ИЖТИМАҒИ-СӘЙӘСИ-МӘҘӘНИ ГӘЗИТ

Киске Өфө

20-26 август (урағай)

2016

№34 (712)

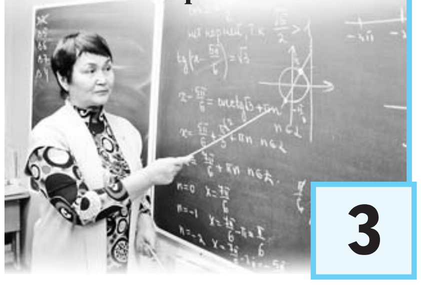
kiskeufa.ru • blog.kiskeufa.ru • 2002 йылдан башлап сыға • һатыуҙа хаҡы ирекле

Мин үҙемде һәр саҡ бәхетле тоям. Ни өсөн, беләһеңме? Сөнки мин берәүҙән дә бер нәмә лә көтмәйем. Көтөү һәр саҡ ауыр. Ә бит ғүмер бик ҡыҫҡа. Шуның өсөн, кәңәштәремде ишет. Тормошто ярат. Бәхетле бул. Йылмай. Һүҙ һөйләр алдынан - тыңла. Ниҙер яҙыр алдынан - уйла. Ниҙер һатып алыр алдынан - аҡса эшлә. Доға ҡылыр алдынан - ғәфү ит һәм ғәфү үтен. Кемгәлер ҡаты һүҙ әйтер алдынан уның ауырлығын үҙең той. Кемгәлер нәфрәтләнер алдынан уға һөйөү уҡтарыңды ебәр. Үлер алдынан... йәшә.

Уильям ШЕКСПИР.

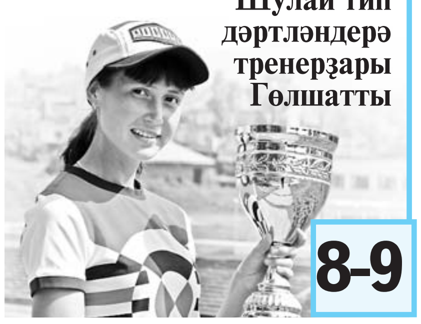
БЫЛ ҺАНДА УҠЫҒЫҘ:

Осон осҡа ялғарғамы, лайыҡлы эш хаҡы талап итергәме? 3



Уҡытыусыны... ниндәй һорауҙар борсой бөгөн? 5-6

"Һин халҡыңдың мәртәбәһен күтәрергә тейеш!" Шулай тип дәртләндерә тренерҙары Гөлшатты 8-9

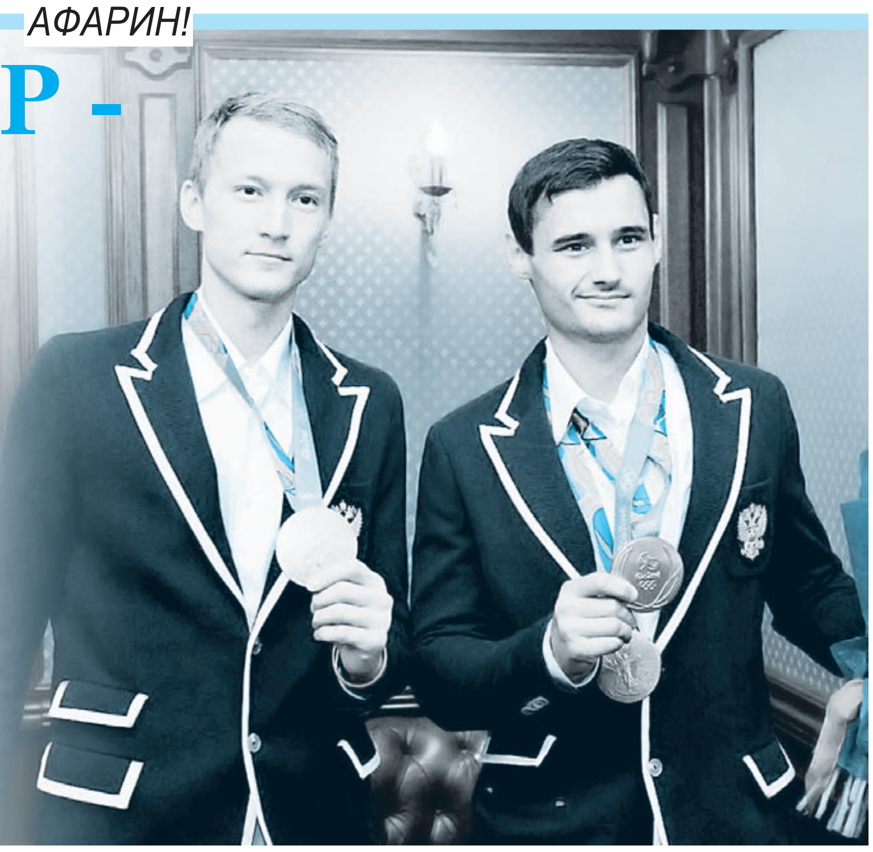


Һөлөк һәм энә - бер-береһен тулыландырыусы дауалар 12-13

Һайлауҙар 14

АФАРИН!

БЕҘҘЕКЕЛӘР - ЕҢЕҮСЕ!



Башҡортостан рапирасылары Артур Әхмәтхужин менән Тимур Сафин, шулай уҡ уларҙың командалашы Алексей Черемисинов Рио-де-Жанейролағы Олимпия уйындарында французларҙы 45:41 иҫәбе менән еңеп, чемпион исемен яуланы.

Рәсәй спортсылары яулаған бишенсе алтындың геройҙары булды был егеттәр. Ошо төп миҙалдан тыш, Тимур Сафин шәхси турнирҙа бронза наградa ла яуланы.

Ошо көндәрҙә Артур Әхмәтхужин менән Тимур Сафин Өфөгә ҡайтты. "Өфө" халыҡ-ара аэропортында чемпиондарҙы тренерҙары, ата-әсәләре, туғандары, республиканың Йәштәр сәйәсәте һәм спорт министрлығы, Өфө ҡала округы хакимиәтенең спорт комитеты вәкилдәре, дуҫтары, көйәрмәндәр һәм йәш спортсылар ҡаршы алды.

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

18 сентябрь - Берҙәм тауыш биреү көнөндә үҙегеҙ һайлаясаҡ депутатҡа ниндәй теләктәрегеҙ булыр ине?

Айвар АЛТЫНБАЕВ: Мин һайлаясаҡ депутат халыҡты социаль яҡлау буйынса арымай-талмай эшләргә тейеш. Сөнки заман шауҡымына бирелеп, яңы технологиялар заманы тигән булып, ябай ауыл халҡын, ябай эшсене яҡлауһыҙ ҡалдырҙылар. Эштең башы, йәғни күрелгән һөҙөмтә эш биреүсегә түгел, уны үтәүсегә, башҡарыусыға бәйле икәнен төшөнһөндәр ине.

Шулай уҡ мин депутатты ауыл хужалығын үҫтереүгә булышлыҡ итеүселәргә бар яҡлап та ярҙам иткән кеше булырға тейеш тип күҙаллайым. Республикабыҙҙың экологияһына ла иғтибар бирергә тейеш ул: тәбиғәт ҡомартҡыларының юҡҡа сыға башлауы ҙур хәүеф тыуҙыра, уларҙы һаҡлау буйынса төрлө етди саралар күрергә кәрәклеген һыҙыҡ өҫтөнә алып, наказ итеп әйтер инем, әгәр минең һүҙемә ҡолаҡ һалыусы булһа.

Хәҙерге ваҡытта башҡорт теле мәсьәләһе лә киҫкен тора. Стандартлаштырыу заманында бөтөн халыҡты ла бер ҡалыпҡа һалғас, аҙ һанлы милләттәр үҙ телдәрен юғалта бара, тиһәм дә, хаталанмам. Дәүләт теле булған башҡорт теле һаман да рәсми эш алып барыу теле кимәленә күтәрелә алмай. Юғары даирәләрҙәге рәсми тел тураһында әйтеп тә тормайым, хатта башҡорт теле уҡытыусылары ла төрлө программа отчеттарын русса әҙерләгәс, башҡаларға ни ҡала инде?

Шуға күрә мин үҙем һайлаясаҡ депутатты башҡорт телен белгән, уны ихтирам иткән, халыҡты яҡлаған, тәбиғәтте һаҡлаған, үҙ кеҫәһен генә түгел, ябай халыҡ кеҫәһен дә уйлаған кеше булырға тейеш, тигән фекерҙәмен.

Ләлә БЕЙЕШЕВА: Депутат - ул бөтөн халыҡ тарафынан дәүләт эштәрен, ил мәнфәғәтен күҙ уңында тотоп, юғары кимәлдә хеҙмәт итеү өсөн һайланып ҡуйылған вәкил. Бер партиялы совет власы дәүерендә кандидаттар һәр коллективта тикшерелә торғайны, халыҡ тормошон яҡшыртыуға булышлыҡ итеүсе, илде алға әйҙәүсе эшлекле закондар ҡабул иткәндә мөһим тәҡдимдәр индерергә һәләтлеләр генә депутатлыҡҡа тәҡдим ителә һәм һайлана ине. Шуға ла улар "халыҡ хеҙмәтсеһе" ("слуга народа") тип йөрөтөлдө, ысынлап та, һайланыусылары өсөн ысын күңелдән эшләне. Ул ваҡытта кеше байлығы менән түгел, хеҙмәте менән баһаланды. Юғары вазифалы белгестәр менән бер рәттән, алдынғы һауынсылар, сөгөлдөрсөләр, игенселәр, тракторсылар, тегенселәр, токарҙәр һ.б. депутатлыҡҡа үтте. Аҡса ҡоло түгел, хеҙмәт кешеһе данланды, илде туйҙырыусылар, кейендереүселәр алға сығарылды. Депутаттарға ил яҙмышы, йәғни кеше яҙмышы ышанып тапшырылды.

Бөгөнгө күп партиялылыҡты ябай халыҡ аңлап та бөтмәй, кемгә ышанырға ла белмәй. Етмәһә, элекке һымаҡ, халыҡ араһында аңлатыу эштәре лә һүлпән алып барыла. Партиялар тәҡдим иткән ҡатмарлы һайлау алды программаларын төплө өйрәнеп, уларҙың мәғәнәһен аңлау ҙа еңелдән түгел. Быны аңлатыу һайлаусылар алдында сығыш яһаған, улар менән осрашып, ошо программаларҙы халыҡҡа еткереүҙе бурыс итеп алған кандидаттарҙың бурысы ла бит.

Бөгөн халыҡты әсендергән мәғариф, һаулыҡ һаҡлауҙы түләүһеҙ итеү, һалымдарҙы кәметеү, пенсия күләмен арттырыу һ.б. кеүек программалары менән сығыш яһаусыларҙы Рәсәй Президенты Владимир Путин да хуплай. Шулай уҡ ул ошоға тиклем ил ағалары иғтибарынан ситтә ҡалып, бөгөн илдә иң киҫкен мәсьәләләрҙең береһе булған ауыл хужалығына иғтибар йүнәлтеүҙе лә талап итә. Илдең киләсәге йәштәр ҡулында икәненә баҫым яһап, йәштәр менән йыш осраша, фекерләшә, уларҙың эшлекле тәҡдимдәрен хуплай, депутаттар араһында ла йәштәрҙең булыуын күҙ уңында тота, йәш кадрҙар әҙерләүгә ҙур урын бирә. Шул уҡ ваҡытта төрлө быуын кешеләре менән кәңәшләшеү, фекер алышыу яҡлы. Тимәк, яңы парламент ағзалары ла закондарҙы ошо проблемаларҙы күҙ уңында тотоп ҡабул итерҙәй кешеләр булырға тейеш.

(Дауамы 2-се биттә).

12+

✓ *Ә ни өсөн мин тауышымды үҙем теләгән кандидатҡа бирмәйенсә, файҙаланылмаған бланкыларҙы кем өсөндөр ҡулланһындар тип, ҡул һелтәп ҡуйырға тейешмен?*

ЗЫЯЛЫЛАР МАЙҘАНЫ

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

БЕР-БЕРЕНӘ ИҒТИБАРЛЫНЫҢ...

иле лә берҙәм булыр

Нәйлә ЫЛАСЫНОВА, БДУ-ның Сибай институты башҡорт һәм рус филологияһы кафедраһы мөдире: Йыш ҡына йәш быуындың тәрбиәһенә ҡағылышлы төрлө фекерҙәр ишетергә тура килә. Улар менән тығыҙ бәйләнештә эшләгән кеше булараҡ, балаларҙы тирә-яҡта барған ваҡиғаларға ҡарата битараф булмаҫҡа өйрәтергә кәрәк, тип уйлайым. Бына, мәҫәлән, төркөмдә бер студент уҡырға йөрөмәй, йә кейеме йәмғиәттәге талаптарға яуап бирмәй икән, мин уға иҫкәрмә яһауҙан тыш, төркөмдәштәренә лә иптәшен ҡарап йөрөргә ҡушам. Әммә хәҙер йәштәр "ул үҙе белә" ти ҙә ҡуя. Элек курсташың уҡырға килмәһә, бөтә төркөм менән уның хәлен белешергә бара, тәртибе аҡһаһа - ултырып һөйләшеп ала торғайныҡ. Хәҙер йәштәр бер-береһенең хәл-әхүәлен дә белмәй, эшенә лә ҡыҫылмаҫҡа тырыша. Береһе аша икенсеһенә йомош ҡушһаң, "Бәйләнештә" социаль селтәре аша яҙып ебәрергә вәғәҙә итәләр. Ә теге студенттың интернетҡа инергә мөмкинлеге булмаһа, ул ебәргән хәбәрҙе уҡымаһа ла, "мин яҙғайным да инде", тип һылтана һалалар. Бәлки, үҙенә яуаплылыҡ алмай, дөрөҫ тә эшләйҙер йәш кеше, ләкин был бит битарафлыҡтың бер билдәһе.

Юғары уҡыу йортонда уҡығанда дуҫтарың, таныштарың менән яҡындан аралашмай, бер яҡ ситтә йөрөп, бары үҙ мәнфәғәтеңде генә ҡайғыртып йәшәнең дә, ти. Ләкин диплом алғас, һин бит эшкә урынлашырға, коллективта бөтәһе менән дә килешеп эшләргә тейешһең. Бигерәк тә беҙҙең педагогика факультетында уҡыған, мәғариф өлкәһендә эшләргә уйлаған йәштәр үҙ мәнфәғәтен генә ҡайғыртып йәшәй алмай. Сөнки уҡытыусы булаһың икән, мәктәпкә һәм уҡыусыларыңа бөтә күңелеңде һалып, бирелеп эшләргә тейешһең, шунһыҙ һин ысын педагог була алмайһың. Хәйер, башҡа һөнәр кешеләре өсөн дә хеҙмәттәштәр менән уртаҡ тел табыу, дөйөм эш өсөн тырышыу төп шарт.

Тирә-яғымды хет ер йотһон, өйөм эсе һау булһын, тип фекерләмәһен ине беҙҙең балалар. Ситтән ярҙам көтөр замандар түгел, шулай ҙа үҙеңде ураҡкан кешеләргә, иптәштәреңә ҡарата миһырбанһыҙ, битараф булмайыҡ. Сөнки йәш саҡта кеше төркөмдәштәре менән тығыҙ аралашмаһа, аҙаҡ хеҙмәттәштәренән ситләшһә, аҙаҡ милләттәштәренә лә файҙа эшләү тураһында уйламаясаҡ. Шунан, башҡорт халҡы тарҡау, берҙәмлек етмәй, тип һөйләйбеҙ. Оло йылға ла инештән башлана, күл дә тамсылап йыйыла икән, халыҡтың берҙәмлеге лә айырым кешеләрҙең бер-береһенә яҡшы мөнәсәбәтенән, иғтибарынан башлана.

Камила ҒӘЛИЕВА яҙып алды.

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

18 сентябрь - Берҙәм тауыш биреү көнөндә үҙегеҙ һайлаясаҡ депутатҡа ниндәй теләктәрегеҙ булыр ине?

(Башы 1-се биттә).

Земфира СИБӘҒӘТОВА: Хәҙерге һайлауҙар һайлаумы ни ул - күҙ буяу ғына. Элек Башҡортостан, СССР Юғары советтарына кемдәр һайланасағын белеп, күреп тора инек. Улар һәр район, һәр ауылда тигәндәй булып, үҙҙәре өлгөрмәһә, ярҙамсылары килеп, халыҡ менән осраша, наказдар йыя ине. Хатта ябай эшселәр, беҙҙең арала йөрөгән кешеләр парламент депутаттары булып һайланып, етәкселәр улар аша райондың, теге йәки был ауылдың проблемаһын хәл итте. Хәҙер иһә хатта ауыл советына кем депутат булып үткәнен дә белмәйбеҙ. Халыҡ менән эшләмәйҙәр, халыҡ араһында йөрөмәйҙәр, халыҡты нимә борсой - ҡыҙыҡһыныусы ла юҡ. Депутаттарҙың күбеһе ошо вазифа аша етәкселек менән танышып, үҙ мәнфәғәтен ҡайғыртыу хәстәрен генә күрә. Етәкселәр ҙә үҙҙәренә кәрәкле кешеләрҙе үткәрергә тырыша депутатлыҡҡа. Шуға, әлеге һайлауҙарҙың быға тиклем булғандарынан айырмалы, ғәҙел үтеренә ышанысым юҡ, шулай ҙа буласаҡ депутаттың ниндәй булырға тейешлеген һүрәтләүҙе бер кем дә тыймай бит. Минеңсә, ул ҡайҙан һайлана - шул халыҡ араһында үҫкән, шул төбәктең проблемаларын белгән, ысын мәғәнәһендә ошо ерҙең патриоты булырға тейеш.

Лилиә САБИРОВА: Быйыл беренсе тапҡыр һайлауҙа ҡатнашасаҡмын. Быға тиклем был кампания хаҡында төрлө фекерҙәр ишетергә тура килгәнлектән, башҡорт тотоп ҡарамай ышанмай, тигәндәй, үҙем барып, күреп, ҡатнашып, үҙ фекеремде туплағым килә. Әлбиттә, бындай мөһим саранан бәрәү ҙә ситтә ҡалырға тейеш түгел, тип уйлайым. Әгәр бөгөн йәмғиәттә киң таралған, "Эй, барыбер үҙҙәренә кәрәклеләрҙе һайлайҙар инде", тигән төшөнкө һәм кире ҡараштарға эйәреп, өйҙә ятыуҙы хуп күрһәк, һайлауҙарҙың сифаты булмаясаҡ. Ә ни өсөн мин тауышымды үҙем теләгән кандидатҡа бирмәйенсә, файҙаланылмаған бланкыларҙы кем өсөндөр ҡулланһындар тип, ҡул һелтәп ҡуйырға тейешмен? Ошо ҡараштан сығып ҡына ла һайлауға барасаҡмын һәм үҙем теләгән кандидат өсөн тауыш бирәсәкмен. Әле кандидаттарҙың агитация осоро бара, моғайын да, улар араһында йәштәрҙе хәстәрләгән, уларға һүҙ менән генә түгел, аныҡ ғәмәлдәре менән ярҙам иткән, һәр ваҡыт тығыҙ бәйләнештә эшләгән һәм эшләйәсәк, сәләмәт тормошто пропагандалаған һәм үҙе лә шундай өлгө күрһәткән берәй кандидат булыр, моғайын.

Зәйтүнә ӘЙЛЕ яҙып алды.

ИҒТИБАР!

МӨХТӘРӘМ УҠЫУСЫЛАРЫБЫҘ!

1 июлдән 30 августа тиклем 2017 йылдың тәүге яртыһы өсөн "Киске Өфө"гә ваҡытынан алда яҙылыу бара. Хаҡтар 2016 йылдың икенсе яртыһындағыса, йәғни 50665 индекслы гәзитебеҙгә 574 һум 32 тингә яҙыла алаһығыҙ.

● Быйылғы икенсе ярты йыллыҡ өсөн "Киске Өфө"-гә яҙылып өлгөрмәгәндәр 15 сентябргә тиклем яҙылып, гәзитте октябрҙән алдыра ала. 3 айға яҙылыу хаҡы - **287 һум 16 тин**.

● Белеүегеҙсә, гәзитебеҙгә яҙылып, квитанцияларын редакциябыҙға ебәргән уҡыусыларыбыҙ даими рәүештә беҙҙең **бүләктәргә** лайыҡ була килә. Июль-августа 2017 йылдың тәүге яртыһы өсөн "Киске Өфө"гә яҙылып, квитанцияларын редакцияға ебәргәндәрҙән **20 кеше 2017 йылға "Башҡортса дини календарь"**, **өс кеше Флүр Ғәлимовтың "Аҙғын тәүбәһе"**, шулай уҡ башҡа китаптарға лайыҡ буласаҡ.

● Ә кемдәрҙе бүләктәр ҡыҙыҡһындырмай, улар беҙгә **тыуған көндәрен** хәбәр итһен. Гәзитебеҙ аша гәзит уҡыусыбыҙҙы тыуған көнө менән ҡотлау - беҙгә лә мәртәбә, һеҙгә лә шатлыҡ өҫтөнә шатлыҡ өҫтәр.

Өфөлә йәшәүселәр өсөн гәзитебеҙгә яҙылыуҙың тағы шундай арзанлы юлдарын тәҡдим итәбеҙ:

● Йәшәгән йортоғоҙ эргәһендәге "Өфө-матбуғат" киоскыһында 6 айға 420 һумға яҙылырға була.

● Коллективығыҙ менән яҙылһағыҙ (кәмендә 10 дана), редакция гәзитте эшләгән урынығыҙға үҙе килтереп бирә: ярты йылға - **258 һум**.

Н И М Ә ? Ҡ А Й Ҙ А ? Ҡ А С А Н ?

✓Башҡортостан "Башнефть" нефть компанияһының 25 процент акцияһына эйә. Республика Башлығы Рөстәм Хәмитов Рәсәйҙең федераль властарына дәүләт пакетын хосусилаштырыуҙы кисектереү тәҡдиме менән мөрәжәғәт иткәйне. Рәсәй Премьер-министры Дмитрий Медведевтың матбуғат секретары Наталья Тимакова Хөкүмәт башлығының "Башнефть" компанияһын хосусилаштырыуҙы кисектереү тураһында ҡарар ҡабул итеүен һәм президент Владимир Путиндың уны хуплауын хәбәр итте.

✓Башҡортостанда Рәсәй Президентының 2019 йылда Башҡортостан Республикаһының ойошторолоуына 100 йыл тулыуҙы байрам итеү тураһындағы Указын тормошҡа ашырыу буйынса саралар билдәләнде. Республика Башлығы Рөстәм Хәмитов тейешле Указға ҡул ҡуйҙы. Башҡортостандың 100 йыллығын билдәләү буйынса юбилей сараларына әҙерләнеү һәм уны үткәреү өсөн ойоштороу комитеты төҙөлгән, уның составы раҫланған. Ойоштороу комитетын республика Башлығы Рөстәм Хәмитов етәкләй.

✓Башҡортостандың Мәғариф министрлығы дөйөм белем биреү учреждениеларында электрон белем биреүҙе үҫтереү өсөн республика Башлығы гранттарына дәғүә итеүгә документтар ҡабул итә башлай. Конкурста ҡатнашыу өсөн ғаризаларҙы 6 сентябргә тиклем бирергә кәрәк. Документтар ҡабул итеү урыны: Өфө ҡалаһы, Театр урамы, 5/2, 204-се бүлмә, көн һайын (ял һәм байрам көндәренән тыш) иртәнге сәғәт 9-ҙан киске 6-ға тиклем.

✓Башҡортостан артистары Бөтә донъя фольклориадаһында ҡатнашты. Йола буйынса, барлыҡ халыҡ-ара фольклор фестивалдәрендә сибәрлеге һәм үҙ милләтен лайыҡлы күрһәтә белеүе буйынса "Мисс фестиваль" һайлана. Был юлы Ф.Ғәскәров исемендәге бейеү ансамбле солисы Миләүшә Хәйбуллина Мексикала "Мисс фестиваль" исеменә лайыҡ булды.

✓Башҡортостандың алты - Әбйәлил, Баймаҡ, Бәләбәй, Ишембай, Учалы һәм Хәйбулла райондарында ғәҙәттән тыш хәл режимы индерелгән. Был ҡара сиңерткәләрҙең таралыуы арҡаһында сәсеүлектәрҙең һәләк булыуына бәйле.

✓ ***Уҡытыусы әсә, ватан кеүек үк изге төшөнсәгә тиң. Бер ниндәй модернизация ла, инновациялар ҙа балаларға изгелек, намыҫ, кешелеклелек һәм илһөйәрлек тойғолары тәрбиәләүсе уҡытыусыны аҡса һуғыусыға әүерелдерә алмаясаҡ.***

ТУРАҺЫН ӘЙТКӘНДӘ...

ОСОН ОСҠА ЯЛҒАРҒАМЫ,

лайыҡлы эш хаҡы талап итергәме?

Республика уҡытыусыларының август кәңәшмәһе лә үтеп китте. Киләсәк быуынға белем биреү мәсьәләһенә яңыса ҡараш һәм мөнәсәбәт тураһында етди һүҙ алып барылды унда.

Был айырыуса Мәскәүҙән килеп, кәңәшмә эшендә ҡатнашҡан РФ мәғариф һәм фән министры урынбаҫары Л. Огородованың сығышында айырым-асыҡ әйтелде. Уның билдәләүенсә, киләсәктә мәғариф өлкәһендә "милли интеллектуаль мөмкинлектәрҙе үҫтереүгә" баҫым яһаласаҡ. "Кадрҙар әҙерләү" терминынан беҙ "интеллектуаль потенциал булдырыу"терминына яҡынланыҡ, сөнки милли хәүефһеҙлек тәьмин итергә бурыслы алдынғы, үҫешкән илдең кадрҙары булырға тейеш", тине ул.

Әйткәндәй, һуңғы ике тиҫтә йыл эсендә генә лә Рәсәйҙе ташлап сит илгә сығып киткән талантлы ғалимдар һаны бер нисә йөҙ меңдән ашып киткән, тиҙәр. Бик күп сәбәптәр иҫәбендә эш хаҡының түбән булыуы иң мөһимелер ҙә, бәлки. Ә бит бая әйтеп кителгән милли хәүефһеҙлек хаҡында һүҙ барған саҡта, уның хаҡына бөтөн булған ресурстар хәрәкәткә килтерелергә, эшкә егелергә тейеш һымаҡ. Айырыуса бөгөн, Евросоюз, АҠШ менән көнсөллөк һәм

ҡапма-ҡаршылыҡтар алҡымға килеп тығылған мәлдәрҙә. Үкенескә күрә, ҡайһы бер юғары даирәләрҙә был йәһәттән үтә тыныс мөнәсәбәт һәм хатта битарафлыҡ хөкөм һөрөүенә шаһит булырға тура килә. Был йәһәттән фекер ебе үҙенән-үҙе илдең "интеллектуаль потенциалын" булдырыусыларға - уҡытыусыларға барып бәйләнә, сөнки август йыйынынан 5 көн алда ғына улар эшмәкәрлегенә юғары кимәлдә башҡасараҡ төрлө "баһа" һәм "йүнәлеш" бирелде. "Баһа" тигәнебеҙ шундайыраҡ мәғәнәлә яңғыраны: "Мин йәш уҡытыусы сағымда лекциялар уҡыным, семинарҙар алып барҙым - һәр хәлдә, нисек булһа ла осон-осҡа ялғай ала инем". Кем һәм ни хаҡында һүҙ барыуы һәр берегеҙгә лә мәғлүмдер. Көнө-сәғәтендә үк интернет киңлектәрен, матбуғат саралары биттәрен айҡап сыҡҡан был һүҙҙәрҙе 3 августа "Территория смыслов" форумында Рәсәй Хөкүмәте башлығы Дмитрий Медведев Дағстан университеты уҡытыусыһының эш хаҡына ҡағылышлы һорауына яуап итеп әйтте. Ул заманда Д. Медведев үҙенең ни бары 90 һум эш хаҡы алыуы, ә шул уҡ ваҡытта милиция лейтенантының айлыҡ эш хаҡы 250 һум тәшкил итеүен дә яҡшы хәтерләй булып сыҡты.

