өлкәһенең Троицк районында - урыҫ, артабан VII кластан һуң Мораптал урта мәктәбендә татар класында уҡып, аттестат алдым. Яҙышҡанымды, төбәк, халыҡ яҙмышы менән ҡыҙыҡһынғанымды белгәнлектән, 2004 йылда ауылдаштар менән осрашыу алдынан ауылыбыҙҙың тарихын яҙыуымды үтенделәр. Шул мәлдән тыуған ерем тарихын Өфө, Ырымбур, Ҡаҙан архивтарында ҡаҙынып өйрәнә башланым. Атай-әсәйемдең, нәҫелемдең башҡорт милләтенән икәнлеге архивтарҙағы "Ревизские сказки" тип аталған документтарҙан, метрика һәм никах ҡағыҙҙарынан билдәле булды. Мине ниңә татар тип яҙҙырғандарҙыр - белмәйем. Шуға күрә, ауыл тарихы менән ҡыҙыҡһына башлағанға тиклем үҙемде татар тип иҫәпләнем. Ә инде уны төплөрәк өйрәнеү, әлбиттә, башҡорт һәм татарҙарҙың ҡайҙан килеп сығыуын асыҡлауға этәрҙе. Үҙҙемә бик күп һорауҙар биреп, уларға яуап эҙләнем. Күңелемдә тыуған ҡаршылыҡлы тойғоларҙы аңларға, ҡайһы берҙәрен хатта еңергә кәрәк булды. Ғөмүмән, психологик һынылыш кисерҙем, был минең өсөн еңел булманы. Һөҙөмтәлә тыуған яғымдың тарихын сағылдырған "Быуаттар ҡатламы аша" тип аталған китабым донъя күрҙе.

➔ Башҡорт һәм болғар атамаларының бәйләнешен төрлөсә дәлилләйҙәр. Һеҙҙең китапта ул нисек бирелә?

- VII быуаттың уртаһында көнбайыш төрөк ҡағанаты йәшәүҙән туҡтай һәм уны Европа өлөшөндә Дуло династияһы етәкләгән Болғар дәүләте, Ашин төрөктәре династияһы етәкләгән Хазар дәүләте барлыҡҡа килә. Ошо саҡта башҡорттарҙың боронғо ата-бабаларын тәшкил итеүсе ҡәбиләләр төркиҙәр һәм болғарҙар килгәнсе үк көнсығыш Европа һәм урта Волга буйын биләй. Болғарҙар һан яғынан һәм хәрби көс буйынса хазарҙарға ҡарағанда күпкә юғары була. Урта Волга буйына килгән хазар болғарҙары яйлап урындағы көнбайыш башҡорттары менән ҡушыла. Хазар Болғары составына ингән болғар ҡәбиләләре артабан бер дәүләттең халҡы булып китә. Бында "болғар" атамаһы йыйылма этноним ролен үтәй.

Болғарҙарға башҡорттарҙың боронғо ата-бабалары булған хонтурсылар, унығырҙар, утриғорҙар, ҡотриғурҙар, биләрҙәр, бөрйәндәр, шулай уҡ сыуаштар, фин-уғыр вәкилдәре һ.б. ҡараған. Башҡорттарҙың боронғо ата-бабаларына ҡараған хотурсылар, биләрҙәр, бөрйәндәр вәкилдәренең Болғарҙың хакимы булып китеүе хаҡында Салауат Хәмиҙуллиндың фекере менән тулыһынса килешәм, ханлыҡҡа ҡараған башҡа ҡәбиләләр араһында улар көүек ҡеүәткә эйә берәмектәр булмай. Шуға күрә лә "болғар" атамаһы тиҙҙән телдән төшөп ҡала башлай. VII быуаттан үҙаллы боронғо башҡорт дәүләттәре, конфедерацияға берләшеп, Тамта дәүләтен барлыҡҡа килтерә. Ә инде XI-XII быуаттарҙа легендар юлбашсы Башҡорт хан тарих аренаһына сыҡҡас, күп кенә ырыу-ҡәбиләләр уның ҡанаты аҫтында Евразияның төньяғында бөйөк державаны барлыҡҡа килтерә. Боронғо башҡорттарҙың ата-бабаларын тәшкил итеүсе уғырҙар "башҡорт" атамаһын ала. Бөйөк Башҡорт иленә Урта Волга - Урал - Евразияның Көнбайыш Себер өлөшөндә йәшәүсе табын, барын, бөрйән, ғәйнә, иштәк, бәшәнәк һәм башҡа ҡәбиләләр инә. Мәшһүр әрмән тарихсыһы Гевонд яҙыуынса, был дәүләттең төп халҡын башҡорттарҙың боронғо ата-бабаларынан хонтурсылар, бүләрҙәр, ҡоман-ҡыпсаҡтар, бөрйәндәр тәшкил иткән.

➔ Башҡорт ҡалаһының бөгөнгө Өфө ерлегендә булыуын һеҙ ҙә иҫбатлайһығыҙ, шулай бит?

- XIV быуаттың карталарын өйрәнеүсе Ф.К. Брун боронғо Паскарти (Башҡорт) ҡалаһын башҡорттар менән бәйләгән. Билдәле булыуынса, хәҙерге Өфө ҡалаһы тирәһендә башҡорттар ҡәлғәләр һәм нығытмалар төҙөгән. М. Өмөтбаев яҙыуынса, ҡыпсаҡтарҙың ғәскәр башлығы Яуыш хан төҙөлөш менән үҙе шәхсән шөғөлләнгән. Башҡорттарҙың боронғо дәүерҙәренән алып йәмғиәт, берләшмәләр төҙөүҙәре хаҡында хатта боронғо "Авеста"ла бөрйән ырыуы миҫалында бәйән ителә. Ошо ҙур территорияла башҡорттар йәшәүе, уларҙың бер нисә дәүләте булып, һуңынан бер Бөйөк Башҡорт иле барлыҡҡа килеүе - тарихи хәҡиҡәт, тик фән донъяһы был хаҡта әйтергә һаман да ҡыймай килә.

Мәҫәлән, "Көнһәл әл-әхбәр" тигән төрөк сығанағында башҡорттарҙың ҡасандыр 70 ҡалаһы һәм ҡәлғәһе булыуы әйтелә. V быуаттан алып XVI быуат уртаһына тиклем йәшәгән Өфө-II был ҡалалар араһында иң ҙуры һәм үҙәктәгеһе булып һанала. Эксперт булып сығыш яһаусы Мәскәү археологтары был ҡаласыҡ комплексын көнсығыш Европаның урта быуаттарға ҡараған ҡалалары араһында иң ҙуры тип билдәләгән. Урта быуат сығанаҡтарында "Башҡорт" тип билдәләнгән ҡаланың хәҙерге Өфө ҡалаһы икәнлегенә шик ҡалмай. Башҡорт ҡалаһы бөйөк Башҡорт иленең сауҙа-иҡтисади, мәҙәни-сәйәси баш ҡалаһы булып торған. "Башҡорт" атамаһы ҡалаға нигеҙ һалыусыларҙың башҡорттар икәнлеген раҫлай. Башҡорт халҡы, башҡорт иле төшөнсәләре IX-X (XII) быуаттарҙа уҡ көньяҡ Урал төбәгендә рәсми рәүештә йәшәгән.

➔ Һеҙҙеңсә, ниндәй тел булған икән Бөйөк башҡорт илендә?

- XII быуатта йәшәгән бөйөк болғар лингвисы Сөләймән ибн Дауыт әл-Болғари әс-Саҡ сини яҙыуынса, уларҙың күбеһе "сабан-болғар теленең бәшәнәк һәм ҡыпсаҡ диалекттарынан ҡушылған телдә аралашҡан. Ошо уҡ телдә XIII-XX быуаттың башҡорт шағирҙары һәм мәғрифәтселәре Ҡол Ғәли, Салауат Юлаев, Тажитдин Ялсығол, Мифтахетдин Аҡмулла, Ризаитдин Фәхретдинов һ.б. ижад иткән. Юғарыла әйтелгәндәрҙән сығып, шундай һығымта яһарға була: башҡорт халҡы бәшәнәк диалектындағы төрки-болғар телендә, ә көнкүрештә күберәген "сабан" телендә аралашҡан. М. Өмөтбаев шулай яҙған: "Татар теле боронғо сығатай һәм истәк (башҡорт) теленән килеп сыҡҡан... Был телдә һөйләшеүселәр үҙҙәрен төркиҙәр тип атай. "Ҡыса Рабғузи", "Әбү-л- Ғәзи", "Бабурнамә" китаптары боронғо башҡорттарҙың ошо телдә һөйләшеүенең дәлиле булып тора... Сығатай һәм истәк телдәренән сыҡҡан был телдең дөйөм атамаһы - "төрки". Бәшәнәктәр, ҡыпсаҡтар, истәктәр һәм сабандар шулай уҡ башҡорт ҡәбиләләре төркөмөнә инә, ә сығатай, күрәһең, татарҙарға ҡарайҙыр. Тимәк, Болғар халҡы, асылда, башҡорт телендә аралашҡан.

Миләүшә ХӘБИЛОВА
әңгәмәләште.
(Дауамы бар).

БАШҠОРТ ҠАМУСЫ

Иван ЛЕПЕХИН

XVIII БЫУАТҠА СӘЙӘХӘТ

Шәрип ауылынан 15 саҡрымдарҙа Йөрүҙәнгә ҡойоусы Беййылға буйында Ахун исемле башҡорт ауылы бар, бында башҡа башҡорттар менән бергә башҡорт ахуны ла йәшәй. Беҙ ошо ауылда тәү тапҡыр мосолмандарҙың тәбиғи башҡорттарҙан булған дин башлығын күрҙек, сөнки ундайҙар бик һирәк: уларҙа ҡабул ителгәнсә, ахун китаптарҙы белеүе, ғилемлелеге яғынан иң беренсе кеше булырға тейеш, ә башҡорттар китапҡа ҡарағанда ҡымыҙҙы нығыраҡ ярата.

Ахундың ауылын Өфө, Әй һәм Йөрүҙән йылғалары араһында ятҡан иркен ерҙәрҙең сиге, тиеберәк ҡарап була: ошо урындан тигеҙлек аҡрынлап тауҙарға әйләнә, һәм Илек йылғаһы буйындағы Илек исемле сыуаш ауылы янында, Йөрүҙән йылғаһы арьяғында тауҙар ныҡ ҡына бейегәйә бара. Был ауылда ҙур ғына тире эшкәртеү заводы төҙөлгән, унда төрлө күн етештерелә һәм аяҡ кейемдәре тегелә...

...Ҡатау Иван заводына Урал арьяғы һырттарының иң бейектәре күршеләш, уларҙың иң яҡындағыһына тиклем 30 саҡрымлап ара бар. Шул һыртҡа Әүҙән йылғаһы буйлап үргә табан барғанда, заводтан дүрт саҡрым алыҫлыҡта, йылға ағымы буйынса уң яҡ ярҙа тау итәгенән сығып ағыусы тоҙло һыулы шишмәләр күрҙек, уларҙан батҡыл һаҙлыҡ хасил булған. Был башҡорттарҙың мал көтөүҙәре өсөн бик ымһындырғыс урын. Аттар, үгеҙ-һыйырҙар 30 саҡрымдан да арыраҡ ерҙәрҙән ошо һыуҙы эсергә килә, һәм бындағы малдар ошо арҡала бик ныҡ һимерә: беҙ быны заводтан 15 саҡрым алыҫлыҡтағы Муллаҡай тигән башҡорт йәйләүендә бик ҡәнәғәтләнеп күҙәтә алдыҡ.

Муллаҡай йәйләүе Ирәмәл тауы тураһында һөйләгәндәребеҙҙе раҫлап, ошо тирәләге ерҙәрҙең ниндәй булыуын белдереп тора. Ошо һырттар янында йәйләүсе башҡорттар башҡалары менән сағыштырғанда етешерәк йәшәһәлә, уларҙың тирмәләре тышҡы яғынан уҡ башҡорттарҙың фәҡирлеген күрһәтеп тора. Бында һәр ҡайҙа ла туҙ ҡыуыштар ҡуйылған ине, улар һауа торошо үҙгәреп киткәндә башҡорттарҙың һаҡланыу урыны булып тора. Тау итәгенең һәр ваҡыт томанлы булыуы һәм йыш яуған ямғырҙар уларҙың ҡәҙимге кейеҙ тирмәләрен яраҡһыҙ иткәнлектән, улар бер ерҙән икенсе ергә күсеп йөрөргә мәжбүр була...

...Егелге (авторса - Джигальга. - **Ред. иҫк.**) билдәле Урал арты һырттарының береһе булып, көнсығыш менән төшлөк араһында ята. Унын оҙонлоғо һыбай барғанда бер көнлөк юл, тиҙәр. Ул әйтеп үтелгән Әүәләк һыртынан бейегерәк. Унда өс урында емерелеп төшкән ҙур таш өйөмдәре күренә, улар бейеклеге 50 сажинға еткән ҙур ғына ҡалҡыулыҡтарҙы хасил итә. Әүәләк һыртының буйынан-буйына ағас аҙ үҫә; түбәһен һаҙлыҡтар биләй. Бында тау түбәләрендә иң батҡыл һаҙлыҡтарға хас булған мүк еләге, ҡыҙыл һәм күк көртмәле кеүек еләк-емештәр бик күп. Унын остарынан ике йылға ағып сыға: көнсығыш осонан Ҡатай йылғаһына ҡушылыусы Тоҡтан, төшлөктән Йөрүҙәнгә ҡойоусы Ҡалғаҙы йылғасығы башлана...

(Дауамы бар).

✓ Туҡтауһыҙ тәмәке тартыусы ауырымай, ә уның янында шул төтөндә һулап йәшәүсе ҡатыны йә балаһы зарарлана. Төтөн һулауҙан үпкә сирҙәре генә түгел, йөрәк, ҡан баҫымы, эсәк-ашҡаҙан ауырыуҙары ла баш ҡалҡытырға мөмкин.

Халыҡта уны "онкология" тимәйҙәр, хатта шулай тигәнде аңламаҫҡа ла мөмкиндәр. "Рак" тиҙәр уны. Ниндәйҙер ярамаған, ҡурҡыныс һүҙҙе әйткән һымаҡ, һағайып, шыбырлай биреп кенә әйтелә ул. Өмөтһөҙлөк, сараһыҙлыҡ, күнеү тойғоларын да тоймау мөмкин түгел быны әйткәндә. Иң ҡурҡыныс, ҡотолғоһоҙ бәләләрҙең береһе итеп ҡабул итәбеҙ был сирҙе. Был беҙҙең, ябай кешеләрҙең аңлауы, ә белгестәр, ошо ауырыуҙы өйрәнеүсе һәм уға ҡаршы көрәшеүсе табиптарҙың фекере нисек икән? Ошо хаҡта һөйләштек баш ҡаланың 43-сө муниципаль-ара онкология үҙәгенең врач-онкологы Иштуған ИШБАЕВ менән.

ТӘНЕҢ ҺАУ БУЛҺЫН, йәнеңде позитивҡа

Иштуған Таһир улы, һуңғы ваҡытта матбуғатта "Рак йәшәрә" тигәнде йыш ҡабатлайҙар. Беҙ быны, сир йылдан-йыл йәшерәк быуынды ялмай бара, тип аңлайбыҙ. Ысынлап та шулаймы? Һәм был сирҙең тарихы ҡасандан башлана: нисәнсе йылдарҙа тәүге осраҡтарҙы теркәгәндәр?

- Юҡ, рак йәшәрмәй. Ул нисек булған, шулай ҡала килә. Беҙҙә рак, ғәҙәттә, 40 менән 60 йәштәр араһындағы ауырыу. Әлбиттә, йәштәрҙә лә, хатта балаларҙа ла осрап ҡуя ул. Әммә башлыса уның менән 40 йәштән һуң ауырыйҙар. Рәсәй һәм Башҡортостан буйынса статистика мәғлүмәттәре ауырыуҙың йәшәреүен сағылдырмай, быны бары сенсация яһау өсөн генә әйтәләрҙер. Ә бына сирҙең артыуы күҙәтелә. Республика буйынса һәр бишенсе кешелә яман шештең ниндәйҙер бер формаһы табыла. Йыл барышында яҡынса 10 меңләп кешегә ошо диагноз ҡуйылһа, шуларҙың 4 меңе, үкенескә ҡаршы, һауыға алмай. Былтыр был сир 12216 кешелә табылды, сағыштырыу өсөн әйткәндә, 2013 йылда - 11689, ә 2010 йылда 11162 кеше ошо сиргә дусар булғайны. Һуңғы биш йылда ул, тимәк, 14,6 процентҡа үҫкән. Күңелһеҙ күренеш, әлбиттә.

Рактың тарихы динозаврҙар, неандерталецтар дәүеренән килә. Табылған динозавр, тәү кеше һөйәктәрендә лә был сир күҙнәктәре килеп осрай. Ни өсөнмө? Сөнки, билдәле булыуынса, рак күҙәнәктәре һәр кешелә лә бар, ул уға тыуғанда, яралғанда уҡ һалынған була. Йәғни, был үҙенә күрә кешегә Хоҙай тарафынан һалынған цикләү - ғүмер цикләүе. Тәбиғәт законы буйынса, кеше йөҙ йәштән һуң шул ауырыу менән ауырып үлергә тейеш. Ғүмер мәңгелек була алмай, ерҙә кешеләр алышынып, тереклек йәшәреп торһон өсөн шулай иткән Хоҙай. Әгәр кеше башҡа бер сәбәптән дә үлмәй икән, ул йөҙҙән үткәс, организмдың көсө бөтөп, ундағы шул йоҡлап ятҡан сир "уяна" һәм тәнде үлтереп ҡуя. Хоҙайҙың был күҙәнәктәрҙе кеше организмына яралғыла уҡ һалыу фәлсәфәһе шулай. Бик борон, кеше тәбиғәттең бер өлөшө иҫәпләнгәндә, тап ошолай булғандыр. Бөгөн иһә был сир кешелә 40-60 йәштәрҙә уҡ "терелә". Уны "уятыу" факторҙары бик күп.

Рак психологик ауырыу, тиҙәр. Йәғни, ул йән ауырыуынан барлыҡҡа килә. Тимәк, ауырыуҙы терелтеү йәки терелтмәүҙе кеше үҙе хәл итә буламы? Һәм был хәлде контролдә тоторға мөмкинме?

