ИЖТИМАҒИ-СӘЙӘСИ-МӘҘӘНИ ГӘЗИТ

КИСКЕ ӨФӨ

2-8 февраль (шаҡай) 2024

№4 (1097)

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

БЫЛ ҺАНДА УҠЫҒЫҘ:

Өлгөлө ғаиләләр

5

Балаларҙың... аҡ халатлы дуҫы

8-9

Ҡурҡҡанға ҡуш күренә, сир ҙә йәбешә

10

Бында ҡайғы нығыраҡ ҡайғы, шатлыҡ нығыраҡ шатлыҡ булып тойола...

12-13

@KISKEUFA

Беҙҙең Телеграм каналға рәхим итегеҙ!

смартфон камераһын төбә

Күктән алтын тәңкәләр яуыуы ла нәфселенең мәйелен ҡандырмаҫ. Нәфсе - ул сир һәм унан берниндәй ҙә шатлыҡ көтөү мөмкин түгел икәнен аңлаған кеше аҡыл эйәһе булыр.

(Будда).

ИҒТИБАР: БӘЙГЕ!

ӨФӨ ТАРИХЫН БЕРГӘЛӘП ЯҘАЙЫҠ!

Туған тел һәм шәжәрә - асылда бер бөтөн күренеш. Ошо ике таяу ныҡлы булғанда ғына милләт йәшәйәсәк һәм артабан ишәйәсәк. Шуға күрә лә республика архивсылары шәжәрә аша үҫмерҙәрҙә атайсалға, тарихҡа, нәҫел тамырҙарына һөйөү һәм ихтирам тәрбиәләп, уларҙы ҡаһарман ата-бабалар өлгөһөндә көслө рухлы илһөйәр шәхестәр итеп үҫтерергә ынтыла. 2017 йылдан шәжәрә конкурсы үткәрелә килһә, 2020 йылда БР Хөкүмәте "Минең шәжәрәм" асыҡ республика ғилми-тикшеренеү эштәре конкурсын үткәреү тураһында" ҡарар ҡабул итте. Был көндәрҙә Башҡортостан Республикаһының Архив эштәре буйынса идаралығы һәм Милли архивы баш ҡалабыҙҙың 450 йыллыҡ юбилейына арналған "Өфө тарихын бергәләп яҙайыҡ!" исемле конкурс уҙғара.

VII ижади бәйгенең төп маҡсаттары - Башҡортостандың, уның баш ҡалаһының тарихын һәм билдәле шәхестәрҙең биографияһын төплөрәк өйрәнеү, ғаилә ҡиммәттәренә хөрмәт, илһөйәрлек тойғоһо тәрбиәләү, үҫмерҙәрҙе һәм йәштәрҙе ғилми-тикшеренеү эшенә ылыҡтырыу.

Йәш тарихсылар араһындағы ижади бәйгелә 8-11-се класс уҡыусылары, колледж һәм юғары уҡыу йорттары студенттары ҡатнаша.

Конкурс өс номинация буйынса уҙғарыла:

- Өфөлә тыуып үҫкән кешеләр - Рәсәйҙең арҙаҡлы шәхестәре (эссе);
- Өфө ҡалаһын үҫтереүгә тос өлөш индергән яҡташымдың (йәғни, ауылдашым, райондашымдың) тормош юлы һәм шәжәрәһе;
- Баш ҡаланың йылъяҙмаһы (тауышлы видеопрезентация).

Өлкән класс уҡыусылары һәм студенттарҙың үтенесен иҫәпкә алып, Конкурс комиссияһы заявкаларҙы һәм ғилми-тикшеренеү эштәрен ҡабул итеүҙе 1 мартҡа тиклем оҙайтыу тураһында ҡарар ҡабул итте. Материалдарҙы электрон почта (urakaeva.aa@bashkortostan.ru) аша ебәрергә йәки Өфө ҡалаһы, Совет урамы, 7 адресы буйынса килтереп тапшырырға мөмкин.

(Дауамы 2-се биттә).

ИШЕТТЕГЕҘМЕ ӘЛЕ?

ӘСӘЛЕК КАПИТАЛЫ...

Ғаилә йылында илебеҙ ғаиләләре беренсе балаға - 630,4 мең, икенсеһенә 833 мең һум күләмендә Әсәлек капиталы алырға мөмкин. Был хаҡта Рәсәй Хөкүмәтенең телеграм-каналында хәбәр ителә. Индексацияны 2024 йылдың 1 февраленән башҡарыу планлаштырыла.

Хәтерегеҙгә төшөрәбеҙ, беренсе бала өсөн аҡса алған ата-әсәләргә икенсе балаһы тыуғанда 202,6 мең һум күләмендә өҫтәмә ҡаралған. "Президенттың ҡушыуы буйынса 2022 йылдан Әсәлек капиталы йыл һайын инфляция буйынса индексациялана. 2024 йылдың 1 февраленән беренсе балаға Әсәлек капиталы күләме - 43,4 мең һумға, ә икенсеһенә 57,4 мең һумға арта", - тине Рәсәйҙең хеҙмәт министры Антон Котяков. 2023 йылда Әсәлек капиталы аҡсаһын күберәк торлаҡ шарттарын яҡшыртыуға тотонғандар, тип өҫтәне министр. Илдә 677 меңдән ашыу ғаилә ошондай мөмкинлектән файҙаланған. Икенсе популяр йүнәлеш - Әсәлек капиталынан өс йәшкә тиклемге балаға айлыҡ түләү. Өсөнсөһө - белем алыу. 2023 йылда 376 мең ата-әсә Әсәлек капиталы аҡсаһын ошо маҡсат өсөн тотонған.

УҠЫУСЫ ФЕКЕРЕ

БӨГӨН ДӘ, ИРТӘГӘ ЛӘ КӘРӘК!

Бөгөн беҙгә гәзит кәрәкме, тигән һорау һәм бәхәстәр күптән бирле килә, ә бына яңыраҡ ҡына, 13 ғинуар - Рәсәй матбуғаты көнө айҡанлы был мәсьәлә интернет киңлектәрендә лә, баҫма матбуғат биттәрендә лә тағы ҡуҙғатылып алды.

Бына шулай, 15-20 йыллап инде бәхәсләшәбеҙ, гәзиттәрҙе әрләйбеҙ, уға һәр төрлө дәғүәләр белдерәбеҙ, ә шул өйөрмә эсендә гәзиттәребеҙ йәшәй бирә һәм баҫалҡы ғына үҙ бурыстарын башҡарып килә. Электрон-техник мәғлүмәт саралары көндән-көн "ҡотороп" үҫешкән заманда, ысынлап та, ниңә һәм кемгә кәрәк был ҡағыҙ баҫмалар?

(Дауамы 2-се биттә).

12+

✓ Һәр төрлө ваҡиғалар көн дә үҙгәреп тора, ә бына милли ҡиммәттәребеҙ, туған телебеҙ һәм рухи хазиналарыбыҙ - мәңгелек. "Киске Өфө" - тап бына ошо ҡиммәттәребеҙ хаҡына фиҙаҡәрлек күрһәтеп эшләүсе гәзитебеҙ ул.

УҠЫУСЫ ФЕКЕРЕ

БӨГӨН ДӘ, ИРТӘГӘ ЛӘ КӘРӘК!

(Башы 1-се биттә).

Юҡ, кемдәрҙеңдер төкөрөк сәсеп раҫлауынса, ҡағыҙ баҫмалар өлкән йәштәгеләр өсөн генә нәшер ителмәй, юҡ, үҙем күреп-белеүемсә, минең тиңдәштәрем араһында ла байтаҡ улар, гәзит уҡыусылар. Ә мин әле, кем әйтмешләй, бик ҡарт та түгел, йәш тә түгел, самай тормош һөйәр сағым ғына. Ә был йәштә донъяла барған хәлдәргә бер ҙә генә битараф ҡалып булмай. Дөрөҫ, донъя яңылыҡтары менән беҙҙә интернет минуты-сәғәтендә таныштырып бара. Был йәһәттән бөгөн әҙерләнеп, типографияла иртәгәһенә генә баҫылып сығыусы гәзиттәр түгел, хатта телевидение менән радио ла артта тороп ҡалды. Тимәк, хәҙер уларҙың эшмәкәрлеге ана шул яңылыҡ һәм ваҡиғаларҙы күңелгә һеңдереп, анализлап, баһа биреп, мәғлүмәт киңлегенә сығарыуҙан ғибәрәт, тип аңларға кәрәк.

Әйткәндәй, гәзиттәрҙең дә бөгөн тематикаһы үҙгәрә бара: ул үҙ биттәрендә бөгөн илдәге сәйәсәт, социаль-иҡтисади мәсьәләләрҙе анализлай, ил етәкселеге ҡарарҙарын киң халыҡ ҡатламдарына еткерергә тырыша. Төбәк һәм район баҫмалары иһә урындағы тематикаға күберәк иғтибар бирә. Әлбиттә, ҡырҡыу сәйәси ваҡиғаларға ҡыҫыла алмаһалар ҙа, туған тел һәм кесе ватаныбыҙ тарихына, йәш быуынға, рухи-әхлаҡи тәрбиә мәсьәләләренә төп иғтибар бирелә, сөнки урындағы төп халыҡ статусын раҫлап, йәшәтеп торған мәсьәләләр бит былар. Өҫтәүенә, ябай халыҡ араһынан сыҡҡан күренекле замандаштарыбыҙ, уңышлы эшҡыуарҙар, мәҙәниәт һәм сәнғәт әһелдәре менән яҡынданыраҡ танышыу мөмкинлеге бирә беҙгә гәзиттәребеҙ. Был әйткәндәрем үҙем алдырып уҡыған "Киске Өфө" гәзите хаҡында булды.

Һәр төрлө ваҡиғалар көн дә үҙгәреп тора, ә бына милли ҡиммәттәребеҙ, туған телебеҙ һәм рухи хазиналарыбыҙ - мәңгелек. Ошо ҡиммәттәребеҙ һағында ла торорға, уны ла һаҡларға, артабан үҫешенә булышлыҡ итергә лә тейеш кемдер. "Киске Өфө" - тап бына ошо ҡиммәттәребеҙ хаҡына фиҙаҡәрлек күрһәтеп эшләүсе гәзитебеҙ ул. Был баҫмала яҡтыртылған мәҡәләләрҙе башҡа бер ҡайҙан да табып уҡый алмаясаҡбыҙ. Һәр хәлдә, гәзиттең үҙ йөҙө, халҡына әйтер үҙ һүҙе бар: асылыбыҙға тоғро ҡалайыҡ, әсә телебеҙҙе, тарихыбыҙҙы ҡәҙерләйек, уны өйрәнәйек, балаларыбыҙға тапшырайыҡ. Гәзитебеҙ беҙгә бөгөн дә, иртәгә лә кәрәк булһын!

Киңйәғол МӨХӘМӘТҠОЛОВ,
хеҙмәт ветераны.
Хәйбулла районы.

БЫЛ АЙҘА...

КӘБИСӘ: НИ ЮРАҺАҢ - ШУЛ БУЛЫР

Быйыл кәбисә йылы булып, уның сәбәпсеһе шаҡай 29 көндән торасаҡ. Ә бындай йыл, мәғлүм булыуынса, борондан маҡталмаған. Бер "артыҡ" көнө булған йылда, йәнәһе лә, һәр төрлө ауырлыҡтар, уңышһыҙлыҡтар алып килеү ихтималлығы бар, имеш. Мәсәлән, үткән кәбисә - 2020 йылда тажзәхмәт сире башланып китте. Time журналы был йылды тарихтағы иң насар йылдарҙың береһе булды, тип таныны. Халыҡ ырымдары буйынса был йылда ғаилә ҡороу, йорт һалып инеү кеүек ғәмәлдәр хупланмаған. Быға ышанырғамы, юҡмы?

Фараздары шулай уҡ рәсми танылыуға дәғүә итмәһә лә, кәбисә фәлсәфәһе хаҡында экстрасенстар ниндәй фекерҙә һуң? Эксперт һүҙҙәре буйынса, кәбисә йылы беҙҙең эраға тиклем 45 йылда Гай Юлий Цезарь указы менән астрономик һәм календарь йылдар айырмаһын "каплау" маҡсатында индерелә. Быны ябайлаштырып, шуның менән аңлатырға була: Ер шары Ҡояш тирәләй 365 көн дә 6 сәғәт эсендә тулыһынса әйләнеп сыҡҡанлыҡтан, дүрт йылға бер тапҡыр өҫтәмә рәүештә бер тәүлек, йәғни 24 сәғәт ваҡыт "йыйыла", һәм ул февралдең 29-ына тап килә.

Былай ҙа еңел булмаған осорҙа шул ғына етмәгәйне, тиерһегеҙ. Әммә, нимәгә юрайһың, шул була, тигәндәй, эксперт-астролог Кристина Ольховая, ысынлап та, был көндөң айырым мәғәнәгә эйә булыуы хаҡында һөйләй. "**29 февраль** - кешегә мөһим аҙым яһарға мөмкинлек биреүсе үҙенсәлекле энергетик портал ул. Был көндөң ҡеүәте - үсеш һәм рухи яңырыу",- ти экстрасенс. Уның фекеренсә, 29 февраль кешенең эске көсөн уятырға һәм ысынбарлыҡ менән хыял араһында тигеҙлекте табырға, белем алырға, үҙең хаҡында мөһим нәмәләргә төшөнөр өсөн уңайлы мәл. Киләсәккә пландар ҡороу өсөн дә 29 февраль бик яҡшы көн. Ә инде кәбисә йылына ҡағылышлы өйләнешеү, йорт һалыуҙарҙы тыйыу кеүек ырым-ышаныуҙар һәр кемдең үҙенә бәйле, уның нигеҙендә ғүмер боролоштарынан, яңылыҡтан ҡурҡыу ята, әммә шуныһы раҫ: кәбисәнең башҡа йылдарҙан бер айырмаһы ла юҡ. Шулай ҙа Кристина был йылда уңыш килтерәсәк бәләкәй генә бер серҙе систе: ҡыҙыл ташлы йә кристалл биҙәүес тағып йөрөргә мөмкин, ул күңелде лә тынысландыраcаҡ.

Күңел тыныслығын беҙгә һауа торошо ла алып килә, синоптиктар шаҡайҙа көндәрҙең һәм һауа торошоноң тотороҡло буласағын күҙаллай. Уртаса һауа температураһы көндөҙ -6-нан алып -10-ға тиклем, төндә терегөмөш бағанаһының 3-4 градусҡа түбәнәйеүе мөмкин, ваҡыты менән 25 градусҡаса ҡыҫҡа ваҡытлы һалҡындар көтөлә, ҡар яуасаҡ.

Бындай билдәләрҙән тыш, һәр айҙың үҙенә генә хас йөҙө, йөкмәткеһе бар. Был йәһәттән беҙ электән үк шаҡайҙың хәрби "буй-һыны"-на, уның ҡаһарманлыҡ һәм илһөйәрлек эстәлегенә өйрәнгәнбеҙ һәм был нигеҙҙә Ватанды һаҡлаусылар көнө **(23)** менән бәйле булыуға ҡарамаҫтан, уның ил ҡеүәтен, хәрби данын ишәйтеүсе башҡа даталары ла байтаҡ икәнлеген күрәбеҙ: Сталинград һуғышында еңеү, Йәш антифашистар, Хәрби-Диңгеҙ флоты разведкаһы, Махсус операциялар көстәре көндәре һәм башҡалар. Бөгөн Рәсәй Ҡоралы көстәренең ҡеүәтен хатта АҠШ-та ла танырға мәжбүрҙәр. Билдәле хәрби күҙәтеүсе полковник Виктор Баранец яҙыуынса, былтыр US News & World Report Америка журналы үткәргән 100 баллыҡ рейтингта Рәсәй армияһы 94,3 бал менән беренсе урынға сыҡты, ә икенсе урында - АҠШ Ҡоралы көстәре, өсөнсө һыҙыҡта - Ҡытай. Бәгзе берәүҙәр, полковник Баранец һүҙҙәренсә, донъяның иң көслө армияһы нинә һуң Украинала оҙаҡ мыштырҙай, тип төрттөрөргә ярата. Бының үҙ сәбәптәре бар, ти эксперт: беренсенән, был үҙенсәлекле һуғыш, беҙҙекеләр бында иң ҡеүәтле ҡоралды ҡулланмай, юғиһә бит, ул юҡҡа ғына "махсус операция" тип аталмай. Икенсенән, беҙ Украинаға ҡаршы ғына түгел, ысынында иһә НАТО-ның 30 иле менән көрәш алып барабыҙ. Быларҙан тыш, егермеләгән НАТО союздаштары ла Украинаны ҡорал, аҡса,

ИҒТИБАР: БӘЙГЕ!

ӨФӨ ТАРИХЫН БЕРГӘЛӘП ЯҘАЙЫҠ!

(Башы 1-се биттә).

Мәғлүмәтте Мәғариф һәм фән, Мәҙәниәт министрлыҡтарынан, ҡала һәм район хакимиәттәренән алырға мөмкин. Бынан тыш, йәш тарихсылар араһындағы ижади бәйге тураһында Башҡортостан Республикаһының Архив эштәре буйынса идаралығы һәм Милли архивы сайттарында, социаль селтәрҙәрҙә танышырға мөмкин (положение "О проведении ежегодного открытого республиканского конкурса научно-исследовательских работ "Мое шежере", приказ от 19 сентября 2023 года "О проведении VII открытого республиканского генеалогического конкурса научно-исследовательских работ").

"Минең шәжәрәм" асыҡ республика ғилми-тикшеренеү эштәре конкурсы Башҡортостандың мәҙәни-рухи тормошонда лайыҡлы урын биләй. Ижади бәйгелә еңеүселәрҙе тәбрикләү тантанаһының "Торатау" конгресс-холлында үткәрелеүе ошо хаҡта асыҡ һөйләй. Лауреаттар - дипломдар һәм ҡиммәтле призлар, ә фәнни етәкселәр Рәхмәт хаттары менән бүләкләнә. Улар өсөн баш ҡалабыҙҙың иҫтәлекле урындарында экскурсия ла ойошторола.

Йәш дуҫтар, әйҙәгеҙ, баш ҡалабыҙ тарихын бергәләп яҙайыҡ! Һеҙҙән Өфөбөҙҙөң үткәне һәм бөгөнгөһө, уның билдәле шәхестәре һәм баш ҡалала йәшәгән яҡташтарығыҙ, туғандарығыҙ тураһында ҡыҙыҡлы ғилми эштәр көтәбеҙ!

Ниязбай СӘЛИМОВ,
Башҡортостан Республикаһы
Милли архивының директор урынбаҫары.

Н И М Ә ? Ҡ А Й Ҙ А ? Ҡ А С А Н ?

✓Рәсәйҙең Үҙәк һайлау комиссияһы Владимир Путинды ил Президенты вазифаһына кандидат итеп теркәне. Был хаҡта мәғлүмәт Үҙәк һайлау комиссияһының рәсми телеграм-каналында баҫылған. "Бынан алдараҡ кандидат Рәсәйҙең Үҙәк һайлау комиссияһына үҙ-үҙен тәҡдим итеүҙе хуплаған 315 мең ҡултамға тапшырҙы. Эшсе төркөмдөң тикшереү йомғаҡтары буйынса ҡултамғаларҙың 0,15 проценты ғәмәлгә яраҡһыҙ булыуы асыҡланған, был иһә кандидатты теркәргә мөмкинлек бирә", - тиелә хәбәрҙә. Рәсәй Президентын һайлау 15-17 мартта була.

✓Башҡортостандың Үҙәк һайлау комиссияһы рәйесе итеп 49 йәшлек Азат Ғәлимханов һайланды. 29 ғинуарҙа республика Үҙәк һайлау комиссияһының 66-сы ултырышында шундай ҡарар ҡабул ителде. Хәтерегеҙгә төшөрәбеҙ, уҙған йылдың декабрь аҙағында Илона Макаренко Башҡортостан Үҙәк һайлау комиссияһы рәйесе вәкәләттәрен тапшырҙы.

✓Дәүләт Думаһына Махсус хәрби операция биләмәһенә оҙатылған техниканы теркәү өсөн дәүләт пошлинаһын бөтөрөү йәһәтенән Һалым кодексына төҙәтмәләр индереүҙе күҙ уңында тотҡан закон проекты тәҡдим ителде. Унда билдәләнеүенсә, һүҙ яугирҙарға тапшырылған автомобилдәр, бәләкәй суднолар һәм башҡа транспорт саралары хаҡында бара. Һалым кодексына төҙәтмәләр көсөнә ингәс, ошондай транспортты бушлай иҫәпкә ҡуйырға мөмкин.

✓Дәүләт Йыйылышы - Ҡоролтайҙа бал ҡорттарын химик препараттарҙан һаҡлау буйынса закон проекты беренсе уҡыуҙа ҡабул ителде. Документҡа ярашлы, химикат ҡулланырға тейешле урындан ете километрға тиклем алыҫлыҡта йәшәүсе халыҡ, умартасылар кәмендә биш көн алдан иҫкәртелергә тейеш.

✓Өфөлә Матбуғат йорто ремонтын проектлау бара. Дүшәмбе Хөкүмәттең оператив кәңәшмәһендә республика етәксеһе ошо турала белдерҙе. "23 ғинуарҙа Матбуғат йортонда дәүләт һәм муниципаль киң мәғлүмәт сараларының баш мөхәррирҙәре менән файҙалы осрашыу үткәрҙек. Ҡарарҙар ҡабул иттек. Проектлау бара, унда тыштан да, эске яҡтан да тәрипкә килтерергә кәрәк", - тип билдәләне Р. Хәбиров.

✓ *Һүгенеү тигән нәмә милләтебеҙгә хас түгел, хатта ул, ниндәйҙер йоғошло сир һымаҡ, халҡыбыҙға һуңғы быуаттарҙа ғына ситтән килеп йәбешкәндер, тип тә уйлайым.*

ялланыусы хәрби көстәр, кәнәшселәр менән тыңҡыслай һәм былар бөтәһе лә ҡасандыр СССР-ға ябырылған Гитлерҙың "еврорейх"нан да яманыраҡ. Өсөнсөнән, Украина Ҡораллы көстәренең частары һәм подразделениелары Рәсәйҙең кешелекле мөнәсәбәтен оҫта файҙаланып, ауыл һәм ҡалаларҙа йәшәүсе тыныс халыҡ дауахана, балалар баҡсалары, мәктәптәр артына йәшеренеп һуғыша.

"Военное обозрение" сайты Британия тарихсыһы Нил Фергюсондың немец мәғлүмәт баҫмаһына интервьюһы хаҡында һөйләй. Быйыл Рәсәй армияһы МХО зонаһында хәл иткес уңтылыш яһауы бик ихтимал, ти тарих белгесе. "Көнбайышта күптәр тарих һабағын онотто,- ти Фергюсон,- рустар хәрби конфликттың тәүге өлөшөндә әллә ни әүҙемлек күрһәтмәһә лә, икенсе өлөшөндә, һис һүҙһеҙ, еңеүгә өлгәшә..."

Амин, әйткәне килһен! Бөйөк Ватан һуғышы һабаҡтарын беҙҙең дә онотorға хаҡыбыҙ юҡ! Был айҙағы Йәш антифашистар көнө хаҡында һүҙ булғайны. Бөгөнгө йәштәр һәм уҡыусы балалар беләме икән, кемдәр улар, Герой-пионерҙар, комсомолдар? Заманында беҙ уларҙың исемдәрен генә түгел, батырлыҡтары хаҡында ла яттан һөйләп бирә ала, улар хаҡында китап һәм кинофильмдарҙы йотлоғоп уҡый һәм ҡарай, улар менән ғорурлана инек. Бына улар: Марат Казей, Валя Котик, Леня Голиков, Зина Портнова, Володя Дубинин, фронтҡа ҡасып киткән 12 йәшлек Саша Колесников һәм башҡа бик күптәр. Шуныһы ғәжәп, ә бына иң бәләкәй һалдатҡа ни бары... 6 йәш кенә була! Сережа Алешков "полк улы" сифатында 47-се гвардия уҡсылар дивизияһының 142-се полкында гвардия рядовойы булып хеҙмәт итә. Ә Герой комсомолдар һуң! Уларҙың иҫәбенә лә сығырлыҡ түгел. Шуларҙың береһе - 19 ғына йәшендә дошман амбразураһын күкрәге менән ҡаплап, дзоттың тонсоҡтороуға өлгәшкән ҡыйыу яҡташыбыҙ - Шәкирйән Мөхәмәтйәнов. Документтар нигеҙендә уның башҡорт егете икәнлеге иҫбат ителһә лә, мин аңғәмәләшкән мәктәптең уҡыусылары уны Александр Матросов булараҡ та белмәйҙәр булып сыҡты... Ә бит уның тыуыуына быйыл 5 февралдә 100 йыл тула!

Шағайҙағы күренекле көндәр: Бөтөн донъя конфессия-ара килешеүле мөнәсәбәттәр аҙналыҡы (1), Сталинград һуғышында совет ғәскәрҙәре немец фашистарын тар-мар иткән көн (2 февраль, 1943 йыл), Яман шешкә ҡаршы Бөтөн донъя көрәш; Кешелектең халыҡ-ара туғанлыҡ (4) көндәре, Рәсәй фәне; Йәш антифашист геройҙарҙың хәтер көнө (8), Граждандар авиацияһы хеҙмәткәрҙәре; Халыҡ-ара теш табибы (9) көндәре, Ҡышҡы спорт төрҙәре (10), Фән өлкәһендә эшләүсе ҡатын-ҡыҙҙар; Аэрофлот; Бөтөн донъя ауырыу (11) көндәре, Халыҡ-ара никах агентлығы; Терроризмға килтереүе ихтимал экстремизмды халыҡ-ара иҫкәртеү (12), Бөтөн донъя радио (13) көндәре, Ғашиҡтар көнө, Бөтөн донъя компьютерсылар; Халыҡ-ара китап бүләк итеү (14) көндәре, Яман шеш менән сирләүсе балалар көнө, Ватанбыҙҙан ситтә хеҙмәт бурыстарын үтәгән рәсәйҙәрҙе иҫкә алыу көнө (15), РФ Хәрби-Диңгеҙ флоты разведкаһы көнө (16), Рәсәйҙең студент отрядтары, Бөтөн донъя изгелек көндәре (17), Башҡорт хөкүмәте һәм ғәскәренең РСФСР яғына сығыуына - 105 йыл (18 февраль, 1919 йыл), Бөтөн донъя социаль ғәҙеллек көнө (20), Халыҡ-ара туған тел көнө (21), Ватанды һаҡлаусылар көнө (23), Башҡортостандың Дәүләт флагы көнө (25 февраль,1992), Бөтөн донъя ашыҡмай торған көн (26), Рәсәй Федерацияһының Махсус операциялар көстәре көнө (27).

Шағайҙа тыуғандар:

1 - табип-офтальмолог, БР Күҙ табиптары ассоциацияһы президенты, медицина фәндәре докторы, профессор, академик, Рәсәй һәм Башҡортостандың атҡаҙанған табибы, Почет һәм Салауат Юлаев ордендары кавалеры, Көйөргәҙе районының почетлы гражданы **Марат Аҙнабаевҡа - 85 йәш** (1939).

4 - дәүләт һәм йәмәғәт эшмәкәре, 1921-1925 йылдарҙа БАССР Халыҡ комиссарҙары Советы (Хөкүмәт) рәйесе **Муллаян Халиҡовтың тыуыуына - 130 йыл** (1894-1937).

5 - Советтар Союзы Геройы **Шәкирйән Мөхәмәтйәновтың (Александр Матросов) тыуыуына - 100 йыл** (1924-1943).

7 - күренекле дәүләт һәм хужалыҡ эшмәкәре, Башҡортостан Республикаһының тәүге Президенты **Мортаза Рәхимовтың тыуыуына - 90 йыл** (1934-1923).

13 - Мәжит Ғафури исемендәге Башҡорт дәүләт драма театры артисы, педагог, З. Исмәғилов исемендәге Өфө дәүләт сәнғәт институты профессоры, Рәсәйҙең - атҡаҙанған, Башҡортостандың халыҡ артисы **Суфия Ҡорбанғәлиеваға - 75 йәш** (1949).

14 - Советтар Союзы Геройы, генерал-майор, 112-се Башҡорт кавалерия дивизияһының 58-се гвардия кавалерия полкы командиры, 1963-1969 йылдарҙа БАССР Хәрби комиссары, сығышы менән Әбйәлил районынан **Таһир Кусимовтың тыуыуына - 115 йыл** (1909-1986).

- Х. Әхмәтов исемендәге Башҡорт дәүләт филармонияһы йырсыһы, Башҡортостандың халыҡ артисы **Азамат Тимеровҡа - 55 йәш** (1969).

15 - Х. Әхмәтов исемендәге Башҡорт дәүләт филармонияһы йырсыһы, Башҡортостандың халыҡ артисы **Фәнүнә Сиражетдиноваға - 75 йәш** (1949).

Фәүзиә МӨХӘМӘТШИНА.

УЙЛЫҒА - УЙ

ГҮЗӘЛДӘРҘӘН ГҮЗӘЛ ТЕЛЕБЕҘ,

йәки Һүгенеү - хәүефле!

Гәзитебеҙ барлыҡҡа килгәндән алып уның телебеҙ таҙалығы өсөн көрәшен йыш ҡына баҫылып сығып торған мәҡәләләрҙә күрәбеҙ. Бәғзе һандарҙа һөйләшебеҙҙәге һүгенеү хаҡында фекерҙәр ҙә күренеп ҡалғылай. Башҡорт теленең матурлығына туранан-тура ҡағыла был тема. Бөгөнгө көндә тирә-яғыбыҙҙа киң таралған, хатта аҙым һайын тигәндәй осраған шул һаҡрат һүҙҙәргә мин дә күнегеп китә алмайым (беҙҙең яҡта яман һүҙҙәрҙе "һаҡрат" һүҙ тиҙәр). Һүгенеү тигән нәмә милләтебеҙгә хас түгел, хатта ул, ниндәйҙер йоғошло сир һымаҡ, халҡыбыҙға һуңғы быуаттарҙа ғына ситтән килеп йәбешкәндер, тип тә уйлайым.