Тимәк, илебеҙҙең "интеллектуаль потенциалын" булдырыусылар "нисек булһа ла шунда осон-осҡа ялғап" йәшәргә тейеш булып сығамы инде? Әле бөтәбеҙ өсөн дә нисек кенә ауыр осор булмаһын, заман башҡа - заң башҡа, тигәндәй, ил үҫеше барыбер ҙә бер урында тапана тип әйтеп булмайҙыр бит? Ул замандарҙа 90 һум эш хаҡы алған бәғзеләрҙең бөгөн айлыҡ эш хаҡы ярты миллионлап самаһы ла булыуы ихтимал бит әле. Кеше кеҫәһенә тығылғы килмәй, әлбиттә, тик шулай ҙа үҫеш кимәле хаҡында, нисек кенә теләһәң дә, уҡытыусы кеҫәһенән сығып фекер йөрөтөүе ауыр. Быныһына илтифат итмәҫкә лә булыр ине, тик эш шуның менән генә бөтмәне шул. Хөкүмәт етәксеһе уҡытыусы һөнәрен һайлауҙың һәр кемдең шәхси ҡарары булыуын, был юл менән мандымаған хәлдә аҡса эшләүҙең башҡа тиҙерәк һәм яҡшыраҡ юлдары барлығын иҫкә төшөрҙө:"... мәҫәлән, бизнес. Тик, аңлауымса, һеҙ бит ул юлдан китмәгәнһегеҙ? Шулай булғас..." Үҙегеҙ ғәйепле, тип әйтергә иттеме әллә премьер-министр? Юҡтыр, булмаҫ, ә бына аҡса эшләгегеҙ килһә, бизнесҡа китегеҙ, тигән кинәйәһе бөтәһенә лә яҡшы аңлашылды.

Эйе, аҡса эшләргә оҫталар күп беҙҙә хәҙер, уның ниһенә аптырайһың. Көн дә бер губернаторҙы рәшәткә артына оҙатып ҡына торалар. Хәҙер инде уҡытыусы ла "бизнесҡа" китә алмаҫ! Сөнки Рәсәйҙә бизнес менән шөғөлләнеү өсөн кәмендә намыҫлы булыу кәрәкмәй. Тик был беҙҙең уҡытыусыларға ғына төҫ түгел, ниндәй генә замандар килеп тыуһа ла... Рәсәйҙә уҡытыусы әсә, ватан кеүек үк изге төшөнсәгә тиң. Бер ниндәй модернизация ла, инновациялар ҙа балаларға белем биреү менән бер рәттән, изгелек, намыҫ, кешелеклелек һәм илһөйәрлек тойғолары тәрбиәләүсе уҡытыусыны аҡса һуғыусыға, кеҫә ҡалынайтыусыға әүерелдерә алмаясаҡ. Бәлки, ысынлап та, ул тиклем үк менталитет ҡорбаны булыу килешеп тә етмәйҙер бөгөн? Сер түгел бит инде: уҡытыусыларҙың байтағы хәҙер репетиторлыҡ эше менән шөғөлләнә, шунһыҙ БДИ-ны тапшырып ҡара! Ләкин уны законлаштырыу һәм уның ҡайһы бер әхлаҡи яҡтарына ҡағылышлы был эшмәкәрлеккә бер төрлө генә ҡараш юҡ булһа кәрәк.

Унан һуң, бөгөн уҡытыусы алдына ҡуйылған "отчет яҙыу" процедураһы, класс етәкселеге, дәфтәр тикшереү һәм башҡа шуның кеүек көндәлек ваҡ мәшәҡәттәр уға төп бурысынан тыш, аҡса эшләргә форсат ҡалдырыр микән? Юҡ инде, нимә генә тимә, әммә уҡытыусы үҙ эшен яратып һәм намыҫлы башҡарһын, ошо һөнәрҙе һайлағанына үкенмәһен өсөн ул лайыҡлы эш хаҡы алып эшләргә тейеш. Уның иғтибарын, иждиһатын, нисек итеп төп бурысынан тыш аҡса эшләргә, тигән һорау борсомаһын.

Уҡытыусыларға эш хаҡын арттырыуҙың тағы бер яғын онотмау фарыз власть әһелдәренә. Лайыҡлы эш хаҡы булдырғанда, мәғариф өлкәһенә күптән инде ҡоҙалай көтөлгән ир-егет уҡытыусылар ҙа килә башлаясаҡ бит! Бөгөн мәғариф өлкәһе алдына заманса технологиялар нигеҙендә, мәғлүмәтләштереү һәм электрон ысулдар менән эшләү бурысы ҡуйылған бер осорҙа, мәктәпкә, әлбиттә, ир-егет педагогтар һәм йәш кадрҙар кәрәк. Уҡытыуҙың заманса технологияларға нигеҙләнеү тейешлеген Башҡортостан Башлығы Рөстәм Хәмитов та үҙ сығышында бик урынлы билдәләне: "Заманса йүнәлештәрҙе иҫәпкә алмаған мәғарифтың киләсәге юҡ. Уҡытыу процесын тәрән һәм системалы рәүештә мәғлүмәтләштермәй тороп, уның сифат кимәлен күтәреү мөмкин булмаған эш. Әлегә беҙҙә был эш тейешле әүҙемлеккә эйә түгел. Электрон белем биреү беҙҙә иҡтисад һәм социаль өлкәләге сифатлы үҙгәрештәрҙе хәрәкәткә килтереүсе факторға әүерелергә тейеш. Бөгөн иһә беҙҙә электрон белем биреүҙе үҫтереү буйынса мәктәптәрҙең ни бары 13 проценты ғына шөғөлләнә..."

Уҡытыусыларҙың республика йыйынында ҡатнашҡан Мәскәү ҡунағы Л. Огородованың эш хаҡына ҡағылышлы вәғәҙәһе, бер яҡтан, киләсәктә яҡшыға өмөтләнергә нигеҙ бирә ул: "Артабан эш хаҡын төбәк буйынса уртаса кимәлдән 110-115 процентҡа арттырырға ниәтләйбеҙ. Үҫешкән илдәр тәжрибәһе күрһәтеүенсә, тап шундай эш хаҡы менән генә уҡытыусы һөнәренең абруйын арттырырға мөмкин", - тине бит ул. Ниһайәт, эштең асылын улар ҙа төшөнә башлаған, тип аңларғамы быны? Шулай була ғына күрһен ине...

Фәүзиә ИҘЕЛБАЕВА.

● Яҡын йәшәгәндәр редакциябыҙҙа яҙылып, гәзитте аҙна һайын үҙе килеп алып йөрөй ала: ярты йылға - **258 һум**.

● **"Киске Өфө" - бүләгем"** акцияһы ла дауам итә. Уға ҡушылып, ауылдарҙағы туғандарығыҙға, атай-әсәйҙәргә, мәсеттәргә, таныштарығыҙға гәзитебеҙҙе яҙҙырып шатландырығыҙ.

● Республикала һәм республиканан ситтә йәшәгән һәр кемгә он-лайн яҙылыу мөмкинлеге лә бар. Уның өсөн "Киске Өфө"-нөң интернеттағы **kiskeufa.ru** сайтында "Яҙылыу" тигән төймәгә баҫып, "Шәхси яҙылыусылар өсөн он-лайн яҙылыу " һылтанмаһы аша **vipishi.ru** сайтына күсергә кәрәк. Был сайтта гәзиттәргә яҙылыу ойошторолған. Бланкка үҙегеҙҙең мәғлүмәттәрҙе тултырып, банк картаһы, QIWI йәки интернет-банк аша аҡса күсерергә генә ҡала.

● **Иҫкәртеү.** Почталарҙа, киоскыларҙа гәзиткә яҙҙырыуҙан баш тарталар икән, йә яҙҙырған булып та, өйҙәрегеҙгә гәзитте алып килмәйҙәр икән, зинһар, редакцияға шылтыратып хәбәр итегеҙ.

● Беҙҙең сайт: **www.kiskeufa.ru**. Беҙҙең электрон почта: **info@kiskeufa.ru**. Беҙҙең блог: **blog.kiskeufa.ru**.

Бергә булайыҡ, бергә-бергә фекер ҡорайыҡ, донъя хәтәрҙәрен, борсолоуҙарҙы бергә еңәйек, шатлыҡ-ҡыуаныстарҙы бергә уртаҡлашайыҡ!

МӨХӘРРИРИӘТ.

НИМӘ? ҠАЙҘА? ҠАСАН?

✓Мәктәп автобустарын яңыртыу федераль программаһы сиктәрендә Башҡортостан яңы уҡыу йылына 58 берәмек транспорт аласаҡ. Шуларҙың 35-е - 12 урынлыҡ "ГАЗель", өсәүһе - "ГАЗель-Next", икәүһе - "Форд", берәүһе - "КАвЗ" һәм 17-һе "ПАЗик". Илдә мәктәп автобустары паркы 15 сентябргә тиклем яңыртыласаҡ.

✓Дәүләт Думаһына һайлауҙа һайлау бюллетендәренә 14 партия индерелгән, тип хәбәр итә ТАСС. Һайлауҙа "Берҙәм Рәсәй", КПРФ, ЛДПР, "Ғәҙел Рәсәй", "Рәсәй патриоттары", "Граждандар платформаһы", "Йәшелдәр", Үҫеш партияһы, ПАРНАС, "Граждандар көсө", "Рәсәй коммунистары", "Яблоко", "Ватан" һәм "Пенсионерҙарҙың ғәҙеллек өсөн партияһы" ҡатнаша. Уларҙың барыһы ла парламент льготаһына эйә һәм теркәү өсөн ҡултамғалар йыймай.

✓Башҡортостан Үҙәк һайлау комиссияһында Дәүләт Думаһы депутаттарын һайлауҙа агитация үткәреү өсөн төбәк киң мәғлүмәт сараларында эфир ваҡытын бүлеү буйынса йәрәбә үткәрелде. Сәйәси партиялар һәм теркәлгән кандидаттар араһында майҙансыҡтар бүленде."Башҡортостан юлдаш телевидениеһы", "Рәсәй", "Рәсәй 24" телеканалдары, "Юлдаш", "Спутник ФМ", "Рәсәй радиоһы", "Вести ФМ", "Маяк" радиоканалдары түләүһеҙ эфир ваҡыты бирҙе.

✓26 августа Баймаҡта "Мыстар" республика ҡымыҙ байрамы уҙғарыла. 2012 йылда "Мыстар" байрамы "Арғымаҡ" этно-рок төркөмө һәм "Маҡсат" йәштәр йәмәғәт ойошмаһы башланғысы буйынса үткәрелгәйне. "Мыстар" башҡорт теленән тәржемә иткәндә "мал тиреһенән тегелгән ҡымыҙ һауыты" тигәнде аңлата.

✓Башҡорт дәүләт аграр университетында ойошторолған умартасылар бәйгеһе сиктәрендә XVI Республика умартасылар конкурсы, X "Йәш умартасы" республика конкурсы, X республика династиялар конкурсы үткәрелде. Еңеүселәрҙе "Апимондия" халыҡ-ара умартасылыҡ ассоциациялары федерацияһы президенты Филипп Маккейб бүләкләне.

✓Һарытау өлкәһенең Мәксүт ауылында йыйын уҙҙы. Уны ошо ауылда тыуып үҫкәндәр һәм унда йәшәүселәр ойошторҙо. Байрамға борон-борондан Кәмәлек йылғаһы буйында йәшәгән урындағы башҡорттар йыйылды. Сарала Башҡортостандың атҡаҙанған мәҙәниәт хеҙмәткәре Рәис Низаметдинов - ҡурай, Бөтә Рәсәй һәм халыҡ-ара конкурстар лауреаты, "Ятаған" этно-төркөмө лидеры Илдар Шакиров думбырала уйнау буйынса оҫталыҡ дәрестәре бирҙе.

ҠЫҪҠАСА...

ИКМӘК БУЛҺА...

✔ **Башҡортостанда 2 миллион 260,3 мең тонна иген һәм ҡуҙаҡлы культуралар һуғылған.** Илеш (112,4 мең тонна), Стәрлетамаҡ (125) һәм Саҡмағош (112,6) райондары игенселәре иң күп ашлыҡ йыйып алған. Әле 1190,9 мең гектар майҙандағы иген һәм ҡуҙаҡлы культуралар (66 процент) сабылған, 1150,6 мең гектарҙа (63 процент) - һуғылған. Ғафури, Илеш, Нуриман һәм Саҡмағош райондары баҫыуҙарында ашлыҡты 20 проценттан аҙыраҡ майҙанда сабырға ҡалған. Иген һәм ҡуҙаҡлы культураларҙан уртаса уңыш гектарынан 19,8 центнер тәшкил итә. Ейәнсуралар - борсаҡтан (гектарынан 25 центнер), саҡмағоштар - яҙғы бойҙайҙан, арпанан һәм ҡарабойҙайҙан (26,9, 32,6 һәм 21,3), мәләүездәр һолонан (28) иң юғары уңыш ала, тип хәбәр итә республика Ауыл хужалығы министрлығының матбуғат хеҙмәте.

✔ **Башҡортостан Башлығы Рөстәм Хәмитов Белорет районына эш сәфәре барышында 2015-2016 йылдарҙа "Морат" тау саңғыһы үҙәген төҙөкләндереү буйынса башҡарылған эштәрҙе тикшерҙе.** Шунан Башҡортостанда туризмды үҫтереү мөмкинлектәренә арналған кәңәшмә үткәрҙе. Белорет районы хакимиәте башлығы Владислав Миронов "Урал легендаһы" Башҡортостандың тау курорттары" туристик-рекреацион кластер төҙөү концепцияһын тәҡдим итте. Ул Белорет һәм Әбйәлил районы курорттарын берләктә, шул иҫәптән шәхси инвестициялар йәлеп итеү иҫәбенә үҫтереүҙе күҙ уңында тота. "Морат", "Абҙаҡ" һәм "Яҡтыкүл" тау саңғыһы курорттары кластерҙың нигеҙе булырға тейеш.

✔ **Башҡортостанстат мәғлүмәттәре буйынса,** бер аҙна эсендә республикала алма, шулай уҡ кәбеҫтә (9,2 процентҡа), картуф (5,2), башлы һуған (3,5), кишер (2,8), шәкәр ҡомо (1,6), һыуытылған тауыҡ ите, бойҙай оно, ҡарабойҙай (0,8-0,1) арзанайған. Тары ярмаһы (2,3 процентҡа), тоҙ (1,1), үҫемлек майы, арыш икмәге, һыйыр ите, аҡ май, дөгө, сусҡа ите, вермишель, туңдырылған балыҡ, һөт (0,9-0,1) ҡиммәтләнгән.

✔ **18 августан республиканан Силәбе өлкәһенә көн һайын электричка йөрөй башлаясаҡ.** Башҡортостан ҡала яны пассажирҙар компанияһы Дим - Аша - Кропачёво һәм кире йүнәлештә маршрут билдәләне. Димдән поезд киске 7-се 13 минутта ҡуҙғала һәм Силәбе станцияһына 10 тула 19 минуттан (урындағы ваҡыт) килеп етә. Кропачево станцияһынан поезд иртәнге 8 тула 07 минуттан ҡуҙғала, Димгә 12-се 29 минутта килеп етә. Поездар дүрт вагондан тора, пассажирҙар күбәйгән осраҡта вагондар өҫтәләсәк, тип хәбәр иттеләр компанияла.

...ҒӘҘӘТТӘРЕ КҮРКӘМ

ГЕНЕРАЛДЫҢ НАГРАДАҺЫ ҠАЙТТЫ

Өфөлә Башҡортостандың Милли музейына 112-се Башҡорт кавалерия дивизияһы командиры генерал-майор Миңлегәле Шайморатовтың Ҡыҙыл Йондоҙ орденын тапшырыу тантанаһы булып үтте. Музей директорына легендар комдивтың наградаһын һәм Башҡорт кавалерия дивизияһының хәрби юлы тураһындағы архив материалдарын Башҡортостан Башлығы Рөстәм Хәмитов тапшырҙы.

- Бөгөн ысын мәғәнәһендә тарихи ваҡиға. Тап бөгөнгө көндә танылған яҡташыбыҙ Миңлегәле Минһаж улы Шайморатовҡа 117 йәш тулған булыр ине. Был көндә баһалап бөткөһөҙ ҡомартҡы - генералдың Ҡыҙыл Йондоҙ ордены, шулай уҡ 112-се Башҡорт кавалерия дивизияһының хәрби юлы тураһындағы архив документтары Милли музейыбыҙға мәңгелеккә һаҡлауға тапшырыла, - тине Рөстәм Хәмитов. - Был ваҡиға - тарихи дөрөҫлөктө онотмау, уны һаҡлау буйынса тағы ла бер мөһим аҙым. Ул Ватан геройҙарының яҙмышын өйрәнеү өсөн яңы стимул буласаҡ. Ошо мөһим эштә беҙгә Рәсәйҙең Оборона министрлығы һәм Мәҙәниәт министрлығы, тиҫтәләрсә эҙәрмән отрядтары ярҙам итә...

Шайморатов тураһында архив документтарын эҙләүҙә Башҡортостанда тыуып үҫкән, хәҙер иһә Рәсәй Президентының дәүләт наградалары буйынса идаралыҡ начальнигы урынбаҫары Рөстәм Латипов ҙур ярҙам күрһәтте, тип билдәләне республика Башлығы. Ул мәҙәниәт министры Владимир Мединский менән Өфөгә килгән ваҡытта республикаға генералдың Ҡыҙыл Йондоҙ орденын һәм документтарын тапшырҙы.

Төбәк етәксеһе шулай уҡ Милли музейҙа асылған "Шайморатов генерал" күргәҙмәһе менән таныштығ. Унда генералдың шәхси документтары һәм архивтан алынған фотоһүрәттәре ҡуйылған. Бөйөк Ватан һуғышы йылдарында генерал-майор Миңлегәле Минһаж улы Шайморатов (1899-1943) 1-се Айырым кавалерия полкына, 1941 йылдың декабрь айынан 112-се Башҡорт кавалерия дивизияһына етәкселек итә. Дивизияның 3860 яугиры орден-миҙалдар менән бүләкләнгән, шуларҙың 78-е - Советтар Союзы Геройҙары, бишәүһе - Дан орденының тулы кавалерҙары. Комдив үҙе ике Ҡыҙыл Байраҡ орденына, Ҡыҙыл Йондоҙ орденына һәм миҙалдарға лайыҡ булған. Ул 1943 йылдың февралендә Ворошиловград (хәҙер - Луганск) янындағы һуғышта батырҙарса һәләк була.

ТӨП ШӨҒӨЛӨБӨҘ - БАЛ...

Башҡортостан Башлығы Рөстәм Хәмитов "Апимондия" халыҡ-ара умартасылыҡ ассоциациялары федерацияһы президенты Филип МакКейб менән осрашты. Яҡтар республикала умартасылыҡты үҫтереү, шулай уҡ Өфөлә "Апимондия" халыҡ-ара конгресын үткәреү мөмкинлектәрен тикшерҙе. Осрашыуҙа шулай уҡ федерацияның генераль секретары Риккардо Джаннони-Себастианини һәм Рәсәй умартасыларының милли союзы президенты Арнольд Бутов ҡатнашты.

Арнольд Бутов конгресты үткәреү хоҡуғына дүрт илдең дәғүә итеүен белдерҙе. Әммә 2021 йылда Башҡортостан "Апимондия" халыҡ-ара конгресын үткәреү хоҡуғын алырына ышана, тип билдәләне республика Башлығы. Уның әйтеүенсә, төбәктә умартасылыҡты үҫтереү буйынса яңы программа ҡабул ителәсәк, тармаҡтың матди-техник базаһы яңыртыласаҡ.

Халыҡ-ара умартасылыҡ буйынса конгрестар комитеты 1893 йылда булдырыла, беренсе Халыҡ-ара умартасылыҡ буйынса конгресс 1897 йылда Брюсселдә уҙа. "Апимондия" халыҡ-ара умартасылыҡ ассоциациялары федерацияһына 1949 йылда нигеҙ һалына. Ойошманың төп бурысы - бөтә илдәрҙә лә умартасылыҡты ғилми, техник һәм иҡтисади яҡтан үҫтереүгә булышлыҡ итеү.

Башҡортостан умартасылыҡтың төп күрһәткестәре буйынса илдә тәүге урынды биләй. 2016 йылдың 1 ғинуарына ҡарата республикала 366 мең бал ҡорто күсе иҫәпләнде. Башҡортостанда йылына уртаса 6 мең тонна бал етештерелә.

АТ СПОРТЫ ЛА - БЕҘҘЕКЕ

Башҡортостан Башлығы Рөстәм Хәмитов Мәләүез районына эш сәфәре барышында Ҡаран ауылында "Толпар" ат спорты комплексында булды. Комплекс 1976 йылдан эшләй. Бөгөн бында 99 баш йылҡы, шулай уҡ ете шәхси ат аҫрала. Комплекс биләмәһендә өс ат һарайы, манеж, спорт залы, административ корпус, манежға тоҡәтмә һәм ҡаҙанлыҡ бинаһы урынлашҡан.

Ун бер түңәрәк-секцияларҙа 100-гә яҡын бала шөғөлләнә, сит илдәрҙән һәм Рәсәйҙең башҡа ҡалаларынан да килеүселәр бар. СССР-ҙа тәүгә ойошторолған пони-клуб үҫешә. "Толпар" спортсылары ил, республика һәм район кимәлендәге ярыштарҙа даими ҡатнаша һәм призлы урындар яулай. Республика Башлығы тренерҙар һәм балалар менән аралашты, комплексты үҫтереү мөмкинлектәрен тикшерҙе.

Бында һаулыҡ мөмкинлектәре сикләнгән балалар өсөн адаптив төркөм эшләй. Рөстәм Хәмитов комплекста Иппотерапия үҙәген асырға тәҡдим итте. Белгестәр әйтеүенсә, уның уңышлы эшләүе өсөн медицина кабинетын, ял бүлмәләрен йыһазландырырға, ҙур булмаған манеж төҙөргә кәрәк. Ат спорты комплексы капиталь ремонтҡа мохтаж, тип тә билдәләнде. Республика Башлығы "Толпар" ат спорты комплексы етәкселегенән вольтижировка (ат спортының олимпия төрө) буйынса өҫтәмә бүлексә һәм Иппотерапия үҙәген асыуҙы иҫәпкә алып, реконструкция буйынса комплекслы тәҡдимдәр әҙерләүҙәрен һораны. Бынан тыш, республика Башлығы фекеренсә,

Б А Ш   Ҡ А Л А   Х Ә Б Ә Р Ҙ Ә Р Е

✔Федераль һалым хеҙмәте күсемһеҙ милек объектының кадастр хаҡынан сығып 2015 йыл өсөн физик берәмектәрҙең мөлкәтенә һалым түләү өсөн белдереү ҡағыҙҙары ебәрә башланы. Республикала 2 миллион 177 мең 725 һалым түләүсе түләү ҡағыҙы аласаҡ, тип хәбәр иттеләр Федераль һалым хеҙмәтенең Башҡортостан буйынса идаралығынан. Башҡортостан мөлкәт һалымын яңы ҡағиҙәләр буйынса түләй башлаясаҡ 28 пилот төбәге иҫәбенә инде. Граждандар милеккә һалым түләүгә белдереү ҡағыҙҙарын 2016 йылдың 20 октябренән дә һуңға ҡалмайынса алырға, һалымды 1 декабргә тиклем түләргә тейеш.

✔"Башҡортостандың мәҙәни донъяһы" интернет-порталына ижади хеҙмәткәрҙәр - етәксе һәм журналистар кәрәк. Етәксе урынына дәғүә итеүсе рус һәм башҡорт телдәрендә иркен аралашырға, мәҙәни тормош менән ҡыҙыҡһынырға һәм коллективтың эшен ойошторa белергә тейеш. Мөхәррирҙәрҙең (журналистарҙың) мәҡәләләр яҙа белеүе мотлаҡ. Резюмены mkrb_pressa@bashkortostan.ru электрон адресына ебәрергә мөмкин. Мәҙәни программалар дирекцияһына менеджер һәм координатор ҙа талап ителә.

✔"Йәнле һүрәттәр" балалар анимацияһы фестивале барышында балалар анимация студиялары һәм 18 йәшкә тиклемгә теләгән һәр кем өсөн конкурс иғлан ителгән. Рус йәки башҡорт телендәге фильм (русса субтитрҙар менән) 15 минуттан артмаҫҡа тейеш. Әгәр ҙә фильм бер нисә сериянан торһа, конкурсҡа бер генә серия ҡабул ителә. Эштәрҙе ҡабул итеү 2016 йылдың 20 сентябренә тиклем дауам итә. Фестиваль тураһында тулыраҡ мәғлүмәтте "Бәйләнештә"ге төркөмдә табырға мөмкин.

✔Республикала һалым инспекцияһы 999 фирмала "һоро" эш хаҡын законлаштырҙы. Башҡортостан буйынса Федераль һалым хеҙмәте идаралығынан хәбәр итеүҙәренсә, физик берәмектәрҙең килеменә һалым буйынса ҡаҙнаға керемдәрҙе арттырыу саралары барышында инспекторҙар граждандарҙың мөрәжәғәттәре буйынса эшләй, шулай уҡ эшмәкәрлек алып барған, әммә эш хаҡын түләмәгән фирмаларҙы тикшерә. Һөҙөмтәлә хеҙмәткә түләү фонды артты, ҡаҙнаға яҡынса 16 миллион һумлыҡ физик берәмектәрҙең килеменә һалым инде.

✓ *Һаманға тиклем ике йөҙләп ауыл мәктәбенә интернет селтәре үтмәгән, юғары тиҙлекле интернет мәктәптәрҙең 40 процентында ғына эшләй.*

мәктәптәрҙә аттар менән факультатив дәрестәр индерергә кәрәк.

- Республикабыҙ илдә йылҡы һаны буйынса алдынғы урындарҙы биләй. Әммә аттар киң таралыу алмаған, - тине Рөстәм Хәмитов. - Бөгөн бер ҡасан да ат күрмәгән балалар күп. Ошо ҡыҙыҡһыныуҙы арттырыу, тыуған төйәккә, тәбиғәткә һөйөү тәрбиәләү мөһим.

ЕРЕНДЕ КИҢӘЙТӘМ, ТИҺӘҢ...

Ҡала округы Советының сираттағы ултырышында көн ҡаҙағына ҡала бюджетына үҙгәрештәр индереү мәсьәләһе торҙо. Депутаттар Өфөнөң фаразланған килемен 21,189 миллиард һумға тиклем, шул уҡ ваҡытта сығымдарҙы 23,541 миллиард һумғаса күтәрҙе.

Бындай үҙгәрештәр ҡала бюджетына даими индерелеп тора, сөнки ҡабул иткәндә ул минималь күләмдә раҫлана, ә инде финанс йылы дауамында күберәк килем алынғанда, республика бюджетынан планлаштырылғандан күберәк аҡса ингәндә, үҙгәрештәр талап ителә. Килем булғас, сығым өлөшө лә арта. Был юлы бюджеттағы өҫтәмә средстволар социаль учреждениелар хеҙмәткәрҙәренә эш хаҡы түләү, таҙартыу ҡоролмаларын тотоу, ҡаланы төҙөкләндереү буйынса эш күләмен арттырыуға йүнәлтеләсәк.

Шулай уҡ депутаттар муниципаль ерҙәр менән сиктәш булған участка хужаларына ер майҙанын киңәйтеү мөмкинлеген биреү тураһында ҡарар ҡабул итте. Киңәйтелгән майҙан күләме өсөн хаҡ милектә һаналған ер участкаһының кадастр хаҡы буйынса баһалана. Был документ, тәү сиратта, баҡсасыларҙың ихтыяжын ҡәнәғәтләндерәсәк һәм баҡсалары ситтә булыусыларға әлеге ваҡытта файҙаланылмаған ерҙәрҙе алыу мөмкинлеге бирәсәк.

Шулай уҡ ултырышта ҡала территорияларын межалау һәм планлаштырыу проекттары буйынса асыҡ тыңлауҙар үткәреү урындары, көндәре билдәләнде. Иң ҙур квартал "Затон" биҫтәһендә барлыҡҡа киләсәк. Бында дөйөм майҙаны 133 мең квадрат метр булған 10 һәм 25 ҡатлы яңы 10 йорт төҙөләсәк. Проектҡа ярашлы, биҫтәлә 1200 уҡыусыға иҫәпләнгән мәктәп, 320 урынлыҡ балалар баҡсаһы, спорт майҙансығы, 1600 автомобилгә иҫәпләнгән ер аҫты, күп кимәлле һәм ер өҫтө паркингтары буласаҡ.

ЯРЫШ ҠЫНА ТҮГЕЛ...

Быйыл беренсе тапҡыр "Нефтсе" стадионында сәләмәтлектәре сикләнгән категория өсөн дөйөм ҡала спорт байрамы ойошторолдо. Сарала ҡатнашыусы 165 кеше дартс, сатраш, шашка, арҡан тартыу, таяҡҡа ҡулса ырғытыу, армспорт, инвалид коляскаларында фигуралы йөрөү, 60 һәм 100 метрға йүгереү дисциплиналарында көс һынашты.

Спорт саралары серияһын VII Йәйге Өфө корпоратив уйындары тамамлаясаҡ. Былтыр уларҙа 200 команда, 1500 кеше ҡатнашты. Уйындарға ойошмалар ныҡ ҡыҙыҡһыныу белдерә. Уҙған йылдарҙа "Башнефть", "Башинформсвязь" ойошмалары, Ғ.Ғ. Ҡыуатов исемендәге Республика клиник дауаханаһы, "Таргин" йәмғиәте, БР буйынса Дәүләт янғынға ҡаршы хеҙмәтенең 1-се ФПС-ы хеҙмәткәрҙәре лидерҙар рәтендә булһа, быйыл Октябрьский, Салауат, Туймазы ҡалалары, БР Сауҙа-сәнәғәт палатаһы командаһы ярыштарҙа ҡатнашыу теләген белдерә.