- Рак комплекслы ауырыу: тәндә барлыҡҡа килә, әммә ысынлап та "уятыусыһы" йән була. Тик кеше был сирҙе терелтеү-терелтмәү мәсьәләһен үҙе хәл итә алмай. Кеше йәненең торошон тән яйлап ҡабул итә һәм ауырыу үҫеш ала. Мәҫәлән, кеше оҙайлы ваҡыт стресс кисерҙе, нимәгәлер көйҙө, кемгәлер үсле булып, гел ауыр, көсөргәнешле уйҙарҙа йөрөнө, ти. Ҡайһы берәүҙәр асыҡтан-асыҡ янып йөрөмәгәндә лә, эстән һыҙыла, барыһын да йөрәгенә яҡын ҡабул итә. Кемдәрҙер холҡо менән бик йомшаҡ булып, уларға эштәге уңышһыҙлыҡтарҙа, ғаиләләге ығы-зығы ла ауыр тәьҫир итә, ул апатияға бирелә, донъянан, йәшәүҙән төңөлгән, арыған хәлгә инә. Йәндең бөтөн ошо торошо тәнгә "һин кәрәкмәйһең, үҙ-үҙеңде юҡ ит" тигән сигнал бирә. Һәм тән үҙендә булған "үҙ-үҙен юҡҡа сығара торған ҡорал"ына тотона ла инде. Ябай тел менән аңлатҡанда ул ошолайыраҡ килеп сыға.

Быларҙан тыш, сир зыянлы производстволарҙа эшләүҙән, алкоголле эсемлектәрҙе, тәмәкене күп ҡулланыуҙан, йоҡо һәм ял етмәүҙән, ҡояш нурҙары зыянынан да башланып китергә мөмкин. Һеҙ һорағанса "контролдә" тотоу мөмкинлеге булмағанда ла, профилактик саралар күреү, иҫкәртеү мөмкин. Мәҫәлән, үҙ йәнеңде үҙең һауыҡтыра белеү, ҡайғы-хәсрәтте, ауырлыҡтарҙы төпкә төшөрмәй, артыҡ ҡатмарлаштырмай үткәрергә өйрәнеү мөһим. Боронғолар ҙа, ҡайғыла ла, шатлыҡта ла сик белергә кәрәк, тип әйткән бит. Шуның кеүек, үҫләшкәндә, көйгәндә, проблемалар баҫҡанда ниндәйҙер бер мәлдә үҙ-үҙеңә "Етәр!" тип әйтә белергә һәм эске донъяңды позитивҡа көйләргә, улай уҡ булдыра алмағанда, тынысландыра белергә кәрәк. Был үҙенә күрә бер психология. Көслө рухлылар булдыра, ә йомшағыраҡтар яҡындары менән эс бушата, ыңғай эштәр менән булырға тырыша, психологтарға мөрәжәғәт итә һ.б.

Тормошта шулай ҙа була: туҡтауһыҙ тәмәке тартыусы ауырымай, ә уның янында шул төтөндә һулап йәшәүсе ҡатыны йә балаһы зарарлана. Төтөн һулауҙан үпкә сирҙәре генә түгел, йөрәк, ҡан баҫымы, эсәк-ашҡаҙан ауырыуҙары ла баш ҡалҡытырға мөмкин.

Тире шешен иҫкәртеүҙә ошоларҙы хәтерҙә тоторға кәрәк. Базаль күҙәнәк яман шеше киң таралған. Шеште дауалап була, ул тәндең башҡа өлөштәренә күсмәй, метастаз бирмәй. Меланома - үҙенсәлекле тире шеше, дауалауға насар бирелә. Базаль күҙәнәк шеше, меланома - тире шештәре саманан тыш ҡояшта ҡыҙынғандан барлыҡҡа килә. Тимәк, һәр нәмәлә сама кәрәк икәнен онотмаҫҡа кәрәк. Беҙҙә халыҡтың 56 проценты ғына ҡояштың кире йоғонтоһонан һаҡлана белә. Шулай уҡ матурлыҡ салондарындағы яһалма ҡояш аҫтында ҡыҙынырға яратыусыларға ла уның зыяны үтә лә ҙур икәнлеген иҫкәртергә ине.

Ҡояштан һаҡлаусы кремдар реаль ярҙам итә, уларҙы һыу ингәндә, ҡыҙынғанда ҡулланығыҙ. Иртәнге 10-дан төштән һуңғы 4-кәсә ҡояш нурҙарында зыянлы матдәләр күп була, шул ваҡытта битте, муйынды ҡаплай торған башлыҡ, ҡулдарҙы, аяҡтарҙы ябырлыҡ әйбер кейеү яҡшы.

Биттәге, тәндәге һоро таптарға, миңдәргә иғтибарлы булығыҙ. Улар ҙурайһа йәки күбәйһә, дерматологҡа мөрәжәғәт итеү урынлы.

Ауырыуҙың башланыуын кеше үҙе һиҙә аламы? Әллә уны тик медицина тикшереүе генә асыҡлаймы?

- Билдәле булыуынса, сирҙе башланғыс стадияһында дауаларға мөмкин. Яман шеш бер ай эсендә генә барлыҡҡа килмәй, йылдар буйы үҫә. Ашҡаҙан аҫты биҙендәге шеш, мәҫәлән, 20 йыл үҫә. Тимәк, белгестәргә ваҡытында күренеү күп нәмәне хәл итә. Ауырыу үҙ хәленә иғтибар иткәндә, эштең нимәлә икәнен аңлай башлағанда, күп осраҡта инде һуң була. Шунлыҡтан, медицина тикшереүен йыл һайын үтеп тороу зарур.

Йәш ҡатын-ҡыҙҙарҙа инәлек яҡкылығында яман шеш осрай, әгәр ваҡытында онкологҡа мөрәжәғәт иткәндә, бала табыу ағзаларын һаҡлап ҡалырға мөмкин. Күкрәктәге яман шеш 35 (5 процент) йәштәге ҡатын-ҡыҙҙарҙа һәм күберәк 40 йәштән алып ололарҙа күҙәтелә. Гүзәл затҡа һәр ярты йыл һайын онколог, гинеколог, маммолог кеүек белгестәргә күренеп торорға кәрәк.

Хәҙер яман сирҙе иҫкәртеүсе комплекслы диагностика ла бар: 40 йәштән һуң мотлаҡ рәүештә маммография үтеү, махсус аппарат ярҙамында күкрәккә рентген яһау. 21 йәштән цитологик тикшереү үтергә кәрәк. 65 (70 процент) йәштән ололарҙа йыуан эсәктәге яман шеш күҙәтелә. Тимәк, 50-74 йәшкә тиклем 2 йыл һайын колоноскопия, оло ярауҙа ҡан барлығын тикшереү өсөн анализдар бирергә кәрәк.

Шунлыҡтан, бында "мин һиҙәм ул, мин беләм" тигән һығымта урынһыҙ, ауырыу икәнлегенде һуңғы стадияларҙа ғына тойорға була. Иң отошлоһо, ваҡытында тикшерелеп, ышаныслы ғүмер итеү.

Былтырғы йыл күрһәткестәре буйынса, республикала иң беренсе урында күкрәк шеше, унан үпкә, унан тире һәм дүртенсе урында биҙҙәр шеше тора.

Онкология сире нәҫелдән, быуындан-быуынға бирелергә мөмкин, тигән миф та йәшәй…

- Юҡ, ул нәҫелдән күсмәй. Әммә кешеләрҙә генетик яҡтан быуындан-быуынға бирелә торған, ниндәйҙер ауырыуҙарға дусар булыу төшөнсәһе лә бар. Мәҫәлән, бер ҡатындың анализында яман шеш булды, ти. Уның ҡыҙында ла 70-80 процентҡа ошо ағза "хәүефле урын" булып күҙаллана. Төрлө сәбәптәр арҡаһында яман шеш барлыҡҡа килә икән, ул мотлаҡ шул ағзала була. Быны күҙ уңында тоторға кәрәк, ә һағайып, ниндәйҙер ҡурҡыныс нәмә көтөп йөрөргә түгел, ә йәштән профилактик саралар күрергә, үҙеңде һаҡларға, яратырға кәрәк.

Кешене эстән ҡыйрата, үлемгә дусар итә торған ауырыу булараҡ, ракты СПИД менән сағыштырып буламы? Урынлымы ул шундай сағыштырыу? Тағы ла, матбуғатта "СПИД-ҡа ҡаршы дарыу табылған!", "Ракты еңеүсе препарат!" тигән лозунгылар күренеп ҡала, ошоларҙы дөрөҫләй алаһығыҙмы?

- Ниндәй генә яҡтан алып ҡараһаң да, медицина күҙлегенән дә, мораль һәм этик аспекттан да, был ауырыуҙар икеһе ике төшөнсә. СПИД - ул күп осраҡта кешенең әхлаҡһыҙлыҡ арҡаһында дусар булған бәләһе, ул аноним билдәләнә, шулай уҡ йәшерен дауалана. Был сирҙең кешегә йоғоу, башҡаларҙы зарарлау ҡурҡыныcы ла бар. Һәм, белеүегеҙсә, унан һауығыу, ҡотолоу юлы юҡ.

Яман шештән, ваҡытында белеп ҡалған осраҡта, ҡотолоу юлдары бар. Беренсе стадиялағы ракты дауалап, әсәлек бәхетен ҡабаттан кисергән ҡатын-ҡыҙҙар ҙа етерлек. Шулай уҡ ау-

Туған телде белеү, иң беренсе сиратта, үҙең өсөн кәрәк. Үҙ телеңде белеү түгел, ә белмәү аптыратырға тейеш... Әлбиттә, ауырыуҙар менән аралашыуҙа бик ныҡ ярҙам итә туған телде белеүем. Ауылдарҙан килгән, башҡорт йә татар телендә генә һөйләшкән ауырыуҙар менән башҡортса һөйләшәм, уларҙың йөҙҙәре яҡтырып, яҙылып китәләр. Туған телдә аралашыу табипты ла ауырыуҙарға яҡынайта, кешелеклерәк, иғтибарлыраҡ итә...

✓ *Әгәр илдә хәлдәр былайыраҡ бара икән, һәр кемгә үҙенең һәм яҡындарының сәләмәтлеген үҙҙәренә ҡайғыртырға, үҙ белдектәре менән барып тикшерелеп тороуға өйрәнергә генә ҡала.*

тиһәң...

көйлә

ырыуҙы тәүге стадияларында кәртәләп, уны иҫкәртеп, контролдә тотоп йәшәгәндәр ҙә аҙ түгел.

Әлегә тиклем СПИД-ты ла, ракты ла (һуңғы стадияларҙағыһын) еңерлек дарыу уйлап табылмаған әле. Һәм мин бының булыуына ла шикләнәм. Үрҙә әйткәнемсә, рак ул тәүге стадияларында дауалана торған ауырыу. Ә инде һуңғы стадияларҙа һәм СПИД осрағында ундай рекламаларға ышанып, аҡса түгеү - ул аҡса түгеү генә. Нисек кенә йәл булғанда ла, дөрөҫлөк шундай.

▸ Һеҙ, аңлауымса, сәләмәтлеге шик аҫтында булып килгән ауырыуҙарҙың диагнозын дөрөҫләйһегеҙ, шулай бит. Тимәк, ауырыуға уның диагнозын әйтеүсе лә тап һеҙ. Ҡыйынмы һеҙгә шул миссияны үтәү? Үҙегеҙ ниҙәр кисерәһегеҙ ҙә, ҡаршығыҙҙағы ауырыу нисек ҡабул итә бындай хәбәрҙе?

- Еңел түгел... Диагноз дөрөҫләнгән хәлдә, ауырыуҙы психологик яҡтан әҙерләп алыу ҡарала. Ә инде, элеккесә, диагнозды йәшереп ҡалыу тыйыла хәҙер. Шунлыҡтан, ауырыуға үҙ диагнозы тураһында аңлайышлы ғына итеп еткерергә тура килә. Табип булараҡ, бындай һөйләшеүҙәргә бурысым итеп ҡарарға, йөрәккә артыҡ яҡын алмаҫҡа тырышам, һәр хәлдә, шулай итергә өйрәнәм. Әммә кешелек тойғолары өҫтөнөрәк барыбер ҙә: уйландыра, йәлләтә, борсолдора...

Мин шуны күҙәтәм: ҡатын-ҡыҙҙар йөрәкле лә, сабыр ҙа беҙҙең. Бигерәк тә мосолман ҡатын-ҡыҙҙары. Улар һуңғы сиктә лә ебеп төшмәй, күҙ йәштәренә юл ҡуймаҫҡа, үҙҙәрен сабыр, ғорур тоторға тырыша. Күптәре хәлдәренә фәлсәфәүи ҡарай. Ҡатын-ҡыҙға был торош тәбиғәттән һалынғанмы, әллә донъяны ҡабул итеүҙәре икенсерәкме, аңламаҫһың.

Ир-егет, әлбиттә, бер аҙ сабырһыҙыраҡ. Улар үҙҙәренә ҡул һелтәргә, төшөнкөлөккә бирелергә ярата. Күп осраҡта ауырыған ирҙәре өсөн ҡатындары көрәшә.

▸ Онкологик ауырыуҙарҙы сит илгә дауаларға алып киткән осраҡтар күп. Сит илдә ысынлап та өмөттө аҡлауҙар күберәкме? Ә беҙҙә ниндәй сикләүҙәр бар?

- Сит илдә дауалау яҡшыраҡ, тигән стереотип күптән емерелгән инде. Сит илдә хеҙмәтләндереү, йәғни сервис ҡына яҡшыраҡ. Ә дауалау, препараттар, ҡорамалдар шул уҡ. Беҙҙә өмөт бирелмәгән кемдең сит илгә барып дауаланып, ғүмерен оҙайтҡанын ишеткәнегеҙ бар? Йәки һауыҡҡанын? Сит илдең рекламаһы көслө лә, бая әйткәнемсә, сервисы һәйбәт. Беҙҙә лә дауалай беләләр был сирҙе. Етмәһә, дауалау башлыса бушлай атҡарыла.

▸ Һуңғы йылдарҙа энергетика, имләү, юғары көстәр менән бәйләнешкә инеү, аураны таҙартыу һ.б. мөғжизәләр менән эш итеүсе халыҡ табиптары күбәйеп китте. Улар хаҡында ни уйлайһығыҙ?

- Бөгөн медицинала дипломлы табиптарҙың абруйын күтәреп, уларға ғына таянып, улар менән генә эшләргә кәрәк. Башҡаса булырға тейеш түгел. Халыҡ табиптары насар, беҙ яҡшы, тип әйтмәйем, араларында бик һәләтлеләре лә барҙыр, тик ниндәйҙер күңел һиҙемләүе буйынса дауалауға ҡарағанда, медицинаға нигеҙләнеп дауалау дөрөҫ. Дипломлы табиптың белемен камиллаштырырға кәрәк. Сөнки ҡайҙа медицина көсһеҙ, төрлө шарлатандар шул бушлыҡты тултыра. Яман шеш менән ауырыусылар ҙа шул шарлатандарға йөрөп, ваҡытын әрәм итә һәм иң һуңғы сиктә генә беҙгә килә. Ә бит сирҙе ни тиклем алданыраҡ асыҡлаһаң, шул тиклем яҡшыраҡ. Медицинала бының өсөн бөтөн мөмкинлектәр бар. Дөрөҫ диагноз ҡуйыла икән, бөгөн яман шеш ауырыуының 70 процентын дауалап була. Халыҡ медицинаһына килгәндә, үлән менән дауалаған бағымсылар бар. Улар медицина тикшереүе үткән кешеләрҙе табиптар тарафынан ҡуйылған диагнозға нигеҙләнеп дауалай. Был инде икенсе нәмә. Ә инде бер ниндәй анализһыҙ, бер ни белмәйенсә, өшкөрәм, тип, кеше сәләмәтлеге менән уйнау - бының менән бер нисек тә килешә алмайым. Кешегә бәлә килгәндә төрлө яҡлап ярҙам итергә кәрәк, тик алдаҡ юл менән түгел.

▸ Медицина хеҙмәтенең йылдан-йыл ҡиммәтләнә, клиникалар түләүле хеҙмәтләндереүгә күсә барыуын аңлатып буламы? Район-ауылдарҙа оптималләштереү еле менән дауаханаларҙың күп бүлектәре ябылды, фельдшер пункттары ҡыҫҡартылды. Был хәл халыҡ сәләмәтлегененең тағы ла ҡаҡшай биреүенә йоғонто яһамаҫмы икән?

- Әлбиттә, табип булараҡ та, ябай граждан булараҡ та, мин бындай хәлдәргә ҡаршы. Бигерәк тә беҙҙең халыҡ үҙ белдеге менән һаулығын тикшертеп, ҡайғыртып йөрөп өйрәнмәгән. Улар хәлдәре бөткәнсе йөрөй, бигерәк тә ҡатын-ҡыҙ, һуңғы сиккә етмәйенсә, табипҡа килмәй. Шунлыҡтан, әгәр илдә хәлдәр былайыраҡ бара икән, һәр кемгә үҙенең һәм яҡындарының сәләмәтлеген үҙҙәренә ҡайғыртырға, үҙ белдектәре менән барып тикшерелеп тороуға өйрәнергә генә ҡала. Бына һеҙ ашауҙы, кейем йүнләүҙе, ниндәйҙер комфортлы шарттар тыуҙырыуҙы, йәшәүҙе ҡайғыртаһығыҙ ҙа инде. Ә инде сәләмәтлек булмаһа, быларҙың нимәгә кәрәге бар. Шуға ла, иң беренсе һаулыҡты ҡайғыртырға, унан башҡаһын йүнләргә кәрәк.

Хәҙер сәләмәт тормош, үҙеңде ҡарау, спортҡа йөҙ бороу, сәләмәт туҡланыу кеүек төшөнсәләр алға ҡуйыла башланы. Йәштәр эсеүгә, тәмәкегә битараф була бара, көндән-көн дин нығына. Кеше үҙенең тәбиғи асылына, тәбиғәт балаһы булыуын аңлауға ҡайта. Һәм шулай булғанда, яман шеш ауырыуы ла, кеше организмында үҙ ваҡытын көтөп ала алмай, ғүмерен "йоҡлап" үткәрер ине.