Бала саҡтан иғтибар иткәнем бар. Ҡайһы бер ағайҙар кемдәлер әрләгәндә йә иһә шул көйө генә лә урыҫса-башҡортсалап иркенләп һүгенә торғайны. Ул ғына ла түгел, һүгенеүгә "оҫта" булған шул кешеләрҙең улдары ла бәләкәйҙән атайҙарын ҡабатлай башлай. Әле генә теле асылып, һөйләшә башлау менән, кескәй генә малайҙарҙың урыҫсалап, хатта ике ҡатлы итеп тә һалдырғандары иҫемдә. Мәҙәк күреп, ҡайһы бер оло кешеләрҙең ул балаға тағы ниҙер өҫтәп өйрәтеп, уның "тел байлығын" артабан "камиллаштырып" маташыуына ла шаһит булынғаны бар...

Үҙем үҫкәндә, бер ҡасан да атайымдың һүгенгәнен ишетмәнем. Әллә шуғамылыр, минең өсөн бындай һүҙҙәр ғәйәт оят һымаҡ тойола ине. Кис көтөүҙән малдарҙы ҡаршы алырға барғанда берәй башмаҡ йә һарыҡ ҡайыртмай китеп, үтә нығ йән көйгәндә, шул хайуанды нығ ҡына итеп әрләге килә торғайны килеүгә. Әммә әлеге башҡаларҙан ишеткеләгән һүгенеүҙе әстән генә ҡабатлап ҡараһам, үҙемдән үҙем оялып китә торғайным. Ғүмеремдә лә был яман ғәҙәтҡә өйрәнмәсмен, тигән ҡарарға килә инем һәр саҡ. Мәктәпкә барғас, матур ғына һөйләшкән уҡытыусы ағайҙарҙан, апайҙарҙан үрнәк алырға тырыштым. Донъяла уларҙы иң әҙәпле кешеләргә һананым. Уҡытыусылар бөтөнләйгә һүгенә белмәйҙәр тип тә уйлай торғайным. Ышанаһығыҙмы, хатта улар бәҙрәфкә лә бер ҡасан да йөрөмәйҙәр һымаҡ тойола ине...

Мәктәптән һуң, институтҡа уҡырға инеп, башҡа халыҡ вәкилдәре менән аралаша башлағас, әлбиттә, бындай һүҙҙәргә йышыраҡ юлыҡтым. Ә инде әрмегә алынып, артабан унда ике тиҫтәнән ашыу йылдар йөрөгән кеше булараҡ, бәлки, миңә ундай "фольклор"ҙы күптәребеҙгә ҡарағанда йышыраҡ та ишетергә тура килгәндер. Хәрбиҙәр, башлыса, ир-ат халҡынан торғанғалыр, яҡын-тирәлә ҡатын-ҡыҙ булмаған осраҡтарҙы файҙаланып, эс серҙәрен иркенләп "бушатып" алыу форсаты менән шулай файҙалана, күрәһең. Шуғалыр ҙа, ғәскәри халыҡтың ләғәтенән ул "йола"ны айырып алып та булмайҙыр инде ул.

(Дауамы 6-сы биттә).

Н И М Ә ?   Ҡ А Й Ҙ А ?   Ҡ А С А Н ?

✓Башҡортостан Дәүләт Йыйылышы Дәүләт Думаһына Рәсәй Хеҙмәт кодексының 179-сы статьяһына үҙгәрештәр индереү тураһында закон проектын тәҡдим итте. Документ Дәүләт Думаһы рәйесенә ебәрелде. Унда хеҙмәткәрҙәрҙе йәки штатты ҡыҫҡартҡанда эш урынын һаҡлап ҡалыу хоҡуғына эйә булғандар исемлеген пенсия алды йәшендәгеләр (хаҡлы ялға тиклем биш йәки унан да аҙыраҡ ваҡыт ҡалһа) менән тулыландырыу күҙ уңында тотола. Был уларҙың эшен юғалтҡан осраҡта артабан эшкә урынлашыу мөмкинлеге аҙ булыуы һәм пенсияға дәғүә итә алмауы менән аңлатыла.

✓Президент стипендияһының күләме арттырылып, 30 мең һум тәшкил итәсәк, ә Хөкүмәт стипендияһы 20 мең һум буласаҡ. Был турала Рәсәй Президенты В. Путин хәбәр итте. "Илебеҙҙә быуаттар дауамында мәғарифты үҫтереүгә ҙур иғтибар һәм әһәмиәт бирелгән", - тине ул һәм илдә 2030 йылға тиклем 25 яңы кампус төҙөләсәген, 8-е буйынса эштәр башланыуын хәтергә төшөрҙө. Шулар араһында - Өфөләге донъя кимәлендәге вуз-ара студент кампусы ла бар. 2023 йылдың аҙағына уның тәүге өлөшө - IQ-парк төҙөлөп бөттө.

✓Өфө фән һәм технологиялар университеты мәктәп уҡыусылары өсөн Факультеттар һәм институттар аҙналығы ойоштора. Сара 14-16 февралдә үтә. Сәғәт төшкө 2-лә факультет/институт етәкселеге, кафедра мөдирҙәре менән осрашыуҙар башлана, һуңынан кафедраларға тараласаҡтар. Сәғәт 3-тә оҫталыҡ дәрестәре башлана. Шунан факультет/институттың төп 5 урыны буйлап экскурсия ойоштороло. Аҙналыҡ сиктәрендә лабораториялар, фәнни үҙәктәр, студенттарҙың конструкторҙар бюроһына экскурсиялар, "Өфө фән һәм технологиялар университеты студенты бул" кейсы үтә. Ҡатнашыу өсөн факультеттар һәм көндә һайларға, теркәлергә, университетка килергә кәрәк.

✓Дәүләт Думаһы депутаттары икенсе һәм өсөнсө уҡыуҙа юғалған кешеләрҙе эҙләү өсөн өҫтәмә мөмкинлектәр булдырған закон ҡабул итте. Закон проекты буйынса хәбәрһеҙ юғалған граждандарҙың яҡын туғандарын мотлаҡ дәүләт геном теркәүе үтергә тейешле кешеләр исемлегенә индерергә тәҡдим ителә. Улар - ата-әсәләр, балалар, бер туғандар. Алынған геном мәғлүмәттәре кешенең ҡайҙа икәне асыҡланғансы һаҡлана, әгәр ул һәләк булһа, уны таныуҙа ярҙам итергә тейеш.

ҠЫҪҠАСА

КӨСЛӨ ИДЕЯЛАРҘЫ...

"Яңы ваҡыт өсөн көслө идеялар - 2024" форумы дүртенсе мәртәбә уҙғарыла, ошо Рәсәй кимәлендәге акцияға һәр кем үҙ идеяһын тәҡдим итә ала. Был форум Стратегик инициативалар агентлығы һәм Росконгресс фонды тарафынан ойошторола. Сараның төп маҡсаты - Рәсәйҙең суверенитетын нығытыуға һәм 2030 йылға тиклем 100 көслө идеяны бойомға ашырыуға булышлыҡ итеүсе тәҡдимдәрҙе туплау. Март айында иң яҡшы тип табылған тәҡдимдәр ил етәкселегенә еткереләсәк. Ошо сараға ҡушылырға теләк белдереүселәр, форум платформаһында теркәлеп, билдәле бер номинацияла үҙ идеяларын тәҡдим итә ала. Былтыр Башҡортостандан барлығы 2200 тәҡдим ҡабул ителгәйне, ебәрелгән идеялар күләме буйынса Рәсәйҙә беренсе урында булдыҡ.

✓ **Башҡортостан Хөкүмәте ҡарары менән республиканың өс муниципаль китапханаһына күренекле мәҙәниәт эшмәкәрҙәренең исемдәре бирелде.** Бишбүләк үҙәкләштерелгән китапхана системаһының Уҫаҡкисеү ауылы моделле китапхана-филиалына башҡорт яҙыусыһы, журналист, йәмәғәт эшмәкәре Таһир Ахунйәновтың исеме бирелде. Бүздәк үҙәкләштерелгән китапханалар системаһының Ҡаңны-Төркәй ауылы моделле китапхана-филиалы Рәсәйҙең һәм Башҡортостандың атҡаҙанған мәҙәниәт хеҙмәткәре, Башҡортостандың халыҡ шағиры Факиһа Туғыҙбаеваның исемен алды. Өфөнөң Үҙәкләштерелгән балалар китапханалары системаһының 17-се балалар китапханаһына әҙәбиәт белгесе, Башҡортостанда әҙәби тыуған яҡты өйрәнеүгә нигеҙ һалған Морат Рәхимҡоловтың исеме бирелде.

✓ **Башҡортостандың ғаилә, хеҙмәт һәм халыҡты социаль яҡлау министры Ленара Иванова хәбәр итеүенсә, 2024 йылдан "Башҡортостанда оҙон ғүмерлелек" программаһы яңы йүнәлештәр менән тулыланa.** Ведомство етәксеһе республиканың Дәүләт Йыйылышындағы кәңәшмәлә әйтеүенсә, проектҡа Мәскәү, Санкт-Петербург һәм Ҡаҙағстанға турҙар өҫтәлде. Хәтерегеҙгә төшөрәбеҙ, "Башҡортостанда оҙон ғүмерлелек" программаһының төп маҡсаты - оло быуын вәкилдәренең һаулығын нығытыу, социаль әүҙемлек осорон һәм ғүмер оҙайлығын арттырыу. Хаҡлы ялдағылар Башҡортостан, шулай уҡ Рәсәйҙең башҡа төбәктәре буйлап сәйәхәт итергә мөмкин.

✓ **Башҡортостандың Хеҙмәт министрлығы мәғлүмәттәре буйынса, 2024 йылда республика халҡын 118 өҫтәмә ял көнө көтә.** Киләһе оҙайлы ялдар - февралдә. Ватанды һаҡлаусылар көнө уңайынан 23 февралдән 25-енә тиклем ял итәбеҙ. Халыҡ-ара ҡатын-ҡыҙҙар көнө айҡанлы 8-10 мартта өс көн рәттән ял була. 10 апрелдә - Ураҙа байрамы. Май байрамдарында иһә ике тапҡыр дүртәр көнлөк ялдар билдәләнә: 28 апрелдән 1 майға һәм 9 майҙан 12-һенә хәтлем. Июндә Башҡортостанда Рәсәй көнө (12 июндә) һәм Ҡорбан байрамы (16 июндә) уңайынан өҫтәмә ял көндәре көтөлә. Халыҡтар берҙәмлеге көнөнә ҡарата 3 һәм 4 ноябрҙә ял була. Яңы йыл каникулдары 29 декабрҙә башлана.

ТӨРЛӨҺӨНӨН

ЕР АҪТЫ БАЙЛЫҠТАРЫН...

31 ғинуарҙа, Башҡортостан Башлығы Радий Хәбиров Учалы районындағы Кесе Ҡаран алтын ятҡылығында булды.

"Ҡаран-Александровка" яуаплылығы сикләнгән йәмғиәте ошо районда 300 гектар ер участкаһын ҡуртымға алып эшләй. Предприятие лицензия участкаһында алтын сығарыу буйынса проектты тормошҡа ашыра, шулай уҡ Кесе Ҡаран ятҡылығының алтынлы мәгдәндәрен эшкәртеү буйынса байыҡтырыу фабрикаһын төҙөргә ниәтләй. "Ҡаран-Александровка" йәмғиәте етәксеһе Ирек Ғиззәтуллин һүҙҙәренсә, проект Поляковка ауыл советы биләмәһендә гидрометаллургия ысулы менән алтын сығарыу буйынса фабрика төҙөүҙе күҙ уңында тота. Бойомға ашырыу ваҡыты - 12-14 йыл. 16 ғинуарҙа Вознесенка һәм Поляковка ауылдарында ошо турала йәмәғәт фекер алышыуы үткән. Төҙөлөш проектын экологик экспертизаға ебәрергә ҡарар ителгән. "Әгәр һеҙҙе нимәләр борсой икән, әйтегеҙ. Һөйләшәйек", - тип мөрәжәғәт итте Радий Хәбиров урындағы халыҡ менән аралашҡанда.

Учалы районы халҡын борсоған тағы бер мәсьәлә - намыҫһыҙ ер аҫты байлыҡтарын файҙаланыусылар, тип билдәләне Поляковка ауыл советы башлығы Данил Ғүмәров. "Улар ерҙәрҙе рекультивацияламай, сабынлыҡ ерҙәрен соҡой. Экскаватор менән ҡаҙыйҙар", - тип һөйләне ул. "Аңлашыла, бөтә мәсьәләләрҙе бер айҙа хәл итеп булмай, - тине Радий Хәбиров. - Әммә беҙ тәртип урынлаштыра башланыҡ, был йәһәттән алға китеш бар. Бер нисә енәйәт эшен ҡуҙғаттыҡ".

Шулай уҡ Учалы Радий Хәбиров рәйеслегендә ер аҫты байлыҡтарын файҙаланыусылар эшмәкәрлеге һәм был өлкәлә хоҡуҡ боҙоуҙарҙы иҫкәртеү мәсьәләләре буйынса ведомство-ара комиссияның күсмә ултырышы үтте. Хәҙер республикала алтын табыу өсөн 60-ҡа яҡын лицензия иҫәпләнә. Күпселеге, йәғни 47 лицензия Учалы районына тура килә. Намыҫһыҙ 13 алтын сығарыусының лицензияһы тартып алынған. Радий Хәбиров хәбәр итеүенсә, Баймаҡ районындағы "Таналыҡ" һәм "Граф" компанияларла лицензияһыҙ тороп ҡалған. Эштәр туктатылған.

БЕҘҘЕҢ БРЕНД...

БР Хөкүмәтендә булып үткән сираттағы оператив кәңәшмәлә "Башҡортостан продукттары" бренды ҡатнашсыларының һаны һуңғы биш йылда 70 процентҡа артты, тип хәбәр итте БР сауҙа министры Алексей Гусев.

Бөгөнгө көнгә 767 етештереүсе бренд менән файҙаланыу хоҡуғына эйә, шуларҙың 631-е - аҙыҡ-түлек һәм 136-һы аҙыҡ-түлек булмаған тауар етештереүселәр; 29 мең саманы атамалағы тауарға "Башҡортостан продукты" билдәһе һуғыла, был бынан биш йыл элеккегә ҡарағанда ике тапҡырға артыраҡ. Был осор эсендә республика предприятиеларына ярҙам күрһәтеү буйынса урындарға сығып 157 сессия һәм бизнес-миссиялар үткәрелде, тип һөйләне министр. 2023 йылда Үзбәкстанда, Ырымбурҙа һәм Екатеринбургтағы халыҡ-ара күргәҙмәләр сиктәрендә "бизнес өсөн бизнес" форматында эшлекле һөйләшеүҙәр, шулай уҡ Башҡортостан делегацияһының Абхазияға визиты, "Саллы-икмәк" сауҙа йорто партнерҙары менән осрашыуҙар ойошторолдо. "Республика тауарҙары Санкт-Петербургтағы Башҡортостан Республикаһы көндәрендә күрһәтелде һәм ҡала ҡунаҡтары араһында танылыу яуланы, башҡорт компанияларының мөмкинлектәрен асты. Беҙҙең етештереүселәр тауарҙары Екатеринбургтың 300 йыллығын байрам итеү сиктәрендә "Башҡорт мәҙәниәте көндәре"нең дә айырылғыһыҙ өлөшөнә әүерелде,"- тип һөйләне Гусев.

Башҡортостан компаниялары тауарҙары Рәсәйҙең бөтөн төбәктәрендә лә, шул иҫәптән яңы территорияларҙың, мәҫәлән, ЛНР-ҙың "Парус" супермаркеттар селтәрҙәре кәштәләрендә лә күрһәтелде, тип билдәләне сауҙа министры. Проекттың 224 ҡатнашсыһы тауарҙарын Рәсәй субъекттарына ебәрә. Ә инде Ҡаҙағстан, Үзбәкстан, Беларусь, Төркиә, Ҡытай, Ғәрәп Әмирлектәре төп экспорт йүнәлештәре булып танылды. Сит илдәр баҙарҙары иң тәүҙә бал һәм умартасылыҡ продукттары, колбаса изделиелары, ит деликатестары, йәшелсә-емеш консервалары, һөт һәм һөт продукттары, сыр, бәлзәмдәр, үлән йыйылмалары һәм юл, төҙөлөш материалдары, минераль ашламалар менән тәъмин ителә.

КАМПУС АСЫЛА

Башҡортостан Башлығы Радий Хәбиров Өфөләге Евразия фәнни-мәғариф үҙәгенең Вуз-ара студенттар кампусын асыу хаҡында хәбәр итте. Уны тантаналы асыу февраль баштарында үткәреләсәк, тине төбәк етәксеһе республика Хөкүмәтенең оператив кәңәшмәһендә.

"Беҙ студенттар кампусының тәүге сиратын тамамланыҡ. Һәм мин, быны республикабыҙҙың юғары мәктәп һәм фән системаһындағы иң шәп яңылыҡ, тип әйтә алам. Был Евразия вуз-ара студенттар кампусы проектының бер өлөшө генә," - тине Хәбиров. Был рәсми саранан һуң ул вуздарҙың студенттары һәм уҡытыусылары, фән эшмәкәрҙәре өсөн асыҡ ишектәр көндәре ойоштороrға ҡушты. "Уларға был проекттың ниндәй ҙур мөмкинлектәр асыуы хаҡында һөйләһендәр," - тиған күрһәтмә бирҙе ул.

КОДЕКСТА - ҮҘГӘРЕШ

Башҡортостанда тәбиғәткә килтерелгән зыянды билдәләргә ревизия үткәреү өсөн Экология кодексына үҙгәрештәр индереләсәк, тип хәбәр иттеләр төбәктең Дәүләт Йыйылышы матбуғат хеҙмәтенән.

Башҡортостан Дәүләт Йыйылышы - Ҡоролтайҙың пленар ултырышында "БР Экология кодексына үҙгәрештәр индереү тураһында" закон ҡабул итергә йыйынлар. Парламента билдәләүҙәренсә, был закон проекты менән экологияға зыян килтергән объекттарҙы бөтөрөү буйынса ҙур эш башлана. Бындай объекттарға ревизия үткәрергә, масштабты баһаларға һәм эш барышын көйләргә кәрәк. Үҙгәрештәр тирә-яҡ мөхитте һаҡлау менән бәйле мөнәсәбәттәр өлкәһендә республиканың дәүләт власы органдарына тейешле вәкәләттәр бирергә тәҡдим итә. Объекттарҙы инвентаризациялау, иҫәпкә алыу һәм тирә-яҡ мөхиткә килтерелгән зыянды бөтөрөү тураһында бүлек бирелә. Әйткәндәй, проблемалы объекттарға инвентаризация бөгөн бөтә Рәсәйҙә үткәрелә. Тулы, дөрөҫ мәғлүмәт зыянды бөтөрөү буйынса эште генә түгел, ағымдағы хужалыҡ эшмәкәрлеген дә планлаштырырға ярҙам итәсәк, тип билдәләнеләр Башҡортостан Ҡоролтайында. Мәғлүмәттәрҙе дәүләт власы һәм урындағы үҙидара органдары, шулай уҡ юридик һәм физик шәхестәр ала аласаҡ. "Туплан-ған экологик зыян проблемаһы республикабыҙ өсөн бик көнүҙәк. Был "Химпром" йәки элекке Семенов алтын сығарыу фабрикаһы биләмәһе түгел. Иггибар талап иткән һәм, тәү сиратта, иҫәпкә алырға, "паспортлаштырырға" кәрәк булған башҡа объекттар ҙа бар. Был федераль үҙәк, республика һәм муниципалитеттарҙың берлектәге эше", - тип йомғаҡ яһаны Башҡортостан парламенты рәйесе Константин Толкачев.

БАШ ҠАЛА ХӘБӘРҘӘРЕ

✓Өфө мэры Ратмир Мәүлиев Октябрь революцияһы урамын яңыртып төҙөү барышы менән танышты. "Был - мәҙәни мираҫ объекттарын, урамды, йорт тирәләй урындарҙы төҙекләндереүҙе үҙ эсенә алған бик ҡатмарлы һәм күп ҡырлы проект. Быйыл ҡалған 5 йорттоң кешеләрен күсереү кәрәк. Урамды яңыртып төҙөүҙең өс проекты буйынса эштәр 2025 йыл аҙағы - 2026 йыл башында тамамланасаҡ. Бөтә проекттар буйынса ла ыңғай үсеш күренә", - тине ул.

✓"Башҡортостан Республикаһы халыҡтары телдәре тураһында"ғы БР Законын бойомға ашырыу буйынса Өфө ҡала хакимиәте эргәһендәге Комиссия ағзалары онлайн кәңәшмә уҙғарҙы. Улар был өлкәлә эш даими алып барылыуын әйтте. Баш ҡала хакимиәте башлығы урынбаҫары Гөлләриә Ялсыҡаева Өфөнөң 450 йыллыҡ юбилейына әҙерлек барышында алтаҡталарҙа, юл күрһәткестәрендә, туҡталыш, урамдар һ.б. атамаларҙа республиканың дәүләт телдәрендәге яҙыуҙарға айырыуса иғтибар бүлергә һәм хаталарҙы төҙәтергә ҡушты.

✓Өфөлә "Салауат Юлаев кубогы" яңғын-ҡотҡарыу спорты буйынса Бөтә Рәсәй ярыштары башланды. Унда илдең төрлө төбәктәренән 14 команда ҡатнаша. Башҡортостандың йыйылма командаһынан тыш, Өфө радиоэлектроника, телекоммуникация һәм хәүефһеҙлек колледжының "Янғын хәүефһеҙлеге" кафедраһы студенттары ла ярыша.

✓2024 йылда Өфөлә "Хәүефһеҙ сифатлы юлдар" милли проекты сиктәрендә 11 юл участкаһы төҙекләндереләсәк. Был иҫәпкә Благовар, Дзержинский, Кольск, Магисталь, Өфө йылғаһы буйы, Р. Зорге урамдары, Өфө - Дим юлы инә. Шулай уҡ Өфө - Затон автомобиль юлының Ағиҙел йылғаһы аша күпер тирәһендәге өлөшө лә яңыртыласаҡ. Халыҡ фекерен иҫәпкә алып, Шаҡша, Базилевка, Жилино, Федоровка һәм Йылҡыбай ауылдары араһындағы юлдар ҙа төҙекләндерелә.

✓Өфөлә Глумилин микрорайонында 1225 урынлыҡ яңы мәктәп төҙөлөшө дауам итә. Был - Өфө-450 мәғариф комплексының бер объекты. Тағы ике мәктәп Дим һәм Затон биҫтәһендә төҙөлә. "Бөгөн күсмә кәңәшмә уҙғарҙым. Эш бара, өҫтәмә техника һәм эшселәр менән тиҙләтәсәкбеҙ. Маҡсат - мәктәпте һәр яҡлап иң яҡшыларҙан итеү. Төҙөлөш осоронда еҙәкләктәргә юл ҡуйырға ярамай. Был бөтә хеҙмәт һәм идаралыҡтарҙың берҙәм эшенән тора", - тип яҙа социаль селтәрҙәрендә мэр Ратмир Мәүлиев.

"БАШИНФОРМ" материалдары файҙаланылды.

ӨФӨ - ТӘРТИПТӘ!

ӨЛГӨЛӨ ҒАИЛӘЛӘР

Өфөлә Рәсәйҙә иғлан ителгән Ғаилә йылы уңайынан, шулай уҡ "Етегән" республика башҡорт байрамы - Ғаилә, мөхәббәт һәм тоғролоҡ көнөнә арналған "Өлгөлө башҡорт ғаиләһе" асыҡ республика конкурсының зона этабы уҙҙы.

Шәһәрғазиндар.

Унда Архангел, Ауырғазы, Өфө, Дәүләкән, Иглин, Ҡырмыҫҡалы һәм Шишмә районларынан, шулай уҡ Өфөнән йәмғеһе 14 ғаилә ҡатнашты. "Ғаилә ижады" номинацияһында - Өфөнән Шәһәрғазиндар, "Ғаилә кәсебе"ндә - баш ҡалабыҙҙан Асаиновтар, "Ғаилә традициялары һәм ҡиммәттәре"ндә иһә Дәүләкән районынан Ғәлимовтар ғаиләһе еңеү яуланы.

Еңеүселәр конкурстың республика этабында сығыш яһай. Әйткәндәй, Башҡортостан ғаиләләре башҡа конкурстарҙа ла әүҙем ҡатнаша. Аҙна башында Стәрлетамаҡ районының Рощинский ҡасабаһынан Әхмәровтар ғаиләһе - "Йыл ғаиләһе" конкурсы еңеүселәре һәм "Был беҙҙең ғаиләнеке" конкурсы ҡатнашыусылары Рәсәй Президенты менән осрашты. Владимир Путин улар менән аралашҡанда Башҡортостанды яратыуын белдерҙе.

ҠАРҘАН ТАҘА БУЛҺЫН

Өфө ҡалаһы хакимиәте башлығы Ратмир Мәүлиев видеоконференция бәйләнеше буйынса сираттағы оператив кәңәшмә уҙғарҙы.

Ул бынан 5 йыл элек республикабыҙҙа "Управдом" тип аталған форумда торлаҡ-коммуналь хужалыҡ мәсьәләләре буйынса халыҡ менән осрашыуҙар ойоштороу тәртибе барлыҡҡа килеүе хаҡында иҫкә алды. Кәңәшмәлә баш ҡалабыҙҙа йәмәғәт территорияларын төҙөкләндереү, урамдарҙы һәм ихаталарҙы ҡарҙан таҙартыу, башҡа ошондай халыҡ өсөн мөһим булған проблемаларҙы кешеләр менән кәңәшләшеп, бергәләп хәл итеүгә арналған сараларҙы әүҙемләштереү кәрәклеге хаҡында һүҙ барҙы.

Көн тәртибенең төп мәсьәләһе буйынса Коммуналь хужалыҡ һәм төҙөкләндереү идаралығы начальнигы Рөстәм Хәмитов сығыш яһаны, ул сезон башынан бирле урамдарҙан барлығы 677,5 мең кубометр ҡар сығарылып, уның 88 мең кубометры ҡар иретеү пункттарына ташылыуы хаҡында мәғлүмәт бирҙе. Өфө мэры ошо йүнәлештәге эштәр торошона ҡарата тәнҡит һүҙҙәрен әйтте. Йәмәғәт хәүефһеҙлеге үҙәге, ҡала урамдарын һәм ихаталарҙы тикшереп сығып, бик күп етешһеҙлектәр булыуын асыҡлаған. Ҡала хакимиәте етәксеһе, ошо тикшереү һөҙөмтәләре буйынса тейешле саралар күреп, ҡаланы ҡарҙан ентекләп таҙартырға ҡушты. Унан башҡа, ихаталарҙы, тротуарҙарҙы, йорт ҡыйыҡтарын һәм башҡа урындарҙы таҙартыу буйынса идара итеүсе компаниялар менән бергәләп эш итеү кәрәклеге билдәләнде. Кәңәшмәлә ҡатнашыусыларға аҙнаның икенсе яртыһында "таҙа кесаҙна", "таҙа йома" көндәрен һәм субботниктар ойоштороу йөкмәтелде.

ЦЮРУПА УРАМЫ БУЙЛАП...

28 ғинуарҙа Өфө мэры Ратмир Мәүлиев Цюрупа урамын төҙөкләндереү мәсьәләһе буйынса күсмә кәңәшмә уҙғарҙы.

- Ваҡытында Цюрупа урамы, йәйәү йөрөүселәрҙән ғәҙелһеҙ рәүештә тартып алынып, бик ҙур машиналар ҡуйыу урынына әйләндерелгәйне. Бында автомобилдәр бер нисә көн буйына тора, шуға күрә Өфөлә йәшәүселәргә һәм баш ҡала ҡунаҡтарына ошо урамдан йөрөүе уңайһыҙ булды, - тине ҡала хакимиәте башлығы. - Быйыл был урамда тротуарҙарҙы төҙөкләндерә башлайбыҙ. Беренсе этапта эштәр Киров урамынан алып Чернышевский урамына тиклем арала, Ленин урамы менән тоташтырғансы, башҡарыласаҡ. Ленин урамындағы кеүек, бында ла йәшелләндереү, велоюлдар буласаҡ. Йорттарҙың фасадтарын да тәртипкә килтереү фарыз. Бында йәйәү йөрөү хәүефһеҙ һәм уңайлы булыуын теләйбеҙ. Автомобиль йөрөтөүселәрҙең мәнфәғәттәре лә иҫтә тотола, әммә туҡталҡалар күп булмаясаҡ.

Ратмир Мәүлиев әйтеүенсә, эштәр апрель аҙағында башланып, төҙөкләндереү планы быйыл тулыһынса ғәмәлгә ашырыласаҡ.

ЗАМАНСА...

Республика Башлығы Радий Хабиров Өфө ҡалаһының Менделеев урамында, "Аҡ Йорт" тау саңғыһы комплексы һәм ВДНХ-Экспо араһында урынлашҡан Өлфәт Мостафин исемендәге физкультура-һауыҡтырыу комплексында төҙөлөш эштәре барышы менән танышты.

Ул ФһК-ның майҙансыҡтарын, спорт ҡоролмаһының эске төҙөлөшөн ҡарап сыҡты. Өс ҡатлы бинаның дөйөм майҙаны - 9,5 мең кв. метр тәшкил итә. Бында 60 метрға 30 метр майҙанлы боҙ аренаһы, универсаль спорт залы, көрәш һәм тренажер залдары, шулай уҡ 25-кә 16 метрлыҡ һәм 10-ға 6 метрлыҡ ике бассейн буласаҡ.

Балаларға һәм уларҙың ата-әсәләренә тәғәйенләнгән заманса спорт ҡоролмаһын "Газпром" - балаларға" проекты сиктәрендә "Газпром" компанияһы төҙөтә. Объектта эштәр тамамланыуға табан бара, уны февралдең икенсе яртыһында сафҡа индереү күҙаллана.

"КИСКЕ ӨФӨ" ПРОЕКТЫ

УЛАР БАШҠОРТ МӘКТӘБЕНДӘ УҠЫНЫ!

Балалар, йәштәр фәндәрҙе башҡортса өйрәнеп тә бик юғары маҡсаттарға, вазифаларға өлгәшеп була икәнен белһен өсөн, ауылдарыбыҙҙың һәм ҡалаларыбыҙҙың башҡорт мәктәптәрендә белем алып, үҙ тормошонда, эшмәкәрлегендә, ижадында бейектәрҙән-бейек үрҙәр яулаған, республикабыҙҙа һәм Рәсәй кимәлендә киң танылыу тапҡан арҙаҡлы шәхестәребеҙ хаҡында һөйләйбеҙ.