Уйындар 27 августа сәғәт 12-лә "Динамо" стадионында тантаналы шарттарҙа асыласаҡ. Ҡатнашыусылар 10 спорт төрө: мини-футбол, пляж волейболы, баскетбол, сатраш, өҫтәл теннисы, дартс, йөҙөү, еңел атлетика (эстафета 4x100м), арҡан тартыу, бильярд буйынса көс һынашасаҡ. Балалар һәм тамашасылар өсөн дә уйындар ойоштороласаҡ.

Быйыл сараның форматы киңәйеп, уның сиктәрендә 26 августа киске сәғәт 4-тә "Динамо" стадионында түңәрәк ҡорҙар ҙа үтәсәк. Уларҙа спорт объекттарын төҙөүҙә дәүләт-шәхси партнерлығы механизмдарын ҡулланыу, ҡаланың спорт инфраструктураһын яҡшыртыуҙа бизнес һәм власть хеҙмәттәшлеге мәсьәләләре буйынса фекер алышыу планлаштырыла.

АҒИҘЕЛДӘ ТАҒЫ БЕР КҮПЕР

Быйыл октябрь айында Өфөлә "Платон" системаһы буйынса йыйылған аҡсаға берлектә финанслау иҫәбенә һалынған тәүге төбәк күперҙәренең береһендә юл хәрәкәте асыла. Шулай итеп, Башҡортостан уникаль яһалма ҡоролмалар төҙөү өсөн федераль ярҙам алған тәүге төбәктәрҙең береһе буласаҡ һәм үҙ объектын файҙаланыуға тапшырасаҡ. Был хаҡта Федераль юл агентлығы хәбәр итә.

Ағиҙел йылғаһы аша төҙөлөүсе күперҙә эштәр 90 процентҡа тамамланған. Йәйәүлеләр өсөн ер өҫтө үткәүелен һалыу һәм тауыштан һаҡлаусы экрандарҙы монтажлау бара. Федераль юл агентлығының матбуғат хеҙмәтендә билдәләүҙәренсә, проектты тормошҡа ашырыу М-5 "Урал" һәм М-7 "Волга" федераль трассалары араһында уңайлы транспорт бәйләнешен тәьмин итәсәк. Күперҙең оҙонлоғо - 830 метрҙан ашыу. Унда өс һыҙатлы хәрәкәт ойоштороу күҙаллана.

Өфөләге Затон күпере уникаль яһалма ҡоролмалар иҫәбенә ингән. Рәсәй Хөкүмәте бойороғо менән уларҙы төҙөү һәм ремонтлау өсөн "Платон" системаһы буйынса илдең юл фондына йыйылған аҡсанан 12 миллиард һум бүленгән. Башҡортостан 1,5 миллиард һум аласаҡ. Дөйөм алғанда, 19 төбәккә 31 күперҙе төҙөкләндереү өсөн дәүләт ҡаҙнаһынан аҡса ҡаралған.

"Башинформ" һәм Өфө ҡала округы хакимиәтенең Мәғлүмәт-аналитика идаралығы материалдары.

КӨНАУАЗ

УҠЫТЫУСЫНЫ...

ниндәй һорауҙар борсой бөгөн?

Уҡытыусы булыу, һис шикһеҙ, бөтәһенең дә елкәһенән килә торған эш түгел. Бигерәк тә бөгөнгө төрлө яҡлы эшмәкәрлек, белем талап ителгән заманда эшләргә дәрте булмаған кеше мәктәпкә башын да тыҡмай. Был турала ил етәкселәре лә хәтергә төшөрөп кенә тора: аҡса табырға теләгәндәр балаларға белем биреү өлкәһендә эшләй алмай. Ошо көндәрҙә Өфөлә үткәрелгән Мәғариф буйынса республика август кәңәшмәһендә лә кадрҙар, киләсәккә маҡсаттар, пландар тураһында етди һөйләшеү булды.

Быйылғы кәңәшмә алдағы йылдарҙан айырмалы биш көн дауамында үткәрелде. Бының сәбәбен ойоштороусылар мәғариф өлкәһендәге хәл ителәһе проблемаларҙы уртаға һалып һөйләшеү, фекер алышыу зарурлығы менән аңлатты. Шуныһы иғтибарға лайыҡ: быйыл кәңәшмәгә, етәкселәрҙән тыш, ябай уҡытыусылар, район һәм ҡала мәғариф бүлеге хеҙмәткәрҙәре саҡырылғайны. Улар баш ҡаланың алдынғы мәғариф учреждениеларында ойошторолған фекер алышыу майҙансыҡтарында үҙҙәренә кәрәкле мәғлүмәт алып, борсоған һорауҙарына яуап ишетеп ҡайтты.

Август кәңәшмәһенең тәүге көнөндә Педагогтың һөнәри стандарты тураһында һүҙ барҙы. Киләһе йылдың ғинуар айынан Рәсәйҙең бөтә төбәктәрендә лә ғәмәлгә инәсәк яңы стандарт быға тиклем уҡытыусының эшен баһалау өсөн ҡулланылған иҫке документтарға алмашҡа килә. "Донъя үҙгәреү менән балалар ҙа үҙгәрә, был үҙ сиратында педагогтың квалификацияһына ҡарата талаптар яңырыуына килтерә. Әммә педагогты бер ҡасан да бер нәмәгә лә уҡытмай тороп, унан ниҙер талап итергә ярамай. Тимәк, педагогтың яңы һөнәри стандарттарын ғәмәлгә ашырыу юғары уҡыу йорттарында һәм квалификация арттырыу үҙәктәрендә уҡытыусыларҙы әҙерләү һәм белемен камиллаштырыу стандарттары үҙгәртелеүен талап итә", - тигән аңлатма бирелә Рәсәй Мәғариф һәм фән министрлығы документтарында. Был стандарт, нигеҙҙә, уҡытыусы хеҙмәтен Берҙәм дәүләт имтихандарына ғына түгел, ә һәр баланың уңыштарын иҫәпкә алып баһалауҙы күҙаллай. Киләсәк уҡытыусыһы электрон белем биреү һәм инклюзив белем биреү шарттарында уңышлы эшләргә, үҙ белемен даими рәүештә камиллаштырырға, һәр баланы шәхес итеп тәрбиәләргә бурыслы. Был аңлашыла ла, сөнки компьютер технологияһын яҡшы үҙләштергән, интернет селтәрендә үҙен һыуҙа йөҙгән балыҡ кеүек хис иткән балаларҙы дәрескә ылыҡтырыу, ҡыҙыҡһындырып уҡытыу башҡаса мөмкин дә түгелдер. Республика Башлығы Рөстәм Хәмитов та август кәңәшмәһенең пленар ултырышында сығыш яһағанда был хаҡта телгә алып китте. Уның билдәләүенсә, 2020 йылға тиклем республикала электрон белем биреүҙе үҫтереү концепцияһы ҡабул ителгән, ләкин әлегә был эш етерлек кимәлдә алып барылмай. Һаманға тиклем ике йөҙләп ауыл мәктәбенә интернет селтәре үтмәгән, юғары тиҙлекле интернет мәктәптәрҙең 40 процентында ғына эшләй. Мәктәптәрҙең ни бары 13 процентында электрон белем биреүҙе үҫтереү буйынса инновацион эшмәкәрлек алып барыла. Бөтә уҡытыусылар ҙа дистанцион технологияларҙы, ә уҡыусылар электрон ресурстарҙы ҡулланмай. Быйылдан башлап ошо маҡсаттар өсөн Башҡортостан Республикаһы Башлығының 30 миллион һумлыҡ йыллыҡ гранттары булдырылған.

(Дауамы 6-сы биттә).

Х А Л Ы Ҡ   Д А У А Һ Ы

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

Алма

❖ Аҙ ҡанлылыҡтан алма һуты шәп дауа. Һутын һығып алығыҙ ҙа, 2-3 сәғәт төҫө үҙгәргәнсе стаканда тотоғоҙ, шунан эсегеҙ. Кискеһен алманы сәнске менән тишергә һәм иртәнсәк ашарға. Шулай эшләһәң, тимер яҡшы үҙләштерелә.

Юл япрағы

❖ Тирелә йыйырсыҡтар булғанда яңы ғына йыйылған юл япрағын ҡулланығыҙ, ул тире ауырыуҙарын да дауалай.

Тирене ағартыу

❖ Тирене ағартыу өсөн өлгөрөп етмәгән бер нисә бөртөк ҡарағатты иҙеп, 1 балғалаҡ бал менән ҡатнаштырып һыу өҫтәргә лә, ҡулланырға.

Ҡолаҡ һыҙлағанда

❖ Ел үтһә лә, йылғала һыу ингәндә ҡолаҡҡа һыу инһә лә ҡолаҡ һыҙлай. Был осраҡта гәрсис (горчица) һуты тамыҙырға.

❖ Бер семтем (10-15 грамм) әсе әремде 1 стакан һыуҙа ҡайнатып, һыҙлаған ҡолаҡты уның быуында тоторға.

❖ Аҡ тирәк япрағы һутын аҙ ғына йылытып тамыҙыу ҙа файҙалы.

❖ Сөгөлдөр һутын йылытып тамыҙырға.

❖ Әгәр ҡолаҡ йәрәхәтләнһә, эренләп торһа, ишетмәҫ булһа, балтырған сәскәһе һутын тамыҙырға.

❖ 10 грамм самаһы әнисте төйөп, 50 грамм самаһы гөлйемеш майы менән ҡатнаштырып, йәрәхәтле ҡолаҡҡа һалыу файҙалы.

❖ Дауаханала йәрәхәтле ҡолаҡҡа баҡыр окисы өрәләр.

Һуған

❖ Орлоғон төйөп, ала (тәндә аҡ урындар сыға) тәнгә һөртөргә.

❖ Һуғанды иҙеп, тоҙ менән ҡатнаштырып сөйәлгә бәйләһәң, сөйәлде төшөрә.

❖ Һуған һыуын танауға тамыҙһаң, баш ауыртыуы бөтә, күҙгә һалһаң, күреү яҡшыра.

❖ Тамаҡ шешкәндә, һары ауырыуы булғанда һуған менән бал ҡатнаштырып эсергә кәрәк.

Әнүәрә ХӘЙБУЛЛИНА.

✓ *"Башҡорт телен туған тел һәм дәүләт теле булараҡ уҡытыу рәсми рәүештә ҡабул ителгән закондарға ярашлы алып барыласаҡ", тигән һүҙҙәрҙән һуң уҡытыусылар өсөн тағы ла бер ҡыуанyслы яңылыҡ еткерелде.*

ЙОЛАЛАРЫБЫҘ

ХАЛЫҠ МЕДИЦИНАҺЫ

Башҡорт халыҡ медицинаһында дауалауҙы ауырыуҙың сәбәбенә һәм уның нисек үтеүенә ҡарап ҡулланғандар. Бер дауа менән генә сикләнмәгәндәр, күпселектә бер нисә ысул ҡулланылған. Һәр дауалауға тиерлек дауалау магияһы өҫтәлгән.

Боронғо заманда "сигнатура" - төҫ менән дауалау ҙа билдәле. Ул шунан ғибәрәт: ҡан аҙайғанда ҡыҙыл төҫтәге емеш-еләк, йәшелсә аҙығы, һары ауырыуы булғанда һары төҫтәге ашамлыҡ ашатҡандар (йәки күрһәткәндәр) һ.б.

Ауырыу кешегә уңайлы, кәйеф күтәрерлек шарттар булдырырға тырышҡандар. Уның эргәһенә артыҡ күп кеше килеү рөхсәт ителмәгән. Бала сирләгәндә был талап айырыуса ныҡ һаҡланған. Был һис шикһеҙ ыңғай күренеш булған - баланы инфекцион ауырыу йоҡтороуҙан һаҡлаған.

Уңышлы дауалауҙа тулы ҡиммәтле туҡланыуҙың әһәмиәтен яҡшы белгәндәр, иң яҡшы ашамлыҡты ауырыу кешегә ашатҡандар. Йылҡы, һарыҡ, тауыҡ һурпаһы, ә һөт аҙыҡтарынан ҡымыҙ, ҡорот айырыуса файҙалы тип иәпләнгән.

Ауырыу кеше ятҡан бүлмәләге температура режимына етди әһәмиәт биргәндәр, уны яҡшылап йылытҡандар. Сөнки был үҙенә күрә бер дауалау сараһы тип иҫәпләнгән. Имсәк бала, ҡарттар, бәпесләүсе йәки бала тапҡан ҡатын йәшәгән бүлмәгә ҡарата был талапты айырыуса мотлаҡ үтәгәндәр.

Билдәле булыуынса, ҡайһы бер ауырыуҙарҙа (мәҫәлән, ҡыҙылса, натураль сәсәк, һыу сәсәге һ.б.) тәнгә сабыртма сыға. Бындай осраҡта мунса инергә, ҡойонорға рөхсәт ителмәгән. Сөнки халыҡ медицинаһы буйынса, сылатыу арҡаһында сабыртманың аҙып китеүе мөмкин. Яра өҫтөн ҡаплаған ҡутырҙы ҡуптарып алыу шулай уҡ тыйылған. "Ҡутырҙы тырнама - аҙыр" ти халыҡ мәҡәле.

Халыҡ медицинаһының киң таралған саралары һәм алымдары һәр ғаиләлә ҡулланылған. Бынан тыш, махсус халыҡ табиптары ла булған, мәҫәлән, үлән белгестәре, быуын төшөрөүселәр, кернә тартыусылар, һылап дауалаусылар, кендек инәйҙәре, сөннәтселәр (бабалар), ҡан сығарыусылар, һөлөк һалыусылар, им-томсолар һ.б. Халыҡ табиптары күпселектә өлкән йәштәге, күпте күргән, ҙур тормош тәжрибәле кешеләр булған. Йәш табиптар ҙа билдәле. Улар нигеҙҙә табип ғаиләһенән сыҡҡан кешеләр - уның улы, ҡыҙы, туғаны булған. Ошондай ғаилә табиптарында йыш ҡына теге йәки был дауа һәм дауалау алымдары сер итеп быуындан-быуынға күсеп килгән. Башҡорт халыҡ медицинаһы менән күберәк ҡатын-ҡыҙҙар шөғөлләнгән. Шул уҡ ваҡытта дауалаусы ирҙәр ҙә булған, мәҫәлән, быуын ултыртыусылар, сөннәтселәр, муллалар.

Башҡорт халыҡ медицинаһында төп дауалар һәм дауалау ысулдары, башҡа халыҡтарҙағы кеүек үк, тәбиғәттең өс сығанағынан: үҫемлектәр донъяһынан, мал-хайуандарҙан һәм минералдарҙан алынған. Теге йәки был дарыуҙы әҙерләгәндә үҙенә күрә үлсәү ҡулланылған. Дауа булған нәмәнең миҡдарын билдәләү өсөн, уны семтем, усҡа һыйырлыҡ итеп йәки балғалаҡ, аш ҡалағы, стакан һ.б. менән билдәләп алғандар.

Дауа матдәләре төрлөсә: үҙҙәре генә, ҡатышма, иретмә, төнәтмә (настой), ҡайнатма (отвар), дауа майы һ.б. рәүешендә ҡулланылған. Эсер өсөн әҙерләнгән дауа ас ҡарынлай көнөнә 1-3 тапҡыр ҡабул ителгән. Бер юлы ҡабул ителгән дауаның миҡдары бер ҡалаҡ йәки ярты стакан, бер стакан тәшкил иткән. Дауа майы һары майҙа, һарыҡтың туңмайында, ҡаймаҡта йәки күбек майҙа әҙерләнгән. Бының өсөн бер ҡалаҡ майға бер балғалаҡ дауа матдәһе һалынған. Шунан был составты ентекләп бутағандар.

Варис ҒҮМӘРОВ.
"Башҡорт халыҡ медицинаһы" китабынан.

КӨНАУАЗ

УҠЫТЫУСЫНЫ...

ниндәй һорауҙар борсой бөгөн?

(Башы 5-се биттә).

Электрон китаптар, синыф журналдары, компьютер, проектор, электрон таҡталар - заман талабы. Ләкин былар барыһы ла тәү нәүбәттә уҡытыусының электрон белем биреүҙең айышына төшөнөүен, техника менән ҡуллана белеүен талап итә. Педагогик коллективтарҙың күпселек проценты оло йәштәге уҡытыусылар булыуы сер түгел. Йәш кадрҙар әҙерләү мәсьәләһе Мәғариф буйынса республика август кәңәшмәһендә беренсе йыл ғына ҡуҙғатылмай. Бигерәк тә милли мәктәптәрҙә башҡорт телен белгән башланғыс синыф һәм предмет уҡытыусыларына ҡытлыҡ кисерелә. Юғары уҡыу йортон тамамлаған йәш белгестәр район мәктәптәренә эшкә ҡайтырға ашыҡмай, перспективалыраҡ эш урынын ҡала ерендә эҙләй. Был турала ауыл мәктәптәре директорҙары, райондарҙың мәғариф бүлеге хеҙмәткәрҙәре лә борсола. "Мәктәпкә яңы һулыш өрөрҙәй көслө, амбициялы, инициативалы йәш педагогтар эшкә килергә тейеш. Бының өсөн тәү сиратта педагогика буйынса юғары уҡыу йорттарына белем даирәһе киң, ынтылышлы абитуриенттарҙы ғына ҡабул итеү мөһим. Сөнки улар киләсәктә мәктәптәрҙәге уҡытыу сифатына йоғонто яһаясаҡ, киләсәк быуынды тәрбиәләйәсәк", - ти Салауат районы Лағыр урта мәктәбе директоры Ринат Ситдиҡов.

Милли мәғариф өлкәһендәге хәл ителәһе мәсьәләләр хаҡында һөйләгәндә, тәү сиратта, башҡорт телен уҡытыуға ҡағылышлы һорауҙар ҡалҡып сыға. Мәғариф буйынса республика август кәңәшмәһенең икенсе көнөндә "Поликультур мәғариф арауығында милли мәғарифты фәнни-методик яҡтан тәьмин итеү" тип аталған фекер алышыу майҙансығында бик күп һорауҙарға асыҡлыҡ индерелде. Бында БР Мәғариф министрлығы белгестәре, ҡала һәм райондарҙың туған телдәр буйынса методистары, уҡыу китабы фонды методистары, директорҙарҙың туған телдәрҙе уҡытыу буйынса урынбаҫарҙары, уҡытыусылар, ғалимдар һәм йәмәғәт ойошмалары вәкилдәре ҡатнашты. Бик ҡәтғи яңғыраған "Башҡорт телен туған тел һәм дәүләт теле булараҡ уҡытыу рәсми рәүештә ҡабул ителгән закондарға ярашлы алып барыласаҡ", тигән һүҙҙәрҙән һуң уҡытыусылар өсөн тағы ла бер ҡыуанyслы яңылыҡ еткерелде: милли мәктәптәрҙең башланғыс синыфтары өсөн тәғәйенләнгән әсбаптарға гриф алынған. Әлеге ваҡытта юғары синыфтар өсөн тәғәйенләнгән башҡорт теле дәреслектәре Мәскәүгә йүнәлергә тора. Был дәреслектәрҙең федераль исемлеккә индерелеүе бигерәк тә республиканан ситтә йәшәгән милләттәштәргә ҡулай буласаҡ. Әйткәндәй, төбәк компонентын иҫәпкә алып ҡулланыуҙа ҡалырға тейеш уҡыу әсбаптары буйынса ла хәл ителәһе мәсьәләләр әҙ түгел. Мәҫәлән, "Рәсәй халыҡтарының рухи-әхлаҡи мәҙәниәте нигеҙҙәре" предметы буйынса дәреслектәр ҙә, уҡытыу-методик әсбаптар ҙа юҡ тиерлек. Был турала Өфө ҡалаһы Ф. Мостафина исемендәге 20-се ҡала башҡорт гимназияһының тарих уҡытыусыһы Наил Әминев сығыш яһаны. Шулай уҡ ул киләсәктә Рәсәй тарихы буйынса төҙөлгән китаптарҙа башҡорт халҡының тарихи ваҡиғаларҙа ҡатнашлығы тураһында ла мәғлүмәт биреү мөһимлеге тураһында һүҙ ҡуҙғатты. БР Мәғариф министрлығының милли мәғариф, төбәк-ара хеҙмәттәшлек һәм дәреслектәр нәшер итеү бүлеге мөдире Гөлсәсәк Мөхәмәтйәнова Башҡортостан Республикаһында милли мәғарифты үҫтереү буйынса яңы концепция проекты тураһында һөйләп үтте. Билдәләнеүенсә, Концепция 2016-2020 йылдарҙа тормошҡа ашырыласаҡ. Ул башҡорт теле грамматикаһын ғына белгән түгел, ә тормошҡа әҙер булған, конкуренцияға һәләтле шәхес тәрбиәләүгә йүнәлтеләсәк. Сөнки милли мәктәптәр заман талаптарына яуап бирергә һәм үҙҙәре лә конкуренцияға һәләтле булырға тейеш.

Баймаҡ ҡалаһының 2-се мәктәбе директоры урынбаҫары Наилә Рәхмәтуллинаның төп дөйөм белем биреүҙең федераль дәүләт белем биреү стандарттарын тормошҡа ашырыу шарттарында билингваль белем биреү, йәғни ике телдә уҡытыу тураһында һөйләгәндәре бер аҙ аптыратты аптыратыуға. "Мәктәптә бөтә предметтарҙы ла туған телдә уҡытыу балалар туған телен яҡшы белгән осраҡта ғына мөмкин. Ә беҙҙең республикала һуңғы йылдарҙа Берҙәм дәүләт имтиханын тапшырыуға, рус телен яҡшыраҡ өйрәнеү теләгенә һылтанып, ғаиләлә башҡорт телендә һөйләшеү, баланы башҡорт балалар баҡсаһына биреү һәм артабан башҡорт телен туған тел булараҡ өйрәнеүҙән баш тартыусылар һаны арта. Бындай шарттарҙа билингваль белем биреүҙең кәрәге лә бөтә, шуға күрә туған телгә зыян килтермәгән яңы уҡытыу моделе талап ителә", - тигән фекер әйтте Наилә Фәхретдин ҡыҙы. Әммә БР Мәғариф министрлығы белгестәре билингваль белем биреү тураһында һүҙ барғанда башҡорт һәм рус телдәренең нисбәтен билдәләргә кәрәк, бөгөн милли мәктәптәрҙә лә, башҡа белем усаҡтарында ла уҡытыу мотлаҡ ике телдә алып барылырға тейеш, тип иҫәпләй. Инйәр 2-се урта мәктәбенең рус теле уҡытыусыһы Зифа Йомағужина ла Баймаҡ уҡытыусыһының фекерен хупламауын белдерҙе: "Ун биш йыл рус мәктәбендә, һуңғы һигеҙ йылда башҡорт мәктәбендә рус теле дәрестәрен уҡытам. Башланғыс синыфтарҙа бөтә предметтарҙы ла башҡортса уҡығандан һуң, яйлап ҡына рус телендә уҡырға күскән балалар ике телде лә яҡшы белә. Улар тик русса ғына белем алған балалар менән бер рәттә иншаларын да яҙа, уҡыуҙарында ла ҡыйынлыҡтар кисермәй, Берҙәм дәүләт имтиханын да яҡшы һөҙөмтәләргә тапшыра. Шуға күрә, башҡорт теленең башҡа предметтарҙан яҡшы өлгәшеүгә ҡамасаулауы ысынбарлыҡҡа тап килмәй..." Ғөмүмән, фекер алышыуҙа ҡатнашыусылар туған телдәрҙе уҡытыу, башҡорт телен дәүләт теле булараҡ уҡытыу мәсьәләһен киләсәктә БР Мәғариф министрлығы коллегияһына ҡуйып тикшереү маҡсатҡа ярашлы булыр, тигән теләктәрен еткерҙе.

Кәңәшмәлә шулай уҡ һөнәри белем биреү өлкәһендәге мәсьәләләр ҙә күтәрелде. Башҡортостан Республикаһы Башлығы Рөстәм Хәмитов илдә иң талап ителгән эшсе һөнәрҙәре буйынса кадрҙар әҙерләү буйынса төбәк-ара компетенциялар үҙәге селтәрҙәрен булдырыу буйынса эш башланыуы тураһында телгә алды. Әлеге көндә бындай үҙәктәр Төмән, Мәскәү, Ульяновск, Свердловск, Хабаровск өлкәләрендә һәм Татарстан, Сыуашстанда асыласаҡ, тип билдәләнгән. "Мин был регионлар исемлеген махсус рәүештә һанап әйтәм, һеҙ беҙҙең республика был исемлеккә инмәүен белергә тейешһегеҙ. Был үҙәктәрҙе финанслау өсөн федераль бюджеттан 900 миллион һум бүленеү ҡаралған. Беҙҙең республика хатта ҡатнашыу өсөн ғариза ла ебәрмәгән. Был Мәғариф министрлығы, Хеҙмәт һәм социаль яҡлау министрлығының хатаһы. Тейешле һығымталар яһағыҙ", - тине Рөстәм Зәки улы. Һуңғы йылдарҙа бер республикала ғына түгел, бөтә илдә төрлө тармаҡтар буйынса ябай эшселәр етешмәй. Эшсе һөнәрҙәренең абруйын күтәреү, йәш кадрҙар әҙерләүҙең сифатын арттырыу - көнүҙәк мәсьәләләрҙең береһе. Ҡыҙғанысҡа күрә, әлегә WorldSkills Russia хәрәкәте чемпионаттарында республиканың йыйылма командалары уңышлы сығыш яһамаған һәм был йүнәлештә эшләйһе эштәр байтаҡ, тип билдәләнде.

Сәриә ҒАРИПОВА.

БАШҠОРТ АВТОНОМИЯҺЫ ТАРИХЫНАН

ПОЛК МУЛЛАЛАРЫНЫҢ...

ғәскәрҙәге тәртипте, һалдаттарҙың рухын һаҡлағаны

Һуғыш шарттарында Ислам дине башҡорт ғәскәрендә тәртип, берҙәмлекте һаҡлаусы, һалдаттарҙың рухын нығытыусы факторҙарҙың береһе булып тора. Шуға күрә лә һәр башҡорт полкында муллалар эшмәкәрлек итә. Улар дини йолалар атҡарыуҙан тыш, Башҡорт хөкүмәтенең ҡарарҙарын еткереп, аңлатыу эше алып бара, һалдаттарҙың рухи тотороҡлоғон тәьмин итә. Башҡорт командованиеһы ла һалдаттарҙы яуға өндәгәндә дингә мөрәжәғәт итә. Мәҫәлән, 1919 йылдың ғинуарында Нуҡай ауылы янында (хәҙерге Күгәрсен районы) ҡыҙылдарҙың кавалерия полкын ҡыйратҡан башҡорт ғәскәрҙәренең Мораҡ төркөмө яугирҙарын ҡотлап, төркөмдөң командующийы штабс-ротмистр Х. Әлишев былай тип мөрәжәғәт итә: *"Объявляю всем солдатам участникам боя под Нукаевой сердечную благодарность, как стойким борцам за правое народное дело, смело и храбро доказавшим врагу силу и способность борьбы со своим противником. Надеюсь и уверен, что солдаты и в будущем в боевых действиях против предателей Родины - красных окажутся такими же героями и не посрамят своего правого дела, за которое льется кровь лучших сынов дорогой Родины. И вы, солдаты, помните, что кровь, пролитая вами, вашими братьями и отцами не забудется Родиной. Настанет время, когда восторжествует справедливость, засветит яркое солнце порядка и счастья и тогда вы со спокойной совестью сможете отдохнуть от переносимых вами страданий и Родина скажет вам свое материнское, теплое, ласковое Спасибо.* ***С Аллахом вперед на страдания за будущее счастье Ваше и Вашей Родины - Автономной Башкирии и свободной России".***[10]

Шуныһы ҡыҙыҡлы: "Дин - ул халыҡ өсөн әфиун", тип һанаған дәһри большевиктар яғына сыҡҡас та башҡорт ғәскәрҙәрендә дини йолалар атҡарыу йәһәтенән сикләүҙәр булмай. Киреһенсә, РСФСР Революцион хәрби советы рәйесе Л.Троцкийҙың фарманында (1919 йылдың 5 апреле): *"Установление формы Башкирской армии и внутреннего распорядка в ней, согласно своеобразности быта Башкир, поручается военному комиссару Башкирии"*, - тиелә, йәғни Башҡорт совет республикаһының хәрби комиссары Зәки Вәлидигә йөкмәтелә.[11]

Ҡыҙыл Армияның Айырым Башҡорт уҡсы бригадаһының 2-се полкы байрағы. 1920 йылғы. Милли музей фондында һаҡлана.