▸ Табиптар араһында ир-егеттәр артыҡ күп түгел, һеҙҙеңсә, бының сәбәбе ниҙә?

- Ауыл мәктәптәрендәге белем биреү торошоноң медицина уҡыу йорттарында имтихан тоторлоҡ кимәлдә булып етмәүенәндер, тип уйлайым. Мин, мәҫәлән, Бөрйән районының Иҫке Собханғол ауылы мәктәбенән һуң, Өфөлә медицина колледжы тамамлап, Башҡорт дәүләт медицина университетына уҡырға индем. Төркөмдә егеттәр бер-нисәү генә булдыҡ. Бөгөн медицина уҡыу йорттарында ситтән килгән халыҡ күберәк кеүек, шулай ҙа үҙебеҙҙекеләр өсөн бюджет урындары ла аҙ түгел. Уҡыһын ине егеттәр ҙә, табиптар рәтен тултырһын ине.

▸ Һеҙҙең туған телдә яҡшы аралаша алыуығыҙҙың һөнәрегеҙгә, тормошоғоҙға ыңғай йоғонтоһо бармы?

- Туған телде белеү, иң беренсе сиратта, үҙең өсөн кәрәк. Үҙ телеңде белеү түгел, ә белмәү аптыратырға тейеш... Әлбиттә, ауырыуҙар менән аралашыуҙа бик ныҡ ярҙам итә туған телде белеүем. Ауылдарҙан килгән, башҡорт йә татар телендә генә һөйләшкән ауырыуҙар менән башҡортса һөйләшәм, уларҙың йөҙҙәре яҡтырып, яҙылып китәләр. Туған телдә аралашыу табипты ла ауырыуҙарға яҡынайта, кешелеклерәк, иғтибарлыраҡ итә...

ШУЛАЙ ИТЕП...

Гәзит уҡыусыларыбыҙҙы тағы ла бер һөнәрле, белемле, рухлы башҡорт ир-егете менән таныштырҙыҡ. Фәһемле кәңәштәр алдыҡ. Бигерәк тә табиптың: "Рак күҙәнәктәре һәр кешелә лә бар, ул уға тыуғанда, яралғанда уҡ Хоҙай тарафынан һалынған була. Йәғни, был үҙенә күрә кешегә Хоҙай тарафынан һалынған сикләү - ғүмер сикләүе. Тәбиғәт законы буйынса, кеше йөҙ йәштән һуң шул ауырыу менән ауырып үлергә тейеш. Ғүмер мәңгелек була алмай, ерҙә кешеләр алышынып, тереклек йәшәреп торһон өсөн шулай иткән Хоҙай. Әгәр кеше башҡа бер сәбәптән дә үлмәй икән, ул йөҙҙән үткәс, организмдың көсө бөтөп, ундағы шул йоҡлап ятҡан сир "уяна" һәм тәнде үлтереп ҡуя", - тигән һүҙҙәре уйландырҙы. Тимәк, был сирҙең 40-60 йәштәрҙә үк "терелеүен" иҫкәртеп, йәнеңде лә, тәнеңде лә дауалап тороу фарыз. Ә һеҙ нисек уйлайһығыҙ, йәмәғәт?

Миләүшә ҠАҺАРМАНОВА әңгәмәләште.

ЙЫЛ ТЕМАҺЫ

ҮҘ ХАЛҠЫНЫҢ...

һөйөклө улы

Билдәле башҡорт шағиры Шәйехзада Бабичтың ижады һәм тормошо хаҡында тулы метрлы нәфис фильм төшөрөлә башлай. Проект БР Мәҙәниәт министрлығы ярҙамында Башҡортостан Республикаһы Башлығы грантына тормошҡа ашырыласаҡ. Был турала кинорежиссер Булат Йософов журналистар менән осрашыуҙа белдерҙе. Сарала шулай уҡ сценарий авторҙары - Рәсәйҙең һәм Башҡортостандың халыҡ артисы, Өфө дәүләт сәнғәт институтының кафедра мөдире Таңсулпан Бабичева, институттың доценты, филология фәндәре кандидаты Гөлсәсәк Саламатова, композитор Ришат Сәғитов ҡатнашты.

Дөрөҫөрәге, фильм шағир һәм ул йәшәгән ваҡыт тураһында һөйләйәсәк. Бабич - башҡорт халҡының тарихында, мәҙәниәтендә, әҙәбиәтендә ҙур эҙ ҡалдырған шәхес. Тарихта шундай шағирҙар бар, уларҙың исеме һәм яҙмышы, ниндәйҙер ваҡиғалар ихтыяры буйынсамы, әллә күктәр тарафынан билдәләнепме, үҙ халҡының тарихи ваҡиғалары үҙәгендә була. Улар үлемде намыҫһыҙлыҡтан өҫтөн күрә - халыҡ шағиры Мостай Кәримдең ошондай һүҙҙәре бар. Ысынлап та, Шәйехзада Бабич ошондай шанлы шағирҙар рәтенән. Хәйер, бындай яҙмышлы һөйөклө улдары аҙ түгел халҡыбыҙҙың. Был хаҡта Булат Йософов та билдәләп үтте:

-Халҡымдың тарихы мине һәр ваҡыт ҡыҙыҡһындырҙы. Бабичтан башлап, Мортазин-Иманский, Әлмөхәмәтов кеүек шәхестәребеҙҙең яҙмышын республикабыҙҙың яҙмышынан айырып ҡарап булмай. Улар үҙ заманында халҡыбыҙ тарихында ҙур роль уйнаған. Бынан бер нисә йыл элек сәнғәт институтында "10 июль. Көн һәм быуат" тигән спектакль ҡарарға мөмкинлек тыуғайны. Билдәле булыуынса, 1938 йылдың 10 июлендә бер төн эсендә башҡорт зыялыларының иң сағыу вәкилдәре атыла. Был драма минең өсөн ҙур асыш булды. Унан һуң 10 серияллыҡ "Ҡыҙыл Башҡортостан" тигән фильм төшөрөргә теләк тыуҙы. Был проект ҙур ине, беҙ уны ике тапҡыр грантҡа бирҙек, ҡыҫҡартырға кәңәш бирҙеләр. Хәҙер трилогия төшөрөргә уйлайбыҙ, "Бабич" фильмы уның беренсе өлөшө буласаҡ. Унан һуң, 1938 йылдың 10 июле ваҡиғаһы һәм, моғайын да, республиканың һуғыштан һуңғы осоро булыр. "Бабич" фильмы үҙенә ярайһы ҙур һәм материалдарға бай осорҙо - 1914-1919 йылдарҙы ала.

Өфө дәүләт сәнғәт институты уҡытыусылары Таңсулпан Даһи ҡыҙы Бабичева менән Гөлсәсәк Дәүләтбай ҡыҙы Саламатова Бабичты театр сәхнәһендә беренселәрҙән булып күрһәтеүселәр. Ун йыл элек Бабич поэзияһы буйынса ҡуйылған спектаклдә уның ижады, тормошоноң ҡайһы бер биттәре сағыла. Бабичтың тыуыуына 120 йыл тулғанда "Йәм яҡтыһы юйһын ҡан шәүләһен..." тигән спектакль уйнала. Шулай уҡ шағирҙың "Ғазазил"ы сәхнәгә икенсе тапҡыр сыға, тәүге тапҡыр уны Вәлиулла Мортазин-Иманский 1917 йылда ҡуя. "Бабичтың исеме онотолоуға дусар ителгәнгә күрә, уның тураһында бер нәмә белмәгән быуын үҫеп етте. Исемен, бәлки, беләләрҙер, сөнки Бабич исемендәге дәүләт премияһы бар. Әммә ул премияны алыусылар араһында ла Бабичтың кем икәнен белеүселәр һирәктер әле. Шуға ла был фильм тәүҙә йәштәргә тәғәйенләнә. Үҙенең 24 йыллыҡ ҡына ҡыҫҡа ғүмерендә ул ҡабатланмаҫ шиғырҙар ижад итә, сәйәси эшмәкәр була. Беҙҙең төп бурысыбыҙ - уның хаҡындағы тарихи-мәҙәни хәтерҙе тергеҙеү", - тине Таңсулпан Бабичева.

"Бабич" - республикала һуңғы ун йыл эсендә төшөрөлгән беренсе тарихи тулы метрлы фильм буласаҡ. Картина шағирҙың ябай егеттән Башҡорт автономияһын төҙөүселәрҙең береһенә әүерелеү юлын һүрәтләйәсәк. Унда 80-дән ашыу персонаж - профессиональ артистар ҡатнашасаҡ. Төп ролде Илгиз Таһиров башҡарасаҡ.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Шәйехзада Бабич - сәхнәләрҙә беренселәрҙән булып башҡортса сығыш яһаусы була. Шул рәүешле ул башҡорт әҙәбиәтен, мәҙәниәтен пропагандалаған. Ил яҙмышын үҙ яҙмышы итеп йәшәй алған ялҡынлы шағир тураһында фильм, ысынлап та, уның шәхесен өйрәнеүгә ҙур өлөш индерәсәк. "Бабич", тәү сиратта, нәфис фильм булһа ла, унда ысынбарлыҡта булған тарихи ваҡиғалар сағыласаҡ. Үҙе тере сағында уҡ тере легендаға әүерелә алған Бабичтың "Көрәшеп үткәр ҡыҫҡа ғүмереңде" тигән ялҡынлы һүҙҙәре күптәрҙең йөрәгендә ут тоҡандырыр әле.

Ләйсән НАФИҠОВА.

ЗАУЫҠ

ҠАМЫР БАҪҠАН ҠАТЫН КӨСЬӨҘ БУЛМАЙ,

Көслө була унең беләге

Дуҫтарыма

Йөрәгемдә йәйләгеҙ һеҙ, эй дуҫтарым!
Бөгәсә бер хәҡиҡәттә мин аңланым.
Барсағыҙға һоҡланып мин туялманым,
Бишкә бүлдек, уңға бүлдек бер алманы.
Йөрәгемдә йәйләгеҙ һеҙ, эй дуҫтарым!

Ҡаршы ала беҙҙе, йәйеп ҡосаҡтарын,
Илһам еле, ижад үре, таң нуры ла...
Ә шулай ҙа юлдарыбыҙ айырыла -
Ҡемдер уңға, кемдер һулға ҡайырыла.
Йәйләгеҙ һеҙ йөрәгемдә, эй дуҫтарым!

Берегеҙ бит - ярһыу ҡанлы һыбайлы ҡыҙ,
Аҡыл йыйған ил инәһе - икенсегеҙ.
Нурҙан көлтә бәйләр оҫта - өсөнсөгөҙ,
Рух һағында керпек ҡаҡмаҫ дүртенсегеҙ!
Йәйләгеҙ һеҙ йөрәгемдә, эй дуҫтарым!

Балҡыһын, тип, йәшәһен, тип, Башҡорт иле,
Һандуғастай һайраһын, тип, башҡорт теле,
Артһын, тиеп, тыуған ерҙең ҡото, түле,
Ең һыҙғанған, күкрәк ҡуйған һеҙ түгелме?
Йәйләгеҙ һеҙ йөрәгемдә, эй дуҫтарым!

Аҡтирмәмдең бар байлығын, һый-ниғмәтен,
Аҫалы ла балаҫымдың тәҫ-һиммәтен,
Ҡашмау, һаҡал, еләнемдең бәҫ-ҡиммәтен
Баһалар ҙа, аңлар кеше һеҙ түгелме?
Йөрәгемдә йәйләгеҙ һеҙ, эй дуҫтарым!

Күккә ашҡан тауҙар берсә, берсә дала,
Ил бәгерен бәпләп тотҡан ауыл, ҡала
Аҡылығыҙ, моңоғоҙҙан ҡеүәт ала,
Аҡтирмәмдең түрен биләр, эй дуҫтарым!

Альбом

Бик ҡәҙерләп кенә ҡулға алам
Атайымдың һуғыш альбомын.
Яу ҡырҙарын, фронт һыҙығын үткән,
Һеңдергән ул төтөн, юл саңын...
Был альбом бит румын, поляк, венгр
Ерҙәренән бергә атлаған.
Самолеттар, танкыларҙың шауын,
Еңеү салюттарын һаҡлаған.
Бухареста, Дунай ярҙарында,
Еңеү килгәндән һуң бер танда,
Атайымдың нисә дуҫы ҡалған -
Йәшәй улар ошо альбомда.
Ебәк ептәр менән нағышланған,
Араһында - селтәр аҡ һөлгө...
Был альбомдан, гүйә, тере фильмдан -
Кисәгенән тыуа бөгөнгө.

Ҡәҙер менән ҡулда тотам да ул,
Нимә әҙләйем мин альбомдан?
Заман һис тә тынмай.
Һаман, атай,
Һуғыш тыны ала алҡымдан.

Абдулла Солтановҡа

Һауа тығыҙ. Ағымына унең
Ҡаршы ҡуйғанында күкрәкте,
Ул йәшенле күктәр
Нисәнсе ҡат
Аң-ғәмендә һинең күкрәтте?

Тауышында һинең - ҡанат шауы,
Ҡаурыйҙарың үтә һыҙғыра.
Саңҡылдауы ҡушылып
бөркөт-ҡоштоң,
Ул юғары бер моң тыуҙыра...

Сағыу тауышыңдың ҡанаттары
Телеп үтә тығыҙ һауаны.
Юғарыла осҡан бөркөт-ҡоштоң
Әллә инде ул бер дауамы?

Ҡапыл алып остоң бейеклеккә,
Шунан томоролдоң түбәнгә -
Был тиклем дә аралары байҡау
Бирелгәндер ҡайҙан бер йәнгә?

Тау үренән баҡтым һинең менән
Башҡортостанымдың иненә.
Ҡул төбөнә аҡтым һинең менән,
Бергә индем кейек өңөнә...

Һинең тауышыңдың ямғырынан
Наҙлы сәскә булып үҫтем мин.
Урманымдың һәр япрағын һөйөп,
Япраҡ еле булып иҫтем мин.

Ҡупманымы икән салт ҡояшым,
Урынында микән тын айым?
Һине тәү ҡат ишеткәндән алып
Әҫәрләнеп шулай тыңлайым.

Урынында! Ләкин улар инде
Өр-яңы бер көйгә ауаздаш.
Абдулла ағай,
Һин Солтаны моңдоң,
Моң үҙе бит һинә һалған баш!

Париж урамында

Париж урамында егет тора.
Плакат менән. Кемде һуң яҡлап?
"Мин мосолман.
Тик террорсы түгел!
Ышанһаң - ал
Мине ҡосаҡлап".

Аҡ-ҡаралы шаҡмаҡ "арафатка"
Бәйләп алған егет күҙенә.
Ҡайнап торған
Париж урамында
Кеше мохтаж тәҡдир һүҙенә...

Эй ерҙәштәр, аяу булығыҙ, тип,
Көнө буйы тора, төн буйы.
Яньялсылар - мосолмандар түгел!
Мосолмандың таҙа, саф уйы.

Берәм-берәм килеп ҡосаҡлайҙар
Францыҙы ла,
Инглиз,
Урыҫы.
Үҙ йәнендә шәфҡәтлелек һаҡлау -
Һәр кешенең бөгөн бурысы.

"Мин - мосолман. Тик террорсы түгел!
Ышанһаң - ал мине ҡосаҡлап".
Париж урамында егет тора,
Кешелекте тора ул һаҡлап.

Париж урамында егет тора...

Дөйәгош

Башын ҡомға тыҡҡан дөйәгошто
Күреп көлөрләкмө хәлебеҙ?
Ысынбарлыҡ,
Әсе һөрәм булып,
Күҙгә тула...
Әрней ҡәлбебеҙ.

Ислам дине,
Һинә быуат аша
Ҡабат ҡайтып килгән мәлебеҙ.
Исемеңде кемдәр "ҡалҡан" иткән?
Йә Раббым, тип,
Әрней йәнебеҙ...

Ҡорбан түләй дәүер...
Ҡорбан түләй,
Тарихтарҙы баҫа ҡанҡойош.
Заман үҙе ҡорбан мәлләә, гүйә,
Башын ҡомға тыҡҡан
Дөйәгош?
Дөйәгошҡа оҡшатмаҫ та инем,
Белһәң әгәр, дәүер, хәлеңде!
Ебәк еләндәргә йәшергәнһең
Ҡанһыраған ҡара тәнеңде.

"Ебәк елән"еңдең йыртығынан
Ҡарап тора сабый күҙҙәре.
Аяулы бул уға, ҡәлбеңдә бит
Бер Хоҙайҙың гәҙел һүҙҙәре!

Тәгәрмәс

Нимә ағыулаған йөрәгемде,
Иҙеп үткән ниндәй тәгәрмәс?
Ярсыҡтары сәрпәкләнеп осҡан,
Яралары инде төҙәлмәҫ.

Һабаҡмы был?
Әллә еңелеүме?
Йәбер тәгәрмәсе аяуһыҙ.
Мин йылмайып бағам кешеләргә,
Һүҙҙәрем дә ихлас, ҡаяуһыҙ.

Аңлар өсөн низағ нигеҙҙәрен,
Асылдарын унең барлайым.
Тура һүҙгә яуап юҡ, тиһәм дә -
Йөҙ һүҙгә бит етә сарбайын.

Йөҙ һыуын ул түгә тупһаларҙа,
Ҡиәфәте йөҙгә үҙгәрә.
Шымып ҡалып, шыуышып та килеп,
Ҡапыл йөрәгеңә ул бәрә.

Талап ҡуя ҡапыл!
Дәғүә итә
Иң ҡәҙерле һинең сереңә.
Ғәйеп ташлай. Ҡайҙан таба уны?
Һәм, мыҫҡыллы көлөп, сигенә...

Һабаҡмы был?
Әллә еңелеүме?
Һынауымы холҡом ҡатыһын?
Нимә булһа, булһын,
Тик бынан һуң
Үҙ йәберен үҙе татыһын.

Тәгәрмәсе кире тәгәрәһен,
Менә алмаҫ ҡабат юғары.
Мин йылмайып бағам кешеләргә
Һүҙҙәрем дә ихлас, тоғоро!

Күк һәм мүк

Буй-буй булып һүҙылдыңмы, болот?
Һөйөүеңде, яныуыңды онот.

Һибелдеңме, хас та аҫыл таҫма?
Йөрәгеңде инде уға асма!..

Таштай һалҡын йәне баткан мүккә...
Һине әҙләп, бүтән баҡмаҫ күккә.