НУРИЕВ ЗЫЯ НУРЫЙ УЛЫ

З.Н. Нуриев - совет осороноң дәүләт һәм партия эшмәкәре. 1915 йылдың 21 мартында Өфө губернаһы Бөрө өйәҙе Үрге Ыласынтау ауылында тыуған. Ата-бабалары ҡанлы ырыуы башҡорттарынан. Атаһы Нурыйәхмәт 1918 йылда тиф ауырыуынан үлеп ҡала. Әсәһе 7 балаһын бер үҙе тәрбиәләп үҫтерә. 1922 йылда Зыя тыуған ауылы мәктәбенә уҡырға бара. Мәктәптән һуң Бөрө педагогия техникумына инә, уны 1933 йылда тамамлай.

1933-1935 йылдарҙа колхоз йәштәре мәктәбе уҡытыусыһы булып эшләй. 1935-1938 йылдарҙа Борай районы мәғариф бүлеге мөдире вазифаһын үтәй. 1938-1940 йылдарҙа Ҡыҙыл армия сафтарында хеҙмәт итә. 1940-1942 йылдарҙа Боҙаяҙ районы мәғариф бүлеге мөдире вазифаһын башҡара. 1942-1943 йылдарҙа Полуб МТС-ының политбүлек етәксеһе вазифаһын үтәй. 1943-1944 й.й. - ВКП(б)-ның Боҙаяҙ район комитетының 2-се секретары, 1944-1945 й.й. - ВКП(б)-ның Ҡыйғы район комитетының 1-се секретары вазифаларын башҡара. 1945-1948 й.й. - ВКП(б)-ның Башҡортостан өлкә комитетының ауыл хужалығы бүлеге мөдире.

1951 йылда ВКП(б) Үҙәк Комитеты ҡарамағындағы Юғары партия мәктәбен тамамлай. 1951-1952 йылдарҙа ВКП(б)-ның Башҡортостан өлкә комитетының партия, профсоюз, комсомол ойошмалары бүлеге мөдире булып эшләй. 1952-1957 й.й. - ВКП(б)-ның Башҡортостан өлкә комитеты секретары һәм 2-се секретары,1957-1969 й.й. - КПСС-тың Башҡортостан өлкә комитетының 1-се секретары.

З.Н. Нуриев 1969 йылдан бирле СССР Хөкүмәте етәкселегендә яуаплы вазифалар башҡара. 1969-1973 йылдарҙа СССР Министрҙар Советы ҡарамағындағы Әҙерләүҙәр Дәүләт комитеты рәйесе, СССР Әҙерләүҙәр министры була. 1973 йылдан 1985 йылға тиклем СССР Министрҙар Советы Рәйесе урынбаҫары, СССР Министрҙар Советы Президиумының агросәнәғәт комплексы буйынса комиссия рәйесе вазифаларында эшләй.

1985 йылдан СССР-ҙың персональ пенсионеры, 1988 йылға тиклем СССР Министрҙар Советының дәүләт советнигы. 4-11-се саҡырылыш СССР Юғары Советы депутаты, КПСС Үҙәк Комитеты ағзаһы (1961-1986). Иҡтисад фәндәре кандидаты (1966).

Наградалары: Социалистик Хеҙмәт Геройы (1975), дүрт Ленин (1957, 1965, 1975, 1985), Хеҙмәт Ҡыҙыл Байраҡ (1949), "Почёт Билдәһе" (1944), Салауат Юлаев (2009), Сухэ-Батор ордендары кавалеры, тиҫтәләгән миҙалдар менән бүләкләнгән.

2015 йылдың 21 мартында Мәскәүҙәге Новодевичье зыяратында Зыя Нуриевҡа һәйкәл асылды. Бөрө районының Үрге Ыласынтау мәктәбе уның исемен йөрөтә.

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 кәрәклеге онотмағыҙ.

Өрөк

Өрөктә (абрикос) шәкәр күп, С, Н (биотин) һәм Е витаминдары бар. Каротин миҡдары буйынса миләштән һуң икенсе урында - 100 грамға 4,9 мг. Калий, кальций, тимер, магний, натрий, фосфор күп. Халыҡ дауаһында өрөктөң емеше һәм орлоғо ҡулланыла. Емеше бәүел ҡыуҙырғыс, йөрәк эшмәкәрлеген яҡшыртыусы һәм тынысландырыусы тәьҫиргә эйә. Уны йөрәк-ҡан тамырҙары ауырыуҙарын, шәкәр диабетын, стресс һәм невралгия сирҙәрен, бөйөр ауырыуҙары, аҙҡанлылыҡ, ҡан баҫымы күтәрелеүҙән ҡулланалар. Киптерелгән өрөк - күрәгә атеросклероз, коронар етешмәүсәнлек, юғары ҡан баҫымы, нур ауырыуы, радиация алғанда файҙалы. Өрөк һутында каротин, калий һәм тимер тоҙҙары күп, уны ҡан тамырҙары, йөрәк ауырыуҙары булған кешеләргә, күреү һәләтен яҡшыртыу өсөн эсергә була.

❖ Аҙҡанлылыҡ, күҙ насар күргәндә көн һайын 3/4 стакан өрөк һуты эсергә.

❖ Шәкәр диабеты, йөрәк ауырыуҙары булғанда 50 грамм күрәгәне ваҡлап, 1 стакан һыу ҡойорға, 2-4 сәғәт төнәтергә. Көнөнә 3 тапҡыр 1/2 стакан эсергә. Көн һайын 50-70 грамм күрәгә ашарға.

❖ Организмдың радиациянан зыянланыуы, атеросклероз булғанда 100 грамм күрәгәне ит турағыста йәки миксерҙа ваҡларға. Шуны көнөнә 2-3 тапҡыр 1-әр ҡалаҡ ашарға.

Битлек

❖ Сырышҡан һәм ҡоро бит тиреһенә бал һәм һөттән әҙерләнгән битлектәр файҙалы. 1 ҡалаҡ һөткә 1 балғалаҡ бал ҡушып иҙергә, шуны биткә һөртөп, 15-20 минут тоторға. Был битлек айырыуса яҙғы осорҙа һөҙөмтәле.

❖ Бер тигеҙ өлөштә бал, ҡаймаҡ, һөт, һөт өҫтө, эремсек алып болғатырға. Бәлтерәгән, ҡоро, һарғылытраҡ тиренең торошон яҡшыртыу өсөн ҡулланырға.

Ғәлиә ШӘМСИЕВА әҙерләне.

✓ Офицерҙарҙың "башҡорт һалдаттары үҙ-ара һөйләшә башлаһа, нишләп урыҫса һүгенә" тип һорағандарын хәтерләйем. "Сөнки беҙҙең телдә һүгенеү бөтөнләйгә юҡ!" - тип фәстереп кенә ебәрә торғайным.

ЗИҺЕН КИҢӘЙТЕП...

КӨНЬЯҠ УРАЛ ҠОШТАРЫ

Сумғалаҡ өйрәк
(Красноголовый нырок)

Һуна өйрәк кеүек ҙурлыҡта эре генә ҡош. Яҙын ата сумғалаҡ өйрәктең арҡа өлөшө ҡуҡһел төҫтә була, буй-буй тулҡынлы һыҙыҡ менән биҙәлгән. Башы, муйыны һоро-ерән, түше ҡара, күҙҙәре һары. Инә ҡош һорғолт, башы, муйыны ҡара, күҙҙәре һары, суҡышы һәм тамағы эргәһендә асыҡ төҫтәге табы бар, суҡышы ҡуҡһелерәк, тәпәйҙәре һоро. Тиҙ оса, был саҡта ҡанаты буйлап һуҙылған аҡ "көҙгө"һө күренә.

Рәсәйҙең көнбайыш сиктәренән алып көнсығышҡа һәм Камчаткаға тиклем осрай. Өфө губернаһы өсөн дә ғәҙәти ҡош була. 1988 йылда уны осоп китеп барышлай ғына туҡтап киткән сағында күреп ҡалалар. Ә беҙҙең иҫәпләүҙәр буйынса, хәҙерге көндә улар Башҡортостандың ҙур ғына өлөшөндә йәшәй. Көньяҡ Уралда Учалы, Баймаҡ, Әбйәлил күлдәрендә оя ҡора. Ырымбур өлкәһендә лә бар.

Апрелдең ундарына тиклем осоп ҡайталар. 22-25 майҙа оя ҡороп бөткән була, шулай ҙа был мөһим "эш"те июндең 7-10-дарына тиклем һуҙғандары ла осрай. Тәрән һыулы яҡтылыҡтар буйында, ҡуйы үлән, ҡамыш ҡаплаған ерҙә оя яһай. Һыуҙа ултырған түңгәктәр ҙә бының өсөн бик ҡулайлы. 9-12 йомортҡа һала, ҡайһы саҡта башҡа инә өйрәктәр ҙә килеп һалып киткәнлектән, уларҙың һаны 20-гә етә. 10-19 июлгә себештәр сығып бөтә. Бер инә ҡош уртаса 7,5 бәпкә баҫып сығара. 55-60 көн үткәндән һуң, бәпкәләр оса башлай.

Сумғалаҡ өйрәк үҫемлектәр менән дә, бөжәктәр менән дә туҡлана. Яҙын үҫемлектәрҙең йәшел өлөшөнә өҫтөнлөк бирә, һуңғараҡ орлоҡтар, ылымыҡтар, моллюскылар, ҡуңыҙҙар ашай башлай.

Көҙ йылы яҡҡа осоп китеүҙәре сентябрь- октябрь башына тура килә. 5-15 ҡош бергә тупланып осалар. Ҡышты Көнбайыш Европа, Урта диңгеҙ, шулай уҡ Һиндостан һәм Каспийҙа үткәрәләр.

М. Баянов, Ә. Мәмәтов, "Көньяҡ Урал ҡоштары" китабынан. (Дауамы бар).

УЙЛЫҒА - УЙ

ГҮҘӘЛДӘРҘӘН ГҮҘӘЛ ТЕЛЕБЕҘ,

йәки Һүгенеү - хәүефле!

(Башы 3-сө биттә).

Мин хеҙмәт иткән частарҙың береһендәге "строевой плац"тың трибунаһындағы микрофон саманан көсләрәк тауышҡа көйләнгән булып, бәғзе мәл генералдың "тәрбиәүи нәсихәттәре" офицер ғаиләләре йәшәгән ҡаласыҡҡа ла ишетелеп тора торғайны. Ирҙәр коллективында шундай күренеш ғәҙәти булып та киткән шул. Ә уставҡа ярашлы, рядовойҙан маршалға тиклем хәрбиҙәр барыһы ла бер-берененә ихтирамлы тонда, хатта "һеҙ"гә өндәшергә бурыслы. "Воинская вежливость" тип атала ундай төшөнсә, әммә был талаптың эшләп киткәнен күргәнем юҡ (Ул хаҡта офицерҙар араһында лаҡап та йөрөй: "Военнослужащие обязаны друг-другу обращаться только на "Вы": "Выгоню", "Выпорю", "Высушу"... и т.д.)

Хатта һүгенмәй, мәҙәни итеп һөйләшкән бәғзе офицерҙарҙан (мәҫәлән, политработниктарҙан) башҡалар көләп тә маташа торғайны. Үҙем шәхсән һалдаттар менән һөйләшкәндә лә әлеге "урыҫса" һүҙҙәрҙе ҡушмаҫҡа тырыштым. Ул ғына ла түгел, һалдат һүгенеп ебәрһә, хатта әрләп тә алғылаған булдым. Ҡайһы бер офицерҙарҙың "башҡорт һалдаттары үҙ-ара һөйләшә башлаһа, нишләп урыҫса һүгенә" тип һорағандарын хәтерләйем. Мин, бигүк дөрөҫләккә тап килмәһә лә: "Сөнки беҙҙең телдә һүгенеү бөтөнләйгә юҡ!" - тип фәстереп кенә ебәрә торғайным. Үҙ милләтең өсөн бер аҙ ғорурлыҡ тигән нәмә лә булғандыр инде...

Күптән түгел Әхмәр Ғүмәр-Үтәбайҙың "Өс дәлил"ендә "Әскелек, һүгенеү - бер туғандар..." тип аталған яҙмаһын уҡығас, ошо хаҡта үҙемдең фекерем менән дә бүлешеп алырға ҡыҙыҡтым. Эйе, арабыҙҙа ныҡ таралған бит был афәт. Тәү ҡарауҙа уның кешеләргә һис бер зыяны ла юҡ һымаҡ. Бәғзе бер "ҙур" кешеләрҙең дә һүгенеп ебәргән осраҡтары була. Коммунистар заманында насар һүҙҙәрҙе ҡулланыу әллә ни модала булмаһа ла ул. Ә бына илдә үҙгәртеп ҡороу башланғас, бик күп кәрәкмәгән нәмәләр ҙә әүҙем рәүештә терелтелә башланы. Хатта киноларҙа, башҡа төрлө сараларҙа ла апасыҡ ҡына итеп, Әхмәр Үтәбай әйтмешләй, "эт ашағыһыҙ" һүҙҙәр ҡулланыла торған булып китте.

Беҙҙең хәрби ҡаласыҡта йәшәгән милләттәштәр балаларының, ундайындай нәмәнең урыҫсаһын белгән хәлдә лә, башҡортса тик атаһы менән әсәһе һөйләшкән нормаль һүҙҙәр генә ишетеп үҫеүе, бәлки, яҡшыға ғына ла булғандыр. Йылына бер ялға ҡайтҡан арала башҡортсалап һүгенеүҙе өйрәнеп тә өлгөрмәнеләр. Ана шуға бәйле бер мәҙәк хәл иҫемә төштө. Минең менән бер гарнизонда Ырымбур өлкәһенән бер башҡорт полковнигы хеҙмәт итте. Ҡатыны ла беҙҙең милләттәш. Балаларын туған телендә һөйләшергә өйрәткәндәр ине. Бер мәл (туҡһаныс йылдар башы булһа кәрәк), уларҙа ҡунаҡта булғанда "видик"тан "Ҡыҙыҡ менән Мәҙәк" концертын ҡарайбыҙ. Ҡыҙыҡ Котләхмәтович ниндәйҙер таҡмаҡ әйтеп, "...магазинда араҡы юҡ, эс инәндең мәтрүшкә сәйен", тип тамамлағас, әлеге полковниктың үҫмер йәштәрҙәге улы етди генә: "Ә йыр какой-то нескладный",- тип әйтеп ҡуйҙы (таҡмаҡтың "төп нөсхә"һен бер ҡасан да ишетмәгән булһа кәрәк)... Беҙҙең яҡта әйтмешләй, "атаһы ҡошап" һүгенергә өйрәнмәгән бала ундай һүҙҙәрҙе ситтән әллә ни үҙләштермәйҙер ҙә инде ул.

Әхмәр Ғүмәр улы: "Ауыҙынан эт ашағыһыҙ һүҙҙәр ысҡындырыусыларҙы алама ғәҙәтенән арындырыу өсөн уны оятлы итеү маҡсатҡа ярашлылыр. Йәғни бының өсөн һүгенеүҙе "Тел зинаһы"на тиңләргә кәрәктер. Ә башҡалар нисек уйлай?" - тигән һорау ҡуя. Уның был фекере, ҡуйған һорауы ла бик урынлы тип һанайым. "Тел зинаһы" тигәне менән ҡуш ҡуллап ризалашам, сөнки һүгенеүҙең елеге тап ана шундай, әҙәмдәрҙең теләһә ҡалай бәйләнешенә барып тоташа бит. Фәлән кешене һүккәндә йыш ҡына уның инәһен дә ҡушалар. Үтә бай фекерле Үтәбайҙың һүҙҙәрен раҫлай был. Икенсенән, һүгенеүсе, үҙе лә һиҙмәҫтән, кемдеңдер яҡынына (ата-инәһенә) күрәләтә яла яҡҡан һымаҡ була. Изге Ҡөрьәндә Аллаһы Тәғәлә саф ҡатын-ҡыҙға нахаҡҡа ғәйеп тағыусының был донъяла ла, Ахирәттә лә ләғнәтләнәсәге, Ҡиәмәт көнөндә уның теле, ҡул-аяҡтары үҙенә ҡаршы шаһитлыҡ ҡыласаҡтары хаҡында әйтә ("Ән-Нур" сүрәһе, 23-24-се аяттар). Шуға күрә лә ауыҙынан ниҙер сығарыу алдынан кеше иң тәүҙә Аллаһы Тәғәләнең ләғнәтенән ҡурҡырға тейеш. Әҙәм балаһы үҙенең һәр һүҙе өсөн яуаплы.

Һүгенеүҙең Ислам дине ҡанундарына ҡапма-ҡаршы килеүе хаҡында хәҙистәр ҙә бихисап. Бәйғәмбәрҙең с.ғ.с. "Һүгенеүсе кеше - беҙҙән түгел", тигән мәғәнәле хәҙисе бар (Әт-Тирмизи). "Яҡшы бер һүҙ өсөн кешенең Аллаһы Тәғәлә хозурында юғары дәрәжәгә өлгәшеүе һәм, шул уҡ ваҡытта, икенсе бер уйламай ысҡындырған һүҙе арҡаһында Раббының асыуына тарыуы, хатта Йәһәннәмгә лә төшөүе бар", тигән хәҙисте лә беләйек (Әл-Бохари). Шуға күрә лә беҙ, үҙебеҙҙе мосолманға һанап йөрөгән кешеләр, һәр саҡ уйланҡырап һөйләргә тейешбеҙ. Балаларыбыҙҙың насар һүҙҙәргә өйрәнеүенә йыш ҡына "урам"ды ғәйепләргә ратһаҡ та, үҙебеҙҙең телебеҙҙе лә контролдә тотһаҡ, ғәзиздәребеҙ беҙҙән бер ҡасан да насар һүҙҙәр ишетмәҫ ине. Элекке ғәҙәтебеҙ буйынса, ауыҙыбыҙҙан яңылыш ҡына берәй "әр" сығып киткән хәлдә лә, "әстәғфируллаһ" (Аллаһтан ғәфү үтенәм) тип әйтеү кәрәк. Йәшлек менән һәр төрлө яман көләмәстәр һөйләп йөрөгән булһаҡ, шуның өсөн Раббыбыҙ алдында тәүбәләр ҡылайыҡ. Ул - тәүбәләрҙе ҡабул итеүсе, рәхимле.

Быуаттар буйы Ислам дине ҡағиҙәләренә буйһоноп йәшәгән ата-балаларыбыҙҙың шундай теләһә нимәнән азат булғанлығына иманым камил. Сөнки улар изге Китапҡа - Аллаһ һүҙенә, шулай уҡ Бәйғәмбәребеҙ с.ғ.с. әйткәндәргә ышанып, ғибәҙәттәр ҡылып ғүмер иткән.

Бер нисә йыл тирәһе элек хөкүмәтебеҙ социаль селтәрҙәрҙә һүгенеү һүҙҙәре ҡулланыуҙы тыйған ҡарар ҙа сығарғайны. Мин быны тик хуплайым. Тел буйынса махсус белемле уҡытыусы, яҙыусы, журналистарҙың, теле-радиотапшырыусыларҙың һөйләшенә гел генә иғтибар итәм. Уларҙың сит һүҙҙәрҙе ҡушмай, тап-таҙа башҡорт телендә матур итеп һөйләшеүен ишетеп хайран ҡалам, шунан ҡәнәғәтлек табам. Барыбыҙ ҙа телебеҙ именлеге һағында торған бына шул кешеләребеҙҙән үрнәк алайыҡ, гүзәлдәрҙән гүзәл телебеҙҙе боҙмайыҡ, ҡәҙерле милләттәштәр.

Һүҙ аҙағында. Элегерәк, беҙҙең күрше Аҡтау ауылындағы бер сабан хаҡында ошондай бер мәҙәк йөрөй торғайны. Бер ҡасан да һүгенергә яратмаған был ағай, һарыҡтары баш бирмәй, тыңламай ҡаса башлаһа: "Ах һеҙ, неграмотный һарыҡтар! Бәррә-ә-ә!" - тип кенә ҡысҡыра имеш... Төптәнерәк фекерләп ҡараһаҡ, был ағай бик күптәребеҙгә ҡарағанда ла мәҙәнилерәк булған түгелме?..

Хәлил ҺӨЙӨНДӨКОВ,
хәрби хеҙмәт ветераны.

ИЛ-ЙОРТ ХӘБӘРЕ

ҮҘЕБЕҘ ХӘСТӘРЛӘЙБЕҘ

Әлшәй районы Казанка ауыл биләмәһе лә республикабыҙҙа әүҙем бер йүнәлеш алған "Урындағы башланғыстарҙы яҡлау" программаһында даими ҡатнаша.

Ошо программа сиктәрендә беҙҙең ауыл биләмәһендә күп эштәр башҡарылды. Былтыр Иҫке Аҡколай ауылында спорт һәм балалар майҙансығы эшләнгәйне. Быйыл иһә беҙҙең Казанка ауыл биләмәһенә ҡараған Фән ауылы халҡы ла ошо программала ҡатнашыу инициативаһы менән сыҡты. Уларҙың ниәте - Фән ауылы мәҙәниәт йортоноң ихатаһын ремонтлау һәм урам спорты тренажёрҙары менән йыһазландырыу. Иң мөһиме - ауыл халҡының изге ниәтен ситтә йәшәүсе ауылдаштар ҙа хуплап, ярҙам ҡулы һуҙырға теләк белдерҙе. Алдағы көндәрҙә ошо проектҡа ярашлы күргәҙмәләр, спорт ярыштары һәм башҡа төрлө мәҙәниәт саралары үткәреләсәк. Ауылдарҙы һаҡлау - иң тәүҙә унда йәшәүселәрҙең хәстәрлеге, тырышлығы, инициативаһы аша атҡарылырға тейеш. Ә республикабыҙҙағы "Урындағы башланғыстарҙы яҡлау" программаһы ошо ниәтҡә иң оло ярҙам ул.

Фәнүзә ЙОМАҒУЖИНА.

"Киске Өфө" гәзитенең махсус бите

38

Шифа

2-8 февраль (шаҡай) 2024 йыл №4 (1097)

ИҪКӘРТЕҮ

СИРҘЕҢ ЕҢЕЛЕ БУЛМАЙ

Халыҡ араһында инсультҡа ҡарағанда инфаркт еңелерәк тигән ҡараш йәшәй. Йәнәһе, инфаркт кешегә артабан йәшәргә мөмкинлекте күберәк "бирә". Ҡайһыны ҡурҡыныҫыраҡ?

Инсульт - патологик процесс һөҙөмтәһендә баш йәки арҡа мейеһендәге ҡан әйләнешенең киҫкен боҙолоуы ул. Мәҫәлән, ишемик инсульт мәлендә мейе өлөшөн ҡан менән тәьмин итеү туҡтала йәки кәмей, ә геморрагик инсультта баш мейеһенә йәки уның ҡабығы аҫтына ҡан һауа. Ул, ысынлап та, ауыр неврологик эҙемтәләргә - фалиж һуғыуға, телмәр һәм когнитив функциялар менән проблемаларға, хатта үлемгә килтерә.

Инфаркт иһә ҡан тамырҙары тығылып йә тарайып, ҡан йөрөшө насарайыуы сәбәпле берәй ағза туҡымаһында барлыҡҡа килгән үле урын. Миокард инфаркты тураһында һүҙ йөрөткәндә, унең йөрәкте ҡан менән тәьмин итеү етешмәүсәнлеге һөҙөмтәһендә булыуын аңларға кәрәк. Инфаркт ҡатын-ҡыҙҙарҙа ла, ирҙәрҙә лә берҙәй тигеҙ осрай, йәштәрҙең дә инфаркт кисереүе бар. Оҙайлы стресс, хроник арыу тойғоһо, ҡан баҫымының юғары булыуы, витаминдар ҡытлығы һәм башҡа сәбәптәр инфарктҡа килтерә ала.

Шулай булғас, уларҙың ҡайһыһы сәләмәтлек һәм кеше ғүмере өсөн хәүефлерәк һуң?

Ике осраҡ та тиҙ ярҙам күрһәтеүҙе талап итә. Табип килгәнсе үк сирҙе үҙегеҙҙең таный белеүегеҙ кәрәк, сөнки бында ваҡыт сирленең файҙаһына түгел. "Алтын сәғәт" ҡағиҙәһе лә юҡтан барлыҡҡа килмәгән. Кеше артабан да һәүетемсә йәшәп китһен, сирҙең эҙемтәләре унең тормошон ҡатмарландырмаһын өсөн шулай тип аталған ул.

Инфаркт ваҡытында төп билдә - күкрәктә көслө ауыртыу, ул ҡулға, ҡалаҡ һөйәгенә, хатта яңаҡтарға бирә ала. Эс ауыртыуы ла мөмкин. Әммә инфарктҡа хас булмаған башҡа билдәләре лә бар - пульс йышайыуы, астма мәлендәге кеүек тын ҡыҫылыуы һ.б.

Инсульт башҡасараҡ беленә. Кеше атлап китә алмаҫҡа, аңы томаланырға мөмкин. Көслө баш ауыртыуы ла унең билдәһе. Ябай ғына тест хәлде аңларға ярҙам итә - ҡапыл сирләп киткән кеше ҡулын күтәреп ҡараһын. Инсульт ваҡытында ул быны эшләй алмаясаҡ. Йылмай, телеңде сығар, тип тә һорарға була, был саҡта йөҙҙөң бер яҡҡа салшайыуы күренәсәк.

Ике ауырыу ҙа ҡурҡыныс эҙемтәләргә килтереүе ихтимал. Кешенең йәше, хроник ауырыуҙары бармы, юҡмы икәнлеге, насар ғәҙәттәр менән дуҫ булыуы һәм, әлбиттә, тәүге ярҙамдың ваҡытында күрһәтелеүе ҙур роль уйнай. Ике осраҡта ла сирләнең тәүге сәғәттәрҙә үк үлеүе мөмкин. Тик инфаркт мәлендә был хәүеф юғарыраҡ, ҡайһы саҡта табиптар килеп тә өлгөрмәй. Инсульттан һуң кешенең аяҡҡа баҫып китеү ваҡыты оҙайлыраҡ, йышыраҡ улар инвалид булып ҡала.

Шуға ла уларҙың икеһе лә хәүеф йәһәтенән тигеҙ тарта. Иң яҡшыһы, был көнгә ҡалмаҫҡа, ваҡытында тикшеренеү үтергә, дарыуҙар эсергә кәрәк. Ҡайһы саҡта йәшәү рәүешен, хатта холҡоңдо үҙгәртеү ҙә инфаркт һәм инсульты булдырмаҫҡа ярҙам итә.

МЕДИЦИНА ХӘБӘРҘӘРЕ

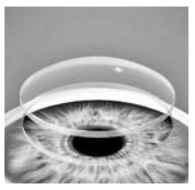
ШӘКӘР ДИАБЕТЫ БОРСОЙМО?

Башҡортостанда шәкәр диабетына ҡаршы көрәш буйынса төбәк программаһын раҫланылар. Республика Хөкүмәтенең тейешле ҡарары хоҡуҡи мәғлүмәт порталында баҫылған.

Документтан күренеүенсә, программа "эндокринология" профиле буйынса медицина ярҙамы күрһәтеү тәртибен раҫлауҙы, шул иҫәптән был йүнәлеш буйынса кадрҙар, шәкәр диабеты менән сирләүҙе иҫкәртеү буйынса саралар планын әҙерләүҙе һәм башҡа күп нәмәне күҙ уңында тота. Шулай уҡ 15 медицина учреждениеһы базаһында район-ара эндокринология үҙәктәре селтәрен булдырыу планлаштырыла. Башҡортостандың Һаулыҡ һаҡлау министрлығы мәғлүмәттәре буйынса, 2022 йылда шәкәр диабеты менән 124 204 кеше диспансер иҫәбендә торған. Ошо ауырыу менән сирләүселәрҙең федераль регистрында республикабыҙҙан 122 602 өлкән кеше һәм 1602 бала иҫәпләнә.

Табиптар билдәләүенсә, шәкәр диабеты бик күп сирҙең үҫешеүенә булышлыҡ итә. Мәҫәлән, өлкәндәрҙә йөрәк-ҡан тамырҙары системаһы ауырыуҙары шәкәр диабеты менән ауырыусыларҙың үлеменә төп сәбәп булып тора: атеросклероз, гипертония, миокард инфаркты, аяҡ тромбозы. Бөтә ағза ла зыян күрә. Ауырыуҙар һаны йылдан-йыл бөтә донъяла арта. Шәкәр диабеты - хәҙерге замандың инфекцион булмаған эпидемияһы. Алдан хәбәр ителгәнсә, 2024 йылда Башҡортостанға шәкәр диабеты менән сирләгән балаларҙы глюкозаны өҙлөкһөҙ күҙәтеүҙең портатив системалары менән тәьмин итеүгә 3,848 миллион һум бүленәсәк. Был 2 йәштән 17 йәшкә тиклемге I типтағы шәкәр диабеты менән сирләгән балаларҙы глюкоза кимәлен күҙәтеү системалары менән тәьмин итергә мөмкинлек бирәсәк. Быңдай системаларҙы бушлай алыу өсөн рецептарҙы дауалаусы табип-эндокринологтар яҙасаҡ. Бынға тиклем ул төбәк бюджеты иҫәбенә башҡарылды.

КҮҘ МӨГӨҘСӘҺЕНӘ ОҠШАТЫП...



БДМУ-ның Өфө студенттар кампусы күҙәнәк культуралары лабораторияһының йәш ғалимдары күҙ мөгөҙсәһенең прототибын эшләй. Күҙ мөгөҙсәһе патологияһы менән сирләгән пациенттарҙың күбеһе өсөн күсереп ултыртыу - һуҡыраймауҙың берҙән-бер мөмкинлеге, шуға күрә быңдай операциялар өсөн сират барлыҡҡа килә. Шуға күрә ғалимдар Өфө күҙ үҙәктәре практикаһына индерергә хыялланған эште үҙ өҫтөнә алды.

"Теге йәки был ауырыуҙы ниҫек дауалауҙы аңлар өсөн, офтальмолог булараҡ, минә һәр ваҡыт был проблеманы һәм уны барлыҡҡа килтергән сәбәптәрҙе ныҡлы өйрәнергә тура килде. Шуға күрә күҙәнәк культуралары йүнәлеше мине ҡыҙыҡһындырҙы. Беҙ үткәргән тикшеренеүҙәр офтальмологияның глобаль проблемаһын хәл итергә ярҙам итәсәк. Өфөлә офтальмология бик көслө булғанлыҡтан, үҙебеҙҙең эшкәрмәләребеҙҙе дауалау практикаһына индереү өсөн бөтә мөмкинлектәребеҙ бар", - тип һөйләне күҙәнәк культуралары лабораторияһының өлкән хеҙмәткәре Тимур Бикҡужин.