Кисәге полк муллалары хәҙер ҡыҙылдар яғында хәрби комиссар вазифаларын ала. Мәҫәлән, үрҙә телгә алынған 2-се Башҡорт пехота полкы һәм 1-се Башҡорт дивизияһы муллаһы Нуриәғзәм Таһировты Зәки Вәлиди Айырым Башҡорт кавалерия дивизияһының хәрби комиссары итеп тәғәйенләй. 2-се Башҡорт кавалерия полкының муллаһы Хәлил Юлдашев ҡыҙылдар яғына сыҡҡас, Башҡорт хәрби комиссариаты янындағы Ҡыҙыл батальондың хәрби комиссары булып китә. Артабан Айырым Башҡорт кавалерия дивизияһының 1-се полкы комиссары булып хеҙмәт итә.

Ҡыҙыл Армияның башҡорт ғәскәрҙәрендә элекке полк муллаларының хеҙмәт итеүе һалдаттар араһында тәртип тотоуға ҙур булышлыҡ итә. *"...Троцкий беҙҙең ғәскәрҙәге эске тәртипкә хайран ҡала торғайны. Ғәскәри частарҙа тәртип тәьмин итеүсе полк "политкомиссарҙары" урынында беҙҙә элеккесә "полк муллаһы" барлығын да ул белә ине. "Беҙҙә полктарға элеккесә поп тәғәйенләйекме икән әллә?"* тип шаяртып көлдө", - тип яҙа үҙенең хәтирәләрендә Зәки Вәлиди.[12]

Ҡыҙыл башҡорт ғәскәрҙәре изге Ураҙа ғәйетен 1919 йылдың июнендә алыҫ Саранск ҡалаһында ҡаршылай. Байрам айҡанлы һалдаттарға икеләтә аҙыҡ бирелә, өс көн ял иғлан ителә, большевиктарҙың Ҡыҙыл Армия клубында башҡорттар байрам намаҙы үткәрә. Ураҙа айҡанлы ғәскәрҙәрҙә байрам саралары уҙғарыу хаҡында Башҡорт хәрби комиссариаты 1919 йылдың 26 июнендә фарман сығара:

§ 1

По случаю мусульманского годового праздника "Рамазан-эль-Шариф" занятия во вверенном мне комиссариате и подведомственных ему учреждениях и частях не производить: с 12 часов субботы 28-го по 30-е июня включительно, за исключением лиц, указанных в § 4 приказа по комиссариату с.г. за №4.

§ 2

Красноармейцам комендантской команды военного комиссариата в первый день праздника (воскресенье 29 июня) выдать двойной паек довольствия.

§ 3

Все лица мусульманского вероисповедания, желающие быть на утреннем молебствии, должны в воскресенье 29 июня к 9-ти часам утра прибыть в Красноармейский клуб в расположении деревянных бараков[13].

Әйткәндәй, большевиктар етәкселеге мосолман халыҡтарынан ойошторолған частарҙа Ҡыҙыл Армия символикаһын тағып йөрөүҙе талап итмәй, киреһенсә, РСФСР Реввоенсоветы мосолман ғәскәрҙәре өсөн уртаһында мосолман билдәһе - ярым ай менән йондоҙ һүрәтләнгән, ромб формаһындағы йәшел нашивка ҡабул итә. Был билдәне Ҡыҙыл Армияның башҡорт ғәскәрҙәре яугирҙары ла ҡуллана. Шулай уҡ башҡорт частарында хеҙмәт иткән урыҫтар ҙа тағып йөрөй.

Башҡорт ғәскәрҙәренең байраҡтарында ла төп элемент булып мосолман билдәһе - ярым ай менән йондоҙ һүрәтләнә. 1920 йылда Башҡорт хөкүмәте фронттағы башҡорт полктарына байраҡтар тапшырырға ҡарар итә. Байраҡтар Айырым Башҡорт уҡсы бригадаһының өс полкына һәм Башҡорт кавалерия дивизияһынан ҡалған бер полкка тапшырыла. Бригада полктарына байраҡтар тапшырыу тантанаһы 1920 йылдың 27 майында Петроград ҡалаһында үтә. Шул байраҡтарҙың икеһе - 1-се һәм 2-се Башҡорт уҡсы полктарының байраҡтары бөгөн Милли музей фондында һаҡлана. 2-се полктыҡы ярайһы уҡ яҡшы һаҡланған (фотоны ҡарағыҙ). Байраҡ Ҡыҙыл Армия төҫөндә, йәғни ҡыҙыл төҫтә. Шулай уҡ мосолман символикаһы - ярым ай менән йондоҙҙоң эсендә большевиктарҙың символы ураҡ-сүкеш урынлаштырып, идеологик компромисс табылған.

Башҡорт хөкүмәте 1919 йылдың авгусында Башҡортостанға ҡайтҡас, Башҡорт хәрби комиссариаты запас ғәскәрҙәр ойоштороу эшенә тотона. Башҡорт запас уҡсы полкы, Айырым Башҡорт запас кавалерия дивизионы, Айырым Башҡорт уҡсы батальоны, Айырым Башҡорт еңел батареяһы, Айырым Башҡорт эскадроны, Айырым саңғысылар батальоны, тыл ополчениеһы ротаһы төҙөлә. Бынан тыш, кантон хәрби комиссариаттарында ғәскәрҙәр туплана. Йәмғеһе Башҡортостанда ғәскәрҙәрҙең һаны 15 мең тирәһе була. Уларҙың бөтәһе лә Башҡорт хәрби комиссариаты ҡарамағында тора.

Азат ЯРМУЛЛИН, тарихсы.

(Дауамы. Башы 33-сө һанда).

[10]ЦАОО РБ. Ф. 9776. Оп. 2. Д. 4. Л. 170.
[11]ЦИА РБ. Ф. 954. Оп. 2. Д. 9. Л.389.
[12]Вәлиди Туған Ә.Ә. Хәтирәләр. Өфө, 1996. 282-се бит.
[13]ЦИА РБ. Ф. 1107. Оп. 1. Д. 8. Л. 84.

БАШҠОРТ ҠАМУСЫ

Йәдкәр БӘШИРОВ

БӨЙӨК БАШҠОРТ ИЛЕ

Беренсе бүлек

Евразияла йәшәүсе боронғо халыҡтарҙың этник тарихы

Ысын мәғәнәһендәге бөйөк халыҡ кешелектәге икенсел, хатта беренсел роле менән дә бер ваҡытта ла килешә алмай, ул фәҡәт бөйөк һәм беренсе генә. Ошондай инаныуын юғалтҡан халыҡ халыҡ булыуҙан туҡтай...
Ф.М. Достоевский

Йөҙ мең йыл элек Көньяҡ Уралда емешеләк, балыҡсылыҡ һәм һунар менән көн күреүсе тәүтормош ҡәбиләләре йәшәгән. "Башҡорт халҡы тарихы"ның I томына яҙылған инеш һүҙҙә Көньяҡ Уралдың тәүге кешеләренең тормошо һүрәтләнә. Ошо томда килтерелгән материалдар менән танышыу һәм уларҙы анализлау "Тарихи Башҡортостан" территорияһында йәшәүсе башҡорттарҙың ата-бабаларының тормошо һәм эшмәкәрлеге хаҡында күҙ алдына килтерергә мөмкинлек бирә. Башҡорттарҙың борон-борондан ошо ерҙә йәшәүе, бер яҡтан, боронғо башҡорт теле, халыҡ тыуҙырған хазиналар, үҙенсәлекле мәҙәниәт һ.б. менән, икенсе яҡтан - боронғо археологик ҡомартҡыларҙың асылыуы һәм уларҙың өйрәнелеүе менән аңлатыла. Мәҫәлән, 1955 йылда ғалимдар Кушнаренко районының Иҫке Туҡмаҡлы ауылы территорияһында аҫҡы палеолит ҡомартҡыларын өйрәнеп, ундағы бүрәнә ҡалдыҡтарының 50 мең йылға тиң радиоуглерод датаһын билдәләне (БашТИ - 61). Ә палеомагнит тикшеренеүҙәре уларҙың 400 мең йыллыҡ йәшен иҫбат итте (93, 23-сө бит). Өҫкө палеолиттың һуңғы осорона күп һандағы ҡомартҡылар ҡарай. Чусовой йылғаһы ярындағы М.В. Талицкий исемендәге Островская торлағында 5000-дән ашыу ҡомартҡы табылған. Ҡомартҡыларҙың радиоуглерод йәше 18500 йыл. Башҡортостандың Бөрйән районындағы Шүлгәнташ мәмерйәһендәге ағас күмер буйынса был һандың 14000-16000 йылға тиң булыуы билдәләнгән. Унда 193 таштан яһалған ҡомартҡылар табылған. Шүлгәнташ мәмерйәһе (Капово) палеолит мәҙәниәтенең Урал усағы булғанлығын иҫбатлай (93, 51-се бит).

Һуңғы йылдарҙа тел өйрәнеү ғалимдары башҡорт һәм инглиз телдәренең боронғо тамыр бәйләнештәре барлығын иҫбат итте. Инглиз ғалимдары иһә, үҙенең тел тамырҙарын Туран цивилизацияһына бәйләй. Үҙ сиратында Туран цивилизацияһы Урал цивилизацияһынан айырылып барлыҡҡа килгән, донъяла был цивилизация 5000 йыллыҡ шына яҙыуҙары һаҡланған "шумерҙар" исеме менән билдәле. "Беҙҙең эраға тиклем 4 меңенсе йылдың башында Месопотамияның көньяҡ сигендә тәүге шумерҙар йәшәгәне билдәле. Улар яйлап Месопотамияның Фарсы ҡултығының көньяғынан башлап төньяҡҡа Тигр һәм Евфрат йылғаларына тиклем ҙур өлөшөн үҙләштерә" (В. Кузищин, М.1979, 94-се бит). Археологик ҡаҙылмалар беҙҙең эраға тиклем 11-се мең йыллыҡтан 3-сө меңйыллыҡҡа тиклем Месопотамияла бер халыҡтың йәшәүен дәлилләй. Шумерҙарҙың бәшәнәк-уғырҙар менән яҡынлығын "бураҙна" һүҙенең ике ҡәүемдә лә бер үк мәғәнәне аңлатыуында ла күрергә була һ.б. (Самюэль Крамер, Шумеры, М. 2002, 55-се бит).

(Дауамы бар).

✓ Татьяна Васильевна һәр ваҡыт: "Һин маҡсатына өлгәшергә ынтылған көслө тоҡомданһың, быны башҡаларға ла иҫбат итергә, үҙеңдең генә түгел, бөтә башҡорт халҡының данын, мәртәбәһен күтәрергә тейешһең", - тип сәмләндерә.

"ҺИН ХАЛҠЫҢДЫҢ МӘРТӘБӘҺЕН КҮТӘРЕРГӘ

Шулай тип дәртләндерә тренерҙары Гөлшатты

Бөгөнгө һүҙебеҙ ҡорос ихтыярлы, нескә күңелле башҡорт ҡыҙы - Европа һәм Рәсәй чемпионы, Бөтә донъя Универсиадаһының көмөш призеры, йүгереүсе Гөлшат ФАЗЛЕТДИНОВА хаҡында булыр. Гөлшаттың спорт өлкәһендәге бөтә титулдарын һанап тормай, "Халыҡ-ара класлы спорт мастеры, Рәсәйҙең иң көслө йүгереүселәренең береһе", тип кенә әйтһәк тә, уның ниндәй кимәлдәге спортсы булыуы аңлашылалыр.

Олимпиадаға үткәрмәһәләр ҙә…

Бөгөн республикала ғына түгел, тотош илдә Гөлшат хаҡында ишетмәгән, уны белмәгәндәр бик һирәктер. Ата-әсәһенең, тыуған ҡалаһының ғына түгел, ә Башҡортостандың, Рәсәйҙең ғорурлығы булған ҡыҙҙың быйылғы еңеүҙәрен генә барлай башлаһаң да, гәзит битенә һыймаҫ ине. Һәр хәлдә, 2016 йыл Гөлшат өсөн бар яҡлап та уңышлы булды. Май аҙағында Сочиҙа үткән Рәсәй команда чемпионатында еңел атлетика буйынса 5 мең метр араға йүгереүҙә еңеүсе булды. Июндә Чебоксарыла үткән Рәсәй чемпионатында көмөш миҙал яулап, Рио-де-Жанейрола үтәсәк Олимпиадала ҡатнашыу хоҡуғы алды. Олимпиада норматывын Гөлшат былтыр уҡ үтәгәйне. Үкенескә ҡаршы, Рәсәйҙең еңел атлетика буйынса йыйылма командаһы допинг сәйәсәтен боҙоуҙа ғәйепләнеп, йәйге Олимпия уйындарында ҡатнашыу хоҡуғынан мәхрүм ителде. Лозанна ҡалаһында урынлашҡан Спорт арбитраж суды беҙҙең спортсыларҙың дәғүәһен кире ҡаҡты. 68 спортсы ингән ошо исемлектә Гөлшаттың да булыуы һәм ниәттәрҙең тормошҡа ашмауы ғына күңелдә икеләтә ҡырҙы. Әммә Гөлшат килеп сыҡҡан күңелһеҙ хәлгә тыныс ҡараны һәм спорт өлкәһендәге эшмәкәрлеген дауам итте. 28 июлдә Мәскәүҙә олимпиадала ҡатнашыуҙан ситләтелгән спортсылар араһында еңел атлетика буйынса уҙғарылған "2016 йыл йондоҙҙары" турнирында тағы ла ҙур еңеү яуланы. Был иһә, спортсының йылдан-йыл юғарыраҡ баҫҡыстарға үрләргә һәләтле булыуын тағы бер тапҡыр дәлилләне.

Шулай ҙа Гөлшаттың тормошондағы быйылғы иң һөйөнөслө ваҡиғаларҙың береһе, моғайын да, үҙ ишен табып, ғаилә ҡороуылыр. Бынан бер нисә йыл элек Гөлшат менән әңгәмә мәлендә уға: "Киләсәк тормошонда нисек төҫмөрләйһең? Һинең өсөн хужабикә, әсә һәм спортсы төшөнсәләре бер кәртәгә һыямы?" - тигән һорау биргәйнем, ул ышаныслы итеп: "Әгәр ҙә буласаҡ тормош иптәшем мине аңлаһа, шөғөлөмдө хөрмәт итеп, төрлө яҡлап ярҙам итһә, һис шикһеҙ, бер үк ваҡытта әсәй ҙә, хужабикә лә, спортсы ла була аласаҡмын", - тип яуап биргәйне. Гөлшаттың яңы бурыстарын да еренә еткереп башҡара алыуына бер шик тә юҡ.

- Олимпиадаға үткәрмәүҙәре ни тиклем генә үкенесле булмаһын, тормош дауам итә, көтөлмәгән хәлдәргә һәр ваҡытта ла әҙермен, - ти Гөлшат. - Был ысын спортсыларға кәрәкле мөһим сифаттыр, тип уйлайым. Донъя кимәлендәге сарала ҡатнашыу өсөн ҙур әҙерлек үткәйнем, шуға күрә, һуңғы еңеүем еңел бирелде. Был йәһәттән тренерым Татьяна Васильевна Сенченкоға рәхмәтлемен. Ғөмүмән, спорттағы еңеүҙәремдең барыһында ла тренерҙарым Евгений Гаврилович менән Татьяна Васильевна Сенченколарҙың өлөшө ҙур. Мәктәп йылдарында Евгений Гавриловичта ҡанат нығытып, спорт нескәлектәренә төшөнөп, ихтыяр көсөмдө нығыттым һәм артабан камиллашыу өсөн Татьяна Васильевнаға килдем. Һәр ваҡыт тренерымдың кәңәшенә, тәжрибәһенә таяндым. Уның менән 9 йыл шөғөлләнеүем бушҡа булманы. Ул мине спорт яғынан ғына үҫтермәне, рухымды нығытты, ауыр юлдар аша еңеүгә килергә өйрәтте. Һәр саҡта ла формала булыу өсөн йүгергән саҡта егеттәр артынан ҡалмаҫҡа өндәне. "Егеттәр ҡыҙҙарҙы алға сығарыуҙан оялып, тағы ла сәмләнеберәк йүгерһә, һин, уларҙан ҡалмайым, тип тырышасаҡһың", ти торғайны.

Ярыш ваҡыттарында минән йыш ҡына милләтемде лә һорайҙар, ә мин ғорурлыҡ менән: "Мин башҡорт ҡыҙы!" - тип яуап бирәм. Тренерым да мине башҡалар менән: "Гөлшат башҡорт ҡыҙы, Салауат Юлаевтың тырыш, егәрле ейәнсәре", - тип таныштыра. Татьяна Васильевна һәр ваҡыт: "Һин маҡсатына өлгәшергә ынтылған көслө тоҡомданһың, быны башҡаларға ла иҫбат итергә, үҙеңдең генә түгел, бөтә башҡорт халҡының данын, мәртәбәһен күтәрергә тейешһең", - тип сәмләндерә. Ситтә йөрөгәндә тик русса, йә инглизсә генә аралашырға, өйҙә йылына бер-ике ай ғына булырға тура килә. Шуға күрә, телебеҙҙең матурлығын, һөйләшеү ҡеүәһен юғалтмау өсөн туғандарым, ата-әсәйем менән телефондан тик башҡортса ғына аралашам, башҡортса йырҙар тыңлайым.

Йүгерә башлағанда уҡ үҙемә спорт буйынса юғары үрҙәр яуларға, рекорд ҡуйырға тигән маҡсат ҡуйғайным. Әлбиттә, быға өлгәшеү еңел генә бирелмәне. Нимәнәндер баш тартырға, ҡайһы саҡта үҙ теләгеңә ҡаршы барырға ла тура килде. Әммә ошо йүнәлеште һайлауыма үкенмәйем һәм 30 йәшкә тиклем ошо юлдан барырмын әле, тигән уйҙамын. Ул ваҡытта Башҡортостан Физик культура институтын да тамамлаған буласаҡмын. Артабан ниндәй маҡсаттар менән йәшәргә икәне лә билдәләнер. Ҡасандыр бейеү түңәрәгенә лә йөрөнөм, хорҙа ла йырланым, ҡумыҙҙа ла уйнаным, ырғаҡ менән бәйләргә лә яраттым. Әлегә был шөғөлдәрҙе икенсе урынға ҡуйып торҙом, шулай ҙа китап менән дуҫ булыуымды ташламаным. Ә инде ғаилә ҡороуым тағы ла ҙурыраҡ стимул булдырҙы. Хәҙер минең еңеүҙәремде көтөп алған, уңыштарыма бергә шатланған һәм көйөнөстәремде уртаҡлашҡан тағы ла бер кеше артты...

ГӨЛШАТ ФАЗЛЕТДИНОВА:

Телебеҙҙең матурлығын, һөйләшеү ҡеүәһен юғалтмау өсөн туғандарым, ата-әсәйем менән телефондан тик башҡортса ғына аралашам, башҡортса йырҙар тыңлайым.

Чемпиондарҙы кемдәр тәрбиәләй?

Егерме өс кенә йәшлек ҡыҙҙың билдәле йүгереүсе булыуы, сит ил спортсыларын да көнләштерерлек матур һөҙөмтәләргә өлгәшеүе ҡайҙан килә һуң? Учалы районының Ғәлиәхмәр ауылында тыуып үҫкән Зәйтүнә Сәхиәр ҡыҙы менән Муса ауылы егете Иршат Вәкил улы Фазлетдиновтарҙың матур, татыу ғаиләһендә икенсе бала булып донъяға килә Гөлшат. Зәйтүнә апай ғүмер буйы Белорет ҡалаһында почтальон булып эшләһә, Иршат ағай металлургия комбинатында канатсы була. Ҡала мөхитендә лә башҡорт рухлы, инсафлы, ныҡыш ҡыҙ тәрбиәләп үҫтерә алған ата-әсәйҙең ролен, һис шикһеҙ, юғары баһаларға кәрәк.

- Гөлшат бәләкәйҙән тиктормаҫ, йылғыр булды,- тип һөйләп китте әсәһе Зәйтүнә апай. - Зөлфирә һеңлеһен дә үҙ артынан йүгертте лә йөрөттө. Ауылда саҡта урамға уйнарға сыҡһалар, һеңлеңде йүгертмәй, ипләп кенә, атлатып ҡына йөрөт, тип тылҡып сығарабыҙ ҙа, үҙебеҙ тәҙрәнән күҙәтеп торабыҙ. Юҡ, ҡапҡанан уҡ етәкләп йүгертеп алып сығып китә һәм көнө буйы тиерлек үҙ артынан шулай йүгертеп алып йөрөй. Бәлки, нәҡ шул саҡта Зөлфирәнең дә йүгереүгә һәләте уянғандыр инде. Башта ул да еңел атлетика менән мауыҡты, апайы менән бергәләп Рәсәй ҡалалары буйлап төрлө ярыштарҙа ла

ТЕЙЕШ!”

ҡатнашты, призлы урындар ҙа яуланы. Ҡайны бер осраҡтарҙа күрһәткестәре Гөлшаттыҡынан юғарыраҡ та була торғайны. Тик Зөлфирәнең маҡсаты ла бәләкәйҙән үк икенсе булды. Элек бит бөтөн тәмле-татлыны баҙарҙан ала торғайныҡ. Шул ваҡытта Зөлфирә: "Ҙурайғас, баҙар директоры булам да, бөтәгеҙҙе лә тәмлекәстәр менән һыйлайым", - ти торғайны. Әле шул хыялын тормошҡа ашырып йөрөй ҙә инде, баш ҡалала кулинарға уҡый.

Башта Гөлшаттың йүгереү менән ҡыҙыҡһыныуына, бала-саға шөғөлө, тип, әллә ни иғтибар итмәнек. V класта уҡығанында Галина Боголомова призына үткән ярышта I урын алып ҡайтҡас, был ҡыҙҙан рәт сыҡҡандай бит, тип, уға икенсе күҙлектән ҡарай башланыҡ. Евгений Гавриловичтың йүгереү секцияһына яҙылырға булғас, йөрөйһөң икән - артҡа юл юҡ, әгәр ҙә шуға әҙер булһаң, беҙ риза, яҙыл, тинек. Тәүге көндә секция үткән бинаны тапмай, һуңлап барҙы һәм шул көндә үк спорттың пунктуаллек, дисциплина талап итеүен аңлап, иҫкәртеү алып ҡайтты. 2008 йылда, 9 класта уҡығанда, Калуга ҡалаһында Рәсәй беренселегенә үткән ярышта I урын алыуы Гөлшаттың тәүге ҙур еңеүе булды. Бөгөн Гөлшатыбыҙ өсөн тынысбыҙ, үҙ урынын тапҡан, юғалып ҡалырлыҡ түгел. Тынғыһыҙ тормошона ҡарамай, үҙ ғаиләһен ҡорорға ла өлгөрҙө. Был да беҙҙең өсөн ҙур шатлыҡ...

Остаздар илебеҙгә шәхестәр үҫтерә

Ниндәй генә һәләтең булһа ла, уны үҫтермәйенсә, камиллаштырмайынса, юғары үрҙәргә үрләп булмайҙыр. Был осраҡта һинең ошо һәләттәреңде ваҡытында күрә белеп, теләгеңде һүндермәй, маҡсатыңа йүнәлткән остаздар булыуы ла шарт. Бәлки, юлыңда билдәле тренерҙар Евгений һәм Татьяна Сенченколар осрамаһа, Гөлшаттың да яҙмышы бөтөнләй икенсе төрлө булыр ине. Евгений Гаврилович Рәсәй Федерацияһының атҡаҙанған тренеры, Башҡортостандың атҡаҙанған физик культура хеҙмәткәре, Татьяна Васильевна иһә - Рәсәй Федерацияһының атҡаҙанған, Башҡортостандың иң яҡшы тренеры, Башҡортостандың мәғариф алдынғыһы. Стәрлебаш районы егете менән Әбйәлил районы ҡыҙы үҙҙәренең тренер булып 41 йыл эшләү дәүерендә иҫәпһеҙ-хисапһыҙ спортсылар әҙерләп сығарған. Улар тәрбиәләгән спортсылар һуңғы 20 йыл эсендә генә яҡынса 700-ҙән ашыу миҙал яулаған, 4 тапҡыр Олимпиадала ҡатнашыу бәхетенә эйә булған. Бәләкәй генә Белорет ҡалаһы өсөн бының ни тиклем ҙур һөҙөмтә булыуы барыһына ла яҡшы аңлашылалыр. Тик ҡатнашыу хоҡуғы алып та, быйылғы йылда Гөлшаттың Рио-Де Жанейроға бара алмауы ғына бер аҙ үкенесле булды, ти улар.

Бөтә донъяға билдәле йүгереүселәр үҫтергән Сенченколар тәрбиәләнеүселәре менән бөтә талаптарға яуап биргән уңайлы шарттарҙа шөғөлләнәләр, тип уйлайҙыр күптәр. Әммә... Булған мөмкинлектәрҙе генә файҙаланып, башҡаларҙы һоҡландырырлыҡ эштәр башҡара был тренерҙар. Бер нисә тапҡыр чемпион исеменә лайыҡ булған спортсыларҙың махсус йүгереү майҙансыҡтарынан түгел, ә асфальт буйлап йүгереүе лә, сисенеү, кейенеү бүлмәләренең булмауы ла улар өсөн оло еңеүҙәр яуларға ҡамасауламай. Тренер булып эшләй башлаған ваҡыттан алып ҡалала еңел атлетика буйынса спорт мәктәбе булдырыу тураһында хыяллана улар. Әммә был да әлегә бары хыял ғына булып ҡала. "Еңеүҙәребеҙ район ғына түгел, бөтә республика менән уртаҡ булған кеүек, проблемаларыбыҙҙы ла уртаҡлашыусылар күп булһын ине ул", - тип теләй Татьяна Васильевна.

- Һәр тренер Гөлшат кеүек спортсы менән эшләргә, уны артабан үҫтерергә теләр ине, - ти Татьяна Васильевна үҙенең тәрбиәләнеүсеһе тураһында.- Гөлшатта тормошта үҙенең нимә теләгәнен яҡшы аңлаған кешегә хас һыҙаттарҙың бөтәһе лә бар. Шулай ҙа, тәү сиратта, ата-әсәһенең уға дөрөҫ тәрбиә биреүен билдәләп китмәйенсә булмай. Илебеҙгә көслө ихтыярлы, кешелекле, намыҫлы, тырыш спортсы тәрбиәләгәндәре өсөн уларға айырым рәхмәт әйткем килә. Күңеленә бәләкәйҙән үк һалынған тәрбиә орлоҡтары Гөлшатҡа унышҡа өлгәшергә ярҙам итте лә инде. Уның егәрле, ныҡыш, баҫалҡы булыуына ҡарайһың да, тағы ла бер тапҡыр һоҡланаһың. Күпме чемпиондар әҙерләп, әлегә тиклем Гөлшат кеүек көслө характерлы, сабыр, тырыш спортсыны күргәнем булманы. Ҡайһы берәүҙәр спортта - бер төрлө, тормошта бөтөнләй икенсе төрлө булһа, Гөлшат иһә бөтә күңеле менән спортҡа бирелгән. Килеп сыҡҡан һәр хәлдә айыҡ аҡыл менән ҡабул итеп, дөрөҫ ҡарар ҡабул итә белә. Эмоциялары һәр саҡта ла етди контролдә.

Һәр береһенә ярҙамсыл, эскерһеҙ ҡыҙҙың яулайһы үрҙәре алда әле. Әле ул үҙенең дистанцияһында, 5-10 саҡрымда, йәш йүгерек булып һанала. Тағы ла бер нисә йылдан ошо дистанция өсөн үҫеп етәсәк. Ярыш дистанцияһынан китеп, икенсе йүнәлеш һайлаһа ла, бирешерлек түгел ул хәҙер, үҙе бынамын тигән спортсылар тәрбиәләп сығарырлыҡ. Перспективалы спортсы булараҡ, уны ҡайҙа ғына эшкә саҡырмайҙар, әммә унда илһөйәрлек тойғоһо ла бик көслө. Шуға күрә, асфальтта йүгереп булһа ла, оло ярыштарға әҙерләнә, тыуған мөхитенән ситкә тайпылмаҫҡа тырыша. Илдәр буйлап йөрөгәндә минән йыш ҡына башҡорттар тураһында һорайҙар. Башҡорттар ныҡ егәрле, маҡсатына өлгәшеүсән, ябай һәм эскерһеҙ халыҡ, тип яуап бирәм. Гөлшатта ошо һыҙаттарҙың барыһы ла бар. Уның нескә генә кәүҙәһенә ҡорос сыҙамлылыҡ та, изгелек тә бер үк кимәлдә һыйған. Үҙенең уңышһыҙлыҡтарында башҡаларҙы ғәйепләмәй, ниндәйҙер шәхси талаптарын да алға ҡуймай...

