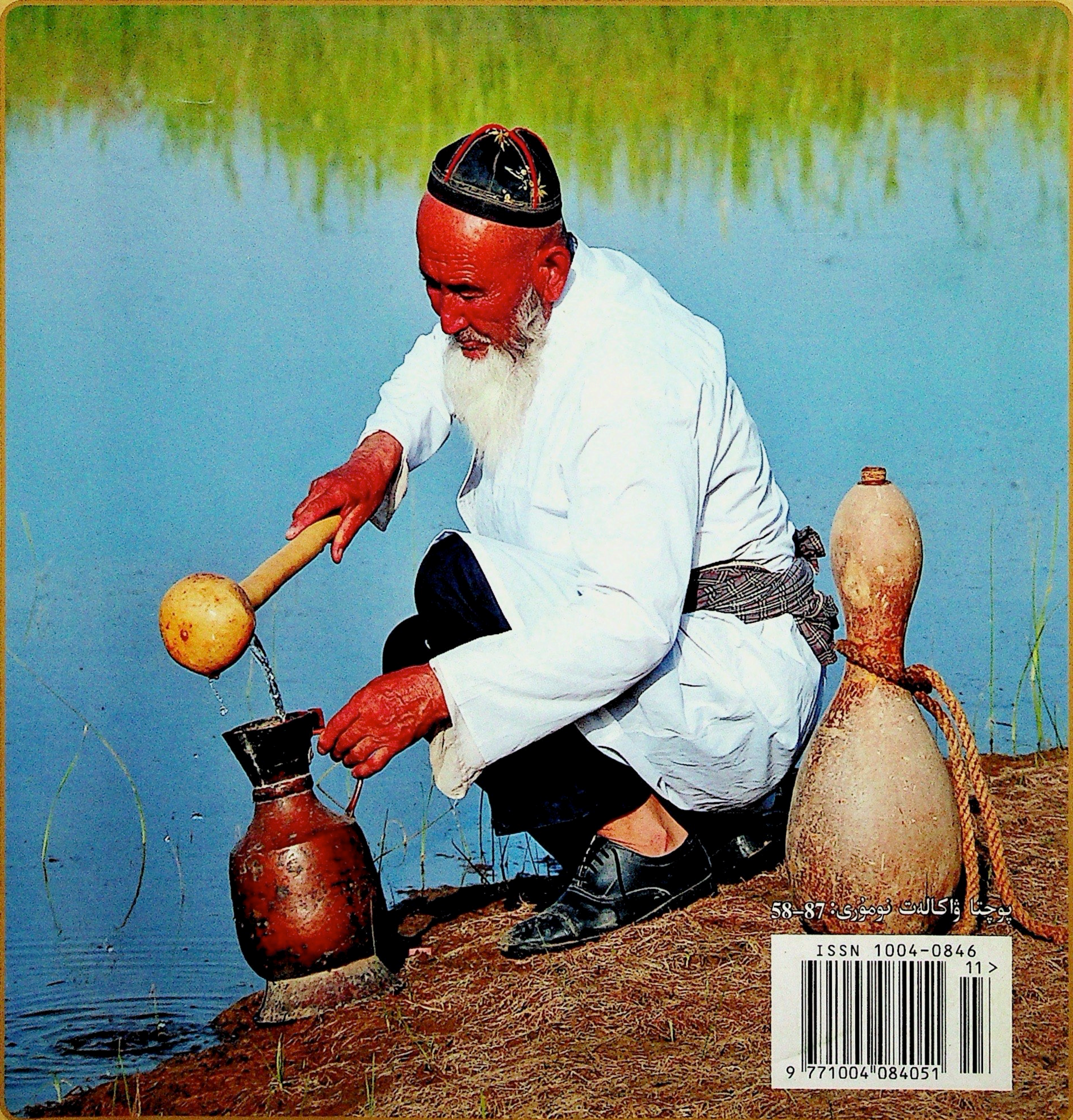
شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونى بويىچە 9-نۆۋەتلىك «ژۇرنال مۇكاپاتى»غا ئېرىشكەن ژۇرنال

2016 نويابىر
科学与生活
SCIENCE AND LIFE
6- سان

پەن ۋە تۇرمۇش

● بىلىم تەشنالىرىنىڭ سىرداشى ● مەدەنىي تۇرمۇشنىڭ مەسلىھەتچىسى ● ئىلمىي ئىشلەپچىقىرىشنىڭ يېتەكچىسى

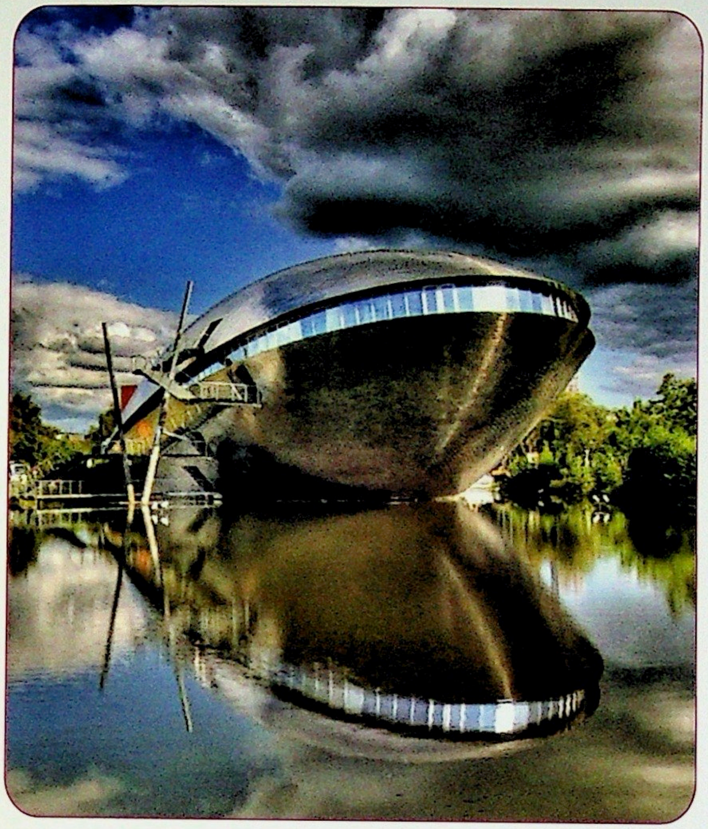


پوچتا ۋاكالەت نومۇرى: 87-58
ISSN 1004-0846
11>
9 771004 084051

ھۆسەنجان قاسىم فوتوسى

www.uyghurkitap.com

تەقلىدىي قۇرۇلۇشلار



گېرمانىيەدىكى ئاكۇلا مۇزېيى چىشىنى كۆرسە-
تىپ خىرىس قىلىپ تۇرغان بۇ ئاكۇلا شەكلىدىكى
قۇرۇلۇش گېرمانىيە برىمنى كائىنات پەن - تېخنى-
كا مۇزېيى بولۇپ، ئەتراپتىكى كۆل بىلەن بەئەينى
راست ئاكۇلادەك تۇيغۇ بېرىدۇ.

جۇڭگودىكى پىئانىنو بىنا جۇڭگونىڭ ئەنخۇي
ئۆلكىسى خۇەينەن شەھىرىدىكى پىئانىنو بىنانىڭ
پەلەمپىيى سۇزۇك ياسالغان ئىسكىرىپكىغا جايلاشقان.

ھېكمەتلەر

★ سەمىمىيلىك ۋە ئەقىل-پاراسەت ئىنسان ئۈچۈن ئەڭ قىممەتلىك نەرسىدۇر. بۇ خىسلەتكە ئىگە بولغان كىشى ھەرقانداق ئىشتا نەتىجە قازىنالايدۇ.

★ غەزەپ بىر دەقىقە ئىچىدىلا ئەقىلنى كاردىن چىقىرىدۇ، يەنى ئاچچىق كەلگەندە ئەقىل كېسىلىدۇ ۋە ئىنسان توغرا گەپنى چۈشىنىش قابىلىيىتىنى يوقىتىدۇ.

★ بىلىمنى توغرىلىق، شىجائەتنى ئەپۈچانلىق، سېخىيلىقنى خۇش چىراي ۋە شېرىن سۆز بېزەيدۇ.

★ قانائەت شۇنداق بىر يارشىملىق لىباسكى، ئۇنى كىيگەن ھەرقانداق ئادەمنىڭ ھايات يولى مەڭگۈ ئوچۇق بولىدۇ.

★ دۇنيادا ئەڭ يۇگۇرۇك نەرسە كۆڭۈل، ئەڭ ئاچچىق نەرسە دۈشمەن، ئەڭ تاتلىق نەرسە قېرىنداش، ئەڭ قاتتىق نەرسە يوقسۇزچىلىقتۇر.

★ ۋاقىتنى ئەزىزلە، ھاياتنى قەدىرلە.

★ ياخشى ئىش ياخشى سۆزدىن ئەۋزەل.

★ بايلىق قالىدۇ، ھايات كېتىدۇ.

مۇندەرىجە

◆ مەدەنىيەت كارىدورى

01 ئۇيغۇرلاردا ئەنئەنىۋى كۇلالچىلىق مەدەنىيىتى........ئابدۇخېلىل مىرخېلىل

10 «دىۋانۇ لۇغاتىت تۈرك» تىكى باللار ئويۇنلىرىنىڭ پەرزەنت تەربىيەسىدىكى ئەھمىيىتى.........................نۇرمۇھەممەد ئابدۇقادىر

13 ئۇيغۇر مۇقاملىرىدا ئۇسسۇل ژانىرى ۋە ئۇنىڭ فۇنكسىيەسى...ھۆرقىز ئابدۇقادىر

◆ ئىلمىي تۇرمۇش ئەتراپىمىزدا

16 نېمە ئۈچۈن ئادەم چۆچۈپ كەتسە چىرايى تاتىرىپ كېتىدۇ...دىلبەر ئىسمايىل(ت)

17 ئادەم بەدىنىنىڭ سوغۇقتىن ئەڭ قورقىدىغان قىسمى قايسى...دىلنۇر ئېزىز(ت)

18 نېمە ئۈچۈن توختىماي كۈلگۈەرسە كۆزدىن ياش چىقىپ كېتىدۇ.....

19 نېمە ئۈچۈن كۆز چارچاپ كەتكەندە يېشىل رەڭگە كۆپرەك قارىسا راھەت بىلىنىدۇ...

◆ يېزا ئىگىلىك تورى

20 شىنجاڭدا كۆپ ئۆستۈرۈلىدىغان بىر يىللىق سامان غوللۇق زىننەت گۈللىرى...قۇربانجان نىزامىدىن

◆ تۇرمۇش ساۋاتلىرى

22 ئاچچىقلىنىش ھاياتقا ئېكەك سالغان بىلەن باراۋەر...ئادىل غوجالىم

27 ئادەم توغرا بولسا، دۇنيا توغرا بولىدۇ.............ئابلەت ئابلىكىم

30 سالاملىشىش ئادىتىمىز ساغلام بولسۇن.............ئابلەت جامال

2016 - يىل، نويابىر

(ئوش ئەيلىق ژۇرنال)

1984 - يىلى نەشر قىلىندى

ھەر تاق ئاينىڭ 1-كۈنى نەشردىن چىقىدۇ

(ئومۇمىي 151 - سان)

شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق پەننى ئومۇملاشتۇرۇش ژۇرناللىرى نەشرىياتى

تەھرىر ھەيئەتلىرى

مۇدىر: لى چۈنياڭ

مۇئاۋىن مۇدىر:

تاۋپېڭ ئابدۇغېنى ئىگەمبەردى چالقار قىزىر

شيې گوجېڭ مى نىڭ ئىمىنجان زارى

ئەي چۈنگىن بەي شاۋخۇڭ

ھەيئەت ئەزالىرى:

ۋەن شياگگۈي دىلشات مەتروزى

تاشقىن جاپپار ليۇ يىڭ جەن چياڭ

شيې شۈيەن جۈرئەت ھەببۇل لوجيەن يې

نەشرىيات باشلىقى، باش مۇھەررىر:

دىلشات مەتروزى

(كاندىدات ئالىي مۇھەررىر)

مۇئاۋىن نەشرىيات باشلىقى،

مۇئاۋىن باش مۇھەررىر:

جۈرئەت ھەببۇل

(كاندىدات ئالىي مۇھەررىر)

لوجيەن يې

تەھرىر بۆلۈم مۇدىرى:

مۇيەسسەر ئابدۇللا

نۆۋەتچى مۇھەررىر:

مەھفۇزە ئەخمەت

كوررېكتور:

ئاسىيە ھۈسىين

نازارەت قىلىش تېلېفونى:

0991-6386550

تەھرىر بۆلۈمىنىڭ تېلېفونى:

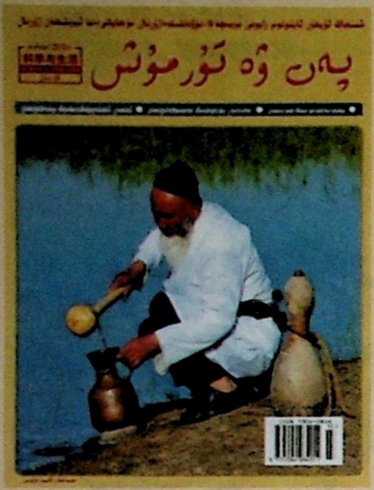
0991-6386546

ئېلان-تارقىتىش مۇلازىمەت تېلېفونى:

0991-6386551

خەت ساندۇقى :

Turmush@163.com



مۇقاۋىنىڭ بىرىنچى بېتىدە :

كۆل رىشتى

باشقۇرغۇچى :

شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق

پەن-تېخنىكا جەمئىيىتى

نەشر قىلغۇچى :

شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق پەننى

ئومۇملاشتۇرۇش ژۇرناللىرى نەشرىياتى

تۈزگۈچى :

«پەن ۋە تۇرمۇش» ژۇرنىلى

تەھرىر بۆلۈمى

پوچتا نومۇرى :

830054

ئادرېسى :

ئۈرۈمچى شەھرى تېببىي ئۇنىۋېرسىتېت

يولى 686-قورۇ

(پەن-تېخنىكا سارىيى ئىچىدە)

تەھرىرلەپ تەييارلىغۇچى :

«قوشنا» ژۇرنىلى

باسقۇچى :

شىنخۇا باسما زاۋۇتى

تارقاتقۇچى :

ئۈرۈمچى شەھەرلىك پوچتا ئىدارىسى

مۇشتەرى قوبۇل قىلغۇچى :

مەملىكەتنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىكى

پوچتا تارماقلىرى

مەملىكەت بويىچە بىرلىككە كەلگەن قەرەللىك

نەشر بۇيۇملىرى نومۇرى :

CN65 - 1086/Z

خەلقئارا ئۆلچەمدىكى قەرەللىك نەشر

بۇيۇملىرى نومۇرى :

ISSN1004 - 0846

ئېلان تىجارەت گۇۋاھنامە نومۇرى :

6501004000010

پوچتا ۋاكالەت نومۇرى :

58 — 87

باھاسى : 9.00 يۈەن

◆ ئاتا-ئانىلار سەمگە

32 ئائىلە مۇقەددەستۇر............................مەنسۇرجان تۇرسۇن

34 باللارنىڭ قوغۇشۇندىن زەھەرلىنىشى ۋە ئۇنىڭدىن ساقلىنىش تەدبىرى ....راھىلە ئابدۇللا

◆ روھ ئېنژىنېرى

38 باشقىلارغا تەسىر كۆرسىتەلەيدىغان ئوقۇتقۇچىلاردىن بولايلى......... ....ئابدۇۋايىت ياقۇپ، تۇرسۇنگۈل مەخسۇم

◆ ساغلاملىق ساۋاتلىرى

46 ئۆپكە راكىنىڭ ئالدىنى ئېلىش تەس ئەمەس.........ساتتار غوپۇر(ت)

49 غەلىتە شەكىللىك توخۇ تۇخۇمى ۋە ئۇنىڭ شەكىللىنىش سەۋەبى ....ئابدۇللا روزى

52 كۆلكە ۋە ساغلاملىق.................................ئابلەت مەھەممەت

53 مىسنىڭ ياغ مېتابولىزمىدىكى رولى دەلىللەندى................... ....مەھفۇزە ئەخمەت(ت)

◆ تەرمىلەر

54 تەسىرات تامچىلىرى..........................تۇرسۇنمۇھەممەت توختى

62 مۇشۇنداقمۇ بىر دېھقان بار...........................ئابدۇقادىر كېرەم

65 كىتابنىڭ ھېكمىتى ۋە قىممىتى..................تۇراخۇن ئابلىز دولان

◆ ئۇنىڭدىن-بۇنىڭدىن

70 مەدەنىيەت كەسپىنىڭ تەرەققىيات پۇرسىتى قەيەردە........... ....خالمۇرات ئەرمىدىن

73 توڭلاتقۇدا يېمەكلىك ساقلاشتا دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار.. ....توختى قۇربان(ت)

76 ئولىمپىك ئالتۇن مېدالى ساپ ئالتۇنمۇ.........مەھفۇزە ئەخمەت(ت)

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

ئۇيغۇرلاردا ئەنئەنىۋى كۇلالچىلىق مەدەنىيىتى

ئابدۇخېلىل مىرخېلىل
(توققۇزتارا ناهىيە دۆڭمەهەللە بازىرى مويۇنگۇزەر مەكتەپ)

كۇلالچىلىق — ئۇيغۇرلارنىڭ ئەۋلادتىن ئەۋلادقا ئۇزۇلمەي داۋاملىشىپ كېلىۋاتقان ئەنئەنىۋى قول هۇنەر - كەسىپلىرىنىڭ بىرى هېسابلىنىدۇ. ئۇيغۇرلار سېغىز لايدىن تەييارلانغان، تېخى خۇمداندا پىشۇرۇلمىغان تۇرلۇك ساپال بۇيۇملارنى كۇلال دەپ ئاتىغان بولسا، سېغىز لايدىن تۇرلۇك ساپال بۇيۇملارنى ياسىغۇچى هۇنەرۋەننى كۇلالچى، سېغىز لايدىن تۇرلۇك ساپال بۇيۇملارنى ياساش كەسپى ياكى ئىشىنى كۇلالچىلىق دېگەن خاس ناملار بىلەن ئاتىغان.

كۇلالچىلىق ئۇچۇن ئىشلىتىلىدىغان خۇرۇچ ۋە لازىمەتلىكلەردىن سېغىز لاي، ئۇچار چاق، خۇمدان، ساپال سىرى ۋە ئېمال قاتارلىقلارنى كۆرسىتىش مۇمكىن.

سېغىز لاي — سېغىز يەر پوستىنىڭ يۇزىدىكى بىر خىل يېپىشقاق توپا بولۇپ، بۇ توپىغا مۇۋاپىق مىقداردا سۇ ئارىلاشتۇرۇلغاندىن كېيىن هاسىل بولىدىغان لاي سېغىز لاي دەپ ئاتىلىدۇ. سېغىزنىڭ قىزىل سېغىز، ئاق سېغىز ۋە سېرىق سېغىز دېگەن تۇرلىرى بولىدۇ. ساپ هالەتتىكى سېغىز گاۋلىڭ توپىسى دەپ ئاتىلىدۇ.

ئۇچار چاق — ئۇچار چاق كۇلالچىلىقنىڭ ئەڭ ئاساسلىق قورالى بولۇپ، ئۇنىڭ ئاستى قىسمى دىيامېتىرى 60 سانتىمېتىر، قېلىنلىقى بەش سانتىمېتىر كېلىدىغان چەمبەر شەكىللىك دۇگىلەك ياغاچتىن، ئۇستى قىسمى دىيامېتىرى 20 ـ 25 سانتىمېتىر، قېلىنلىقى بەش سانتىمېتىر بولغان چەمبەر شەكىللىك دۇگىلەك ياغاچتىن تەركىب تاپىدۇ. بۇ ئىككى تال چەمبەر شەكىللىك يۇمىلاق ياغاچ بىر - بىرىگە سېغىز لايدىن تۇرلۇك كۇلال بۇيۇملىرىدىن شەكىل چىقىرىش رولىغا ئىگە ئوق ئارقىلىق چېتى-

لىپ مۇقىملاشتۇرۇلۇپ ئىشلىتىلىدۇ. ئاستىدىكى چەمبەر شەكىللىك يۇمىلاق ياغاچ پۇت بىلەن تىزگىنلىنىپ، ئۈستى قىسمىدىكى چەمبەر شەكىللىك يۇمىلاق ياغاچنىڭ ئوتتۇرىسىدىن بېشى چىقىپ تۇرغان ئوقنىڭ سۈرئىتىنى كونترول قىلىدۇ. ئاستىدىكى چەمبەر شەكىللىك يۇمىلاق ياغاچ قانچە تېز تېپىلسە، ئوقنىڭ ھەرىكىتى شۇنچە تېز بولىدۇ. ئاستا تېپىلسە ئوقنىڭ سۈرئىتىمۇ ماس ھالدا ئاستا بولىدۇ. ئۇچار چاقنىڭ ئۈستى قىسمىدىكى چەمبەر شەكىللىك كىچىك يۇمىلاق ياغاچنىڭ دەل ئوتتۇرىسىدىن ئېچىلغان تۆشۈكتىن چىقىپ تۇرغان ئوق ئۇچى «ئوق كاللىسى» دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇچار چاقنى ياساش ئۈچۈن ئالدى بىلەن ياغاچ ماتېرىياللىرىدىن مۇئەييەن كەڭلىك ۋە ئېگىزلىكتە تۆت چاسا شەكىللىك قۇرۇلما تەييارلىنىدۇ. بۇ قۇرۇلمىنى كۇلالچىلار «پەش» دەپ ئاتايدۇ. ئۇچار چاق مۇشۇ پەشكە ئورۇنلاشتۇرۇلىدۇ. ئۇچار چاقنىڭ ئۈستى قىسمىغا كۇلالچى ئولتۇرۇپ، ئاستى قىسمىدىكى چەمبەر شەكىللىك چوڭ يۇمىلاق ياغاچنى پۇت بىلەن ھەرىكەتلەندۈرۈپ، ئوق كاللىسىغا قويۇلغان سېغىز لايدىن تۈرلۈك شەكىلدىكى كۇلال بۇيۇملىرىنى بىمالال ياساش ئۈچۈن ئۇچار چاقنىڭ ئۈستۈنكى قىسمىدىكى كىچىك يۇمىلاق ياغاچنىڭ ئاستىدىن ئۆتكۈزۈلۈپ پەشكە مۇقىم ئورۇنلاشتۇرۇلغان مۇۋاپىق ئۇزۇنلۇق ۋە بەش سانتىمېتىر قېلىنلىقتىكى تاختاي قويۇلىدۇ. بۇنى كۇلالچىلار «ئاختا» دەپ ئاتايدۇ.

خۇمدان — كۇلالچىلىقتا لايدىن ياسالغان ئىدىش، خىش ۋە كاھىشلارنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان مەخسۇس ئوچاقتىن ئىبارەت. ئۇيغۇرلاردا «ئۇرۇمچىگە بارغۇچە، سانىۋالدىم خۇمداننى. مېنى يامان دىگەن يار، تېپىۋالسۇن ئوبداننى» دېگەندەك قوشاقلار كۆپ ئۇچرايدۇ.

ساپال سىرى — ئاليۇمىن ۋە ناترىينىڭ سىلىكات كىسلاتالىق بىرىكمىسىنى كۆيدۈرۈش ئارقىلىق ئېلىنىدىغان ئېمال ماتېرىيالىدىن ئىبارەت. ئادەتتە يېشىل ياكى سېرىق ئىككى خىل رەڭدە بولىدۇ. كۆپىنچە ئىدىش، تەشتەك ۋە كاھىش قاتارلىقلارنى پىشۇرۇشتىن بۇرۇن، ئۇلارنىڭ سىرتىغا سۈركىلىدۇ.

ئېمال — كىۋارتس (بىر خىل مىنېرال. خىمىيەلىك تەركىبى سىلىتسىي ئوكسىد. قاتتىق كېلىدۇ. ساپلىرى رەڭسىز، سۈزۈك، بۇنداقلىرى «بىللۇر» دەپ ئاتىلىدۇ؛ تەركىبىدە ئارىلاشما بولغانلىرى بىنەپشە، قوڭۇر، ئاچ سېرىق ۋە توق قارا رەڭلەردە بولىدۇ. ئادەتتە سۈت رەڭ، يېرىم سۈزۈك ياكى تۇتۇق كىرىستال ھالىتىدە كېلىدۇ. ئۇ كۆپ خىل تاغ جىنسلىرىنىڭ مۇھىم تەركىبلىرىدىن تۈزۈلگەن بولۇپ، ناھايىتى كەڭ تۈردە ئىشلىتىلىدۇ. سانائەتتە ئۇنىڭدىن ئۆپتىك ئەسۋابلار، رادىيو سايمانلىرى، ئوتقا چىدامىلىق ماتېرىيال، ئەينەك ۋە فارفور بۇيۇملىرى ياسىلىدۇ)، دالا شپاتى (يەر پوستىغا كەڭ تارقالغان ماگما جىنس مىنېرالى. ئاق، ئاچ سېرىق ياكى ئاچ قىزىل رەڭلەردە بولىدۇ. خىمىيەلىك تەركىبى ناترىي، كالىي، كالتسىينىڭ ئاليۇمىنوسىلىكاتلىرى بولۇپ، فارفورچىلىق سانائىتىنىڭ ئاساسلىق خام ئەشياسى ۋە نۇرغۇنلىغان تاغ جىنسلىرىنى تۈزگۈچى ئاساسلىق تەركىبتىن ئىبارەت)، سېلىترا (بىر خىل مىنېرال. رەڭسىز، ئاق ياكى كۈل رەڭلىك كىرىستال بولۇپ، ئەينەك پارقىراقلىقىغا ئىگە) ۋە ناترىي كاربوناتلار (ئانئورگانىك بىرىكمە. رەڭسىز پاراشوك ياكى دانچە، سۇدىكى ئېرىتىمىسى كۈچلۈك ئاساسلىق خۇسۇسىيىتىگە ئىگە. ئەينەك، قەغەز، ئوغۇت، يۇغۇچ، توقۇمىچىلىق ۋە خۇرۇم قاتارلىقلارنىڭ مۇھىم خام ماتېرىيالى ھېسابلىنىدۇ. قوغۇشۇن بىلەن قەلەينىڭ ئوكسىدلىرىنى قوشۇپ كۆيدۈرۈش ئارقىلىق ياسالغان بىر خىل ماددا بولۇپ، مىس، كۈمۈش ياكى ساپال قاچىلارغا سۈركەپ كۆيدۈرۈش ئارقىلىق ھەرخىل رەڭدىكى زىننەت ۋە نەقىشلەرنى ھاسىل قىلغىلى بولىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى
www.uyghurkitap.com

ئۇيغۇرلاردا ئومۇمىيۈزلۈك ئىشلىتىلگەن كوپ، كوزا، ئىدىش، كىر تەشتىكى، گۈل تەشتىكى قاتارلىق ساپال بۇيۇملارنىڭ سىرتقى يۈزىدە قەدىمدىن تا ھازىرغىچە بىرنەچچە تال چىۋىق ئىزى چىقىرىش ئادەت بولۇپ كەلگەن. مانا بۇ ساپاللارغا چىقىرىلغان ئەگرى چىۋىق ئىزى باشقا نەرسە بولماستىن، بەلكى ئۇنىڭ دەسلەپكى ساپال قازان قىلىنغان سېۋەت توقۇلمىسىنىڭ يادنامە خاراكتېرلىك سىمۋولىدۇر. بۇنىڭدىن شۇنى كۆرۈش تەس ئەمەسكى، قەدىمكى ئەجدادلىرىمىز ئوتتا پىشۇرۇلغان ئوزۇقلۇقلارنىڭ خام ئوزۇقلۇقلاردىن ياخشى، سىڭىشلىك بولىدىغانلىقىنى بىلگەندىن كېيىن، دەل - دەرەخ چىۋىقلىرىدا سېۋەت توقۇپ، ئىچى - سىرتىنى سېغىز لاي بىلەن سۇۋاپ، لاي قۇرۇغاندىن كېيىن تېگىدىن ئوت ياققان. نەتىجىدە چىۋىق گۈلگە، لاي ساپال قازانغا ئايلانغان.

بىلىش لازىمكى، خەلقىمىزدە سېغىز لايدىن ياسالغان ھەرقانداق بۇيۇم كولالچىلار تەرىپىدىن ياسىلىپ خۇمداندا پىشۇرۇلغىچە كولال، خۇمداندا پىشۇرۇلغاندىن كېيىن ساپال دەپ ئاتالغان. دېمەك، كولال سېغىز لايدىن ياسالغان ھەرخىل بۇيۇمنى كۆرسەتسە، ساپال سېغىز لايدىن ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلغان شۇ خىلدىكى بۇيۇملارنىڭ پىشۇرۇلمىسىنى كۆرسىتىدۇ. نۆۋەتتە كولالچىلىق ساپالچىلىق دەپمۇ ئاتىلىدۇ. خۇلاسىلىغاندا ساپال بۇيۇملار سېغىز لايدىن ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇش ئارقىلىق تەييارلىنىدىغان بۇيۇملار بولۇپ، فارفور بۇيۇملار (فارفوردىن ياسالغان بۇيۇملارنى كۆرسىتىدۇ. فارفور — گاۋلىڭ توپىسى قاتارلىقلارنى قىزدۇرۇش ئارقىلىق تەييارلىنىدىغان ماتېرىيال بولۇپ، قاتتىق ھەم چۈرۈك، ئاق ياكى سېرىق كېلىدۇ. ساپالغا قارىغاندا سىلىقراق بولىدۇ. گاۋلىڭ توپىسى — بىر خىل ساپ سېغىز توپا بولۇپ، رەڭگى ئاق ياكى كۈلرەڭ كېلىدۇ. سۇيۇقلىنىش نۇقتىسى 1750 سېلسىيە گرادۇس. مۇھىم تەركىبى ئالىيومىن ۋە كىرىمنىينىڭ ئوكسىدلىرى بولۇپ، فارفور سانائىتى ۋە باشقا خىمىيە سانائەتلىرىنىڭ خام ماتېرىيالى ھېسابلىنىدۇ. ئۇ جياڭسۇ ئۆلكىسىنىڭ جىڭدې بازىرى ئەتراپىدىكى «گاۋلىڭ» دېگەن يەردىن بايقالغاچقا، شۇ نام بىلەن ئاتالغان) غا قارىغاندا يۇمشاقراق، سۇ سۈمۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولىدۇ. ھەرقانداق ساپال بۇيۇملارنىڭ سىرتىغا بىر قەۋەت يىرىك ئېمال سۈرتۈلگەن بولىدۇ.

ئۇيغۇر ساپالچىلىقىنىڭ خورۇچى سېغىز لايدىن ئىبارەت بولۇپ، ھەر خىل نەپىس بۇيۇملار سېغىز لايدىن ياسىلىدۇ. ئەقىل - پاراسەتلىك ئۇيغۇر ساپالچىلىرى سېغىز لايدىن رەڭلىك تەخسە، چىنە، تاۋاق، پىيالە، كوزا، ئاپقۇر، چىلاپچا، ئاپتۇۋا، ئۇرىق، ھەرخىل قورچاق، تەشتەك، كورا، خۇمرا، سوزما، پۇراچ، يامچاق، جام، قەندەل، لوڭقا، ياغ قاچىسى، شەددە، پوم، چۈرا، كاھىش قاتارلىق كۆپ خىلدىكى مىللىي تۈسى قويۇق بولغان بۇيۇملارنى ياساپ تۇرمۇشىدا ئىشلىتىش بىلەن بىرگە، ساپالچىلىق ھۈنەر - سەنئىتىدىكى ماھىرلىقى بىلەن جاھان ئەھلىنىڭ دىققىتىگە سازاۋەر بولۇپ كەلگەن.

تەخسە — سېغىز لايدىن لىگەن شەكىللىك، ئاغزى يايپاڭ قىلىپ ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىغان تاماق قاچىسىدىن ئىبارەت.

ھېجىر — سېغىز توپىدىن ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىغان ساپال چىنىنى كۆرسىتىدۇ.