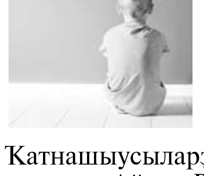
Күҙәнәк культуралары лабораторияһына 2014 йылда нигеҙ һалына. Төп иғтибар төрлө ауырыуҙарҙың патогенезын, кеше күҙәнәктәрен өйрәнеүгә йүнәлтелгән. Ғалимдар көн һайын донорҙарҙың биообраздарынан күҙәнәктәр айырып алыу менән шөғөлләнә һәм уларҙың лаборатория шарттарында үҙ-үҙен тотошон, теге йәки был тышҡы факторҙарға ниҫек яуап биреүен тикшерә. Алынған мәғлүмәттәр трансплантологияла ҡулланыла, университеттың башҡа лабораторияларында биомедицина изделиеларын булдырыу өсөн нигеҙ булып тора. Ғалимдар эукариот күҙәнәктәренең беренсел культураһын (ядроға эйә күҙәнәктәр), нормаль һәм шеш күҙәнәктәренең күҙәнәк һыҙыҡтарын алыу, хайуан һәм кеше күҙәнәктәренең культивацияһы, күҙәнәктәрҙе һәм туҡыма өлгөләрен туңдырыу һәм башҡа заманса алымдар ҡуллана.

СТУДЕНТТАР ӨЙРӘНӘСӘК

Юғары уҡыу йорттары студенттар кампусында БДМУ ғалимдары яман шеш һәм күҙ ауырыуҙары ваҡытында кеше микробиомын өйрәнергә ниәтләй. Алынған һөҙөмтәләр нигеҙендә ауырыуҙарҙы иҫкәртеү һәм дауалау өсөн дарыу булдырыласаҡ, тип хәбәр иттеләр Башҡортостан Хөкүмәтенең матбуғат хеҙмәтендә.

"Кеше микробиомы - организмда булған бөтә микробтарҙың йыйылмаһы. Ғалимдарҙың төп маҡсаты - төрлө патологик хәлдәрҙә сәләмәт һәм ауырыу кешеләрҙең микробиомы проблемалары менән бәйле өлкәләрҙә заманса молекуляр-генетик ысулдарҙы ҡулланып, фундаменталь һәм ғәмәли-ғилми тикшеренеү үткәреү. Был беҙгә аутопробиотиктар, пробиотиктар, метабиотиктар етештерергә мөмкинлек бирәсәк, улар кешеләргә һауығырға ярҙам итәсәк", - тип аңлатты фундаменталь һәм ғәмәли микробиология кафедраһы мөдире вазифаһын башҡарыусы, медицина фәндәре докторы, доцент, БДМУ-ның кеше микробиомы лабораторияһының төп ғилми хеҙмәткәре Ирина Ғимранова. Был лаборатория "Приоритет-2030" территориаль һәм тармаҡ лидерлығы программаһы сиктәрендә булдырылған. Башҡортостанда һәм Ҡаҙағстанда кешенең микробиомын сағыштырыу National Laboratory Astana менән бергә үткәреләсәк.

АУТИЗМ МЕНӘН...



Өфөлә аутизм менән ауырыған балаларҙы комплекслы дауалауҙа һәм уны алып барыуҙа заманса алымдарға арналған Бөтә Рәсәй ғилми-ғәмәли конференция үтте.

Ҡатнашыусыларҙы Башҡортостандың Һаулыҡ һаҡлау министры Айрат Рәхмәтуллин сәләмләне. Ул теманың әһәмиәтенә һәм аутизмға ҡарата берҙәм ҡараштың мөһимлегенә иғтибарҙы йүнәлтте. Министр әйтеүенсә, Башҡортостанда һуңғы йылда аутистик спектр боҙолоуын асыҡлау һәм дауалау буйынса ҙур эш башҡарылған, ә Менталь сәләмәтлек үҙәге бер йылда 1,5 мең самаһы баланы ҡабул иткән. Башҡортостан Мәғариф министры Илдар Мәүлетбирҙин республика уҡытыусыларына ярҙам итеү өсөн аутистик спектры боҙолған балаларҙың ата-әсәләре менән үҙ-ара эш итеү буйынса тәҡдимдәр әҙерләнеүе хаҡында һөйләне. Министрлыҡ педагогтың аутизм менән ауырыған баланың ата-әсәһе менән һөйләшеү алгоритмын булдырған, бала һәм унең ата-әсәһе өсөн төбәк комплекслы оҙатыу системаһы ресурстары һәм маршрутын әҙерләгән. Баланың тәртибен күҙәтеү һәм ата-әсәләр өсөн һорау алыу системаһы булдырылған, шулай уҡ баланың ғаиләһенә артабан ярҙам итеү өсөн белем биреү ойошмаһы педагогтарының үҙ-ара эш итеү тәртибе билдәләнгән, республиканың бөтә балалар баҡсалары һәм мәктәптәре өсөн махсус меню әҙерләнгән. Сара барышында һаулыҡ мөмкинлектәре сикләнгән балаларға ярҙам итеү өлкәһендә хеҙмәттәшлек тураһында Башҡортостан Мәғариф һәм фән министрлығы һәм социаль йүнәлешле коммерция булмаған ойошмалар, шулай уҡ эпилепсия менән ауырыған кешеләргә "Курҡма" тип аталған йәмәғәт ойошмаһы араһында бер нисә килешеүгә ҡул ҡуйылды.

✓ *Ҡайһы саҡта өйҙә дауаларға тырышып, сирҙе шаштырып ебәрәләр. Дауалау өсөн кәрәкле иң ҡәҙерле сәғәт һәм көндәрҙе үткәрәләр һәм һуңғы сиктә дауаханаға алып килеү табиптар эшендә ҙур ҡаршылыҡ тыуҙыра.*

ТАБИП МЕНӘН ӘҢГӘМӘ

Балалар ауырығанда тормош ағышы туҡтап, донъяның мәғәнәһе һүнеп ҡалған төҫлө. Дауаханаға барып эләккән осраҡта сабыйҙың тиҙ арала аяҡҡа баҫыуына медицина процедуралары менән бер рәттән, уны дауалаған табиптың үҙ һөнәрен бөтә нескәлегендә белгән профессионал булыуына, бала һәм атай-әсәйе менән уртаҡ тел таба белеүенә лә тығыҙ бәйләнгән. Бөгөнгө әңгәмәлә үҙ эшенә мөкиббән киткән, һәр балаға иғтибарлы, атай-әсәйҙәрҙең бөтмәҫ-төкәнмәҫ һорауҙарына тыныс ҡына яуап биргән белгес, Өфөнөң 22-се тиҙ ярҙам күрһәтеү дауаханаһының педиатрия бүлеге мөдире Раян Айҙар улы ҠАСҠЫНБАЕВ ҡатнаша.

БАЛАЛАРҘЫҢ...

аҡ халатлы дуҫы

▸ Башта үҙегеҙ менән таныштырып үтһәгеҙ ине...

- Тел осома "Мин балалар табибы", тигән яуап килә. Ә шулай ҙа, гәҙәттә кеше үҙен таныштырыуҙы ата-әсәһенән, исем-шәрифенән, сығышы ҡайҙан булыуынан, ғаиләһенән башлай бит инде.

Балалар табибы булыу теләге бәләкәй саҡта уҡ барлыҡҡа килде. Күңелемдә яралған был уй шул тиклем көслө булғандыр, күрәһең, мәктәптә уҡығанда ла икенсе һөнәрҙәр тураһында уйланманым, ә хыялымды ысынбарлыҡ итеү өсөн ҙур тырышлыҡ һалдым. Ниндәй уҡыу йортона уҡырға барасағымды белгәс, мәктәптә лә ошо йүнәлештә әүҙем эшләнем: олимпиадаларҙа ҡатнаштым, медицинаға ҡағылышлы әҙәбиәт уҡыным. 11-се класта биология буйынса республика олимпиадаһында призлы урын алыуым, мәктәпте көмөш миҙалға тамамлауым Башҡорт дәүләт медицина университетына имтиханһыҙ уҡырға инергә мөмкинлек бирҙе. Ҡулыма диплом алғас, интернатуранан һуң Баймаҡ үҙәк ҡала дауаханаһында биш йыл эшләнем, шунан һуң Өфөнөң 22-се тиҙ ярҙам күрһәтеү дауаханаһына килдем һәм әлеге мәлдә лә ошонда эшләйем.

Сығышым менән Бөрйән районы Иҫке Собханғол ауылынан. Ҡатыным, ике улым бар. Ҡыҫҡаса ошолай тип яуап бирер инем был һорауға.

▸ Беҙ бәләкәй саҡта тымау тейһә, атай-әсәйҙәр бәрәңге быуына тотоп, бал менән әсе һөт эсерә, арҡаға гәрсис һәм банка ҡуя ла беҙ һин дә мин аяҡҡа баҫа ла китә инек. Ә хәҙер бала йүткерһә, дарыу ҡаптыра һалабыҙ, тән әҫелеге әҙ генә күтәрелһә лә табиптарға йүгерәбеҙ. Хәҙерге атаәсәләр шул тиклем тынғыһыҙға әйләндеме икән ни?

- Эйе, быны инҡар итеп булмай. Ысынлап та, беҙ бала саҡта ауырып киткәндә лә, профилактика йәһәтенән дә атай-әсәйҙәр дарыуға көс төшөрмәне. Халыҡ медицинаһына ла ҙур урын бирелде. Шул уҡ ваҡытта элек медицина ла бөгөнгө һымаҡ алға китмәгән, фармакология ла ныҡ үҫешмәгән ине. Хәҙер иһә был йәһәттән прогресс ныҡ ҙур: көн дә тиерлек яңы дарыуҙар уйлап сығарыла, дауалау ысулдары ла камиллаша, төрлө витаминдар һатыуға сығарыла. Диагностика алымдары ла бихисап бөгөн, әллә күпме төрлө анализ биреү ысулы, ультратауыш (УЗИ) ярҙамында тикшереү, ФГС, МРТ һәм башҡалар. Дарыуҙарҙың кеше тормошона ныҡ үтеп инеүенә шәхси аптекаларҙың күп булыуы, телевизор, интернет селтәрендәге рекламаның бер туҡтауһыҙ әйләнеүе лә ҙур роль уйнай.

Мин элекке замандарҙа дөрөҫ дауаланғандар ҙа, хәҙер дарыуға артыҡ күп көс төшөрәләр һәм был насар, тип әйтә алмайым. Шулай уҡ медицина тәҡдим иткән ысулдарҙан баш тартырға кәрәк, тип тә иҫбатларға йыйынмайым. Тәү сиратта, баланың һаулығын, уның мәнфәғәтен уйларға кәрәк. Ләкин шуны онотмаҫҡа кәңәш итәм: табиптарҙың барыһы ла сирләгән баланың хәлен яҡшыртыуҙы, уны дауалап аяҡҡа баҫтырыуҙы маҡсат итеп ҡуйып эш итә. Шуға күрә дауалаусы табипҡа ышанырға һәм үҙаллы дауаларға тырышырға кәрәкмәй икәнлегенә баҫым яһайым.

▸ Үҙаллы дауалау, тигәндәй. Хәҙер барыһы ла үҙен әҙ генә табип, әҙ генә башҡа һөнәр эйәһе, итеп күрә. Интернет заманында йәшәүебеҙ мәғлүмәтте киң ҡулланырға булышлыҡ итә. Шул уҡ балалар өсөн тәғәйенләнгән форум, шәхси блогтар күп. Һәм ҡайһы бер атай-әсәйҙәр балаларын интернет яҙмаларына таянып үҙе дауалай башлай. Был табиптар өсөн ҙур мәсьәлә булып торалыр ул?

- "Мин өс баланы ҡарап үҫтергән кеше, хәҙер үҙем балалар табибынан ҡалышмайым", - тип әйткәндәрен ишетергә тура килә. Әлбиттә, бер нисә баланы ҙурайтып, оло тормош юлына баҫтырған атай-әсәйҙәрҙең төрлө яҡлап та тәжрибәләре ҙур, ләкин баланың һаулығына ҡағылғанда был мәсьәлә мотлаҡ практик табип менән бергә хәл ителергә тейеш, тип иҫәпләйем. Ундай кешеләр балаларын, ейәндәрен нисек дауаларға кәрәклеген дә табиптарҙан яҡшыраҡ белә, үҙҙәре әйтмешләй, күршеләренә лә диагноздар ҡуя. Улар үҙҙәре яҡшы тип һанаған дарыуҙарға өҫтөнлөк бирә, хатта үҙ белдектәре менән антибиотик ҡаҙарға ла ҡурҡмай. Күптәрҙең өйөндә ингалятор бар, ҡан баҫымын үлсәү өсөн аппарат менән хәтта балалар ҙа ҡуллана белә, укол эшләү тураһында әйтеп тә тормайым - барыһы ла белгес, әйтерһең.

Был теманы күтәргәс, тағы ла бер категория атай-әсәйҙәр тураһында әйтеп үткем килә. Улар баланы үҙ белдектәренә дауаламай, ә бер табипҡа күренеп, дауалау курсы яҙҙырып ала ла, таныш табиптарына шылтыратып, былдай дауалау дөрөҫмө-юҡмы, тип аныҡлай башлай. "Участка балалар табибы ошондай дарыуҙар яҙған ине, һатып алырҙан алда һинән һорарға булдыҡ әле. Алыуы мотлаҡмы, файҙаһы булырмы икән, әллә башҡа берәй дарыу әйтәһеңме?" - тип мөрәжәғәт итә. Ҡәҙерле атай-әсәйҙәр, һеҙҙең борсолоуығыҙ, әлбиттә, аңлашыла, ләкин былдай аҙым бөтөнләй дөрөҫ түгел. Үҙен, коллегаларын, һөнәрен хөрмәт иткән табип бер ҡасан да баланы күрмәйенсә, уны бөтә яҡлап тикшермәйенсә, сирҙең башланыу һәм нисек барыуын белмәйенсә тороп, телефон аша дауалау курсы яҙмай. Әгәр ҙә табипҡа барып, ҙур сират үтеп инеп, уға күренеп сыҡҡанһығыҙ икән, уның кәңәштәренә ҡолаҡ һалығыҙ. Бер сир ҙә өс тапҡыр дарыу ашағандан бөтмәй. Нисә көн, көнөнә нисә тапҡыр эсергә кәрәк тип яҙылған, шул тиклем үк дауаланырға кәрәк. Бер нисә көндән икенсе табипҡа барып, башҡа төрлө дауалау курсы тәғәйенләтеп йөрөүҙән фәтеүә юҡ, сөнки беренсе дауалау курсы тулыһынса үтелмәгән.

Бер кемгә лә баланың ауырығанын күреү еңелдән түгел. Ләкин ниндәй хәлдә лә үҙеңде ҡулда тотоп, белгескә ышанып, уның әйткәндәрен үтәү - сирҙе еңеүҙең иң тәьҫирле ысулы.

Ҡайһы саҡта өйҙә дауаларға тырышып, сирҙе шаштырып ебәрәләр. Дауалау өсөн кәрәкле иң ҡәҙерле сәғәт һәм көндәрҙе үткәрәләр һәм һуңғы сиктә дауаханаға алып килеү табиптар эшендә ҙур ҡаршылыҡ тыуҙыра.

▸ Прививка эшләтеү-эшләтмәү бөгөнгө көндә ата-әсәләр тарафынан күтәрелгән иң актуаль темаларҙың береһе...

- Әйтеп үтеүемсә, бөгөнгө көндә медицина хеҙмәтләндереүе үҫешкән мәлдә йәшәйбеҙ. Элек үлемесле һаналған сирҙәрҙе "ауыҙлыҡларға" өйрәндек, урта быуаттарҙа киң таралған тағун (чума), ваба (холера), сәсәк (оспа) һәм башҡа ауырыуҙарҙы ҡурҡыныс төш һымаҡ ҡына хәтергә алабыҙ. Миллионлаған ҡорбандарға килтергән был киҙеүҙәрҙе тик прививкалар ярҙамында ғына кәметеүгә, еңеүгә өлгәшкәндәр. Шуға күрә прививка эшләтеүҙең мөһимлеге тураһында төпкә төшөп аңлатып тормайым, ә табип булараҡ, прививкаларҙы яһатыу кәрәклеген тағы ла бер тапҡыр һыҙыҡ өҫтөнә алам. Ҡыҙғаныҫҡа күрә, һуңғы ваҡытта бынан 20-30 йылдар элек һирәк осраған киҙеү билдәләре менән мөрәжәғәт итеүселәр артҡандан-арта. Һәм ундай пациенттарҙың күбеһе тейешле прививка эшләтмәгән булып сыға. Бында уйланырға урын бар, минеңсә. Иң мөһиме, прививкаһы бала сирләгән ваҡытта, саҡ йүнәлеп торған мәлдә эшләтергә ярамай. Прививка ҡуйҙырыр алдынан мотлаҡ анализ биреү кәрәк. Һәр бер прививка уйланылып, ҡабаланмайынса, баланың хәл-торошон күҙ уңында тотоп эшләнергә тейеш.

▸ Балалар табибы булараҡ, ата-әсәләр өсөн психолог ролендә лә сығыш яһарға тура киләлер, моғайын. Һәм тағы бер һорау: бала ауырып киткән осраҡта атай һәм әсәйҙең үҙҙәрен тотоштары араһында айырма бармы?

- Владимир Бехтерев "Һөйләшкәндән һуң сирлегә еңеллек килтермәгән табип - насар табип", тигән. Медицина өлкәһендә эшләгән һәр кемгә психолог булырға тура килә. Шулай ҙа балалар табибына

> ***Бөгөнгө көндә медицина хеҙмәтләндереүе үҫешкән мәлдә йәшәйбеҙ. Элек үлемесле һаналған сирҙәрҙе "ауыҙлыҡларға" өйрәндек, урта быуаттарҙа киң таралған тағун (чума), ваба (холера), сәсәк (оспа) һәм башҡа ауырыуҙарҙы ҡурҡыныс төш һымаҡ ҡына хәтергә алабыҙ. Миллионлаған ҡорбандарға килтергән был киҙеүҙәрҙе тик прививкалар ярҙамында ғына кәметеүгә, еңеүгә өлгәшкәндәр. Шуға күрә прививка эшләтеүҙең мөһимлеге тураһында төпкә төшөп аңлатып тормайым, ә табип булараҡ, прививкаларҙы яһатыу кәрәклеген тағы ла бер тапҡыр һыҙыҡ өҫтөнә алам.***

✓ Ул унда эмбриондары кеше ғүмеренә тигеҙләргә тәкдим итә. Ул саҡта аборт кеше үлтереүгә тиң була һәм бының өсөн язаһы ла буласаҡ. Контрацептив ҡулланыу ҙа кеше үлтереү була.

был йәһәттән күберәк көс төшә, тип әйтәйемме икән. Уға бала менән дә, атай-әсәйҙәр менән дә уртаҡ тел табырға, уларҙың һәр береһен йүнәлеүгә көйләргә кәрәк.

Тағы ла шуныһы: медицина университетын тамамлаған һәр белгес тәнде дауалауҙы яҡшы белә, ә бына ниндәйҙер бәхәсле мәл килеп тыуғанда, сир тураһында ауыр хәбәр еткерергә йәки ата-әсәгә тәьҫир итергә кәрәк булғанда, нисек үҙеңде тоторға кәрәклеге тик тәжрибә менән генә килә. Тәнде генә түгел, йәнде лә берҙәй дауалай алыу оҫталығына өлгәшкәндә генә "табип" тигән ҙур исемде күтәреп йөрөү мәртәбәле буласаҡ.

Икенсе һорауға килгәндә, шуны әйткем килә. Стационар бүлек мөдире буларак, дауахана ла ятып дауаланған балалар һәм уларҙың ата-әсәләре менән йыш аралашырға тура килә. Баланың ауырып дауаханаға эләгеүе һәр ата-әсә өсөн ҙур стресс һәм был осраҡта улар үҙҙәрен төрлөсә тота. Ирегеттәр логик-рациональ, ә ҡатын-ҡыҙҙар интуитив-эмоциональ уйлай. Атайҙарға бер тапҡыр аңлатаһың да бер-ике һорауға яуап бирәһең, ә әсәйҙәр менән аралашҡанда әллә күпме һорауҙарға яуап бирергә әҙер булырға кәрәк. Улар, һорауҙары булһа, кабинетҡа ла килә, коридорҙа ла тотоп һорай, әленән-әле аныҡлай. Әлбиттә, артыҡ борсолған атайҙар ҙа һәм үҙҙәрен үтә лә тыныс тотҡан әсәйҙәр ҙә бар.

Тағы ла шундай ҡыҙыҡлы фактты билдәләп үткем килә. Әгәр ҙә баланың атаһы ла, әсәһе лә бергә дауаханаға ята алмаһа, күпселек осраҡта бала өләсәһе менән килә. Ейәне менән бергә дауаханала ятҡан олатайҙар юҡ тиерлек.

Һыуыҡтар башланды. Һыуыҡ тейеүҙән нисек һаҡланырға?

- Бында әллә ни ҙур асыш эшләмәйем. Саф һауала күберәк йөрөргә, сөнки был иммунитетты нығыта, кәйефте күтәрә, организмды кислород менән байыта. Йәшәү режимын тәртиптә тотоу мотлаҡ, йәғни йоҡо туйғансы йоҡларға, ял итергә. Туҡланыу рационына күберәк йәшелсә-емеш индерергә, һыуҙы етерлек кимәлдә эсергә. Ҡулды йыш йыуырға, стрестан һаҡланырға, арып-талсыҡмаҫҡа.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Һәр бала - тормош бүләге, ысын мөғжизә. Уның күңел торошо ла бөтөн, һаулығы ла ныҡ булыуы бөтә атай-әсәйҙәр өсөн дә мөһим. Өйҙәге тыныс мөхит, ыңғай һәм матур эмоциялар, баланың һаулығы атай-әсәй иңендә. Ләкин бала ауырымай тормай һәм атай-әсәйҙең яуаплылығы уны тиҙ арала белгескә күрһәтеп, тейешле дауалау алыуға ҡайтып ҡалалыр, моғайын. Ә сирҙең тиҙ генә сигенеүенә иһә, Раян Айҙар улы билдәләп үткәнсә, дауалаусы табипҡа ышаныу һәм уның кәңәштәрен теүәл үтәү.

Гөлназ МАНАПОВА әңгәмәләште.

СЕТЕРЕКЛЕ ХӘЛ

АБОРТТАРҘЫ ТЫЙЫРҒАМЫ?

Һуңғы йылдарҙа Рәсәйҙә балалар тыуыу кәмеүе арҡаһында властарҙың аборттарҙы тыйыу уҡ булмаһа ла, нисектер кәметеү йәһәтенән төрлө инициатива менән сығыш яһауын йыш күҙәтәбеҙ. Мәҫәлән, үткән йыл аҙағында Түбәнге Новгород депутаттары шәхси клиникаларға аборт яһауҙы тыйыуҙы күҙ уңында тотҡан закон проектын тәкдим итте. Рәсәй Президенты менән тура бәйләнештә лә был турала һорау булды. "Мәсьәлә бик сетерекле, - тине В. Путин. - Шулай ҙа дәүләт демографик хәлдең яҡшырыуы яғында. Шул уҡ ваҡытта ҡатын-ҡыҙҙарҙың хоҡуҡтары ла күҙәтелергә тейеш".

Иҡтисад фәндәре кандидаты, "Ғаилә" республика ресурс үҙәгенең бүлек етәксеһе, РФ Фәндәр академияһының Стратегик тикшеренеүҙәр институты белгесе Яна Скрябина был ситуация буйынса фекерҙәре менән уртаҡлаша.

- Илебеҙ 1920 йылда донъяла беренселәрҙән булып аборттарға рөхсәт биргән, 1936 йылда тыйған. Бөйөк Ватан һуғышынан һуң партияның Үҙәк Комитетына ҡатын-ҡыҙҙарҙан мөрәжәғәттәр күп була. "Беҙ бер юлы иҡтисадты тергеҙеүҙә лә ҡатнашып, шул уҡ ваҡытта түбән эш хаҡы менән балалар ҙа үҫтерә алмайбыҙ", - тиелә уларҙа. Тик абортты рәхсәт итеүсе ҡарар 1955 йылда ғына сыға. 1964 йылда илдә иһә йылына 5,6 млн аборт теркәлә. 1987 йылда тағы ла "социаль аборт" тигән төшөнсә инә. Был осорҙа легаль булмаған аборттар һаны күбәйә, был категорияға инмәүселәр ошондай юл һайларға мәжбүр була. Һәм ҡатын-ҡыҙҙар араһында үлем осраҡтары ла арта. 90-сы йылдарҙа илдәге хәлдәргә бәйле тағы ла тыуым кәмей. 1995 йылдан аборттар дәүләт тарафынан түләнмәй башлай, тағы ла шәхси клиникалар тәкдим иткән насар сифатлы процедуралар һөҙөмтәһендә үлем осрағы күбәйә. Шуға ла 1997 йылда түләүле аборттарҙы тыйып, уларҙы тағы ла түләүһеҙ медицинаға ҡайтаралар. 2002 йылда Дәүләт Думаһына тыумаған баланың ғүмерен һаҡлаусы законға үҙгәрештәр индереү хаҡындағы закон проекты йәмғиәттә ҙур тауыш тыуҙыра. Социаль күрһәткестәр буйынса аборттарҙы тыйыу хаҡында тағы ла тәкдимдәр яңғырай. Тыуымға ҡарағанда аборттарҙың һаны ике тапҡырға күберәк булыуы һөҙөмтәһендә тағы ла шәхси клиникаларҙа аборт яһауҙы тыйыу хаҡында һүҙ ҡуҙғата дәүләт. Әммә был һорау хәл ителмәйенсә ҡала.

Бындай ҡанун булған илдәргә ҡараһаҡ, башта, ысынлап та, тыуым арта. Әммә күп тә тормай, тағы ла түбәнәйә. Бер юлы криминаль аборттар һөҙөмтәһендә үлем осраҡтары йышыраҡ теркәлә. Бөгөн дә телевизор экрандарынан билдәле шәхестәр ҡатын-ҡыҙҙарҙы балаһын һаҡлап ҡалырға өндәй. Белгестәр билдәләүенсә, бындай өгөт законлы ире, бер-ике балаһы булған ҡатындарға йүнәлтелгән. Сөнки абортҡа килеүселәрҙең 15 проценты ғына ниндәйҙер һөйләшеүҙәргә һәм балаһын һаҡлап ҡалыуға әҙер. Ҡалған 85 процент иһә был ҡарарға ныҡлап килгән була.

Башҡортостанға килгәндә, аборттар һаны буйынса Өфө лидер иҫәпләнә. Сөнки ул миллион халыҡ йәшәгән ҡала, унда йәштәр ҙә күп. Шулай ҙа һуңғы 20 йыл эсендә аборттар мәсьәләһендә үҙгәрештәр ҙә бар. Мәҫәлән, 2000 йылда 1 мең ҡатын-ҡыҙға 62 аборт тура килһә, 2022 йылда - 11. Тик был ысынбарлыҡҡа тап килмәйҙер, сөнки шәхси клиникаларҙа аборттарға башҡа код ҡуялар һәм уларҙы бер кем дә белмәй тиерлек. Үҫмерҙәр араһында аборт яһатыусылар буйынса Башҡортостан дүрт "лидер" төбәк араһында, ошо уҡ үҫмерҙең ҡабаттан абортҡа барыуы йәһәтенән республика беренсе урында. 2015 йылда миңә сенатор Елена Мизулина тәкдим иткән закон проектына эксперт һығымтаһы яҙырға тура килгәйне. Ул унда эмбриондары кеше ғүмеренә тигеҙләргә тәкдим итә. Ул саҡта аборт кеше үлтереүгә тиң була һәм бының өсөн язаһы ла буласаҡ. Контрацептив ҡулланыу ҙа кеше үлтереү була. Һаулыҡ һаҡлау системаһы мәғлүмәттәренә ярашлы, аборт яһатыусыларҙың йәше 18-25. Был, иң тәүҙә, йәштәр араһында аңлатыу эштәре булмауы тураһында һөйләй. Шул уҡ ваҡытта, медицина хеҙмәттәре тәкдим итеүсе клиникаларҙы әүҙем рекламалайҙар. Ҡыҙ балаға аборт яһамаҫҡа, тимәк, сәләмәтлеген һаҡларға мөмкинлек биреүсе саралар - контрацепция тураһында һөйләшеүҙәр юҡ. Ғөмүмән, илебеҙ был йәһәттән артта ҡалған.

Тыуым менән бәйле проблемаларҙы медицина хеҙмәткәрҙәре иңенә һалып ҡуйҙыҡ. Ә бының менән ғаилә шөғөлләнергә тейеш. Баланы тыйыуҙан, уны ҡурҡытыуҙан бындай хәлгә ҡалмаҫ тип бер кем дә әйтә алмай бит. Балалы ғаиләне пропагандалау ҙа кәрәк. Секс һәм репродукция мәсьәләһендә лә аңлатыу эштәре алып барыу мөһим.

Нимә эшләргә һуң? Аборттарҙы профилактикалау буйынса мәғлүмәти саралар үткәрергә. Ғаиләле балалы ҡатындар менән түгел, ә йәштәр, үҫмерҙәр менән һөйләшергә. Аборттарҙы тыйырға түгел, ә теләмәйенсә балаға уҙыуҙы булдырмау тураһында уйланырға. Эксперттар билдәләүенсә, бөгөн алдынғы илдәр демографик күсеүҙең аҙаҡҡы этабында тора, унда тыуым да, үлем дә кәмей - һөҙөмтәлә халыҡ ҡартая һәм уларҙың һаны ҡыҫҡара. Был глобаль процесҡа ниндәйҙер урындағы ғына саралар менән тәьҫир итеп булмай.

Шундай һығымта яһай ғалимә.

Элина ӘХМӘТОВА. "Башинформ"дан.

ӘЙҘӘГЕҘ...

СӘЛӘМӘТ БУЛАЙЫҠ!