Гөлшаттың тәүге тренеры Евгений Гаврилович та был хаҡта үҙ фекерҙәрен белдерҙе:

- Гөлшат башҡорт гимназияһында уҡып йөрөгәндә үк шәп йүгереүсе булараҡ күҙгә салынды. Уның әҙерәк үҫкәнен, нығынғанын көттөк. Бөгөн уға өмөт бағлауыбыҙҙың бушҡа булмауын күрәбеҙ. Ғөмүмән, башҡорт балаларының спортҡа ынтылышы көслө, улар тиҙерәк маҡсатына өлгәшә, тырыш, егәрлеләр. Шуға күрә беҙгә килгән балаларҙың күбеһе ҡаланың башҡорт гимназияһынан. Төрлө район ауылдарынан лицей-интернатҡа уҡырға килгән балалар менән дә эшләйбеҙ. Нәк ошо ике уҡыу учреждениеһының уҡыусылары беҙҙең төп төркөм һанала ла инде. Улар бар яҡлап та сыҙамлы, сәмле һәм дисциплиналы булыуы менән башҡаларҙан айырылып тора. Әгәр ҙә ҡалала еңел атлетика буйынса спорт мәктәбе булһа, ошо ерлектә тәрбиәләнгән чемпиондар тағы ла күберәк булыр ине. Был йәһәттән әүҙемлек күрһәткәндә, ҡулдан килмәҫлек эш тә түгел кеүек, сөнки нәҡ беҙҙең район бөтә республикаға ғорурланып һөйләрлек әллә күпме данлыҡлы спортсылар тәрбиәләп үҫтергән бит...

ШУЛАЙ ИТЕП...

Беҙ бөгөн йыш ҡына "Спортҡа башҡорт балалары, йәштәре бик үк ылығып бармай", тигән борсолоуҙар ишетәбеҙ. Ә бына Гөлшат Фазлетдинованың тренерҙары бының киреһен раҫлай. Тимәк, спортҡа ылығырға әҙер торған балаларҙың, Сенченколар һымаҡ, уларҙың һәләттәрен күрә, баһалай, үҫтерә белеүсе яҡшы остаздар ҡулына эләгеүе шарт.

Эльза МӨХӘМӘҘИЕВА.

ҺАБАҠТАР

ХӘЙЕРСЕЛЕК СӘБӘБЕ - АҢЫБЫҘҘА

Интернет селтәрендә Наталья Грейстың "Генетик хәйерселектең дүрт сәбәбе" исемле яҙмаһына тап булдым. Авторҙың китабын тотоп уҡып ҡарағаным булмаһа ла, уның ҡанундары тураһындағы мәҡәләләр быға тиклем дә ҡыҙыҡһыныу уятҡайны. Ул автор һәр ваҡыт үҙенең уйланыуҙарын, фәлсәфәүи фекерҙәрен тормошта үҙе осратҡан миҫалдар аша дәлилләүе менән иҫтә ҡала. Ни өсөн ул хәйерселек менән бысраҡлыҡ, сүп-сар һәр ваҡыт бер-береһен оҙатып йөрөүенең дүрт сәбәбен дә төрлө ваҡиға менән иҫбатлай? "Грейс закондары", бәлки, гәзит уҡыусыларҙы ла ҡыҙыҡһындырыр, тим.

Менталитет

Хәйерселеккә илткән сәбәптәрҙең беренсеһе - менталитет, - ти психолог, оратор, бизнес-тренер, яҙыусы Наталья Грейс. - Бала саҡта класташ ҡыҙыҡайҙың өйөндә ололар күрмәгәндә йыш ҡына диванда һикерҙек. Урыны-урыны менән өҫкә ҡалҡып торған пружиналар, дивандан ҡалҡҡан саң болото беҙҙе ифрат шатландыра ине, - ти ул. - Тик егерме йылдан һуң бала саҡ дуҫыма ингәндә, беҙ һикереп уйнаған шул уҡ дивандың мөйөштә ултырғанын күреп, бик ғәжәпләндем. Ул бик үҙгәрмәгәйне, әммә мине был юлы өйҙөң шул тиклем ярлы булыуы аптыратты. Эсемдән генә, яңы диван алыу, бысранып бөткән ултырғыстарҙы, ватылған, шоколад тышы йәбештерелгән көҙгөнө алыштырыу күпмегә төшөр ине икән, тип уйлайым. Әхирәтем менән һөйләшкән арала күңелдән генә түшәмде ағарттым, стенаға яңы обой йәбештерҙем. Себен эҙҙәре ҡалған тәҙрәләрҙе йыуғым, диван аҫтынан тырым-тырағай күренеп ятҡан таяҡтарҙы, ҡатырғаларҙы, ойоҡ менән бәйләнгән гөл һауытын сығарып бәргем килде. "Аҡсалары юҡтыр, бәлки?" - тип уйлайым... Әммә аҡылым бының менән килешмәй һәм арзанға булһа ла, ағас төҫөндәге пленка алып, өҫтәлде йәбештерергә ҡуша. Ҡайҙа ғына ҡараһам да, күҙем боҙоҡ, иҫке, бысраҡ нәмәгә, сүп-сарға төртөлдө. Шул саҡ, ни өсөн хәйерселек булған ерҙә һәр ваҡыт бысраҡ, тигән уй барлыҡҡа килде башымда. Әгәр ҙә "һәр ваҡыт"ты ҡайһы берҙә, йыш ҡына, тип үҙгәртһәк тә, бер нәмә лә үҙгәрмәйәсәк. Бысраҡлыҡ - ул аҡсаһыҙлыҡ күренеше түгел, ә менталитет. Уйлап ҡарағыҙ: бысраҡлыҡ, сүп-сар - ул менталитет сағылышы, ярлылыҡ менән бысраҡлыҡ - күрше булғас, хәйерселек тә - үҙенә күрә менталитет инде. **Хәйерселек - ул йыуылмаған баштан башлана.**

Мещанлыҡ

Мәктәптә мине әҙәбиәттән иҫ киткес яҡшы, аҡыллы уҡытыусы - Тамара Григорьевна уҡытты. Уның әйткән фразаһын ғүмерлеккә иҫтә ҡалдырҙым. Дәрестә кемдер, мещанлыҡ нимәне аңлата ул, тип һораны. Уҡытыусым шулай тип яуап бирҙе: "Мещанлыҡ - ул сервантта яңы сынаяҡ торғанда иҫкереп бөткәненән сәй эсеү". Күп кенә кеше "ҡара көн"гә тип, аҡса йыя. Күптәрҙең сервантында ҡунаҡтарға тәғәйенләнгән яңы тәрилкәләр ултыра. Тик байрамдар ҙа, ҡунаҡтар ҙа һирәк килә, ә тормошобоҙҙа күберәк - ғәҙәти көндәр. Кем яҡшы киләсәк көтөп йәшәй, уға ундай көн бер ҡасан да килмәй. Шул ваҡытта мин шуны аңланым: хәйерсе булыу, бысраҡта йәшәү - оят. Торлағында, артабан балаларындың менталитетында сағыласаҡ башындағы "емереклек" - оят. Яҡшы киләсәк көтөп йәшәү емереклеккә килтерә.

"Золушка комплексы"

Бер үҙе ике ҡыҙ тәрбиәләгән ҡатынды беләм. Дача алырға, тип, ул егерме йылдан ашыу аҡса йыйҙы. Ҡыҙҙар ярым ас йәшәне, оло ҡыҙы ихатаға тубығы ямалған иҫке вельвет салбарҙа сығырға оялыуы тураһында һөйләгәйне. Ҡыҙ үҫкән һайын ни ғилләменәндер салбар ҙа "үҫте". Баҡһаң, әсәһе ҡыҙына ҙур салбар һатып алып, балағын эскә бөкләп тегеп кейҙергән дә, ҡыҙы үҫкән һайын балаҡты һүтеп төшөргән. Дәүләт кешегә етеш йәшәргә бирмәй, тимәгеҙ. Мин системаны түгел, ә мейеләге сереклекте әрләйем. Шул уҡ аҡсаға хәйерсе булырға ла, лайыҡлы йәшәргә лә мөмкин. Әсәһе дача һатып алғас, ике ҡыҙҙың береһен дә ул ҡыҙыҡһындырманы, киреһенсә, бер туҡтауһыҙ әсәләренә ҡатын-ҡыҙ булырға өйрәтмәгәненә үпкә белдерҙе. Ҡыҙҙарҙа "Золушка принцибы" формалашҡан була. Туҙған креслолар, иҫкергән һауыт-һаба, уңған таҫтамал күреп, ете йыллыҡ пальто кейеп үҫкән ҡыҙҙар һөҙөмтәлә үҙҙәренә аҡса тотонорға йәлләй. Ҡыҙҙар үҙенә нимәлер һатып алғандан һуң, уларҙың кәйефтәре төшә, яңы әйбергә лайыҡ булмаған һымаҡ тоя үҙҙәрен. Генетик хәйерселек бына ошо була инде. Ул - аңда, күҙәнәктәрҙә, ҡанда, һөйәктә. **Үҙегеҙгә аҡса тотонорға ҡурҡыу һеҙҙе хәйерсе итә.**

Программалау

Ҡупҡан, иҫкергән, төҫө уңып бөткән әйбер күреп үҫкән балалар төпкөл аңда хәйерселеккә программалана. Үҫмерлек осоронда уҡ улар уның ауырлығын аңлай башлай. Антон Чехов та бысраҡ коридор, төҫө уңып бөткән стеналар студенттың белем алыу һәләтенә насар йоғонто яһай, тип әйткән. Һеҙ, бәлки, ярлылыҡты күрә алмау ҡайһы бер кешеләрҙе аҡса эшләргә, байырға этәрә, тиерһегеҙ, әммә мин һеҙгә хәйерселек ауырлығынан күп кешенең һынып ҡалыуы тураһында әйтә алам. Шуға күрә, үҙегеҙҙән хәйерселекте ҡыуығыҙ. Миңә шул тиклем "Байлыҡ - ул аҡыл торошо" тигән фраза оҡшай. Шулай булғас, хәйерселек тә - аҡыл торошо. Һеҙҙең аҡылығыҙ һәм фекерҙәрегеҙ торошо.

Лена АБДРАХМАНОВА әҙерләне.

✓ *Улар алышҡан ерҙән бер аҙ ситтәрәк Ғәле батырҙың ерән саптары менән ҡаҙаҡтың ерән дүнәне бер-береһенә морон терәгәндәр ҙә, еҫкәшеп, нәзәкәтле тауыш менән кешнәшеп, ат телендә аралашып-һөйләшеп тик тораларсы.*

АТЫҢА РӘХМӘТ ӘЙТ...

Мирсәйет ҠЫЛЫСОВ

Хикәйә

Йәйләү бал ҡорто иләүеләй геүләп хәрәкәткә килгән ине инде. Ҡыр-ҡаҙаҡтарҙың был яҡҡа яу менән яҡынлашыуы хаҡындағы хәбәр Һаҡмар йылғаһының иң йәмле туғайҙарының береһендә урынлашҡан башҡорт йәйләүенә йәшен тиҙлегендә таралды. Ирҙәр атҡа атланып, ҡулдарына ҡорал алырға ла өлгөрҙө.

- Йәйләүҙәге барлыҡ ир-атты бергә йыйғанда ла ҡырҡ кешенән артмай, ҡалғандары кемеһе ҡайҙа, - тине Ғәле батыр. - Ярҙам һорап, бөрйәндәргә барып еткәнсе, ҡаҙаҡ йәйләүҙе туҙҙырып өлгөрәсәк.

- Шунан, - тип уның һүҙен бүлдерҙе Ҡотой батыр, ҡырыҫ ҡына итеп. - Үҙебеҙ һуң кемдән кәм?..

- Шулай... Уңайлыраҡ урын табырға ла, аңдып ятып, һөжүм итергә кәрәк, башҡаса юл юҡ, - тип һүҙен осланы Ғәле батыр.

Бер аҙҙан улар янына баштан-аяҡ ҡоралланған ир-ат йыйылды. Барыһының да телендә бер генә һүҙ: "Ҡыр-ҡаҙаҡтар яу менән килә, уларға ҡаршы дау булып торорға кәрәк".

- Шаулашып-даулашып торорға ваҡыт та, форсат та юҡ. Мине тыңлағыҙ. Йәйләүҙәгеләргә икенсе урынға күсеп торорға бойороҡ бирҙем. Дошман беҙҙән ике тапҡырға күберәк. Килеп баҫһалар, бирәү ҙә ҡотола алмаясаҡ. Шуның өсөн беҙ үҙебеҙ алдан өлгөрөп, уларҙы ҡамап, өҫтәренә уҡ яуҙырып, ҡоттарын алырға, уларҙы ҡасырға мәжбүр итергә тейешбеҙ. Асыҡтан-асыҡ һуғышһаҡ, еңеләсәкбеҙ. Был - беҙҙең ер, беҙҙең йәйләү, беҙҙең ғаиләләр...

Шулай тине лә Ғәле батыр, саптар ерән бейәһенең бөйөрөнә үксәһе менән еңелсә генә ҡағылып алды. Хужаһының ярһыуын тойған малҡай, үрәпсей биреп, Һаҡмар кисеүенә - дошмандар килгән тарафҡа йомолдо. Яу ҡомары ҡуҙғалған егеттәр Ғәле һәм Ҡотой батырҙар артынан елдерҙе. Һаҡмарҙы кисеп сыҡҡас, батырҙар яугирҙарҙы ҡарағайлыҡ менән ҡайынлыҡ урманы ҡушылған тәңгәлдәге киң аҡлан ауыҙына алып килде. Аҡланды ярым ай кеүек ҡамап, урман буйлап таралыштылар.

- Иң башта дошманды уҡтар менән ҡаршылайбыҙ. Беренсе сойорғотҡан уҡтар дошманға барып еткәнсе, икенсе уҡтарығыҙҙы атып өлгөрөгөҙ, ә өсөнсөһөн инде уларға ташланған мәлдә атығыҙ, - тип өйрәтте Ғәле батыр үтәсәк яу яланын күҙ ҡарашы менән байҡап алғас. - Дүртенсе уҡтарығыҙҙы атырға ынтылмағыҙ ҙа, өлгөрмәйһегеҙ, атырға ымды үҙем бирермен. Уларҙың башлығын ошо ҡарағайға ҡуша гөпсөтәм, шунда ата башларһығыҙ. Ҡаҙаҡ тик асыҡ урында ғына һуғышып өйрәнгән, ҡылыс менән алышырға тура килһә, тау-урманды ташламағыҙ... Уларҙың аттары ла урман эсендә ҡыйтыҡҡа әүерелә...

Һуғышсылар һәр береһе үҙенә тәғәйен урынға таралышып бөтөүгә, һайыҫҡан шыҡырҙай башланы. Алан-йолан ҡаранып, аҡлан уртаһына бер ҡоралай килеп сыҡты. Ҡолаҡтарын ҡайсылап тора бирҙе лә, Һаҡмар буйына сабып төшөп китте. Ниһәйәт, аҡланға илбаҫарҙар ағыла башланы. Үҙҙәрен бик иркен тотҡанға оҡшағандар. Ғәле батыр күҙҙәрен ҡыҫа төшөп, янын киреп, уғының осон ялан уртаһындағы ҡарағайға тоҫҡап, башлыҡтарының яҡынлашыуын көттө.

Ҡыр-ҡаҙаҡтарҙың башлығы, нәҡ ул уйлағанса, мөһабәт ҡарағай төбөнә килеп туҡталды. Батырҙың башағына тиклем тартылған дүрт йәтмәле айыуға ата торған уғы яндың керешен зыңлатып осто. Атаҡлы мәргән ҡулынан атылған уҡ дошманының муйынына тейеп, уны эйәренән йолҡоп алып тигәндәй, ҡарағайға ҡуша ҡаҙаҡланы.

Был хәл шул тиклем көтөлмәгәнсә булды. Башҡорт егеттәре инде өсөнсөгә уҡ яуҙырғанда, ҡаҙаҡтарҙың ярты ғәскәре эйәрҙән осоп төшкәйне инде. Иҫән ҡалғандары ни уҡ яуған урман ситенә ташланырға, ни ҡасып китергә белмәй, һеңгәҙәп торғанында, урман ситенән һөрән һалып килеп сыҡҡан башҡорт егеттәре айбарланып дошман өҫтөнә ташланды. Китте һуғыш, китте ҡырылыш. Ҡапыл ғына ағаслыҡ ситенә сигенгән ҡаҙаҡ аттары, өркөп, хужаларын дошманға ҡаршы һуғышыуҙан айбандырҙы.

Ҡотой батыр алыштың иң уртаһында ҡайнаша. Уның әллә күпме дошмандың башына еткән тимер менән ҡоршалған аяуһыҙ суҡмары һелтәнгән һайын бер дошманды аты-ние менән тәгәрәтә генә. Тора-бара яугирҙарҙың ярһыулығы аттарға ла күсте. Кешеләр нимә? Күҙҙәренә ҡан һауған аттар ҙа, ҡолаҡтарын шымартып, бер-береһен тештәре менән йолҡҡолап, үрәпсеп, алғы тояҡтары менән бер-береһен ярғылай ине.

Ике яҡ та һуғыштың һынылыш мәле етеүен тойоп, йән аямай алышты. Мәгәр ил һаҡлау менән ил баҫыу араһында айырма ҙур шул. Ҡыр-ҡаҙаҡтар алан-йолан ҡарана башланы. Батырҙары үҙҙәренән һан яғынан ике тапҡырға аҙыраҡ булған истәктәрҙән хурлыҡлы еңелә барыуын, тешләнеп булһа ла, танырлыҡ хәлгә етеп килә ине. Ҡаҙаҡтар инде алышмай, ә төркөм-төркөм бүленеп, үҙ баштарын һаҡлай башланы. Ошо мәл Ғәле батыр үҙенең затлы кейеме менән башҡаларҙан айырылып торған ҡаҙаҡ яугирының ике йәнһаҡсыһына ышыҡланып, урман араһына инеп юғалғанын күреп ҡалды.

- Ул - минеке, ана, ҡалғандарының аяҡ-ҡулын сырмағыҙ, - тип урманға инеп юғалған ҡаҙаҡтың артынан төшөүселәрҙе кире бороп, Ғәле батыр ағас араһына йомолдо.

Батыр нисә йылдар буйы яу сапҡан атының йылғырлығына ышанып, саптарын туп-тура ағас-ҡыуаҡтар аша тау түбәненә, Һаҡмар йылғаһының уң яҡтағы туғайына ҡарай ҡыуаланы. Аҡыллы малҡай хужаһының үҙ ихтыярына ҡуйыуын аңлап, күҙҙәрен ҙур асып, тояҡ баҫыр урындарҙы байҡай-байҡай, хәтәр текә ҡая һуҡмағынан аҫҡа ынтылды. Туғайға төшөп етергә уҡ етәр генә самаһы ара ҡалғанда ғына баяғы ҡаҙаҡ һыбайлыһы дөпөлдәтеп сабып үтеп китте. Ҡаршыһына сығып өлгөрмәне. Батыр битенә бәрелгән ботаҡтарҙан ялтана-ялтана, туғайға килеп сыҡты ла, инде алыҫлашып өлгөргән һыбайлы артынан доҡойҙо. Әммә тирә-йүндә дан тотҡан саптары менән ҡаҙаҡтың араһы ҡыҫҡарырға уйламай ҙа, хатта алыҫлаша барған һымаҡ. Тағы ла күпмелер сапҡандан һуң, Ғәле батыр бөтөнләй аптырауға ҡалды: дошманы күҙҙән юғала барҙы.

Мамыҡтай ҡаулан ҡаплаған осһоҙ-ҡырыйһыҙ киң туғай күҙ эйәрмәҫ тиҙлек менән ат тояҡтары аҫтына ағыла ла, артҡа табан һуҙылып ятып ҡала. Ана, Һаҡмарҙың оло дуға булып боролоп киткән урыны ла күренде. Әгәр ҡасҡалаҡ ҡаҙаҡ дуғаның теге осондағы кисеүгә етһә, ҡулдан ысҡынасаҡ. Сөнки унан күп тә бармай, ҡаҙаҡ далаларына тура юл асыласаҡ. Ә даланы тойған ҡаҙаҡ атын ҡыуып етермен тимә. Тимәк, ҡаҙаҡтың юлын киҫергә кәрәк. Тик нисек итеп? Ҡапыл йылға ситендәге ҡая башындағы кәзә һуҡмағы батырҙың иҫенә килеп төштө. Былтыр ғына шунда бер айғыр менеп етеп, ни һыуға ырғый алмай, ни кире төшә алмайса, бикләнеп ҡалып, астан үлгәйне. Ҡаяға бикләнеү шунан ғибәрәт: ғәйрәтле мал саҡ-саҡ беленгән ҡая кәрнизе буйлап бара ла, кәзә һуҡмағы юҡҡа сыҡҡан ерҙә туҡталып ҡала...

Ошоларҙы иҫенә төшөрөп тә өлгөрмәне, саптары ҡая янындағы асыҡлыҡҡа елдереп килеп тә инде. "Ә-һә, ана тегендәрәк өйөр айғыры бикләнгән ҡая!.." Малҡай хужаһының ниндәй хәтәр уй ҡорғанын әлегә белмәй. Һуҡмаҡҡа боролған саҡта батыр ҡунысынан ҡамсыһын сығарҙы ла, ҡурҡышынан ылбырап барған атына тамыҙып алды. Ҡамсы күрмәгән саптар был хәлгә тетрәнде, булһа кәрәк... Аңланы мал: хужаһы ошо юл менән ғәҙәттән тыш аҙымға бара. Бына кәзә һуҡмағы, бына кәрниздәр, бына текә ҡая ситe. Ужғырып алды ла саптар, сабып барған ерәнән, күҙенә аҡ-ҡара күренмәй, Һаҡмар ҡосағына ташланды.

Ат һәм кеше, икеһе бер юлы һыу өҫтөнә ҡалҡып килеп сыҡты ла, икенсе ярға табан ынтылды. Әллә кеше атын һөйрәп йөҙәме, әллә ат кешенеме, аңлауы ҡыйын. Бына улар яр ситендәге һай урынды тойоп, ҡоро ергә аяҡ баҫты. Ғәле батыр тантаналы ҡырағай шатлыҡ менән йылғаның дуғаһы осондағы ергә тураға елдерҙе. Ҡуйы муйыллыҡҡа барып еткәс кенә иркен тын алды: муйыл япраҡтарын ҡулдары менән айырып күҙәткән батыр ҡаҙаҡтың кисеүгә төшөп килеүен күреп йылмайҙы. Хатта ул юлбаҫарҙы йәлләй биреп ҡуйҙы. Дошманымдан тамам ҡотолдом тигән саҡта ғына, алданыуынды аңлау ауырҙыр...

Ҡаҙаҡ һуғышсыһы атын ҡамсылай-ҡамсылай кисеү аша юрттырып сыҡты. Ҡоро ергә аяҡ терәгәс, һыбайлы атының башын шаҡара тарта бирербәк, теге яҡ ярға күҙ һалды. Ул башҡорт ерендә ятып ҡалған, әсир төшкән ырыуҙаштары менән шулай хушлаша ине, гүйә. Байлыҡ, муллыҡ тип ымһынып килделәр ҙә, истәктәр үҙҙәренән хәйләкәрерәк булып сыҡты. Атының бөйөрөнә тибеп, артабан дала яғына сабып китергә ынтылғанында ғына, күк әйләнеп киттеме ни, ер ниндәйҙер көс менән уны үҙ ҡосағына тартып алды. Башы ергә "зыңҡ" итеп бәрелде, әммә ауыртыныу һиҙмәне. Сөнки Ғәле батырҙың ҡылдан үрелгән ҡороғо уға тын алырға ла ирек бирмәне. Ул иҫен йыйып, аяғына баҫҡанда, Ғәле батыр уны сәпкә алғайны инде. Бер аҙ торғас, уҡ-янын ситкә борҙо.

- Айыуҙың тырнағы бар, бүренең тештәре, уларға атһаң да була. Ә һиңә нимә тип уҡ әрәм итергә һуң? Ал ҡылысыңды, баҫ алдыма. Исмаһам, һуғышып үл...

Ҡылысын тотоп, ҡапыл һикереп аяғына баҫҡан ҡаҙаҡ ир-уҙаманы башҡортҡа табан ырғып, бары тик бер тапҡыр ғына һелтәнергә өлгөрҙө. Ҡаҙаҡтың өтәләнгән ярһыулығынан ҡапыл тоҡанған Ғәле батыр, ғәйрәтләнеп китеп, булат ҡылысы менән дошманының ҡулындағы ҡоралын бер һелтәнеүҙә һындыра һуҡты. Ҡылысының һыныуы ҡаҙаҡтың да рухын һындырҙы, булһа кәрәк, ул тәҡдиренә буйһонған рәүештә, тубығына сәнселеп, башын түбән эйеп, доға уҡырға кереште.

Ғәле батыр ҡаҙаҡтың башын өҙә сабырға тип икенсе тапҡырға ҡылысын юғары күтәреүе булды, шул килеш ҡатып ҡалды. Күҙен ергә терәгән дошманы һаман да доға уҡыуын белде. Хәҙер-хәҙер батыр ҡулын аҫҡа төшөрөүе булыр, уның ғүмере ҡыйыласаҡ. Юҡ, батыр һаман да ҡылысын юғары күтәргән килеш, һынташтай ҡатып ҡалғайны. Йәлләйме батыр үҙ ерен таларға, малдарын ҡыуып алып китергә, ҡатындарын көсләргә тип килгән ҡыр-ҡаҙаҡты?

Юҡ... Батырҙы туҡталып ҡалырға мәжбүр иткән сәбәп икенселә ине. Улар алышҡан ерҙән бер аҙ ситтәрәк Ғәле батырҙың ерән саптары менән ҡаҙаҡтың ерән дүнәне бер-береһенә морон терәгәндәр ҙә, бер-береһен еҫкәшеп, нәзәкәтле тауыш менән кешнәшеп, ат телендә аралашып-һөйләшеп тик тораларсы. Ул ғына ла түгел, бер-береһенең ҡолаҡтарынан тартҡылашып, бер-береһенең түшенә ҡағылышып алалар...

Һәр секунды йылдай тойолған көсөргәнешле мәлдең бар ауырлығын үҙендә тойған ҡаҙаҡ күҙҙәрен сытырҙатып йомдо. Белә ул Ғәле атлы истәк батырын.

- Ҡара әле, ана, аттарға...

Башҡорт батырының был һүҙҙәренән ҡапыл тертләгән ҡаҙаҡ күҙ-ҡарашын аттар торған яҡҡа ташланы. Нимәнелер иҫенә төшөргән кешеләй, башындағы торҡаһын ергә атып бәрҙе лә, батырҙың күҙенә текәлде. Шул саҡта ғына Ғәле батыр ҡаҙаҡ һуғышсыһының үҫмерлеге лә сыҡмаған йәш бала икәнлеген тоҫмалланы.

✓ Һаҡмар кисеүендә һыу шаптырлаған тауышҡа башын ҡалҡытып ҡараһа, Ғәле батыр саптары менән үҙ яғына сығып бара ине инде. Үҫмер үҙ күҙҙәренә үҙе ышанманы, аптырауҙан, ҡолаҡтарын тотоп ҡараны. Улар үҙ урынында.

- Эй, истәк батыры, - тип күҙ йәштәренә мансылды ҡаҙаҡ, башҡорт һәм ҡаҙаҡ телдәрен уҡмаштырған лөғәттә. - Атыңды беләм мен, Ғәле батыр буласың ғуй... менгең ел еткермәс саптар...

- Шунан, - тине Ғәле батыр уға сүгәләй биреберәк.

- Анан соң, менем атам Сөйөндөк бей булыр, ғуй, - тине ҡулын түшенә ҡуйған ҡаҙаҡ Ғәле батырҙың күҙҙәрендә уянған мәрхәмәт осҡондарын тойоп. - Өч ел элек атам истәк ҡызын урланы, аның затлы баурдан булыуын төсенеп, кире килеп, ата-анасынан фатихасын сораны. Кыз да аны үз итте. Атам ғәфү сораны, калым түләне...

- Шунан?..

- Анан соң, син, Ғәле батыр, атамды ярлыҡау билгесе итеп йола ҡушҡанча ҡолон биргәнсең...

- Ҡыҫҡараҡ тот, - Ғәле батыр һынын турайтып, ҡылысын йәпләне.

- Ул ҡолон ана тора, анын анасы син менгән саптар биә...

Ҡаҙаҡтың һүҙҙәренән һуң Ғәле батыр баҫҡан урынында ҡолап китә яҙҙы. Ысынлап та, уның саптар бейәһе менән ҡаҙаҡтың менгеһе бер тамсы һыу кеүек оҡшағайны. Бына ниңә улар шулай бер-береһен еҫкәшеп тора? Таныған малҡай үҙенең ҡолоҡасын...

- Атыңа рәхмәт әйт. Башыңды әлегә имен ҡалдырам. Мин һине хәҙер ҡолағыңды киҫеп алып, үҙеңде атыңдың ҡойроғона тағып, далаңа оҙатам, - тине батыр ҡаҙаҡ малайының күҙенә тура ҡарап. - Маңҡа, ниңә ил баҫырға баҙнат иттең? Иҫән ҡайтып етһәң, атаңа әйт: йөҙ егетенең мәйетен килеп йыйып алһын, ҡашыма килеп баш эйһен. Эйелгән башты ҡылыс сапмай, башҡорт ҡаҙаҡҡа баш эймәйәсәк, тип әйт...

- Әйтермен, ғуй, мәрхәмәтле истәк батыры Ғәле аҡа...

- Уҡы доғаңды...