Мүктең дә бит йәшәгеһе килә.
Ул да сәскә ата, илай-көлә!

Был таш өсөн, болот,
Йәнең өҙмә!
Йәшендәрең менән күкте телмә.

Мүк сәскәһе уға
Ҡәҙерлерәк.
Һинән уға
Бары ямғыр кәрәк.

* * *

Аҡылыңа һинең сарсағанмын,
Тик уҡыма нотоҡ, уҡыма...
Нисек барбыҙ - шулай яратыуҙан
Туҡыла бит һөйөү-туҡыма.

Бүләк ит һин минә йөрәгеңде,
Алмашына һис ни көтмәйсә.
Ирекле ҡош итеп мин дә һине
Һөйөмен бит, күҙ-йәш түкмәйсә...

Ябай туҡымаға ебәк ептәр
Аҫыл биҙәк шул саҡ нағышлар.
Ышаныҫҡа тулы йөрәк һинә
Гүзәл һөйөү йырын бағышлар.

Ҡамыр баҫҡан ҡатын

Ҡамыр баҫҡан ҡатын көсһөҙ булмай,
Көслө була унең беләге.
Бисмиллалы унең күңел түре,
Һөйөү тулы унең йөрәге.
Ҡамыр баҫҡан ҡатын бәхетле ул,
Урап үтә уны бәләләр -
Ҡулдарынан унең ҡот, бәрәкәт
Тамып торғанлығын беләләр.
Ҡамыр баҫҡан ҡатын - тамырҙары
Тәрән киткән, гүйә, бер имән...
Шундай ҡатын баҡҡан ғаиләнең
Килер көнөн, Раббым, ит имен!

Балсыҡ өйҙәр - яр буйында

Балсыҡ өйҙәр - яр буйында,
Ҡыяуығым тулҡын ҡаға...
Бала сағым иле бит был,
Йылдар аға.
Быуат аға...

Балаҡтарҙы бөрөп ҡуйып,
Һыу буйында мәж киләбеҙ.
Балсыҡ баҫып, буялышып,
Бер-беребеҙҙән беҙ көләбеҙ.

Һәр кемдең бар үҙ мөйөшө,
Әүәләгән үҙ балсығы.
Балсыҡ ҡәҙерен белә ҡыҙҙар -
Әрәм китмәҫ ыуалсығы.

Һыулап һыйпап, ялтыратып,
Шымартҡанда ҡулдар наҙлап
Йән ингәндәй була балсыҡ,
Киткән кеүек була баҙлап.

Баҙлап торған нур-балсыҡтан
Әүәләнә яҡты бер өй.
Әйҙә, уға өмөттәр өй,
Киләсәгең бәпләп сер өй!

Эй йырлаша кескәй ҡыҙҙар,
Тилбер ҙә һуң бармаҡтары!
Бына әҙер киң иҙәне,
Диуарының бар яҡтары.

Барыһы бар: кәштә, һике,
Радиола, йоморо өҫтәл...
Донъя көтөү - бер ғүмер бит,
Шатлыҡ өҫтәп, бәхет өҫтәп!

Эй һеҙ, ҡыҙҙар! Тормошта ла
Уңһағыҙсы яҙмыштарҙан!..
Йылдар үткән... Балсыҡ өйҙәр
Йыуылғандар инде ярҙан.

Йыуылғандар, юйылғандар
Ер йөҙөнән ул хыялдар.
Донъя инде хәҙер башҡа...
Башҡа йырҙар, башҡа ярҙар...

Ҡыяуығым алҡын аға
Башҡа ваҡыт тулҡынында.
Балҡып көтә һымаҡ унда
Балсыҡ өйҙәр яр буйында.

Тамара ИСКӘНДӘРИӘ.

✓ Бер сәнғәт сараларынан да ситтә ҡалмаған, ҡурайҙы пропагандалауҙа ижтиһатлыҡ ҡылған, сит илдәрҙә ҡурай тауышын ишеттергән, бына тигән шәкерттәр тәрбиәләгән арҙаҡлы ҡурайсы лайыҡлы баһа алды.

АФАРИН!

ҠУРАЙСЫЛАРҘЫҢ...

иң мәртәбәле бәйгеһе

Хозур йәй халҡыбыҙға күңел тантанаһы ла бүләк итә. Хәйбулла далаһы быйыл һөтләнеп торған бәрәкәтле йәшеллек менән ҡапланды. Нур бөркөп тулҡынған бындай йәшеллек тураһында әкиәттәрҙә генә уҡырға мөмкиндер. Ләкин һәр әкиәт ысынбарлыҡты сағылдыра. Йәшеллек тип кенә атау ҙа, бәлкем, дөрөҫ булмаҫ. Күҙ иңләй алмаҫ асыҡлыҡтар ҡыҙыл, һары, зәңгәр, башҡа күп төрлө сәскәләр менән биҙәлгән. Биш йыл буйы ямғыр тамсыһы төшмәгән дала быйыл ямғырға кинәнде. Ә ел даланың айырылмаҫ юлдашы: ҡылғандар талғын ғына бәүелә, йә әләм төҫлө алға саҡырып әйҙәй, урғылып талпына. Улар, гүйә, кешеләрҙе лә туҡталып ҡалмаҫҡа, алға барырға саҡыра.

Арҙаҡлы ҡурайсыбыҙ Йомабай Иҫәнбаевтың 125 йыллығын билдәләр өсөн республиканың төрлө яғынан йыйылған ҡунаҡтар ҙа ошондайыраҡ хис-тойғолар кисергәндер. Халҡыбыҙҙың мәшһүр улы Й. Иҫәнбаев исемендәге республика ҡурайсылар конкурсы ла биш йылға бер тапҡыр ғына уҙғарыла. Уны ҡурайсылар көтөп ала, камиллыҡтарын йәнә лә һынар өсөн Хәйбулла еренә оло хыял, ҙур теләк менән киләләр. Ҡурайсылар һәм тәбиғәт байрамының бер бөтөн күренеш булып ҡабул ителеүе һис тә ғәжәп түгел.

Өс йөҙҙән ашыу ҡурайсы ҡатнашҡан бәйге монументаллеге, сағыулығы, бай йөкмәткеһе менән күңелдә ҡабатланмаҫ кисерештәр уятты. Тамашаның тәүге көнөндә Мәҙәниәт һарайының залында ултырған ҡурайсыларҙың, бөтөнөһө бер булып баҫып, дәррәү "Урал"ды уйнап ебәреүе булды, ирекһеҙҙән күҙҙән йәштәр бәреп сыҡты. Үлемһеҙ моң аша маһирҙарыбыҙ халыҡтың тарихын бәйән итте. Һүҙҙәр артыҡ ине. Күҙ алдынан ата-бабаларҙың ҡаһарман юлы, "телем, динем, илем" тип көрәшкә сыҡҡан мәлдәре ялтлап уҙҙы, васыят һүҙҙәре ҡолаҡта яңғырап киткәндәй булды. Үлемһеҙ моң бөгөнгө быуынды илаһи осошҡа әйҙәне.

Өс көн буйы барған тамашаның авторы Зөһрә Бураҡаеваның тырышлығын билдәләмәү мөмкин түгел.

- Тыуғандан алып ҡурай моңон, боронғо йырҙарҙы ишетеп үҫкән быуын мин, - тине ул үҙе. - Халыҡ ижады үҙәгенән сценарий яҙыуымды һорағастары, шундуҡ ризалаштым, сөнки Хәйбулла яғында моңло халыҡ йәшәй. Ул ҡурайсылар, бейеүселәр төйәге. Ҡурайҙы профессиональ кимәлгә күтәргән Й. Иҫәнбаевты йәш быуын да белергә тейеш. Кем ул, ҡайҙа йәшәгән, ни өсөн ҡурайсы булып киткән, ниндәй кәртәләр аша үтеп ҡурайына тоғро ҡалған? Бында килгән йәш быуын шуларҙы белһен тигән маҡсат ҡуйып яҙҙым...

Шәйехзада Бабич исемендәге дәүләт йәштәр премияһы лауреаты, Башҡортостан Республикаһының атҡаҙанған мәҙәниәт хеҙмәткәре, танылған ҡурайсы Рәйес Низаметдиновҡа, тамашаның режиссеры булараҡ, ҙур бурысты атҡарып сығырға тура килә. Репетициялар һәр көн иртәнән алып кискә тиклем бара. Биш-алты бейеү коллективын ҙур майҙанға туплап бергә бейетә алыу, уларҙы бер бөтөн итеп ҡабул иттереү... Кесеһенән алып олоһона тиклем һәр береһенең үҙ урынын белеп, ҡуйылған маҡсатты тейәл, камил итеп башҡарыуы режиссерҙың хеҙмәт емеше ул. Хәйбулла ерендә үткән конкурсты ул, ҡурайсыларҙың иң мәртәбәле бәйгеһе, тип атай:

- Тап Хәйбулла ерендә ҡурайсылар бәйгеһе ойошторолорға тейеш, сөнки әлеге ваҡытта иң күп ҡурайсылар ошо районда, - тине Рәйес. - Был байрамға үҙҙәренән генә 250-ләп ҡурайсы йыя алабыҙ, тигәйнеләр. Студенттарҙың сессияһы, уҡыусылар имтихан бирә һәм башҡа сәбәптәр арҡаһында бөтәһе лә килә алманы. Ләкин 150 Хәйбулла ҡурайсыһының бында ҡатнашыуы үҙе генә лә күп нәмә тураһында һөйләй...

Рәйес үҙе лә Й. Иҫәнбаев исемендәге конкурста бишенсе тапҡыр ҡатнаша. Хәйер, мәртәбәле бәйгелә ҡатнашҡан һәр кемде ҡурай сәнғәтенә булған бына шундай һөйөү һәм ныҡышмаллыҡ ҡылыҡһырлай, тиһәк, хаҡлы булырбыҙ.

Ҡурайсылар бәйгеһе шулай башланды, шулай үтте. Башҡортостандың 13 районы, 7 ҡалаһынан 19 ҡурайсылар ансамбле, 92 башҡарыусы ҡатнашты. Сит яҡтарҙан килгән оҫталарҙың да булыуын әйтергә кәрәк.

Һәр бәйге яңы исемдәр аса. Й. Иҫәнбаев исемендәге конкурс иң йәш ҡатнашыусы ете йәшлек Динислам Утарбаевтың (Сибай ҡалаһы) хәтерендә мәңге уйылып ҡалыр. 12 йәшкә тиклемге ҡурай тартыусылар араһында ул 1-се урынды яуланы. 12 йәштән 16 йәшкә тиклемгеләр араһында 1-се урынға Алмаз Вәлитов (Благовещен районы) лайыҡ булды. Иң өлкән ҡурайсы 83 йәшлек Ильяс Дәүләтбаев (Баймаҡ районы) маһирлығы менән дә, дәрт-дарманы менән дә бик күптәрҙе һоҡландырҙы. Баһалама ағзалары күптәрҙең остазы булған оло ҡурайсыға махсус приз тапшырҙы.

16 йәшкә тиклемге өлгөлө ансамблдәр араһындағы 1-се урынды "Тамъян" (Әбйәлил районы) һәм "Толпар" (Учалы районы) ҡурайсылар ансамбле яуланы. 16 йәштән өлкән булғандар араһында Баймаҡ халыҡ ансамбле еңеүсе тип табылды.

Гран-приҙы тапшырыу тантанаһы - ныҡ тулҡынландырғыс мәлдәрҙең береһе. Биш йылға бер тапҡыр үткән Йомабай Иҫәнбаев исемендәге ҡурайсылар бәйгеһендә бигерәк тә. Гран-приға эйә булған ни бары 12 ҡурайсы бар. Ә кем булыр 13-сөһө, быйылғы сәмле ярыш кем өсөн үҙ ишеген асыр? Баһалама комиссияһы рәйесе Юлай Ғәйнетдинов иғлан иткәнгә тиклем был сер булып ҡалды. Бына сәхнәгә заманыбыҙҙың иң оҫта ҡурайсыларының береһе Белорет районы Шығай ауылының 72 йәшлек уҙаманы Мөхәммәт Түләбаев күтәрелде. Бер сәнғәт сараларынан да ситтә ҡалмаған, ҡурайҙы пропагандалауҙа ижтиһатлыҡ ҡылған, сит илдәрҙә ҡурай тауышын ишеттергән, бына тигән шәкерттәр тәрбиәләгән арҙаҡлы ҡурайсы лайыҡлы баһа алды. Бүләкләнеүҙән элек, кем еңерен белмәгән саҡта әле, ағайҙан интервью алырға өлгөргәйнем. Ул Хәйбулла еренә килеүенең маҡсатын шулай тип аңлатҡайны:

- Йәштәрҙе сәмләндерәйем, дәртләндерәйем тип юлландым мин бында. Ҡурай ул йәш-елкенсәктең генә музыка ҡоралы түгел, уны ололар ҙа матур итеп уйнай, шуны белһендәр, тип килдем. Минең быуындаштар әле тәүге турҙа уйнап сыҡты. Хәҙер икенсе турҙы көтәбеҙ..."

Й. Иҫәнбаевтың 125 йыллығына арналған республика ҡурайсылар бәйгеһе бер тында үтте, ул милләтебеҙҙең рух бейеклеген сағылдырҙы, тип тә өҫтәр инем. Мари-элдан килгән Муса Нурдәүләтов әйтмешләй, "һоҡланам, ҡурайсылар шундай ҙур әҙерлек менән килгәндәр. Баһалама ағзаларына еңел булмаясаҡ, ҡурайсыларыбыҙҙың кимәле бик тә, бик тә юғары..."

Данлы ҡурайсы Йомабай Иҫәнбаевтың бәрәкәтле төйәге өс көн буйы илаһи моң эсендә йәшәне. Оҫталарҙың йәше юҡ - олоһо ла, кесеһе лә берҙәй хөрмәткә лайыҡ. Ҡайһыныһын ғына алһаҡ та, улар беҙгә халҡыбыҙҙың бай йырмоң сәнғәтен үҙ йөрәге аша үткәреп еткереүгә өлгәште. Ҡурай тигән тылсымлы моң ҡоралы менән хәтерҙе һаҡлаусылар, рухландырыусылар булғанда, киләсәгебеҙ ҙә яҡтыраҡ һәм ышаныслыраҡ булыр. Меңәр йыллыҡ тарихҡа эйә ҡурайыбыҙ был оло ҡорҙа шуны йәнә лә бер тапҡыр раҫланы.

Фәрзәнә АҠБУЛАТОВА.

ИНТЕРНЕТТАН

ЙӘЙӘҮ ЙӨРӨГӘН...

һау була

■ Каролина Эриксон етәкселегендәге тикшеренеүселәр төркөмө билдәләүенсә, йөрәк һәм йөрәк-ҡан тамырҙары системаһы эшмәкәрлеген боҙоу өсөн ҙур булмаған тауыш та етә. Эксперимент барышында 110 кеше йөрәк ритмын теркәп барыусы портатив мониторҙар йөрөткән. Медицина хеҙмәткәрҙәре улар булған урындарҙа тауыштың кимәлен тикшергән. Һөҙөмтәләр күрһәтеүенсә, тауыш 65 децибелға ғына күтәрелһә лә (ул ҡысҡырып һөйләшеүгә тин), йөрәк ритмы шунда уҡ көсәйә икән. Шуға ла тауыш көслө булған урындарҙа йөрәк өйәнәгә ихтималлығы ла ҙурая.

■ Артыҡ ауырлыҡтан ҡотолоу, тән ауырлығын нормала тотоу өсөн әллә ни ҡатмарлы спорт төрҙәре менән шөғөлләнеү кәрәкмәй, ти Лондондың иҡтисад мәктәбе ғалимдары. Уларҙың әйтеүенсә, даими рәүештә көнөнә 30 минут йәйәү йөрөүсе ҡатын-ҡыҙҙар һәм ир-егеттәрҙең тән массаһы әүҙем күнегеүҙәр яһау менән шөғөлләнеүселәргә ҡарағанда еңелерәк булған. Йәйәү йөрөгәндә ауыр эштә эшләүселәр ҡулланған көскә тиң энергия тотонола. 2025 йылға өлкән йәштәге халыҡтың дүрттән бер өлөшө һимереү менән яфаланасаҡ, шуға ла физик әүҙемлеккә аҙнаһына 150 минут бүлегеҙ, тип кәңәш итә ғалимдар. Шуға ла, исмаһам, эштән йәйәү ҡайтығыҙ, тигән уй һалабыҙ һеҙҙең күңелдәрегеҙгә беҙ ҙә.

■ Ҡытай ғалимдары шәхси гигиена әйберҙәре сәләмәтлеккә ҙур зыян килтерә, тип белдерә. Пекин университеты 300 ҡатын-ҡыҙҙы тикшергән. Уларҙың анализдарында табиптар ҡайһы бер фталаттарҙың күләме ҙур булыуын асыҡлаған. Былдай фталаттар шампунда, һабында, шулай уҡ аҙыҡ-түлектең ҡаптары составында бар. Фталаттар артыҡ ауырлыҡ йыйыуға ла булышлыҡ итә, ти ғалимдар. Шуға ла көн һайын һабынлап йыуынмау хәйерлерәк. Шулай уҡ ябай аш содаһы йыуыныу әйберҙәрен алыштыра ала.

■ Йомортҡаның ҡабығы сәләмәтлек өсөн файҙалы. Баҡтиһәң, ул үҙенең составы буйынса һөйәк туҡымаһына оҡшаған һәм унда эремсек һәм йомортҡаның үҙенә ҡарағанда кальций күберәк. Венгрия тикшеренеүселәре үткәргән һынауҙар күрһәтеүенсә, йомортҡа ҡабығында организм өсөн кәрәкле бөтөн элементтар бар. Быназ тыш, ул рахит һәм анемия менән яфаланыусы балаларға файҙалы.

■ Әле баҡсаларҙа еләк бешкән мәл. Баҡса еләге көслө антиоксидант. Ғалимдар билдәләүенсә, еләк ашау йөрәкте һаҡлай, диабетты булдырмай, матдәләр алышыныу процесын көйләй. Ике аҙна дауамында көнөнә ике стакан еләк ашау ҡандың составын яҡшырта. Төрлө стрестар, физик арыу, матдәләр алышыныу насарайыуы һөҙөмтәһендә ҡан әселеге көсәйә. Шул мәлдә хроник сирҙәр көсәйә башлай. Белгестәр организмдың әселәнеүе кешенең ҡартайыуына булышлыҡ итеүсе төп фактор, ти.