تاۋاق — سېغىز لايدىن ئېللىپس ۋە يۇمىلاق شەكىلدە، ئىچى كەڭرى ۋە تېيىز قىلىنىپ، ئۈستىنىڭ چۆرىسى سىرتقا قارىغان گىرۋەك چىقىرىلغان ھالەتتە ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىغان تەخسە شەكىللىك ساپال قاچىدىن ئىبارەت.

پىيالە — سېغىز لايدىن تۆۋىدىن يۇقىرىغا قاراپ كېڭەيگەن، قورسىقى كىچىك ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىغان ئاساسەن چاي ئىچىش ئۈ-

چۈن ئىشلىتىلىدىغان كىچىك چىنىدىن ئىبارەت.

ئاپقۇر — غىزا، تاماق ئۇسۇلىدىغان قاچىنىڭ بىر تۈرىدىن ئىبارەت. سېغىز لايدىن ئاغزى كەڭ، تۈۋى كىچىك ۋە يۇمىلاق ياسىلىپ، خۇمدانغا سېلىپ پىشۇرۇلۇش ئارقىلىق تەييارلىنىدۇ.

ئاپتۇۋا — ئاپتۇۋا قول ۋە يۈزنى يۇيۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان، مېھمانلارنىڭ قولىغا سۇ ئېلىنىدىغان پاكىزلىق تېپىدىكى تۇشۇك جابدۇقتۇر. ھازىر ئاپتۇۋىنىڭ نۇرغۇنلىغان خىللىرى زامانىۋى ئۇسۇللاردا ياسىلىپ ئىشلىتىلمەكتە. ئىلگىرى ئەجدادلىرىمىز سېغىز لايدىن ئاپتۇۋا ـ چىلاپچىلارنىڭ ھەرقايسى بۆلەكلىرىنى يەنى چەپچەك، جوغۇش، بوغۇز، قاپقاق، قورساق، ئېغىز ۋە تۇتقۇچ قاتارلىق قىسىملىرىنى ئايرىم ـ ئايرىم ياسىۋالغاندىن كېيىن، ئۇنىڭ ھەرقايسى بۆلەكلىرىنى كىرىشتۈرۈپ، خۇمداندا پىشۇرۇپ ئىشلەتكەن.

چىلاپچا — يۈز، قول يۇيغاندىن كېيىنكى يۇندا چۈشۈرۈلىدىغان تۇشۇك جابدۇقتۇر. چىلاپچا سېغىز لايدىن ئىچىنىڭ ئۈستى تەرىپى سىرتىغا قاراپ قىيپاش يايپاڭ، ئوتتۇرا قىسمى تېگىگىچە تىك، تېگى يايپاڭ، سىرتىنىڭ تېگىگە تەگلىك چىقىرىلغان، تېگىدىن ئوتتۇرىغىچە قورساقلىق، ئۈستى تەرىپى سىرتىغا قاراپ يايپاڭ ھالەتتە ياسىلىپ، ئىچىنىڭ ئوتتۇرا قىسمىغا مۇۋاپىق تۇشۇكچىلەر ئېچىلغان نېپىز دۈگىلەك توساق ئورۇنلاشتۇرۇلۇپ ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئۇۋرىق — شەكلى قاپاققا تەقلىد قىلىنىپ تەگلىك، قورساق، بويۇن ۋە ئېغىز چىقىرىلىپ، سېغىز لايدىن ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىغان تۇرمۇش جابدۇقى بولۇپ، جەنۇبىي شىنجاڭنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدا كۆپ ئۇچراتقىلى بولىدۇ.

قورچاق — سېغىز لايدىن ئادەم ۋە باشقا نەرسىلەرگە ئوخشىتىپ ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىغان بالىلار ئويۇنچۇقى ياكى خاتىرە بۇيۇملارنى كۆرسىتىدۇ.

يامچاق — گۈل ئۈستۈرۈش ئۈچۈن قىرلىق ياكى يۇمىلاق قىلىپ ياسالغان، تېگىدە نەم ئۆتكۈزۈش تۇشۇكى بار ساپال قاچىنى كۆرسىتىدۇ. يامچاق ھازىر گۈل قاچا دەپ ئاتىلىدۇ.

كوزا — ماي، سۇ، ھاراق، ئاچچىقسۇ ۋە جائىيۇ قاتارلىق ئىستېمال بۇيۇملىرىنى قاچىلاش ئۈچۈن لايدىن ياسىلىپ خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىغان بوغۇزى تار، ئاغزى كىچىك، قورسىقى چوڭ گومۇرەڭگۈ كەلگەن، تېگى نىسبەتەن تارراق، تەگلىك چىقىرىلغان ھالەتتە ياسالغان ساپال قاچىدىن ئىبارەت. كومزەك ئادەتتە كوزا دەپمۇ ئاتىلىدۇ. ئۇيغۇرلاردا «لايدىن ياسىغان خام كوزا، سۇغا چۈشسە ساق چىقماس»، «كوزا كۈندە سۇنماس، كۈندە سۇنار»، «چىنە چىنداندىن چىقۇر، كوزا خۇمداندىن چىقۇر. كۆيۈكى ئەمدى بېسىلدى، دەردى ئۆلگەندە چىقۇر» دېگەن ماقال ۋە قوشاقلار كۆپ ئۇچرايدۇ.

سىتىن — ئىككى قۇلاقلىق، ئاستى ـ ئۈستى نىسبەتەن تارراق، قورساق قىسمى گومۇرەڭگۈ شەكىلدە سېغىز لايدىن ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىغان، ئىككى قاچا يېمەكلىك سىغىدىغان ساپال قاچىدىن ئىبارەت.

كۈندۈك — سېغىز لايدىن ياسىلىدىغان ساندۇق بولۇپ، بۇغداي ۋە باشقا ئاشلىقلارنى ساقلاش ئۈچۈن سېغىز لايغا قوي يۇڭى، تۆگە يۇڭى ۋە شېغىل قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق ئارىلاشتۇرۇپ ياسىلىدۇ.

ساپال كورا — سېغىز لايدىن شەكلى سېلىندىرغا ئوخشاش ئىككى قۇلاقلىق ۋە قاپقاقلىق ھالەتتە ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇش ئارقىلىق تەييارلىنىدىغان تۇرمۇش جابدۇقىدىن ئىبارەت.

خۇم — سۇيۇقلۇق، دان ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش تۇرمۇش لازىمەتلىكلىرى ساقلىنىدىغان، سېغىز لايدىن

www.uyghurkitap.com

ياسىلىپ خۇمداندا پىشۇرۇلۇش ئارقىلىق تەييارلىنىدىغان، ئاغزى كىچىكرەك بىر خىل قاچىدىن ئىبارەت بولۇپ، مەي قاچىلاپ قويۇلغان خۇم ئىدىشلار توختىتىلغان مەخسۇس ئۆي خۇمخانا ياكى مەيخانا دەپ ئاتىلىدۇ. كلاسسىك شائىرلارنىڭ شېئىرلىرىدا «بۇ ئىشق خۇمخانىسىدىن بەھرە ئالسۇن، خۇمارنى كېسىپ مەيگە قانسۇن» دېگەن مىسرالار ئۇچرايدۇ.

خۇمرا — ئاغزى كىچىك، قورساق قىسمى يوغان كەلگەن ساپال قاچىدىن ئىبارەت.

كاھىش — تام تۈۋى ۋە ئۆگزىگە ياتقۇزۇلىدىغان قۇرۇلۇش ماتېرىيالى بولۇپ، ئەسلىدە سېغىز لايدىن ياسىلىپ، يۈزىگە ساپال سىرى سۈركەپ خۇمداندا كۆيدۈرۈش ئارقىلىق تەييارلىنىدۇ.

كۇپ — سۇ ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش سۇيۇقلۇقلار قاچىلىنىدىغان چوڭ ساپال ئىدىش بولۇپ، سېغىز لايدىن ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ ياسىلىدۇ. ئادەتتە ھېجىر كۇپ دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

سوزما — بۇرۇنقى زامانلاردا خېمىر يۇغۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلگەن يۇمىلاق ياكى ئېللىپس شەكىلدە سېغىز لايدىن ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇش ئارقىلىق تەييارلىنىدىغان تۆشۈك جابدۇقتىن ئىبارەت.

پۇراچ — قۇلاق چىقىرىلماي، ئاستى - ئۈستى قىسمى نىسبەتەن تار، قورساق قىسمى سەل گۈمرەڭگۈ ھالەتتە سېغىز لايدىن ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇش ئارقىلىق تەييارلىنىدىغان، بوينى قىسقىراق، ئىككى - ئۈچ قاچا تاماق پاتقۇدەك چوڭلۇقتىكى تۆشۈك جابدۇقتىن ئىبارەت.

جام — سېغىز لايدىن رومكا شەكلىدە ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىغان قەدەھسىمان ساپال بۇيۇمدىن ئىبارەت.

قەندەل — مېۋە - چېۋە ۋە قەنت - گېزەك تىزىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان، شەكلى ھازىرقى قەدەللەرگە تامامەن ئوخشاپ كېتىدىغان، ئاستى قىسمى كەڭ تاپانلىق، ئوتتۇرىسى يۇمىلاق قىرلىق تۈۋرۈكلۈك، ئۈستى قىسمى ياپپاڭ ھالەتتە سېغىز لايدىن ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇش ئارقىلىق تەييارلىنىدىغان ساپال بۇيۇمدىن ئىبارەت.

لوڭقا — سېغىز لايدىن گۈل سېلىپ قويۇش ئۈچۈن ئاغزى كىچىك، بوينى ئىنچىكە، قورسىقى چوڭ گۈمرەڭگۈ قىلىپ ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىغان ساپال بۇيۇمدىن ئىبارەت.

شەددە — مەسچىتلەرنىڭ پەشتاقلىرى ئۈستىگە مېھرابچە شەكىلدە قويۇلىدىغان خىشنى كۆرسىتىدۇ.

پوم — كەپتەر تۇتۇش ئۈچۈن، كەپتەر قونىدىغان پەۋەزنىڭ ئۈستىگە قويۇپ قويۇلىدىغان شەكلى گىردە نان ھالىتىدە بولىدىغان ساپال بۇيۇمى بولۇپ، پەۋەز ئۈستىگە قويۇلغان پوم يۈزىگە ئات قىلىدىن ئېشىلگەن قىلتاق قۇرۇلىدۇ. كەپتەر پومغا دەسسىگەن ھامان پەۋەز تېگىدە مۆكۈنۈپ تۇرغان كەپتەرۋاز قىلتاقنىڭ بىر ئۇچىنى تارتىپلا كەپتەرنى تۇتۇۋالىدۇ.

پىلىچەك — ماروژنى ئۇسسۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان كىچىك ساپال كۇرۇشكىنى كۆرسىتىدۇ.

چاشكا — سېغىز لايدىن ساپالچىلىق تېخنىكىسى بويىچە ياسىلىدىغان تۇتقۇچى بار، مەخسۇس چاي ئىچىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان قاچىدىن ئىبارەت.

چۈرا — سېغىز لايدىن ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىغان بىر خىل ئىسقىرىقتىن ئىبارەت.

ساپال چۈرا — قەدىمكى زامان ئۇيغۇر سوقما چالغۇ ئەسۋابلىرىنىڭ بىرى بولۇپ، ئۇ كۆپلىگەن ساپال قاچىلارنىڭ ئىچىگە ئۆز رېتى بويىچە بىر - بىرىدىن مەلۇم ئۆلچەم بويىچە پەرقلىق ھالدا سۇ توشقۇزۇلۇپ، قاچىنىڭ گىرۋەكلىرىنىڭ تەۋرىنىش دائىرىسىنى مەلۇم نىسبەتتە تارايتىش ئۇسۇلى ئارقىلىق ھەربىر قاچىنىڭ ئاھاڭ يۇقىرىلىقىنى مۇۋاپىق تەڭشەپ، چوكا ياكى تاياق بىلەن ئۇرۇپ چېلىنىدىغان

بىر خىل سوقما چالغۇ ئەسۋابتۇر. ئۇنىڭ ئاۋازى سۇزۇك، مۇڭلۇق بولۇپ، دۇنيانىڭ كۆپلىگەن جايلىرىغا تارقالغان. ئۇنى ھىندىلار «تالاتاراڭ»، تۈركىيىلىكلەر «كۆپۈم» دەپ ئاتايدۇ. ھازىرمۇ خەلق ئارىسىدا ئۇنىڭ سارقىندىلىرى بار. مەسىلەن، بىر قىسىم ئائىلىلەردىكى مەشرەپ ۋە ئولتۇرۇشلاردا بەزى سازەندىلەر پىيالە، چىنە ياكى ئەينەك ئىستاكانلاردىن پايدىلىنىپ سۇ تەڭشەپ، چوكا بىلەن ئۇرۇپ مۇزىكا چېلىپ ئوينايدىغان ئادەت ھېلىمۇ ساقلىنىپ كەلمەكتە. ساپال چۆرا تەڭشەش ئاسان، چېلىشقا ئەپلىك چالغۇ ئەسۋاب بولۇپ، قاچىغا قۇيۇلغان سۇنىڭ مىقدارىنى كۆپەيتىش ۋە كېمەيتىش ئارقىلىق يەتتە دانە تەبئىي ئاھاڭغا ياكى 12 تەكشى ئاھاڭلار تىزىلمىسىدىكى ھەرقانداق بىر يېرىم ئاھاڭغىمۇ تەڭشەش ئىمكانىيىتى بار. بىراق، بۇ خىل چالغۇ خەلقىمىز ئىچىدە خېلىدىن بېرى ئەمەلىي مۇزىكىچىلىقتا ئىشلىتىلىشتىن قېپقالغان. ساپال چۆرا قەدىمكى زامان تارىخنامىلىرىمىزدا «كومزەك» دەپ ئاتالغان. «نەغمىنامە» دە: «قەدىمكى زاماندا، غەرب تەرەپتە ياشايدىغان مىللەتلەر كومزەك چېلىشىپ كۆڭۈل ئېچىشاتتى ... يېقىندىن بېرى خەلق ئارىسىدا توققۇز دانە كومزەككە سۇ قاچىلاپ چوكا بىلەن ئۇرۇپ چالىدىغان چالغۇ بولۇپ، ئۇ ‹ساپال چۆرا› دەپ ئاتالدى. ئۇنى خىلمۇخىل ئاھاڭلارغا چالغىلى بولىدۇ» دېيىلگەن. ساپال چۆرا قەدىمكى چىن، خەن دەۋرلىرىدىلا ئىچكىرى ئۆلكىلەرگە تارقالغان، تاڭ - سۇڭ دەۋرلىرىگە كەلگەندە ناھايىتى كەڭ ئومۇملاشقان. ئۇنىڭدىن باشقا، تۇخرىلارنىڭ جەنۇبقا كۆچۈشى ۋە ھون، تۈركلەرنىڭ غەربكە كۆچۈشى ئارقىلىق ھىندىستان، تۈركىيە ۋە ياۋروپاغىمۇ تارالغان.

سەنگاپال — قۇم، سېغىز ئارىلاش لايدىن ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلغان مۇستەھكەم قاچىدىن ئىبارەت.

ساپال چىراغ — سېغىز لايدىن تىك ھالەتتە لوڭقىغا ئوخشايدىغان، تېگى يان تەرىپىدىن پىلىك چىلاش بوشلۇقى چىقىرىلىپ، تېگى ياپىلاق، يىسسى ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىغان ئىپتىدائىي يورۇتۇش جابدۇقىدۇر. ساپال چىراغ ئادەتتە قارا چىراغ دەپمۇ ئاتىلىدۇ. ئېرىتىلگەن ھايۋان يېغى ياكى مايلىق زىرائەت دانلىرىدىن جۇۋازدا تارتىلىش يولى بىلەن ئايرىۋېلىنغان ھەرخىل سۇ ياغلىرىغا پاختىدىن ئېشىلگەن پىلىك (بىر ئۇچى چىراغنىڭ يېغىغا چىلىنىپ تۇرىدىغان، يەنە بىر ئۇچىغا ئوت يېقىلىدىغان پاختىدىن ئېشىلگەن ياكى ماتادىن تىكىلگەن ئاددىي تۇرمۇش بۇيۇمىدىن ئىبارەت) چىلىنىپ، ئوت يېقىلىش ئارقىلىق يورۇتىلىدۇ. ئۆيلەردە ئاساسەن مورا بېشىغا قويۇپ قويۇلىدۇ. قارا چىراغنىڭ پىلىكى پات - پات مەخسۇس سۆڭەكتىن ياسالغان پەرلىگۈچ بىلەن چىقىرىلىپ، يورۇقلۇق كۈچەيتىلىدۇ. شارائىتى بارلار مەخسۇس ياغاچ ياكى مېتالدىن چىراغ قويۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان بىرخىل سايمان ياسىتىدۇ. بۇ «چىراغپاي» دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇيغۇرلاردا «چىراغپايدا چاي ئىچكەن ‹چېچەن› نى كۆرۈڭ» دەيدىغان ماقال بار.

كىر تەشتىكى — مەخسۇس كىر - قات يۇيۇش ئۈچۈن ئۇستى ياپپاڭ گىرۋەكلىك، تېگى كەڭرەك، تۆۋى تەگلىك چىقىرىلغان ھالەتتە سېغىز لايدىن ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىغان تۇرمۇش جابدۇقىنى كۆرسىتىدۇ.

قارا ساپال — يېڭى تاش قوراللار دەۋرىدىكى بىر خىل ساپال بۇيۇم بولۇپ، يۈزىدىكى سىرى قارا ھەم پارقىراق كېلىدۇ.

ساپال قازان — مېتال ياكى باشقا ماددىلارنى ئېرىتىشتە ئىشلىتىلىدىغان قازان تۈرى بولۇپ، ئادەتتە سېغىز توپا، گىرافىت قاتارلىق ئوتقا چىدامىلىق ماتېرىياللاردىن ياسىلىدۇ.

ساپال شېغىل — بىر خىل قۇرۇلۇش ماتېرىيالى

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

بولۇپ، دانچە ھالىتىدە كېلىدۇ. سىرتى قاتتىق، ئىچىدە نۇرغۇن كاۋاكچىلار بولىدۇ. يەڭگىل بولۇپ، سۇدا لەيلەيدۇ. ئادەتتە تەركىبىدە تۆمۈر ئوكسىد ۋە ئورگانىك ماددىلار بولغان سېغىز تۇپىنى كۆيدۈرۈش ئارقىلىق تەييارلىنىدۇ. بۇ خىل شېغىل ئارىلاشتۇرۇلغان بېتونلار ئادەتتىكى بېتونلاردىن كۆپ يېنىك بولىدۇ.

ساپال تۇرۇبا —— سېغىز لايدىن ياسىلىپ، ئىچ - تېشىغا ئېمال سۈرتۈلگەندىن كېيىن، 1250~1300 سېلسىيە گرادۇسقىچە بولغان تېمپېراتۇرىدا كۆيدۈرۈش ئارقىلىق تەييارلىنىدىغان تۇرۇبا بولۇپ، ئادەتتە كېرەكسىز سۇلارنى چىقىرىۋېتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ساپال خىش —— فارفور تۇپىسىدىن ياسىلىپ، يۇقىرى تېمپېراتۇرىدا كۆيدۈرۈش ئارقىلىق تەييارلىنىدىغان بىر خىل خىش بولۇپ، رەڭگى سېرىق ياكى قىزغۇچ قوڭۇر بولىدۇ. ئادەتتە يۇقىرى تېمپېراتۇرا، سۈركىلىش ۋە چىرىتىشكە چىداملىق قۇرۇلۇش ماتېرىيالى ھېسابلىنىدۇ.

ساپال كاھىش —— قۇم، فارفور تۇپىسى قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇش ئارقىلىق ئىشلىنىدىغان بىر خىل قۇرۇلۇش ماتېرىيالىدىن ئىبارەت.

نوركەش ساپال —— قەدىمدە ساپال نورلارنىڭ تۇمشۇقى ساپال نوركەش دەپ ئاتالغان بولۇپ، ئۇلار كۆپىنچە يۇمىلاق ياكى يېرىم يۇمىلاق بولۇپ، سىرتىغا تۈرلۈك رەسىم ياكى خەتلەر نەقىشلىنىپ ئىشلىتىلگەن.

يىرىك ساپال —— قەدىمكى ساپال بۇيۇملىرىنىڭ ئورتاق نامى بولۇپ، تەركىبىدە نىسبەتەن ئاز مىقداردا قۇم بولغان ساپاللارنى كۆرسىتىدۇ.

ئۇيغۇر كۇلالچىلىق قول ھۈنەر - سەنئىتىنىڭ ئۆزىگە خاس ئىش تەرتىپى، نازۇك ۋە ئىنچىكە ئىش ھالقىلىرى بولۇش بىلەن بىرگە، باشقا تۈردىكى قول ھۈنەر - سەنئەتلىرىگە قارىغاندا پەرقلىق بولغان ئالاھىدىلىكلىرىمۇ بولۇپ، بۇ ئۆزگىچە ئالاھىدىلىكلەر كۇلالچىلىق (ساپالچىلىق) تىن ئىبارەت ئىختىرالىق مەدەنىيەت مىراسىمىزنى تېخىمۇ روشەن جەزىبىدارلىققا ئىگە قىلىدۇ.

(1) ئۇيغۇر كۇلالچىلىقىنىڭ ئۇسلۇبى قەدىمى ۋە ئاددىي. ئۇيغۇر كۇلالچىلىرى ياسىغان ساپال بۇيۇملارغا سىزىلغان رەسىملەردە قەدىمكى خەلق سەنئىتىنىڭ ئالاھىدىلىكى ئەكس ئەتتۈرۈلگەن. ئۇنىڭغا نەقىش قىلىنغان بىر - ئىككى تال ئوت - چۆپلەر ۋە گۈللەر نەپىس ۋە روشەن كۆرۈنۈشى بىلەن كىشى دىققىتىنى ئالاھىدە جەلپ قىلىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋاللاردا بىرقىسىم ئىدىش (تۈرلۈك تۇرمۇش لازىمەتلىكلىرىنى قاچىلاش ئۈچۈن سېغىز لايدىن ئاغزى چوڭ، قورسىقى يوغان، تۈۋى سەل كىچىكرەك، تۇرغۇزۇش تەگلىكى چىقىرىلغان ھالەتتە ياسىلىپ، خۇمداندا پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىغان تۆشۈك جابدۇقىدىن ئىبارەت) لارنىڭ يىگىرمە سانتىمېتىر يېرىگە توپا رەڭ بېرىلسە، ئۇنىڭ ئۈستى تەرىپىگە بىر - بىرىدىن ئايرىلىپ تۇرىدىغان ھەرخىل رەڭدىكى بىر قانچە سىزىق سىزىپ قويۇلىدۇ. بۇنداق قىلىشتىن مەقسەت ئىدىش كۆرۈنۈشىگە بىر خىل قەدىمي تۈس ئاتا قىلىش ئۈچۈندۇر.

(2) ئۇيغۇرلار ئىشلەپ چىقارغان رەڭلىك ساپال (يېڭى تاش قوراللار دەۋرىدىكى بىر خىل ساپال بۇيۇملارنى كۆرسىتىدۇ. ئۈستىگە ھەرخىل رەڭدە گۈل ۋە نەقىشلەر سىزىلغان، دەسلەپ بوياق بېرىلىپ، ئاندىن خۇمداندا پىشۇرۇلىدۇ. رەڭ - بوياقلىرى مەڭگۈ ئۆچمەيدۇ) بۇيۇملىرىنىڭ رەڭگى خىلمۇخىل بولىدۇ. مەسىلەن، جىگەررەڭ، سېرىق رەڭ، توپا رەڭ، يېشىل رەڭ ۋە توق يېشىل رەڭلەردىن ئىبارەت. بۇ خىل رەڭلەر پەقەتلا قوغۇشۇن سۇرۇقى (ئانئورگانىك بىرىكمە. توق قىزىل رەڭلىك پاراشوك بولۇپ، كۆپىنچە ئەينەك، ئاككۇمۇلياتور، فارفور، بوياق ۋە دېزىنفېكسىيە دورىلىرىنى ياساشقا ئىشلىتىلىدۇ)، مىس سۇلفات (مىس سۇلفات —— ئانئورگانىك بىرىكمە. ئېرىتمىسىدىن بەش مولېكۇلا سۇ تۇتۇپ كىرىستاللىنىدۇ.

كىرىستالى كۆك رەڭلىك بولۇپ، 100 سېلسىيە گرادۇستىن يۇقىرى تېمپېراتۇرىدا كىرىستاللىسىيە سۈيىنى يوقىتىشقا باشلايدۇ. 250 سېلسىيە گرادۇستا تامامەن سۇسىزلىنىدۇ. مىس سۇلفات مېتاللارنى مىس بىلەن قاپلاش، مىنېرال بوياق تەييارلاش، يېزا ئىگىلىكىدىكى زىيانداش ھاشاراتلارنى يوقىتىش ھەم ئۇرۇق تاللاشتا كەڭ ئىشلىتىلىدۇ)، قىزىل توپا (قىزىل توپا —— تەركىبىدە ئالىيۇمىن، تۆمۈر ماددىسى مول بولغان بازالت قاتارلىق جىنسلارنىڭ نەم ئىسسىق كىلىماتى شارائىتىدا كۈچلۈك ئىسسىقنىڭ خىمىيەلىك پارچىلىنىشىدىن ئەسلى ئورنىدا قېلىپ قالغان ھاسىلاتتىن ئىبارەت. تەركىبىدە ئاساسلىقى ئۈچ مولېكۇلا سۇغا ئىگە بولغان ئالىيۇمىن تاش، گاۋلىڭ تېشى ۋە تۆمۈر ئوكسىدى بولغاچقا، قىزىل كۆرۈنىدۇ. يېڭىلىرى يۇمشاق، ئۇنى پىچاق بىلەن كەسكىلى بولىدۇ. بىراق ھاۋادا تۇرسا تېزلا قېتىۋالىدۇ. قىزىل توپا يەنە قىزىل تۆمۈر رۇدىسىنى يانچىش ئارقىلىق ئېلىنىدىغان بىر خىل بوياق ماتېرىيالى بولۇپ، سۇس قىزىل ياكى توق قىزىل رەڭدە بولىدۇ. رەسىم سىزىش ۋە قۇرۇلۇشلاردا ئىشلىتىلىدۇ)، ئاق تاش (ئاق تاش —— ئاپئاق ياكى ئاقۇشراق كەلگەن قاتتىق مىنېرال ماددا بولۇپ، غەربىي رايوننىڭ بارلىق تاغ - دەريالىرىدىن چىقىدۇ. شەكلى، چوڭ - كىچىكلىكى ھەرخىل بولىدۇ. ئاق تاش ئېزىلىپ ئۇن ھالىتىگە كەلتۈرۈلۈپ ھەرخىل رەڭلەرگە مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇلسا، قەغەز ۋە رەڭ بېرىشكە تېگىشلىك نەرسىلەرنىڭ رەڭ ئېلىشىنى چەكلەش رولىنى ئوينايدۇ) ۋە قارا تۆمۈر ئۆۋۈندىسى (تۆمۈر رۇدىسى دەپمۇ ئاتىلىدۇ.) قاتارلىق مىنېرال ماددىلاردىن يەرلىك ئۇسۇللار بىلەن ئىشلىنىدۇ. كۇلالچى ئۇستىلار مىستىن يېشىل، توق يېشىل رەڭلەرنى ئىشلەيدۇ. رەڭ بېرىلىپ بولغان كۇلال بۇيۇملارنى خۇمدانغا سېلىپ ئۈچ - تۆت سائەت تۇرغۇزىدۇ. پىششىپ چىققان ساپال بۇيۇملارنىڭ كۆركى كۆزنى قاماشتۇرىدۇ.

(3) ئۇيغۇر كۇلالچىلىرى بارلىق ساپال بۇيۇملارنى قول بىلەن ئىشلەيدۇ. شۇنداقتىمۇ شەكلى تۈز، ياسىلىشى چىرايلىق، چوڭ - كىچىكلىك ئۆلچىمى ئوخشاش، دىيامېتىرى پەرقسىز بولىدۇ.

(4) ئۇيغۇر كۇلالچىلىرى ياساپ چىققان ساپال بۇيۇملار تېخنىكا ۋە سۈپەت جەھەتتىن ئۇيغۇر قول ھۈنەر - سەنئىتىنىڭ يۇقىرى ئىستېتىك قىممەتكە ئىگە مەدەنىيەت مىراسى ھېسابلىنىدۇ.

ئۇيغۇرلاردا ساپال بۇيۇملارنى ياساش تېخنىكىسى بىرقەدەر كەڭ ئومۇملاشقان بولۇپ، ساپال بۇيۇملىرىنى ياساشتا ئاۋۋال سېغىز توپىدىن ساپال لېيى تەييارلىنىپ، ئۇچار چاق ئارقىلىق ساپال بۇيۇمنىڭ شەكلى چىقىرىلىپ، ھەرخىل گۈل ۋە نەقىشلەر نەقىشلىنىدۇ. ئاندىن خۇمدانغا سېلىنىپ 800℃ ~ 600℃ قىچە ھارارەتتە پىشۇرۇلىدۇ. سېغىز توپا تەركىبىنىڭ ئوخشاش بولماسلىقى ۋە كۆيدۈرۈش ئۇسۇلى ھەم ھارارەتنىڭ پەرقلىق بولۇشى تۈپەيلىدىن، ساپال بۇيۇمنىڭ كېيىنكى قىزىل، كۈل رەڭ ۋە ئاق قاتارلىق خىلمۇخىل رەڭلەردە بولىدۇ.

ئۇيغۇرلار سۇنغان ساپال بۇيۇملىرىنى تاشلىۋەتمەي، سۇنۇق پارچىلىرىنى جايى - جايىغا كەلتۈرۈپ قاداپ داۋاملىق ئىشلىتىپ، تۇرمۇش بۇيۇملىرىنىڭ تەننەرخىنى تېخىمۇ تۆۋەنلىتىش ئارقىلىق ئىسراپچىلىقنىڭ ئالدىنى ئېلىپ كەلگەن. ئۇلار ئەمەلىي تۇرمۇش جەريانىدا ئېھتىياتسىزلىقتىن سۇنۇپ، كاردىن چىققان ساپال بۇيۇملارنى قاداش يولى ئارقىلىق قايتا ئىشلىتىش مەقسىتىگە يېتىش ئۈچۈن، قاداقچىلىقتىن ئىبارەت قول ھۈنەر - سەنئىتىنى بارلىققا كەلتۈرگەن. سۇنغان ساپال بۇيۇملارغا قاداق مىخ بىلەن قاداش جەريانىنى قاداق سالماق، سۇنغان ساپال بۇيۇملىرىنى قاداشنى كەسپ قىلغان كىشىنى قاداقچى، سۇنغان ساپال بۇيۇملىرىنى قاداش كەسپى ياكى ئىشىنى قاداقچى-

لىق دەپ ئاتىغان ھەم قاداقچىلىق قول ھۈنەر - سەنئىتىدە كەم بولسا بولمايدىغان بىرقاتار كېرەكلىك جابدۇقلارنىمۇ ۋۇجۇدقا كەلتۈرگەن. بۇ جابدۇقلار ئاساسلىقى قاداق ۋە غىدىغۇچتىن ئىبارەت.

قاداق —— قاداق مىخ دەپمۇ ئاتىلىدۇ. سۇنغان ساپال بۇيۇملىرىنى ياماش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان بىر خىل مىخ بولۇپ، ئادەتتە مىس ياكى تۆمۈردىن ياپىلاق ھەم ئەگمەچ قىلىنىپ، ئىككى ئۇچى ئۇچلۇق ھالەتتە ياسىلىدۇ.

غىدىغۇچ —— قاداقچىنىڭ قادايدىغان چىنىنى تېشىدىغان تاسمىلىق ئۇشكە شەكلىدىكى كىچىك ئۈسكۈنىدىن ئىبارەت.