Ҡылысын ҡынына һалып, ҡаҙаҡ егетенең ҡолағын өҙөп алмаҡҡа бысағын ҡулына алған батырҙы саптар бейәһенең йәнасыҡҡа кешнәүе йәнә туҡтатты. Батыр йәнә аттар торған яҡҡа текәлде.

...Ҡаҙаҡ егете тауыш-тын сығармай, күҙҙәрен сырт йомоп, башын аҫҡа эйеп, доға уҡып, бик оҙаҡ ултырҙы. Ғәле батырҙың язаһын, ҡолаҡтарын ҡырҡып алыуын, үҙен ат ҡойроғона тағыуын көттө. Күпме ултырғандыр, Һаҡмар кисеүендә һыу шаптырлаған тауышҡа башын ҡалҡытып ҡараһа, Ғәле батыр саптары менән үҙ яғына сығып бара ине инде. Үҫмер үҙ күҙҙәренә үҙе ышанманы, аптырауҙан, ҡолаҡтарын тотоп ҡараны. Улар үҙ урынында. Йүгереп барып, үҙ атына атланды ла, далаһына табан елдерҙе.

Һаҡмар ярында уның һыныҡ ҡылысы, тимер торҡаһы һәм башҡорт батырының ҡамсыһы ғына ятып ҡалды. Сикһеҙ даланы һағыш ҡатыш көслө кешнәү тауышы яңғыратты. Һаҡмар йылғаһы аръяғынан, бейек-бейек ҡая-урмандар араһынан шундай уҡ кешнәү яуап биргәндәй булды.

САЛАУАТ ЮЛАЕВ ПРЕМИЯҺЫНА ТӘҠДИМ ИТЕЛДЕ

ОЖМАХҠА ИЛТЕР ОҘОН ЮЛ

Флүр Ғәлимовтың "Аҙғын тәүбәһе" китабын уҡығас... Уҡымаҫ элек әле. Беҙҙең баш мөхәррирҙең шундай бер ғәҙәте бар, ул журналистарына йыш ҡына "Шул китапты уҡынығыҙмы?" тигән һорауҙы бирергә ярата, ул да булмаһа, "Уҡып сыҡ", тип алып килеп өҫтәлеңә һалып та китә. Шундай юл менән мин дә был китаптың уҡыусыһы булдым һәм бер ни ваҡыт әҫәр донъяһында "йәшәп" алдым. Бик ҡыҙыҡлы, хатта ғәҙәти булмағанса бәхәсле ине китап! Кешене иң ҡыҙыҡтырғаны нимә? Сер, серлелек. Үҙе аңламаған, белмәгән, әммә бик тә белергә теләгән мөғжизәләр. Киләсәк. Аңына, аҡылына һыймаған, күрәҙәлек итә алмаған төшөнсәләр. Быларҙы төшөнөргә ынтылыуҙан беребеҙ ҙә азат түгел. Һәм ошо юҫыҡта әллә күпме уйҙар уйлана, баш ватыла, фараздар-фекерҙәр тыуа. Юҡҡа ла түгел, Аллаһы Тәғәлә беҙҙе шулай аңлы, фекерле итеп яралтҡан бит һуң. Уйламаҫыбыҙҙы теләһә, һарыҡ аңы биреп кенә лә сикләнер ине бит. Бына шулай тип кенә уйлау ҙа беҙҙең һаман нимәнелер белергә ынтылыш ул. Ана шул билдәһеҙлеккә, серлелек пәрҙәһен күтәреп ҡарарға ынтылыу, үҙебеҙгә бирелгән йәндең асылын төшөнөргә тырышыу яталыр был әҫәр нигеҙендә лә. Шуға ла, уҡып сығыу менән әҫәрҙең авторы менән осрашып-күрешеү, уға ҡайһы бер һорауҙарҙы биреп, теге йәки был уй-фекерҙә төпкәрәк төшөү булды теләк. Сәбәбе лә уңай тура килде: быйылғы Салауат Юлаев исемендәге дәүләт премияһына тәҡдим ителеүселәр исемлегендә Флүр ҒӘЛИМОВ та бар.

➔ Флүр Миңшәриф улы, "Яңы башҡорт" китабында ла, әлеге "Аҙғын тәүбәһе"ндә лә һеҙ, гүйә, йәмғиәт аңына "бирсәткә ташлайһығыҙ". Кешеләрҙең "аҡ" тип башына һалғанын "ҡара" итеп иҫбатлайһығыҙ, инде күптән ҡабул ҡылып, килешеп бөткәнен кире ҡағаһығыҙ. Ниндәй маҡсат менән эшләнә былар?

- Ике әҫәрҙең дә маҡсаты - халыҡтың аңын уятыуға ҡоролған. Уларҙы ер тетрәгәндәге кеүек һелкетеп ебәреп уятыу, асылдарына ҡайтарыу. Ер һелкенгәндән һуң яңы инештәр асыла бит, шуның кеүек. "Яңы башҡорт"та милләттәштәребеҙгә баҙар ҡоролошона яраҡлашып, иҡтисади үҙгәрештәргә ҡулайлашып китергә ярҙам итергә тырышылһа, "Аҙғын тәүбәһе"ндә бөтөн кешелектең аңына йөҙәрләгән миллион тиражлы ҡара брошюралары, "Битва экстрасенсов" телетапшырыуҙары, балаларыбыҙҙың күңеленә бәләкәйҙән магияның "яҡшылығын" һеңдергән Гарри Поттер тураһындағы кино-эпопеялары менән ябырылып, күпселек әҙәм балаларын хаҡ юлдан яҙҙырып, харап итергә тырышҡан яңы мәжүсилек адепттарына яу иғлан иттем, уларҙың ысын йөҙҙәрен астым. Улар - Иблис ҡолдары. Улар һәр ваҡыт беҙ белгән эскелек, наркомания кеүек ҡара күренештәр аша ғына эш итмәй. Уларҙың мең төрлө сүрәте бар. Йәнәһе, йәнде дауалаусы, күңелде таҙартыусы, шифалаусылар булып ҡыланып та үтеп инә улар бөгөн беҙгә. Һәм иң ҡурҡынысы шунда ла: беҙ уларҙы ирәүәнләнеп, рәхмәтле булып ҡабул итәбеҙ. Сөнки башланғыс булһа ла дини белемебеҙ юҡ, шул арҡала рухи иммунитетыбыҙ ҙа юҡ.

Әҙәм менән Һауа ожмахтан ҡыуылғандан алып, уларҙың тоҡомдары кире йәннәткә әйләнеп ҡайтыу өсөн оҙон юл үтә. Нәҡ ошо - йәшәү мәғәнәһе. Яҡты донъяға кеше ошо маҡсат менән килә. Шул замандарҙан бирле әҙәм балалары Аллаһты эҙләй. Әле ҡырағай сағында уҡ ул һыуға, күккә, утҡа, ергә табынып, үҙен яралтыусыны табырға тырыша. Әҫәрҙә лә төп герой Салауат Байғазин йәшәү мәғәнәһен, мәңгелек һорауҙарға яуаптар эҙләй һәм таба.

➔ Әҫәр геройын һеҙ Салауат Юлаев менән бәйләйһегеҙ, шулай бит? Быйаса милли батырыбыҙҙы һүрәтләгән әҫәрҙәр булды, әммә уны бөгөнгө быуынға алып килеп ялғаусы юҡ ине әле. Артыҡ ҡыйыулыҡ түгелме икән был? Шул образға ярашлы трилогия геройы ла ут-һыуҙарҙы үтмәйме икән, тигән һорау ҙа тыуа.

- Салауат батыр бит әкиәт персонажы түгел, ул тарихи шәхес. Уның заты-ырыуы, беҙҙең көндәрҙә йәшәгән быуындары бар. Тарихи мәғлүмәттәрҙә уның балаларын, ҡатындарын ҡулға алғандар, тип яҙһалар ҙа, мин батырҙың нәҫеле өҙөлөүенә ышанмайым.

Трилогиямдың төп геройын Салауат батыр тоҡомо итеп алыуымдың бер сәбәбе - ысын башҡорт характерлы милли образ тыуҙырыу теләгенән. Сөнки башҡорт борон-борондан батыр булған. Героик эпостарыбыҙ, бөтә фольклорыбыҙ, тарихыбыҙ, хатта бөтә донъяға билдәле Швейцария психиатры Карл Густав Юнгтың архетип-прообраздар тураһындағы ғилми асыштары минең фекеремде бик аныҡ иҫбатлай.

Төптән уйлап ҡараһаң, барлыҡ быуын вәкилдәренә лә һуғыш эләккән. Бына, мәҫәлән, минең быуынға Афған яуы тура килде. Унан төрлө хәлдә әйләнеп ҡайтты егеттәр, ә ҡайтмағандары күпме ине! Байғазин шундай утты үтеп, кәүҙәһен дә, рухын да ҡабаттан йыйып тергеҙгән бер йән эйәһе. Был уның Аллаһҡа илткән юлындағы һынауҙары. Әлбиттә, ул башта быларҙы аңламай. Беҙ үҙебеҙ ҙә, мәҫәлән, ауырлыҡтар килгәндә "Ни өсөн?" тип көйөнәбеҙ. Ә уны һынау итеп, сабыр ҡабул ҡылыу кәрәклеген белмәйбеҙ. Геройым да хаҡ юлға баҫҡансы "Тән ғазабы", "Йән ғазабы" үтә (трилогиямдың тәүге ике романы). Ҙур һынауҙарҙы үткәс кенә "Йән дауаһы" (өсөнсө роман) таба, хаҡ юлға баҫа. Ғаилә трагедияһына килгәндә инде. Тәүҙә бит бөтә Советтар Союзы, нисә быуын инанып йәшәгән коммунистик идеалдар, әхләҡи ҡанундар, ҡиммәттәр системаһы емерелеп төшә. Шул сәбәптән, тиҫтәләрсә миллион ғаиләләр менән бергә, Салауат Байғазиндың да шәхси тормошо селпәрәмә килә. Күп миллион ирҙәр күтәрә алманы бындай юғалтыуҙарҙы: эскегә, наркоманияға һабышты, аҫылынып, ағыуланып үлде. Ә минең геройым ошо ҡәҙәр бәләләргә лә ҡаршы "бирсәткә ташлай", "Йән дауаһын" таба, хаҡ юлға баҫа, кеше булып ҡала, еңеп сыға, сөнки ул Салауат батыр тоҡомонан.

➔ Беҙҙең "Яҙыусыға өс һорау" рубрикаһының өсөнсө һорауы, мотлаҡ, мөхәббәт темаһына. Ошонан сығып, һорау: һеҙҙең әҫәрҙә "Ah" итерлек һөйөү ҙә юҡ кеүек, геройҙың бар бәйләнештәре лә ниндәйҙер яраҡлашыуға, алыш-бирешкә, уйлап-һынап ҡына эшләүгә ҡоролған кеүек. Ә бит һушты юйыр, һыҡтатыр мөхәббәт сәхнәһен күрге килә...

- Яңылышаһың бер аҙ, Салауат Байғазин ғүмере буйы мөхәббәткә табынып йәшәй. Икенсе класта уҡ ғашиҡ булған тәүге мөхәббәте Земфираны илле йәшенә тиклем йөрәк түрендә һаҡлап йөрөтә. Ошо бәхетһеҙ тәүге һөйөүе унан ижадсы, рәссам яһай ҙа инде... Ишеткәнең булһа, мөхәббәттең "тулҡындар теорияһы" була (был да китабымда бер абзац менән генә бирелгән). Ошо теорияға ярашлы, ун һигеҙ йыл йәшәгәндән һуң Салауат менән Лилиәнең аралары һыуынып, тойғолары ҡурышып кипкән раузаны хәтерләтә башлай. Ә Салауат мөхәббәтһеҙ йәшәй алмай, етмәһә, урта йәштәр кризисы йәшенә етеп өлгөрә һәм... башлана матурлыҡтан шашынған иңкеш һымаҡ сәскәнән-сәскәгә ҡуныуҙар... Күпме бәләләрҙән һуң ысын мөхәббәте - Көнһылыуын табып, уға ҡарата йөрәгенән урғылып сыҡҡан шиғырҙары, яңы тыуған бәпес - мөхәббәт емештәре түгелме ни?

Был китап минең өсөн уҡып сығылырға тейешле әҫәрҙәремдең береһе булғандыр, күрәһең. Сөнки күп нәмәгә ҡарашым һәм фекерем үҙгәрҙе. Тулыһынса ҡабул иткән һәм ышанған өсөн түгел, ә минең аңымды тейешле юҫыҡҡа этәрә алған һәм уйымды үҫтергән өсөн. Быйаса белеп тә аңға барып етә алмағандар, нисектер, урынына ғына инеп ятҡандай, ҡайһы бер нәмәләргә ҡабаттан инанғандай булдым. Һәр хәлдә, мин был китапты бушҡа уҡыманым. Рәхмәт, авторға ла, баш мөхәррирғә лә.

Миләүшә ҠАҺАРМАНОВА
әңгәмәләште.

БЕР КӘЛИМӘ ФЕКЕР

НӘФИСЛЕК...

ирҙәргә хас түгел

Утыҙҙы уҙған Урал исемле уҙаманға Уралочка тип өндәшкәндәрен ишетеп, бер аптырағайным, әле бына егеттәргә Айдарик, Амирушка, Илнуришка, Алмазик, Ямильчик, Ниязишка тип мөрәжәғәт иткәндәренә иғтибар итеп, йәнә һиҫкәндем. Ҡабул итә аламайым мин быны.

Үҙҙәренсә иркәләп-һөйөп өндәшәләрҙер ҙә (телебеҙ бай, яғымлы бит), әммә бестәтәү малайҙарға ғына килешкән иркәләү-кесерәйтеү формаһы әзмәүерҙәй ир-егеткә хас түгел. Ғөмүмән, Эмиль, Айназ, Айзель, Алмаз, Нәфис тигән исемдәр ир ҡорона еткән олпат заттарға "йәбешмәй". Был исемдәрҙе бәпес сағын уйлап, олоғайыуын күҙалламай ҡушҡандыр инде ата-әсә.

Нәфислек ҡатын-ҡыҙға ғына хас. Ир-егет исемендә ҡылыс сыңлап торорға тейеш, тигән бер шәхесебеҙ. Мәрйәм апай Бураҡаева ла исемдәргә -ик, -чик, -очка, -ечка ялғауҙарын ҡушып әйтеүгә ризаһыҙлығын белдергәйне (Салимушка, Мадиночка, Камилочка). Урыҫ ялғауҙары урынына үҙебеҙҙең -ҡай, -кәйҙәрҙе ҡуйып өндәшһәк, матурыраҡ тойола бит: Сәлимәкәй, Мәҙинәкәй, Камилаҡай, һ.б. Ир-егеткә иһә, -ҡай, -кәйҙәрҙе ҡушмаһаҡ та ситен түгел (сабый саҡтарында ярай, әлбиттә). Ҡыҙҙарҙыҡына тартым нәфис исемдәр ҡушып, улдырыбыҙҙы былай ҙа йомшаҡ фиғеллегә әйләндереп барабыҙ түгелме һуң?..

Светлана НАСИРОВА.

✔ *Ғаиләлә һауыт-һаба шалтырамай тормай. Ғалимдар быңдай сакта ир менән катынға бергә ултырып башваткыс сисергә тәкдим итә. Баш мейеһе әүҙем сакта кеше үпкәләүҙәрен тиҙерәк онотоп, ғәфү итергә һәләтле була икән.*

ИНТЕРНЕТТАН

БАШВАТҠЫС...

татыулаштыра

■ Йыш кына матди байлык артынан кыуыусылар етеш тормош менән бәхет тә килер, тип өмөтләнә. Яңы тикшеренеү күрһәтеүенсә, быңдай кешеләрҙең юғары эш хаҡы түләнгән вазифаларға, уңыштың башҡа атрибуттарына мөмкинлектәре ҙурырак булһа ла, уларҙың барыһы ла бәхетле һәм оҙон ғүмер кисерергә һәләтле түгел. Нотр-Дам университеты эргәһендәге бизнес мәктәбе ғалимдары үткәргән һынауҙарҙа 717 кеше катнашкан, уларҙы бала сактан ук күҙәткәндәр. Был кешеләрҙең акыл кеүәһе юғарырак булыуы сәбәпле, күптәре колледж һәм университеттарҙа ғилми дәрәжә алған, табип йәки профессор сифатында вазифалар биләгән. Араларында урта мәктәпте һәм кала колледжларында ғына белем алыусылар ҙа бар. Экспериментта йәшәйештең 5 өлкәһе - эш, ғаилә, ял итеү, сәләмәтлек һәм тормоштан "кәнәғәтлек тойоу" баһаланған. Катнашыусыларҙың күбеһе 45 йәштә һәм улар карьераһының иң күтәренке мәле булған. Тикшеренеү авторҙары билдәләүенсә, амбициялы катнашыусылар матди йәһәттән уңышлырак, улар билдәле университеттар тамамлаған, яҡшы эштә эшләгән, юғары эш хаҡы алған. Әммә уларҙың ғүмер оҙайлығы ялкауҙарҙың ғүмер оҙайлығынан артык түгел. Етмәһә, ҙур теләктәре булып та, мәҫәлән, карьера эшләй алмаусылар үҙҙәрен күпкә бәхетһеҙ тойған.

■ Бөтөн Рәсәй онлайн һорау алыуҙар һөҙөмтәләре күрһәтеүенсә, төрлө компанияларҙа эшләүселәр эш урынында тағы ла уңышлырак булыу өсөн үҙҙәренең тышкы киәфәтен үҙгәртеүгә лә ризалашкан. Мәҫәлән, хирург бысағы аҫтына ятыусыларҙың 50 проценты быны психологик комфорт өсөн эшләгән, 20 проценты тышкы киәфәтендәге етешһеҙлектәр карьера эшләүгә камасаулай, тип иҫәпләгән. 5 процент респонденттар тотлоғоу, кылый күҙлелектән арынған. Калғандар кейенеүҙе, үҙенде тотоуҙы үҙгәртергә генә ризалашкан. 10 процент яуап биреүсе татуировка, пирсингтарынан котолған. Быңа пластик хирург ярҙамына мөрәжәғәт итеүселәр араһында күкрәктәренең үлсәмен ҙурайтыусылар ҙа байтак.

■ Ғаиләлә һауыт-һаба шалтырамай тормай. Гарвард университеты ғалимдары быңдай сакта ир менән катынға бергә ултырып башваткыс сисергә тәкдим итә. Баш мейеһе әүҙем сакта кеше үпкәләүҙәрен тиҙерәк онотоп, барыһын да ғәфү итергә һәләтле була икән. Был ысул ғаиләне һаклап калыуҙа үҙенсәлекле сара булыр ине, ти ғалимдар. Төрлө тикшеренеүҙәрҙә өйрәнеп, психологтар кыҙыклы һығымталарға килгән. Бактиһән, хистойғоларын контролдә тота алған кешеләрҙең баш мейеһе кабығының маңлай һөйәге алды арауығының ситке өлөшө әүҙемлеге ҙурырак була икән. Ә быңа был әүҙемлекте күтәреү бигерәк ябай - йомактар, башваткыстар менән баш мейеһенең был өлөшөн "эшләтеп"ебәрергә була, был сакта кеше вакиғаларға тойғолар менән түгел, ә акыл менән баһа бирә башлаясак.

■ Ябай мәтрүшкә составындағы май инфекциялар менән антибиотиктарға караганда ла яҡшырак "көрәшә". Британия ғалимдары билдәләүенсә, был майҙа карвакрол тигән матдә бар, ул эсәк эшмәкәрлеген боҙоусы паразиттарға, бәшмәк инфекцияларына каршы антисептик булып тора. Иң кыҙығы, карвакролды 18 төрлө антибактериаль препарат менән сағыштырып, был матдәнең уларға карата көслөрәк булыуын асыҡлаған.

СӘЛӘМӘТЛЕК ӘЛИФБАҺЫ

ҺӨЛӨК ҺӘМ ЭНӘ -

бер-береһен тулыландырыусы дауалар

"Бәйләнештә" селтәрендә "Башкорт катын-кыҙы" сәхифәһендә "Сәләмәт булайык!" битен алып барыусы табибә Әлфиә АЛТЫНБАЕВА Башкорт дәүләт медицина институтында терапевт һөнәренә эйә була, әммә һәр сак белемен камиллаштырыу өҫтөндә эшләй. Шул ук вакытта ул традицион медицинананы ла күҙ уңынан ыскындырмай. Ошо камиллашыу ынтылышы уны 1996 йылда Г. Куватов исемендәге Республика клиник дауаханаһының традицион медицина кафедраһында рефлексотерапия ысулын өйрәнеүгә алып килһә, һуңынан һөлөк менән дауалау серҙәрен үҙләштерә. Бөгөн уның менән ошо ике ысул үҙенсәлектәре хакында һөйләшәсәкбеҙ.

➔ **Әлфиә Ишдәүләт кыҙы, бөгөн һеҙ кешеләрҙе һөлөк һалыу, энә каҙау (рефлексотерапия) ысулдарын кулланып дауалайһығыҙ. Быға нисек килдегеҙ, тап ошо ике ысулдың һеҙҙеке икәнен касан аңланығыҙ?**

- Рәсми медицинала һөнәрем терапевт-профпатолог булһа ла, әлеге көндә һөлөк һалыу һәм энә каҙау - төп дауалау алымым. Рефлексотерапия курстары үткәндән һуң, мин ике тапкыр танылған педагог Фаил Барый улы Кандаровта укыу бәхетенә өлгәштем. Уның алымы миңә якынырак, шуға энә куйыуҙа классик методиканы ла, Кандаровтың ысулын да кулланам.

2001 йылда гирудотерапияны үҙләштерҙем. Күптән ошо теләк менән янып йөрөһәм дә, һөлөктәрҙән куркынкыраум һөҙөмтәһендә кисектерә килә инем. Шунан бер халык табибәһе һөлөк һалынған өс литрлы банканы эш өҫтәлемә килтереп ултыртты ла: "Көнә буйы эргәңдә, күҙ алдыңда ултырһын, пациенттарың килһен, күрһен, бер аҙна алма. Һин уларға күнегергә, өйрәнергә һәм кешеләрҙә һөлөк һалып дауаларға тейешһең", - тине. Шулай йылап-йылап өйрәндем дә, хәҙер инде 15 йыллап һөлөк һалыу аша дауалау минең профессиямдың айырылғыһыҙ бер өлөшөнә әйләнде. Бөгөн һөлөк менән дауалау - һөҙөмтәле ысулдарҙың береһе. Организмды химия, дарыуҙар, антибиотиктар менән ағыулауға карағанда күпкә яҡшырак. Әлбиттә, дарыуҙан башка бер нисек тә мөмкин булмаған ауырыу осрактары бар. Әммә кайһы берҙә дарыуға карағанда һөлөк ныгырак ярҙам итә.

Һөлөк кеше организмына 100-ҙән ашыу әүҙем матдәләр ебәрә, тип һанала. Әммә иң мөһимдәре һәм һөҙөмтәлеләре: гирудин, бделлин, гиалуронидаза, дестабилаза. Һәр ферменттың үҙенең функцияһы бар. Гирудин, дестабилаза - канды шыйығайта, бделлин - ялкынһыныуға каршы, гиалуронидаза - организмдың зарарланған өлөшөн тергеҙергә ярҙам итә.

➔ **Һөлөк менән дауалау ниндәй ауырыуҙарға килешә?**

- Быңда ниндәй ауырыу вакытында һөлөк һалырға ярамағанлығын һанап үтеү еңелерәк. Беренсенән, гемофилия - кандың ойошоусанлығы боҙолоуы, аҙ канлылык (еңелсә анемия вакытында ла һөлөк һалырға мөмкин). Йөклөлөк вакытында бөтөнләй был алымды кулланмайбыҙ, тиер инем, әммә үҙ тәжрибәмдә йөклө катындарға һөлөк һалып, ыңғай һөҙөмтә алғаным булды. Юғары температура, биҙгәк, йоғошло ауырыуҙар вакытында, яман шеш диагнозы булыусыларға куйырға ярамай. Әйткәндәй, 4-се стадия онкосирлеләргә һөлөк һалып, ауыртыныуҙарын баҫырға ярҙам иткәнем бар.

➔ **Бөгөн күберәк ниндәй сирҙәр менән мөрәжәғәт итәләр?**

- Кан баҫымы юғары булыусылар, гипертония, йөрәктең ишемия сирҙәре диагнозы куйылыусылар, шешенеүселәр, шешенеүгә килтергән артроз сирлеләр, фурункул, фурункулез, карбункул сығып йонсоусылар. Һуңғы арала бер-береһенән ишетеп, баштары ауыртып яфаланыусылар күп мөрәжәғәт итә башланы. Әлбиттә, тәүҙә тикшереү үткәрәбеҙ, кандың дөйөм анализын алабыҙ, кәрәк икән, МРТ-ы эшләйбеҙ. Әгәр гирудотерапияға кире күрһәткестәр булмаһа, һөлөк һалабыҙ. Был ысул менән баш ауырытыуын, баш өйәнәген (мигрень), баш һөйәге эсендәге баҫым (гипертензия) дауалауға бирешә. Глаукомаға ла файҙаһы бар.

Шулай ук һуңғы йылдарҙа гинекология мәсьәләләре буйынса катынкыҙҙар күп килә. Һөлөк һалыу ЭКОға әҙерлек барышында яҡшы ярҙам итә: аналыкты, енес юлдарын әҙерләй, гирудотерапиянан һуң аталандырылған түл күҙәнәге аналыкта еңел һәм ныклы ныгына. Хатта бер нисә шундай осрак булды, табиптар түлһеҙлек диагнозы куйғандан һуң килгән пациенттарҙың хәҙер, Аллаға шөкөр, балалары бар. Икенсел түлһеҙлек диагнозы менән килеүсе, мәҫәлән, бер балалары булып та, икенсеһенә ауырға кала алмай оҙак йөрөгән катын-кыҙ ҙа тағы әсә булыу бәхетенә өлгәшә.

Веналарҙың варикоз киңәйеүе, тромбофлебит, кан тамырҙары ауырыуҙары булғанда, гепатоза, гепа-

МОСОЛМАН ӘҘӘБЕ

МИН ЮЛҒА СЫҒАМ,

йәки Хаж кылырға йыйынғандарға кәңәштәр

Мосолмандар тағы ла хажға йыйына, иншаллаһ. Кәрҙәштәребеҙ был изге ғибәҙәтте дөрөҫ, еренә еткереп үтәһен тигән ниәт менән уларға кайһы бер кәңәштәремде еткермәксемен.

Хаж - экскурсия түгел, ә тән, рух өсөн ауыр хеҙмәт. Хаҡы ла киммәт. Элекке кеүек айҙар буйына йәйәү барырға тура килмәһә лә, "юл ғазабы - гүр ғазабы" тигәндәй, еңел түгел. Айырыуса миңең һымак өлкән йәштәгеләр өсөн. Ауырлыктарға бирешмәҫ өсөн, әлбиттә, алдан үҙеңде һәр яклап сыныктырырға кәрәк. Юлда айырыуса сабырһыҙлык тигән насар ғәҙәт асык күренә һәм кешенең үҙенә лә, башкаларға ла камасаулай.

Йәшерәктәргә кәңәшем шул: сәфәр мәлендә өлкәндәргә ярҙам итеү ниәте менән сыкһындар ине юлға. Шуны алдан белергә кәрәк: юлда битарафтар ғына түгел, ә ямандар ҙа осрай. Тимәк, үҙең белгән кешене юлдаш итеү хәйерле. Ғабдулла Тукай әйткәнсә:

Илаһым, мин юлға сыкһам,
Ямандарға юлыктырма.
Ғәзиз йәнемде алғанда,
Иманымды онотторма.

✔ *Күптәр хажды мистика менән бутай. Ә мосолман изге урынға Аллаһ менән яҡындан "һөйләшергә", Уға тәкбир әйтергә, гонаһтарын ярлыҡауын һорарға, ниҙер хаҡында ялбарырға бара.*

титты дауалағанда яҡшы һөҙөмтәләргә өлгәшеп була. Бауырҙы организмдың фильтры тип юҡҡа ғына әйтмәйбеҙ, ул таҙартыу функцияһын башҡарып, үҙе бысрана. Ә һөлөк һалғандан һуң биохимия анализынан да ыңғай үҙгәреш күрергә мөмкин: билирубин, юғары булған ферменттарҙың кәмеүе күҙәтелә. Простатит яҡшы дауалана, ыңғай һөҙөмтә бирә.

➔ Файҙаһы тейһен өсөн нисә сеанс кәрәк?

- Кешенең организмы үҙенсәлектәренән сығып, һәр кем өсөн шәхсән хәл итәбеҙ. Өстән алып 10-ға тиклем дә булыуы ихтимал, уртаса ете сеанс тәғәйенләйбеҙ. Мәҫәлән, пародонтоз менән килһәләр, уларға бер тапҡыр, геморрой менән яфаланыусыларға бер-ике тапҡыр ҡуйыу ҙа етә.