Һуңғы ваҡытта тормошобоҙ тотош стрестарҙан ғына торған кеүек: ваҡыт шул тиклем тиҙ елә, бер нәмәгә өлгөрөп булмай, ахырҙа, үҙебеҙҙе "ашай" башлайбыҙ. Ә кешенең эмоциональ фоны туранан-тура уның организмына йоғонто яһай. Хатта табиптар ҙа "Сирҙәрҙең 80 проценты - психосоматиканан", тип белдерә. Ни өсөн тап шулай килеп сыға һәм ауырыуҙарҙың иҫ-аҡыл көйлөлөгөнә бәйле булыуының сәбәбе ниҙә?

Кеше - физик тыш, тән генә түгел. Кеше - һәр ваҡыт энергия тараҡан һәм ҡабул иткән энергия мәғлүмәтле йән эйәһе. Ғалимдар кеше тәненең энергетик ҡатламын фотоға төшөрөүгә өлгәшкән. Бындай прибор совет физиотерапевтары - ирле-ҡатынлы Кирлиандар тарафынан уйлап табылған. Шуға күрә ысул да Кирлиан ысулы тип атала.

Әгәр үҙебеҙҙең төрлө диапазонлы энергиялар үҫешкән йән эйәләре булыуыбыҙҙы аңлаһаҡ, энергияны һаҡлау ҡануны йоғонтоһонда булыуыбыҙҙы төшөнәсәкбеҙ. Был ҡанунға ярашлы, бер генә энергия ла әллә ҡайҙан алынмай һәм бер ҡайҙа ла юғалмай: ул бары тик бер тороштан икенсеһенә күсә. Шулай итеп, үҙебеҙҙең иҫ-аҡыл көйлөлөгө менән төрлө: ыңғай йәки кире (төҙөүсе йәки емереүсе) энергияларҙы үҫтереү мөмкинлегенә эйә булыуыбыҙҙы аңларбыҙ. Был нисек сағылыш таба? Ғалимдар һыуҙың мәғлүмәтте хәтерендә ҡалдырыу үҙенсәлеген раҫлаған. Был осраҡта һыу билдәле энергиялар йоғонтоһонда үҙенең молекуляр төҙөлөшөн үҙгәртә. Молекулаларҙың торошо үҙгәргәндә һыу молекулаларының эске энергияһы диапазоны ла үҙгәрә. Һыуҙың үҙенсәлекле сифаты тап ошонда ла инде.

Беҙҙең атай-олатайҙар һыуҙың төрлө сифатлы мәғлүмәт һаҡлау үҙенсәлеген белгән. Һыуҙың был сифаты беҙҙең тәнебеҙҙә нисек эшләй һәм организмға нисек билдәле бер тонус бирә һуң? Тәнебеҙ 70-80 процентҡа һыуҙан тора. Тимәк, теләһә ниндәй хис-тойғоноң энергияһы бар һәм ул, организмдағы һыуға йоғонто яһап, уның эске молекуляр торошон үҙгәртә. Йәғни организмдағы һыу үҙгәреп, үҫтереү йәки емереү процестарына шарттар тыуҙыра. Ҡуҙғыусанлыҡ, асыу, үпкәләү, ярһыу, ҡурҡыу кеүек емергес хис-тойғолар төрлө сирҙәрҙең нигеҙе булып тора ла инде.

Барлыҡ изге яҙыуҙарҙа кешенең үҙен аңларға һәм эске донъяһын камиллаштырырға тейешлеге тураһында яҙыла. Был гармонияға, тынысланыуға, хис-тойғоларҙы һәм аҡылды контролдә тотоуға килтерә. Замана кешеһе, матди донъя хакимлығына бирелеп, эске донъяһын гармонияға килтереүгә иғтибарҙы аҙ бүлә. Ул һәр саҡ ҡәнәғәтһеҙлек белдерә, үҙендә кире көйләнеш, асыу, үпкә һаҡлай, уны һәр саҡ төрлө ҡурҡыу оҙатып йөрөй. Йәш ваҡытта организм ныҡ булһа ла, тиҫтәләрсә йылдарҙан һуң сәләмәтлек ҡаҡшай, сирҙәр барлыҡҡа килә башлай, үлемесле ауырыуҙар көсәйә. Быларҙың барыһының да сәбәбе - эске донъяның үҫешмәүе һәм ошоға бәйле тормош алып барыу.

Шуға күрә, хәҙерге психологтар тыныс булырға, төрлө тормош хәл-торошон күңелгә яҡын алмаҫҡа, һәр саҡ ыңғай көйләнештә булырға саҡыра һәм төрлө юлдар тәкдим итә. Барлыҡ донъяуи диндәрҙең рухи тәжрибәһе эске донъяны таҙартыуға һәм күңелде медитация аша тынысландырыуға йүнәлтелә.

Замана кешеһенә үҙенең эске донъяһына күберәк ваҡыт бүлергә, уны программа көйләнешенән, ҡалыптарҙан, донъяуи ҡараштарҙан таҙартырға кәрәк. Психологтар "парадигманы үҙгәртеү" тигән термин ҡуллана. Йәғни, тормоштағы күп нәмәләргә ҡарашты үҙгәртергә кәрәк. Аңды үҙгәртеп (был шәхси характерға эйә, йәғни кеше үҙен үҙе генә үҙгәртә ала), кеше автоматик рәүештә тормошона килеп ингән ауырыуҙарҙан арына, яҡын кешеләре һәм тотош йәмғиәт менән гармонияла уңыш ҡаҙана ала. Моғайын, донъяла бәхеткә ынтылыу нигеҙе ошолор.

Айбулат УРАҘБАХТИН.

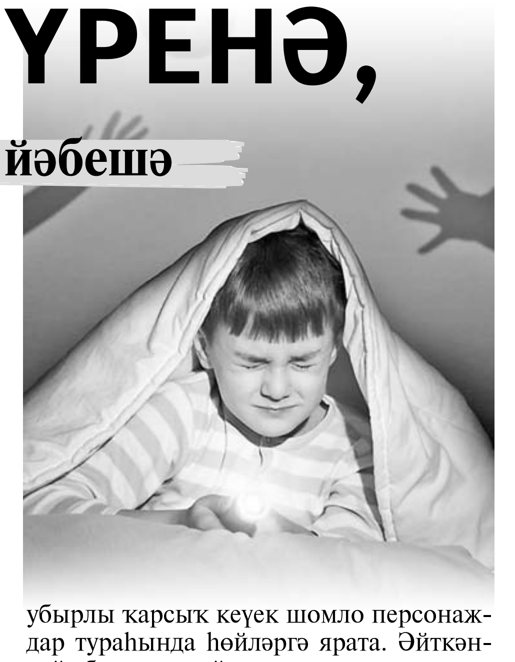
✓ *Яңы тыуған сабыйҙа ҡурҡыу тойғоho юҡ тиерлек, hәр хәлдә лә ул үҙенә ҡурҡыныс янағанын белмәй. Ысын ҡурҡыу унда 7-8 айлыҡ сағынан төҫмөрләнә башлай.*

ПСИХОЛОГ ЫҢҒАЙҒА КӨЙЛӘЙ

Әҙәм балаһының хис-кисерештәр донъяһы бик бай һәм ҡатмарлы, һәм беҙ уларҙың йәшәйешебеҙҙәге ролен бигүк белеп, аңлап та бөтмәйбеҙ шикелле. Хис-тойғоларҙың ҡайһы берҙәре кешегә тынысланыу, күңел күтәренкелеге, ләззәт һәм рәхәтлек алып килһә, бәғзеләре борсолоу, хәүефләнеү, кәйеф төшөү, ғазап кисереү кеүек ауыр кисерештәр менән бәйле. Барса тойғоларыбыҙ араһында һис онотторлоҡ булмағанса тәьҫир итеүсе, бөтә булмышыбыҙҙы тик үҙенә генә йүнәлтеүсе, күптәребеҙҙе үҙенә баштан-аяҡ буйһондороусы сифатында кисерелеп, ҡурҡыу тип аталғаны ла бар. Һис ҡасан да, бер нәмәнән дә, саҡ ҡына булһа ла ҡурҡмаған кеше донъяла юҡтыр ул.

ҠУРҠҠАНҒА ҠУШ КҮРЕНӘ,

сир ҙә йәбешә



Ҡурҡыуға берәй төрлө мәғәнә һалынғанмы, уның кеше шәхесенә ыңғай йәки кире йоғонтоһо ниҙән ғибәрәт? Ата-әсәләр, ғәҙәттә, балаларының ниҙәндер ҡурҡыуын белгән хәлдә лә, уға артыҡ әһәмиәт биреп тормаҫҡа күнеккән: йәнәһе, үҫә килә, ҡурҡыу үҙенән-үҙе юҡҡа сығасаҡ. Әммә ҡурҡыуҙың үҫеп килеүсе бала аңын томалаусы, уның шәхесен зәғифләндереүсе кире йоғонтоһона ваҡытында сик ҡуйылмаһа, уның психологик эҙемтәләре кеше балиғ булғас та ныҡ һиҙеләсәк. Баланы, һис шикһеҙ, бәләкәйҙән үк ҡурҡыуы менән идара итергә өйрәтеү мөһим.

Нимә һуң ул ҡурҡыу? Ҡурҡыу - бөтә йән эйәләренә тәбиғәттән бирелгән инстинкт, һәм ул төп, иң кәрәкле эмоцияларҙың береһе. Тимәк, нисек кенә сәйер тойолмаһын, баш мейеһе, ябай ғына нервылар системаһы булған һәр тереклек ҡурҡыуһыҙ йәшәй алмай. Хәүеф һәм ҡурҡыныс менән тулы донъяла ҡурҡыу белмәгән заттар күптән ҡырылып бөткән булыр ине. Тап ҡурҡыу тойғоһо һаҡланыу хәрәкәт-реакцияларын "тоҡандырып" ебәрә, организмға хәүеф янаған ситуацияға әҙерләнер өсөн сигнал бирә. Шаяртыбыраҡ әйткәндә, ҡуян ҡурҡаҡ булмаһа, йыртҡыс-януарҙан һис ҡотола алмаҫ ине. Кешегә лә мәлендә ҡурҡа белеү кәрәк, әммә ҡурҡыуҙың файҙаһынан зыяны барыбер күберәктер.

Билдәле булыуынса, кешелә ҡурҡыу тойғоһо уның мейе эшмәкәрлегенән тыш барлыҡҡа килмәй. Нейрофизиологтар әйтеүенсә, баш мейеһенең бик боронғо замандарҙа уҡ формалашҡан өлөшөндә ҡурҡыу тыуҙыра торған нервы үҙәге бар (белгестәр уны, мәрәкәләп, "тамуҡ" тип атаған). Шуның өсөн кешенең аҫҡы, боронғо һәм аңлайышһыҙ аңында тыуған һын-образдар (улар йыш ҡына кеше йоҡлаған саҡта, төш күргәндә пәйҙә була) унда ҡурҡыу тойғоһо уятыусан. Әйткәндәй, бер тапҡыр ҙа ҡурҡыныс төш күрмәгән кеше донъяла юҡтыр ул. Ошондай төш күргән кешенең, сәбәбенә төшөнмәйсә, оҙаҡ ҡына бер ҙә юҡҡа хәүефләнеп, шөбһәләнеп йөрөүе мөмкин. Билдәле рәссам Гойяның "Аң йоҡоһо ғифриттәр тыуҙыра" тигән картина яҙыуына тап ошондай ҡурҡыныс төштәрҙең кешеләргә ныҡ тәьҫир итеүе сәбәп булғандыр. Аҫҡы аң кескәй балалар психикаһына үтә көслө тәьҫир итә. Йоҡоһонан ҡурҡып, ҡысҡырып илап уянған балалар ҙа аҙ түгел (быны иләүһерәү, илереү тип тә әйтәләр). Бындай саҡта баланы ҡосаҡлап, иркәләп, яғымлы тауыш менән ата-әсәһенең уның янында икәнен төшөндөрә алыу фарыз.

Шуныһы ҡыҙыҡлы, яңы тыуған сабыйҙа ҡурҡыу тойғоһо юҡ тиерлек, һәр хәлдә лә ул үҙенә ҡурҡыныс янағанын белмәй. Ысын ҡурҡыу унда 7-8 айлыҡ сағынан төҫмөрләнә башлай: сит кешенән ятһыныу, ят кеше ҡулына алған саҡта ҡурҡып илау осраҡтары күҙәтелә, ә 1 йәштән уҙған сабый таныш булмаған кешеләр барҙа тик әсәһенә һырыға. Тимәк, ҡурҡыу, бер яҡтан, тәбиғи рәүештә тыумыштан бирелһә, икенсе яҡтан, ул баланың кешеләр донъяһына инеүе, уларға яраҡлаша алыу-алмауына бәйле. Балағыҙ ҡыйыу һәм кешенән артыҡ ятһынмай үҫһен, тиһәгеҙ, 3 йәш тулғансы уның аралашыу даирәһен мөмкин тиклем киңәйтеү сараһын күреү кәрәк, тип кәңәш итә психологтар.

Ғәҙәттә, ҡурҡыу йыш ҡына ысынбарлыҡтағы хәүефле күренештәргә юлығыуҙан түгел, киреһенсә, кешенең нимәнәндер артыҡ шикләнеүе, шөбһәләнеүе, хискә бирелеп барыуы, төрлө юҡ-барға саманан тыш ышанып, бигерәк тә яңғыҙ ҡалғанда үҙен "яҡлаусыһыҙ" итеп тойоуы арҡаһында көсәйеп китә. Халыҡта "Ҡурҡҡанға ҡуш күренә", тип юҡҡа ғына әйтмәгәндәр бит. Бәғзе кешеләр тәбиғәттәге аномаль (аңлатып булмай торған) күренештәрҙән ныҡ шөбһәләнә. Уларға серле нәмәләр бер үк ваҡытта ҡурҡыныс булып тойола. Өлкәндәр үҙҙәре лә балаларға йыш ҡына әкиәт геройҙарына әйләнгән ен-пәрейҙәр, өй һәм мунса эйәләре, сихырсылар, балалар урлаусы убырлы ҡарсыҡ кеүек шомло персонаждар тураһында һөйләргә ярата. Әйткәндәй, балаларҙы йоҡлатыр алдынан ҡурҡыныс нәмәләр тураһында һөйләүҙән тыйылыу кәрәк. Уларҙан аңы үҫешеп етмәгән бала күңелендә шик-шөбһәләр яралһа, телевизорҙан йыш күрһәтелеп торған ҡурҡыныс сюжетлы фильмдар ҙа үҙенекен итә. Тора-бара баланың ҡурҡыу хисе ныҡ көсәйеп, ул ҡараңғы бүлмәгә инеүҙән, өйҙә яңғыҙы ғына ҡалыуҙан ҡото алына башлай. Бер ҡурҡып ҡалған баланы ипкә килтереүе аҙаҡ бик ауырға төшәсәк.

Бала ҡапылдан йә ныҡ ҡурҡыуҙан көслө психик травма ала, һәм уның ҡотон алған хәл уның мейеһенә видеотаҫмаға яҙылған кеүек һеңеп ҡала. Ваҡыт үтеү менән элеккеһенә оҡшаш хәлгә юлыҡһа, ҡурҡыу яңынан ҡабатлана. Ҡараңғынан, бөжәктәрҙән, ҡош-ҡорттан ҡурҡыу шулай ярала. Бала саҡта үҙем менән дә ошондайыраҡ хәл булып, эттән ҡурҡыуым бик көслө ине. 1-се класта уҡығанда ауыл китапханаһына йөрөй башлағайным. Бер көндө, еңер төшкәс, урам буйына бер уҫал эт абалап сығып, миңә ташланды. Ҡурҡышымдан юл ситендәге көрткә йығылдым, ҡотом алынып ҡысҡырҙым, иланым. Ярай әле, эттә бер ағай ҡыуып ебәрҙе, ә мин йәй еткәнсе китапхана юлын ташлап торҙом. Әле лә, артымда кинәт эт өрһә, үҙем дә һиҙмәҫтән, тертләп китәм.

Нисек кенә парадоксаль күренмәһен, бала үҫә барған һайын, уның аралашыу мөхите, үҙаллылығы менән бергә ҡурҡыу тойғоһо ла үҫә һәм киңәйә. Әлбиттә, ҡурҡыуға бирелеүсәнлек баланың нервылар системаһының тотороҡлолоғонан, ғаилә тәрбиәһенең нисек ҡоролоуынан, уның аралашҡан мөхитендә тупаҫлыҡ, агрессив күренештәрҙең булыу-булмауынан да тора. Бала күңелендә бик иртә яралған ҡурҡыуҙың тора-бара аяныслы һөҙөмтәләргә килтереүе ихтимал. Шуның өсөн балаларға ла, өлкәндәргә лә үтә ябай ҡағиҙәне үтәү мотлаҡ: нисә йәштә булыуына ҡарамаҫтан, балаға физик һәм психик баҫым яһарға ярамай, ҡурҡытыу, туҡмау йәиһә ҡараңғы бүлмәгә бикләп ҡуйыу кеүек "тәрбиә" алымдарын вәхшилек, ҡырағайлыҡ тип баһаларға кәрәк. Балаларҙың бер-береһен уйнап ҡына ҡурҡытыуҙары арҡаһында ла улар янында булған бәләкәй баланың психикаһында тиҙ генә юйылмай торған ҡурҡыу тойғоһо ҡалыуы мөмкин.

Бала саҡта ҡурҡыуҙың үтә тәьҫирле булыуын иҫәпкә алһаҡ, уның сабый яҙмышын нисек ағыулағанын тойомларға була. Саманан тыш һәм хроник (йыш ҡабатланып торған) ҡурҡыу бала шәхесендә күп кенә кире сифаттар менән бер рәттән, төрлө психоген сирҙәр, невроз барлыҡҡа килтерә: көйһөҙләнеү, мыжыу, киреләнеү, тиҙ ҡыҙып китеү, йомоҡлоҡ, агрессив холоҡ, энурез (бәүел тотмау), эс һәм баш ауыртыуы, хатта алдашыу кеүек кире сифаттар ҙа ҡурҡыу тигән "миҙал"дың кире яғы ул, тип иҫәпләй Австрия психотерапевы Гизела Эберлейн. Ошо авторҙың "Сәләмәт балаларҙың ҡурҡыуы" тигән китабында балаларҙы ҡурҡыуынан арындырыу саралары тураһында ла фәһемле мәғлүмәттәрҙе табырға була.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Балаларҙың ҡурҡыуын бөтөрөү, уны еңергә ярҙам итеү өсөн белгестәр тарафынан төрлө саралар ҡулланыла. Әлбиттә, ихлас әңгәмәләр аша иң элгәре ҡурҡыу сәбәбен аңлай алырға кәрәк. Баланың үҙ-үҙенә ышанысын, үҙен-үҙе яҡлай алыуына теләк, ынтылыш тыуҙырыу менән бер рәттән, уны янында һәр төрлө ҡурҡыныстан йолоп ҡала алыусы яҡлаусыһы, ҡурсалаусыһы барлығына инандыра алыу мөһим. Бындай "ҡурсалаусы" сифатында баланың яҡын кешеләренән башҡа, уйынсыҡтарын (мәҫәлән, арыҫланын, һалдатын һ.б.) тәғәйенләп ҡуйыуға өлгәшергә мөмкин. Ҡайһы бер осраҡтарҙа балаларҙан ҡурҡҡан нәмәләрен үҙҙәренән һүрәткә төшөртөп, аҙаҡ ошо һүрәтте яндырып, йә булмаһа ваҡ ҡына киҫәктәргә йыртҡыслап ташлатыу файҙалы була. Ғөмүмән, бәләкәй балаларҙы ҡурҡыуынан арындырыр өсөн "тылсым" алымын (тылсымлы һүҙ, хәрәкәт, әйбер һ.б.) ҡулланыу һәйбәт һөҙөмтә бирһә, ҙурыраҡ йәштәгеләрен өлкәндәр менән бергәләшеп, ҡурҡыу тыуҙыра торған ситуацияны ҡабаттан кисереп, "Мин хәҙер ҡурҡмайым" кеүек формуланы аңдарына һеңдертә алыу зарур.

Бер саҡ миңә 6 йәшендә эттән ҡурҡып, абынып йығылып, ҡоро ботаҡ күҙенә инеп китеүе арҡаһында бер күҙе һуҡырайып ҡалған 12 йәшлек ҡыҙ баланы алып килгәйнеләр. Ул ҡыҙ бик сибек һәм сирләшкә ине, һәм уның психологик травма арҡаһында яфа сигеүен билдәләү ауыр булманы. Бәхеткә күрә, гипнотерапия алымын ҡулланыу ул ҡыҙ өсөн бик файҙалы булып, тиҙ арала һауығыу мөмкинлеген бирҙе. Шуның өсөн күп осраҡтарҙа баланы ҡурҡыуынан дауалау өсөн ваҡытында белгестәргә - психолог, психотерапевтарға мөрәжәғәт итеү фарыз.

Вәлиәхмәт БӘҘРЕТДИНОВ.

ХОҠУҒЫҢДЫ БЕЛ!

АУЫРЫП КИТҺӘҢ...

Халыҡ телендә "больничный" тип аталған эшкә яраҡһыҙлыҡ танытмаһы ауырыуығыҙ йәки травма алыуығыҙ тураһындағы ғына түгел, ә ошо ваҡыт арауығына күпмелер компенсация алырға ла мөмкинлек бирә торған рәсми ҡағыҙ. Һәр кемгә үҙ ғүмерендә эшкә яраҡһыҙлыҡ танытмаһы менән осрашырға тура килә, шуға ла уның буйынса ҡайһы бер килеп тыуған һорауҙарға яуап биргем килә.

Эшкә яраһыҙлыҡ танытмаһын нисек асырға?

Беренсенән, табипҡа яҙылырға кәрәк. Әгәр ҙә табип, әлеге ваҡытта һеҙ эшкә йөрөй алмайһығыҙ, тип таный икән, электрон эшкә яраҡһыҙлыҡ танытмаһы асасаҡ. Пациенттан СНИЛС ҡына кәрәк. Эшкә был документты алып барырға кәрәкмәй, бары тик уларҙы телдән иҫкәртәһегеҙ. Рәсәйҙең социаль фонды эш биреүсегә үҙе хәбәр итә, бухгалтерия хеҙмәткәрҙең эш хаҡы тураһындағы мәғлүмәттәрҙе уларға тапшыра, уға ярашлы фонд пособие түләй.

Таныҡлыҡты нисек оҙайтырға һәм ябырға?

Ул уртаса 3-5 көнгә асыла (ҡайһы бер осраҡтарҙа - 15 көнгә тиклем). Әгәр ҙә дауаланыу өсөн тағы ла ваҡыт кәрәк булһа, танытманы оҙайтыуҙы табиптарҙан торған комиссия хәл итә.

Йыл дауамында 10 айҙан артыҡ больничныйҙа булырға ярамай. Ошо ваҡыттан һуң кеше йә эшкә сығырға, йә инвалидлыҡ юлларға тейеш.

Нисек түләнә?

Пособие күләме хеҙмәткәрҙең стажына һәм эш хаҡына бәйле. 8 йыл һәм унан да күберәк стажы булған кешенең һуңғы 24 ай эсендәге уртаса эш хаҡын иҫәпләп сығаралар һәм уны 100 процент итеп түләйҙәр. 5-8 йыл стажы булғандар ошо уртаса эш хаҡының 80 процентын, 6 айҙан 5 йылға тиклем стажы булғандар 50 процентын аласаҡ. Шул уҡ ваҡытта, был түләүҙәрҙең сиге лә бар: тәүге категорияға инеүселәргә (уртаса эш хаҡынан 100 процент) айына 122 808 мең һумдан; икенсе төркөм өсөн (уртаса эш хаҡынан 80 процент) 98 246 мең һумдан; өсөнсө төркөм өсөн (уртаса эш хаҡынан 50 процент) 73 685 мең һумдан артмаҫҡа тейеш. 6 айға тиклем стажы булғандарға МРОТ-тан артыҡ түләргә ярамай. Башҡортостанда 2024 йылдың 1 ғинуарынан уның суммаһы 22 128,3 һум.

Килешеү нигеҙендә эшләүселәр ҙә 2023 йылдың 1 ғинуарынан эшкә яраҡһыҙлыҡ буйынса пособие алыу мөмкинлегенә эйә. Бының өсөн эш биреүсе мотлаҡ социаль страховка системаһына үткән йыл өсөн страховка иғәнәләренең минималь күләмен күсерергә тейеш. 2024 йылда иғәнәләрҙең минималь суммаһы 6 696,22 һум тәшкил итә.

Зариф БАЙҒУСҠАРОВ,
РФ Дәүләт Думаһы депутаты.

✓ Шуғалыр ҙа Һөйөмдөң ихлас һүҙҙәре, эскерһеҙ теләге бойомға ашҡан, илаһи ҡөҙрәт менән Йәмтауҙа уҫаҡтар, ҡайындар, ҡарағастар араһында алмағас шытып сыҡҡан, үҫкән, алмаланған.

Иртәгәһенә лә үҙ ҡылығына үҙе аптырап, аныҡ фекергә килә алмай, оҙаҡ икеләнде, шикләнде Һөйөм. Бармаһам, Һөйәрғолдо юғалтырмын, йән тартмаған Таржыҡ менән ғүмерем заяға үтер. Бындай тормоштан, ыҙалап йәшәүҙән ни мәғәнә?.. Төш ауышҡас, мәле етҡәс, ниндәйҙер сәйер көс уны Йәмтауға тартты. Мөхәббәттер, ташыр сикҡә еткән һөйөү хиселер?..

Йәшелһыу ҡайындар ышығында Һөйәрғол уны тыны менән тартып алырҙай булып көтә ине инде. Тауышы - моң, күҙҙәре тулы һағыш.

- Зиһенемде лә, йәнемде лә арбаның, Һөйөм! Шул арала өҙөлөп һағындым. Башҡаса һине күрмәй бер көн түҙалмам.

Үргәрәк күтәрелгәндә егет йәнәшенең ҡулынан тотоп алды, икеһе лә устарының күңелдәрен ләззәтле кисерешкә тулыштырған тәьҫирен тойҙо. Һөйәрғол илекһеп, һөйгәнен ҡосорға теләне. Һөйөм иһә уның күҙҙәренә текләп, серен систе:

- Минең ирем бар. Мине хурға ҡалдырып ҡатыны иткән ирем! Уны енем менән бер күрәм. Әммә яһиллығын һыпырып ташлай алмай, яҙмышыма күнеп, буйһоноп, ут йотоп йәшәйем...

Янып-көйөүҙәренән, хәсрәтенән эсен бушатып, Һөйөм түгелеп илап ебәрҙе. Аяҡ быуындары бөгөлөп, сирәмгә сүгәләне. Һөйәрғол нисек тә йыуатырға, тынысландырырға теләп, йәнкәйенең маңлайынан, сәстәренән һыйпаны, хатта ки күҙ йәштәренән тағы ла нығыраҡ һылыуланыуын ғәжәп итеп, мөлдөрәмә хистәрен башҡаса тыя алмай, алһыу биттәрен, нәфис муйынын, ҡулбаштарын, асылып киткән иҙеүенән күренгән тумалаҡ түштәрен үбергә кереште. Бығаҫа бындай иркәләүҙе, наҙҙы тоймаған ҡатындың тәнен йылылыҡ, хушлыҡ, рәхәтлек баҫты һәм ул һөйөүгә һыуһаған егетте үҙенә ҡыҫты.

- Һөйөм...

- Әү...

- Һин - хур ҡыҙы, һин - йәннәт!

- Ҡуйсы, Һөйәрғол. Мин ябай ғына ер ҡыҙы.

- Гүзәл ер ҡыҙы! Иҫ киткесһең, һоҡланғысһың, барсаһынан да матурһың! Һөйөр, һөйөлөр өсөн генә яратылғанһың.

- Рәхмәт, Һөйәрғол! Тик тормошом йәннәт түгел шул.

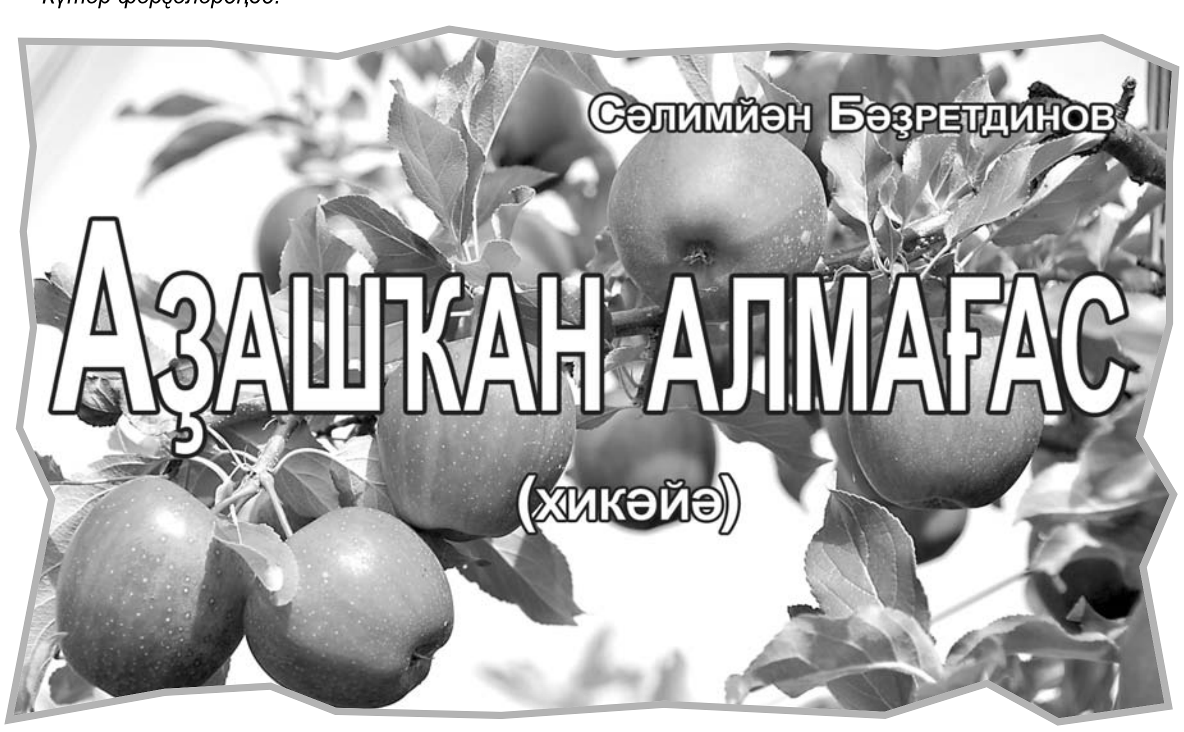
- Барыбер һин минең ожмахым, мәңге һөйөр йәнәшем!