ئۇيغۇر ھۈنەرۋەنلىرى يۇقىرىقى ئاددىي قوراللارنىڭ ياردىمى بىلەن سۇنۇپ كاردىن چىققان خىلمۇخىل ساپال بۇيۇملارنى قاداپ، ئەسلىگە كەلتۈرۈپ، تېجەشلىك تۇرمۇش كەچۈرۈشنىڭ نەمۇنىلىك ئۈلگىسىنى ياراتقان بولسىمۇ، ئەمما بۈگۈنكى كۈنگە كەلگەندە قاداقچىلىق تۇرمۇشىمىزدىن بىراقلا يوقالدى. ئۆتكەن ئەسىرنىڭ 80 - يىللىرىغىچە مەھەللە - مەھەللىلەرگە كېلىپ قاداقچىلىق قىلىدىغان ئۇستىلارنى كۆرگىلى بولاتتى. ئۇلار ھۈنەرگە پىشقان ئەپلىك قوللىرى بىلەن سۇنغان كوزا، خۇمرا، ئاپتۇۋا - چىلاپچا، چىنە - تاۋاق، لوڭقا - قەندەلگە ئوخشاش ساپال بۇيۇملارنى جايى - جايىغا كەلتۈرۈپ قاداپ، ھاجەتمەنلەرنىڭ ھاجىتىنى راۋا قىلىپ، ھالال ياشاشنى نىشان قىلىپ، كۆپنىڭ ھۆرمىتىگە سازاۋەر بولغانىدى.

نۆۋەتتە شۇنى ئەسكەرتىش زۆرۈركى، كۇلالچىلىق ئۇيغۇرلاردا پىرلىق ھۈنەرلەرنىڭ بىرى دەپ قارىلىدۇ. كۇلال بۇيۇملىرىنى ياساۋاتقان ئورۇنلارغا ئايال كىشىلەرنىڭ كىرىشى ياكى كېلىشى چەكلىنىدۇ. كۇلال بۇيۇملىرىنى ياساشتىن ئاشقان كېرەكسىز ئەشيالارنى ئادەملەر چوڭ - كىچىك تەرەت قىلىدىغان ئورۇنلارغا خالىغانچە تاشلىمايدۇ. كۇلال بۇيۇملىرىنى قاتتىق مىجىپ تۇتمايدۇ، ئاتلىمايدۇ، دەسسىمەيدۇ. كۇلالچىلار كۇلال بۇيۇملىرىنى سېتىش جەھەتتە تولىمۇ كىچىك پېئىل، كەمتەر، سېخىي كېلىدۇ. ئاساسەن ئالارمەنلەرنىڭ رايىغا باقىدۇ. سودا جەريانىدا ئالارمەنگە ئالغان مېلىنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ، بىرقانچە كۇلال بۇيۇملىرىنى قوشۇپ بېرىش كۇلالچىلارنىڭ ئورتاق ئالاھىدىلىكىگە ئايلانغان. ئۇلار مۇشۇ خىل ئالاھىدىلىككە تايىنىپ، ئالارمەندىن بازار ئۇچۇرىنى ئىگىلەش مەقسىتىگە يېتىدۇ. ئىلگىرى كۇلالچىلار سېغىز توپىنى ئۆز ئەتراپىدىن ياكى سۈيى قۇرۇغان كۆللەردىن ئالغان بولۇپ، ھازىر قەشقەر كۇلالچىلىرى سېغىز توپىنى قەشقەر شەھىرىنىڭ ئاۋات دېگەن يېزىسىدىن مەخسۇس كۇلۇكلەر بىلەن ئەكىلىپ ئىشلىتىدۇ. ئۇيغۇرلاردا «ساپال ئۈچۈن ساق قالغۇچە، گۆھەر ئۈچۈن كۆكۈم تالقان بول»، «دادىسى كۇلالچىمۇ - خۇمدانچىمۇ؟ سوغۇق ساقلار تومۇزدا كوزىسى سۇنى» دېگەندەك ماقال ۋە قوشاقلار كۆپ ئۇچرايدۇ.

مەن يۇقىرىدا ئۇيغۇر قول ھۈنەر - سەنئىتىنىڭ يەنە بىر سەمەرىلىك نامايەندىسى بولغان كۇلالچىلىق ھەققىدىكى ئىزدەنمىلىرىمنى ئوتتۇرىغا قويۇپ ئۆتتۈم. يازمامدا كەمتۈكلۈك يوق دېيەلمەيمەن، ئەلۋەتتە. شۇڭا كەڭ ئىلىم ئەھلىلىرىنىڭ شۇنداقلا كەسپداشلارنىڭ تەنقىدىي پىكرىنى سەممىمىي قوبۇل قىلىمەن. ئاخىرىدا مەزكۇر ماقالىنى يېزىش جەريانىدا ماڭا يېقىندىن ياردەم بېرىپ قىممەتلىك ئۇچۇر ۋە پاكىتلار بىلەن تەمىنلىگەن شائىر، ئەدەبىيات تەتقىقاتچىسى، ژۇرنالىست، «قەشقەر مەدەنىيىتى» ژۇرنىلىنىڭ مۇھەررىرى ئابلاجان بوۋاقىغا شۇنداقلا قەشقەر شەھىرى كوزىچى يارىبېشى مەھەللىسىدىكى ئالتىنچى ئەۋلاد كۇلالچى تۇرسۇن زۇنۇن ئۇستامغا ئالاھىدە رەھمەت ئېيتىمەن.

مۇھەررىر: مۇيەسسەر ئابدۇللا

«دىۋانۇ لۇغاتىت تۈرك» تىكى بالىلار ئويۇنلىرىنىڭ پەرزەنت تەربىيەسىدىكى ئەھمىيىتى

نۇرمۇھەممەد ئابدۇقادىر
(قەشقەر شەھەر ئالاھىدە رايون تولۇق ئوتتۇرا مەكتەپ)

ئاق تاش، كۆك تاش،
دەريادىكى سۈزۈك تاش.
سېنىڭ بىلەن مەن ئاداش،
ئوينايدىغان بالا بارمۇ؟
ئېغىلىڭدا كالا بارمۇ؟

ئاق تاش، كۆك تاش،
دەريادىكى سۈزۈك تاش.
ماڭا كېرەك كۆپ ئاداش،
ئوينايدىغان بالا بارمۇ؟
مۆرەيدىغان كالا بارمۇ؟

بۇ قوشاقلار بالىلىقىدا بالىلار ئويۇنلىرىنى قانغۇچە ئويناپ چوڭ بولغانلارنىڭ ھېلىھەم ئېسىدە بولۇشى كېرەك. بىرنەچچە بالا بۇ قوشاقلارنى مەھەللە ئايلىنىپ ئېيتىش ئارقىلىق باشقا بالىلارنى ئويۇنغا چاقىراتتى. كۆجۈم مەھەللىلەردىكى ئۆي - ئۆيلەردىن چىققان بالىلار توپقا قوشۇلۇپ، مەھەللىلەردىن چاڭ چىقىرىۋېتەتتى.

بالىلار ئويۇنى — بالىلارنىڭ كۆڭۈل ئېچىش ئۈچۈن ئۆزلۈكىدىن قاتنىشىدىغان، ئوبيېكتىپچانلىقى، مۇستەقىللىقى، ئىجادچانلىقى ئىگە بولغان پائالىيەت شەكلى. بالىلارنىڭ كۈندىلىك پائالىيەتلىرى ئويۇن بىلەن زىچ بىرلىشىپ كەتكەن بولىدۇ. بالىسىز ئويۇننى، ئويۇنسىز بالىنى تەسەۋۋۇر قىلىش تەس.

غەرب پېداگوكلىرىنىڭ ئورتاق قارىشى شۇكى، بىر بالىنىڭ ئويۇن ئارقىلىق ئۆگەنگەن بىلىمى ئۇنىڭ كەلگۈسى تەقدىرىنى بەلگىلەشتە ھەل قىلغۇچ رول ئوينايدىكەن. بۇ ھەقتە ئامېرىكا پسىخولوگىيە ئالىمى ئېدۋارد لې سورندايك: «ئويۇن بىر خىل ئۆگىنىش ھەرىكىتى، چۈنكى ئويۇن بالىلار ئەڭ ئاسان قوبۇل قىلىدىغان ئۆگىنىش شەكلى. ئۇلار مۇشۇ ئارقىلىق ئۆزىنىڭ كېيىنكى تەرەققىياتىغا ئاساس سالىدۇ.» دېگەن. مەشھۇر پسىخولوگ فېرئۇدمۇ روھىي ئانالىز نۇقتىسىدىن ئويۇنغا: «ئويۇن يالغۇز ئويناشلا ئەمەس، بەلكى كىشىنىڭ ئىدىيەسى، ھېسسىياتىدىكى بىر خىل ساغلام چىقىرىپ تاشلاش ئۇسۇلىدۇر» دەپ تەبىر بەرگەن. بالىلار ئويۇن جەريانىدا ئۆزىنىڭ ئىدىيەسى بويىچە ياشاپ باقىدۇ، ھېسسىياتىنى ھەرىكەت ئارقىلىق ئىپادىلەيدۇ، ئۆزىنى ئەركىن ھېس قىلىدۇ، ئارزۇ بىلەن رېئاللىقنى ئۆز ئارا ماسلاشتۇرىدۇ.

11 - ئەسىردە ياشىغان مەشھۇر ئۇيغۇر ئالىمى مەھمۇد كاشغەري ئۆزىنىڭ «دىۋانۇ لۇغاتىت تۈرك» ناملىق كىتابىدا ئۆزى ئىزاھلىماقچى بولغان سۆزلەرگە مۇناسىۋەتلىك بولغان بىر قىسىم بالىلار ئويۇنلىرىنىڭ نامى ۋە ئويناش قائىدىسىنى ئېنىق چۈشەندۈرۈپ ئۆتكەن. تۆۋەندە بىز بۇ بالىلار ئويۇنلىرىنىڭ بىر قىسىملىرى بىلەن تونۇشۇپ چىقىمىز:

1. «قاراغۇنى» ئويۇنى بالىلار ئاخشىمى ئوينايدىغان بىر ئويۇننىڭ نامى. («دىۋان» 872 - بەت) بۇ ئويۇننىڭ ئويناش ئۇسۇلى «دىۋان» دا كۆرسىتىلمىگەن، ئەمما بۇ ئويۇننىڭ كېچىسى ئوينىلىشتىن ئىبارەت بۇ ئالاھىدىلىكىگە قاراپ تۇرۇپ بالىلار ئۈچۈن قانچىلىك ئەھمىيىتىنىڭ بارلىقىغا ھۆكۈم قىلىش تەس ئەمەس. كېچىسى ئوينىلىدىغان ئويۇنلارنىڭ

www.uyghurkitap.com

ئالاھىدىلىكى شۇكى، بۇ خىل ئويۇنلار بالىلاردا باتۇرلۇق روھىنى يېتىلدۈرىدۇ. بالىلارنىڭ مۇھىتقا ماسلىشىش ئىقتىدارى ۋە سەزگۈرلۈكىنى ئاشۇرىدۇ. ئۆزئارا ھەمكارلىشىشنى ئۆگىنىدۇ، سەزگۈ ئەزالىرىنىڭ ماسلىشىش ئىقتىدارىنى يۇقىرى كۆتۈرىدۇ.

2. **«مۈڭگۈز» ئويۇنى** («دىۋان» 959 - بەت) بۇ ئويۇن مۇنداق بولىدۇ: بالىلار دەريا بويىدا تىزلىنىپ ئولتۇرىدۇ، پۇتلىرىنىڭ ئوتتۇرىسىنى نەم قۇم بىلەن تولدۇرۇپ، ئاندىن قوللىرى بىلەن قۇمنى شاپىلاقلايدۇ. ئۇلاردىن بىرى: «مۈڭگۈز - مۈڭگۈز» دەيدۇ. باشقىلىرى: «نېمە مۈڭگۈز؟» دەپ سورايدۇ. بىرى ئارقا - ئارقىدىن مۈڭگۈزلۈك ھايۋانلارنى سانايدۇ. قالغانلارمۇ ئۇنىڭ دېگەنلىرىنى تەكرارلايدۇ. ئويۇن باشلىغۇچى ساناش جەريانىدا مۈڭگۈزلۈك ھايۋانلارنىڭ نامى ئارىسىغا تۆگە، ئېشەك قاتارلىق مۈڭگۈزسىز ھايۋانلارنىڭ ئىسمىنى قوشۇپ قويىدۇ. ئەگەشكۈچىلەردىن بىرەرسى ئۇنىڭغا ئەگىشىپ مۈڭگۈزسىز ھايۋاننىڭ ئىسمىنى ئاتاپ قويسا، باشقىلار ئۇنى جازالاپ سۇغا ئىتتىرىۋېتىدۇ. بۇ كۆڭۈل ئېچىش خاراكتېرىدىكى ئويۇن ئارقىلىق بالىلار ئىش قىلىشتا ئېھتىياتچان، سەگەك بولۇشنى ئۆگىنىدۇ. ئۆملۈك ئېڭىنى يۇقىرى كۆتۈرىدۇ. ئىنكاسىنى تېزلەشتۈرىدۇ. ئوڭۇشسىزلىققا تاقابىل تۇرۇشنى تەجرىبە قىلىدۇ. خاتالىق ئۆتكۈزسە، جازاغا ئۇچراشنىڭ مۇقەررەرلىكىنى ھېس قىلىشىدۇ. گېرمانىيە ئالىمى گروس بالىلار ئويۇنىنىڭ مۇشۇ خىل ئالاھىدىلىكى ھەققىدە توختىلىپ: «ئويۇن كەلگۈسى تۇرمۇشقا كېرەكلىك ياشاش ئىقتىدارىنى مەشىق قىلىشتۇر» دەيدۇ.

3. **لىڭگىرتاقتاق ئويۇنى** («دىۋان» 970 - بەت) بۇ كۆڭۈل ئېچىش، بەدەن چېنىقتۇرۇش خاراكتېرىدىكى ئويۇن بولۇپ، بالىلار بۇ ئويۇن ئارقىلىق كۆڭۈلنى ئېچىش مەقسىتىگە يېتىش بىلەن بىرگە، يۈرەكلىك، جۈرئەتلىك بولۇشتەك ھاياتلىق ماھارەتلىرىنى يېتىلدۈرىدۇ. ئۆزئارا ھەمكارلىشىش ئىقتىدارىنى ئاشۇرىدۇ، بەدەن چېنىقتۇرىدۇ.

4. **ئىلەڭگۈچ ئويۇنى** قىزلار ئوينايدىغان بىر خىل ئويۇننىڭ نامى. («دىۋان» 971 - بەت) ئارغامچىنىڭ ئىككى ئۇچى بىر ياغاچقا ياكى لىمغا باغلىنىدۇ، ئوتتۇرىسىغا بىر قىز ئولتۇرىدۇ، پۇتلىرى بىلەن يەرنى تېپىدۇ، شۇنىڭ بىلەن بىردە ئۆرلەپ، بىردە پەسلەيدۇ. بۇ كۆڭۈل ئېچىش خاراكتېرىدىكى ئويۇن. قىزلار بۇ ئويۇن ئارقىلىق ئۆزئارا ياردەملىشىش، ئۆتۈنۈش، يول قويۇشنى ئۆگىنىدۇ. پسىخىكىلىق تەڭپۇڭلۇقنى تەڭشەش ئىقتىدارىنى ئاشۇرىدۇ. پسىخولوگ لاچارلۇس ئېيگەكمۇ بالىلار ئويۇنىنىڭ مۇشۇ خىل رولى ھەققىدە توختىلىپ: «ئويۇن پسىخىكىلىق چارچاش ۋە بېسىمنى بوشاشتۇرىدىغان ئەركىن ھەرىكەتتۇر» دەپ قارىغان.

5. **باندال ئويۇنى** («دىۋان» 366 - بەت) ياغاچتىن چىقىدىغان، تارغاق سۆڭەككە ئوخشاش تارىشا. بۇنىڭ ئۇچىنى ياندۇرۇپ، كېچىسى بالىلار بىر - بىرىگە ئېتىپ ئوينايدۇ. بۇ بەدەن چېنىقتۇرۇش، كۆڭۈل ئېچىش خاراكتېرىدىكى ئويۇن. بۇ ئويۇن بالىلارنىڭ خەتەرگە تاقابىل تۇرۇش ئىقتىدارىنى، چەبدەسلىكىنى ئاشۇرىدۇ. سەزگۈ ئەزالىرىنىڭ ماسلىشىش ئىقتىدارىنى يۇقىرى كۆتۈرىدۇ. مۇھىتقا ماسلىشىش ئىقتىدارىنى ۋە سەزگۈرلۈكىنى ئاشۇرىدۇ. قورقماسلىقتەك ساغلام پسىخىكىنى يېتىلدۈرىدۇ.

«دىۋان» دىكى ئويۇنلار بۇنىڭ بىلەنلا چەكلەنمەيدۇ. بىز يۇقىرىدا پەقەت ئۇلۇغ بوۋىمىز مەھمۇد كاشغەرىي ئېنىق قىلىپ «بالىلار ئويۇنى» دەپ ئاتىغان ئويۇنلار ھەققىدىلا مۇلاھىزە ئېلىپ باردۇق.

بۇ ئويۇنلارنىڭ «دىۋان» دا شۇنچە ئىنچىكە چۈشەندۈرۈلگەنلىكى تۆۋەندىكىدەك ئىككى خىل مەسىلىنى ئىسپاتلاپ بېرىدۇ. بىرى، بۇ ئويۇنلار ئەينى ۋاقىتتا كەڭ ئومۇملاشقان. يەنە بىرى، ئەجدادلىرىمىز بالا تەربىيەسىدە ئويۇن ئارقىلىق تەربىيەلەشتىن ئىبارەت ئىلغار ئۇسۇلنى قوللانغان. ئەنئەنىسى بولۇش مەدەنىيەتلىك ئەللەرنىڭ قىممەتلىك دەسمايىسى، ئەنئەنىنى داۋاملاشتۇرۇش جاھان بازىرىدا پۇت تىرەپ تۇرۇشنىڭ ئاساسى. بۈگۈنكى دەۋر بالا تەربىيەسىدە ئاتا - ئانىلاردىكى تونۇشنىڭ يېتەرسىزلىكى، ئەنسىرەش پسىخىكىسىنىڭ كۈچىيىپ كېتىشى ۋە باشقا سەۋەبلەرنىڭ تەسىرىدە، بالىلارنىڭ ئويۇن

ئوينىشىنى چەكلەيدىغان ھەرخىل نۇقسان ۋە خاتالىقلار كۆرۈلمەكتە. بۇنىڭ نەتىجىسىدە بالىلاردا تورغا خۇمار بولۇش، تېلېفونغا خۇمار بولۇش، ھەر خىل قىلىقسىزلىقلارغا ئۆگىنىپ قېلىشتەك بىنورمال ھادىسىلەر ئەۋج ئالماقتا. بۇ بالا تەربىيەسىدە سىلكىنىش خاراكتېرلىك ئويلىنىشنىڭ لازىملىقىنى چۈشەندۈرۈپ بېرىدۇ. شۇنى ھېس قىلىشىمىز كېرەككى، بالىلاردىكى بۇ خىل پاسسىپ ئويۇنلارغا خۇمار بولۇش ھادىسىسى ئەمەلىيەتتە ئۇلارنىڭ ئويۇنخۇمارلىقىنىڭ ئىپادىسى. بۇنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن بالىلارغا ئىجابىي ئويۇنلارنى ئۆگىتىش كېرەك. بۇ جەھەتتە «دىۋان» دىكى بالىلار ئويۇنلىرىنىڭ ئەھمىيىتى ناھايىتى زور. بۇنىڭدىن باشقا، مۇھەممەت ئابلىز بۆرەيارنىڭ «ئۇيغۇر بالىلار ئويۇنلىرى» نامىدىكى ئىككى قىسىملىق كىتابىنى ئاتا - ئانىلارغا تەۋسىيە قىلىمىز. ئەنە شۇ خىل ئىجابىي ئويۇنلار ئارقىلىق بالىلاردىكى ئېشىنچە زېھنىي كۈچلەر سىرتقا چىقىرىپ تاشلىنىپ، بىرقىسىم ناچار خاھىشلار تۈزۈتۈلۈشى مۇمكىن.

تەنتەربىيە ساھەسىدە «كوچا پۇتبولى» دەيدىغان بىر ماھارەت ئويۇنى بار. بۇ خىل ئويۇندا ئويۇن ئوينىغۇچى پۇتبولنى ئۆزىنىڭ بەدەن ھەرىكىتى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ ئادەمنىڭ ئەقلىنى لال قىلىدىغان ھەرىكەتلەرنى چىقىرىدۇ. تەرەققىي تاپقان ئەللەر بۇ خىل ماھارەت ئويۇنىدىن ئۈنۈملۈك پايدىلانغان. ئىلگىرى ئوغرىلىق قىلىش، زەھەرلىك چېكىملىك چېكىشتەك ھەرخىل جىنايەت تارىخى بار بالىلارغا مەخسۇس مۇسابىقىلەر ئۇيۇشتۇرۇپ بېرىلگەن. نەتىجىدە، بالىلارنىڭ ناچار قىلمىشلىرى كىشىنى ھەيران قالدۇرغۇدەك دەرىجىدە ياخشىلانغان. بۇ بالىلار ئىچىدىن ھەر دەرىجىلىك پۇتبول كۇلۇبلىرىغا ئەزا بولۇپ كىرگەنلەرمۇ كۆپ بولغان. مانا بۇ پاكىتمۇ ئويۇننىڭ بالىلارنىڭ ئۆسۈپ يېتىلىشىگە زور تەسىر كۆرسىتىدىغانلىقىنى چۈشەندۈرۈپ بېرىدۇ.

كېسىپ ئېيتىشقا بولىدۇكى، ھېچنېمىگە خۇمار بولمايدىغان بالىلاردىن چوڭ ئۈمىد كۈتكىلى بولمايدۇ، ئۇلارنىڭ قولىدىن چوڭ ئىشلار كەلمەيدۇ. سەلبىي نەرسىلەرگە خۇمار بولۇپ قالغانلار ئوبيېكتىنى خاتا تاللاپ قالغانلاردۇر. ئۇلار ئەسلىدە تالانت ئىگىلىرىدۇر. بالىلارنىڭ توغرا ئوبيېكت تۇرغۇزۇشىغا ياردەم بېرىش ئۇلارنىڭ ھەرخىل يوشۇرۇن ئىقتىدارلىرىنى جارى قىلدۇرۇشقا پايدىلىق. بىز بالىلاردىكى ھەرخىل ئىقتىدارلارنىڭ ئويۇندىن كەلگەنلىكىگە شەكسىز ئىشىنىشىمىز لازىم.

بالىلار مەلۇم بىر قىلىقسىزلىقنى ئويۇنغا ئايلاندۇرۇۋالسا، بالىنى بۇنىڭدىن ياندۇرۇش ناھايىتى تەس بولىدۇ. چۈنكى بۇنى چەكلەشنىڭ ئۆزى بالىنىڭ ئويۇنىنى چەكلىگەن بىلەن باراۋەر. بالا بۇنىڭغا ھەرگىز قاراپ تۇرمايدۇ. مەكتەپتە يۈز بېرىدىغان ھەرخىل بىنورمال قىلىقلارنى بالىلار ئويۇن دەپ چۈشىنىدۇ. شۇڭا ئۇنى قانچە چەكلىگەنسېرى بالىدا شۇنىڭغا بولغان قىزىقىش تېخىمۇ كۈچىيىپ كېتىدۇ. شۇڭا ئاتا - ئانىلار بىلەن ئوقۇتقۇچىلار ئۆزئارا ماسلىشىپ، بالىلارغا ئىجابىي ئويۇنلارنى ئوينىتىش ئارقىلىق ئۇلاردا ساغلام روھىي ھالەتنى تۇرغۇزۇش ئۈچۈن كۈچ چىقىرىشى كېرەك.

ئويۇن يەنە بالىلارنىڭ فىزىيولوگىيەلىك تەرەققىياتىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ، تۇرمۇش تەجرىبىسىنى موللاشتۇرىدۇ، ئۆزىگە ئىشىنىدىغان، ئىرادىلىك قىلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىر ۋاقىتتا يەنە ئۆزئارا بىر - بىرىگە ياردەم بېرىدىغان، بىر - بىرىنى قوللايدىغان پەزىلەتنى يېتىلدۈرىدۇ، ئىجادچانلىق روھىنى ئاشۇرىدۇ. ھەرخىل مۇھىتقا ماسلىشىش ئىقتىدارىنى ئۆستۈرىدۇ.

قىسقىسى، بالىلارنىڭ كۈندىلىك ئۆگىنىش پائالىيىتىگە بىرلەشتۈرۈپ بالىلار ئويۇنلىرىنى مۇۋاپىق ئويناتقۇزۇش كېرەك. شۇنداق قىلغاندىلا، ئۇلاردا ئىدىيە بىرلىكى، مەقسەت بىرلىكى ۋە ھەرىكەت بىرلىكىنى شەكىللەندۈرگىلى بولىدۇ. بالىلارنىڭ جىسمانىي ۋە روھىي جەھەتتىن ساغلام ئۆسۈپ يېتىلىشىنى ئاساس بىلەن تەمىن ئەتكىلى بولىدۇ. ساغلام ئەۋلادلار جەمئىيەت تەرەققىياتىنى ئىلگىرى سۈرۈش، دۆلەتنى قۇدرەت تاپقۇزۇشنىڭ ئالدىنقى شەرتىدۇر.

مۇھەررىر: مەھفۇزە ئەخمەت

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئۇيغۇر مۇقاملىرىدا ئۇسسۇل ژانىرى ۋە ئۇنىڭ فۇنكسىيەسى

ھۆرقىز ئابدۇقادىر
(قاراقاش ناھىيەلىك سەنئەت ئۆمىكى)

«ئۇسسۇل ئىنسان بەدىنى ئارقىلىق ئىنسان قەلبىنى ئىپادىلەيدىغان بەدىئىي ئۇچۇر شەكلى بولۇپ، ئەڭ قەدىمكى، ئەڭ بىۋاسىتە، ئەڭ ھېسسىياتچان ۋە ئەڭ چىن سەنئەت ژانىرى، ئىنسان ھەمىشە ئۆزىنىڭ ھېسسىياتچان قەلبى بىلەن ھېسسىياتچان بەدىنىنى بىر گەۋدە قىلىپ ياشايدۇ، كەيپىيات ئىپادىلەيدۇ، ئىنساندىكى پۈتكۈل روھىي ـ ھالەت ئۇنىڭ بەدىنىدىن گەۋدىلىنىدۇ. بۇنداق ھالەتنىڭ ئۇسسۇللۇق تىل ئارقىلىق ئىپادىلىنىشى ئۇسسۇل سەنئىتىنىڭ ھايات بەخش بۇلىقى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.»

ناخشىسىز مۇقام بولمىغىنىدەك ئۇسسۇلسىز مۇقامنى تەسەۋۋۇر قىلىشمۇ ئەسلا مۇمكىن ئەمەس. ناخشا ۋە ئۇسسۇل بىرگە مەۋجۇت بولۇش ئۇيغۇر مۇقاملىرىنىڭ ئەڭ مۇھىم ئالاھىدىلىكلىرىدىن بىرى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. مۇقامشۇناس ئالىملارنىڭ قارىشىچە، ھەرقايسى خەلق مۇقاملىرىنىڭ شەكىللىنىشىدە يۇقىرىدا تىلغا ئېلىنغان بىرقاتار شەرتلەر بولغاندىن باشقا يەنە مەخسۇس ئۇسسۇلچىلار ۋە بىرقاتار ئۇسسۇللارنىڭ بولۇشىمۇ مۇقامنىڭ شەكىللىنىشىدىكى مۇھىم شەرتلەرنىڭ بىرى، ناۋادا بۇ شەرتلەر ھازىرلانمىسا مۇقاملارمۇ شەكىللەنمەيدۇ. چۈنكى ئۇيغۇر مۇقاملىرىدىكى «جۇلا»، «سەنەم»، «چوڭ سەلىقە»، «كىچىك سەلىقە»، شۇنداقلا مەشرەپنىڭ ھەممە قىسىملىرى مەخسۇس ئۇسسۇل پەدىلىرى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. بۇلارغا نەپىس، سالماق ئۇسسۇللارنىمۇ شۇنداقلا يەنە مەردانە، جۇشقۇن، شادىمان «ساما» ئۇسسۇلىنى ئويناشقىمۇ مۇۋاپىق كېلىدۇ.

ئۇيغۇر ئۇسسۇللىرىنىڭ تارىخى نىسبەتەن ئۇزۇن، نەپىس ھەرىكەتلىرى كۆپ خىل بولۇپ، قەدىمدىن بېرى دۆلەت ئىچى ۋە سىرتىدا داڭق چىقارغان. ئۇيغۇر ئۇسسۇللىرىنىڭ ئەڭ قەدىمكى يىلتىزىنى تەڭرى تېغىنىڭ جەنۇبىي ۋە شىمالىدىن تېپىلغان قىيا تاش رەسىملىرىدىكى ھەرخىل كۆرۈنۈشلەردىنمۇ، بۇددىزىم دەۋرىدىكى كۇسەن، كۇچا ئۇسسۇللىرىنىڭ باي ھەر-

كەت شەكىلدىنمۇ كۆرۈۋېلىشقا بولىدۇ. ئەينى دەۋردىكى كوچا ئۇسسۇللىرىدىكى سەكرەش، بارماقلىرىدىن قاس چىقىرىش، كۆز ئوينىتىش، بويۇننى ئېتىش، چاۋاك چېلىش قاتارلىق ھەرىكەتلەرنىڭ ھەممىسى ھازىرقى مۇقام ئۇسسۇللىرىدا ساقلىنىپ قالغان. مۇقام ئۇسسۇللىرىدا تاق قەدەم، جۈپ قەدەم، ئەگەشمە قەدەم، قاچۇرما قەدەم، تاپان ئېتىش، جۈپ قەدەمدىن چېكىنىش، تاپان چېكىپ چۆرگىلەش، تاپان تەپمە، سېيرىلما، تاق قەدەمدە قەدەمنى يۆتكەش، كۆكرەك ئېتىش، دوپپا چېكىش، تەلپۈنۈش، تارتىنىپ يەرگە قاراش قاتارلىق ئۇسسۇللۇق تەسۋىرىي ۋاستىلەردىن پايدىلىنىپ، ئۆزىنىڭ ئىپادىلەش ئىقتىدارىنى تېخىمۇ كۈچەيتكەن.

ئۇيغۇر مۇقاملىرىنىڭ قەدىمكى ناخشا - ئۇسسۇللۇق فولكلور سەنئىتىدىن ئاپىرىدە بولغانلىقى، ئۇنىڭ ناخشا، مۇزىكا، ئۇسسۇلدىن ئىبارەت ئۈچ ئامىلدىن تەركىب تاپقان ئۇنىۋېرسال سەنئەت شەكلى ئىكەنلىكى مەلۇم.

ئۇيغۇر مۇقاملىرى قەدىمكى ياكى ھازىرقى تارىخىي شەكلى جەھەتتىن بولسۇن، خەلق مۇقاملىرى ياكى كىلاسسىك ئون ئىككى مۇقام شەكلى جەھەتتىن بولسۇن، كۈچلۈك ئۇسسۇللۇق رىتىمغا ئىگە. بىز «قومۇل مۇقاملىرى»، «دولان مۇقاملىرى»، «تۇرپان مۇقاملىرى» ۋە يەرلىك سەنەملەردە ئۇسسۇلنىڭ ناخشىلىق مۇزىكا، چالغۇلۇق مۇزىكا ۋە مەرغۇلغا ئوينىلىدىغانلىقىنى كۆرىمىز.

قومۇل مۇقاملىرىدا ئۇسسۇلچىلار ئالاھىدە ياسىنىپ مىللىي كىيىملىرى بىلەن ئۇسسۇلغا چۈشىدۇ. دولان ئۇسسۇللىرىدا ئۇسسۇل قاتتىق قائىدە بويىچە ئوينىلىدۇ، كىلاسسىك مۇقاملارنىڭ «جۇلا»، «سەنەم»، «سەلىقە»، «مەشرەپ» قىسىملىرى خاس ئۇسسۇللۇق نەغمىلەر بولۇپ، ھەتتا تەززە، داستان، مەرغۇللارغىمۇ ئۇسسۇل ئويناش مۇمكىن. مۇشۇ مەنىدىن ئېلىپ ئېيتقاندا، بەزى تەتقىقاتچىلار ئۇيغۇر مۇقاملىرىنىڭ ئاساسىي گەۋدىسى ئۇسسۇل دېگەن كۆز قاراشنى ئوتتۇرىغا قويماقتا.