■ Ҡыҙыл төҫ кешене ярһыта ала. Яңы һынауҙар күрһәтеүенсә, ҡыҙыл төҫкә ҡарап ҡына өҫтәмә энергия заряды алырға була. Шуға ла арып китһәгеҙ, берәй ҡыҙыл әйбергә ҡарағыҙ. Ҡыҙыл төҫ хәүефте аңлата, шуға ла ул нервы системаһы эшен, мускулдар көсөргәнешен әүҙемләштереп ебәрә.

МОСОЛМАН ДОНЪЯҺЫ

ИЗГЕ ҒӘМӘЛДӘР...

хисапһыҙ тапҡырға арттырылған ай

Сираттағы Рамаҙан айы аҙағына яҡынлаша. Изге көндәр, сәхәрҙәр, ураҙалар, ифтарҙар, тәрәүихтар артта ҡала. Был Рамаҙандың мөбәрәк көндәре үткәргән ғүмеребеҙҙең шаһиты булып, хисап дәфтәрендә сағылыш табасаҡ. Кемдәрҙер Аллаһы Тәғәләнең ярҙамы менән гонаһтары ярлыҡауына, йәннәтте яҡынайтыуға, Аллаһы Тәғәләнең рәхмәтенә өлгәшһә, икенсе берәүҙәр сикһеҙ мөмкинлектәргә эйә булған ошо ваҡыт арауығында буш ҡул менән сыға, ә өсөнсөләр, киреһенсә, ахирәт хәлдәрен ҡатмарлаштыра ғына. Беҙҙе тәүгеләрҙән булырға насип ит, йә, Раббым!

Хәҙистәрҙә бәйән ителеүенсә, сәхәбәләр ошо изге ай үткәндән һуң ярты йыл тирәһе, ураҙалары ҡабул булыуын теләп, доғаларҙа булғандар. Ә һунынан Аллаһы Тәғәләнән киләһе Рамаҙанға тиклем ғүмер биреүен һорағандар. Кеше Рамаҙандың ниндәй ҙур мәғәнәгә эйә булыуын белһә, уның йыл буйы дауам ителеүен теләр ине, тип әйтелә икенсе бер хәҙистә. Ысынлап та, изге ғәмәлдәр хисапһыҙ тапҡырға арттырылған тағы ниндәй ваҡыт бар икән? Шуға күрә, Рамаҙандан да бөйөгөрәк ай юҡ.

Аллаға шөкөр, беҙ насар йәшәмәйбеҙ, донъяның бәғзе тарафтарында ауыҙ сылатырға бер йотом һыу, ашҡаҙанды алдарға бер тәғәм ризыҡ булмаған төбәктәр бар. Кем өсөндөр ифтарҙарҙа бирелгән ябай хөрмә лә - оло бүләк. Бөгөнгө заманда йәшәгән дин ғалимынан: "Остаз, сәхәрһеҙ һәм ифтарһыҙ тотолған ураҙалар ҡабул буламы?" - тип һорағандар, ғалим, йәштәрен тыя алмайынса, илап ебәргән. Эйе, һуғыш, ҡоролоҡ, аслыҡ бер мәлкәтһеҙ, фәҡирлек хәлендә ҡалдырған хәлдә лә көлебтәрендә имандарын юғалтмағандар бар Ер йөҙөндә. Ана шул иман уларға күҙ алдына килтереп булмаған ауырлыҡтарҙы ла лайыҡлы үтергә сабырлыҡ бирә.

Ураҙа - ул тәрбиә мәктәбе, нәфсебеҙҙе теҙгенләп, фәрештә башланғысыбыҙҙы көсәйтергә мөмкинлек биргән изге ғәмәл. Рамаҙан айы иһә, мосолмандарҙың бер өммәт булыуын хәтергә төшөрөп, низағтарҙы кәметеүгә, берләшеүгә булышлыҡ иткән ай. Шуға ла, фәрештәләр мөъминдәргә доғала булған кеүек, беҙ ҙә доғаларыбыҙҙа ғына булһа ла ыҙа күргән дин ҡәрҙәштәребеҙҙе иҫкә алайыҡ. Шулай уҡ, үҙебеҙҙең яҡын тирәлә булған мохтаждарҙы ла онотмайыҡ. Аллаға шөкөр, социаль әһәмиәтлә эйә булған ғәмәлдәр: зәкәт һәм фытыр сәҙаҡаһы түләү ҙә ошо айға тура килә.

Фытыр сәҙаҡа. Хәҙистәрҙең береһендә: "Ураҙа ер менән күк араһында эленеп тора. Фытыр сәҙаҡаһын түләгәндән һуң ғына Аллаһы Тәғәләгә еткерелә", - тип әйтелә. Фытыр сәҙаҡаһын Рамаҙан айы башланған беренсе көнөнән алып, байрам намаҙына тиклем (быйыл 4 июль Рамаҙан айының һуңғы көнө, байрам, йәки ғәйет намаҙы 5 июль иртән уҡыласаҡ) арауыҡта түләргә кәрәк. Байрам көнө башланғандан алып байрам намаҙына тиклемгә ваҡытта ул мотлаҡҡа әйләнә. Байрам намаҙынан һуң ул ябай сәҙаҡа булып ҡына ҡала, фытыр сәҙаҡаһы өсөн бирелгән бәрәкәтен, ҡимməтен юғалта. Бәйгәмбәребеҙ әйтә: "Кем намаҙға тиклем (байрам намаҙы) фытыр сәҙаҡаһын бирә, уның сәҙаҡаһы ҡабул ителә, намаҙҙан һуң бирелгәне иһә, сәҙаҡаларҙың бер төрө булып ҡына ҡала". Һис шикһеҙ, бөтә төр сәҙаҡалар ҙа Аллаһы Тәғәлә ҡаршыһында маҡтаулы, әммә Ул, Рамаҙан айын башҡа айҙарҙан күтәргән кеүек үк, фытыр сәҙаҡаһын да башҡа сәҙаҡаларҙан күтәргән.

Шулай уҡ фытыр сәҙаҡаһы ураҙа ваҡытында ебәрелгән етешһеҙлектәрҙе тултырыусы ла. Сөнки бер кем дә тулы ышаныс менән ураҙаны урынына еткереп тотоуы һәм уның ҡабул булыуы тураһында әйтә алмай. Ана шул кәмселектәр, хаталар фытыр сәҙаҡа менән юйыла ла инде. Ләкин иң мөһиме, фытыр сәҙаҡаһын биреү - ул намаҙ, ураҙа, хаж, зәкәт кеүек ғибәҙәт. Шуға ла фәҡирҙәргә, юлсыларға, башҡа төр мохтаждарға, дини һөнә донъяуи уҡыу йорттарында уҡыған талиптарға, уҡыусыларға ярҙам күрһәтеп, был ғибәҙәтте урынына еткереп атҡарып ҡалырға тырышырға кәрәк. Фытыр сәҙаҡаһы иректе, бурысы булмаған һәм мохтаждар исемлегенә инмәгән бар мосолмандарға үәджиб, йәғни фарызға, мотлаҡҡа яҡын. Тормош иптәшенә, балаларға, ейәндәргә бирергә ярамай. Фытыр сәҙаҡаһы аша мөъмин ураҙаһын еренә еткерә, ураҙа аша иманын камиллаштыра. Камил иман менән мәңгелек хозурлыҡҡа өлгәшә.

Башҡортостан Республикаһы Мосолмандары диниә назараты биргән фәтүәгә ярашлы, 2016 йылда фытыр сәҙаҡаһы нисбәте урта хәллеләрҙән түбән булғандар өсөн - 50 һум, урта хәллеләргә - 150 һум, хәллеләргә 250 һум тәшкил итә. Фытыр сәҙаҡаһы, ураҙа тотоу, тотмауға ҡарамаҫтан, һәр бер ғаилә ағзаһы иҫәбенән түләнә. Ауырып, ауырлы булып, ныҡ ҡартайыу сәбәпле ураҙа тота алмағандарға фидиәнең, йәки ҡотолоу сәҙаҡаһының нисбәте көнөнә 150 һум, йәки бер Рамаҙанға 4350 һум.

Зәкәт. Шулай уҡ Рамаҙан айында тағы бер фарыз ғәмәл - зәкәт үтәлә, бирелә, билдәләнә. Билдәле булыуынса, зәкәт исламдың биш терәгенең береһе булып тора һәм ул йылына бер тапҡыр ярҙамға мохтаж кешеләр файҙаһына бирелергә тейешле. Зәкәт Ҡөрьән Кәримдә намаҙ кеүек үк 27 тапҡыр иҫкә алына. Зәкәт һүҙе ғәрәп телендә "таҙарыныу", "үҫеү" тигәнде аңлата. Кем дә кем зәкәт түләргә тейешле кешеләр исемлегенә инә тороп та, мөмкинлеге булыуға ҡарамаҫтан, уны түләмәй, Ҡиәмәт көнөндә оло ғазаптарға дусар ителәсәк.

Быйыл зәкәт, беҙҙең мөфтиәт фәтүәһенә ярашлы, таҙа килеме (йәшәүгә еткән барлыҡ сығымдарҙан һуң ҡалған сумма) 225 мең һум булғандан алып бирелә башлай. Килемдең 1/40 өлөшөн, йәки 2,5 процентты тәшкил итә. Әйтелгән сумманан 5625 һум зәкәт түләнә.

Арыҫлан ИСКӘНДӘРОВ әҙерләне.

МОСОЛМАН ӘҘӘБЕ

УРАҘА ТОТА АЛМАҺАҢ...

Һәр йылды ошо изге Рамаҙан айында ураҙа тотоу тураһында төрлө аңлатмалар, мәғлүмәттәр ишетергә тура килә. Күберәк: "Мин ураҙа тота алмайым, ауырыйым..." - тиеүсәндәр. "Әгәр ураҙа тота алмайың икән, әжерен түләргә ризаһыңмы һуң?" - тиһәң: "Абау, кем уйлап тапҡан уныһын? Ул хәтле аҡсаны мин ҡайҙан алайым?"- тип яуаплайҙар.

Мин был мәҡәләгә, "Ураҙаны тота алмаһаң, нишләргә?" тигән һорауҙың яуабын бергә туплап яҙыу кәрәктер, тип тотондом. Эйе, ауырыһаң, ураҙа тотмаһаң да ярай. Әгәр ауырыуың ваҡытлыса булһа (температура күтәрелһә, мәҫәлән) йә был айҙа хроник ауырыуҙарың көсәйеп китһә, ураҙаны терелгәс, аҙаҡ тотоп ҡуйырға кәрәк. Башҡа ауырыуҙар менән яфаланғанда (мәҫәлән аритмия, ҡан баҫымы күтәрелеү йә төшөү, гепатит һ.б.), шулай уҡ кешенең эше физик яҡтан ауыр, ә эш көнө оҙон булһа, ураҙаны ҡаза итеп, ҡышҡы көндәргә күсерергә була. Кеше ҡаты ауырыуы арҡаһында

✓ Тырышлыҡтарыбыҙ Аллаһы Тәғәләгә түгел, беҙҙең үҙебеҙгә кәрәк. Ураҙа тота алмаһаң да, изге Рамаҙан айының һәр бер көнөн дә тойоп, хөрмәт итеп, саҙаҡалар биреп, етемде шатландырһаң, Аллаһы Тәғәлә сауаптарын яҙыр.

МӘҢГЕЛЕК ХӘҠИҠӘТ

Бөтә донъяла, төрлө ил ҡәүемдәрендә ижтимағи тормошҡа, көнитмешкә, шәхси сифаттарға, әхлаҡ-әҙәпкә бәйле меңәр йылдар буйына ҡулланылған, йола-ҡағиҙәгә әйләнгән эш-ҡылыҡ тәртиптәре, ғөрөф-ғәҙәттәр, аманаттар бар. Улар оҙайлы ваҡыт ҡат-ҡат һыналып, күп ҡабатланып, ырыу, йәмғиәт ағзаларының ғәҙәтенә кергән. Йәшәйешкә ҡағылған, кешеләрҙең холҡон, үҙ-ара мөнәсәбәттәрен көйләүгә ҡоролған йола-ҡағиҙәләр араһында тыйыу, әйтәйек, берәй эш-ҡылыҡҡа рөхсәт бирмәү, уны туҡтатыу, ғәмәлгә ашырмау, бәғзе теләккә, хис-тойғоға, кисереш-ярһыуға, тотанаҡһыҙлыҡҡа, тәртипһеҙлеккә ирек ҡуймау кеүек ғәҙәттәр ҙә бар.

ТЫЙЫЛҒАНДАН - ТЫЙЫЛ, ТИГӘН...

Тыйылғанға теймәү

Башҡорт халыҡ әкиәттәрендә тыйылғанға ҡағылмау күренештәре күҙаллана. "Алтын ҡауырһын" әкиәтендә егет ялтырап ятҡан алтын ҡауырһынды алайым тиһә, аты телгә килеп: "Эй, егет, был алтын ҡауырһынға күҙең ҡыҙмаһын, алма, бәләһе күп булыр", - ти. Төлкө лә: "Теймә ул ҡауырһынға, күп яфа сигерһең!" - тип иҫкәртә. Әммә егет алтын ҡауырһынды алып, ҡуйынына тыға. Ысынлап та, тыңламауҙың бәләһе күп була. Егет ҙур ҡайғыларға төшөп, саҡ үлемдән ҡотолоп ҡала.

"Алтындуға батыр" әкиәтендә Буҙ аты Алтындуғаға: "Ошо ҡая ташҡа мен. Унда бер һәйбәт өй булыр, ул өйҙә ҡыҙҙар уйнап ултырыр, алтын-көмөштәр тулып ятыр. Һин ул өйгә инмә, ҡыҙҙарға, алтын-көмөшкә теймә, юҡһа, һәләк булырһың. Унда икенсе бер насар ғына өй булыр, һин шуныһына ин. Ишек төбөндә сөйҙә элеүле торған ҡылысты ал да төш, ул һинең йәнең", - ти. Алтындуға тыйыуҙы боҙмай. Ағалары иһә: "Юлда бер урында бик матур емеш баҡсаһы булыр. Ул баҡса янында туҡтамағыҙ, емешенә теймәгеҙ, юҡһа, һәләк булырһығыҙ", - тигән тыйыуҙы тыңламай, һәм шул арҡала Алтындуғаға дейеүҙәр менән алышырға, үлеп терелергә насип була.

Утҡа ҡағылған тыйыу

Боронғо ҡәүемдәр ҡарашынса, ут тере лә, изге лә, әкиәттәрҙә иһә - батша. Абдулҡадир Инандың "Шаманизм: тарихта һәм бөгөн" хеҙмәтендә ут культына бәйле тәү асылдар күрһәтелә. Йүлген тәңре кешеләрҙе ут тоҡандырырға өйрәткән һәм: "Был ут - атабыҙҙың ҡөҙрәтенән сыҡҡан ялҡын", - тигән. Шунан бирле алтай һәм якуттарҙа саҡматаш ут ҡото биреүсе һанала. Алтайҙарҙың доғаларында ут "Кояш менән Айҙан бүлеп сығарылған" тиелә. Ут тураһында көфөр, хилаф һүҙҙәр әйтелмәй, уға төкөрөү, ут менән уйнау ҡәтғи тыйыла. Төркиҙәр утҡа доғалар уҡыған, ҡорбан салған. Уларҙың инаныуынса, ут насар рухтарҙы ҡыуған, һәр нәмәне таҙартҡан.

Шамандар утҡа ҡарап күрәҙәлек ҡылған, юраған. "Манас" эпосында Манастың бабаһы Жакип хан утҡа бағып килендәренә уларҙы нимә көтәсәген юраған. Яҡуп хан иһә яҙмышының нисек булырын белеү өсөн һәр ваҡыт ут ярҙамында күрәҙәлек иткән. Үзбәк ханы Кожугум, сатырҙан сатырға йөрөп, утҡа ҡарап, усаҡҡа май һалып, ҡатындарға кемдең улы, кемдең ҡыҙы буласағын әйткән. Уттың ҡыҙыулығына, ялҡын телдәренең төҫөнә, утын сығарған тауышҡа ҡарап, ни булырын юрағандар.

Манси мифологияһында ут хужабикәһе - ете телле, ҡыҙыл күлдәкле ҡатын. Ул утҡа ҡағылған йола-тыйыуҙарҙы боҙған өсөн язаға тарттыра. Ут менән һаҡ булырға кәрәклек, был йәһәттән тыйыуҙар халыҡ әйтемдәрендә лә асыҡ сағылған: утҡа төкөрмә, ауыҙың бөрөшөр; ут менән шаярмайҙар; балтанан ҡурҡма, уттан ҡурҡ; ут менән һыу бөтә нәмәне юҡ итә; бурҙан ҡала, уттан ҡалмай... Халыҡ аҡылы йәшен утынан һаҡланыу кәрәклеген дә иҫкәртә: йәшен йәшнәгәндә яңғыҙ ағас йәки тәҙрә янында торма; бисмилла әйт; башыңа кей; йүгермә; шым ултыр...

Көнгә ҡағылған тыйыу

Халыҡ ижадында көнгә ҡағылған тыйыуҙар ҙа күҙәтелә. Көнсығыш роман ҡәүемдәре мифологияһында уңдырышлылыҡты кәүҙәләндергән сихырсы ҡыҙҙарға үҙ көнөндә, йәғни 24 июндә, тыйыуҙарҙы боҙған өсөн һантыйлыҡ, һаңғыраулыҡ, телһеҙлек ебәрелә.

Боронғо славян традицияһы ҡатнашсыһы Пятница көнөндә ҡатын-ҡыҙ йөн иләмәй, күлдәк йыуымай. Пятницаның күҙен саңландырмаҫ өсөн, ирҙәр ер һөрмәй. Тыйыуҙы боҙһаң, Пятница төрлө бәләгә дусар ҡылыуы, күҙ ауырыуҙарына һабыштырыуы ихтимал.