- Мин дә һинә ғашиҡмын. Әммә нығ борсолам. Үтә нығ ғашиҡлыҡ беҙҙе утҡа, тамуҡҡа төшөрөр кеүек.

- Улай тимә, һөйөклөм! Утта ла, һыуҙа ла, ҡайҙа ла бергә булырбыҙ.

Һөйәрғолға йән һөйгәне йәненән артыҡ булып китте, уны күрмәйенсә түҙә алмай башланы. Яйы сығып, йәнә Йәмтауҙа осрашҡанда, бойоғоп, ошо йырҙы йырланы:

Мин урамдан уҙған саҡта,
Күтәр фәрҙәләреңде.



Күтәрһәң фәрҙәләреңде -
Күрәм күҙәләреңде.

Һөйөм, көйөнөстәрен онотоп, йылмайып, көлөп ебәрҙе:

- Ҡуй, Һөйәрғол, мине күп уйлап, хыялыйға әйләнеп китмә.

- Әйләнһәм, әйләнәм инде, үлеп яратам бит мин һине. Ысынлап та хыялый иттең. Тәҙрәңдән буй-һыныңды шәйләһәм дә йөрәгемә май була. Һинә күңелемә хуш бер бағышламаны арнайым. Тыңла:

Ҡошсоҡтай талпынып йәшәнем,
Алиһәм мин һине эҙләнем.
Йөрәгем һөйөүҙән яралы,
Саҡ ҡына ҡанһырап үлмәнем.

Хоҙайым - һин ҡөҙрәт эйәһе,
Үлептәй һөйөүҙән арала.
Йәнгенәм өҙөлә әрнеүҙән,
Өҙмәсе бәгерем - дауала.

Талсыҡҡан тәнемә бир һиллек, -
Тик шуны һорайым үтенеп.
Ут кеүек яныуҙар кәрәкмәй,
Бик ауыр йәшәүе үртәлеп...

- Тетрәтә, йөрәккә үтеп инә, Һөйәрғолом!..

- Дауамы ла бар. Ҡалғанын артабан осрашҡанда йырлармын, йәме.

Алиһәһенә бик эҫенеп, егет уның урамына йышланы. Был күршеләрҙең күҙенә салынмай ҡалманы. Ҡатындар теле - утлы киҫәү! Һөйәрғол менән Һөйөм тел өҫтөндә, ҡыл өҫтөндә ҡалды. Һылыубикә йән ҡыйғыс хәбәрҙәргә түҙҙе, түҙҙе лә, асырғанып әйтте:

- Тәүге ир - ил йолаһы, икенсеһе - йөҙ ҡараһы, балам. Тоғро юлдан яҙып бараһың. Уйнаш кергән йорт ҡорой. Беләһеңме шуны?

- Исхаҡты яратмайым мин, инәй. Эсеп, минең дә, бәпесемдең дә башына етте. Ул аҙғынға күңелем ҡатҡан.

- Әммә оят бит, оят. Урамға сығыр әмәл юҡ, ғәйбәт. Гонаһ ҡылһаң, тәүбә ит, ҡыҙым.

- Ниндәй гонаһ? Яратыу гонаһ буламы? Айҙың да яҡты йондоҙо бар.

Бер аҙҙан ҡара янып, зәһәрен сәсеп, ҡәйнәһе пәйҙә булды:

- Иҫке - һаҫыҡ, яңы танһыҡ инде һиңә, килен? Ирҙән иргә йөрөгәнсе, гүрҙән гүргә йөрө, уйнашсың менән йәнең сыҡһын!..

Яман һүҙ, яман ҡылыҡ әҙәмде ҡәбергә керетерен һис кенә лә уйламай, ҡарсыҡ ҡарғыш яуҙырып, төкөрөнөп сығып китте. Кисен, эсеп ҡайтып, Исхаҡ ҡоторҙо. Һөйөмдө һөйрәп сығарып, оҙон толомонан солан өрлөгөнә аҫты ла, йылан һымаҡ ыҫылдап, арматлы ҡамсыһы менән ярҙы:

- Кәнтәй! Емтек! Үлтерәм!..

Иҫе китеп, ыңғырашып, таң көнгә ауышҡансы ятты Һөйөм. Тәне аяуһыҙ һыҙлай, йөҙө - күм-күк. Өйҙә берәү ҙә юҡ. Күңеленә йәшәүҙең мәғәнәһе ҡалмағандай тойолдо. Күҙҙәренә йәш эркелеп, дәфтәр битенә яҙҙы: "Инәкәйем, бәгеркәйем, ғәфү ит мине. Яҙмыштан уҙмыш юҡтыр, күрәһең. Бәхил бул!" Өҫтәлдән бер ҙур алманы ҡулына алды ла, уға ҡарап "Ҡыҙарып бешкән, өҙөләп төшкән, аһ, өҙөлөп төшкән" тип һамаҡлай-һамаҡлай, Йәмтауға һылтыҡланы. Һөйөклөһөнөң ҡанға туҙғансы туҡмалғанын ишетеп, Һөйәрғол аты менән уның артынан төштө. Дауаханаға алып барырға ниәтләгәйне лә, Һөйөм һис кенә лә теләмәне. Бик оҙаҡ күкһел, төпһөҙ күккә ҡарап ятты ла Һөйәрғолға һыйынды:

- Бер күңелдә ике мөхәббәт булмай, һине генә яратам. Әммә икәүбеҙҙең һөйөүе, һағышы бер ҡайғыға әйләнде. Ерҙә йәшәргә дәрт-дарманым һүнде. Һүнде... Быҫҡыған усаҡ һымаҡмын. Тән бөтһә лә, йән үлмәй ул, тигәйне оләсәйем. Тәнем тыуған тупрағымда ҡалыр, йәнем менән икенсе донъяға китәмен. Мине кирееһенә өгөтләмә, Һөйәрем, ҡәтғи ҡарар ҡылдым инде.

- Беҙҙе яҙмыш осраштырҙы, бәндәләр генә бүлә алмаҫ. Һинһеҙ ҡалып, был ерҙә мин дә им тапмам. Мөхәббәтем өсөн йәнем фиҙа! Тәндәребеҙ айырылһа ла, йәндәребеҙ айырылмаҫ, Һөйөмөм. Әйҙә, йыуаныс өсөн теге йырҙы йырлайыҡ:

Мөхәббәт ялҡыны аяуһыҙ -
Көйҙөрҙө тормошом сырағын.
Үтенеп һорайым, Илаһым,
Һүндермә һин беҙгә күк нурын.

Был ерҙә, күрәһең, бәхет юҡ,
Юҡ әмәл һис кенә ҡауышыр.
Өҙмәйем өмөтөм барыбер, -
Йәнебеҙ йыһанда табышыр.

- Һөйәрғолом, кендек ҡаныбыҙ тамған төйәгебеҙ менән хушлашып, ошо алманы ҡабайыҡ. Бүл икегә...

Осло ҡайын ботағы менән сирәмде соҡоп, алһыу алманың орлоҡтарын устарының йылыһы менән наҙлап, иркәләп, мөхәббәтттәре менән һуғарған тупраҡҡа һалды Һөйөм:

- Ҡайнар һөйөүебеҙ хөрмәтенә беҙ осрашҡан ошо урында һылыу алмағас үҫеп сыҡһын, Тәңрем! Нурыңды бөтөнләй һүндермә Һин беҙгә! Зинһар, һүндермә! Беләм, үҙеңә ҡул һалыу - ифрат та ҙур гонаһ! Әммә башҡа әмәлем юҡ, көсөм юҡ. Әжәлең етһә, ауырымай ҙа үләһең икән. Аҙашҡан заттарыңды, гонаһыбыҙҙы ғәфү ҡыл, игелекле үә ярлыҡаусы Тәңрем!..

Һөйәрғол, аҫҡараҡ төшөп, дилбегәһен ысҡындырып алды ла, атын бороп, ауылға табан ҡыуҙы. Тарбаҡлы ҡайындың йыуан ботағына дилбегәне ҡап уртаһынан ураны ла остарын элмәкләне...

Нәҡ ошо ваҡытта Исхаҡ, асыуынан тиреһенә һыя алмай, һүгенә-һүгенә, сыбыртҡыһы менән мөңрәшкән һыйырҙарын һыҙыра, туҡмай ине. Тоҡом үгеҙенә лә нығ ҡына эләкте. Баҡырып, һелтәнеп, һәммәһен әрләп, атынан ырғып, муҡсаһындағы шешәһенең морононан "шайтан һыуы"н ғолҡолдатты. Самаһыҙ һемереүҙән, хәле бөтөп, бөгөләп төштө. Яман ҡыланышына үсеккән үгеҙ, тояғы менән ерҙе аҡтарып торҙо ла, ҡапыл яҡынайып, дошманын һөҙөп йыҡты һәм осло мөгөҙөн уның ҡорһағына ҡаҙаны. Балаһын баҫҡанында Һөйөмдөң нығ әсенеп: "Дөмөккөр!" - тигәне, бер арауыҡ иҫендә яңғырап, Таржыҡтың танауын тағы ла нығыраҡ таржайтты...

***

- Бына шулай тормош, Юлай ҡустым, "аҙашмам" тигән дә ҡаш менән күҙ араһында аҙаша икән. Башҡа берәү һөйләһә, бәлки, ышанмаҫ та инем, әммә әллә ҡайҙа алыҫта түгел, тап беҙҙең ауылда булды ошо аяныслы хәл. - Динмөхәмәт ағай әле лә көйөнөп, көрһөнөп ҡуйҙы. - Ул саҡ Һөйөмбикә менән Һөйәрғолдоң көтөлмәгән ҡылығына, фажиғәле мөхәббәтенә яҡындары ғына түгел, ете яттар ҙа шаҡ ҡатты. Күп булды төрлө һүҙ, хәбәр сурытыу. Шундай ҙа йән аямай һөйөү була икән тип аптыранылар. Исхаҡтың үгеҙҙән һөҙөлөп үлеүен генә була торған хәл кеүек күрҙеләр, яҙыҡ эш, гонаһ, тәүбәгә килмәгән өсөн яза тип уйламанылар.

- Әммә нисек кенә ҡабул ҡылынмаһын, һин күҙ алдына баҫтырған Әҙәм менән Һауа, Һөйөм менән Һөйәрғол мөхәббәте тарихы - ғибрәтле фәһем, аманат, ағай. Кеше хаталанғанын аңлап, Илаһҡа һығынһа, тәүбә ҡылһа, тимәк, Ул уны ярлыҡай.

- Эйе, туғаным. Әҙәмгә олуғ шәфәғәт килтергән һымаҡ, Хаҡ Тәғәлә гонаһтары өсөн алдан уҡ түбәнселек менән ярлыҡау үтенгән ғашиҡтарға ла рәхимлек ҡылған. Шуғалыр ҙа Һөйөмдөң ихлас һүҙҙәре, эскерһеҙ теләге бойомға ашҡан, илаһи ҡөҙрәт менән Йәмтауҙа уҫаҡтар, ҡайындар, ҡарағастар араһында алмағас шытып сыҡҡан, үҫкән, алмаланған. Һөйөм менән Һөйәрғол үҙҙәре лә ошо аҙашҡан алмағасҡа оҡшаш бит. Мин шулай уйлайым.

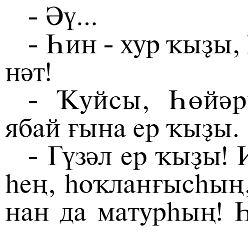
- Күпме йылдар үткәс, мин ошо алмағасты осраҡлы рәүештә тап иттем, үҙ күҙҙәрем менән күрҙем. Ысынлап та ғәжәп!..

Ғәжәп шул, иҫ киткес ғәжәп... Юлай ниндәйҙер тылсым арбауына, тартыуына буйһоноп, йәнә Йәмтауға артылды һәм, йәне көҫәп, илерткес теләк менән "Мөхәббәт ағасы"ның емешен ҡапты... Хәс тә ҡанбабаһы Әҙәм һымаҡ...

(Аҙағы. Башы 2-3-сө һандарҙа).

ҺАБАҠ БИРӘ

ИЗГЕЛЕК



Ата-әсәһе үлгәндән һуң етем ҡалған малай урам буйлап хәйер һорап йөрөй.

Асығып-һыуһап, хәле бөткән был бала, ахыр, бер өйҙөң ишеген шаҡый. Ишекте асҡан ҡатындан эсергә һыу һорай. Хәйер һораусының ас икәнен күргән хужабикә уға бер стакан һөт бирә. Һөттө эсеп бөткәс, малай: "Изгелегегеҙҙе бер ҡасан да онотмаясаҡмын", - тип рәхмәтен белдерә.

Был хәлдән һуң күп йылдар үтә. Ҡатын да ҡартая, бер мәл ҡаты ауырып йығылғас, уны дауаханаға алып китәләр. Операция яһаусы табип уның үҙенә һөт биргән ҡатын икәнен таный. Операция уңышлы үтә. Иҫенә килгән әбей хәҙер: "Был тиклем ҡыйбатлы операцияға ҡайҙан ғына аҡса табырмын икән?" - тип ҡайғыға ҡала. Шуға ла үҙенә бирелгән иҫәп ҡағыҙын ҡурҡа-ҡурҡа ғына аса. Ә унда: "Бер стакан һөт менән түләнгән", - тип яҙылған була!

Фәрзәнә АҠБУЛАТОВА әҙерләне.

✔ *Ҡайтҡан саҡта уларса уйлап ҡайтып китәһең, уларҙың эске кисерештәрен аңлайһың. Байтаҡ ҡына кешеләр уларҙы аҡса артынан сығып киткәндәр тип көлөп ҡарай. Был дөрөҫ түгел.*

ИНТЕРНЕТТАН

ХӘРӘКӘТ ҮҘЕ ФАЙҘА

■ Табип-онколог Леонид Доронин үҙенең телеграм каналында физик әүҙемлектең ҡыҙыҡ бер төрө һәм уның сәләмәтлеккә файҙаһы тураһында һөйләнә. Ниндәйҙер сәбәптәр арҡаһында күнекмәләрҙән баш тартыусылар күп. Әммә һәр кем атай, әсәй, ниндәйҙер шөғөлө бар, ниндәйҙер һөнәр эйәһе һәм ошо йүнәлештән ниндәйҙер бурыстар үтәй. Әйтәйек, көн һайын балағыҙ менән уйнарға мәжбүрһегеҙ, этегеҙҙе тышҡа алып сығып йөрөтәһегеҙ, баҫҡыстан йәйәү төшәһегеҙ йәки менәһегеҙ, тауға үрмәләйһегеҙ. Ошондай ҡыҫҡа ваҡытлы физик әүҙемлек тә сәләмәтлекте нығытыуға булышлыҡ итә. Ә көнөнә 3-4 тапҡыр ошондай әүҙемлек ваҡытынан алда үлем осрағын 40 процентҡа кәметкән. Шулай уҡ йөрәк-ҡан тамырҙары системаһы өсөн дә файҙалы.

■ Байрамдарҙан һуң диета тотоу ашҡаҙан менән бәйле сирҙәргә килтереүе ихтимал. Бигерәк тә асығыу, һуттар менән генә туҡланыу ярамай. Иң дөрөҫө - аҡһымға, йәшелсәләргә бай рацион. 1 кг тән ауырлығына 1 г аҡһым тура килергә тейеш, мәҫәлән, 60 кг ауырлығындағы ҡатын-ҡыҙ 60 г аҡһым ашарға тейеш. 100 г ит, балыҡ, ҡош ите, эремсектә яҡынса 20 г аҡһым була. Гарнирға йәшелсәләр бешерегеҙ. Емеш-еләкте төшкә тиклем ашау яҡшыраҡ. Ғөмүмән, йәшелсәләрҙең крахмалһыҙына, еләк-емештәрҙең бешереп ашап була торғандарына - алма, грушаға өҫтөнлөк бирегеҙ.

■ Йоҡлар алдынан талғын көй тыңлау яҡшыраҡ кеүек. Бындай музыка кешене тынысландыра, йоҡоға көйләй. Әммә ғалимдар асыҡлауынса, кеше үҙенең күңеленә яҡын һәм ҡабат-ҡабат тыңлап ятлап бөткән музыҡаһынан яҡшыраҡ тыныслана. Кешенең баш мейеһе шулай ҡоролған, ул автоматик рәүештә күнегелгәнгә өҫтөнлөк бирә. Шуға ла яратҡан көйөгөҙҙө тыңлағыҙ, шул саҡта йоҡоғоҙ ҙа татлы булыр. Ә музыканың психотерапевтик тәьҫиренә килгәндә, бишек йырҙарын ғына миҫалға килтереү ҙә етә. Әммә сабыйҙы йырҙан бигерәк, әсәнең тауышы тынысландыра икән.

■ Тешенде таҙартырға яратмаһаң, йөрәк һәм ҡан тамырҙары сирҙәренә юлығыуыңды көт тә тор, тип иҫкәртә табиптар. Ауыҙ ҡыуышлығы гигиенаһының насар булыуынан баш мейеһе лә зыян күрә икән. Йель медицина мәктәбе ғалимдары билдәләүенсә, ауыҙ ҡыуышлығы сирҙәренә бирешеп барған кешеләргә мейе сәләмәтлеге насарайыуы хәүефе лә янай. 2014 йылдан алып барылған һынауҙарҙа 40 меңдән ашыу кеше ҡатнашҡан. Кариес, теш ҡаҙнаһы сирҙәре булғандарҙың МРТ ярҙамында баш мейеһен дә тикшереп ҡарағандар һәм улар араһында бәйләнеш булыуы раҫланған да инде. Бында насар генетика менән бер рәттән, насар ғәҙәттәр ҙә, шулай уҡ диабет та сәбәпсе булып торған. Әле был мәсьәлә өҫтөндә эштәр дауам итә.

■ Пандемия ваҡытынан өйҙә эшләү тигән төшөнсә тормошобоҙға үтеп инде. Ыңғай яҡтарынан шуларҙы иҫәпләргә була: хәҙер ҡайҙалыр ҡала ситендә йәшәргә мөмкин, үҙең әҙерләгән ризыҡ дөйөм әмәгәт урындарында ашауға ҡарағанда файҙалыраҡ, транспортҡа ваҡыт әрәм ителмәй. Әммә уның зыяны ла бар, ти психологтар. Мәҫәлән, кеше үҙен яңғыҙ тоя, тиҙ ҡыҙып барыусанға әйләнә, хәүеф тойғоһо биләп ала. Ғалимдар был билдәргә "йорт биҙгәге" тип атаған. Ул булмаһын өсөн тышта йөрөргә, дуҫтар менән аралашырға, әүҙем тормош алып барырға кәрәк.

ҠЫҘЫҠЛЫ ӘҢГӘМӘ

БЫНДА ҠАЙҒЫ НЫҒЫРАҠ ҠАЙҒЫ,

шатлыҡ нығыраҡ шатлыҡ булып тойола...

Былтыр декабрҙә Махсус хәрби операция барған Луганск Халыҡ Республикаһында булып ҡайтҡан журналистар араһында "Йәшлек" гәзитенең баш мөхәррире Артур Хәсән улы ДӘҮЛӘТБӘКОВ та бар. Ул "Йәшлек" гәзитенең бер нисә һанында унда алған тәьҫораттары менән уртаҡлашып өлгөрҙө лә инде. "Йөҙ тапҡыр ишеткәнсе, бер тапҡыр барып күр", тиҙәр халыҡта. Шуға күрә илебеҙ яҙмышы өсөн хәл иткес ваҡиғалар - Махсус хәрби операция - барған ергә үҙе барып ҡайтҡан баш мөхәррир менән әңгәмә ҡорҙоҡ.

➔ **Артур Хәсән улы, Махсус хәрби операция биләмәһенә барып ҡайтырға нисек ҡарар иттегеҙ?**

- Махсус хәрби операция башланғас, төрлө кеше төрлөсә фекерҙә ине. Беҙҙең арала ла икеләнгәндәр, шикләнгәндәр булманы түгел, булды. Үҙебеҙҙең дә күңелдә төрлөсә фекерҙәр йөрөнө. Интернет селтәрендә төрлө фейк хәбәрҙәрҙең йөрөүе кешене ҡапма-ҡаршылыҡлы уйҙар солғанышында йәшәтте. Махсус хәрби операция барған ергә ижади командировкаға юлланыу ниәте иң беренсе нәүбәттә объектив мәғлүмәт табыу зарурлығынан килеп тыуҙы. Сөнки интернет, ватсап, башҡа электрон сығанаҡтарҙан килгән мәғлүмәттәргә генә таянып гәзиттә дөрөҫ мәғлүмәт биреү мөмкин дә түгел.

"Башҡортостан", "Йәшлек" гәзиттәрендә эшләп киткән билдәле журналист, яҙыусы Рәлис Ураҙғоловтың улы Тимерғәле күп тапҡырҙар ут эсендә булған яҡташ егеттәребеҙгә гуманитар ярҙам ойоштороп алып барҙы. Бер ҡайтҡанында ул матбуғат йортона ла килде һәм ошо сәфәрҙәре тураһында һөйләне. Шунда дәртләнгәйнек беҙ ошо командировкаға "Башҡортостан" гәзитенең баш мөхәррире Вәҙүт Исхаков, "Ағиҙел" журналы баш мөхәррире Мөнир Ҡунафиндар менән. Тик журналистарыбыҙ тәүге тапҡыр унда юлланғанда, мин бара алмай ҡалдым. Ә икенсе тапҡыр барған төркөмгә мин дә эләктем. Бик матур йөрөп ҡайттыҡ. Әгәр ҙә беҙҙең төркөмдә психологик яҡтан тап килеү булмаһа, эшләүе бик ауыр булыр ине.

➔ **Унда булып ҡайтыу тормошҡа ҡарашығыҙҙы ниндәй кимәлдә үҙгәртте?**

- Тормошҡа ҡараштың үҙгәреүенә килгәндә, әлбиттә, үҙгәрә. Етмәһә, мин һалдат шинеле кейеп, автомат тотоп окоптарҙа ятҡан кеше түгелмен. Ундағы һалдаттарҙың нимә уйлағанын белер өсөн улар менән бер блиндажда йоҡлап, улар туҡланған ризыҡ менән туҡланырға кәрәк. Үҙең дә һиҙмәстән уларҙың фекерҙәшенә әйләнәһең. Ҡайтҡан саҡта уларса уйлап ҡайтып китәһең, уларҙың эске кисерештәрен аңлайһың. Байтаҡ ҡына кешеләр уларҙы аҡса артынан сығып киткәндәр тип көлөп ҡарай. Был дөрөҫ түгел.

➔ **Бизмәндең бер яғына ғүмер, икенсе яғына үлем һалынғанда аҡса бөтөнләй онотола торғандыр?**

- Тап шулай. Ә инде аҡса эшләүгә килгәндә, кемдең генә аҡса эшләгеһе килмәһен. Бөтә илебеҙ менән кредитҡа йәшәйбеҙ. Әммә унда барғас, аҡса эшләү түгел, иленде һаҡлау зарурлығы беренсе урынға күсә. Махсус хәрби операцияла йөрөгән егеттәр менән яҡындан аралашҡанда мин быға инандым.

Тәүге фотоларҙы ебәреү менән күптәр: "Беҙҙекеләр алғы һыҙыҡта",- тип яҙып та ҡуйҙылар. Беҙ бер ниндәй ҙә алғы һыҙыҡта булманыҡ, уныһын туранан-тура әйтергә кәрәк. Сөнки декабрь айында ундағы хәлдәр үтә ҡатмарлы ине һәм бер генә командир ҙа, бер генә һалдат та үҙенә яуаплылыҡ алып, һине алғы һыҙыҡҡа алып бармаясаҡ. Ә беҙ алғы һыҙыҡта булып, ялға сыҡҡан командирҙарҙы, яугирҙарҙы күреп һөйләштек.

➔ **Социаль селтәрҙәрҙә, беҙҙән ебәрелгән гуманитар ярҙам, посылкалар һалдаттарға барып етмәй, тигән яҙмалар күп булды...**

- Эйе. Мөмкинлектән файҙаланып, гуманитар ярҙам базаһына барып тикшерҙек. Унда бынамын тигән Баймаҡ егеттәре эшләп йөрөй. Унда бөтә нәмә тәртиптә. Ҡайтып, шул турала яҙғайным, "Бәйләнештә" селтәрендә Әбйәлилдән бер ағай: "Барып етмәй, нишләп алдайһығыҙ?" - тип яҙып та сыҡты. Мин уға шылтыраттым. Баҡтиһәң, уға был турала әйткән егет менән мин командировкаға барғанда танышҡанмын икән, ә бит ул миңә тегендә булғанда был хаҡта бер нәмә лә әйтмәне. Теге кеше шулай әйтте, был кеше тегеләй әйтте, тигән йәүкә телефон аша таралған хәбәрҙән барлыҡҡа килә инде бындай фейктар.

Бындай хәбәрҙәр социаль селтәрҙә килеп сыҡһа, шундуҡ эләктереп алып таратырға тотоналар. Был йәһәттән бик һаҡ булырға тәҡдим итер инем. Әлбиттә, барып етмәгән хәлдәр ҙә булыуы мөмкин. Беҙҙә базала эшләгән егеттәрҙең телефондары бар. Бындай хәл була ҡалһа, беҙгә мөрәжәғәт итһендәр. Ҡыҫҡаһы, ялған хәбәрҙәргә ҡаршы көрәшер өсөн үҙебеҙҙең дә күҙебеҙ асылып ҡайттыҡ.

➔ **Унда йөрөгән егеттәр ауылдарҙа, ҡалаларҙа беҙҙең күҙ алдында үҫте, быуын нығытты. Ул егеттәр үҙҙәре күпмегә үҙгәргән һуң? Һуғыш ысынбарлығы шундай: кеше менән үлем арауығы бер секундтай ғына булыуы мөмкин. Уларҙың тормошҡа ҡараштары үҙгәргәнме? Һеҙ уны нисек тойҙоғоҙ? Самолет осоп барып, аварияға дусар булғас, тәүге һелкенеүгә тиклем генә атеистар була тиҙәр. Самолеттың ергә бәрелеүенең ҡо-**

ҺАБАҠТАР

ҠАТЫ КҮҢЕЛ

-Эй, ҡаты күңелле кеше булып сыҡты. Йылы һүҙ ишетеү түгел, һуңғы осорҙа йылмайып ҡарағанын да күргәнем юҡ. Турһайып ала ла, эркет уртлаған һымаҡ йөҙөн сирып тик йөрөй. Бер көн ауырыуға һалышып яттым, яныма килеп берәй йомшаҡ һүҙ әйтмәҫме, йәнәһе. Эргәмә килеп тә урамаһы, нишана. Шул тиклем эрелек, һерелек йәш кешелә ҡайҙан килгән. Ҡоҙағыйҙы әйтәм, ҡыҙын тормошҡа ла, ҡәйнәһенә ярай белергә лә өйрәтмәгән... - тип, тик торғандан киленен ямалаусы ла китте танышым.

Таныш тигәс тә, бер-беребеҙҙе яҡындан түгел, исемләп тә белмәйбеҙ. Бөтә танышлығыбыҙ автобус туҡталышында күрешеү менән сикләнә. Ғөмүмән, ҡатын туҡталыштағы бөтә кешегә лә күптәнге танышы кеүек хәбәрен һөйләй ҙә бөтә. Яҙ көнө ошонда автобус көткәндә мин дә уның берҙән-бер улы көләш алыуы, күптән түгел туй яһағандары тураһында белгәйнем.

- Ай тормай атың маҡтама, йыл тормай киленең маҡтама, тиҙәр халыҡта. Улың өйләнеүгә ярты йыл да юҡ түгелме? Боронғолар, йыл тормай килен маҡтама тигәс, ямандарға ла иртәрәк түгелме икән, - тим.

- Киленде лә, атай-әсәһен дә күптән беләм бит мин. Туй булғансы уҡ йәштәр бер-береһенә барып йөрөнө, киленебеҙ һуңғы осор бөтөнләй беҙҙә

✓ Юлға сығыр булһағыҙ, водителдең кем булыуын тикшерәһегеҙме? Юк? Тимәк, һеҙ ысынлап та, иманлы, ышанған кеше. Һеҙ ғүмерегеҙҙе һис белмәгән кешегә ышанып тапшыраһығыҙ.

толғоһоҙ икәнлеген аңлағас, пассажирҙар атеист булыуҙан туҡтап, барыһы ла Хоҙайҙы телгә ала, тиҙәр...

- Унда барыусылар йөҙ проценты менән яҡшыға әйләнеп киткән тип әйтеп булмай бит инде. Нисек кенә булмаһын, кеше ауыр саҡта Аллаһҡа һыйына. Уларға Хәмзә хәҙрәт менән отец Виктор дини тәртиптәрҙе үтәргә өйрәтә. Уларҙың вәғәздәре бик үтемле, улар унда дин юлына өйрәтеүсе генә түгел, психолог ролен дә үтәйҙәр.

Ауырлыҡты үткәндән һуң кеше ҡәҙимге тормошҡа ҡайтып йәшәй башлай. Барлыҡ һалдаттар өсөн дә әйтә алмайым, әммә үлем менән янаған һуғышты күргән кеше иң тәүҙә йәшәүҙең ҡәҙерен беләләр тием. Унда дингә килеүсе егеттәр бар, улар спорт менән шөғөлләнә, әүҙем тормош менән йәшәй.

Мин, мәҫәлән, Туймазынан "Сәлим" позывнойлы яугир егет менән таныштым. Ул да дингә килгән. Тәүҙә доғаларҙы ятлау уға бик ауыр бирелгән, аҙаҡ һуғыш ысынбарлығы уны намаҙ ғәмәленә тиҙ өйрәткән. Ысынлап та, унда йөрөүсе егеттәрҙең Аллаһҡа яҡынайғандары ныҡ һиҙелә. Вәдүт Исхаҡов миңә махсус хәрби операцияла йөрөгән егеттәргә сало алып барырға тәҡдим иткәйне. "Сәлим"гә тәҡдим иткәйнем, ул ашауҙан баш тартты, шулай ҙа башҡаларға кәрәк булыуы бар тип, алып һалып ҡуйҙы. Салоға бәйле бер хәлде лә һөйләне. Сираттағы бер яуҙа ике чечен, ике тыва, татар, урыҫ егеттәре менән ҡамауҙа тороп ҡалалар. Шул саҡ чечендәр доға уҡый башлай. "Сәлим" доға уҡый белмәгәс, үҙе өсөн дә доға уҡыуҙарын үтенә. Тегеләр быны өсөн Аллаһы Тәғәлә алдында тәүбә итергә ҡуша. Егет күп уйлап та тормай, сусҡа ите ашауҙан тыйылырға һүҙ биреп, тәүбә әйтә. Егеттәр уның өсөн доға башҡара һәм улар ҡамауҙан барыһы ла имен-аман сыға ала...