مۇقاملاردا ئۇسسۇل ژانىرىنىڭ تۇتقان سالمىقىنىڭ بىرقەدەر ئېغىرلىقىنى تاڭ دەۋرى شائىرلىرىنىڭ ئەينى زاماندىكى غەربىي دىيار «چوڭ نەغمە» لىرى توغرىلىق يازغان شېئىرلىرىدا، ئۇسسۇللۇق ئېپىزوتلارنى گەۋدىلەندۈرۈپ يازغانلىقىدىنمۇ كۆرۈۋالغىلى بولىدۇ.

ئۇيغۇر كىلاسسىك مۇقاملىرىدا ئاساسلىق ئۇسسۇللۇق رىتىم تۈرلىرى سەنەم، جۇلا، چوڭ سەلىقە، مەشرەپ نەغمىلىرى قاتارلىق مۇزىكىلارنى ئاساس قىلىدۇ. كىچىك سەلىقە، تەزە نۇسخىسى ۋە مەرغۇللارغىمۇ ئۇسسۇل ئوينىغىلى بولىدۇ.

دولان مۇقاملىرىدا چېكىتمە، سەلىقە، سەنەم، سېرىلما قاتارلىق ئاساسلىق ناخشىلىق نەغمىلەر، قومۇل مۇقاملىرىدا مۇقام بېشىدىن كېيىنكى ئاساسىي ئىشقى بېيىتلىق نەغمىلەر، تۇرپان مۇقاملىرىدا يەنە مۇشاۋەرەك مەشرىپى، نازىركوم قاتارلىق نەغمىلەر ئۇسسۇللۇق نەغمىلەر ھېسابلىنىدۇ.

بۇنىڭدىن باشقا يەنە، ھېيت - ئايەملەردە مۇقام تېپىدىكى «ساما»، «شادىيانە» ئۇسسۇللىرى ئوينىلىدۇ ۋە سالماق، تەمكىن، جۇشقۇنلۇق بىلەن ئەۋجگە يۈزلىنىدۇ. بۇلارنىڭ ھەممىسى ئۇيغۇر خەلقىنىڭ مۇقام مۇزىكىسى تېپىدىكى ئۇسسۇللۇق سەنئەت تۈرلىرىنىڭ رەڭگارەڭلىكى ۋە مول بايلىقتا ئىگە ئىكەنلىكىنى نامايەن قىلىپ بېرىدۇ.

ئۇيغۇر مۇقام ئۇسسۇللىرى «چېكىتمە» 3/4 لىك،

www.uyghurkitap.com

«شادىيانە» 1/4، 2/4، 3/4 لىك، «سەنەم» 4/4، 2/4 لىك، «سېيرىلما» 2/4 لىك، «جۇلا» 4/4 لىك، «كىچىك سەلىقە» 2/4، 4/4 لىك، «مەشرەپلەر» 7/8، 3/8، 4/8، 2/8 لىك ئۇدار ـ تاكتىلىتىنىڭ ھەرخىل شەكىللىرى بويىچە ئوينىلىدۇ. ئۇسسۇل ئويناشقا ئومۇمىي ئوخشاشلىقتىن باشقا ھەرخىل ئۇسسۇل تۇرلىرىنىڭ ئوينىلىشى خاس ئۇسلۇب بويىچە پەرقلىنىدۇ.

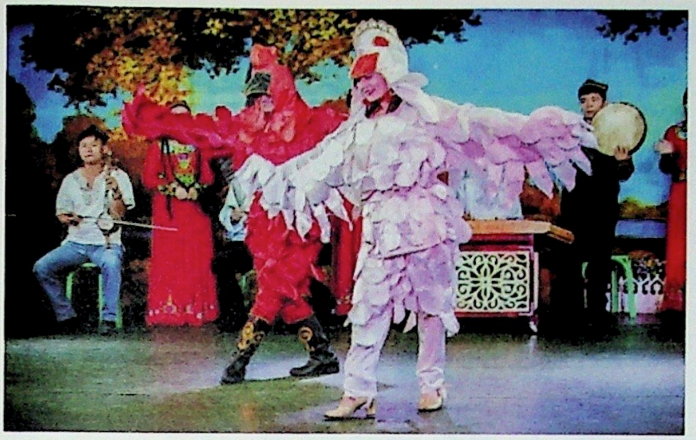
ئۇيغۇر مۇقاملىرىدا ئومۇمەن ئەر ـ ئاياللار ئۇسسۇلى ئوينىلىدۇ. ئۇيغۇر خەلق ئۇسسۇللىرى ۋە مەھەللە ئۇسسۇللىرىنىڭ روشەن ئۇسسۇللۇق شەكلىنى ھېسابقا ئالمىغاندا، «كىلاسسىك مۇقام» نىڭ ئەسلى ئۇسسۇل شەكلىنىڭ قانداقلىقى بىزگە ئېنىق ئەمەس.

ئۇيغۇر مۇقام ئۇسسۇللىرى كېيىنىش ـ تارىنىش گۈزەللىكى، ئۇسسۇللۇق ھەرىكەت گۈزەللىكى بىلەن ئۇيغۇر مۇقام سەنئىتىنى تېخىمۇ جۇلالاندۇردى.

خەلق مۇقام ـ مەشرەپلىرىدە، بولۇپمۇ تەكلىماكان چۆرىسىدىكى ئاۋات، بۇگۇر، چەرچەن، چاقىلىق، لوپنۇر، ھەتتا خوتەن، قۇمۇل يېزىلىرىدىكى مەشرەپلەردە «سېيرىلما تاق ـ تاق»، «شاخ ـ شاخ چىنا» قاتارلىق ناخشىلىق ئۇسسۇللار، «قارا چىراغ ئۇسسۇلى»، «ئات ئۇسسۇلى»، «تۆگە ئۇسسۇلى»، «توخۇ ئۇسسۇلى»، «پوتا ئۇسسۇلى» قاتارلىق ئۇسسۇل تۇرلىرىنىڭ ساقلانغانلىقى مەۋجۇت.

ئۇيغۇر خەلقى ئۆزىنىڭ ئاجايىپ مەپتۇنكار ئۇسسۇل خەزىنىسى بىلەن ئۆز مۇقاملىرىنى زىننەتلىدى ۋە بېيىتتى. ئەگەر بىز ئوتتۇرا ۋە يېقىن شەرقتىكى ئۇسسۇللۇق ئالامەتلەر ئىجرا قىلىنمايدىغان نوقۇل مۇزىكا ۋە ناخشا بىلەن ئورۇندىلىدىغان مۇقام تۈركۈملىرىگە نەزەر سالساق، مۇقاملىرىمىز خەزىنىسىدىكى ئۇسسۇلدىن ئىبارەت بۇ جاۋاھىراتنىڭ نەقەدەر مۇھىم بايلىق ئىكەنلىكىنى بىلىۋالايمىز ھەم بۇنىڭدىن چەكسىز پەخىرلىنىمىز. مۇقام ئېيتىلغان سورۇنلار كۆپىنچە ئاۋام خەلق كۆپ توپلىنىدىغان، قىزىيدىغان سورۇن بولۇپ، ئەنە شۇ سورۇنلاردا كىشىلەر مۇقام ناخشىلىرىغا جور بولۇپ ئۇسسۇلغا چۈشۈپ، ئۇسسۇللارنىڭ نۇرغۇن شەكىللىرى، تۈرلىرى، ھەرىكەتلىرىنى بارلىققا كەلتۈرۈپ، بىزگە مىراس قىلىپ كەلگەن. ئۇسسۇل ژانىرى ئەسىرلەر داۋامىدا خەلقنى ئىتتىپاقلاشتۇرۇپ، گۈزەللىكنى كۈيلەپ، غايەت زور بەدىئىي ۋە ئىجتىمائىي ئۈنۈم ھاسىل قىلغان. مۇقاملاردىكى ئۇسسۇل ژانىرىنى ئۇيغۇر خەلقىنىڭ قەلبى، بەدەن قىياپىتى ۋە ھەرىكەتلىرىنىڭ ھەقىقىي مەنىسى بىلەن ئىپادىلىنىشى دېيىشكە بولىدۇ.

دېمەك، ئۇيغۇر مۇقاملىرىنىڭ ئۇسسۇل ژانىرى تارىختىن بۇيان تەرەققىي قىلىپ مۇكەممەللىشىپ، مۇقاملىرىمىزنى تېخىمۇ جۇلالاندۇردى ۋە يەنە غايەت زور بەدىئىي ۋە ئىجتىمائىي تەسىر قوزغىدى.



مۇھەررىر: مۇيەسسەر ئابدۇللا

نېمە ئۈچۈن ئادەم چۆچۈپ كەتسە چىرايى تاتىرىپ كېتىدۇ

كۈندىلىك تۇرمۇشتا، بەزى خەتەرلىك ئىشلارغا يولۇققاندا، مەسىلەن، تۇيۇقسىز چۆچۈپ كەتكەندە، ئادەمنىڭ چىرايى تاتىرىپ، پۇت - قوللىرى تىترەپ كېتىدۇ. بۇ نېمە ئۈچۈن؟

ئادەم تېنىدە بىر يۈرۈش مۇداپىئە سىستېمىسى بولۇپ، ئادەم بەدىنى كۈچلۈك غىدىقلاشقا ئۇچرىغاندا، بەدەندىكى نېرۋىلاردا ئىچكى ئاجرالمىلارنىڭ ئاجرىلىپ چىقىشى يۈز بېرىدۇ. مەسىلەن، سىمپاتىك نېرۋىنىڭ قوزغىلىشى بىلەن بۆرەك ئۈستى بەز پوستلاق ھورمونىنىڭ ئاجرىلىپ چىقىرىلىشى ئېشىش قاتارلىق ھادىسىلەر كۈچلۈك غىدىقلاشقا ماسلىشىپ، ئورگانىزملارنىڭ سىرتنىڭ غىدىقلىشىغا قارشى تۇرۇش ئىقتىدارىنى يۇقىرى كۆتۈرىدۇ، بۇ مېدىتسىنادا «جىددىيلىشىش» دېيىلىدۇ.

سىمپاتىك نېرۋا غىدىقلىنىشقا ئۇچرىغاندا، بۆرەك ئۈستى بەز پوستلاق ماددىسىنىڭ ئاجرىلىپ چىقىرىلىشى ئېشىپ، يۈرەك سوقۇشىنىڭ تېزلىشىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىپ، يۈرەكنىڭ قىسقىراش كۈچىنى كۈچەيتىدۇ، بۇ قاننىڭ چىقىرىلىش مىقدارىنىڭ يۇقىرى كۆتۈرۈلۈشىگە پايدىلىق. ئۇنىڭدىن سىرت، ئۇ يەنە بەدەندىكى قاننىڭ قايتىدىن تارقىلىشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ. بۇ يۈرەك، مېڭە ۋە سۆڭەك مۇسكۇللىرىنى تېخىمۇ كۆپ قان بىلەن تەمىنلەشكە كاپالەتلىك قىلىدۇ. دېمەك، بۇ سىرتنىڭ كۈچلۈك غىدىقلىنىشىغا قارشى تۇرۇشقا پايدىلىق بولۇپ، بەدەننىڭ ئىمكان بار زىيانغا ئۇچرىماسلىقىنى قوغدايدۇ. لېكىن تېرە بىلەن ئىچكى ئەزا قاتارلىق نۇرغۇن ئەزالاردىكى كىچىك ئارتېرىيەلەر، قىل تومۇرلارنىڭ تارىيىشى سەۋەبىدىن قان يېتىشمەسلىك، ئوكسىگېن يېتىشمەسلىك يۈز بېرىپ، چىرايى تاتىرىپ، پۇت - قول مۇزلاش قاتارلىق ئەھۋاللار كۆرۈلىدۇ.

دەل بۇ خىل جىددىيلىشىش كۆرۈلگەچكە، ئادەم كۆندىلىك تۇرمۇشتىكى ھەرخىل قىيىن ئەھۋاللارغا ئۈنۈملۈك تاقابىل تۇرالايدۇ.

تەرجىمە قىلغۇچى: دىلبەر ئىسمايىل

مۇھەررىر: جۈرئەت ھەبىبۇل

www.uyghurkitap.com

ئادەم بەدىنىنىڭ سوغۇقتىن ئەڭ قورقىدىغان قىسمى قايسى

قەھرىتان قىشتا ئەگەر قۇلاقنى قوغداشقا دىققەت قىلمىغاندا، قۇلاقنىڭ ئۈششۈپ قېلىش خەتىرى كۆرۈلىدۇ. چۈنكى ئادەم تېنىنىڭ تېمپېراتۇرىسى نۆلدىن تۆۋەنگە چۈشكەندە، قان سۈيۈقلۇقى ئۇيۇپ، تومۇرلار نېكروزلىنىپ كېتىدۇ، قۇلاقمۇ تەبىئىيلا ئۈششۈپ قالىدۇ.

قۇلاقنىڭ سوغۇقتىن قورقۇشىدا ئاساسلىق مۇنداق ئۈچ سەۋەب بار. ئالدى بىلەن قۇلاقنىڭ ئىچىدە نۇرغۇن قىل قان تومۇر ئۇچلىرى بولىدۇ. ئادەم بەدىنىدە، قان سۈيۇقلۇقى يۈرەكتىن ئېقىپ چىقىپ، چوڭ ئارتېرىيەدىن ئوتتۇرا ۋە كىچىك ئاتېرىيەلەرگە، ئاندىن قىل قان تومۇرلارغىچە ئېقىپ بارىدۇ، قىل قان تومۇر ئۇچلىرىغا يېتىپ بارغۇچە قان سۇيۇقلۇقى ئازىيىپ كېتىدۇ، ئۇنىڭ ئۈستىگە قۇلاقنىڭ تېمپېراتۇرىسى ئەسلىدىنلا يۇقىرى بولمىغاچقا، قىش پەسلىدە قۇلاقتىكى ئازغىنە ئىسسىقلىق تارقىلىپ كەتسە، ئاسانلا سوغۇق ئۆتۈپ كېتىدۇ. ئۇنىڭدىن قالسا قۇلاقنىڭ ھەجمى باشقا ئەزالارغا قارىغاندا كچىكرەك بولسىمۇ، ئەمما قۇلاقنىڭ سىرتقى يۈزى نىسبەتەن چوڭ بولغاچقا، ئىسسىقلىقنىڭ پارلىنىش كۆلىمىمۇ چوڭ بولىدۇ ـ دە، قۇلاق قىسمىنىڭ ئىسسىقلىقنىڭ تارقىلىشى تېخىمۇ تېز بولىدۇ. يەنە بىرى قەھرىتان قىشتا، بىز قېلىن قىشلىق كىيىملەرنى كىيىمىز، قولىمىزغا قېلىن پەلەي كىيىمىز، بىراق بېشىمىزغا دوپپا كىيگەن تەقدىردىمۇ، قۇلىقىمىزنى ھەم ئېتىپ تۇرۇشى ناتايىن، سوغۇق شامال قۇلاق تۈۋىمىزدىن ئۆتكەندە قۇلاقنىڭ ئىسسىقلىقىنى ئېلىپ كېتىدۇ ـ دە، قۇلاق تەبىئىيلا توڭلايدۇ.

قۇلاق تېنىمىزنىڭ سوغۇقتىن ئەڭ قورقىدىغان قىسمى، زىمىستان قىش پەسلىدە قۇلىقىمىز ناھايىتى ئاسانلا توڭلاپ ئۈششۈپ قېلىشى مۇمكىن، شۇڭا ئىسسىقلىق ساقلاشقا ئەھمىيەت بېرىپ، قۇلىقىمىزنى ياخشى قوغدىشىمىز كېرەك.

تەرجىمە قىلغۇچى: دىلنۇر ئېزىز
مۇھەررىر: جۈرئەت ھەبىبۇل

كۈلكىلىك ئىشقا ئۇچرىغاندا، ئۆزىمىزنى توختىتالمىغان هالدا قاقاقلاپ كۈلۈپ، كۆزىمىزدىنمۇ ياش چىقىپ كېتىدۇ. نېمە ئۈچۈن كۆزدىن ياش چىقىپ كېتىدۇ؟

ئەسلىدە، ئادەمنىڭ كۆزىنىڭ گىرۋىكىدە بۆرۈن ياش نەيچىسى بولۇپ، ئۇ كۆز يېشى بۆرۈن بوشلۇقىغا ئېقىپ كىرىدىغان بىردىنبىر يول. ئادەمنىڭ كەيپىياتى تۇراقلىق ۋاقىتتا كۆز يېشىمۇ بىردەك كۆزنىڭ سىرتى ياكى قاپاقنىڭ ئىچىدىكى بوشلۇقنى بويلاپ ئاقىدۇ. ئادەتتە كۆز يېشىنىڭ ئاجرىلىپ چىقىرىلىشىمۇ كۆپ بولمايدۇ. شۇڭلاشقا ھەر قېتىم كۆزىمىزنى يۇمغان ۋاقىتتا، كۆز ياشلىرىمىز بۆرۈن ياش نەيچىسى ئارقىلىق بۆرۈن بوشلۇقىغا كىرىپ كېتىدۇ. بۇنى ئادەتتە ھېس قىلالمايمىز.

بىراق قاتتىق كۈلگەن ۋاقتىمىزدا قاپاق قاتتىق قىسىلىپ، كۆزدىكى ياش بۆرۈن - ياش نەيچىسىگە قىسىلىپ بارىدۇ. شۇنىڭ بىلەن تەڭ، قاتتىق كۈلكىنىڭ تەسىرىدىن بۆرۈن بوشلۇقى بېسىمى كۆچىيىپ، بۆرۈن - ياش نەيچىسى توسۇلۇپ قېلىپ، ياش كۆزدە تۇرۇپ قالىدۇ. كۈلۈش ۋاقتى قانچە ئۇزۇن بولغانسېرى كۆزدە يىغىلىپ قالغان ياش شۇنچە كۆپىيىپ، ياش كۆز سىغدۇرالايدىغان مىقداردىن ئېشىپ كەتكەندە كۆزنى بويلاپ ئاقىدۇ. بۇنى كىشىلەر «خۇشاللىق يېشى» دەپ ئاتايدۇ.

شۇڭلاشقا، باشقىلار قاقاقلاپ كۈلۈپ كۆزىدىن ياش چىقىپ كەتكەندە، ھەرگىز خاتا چۈشىنىپ قالماڭ.

تەرجىمە قىلغۇچى: دىلبەر ئىسمايىل

مۇھەررىر: جۈرئەت ھەبىبۇل

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

نېمە ئۈچۈن كۆز چارچاپ كەتكەندە يېشىل رەڭگە كۆپرەك قارىسا راھەت بىلىنىدۇ

قىزىل، سېرىق، يېشىل، كۆك، ھاۋا رەڭ، سۆسۈن قاتارلىق ھەرخىل ئوخشىمىغان رەڭلەر بۇ گۈزەل دۇنيانى بارلىققا كەلتۈرگەن. ئوخشىمىغان رەڭلەر كىشىلەردە ئوخشىمىغان تۇيغۇ پەيدا قىلىدۇ.

بەك ئوچۇق رەڭلەر كىشىلەردە تېرىكىش، زېرىكىش تۇيغۇسىنى پەيدا قىلىدۇ، مەسىلەن، قىزىل ۋە سۆسۈن رەڭلەر كىشىلەردە ئاسانلا ھاياجانلىنىش، تېرىكىش كەيپىياتىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇنداق رەڭلەر دوختۇرخانىلارغا ماس كەلمەيدۇ، چۈنكى بۇنداق رەڭلەر بىمارنىڭ كەيپىياتىنى تۇراقسىزلاشتۇرىدىغان بولۇپ، كېسەلنى داۋالاشقا پايدىسىز. ئۇنىڭدىن باشقا زىيادە تۇتۇق رەڭلەرمۇ ئادەمدە بېسىم پەيدا قىلىدۇ. مەسىلەن، كەڭ دائىرىدىكى قارا رەڭ ئادەمگە دېمى سىقىلىپ، نەپەس بوغۇلغاندەك تۇيغۇ بېرىدۇ. شۇڭا كۆزنى قاماشتۇرىدىغان قىزىل ۋە سېرىق رەڭ، كىشىدە بېسىم پەيدا قىلىدىغان قارا ۋە كۈل رەڭگە سېلىشتۇرغاندا، يېشىل ۋە كۆك رەڭ ئادەمگە راھەت تۇيغۇ ئاتا قىلىدۇ. يېشىل ۋە كۆك رەڭ ھەمىشە كىشىگە سالقىن، تىنچ، خاتىرجەملىك تۇيغۇسىنى بېغىشلايدۇ. ئۇنداقتا، نېمە ئۈچۈن ئوخشىمىغان رەڭلەر كىشىلەردە ئوخشىمىغان تۇيغۇ پەيدا قىلىدۇ؟

بۇنىڭدىكى سەۋەب، ئوخشىمىغان رەڭلەرنىڭ نۇرنى قوبۇل قىلىشى ۋە قايتۇرۇشى ئوخشاش بولمايدۇ. قىزىل رەڭنىڭ نۇرنى قايتۇرۇش نىسبىتى 67%، سېرىق رەڭنىڭ 65%، يېشىل رەڭنىڭ 47%، كۆك رەڭنىڭ بولسا ئاران 36%. نۇر قايتۇرۇش نىسبىتى قانچە يۇقىرى بولسا، رەڭ شۇنچە ئوچۇق ۋە يارقىن بولىدۇ. قىزىل ۋە سېرىق رەڭلەرنىڭ نۇرنى قايتۇرۇش نىسبىتى بىرقەدەر يۇقىرى بولغاچقا، كۆزنى قاماشتۇرىدۇ، ئۇزاق قارىغانسېرى كۆزدە بىئاراملىق پەيدا قىلىدۇ. يېشىل ۋە كۆك رەڭلەر ئۇنداق ئەمەس، بۇ ئىككى خىل رەڭنىڭ نۇرنى قوبۇل قىلىشى ۋە قايتۇرۇشى بىرقەدەر نورمال بولغاچقا، ئادەم تېنىگە ئانچە چوڭ تەسىر كۆرسەتمەيدۇ، ئادەم تېنىنىڭ نېرۋا سىستېمىسى ۋە كۆزنىڭ كۆرۈش سەزگۈسى سىستېمىسى بۇنىڭغا بىرقەدەر ماسلىشالايدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىللە يېشىل رەڭ ۋە كۆك رەڭ كۈچلۈك نۇردىكى كۆزگە زىيانلىق بولغان ئۇلترا بىنەپشە نۇرنى سۈمۈرەلەيدۇ.

كىشىلەر ئۇزاق ۋاقىت ئۆگىنىش ۋە خىزمەتتىن كېيىن، ئادەتتە يىراقتىكى دەل ـ دەرەخ، كۆك ئاسمانغا بىرئاز قارىغاندىن كېيىن، كۆزنىڭ جىددىيلەشكەن نېرۋىلىرى تەدرىجىي بوشىشىدۇ. بۇنىڭدا كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنىمۇ ياخشى ئاسرىغىلى بولىدۇ.

تەرجىمە قىلغۇچى: دىلنۇر ئېزىز
مۇھەررىر: جۈرئەت ھەبىبۇل

شىنجاڭدا كۆپ ئۆستۈرۈلىدىغان بىر يىللىق سامان غوللۇق زىننەت گۈللىرى

قۇربانجان نىزامىدىن
(شىنجاڭ يېزا ئىگىلىك ئۇنىۋېرسىتېتى ئوتلاقچىلىق ئىنستىتۇتى)

تاجىگۈل (鸡冠花)

1. ئۆسۈملۈك ئالاھىدىلىكى: تاجىگۈل ئائىلىسى (苋科)، تاجىگۈل ئۇرۇقدىشى (青葙属) غا تەۋە، بىر يىللىق سامان غوللۇق زىننەت ئۆسۈملۈكى. غولىنىڭ ئۈستۈنكى قىسمى گۆشلۈك ھەم ياپىلاق بولۇپ، تۇخۇمسىمان يوپۇرمىقى نۆۋەتلىشىپ ئۆسىدۇ. باشاقسىمان گۈل رېتى توخۇ تاجىسىغا ئوخشايدۇ. گۈللىرى كىچىك، قويۇق ئۆسىدۇ. رەڭگى قىزىل ياكى قىزغۇچ سۆسۈن بولۇپ، بۇ ئۇرۇقداشتا شىنجاڭدا ئىككى خىل تۈرى بار. ئىككىلىسى زىننەت گۈللىرى بولۇپ، ھەممە يەردە ئۆستۈرۈلىدۇ.

2. ئۆسۈپ يېتىلىش ئالاھىدىلىكى: تاجىگۈل ئۇرۇقىنىڭ ئۈنۈپ چىقىشى ئاستا بولۇپ، نەملىك ياخشى بولسا ئۇرۇق ئۈنۈپ 30 كۈندىن كېيىن ئاندىن تېز ئۆسۈپ، 6 ـ ئاينىڭ بېشىدا غۇنچىلاشقا باشلاپ، ئۇزاق ئۆتمەي گۈلى ئېچىلىپ، تاكى 10 ـ ئايغىچە ئېچىلىپ تۇرىدۇ. ئاپتاپنى خالايدۇ، سەل نەمخۇش ئىسسىققا ئامراق، سوغۇققا چىدىمايدۇ. شۇڭا ئەتىيازدا بالدۇر تېرىلمايدۇ. ھاۋانىڭ قۇرغاقراق، تۇپراقنىڭ نەمخۇش تۇرۇشىنى خالايدۇ، يېنىك قۇرغاقچىلىققىمۇ چىدايدۇ.

3. ئۆستۈرۈش تېخنىكىسى: تاجىگۈلنى ئۇرۇقىنى بىۋاسىتە تېرىپ ئۆستۈرۈشكىمۇ، ئۇرۇقىنى پارنىكتا تېرىپ مايسا يېتىشتۈرۈپ كۆچۈرۈپ ئۆستۈرۈشكىمۇ، قىشتا، باش ئەتىيازدا پارنىكتا مايسا ئۆستۈرۈشكىمۇ بولىدۇ. باغچىلاردا مايىسىنى پارنىكتا تېز سۈرئەتتە يېتىشتۈرۈپ، سىرتقا كۆچۈرۈپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

تاجىگۈلنى ئۇرۇق ئارقىلىق بىۋاستە تېرىپ ئۆستۈرۈشتە تېرىش مەزگىلى جەنۇبىي شىنجاڭدا 4 ـ ئاينىڭ بېشىدا، شىمالىي شىنجاڭدا ۋە ئۈرۈمچى شەھرىدە 4 ـ ئاينىڭ ئاخىرىدىن 5 ـ ئاينىڭ بېشىغىچە تېرىلىدۇ. ئادەتتە قۇرلاپ ياكى تىكىپ تېرىلىدۇ، قۇر ئارىلىقى بىۋاستە تېرىغاندا 50 سانتىمېتىر بولىدۇ. تېمپېراتۇرا كۆتۈرۈلگەندە، ئاغدۇرۇپ بوشىتىپ تۈزلەنگەن ئېتىزغا ئۈچ سانتىمېتىر چوڭقۇرلۇقتا قۇر ئېچىپ، ئۇرۇقىنى قول بىلەن سېلىپ بولۇپ، نېپىز كۆمۈپ دەسسەپ، ئۇرۇقنى تۇپراققا چاپلاشتۇرۇپ قاندۇرغۇچە سۇغىرىلىدۇ. ئۇرۇق سېلىش مىقدارى بەش سانتىمېتىر ئارىلىققا ئىككىدىن ئۇرۇق چۈشسە بولىدۇ، تېرىش چوڭقۇرلۇقى 1 ـ 2 سانتىمېتىر بولسا مۇۋاپىق بولىدۇ.

مايسا يېتىشتۈرۈشتە دىيامېتىرى 10 سانتىمېتىر، چوڭقۇرلۇقى 12 سانتىمېتىر بولغان كىچىك، يۇمشاق

www.uyghurkitap.com

قارا سۇلياۋ تەشتەككە تەڭشەلگەن ئوزۇقلۇق توپىسى قاچىلاپ، قاچىدىكى توپىنىڭ نەملىكى كېلىشكەندىن كېيىن ئۇرۇقنى ھەربىر قاچىغا 2 ـ 3 تىن سېلىپ، ئۈستىگە بىر سانتىمېتىر قېلىنلىقتا توپا كۆمۈپ، پارنىك ئىچىگە تىزىپ ئۆستۈرۈلىدۇ. 5 ـ ئاينىڭ ئاخىرلىرى سىرتقا كۆچۈرۈلىدۇ. كۆچۈرۈشتە 60 سانتىمېتىر قۇر ئارىلىقىغا 20 سانتىمېتىر چوڭقۇرلۇقتا ئېرىق ئېچىپ، مايسىنى يۇمشاق تەشتەكتىن توپىسى بىلەن بىللە قومۇرۇپ ئېلىپ، 50 سانتىمېتىر ئارىلىق بويىچە كولاپ تەييارلانغان كاتەك ئىچىگە پاتۇرۇپ، قول بىلەن توپىسىنى چىڭىتىپ دەرھال سۇغىرىلىدۇ.

پۆپەكلىك تاجگۈل (羽状鸡冠花)

1. ئۆسۈملۈك ئالاھىدىلىكى: مەشئەل تاجگۈل دەپمۇ ئاتىلىدۇ. تاجگۈل ئائىلىسى (苋科)، تاجگۈل ئۇرۇقدېشى (青葙属) غا تەۋە بىر يىللىق سامان غوللۇق زىننەت ئۆسۈملۈكى. تۈپ ئېگىزلىكى 30~ 50 سانتىمېتىر كېلىدۇ. گۈللىرى كىچىك بولۇپ، گۈل شېخى ئۇقىغا زىچ تىزىلىپ، پۆپەكسىمان گۈل رېتىنى ھاسىل قىلىدۇ. گۈلى قىزىل، سېرىق، ھالرەڭ، گۆشرەڭ ئېچىلىدۇ. بۇ ئۇرۇقداشتا شىنجاڭدا ئىككى خىل تۈرى بار. ئىككىلىسى چىرايلىق زىننەت گۈللىرى بولۇپ، ھەممە يەردە ئۆستۈرۈلىدۇ.

2. ئۆسۈپ يېتىلىش ئالاھىدىلىكى: پۆپەكلىك تاجگۈل كۆپىنچە كىچىك تەشتەكتە ئۆستۈرۈلىدۇ. ئۈرۈمچىدە 6 ـ ئاينىڭ بېشىدا گۈلى ئېچىلىشقا باشلاپ تاكى 9 ـ ئايغىچە ئېچىلىپ تۇرىدۇ. ئاپتاپنى خالايدۇ، سەل نەمخۇش ئىسسىققا ئامراق، سوغۇققا چىدىمايدۇ. شۇڭا ئەتىيازدا بالدۇر سىرتقا چىقىرىلمايدۇ. ھاۋانىڭ قۇرغاقراق، تۇپراقنىڭ نەمخۇش تۇرۇشىنى خالايدۇ، يېنىك قۇرغاقچىلىققىمۇ چىدايدۇ.