Телгә алыуыбыҙса, Библиялағы ун ҡанундың береһе шәмбегә ҡағыла. Уны изгеләштереү өсөн шәмбене хәтерендән сығарма, алты көн эшлә һәм үҙеңдең төрлө ғәмәлдәреңде бойомға ашырыуға бағышла, ә етенсе көндө, шәмбене (әүәлге көн иҫәбе буйынса шаббат - аҙнаның һуңғы көнө) - Илаһҡа, үҙеңдең Аллаңа бағышла, был көндө эшләмә, үҙең дә, улың да, ҡыҙың да, ҡолоң да, малың да, өйөңә килеүсе лә. Сөнки Илаһ күкте, ерҙе, диңгеҙҙе һәм уларҙағы бөтә нәмәне бар иткән, ә етенсе көндө тынысланған. Илаһ шәмбе көнөнә фатиха ҡылып, уны изгеләштергән.

Мосолмандарҙа иһә әүәл йома ете көн араһы һаналып, был көн изгеләштерелгән. Ҡөрьәндә шулай тиелә: "Әй иман килтергән кешеләр! Йома көндө намаҙға саҡырғас, Аллаһты зекер итергә ашығығыҙ һәм алыш-биреште ҡалдырып тороғоҙ. Беләһегеҙ килһә, был һеҙҙең өсөн тағы ла хәйерлерәк булыр".

Сәлимйән БӘҘРЕТДИНОВ.

(Дауамы. Башы 24-26-сы һандарҙа).

(шәкәр ауырыуы, яман шеш, инсульт, инфаркт) һәм башҡа сәбәптәр менән ураҙаны бер ҙә тота алмаһа, фидиә саҙаҡаһы бирә. Ләкин был ураҙа тотмаған көндәрең өсөн бирелә торған фидийә саҙаҡаһын шулай уҡ рамаҙан айында бирелә торған фытыр саҙаҡаһы менән бутарға ярамай. Салауат ҡалаһынан килгән бер мулла яңыраҡ мәжлестә "Ураҙа тотмаһам, нишләргә?" тигән һорауға яуап итеп, былай тине: "Бер мәжлес йыйып ауыҙ астыра ла, бурысым үтәлә, тип яңылышмағыҙ. Улай ғына түгел шул. Эш мәжлескә нисә кешене саҡырыуҙан да тора. Бер кешене көнөнә ике тапҡыр ашатырға кәрәк булғас, быйыл Рамаҙан айының 29 көнөндә 58 кешене бер тапҡыр ашатырға тейешһең. Улай булдыра алмаһаң, бер нисә тапҡыр мәжлес йыяһың..."

Икенсе бер мәжлестә хажиҙәр ғаиләһе (Нәзирә хажиә һәм Ғәли хажи) ҡырҡ кешене ауыҙ астырҙы һәм сәхәргә алдан әҙерләнгән өлөш (паек) биреп ҡайтарҙы. Тимәк, шул һандағы кешене ике тапҡыр ашаттылар булып сыға. Шуныһын да билдәләп китәйем: ифтарҙа бар кеше лә ауыр аштарҙы ашай алмағанын иҫәпкә алып, улар ҡайһы бер ризыҡты төрләндереп әҙерләгән. Ауыҙ асҡанда кемдер емеш-еләк, финик, һыу йәки ҡымыҙ һайлап ала. Кемгә туҡмаслы һурпа, кемгә окрошка бирҙеләр. Бына шулай, ҡунаҡ саҡырыуҙың да тәртибен камиллаштырырға була икән.

Хроник ауырыу булһаң да, эшең ҡаты булһа ла, ураҙаны бер нисә көн ниәт итмәй генә булһа ла тотоп ҡарарға кәрәк. Иң мөһиме - сәхәргә тороу. Бәлки, тотоп булалыр. Булмаһа, ураҙаны өҙөп, дарыу эсәһең. Икенсе көн, бәлки, ҡан баҫымың күтәрелмәҫ. Тырышлыҡтарыбыҙ Аллаһы Тәғәләгә түгел, беҙҙең үҙебеҙгә кәрәк. Ураҙа тота алмаһаң да, изге Рамаҙан айының һәр бер көнөн дә тойоп, хөрмәт итеп, әҙәпле кейенеп, Ҡөрьән уҡып, зекер әйтеп, намаҙ уҡып, башҡаларға яҡшылыҡтар эшләп, насарҙан телде тыйып, ата-әсәңдең күңелен күрһәң йә уларҙың ҡәберҙәренә барып доға ҡылһаң, саҙаҡалар биреп, фәҡирҙе, етемде шатландырһаң, Раббының биргәненә шөкөр итһәң һәм башҡа изге ғәмәлдәр ҡылып йәшәһәң, Аллаһы Тәғәлә сауаптарын яҙыр, иншаллаһ.

Зәйтүнә КӨСӘПОВА.

УҢЫШ ҠАҘАН

ҮҘ-ҮҘЕҢӘ ЫШАНЫУҘЫҢ ТӨП СЕРҘӘРЕ

Юғары аң

Төрлө осорҙарҙа фәйләсуфтар, психологтар һәм мистиктар Ижади Аңға йәғни Интеллектҡа төрлө атамалар бирә. Уны ҡулланыуҙың боронғо һәм иң ҡыҙыҡлы миҫалы булып Моисейға ут ялмаған ҡыуаҡ эсенән ишетелгән тауыш тора. Моисей йәһүдтәрҙе нисек итеп сүллектән ирекккә сығарыуға төшөнә. Уны кем ебәреүен һорағас: "Илаһ ебәрҙе мине", - тигән яуап ала. Һис шикһеҙ, ул һәр кешелә булған Ижади интеллект тураһында әйткән. Моисей тарихы һәр ҡайһыбыҙҙа идеаль юлыбыҙ мәғлүм булған көс булыуын асыҡ күрһәтә; Абсолют идеялар батшалығы хаталы була алмай. Был Сығанаҡҡа телгән ваҡытта мөрәжәғәт итә алабыҙ һәм ул беҙҙе һыуһыҙ ҡоро сүллектән уңдырышлы бай ергә сығарыу өсөн кәрәкле мәғлүмәт менән тәьмин итәсәк. Уильям Джеймс был Мөмкинлектән тыш көстө Юғары аң тип атай. Әммә уны нисек кенә атаһаҡ та, бары тик уның барлығына ғына ышанығыҙ, сөнки уға беҙҙең өсөн идеаль юл билдәле, ижади идеялар алыу өсөн уның сикһеҙ ҡеүәте менән файҙаланығыҙ. Уның ярҙамында проблемаларығыҙҙы хәл итеп, үҙегеҙ хыялланған тормошҡа өлгәшә аласаҡһығыҙ.

Был көс менән бөйөк кешеләр файҙаланған. Сикһеҙ ҡеүәтегеҙҙе Аң көсө ярҙамында асып, үҙегеҙҙең ышаныслығыҙҙы формалаштыра аласаҡһығыҙ. Рәссам тәүҙә образды хыялында тыуҙырған кеүек, Магнетик тартыу ҡануны тормошоғоҙға үҙегеҙ күҙаллаған нәмәләрҙе тартып килтерәсәк. Клара Бартон ошо көс менән файҙалана. Ул нисек итеп мохтаждарға ярҙам итеүен күҙаллай һәм Ҡыҙыл Тәре шулай барлыҡҡа килә. Жанна д'Арк үҙен еңеүгә илтеүсе Ижади Аң тауышын ишетә. Күптәр Ғаләмде контролдә тотоп, унда тәртип урынлаштырыусы Юғары көстөң булыуына ышанмай. Төрлө кешенең был көс тураһындағы күҙаллауы төрлөсә, әммә күпселек, ул бар, тигән фекер менән килешә. Әгәр һеҙ ҙә быны менән килешәһегеҙ икән, тимәк, уның нисектер һеҙҙең менән аралашыуына ла, үҙегеҙҙең, барлыҡ бөйөк остаздар һәм аҡыл эйәләре кеүек, уға мөрәжәғәт итә алыуығыҙ менән дә килешергә тейешһегеҙ. Бәйләнеш Юғары аң элементы ярҙамында булдырыла. Быға аңды тынысландырып өлгәшергә мөмкин. Ваҡыты-ваҡыты менән көндәлек тормош ығы-зығыһынан арынып, яңғыҙ ҡалып, аңды тынысландырып, Юғары аңға беҙҙең менән һөйләшеү һәм юл күрһәтергә мөмкинлек биреү бик мөһим. Юғары аң беҙҙең менән интуиция ярҙамында аралаша һәм үҙен тойғо йәки теләк аша сағылдыра. Интуитив тойғолар ебәреп, Юғары аң ижади уйыбыҙҙы тормошҡа ашырыу өсөн кәрәкле кешеләргә, хәл-ваҡиғаларға, урынға этәрә.

Интуитив көстө хайуандар донъяһы асыҡ күрһәтә. Оя ҡороусы ҡошто күҙәтегеҙ. Уны быға бер кем дә өйрәтмәгән. Ул бары тик үҙенең идеаль ояны нисек ҡорорға тигән интуицияһына ғына таяна. Хайуандарҙа беҙ быны инстинкт тибеҙ; кешеләрҙә - интуиция. Аң аша йүнәлтелгән интуицияны тыңлаһаҡ, ул беҙгә нисек итеп идеаль тормош ҡорорға икәнлеген өйрәтәсәк. Иҫегеҙҙә тотоғоҙ: Юғары аң - абсолют идеялар өлкәһе. Уға идеаль юл билдәле, шуға күрә ул бер ваҡытта ла яңылышмай. Әгәр уға ышанырға өйрәнһәк, аҙыраҡ хаталанырбыҙ, сөнки беҙҙең менән Сикһеҙ Аҡыл етәкселек итәсәк. Ул - барлыҡ бөйөк аҡыл эйәләренә йүнәлеш биргән Аҡыл сығанағы.

Роберт ЭНТОНИ.

(Дауамы бар).

4 ИЮЛЯ ПОНЕДЕЛЬНИК
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "Доброе утро".
09.00 Новости.
09.10 "Контрольная закупка".
09.40 "Женский журнал".
09.50 "Жить здорово!" (12+).
10.55, 03.45 "Модный приговор".
12.00 Новости.
12.15 "Пусть говорят" (16+).
13.25 "Это Я" (16+).
13.55, 15.15 "Время покажет" (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".
21.30 "Практика". 35-36-я серии. Драматический сериал (12+).
23.24 Ночные новости.
23.40 "Исчезновение". Детективный сериал (16+).
01.35 "Выдуманная жизнь эбботов". Худ. фильм (16+).
03.00 Новости.
03.05 "Выдуманная жизнь эбботов". Продолжение фильма (16+).

РОССИЯ 1

05.00, 06.10, 06.41, 07.10, 07.41, 08.10, 08.41, 09.15 "Утро России".
06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 "Вести-Башкортостан. Утро".
09.00 "Вести".
09.55 "О самом главном". Ток-шоу.
11.00 "Вести".
11.35 "Вести-Башкортостан".
11.55 "Тайны следствия". Детективный сериал (12+).
14.00 "Вести".
14.30 "Вести-Башкортостан".
14.50 "Вести. Дежурная часть".
15.00 "Шаманка". Детективный сериал (12+).
17.00 "Вести".
17.30 "Вести-Башкортостан".
17.50 "Вести".
18.15 "Прямой эфир" (16+).
19.35 "Вести-Башкортостан".
20.00 "Вести".
21.00 "Все только начинается". 9-11-я серии. Мелодраматический сериал (12+).
23.55 "Обреченные. Наша Гражданская война. Корнилов - Троцкий" (12+).
01.50 "Дуэль разведок. Россия - Германия". Фильмы 1-й и 2-й. Док. фильмы (12+).
03.20 "Неотложка-2". Сериал (12+).
04.10 "Каратели. Правда о латышских стрелках" (12+).

БСТ

07.00 "Сәләм" (12+).
10.00 "Учим башкирский язык" (0+).
10.15 "Городок АЮЯ" (0+).
10.30 "Борсаҡ" (0+).
10.45 "Быстрее! Выше! Сильнее!" (6+).
11.00 Новости недели.
10.45, 14.45, 17.45 "Интервью" (12+).
12.00 "Счастливый час".
13.00 "Бәхетнамә" (на башк. яз.).
14.00 "Күңелем моңдары" (12+).
14.30, 18.30, 22.30 Новости (на башк. яз.).
15.00 "Книга сказок" (0+).
15.15 "Цирк в 13 метров" (6+).
15.30 "Гора новостей".
15.45 "Телелавка" (12+).
16.00 "У дачи" (12+).
16.30, 17.30, 21.30 Новости.
16.45 "Следопыт" (12+).
17.15 "Родительский контроль" (12+).
18.00 "Бай бакса" (12+).
19.00 "Интервью".
19.15 "Птица счастья" (12+).
20.00 "Сәңгелдәк" (0+).
20.15 "Полезные новости" (12+).
20.30 "Повелители дорог" (12+).
22.00 "Студенческая весна стран БРИКС и ШОС" (6+).
23.00 "Полководцы". Худ. фильм (16+).
По окончании: Новости (на башк. яз.).

5 ИЮЛЯ ВТОРНИК
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "Доброе утро".
09.00 Новости.
09.10 "Жить здорово!" (12+).
10.15 "Модный приговор".
11.15 "Ураза-Байрам". Трансляция из Уфимской соборной мечети.
12.00 Новости.
12.15 "Пусть говорят" (16+).
13.25 "Это Я" (16+).
13.55, 15.15 "Время покажет" (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".
21.30 "Практика". 37-38 серии. Драматический сериал (12+).
23.30 Ночные новости.
23.45 "Исчезновение" (16+).
01.45 "Луна". Худ. фильм (16+).
03.00 Новости.
03.05 "Луна". Продолжение фильма (16+).

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. Утро".
09.00 "Доброе утро, республика!"
10.00, 12.50 "Тайны следствия". Детективный сериал (16+).
11.00 "Вести".
11.35 "Вести-Башкортостан".
11.55 Праздник Ураза-Байрам. Прямая трансляция из Московской Соборной мечети.
14.00 "Вести".
14.30 "Вести-Башкортостан".
14.50 "Вести. Дежурная часть".
15.00 "Шаманка". Детективный сериал (12+).
17.00 "Вести".
17.30 "Вести-Башкортостан".
17.50 "Вести".
18.15 "Прямой эфир" (16+).
19.35 "Вести-Башкортостан".
20.00 "Вести".
21.00 "Все только начинается". 12-14 серии. Сериал (12+).
23.55 "Вести.doc" (16+).
01.55 "Кто первый? Хроники научного плагиата". "Приключения тела. Испытание погружением". Док. фильмы (12+).
03.25 "Неотложка-2". Сериал (12+).
04.10 "Комната смеха".

БСТ

07.00 Новости (12+).
07.15 "Праздник веры и добра" (6+).
08.15 "Колонкай". Худ. фильм.
09.00 "Ураза-Байрам". Прямая трансляция из Уфимской соборной мечети "Ляля-Тюльпан" (0+).
10.00 "Кружевное облако" (0+).
10.30 "Неуловимые мстители или Новые приключения неуловимых" (12+).
13.15 "Большой чемодан" (6+).
14.00 "Тәмле" (12+).
14.30 Т.Миннуллин. "Мулла" (12+).
16.30 "Ураза-Байрам" (повтор) (0+).
17.30 "Йома" (0+).
18.00 Концерт Р.Динахметова (12+).
18.30 Новости (на башк. яз.).
19.00 "Учим башкирский язык" (0+).
19.15 "Птица счастья". Сериал (12+).
20.00 "Сәңгелдәк" (0+).
20.15 "Деловой Башкортостан" (12+).
20.30 "Жизнь, которой не было". Сериал (16+).
21.30 Новости.
22.00 "Телецентр". Специальный выпуск: "Олимпиада-2016".
23.00 "Обыкновенное чудо". Худ. фильм (6+).
По окончании: Новости (на башк. яз.).

6 ИЮЛЯ СРЕДА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "Доброе утро".
09.00 Новости.
09.10 "Контрольная закупка".
09.40 "Женский журнал".
09.50 "Жить здорово!" (12+).
10.55 "Модный приговор".
12.00 Новости.
12.15 "Пусть говорят" (16+).
13.25 "Это Я" (16+).
13.55, 15.15 "Время покажет" (16+).
15.00 Новости (с субтитрами).
16.00 "Мужское/Женское" (16+).
17.00, 04.05 "Наедине со всеми" (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 "Давай поженимся!" (16+).
19.50 "Пусть говорят" с Андреем Малаховым" (16+).
21.00 "Время".
21.30 "Практика". Драматический сериал (12+).
23.25 Ночные новости.
23.50 Чемпионат Европы по футболу 2016. Полуфинал. Прямой эфир из Франции.
02.00, 03.05 "Исчезновение" (16+).
03.00 Новости.

РОССИЯ 1

05.00, 06.10, 06.41, 07.10, 07.41, 08.10, 08.41, 09.15 "Утро России".
06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 "Вести-Башкортостан. Утро".
09.00 "Вести".
09.15 "Утро России".
09.55 "О самом главном".
11.00 "Вести".
11.35 "Вести-Башкортостан".
11.55 "Тайны следствия". Сериал (16+).
14.00 "Вести".
14.30 "Вести-Башкортостан".
14.50 "Вести. Дежурная часть".
15.00 "Шаманка". Сериал (12+).
17.00 "Вести".
17.30 "Вести-Башкортостан".
17.50 "Вести".
18.15 "Прямой эфир" (16+).
19.35 "Вести-Башкортостан".
20.00 "Вести".
21.00 "Все только начинается". 15-17 серии (12+).
23.55 "Специальный корреспондент"
01.55 "Операция "Анадырь". "На пути к Карибскому кризису".
03.55 "Неотложка-2". Сериал (12+).
04.45 "Вести. Дежурная часть".

БСТ

07.00 "Сәләм" (12+).
10.00 "Замандаш" (6+).
10.15 "Ал да гөл" (6+).
10.30 "Бауырһаҡ" (0+).
10.45 "Защитница" (16+).
11.30, 16.30, 17.30, 21.30 Новости.
11.45, 14.45, 17.45 "Интервью" (12+).
12.00 "Счастливый час".
13.00 "Бәхетнамә" (на башк. яз.).
14.00 "Үткән гүмер" (12+).
14.30, 18.30, 22.30 Новости (на башк. яз.).
15.00 "Йырлы кәрәҙ" (0+).
15.15 "Физра" (6+).
15.30 "Гора новостей".
15.45 "Телелавка" (12+).
16.00 "Наука 102" (12+).
16.45 "Моя планета - Башкортостан" (12+).
17.15 "Знай наших!"
18.00 "Башҡорттар" (6+).
19.00 "Интервью".
19.15 "Птица счастья" (12+)
20.00 "Сәңгелдәк" (0+).
20.15 "Полезные новости" (12+).
20.30 "Жизнь, которой не было". Сериал (16+).
22.00 "Историческая среда" (12+).
23.00 "Спросите Синди". Худ. фильм (16+).
По окончании: Новости (на башк. яз.).