➔ **Кеше сарсағанда һыуҙың, асыҡҡанда - ризыҡтың, ауырығанда - һаулыҡтың, эҫелә - һалҡындың, өшөгәндә - йылының, һуғышта - тыныслыҡтың, үлем көткәндә - йәшәүҙең ҡәҙерен белергә өйрәнә. Быны һеҙ егеттәрҙә һиҙҙегеҙме?**

- Һиҙелеү генә тиһеңме, бер егет: "Ялға ҡайтҡас, рәхәтләнеп, тура баҫып атлап йөрөүе үҙе бәхет икәнен аңланым, тегендә блиндажда, окопта гел эйелеп-бөгөлөп йөрөргә тура килгәйне бит", - ти. Таҙа һыу эсеүе, йылы өйөндә таҙа түшәктә ятып йоҡлауы ла ҙур бәхет, ти. Йәғни гражданкала ғәҙәти булған ғәмәлдәр тегендә барғас оло бәхеткә әүерелә. "Бында ҡайғы нығыраҡ ҡайғы, шатлыҡ нығыраҡ шатлыҡ булып тойола", тине бер яугир һөйләшеп ултырғанда. Беҙ был ғәҙәти төшөнсәләрҙең бында бәхет булыуын бөтөнләй тоймайбыҙ. Унда хатта тәмәкене лә йәшереп тарталар, иркенләп тәмәке көйрәтеү ҙә бәхет. Көнитмештәге башҡа ғәмәлдәр хаҡында әйтергә лә түгел.

➔ **Мөнир Ҡунафин Фәнис Хөсәйенов тураһындағы яҙмаһын "Бер ғүмер етмәй икән" тип атаны. Бында тарихи фактор булараҡ, бөтә донъяны шаулатҡан башҡорт яугирлығы феномены ла сағыла. Ысынлап та, ҡаныбыҙҙа ятҡан яугирлыҡты бойомға ашырыу өсөн бер генә ғүмер етмәйҙер. Әле килеп Махсус хәрби операцияла ла Башҡортостан, башҡорт егеттәре үҙҙәрен һынатмай. Был феномендың асылы хаҡында уйландығыҙмы Махсус хәрби операция биләмәһендә йөрөгәндә?**

- Был турала Шайморатов батальонында булған саҡта ныҡ уйланылды. Сөнки уларҙа беҙҙең республика байрағы бар. Өҫтәүенә, улар Бөйөк Ватан һуғышында Башҡорт атлы кавалерия дивизияһы һуғышҡан ерҙәрҙә махсус хәрби операцияла ҡатнаша.

Улай ғына ла түгел, республикабыҙҙан Махсус хәрби операцияға беҙҙән ебәрелгән автомобилдәрҙең дәүләт номерында 02 һандары бар. Ысынлап та, былар күңелдә ғорурлыҡ тойғоһо тыуҙыра. Мин, мәҫәлән, үҙебеҙҙең республиканың ҡайһы бер ҡалаларына ҡарағанда Башҡортостанды нығыраҡ тойҙом. Шайморатов батальонында ғына түгел, башҡаларында ла төркөм-төркөм башҡортса һөйләшеп йөрөгән үҙебеҙҙең егеттәрҙе күреү был тойғоно тағы ла көсәйтә. Шунан һуң беҙҙән барған башҡа милләт вәкилдәре лә унда үҙҙәрен "башҡорт" тип атай. Ҡаныбыҙҙа булған яугирлыҡ бында ныҡ сағыла, уны һөйләп аңлатып булмай, тойоп ҡына була.

➔ **Был йәһәттән мине дошмандың БТР-ын ҡыуып алып ҡайтҡан Фәнис Хөсәйеновтың хәрби машинаның бортына Танып ырыуы башҡорттарының бер бүленеше булып ауыл атамаһына әүерелгән "Бүл-Ҡайпан" атамаһын яҙып ҡуйыуы һоҡландырҙы. Был да юҡҡа түгелдер...**
Ә бына һинең унда барыуҙы ғаилә ағзаларығыҙ нисек ҡабул итте? Нимә генә тимә, оло хәүеф менән янаған ергә аяҡ баҫҡанһығыҙ...

- Мин психологик яҡтан барыһына ла әҙер инем. Өйҙәгеләр минең унда киткәнде белмәй ҙә ҡалды. Иртәгә китәм тигән саҡта ғына кәләшемә әйттем.

➔ **Нисек кенә сәйер тойолмаһын, һуғышта ла тормош бара. Һалдаттар ашарға бешерә, кейемен рәтләй, башҡа төрлө көнүҙәк ғәмәл башҡара..**

- Беҙгә киткән саҡта уҡ окоп тормошон тойоу бурысы ҡуйылғайны. Блиндаж тормошон да күрҙек, барыһын да. Алғы һыҙыҡтан башҡаһын. "Сәлим" миңә ҡыҙыҡ ҡына күҙәтеүен килтерҙе. Уныңса, һуғышҡа килгән ун кешенең өсөһө шундуҡ ҡасасаҡ. Улар бер нисек тә һуғышҡа әҙер түгел. Ә биш кешеһе икенсе тапҡыр яуға теләмәйенсә генә инәсәк. Шул унауҙың икәүһе генә ысын яугир. Ә беҙ булған ерҙә ысын яугирҙар ҡалғайны. "Сәлим" үҙе генә лә туғыҙынсы һуғышта. Ул бер мәл ныҡ яралана. Оҙаҡ ваҡыт хәрби госпиталдә ята. Аяҡҡа баҫҡас та, тыуған яғына ла ҡайтып тормай, тағы ла егеттәре янына килә. Мине уларҙың госпиталдән һуң хәрби часҡа кире барыуҙары аптырата.

Ҡыҫҡа ғына аралашыу араһында егеттәр яҡын туғаныңа әүерелә. Телефондарҙы алмаштыҡ. Минең күҙ алдында ун егет алғы һыҙыҡҡа юлланды, хәҙер уларҙың береһе донъяла юҡ инде.

➔ **Һалдаттар үҙҙәренең тылдағы һөйгәндәре тураһында һөйләмәнеме? Нимә генә тимә, мөхәббәт тойғоһон да көсәйтә бит ул һуғыш...**

- Миҫал эҙләп алыҫ китергә түгел: Ауырғазынан бер егет махсус хәрби операциянан кәләш алып ҡайтты бит инде.

Бер егет менән һөйләшәбеҙ. Ул миңә нимәнелер әйтеп бөтөрә алмай. Ул пенсияға сыҡҡан, өс ул үҫтерә. Унан нишләп бында килгәнен һорашҡайным: "Ҡатыным менән айырылышҡайныҡ шул", - ти был. Шуға үс итеп сығып киткән икән. Әгәр ҙә ул ҡайтып, ҡатыны менән кире ҡауышһа, беҙҙең барыуҙың бер ыңғай һөҙөмтәһе булыр ине.

➔ **Фәһемле әңгәмәң өсөн оло рәхмәт, Артур Хәсән улы. Һинең һөйләгәндәргә ҡушып, 2024 йылдың Еңеү йылы булыуын, егеттәребеҙҙең тыуған яҡтарына имен-һау әйләнеп ҡайтыуын теләргә генә ҡала!**

Әхмәр ҒҮМӘР-ҮТӘБАЙ
әңгәмә ҡорҙо.

йәшәне. Улым атаһының "Үҙең яратҡанға түгел, һине яратҡанға өйлән", тигән һүҙен тотто, шикелле. Һайлап алырлыҡ ҡыҙҙар була тороп, ошо артынан бер тотам ҡалмай йөрөгән ҡыҙға өйләнде лә ҡуйҙы. Яратҡас, күҙенә генә ҡарап тора, нимә теләгәненде әйтергә лә кәрәкмәй, хаталарыңа ла күҙ йома, ғәфү итә, йәнәһе. Хәҙер ана кәләше үҙен орсоҡ урынына зырылдата, - ҡатын тыныслана алмай, асыуы йөҙөнә сыҡҡан, хатта ауыҙынан төкөрөктәре сәселеп киткәндәй. - Бер көн эштән ҡайтһам, бисәһенең алъяпҡысын бәйләп алған да, һауыт-һаба йыуып йөрөй, тегенеһе күренмәгәс, ул булмағанда улыма бер аҙ аҡыл өйрәтеп алайым әле тип, улымдың ым-ишараһын да абайламай, һүҙ һөйләй башлағайным, икенсе алъяпҡыс кейгән килен залдан килеп сыҡты. Үҙе тураһында насар һүҙҙәрҙе ишетһә лә, ләм-мим, ауыҙ асып һүҙ өндәшмәй, уның ҡарауы, улым, асҡан ауыҙын да ябырға онотоп, тын алырға ла ҡурҡып ҡалды.

Хәҙер килен ишекте шарт ябып сығып китерме икән, тип мин дә шөр ебәргәйнем, әммә ул бер нәмә ишетмәгәндәй, үҙ эшен дауам итте.

Уның миңә ҡарата шулай һалҡынлығы, дөрөҫөрәге, өндәшмәй ҡалыуы зитыма тейҙе. Мине ахмаҡ итеп күрә инде. Быға тиклем ныҡ бәрелгәнем юҡ ине, был юлы түҙмәнем, уның тураһында нимә уйлайым, бөтәһен дә әйтеп һалдым да, сыҡтым да киттем.

Хәҙер бына нисек өйгә инергә белмәй аптырап йөрөйөм. Улым, ниңә ҡыҫылаһың, тип ябырылырмы, әллә килен яу күтәрерме? Күңелемә шул тиклем ҡыйын булғаны юҡ ине әле. Мин үҙем бик йомшаҡ күңелле бит, йөрәгемә яҡын алам. Ә бына килендең ҡатылығы, ҡанһыҙлығы мине шулай уҫал, әҙәпһеҙ булырға мәжбүр итә. Мин дә бит кеше балаһы, миңә лә иғтибар кәрәк...

Яҡты йөҙ күргең килһә, үҙеңә яҡшы булырға кәрәк. Тик был хаҡта ҡатынға әйтеүҙең кәрәге юҡ. Үҙенең зәһәрлегенән үҙе сәсәргә торған кеше алдында һүҙең көмөш булһа, өндәшмәгәнең - алтын. Был хаҡта йәш килен дә белеп, ҡәйнәһе янында өндәшмәй ҡалыуҙы хуп күрәләр. Шулай булһа, бик аҡыллы килен булып сыға түгелме! Уның хаҡында мин, әлбиттә, бер нәмә лә белмәйем, күргәнем дә юҡ. Әммә яңы ғына килен булып төшкән ҡыҙ балаға бер ҙә һүҙ тейҙергем килмәй...

Ә ҡаты күңеллелеккә килгәндә, был ҡатындың үҙенең туң йөрәкле, бәғерһеҙ кеше икәнлеген сырамыҡҡайным инде.

Лена АБДРАХМАНОВА.

УҢЫШ ҠАҘАН

ҺОРАҒЫҘ - АЛЫРҺЫҒЫҘ

Фәрештәләр ҡалаһы

Нимә менән генә шөғөлләнһәгеҙ ҙә, уңыш өс нәмәгә бәйле.

1. Нимә теләгәнегеҙҙе аныҡ белергә тейешһегеҙ.

Был бурысты аҡҡарырға махсус күнегеү ярҙам итер, әммә тәүҙә шуны аңларға кәрәк: хатта үтенесегеҙҙе аныҡ белдерһәгеҙ ҙә, бер нәмә лә үҙгәрмәйәсәк. Тауҙан тәгәрәп төшөп барған таш, әгәр уның йүнәлешен үҙгәртеү өсөн бер ниндәй ҙә сара күрелмәһә, йүнәлешен дә, тиҙлеген дә үҙгәртмәйәсәк. Һеҙ ҙә үҙегеҙҙе ошо таш кеүек тотаһығыҙ; һеҙҙең менән үткәндәрҙә тупланған инаныуҙар һәм ғәмәлдәр инерцияһы идара итә. Тормошоғоҙҙо бары тик һалынған көс кенә үҙгәртергә ярҙам итер. Бындай көс булып яңы, икенсе тормошто һайлауығыҙ һәм уны аныҡ, асыҡ итеп белдергән көслө теләгегеҙ торор. Һәр шундай уй-фекер тормошоғоҙҙағы ташҡа баҫым яһай һәм уның йүнәлешен үҙгәртергә ярҙам итә.

2. Һеҙ уны булдырып була икәнлегенә ышанырға тейеш

Һеҙгә мотлаҡ үҙегеҙҙе хыялдарығыҙҙың тормошҡа ашыуына инандырырға кәрәк. Эйе, мин тап ышаныу тураһында һөйләйем. Диндар түгелмен, Аллаһҡа ышанмайым, тип әйтерҙән алда, мин һеҙҙең иманлы булыуығыҙҙы раҫларға теләйем.

Әгәр үҙегеҙҙе атеист тип һанап, Аллаһтың юҡлығына ышанаһығыҙ икән, тимәк, һеҙ ышанаһығыҙ. Аллаһтың юҡлығы Уның барлығына тиң. Ике осраҡта ла һеҙ нимәгәлер ышанаһығыҙ. Нимәнеңдер барлығын йәки юҡлығын Аллаһ тип атарға мөмкин. Күреүебеҙсә, һеҙҙең иманығыҙ, ышанысығыҙ бар. Сағыштырмаса Йыһанда эҫе менән һыуыҡ тиң.

Иманһыҙ, ышаныуһыҙ йәшәй ҙә алмаҫ инегеҙ. Әгәр ышанмайһығыҙ икән, артабан ҡарайыҡ. Һеҙ ҡайҙалыр юлға сығыр булһағыҙ, транспорттың төҙөклөгөн, уның техник тикшереү үтеүен, водителдең кем булыуын тикшерәһегеҙме, водитель менән барлыҡ һорауҙарығыҙға яуап табыу өсөн алдан һөйләшәһегеҙме? Юҡ? Тимәк, Һеҙ ысынлап та, иманлы, ышанған кеше. Һеҙ ғүмерегеҙҙе һис белмәгән кешегә ышанып тапшыраһығыҙ. Тимәк, иманығыҙ, ышаныуығыҙ бар. Ҡыҫҡаһы, нимәгәлер өлгәшергә теләһәгеҙ, ышанып булмаған нәмәгә лә ышанырға кәрәк.

3. Парашютһыҙ һикереү

Хәҙер, нимә теләгәнегеҙҙе һәм уға өлгәшеп була икәнлеген аңлағас, һикерергә кәрәк! Хатта маҡсатығыҙға нисек барып етергә белмәгәндә лә, билдәһеҙлеккә һикерергә кәрәк. Шул уҡ ваҡытта запас варианттарҙан баш тартып, бар йомортҡаларҙы бер кәрзингә генә һалырға кәрәк буласаҡ. Эйе, һеҙҙең парашютығыҙ ҙа булмаясаҡ! Сөнки хыялыңды тормошҡа ашырыу өсөн өс этапты үтеү зарур: һайлау эшләргә, ышанырға һәм һикерергә йөрьәт итергә!

Пьер МОРАНСИ.

5 ФЕВРАЛЯ
ПОНЕДЕЛЬНИК
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 3.00 Новости.
9.05 Премьера. "АнтиФейк". [16+]
9.45 "Жить здорово!" [16+]
10.35, 11.20, 0.10, 1.00, 1.45, 2.30, 3.05, 3.20, 4.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. [16+]
11.00, 14.00, 17.00 Новости (с субтитрами).
12.50, 14.15, 19.00, 22.40 Информационный канал. [16+]
17.15 Премьера. "Давай поженимся!". [16+]
18.05 "Мужское / Женское". [16+]
19.55 Премьера. "Куклы наследника Тутти". [16+]
21.00 "Время".
21.45 Т/с Премьера. "Великая. Золотой век". [12+]
4.57 Перерыв в вещании.

РОССИЯ 1

5.00, 8.41 Утро России.
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10 "Утро России".
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Башкортостан.
9.30 Доброе утро, республика! [12+]
9.55 О самом главном. [12+]
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести.
11.30, 17.30 "60 минут". [12+]
14.55 Наши. [12+]
16.30 "Малахов". [16+]
21.20, 22.20 Т/с "Склифосовский". [12+]
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
2.05 Т/с "Тайны следствия-2". [12+]
3.50 Т/с "Морозова". [16+]
4.44 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 "Сәләм".
10.00 "Башкорт йыры" представляет… [12+]
10.45 Ҡурай даны. [12+]
11.00 Новости недели (на рус.яз). [12+]
11.45, 13.45, 17.45, 18.15, 4.00 Интервью. [12+]
12.00 Новости СВО (на рус. яз). [12+]
12.15 Письма солдатам. [12+]
12.30 Счастливый час. [12+]
13.30, 18.30, 22.30 Новости (на баш. яз).
14.00 Бәхетнамә.
15.00 Гора новостей. [6+]
15.15 "Этно-краса". [6+]
15.30 Преград. Net. [6+]
15.45 М/с "Нурбостан сәйәхәте". [6+]
16.00 Башкорттар. [6+]
16.30, 21.30 Новости (на рус. яз).
16.45, 20.15, 6.15 Покупаем с Оксаной Масловой. [12+]
17.00 Республика LIVE #дома. [12+]
17.30, 6.30 Новости (на рус. яз). [12+]
18.00 Специальный репортаж. [12+]
19.00, 4.15, 5.15 Телецентр. [12+]
20.00 Сәңгелдәк. [6+]
20.30 Телецентр.
22.00, 3.30 Тайм-аут. [12+]
23.00 Атлас Баженова: Башкортостан. [12+]
23.30 Автограф. [12+]
0.00 Бәхетнамә. [12+]
1.00 Новости (на баш. яз). [12+]
1.30 Спектакль "Прерванная свадьба". [12+]

6 ФЕВРАЛЯ
ВТОРНИК
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 3.00 Новости.
9.05 Премьера. "АнтиФейк". [16+]
9.45 "Жить здорово!" [16+]
10.35, 11.20, 14.15, 19.00, 22.45 Информационный канал. [16+]
11.00, 14.00, 17.00 Новости (с субтитрами).
17.15 Премьера. "Давай поженимся!". [16+]
18.05 "Мужское / Женское". [16+]
19.55 Премьера. "Куклы наследника Тутти". [16+]
21.00 "Время".
21.45 Т/с Премьера. "Великая. Золотой век". [12+]
0.10, 1.00, 1.45, 2.30, 3.05, 3.20, 4.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. [16+]
4.57 Перерыв в вещании.

РОССИЯ 1

5.00, 8.41 Утро России.
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10 "Утро России".
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Башкортостан.
9.30 Доброе утро, республика! [12+]
9.55 О самом главном. [12+]
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести.
11.30, 17.30 "60 минут". [12+]
14.55 Наши. [12+]
16.30 "Малахов". [16+]
21.20, 22.20 Т/с "Склифосовский". [12+]
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
2.05 Т/с "Тайны следствия-2". [12+]
3.50 Т/с "Морозова". [16+]
4.44 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 "Сәләм".
10.00 "Ете егет". [12+]
10.45 Новости СВО (на баш. яз).
11.00 "100 имен Башкортостана". [12+]
11.30, 16.30, 21.30 Новости (на рус. яз).
11.45, 13.45, 18.15, 4.00 Интервью. [12+]
12.00 Тайм-аут. [12+]
12.30 Счастливый час. [12+]
13.30, 18.30, 22.30 Новости (на баш. яз).
14.00 Бәхетнамә.
15.00 Гора новостей. [6+]
15.15 Детей много не бывает. [6+]
15.45 М/ф "Мультфильмы". [6+]
16.00 "Бай". [12+]
16.45, 6.15 Покупаем с Оксаной Масловой. [12+]
17.00, 22.00 Республика LIVE #дома. [12+]
17.30, 6.30 Новости (на рус. яз). [12+]
17.45 Криминальный спектр. [16+]
18.00, 23.45 Письма солдатам. [12+]
18.45 Хоккей. "Салават Юлаев" (Уфа) - "ЦСКА" (Москва). КХЛ.
23.00 Бала-саға. [12+]
0.00 Бәхетнамә. [12+]
1.00 Новости (на баш. яз). [12+]
1.30 Спектакль "Зятья Гюргюри". [12+]
4.15, 5.15 Телецентр. [12+]

7 ФЕВРАЛЯ
СРЕДА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 3.00 Новости.
9.05 Премьера. "АнтиФейк". [16+]
9.45 "Жить здорово!" [16+]
10.35, 11.20, 14.15, 19.00, 22.45 Информационный канал. [16+]
11.00, 14.00, 17.00 Новости (с субтитрами).
17.15 Премьера. "Давай поженимся!". [16+]
18.05 "Мужское / Женское". [16+]
19.55 Премьера. "Куклы наследника Тутти". [16+]
21.00 "Время".
21.45 Т/с Премьера. "Великая. Золотой век". [12+]
0.15 Д/ф "Жаркие. Зимние. Твои". 10 лет со дня открытия Олимпийских игр в Сочи. [12+]
1.10, 2.00, 2.45, 3.05, 3.35 ПОДКАСТ.ЛАБ. [16+]
4.57 Перерыв в вещании.

РОССИЯ 1

5.00, 8.41 Утро России.
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10 "Утро России".
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Башкортостан.
9.30 Доброе утро, республика! [12+]
9.55 О самом главном. [12+]
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести.
11.30, 17.30 "60 минут". [12+]
14.55 Наши. [12+]
16.30 "Малахов". [16+]
21.20, 22.20 Т/с "Склифосовский". [12+]
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
2.05 Т/с "Тайны следствия-2". [12+]
3.50 Т/с "Морозова". [16+]
4.44 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 "Сәләм".
10.00 Алтын тирмә. [12+]
10.45, 13.45, 17.45, 4.00 Интервью. [12+]
11.00, 3.30 "Дорога к храму". [6+]
11.30, 16.30, 21.30 Новости (на рус. яз).
11.45 Криминальный спектр. [16+]
12.00 Дознание. [16+]
12.15 Патриот РФ. [12+]
12.30 Счастливый час. [12+]
13.30, 18.30, 22.30 Новости (на баш. яз).
14.00 Бәхетнамә.
15.00 Гора новостей. [6+]
15.15 "КультУра". [6+]
15.30 МузКәрәҙ. [6+]
16.00 Автограф. [12+]
16.45, 20.15, 6.15 Покупаем с Оксаной Масловой. [12+]
17.00 Республика LIVE #дома. [12+]
17.30, 6.30 Новости (на рус. яз). [12+]
18.00 Тормош. [12+]
19.00, 4.15, 5.15 Телецентр. [12+]
20.00 Сәңгелдәк. [6+]
20.30 Телецентр.
22.00 Историческая среда. [12+]
23.00 "Байык представляет…" [12+]
0.00 Бәхетнамә. [12+]
1.00 Новости (на баш. яз). [12+]
1.30 "Белый пароход". [12+]

8 ФЕВРАЛЯ
ЧЕТВЕРГ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 3.00 Новости.
9.05 Премьера. "АнтиФейк". [16+]
9.45 "Жить здорово!" [16+]
10.35, 11.20, 14.15, 19.00, 22.45 Информационный канал. [16+]
11.00, 14.00, 17.00 Новости (с субтитрами).
17.15 Премьера. "Давай поженимся!". [16+]
18.05 "Мужское / Женское". [16+]
19.55 Д/с Премьера. Проект "Цивилизации". [16+]
21.00 "Время".
21.45 Т/с Премьера. "Великая. Золотой век". [12+]
0.10, 1.00, 1.45, 2.30, 3.05, 3.20, 4.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. [16+]
4.57 Перерыв в вещании.

РОССИЯ 1

5.00, 8.41 Утро России.
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10 "Утро России".
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Башкортостан.
9.30 Доброе утро, республика! [12+]
9.55 О самом главном. [12+]
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести.
11.30, 17.30 "60 минут". [12+]
14.55 Наши. [12+]
16.30 "Малахов". [16+]
21.20, 22.20 Т/с "Склифосовский". [12+]
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
2.05 Т/с "Тайны следствия-2". [12+]
3.50 Т/с "Морозова". [16+]
4.44 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 "Сәләм".
10.00 Башкирские каникулы. [12+]
10.45 История одного села. [12+]
11.00 Моя планета - Башкортостан. [12+]
11.30, 16.30, 21.30 Новости (на рус. яз).
11.45, 13.45, 16.15, 17.00, 4.00 Интервью. [12+]
12.00, 3.00 Историческая среда. [12+]
12.30 Счастливый час. [12+]
13.30, 18.30, 22.30 Новости (на баш. яз).
14.00 Бәхетнамә.
15.00 Гора новостей. [6+]
15.15 "Сулпылар". [6+]
15.45 Городок АЮЯ. [6+]
16.00 Дознание. [16+]
16.45, 20.15, 6.15 Покупаем с Оксаной Масловой. [12+]
17.15 Письма солдатам. [12+]
17.30, 6.30 Новости (на рус. яз). [12+]
17.45 Криминальный спектр. [16+]
18.00 Башкорттар. [6+]
19.00, 4.15, 5.15 Телецентр. [12+]
20.00 Сәңгелдәк. [6+]
20.30 Телецентр.
22.00, 3.30 Республика LIVE #дома. [12+]
23.00 Колесо времени. [12+]
0.00 Бәхетнамә. [12+]
1.00 Новости (на баш. яз). [12+]
1.30 "Москва-Васютки". [12+]

9 ФЕВРАЛЯ
ПЯТНИЦА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 16.00 Новости.
9.05 Премьера. "АнтиФейк". [16+]
9.45 "Жить здорово!" [16+]
10.35, 11.20, 14.15, 17.10 Информационный канал. [16+]
11.00, 14.00 Новости (с субтитрами).
15.10 Премьера. "Давай поженимся!". [16+]
16.15 "Мужское / Женское". [16+]
18.00 Вечерние новости.
18.40 "Человек и закон" с Алексеем Пимановым. [16+]
19.45 "Поле чудес". [16+]
21.00 "Время".
21.45 "Голос". Новый сезон. [12+]
23.30 Матадор. [18+]
0.30, 1.15, 2.00, 2.45, 3.30, 4.15, 5.00 ПОДКАСТ.ЛАБ. [16+]

РОССИЯ 1

5.00, 8.41 Утро России.
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10 "Утро России".
9.00, 14.30, 21.15 Местное время. Вести-Башкортостан.
9.30 Доброе утро, республика! [12+]
9.55 О самом главном. [12+]
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести.
11.30, 17.30 "60 минут". [12+]
14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]
16.30 Прямой эфир. [16+]
21.30 Ну-ка, все вместе! Хором! [12+]
0.05 Истории Большой Страны. [12+]
1.05 Х/ф "Девушка с глазами цвета неба". [12+]
4.19 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 "Сәләм".
10.00, 18.00 "Йома". [6+]
10.30 Моя планета - Башкортостан.
11.00 Атлас Баженова: Башкортостан.
11.30, 16.30, 21.30 Новости (на рус. яз).
11.45 Криминальный спектр. [16+]
12.00, 13.45, 17.45, 21.15 Интервью. [12+]
12.15, 19.45, 6.00 История одного села.
12.30 Счастливый час. [12+]
13.30, 18.30, 22.30, 2.45 Новости (на баш. яз).
14.00 Бәхетнамә.
15.00 Гора новостей. [6+]
15.15 Лит-ра. [6+]
15.45 "Этно-краса". [6+]
16.00 "Аль-Фатиха". [6+]
16.45, 20.15, 6.15 Покупаем с Оксаной Масловой. [12+]
17.00, 5.30 Республика LIVE #дома.
17.30, 6.30 Новости (на рус. яз). [12+]
19.00 Честно говоря. [12+]
20.00 Сәңгелдәк. [6+]
20.30 Ете егет. [12+]
22.00 Своих не бросаем. [12+]
22.15 Письма солдатам. [12+]
23.00 "Башкорт йыры представляет…"
23.45 Остаҙ. [12+]
0.00 Бәхетнамә. [12+]
1.00 Концерт Назифы Кадыровой. [12+]
3.15 Спектакль "Без вины виноватые". [12+]

10 ФЕВРАЛЯ
СУББОТА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

6.00 Телеканал "Доброе утро. Суббота".
9.00 "Умницы и умники". [12+]
9.45 "Слово пастыря". [0+]
10.00 Новости.
10.15 Премьера. "Наше всё". [12+]
11.15 Премьера. "Поехали!". [12+]
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 Д/ф "Больше солнца, меньше грусти". К юбилею Ирины Муравьёвой. [12+]
13.25 Х/ф "Карнавал". [0+]
16.25 Премьера. К юбилею Николая Цискаридзе. [12+]
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.15 Премьера. "Я люблю мою страну". [0+]
19.15 Премьера. "Эксклюзив" с Дмитрием Борисовым. [16+]
20.05 Премьера. "Кто хочет стать миллионером?". [12+]
21.00 "Время".
21.35 "Сегодня вечером". [16+]
23.00 Д/ф Премьера. "Иван Лубенников: Жизнь продолжается". [16+]
0.20, 1.05, 1.50, 2.35, 3.20, 4.05, 4.50, 5.25 ПОДКАСТ.ЛАБ. [16+]

РОССИЯ 1

5.00 Утро России. Суббота.
8.00 Местное время. Вести-Башкортостан.
8.20 Местное время. Суббота.
8.35 По секрету всему свету.
9.00 Формула еды. [12+]
9.25 Пятеро на одного.
10.10 Сто к одному.
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.50 В кругу друзей.
12.50 Доктор Мясников. [12+]
14.50 Веселья час. [16+]
17.50 Привет, Андрей! [12+]
21.00 Х/ф "Всем ветрам назло". [16+]
0.35 Х/ф "Два берега надежды". [12+]
4.10 Х/ф "Контракт на любовь". [16+]
5.50 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 "Доброе утро!" [12+]
7.30, 19.00 Новости (на баш. яз).
7.45 "Ҡурай даны". [12+]
8.00, 4.15 "Бай". [12+]
8.30, 2.15 "Ете егет". [12+]
9.15 Остаҙ. [12+]
9.30 Новости СВО (на рус. яз). [12+]
9.45 Своих не бросаем. [12+]
10.00 Крылья. [6+]
10.30 Елкән. [6+]
11.00 Гора новостей. [6+]
11.15 Лит-ра. [6+]
11.45 МузКәрәҙ. [6+]
12.15 Алтын тирмә. [12+]
13.00, 3.00 Автограф. [12+]
13.30, 1.45 Башкорттар. [6+]
14.00 Дарю песню. [12+]
16.00, 6.15 Покупаем с Оксаной Масловой. [12+]
16.15 Хоккей. "Салават Юлаев" (Уфа) - "Ак барс" (Казань). КХЛ.
19.30 Вопрос + Ответ = Портрет. [6+]
20.15 Сәңгелдәк. [6+]
20.30 "Байыҡ представляет…" [12+]
21.30 Новости (на рус. яз).
22.00, 3.45 Республика LIVE #дома.
22.30 Новости недели (на баш. яз).
23.15 Караоке по-башкирски. [12+]
23.45 Спектакль "Крах и отчаяние". [12+]
1.00 Новости недели (на баш. яз).[12+]
3.30 История одного села. [12+]
4.45 Колесо времени. [12+]
5.45 Аль-Фатиха. [6+]
6.30 Новости (на рус. яз). [12+]

11 ФЕВРАЛЯ
ВОСКРЕСЕНЬЕ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

6.00, 10.00 Новости.
6.10, 23.55, 0.40, 1.25, 2.10, 2.55, 3.40, 4.25 ПОДКАСТ.ЛАБ. [16+]
6.55 Играй, гармонь любимая! [12+]
7.40 "Часовой". [12+]
8.10 "Здоровье". [16+]
9.20 "Мечталлион". Национальная Лотерея. [12+]
9.40 "Непутевые заметки" с Дмитрием Крыловым. [12+]
10.10 Премьера. "Играем свадьбу!". [16+]
11.05 "Жизнь других". [12+]
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 Премьера. "Повара на колесах". [12+]
13.10 "Видели видео?" [0+]
14.20 Д/ф "На разрыв сердца". К юбилею Николая Ерёменко. [16+]
15.15 Х/ф "Пираты XX века". [12+]
16.55 Д/ф "Между землей и небом. 10 лет спустя". 10 лет со дня открытия Олимпийских игр в Сочи. [12+]
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
19.00 "Лучше всех!" Новый сезон. [0+]
21.00 "Время".
23.00 Т/с Премьера. "Абрек". [16+]
4.57 Перерыв в вещании.