3. ئۆستۈرۈش تېخنىكىسى: پۆپەكلىك تاجگۈلنى ئالدى بىلەن باش ئەتىيازدا مايسا يېتىشتۈرۈپ ئاندىن كۆچۈرۈپ ئۆستۈرسە، بىۋاسىتە تېرىغانغا قارىغاندا ئۆسۈشى ياخشى بولىدۇ. مايسىنى يېتىشتۈرۈشتە كىچىك كاتەكچىلىرى بولغان مايسا يېتىشتۈرۈش پەتنۇسىدا ياكى دىيامېتىرى 6 ~ 10 سانتىمېتىر بولغان كىچىك، يۇمشاق قارا سۇلياۋ تەشتەككە تەڭشەلگەن ئوزۇقلۇق توپىسى (ئىككى ئۈلۈش قوي قىغى، ئۈچ ئۈلۈش دەريا قۇمى، بەش ئۈلۈش مۇنبەت ئېتىز توپىسى) قاچىلاپ، بىر كۈن بۇرۇن توپا نەملەشكۈدەك سۇ قۇيۇپ، نەملىكى كېلىشكەندىن كېيىن بىخلانغان ياكى قۇرۇق ئۇرۇقنى ھەربىر قاچىغا 2 ~ 3 تالدىن سېلىپ، ئۈستىنى ئىككى سانتىمېتىر قېلىنلىقتا توپا بىلەن كۆمۈپ، پارنىك ئىچىگە تىزىپ ئۆستۈرۈلىدۇ. پارنىك نەملىكى ۋە تېمپېراتۇرىسى داۋاملىق تەڭشىلىپ تۇرىدۇ. پارنىك ئىچىدە تەشتەكتە ئۆستۈرۈلگەن پۆپەكلىك تاجگۈل 5 ـ ئاينىڭ ئوتتۇرىلىرى سىرتقا كۆچۈرۈلىدۇ ۋە پۈركۈپ سۇغىرىلىدۇ.

4. كېيىنكى پەرۋىش: پۆپەكلىك تاجگۈلنىڭ گۈلىدىن ھوزۇرلىنىپ شاخ ـ يوپۇرمىقىدىن ھوسۇل ئېلىنمىغانلىقى ئۈچۈن پەرۋىش قىلىش بىرقەدەر ئاسان. كۆپ ئوغۇت تەلەپ قىلمايدۇ. تەشتەكتىكى ئوزۇقلۇق توپىسىنىڭ قۇۋۋىتى كۈزگىچە يېتىدۇ. ئاپتاپ كۈچلۈك بولغان 6 ـ، 7 ـ ئايلاردا پۈركۈپ سۇغىرىپ، نەملىكنى ئاشۇرۇپ، تېمپېراتۇرا تۆۋەنلىتىلىدۇ. ئادەتتە پات ـ پات پۈركۈپ سۇغىرىپ بەرسىلا بولىدۇ، باشقا ئالاھىدە پەرۋىش تەلەپ قىلمايدۇ.

مۇھەررىر: مۇيەسسەر ئابدۇللا

ئاچچىقلىنىش ھاياتقا ئېكەك سالغان بىلەن باراۋەر

ئادىل غوجالىم
(مايتاغ ئەدەبىيات - سەنئەتچىلەر بىرلەشمىسى)

ئاچچىقلىنىش ئاساسەن ئادەملەرگە قارىتىلغان بولۇپ، ئۇ روھىي - ھالەتنىڭ كونتروللۇقىنى يوقاتقانلىقنىڭ ئەڭ كۆپ ئۇچرايدىغان ئىپادىسى. شۇڭا ئادەملەر ئاچچىقلانسا خېلى كۆڭۈلەرگىچە روھىي كەيپىياتى تۇراقسىز بولىدۇ، ھەتتا ئاچچىقىدا ئۆزىنى كونترول قىلالماي جىنايەت يولىغا مېڭىپ قېلىشىمۇ مۇمكىن. ئەگەر ئادەم ئۆزىنىڭ روھىي - ھالىتىنى كونترول قىلالمىسا، ئۇ ھەرقانچە قابىلىيەتلىك بولسىمۇ چوڭ ئىشلارنى ۋۇجۇدقا چىقىرالمايدۇ، روھىي - ھالەتنىڭ كونتروللۇقىنى يوقاتقانلىقى دەل شۇ ئادەمنىڭ كىرىزىسقا دۇچ كەلگەنلىكى ھېسابلىنىدۇ. شۇڭا يولۇققان مەسىلىنى ھەل قىلىش ئۈچۈن قائىدە سۆزلەش كېرەك. ئىشنى يولى بىلەن بېجىرىش — ئەڭ ئاقىلانە چارە ھېسابلىنىدۇ. ئەگەر باشقىلارنى ئاچچىقنى چىقىرىدىغان نىشان قىلىۋېلىپ، قالايمىقان سۆز - ھەرىكەت قوللانغاندا، مەسىلىنى ھەل قىلىش مۇمكىن بولمايلا قالماستىن، بەلكى زىددىيەتنى كەسكىنلەشتۈرۈۋېتىدۇ.

كىشىلىك ھايات ھەرىكەت بىلەن ئىنكاسنىڭ بىرىكمىسىگە ئوخشايدۇ، ئادەمنىڭ كەيپىياتى دەل ھەرىكەتنى ئىپادىلەيدىغان بىر خىل ئىنكاس ھېسابلىنىدۇ. ئەگەر خۇشال بولۇشنى ئارزۇ قىلسىڭىز، چوقۇم خۇشال بولغاندەك ھەرىكەت ئىپادىڭىز بولۇشى كېرەك. سىز غەزەپلىنىش پوزىتسىيەسىنى ئىپادىلىسىڭىز سىزدە غەزەپلىنىش تۇيغۇسى بولىدۇ. خىزمەتداشلىرىڭىز، دوست - بۇرادەرلىرىڭىز ئاچچىقلانغىنىڭىزنى كۆرسە خۇددى سىز ئۇلارنىڭ ئالدىدا ئويۇن قويۇپ بەرگەندەك بولىسىز، چۈنكى بۇنداق قىلىش سىزنىڭ ئەسلى ماھىيىتىڭىزنى ئاشكارىلاپ، ئۆزىڭىزنى قىپيالىڭاچ ھالدا باشقىلارنىڭ ئالدىدا كۆرسەتكەنگە باراۋەر بولىدۇ. ئەگەر سىز ئاچچىقلىنىشنى دوستلۇق، مۇھەببەت، ئېتىقاد ۋە باشقىلارنى ھۆرمەت قىلىشقا بولغان ئېھتىياجىڭىزدىن مۇھىم دەپ قارىسىڭىز، ئۇنداقتا خالىغىنىڭىزچە ئاچچىقلىنىۋېرىڭ. لېكىن كۆپىنچە ھاللاردا ئۇنىڭ ئاقىۋىتى سىز پەقەت كۆرۈشنى خالىمايدىغان ئاقىۋەت بولۇپ چىقىدۇ. جەمئىيەتتە ياشىغانىكەنمىز، كىشىلىك ئالاقە داۋامىدا ھەممە ئىشنىڭ كۆڭلىمىزگە يېقىپ كېتىشى ناتايىن. بىز مۇتەپەككۇرلارنىڭ «تىل ئاھانەتنى ئەستىن چىقىرىۋېتىش» دېگىنىنى ئەمەلگە ئاشۇرالمىساقمۇ، لېكىن، ئەقەللىيسى ئاچچىقلىنىشنىڭ مەسىلىنى ھەل قىلىشنىڭ ئۈنۈملۈك يولى ئەمەسلىكىنى بىلىشىمىز كېرەك. ئادەمنىڭ ھاياتى ئۆزگىرىشچان بولغانلىقتىن بىر ئىشلاردا بەك ئىنچىكىلەپ كەتمەسلىك كېرەك. نېمە ئۈچۈن باشقىلارنىڭ خاتالىقى، كىچىككىنە سەۋەنلىكى بىلەن ئۆزىمىزنى جازالايمىز!

بۇرۇن بىر ئادەم ئۆتكەنىكەن. ئۇ بىر ئىشقا چېچىلغان ياكى ئاچچىقلانغاندا دەرھال ئۆيىگە كېتىدىكەن. ئارقىدىن ئۆيى ۋە ئېتىزلىقىنى ئۈچ قېتىم

www.uyghurkitap.com

ئايلىنىپ يۈگۈرەيدىكەن. كېيىنچە ئۇنىڭ ئۆيلىرى بارغانچە چوڭىيىپ، يەرلىرىمۇ بارغانچە كۆپىيىپ كېتىپتۇ. ئۇ ئاچچىقى كەلگەن ھامان يەنە ئۆيىنى ۋە ئېتىزلىقىنى ئۈچ قېتىم ئايلىنىپ يۈگۈرەۋېرىپتۇ. ھاسىراپ تىنىقى يەتمەي، تەردىن كىيىملىرى ھۆل بولۇپ كەتسىمۇ، پەرۋا قىلمايدىكەن، بىر كۈنى نەۋرىسى «بوۋا، ئاچچىقىڭىز كەلسىلا ئۆي بىلەن ئېتىزلىقنى ئايلىنىپ يۈگۈرەيسىز، بۇنىڭدا نېمە مەخپىيەتلىك بار؟» دەپ سوراپتۇ. بوۋىسى نەۋرىسىگە «ياش ۋاقتىمدا، باشقىلار بىلەن تاكاللىشىپ، مۇنازىرلىشىپ ئاچچىقىم كەلگەندە ئۆي ۋە ئېتىزلىقلىرىمنى ئۈچ قېتىم يۈگۈرۈپ چىقاتتىم. مەن بىر تەرەپتىن يۈگۈرگەچ بىر تەرەپتىن (ئۆيۈم كىچىك، يېرىم ئاز تۇرسا، باشقىلارغا ئاچچىقلاپ يۈرۈشكە نەدىمۇ ۋاقتىم ۋە كۈچۈم بولسۇن!) دېگەنلەرنى ئويلايتتىم. ئويلاپ مۇشۇ يەرگە كەلگەندە، ئاچچىقىممۇ ياناتتى. تېخىمۇ كۆپ ۋاقىت ۋە كۈچۈمنى ئىگىلىكىمنى راۋاجلاندۇرۇشقا، مول ـ ھوسۇلنى كۆپلەپ ئېلىشقا قارىتاتتىم» دەپ جاۋاب بېرىپتۇ. نەۋرىسى «بوۋا، سىز باي بولغاندىن كېيىنمۇ نېمىشقا يەنە ئۆيىڭىز ۋە ئېتىزلىقىڭىزنى ئايلىنىپ يۈگۈرەيسىز؟» دەپ سوراپتۇ. بوۋاي كۈلۈمسىرىگەن ھالدا «بىر تەرەپتىن يۈگۈرۈپ، بىر تەرەپتىن ئۆيۈم شۇنچىۋالا چوڭ، يەرلىرىم شۇنچىۋالا كۆپ تۇرسا، باشقىلار بىلەن دەتالاش قىلىپ نېمە قىلىمەن؟ دەپ ئويلايمەن، ئويلاپ شۇ يەرگە كەلگەندە ئاچچىقىممۇ يانىدۇ» دەپتۇ. كۆڭلى ـ كۆكسىڭىزنى كەڭ تۇتۇڭ، سىز بۇ دۇنياغا ئاچچىقلىنىش ئۈچۈن كەلمىگەن.

غەزەپلىنىش كىشىلەرنىڭ تەبىئىي ھالدا ئاچچىقىنى چىقىرىۋېلىش كەيپىياتى ھېسابلىنىدۇ. ھالبۇكى، ئاچچىقنى چىقىرىۋېلىش تۇرمۇش قانۇنىيىتىگە ئۇيغۇن كەلمەيدۇ، ئادەم غەزەپلەنگەنلىكى ئۈچۈن تېخىمۇ ياخشى بولۇپ كەتمەيدۇ، قاتتىق غەزەپلىنىش، ئاچچىقلىنىش ھېچقانداق ئادەمنىڭ تۇرمۇشىدا ئىجابىي ئەھمىيەتكە ئىگە ئەمەس. ئادەم تۇرمۇش قويىنىدا ياشىغانىكەن، ھەممەيلەننىڭ قانائەت تاپىدىغان جايلىرى بولىدۇ، شۇنىڭ بىلەن بىرگە خاپىلىقتىن نېرى بولالمايدىغان چاغلىرىمۇ بولۇپ تۇرىدۇ. ئاشۇ ئاچچىق قوزغالغان ۋاقىتتا كەيپىياتنى تىزگىنلىمىگەندە، شۇ كىشىنىڭ سالامەتلىكىگە، پىسخىكىسىغا زىيان يەتكۈزۈپلا قالماستىن، بەلكى باشقىلارغا ئوڭايلا ئازار بېرىپ قويىدۇ. بۇ خىل كەيپىيات ئۆزىگىمۇ، ئۆزگىگىمۇ زىيانلىق.

تۇرمۇش نۇقتىسىدىن ئېيتقاندا، ئاچچىقلىنىشنىڭ تۇرمۇشىمىزدا پات ـ پات يۈز بېرىپ تۇرۇشىنىڭ ئەجەبلىنەرلىك يېرى يوق. لېكىن، تۇرمۇش دائىرىمىزدىن ئېلىپ ئېيتقاندا، جەمئىيەتتە ياكى ئائىلىدە بولسۇن، باشقىلار ياكى ئۆزىڭىز بولۇڭ، ئاچچىق ياخشى ئاقىۋەت ئېلىپ كەلمەيدۇ، بەزى ۋاقىتلاردا ئېغىر ئاقىۋەتلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىپ، شەخسلەرنىڭ ئالغا بېسىشى، ئائىلىنىڭ ئىناقلىقى ۋە جەمئىيەتنىڭ مۇقىملىقىغا بەلگىلىك تەسىر يەتكۈزىدۇ. ئەمەلىيەتتە كىشىلەر ئۇششاق ـ چۈششەك ئىشلار ئۈچۈن چېچىلىپ يۈرىدۇ. كوچا ئاپتوبۇسىغا چىققاندا، كۆكتات سېتىۋالغاندا، سەيلە ـ ساياھەتكە چىققاندا، ئالدىراش ئىشقا ماڭغاندا كۆزگە سىغمىغان كىچىككىنە ئىشلارغىمۇ دائىم «ئەجەپ ئاچچىقىمنى كەلتۈردى» دېگەن گەپلەر قۇلىقىمىزغا كىرىپ تۇرىدۇ ياكى ئۆزىمىزنىڭ ئېغىزىدىن چىقىپ تۇرىدۇ. ئەمما ئاچچىقنى يامان قىلىشنىڭ سالامەتلىككە زىيانلىقلىقىنى ھەممە ئادەم بىلىدۇ، شۇنداق تۇرۇقلۇق ئىچىدە غۇم ساقلاپ ئاچچىقلاپ كېتىدۇ. بەزى ھاللاردا «ئۆچ ئېلىشقا» ئۇرۇنۇپ، ئاقىۋەتتە ھېچنېمىگە ئېرىشەلمەيدۇ.

بىر ئالىم «ئاچچىقلىنىش — باشقىلارنىڭ خاتالىقى ئۈچۈن ئۆز ـ ئۆزىنى جازالىماق دېمەكتۇر» دېگەنىكەن. بىز ھەممىمىز جەمئىيەتتە ياشايمىز. باشقىلار بىلەن دۇشمەنلەشسىڭىز، باشقىلارمۇ سىز بىلەن دۇشمەنلىشىدۇ. چوڭ جەمئىيەتنى قويۇپ تۇرۇپ كىچىك ئائىلىنى مىسالغا ئالساق، ھازىر تەخمىنەن 25% ئاياللارنىڭ جىنايەت سادىر قىلىشى ئا-

ئىلە زوراۋانلىقىدىن بولغان. ئائىلە زوراۋانلىقىنىڭ شەكىللىنىشىدىكى بىۋاستە سەۋەب — ئائىلە ئەزالىرى بىرەر ئىشقا يولۇققاندا تېرىكىپ ئاچچىقىنى باسالماي، سوغۇققانلىق بىلەن ئۆزئارا پىكىر ئالماشتۇرماي، بىر - بىرىنى تىللىشىپ سوقۇشىدۇ، ھەتتا بىر - بىرىنى ئۆلتۈرۈۋېتىش گىردابىغا بېرىپ قالىدۇ.

گەرچە ئاز ساندىكى ئادەملەرلا مۇكەممەل ئەخلاق - پەزىلەتكە ئىگە بولسىمۇ، ئەمما بىز ئىنسانلارنىڭ ناچار تەرەپلىرىنى ئېچىشقا ئەمەس، بەلكى ئامال بار ئۇلاردىكى ئارتۇقچىلىقلارنى قېزىشقا تىرىشىشىمىزنىڭ ئۆزى گۈزەل قەلبكە يۈزلەنگەنلىكىمىزنىڭ ئىپادىسىدۇر. ئەمما ئادەم ئاچچىقلانغاندا ئۇنىڭ ئەكسىچە ئىش تۇتۇپ قارشى تەرەپنىڭ ئارتۇقچىلىقىنى ئۇنتۇغان ھالدا ئۇنىڭ ناچارلىقىنى ھەتتا نەچچە ئون يىل ئىلگىرى ئۆتكۈزگەن خاتالىقلىرىنى سۈرەپ چىقىپ، قارشى تەرەپنى پۇخادىن چىققۇچە تىللاپ، ئۇنىڭ كۆڭلىگە ھەددى - ھېسابسىز داغلارنى قالدۇرۇش ھېسابىغا ئاچچىقىنى چىقىرىۋالىدۇ. ئاچچىقى يانغاندىن كېيىن يەنە ئۆز ئەسلىگە كېلىپ، تۇرمۇشىنى خاتىرجەم ئۆتكۈزۈۋېرىدۇ. ئەمما ئاچچىقىنى چىقىرىۋالغان نىشان بولسا ئۇنىڭ دېگەنلىرىنى مەڭگۈ ئېسىدىن چىقىرالمايدۇ - دە، كۆڭلىدە غۇم ساقلاپ، ئاداۋەت ئۇرۇقلىرى بىخلايدۇ. كۈنلەرنىڭ بىرىدە، سەن ئاچچىقلاپ تىللىغانلىرىڭنى ئۇنتۇپ كەتكەن كۈنلىرىڭدە ئۇ پەيت كۈتۈپ شۇنداق بىر ئۆچ ئالىدۇكى، تىنالماي قالىسەن. مانا بۇ ئۆزىنى تۇتالماي ئاچچىقلىنىشنىڭ نەتىجىسى.

ئەقىللىق كىشىلەر ئۆزلىرى يولۇققان ئىشلارغا بەكلا چېچىلىپ ئاچچىقلىنىپ كەتمەيدۇ، شۇڭا ئۇلار ئۆزلىرى يولۇققان كۆڭۈلسىزلىك سەۋەبىدىن ئۈمىدسىزلىنىپ كەتمەيدۇ. كۆپىنچە كىشىلەر ئۇزۇن يىللىق تۇرمۇش ئەمەلىيىتىدىن ھەرقانداق ئىشنىڭ ياخشى تەرىپىنىڭمۇ، يامان تەرىپىنىڭمۇ بولىدىغانلىقىنى، ئاچچىقلىنىپ دەماللىققا كەلگەن غەزىپىنى چىقىرىۋېلىشنىڭ ياخشى ئاقىۋەت ئېلىپ كەلمەيدىغانلىقىنى بىلىدۇ.

كىشىلەرنىڭ ھېس - تۇيغۇسى ئوخشاش بولسىمۇ، لېكىن ئالغان تەربىيەسى ئوخشىمىغاچقا، سۆز - ھەرىكىتىمۇ پەرقلىق بولىدۇ. بىر تۈردىكى ئادەملەرنى خالىغانچە قوپال گەپ - سۆز بىلەن ئىنكار قىلىش ئاقىلانە ئىش ئەمەس. بۇنداق قىلىش ئۇنىڭغا قىلىنىغان ئادالەتسىزلىكتۇر. كۆپىنچە ھاللاردا ئادەملەر كەلگەن ئاچچىقىنى تىل ۋاستىسى ئارقىلىق چىقىرىدۇ. ئادەملەر باشقىلارنىڭ قاتتىق سىلكىش ۋە قول ۋاستىسى ئارقىلىق قىلىنغان ئادالەتسىزلىكلەرگە چىدايدۇ ھەم ئۇنتۇلۇپ كېتىدۇ. ئەمما بىر توپ ئادەمنىڭ ئالدىدا ئۆزىگە قارىتىلغان تىل ئارقىلىق ئۇچرىغان ئادالەتسىز مۇئامىلىگە سەۋر - تاقەت قىلالمايدۇ ھەم بىر ئۆمۈر ئۇنتۇماسلىقى مۇمكىن. چۈنكى ياخشى سۆز جان ئوزۇقىدۇر.

ئائىلىدىكى ئۈچەيلەن يېشىل داستىخان سېلىنغان يۇمىلاق شىرەنى چۆرىدەپ ئولتۇراتتى. دادىسى گېزىت كۆرۈۋاتاتتى، ئاپىسى پوپايكا توقۇۋاتاتتى، سەككىز ياشلىق ۋېگا كىتاب ئوقۇۋاتاتتى.

— دادا، مەن بىر مەسىلىنى پەقەت چۈشەنمەيۋاتىمەن، — دېدى ۋېگا تۇيۇقسىز دادىسىغا قاراپ،

— سىز ماڭا چۈشەندۈرۈپ قويسىڭىز بوپتىكەن، بەزى ئادەملەر نېمىشقا دائىم گەپ تالىشىپ قالىدۇ؟

— بۇنى چۈشىنىش ئاسان، — دېدى دادىسى گېزىتنى شىرەگە قويۇپ تۇرۇپ، — مەسىلەن، بىزنىڭ بىنا باشقۇرغۇچى بىلەن تازىلىق ئىشچىسى بىر مەسىلىنى تالىشىپ قالدى، دەيلى ...

— ئۇنداق ئىش يوق! — ئاپىسى دادىسىنىڭ گېپىنى بۆلۈۋەتتى. — بىنا باشقۇرغۇچى بىلەن تازىلىق ئىشچىسى ئادەتتە بەك ئىناق ئۆتىدۇ.

— مەن پەقەت مىسال كەلتۈرۈۋاتىمەن، — دەپ چۈشەندۈردى دادىسى.

— سىز ئۇنداق كەلسە - كەلمەس مىسال كەلتۈرۈپ يۈرسىڭىز بولمايدۇ - دە! — ئانىسىنىڭ ئاۋازى تېخىمۇ قاتتىق چىقتى.

ئۇيغۇر كىتاب تورىبېكىتى
www.uyghurkitap.com

— ئەمىسە بالىغا سىز چۈشەندۈرۈپ قويۇڭ!

— سىز ھە دېسىلا مەسئۇلىيەتنى ماڭا ئىتتىرىپ قويىسىز!

— مەسئۇلىيەتنى سىزگە ئىتتىرىپ قويغىنىم يوق، ئەكسىچە، سىز ھەمىشە مەندىن قۇسۇر ئىزدەپلا يۈرىسىز ...

— مەن قۇسۇر ئىزدەپ يۈرىمەنما؟ ...

— شۇنداق، سىز ...

— مەن ئەمەس، ئەكسىچە سىز ئۆزىڭىز ...

— بولدى تاكاللاشماڭلار، — دەپ سۆز قىستۇردى ۋېگا، — مەن چۈشىنىپ بولدۇم.

مانا بۇ مىكرو ھېكايە تاكاللىشىشنىڭ قانداق بولىدىغانلىقى، ئاچچىقلىنىشنىڭ بىلىپ - بىلمەي كەيپىياتىمىزدا يۈز بېرىدىغانلىقىنىڭ تىپىك مىسالىدۇر. ئىشنىڭ ئېپىنى بىلىدىغان ئادەملەر بىرەر مەسىلە توغرىلىق سۆزلىمەكچى بولسا، ئىشنىڭ ماھىيىتىدىن تولۇق خەۋەردار بولۇپ، نېمە دېمەكچى ئىكەنلىكىنى ياخشى ئويلاپ، ئوچۇق ۋە مەزمۇنلۇق سۆزلەيدۇ. جاھىل ئادەم چۈشەنمەيدۇ، نېمە دېمەكچى ئىكەنلىكىنىمۇ چۈشەنمەستىن ئاچچىقلىنىپ شالدىسىنى چاچرىتىپ سۆزلەيدۇ. ئەگەر بىر ئادەمنىڭ كەمچىلىكىنى سېزىپ، ئۇنىڭغا نەسىھەت قىلماقچى بولسىڭىز، ئاۋۋال ئۇنىڭ مىجەزىنى، روھىي - ھالىتىنى ياخشى تەكشۈرۈپ ئاندىن دەيدىغاننى دېيىش كېرەك. بولمىسا ئۇنىڭ زىتىغا تېگىپ ئاچچىقىنى كەلتۈرۈپ قويىدىغان گەپ. ئاچچىقى كەلگەنكەن تاكاللىشىدىغان گەپ، ئاندىن كىچىك ئىش جېدەلگە ئايلىنىدۇ. شۇڭا باشقىلارغا ئېيتىدىغان سۆزلىرىڭىزنى (گەرچە ئۇنىڭدا كەمچىلىك بولسىمۇ) مۇلايىملىق بىلەن قىل.

ئادەملەردە گۈزەل ئەخلاقنىڭ بولۇش - بولماسلىقى ئاچچىقلىنىش، قەھر - غەزەپ كەلگەندە بىلىنىدۇ. تۇرمۇشتا خاتىرجەملىك، راھەت ۋە تەن ساقلىقنى قوغلىشىدىغان كىشى بىر نەرسىگە زىيادە مۇھەببەت باغلىماسلىقى ۋە نەپرەپلەنمەسلىكى، ئارتۇقچە ئاچچىقلىنىپ سۆزلەشتىن ساقلىنىشى ۋە بىلمەي تۇرۇپ ھەر كىمگە، ھەر ئىشقا ئىشىنىپ كەتمەسلىكى كېرەك. چۈنكى ئادەم ئاچچىقلىنىپ سۆزلەۋەرگەندە غەزەپ ئۇچقۇنى چاچراپ، ھەرخىل ئاھانەت بىلەن شۇ ئادەمدە يوق نەرسىنى تارتىپ چىقىدۇ، مانا بۇ تۆھمەت دېيىلىدۇ.

زىيادە ئاچچىقلىنىش سالامەتلىككىمۇ زىيانلىق. ئۇ ئاشقازان كېسەللىكلىرىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، مېڭە ھۈجەيرىلىرىنىڭ قېرىشىنى تېزلىتىدۇ، يۈرەك كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ، جىگەرنى زەخىملەندۈرىدۇ، قالقانسىمان بەز كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ، پۈتۈن بەدەننىڭ ئىممۇنىتېت سىستېمىسىغا زىيان يەتكۈزىدۇ. ئامېرىكا فىزىيولوگىيە ئالىملىرىنىڭ بايقىشىچە، كىشى ئون مىنۇت ئاچچىقلانسا، سەرپ بولىدىغان زېھنىي قۇۋۋەت ئۈچ مىڭ مېتىرلىق يۈگۈرۈش مۇسابىقىسىگە قاتناشقاندىنمۇ قېلىشمايدىكەن. شۇڭلاشقا ئاسان ئاچچىقلىنىدىغان كىشىلەرنىڭ ساغلام بولۇشى شۇنداقلا ئۇزۇن ئۆمۈر كۆرۈشى تولىمۇ قىيىن بولىدىكەن. ھېسسىياتى تۇراقسىز بولغان كىشىلەرنىڭ كېسەلگە گىرىپتار بولۇش خەۋپى باشقىلاردىن ئىككى ھەسسە يۇقىرى بولىدىكەن. شۇڭا كونىلار «ئادەم قېرىپ ئۆلمەيدۇ، بەلكى ئاچچىقتىن ئۆلىدۇ» دەيدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن ساغلام قەلبنى ساقلاش ئىنتايىن مۇھىم.

كەڭ قورساق ئادەملەر تۇتامغا چىقمايدىغان ئىشلار ئۈچۈن ئاچچىقلىنىپ يۈرمەيدۇ، ئۇششاق ئىشلار ئۈچۈن مۇڭلىنىپ ياكى دەرغەزەپ بولۇپمۇ كەتمەيدۇ. ياخشى تەربىيە كۆرگەن كىشىلەر ئاچچىقى كەلگەن چاغدىمۇ ئىمكانقەدەر قوپال گەپ قىلىشتىن ساقلىنىدۇ. مىجەز - خاراكتېرى ياخشى، ئىقتىدارلىق بەزى ئادەملەر خۇي - پەيلىدىكى ئاسان ئاچچىقلىنىش تۈپەيلى باشقىلارنىڭ سوغۇق مۇئامىلىسىگە، ياقتۇرماسلىقىغا ئۇچرايدىغان ئەھۋاللارمۇ كۆرۈلۈپ تۇرىدۇ. ئۇنىڭ ئەكسىچە بىرقىسىم ئادەملەردە تۇزۇكرەك بىلىم ئىقتىدار ياكى ئارتۇقچىلىق بولما-

سىمۇ، مىجەزى ياخشى بولغاچقا كىشىلەرنىڭ ماختىشىغا ئېرىشىدۇ. شۇڭا سۆز - ھەرىكەت، مىجەزدىكى نەپىسلىك بولمىسا، گۈزەل ئەخلاقمۇ، مول بىلىممۇ خىرەلىشىپ قالىدۇ.

دوستلار ئارا بەزى ئۇششاق ئىشلار ئۈچۈن تاكاللىشىپ قالىمىز. قېنى قىزىق ياشلار تاكاللىشا - تاكاللىشا بىر - بىرىگە بويۇن ئەگمەي، دوستلۇقنى شۇنىڭ بىلەن ئاخىرلاشتۇرىدۇ. ياش ئاشىق - مەشۇقلارمۇ بىر - بىرىگە يول قويماي مۇھەببەت سەپىرىنى ناھايىتى تېزلا ئاخىرلاشتۇرىدۇ. قانداشلىقتىمۇ بۇنداق ئىشلار يۈز بېرىپ تۇرىدۇ. بۇ ئىشلارنىڭ ھەممىسى ئاچچىقى كەلگەندە ئۆزىنى تۇتۇۋالالماسلىق سەۋەبىدىن يۈز بېرىدۇ. شۇڭا سەۋر - تاقەت قىلىش، ئاچچىققا ھاي بېرىشنى ئۆگىنىش كېرەك.

ھەربىر ئادەم ئۆزىنىڭ روھىي - ھالىتىنى تەڭشەشنى ئۆگىنىۋېلىشى كېرەك. كونىلاردا «كەيپىيات ياخشى بولسا، سۇمۇ ھەسەل تېتىيدۇ» دەيدىغان گەپ بار. ئادەم خۇشال بولغاندا روھىي - ھالىتى ئازادە بولىدۇ، كەيپىيات ياخشى ۋاقىتلاردا باشقىلارنى ئاسان ئەپۇ قىلىدۇ، باشقىلارغا يول قويىدۇ، كۆڭۈل بۆلىدۇ ۋە ياردەم قىلىدۇ ھەتتا بىرەر ئىت، مۈشۈك ئۇچراپ قالسىمۇ باشلىرىنى سىلاپ قويىدۇ. بىز نېمىشقا چەكلىك ھاياتىمىزدا مۇشۇنداق ياخشى كەيپىياتنى ساقلاپ قالماستىن يەنە ئاچچىقلىنىپ ھاياتقا ئېكەك سېلىپ يۈرۈيمىز؟

شۇڭا، كۈندىلىك تۇرمۇشتا كۆپ ئىشلارغا ئاچچىقلاپ، چېچىلىپ يۈرمەستىن، كەيپىياتىمىزنى توغرا تەڭشەپ، كۆڭلى - كۆكسىمىزنى ئازادە تۇتۇشقا تىرىشايلى.

مۇھەررىر: مەھفۇزە ئەخمەت

ئاپتورلار سەمىگە

ژۇرنىلىمىزنىڭ كەلگۈسى تەرەققىياتى ئۈچۈن ئۈزلۈكسىز قەلەم تەۋرىتىپ كېلىۋاتقان كەڭ ئاپتورلىرىمىز بىلەن ئالاقىلىشىشقا ۋە قەلەم ھەققىنى تارقىتىشقا قولايلىق بولۇش ئۈچۈن تۆۋەندىكىلەرنى سەممىيلىك بىلەن ئەسكەرتىمىز.

1. ئەسەر ئەۋەتكەندە ئېنىق ئادرېسىڭىز، ئىسىم-فامىلىڭىز قاتارلىقلارنىڭ ئۇيغۇرچە ۋە خەنزۇچە يېزىلىشىنى كىملىكتىكى يېزىلىشى بويىچە تولۇق يېزىپ ئەۋەتىڭ. پوچتا نومۇرى ۋە يانفون نومۇرىڭىزنى ئەسكەرتىشنى ئۇنتۇماڭ.

2. خېتىڭىز ئېنىق، قۇر تاشلاپ يېزىلغان ياكى شارائىت يار بەرگەن ئەھۋالدا كومپيۇتېر ئارقىلىق بېسىلغان بولسۇن.