7 ИЮЛЯ ЧЕТВЕРГ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "Доброе утро".
09.00 Новости.
09.10 "Контрольная закупка".
09.40 "Женский журнал".
09.50 "Жить здорово!" (12+).
10.55 "Модный приговор".
12.00 Новости.
12.15 "Пусть говорят" (16+).
13.25 "Это Я" (16+).
13.55, 15.15 "Время покажет" (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". Ток-шоу (16+).
21.00 "Время".
21.30 "Сегодня вечером" с Андреем Малаховым" (16+).
23.15 Ночные новости.
23.50 "Исчезновение" (16+).
01.50 "Брубейкер". Худ. фильм (12+).
03.00 Новости.
03.05 "Брубейкер". Продолжение фильма (12+).
04.20 "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. Утро".
09.00 "Доброе утро, республика!
09.55 "О самом главном". Ток-шоу.
11.00 "Вести".
11.35 "Вести-Башкортостан".
11.55 "Тайны следствия". Детективный сериал (16+).
14.00 "Вести".
14.30 "Вести-Башкортостан".
14.50 "Вести. Дежурная часть".
15.00 "Шаманка". Детективный сериал (12+).
17.00 "Вести".
17.30 "Вести-Башкортостан".
17.50 "Вести".
18.15 "Прямой эфир" (16+).
19.35 "Вести-Башкортостан".
20.00 "Вести".
21.00 "Все только начинается". 18-20 серии (12+).
23.45 Футбол. Чемпионат Европы-2016. 1/2 финала. Прямая трансляция из Франции.
01.55 "Восход Победы. Курская буря". "Человеческий фактор. Карты". "Человеческий фактор. Полимеры". Док. фильм (12+).
03.40 "Неотложка-2". Сериал (12+).
04.45 "Вести. Дежурная часть".

БСТ

07.00 "Сәләм" (12+).
10.00 "Телелавка" (12+).
10.15 "Цирк в 13 метров" (6+).
10.30 "Преград.net" (6+).
10.45 "Защитница". Сериал (16+).
11.30, 16.30, 17.30, 21.30 Новости.
11.45, 14.45, 17.45, 19.00 "Интервью" (12+).
12.00 "Счастливый час".
13.00 "Бәхетнамә" (на башк. яз.).
14.00 "Бай бакса" (12+).
14.30, 18.30, 22.30 Новости (на башк. яз.).
15.00 "Борсаҡ" (0+).
15.15 "Сәмәр" (0+).
15.30 "Гора новостей".
15.45 "История признания" (12+).
16.00 "Дорога к храму" (0+).
16.45 "Семь чудес Башкортостана" (12+).
17.15 "Орнамент" (0+).
18.00, 20.15 "Полезные новости" (12+).
18.15 "Криминальный спектр" (16+).
19.15 "Птица счастья". Сериал (12+).
20.00 "Сәңгелдәк" (0+).
20.30 "Жизнь, которой не было". Сериал (16+).
22.00 "Уфимское "Времечко".
23.00 "Братство справедливости". Худ. фильм (16+).
По окончании: Новости (на башк. яз.).

8 ИЮЛЯ ПЯТНИЦА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "Доброе утро".
09.00 Новости.
09.10 "Контрольная закупка".
09.40 "Женский журнал" (12+).
09.50 "Жить здорово!" (12+).
10.55 "Модный приговор".
12.00 Новости.
12.15 "Пусть говорят" (16+).
13.20 "Это Я" (16+).
13.55, 15.15 "Время покажет" (16+).
15.00 Новости (с субтитрами).
16.00, 04.55 "Мужское/Женское" (16+).
17.00 "Жди меня".
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 "Давай поженимся" (16+).
19.50 "Поле чудес". Капитал-шоу (16+).
21.00 "Время".
21.30 "День семьи, любви и верности". Праздничный концерт.
23.30 "Марлон Брандо: Актер по имени "Желание". Док. фильм (12+).
01.20 "Джек-Медвежонок". Худ. фильм (16+).
03.10 "Пустоголовые". Худ. фильм (16+).

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. Утро".
09.00 "Доброе утро, республика!"
09.55 "О самом главном". Ток-шоу
11.00 "Вести".
11.35 "Вести-Башкортостан".
11.55 "Тайны следствия". Детективный сериал (16+).
14.00 "Вести".
14.30 "Вести-Башкортостан".
14.50 "Вести. Дежурная часть".
15.00 "Шаманка". Сериал (12+).
17.00 "Вести".
17.30 "Вести-ПФО".
17.50 "Вести".
18.15 "Прямой эфир". Ток-шоу (16+).
19.35 "Вести-Башкортостан".
20.00 "Вести".
21.00 "Петросян-шоу" (16+).
23.00 "Все только начинается". Сериал (12+).
00.55 "Два билета в Венецию". Мелодрама (16+).
03.00 "Нанолюбовь" (12+).
03.50 "Комната смеха".

БСТ

07.00 "Сәләм!" (12+).
10.00 "Замандаш" (6+).
10.15 "Борсаҡ" (0+).
10.30 "Йырлы кәрәҙ" (0+).
10.45, 13.45 "Учим башкирский язык" (0+).
11.00 "Студенческая весна стран БРИКС и ШОС" (12+).
11.30, 16.30, 17.30, 21.30 Новости.
11.45, 14.45, 17.45 "Интервью" (12+).
12.00 "Майкл Джексон: Служение" (6+).
13.00 "Күңелем моңдары" (12+).
14.00 "Хазина" (0+).
14.30, 18.30, 22.30 Новости (на башк. яз.).
15.00 "Сулпылар" (0+).
15.15 "Перекличка" (6+).
15.30 "Каникулы Нестрогого режима" (0+).
15.45 "Телелавка" (12+).
16.00 "Позывной "Барс" (12+).
16.15 "Малый бизнес" (12+).
16.45 "Время башкирское" (12+).
18.00 "Йома" (0+).
19.00 "Интервью".
19.15 "Бала-сага" (6+).
20.00 "Сәңгелдәк" (0+).
20.15 "Полезные новости" (12+).
20.30 "ДОСААФ: Испытано на себе" (12+).
20.45 "Большой чемодан" (6+).
22.00 "Люди скорости" (6+).
23.00 "Лабиринт Фавна". Худ. фильм (18+).
По окончании: Новости (на башк. яз.).

9 ИЮЛЯ СУББОТА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00 Новости.
06.10 "Наедине со всеми" (16+).
07.00 "Орел и решка". Худ. фильм (12+).
08.45 "Смешарики. Новые приключения".
09.00 "Играй, гармонь любимая!"
09.45 "Слово пастыря".
10.00 Новости.
10.15 "Смак" (12+).
10.55 "Людмила Гурченко. В блеске одиночества" (12+).
12.00 Новости (с субтитрами).
12.20 "Идеальный ремонт".
13.15 "Теория заговора" (16+).
14.10 "На 10 лет моложе" (16+).
15.10 "Воры в законе". Худ. фильм (16+).
16.50 "Анна Самохина. Не родись красивой" (12+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.15"Кто хочет стать миллионером?" с Дмитрием Дибровым.
19.10 К 80-летию Госавтоинспекции. Праздничный концерт.
21.00 "Время".
21.20 "Сегодня вечером" с Андреем Малаховым" (16+).
23.00 "КВН". Премьер-лига (16+).
00.35 "Морской пехотинец". Боевик (16+).
02.15 "Призрак в машине". Худ. фильм (16+).
04.00 "Модный приговор".
05.00 "Мужское/Женское" (16+).

РОССИЯ 1

04.50 "Соломенная шляпка". Худ. фильм.
07.40 "Вести-Башкортостан".
08.00 "Вести".
08.10 "Говорит и показывает Уфа" (12+).
09.15 "Правила движения" (12+).
10.10 "Личное. Алексей Баталов" (12+).
11.00 "Вести".
11.25 "Вести-Башкортостан".
11.35 "Манна небесная". 8 серий. Мелодраматический сериал (12+).
14.00 "Вести".
14.25 "Вести-Башкортостан".
14.35 "Манна небесная". Продолжение сериала (12+).
20.00 "Вести в субботу".
21.00 "Снег растает в сентябре". 4 серии. Мелодраматический сериал (12+).
00.55 "Мамина любовь". Мелодрама (12+).
03.00 "Марш Турецкого-2". Детективный сериал (12+).
04.45 "Комната смеха".

БСТ

07.30, 12.30, 18.30 Новости (на башк. яз.).
07.15 "Доброе утро!"
08.00 "Бунт пернатых" (12+).
09.30 "Здоровое решение" (12+).
10.00 "Телелавка" (12+).
10.15 "Аль-Фатиха" (6+).
10.45 "Большой чемодан" (6+).
11.30 "У дачи" (12+).
12.00 "Мистический Башкортостан" (12+).
12.45 "Учим башкирский язык" (6+).
13.00 "Тәмле" (12+).
13.30 "Автограф" (12+).
14.00 "Дарю песню" (12+).
15.30 "Семь чудес Башкортостана" (12+).
16.00 "Байыҡ-2016" (12+).
17.00 Т.Гарипова. "Не улетайте, журавли" (12+).
19.00 "Бай бакса" (12+).
19.30 "Замандаш" (6+).
19.45 "Сәңгелдәк" (0+).
20.00 "Вопрос+Ответ=Портрет" (6+).
20.45 "Полезные новости" (12+).
21.00 "Белла Ахмадуллина" (12+).
21.30 Новости.
22.00 "Следопыт" (12+).
22.30 Новости недели (на башк. яз.).
23.00 "Башҡорт йыры-2016" (12+).
23.45 "Киберспорт" (16+).
00.45 "Личность" (12+).

10 ИЮЛЯ ВОСКРЕСЕНЬЕ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00 Новости.
06.10 "Синдром дракона". Сериал (16+).
08.10 "Служу Отчизне!"
08.45 "Смешарики. ПИН-код".
08.55 "Здоровье".
10.00 Новости.
10.15 "Непутевые заметки" с Дм. Крыловым" (12+).
10.35 "Пока все дома".
11.25 "Фазенда".
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 "Дачные феи".
12.40 "Ледниковый период-2: Глобальное потепление". Полнометражный анимационный фильм.
14.25 "Что? Где? Когда?"
15.35 "Маршрут построен".
16.10 "День семьи, любви и верности". Праздничный концерт.
17.50 "Клуб Веселых и Находчивых". Летний кубок в Сочи (16+).
20.00 "Аффтар жжот" (16+).
21.00 "Воскресное "Время".
21.55 "Точь-в-точь" (16+).
23.50 Чемпионат Европы по футболу 2016. Финал. Прямой эфир из Франции.
02.00 "Наши в городе". 35 лет Ленинградскому рок-клубу (16+).
03.35 "Модный приговор".

РОССИЯ 1

05.10 "Когда мне будет 54 года". Худ. фильм.
07.00 "Мульт утро".
07.30 "Сам себе режиссер".
08.20 "Смехопанорама".
08.50 "Утренняя почта".
09.30 "Сто к одному".
10.20 "Вести-Башкортостан. События недели".
11.00 "Вести".
11.20 "Смеяться разрешается". Юмористическая программа.
14.00 "Вести".
14.10 "Молодожены". Худ. фильм (12+).
16.15 "Сон как жизнь". 4 серии. 4 серии. Мелодраматический сериал (12+).
20.00 "Вести недели".
22.00 "Воскресный вечер" с Владимиром Соловьевым" (12+).
00.30 "Охраняемые лица". Детективный сериал (12+).
0230 "Запрещенный концерт. Немузыкальная история" (12+).
03.20 "Смехопанорама".
03.45 "Комната смеха".

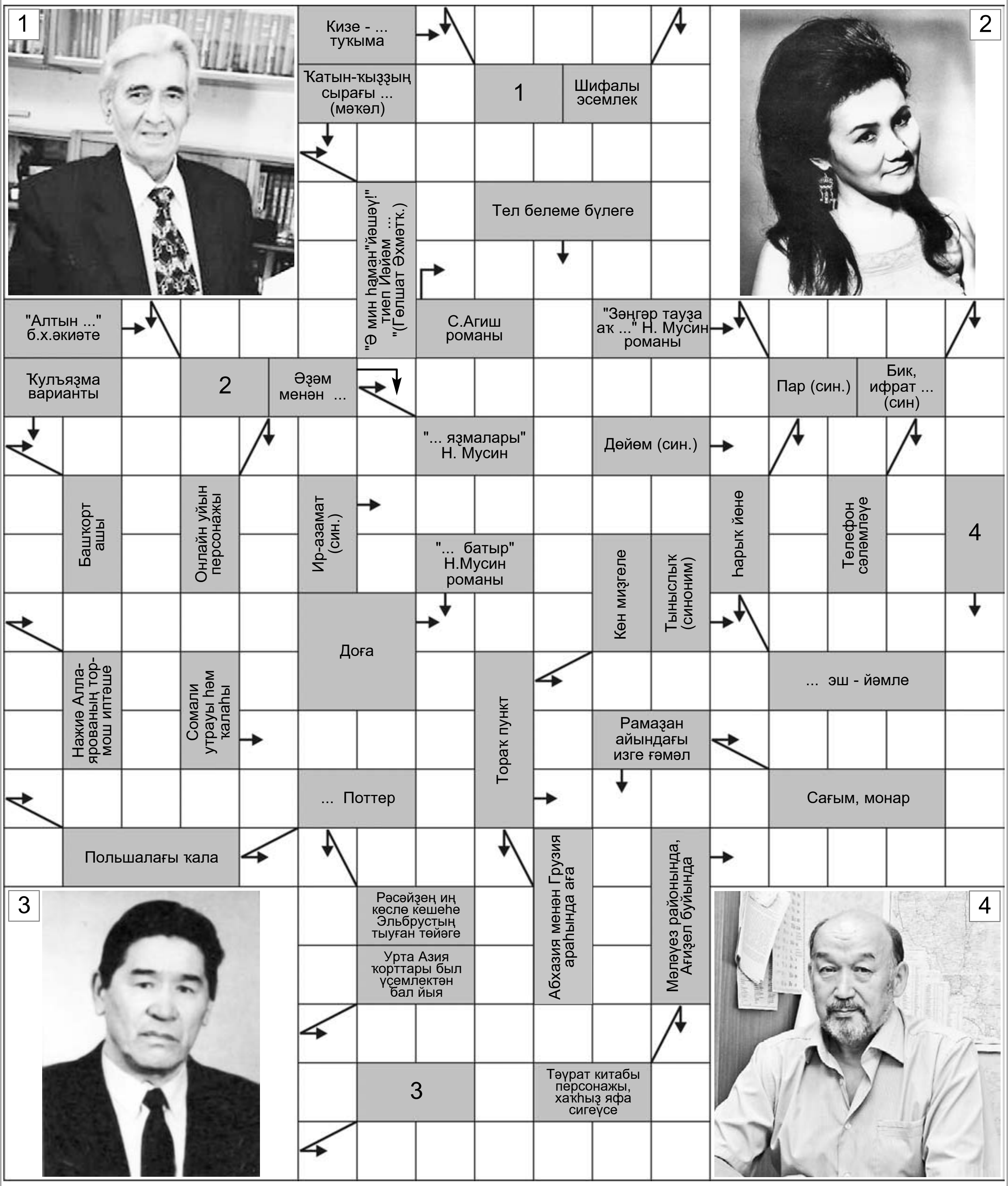
БСТ

07.00 Новости (на башк. яз.).
07.15 "Доброе утро!"
08.00 "Алиса знает, что делать" (0+).
08.30 "Йома" (0+).
09.00 "Бай бакса" (12+).
09.30, 15.30 "Семь чудес Башкортостана" (6+).
10.00 "Физра" (6+).
10.15 "Перекличка" (6+).
10.30 "Ал да гөл" (6+).
10.45 "Фанташ".
11.00 "Сулпылар" (0+).
11.15 "Байтус" (6+).
11.30 "Учим башкирский язык" (0+).
11.45 "Алтын тирмә" (0+).
12.30 Новости недели (на башк. яз.).
13.00 "Тәмле" (12+).
13.30 "Башҡорттар" (6+).
14.00 "Дарю песню" (12+).
15.00 "Автограф" (12+).
16.00 "Дорога к храму" (0+).
16.30 "Вестник "Газпромтрансгаз Уфа" (12+).
16.45 "ДОСААФ: Испытано на себе" (12+).
17.00 "Москва-Васютки" (12+).
18.30 "История признания" (12+).
18.45 "Мир настоящих мужчин" (12+).
19.00 "Не отступать и не сдаваться". Худ. фильм (6+).
20.30 "Открытое небо" (6+).
21.30 Новости недели.
22.15 "Специальный репортаж" (12+).
22.30 "Красная кнопка" (16+).
23.15 "Башҡорт йыры" (12+).
23.45 "Свидание с джазом" (12+).
00.45 "Уик энд". Худ. фильм (18+).

✔ *Күпме ерҙе йәйәү үтеп, ҡыш буйы тоҙ ултырған быуындарҙы яҙаһың, саф һауала организмды кислород менән байытаһың. Ә инде ҡышын йәй еҫе, йәй тәме сығарып кипкән еләкте сәйгә ҡушып бешереү үҙе ни тора!*

БАШ ЭШЛӘТМӘК

ИЮЛЬ ЮБИЛЯРҘАРЫ



Фәүзиә ИҘЕЛБАЕВА төҙөнө.

24-се һандағы сканворд яуаптары. Горизонталь буйынса: Аҡкүбәк. Яҡшымбәтов. Еңел. Ынтылыш. Мажара. Асыҡлама. Литр. Антитеза. Патриарх. Ҡаҡ. Ҡына. Йосопов. Асҡаров. Торт. Маһайыу. Реклама. Мин. Йома. Заманса. Алсу. Тараҡ. Ҡалҡыуыс. Оса. Рагу. Сүмес. Астра. Аҡса. Уҡлау. Тана. Йомағолов. Ҡура. Рота.