РОССИЯ 1

6.10, 2.20 Х/ф "По секрету всему свету". [12+]
8.00 Местное время. Воскресенье.
8.35 Когда все дома с Тимуром Кизяковым.
9.25 Утренняя почта с Николаем Басковым.
10.10 Сто к одному.
11.00, 17.00 Вести.
11.40 Большие перемены.
12.40 Х/ф "Незабытая". [16+]
17.50 Песни от всей души. [12+]
20.00 Вести недели.
22.00 Москва. Кремль. Путин.
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
1.30 Д/ф "Мыслители". [12+]
4.03 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 "Доброе утро!" [12+]
7.30 Новости (на баш. яз).
7.45 "Йома". [6+]
8.15 Тормош. [12+]
8.45 "Ҡурай даны". [12+]
9.00 Орнамент. [12+]
9.15 Письма солдатам. [12+]
9.30 Новости СВО (на баш. яз).
9.45, 21.15, 6.45 Специальный репортаж. [12+]
10.00 М/ф "Мультфильмы". [6+]
10.30 Книга сказок. [6+]
10.45 Городок АЮЯ. [6+]
11.00 Гора новостей. [6+]
11.15 Сулпылар. [6+]
11.45 Вопрос + Ответ = Портрет. [6+]
12.30 Новости недели (на баш. яз). [12+]
13.15, 16.45, 18.45, 5.45 Покупаем с Оксаной Масловой. [12+]
13.30, 20.00 Автограф. [12+]
14.00 Дарю песню. [12+]
15.00 Историческая среда. [12+]
15.30, 3.30 Дорога к храму. [6+]
16.00 Честно говоря. [12+]
17.00 Колесо времени. [12+]
18.00 Концерт. [12+]
18.30 Территория женского счастья. [12+]
19.00 Патриот РФ. [12+]
19.15 Әлләсе… [6+]
20.30 Преображение. [12+]
21.00 Дознание. [16+]
21.30, 4.00 Новости недели (на рус.яз.).
22.15, 3.00 Республика LIVE #дома. [12+]
22.45 Концерт Иделя Нургалина. [12+]
1.00 Спектакль "Дама без камелий". [12+]
4.45 Башкирские каникулы. [12+]
5.30 История одного села. [12+]
6.00 Новости недели (на рус.яз.). [12+]

НАМАҘ ВАҠЫТТАРЫ

1445 һижри йыл.

Февраль (Рәжәб - Шәғбан)	Иртәнге намаҙ	Ҡояш ҡалҡа	Өйлә намаҙы	Икенде намаҙы	Аҡшам намаҙы	Йәстү намаҙы
5 (25) дүшәмбе	7:20	9:01	13:30	16:08	17:58	19:41
6 (26) шишәмбе	7:18	8:59	13:30	16:10	18:00	19:43
7 (27) шаршамбы	7:16	8:58	13:30	16:12	18:03	19:45
8 (28) кесе йома	7:14	8:56	13:30	16:14	18:05	19:47
9 (29) йома	7:12	8:54	13:30	16:16	18:07	19:49
10 (30) шәмбе	7:10	8:52	13:30	16:18	18:09	19:51
11 (1) йәкшәмбе	7:08	8:49	13:30	16:20	18:11	19:53

"Башҡортса дини календарь"ҙан алынды.

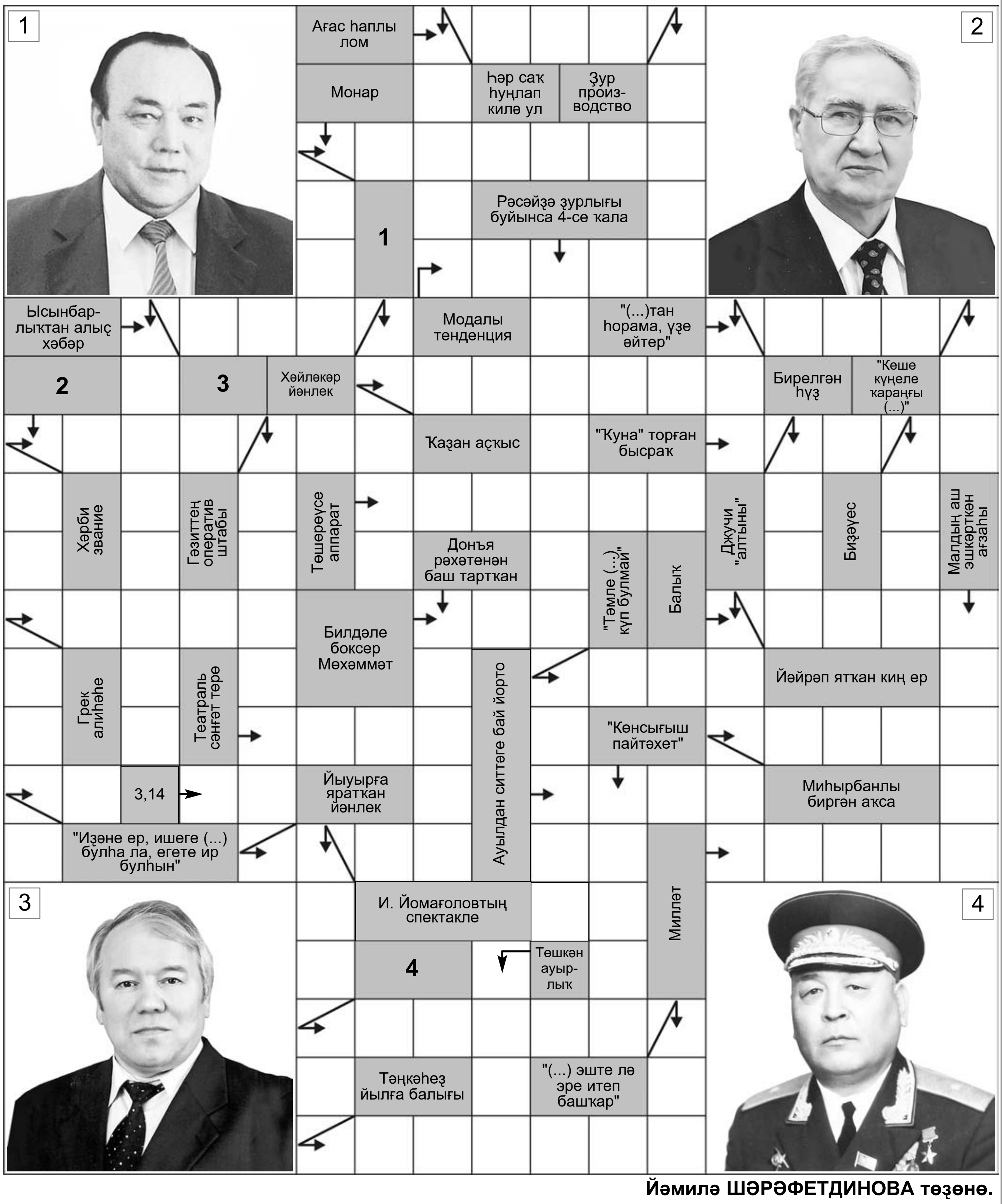
БАШ ЭШЛӘТМӘК

ФЕВРАЛДӘ ТЫУҒАНДАР

Февраль айында тыуған кешеләр аҡыллы, креатив, тоғро һәм миһырбанлы була, тиҙәр. Шулай уҡ уларға Хоҙайҙан бирелгән һәләттәре сәнғәт өлкәһендә уңыш ҡаҙанырға ярҙам итә.

Гарвард университеты үткәргән тикшеренеүҙәргә ярашлы, был айҙа донъяға килгән балалар үҙенең когнитив баһалауҙарында иң яҡшы һөҙөмтәләр күрһәтә, был иһә уларҙың IQ кимәле юғары тигәнде аңлата. Һорау алыуҙар барышында февралдә тыуғандар иң бәхетле хеҙмәткәрҙәр булыуы ла асыҡланған, сөнки уларҙың күбеһе эшендә юғары үрҙәргә өлгәшә ала икән. Әйткәндәй, дүрт йылға бер тапҡыр тыуған көн билдәләү кеүек үҙенсәлекле күренеш тә февраль айына бәйле. Сөнки 29 февралдә тыуғандар өсөн тап шулай килеп сыға ла.

Был айҙа спортсылар Майкл Джордан, Криштиану Роналду, эшҡыуар Стив Джобс, ил етәкселәре Борис Ельцин, Ким Чен Ир, Реджеп Эрдоган, дәүләт эшмәкәрҙәре Шамил Вәхитов, сәнғәт әһелдәре Олег Янковский, Лев Лещенко, Юрий Антонов, Витас, Зөһрә Әминова, Суфия Ҡорбанғәлиева, Рөстәм Ҡудашев, Азамат Тимеров, шағир һәм яҙыусылар Борис Пастернак, Муса Сиражи, Зөфәр Вәлит, Төхвәт Йәнәби һ.б. билдәле шәхестәр тыуған.



Йәмилә ШӘРӘФЕТДИНОВА төҙөнө.

3-сө һандағы сканворд яуаптары.

Горизонталь буйынса: Абаға. Аҙналыҡ. Фрезе. Аш. Аласыҡ. Ҡором. Елек. Аждаһа. Өрөк. Туҡранбаш. Бата. Әләм. Аҙым. Полк. Алҡым. Атама. Икар. Таяҡ. Армия. Әбей. Сана.

Вертикаль буйынса: Ҡоштабаҡ. Форд. Ҡыяҡ. Мураками. Абыз. Ҡәүсәр. Ерек. Бенц. Марка. Өшә. Ройс. Шәкәр. Алым. Асыш. Иҙән. Авиакомпания. Болот. Сама. Ҡарағалпаҡ.

СӘНҒӘТ КӨНДӘЛЕГЕ

М. Ғафури исемендәге Башҡорт дәүләт академия драма театры

8 февраль "Килен" (З. Мусина), драма. 16+
9 февраль "Алтын асҡыс - remake" (А. Толстой), музыкаль мажара. 11.00 6+
"Бәхет хаҡы" (Х. Мөҙәрисова), музыкаль мелодрама. 16+
10 февраль "Еҙнәкәй" (Х. Ибраһимов), музыкаль комедия. 18.00 12+
11 февраль "Мөхәббәт ҡоштары" (И. Йомағолов), музыкаль комедия. 18.00 16+

М. Кәрим исемендәге Милли йәштәр театры

6 февраль Премьера! "Мин башҡорт телен өйрәнәм" (Л. Искужина), әкиәт. 11.00 0+
7 февраль "Чиполлино" (Дж. Родари), мажаралар. 11.00 0+
8 февраль "Дейеүкәй" (С. Лебо), триллер. 12+
9 февраль Премьера! "Сказание о семи батырах" (Д. Йосопов), фэнтези. 11.00 6+

Башҡорт дәүләт ҡурсаҡ театры

9 февраль "Шесть чувств" (Н. Беззубова). 18.00 6+
10 февраль "Лиса-сирота" (О. Штырляева). 14.00 0+
"Три поросенка" (Д. Гараева). 12.00, 15.00 0+
11 февраль "Приключения доктора Айболита" (Д. Гараева). 12.00, 15.00 0+

Х. Әхмәтов исемендәге Башҡорт дәүләт филармонияһы

7 февраль "Вивальдимания" концерт. 6+
8 февраль "Яҙ илсеһе. Шамил Ҡолбарисов". 6+
11 февраль "Ҡомло фантазия. Еңел джаз". 6+

Салауат дәүләт башҡорт драма театры

6 февраль Премьера! "Ярлыкау" (М. Кәрим), баллада. 12+
10 февраль "Сказка о рыбаке и рыбке" (А. Пушкин), әкиәт. 13..00 0+

А. Мөбәрәков исемендәге Сибай дәүләт башҡорт драма театры

5 февраль "Их, күгәрсенкәйҙәрем!" (Ф. Бүләков), лирик комедияһы менән Магнитогорск ҡалаһында. 12+
6 февраль "Фронтовичка" (А. Батурина), драмаһы менән Баймаҡ ҡалаһында. 12.00 12+
7 февраль "Фронтовичка" (А. Батурина), драма. 16.30 12+
8 февраль "Его Величество Колобок второй" (А. Кружнов), әкиәт. 12.00 0+
"Фронтовичка" (А. Батурина), драма. 12+
9 февраль "Его Величество Колобок второй" (А. Кружнов), әкиәт. 10.00, 13.00 0+
"Әлдермештән Әлмәндәр" (Т. Миңнуллин), фантасмагория. 12+
10 февраль "Его Величество Колобок второй" (А. Кружнов), әкиәт. 10.00, 13.00 0+

Стәрлетамаҡ дәүләт театр-концерт берләшмәһе

11 февраль Премьера! "Сказка о царе Салтане" (А. Пушкин), музыкаль программа. 12.00 0+
"Караул! Атай өйләнә?!" (Б. Рацер, В. Константинов), комедия. 18.00 12+

БР Милли музейы

06-08 февраль "Матросов ҡаһарманлығы" автор экскурсияһы. 14.00 +12
07 февраль "Беренсе Президент". М. Рәхимовтың тыуыуына 90 йыл тулыуға арналған күргәҙмә. 6+
09 февраль Ротангтан кашпо үреү буйынса оҫталыҡ дәресе. 14.00 +12
10 февраль "Ғаилә шәмбеһе" программаһы сиктәрендә "Музей буйлап сәйәхәт". 15.00 +6

СӘНҒӘТ ЯҢЫЛЫҠТАРЫ

ЙЫЛҒА ЙОМҒАҠ

Башҡортостандың мәҙәниәт министры Әминә Шафиҡова 2018-2024 йылдарҙа мәҙәниәт өлкәһендә ярланған үрҙәргә, матур өлгәштәргә йомғаҡ яһаны.

Ошо йылдарҙа 10 мәҙәниәт учреждениеһы яңы төҙөлгән, 6-һы яңыртып төҙөлгән, 81-ендә капиталь ремонт үткән. 383 мәҙәниәт усағының матди-техник нигеҙе яҡшыртылған. Рәсәй Федерацияһы өлкәләрендә 6 башҡорт тарихи-мәҙәни үҙәге, 36 заманса кино залы, 16 яңы быуын модель китапханаһы, 2 Креатив индустриялар мәктәбе асылған.

"Шүлгәнташ" музейы, В. Альбанов исемендәге полярниктар музейы асылды, май айында Ф. Шаляпиндың музыка музейы эш башлаясаҡ тип көтөлә, Евразия күсмә цивилизациялары һәм ҡайтарылған исемдәр музейҙарын булдырыу буйынса эштәр гөрләй. Рәсәй Геройы Минлегәли Шайморатов, шағирҙар Шәйехзада Бабич һәм Ғабдулла Туҡайға һәм Фронтҡа киткән яҡташтарға бағышланған һәйкәлдәр, "Хеҙмәт ҡаһармандлығы һәм дан" стелаһы ҡуйылды. Ҡурайсылар дәүләт ансамблен төҙөү буйынса эштәр башланып тора. Муниципаль районлар һәм ҡала округтарының брендлы саралары йыл һайын хөкүмәт ярҙамын ала.

"Ауыл мәҙәниәт хеҙмәткәре" программаһы ҡабул ителеп, 120 кеше торлаҡ шарттарын яҡшыртҡан. Фильмдар төшөрөүгә һәм талантлы йәштәрҙе күтәрмәләүгә 80 млн һумлыҡ гранттар бүленгән. Башҡортостан Республикаһы Башлығы эргәһендә мәҙәниәтте һәм сәнғәтте үҫтереү мәсьәләләре буйынса Совет булдырылды. Гастроль эшмәкәрлеген ойоштороу маҡсатында төүге тапҡыр 94 берәмек транспорт һатып алынған.

Шулай уҡ ошо йылдар эсендә республикала бик әһәмиәтле саралар үткәрелгән: "Китап-байрам" халыҡ-ара китап йәрминкәһе, "Әйҙә, уйнарға!" Бөтә Рәсәй уйын фестивале, "Геройҙар заманы" Бөтә Рәсәй асыҡ патриотик йырҙар конкурсы, VI Бөтә донъя фольклориадаһы, "Арт-Королтай" һәм "Арт-Ҡоролтай. Балалар" мәҙәни форумдары, "Тамырым - башҡорт" Халыҡ-ара балалар һәм үҫмерҙәр форумы, "Башҡорт аты" Халыҡ-ара башҡорт тоҡомло аттар фестивале, "Һыу яҡтыһы" заманса мәҙәниәттәрҙең йәштәр фестивале, Милли кейем көнө, "Тамға" Башҡорт милли кейеме оҫталарының халыҡ-ара конкурсы, илдең иң яҡшы сәхнәләрендә театрҙарҙың һәм ижади коллективтарҙың сығыштары ойошторолған.

ЙӘШТӘР ТЕАТРЫНДА...

М. Кәрим исемендәге Милли йәштәр театрында Мансур Ғиләжевтың "Бисура" пьесаһы буйынса әҙерләнгән "Аҡһаҡ" драмаһының премьераһы көтөлә. Юғалтылған тарихи хәтер, кешеләрҙең битарафлығы, быуындар араһындағы бәйләнештәрҙе тергеҙеү мөһимлеге тураһындағы спектаклдә Башҡортостандың атҡаҙанған артисы Фиргәт Ғарипов сәхнәләштерә.

Бушап ҡалған ауылда әбейе менән донъя көткән Аҡһаҡ ҡушаматлы бабай ғүмер буйы тирә-яғында барған ваҡиғаларға күҙ йомоп йәшәй. Бөгөн ул үҙен юғалтҡан, бөтәһе лә уны ташлап киткән, Ҡара көстәргә ҡаршы көрәшә һәм Өй эйәһенә эс серҙәрен һөйләй...

Пьеса 1989 йылда яҙылған. Аҡһаҡ бабай, уның әбейе һәм емерелгән өйҙәре - илде үҙгәртеп ҡороу һәм унан һуңғы осорҙо һынландыра. Бөгөнгө глобаллашеү заманында тарихи хәтерҙе юғалтмау айырыуса мөһим. Быуындар араһындағы конфликттар, ауылдар бөтөүе мәсьәләләре менән бергә автор юғалып ҡалған, ташлап кителгән һәм арыған, ышанысын юғалтҡан кешенең эске донъяһы темаһын да ҡутәрә. Ҡара көстәр - төп геройҙың өмөтһеҙлөгө һәм улар хаос килтерә, тыныс тормошто боҙа. Әммә "һаҡлаусы" ла бар - Өй эйәһе... Тормошо емерелгән бабай йәшәү мәғәнәһе һәм күңел тынысլығы таба алырмы? Тамашасылар ошо һорауға актерҙар менән бергә яуап эҙләйәсәк.

Ҡуйыусылар төркөмөндә шулай уҡ рәссам Рөстәм Баймөхәмәтов, хореограф БР-ҙың атҡаҙанған мәҙәниәт хеҙмәткәре Александр Родионов, композитор Вәсил Ғафаров, яҡтылыҡ буйынса рәссам Денис Черепанов, режиссер ярҙамсыһы БР-ҙың атҡаҙанған мәҙәниәт хеҙмәткәре Хәлимә Юлмөхәмәтова эшләй. Пьесаны башҡорт теленә Рәзилә Ырысҡужина тәржемә иткән. Был спектаклдә театр тамашасылары тәү башлап 14 һәм 15 февралдә ҡарай аласаҡ.

ЮБИЛЕЙ АЙҠАНЛЫ...

Ф. Ғәскәров исемендәге халыҡ бейеүҙәре ансамбле өсөн 2024 йыл - юбилейлы, коллективҡа 85 йыл тула. Ошо иҫтәлекле дата айҡанлы, бик күп сағыу концерт программалары һәм гастролдәр планлаштырыла.

Ансамблдең матбуғат хеҙмәтенән хәбәр итеүҙәренсә, юбилей йылы ансамблдең "Башҡортостан" дәүләт концерт залында 12 мартта ойоштороласаҡ концерты менән асыла.

"Бейеү - халыҡ күңеле" Рәсәй халыҡтары хореография сәнғәте милләт-ара фестивале бик матур сараларҙың береһе булмаҡсы. Фәйзи Ғәскәров ансамбле менән бер сәхнәлә илдең билдәле коллективтары сығыш яһаясаҡ. Фестиваль мәҙәни ҡиммәттәр менән алышыу һәм бер телдә - бейеү телендә һөйләшеп, кешеләрҙе дуҫлыҡ, тыныслыҡ хаҡына берләштереү маҡсаттарын ҡуя. 13 мартта "Башҡортостан" Дәүләт концерт залында шулай уҡ Н.С. Надеждина исемендәге "Березка" дәүләт академия хореография ансамбле менән берлектәге концерт үтәсәк.

Февраль айында Ф. Ғәскәров ансамбле Башҡортостан буйынса гастролдәргә юллана: 14 февраль - Дүртөйлә, 15 февраль - Дәүләкән, 16 февраль - Үрге Йорҡәй. Шулай уҡ ансамбль Бәләбәй, Яңауыл, Туймазы, Нефтекамала сығыш яһаясаҡ.

"Росконцерт" менән хеҙмәттәшлек тә дауам итәсәк: коллектив 5-се йыл рәттән Рәсәй мәҙәниәт министрлығының "Беҙ - Рәсәй" Бөтә Рәсәй гастроль-концерт план сиктәрендә ил ҡалаларында сығыш яһай. 2024 йылда ғәскәровсылар Пермь крайы, Татарстан һәм Удмурт республикаларында сығасаҡ. Ә инде 24 октябрҙә П. Чайковский исемендәге концерт залында Мәскәүҙә ҙур концерт үтәсәк. Юбилей йылына йомғаҡ "Башҡортостан" Дәүләт концерт залында 14 декабрҙә Гала-концерт менән яһала.

ТЕЛҺӨЙӘР

ҠАРЫШЫ ЕЛ

Бүлмәгеҙҙә ҡарышы уйнаймы? Гөлдәр ҡарышыны күтәрмәй. Артыҡ йылылыҡ бәргән урын ҡатында булыуҙы ла яратмай.

Ҡарышы. Ишек, тәҙрәнән үтәнән-үтә өргән ел; үтә ел. *Ҡыҫыҡ ишек ҡаршыһында ҡарышыға эләкмә. Асыҡ тәҙрәнән дә ҡарышы бәрә.*

Ҡатран. Декабрҙең боронғо атамаһы. *Ҡатран йылды теүәлләй. Ҡаты һалҡындар ҡатранда ла йыш була.*

Ҡарышып ауырыу. Янып-өшөп ауырыу; биҙгәк тотоу. *Ҡарышыла тороп, ҡарышып ауырып китмә. Ҡарышып ауырыуҙан ҡоролто һурпа килешә.*

Ҡат. 1.Билдәләүҙәренән тыш, "ҡат" һүҙенең "эргә, ян" тигән мәғәнәһе лә бар. Мәҫәлән: *Йорт ҡатына ағас ултыртыу. Баҡса ҡатында балалар уйнай.* 2. "Әҙ; тығыҙ" тигән төшөнсәләргә лә тура килә "ҡат" һүҙе. *Ҡат мәшәҡәт тыуҙы. Шуға ваҡыт та ҡат булып китте.*

Ҡасауыр. Тотороҡло, ҡаҡшамаҫ холоҡло, үҙ һүҙен тотоусан. *Ҡасауыр егет. Халҡыбыҙҙа ҡасауыр шәхестәр күп.*

Шулай итеп, туған телебеҙҙе һаҡлау-яҡлауҙа ҡасауыр заттар арта торһон!

НУРБИКӘ әҙерләне.

(Дауамы. Башы 45-се һанда).

АҠЫЛ-ҠАҘНА

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

ӘЖӘЛ КИЛҺӘ...

аҡыл ҡасыр

Яҡшы күргән дуҫыңдың йомошон килгәс тә һора, яман күргән дуҫыңдың йомошон киткәндә һора.

(Башҡорт халыҡ мәҡәле).

Һәр ваҡыт дөрөҫтө һөйләһәң... һиңә бөрөү ҙә ышанмаҫ.

(Эшли Бриллиант).

Алла барыһын да һаҡлай, бигерәк тә тәүбә һәм һөйөү һүҙен ул үҙ тауышылай ҡабул итә.

(Иосиф Бродский).

Һөжүмгә һөжүм менән яуап бирмәгәндән һаҡлан: ул бер ваҡытта ла һине лә ғәфү итмәйәсәк, үҙ-үҙенде ғәфү итергә лә бирмәйәсәк.

(Бернард Шоу).

Киң күңелле булам тип, үҙ урыныңды башҡаға бирергәме? Был бит уңышһыҙ кешенең девизы.

(Айрис Мердок).

Көнөңдө йылмайыу менән башла, йылмайыу менән тамамла.

(У. Филдс).

Кеше үҙенә яҙғанды күрә, быға хатта Хоҙай үҙе лә ҡамасаулыҡ итә алмай. Шуға ла мин үҙ яҙғанымды тыныс кисерәм. Миңә бирелгән яҙмыш башҡа берәүгә китмәйәсәк.

(Боронғо һинд аҡылы).

Йәшен бейек тауҙарҙы ғына ата.

(Гораций).

Шулай итеп, риүәйәт: "Балсыҡтан эшләнгән бәләкәй һыу көршәге эштә ултыра. Бүлмәнең бер мөйөшөндәге карауатта ауырыу ята. Ул бик ныҡ сарсаған. "Һыу, һыу..." тигән өн сығарып-сығарып ала, ләкин уны берәү ҙә ишетмәй, өйҙәгеләр ҡайҙалыр киткән. Ауырыуҙың ялбарыуы шул тиклем ҡыҙғаныс була, хатта көршәк тә тетрәнә. Ул кешегә ярҙам итергә теләп, һыҡ итеп көсәнә һәм мөмкин булмағанды эшләй: ауырыу янына, тап уның ҡулы эргәһенә шыуып барып туҡтай. Ауырыу көҙҙәрен аса һәм көршәкте күрә. Бөтөн көсөн йыйып, көршәкте күтәрә һәм уны һыуһауҙан ярылған ирендәренә терәй. Шунда ғына көршәк эсендә һыу булмағанын аңлай. Ауырыу һуңғы көсөн көршәкте мөйөшкә бәреп ватыуға исраф итә... Һығымтаһы шул: көҙөрендә белмәгәндәргә яраҡлашып, уларға ярҙам итергә тырышып, юҡҡа сығыуҙан һаҡлан. Кемдер һиңә ярҙам итергә теләп тә, ярҙамы килеп сыҡмаһа, уның тырышлығын лайыҡлы баһала".

"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 Гәрәй ҡыҙы ЯНБАЕВА.
Мөхәрририәт:
Ләйсән ВӘЛИЕВА,
Сәриә ҒАРИПОВА,
Әхмәр ҒҮМӘР-ҮТӘБАЙ,
Фәүзиә МӨХӘМӘТШИНА,
Артур БАТЫРШИН.

Редакция һәм нәшер итеүсе адресы:
450005, Башҡортостан Республикаһы, Өфө ҡалаһы, Революцион урамы, 167/1
Беҙҙең сайт: **www.kiskeufa.ru**
E-mail: **kiskeufa@mail.ru**
ЯСЙ "Полиграфия" типографияһында баҫылды. Тел.: 8 (3476) 35-31-02. (453261, БР, Салауат ҡалаһы, Ленин ур., 5/11).

Телефондар:

Баш мөхәррир	253-25-44
Хәбәрселәр	252-39-99
Матбуғат таратыу	252-39-99

Ҡул ҡуйыу ваҡыты -
01 февраль 15 сәғәт 00 мин.
Ҡул ҡуйылды - 14 сәғәт 30 мин.

«Киске Өфө»нөң реклама хеҙмәте **253-25-44** телефоны буйынса «Киске Өфө» гәзитенә ойошмаларҙан һәм айырым кешеләрҙән рекламалар ҡабул итә.

«Киске Өфө»нөң индексы – **ПР905**
Тиражы - 2750
Заказ - 111305