3. ئەۋەتكەن ئەسىرىڭىزنىڭ توغرا ۋە ئۆلچەملىك تەرجىمە قىلىنغان خەنزۇچە ماۋزۇسىنىمۇ يېزىپ ئەۋەتىڭ.

4. باشقا مەتبۇئاتلاردا ئېلان قىلىنغان ئەسەرلەرنى ئەۋەتىشكە بولمايدۇ، ئەگەر شۇنداق ئەھۋاللار بايقالسا مەسئۇلىيەت سۈرۈشتە قىلىنىدۇ ۋە كېلىپ چىققان ئاقىۋەتكە ئۆزىڭىز ئىگە بولىسىز.

5. ئەسەر ئەۋەتكەندە ئۆزىڭىزدە چوقۇم بىر نۇسخا قالدۇرۇپ قويۇڭ، ئەۋەتىلگەن ھەرقانداق ئەسەر قايتۇرۇلمايدۇ.

6. ژۇرنىلىمىزدا ئېلان قىلىنغان ئەسەرلەرنىڭ تارقىتىش ھوقۇقى بىزدە، باشقا جايلاردا كۆچۈرۈپ ئېلان قىلىشقا بولمايدۇ.

7. تور ئارقىلىق تەرجىمە ئەسەر ئەۋەتكەندە خەنزۇچە ئارگىنالىنى قوشۇپ ئەۋەتىڭ.

ئادەم توغرا بولسا، دۇنيا توغرا بولىدۇ

ئابلەت ئابلىكىم
(غۇلجا ناھىيە ئۇچئون خويزۇ يېزا ئوتتۇرا مەكتەپ)

كىچىك چاغلىرىمدا مومامدىن «ياخشىلىق ۋە يامانلىق» ھەققىدىكى مۇنداق بىر چۆچەكنى ئاڭلىغانلىقىم ئېسىمدە. چۆچەكتە ئېيتىلىشىچە، قەدىمكى زامانلاردا مەلۇم شەھەردە بىر تىلەمچى بوۋاي بار بولۇپ، ئۇ شەھەر كوچىلىرىدا تىلەمچىلىك قىلغاچ، «ياخشىلىق قىلساڭمۇ ئۆزۈڭگە، يامانلىق قىلساڭمۇ ئۆزۈڭگە» دېگەن سۆزنى توختىماي تەكرارلايدىكەن. بىر كۈنى ئۇ ئوردا دەرۋازىسى ئالدىغا كېلىپ، بۇ سۆزنى تەكرارلاپتۇ، نەۋكەرلەر ئارقىلىق بۇ سۆز پادىشاھنىڭ قۇلىقىغا يېتىپتۇ. پادىشاھ تىلەمچىنىڭ سۆزىنىڭ راست - يالغانلىقىنى بىلىش مەقسىتىدە، تولىمۇ ئوخشىغان توقاچنىڭ يۈزىگە زەھەر سۈركەپ، تىلەمچىگە ئاچىقىپ بېرىشنى بۇيرۇپتۇ. تىلەمچى بوۋاي نەۋكەرلەر ئېلىپ چىققان توقاچنى خۇرجۇنىغا ساپتۇ - دە، يولىغا راۋان بوپتۇ.

ئەتىسى بوۋاي باشقا شەھەرگە يول ئاپتۇ. يولدا ئۇنىڭغا ھېرىپ ھالىدىن كەتكەن بىر توپ كىشىلەر ئۇچراپتۇ. بۇلار شاھزادە ۋە ئۇنىڭ قوغدىغۇچىلىرى بولۇپ، ئۇلار شىكارغا چىقىپ، يولدا ئېزىپ قېلىپ ئوزۇقلۇقى تۈگەپ كەتكەچكە، يەيدىغان نەرسە تاپالماي مۇشۇ ھالغا چۈشۈپ قالغانىكەن. تىلەمچى بوۋاينى كۆرۈپ، ئۇلارنىڭ كۆزلىرى نۇرلىنىپ كېتىپتۇ، ئۇلار بوۋاينىڭ خۇرجۇنىدىكى نانلارنى ئېلىۋاپتۇ. شاھزادىگە ئوخشىغان توقاچ، قالغانلارغا باشقا قاتتىق - قۇرۇق نانلار تەقسىم قىلىنىپتۇ. شاھزادە ناننى يەپ بولالمايلا، ئاغزى - بۇرنىدىن ئوقتەك قان كېتىپ ئۆلۈپتۇ. قوغدىغۇچىلار تىلەمچى بوۋاينى باغلاپ، پۇت - قولىنى يەرگە تەگكۈزمەي، ئوردىغا ئېلىپ بېرىپتۇ.

پادىشاھ شاھزادىنىڭ جەسىتىنى كۆرۈپ قاتتىق قايغۇرۇپتۇ، ئىشنىڭ جەريانىنى بىلگەچكە ئىنتايىن ئازابلىنىپتۇ، تىلەمچى بوۋاينىڭ سۆزلىرىنىڭ ھەقىقەت ئىكەنلىكىگە شەكسىز ئىشىنىپتۇ ۋە تىلەمچى بوۋاينى قويۇۋېتىپتۇ.

گەرچە بۇ بىر چۆچەك بولسىمۇ، ئۇنىڭدىن خەلقىمىزنىڭ ئەقىل - پاراسىتىنى، تۇرمۇش ۋە ھاياتلىقنىڭ ئىنتايىن مۇھىم بىر قانۇنىيىتىنى ھېس قىلغىلى بولىدۇ. ئۇ بولسىمۇ، «ياخشىلىق قىلغان ئادەم ياخشىلىققا ئېرىشىدۇ، يامانلىق ئىنساننىڭ ئۆزىگە يانىدۇ» دېگەندىن ئىبارەت. دۇنيادا بىر - بىرىگە تامامەن ئوخشايدىغان ئىككى يوپۇرماقنى تاپقىلى بولمىغانغا ئوخشاش، بىر - بىرىگە ئوپمۇ - ئوخشاش ئىككى ئىنساننى تاپقىلى بولمايدۇ، دۇنيادا مۇتلەق ياخشى ياكى يامان ئادەم بولمايدۇ. ياخشى ئادەم يامان ئادەمگە ئۆزگىرىپ كېتىشى، يامان دەپ قارالغان ئادەم تەجرىبە - ساۋاقلارنى يەكۈنلەپ ياخشى ئادەم بولۇپ كېتىشى مۇمكىن. ئادەمنىڭ ياخشى ياكى يامان بولۇشى مۇئەييەن ماكان، زامان بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. لېكىن ئىنسانلار قەلب ۋە خاراكتېرنى ئۆلچەم قىلغاندا، ياخشى، يامان دەپ ئىككى خىلغا ئايرىلىدۇ. ياخشى ئادەملەر باشقىلارنىڭ ھۆرمىتى، قوللاپ - قۇۋۋەتلىشى ۋە ئىشەنچىگە نائىل بولسا، يامان ئادەملەر ئاسانلا ئەلنىڭ نەزىرىدىن چۈشۈپ قالىدۇ. مانا بۇ ئىنسانىيەتنىڭ نەچچە مىڭ يىللىق تەرەققىيات تارىخىدىن خۇلاسىلانغان ھەقىقەت.

ئىنسانلارنىڭ چوڭ مېڭىسى ئوخشاش بولغاچقا، ئۇلاردىكى پسىخىكىلىق ھالەتلەر ئاساسەن ئوخشاش

بولىدۇ، مەيلى كىم بولۇشىدىن قەتئىينەزەر، دۇنيادا گۈزەللىكتىن ھوزۇرلانمايدىغان، ياخشىلىقتىن تەسىرلەنمەيدىغان، ئەخلاقسىزلىق، چىرىكلىك، پاسىقلىقتىن نەپرەتلەنمەيدىغان ئادەم بولمايدۇ. شۇڭا دۇنيانىڭ نەچچە مىڭ يىللىق مەدەنىيەت تارىخى ماھىيەتتە گۈزەللىك بىلەن رەزىللىكنىڭ توقۇنۇشىدىن باشقا نەرسە ئەمەس.

ئېلىمىزنىڭ نەچچە مىڭ يىللىق مەدەنىيەت تارىخىنى ۋاراقلىساق، گۈزەللىك بىلەن رەزىللىك، ئادالەت بىلەن جاھالەت، ھەققەت بىلەن ناھەقچىلىك، چىرىكلىك بىلەن پاكلىق ئوتتۇرىسىدا كۈرەشنىڭ ئىزچىل داۋام ئېتىپ كەلگەنلىكىنى بايقايمىز. ئېلىمىز ئىككى مىڭ يىلغا يېقىن فېئوداللىق تۈزۈمنى بېشىدىن كەچۈرگەن، بۇ جەرياندا جۇڭخۇا ئېلىدىكى ھەر مىللەت خەلقى ئېغىر قىسمەتلەرنى بېشىدىن ئۆتكۈزگەن، بىر قىسىم پادىشاھلار، مۇستەبىت ھۆكۈمرانلار چىرىكلىشىپ، ئەيشى - ئىشرەتكە بېرىلىپ، خەلقنىڭ ئاھ - زارىغا قۇلاق سالمىغان، زۇلۇم، چىرىكلىك چېكىگە يەتكەندە، خەلق ئۇلارغا قارشى كۈرەشكە ئاتلانغان. شۇڭا بىز ئاشۇ قاباھەتلىك زامانلاردا زۇلۇم ۋە زۇلۇمغا قارشى كۈرەشنىڭ ئۈزۈلمەي داۋاملىشىپ كەلگەنلىكىنى بايقايمىز. شۇنى ئېتىراپ قىلماي بولمايدۇكى، ئاشۇ جاھالەتلىك دەۋرلەردىمۇ ئادىللىقى، پاك - دىيانەتلىكلىكى بىلەن خەلقنىڭ ھۆرمىتىگە ئېرىشكەن چيەنلۇڭ ۋە كاڭشىلاردەك پادىشاھلارمۇ بولغان، گەرچە بۇ ئىككى پادىشاھتا دەۋر چەكلىمىلىكى بولسىمۇ، لېكىن ئۇلار خەلقپەرۋەرلىكى، چىرىكلىككە مۇرەسسەسىز قارشى تۇرۇشتەك دەۋردىن ھالقىغان ئېسىل روھى بىلەن خەلقنىڭ ئېتىراپ قىلىشىغا ئېرىشكەن. شۇڭا ئۇلارنىڭ ئىش - پائالىيەتلىرى ئېغىزدىن - ئېغىزغا تارقىلىپ، بۈگۈنكى دەۋردىمۇ بىزگە ئۈلگىلىك تەسىرىنى كۆرسىتىپ كەلمەكتە.

جۇڭخۇا خەلق جۇمھۇرىيىتى قۇرۇلغاندىن تارتىپ، تا ھازىرغىچە پارتىيەمىز ئىزچىل تۈردە چىرىكلىككە، پارىخورلۇققا قاتتىق قارشى تۇرۇپ كەلدى، ھەر دەرىجىلىك پارتىيە ئەزالىرىدىن ئاددىي - ساددا، پاك - دىيانەتلىك ياشاشنى، خەلقنىڭ مەنپەئەتىنى مۇھىم ئورۇنغا قويۇشنى، ھەربىر ئىشتا ئۈلگە ۋە باشلامچى بولۇشنى تەلەپ قىلدى. بۇ جەرياندا جاۋ يۈلۇ، كۇڭ فەنسىندەك ئىلغار پارتىيە ئەزالىرى بارلىققا كېلىپ، پارتىيەمىزنىڭ ئەل قەلبىدىكى ئوبرازىنى تېخىمۇ نۇرلۇق قىلدى. لېكىن خەلقىمىزنىڭ قان - قېنىغا سىڭىپ كەتكەن فېئوداللىق ئەخلاق قاراشلىرى، مەنپەئەتدارلىق ئەخلاقى، ساۋاتسىزلىق، نادانلىق، قالاقلىق، مەنىۋى زەئىپلىك، ناتوغرا ئىدىيە قاتارلىق ئامىللار سەۋەبىدىن بىر تۈركۈم كىشىلەر يەنىلا چىرىكلىشىش يولىغا قاراپ ماڭدى، بولۇپمۇ رەھبەرىي كادىرلار ۋە پارتىيە ئەزالىرىنىڭ چىرىكلىشىشى خەلقنىڭ كۈچلۈك غەزەپ - نەپرىتىنى قوزغاپ، پارتىيەمىزنىڭ ئەل قەلبىدىكى ئوبرازىغا نۇقسان يەتكۈزدى. پارتىيەمىز پارتىيە ئىستىلى قۇرۇلۇشى، پاكلىق قۇرۇلۇشىنى ئىزچىل چىڭ تۇتۇپ كەلگەن بولسىمۇ، لېكىن چىرىكلىك يەنىلا ئوخشاش بولمىغان شەكىللەردە مەۋجۇت بولۇپ تۇرىۋەردى. تارىخ جۇڭگودىن ئىبارەت بۇ قەدىمىي، مەدەنىيەتلىك، بىر مىليارد 300 مىليوندىن ئارتۇق ئاھالىگە ئىگە دۆلەتتە، چىرىكلىك مەسىلىسىنىڭ ئادەتتىكى مەسىلە ئەمەسلىكىنى بەلكى دۆلەتنىڭ تەقدىرىگە مۇناسىۋەتلىك مۇھىم مەسىلە ئىكەنلىكىنى يەنە بىر قېتىم سەممىمىزگە سالدى. مۇشۇنداق تارىخىي شارائىتتا شى جىنپىڭ باش شۇجى باشچىلىقىدىكى پارتىيە مەركىزىي كومىتېتى پارتىيە قۇرۇلۇشىنىڭ مۇھىم نۇقتىسىنى چىرىكلىككە قارشى تۇرۇشقا، پارتىيە ئىستىلى قۇرۇلۇشىغا قاراتتى. تالاي چىرىك ئەمەلدارلار قانۇننىڭ جازاسىغا ئۇچرىدى، ئەمەلىيەت جۇڭگو كوممۇنىستىك پارتىيەسىنىڭ خەلقنىڭ پارتىيەسى ئىكەنلىكىنى، دانا پارتىيە ئىكەنلىكىنى يەنە بىر قېتىم ئىسپاتلىدى ...

بىر پىروفېسسور تەتقىقات ماقالىسى يېزىۋاتسا،

www.uyghurkitap.com

قا ياققا قاراش؛ (3) قارشى تەرەپ ئىككى قولىنى تەڭلىسە، بىر قولىنى چىقىرىپلا كۆرۈشۈپ قويۇش؛ (4) توي - مەرىكىلەردە، ھەتتا بەزىلەر ساغلاملىقى يار بەرسىمۇ ئورنىدىن تۇرۇپ كۆرۈشمەسلىك؛ (5) قارىمۇقارشى ھالەتتە ئۆتۈپ كېتىۋېتىپ سالاملاشقاندا، ئوڭ قولىنى كۆكرىكىگە قويماي بېشىنى لىڭشىتىپلا بولدى قىلىش؛ (6) يېشى كىچىكلەر يېشى چوڭلارغا ئاۋۋال سالام بەرمەسلىك؛ (7) سالاملاشقاندا قىزغىن، خۇش چىراي بولماسلىق؛ (8) ئۆلۈم - يېتىم، نەزىر - چىراغلاردا كۆرۈشكەندە، ھازىدارغا ھېسداشلىق تۇيغۇسىدا بولماسلىق قاتارلىقلار.

2. ساغلام بولغان سالاملىشىش ئۆرپ - ئادەتلىرىمىز: ئاساسەن (1) توي - تۆكۈن، نەزىر - چىراغ قاتارلىق ئاممىۋى سورۇنلاردا، ھۆرمەت نەزىرى بىلەن ئورنىدىن تۇرۇپ ئىككى قول بىلەن كۆرۈشۈش كېرەك؛ (2) كۆرۈشكەندە دوستانە قىياپەتتە بولۇش، خۇش تەبەسسۇم بىلەن كۆرۈشۈش، خۇشياقمىغاندەك ھالەتتە بولماسلىق كېرەك؛ (3) كۆرۈشكەندە قارشى تەرەپنىڭ قولىنى چىڭ تۇتۇش، ئەمما قاتتىق سىقىۋالماسلىق، ھەمدە ئۇزۇنغىچە قويۇۋەتمەي تۇرۇۋالماسلىق كېرەك؛ (4) ساۋاقداشلار، خىزمەتداشلار، تەڭتۇش دوستلار بىر قول بىلەنلا كۆرۈشسىمۇ بولىدۇ، ئەمما كىچىكلەر ئۆزىدىن چوڭلار بىلەن كۆرۈشكەندە چوقۇم ئىككى قول بىلەن كۆرۈشۈش كېرەك؛ (5) يېشى كىچىكلەر يېشى چوڭلارغا ئاۋۋال سالام بېرىش ياكى ئاۋۋال قول سۇنۇشى كېرەك؛ (6) قارىمۇقارشى ھالەتتە ئالدىراش ئۆتۈپ كېتىۋېتىپ قول ئېلىشىپ كۆرۈشۈشكە قولايسىز بولغان ئەھۋالدا، ئوڭ قولىنى كۆكرىكىگە قويۇپ يېنىك ئېگىلىپ «ئەسسالامۇ ئەلەيكۇم»، قارشى تەرەپ «ۋەئەلەيكۇم ئەسسالام» دەپ سالاملىشىش كېرەك؛ (7) توي - تۆكۈن، نەزىر - چىراغلاردا قولىنى يۇيمىغانلار قولىنى

يۇيۇپ بولغانلار بىلەن قول ئېلىشىپ كۆرۈشمەي، «ئەسسالامۇ ئەلەيكۇم» دەپلا سالام بېرىپ كۆرۈشۈش كېرەك؛ (8) ئاممىۋى سورۇنلاردا باشقىلار ئورۇن ئېلىپ ئولتۇرۇپ بولغان ئەھۋالدا، كېچىكىپ كەلگەنلەر بىر - بىرلەپ كۆرۈشكىلى بارماي، «ئەسسالامۇ ئەلەيكۇم» دەپلا سالاملىشىپ كۆرۈشۈش كېرەك؛ (9) ئادەتتە كۆرۈشكەندە، سالاملاشقاندا قىزغىن، خۇش چىراي بولۇش كېرەك؛ (10) ئۆلۈم - يېتىم، نەزىر - چىراغلاردا كۆرۈشكەندە، ھازىدارغا ھېسداشلىق تۇيغۇسىدا بولۇش، كۈلكە چىراي قىياپەتتە بولماسلىق كېرەك.

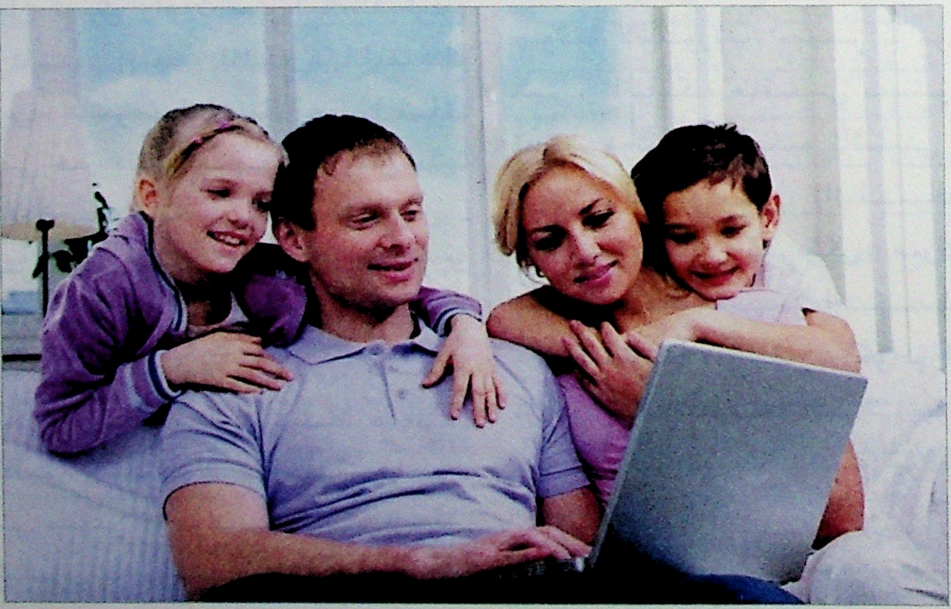
زامان تەرەققىياتىغا ئەگىشىپ ئۆرپ - ئادەتلىرىمىزدە قىسمەن ئۆزگىرىشلەر بولۇۋاتقان بولسىمۇ، بىراق ھۆرمەت نەزىرىمىز بىلەن قىزغىن سالاملىشىپ دوستلۇقىمىزنى كۈچەيتىدىغان ئەنئەنىۋى ئادىتىمىزنى ئۇنتۇپ قالماسلىقىمىز، ئۆزگەرتىۋەتمەسلىكىمىز، يوقاتماسلىقىمىز، ئەكسىچە ئۇنى تېخىمۇ جۇلالاندۇرۇشىمىز كېرەك. شۇنداق قىلالىساق، كىشىلەر ئوتتۇرىسىدىكى مېھىر - مۇھەببەت، دوستلۇق كۈچىيىدۇ، سەمىمىيلىك، ئىناقلىق ۋە ۋاپادارلىق بارلىققا كېلىدۇ، جەمئىيەت تېخىمۇ ئىناق بولىدۇ.

مۇھەررىر: مەھفۇزە ئەخمەت

ئائىلە مۇقەددەستۇر

مەنسۇرجان تۇرسۇن
(ئاقسۇ ۋىلايەتلىك 2 ـ ئوتتۇرا مەكتەپ)

ھەممىمىزگە مەلۇمكى، ئائىلە جەمئىيەتنىڭ ئەڭ كىچىك ھۈجەيرىسى، مېھىر ـ مۇھەببەت ۋە خاتىرجەملىكنىڭ بۆشۈكى. ئالىم، يازغۇچىلىرىمىز ئائىلە ھەققىدە: «ئائىلە مىللەتنى تەۋەللۇت قىلىدىغان بۇلاق، ئائىلە جەمئىيەتنى كەلگۈسىگە ئېلىپ ئۇچىدىغان بۈركۈت قانىتى، ئائىلىسىز مىللەت ۋە جەمئىيەت مەۋجۇت ئەمەس» دەپ يازغان. ئۇيغۇر خەلق ماقال ـ تەمسىللىرىدە ئائىلىنى مۇقەددەس بىلىش، ئائىلە بىرلىكىنى قوغداشتەك ئېسىل ئەنئەنىدىن چۈشەنچە بېرىلىپ، بۇ ھەقتە چوڭقۇر ئويلىنىپ بېقىشقا دەۋەت قىلىنىدۇ. ئائىلە ئەر ـ ئايال ۋە پەرزەنتلەر مۇناسىۋىتىدىن ھاسىل بولغان ئىجتىمائىي تۇرمۇشنىڭ ئەڭ كىچىك ئورتاق گەۋدىسىدۇر. شۇڭا، ئامېرىكىلىق جەمئىيەتشۇناس بوگس ۋە لوكلار «ئائىلە» ناملىق كىتابىدا مۇنداق دەيدۇ: «ئائىلە — نىكاھ، قانداشلىق، بېقىۋېلىش مۇناسىۋىتى ئارقىلىق قوشۇلغان كىشىلەر گەۋدىسى، بۇنىڭدا ھەربىر ئادەم ئۆزىنىڭ ئائىلىدىكى ئاتا ـ ئانا، ئەر ـ خوتۇن، قېرىنداش دېگەندەك ئىجتىمائىي ئالامەتلىرى بىلەن ئۆزئارا ئالاقىلىشىدۇ، تەسىر كۆرسىتىشىدۇ ۋە رول ئوينايدۇ. شۇ ئارقىلىق بىر ئورتاق مەدەنىيەت يارىتىدۇ». جەمئىيەت نۇقتىسىدىن ئېيتقاندا، ئائىلە جەمئىيەتنى تەشكىل قىلغۇچى ئەڭ مۇھىم بىرلىك، جەمئىيەتنى تىرەپ تۇرغۇچى تايانچ، ئىناق جەمئىيەت قۇرۇشنىڭ ئاساسى، ئۇنىڭ خاتىرجەملىكى مەدەنىيەت تەرەققىياتىنىڭ گەۋدىلىنىشى، چۈنكى ھەرقانداق ئادەم ئائىلىدە ياشايدۇ ياكى ئائىلە بىلەن مۇئەييەن دەرىجىدە مۇناسىۋەت باغلايدۇ، كىشىلىك ھاياتتىكى ھەقىقىي بەخت، ئىللىقلىق ۋە خۇشاللىق ئىناق ئائىلە مۇناسىۋىتىگە سىڭگەن بولىدۇ. خۇددى ئىكېدا دايساكۇنىڭ: «ئىناق ئائىلە بولمىسا، تىنچ جەمئىيەتمۇ بولمايدۇ» دېگىنىدەك، ئائىلىنىڭ تىنچلىقى، پاراۋانلىقى بىۋاستە شۇ ئائىلە مەنسۇپ بولغان رايون،



ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

دۆلەتنىڭ پاراۋانلىقى ۋە تىنچلىقىغا بىۋاسىتە تەسىر كۆرسىتىدۇ، ساغلام ۋە بەختلىك ئائىلىۋى تۇرمۇش پاك سۆيگۈ، گۈزەل تۇرمۇشنى بىخلاندۇرىدۇ، مېھىر - مۇھەببەتنى كۈچەيتىپ، ھاياتقا تېخىمۇ گۈزەللىك بەخش ئېتىدۇ، ئائىلە ئەزالىرىغا مەڭگۈ شادلىق، بەخت ئاتا قىلىدۇ. دېمەك، «ئائىلە» دىن ئىبارەت بۇ مۇقەددەس بىرلىكنىڭ ئىنسانىنىڭ ساپاسى ھەققىدە ئوينايدىغان رولى مۆلچەرلىگۈسىز دەرىجىدە چوڭ، بۈيۈك تاتار ئالىمى رىدائوددىن ئىبنى پەخرىددىننىڭ «نادانلىقنىڭ نىگىزى بىلەن كامالەتنىڭ قانتى ئائىلىدە» دېگەن سۆزىمۇ يۇقىرىقى پىكىرلىرىمىزنىڭ دەلىلى بولالايدۇ.

ئائىلە ئاتا - ئانا بىلەن پەرزەنت رىشتىنى باغلاپ تۇرغۇچى مۇقەددەس ماكان، بۇ مۇقەددەس ماكاننىڭ تاكامۇللىشىشى قىممەت باھالىق ئۆي جاھازلىرى بىلەن ئەمەس، بەلكى ئىناقلىقنى ئەلا بىلىدىغان ئاتىنىڭ چەكسىز ساداقىتى، غەمگۈزار ئانىنىڭ ئاتەشتەك مېھرىبانلىقى، قەدىردان پەرزەنتنىڭ سەممىي ۋاپادارلىقى بىلەن ئۆلچىنىدۇ. ئائىلىنىڭ ھەقىقىي گۈزەللىكى ئىناق - ئىتتىپاق، يېقىملىق ھەم لەززەتلىكلىكىدە، ئۆزئارا كۆيۈنۈش، سۆيۈنۈش، مېھىر - مۇھەببەت ئاتا قىلغانلىقىدا، چاڭقىغان يۈرەككە شەربەت، چارچىغان تەنگە راھەت بېرەلىگەنلىكىدە ئۆز ئىپادىسىنى تاپىدۇ. دېمەك، ئائىلە ھاياتلىقنىڭ ئىللىق قونالغۇسى، خاتىرجەملىك تۇرالغۇسى شۇنداقلا خۇش ھىدىنى ھەر دائىم چېچىپ تۇرغان مېۋىلىك بېغى؛ ئەۋلادلارنىڭ ساغلام، چېچەن ئۆسۈپ يېتىلىشىدىكى مېھرى ئىللىق ئۇۋىسى؛ ئىناق ئەر - خوتۇن بولسا، ئۆزلىرى بىرلىكتە بەرپا قىلغان مېھرى ئىللىق ماكانىنىڭ نۇرلۇق چىرىغى، مەسئۇلىيەتچان پەرۋىشكارى، شۇڭلاشقا كىشىلىك ھاياتتىكى ئەڭ زور شادلىق، كۆڭۈللۈك تۇرمۇش، خاتىرجەملىك تۈيغۇسى مېھىر - مۇھەببەتكە ۋە ئىناقلىققا تولغان ئائىلىۋى تۇرمۇشتىن باشلىنىدۇ. شۇڭا، يۈكسەك ۋە گۈزەل ئارزۇ - ئارمانلارنى كۆڭلىگە پۈكۈپ، بەختلىك ئائىلىنىڭ ئۇلىنى سالغان ياكى يېڭى ئائىلە قۇرۇش ئالدىدا تۇرۇۋاتقانلار ئائىلىنىڭ مۇقەددەسلىكىنى تولۇق تونۇپ، ھەقىقىي ئىللىقلىقنى سىرتتىن، باشقا سورۇنلاردىن ۋە ئۆزگىلەرنىڭ ۋۇجۇدىدىن ئىزدىمەي، بەلكى ئۆز ئائىلىسىدىن ئىزدىشى، ئائىلە گۈلزارلىقىنى تىرىشىپ قوغدىشى كېرەك، شۇنداقلا ئائىلە ئەزالىرى ھوقۇقتا باراۋەر بولۇپ، ئۆزئارا يار - يۆلەكتە بولۇش، ئىناقلىق، باراۋەرلىك ئاساسىدا بىر - بىرىگە سەممىي مۇئامىلە قىلىش، ئۇششاق - چۈششەك ئائىلە زىددىيىتىدىن ئۆزىنى قاچۇرماي، چىرايلىق سۆز، ئىللىق مۇئامىلە، كۆيۈمچانلىق بىلەن مەسىلىنى ئۆز ۋاقتىدا توغرا ھەل قىلىش، ئائىلە كەيپىياتىنى ياخشىلاش، نىكاھ تۇرمۇشىدا تەمكىن، ئېغىر - بېسىق، سالماق، ئەپچان بولۇش، ئەر - خوتۇن ھە دېسىلا بىر - بىرىنى ئەيىبلەش ياكى ئاغرىنىشنىڭ ئورنىغا بىر - بىرىگە سەۋرچانلىق بىلەن يول قويۇش، ئۆزئارا ئىشىنىش، قوللاش ئارقىلىق مېھرىبانلىقنى نامايەن قىلىش، مەغلۇبىيەتكە ئۇچرىغاندا، بىرەر ئىشتىن ئۈمىدسىزلەنگەندە ياكى ئىچى پۇشۇپ، غەمگە پاتقاندا ئۆزئارا كۆڭۈل سىرى بېرىش، ئۆزئارا چۈشىنىشنى چوڭقۇرلاشتۇرۇپ، مېھىر - مۇھەببەتنى كۈچەيتىش، ئائىلىگە ھەقىقىي مەسئۇل بولۇش كېرەك. ئەر - خوتۇن بىرلىكتە ئائىلىنى قەدىرلىشى، ئائىلىنى گۈللەندۈرۈشى، ئائىلىنىڭ ئۇلىنى تېخىمۇ مۇستەھكەملىشى كېرەككى، ھەرگىزمۇ ئائىلىدىن ئىبارەت بۇ بەختنى دوغا تىكمەسلىك كېرەك. شۇنداق قىلغاندىلا، ئائىلە مەڭگۈ نۇرانىلىككە تولىدۇ، تۇرمۇش ئىللىقلىققا، شاد - خۇراملىققا چۆمىدۇ، مېھىر - مۇھەببەت تېخىمۇ چوڭقۇرلىشىدۇ.