➔ Һөлөктәрҙе ҡайҙан алаһығыҙ һәм файҙаланылғандарын нишләтәһегеҙ?

- Фабрикаларҙа үҫтерелгән, сертификаты, лицензияһы булған ышаныслы фирмаларҙан медицина тәғәйенләнешендәге һөлөктәрҙе генә алабыҙ. Бер тапҡыр ҡулланылғандарын шунда уҡ утилләштерәбеҙ, йәғни хлорлы, дезинфекциялаусы шыйыҡлыҡтарға һалып, ярты сәғәт тотабыҙ ҙа, махсус һары тоҡтарға тултырып, зарарлы медицина ҡалдыҡтары өсөн тәғәйенләнгән контейнерҙарға һалып, ошо йүнәлештә махсуслашҡан хеҙмәттәргә тапшырабыҙ.

➔ Һөлөктән алда рефлексотерапия, йәғни энә ҡаҙау менән шөғөлләнгәнһегеҙ. Ошо ике ысулдың ҡайһыһы һөҙөмтәлерәк?

- Рефлексотерапия - ул көнсығыштан килгән дауалау ысулы. Һөҙөмтәлелеккә килгәндә, айырып ҡына әйтеүе ҡыйын, сөнки пациентты ҡарап, нимә ярҙам итәсәген шунда уҡ асыҡлайһың, ҡайҙалыр энә ярҙам итә, ҡайҙалыр һөлөк һалырға кәрәк. Шуға уларҙың икеһен дә бер тигеҙ ҡулланам. Улар бер-береһен тулыландыра ғына. Остеохондроз, радикулит, умыртҡа һөйәге ауырыуҙары ваҡытында ауыртыныуҙы баҫыу өсөн энә лә ҡаҙайым, һөлөк тә һалам. Һөҙөмтә көслөрәк була.

Энә менән дауалауҙың үҙенсәлеге нимәлә: ҡуйыу менән ул организмда ҡуҙғыу эффекты тыуҙыра. 10 минуттан һуң - гармония, 20 минуттан һуң тынысланыу башлана. Кешенең торошона ҡарап, кәрәк булһа, энәне 10 минутҡа ҡуябыҙ, оҙайлы тынысландырыу талап ителһә, баҫмаҡ энәләр ҡуйып, лейкопластырь менән нығытып, бер нисә көнгә ҡайтарып ебәрәбеҙ.

Диагностиканы арҡа, баш, ҡулдар, йөҙ буйынса Кандаров методикаһы менән эшләп сығам да, аныҡ диагноз ҡуям. Бының өсөн махсус ҡулайлама бар, уның менән тикшергәндә нөктәләр "ҡысҡыра" башлай. Кеше диагностика ваҡытында тыныс ҡына, көсөргәнештән арынып ултыра һәм ниндәйҙер урында ауыртыуға түҙә алмай ҡысҡырып ебәрәләр, "ah" итәләр. Тимәк, был - юғары һиҙгерлек зонаһы. Анализ яһап, ниндәй меридиандың ниндәй нөктәһе икәнен асыҡлап, диагноз ҡуйыла һәм ауыртҡан ағза нөктәһенә энә ҡаҙала.

➔ Хәҙер күпселек сирҙәр хроникка әйләнеп бөткән. Ундай сирлеләргә сеанстарҙы ниндәй ваҡыт арауығында ҡабатлап торорға кәрәк?

- Хрониктарға 5-10 сеанс талап ителә. Йылына ике тапҡыр, йәғни ярты йыл һайын дауаланырға мөмкин. Бик йыш та ярамай, сөнки был стимуллаусы процедура. 65 йәштән өлкәндәргә энә ҡаҙарға тырышмайым, уларға һөлөк һалыу файҙалыраҡ. Ҡатын-ҡыҙҙың менопауза ваҡытында саманан арттырып ебәрмәҫкә кәрәк, шуға 2-3 сеанс ҡына ҡуям.

Һөлөктө лә ярты йылға бер тапҡыр ҡуйыу зарур. Әммә һәр нәмәлә ташламалар бар, мәҫәлән, бер пациентым оҙаҡ тикшеренеүҙәр үтте, бармаған ере ҡалманы, етди бер нәмә лә тапмайҙар, төрлө ысулдар менән дауалап ҡарайҙар, әммә уның ауыртыныуы бары тик һөлөк һалдырғандан һуң ғына баҫыла. Бер һөлөк ҡуям да, бер ай тирәһе йөрөйҙә, ҡабат килә. Уға курс менән түгел, ә ай һайын йөрөргә кәрәк. Сөнки курс менән дә дауалап ҡараным, иң һөҙөмтәле юл - ай һайын.

➔ Табиптар билдәләгән дарыуҙарҙы, мәҫәлән, гормональ препараттар, шәкәр сирлеләр инсулин ҡабул иткәндә, һөлөк һалыу, энә ҡаҙау яраймы? Был дарыу препараттары менән ҡаршы килеп, зыян килтермәйме?

- Менопауза, йәки күрем күп булғанда йәки бик аҙ килгәндә беҙҙең дауа кәрәк, зыяны юҡ. Әммә ошо бер гормональ фондан икенсеһенә күсеү осоронда табип билдәләгән дарыуҙарҙы мотлаҡ эсергә кәрәк, һуңынан яйлап ҡына уларҙы энә ҡаҙауға, һөлөк һалыуға ала башлайым. Бында ла һәр кемгә индивидуаль ҡараш булырға тейеш, тота килеп дарыуҙарҙан баш тартырға, йәки барыһын бергә файҙаланырға ярамай. Ғөмүмән, дауаланғанда мотлаҡ дауалаусы табип менән кәңәшләшергә тәҡдим итәм. Сөнки табип һәр саҡ тап һеҙгә тура килгән вариантты таба. Ҡайһы бер саҡта пациенттарға, тәүҙә дарыуҙар менән дауаланығыҙ, тибеҙ. Мәҫәлән, бронхит, үпкә шеше, йоғошло ауырыуҙар, эсәк инфекцияһы кеүек сирҙәрҙе мотлаҡ дарыуҙар менән дауларға кәрәк. Һуңынан инде иммунитетты күтәреү, организмды дөйөм нығытыу өсөн һөлөк һалырға, энә ҡаҙарға була.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Һөлөк һалыу борон-борондан ата-бабаларыбыҙҙың дауалау ысулы булһа, энә ҡаҙау Ҡытайҙың традицион медицинаһында элек-электән ҡулланыла. Рәсми медицина ла уларҙың файҙаһын инҡар итмәй икән, тимәк, сәләмәтлегебеҙгә ҡул һелтәп ҡарарға ярамай. Юҡҡа ғына билдәле кардиолог Николай Амосов: "Табип - сирҙе дауалай, ә сәләмәтлекте һәр кем үҙе булдыра", - тип әйтмәгән. Сәләмәтлегебеҙҙе сир шытым бирә башлағанға тиклем үҙебеҙ хәстәрләйек. Бының өсөн бөтөн мөмкинлектәр бар, теләк кенә кәрәк.

Шәрифә САЛАУАТОВА әңгәмәләште.

Ҡабатлап әйтәм: әҙәм балаһы хажға һәр яҡлап ныҡлы әҙерлек менән барырға тейеш. Был ғибәҙәттең урында үҙ ҡағиҙәләре лә барлығын иҫтән сығарырға ярамай. Мәҫәлән, Мөхәммәт ғәләйһиссәләмдең тормош юлын, башҡа бәйғәмбәрҙәр хаҡындағы ҡиссаларҙы, дин, хаж тарихын төплө белергә кәрәк.

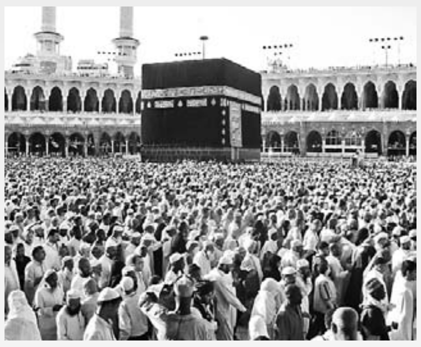
Изге сәфәргә юлланырға ниәт иткәндәргә мәсеттә төрлө ҡағиҙәләрҙе өйрәтеп ебәрһендәр ине. Беҙ, мәҫәлән, 2008 йылда хажға бер ни белмәй юлландыҡ. Уҡыр өсөн яҙмалар эҙләгәйнек тә, табып булманы. "Хаж ҡылыу тәртибе" тигән китапты самолетта ғына бирҙеләр. Уны юлда ла, барып еткәс тә уҡырға хәл булманы. Тәүҙә арытты, аҙаҡ ваҡыт тығыҙлығы мөмкинлек бирмәне. Һөҙөмтәлә китапты өйгә ҡайтҡас ҡына уҡыным. Баҡтиһәң, хаждың ҡайһы бер ҡағиҙәләрен дөрөҫ үтәмәгәнбеҙ, бәғзе доғаларҙы кәрәкле мәлендә уҡымағанбыҙ... Ярай әле, әсәйемдең бала сағымда дин, бәйғәмбәрҙәр хаҡында һөйләгәндәре хәтеремә тәрән һеңеп ҡалған. Аҙаҡ үҙем дә Ислам тарихын китаптар аша өйрәнгәйнем.

Беҙҙең менән барғандарҙың күбеһенең белеме һай ине. Ғәҙәттә ошо сәбәпле, күптәр хажды мистика менән бутай. Ә мосолман изге урынға Аллаһ менән яҡындан "һөйләшергә", Уға тәкбир әйтергә, гонаһтарын ярлыҡауын һорарға, ниҙер хаҡында ялбарырға бара. Һәр кемдең ошо изге мөрәжәғәттәре ҡабул булһын, иншаллаһ.

Хаж ҡылыуҙың төп маҡсатын аңламау сәбәпле, ҡайһы берәүҙәр ҡәҙерле минуттарын Аллаһҡа табынып үткәреү урынына юҡ-бар менән була, урам, магазин буйлап йөрөүгә күп ваҡытын бүлә, шауларға ла тартынмай. Изге ерҙә һәр кемдән тәртип талап ителә.

Хажға тәү тапҡыр барырға йыйынған мосолман ҡәрҙәштәр төрлө дини ғилем сығанаҡтарын (улар хәҙер ифрат күп) табып өйрәнһен, кәрәкле доғаларҙы ятлаһын ине. Үҙең менән ниҙәр алып барыу зарурлығы хаҡында ойоштороусылар әйтер. Ләкин уларҙың хаж тәртибен өйрәтеренә өмөтләнмәгеҙ, барыһын да үҙегеҙ белеп барһағыҙ, сәфәрегеҙ бәрәкәтле булыр, аҙаҡ беҙҙән кеүек үкенмәҫһегеҙ.

Зәйтүнә КҮҪӘПОВА.



ӘЙТКӘНДӘЙ...

Билдәле булыуынса, быйыл Башҡортостандан 250 кеше Мәккәгә хаж ҡылырға барырға ниәтләй. "Башинформ" мәғлүмәт агентлығы белдереүенсә, Сәғүд Ғәрәбстанына 26 августан алып Өфө, Ҡаҙан, Мәскәү аэропорттарынан осорға мөмкин буласаҡ. Быйыл хаж 10 сентябрҙән 14 сентябргә тиклем дауам итә.

Мөхәммәт бәйғәмбәр тыуған ергә йыл да ике миллионға яҡын кеше килә, шуға күрә Сәғүд Ғәрәбстаны һәр илгә айырым квота бирә. Мөфтөйҙәр Советынан алынған мәғлүмәттәр буйынса Рәсәйгә быйыл 16 мең урын бүленгән. Рәсәйҙән эконом-класс менән Мәккәгә барып әйләнеү уртаса 120-150 мең һумға барып баҫасаҡ.

УҢЫШ ҠАҘАН

ҮҘ-ҮҘЕҢӘ ЫШАНЫУҘЫҢ ТӨП СЕРҘӘРЕ

Теләк аша сағылған Ижади көс

Проблемаларығыҙ үҙ урынығыҙҙа булмауығыҙ һәм көнделегеҙ ятмаған эште башҡарыуығыҙ арҡаһында килеп тыуыуы ла ихтимал. Үҙегеҙҙең үҙенсәлегегеҙҙе, был тормошта алып торған айырым урынығыҙҙы ахырынаса аңлап етмәйһегеҙ. Күрәһең, тормошҡа индергән өлөшөгөҙ ул тиклем үк һиҙелерлек булмаһа ла, Юғары Архитектор планының бер өлөшө булараҡ, һеҙҙең әһәмиәтегеҙ абруйлы һәм билдәле кешеләрҙекенән һис тә кәм түгел.

Кешелектә булған барлыҡ лайыҡлы нәмәләр Генераль Пландың бер өлөшө. Кеше эшмәкәрлегенең барлыҡ өлкәләрендәге бөйөк донъяуи ҡаҙаныштар кеше Эске Ғилемде тыңлаған өсөн барлыҡҡа килгән. Кемгәлер был теләктәр тормошҡа ашмаҫтай булып күренеүе мөмкин. Әммә ижад итеүсе, төҙөүселәрҙе маҡсат һәм йүнәлеш булыуы башҡаларҙан айырып тора. Улар океанда маҡсатһыҙ һәм ярҙамһыҙ йөҙөп йөрөүсе ғәҙәти ҡалҡыуыс булмауҙарын, ә үҙ яҙмышын үҙе контроллэүсе шәхес икәнен аңлай. Психологтарҙың шәхси ҡаҙаныштар өлкәһендәге тикшеренеүҙәре күрһәтеүенсә, аныҡ планы һәм маҡсаты булған кешеләр планһыҙ һәм маҡсатһыҙ кешеләргә ҡарағанда күпкә бәхетлерәк һәм уңышлыраҡ. Үҫештең был стадияһында һеҙҙең барлыҡ һәләттәрегеҙҙе һәм мөмкинлектәрегеҙҙе иҫәпкә алған тормош планы төҙөү бик ҡыйын. Ваҡытығыҙҙы йәлләмәй генә ысынлап та нимә теләгәнегеҙҙе һәм уны тормошҡа ашырыу өсөн нимә эшләйәсәгегеҙҙе асыҡлағыҙ. Кире осраҡта, тормошоғоҙ капитанһыҙ карап кеүек ҡыйраласаҡ.

Тормошоғоҙҙоң һәр өлкәһен анализлағыҙ һәм нимәгә ынтылаһығыҙ, нимә менән шөғөлләнергә теләйһегеҙ, һәм, иң мөһиме - кем булырға теләйһегеҙ - шуның планын эшләгеҙ. Уның ярҙамында үҫешегеҙҙе күҙәтеп бара алаҫаҡһығыҙ. Әгәр маҡсатығыҙ юҡ, ҡайҙа барғанығыҙҙы ла белмәйһегеҙ икән, уңыштарығыҙҙы билдәләй алаһығыҙмы? Башларға ғына кәрәк, тиҙҙән маҡсатҡа өлгәшеү өсөн бындай аныҡ план төҙөүҙең ни тиклем шәп һәм файҙалы икәнен аңларһығыҙ. Теләгәнгә өлгәшеүҙең төп серҙәренең береһе - ҙур маҡсатты ваҡлау. Ваҡ өлөштәргә бүлгәндә, бер нәмә лә ауыр булып тойолмаҫ. Һәр өлөштө тормошҡа ашырғандан һуң алынған ҡәнәғәтлек тойғоһо артабанғы аҙым өсөн стимул булып тора. Был принцип менән таныш булмаған күптәр алдарына ҙур маҡсаттар ҡуйыуҙан баш тарта, сөнки уны тормошҡа ашырыу өсөн ниндәй тырышлыҡ кәрәк буласағын күҙ алдына килтереү менән ҡоттары оса. Бер стакан һыу ҡуйы томан сәбәбе булырға мөмкин. Әгәр уны 60 миллиард тамсыға бүлһәк, улар тотош ҡала кварталын ҡаплап, 100 фут бейеклеккә күтәрелә ала. Һеҙҙең тырышлығығыҙға ла ошо күренеш хас. Улар, һуңғы иҫәптә, иҫ киткес һөҙөмтәләргә килтерә.

Маҡсат ҡуйғанда берәү ҙә һеҙҙән бары тик уңышлы аҙымдар ғына талап итмәй. Әгәр алдығыҙға ҡуйғандың барыһын да үтәй алмаһағыҙ ҙа, ҡул ҡаушырып ултырған күпселек менән сағыштырғанда, алдараҡ буласаҡһығыҙ. Аныҡ билдәләнгән маҡсаттар кеше тормошон яҡшы яҡҡа үҙгәртә. Улар аҡыл энергияһын кәрәкле йүнәлешкә бора. Һеҙҙән бары тик нимәгә өлгәшергә теләүегеҙҙе һәм кем булырға теләүегеҙҙе аныҡ күҙаллау ғына кәрәк.

Роберт ЭНТОНИ.

(Дауамы бар).

ҠАЙҘА КЕМДЕ?

Берҙәм тауыш биреү көнөнә тиклем теүәл бер ай ҡалды. 18 сентябрҙә илдә һайлау участкалары асыла һәм тауыш биреү башлана. 2016 йыл - етенсе саҡырылыш Дәүләт Думаһы депутаттарын һайлау йылы.

Дәүләт Думаһы менән бер рәттән, республикала урындағы үҙидараның вәкиллекле органдарына һайлау уҙғарыла. Атап әйткәндә, Межгорье ҡалаһынан тыш, һигеҙ ҡала округтары Советына (Ағиҙел, Күмертау, Нефтекама, Октябрьский, Салауат, Сибай, Стәрлетамаҡ, Өфө); 54 муниципаль район һәм 10 ҡала биләмәһе Советтарына (Баймаҡ, Бәләбәй, Благовещен, Дәүләкән, Дүртөйлә, Ишембай, Мәләүез, Туймазы, Учалы, Яңауыл); Асҡын, Белорет, Бишбүләк, Бөрө, Благовар, Йәрмәкәй, Ейәнсура, Ҡалтасы, Кушнаренко, Мәләүез, Нуриман, Салауат районҙарындағы 41 ауыл биләмәһе Советтарына депутаттар һайлау була. 2-се Инорс бер мандатлы һайлау округы һәм 19-сы Нарыш бер мандатлы һайлау округы буйынса Башҡортостан Республикаһының Дәүләт Йыйылышы - Ҡоролтай депутаттарын өҫтәмә һайлау планлаштырыла.

Дәүләт Думаһына һайлау ҡатнаш система буйынса уҙғарыла: 225 депутат - партия исемлеге, 225-е бер мандатлы округтар буйынса һайлана. Башҡортостанда Дәүләт Думаһына депутаттар һайлауҙа алты бер мандатлы округтар буйынса 50 кандидат теркәлгән. Бер урынға 8-9 кеше дәғүә итә.

Башҡортостан Дәүләт Йыйылышына өҫтәмә һайлауҙа теркәү тамамланды. Ике округ буйынса 10 кандидат күрһәтелгән, Дәүләт Йыйылышында ике урынға һигеҙ дәғүәсе теркәлгән.

Урындағы үҙидараның вәкиллекле органдарына һайлауҙа 4849 кандидат теркәлгән. Улар 1777 мандатҡа дәғүә итә.

Бөтәһе 5276 кандидат тәҡдим ителгән. 4918 кеше теркәү үткән. Теркәлгәндән һуң 69 дәғүәсе төшөп ҡалған.

Урындағы советтарға кандидаттарҙың өстән бер өлөшө тиерлек (1290) үҙ-үҙен күрһәткән. "Берҙәм Рәсәй" - 1807, КПРФ - 582, ЛДПР - 411, "Ғәҙел Рәсәй" - 410, "Рәсәй патриоттары" - 154, ҡалған туғыҙ партия 100-ләп кандидат тәҡдим иткән.

Руслан Низамов

кандидат в депутаты по избирательному округу №18

В сентябре нас ждут очередные выборы депутатов Совета городского округа г. Уфы, мы будем выбирать тех, кто представит нашу волю перед государственной властью. Границы нашего дома не ограничиваются стенами нашей квартиры, наш дом - это страна и город, в котором мы живем, но в первую очередь это наш район и наш двор. Каждому району - эффективного менеджера, который сможет вникнуть в суть проблем, донести их важность до органов государственной власти и проконтролировать их решение. Прежде чем идти на выборы, следует отличать тех, кто обещает то, что изначально невыполнимо, от того, кто знает, что в его компетенции, и сможет быстро и эффективно применить свои навыки в благоустройстве нашего общего дома. Будьте бдительны!

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

Уважаемый избиратель!
КПРФ – ПАРТИЯ ВОЗРОЖДЕНИЯ РОССИИ!

Приходи на выборы, голосуй за команду **КПРФ**!

Среди кандидатов в депутаты от **КПРФ** есть молодые и люди старшего поколения, рабочие и труженики села, предприниматели и руководители предприятий. Они поддерживают предвыборную программу **КПРФ** по выводу страны из затянувшегося кризиса - **10 шагов к достойной жизни!**

КПРФ выступает против распродажи народной собственности и искусственного банкротства предприятий, против оптимизации учебных заведений и объектов здравоохранения. **КПРФ** против точечной застройки, бесконтрольного долевого строительства жилья, поборов на капремонт.

Хватит развала и нищеты – приходи на выборы ВЕРНЁМ ВРЕМЯ ПОБЕД вместе с КПРФ!

Бесплатная площадь предоставлена избирательному объединению **"БАШКИРСКОЕ РЕСПУБЛИКАНСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ ПОЛИТИЧЕСКОЙ ПАРТИИ "КПРФ"** согласно ст.65 Кодекса Республики Башкортостан от 6 декабря 2006 г. N 380-з "О выборах".

АХУНОВ

Рөстәм Ринат улы

"Ҡала иҡтисадын кәңәшләшеп үҫтерәйек"

Көнүҙәк проблемалар ҡала властарының ғәмһеҙлегенә, бюджетта аҡса юҡлыҡҡа бәйле, тиһәләр ҙә, күп ваҡыт мәсьәләләрҙең сиселеше ҡалала йәшәүселәр теләгенең иҡтисади маҡсатка тап килмәүе менән бәйле. Юл тығындары, юлдарға зарланыу Өфөлә транспорт проблемаларын үҙәккә сығара. Ләкин властарҙың юлдарҙы киңәйтеү, яңы транспорт төрҙәрен индереү теләге халыҡтың ҡаршылығына абына, улар ағастарҙы ҡырҡыуға, экологияны боҙоуға зарлана башлай. Был проблема сәнәғәт предприетияларына ла хас. Заводтарҙы ҡала ситенә сығарыу мөмкинлеген ҡарарға була, был осраҡта эшселәрҙе эшкә йөрөтөү ваҡытты аласаҡ, халыҡ тағы ҡаршы киләсәк. Шуға ла ҡала үҫешенең стратегияһын, генераль планын эшкәртеү өсөн айырым структура булдырылырға тейеш. Тәҡдимдәр халыҡтың, хакимиәттең, эшҡыуарлыҡтың яҡлауын тапһа, киләсәктә Өфөнөң финанс базаһын ныҡлы тәьмин итә алыр инек.

Бесплатная площадь предоставлена кандидату в депутаты Совета городского округа г. Уфа Республики Башкортостан четвертого созыва **АХУНОВУ РУСТЕМУ РИНАТОВИЧУ** согласно ст.65 Кодекса Республики Башкортостан от 6 декабря 2006 г. N 380-з "О выборах".

ЕЛИЗАРЬЕВ А.А.

СОЗДАДИМ УЮТ И КОМФОРТ ВО ДВОРАХ И ПАРКАХ!

В НАШЕМ ОКРУГЕ мы с семьей живем уже более 40 лет. Поэтому знаю, что начинать надо с благоустройства наших дворов, домов и парков. Дворам нужны хороший асфальт, удобные игровые и тренажерные площадки, места для парковок, нужны всем - от малых детей до пенсионеров!

Как у руководителя старейшего строительного "Третьего треста", у меня большой опыт в строительстве и облагораживания территорий - наш трест построил сотни и ремонтирует десятки домов! Мы строили и воссоздаем такие объекты как Башгосдрамтеатр, стадион "Динамо", школы, детские сады и многие другие важные для жителей города объекты.

Поэтому иду в депутаты, так как уверен, что смогу помочь нашей Уфе стать комфортнее и уютнее. Для этого прошу Вас запомнить мою фамилию Ели**ЗА**рьев и в день выборов вспомнить ее и поставить "галочку"!

Бесплатная площадь предоставлена кандидату в депутаты Совета городского округа г. Уфа Республики Башкортостан четвертого созыва **ЕЛИЗАРЬЕВУ АЛЕКСАНДРУ АНАТОЛЬЕВИЧУ** согласно ст.65 Кодекса РБ от 6 декабря 2006 г.N380-з "О выборах".

Кандидат в депутаты Совета городского округа г. Уфа

АХМАДУЛЛИН

Марат Фидаевич

Родился 28 января 1964 году. Образование высшее, строительный факультет УГНТУ. Генеральный директор ООО трест "Башгражданстрой". Заслуженный строитель Республики Башкортостан, награжден орденом "За заслуги в строительстве". Неоднократно награждался Благодарственными письмами и Почетными грамотами от многих районов Уфы и муниципальных объектов города. Состоит в браке, есть сын.

Сделано для Орджоникидзевского района: строительство детского сада, жилых домов, реконструкция стадиона "Нефтяник", благоустройство района в целом.

Бесплатная площадь предоставлена кандидату в депутаты Совета городского округа г. Уфа Республики Башкортостан четвертого созыва **АХМАДУЛЛИНУ МАРАТУ ФИДАЕВИЧУ** согласно ст.65 Кодекса Республики Башкортостан от 6 декабря 2006 г. N 380-з "О выборах".

Бесплатная площадь предоставлена кандидату в депутаты Совета городского округа г. Уфа Республики Башкортостан четвертого созыва **ШАМСИЕВУ ШАМИЛЮ АСЛЯМОВИЧУ** согласно ст.65 Кодекса Республики Башкортостан от 6 декабря 2006 г. N 380-з "О выборах".

МӨХӘТДИНОВ

Вадим Илдар улы

“Өфөнө һайлайым! Йорттарыбыҙҙы һәм ихаталарыбыҙҙы төҙөкләндерәйек!”

Мин күп йылдар Орджоникидзе районында йәшәнем һәм кешеләрҙең көн һайын ниндәй ҡыйынлыҡтар менән осрашыуын күреп беләм. Мин дә торлаҡ-коммуналь хеҙмәттәре өсөн түләйем, һәм аҡсаһын түләгән һәр кешегә яҡшыраҡ, лайыҡлыраҡ тормош теләр инем. Минең идаралыҡ тәжрибәм күп коммуналь мәсьәләләрҙе сисеүҙә ярҙам итеренә ышанам. Атап әйткәндә, һүҙ йылылыҡ өсөн түләүҙәрҙе тәртипкә һалыу, капиталь ремонтҡа аҡса йыйыу хаҡында. Мин өйҙәрҙең ремонтланыуы, подъездарҙа тәртип, фатирҙарҙа йылы һәм яҡты булыуы яҡлы.

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

Наша общая цель - чистая городская среда обитания

Я, Ваш кандидат - КИНЗИКЕЕВ РУСЛАН по одномандатному округу №5 Кировского района города Уфа.

Российская экологическая партия «ЗЕЛЕНЫЕ»

Бесплатная площадь предоставлена кандидату в депутаты Совета городского округа г. Уфа Республики Башкортостан четвертого созыва **КИНЗИКЕЕВУ РУСЛАНУ УСМАНОВИЧУ** согласно ст.65 Кодекса Республики Башкортостан от 6 декабря 2006 г. N 380-з "О выборах".

Политическая партия

«ПАТРИОТЫ РОССИИ»

Кандидат в депутаты Совета городского округа город Уфа Республики Башкортостан четвертого созыва избирательного округа №11

ХАСАНОВА
Гульнара Халитовна

«СПАСЕМ СЕМЬЮ - ОТСТОИМ РОССИЮ!»

«Патриоты России» - за традиционные семейные ценности!

Бесплатная площадь предоставлена кандидату в депутаты Совета городского округа г. Уфа Республики Башкортостан четвертого созыва **ХАСАНОВОЙ ГУЛЬНАРЕ ХАЛИТОВНЕ** согласно ст.65 Кодекса Республики Башкортостан от 6 декабря 2006 г. N 380-з "О выборах".

Только
ЛДПР
Алға!

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

Только
ЛДПР
Алға!

Бесплатная площадь предоставлена избирательному объединению **"БАШКОРТОСТАНСКОЕ РЕГИОНАЛЬНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ ЛДПР"** согласно ст.65 Кодекса Республики Башкортостан от 6 декабря 2006 г. N 380-з "О выборах".

НОСКОВ СКАЗАЛ – НОСКОВ СДЕЛАЛ!