Вертикаль буйынса: Пари. Абдразаҡов. Ситлек. Ара. Авизо. Лиана. Оҫта. Ямғыр. Ҡала. Утрау. Нахаҡ. Ҡаймаҡ. Аҡылһыҙлыҡ. Ағуна. Умарта. Ымлыҡ. Үтәлеш. Ҡорот. Осор. Арпа. Ҡасан. Вальс. Аумаҡай. Вена. Оҫол. Һалым. Лайла. Артынса. Райком. Йылҡы. Архив. Утын. Сама.

СӘЛӘМӘТ БУЛАЙЫҠ!

ЕЛӘК АШАП ДАУАЛАНДЫМ

Элегерәк, йәй мәле етһә, ауылда күмәкләшеп еләккә сығып китә торған ғәҙәт бар ине. Кеҫәгә бер телем икмәк, кәнфит һалып алаһың да, рәхәтләнеп урман, ялан ҡыҙыраһың, тәбиғәттең биргән ризығына рәхмәт уҡый-уҡый, еләк менән биҙрәләрҙе тултыраһың. Еләк, тип, көнөнә күпме ерҙе йәйәү үтергә тура килгәнен кем генә һанаған инде уның. Бер көн арып ҡайтаһың да, икенсе көнөнә тағы сығып йүгерәһең.

Ул еләкте туйғансы ашау, ул ҡайнатма ҡайнатыу, ул киптереү... Ҡайнатмаларҙы хәҙерге кеүек литрлап түгел, центнерлап һанай торғайныҡ хатта. Ә ул еләкте йыйған ваҡытта күпме витаминға туйынғанбыҙ? Яҙғыһын ғына гемоглобиным түбән ине, әле тикшертеп ҡарағандан һуң, уның күтәрелгәнен асыҡлағас, сәбәбе - баҡса еләге, тигән һығымта яһаным үҙемсә. Ҡыҙыҡ өсөн составын ҡарарға булдым. Баҡтиһәң, 100 грамм баҡса еләге 85 грамм һыуҙан һәм ҡалған өлөшө бик күп файҙалы матдәнән тора икән. Унда аҡһым да, күҙәнәклек тә, майҙар ҙа, моносахаридтар ҙа, дисаридтар ҙа, крахмал-углеводтар ҙа, көл дә, органик кислоталар ҙа бар. Витаминдарҙан С, Е, В3, А, В9, Н витаминдары, калий, кальций, фосфор, магний, натрий, хлор, көкөрт кеүек макроэлементтар, тимер, еҙ, селен, марганец, бор, йод, цинк, фтор, молибден, ванадий, никель, кобальт кеүек микроэлементтар тупланған.

Баҡса еләге үҙе бер сәләмәтлек хазинаһы булғанда, урман еләге хаҡында әйтеп тә тораһы түгел инде. Өҫтәүенә, күпме ерҙе йәйәү үтеп, ҡыш буйы тоҙ ултырған быуындарҙы яҙаһың, саф һауала организмды кислород менән байытаһың. Ә инде ҡышын йәй еҫе, йәй тәме сығарып кипкән еләкте сәйгә ҡушып бешереү үҙе ни тора! Өҫтәүенә, хәҙер элекке кеүек ҡайнатма ҡайнатып торорға ла кәрәкмәй - һәр кемдә ҙур-ҙур һыуытҡыстар, туңдырғыстар бар, еләк-емеште рәхәтләнеп туңдырырға мөмкин. Туңған еләктә витаминдар барыбер һаҡлана ул.

Йәйге дауахананың тағы бер ыңғай яғы бар - еләк-емеш бер-бер артлы өлгөрә, тимәк, организмды барлыҡ кәрәкле тәбиғи витаминдар, минералдар менән тулыландырырға мөмкин. Бары тик ялҡаулыҡты артҡа ташлап, беләккә биләк элеп, урман-ҡырҙарҙы ҡыҙырырға, бик булмаһа, ихаталағы баҡсанда йөрөргә генә кәрәк. Тәбиғи дарыухананы ҡулланып, һау-сәләмәт булайыҡ!

Фәнүзә ЯНОВА.

НАМАҘ ВАҠЫТТАРЫ

1437 һижри йыл.

Июль (Рамаҙан - Шәүүәл)	Иртәнге намаҙ	Ҡояш ҡалҡа	Өйлә намаҙы	Икенде намаҙы	Ауыҙ асыу, аҡшам	Йәстү намаҙы
4 (29) дүшәмбе	3:18	4:48	13:30	20:22	21:52	23:22
5 (1) шишәмбе	3:19	4:49	13:30	20:21	21:51	23:21
6 (2) шаршамбы	3:20	4:50	13:30	20:20	21:50	23:20
7 (3) кесе йома	3:21	4:51	13:30	20:20	21:50	23:20
8 (4) йома	3:22	4:52	13:30	20:19	21:49	23:19
9 (5) шәмбе	3:24	4:54	13:30	20:18	21:48	23:18
10 (6) йәкшәмбе	3:25	4:55	13:30	20:17	21:47	23:17

"Башҡортса дини календарь"ҙан алынды.

СӘНҒӘТ ЯҢЫЛЫҠТАРЫ

БЕҘҘЕҢ КИНОБЫҘ...

башҡаларға ла аңлайышлы

"Башҡортостан" киностудияһының "Өс хат" фильмы йәнә наградалар менән билдәләнде. Был юлы ул Ярославль өлкәһендә үткән "Донъяға яҡтылыҡ" VI Халыҡ-ара йәштәр кинофестивалендә ике приз яуланы.

Руслан Юлтаевтың драмаһы "Уйын киноһы" номинацияһында I дәрәжә дипломға лайыҡ булды. Режиссер Руслан Юлтаев, сценарист Дамир Йосопов, оператор Рафаэль Сарваев һәм композитор Илшат Яхин билдәләнде. Бынан тыш, "Өс хат" фильмының авторҙары фестивалдең директорынан "Махсус приз" менән бүләкләнде, тип хәбәр иттеләр республика Мәҙәниәт министрлығының матбуғат хеҙмәтендә.

Иҫегеҙгә төшөрәбеҙ, "Өс хат"тағы ваҡиғалар Бөйөк Ватан һуғышы ваҡытында бара. Ә ҙур ҡалаларҙан алыҫ ятҡан башҡорт ауылында әле тыумаған баланың яҙмышы хәл ителә. Фильм Ишембай һәм Ғафури райондарында, Арлар һәм Мәндем ауылдарында төшөрөлә. Төп ролдәрҙе Зиләрә Юлтаева, Физәлиә Рәхимова, Вәкилә Ҡалмантаева һәм Фәрзәнә Ғөбәйҙуллина уйнай.

"Шуныһы ҡыуанысլы: башҡорт телендәге фильмды күп кенә халыҡ-ара кинофестивалдәрҙә яҡшы ҡабул итәләр. Ул төрлө милләт кешеләренә аңлайышлы", - тип билдәләй авторҙар.

ИҒТИБАР: АКЦИЯ!

ҺӘР КЕМ УҠЫРҒА ТЕЙЕШЛЕ...

йөҙ башҡорт китабы

"Киске Өфө" гәзитенең "Бәйләнештә" социаль селтәрендәге "Башстатус" төркөмә менән берлектә иғлан иткән "Башҡорт китабы топ-100+" акцияһына ҡушылған уҡыусыларыбыҙҙың тәҡдимдәрен һәр һанда күрһәтә киләбеҙ. Бөтәһе лә уҡырға тейешле китаптар исемлеге йәйләп үҫә бара. Әлегә ул бына ниндәй:
1. "Урал батыр" башҡорт халыҡ эпосы
2. М. Аҡмулланың шиғырҙар йыйынтығы
3. Ҡол Ғәли "Йософ ҡиссаһы"
4. Ризаитдин Фәхретдин "Нәсихәттәр"
Артабан Башҡорт дәүләт университетының филология фәндәре кандидаты Рәмилә Йәнмырҙина Ғайса Хөсәйеновтың "Тормош" һәм "Донъя" тип аталған парсалар китаптарын бер ҡасан да актуаллеген юғалтмаҫ, мәңгелек әҫәрҙәр рәтенә индерергә тәҡдим итте.

- Ғайса Хөсәйеновтың бөтә әҫәрҙәрен дә уҡып сығырға тәҡдим итергә мөмкин, уның тарихи китаптарын, ғилми хеҙмәттәрен барыһы ла белергә тейеш. Шулай ҙа, йәштәрҙең дә, ололарҙың да күңеленә хуш килерҙәй парсалар китабын айырып, телгә алып китеү кәрәк. "Донъя" һәм "Тормош" тип аталған ике йыйынтыҡ башҡорт кешеһенә тормошто аңларға, йәшәү мәғәнәһен табырға ярҙам иткән хикмәтле китаптар. Йәштәр сит ил йәки урыҫ белгестәренең философия, психология буйынса яҙылған китаптарын уҡый. Ундағы кәңәштәр, фекерҙәр, аҡыл башҡа халыҡтың менталитетына, йолаларына, тәрбиәһенә нигеҙләнеп яҙылған һәм күбеһе беҙҙең асылға тап килмәй. Башҡорт халҡының тормоштон төрлө аспекттарына ҡағылышлы уй-фекерҙәре, философияһы борон-борондан формалашып килгән. Беҙгә үҙ ерлегебеҙҙән сығып, рухи ҡиммәтәребеҙгә нигеҙләнеп яҙылған кәңәш китаптарын уҡыу кәрәк. "Кеше", "Әҙәп-әхлаҡ", "Ғүмер", "Дин", "Фән", "Философия" һ.б. тиғән төркөмдәргә бүленгән парсаларҙа башҡорт халҡының философияһы, авторҙың донъяға ҡарашы тулыһынса сағылыш тапҡан. Был китаптар олоһона ла, кесеһенә лә кәрәкле бөтә һорауҙарға яуаптарҙы үҙенә туплаған. Фәһемле, ғибрәтле парсалар хикмәтле һүҙ өсөн генә түгел, һәр кемгә һабаҡ, фәһем биреү маҡсатында яҙылған. Был милләттәштәр ҡул аҫтында тотолоп, форсат тыуған һайын уҡылырға тейешле китаптар.

Ғайса Хөсәйенов бер парсаһында иң шәп китап нисек булыуы тураһында яҙған:

- Нисәй китаптар шәп?
- Зиһенгә һәм күңелгә һеңгәне.
- Нисәйҙәре йәнә шәберәк?
- Һинең үҙеңде уйланырға мәжбүр иткәне.

Был һүҙҙәр уның "Тормош" һәм "Донъя" китаптары тураһында әйтелгән төҫлө.

Хөрмәтле гәзит уҡыусыларыбыҙ! "Башҡорт китабы топ-100+" акцияһына һеҙ ҙә ҡушылығыҙ, үҙегеҙ уҡыған башҡорт китаптары/әҫәрҙәре араһынан иң-иңдәрен һайлап, шулар тураһында редакциябыҙға төбәп хаттар яҙығыҙ. Йәки "Бәйләнештә" социаль селтәрендәге "Киске Өфө" гәзите" төркөмөндә махсус булдырылған "Башҡорт китабы топ-100+" акцияһы" тип аталған фекер алышыу битендә "#башкитап" хештегы ҡуйып үҙ фекерегеҙҙе белдерегеҙ!

Сәриә ҒАРИПОВА.

ВИКТОРИНА

ӘҘӘБИӘТ ҺӘМ ӘҘИПТӘР

Гөлнур Яҡупованың "Ҡатындар" трилогияһы буйынса һорауҙар:

1. Нурияның ҡан олатаһы кем?
а) Әхмәҙин Бүреһыҡҡан;
б) Тәхәвтулла;
в) Абдрахман ҡурайсы;
г) Ҡарамырҙа имам.

2. Нурияның ауылда тороп ҡалған тиҫтерен атағыҙ.
а) Әхиәр;
б) Кәбир;
в) Харис;
г) Әшрәф.

3. Нурия кемгә кейәүгә сыға?
а) Сыңғыҙ;
б) Кәбир;
в) Фатих;
г) Арсен.

4. Афғансы Муса Таминдаровты үлемдән ҡотҡарған тимерсе ҡарттың исеме кем?
а) Ҡәйүм;
б) Зәйет;
в) Шамил;
г) Әмир.

Хөрмәтле дуҫтар! Кем дә кем ошо һорауҙарға беренселәрҙән булып дөрөҫ яуап бирә, шуға бүләккә автор ҡултамғаһы ҡуйылған китап! Тағы, ике йәки өс һорауға дөрөҫ яуап еткереүсегә автор "Төш юрау" китабын вәғәҙәләне. Йәгеҙ, кем алыҡ? Яуаптар, шылтыратыуҙар көтәбеҙ!

Үткән уйын һорауҙарына дөрөҫ яуап биреп, исемен атамауыбыҙҙы һораған уҡыусыбыҙ үҙенең бүләген, Мөнир Ҡунафиндың "Йөҙәп барған, ти, аттар диңгеҙҙә" повесын, үҙендә булыу сәбәпле, Өфө ҡалаһының Фатима Мостафина исемендәге 20-се ҡала башҡорт гимназияһы китапханаһына бүләк итеүебеҙҙе һораны.

Иҙел РӘХИМОВ.

ҺҮҘЛЕК

БЫЛ ҮЛӘНДЕҢ АТАМАҺЫ НИСЕК?

Тәкәрлек йондоҙҡайы - звездчатка ланцетовидная
Тәкә һаҡалы - вайда
Төлгәш ҡайын - береза пушистая
Тәлмәрйен тәңкәһе - ряска
Тәлмәрйен япрағы - подбел, белолистник
Тәңкә үлән - вербейник монетный, луговой чай
Узамбар миләүшәһе - фиалка узамбарская
Уймаҡ сәскә - наперстянка крупноцветковая
Умырзая - подснежник
Унғар һырғаһы - котовник венгерский
Урал аҡтамыры - пырей уральский
Урал боланүты - кипрей уральский
Урал һөтләгәне - молочай уральский
Урман йондоҙҡайы - звездчатка лесная
Урман йыуаһы, айыу һуғаны - черемша, лук победный
Урман сырмалсығы - чина лесная
Урман ҡамышы - камыш лесной
Урман һолоуләне, бирәй - овсяница лесная
Урман ҡырҡбыуыны, шыршы үлән - хвощ лесной
Урман яраны - герань лесная
Уҫаҡ - осина
Үгеҙолаҡ - крестовник полевой
Үгеҙут - зубровка душистая
Үгәй инә үләне - мать-и-мачеха

С. ЙӘНТҮРИН, Ғ. ХИСАМОВ.
"Русса-башҡортса, башҡортса-русса ботаника терминдары һүҙлеге".

АҠЫЛ-ҠАҘНА

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

ИЛАР ТҮРӘ...

иле менән уйнар

Күп әрләмә - әрһеҙ итерһең; бикләмә - уғры итерһең.
(Башҡорт халыҡ мәҡәле).

Аҡыл йөрәккә ҡарағанда алыҫыраҡ күрә, йөрәк аҡылға ҡарағанда тәрәнерәк тоя.
(Илья Шевелев).

Ҡайһы саҡта беҙ икенсе бер кешене кәмһетеү өсөн бер кешене күккә күтәреп маҡтайбыҙ...
(Ф. Ларошфуко).

Алдана-алдана кеше алдарға өйрәнә.
(Новалис).

Әгәр ҙә кешелек үҙ хаталарында өйрәнә, тиғән һүҙҙәр дөрөҫ булһа, беҙҙе нисәй яҡты киләсәк көтә!
(Л. Питер).

Кеше ғүмере күп биттәре етмәгән китапҡа оҡшаш.
(Акутагава Рюноскэ).

Әгәр кешегә дөрөҫ баһа бирһәләр, ул дөрөҫлөк яулап йөрөмәҫ ине.
(Тәлгәт Абдрахманов).

Ғазаплана бел. Белеп ғазапланғандар аҙыраҡ ғазаплана.
(А. Франс).

Байлыҡ диңгеҙ һыуы һымаҡ: күберәк эскән һайын, сарсау арта ғына бара.
(А. Шопенгауэр).

Һәр кем хаталана, әммә артабан да шул хаталар менән йәшәүҙе дауам итеү - аҡылһыҙлыҡ.
(Цицерон).

Шулай итеп, тағы бер риүәйәт: "Бер егет ғашиҡ була һәм һөйгәнен күреү өсөн күп тапҡырҙар Тигр йылғаһы аша йөҙөп сыға. Ләкин бер саҡ егет ҡыҙҙың йөҙөндә тап күреп ҡала. Ошонан һуң ул йылға аша йөҙгәндә бары тик һөйгәненең йөҙөндәге бағы тап тураһында ғына уйлай. Уны илһамландырған һөйөү ялҡыны һүрелә һәм ул йылға уртаһында хәлһеҙләнеп, батып үлә.

Ыҫлынлап та, ғашиҡ кешенең иғтибарын һөйгәненән бер ни ҙә ситкә йүнәлтә алмаҫҡа тейеш һымаҡ. Был ҡағиҙәне үҙләштергәндәр үҙ һөйгәнен ошолай һынап ҡарай ала. Мәҫәлән, бер ҡыҙ шулай иткән. Уға бер егет һәр саҡ әҙәләп һөйөүе тураһында һөйләй, үҙ хистәренең тәрәнлеге һәм ихласлығы тураһында ышандырырға тырыша икән. Бер саҡ ҡыҙ уға былай ти: "Мин матур түгел, һин минең һеңлемә генә ҡара әле", - ти һәм һеңлеһенә төртөп күрһәтә. Егет ул күрһәткән яҡҡа боролоп ҡарай. Ҡыҙыҡай шунда был егеттең һөйөүенең алдатҡыс һәм ихлас булмағанын аңлай..."

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

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

Редакция һәм нәшер итеүсе адресы:
450005, Өфө ҡалаһы, Революцион урамы, 167/1
Беҙҙең сайт: **www.kiskeufa.ru**
Беҙҙең блог: **blog.kiskeufa.ru**
E-mail: **info@kiskeufa.ru**
kiskeufa@mail.ru
«ПечатниК» яуаплылығы сикләнгән йәмғиәте типографияһында баҫылды (450059, Башҡортостан Республикаһы, Өфө ҡалаһы, Комсомол урамы, 27/1).

Телефондар:

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

Ҡул ҡуйыу ваҡыты - 1 июль 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 - 4877
Заказ - 1162/07