مۇھەررىر: مۇيەسسەر ئابدۇللا

باللارنىڭ قوغۇشۇندىن زەھەرلىنىشى ۋە ئۇنىڭدىن ساقلىنىش تەدبىرى

راھىلە ئابدۇللا
(ئۈرۈمچى شەھەرلىك باللار دوختۇرخانىسى)

قوغۇشۇن تۆۋەن زەھەرلىك ئېغىر مېتال ئېلېمېنت بولۇپ، يېتىلگەن ئادەملەرنىڭ قوغۇشۇندىن زەھەرلىنىشى كۆپ ئۇچرىمايدۇ. بىراق باللارنىڭ قوغۇشۇندىن زەھەرلىنىشى كۆپ ئۇچرايدۇ. ھەرخىل يوللار بىلەن ئادەم بەدىنىگە كىرگەن قوغۇشۇننىڭ بىر قىسمى ھەزىم قىلىش يولى ۋە سۈيدۈك يولى ئارقىلىق بەدەندىن چىقىپ كېتىدۇ. بىراق قوغۇشۇننىڭ ئادەم بەدىنىدە ساقلىنىش ۋاقتى ئۇزۇن، بەدەندىن چىقىپ كېتىش نىسبىتى تۆۋەن بولۇپ، كۆپ قىسمى بەدەندىكى ئاقسىل، ماي، فېرمېنت قاتارلىقلار بىلەن بىرىكىپ، تەدرىجي يىغىلىپ بەدەندىكى بىيوخىمىيەلىك رېئاكسىيەلەرگە تەسىر كۆرسىتىپ، قوغۇشۇندىن زەھەرلىنىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. نۆۋەتتە مۇھىتنىڭ بۇلغىنىشىنىڭ ئېغىرلىشىشىغا ئەگىشىپ، باللارنىڭ قوغۇشۇندىن زەھەرلىنىشى كۆپىيىشكە قاراپ يۈزلەنمەكتە.

1. باللارنىڭ تېنىدىكى قوغۇشۇننىڭ كېلىش مەنبەسى ۋە زەھەرلىنىش ئالامىتى

شاڭخەي شەھىرىدىكى 1~5 ياشقىچە بولغان 2000 نەپەر بالىنىڭ قېنىدىكى قوغۇشۇن مىقدارىنى تەكشۈرۈش نەتىجىسىدىن ئايان بولۇشىچە، قاندىكى قوغۇشۇننىڭ ئوتتۇرىچە مىقدارى 83 لىتىر / مىكروگرام بولۇپ، ئۇنىڭ ئىچىدە 37.8% بالىنىڭ قېنىدىكى قوغۇشۇن مىقدارى زەھەرلەش چېكىدىن ئېشىپ كەتكەن.

نورمال ئەھۋال ئاستىدا، باللار قېنىدىكى قوغۇشۇن مىقدارى تۆۋەن بولغاچقا، قوغۇشۇندىن ئاسان زەھەرلەنمەيدۇ. بىراق بەدەنگە كىرگەن قوغۇشۇن يىغىندىسى مەلۇم چەككە يەتكەندە قوغۇشۇندىن زەھەرلىنىدۇ. نۆۋەتتە، خەلقئارادا ئېتىراپ قىلىنغان ئۆلچەم شۇكى، باللارنىڭ قېنىدىكى قوغۇشۇن مىقدارى 100 لىتىر / مىكروگرامدىن ئېشىپ كەتسىلا زەھەرلىنىش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ.

1) باللار تېنىدىكى قوغۇشۇننىڭ كېلىش مەنـ

ئۇيغۇر كىتاب تورىبكىتى
www.uyghurkitap.com

بەسى. بالىلار تېنىدىكى قوغۇشۇن ئىچكى مەنبەلىك قوغۇشۇن، تاشقى مەنبەلىك قوغۇشۇندىن ئىبارەت ئىككى مەنبەدىن كېلىدۇ. ئىچكى مەنبەلىك قوغۇشۇن ھامىلىدار ئانىنىڭ پىلاستىنتاسى ۋە ئانىنىڭ سۈتى ئارقىلىق بەدەنگە ئۆتكەن قوغۇشۇننى كۆرسىتىدۇ. تاشقى مەنبەلىك قوغۇشۇن بالا تۇغۇلغاندىن كېيىن، تاشقى مۇھىتتىن بىۋاستە بەدەنگە كىرگەن قوغۇشۇننى كۆرسىتىدۇ. سانائەتنىڭ تەرەققىي قىلىشىغا ئەگىشىپ، مۇھىتنىڭ قوغۇشۇندىن بۇلغىنىشىنىڭ ئېغىرلىشىشى، كان ئېچىش، باتارېيە ياساش، مەتبەئەچىلىك قاتارلىقلار تاشقى مۇھىتقا بەلگىلىك مىقداردا قوغۇشۇن قويۇپ بېرىدۇ، قوغۇشۇنلۇق ماي ئىشلەتكەن ماشىنىلار مۇھىتقا بىۋاستە قوغۇشۇن قويۇپ بېرىدۇ. ئويۇنچۇق، قەلەم، سىياھ قاتارلىقلار تەركىبىدە مۇئەييەن مىقداردا قوغۇشۇن بولىدۇ. ئۇندىن باشقا ھاكتا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، پىلتە قۇيماق، تولغۇما قۇيماق، ئاتتۇرۇلغان كۆممىقوناق، يېمەكلىك خۇرۇچلىرى تەركىبىدىمۇ مۇئەييەن مىقداردا قوغۇشۇن بولىدۇ.

2) قوغۇشۇندىن زەھەرلەنگەندە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر. بەدەنگە كىرگەن قوغۇشۇن بەدەندە يىغىلىپ مۇئەييەن مىقدارغا يەتكەندە ۋە بەلگىلىك ۋاقىت ئۆتكەندىن كېيىن چوڭ مېڭە زىيانغا ئۇچراپ ئۆسۈپ يېتىلىشى چەكلىمىگە ئۇچراش، كۆپ مىدىرلاش، ئىنكاس قايتۇرۇش ئىقتىدارى ئاجىزلاش، دىۋەڭلىك قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. يېتىلگەن ئادەملەردە كەم قانلىق، سۆڭەك شالاڭلىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ھامىلىدار ئاياللاردا ھامىلىنىڭ غەيرىي شەكىلگە ئۆزگىرىپ قېلىشى، كەمتۇكلۈك، ھامىلىنىڭ ئۆسۈشى چەكلىمىگە ئۇچراش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

3) قوغۇشۇن بالىلارنىڭ يوشۇرۇن قاتىلى. ئومۇملاشتۇرۇپ ئېيتقاندا، قوغۇشۇندىن بۇلغانغان مۇھىت شارائىتىدا تۇرمۇش كەچۈرگەن بالىلارنىڭ قېنىدىكى قوغۇشۇن مىقدارى 100 لىتىر/ مىكروگرامدىن ئاشقاندا، قوغۇشۇندىن زەھەرلىنىدۇ، دەپ قارالماقتا. بىراق، بۇ چاغدا زەھەرلىنىش ئالامەتلىرى ئېنىق ئىپادىلەنمەيدۇ. كىشىلەر بۇ خىل يېنىك زەھەرلىنىشنى ئاساسەن سېزىۋالالمايدۇ. ئەمەلىي كۆزىتىش نەتىجىسىگە قارىغاندا، بالىلارنىڭ قېنىدىكى قوغۇشۇن مىقدارى 450 لىتىر/ مىكروگرامغا يەتكەندە ئاندىن قوغۇشۇندىن زەھەرلىنىشنىڭ ئالامەتلىرى روشەن ئىپادىلىنىدۇ. بۇ چاغدا قوغۇشۇننىڭ زەھەرلەش رولىنى چەكلەش ۋە داۋالاش پۇرسىتى ئاللىقاچان ئۆتۈپ كەتكەن بولىدۇ. شۇڭا كىشىلەر «قوغۇشۇن بالىلارنىڭ يوشۇرۇن قاتىلى» دېيىشىدۇ.

2. بالىلارنىڭ قوغۇشۇندىن ئاسان زەھەرلىنىشىنىڭ ئاساسىي سەۋەبلىرى

1) بالىلارنىڭ نېرۋا سىستېمىسى يېتىلىش باسقۇچىدا تۇرغاچقا، بەدەنگە كىرگەن قوغۇشۇن ئاساسلىقى مېڭە توقۇلمىسىغا يىغىلىپ، نېرۋا ھۈجەيرىلىرىنىڭ فۇنكسىيەسىگە توسقۇنلۇق قىلىدۇ.

2) بالىلارنىڭ بويى پاكار بولغاچقا، ھاۋادىكى قوغۇشۇن دانىچىلىرى نەپەسلىنىش يولى ئارقىلىق بەدەنگە كۆپ مىقداردا كىرىدۇ. قوغۇشۇننىڭ ھاۋا قاتلىمىدىكى تارقىلىش مىقدارى تەكشى بولمايدۇ، ئادەتتە يەر يۈزىدىن بىر مېتىردىن تۆۋەن بولغان ھاۋا قاتلىمىدا قوغۇشۇن دانىچىلىرىنىڭ مىقدارى كۆپرەك بولىدۇ. شۇڭا بالىلارنىڭ نەپەسلىنىش يولى ئارقىلىق بەدەنگە كىرىدىغان قوغۇشۇن مىقدارى يېتىلگەن ئادەملەرنىڭكىدىن نەچچە ھەسسە كۆپ بولىدۇ.

3) بالىلارنىڭ بەدىنىگە كىرىدىغان قوغۇشۇن مىقدارى ئۇلارنىڭ تۇرمۇش ئادىتى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. بالىلار كۆپ چاغلاردا قەلەم، چوكا ۋە قولىنى ئېغىزىغا سېلىپ ئويناشنى، ھەرخىل ئويۇنچۇقلارنى ئويناشنى ياخشى كۆرىدۇ. ئۇنىڭ ئۈستىگە ۋاقتىدا قولىنى يۇيمايدۇ. بۇ خىل ئادەتلەر قوغۇشۇننىڭ بالىلارنىڭ تېنىگە كىرىش پۇرسىتىنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ. بالىلار ئىشلىتىدىغان قېرىنداش، بو-

ياق، كىتاب، ژۇرنال، ھەرخىل ئويۇنچۇقلاردا بەلگىلىك مىقداردا قوغۇشۇن بولىدۇ. ھەرخىل رەڭلىك بوياقلار رەڭدار، كۆركەم بولسىمۇ، ئۇلارنىڭ كەينىدە «يوشۇرۇن قاتىل» بولىدۇ. بۇ خىل بوياقلارنىڭ ھەممىسىگە دېگۈدەك قوغۇشۇن، خىروم، كادمىي، قەلەي، نىكىل، كىرېمنىي، ئارسېن، سىماب، بارى قاتارلىق مېتاللار قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

4) قوغۇشۇننىڭ بالىلارنىڭ تېنىگە سۈمۈرۈلۈشى تېز، بەدەندىن چىقىشى ئاستا بولىدۇ. ئوخشاشمىغان ياشتىكى ئادەملەرنىڭ تېنىدىكى قوغۇشۇننىڭ گەندە، سۈيدۈك ئارقىلىق بەدەندىن چىقىش مىقدارىنىڭ پەرقى چوڭ بولىدۇ. ئۆلچەش نەتىجىسىگە قارىغاندا، قوغۇشۇننىڭ گەندە، سۈيدۈك ئارقىلىق چىقىش نىسبىتى بالىلاردا 70%، يېتىلگەن ئادەملەردە 99% بولىدىكەن. بالىلار يېگەن غىزانىڭ ھەزىم قىلىش يولىدىن ئۆتۈش سۈرئىتى يېتىلگەن ئادەملەرنىڭكىدىن تېز بولغاچقا، قوغۇشۇننىڭ سۈمۈرۈلۈشىمۇ تېز بولىدۇ.

5) بالىلار تېنىگە كىرگەن قوغۇشۇن قوغۇشۇن تەركىبلىك يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىش بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. نورمال ئەھۋالدا، ئادەتتىكى يېمەك-ئىچمەكلەر تەركىبىدە قوغۇشۇن مىقدارى كۆپ بولمايدۇ. بىراق بالىلار پىلتە قۇيماق، تولغۇما قۇيماق، راك ياپراقچىسى، بەرەڭگە ياپراقچىسى، ئاتتۇرۇلغان كۆممىقوناق، كۆپتۈرۈش پاراشوكى (泡打粉) ئىشلىتىپ تەييارلانغان بولكا، پېچىنە، تورت قاتارلىقلارنى ياقتۇرۇپ يەيدۇ. بۇ خىل يېمەكلىكلەر تەركىبىدە قوغۇشۇن مىقدارى يۇقىرى بولىدۇ. ئاپتونوم رايونىمىزدا 2016-يىللىق 1-قاراردىكى دۆلەت يېمەك-ئىچمەك بىخەتەرلىكىنى نازارەت قىلىپ تەكشۈرۈشتە، بىر تۈركۈمدىكى خورۇچتا قوغۇشۇن مىقدارى ئۆلچەمدىن ئېشىپ كەتكەنلىكى ئاشكارىلانغان. مەملىكىتىمىزنىڭ يېمەكلىك بىخەتەرلىكىنى تەكشۈرۈش نەتىجىسىدىن ئايان بولۇشىچە، مەملىكىتىمىز ئاھالىلىرىنىڭ يېمەكلىك خورۇچلىرى بىلەن قوبۇل قىلىنىدىغان قوغۇشۇن مىقدارى كۈنىگە ھەر كىلوگرام تەن ئېغىرلىقى ھېسابىدا 1.25 مىللىگرام، ھەپتىسىگە 8.75 مىللىگرام بولۇپ، خەلقئارا ئۆلچەمدىن كۆپ ئېشىپ كەتكەن. ب د ت ئاشلىق تەشكىلاتى، دۇنيا سەھىيە تەشكىلاتى يېمەكلىك خورۇچلىرى بىرلەشمە مۇتەخەسسىسلەر كومىتېتى كىشىلەرنىڭ ھەپتىسىگە قوغۇشۇنغا بەرداشلىق بېرىش مىقدارى 2 مىللىگرام دەپ بەلگىلىگەن. دېمەك، بۇنىڭدىن مەملىكىتىمىز ئاھالىلىرىنىڭ يېمەكلىك خورۇچلىرى ئارقىلىق قوبۇل قىلىدىغان قوغۇشۇن مىقدارىنىڭ خەلقئارا ئۆلچەمدىن كۆرۈنەرلىك ئېشىپ كەتكەنلىكىنى كۆرۈۋېلىشقا بولىدۇ.

3. قوغۇشۇندىن زەھەرلىنىشتىن ساقلىنىش تەدبىرى

ئومۇملاشتۇرۇپ ئېيتقاندا، بالىلارنىڭ قوغۇشۇندىن زەھەرلىنىشتىن ساقلىنىشنىڭ تەدبىرىنى مۇھىتنىڭ بۇلغىنىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش، ساغلاملىق تەربىيەسى ئېلىپ بېرىش ۋە كلىنىكىلىق داۋالاشتىن ئىبارەت ئۈچ نۇقتىغا يىغىنچاقلاشقا بولىدۇ. ئۇنىڭ ئىچىدە مۇھىتنىڭ بۇلغىنىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئاساسىي ۋاستە، ساغلاملىق تەربىيەسى ئېلىپ بېرىش ئاساسىي ئۇسۇل، كلىنىكىلىق داۋالاش ئاساسىي ھالقىدىن ئىبارەت. بالىلارنىڭ قوغۇشۇندىن زەھەرلىنىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىپ، ساغلام ئۆسۈپ يېتىلىشىگە كاپالەتلىك قىلىش ئۈچۈن تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللىنىش كېرەك.

1) قوغۇشۇن كانلىرىنى ئېچىش، قوغۇشۇن تاۋلاش، قوغۇشۇن تەركىبلىك مەھسۇلاتلارنى ئىشلەپچىقىرىش جەريانىدا مۇھىتنىڭ بۇلغىنىشىنى ئەڭ تۆۋەن چەككە چۈشۈرۈش، كېرەكسىز، كونا، قوغۇشۇن كىسلاتالىق ئاككۇمۇلياتورنىڭ مۇھىتنى بۇلغىنىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە ئۇنى يىغىۋېلىپ قايتا پايدىلىنىشقا ئەھمىيەت بېرىش كېرەك.

2) بالىلاردا ياخشى تۇرمۇش ئادىتىنى يېتىلدۈرۈپ، تىرناقلىرىنى ۋاقتى-قەرەلىدە ئېلىش، كىيىم-كېچەكلىرىنى ۋاقتى-قەرەلىدە ئالماشتۇ-

www.uyghurkitap.com

رۇش، تاماقتىن بۇرۇن قول يۇيۇپ، قول ۋە قەلەملەرنى ئېغىزىغا سېلىپ ئويناش، غەيرىي نەرسىلەرنى يېيىش قاتارلىق ناچار ئادەتلىرىنى چەكلەش كېرەك.

3) باللار ئىشلىتىدىغان قەلەم، بوياق، ئۆچۈرگۈچ ۋە ئويۇنچۇقلارنى سېتىۋالغاندا بىخەتەرلىك ئۆلچىمىگە دىققەت قىلىش كېرەك.

4) ئۆينىڭ ھاۋاسىنى پات - پات ئالماشتۇرۇپ تۇرۇش، باللارنى سانائەت رايونى، غول قاتناش لىنىيەلىرىگە يېقىن جايلاردا ئايرىم ئويناتماسلىق كېرەك.

5) قوغۇشۇن تەركىبلىك قاچىلاردا يېمەكلىكلەرنى ساقلىماسلىق، باللارغا ھاكتا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، ئاتتۇرۇلغان كۆممىقوناق، پىلتە قۇيماق، تولغۇما قۇيماق، راك ياپراقچىسى قاتارلىق مايدا پىشۇرۇلغان يېمەكلىك، كۆپتۇرۇش پاراشوكى قوشۇپ پىشىقلانغان يېمەكلىكلەرنى ئاز بېرىش، يېڭى كۆكتات، يېرىك ئاشلىقتىن ئىشلەنگەن يېمەكلىكلەرنى كۆپرەك بېرىش كېرەك.

6) سۇ تۇرۇبىلىرىنىڭ يۇزىگە قوغۇشۇن، قەلەي بىرىكمە مېتالى يالىتىلغان بولغاچقا، سۇ تۇرۇبىسىدا بىر كېچە تۇرۇپ قالغان سۇ بىلەن باللارغا سۈت پاراشوكى تەڭشەپ بەرمەسلىك، تاماق ئېتىشكە ئىشلەتمەسلىك، سۈتنى مىكرو دولقۇنلۇق دۇخوپكىدا ئىسسىتماسلىق كېرەك.

7) باللارنىڭ ساغلاملىقىنى قەرەللىك تەكشۈرۈپ، بالدۇر بايقاپ، بالدۇر داۋالىتىش كېرەك. ئاياللار ھامىلدار بولۇش ئالدىدا بىر قېتىم قاندىكى قوغۇشۇن مىقدارىنى ئۆلچىتىش كېرەك. ئەگەر قاندىكى قوغۇشۇن مىقدارى ئۆلچەمدىن ئېشىپ كەتكەن بولسا، ئالدى بىلەن داۋالىنىپ ئاندىن ھامىلدار بولسا بولىدۇ. ھامىلدارلىقنىڭ ئۈچىنچى ئېيىدا يەنە بىر قېتىم تەكشۈرتۈش كېرەك. ناۋادا قاندىكى قوغۇشۇن مىقدارى ئۆلچەمدىن يۇقىرى بولسا، ئەڭ ياخشىسى ھامىلدارلىقنى ئاخىرلاشتۇرۇش كېرەك. ھەر يىلى 12 - سېنتەبىر دۆلىتىمىزنىڭ «مېيىپ تۇغۇلۇشنىڭ ئالدىنى ئېلىش كۈنى». ئىستاتىستىكىلىق مەلۇماتتىن ئايان بولۇشىچە، دۆلىتىمىز تۇغما مېيىپ باللار كۆپ تۇغۇلىدىغان دۆلەتلەرنىڭ بىرى، تەخمىنەن ھەر يىلى 800 مىڭدىن 1 مىليون 200 مىڭغىچە مېيىپ بوۋاق تۇغۇلىدۇ، بۇ ھەر 30 سېكۇنتتا بىر مېيىپ بوۋاق تۇغۇلىدۇ دېگەنلىك. بۇ مېيىپ بوۋاقلارنىڭ 30% ى بالدۇر دىياگنوز قويۇش، داۋالاش ئارقىلىق تۇرمۇش كەچۈرۈش پۇرسىتىگە ئېرىشىشتىن سىرت، 30% - 40% بولغان مېيىپ بوۋاقلار تۇغۇلۇپ ئۇزۇن ئۆتمەي چاچراپ كېتىدۇ. تەخمىنەن 40% ى مەڭگۈلۈك مېيىپقا ئايلىنىدۇ. بۇ ھەر يىلى 400 مىڭ ئائىلىنىڭ مەڭگۈلۈك ئازابقا مۇپتىلا بولىدىغانلىقىدىن دېرەك بېرىدۇ. يەكۈن شۇكى، مېيىپ تۇغۇلۇشنىڭ ئالدىنى ئېلىش كېسەللىكنى داۋالاشتىن نەچچە ھەسسە مۇھىم، دۆلىتىمىز مېيىپ تۇغۇلغان باللارنى داۋالاش ئۈچۈنلا يىلىغا نەچچە ئون مىليون يۈەن سەرپ قىلىدۇ. شۇڭا، ھامىلدار ئاياللار ھامىلدارلىق ۋاقتىتىكى تەكشۈرۈشلەرنى تولۇق ئېلىپ بېرىشى كېرەك.

مۇھەررىر: مۇيەسسەر ئابدۇللا

باشقىلارغا تەسىر كۆرستەلەيدىغان ئوقۇتقۇچىلاردىن بولايلى

ئابدۇۋايىت ياقۇپ
(مارالبېشى ناھىيەلىك 3 - ئوتتۇرا مەكتەپ)
تۇرسۇنگۈل مەخسۇم
(مارالبېشى ناھىيە دۆلەتباغ يېزا ئوغلاقچى باشلانغۇچ مەكتەپ)

(بېشى ئالدىنقى ساندا)

1. ئوقۇتقۇچىنىڭ ئوقۇغۇچىلارغا تەسىرى

ئوقۇغۇچىنىڭ ئۆسۈپ يېتىلىش جەريانى نوقۇل ھالدىكى بىلىمنى كۆپەيتىپ، ئەقلىي قابىلىيىتىنى تەرەققىي قىلدۇرىدىغان، تەن ساپاسىنى يۇقىرى كۆتۈرىدىغان جەريان بولماستىن، بەلكى كىشىلىك قەدىر - قىممىتىنى شەكىللەندۈرىدىغان ۋە تەرەققىي قىلدۇرىدىغان جەريان. بۈگۈنكى دۇنيادا ئۇچۇر تېخنىكىسى ۋە ماددىي ئىشلەپچىقىرىشنىڭ تېز تەرەققىي قىلىشىغا ئەگىشىپ، جەمئىيەتنىڭ ئادەملەرنىڭ ساپاسىغا قويغان تەلىپى ئىنتايىن يۇقىرى بولۇپ كەتتى. بىزنىڭ ئوقۇغۇچىلىرىمىز بىز ياشاۋاتقان جەمئىيەتنىڭ بىر ئەزاسى بولۇش سۈپىتى بىلەن، ئالدى بىلەن ئۇ ئىقتىسادىي ۋە سىياسىي تۈزۈلمە ئىسلاھاتى ئېلىپ كەلگەن غايەت زور خىرىسقا دادىل يۈزلىنەلىشى كېرەك.

بالىلار تۇغۇلۇپلا ئاتا - ئانىسىنىڭ، ئەقلىگە كېلىپلا ئوقۇتقۇچىنىڭ تەربىيەسىدە بولىدۇ. شۇڭلاشقا ئۇلاردا ئاتا - ئانىدىن قالسىلا، ئوقۇتقۇچىنىڭ تەسىرى ئەڭ كۈچلۈك بولىدۇ. «ئاتا - ئانىسى باشقۇرالمىغان بالىنى ئوقۇتقۇچى باشقۇرالايدۇ» غانلىقى بۇنىڭ تىپىك مىسالى. ئوقۇتقۇچىنىڭ ھەربىر سۆز - ھەرىكىتى ۋە كونكرېت ئىش - پائالىيەتلىرى ئوقۇغۇچىلارنىڭ ئىستىخىيەلىك ھالدىكى دوراش ئوبيېكتى بولىدۇ. ئەر ئوقۇتقۇچىنىڭ تاماكا چېكىشى، ھاراق ئىچىپ ئۆزىنى باشقۇرالماي قالغاندا قىلغان بەتقىلىق ھەرىكەتلىرى، ئايال ئوقۇتقۇچىنىڭ چاچ پاسونى، گىرىمى، ياسىنىشى، كىيىنىشى ۋە يۈرۈش - تۇرۇشى، تاقىۋالغان زىبۇ - زىننەتلىرى قاتارلىقلارنىڭ تەسىرى ئۇلارنىڭ ئېسىل ئەخلاقىي - پەزىلەتلىرىنىڭ تەسىرىدىن كۈچلۈك بولىدۇ. شۇنداق بولغىنى ئۈچۈن، ئوقۇتقۇچى بولغان ئادەم تۈرلۈك شەكىلدىكى پائالىيەتلەردە سۆز - ھەرىكىتى ۋە يۈرۈش - تۇرۇشىغا ئالاھىدە دىققەت قىلىپ، ئۆزىنىڭ ياخشى بولغان ئېسىل ئەخلاقىي - پەزىلىتى ئارقىلىق ئوقۇغۇچىلارغا ئىجابىي تەسىر كۆرسىتىشى، ئۆزىنىڭ كونكرېت ئەمەلىي پائالىيەتلىرى ئارقىلىق ئوقۇغۇچىلار قەلبىنى ئىللىتىشى لازىم.

بىر قېتىملىق تاسادىپىي پۇرسەتتە، ئۆزۈم ئون نەچچە يىل بۇرۇن ئوقۇتقۇچىلىق قىلغان يېزىغا بېرىپ قالدىم. كوچىدا كېتىپ باراتتىم، تۇيۇقسىز ئاڭلانغان ”ئەسسالامۇ ئەلەيكۇم، مۇئەللىم“ دېگەن يېقىملىق ئاۋاز دىققىتىمنى تارتتى. قارىسام رەتلىك، چىرايلىق كىيىنىپ، چاچلىرىنى ھازىرقى زامان ياشلىرىغا خاس چىرايلىق قىلىپ تارىۋالغان بىر ياش بالا ئىككى قولىنى ماڭا ئەدەپ بىلەن سۇنۇپ تۇرۇپتۇ. ”ۋەئەلەيكۇم ئەسسالام“ دەپ ئۇنىڭ قوللىرىنى تۇتتۇم.

— مۇئەللىم سىزنى كۆرمىگىلى بەك ئۇزاق بولۇپ كېتىپتۇ، بۈگۈن كۆرۈشۈپ بەك خۇش بولدۇم. مەندەك ئەدەپسىز ۋە بۇزغۇنچى ئوقۇغۇچىڭىزنىمۇ سېغىنىپ قالغانسىز؟ يۈرۈڭ تاماق يەيلى، مەن سىزنى مېھمان قىلىۋالاي. بۇنداق پۇرسەتنىڭ كەلمىگىنى تەس ماڭا، — ئۇ ئۇنىمىغىنىمغا قويماي قولۇمدىن

ئۇيغۇر كىتاب تورىبېكىتى
www.uyghurkitap.com

سۆرىگىنىچە مۇشۇ يېزىدىكى ئەڭ چوڭ بىر ئاشخانىنىڭ ئايرىمخانىسىغا باشلاپ كىردى.

— مۇئەللىم مېنى تونۇدىڭىزمۇ؟ — دېدى ئۇ ماڭا چاي قۇيغاچ.

— سىز چوقۇم مېنىڭ ئوقۇغۇچۇم، — دېدىم ئۇنىڭغا. چۈنكى ئۇنىڭ بايا قىلغان ”مەندەك ئەدەپسىز ۋە بۇزغۇنچى ئوقۇغۇچىڭىزنىمۇ سېغىنىپ قالغانسىز؟“ دېگەن سۆزى تېخىچە قۇلىقىمدا ئىدى.

— مېنى ئەسلىيەلمىگىنىڭىزنى كۆڭلۈمگە ئالمايمەن — دېدى ئۇ گېپىنى داۋاملاشتۇرۇپ، — ئارىدىن خېلى يىللار ئۆتۈپ كەتتى ئەمەسمۇ؟ ۋاقىت سىزگە ئانچە چوڭ ئۆزگىرىشلەرنى ئېلىپ كەلمىگەنى بىلەن، بىزلەرنى كۆپ ئۆزگەرتىۋەتتى. لېكىن سىز بۇ يەردە ئوتتۇرا مەكتەپتە ئىشلىگەن مەزگىلدە «ماگېدبۇرگ يېرىم شارلىرى» نى بۇزۇۋەتكەن ئەخمەت بىلەن سەمەتنى چوقۇم ئۇنتۇپ قالمىدىڭىز؟

كۆز ئالدىمغا غىل - پاللا بىر ئىشلار كەلگەندەك بولدى. بۇ يەردە ئىشلىگەن مەزگىلدىكى كۆپ ئىشلارنى ئۇنتۇپ كەتكەن بولساممۇ، لېكىن بىر ئىش بارا - بارا ئېسىمگە كېلىشكە باشلىدى. ئالىي مەكتەپنى ئوقۇشنى تاماملاپ، ھۆكۈمەتنىڭ بىر تۇتاش تەقسىماتىغا ئاساسەن بۇ يېزىدىكى ئوتتۇرا مەكتەپكە خىزمەتكە تەقسىم قىلىنغان ئىدىم. شۇ چاغلاردا مەن دەرس بېرىدىغان بىر سىنىپتا ئەخمەت ۋە سەمەت ئىسىملىك ئىككى نەپەر ئوقۇغۇچى بار بولۇپ، بۇ ئىككىسى ئۆزىنىڭ يېشى ۋە بوي بەستى جەھەتتىن ساۋاقداشلىرىدىن چوڭ بولۇشى، كەپسىزلىكى ۋە زوراۋانلىقى، تېخىمۇ مۇھىمى جەمەتىنىڭ شۇ يېزىدىكى «زوراۋان، ئۇششۇق ۋە كۆكەرمە» لەردىن بولۇشى سەۋەبلىك ساۋاقداشلىرى بىلەن ئىناق بولمايلا قالماي، قىزغىن كەيپىياتتا ئۆتۈلۈۋاتقان دەرسنى بۇزۇۋېتىپ ئوقۇتقۇچىلار بىلەنمۇ دائىم دېگۈدەك ئۇرۇشۇپ تۇراتتى. بۇ ئىككى نەپەر ئوقۇغۇچىنىڭ كاساپىتىدىن شۇ سىنىپتا خاتىرجەم دەرس ئۆتكىلىمۇ بولمايتتى. ئۇلار ئۈچۈن مەكتەپ سىياسىي تەلىم - تەربىيە بۆلۈمى ۋە مەكتەپ مۇدىرى ئىشخانىسى ”قوغۇنلۇق يولى“ ئىدى. بىر قېتىم شۇ سىنىپتا «ئاتموسفېرا بېسىمى» دېگەن دەرسنى ئۆتمەكچى بولۇپ، «ماگېدبۇرگ يېرىم شارلىرى تەجرىبىسى» نى ئىشلىدىم. بۇنىڭدا ئىككى دانە يېرىم شارنى ئادەتتىكى ئەھۋالدا جۈپلەپ قويسا ئاسانلا ئاجرىتىۋەتكىلى بولاتتى، ئەمما جۈپلىۋېلىپ ئىچىدىكى ھاۋانى شۈمۈرۈۋەتكەندە تارتىپ ئاجرىتىش مۇمكىن ئەمەس ئىدى. ئىككى دانە يېرىم شارنىڭ ئىچىدىكى ھاۋانى شۈمۈرۈۋېتىپ، ئىككى نەپەر ئوقۇغۇچىنى تارتقۇزۇپ كۆردۈم، ئۇلار ئاجرىتالمىدى. ئوقۇغۇچىلار ئىككى - ئىككىدىن بولۇپ نۆۋەت بىلەن تارتىشقىلى تۇردى. دەرسخانا كەيپىياتى بىردىنلا بۇزۇلۇپ كەتتى. كونترول قىلىشقا ئامال بولماي باللارنى سىرتقا ئەپچىقىشقا مەجبۇر بولدۇم. بىردەمدىن كېيىن قارىسام بۇ شارنى ھېلىقى ئىككى ئەسكى — ئەخمەت بىلەن سەمەت بار كۈچى بىلەن تارتىشقىلى تۇرۇپتۇ. ئۇلارنىڭ ئىككى تەرىپىگە بىرمۇنچە ئوقۇغۇچىلارمۇ ئېسىلىۋېلىشقان ئىدى. كەيپىيات ئىنتايىن جانلىق ۋە قىزغىن ئىدى. بىردىنلا قىقاس - چۇقان كۆتۈرۈلۈپ كەتتى. بۇ چاغدا شارنىڭ ئىككى تەرىپىگە ئېسىلىۋېلىشقان باللار يۇمشاق توپا ئۈستىگە يىقىلىشقان ئىدى. باللار بۇ ئىككى يېرىم شارنى ئاجرىتىۋەتكەن ئوخشايدۇ دەپ ئالدىراشلا يېقىن بېرىپ قارىسام، جۈپلەنگەن ئىككى دانە يېرىم شار جۈپلەنگەن يېرىدىن ئاجرالمايلا قالماي، بىر تەرىپىنىڭ تۇتقۇچى ئەخمەتنىڭ قولىدا تۇرۇپتۇ. باللارنىڭ بۇ تەجرىبە ئەسۋابىنى بۇزۇۋەتكىنىگە قاتتىق ئاچچىقىم كېلىپ نېمە قىلارىمنى بىلەلمەي تۇرغىنىمدا ئەخمەت بىلەن سەمەت كەيپىياتىمنى چۈشەندى بولغاي، يىقىلغان يېرىدىن دەرھال تۇرۇپ ئالدىمغا يۈگۈرۈپ كېلىشتى.