НОСКОВ

Андрей Викторович

кандидат в депутаты по одномандатному избирательному округу **№15**

Изготовлено в ООО ГУП "Оберон", (юридический адрес: РБ, г. Уфа, ул. Менделева, 211/1-56, ИНН 0276903183) по заказу кандидата в депутаты Совета городского округа город Уфа Республики Башкортостан четвертого созыва по одномандатному избирательному округу № 15 Носкова Андрея Викторовича. Изготовление оплачено из средств избирательного фонда кандидата в депутаты Совета городского округа город Уфа Республики Башкортостан четвертого созыва по одномандатному избирательному округу № 15 Носкова Андрея Викторовича. Опубликовано безвозмездно МУП "Редакция газеты "Киске Өфө", (ИНН 0278147006, юридический адрес: 450005, РБ, г. Уфа, ул. Революционная, дом № 167/1) по заказу кандидата в депутаты Совета городского округа город Уфа Республики Башкортостан четвертого созыва по одномандатному избирательному округу № 15 Носкова Андрея Викторовича. Дата выпуска: 20 августа 2016 года, тираж: 4417.

Бесплатная площадь предоставлена кандидату в депутаты Совета городского округа г. Уфа Республики Башкортостан четвертого созыва **НОСКОВУ АНДРЕЮ ВИКТОРОВИЧУ** согласно ст.65 Кодекса Республики Башкортостан от 6 декабря 2006 г. N 380-з "О выборах".

ЙӘШЕЛ ДАРЫУХАНА

Йәшел төҫтәге йәшелсә-емештәр кеше организмы өсөн бик файҙалы. Уларҙың күбеһе калорияһыҙ, әммә витамин һәм минералдарға бай. Унан тыш, йәшел төҫтәге йәшелсә-емештәр организмдан зарарлы матдәләрҙе сығарырға ярҙам итә, матдәләр алмашыныуын яйға һала. Организмдың детоксикацияһы ваҡытында ла ярҙам итәләр. Организмды таҙартыу, тонуста тотоу өсөн бик файҙалы һәм витаминлы эсемлектәрҙе өйҙә эшләп эсергә лә мөмкин. Блендер аша төрлө емеш-еләк, йәшелсәләрҙе үткәреп яһалған иҙелмәләрҙән эшләнгән эсемлек заманса телдә "смузи" тип атала. Уны әҙерләүе бик еңел, бөтә ингредиенттарын бер төрлө массаға әйләнгәнсе блендер аша үткәрергә һәм ҡуйыраҡ килеп сыҡһа, саҡ ҡына һыу ҡушырға кәрәк. Файҙалы смузиларҙың бер нисә төрлө ысулын тәҡдим итәбеҙ.

ВИТАМИНЛЫ ЭСЕМЛЕКТӘР

Шпинат, киви, банан. Был смузи кәйефте күтәрә, энергия өҫтәй. Шпинат организмды файҙалы витаминдар һәм минералдар менән тәьмин итә, зарарлы матдәләрҙән таҙарта. Банан һәм киви бик туҡлыҡлы. Шуға күрә был смузины иртәнсәк эсеү отошло.

Авокадо, ҡыяр, алма, имбир. Бындай смузи ябай эсемлек кенә түгел, ә туҡлыҡлы төшкө ашҡа тиң. Авокадо емеше йомшағы үҙенсәлеге буйынса туң майҙарҙан һис ҡалышмай. Алма һәм ҡыяр эсемлекте тәмләтеп ебәрә, бер нисә киҫәк имбир иҫ киткес хуш еҫ бирә. Был эсемлек иммунитетты нығыта, асығыуҙы баҫа.

Алма, авокадо, йәшел салат үләне, киви. Йәшел салат үләне ун диетик аҙыҡ исемлегенә инә. Ул организмда матдәләр алышыныуын яйлай һәм таҙарта. Бынан тыш, был йәшелсә-емештәрҙән эшләнгән смузила тимер матдәһе күп.

Ҡыяр, петрушка. Кис эсеп ятыу өсөн бик еңел һәм файҙалы эсемлек. Ҡыяр 90 процент һыуҙан тора, шуға күрә был смузины эҫе көндәрҙә ҡулланыу отошло. Петрушканың химик составы бик бай булыуы менән айырылып тора. 100 грамм үҫемлектә тәүлек нормаһынан ике тапҡырға күп каротин һәм С витамины бар.

Авокадо, кәбеҫтә, шпинат. Бындай смузи организмды таҙартыуға башҡа төрлөһөнә ҡарағанда күберәк булышлыҡ итә. Кәбеҫтәлә тиҙ үҙләштерелә торған аҡһым, шәкәр һәм күҙәнәклек бар. Туҡлыҡлы авокадо һәм файҙалы шпинат ҡушылғас, бик һыйлы эсемлек килеп сыға.

Алма, лайм, ҡыяр. Лайм организмдан токсик матдәләрҙе сығарыуға булышлыҡ итеп кенә ҡалмай, нервылар системаһын тынысландыра, хәлде яҡшырта һәм кәйефте күтәрә. Көн дауамында кәйефегеҙ күтәренке булыуын теләһәгеҙ, бындай смузины иртәнсәк эсегеҙ.

Борос, лимон һуты. Тәү ҡарауға был ғәҙәти булмаған ҡатнашма кеүек тойола. Әммә күптәр турама эшләгәндә борос һәм лимон һуты ҡушып һала. Йәшел борос составында В витамины күп, ул стресты еңергә ярҙам итә, тынысландыра һәм иҫте яҡшырта. Әгәр ҙә һеҙҙе бер ҡасан да арығанлыҡ тойғоһо ташламай икән, был смузи мотлаҡ ярҙам итәсәк.

Брокколи, алма, лайм. Брокколи кәбеҫтәһендә аҡһымдар күп. Итле ашамлыҡ ашарға теләмәгән осраҡта был кәбеҫтә уны тулыһынса алыштыра ала, шуға күрә вегетариандар өсөн айырыуса әһәмиәтле. Брокколи организмдан ауыр металл матдәләрен сығара. Уға алма һәм лайм ҡушып, кискеһен эсергә уңайлы смузи эшләргә була.

Киви, ҡыяр, ананас, лимон. Ананас составындағы биологик актив матдәләре ярҙамында аш һеңдереү процесына булышлыҡ итә, ябығырға ярҙам итә һәм йәшәртә. Ананас ҡандағы асығыу тойғоһон баҫыусы серотонин кимәлен күтәрә, организмдан артыҡ шыйыҡсаларҙы сығара. Лимон, ҡыяр һәм киви менән ҡушып ҡулланғанда витаминлы заряд алырһығыҙ.

Сельдерей, алма. Был иң киң таралған смузи. Сельдерей бик шәп тонус биреүсе үҫемлек. Ул токсиндарҙы яҡшы сығара, аҙ калориялы, тынысландырыу үҙенсәлегенә эйә. Сельдерей һәм алманан эшләнгән смузи иртәнсәк тә, кис эсеү өсөн дә уңайлы.

ӘРЕМ ГЕНӘ ТИМӘГЕҘ...

Әрем менән дауалау организмдағы барлыҡ эренле ябай инфекцияны үлтерә, йоҡоһоҙлоҡтан, нервы ауырыуҙарынан ярҙам итә, матдәләр алмашыныуын тергеҙеп, артыҡ ауырлыҡтан арындыра, барлыҡ елһеневү процестарын тигәндәй, бигерәк тә аш эшкәртеү тракты һәм енес юлдары зарарланыуын бөтөрә. Шуға уны гинекологик сирҙәр, простатит, уретрит, тире, ашҡаҙан, эсәктәр, бауыр, ашҡаҙан аҫты биҙе, бөйөрҙәр һ.б. ауырыуҙар ваҡытында ҡулланалар.

Курс өсөн 100 г кипкән әрем кәрәк. Уны устарығыҙҙа ыуып, дуршлаг аша иләгеҙ. Иләнеп төшкәнен ҡоро килеш ашағыҙ, ә дуршлагта тороп ҡалғанын клизма, зарарланған урынды һиптереп йыуҙыртыу, күҙгә, ҡолаҡҡа һалыу, ауыҙҙы сайҡатыу өсөн төнәтмә эшләгәндә файҙаланығыҙ.

Ни өсөн ҡоро әрем тәҡдим ителә? Ашҡаҙан-эсәк юлдары буйынса тотош үтеп, уның барлыҡ участкаларын да дауалаһын өсөн, сөнки әрем төнәтмәһе эсәктәргә барып етмәй. Әрем менән дауаланғанда миома бер айҙа бөтөүе мөмкин.

Әремдең әселеге һәм ағыуы тәнде ундағы барлыҡ зарарлы организмдарҙан (трихомонадтар, хламидийҙар, герпес, кандидтар, лямблийҙар, эхинококк инфекцияһы) таҙарта.

Әрем менән дауаланыу курсы - 7 көн. Тәүге 3 көндә һәр 2 - 2,5 сәғәт һайын кипкән әремде бер семтем ҡабул итергә. Семтемде ауыҙға һалып, төкөрөк менән еүешләргә һәм йотоп, артынан һыу эсеп ҡуйырға кәрәк. Артабанғы 4 көндә көнөнә 5 - 6 сәғәт һайын.

таҙарыныуға бөтөн организм йәлеп ителә, шуға күрә әремде ҡабул итеү арауығы 2,5 сәғәттән артырға тейеш түгел. Ошо өс көндә әремде көнөнә 5-6 тапҡыр ҡабул итәләр. Төнөн тәнәфес яһала. Әрем менән дауаланған 7 көндә ҡәтғи диета тоторға ҡушыла. Ит һәм балыҡ, барлыҡ һөт продукттары, йомортҡа, кондитер изделиелары ашау тыйыла.

Шулай уҡ алкоголь эсемлектәре эсергә һәм тәмәке тартырға ярамай. Тәмәке тартҡанда һөҙөмтәнең 1/3 өлөшө юғала. Был көндәрҙә йәшелсә-емеш, сәтләүектәр, ярмалар, үҫемлек майҙары, картуф ашарға ҡушыла. Икмәкте бер ултырғанда 2-3 ҙур булмаған киҫәк менән сикләргә кәрәк. Ул яңы түгел, саҡ ҡына кипкән булырға тейеш.

Терапия ваҡытында хәлһеҙлек, барлыҡ йәшерен ауырыуҙарҙың ҡалҡып сығыуы мөмкин. Ниндәйҙер ваҡытҡа быуындар ауыртыуы йәки ҡабырғала сәнсеү тойолоуы ихтимал. Был тәрән таҙарыныу барыуын күрһәтә. Әгәр таштар сыға, киҫкен ауыртыу күҙәтелә икән, тамырҙарҙы киңәйтеүсе таблеткалар - 2 төймә но-шпа йәки 1 төймә папаверин эсергә кәрәк.

Көнөнә ике тапҡыр - иртән һәм кис спринцевание эшләргә мөмкин. Был процедураны бәүел-енес юлдарында инфекция менән зарарланыуҙың барлыҡ билдәләре туҡтағанға тиклем дауам итергә кәрәк. Һуңынан яҙлы-көҙлө әрем менән дауаланыуҙы профилактика өсөн үткәреү зарур.

Йөклө ҡатын-ҡыҙға, аҙ ҡанлылыҡ булған кешеләргә әрем менән дауаланыу тыйыла.

Дауаланыуҙы башлар алдынан табип менән кәңәшләшергә онотмағыҙ!

НАМАҘ ВАҠЫТТАРЫ

1437 һижри йыл.

Август (Зөлҡағиҙә)	Иртәнге намаҙ	Ҡояш ҡалҡа	Өйлә намаҙы	Икенде намаҙы	Ауыҙ асыу, аҡшам	Йәстү намаҙы
22 (19) дүшәмбе	4:36	6:06	13:30	19:00	20:30	22:00
23 (20) шишәмбе	4:38	6:08	13:30	18:57	20:27	21:57
24 (21) шаршамбы	4:40	6:10	13:30	18:55	20:25	21:55
25 (22) кесе йома	4:42	6:12	13:30	18:52	20:22	21:52
26 (23) йома	4:44	6:14	13:30	18:50	20:20	21:50
27 (24) шәмбе	4:46	6:16	13:30	18:48	20:18	21:48
28 (25) йәкшәмбе	4:47	6:17	13:30	18:45	20:15	21:45

"Башҡортса дини календарь"ҙан алынды.

МИЛЛӘТ БАЛҠЫШЫ

БАШҠОРТОСТАН ҒЫНА ТҮГЕЛ,
Рәсәй намыҫын яҡланылар!

Рәсәй дәүләт Халыҡ ижады йорто саҡырыуы буйынса Өфөнөң "Мираҫ" йыр һәм бейеү фольклор ансамбле 12-20 августа Бөйөк Британияның Биллингем ҡалаһында үткән 52-се Халыҡ-ара фольклор фестивалендә Башҡортостан һәм Рәсәй исеменән сығыш яһаны.

Сарала шулай уҡ Бөйөк Британия, Чили, Мысыр, Мексика, Төньяҡ Кипр һәм Көньяҡ Кореяның иң яҡшы ижади коллективтары - барлығы 350 башҡарыусы ҡатнашты. Фестивалде тантаналы асыу мәлендә уның директоры Джо Малоуни тамаша ҡылырға килеүселәргә фольклор сәнғәте менән ҡыҙыҡһыныуҙары һәм һәр коллективтың сығышын йылы ҡабул итеүҙәре өсөн рәхмәт белдереп: "50 йыл дауамында халыҡ фольклор фестиваленә ҡыҙыҡһыныу һаҡланыуына аптырауҙан туҡтамайым. Таныш йөҙҙәр ҙә, яңы кешеләр ҙә күренә. Был сараны уҙғарып, йыл һайын беҙ тамырҙарыбыҙҙы барлайбыҙ, ҡаланың мәҙәни мираҫын һаҡлайбыҙ. Ер шарының икенсе яғынан халыҡтың күңелен күрер өсөн ғаиләләрен ҡалдырып килгән бейеүселәрҙе халыҡтың сәләмләүен күҙәтеүе тулҡынландырғыс тамаша", - тине.

Фестивалдең барлыҡ көндәрендә лә Өфө артистары гала- һәм презентация концерттарында ҡатнашты, рус һәм башҡорт халҡының мәҙәниәте, ғөрөф-ғәҙәттәре һәм колориты менән ҡыҙыҡһыныусыларға оҫталыҡ дәрестәре үткәрҙе. Оло сара бөгөн, 20 августа, тантаналы ябыласаҡ.

ИҒТИБАР!

МӨНӘЖӘТСЕЛӘР БӘЙГЕ ТОТА

9 сентябрҙә Сибай ҡалаһында мөнәжәт башҡарыусыларҙың IV Төбәк-ара конкурсы үткәрелә.

Ойоштороусылары: БР Республика халыҡ ижады үҙәге ҡарамағындағы Сәсәндәр үҙәге, Сибай ҡала округы хакимиәте, Сибай сәнғәт колледжының "Урал батыр" сәсән мәктәбе, Башҡортостан Республикаһы Башҡорт ҡатын-ҡыҙҙарының мәҙәни, социаль һәм рухи үҫеш буйынса "Ағинәй" төбәк йәмәғәт ойошмаһының Сибай ҡалаһы "Ағинәйҙәр ҡоро", Бөтөн донъя башҡорттары ҡоролтайы Башҡарма комитеты.

Конкурста ҡатнашыусылар өс номинацияла билдәләнәсәк: мөнәжәт башҡарыу; нәсихәт башҡарыу; Мәүлит Ямалетдинов шиғырға һалған Ҡөрьән сүрәләрен башҡарыу.

Ҡатнашырға теләүселәр 5 сентябргә тиклем Сибай ҡалаһы, Таусылар проспекты, 14, Сибай сәнғәт колледжы адресы буйынса ғаризаларын ебәрергә тейеш.

Белешмәләр өсөн телефон: 8 (347 - 75) 2-46-32; электрон адрес: cnkid2003@mail.ru. Яуаплы: Ғәйнуллина Асия Солтан ҡыҙы, телефоны: 8-960-383-46-09.

ИҒЛАН

Мостай Кәрим исемендәге 158-се башҡорт гимназияһына башланғыс кластар уҡытыусыһы талап ителә.

10-сы, 11-се профилле уҡытыу кластарына (физика-математика, химия-биология, социаль-гуманитар йүнәлештәр буйынса) уҡыусыларҙы саҡырабыҙ. ӨДНТУ, ӨДАТУ, БДМУ, БДПУ, БДУ юғары уҡыу йорттары менән тығыҙ хеҙмәттәшлек алып барыла, уҡыусыларға сифатлы белем алыу өсөн бөтә шарттар ҙа булдырылған. **Белешмә өсөн телефондар: (347) 289-52-50, 8-917-353-70-54.**

АФАРИН!

ҺАБАНТУЙҒА...

белем алырға

Белемлегә йөт юҡ, тигәндәй, йәйге ялын файҙалы итеп үткәрергә, белем алырға, тәжрибә тупларға, шәхси сифаттарын камиллаштырырға ниәт иткән иң әүҙем, алдынғы ҡарашлы, маҡсатҡа ынтылышлы йәштәр ошо көндәрҙә "Ташлы" ат спорты-һөнәрсылыҡ хужалығы биләмәһендә мәғариф һабантуйы үткәрҙе.

Республикала йәштәр өсөн тәғәйенләнгән төрлө саралар үткәрелеп тора. Был эштәр менән тотош дәүләт структуралары шөғөлләнә, байтаҡ ҡаҙна аҡсаһы тотонола. Ул сараларҙың күбеһе мәҙәни йәки күңел асыуға ҡоролған конкурс һәм фестиваль форматында ойошторола. Ә бына йәштәрҙең белемен арттырыуға, уларҙы бөгөнгө заман шарттарында йәшәргә, конкурентлыҡҡа һәләтле булырға өйрәтеүгә йүнәлтелгән мәғариф форумдары юҡҡа тиң. Һуңғы ике йылда уҙғарылған "Урал мираҫы" форумы, быйыл Өфөлә үткәрелгән "Төркиҙәр алтыны" йәштәр мәғариф форумдарын иҫәпкә алмағанда инде. Ә бит республиканы һәр яҡлап күтәрмәләү, иҡтисади-социаль хәлен юғары кимәлгә күтәреү бурысы тиҙҙән ошо үҫеп килгән быуын иңенә төшәсәк.

Алдынғы ҡарашлы башҡорт йәштәре күптән инде был турала үҙ-ара һөйләшеп, кәңәшләшеп, тиҫтерҙәре өсөн белем даирәһен киңәйтергә ярҙам иткән саралар үткәреү хаҡында ниәт йөрөтә ине. Ниһайәт, быйыл Мәскәү һәм Санкт-Петербург ҡалаларындағы Башҡортостан студенттары һәм аспиранттары ассоциацияһы, Силәбе өлкәһенең башҡорт йәштәре иттифағы, "Башҡорт проекттары" берләшмәһе, "Беренсе" Р. Ғарипов исемендәге Башҡорт республика гимназия-интернаты сығарылыш уҡыусылары ассоциацияһы, Башҡортостан Республикаһы Йәш яҡташтар берлеге ассоциацияһы, Башҡорт асыҡ КВН лигаһы ағзалары был эште башлап ебәрҙе. Әлегә улар ойошторорға теләгән "Өфө-форум" мәғариф сараһы килеп сыҡманы, үткәрергә бер көн ҡалғас, ҡайһы бер алдан күҙалланмаған сәбәптәр арҡаһында уны кисектереү тураһында иғлан ителде. Әммә сит өлкәләрҙән, республиканың төрлө төбәктәренән йыйылған әүҙем йәштәр аптырап ҡалманы, форумды әлегә үҙенсәлекле мәғариф һабантуйы итеп ойоштороrға ҡарар итте. Күңел асыуға ғына түгел, ә зыялы шәхестәр менән осрашып, уларҙың тәжрибәһе менән уртаҡлашыуға, үҙ-ара матур итеп аралашыуға, аң-белем даирәһен киңәйтеүгә, киләсәккә оло маҡсаттар ҡуйырға һәм уларҙы тормошҡа ашырыуға өйрәтеүгә ҡоролған яңыса форматтағы һабантуй килеп сыҡты.

Ойоштороусылар әйтеүенсә, Башҡортостанда инициативалы, әүҙем, эшлекле, белемгә ынтылыусан йәштәр буш һүҙ һөйләүселәргә ҡарағанда күберәк һәм улар ошоға оҡшаш эшлекле осрашыуҙарға мохтаж. Мәғариф һабантуйында йәштәргә "Green Plate" эко-фастфуд селтәре етәксеһе Ренат Хилажев, коммуникация өлкәһендәге белгес һәм "Башнефть" компанияһы менеджеры Руслан Йосопов, шәхси эшҡыуар Илшат Байегетов, халыҡ-ара FMCG компанияһы төп клиенттары менән эшләүсе менеджер Ринар Тәүхетдинов, "ФинЭкспертиза" аудит һәм консалтинг компанияһы генераль директоры урынбаҫары Илгиз Байморатов, Милләттәр эше буйынса Федераль агентлыҡ эксперттары Азат Бадранов, Азат Бирҙин, "БР драматургия һәм режиссура үҙәге" директоры Әлиә Яхина-Иванова, Дизайн-Маркет һәм башҡа масштаблы сараларҙың ойоштороусыһы Әлиә Айсина, Американың IT компанияла эшләүсе Денис Уйылданов, "Неовакс" компанияһы етәксеһе Наил Яҡупов, журналист Салауат Хәмиҙуллин, "Китаптар" төгә асыҡ цифрлы башҡорт китапханаһы координаторы Рәжәп Әхмәтйәнов, "Опора России" Башҡорт төбәк бүлеге директоры вазифаһын башҡарыусы Тимур Лоҡманов һәм башҡа тәжрибәле кешеләр фәһемле лекцияләр һөйләне. Уларҙың сығыштары йәнле аралашыу, йәштәрҙә ҡыҙыҡһындырған һорауҙарға яуап биреү менән бергә үрелеп барҙы.

Шулай итеп, республикала йәштәребеҙ өсөн бөтөнләй икенсе йүнәлештәге, юғары кимәлдәге, заманса мәғариф форумына нигеҙ һалынды. Был турала сараға йәштәр менән осрашыуға килгән БР мәғариф министры Гөлназ Шафиҡова ла әйтеп китте. Шулай уҡ Гөлназ Радмил ҡыҙы республика Башлығы Рөстәм Хәмитовтың үҙ инициативалары менән оҙондай юғары кимәлдәге форум ойоштороуға тупланған йәштәргә төбәлгән хатын уҡып ишеттерҙе. "Һеҙ йәштәштәрегеҙ араһында лайыҡлы йәш быуын тәрбиәләүгә, Тыуған илебеҙҙең күп милләтле халҡының берҙәмлеген нығытыуға булышлыҡ иткән күп яҡлы эш алып бараһығыҙ, мәҙәни һәм спорт саралары ойоштораһығыҙ, мәғариф проекттарын тормошҡа ашыраһығыҙ. Бындай башланғыстар беҙгә бик кәрәк", - тиелә унда.

Әйткәндәй, Республика Башлығы фатиһаһы менән сентябрь башында йәштәрҙең "Өфө-форум" мәғариф сараһын киң масштабта үткәреүгә әҙерлек бара.

Йәмилә ШӘРӘФЕТДИНОВА.

ВИКТОРИНА

ӘҘӘБИӘТ ҺӘМ ӘҘИПТӘР

Таңсулпан Ғарипованың "Бөйрәкәй" романы буйынса һорауҙар

1. **Романда үҙәктә торған төп идеяны атағыҙ.**
а) боронғо дәүерҙәрҙә булған һәм хәҙер онотолған ҡанбабалар мәктәбен тергеҙеү;
б) "ҡатын-ҡыҙ - донъя тотҡаһы" тигән әйтемдең дөрөҫлөгө;
в) йәшәүҙең мәғәнәһе - үҙеңдән һуң лайыҡлы вариҫтар ҡалдырыу идеяһы.

2. **Диңгеҙхан менән Барсынбикәнең балаға булған ысын мөнәсәбәте ҡайһы ситуацияла айырым-асыҡ сағыла?**
а) Диңгеҙхандың Барсынбикәгә баланы йылғаға ташларға ҡушыуында;
б) Барсынбикәнең ил буйлап ҡыҙын эҙләүендә;
в) Барсынбикәнең киләсәк быуындарын ҡурсалауында.

Ҡәҙерле дуҫтар! Кем дә кем ошо һорауҙарға дөрөҫ яуап табып, иң беренсе булып беҙгә шылтыратып, яуаптарын әйтә, шуға Таңсулпан Ғарипова үҙенең автографы ҡуйылған "Бөйрәкәй" китабын бүләк итә. Наил Ғәйетбаевтың "Сит планета ҡыҙы" әҫәре буйынса һорауҙарға ла яуап бирә алаһығыҙ...

Иҙел РӘХИМОВ.

АҠЫЛ-ҠАҘНА

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

ҠАЛАҠЛАП ЙЫЙҒАНДЫ...

табаҡлап түкмә

Улың менән ирешһәң, түрендә ултырып иреш, кейәүең менән ирешһәң, ишек тотҡаһын тотоп иреш.

(Башҡорт халыҡ мәҡәле).

Изгелек беҙҙе матурлай, яуызлыҡ йәмһеҙләй - был хәҡиҡәт өсөн мин үтелгән йылдарыма бурыслы.

(Микеланджело Буонарроти).

Ысын дуҫ һәр нәмәлә беҙгә оҡшарға тырышмаясаҡ, һәр ҡылығыбыҙ өсөн маҡтарға ла атлығып тормаясаҡ, ул беҙҙәге иң яҡшыны ғына ҡабул итәсәк.

(Плутарх).

Шулай итеп, тағы бер аҡыл: "Иренең йәберһетеүҙәренән арыған бер ҡатын Уҡытыусыға киләһәм үҙенең хәле тураһында түбәндәгеләрҙе һөйләй:"

- Ирем яратмай мине. Ул мине гел генә кәмһетә, унынса, мин насар хужабикә, ҡулымдан бер эш тә килмәй. Иремә һис нисек ярай алмайым...

- Уға ярарға тырышма ла... - ти Уҡытыусы.

- Һин быяла тәҙрә аша урамға сығырға маташҡан күбәләккә оҡшағанһың. Нисек кенә бәргеләнһә лә, күбәләк быяланы ватып сыға алмаясаҡ. Ләкин ул быны белмәй, шуға ла ул мөмкин булмағанды эшләргә ынтыла. Күбәләктән айырмалы, һин бит иреңә бер нисек тә ярай алмаясағыңды беләһең, ләкин һаман мөмкин булмағанды эшләргә маташаһың...

-Улайһа, миңә ни эшләргә һуң? Уның үҙемә насар мөнәсәбәтен нисек үҙгәртергә? - тип һорай ҡатын.

- Уның мөнәсәбәтен үҙгәртергә тырышырға ярамай. Ул бит һиндә нимә күрергә теләһә, шуны ғына күрә. Һин үҙеңә булған мөнәсәбәтеңде үҙгәрт. Һиндә һине яратҡан Һинең бар. Уны тыңла. Ул ғына һиңә дөрөҫ кәңәш бирер...

Өйөнә ҡайтҡас, ире тағы ҡатынын әрләй, йәберләй башлай. Уҡытыусы кәңәше буйынса, ҡатын быға тиклем таныш булмаған тауышты - Үҙен ишетергә теләп, иренең мыҫҡыллауҙарына иғтибар итмәргә һалыша. Ләкин иренең тауышы һаман да ҡолағына салына, уның йөрәген ҡанһырата. Ҡатын, ғәҙәтенсә, илар сиккә етеп, иренең дерелдәй башлауы була, ҡапыл ҡолағына "Мин һине яратам, һин иң яҡшыһы, иң матуры", тигән тауыш ишетелә. Иренең һәр әренән һуң ҡатындың йән тауышы "Ә мин һине яратам..." тип ҡабатлай. Ошо көндән һуң ҡатындың тормошо үҙгәрә. Ул иренең ҡылығына һәм һүҙҙәренә, мыҫҡыллауҙарына иғтибар итеүҙән туҡтай. Ире лә ҡатынындағы был үҙгәреште күрә. Үҙенең ыҫҡырыуҙарының, түҙыныуҙарының кире ҡаҡлығыуын, ҡатынының уларҙы ишетмәүен һәм шайләмәүен аңлай һәм... Үҙ ҡылығынан үҙе ояла башлай, ауыҙына һыу ҡаба. Ҡатынына иғтибарлыраҡ бағып ҡарап, уның иң матуры икәнен аңлай һәм уға яңынан ғашиҡ була..."

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

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

Баш мөхәррир:
Гөлфиә ЯНБАЕВА.

Мөхәрририәт:
Ләйсән НАФИҠОВА,
Зөйтүнә ӘЙЛЕ,
Фәүзиә МӨХӘМӘТШИНА,
Гөлнаҙ МАНАПОВА,
Илгиз ИШБУЛАТОВ,
Артур БАТЫРШИН.

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

«ПечатниК» яуаплылығы сикләнгән йәмғиәте типографияһында баҫылды (450059, Башҡортостан Республикаһы, Өфө ҡалаһы, Комсомол урамы, 27/1).

Телефондар:

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

Ҡул ҡуйыу ваҡыты - 19 август 17 сәғәт 00 мин.
Ҡул ҡуйылды - 16 сәғәт 00 мин.

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

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

Тиражы - 4417
Заказ - 1500/08