— مۇئەللىم — دېيىشتى ئۇلار تەڭلا — بۇ تەجرىبە ئەسۋابىنى بىز بۇزۇپ قويدۇق. چوقۇم ئۆز ھالىتى بىلەن ئەسلىگە كەلتۈرۈپ بېرىشكە كاپالەتلىك قىلىمىز.

— قانداق ئەسلىگە كەلتۈرىسىلەر؟ — دېدىم غەزەپ بىلەن.

— مېنىڭ تاغامنىڭ ئايالىنىڭ ئىنىسى ناھىيەلىك مائارىپ ئىدارىسىدا ئىشلەيدۇ — دېدى ئەخمەت

— شۇلار بىلەن ئالاقىلىشىپ يېڭىدىن بىرنى سېتىۋېلىپ تولۇقلاپ بەرسەم بولىدۇ.

— قانچىلىك ۋاقىتتا؟ — دەپ سورىدىم ئىچىمدە ئويلىغان "قارا ماۋۇ شۇمتەكلەرنىڭ گېپىنىڭ يوغانلىقىنى، مەن جېنىمدا مائارىپ ئىدارىسىدىكىلەر بىلەن مۇناسىۋەت ئورنىتالمايۋاتسام" تىلىمنىڭ ئۇچىغا كېلىپ قالغان سۆزنى يۇتۇۋېتىپ.

— ئۈچ كۈن ئىچىدە بولسا بولامدۇ؟ — دېدى ئەخمەت.

— نېمە ئىش بۇ؟ — بوم چىققان بۇ ئاۋازدىن چۆچۈپ ئارقامغا قارىدىم، ئىلمىي مۇدىر ماڭا قاراپ تۇرۇپتۇ — فىزىكا دەرسىنىمۇ مەيداندا ئۆتكەن بارمۇ؟ يۇقىرىنىڭ تەكشۈرۈش گۇرۇپپىسى مەكتىپىمىزگە قاراپ كېلىۋاتقان تۇرسا.

ئۇ گېپىنى تۈگىتىپ ئوقۇغۇچىلارنى سىنىپقا كىرىپ كېتىشكە بۇيرۇۋەتكەندىن كېيىن مېنى ئىشخانىسىغا كىرىشكە بۇيرىدى. ئىشخانىغا كىرگەندىن كېيىن ئۇ ماڭا بىر بۆلۈك تەربىيەلەرنى ئىشلىگەن بولدى.

كۈنلەرنى «ماگېدبۇرگ يېرىم شارلىرى» نى مەكتەپ تەجرىبىخانىسىغا قانداق قايتۇرارمەن دەپ ئەنسىرەش بىلەنلا ئۆتكۈزدۈم. ئارىدىن ئۈچ كۈن ئۆتكەندە ئويلىمىغان يەردىن ھېلىقى ئىككى بۇزغۇنچى يېپيېڭى بىر «ماگېدبۇرگ يېرىم شارلىرى» نى كۆتۈرۈپ ئالدىمدا پەيدا بولدى. ئەمەلىيەتتە مەن بۇنداق بولۇشىنى ئەسلا ئويلىمىغان ئىدىم.

كېيىنكى ۋاقىتلاردا خىزمەت ئېھتىياجى بىلەن ناھىيە مەركىزىگە ئالمىشىپ كەتتىم ...

— كەچۈرۈڭ، مەن راستىنلا ئېسىمگە ئالالمىدىم. سىز ئەخمەتمۇ ياكى سەمەتمۇ؟ — دېدىم خىياللار دۇنياسىدىن رېئاللىققا قايتىپ.

— مەن ئەخمەت بولىمەن مۇئەللىم — دېدى ئۇ مېنى تاماققا تەكلىپ قىلغاچ — ھازىر ئۇنىۋېرسىتېتتا فىزىكا پەنلىرى بويىچە ئاسپىرانتلىقتا ئوقۇۋاتىمەن. سەمەت بولسا ئۇنىۋېرسىتېتنى پۈتتۈرگەندىن كېيىن مۇشۇ يېزىلىق ئوتتۇرا مەكتەپتە فىزىكا ئوقۇتقۇچىلىقى خىزمىتى بىلەن شۇغۇللىنىۋاتىدۇ. راستىنى دېسەم مۇئەللىم، ئاشۇ قېتىملىق «ماگېدبۇرگ يېرىم شارلىرى تەجرىبىسى» سەمەت بىلەن ئىككىمىزنى قايتىدىن ئويغاتتى. ئەسكىلىكتىن قول ئۈزدۇق. تىرىشىپ ئۆگىنىپ بۈگۈنكى كۈنگە ئېرىشتۇق. ئاتا - ئانىمىزمۇ جاھانغا تۇۋرۇك بولمايدىكەن. ئۆزىمىز تىرىشمىساق، ياخشى كۈنگە ئېرىشەلمەيدىكەنمىز.

— پۇلى يوققا پۇل بېرىدىغان، ئۆيى يوققا ئۆي سېلىپ بېرىدىغان، ئاچ قالغاننى باقىدىغان پارتىيە، ھۆكۈمەت بارغۇ — دېدىم چاقچاق قىلىپ.

— بۇ قاراش ھازىر بىزدە ئاساسىي مىلودىيە بولۇپ قالغىلى تۇرۇپتۇ — دېدى ئەخمەت — ئەسلى بۇنداق بولسا بولمايتتى. جەمئىيەتنىڭ ئاجىز قاتلىمى ھېسابلىنىدىغان مېيىپلارمۇ ئۆز كۈچىگە تايىنىپ ئىش كۆرۈپ، ئىگىلىك تىكلەپ جەمئىيەت ئۈچۈن تۆھپە قوشۇۋاتسا، پۈتۈن سۈرۈك ئادەم تۇرۇپ ئۆزىمىزگە، ئىككى قولىمىزغا ۋە ئەقىل - پاراسىتىمىزگە تايىنىپ ئۆز جېنىمىزنى ئۆزىمىز باقالماي «پارتىيە - ھۆكۈمەت بار» دەپلا ئۇلارغا يۆلىنىۋالساق، بۇ بىز ئۈچۈن ئۆزىمىزنى ئۆزىمىز ھاقارەتلىگەنلىك بولماي نېمە؟ ئويلاپ باقسام مۇئەللىم، جەمئىيەتكە ئېغىرىمىزنى سالماي ئۆز جېنىمىزنى ئۆزىمىز باقالىغىنىمىزنىڭ ئۆزىلا دۆلەت ئۈچۈن ئەڭ تۆۋەن دەرىجىدە بولسىمۇ تۆھپە قوشۇش بولۇپ قاپتۇ ...

ئوتتۇرا مەكتەپ تەلىم - تەربىيەسىنىڭ ماھىيەتى ئەمەلىيەتتە ئوقۇتقۇچى، ئوقۇغۇچى ئارىسىدىكى بىر خىل ئالاقە جەريانى، بۇ ئالاقە جەريانىدا ئوقۇتقۇچى بىلىمنى يەتكۈزىدۇ، ئوقۇغۇچىلار يولۇققان قىيىنچىلىقلارنى ھەل قىلىشقا ياردەم بېرىدۇ ۋە ئۇلارنىڭ توغرا نىشاننى تىكلىشىگە يېتەكچىلىك قىلىدۇ ۋە شۇنىڭ بىلەن بىرگە يەنە ئوقۇغۇچىنىڭ جىسمانىي ۋە روھىي جەھەتتىن ساغلام ئۆسۈپ يېتىلىشىنى كاپالەتكە ئىگە قىلىدۇ. شۇ سەۋەبتىن ئوقۇتقۇچى، ئوقۇغۇچىلارغا تۆۋەندىكى جەھەتلەردە تەسىر كۆرسىتىدۇ.

ئوقۇغۇچى ئۆگىنىشتە مەسىلىلەرگە يولۇقسا،

www.uyghurkitap.com

ئوقۇتقۇچى ئوقۇغۇچىلارغا تۆۋەندىكى جەھەتلەردە تەسىر كۆرسىتىدۇ.

ئوقۇغۇچى تۇرمۇشتا قىيىنچىلىققا يولۇقسا، ئوقۇتقۇچى مېھرىبان ئاتا - ئانا بولىدۇ.

ئوقۇغۇچى يالغۇزلۇقتا ئازابلانسا، ئوقۇتقۇچى ئونىڭ ئاكقۆڭۈل، مېھرىبان دوستى بولىدۇ.

ئوقۇغۇچى چارچىغاندا ئويناشقا ئېھتىياجلىق بولۇپ قالسا، ئوقۇتقۇچى ئۇنىڭغا ئويىنىشىپ بېرىدۇ.

ئوقۇغۇچى غەمگە مۇپتىلا بولسا، ئوقۇتقۇچى ئونىڭ غەمگۇزارى بولىدۇ.

ئوقۇغۇچى نىشانىدىن ئادىشىپ قالغاندا، ئوقۇتقۇچى ئۇنىڭ ھايات يولىنى توغرا كۆرسىتىپ بېرىدىغان ماياك بولىدۇ.

ئوقۇغۇچى مەغلۇبىيەتكە يولۇققاندا، ئوقۇتقۇچى ئەڭ كۈچلۈك قوللىغۇچى ۋە رىغبەتلەندۈرگۈچى بولىدۇ.

ئوقۇغۇچى مۇۋەپپەقىيەتكە ئېرىشكەندە، ئوقۇتقۇچى بىللە ھوزۇرلانغۇچى بولىدۇ.

2. ئوقۇتقۇچىنىڭ ئاتا - ئانىلارغا تەسىر كۆرسىتىشى

«ئۆلگىنىڭ كۈچى چەكسىز بولىدۇ» دەرسخانا ۋە دەرستىن سىرتقى پائالىيەتلەردە مەلۇم ۋاقىت ئاجرىتىپ دۇنيادا ياشاپ ئۆتكەن ۋە ھازىر بار بولغان داڭلىق ئالىملار، ساخاۋەتچى كاتتا بايلار، دۆلەت ئەربابلىرى، ئىنقىلابىي قەھرىمانلارنىڭ ئىش - پائالىيەتلىرىنى سۆزلەش ئارقىلىق ھېچنېمىگە قىزىقمايدىغان، مەجبۇرىي مائارىپنىڭ بېسىمى ۋە ھۆكۈمەتنىڭ بېسىمىدىن قورقۇپ سىلىق ئۈچۈنلا ئوقۇۋاتقان، نىشانى ئېنىق بولماي پەقەت مەجبۇرىي مائارىپ باسقۇچىنى غەلىبىلىك تاماملاشنىلا ئۆزىنىڭ ئەڭ ئاخىرقى مۇقەددەس نىشانى قىلىۋالغان زور كۆپ سانلىق ئوقۇغۇچىلارنىڭ توغرا نىشان تىكلىشىگە ياردەم بېرىپ، ئۇلارنى مەلۇم بىر مەقسەت ئۈچۈن نىشانلىق يېتەكلىگىلى بولىدۇ. دەرسكە قىزىقمىغان ئوقۇغۇچىنىڭ چوقۇم نىشانى يوق ياكى نىشانى توغرا ئەمەس. مەكتەپكە كەلمەيۋاتقان ياكى كەلسىمۇ ئوقۇتقۇچىنى دەرس ئۆتكىلى قويمايۋاتقان ئوقۇغۇچىنىڭ چوقۇم كىشىلىك تۇرمۇش قارىشى ۋە قىممەت قارىشىدا مەسىلە بار. بۇنداق مەسىلىلەرنى ھەل قىلىش بولسا ئوقۇتقۇچىنىڭ كونكرېت ئىش - پائالىيەتلىرى ۋە سۆز - ھەرىكەتلىرى ئارقىلىق ئەمەلگە ئاشىدۇ. بىر نەپەر ئالىمنىڭ ئىش - پائالىيىتىنى سۆزلەش ئارقىلىقلا پۈتكۈل سىنىپتىكى بارلىق ئوقۇغۇچىلارنىڭ نىشانىنى توغرىلاپ ئۇلارنىڭ ھەممىسىنىڭ تىرىشىش نىشانى ئالىم بولۇش مەقسىتىگە يېتەكلىگىلى بولمايدۇ. ئون ياكى يۈز ھېكايىنى سۆزلىگەندە شۇلار ئىچىدىكى ھېكايىلەرنىڭ بىرەرسى سىنىپ ئىچىدىكى نىشانى ئېنىق بولمايۋاتقان بىرەر ئوقۇغۇچىنىڭ نىشانىنى توغرىلىشىغا ياردىمى بولسا، بۇ مۇشۇ تۈردىكى مەقسىتىمىزنىڭ غەلىبىلىك بولغانلىقى بولىدۇ.

ناھىيەمىزدە تەشكىللىگەن «ياش بىر بۆلۈك تايانچ ئوقۇتقۇچىلارنى تەربىيەلەش قىسقا مۇددەتلىك كۇرسى» غا دەرس ئۆتۈش پۇرسىتىدە يېزىدىن كەلگەن بىر نەپەر ياش ئوقۇتقۇچى بىلەن پاراڭلىشىپ قالدىم. ئۇنىڭ دېيىشىچە، ئۇ بەش يىلنىڭ ئالدىدا ئىچكىرىدىكى مەلۇم بىر داڭلىق ئالىي مەكتەپنى پۈتتۈرۈپ، ئاتا - ئانىسىنىڭ كۈچلۈك تەلىپىگە ئاساسەن، ئىچكىرى چوڭ شەھەرلەردىكى ئىشلەش پۇرسەتلىرىدىن ۋاز كېچىپ، ھازىر ئىشلەۋاتقان يېزىسىدىكى ئوتتۇرا مەكتەپكە ئوقۇتقۇچىلىققا ئورۇنلىشىپتۇ. خىزمەتكە قاتنىشىپ ئۈچىنچى كۈنى مەكتەپ رەھبەرلىكى ئۇنىڭغا بىر سىنىپ بېرىپتۇ. ئۇ سىنىپقا كىرىپ، ئۆزىنىڭ ئۆيلىگىنىنىڭ ئەكسىچىلا بىر مەنزىرىنى كۆرۈپتۇ ۋە دەماللىققا نېمە قىلىشنى بىلەلمەي داڭ قېتىپ تۇرۇپلا قاپتۇ. چۈنكى ئالدىدا ئۇنىڭغا قاراپ تۇرغىنى بىلىم تەشناللىقىدا چاڭقىغان، يۈكسەك ئارزۇ - ئارمانلىرىغا يېتىش ئۈچۈن ئۆزلۈكسىز تىرىشىۋاتقان، زور ئۈمىدلەرنى كۈتۈپ، ئوقۇتقۇچىنىڭ پەقەت باشلاپ مېڭىشىغىلا موھتاج بولۇپ تۇرۇۋاتقان تەشنا قەلبلەر بولماستىن، بەلكى كۆزلىرىدىن ھېچقانداق ئۈمىد - ئارزۇنىڭ ئۈچقۇنىنى كۆرگىلى بولمايدىغان، چىرايىدىن بىر خىل تەشۋىش، ياتسىراش، يېتىرقاش ئالامەتلىرى كۆرۈلۈپ

تۇرىدىغان، ھېسسىياتسىز، جانسىز «تىرىك مۇردىلار» بولۇپ چىقىپتۇ. بۇ مەنزىرىنى كۆرۈپ ئۇ قاتتىق ئۈمىدسىزلىنىپتۇ، ھەتتاكى ئۆز خىزمىتىدىن ۋاز كېچىپ باشقا بىرەر ئاقىدىغان كەسىپ بىلەن شۇغۇللىنىشنىمۇ ئويلاپتۇ. خىزمەتداشلىرىنىڭ دەپ بېرىشىچە، بۇ مەكتەپكە خىزمەتكە چىقىپ ئاز ۋاقىت ئۆتكەندىن كېيىنلا ئوقۇتقۇچىلىقنى تاشلىۋېتىپ مەمۇرىيلىق ئىمتىھانى قاتارلىق تۈرلۈك ئىمتىھانلاردىن ئۆتۈپ، ھۆكۈمەت خىزمىتى ۋە ئوقۇتقۇچىلىقتىن باشقا كەسىپلەر بىلەن شۇغۇللىنىۋاتقانلار، باشقا ئىشلار بىلەن شۇغۇللىنىپ راۋاج تاپقانلار ھەتتا شىركەت قۇرۇپ بەلگىلىك كۆلەمگە ئىگە بولغانلار خېلى كۆپ ئىكەن. ئۇ نېمە قىلارىنى بىلمەي كۆپ ئويلىنىپتۇ. ھەتتا خىزمىتىنى تاشلىۋەتمەكچىمۇ بوپتۇ. دەل مۇشۇ پەيتتە «مەمتېلى ئەپەندى» ناملىق كىتاب قولىغا چۈشۈپ قاپتۇ ۋە ئۇنى قولىغا بىر ئېلىشىدىلا پۈتۈنلەي ئوقۇپ بوپتۇ ۋە قايتىدىن روھلىنىپتۇ. سىنىپىغا كىرىپ ھەربىر ئوقۇغۇچى بىلەن ئايرىم - ئايرىم سۆھبەتلىشىپتۇ. ئۇ سۆھبەت ئارقىلىق شۇنى ھېس قىپتۇكى، بۇ سىنىپتا ئوقۇۋاتقان زور كۆپچىلىك ئوقۇغۇچى ئاتا - ئانىسىنىڭ زورى بىلەن مەكتەپكە كېلىپ سىنىپتا ئولتۇرۇپلا بېرىدىكەن. ئۇلار شۇنداق قىلىش ئارقىلىق پەقەت توققۇز يىللىق مەجبۇرىيەتنىلا ئادا قىلىسىلا بولىدىكەن. دەرس ئاڭلاش، دەرس ئۆگىنىش ئۇلارنىڭ ئېڭىدا ئەسلا مەۋجۇت ئەمەس ئىكەن. ئەگەر ئۇلار مەكتەپكە كەلمىسە كەنت رەھبەرلىكى يېزىلىق ھۆكۈمەتنىڭ بۇيرۇقىغا ئاساسەن بۇ بالىلارنىڭ ئاتا - ئانىلىرىنىڭ تېرىلغۇ يەرلىرىنى تارتىۋالىدىكەن، كەلمىگەن كۈن سانىنى ھېسابلاپ جەرىمانە قويىدىكەن ياكى كەنتتىن كۆچۈپ كېتىشكە مەجبۇرلايدىكەن. بۇ سىنىپقا كېلىۋاتقان بالىلار بولسا ئاتا - ئانىلىرىنىڭ ھېچقانداق «يولى» يوقلار بولۇپ، «يولى» بار ئاتا - ئانىلار ئۆز پەرزەنتلىرىنى مەكتەپنىڭ «قارا تىزىملىكى» دىن ئوڭۇشلۇق چىقىرىۋاپتۇ. بۇ سىنىپتا ئوقۇشقا تېگىشلىك شۇنداق بالىلاردىن ئۇن نەچچىسى بار ئىكەن، ئۇلار ھازىر بىر نەچچىسى ئاتا - ئانىسىغا ياردەملىشىپ دېھقانچىلىق، چارۋىچىلىق بىلەن شۇغۇللىنىۋېتىپتۇ، بىر قانچىسى بالا شاگىرت، بالا ئىشچى بوپتۇ. يەنە بىر قانچىسى باشقىلارنىڭ «بەس قىلىشى» دىن قورقۇپ ئىشلەمچىلەرگە ئەگىشىپ ئۈرۈمچى قاتارلىق چوڭ شەھەرلەرگە كېتىپتۇ ...

ئۇ كۆپ ئويلىنىش ئارقىلىق بۇ بالىلاردا نىشانىنىڭ توغرا بولمىغانلىقىنى ھېس قىلىپ يېتىپتۇ ۋە ئۇلاردا توغرا نىشاننى تۇرغۇزۇشقا بەل باغلاپتۇ. ئۇ ھەر قېتىملىق دەرستىن ۋاقىت ئاجرىتىپ دۇنيا تارىخىدا ياشاپ ئۆتكەن ۋە ھازىر ياشاۋاتقان ئالىملار، كەشپىياتچىلار، ئىنژېنېرلار، دۆلەت ئەربابلىرى ۋە جامائەت ئەربابلىرى، قەھرىمانلار، مەشھۇر شەخسلەرنىڭ ئۆسۈپ يېتىلىش تارىخى ۋە ئىش - پائالىيەتلىرىنى بالىلارغا قىزىقارلىق ھېكايە قىلىپ سۆزلەپ بېرىدىغان بوپتۇ ۋە شۇلارنىڭ ئىش - پائالىيەتلىرىگە ئائىت كىتابلارنى سېتىۋېلىپ سىنىپنىڭ بىر بۆلۈكىدىن ئورۇن چىقىرىپ تىزىپ قويۇپتۇ. ئارىدىن مەلۇم ۋاقىت ئۆتكەندىن كېيىن بالىلار بۇ ئوقۇتقۇچىنىڭ گەپ - سۆزلىرىنى كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلايدىغان، سىنىپنىڭ بۆلۈكىگە قويۇپ قويۇلغان كىتابلارنى دەرستىن سىرتقى ۋاقىتلاردا ئوقۇيدىغان بوپتۇ. بۇ ئوقۇتقۇچى ئەمدى پەيتى كەلدى دەپ قاراپ، بوش ۋاقىت تاپسىلا ئۆيمۇ - ئۆي قاتراپ، ئوقۇغۇچىلارنىڭ ئاتا - ئانىلىرى بىلەن سۆھبەتلىشىشنى باشلاپتۇ، بىلمىگەننى بىلدۈرۈپتۇ، چۈشەنمىگەننى سەۋرچانلىق بىلەن چۈشەندۈرۈپتۇ. ئېزىپ ئېچۈرۈپ، قايتا - قايتا چۈشەندۈرۈش ئارقىلىق بارلىق ئاتا - ئانىلارنى قايىل قىپتۇ ۋە ئۇلارنىڭ ئېتىراپ قىلىشىنى، ياخشى كۆرۈشىنى قولغا كەلتۈرۈپتۇ. دەرس ۋاقتىدىن مەلۇم ۋاقىت ئاجرىتىپ، ئوقۇغۇچىلارغا توغرا بولغان غايە ۋە كىشىلىك تۇرمۇش قارىشىنى تۇرغۇزۇش توغرىسىدا لېكسىيە سۆزلەيدىغان بوپتۇ، ھەربىر قېتىملىق ئادەتتىكى سىنىپ يىغىنىنىمۇ مەخسۇس تېمىلىق سىنىپ يىغىنىغا ئايلاندۇرۇش ئارقىلىق، ھەربىر ئوقۇغۇچىنىڭ توغرا نىشاننى ئەمەلىيەتكە باغلىغان ھالدا تۇرغۇزۇشىغا ياردەملىشىپتۇ. بالىلار-

نىڭ بۇرۇنقى ھالىتى تۈپتىن ئۆزگىرىپتۇ. ئۇلار ئەمدى دەرسلەرنى كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلايدىغان، تىرىشىپ ئۆگىنىدىغان، ئوقۇتقۇچىدىن توختىماي سوئال سورايدىغان بوپتۇ. مەكتەپتىكى كۆپلىگەن ئوقۇتقۇچىلار ۋە مەكتەپ رەھبەرلىكىمۇ بۇ سىنىپتىكى ئوقۇغۇچىلاردىكى ئۆزگىرىشلەرنى ھېس قىلىشقا باشلاپتۇ. بارا - بارا ئاتا - ئانىلارمۇ مەكتەپكە كېلىپ بۇ ئوقۇتقۇچى بىلەن يېقىنقى مەزگىللەردە ئۆز پەرزەنتلىرىدە ئۆزگىرىشلەرنىڭ ناھايىتى كۆپ بولۇۋاتقانلىقى ئۇلارنىڭ قانداقتۇر كەلگۈسىدە «ئالىم بولىمەن، ئىنژېنېر بولىمەن ...» دېگەندەك «غەلىتە» گەپلەرنى قىلىدىغان بولۇپ قالغانلىقى، بۇنىڭ زادى نېمە مەسىلە ئىكەنلىكى توغرىسىدا سۆھبەتلىشىدىغان بولۇپ قاپتۇ. ئۇ بۇنداق ئاتا - ئانىلارغا زېرىكمەي چۈشەندۈرۈپتۇ. ئارىدىن ئۈچ يىل ئۆتكەندە سىنىپتىكى 33 نەپەر ئوقۇغۇچىدىن 22 نەپىرى ئىمتىھاندىن ئۆتۈپ ئىچكىرىدىكى شىنجاڭ تولۇق ئوتتۇرا سىنىپلىرىغا قوبۇل قىلىنىپتۇ، بۇ مۇشۇ مەكتەپ قۇرۇلغاندىن بۇيان تۇنجى قېتىم ئوقۇغۇچىلارنىڭ بۇ خىلدىكى ئىمتىھاندىن ئۆتۈش نىسبىتىنىڭ نۆللۈك رېكورتىنىڭ بۇزۇلغانلىقى ۋە ناھىيە بويىچە ئەڭ كۆپ ئوقۇغۇچىنى ئىچكىرىدىكى شىنجاڭ تولۇق ئوتتۇرا سىنىپلىرىغا يەتكۈزۈپ بەرگەن مەكتەپ بولۇپ باھالىنىپ مۇكاپاتلىنىپ، زور شان - شەرەپكە نائىل بولۇشى ئىكەن. قالغان 11 نەپەر ئوقۇغۇچى ھازىر ناھىيە مەركىزىدىكى تولۇق ئوتتۇرا مەكتەپتە ئوقۇۋېتىپتۇ. ئوقۇتقۇچىنىڭ ئۆزىمۇ يۇقارقىدەك نەتىجىلىرى بىلەن رەھبەرلىكنىڭ ئەتىۋارلىشىغا ئېرىشىپتۇ ۋە شۇ يەردىكى كەڭ ئوقۇتقۇچىلار، ئاتا - ئانىلارنىڭ كۈچلۈك تەلىپى ۋە يۇقىرى دەرىجىلىك رەھبەرلىكنىڭ قوشۇلۇشى بىلەن مەكتەپنىڭ مۇئاۋىن مۇدىرلىق ئورنىغا ئۆستۈرۈلۈپتۇ ...

ئوقۇتقۇچى — مەكتەپ بىلەن ئاتا - ئانىنى باغلاپ تۇرىدىغان ئاساسلىق ۋاستە. ئوقۇغۇچىنىڭ كۈندىلىك ئەھۋالىدىن ئاتا - ئانىلارنى ۋاقتى - ۋاقتىدا خەۋەردار قىلىپ تۇرىدىغان كۆۋرۈك. شۇڭلاشقا ئوقۇتقۇچى ئۆز سىنىپىدىكى ئوقۇغۇچىلارنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىنى بەش قولدەك بىلىپلا قالماستىن، بەلكى ئوقۇغۇچىلارنىڭ ئاتا - ئانىلىرىنىڭ ئەھۋالىنىمۇ تولۇق ئىگەللىشى، ئائىلە سۆھبىتىنى كۈچەيتىپ، بالىلارنىڭ ھەربىر ياخشى، يامان ئىش - پائالىيەتلىرىدىن ئاتا - ئانىلارنى ۋاقتى - ۋاقتىدا خەۋەردار قىلىپ تۇرۇشى ۋە بالىلارغا قارىتا ئاتا - ئانىلارنىڭ نېمىنى قىلىش، نېمىنى قىلماسلىقىنىڭ زۆرۈرلىكى ھەققىدە تەربىيە ئېلىپ بېرىشى زۆرۈر. چۈنكى ھەممە ئادەم ئوخشاش بولمايدۇ. بالا تەربىيەلەش پەقەت ئاتا - ئانىنىڭلا ۋەياكى ئوقۇتقۇچىنىڭلا مەجبۇرىيىتى ئەمەس. ئاتا - ئانا بىلەن ئوقۇتقۇچىنىڭ ئورتاق باش تارتىپ بولمايدىغان مەجبۇرىيىتى. ھازىر كۆپلىگەن ئاتا - ئانىلار «بالا تەربىيەلەش مۇئەللىمنىڭ ئىشى» دەپ بالىسىنى سەھەردىلا ئۆيدىن چىقىرىۋېتىپ، كەچ بولغاندا ساق - سالامەت قايتىپ كەلسىلا باشقا ئىشلىرى بىلەن كارى بولمايۋاتىدۇ. «بۇ بالا مەكتەپكە بارىمەن دەپ زادى نەگە باردى؟ نېمە ئىشلار بىلەن شۇغۇللاندى؟ تاپشۇرۇقى بارمۇ - يوقمۇ؟ ...» بۇلارنى سۈرۈشتۈرۈپ ئولتۇرۇشقا ۋاقتى يوق. شۇنداق بولغىنى ئۈچۈن ئوقۇتقۇچىلار تۈرلۈك ئالاقىلىشىش ۋاستىلىرىدىن ئۈنۈملۈك پايدىلىنىپ، ئاتا - ئانىلار بىلەن بولغان ئالاقىنى كۈچەيتىپ، بالىلارنىڭ ھەربىر ئۇششاق ھەرىكىتىدىن ئاتا - ئانىلارنى خەۋەردار قىلىپ تۇرۇشى، ئۇلارنىڭ قوللىشىنى قولغا كەلتۈرۈش ئارقىلىق بالىلارغا ئېلىپ بېرىلىدىغان تەربىيەنى ئۈنۈملۈك قانات يايدۇرۇشى لازىم. ھارماي - تالماي كۆپ قېتىم قايتا - قايتا تەربىيە ئىشلەش ئارقىلىق ھەرقانداق مۇتەئەسسىپ، قالاق ئاتا - ئانىنىڭ قەلبىگىمۇ ئىللىقلىق ئۇرۇقىنى چېچىپ، ئۇلارنىڭ ئىدىيەسىنى ئۆزگەرتكىلى، يۈرىكىنىڭ چوڭقۇر قاتلاملىرىغا تەسىر كۆرسىتىش ئارقىلىق ئەۋلادلارنى تەربىيەلەشنىڭ مۇھىملىقىدىن ئىبارەت مەركىزىي ھالقىنى ئۇلارنىڭ كۈندىلىك ئىش - پائالىيەتلىرىنىڭ مەركىزىي نۇقتىسىغا ئايلاندۇر-

غىلى بولىدۇ.

3. ئوقۇتقۇچىنىڭ جەمئىيەتكە تەسىر كۆرسىتىشى

جەمئىيەتنىڭ مائارىپقا قويغان تەلىپىنىڭ ئۈزلۈكسىز يۇقىرى كۆتۈرۈلۈشىگە ئەگىشىپ، ئوقۇتقۇچىغا قويۇلغان تەلەپمۇ ئۈزلۈكسىز يۇقىرىلاپ باردى. ئوقۇتقۇچى بولغان ئادەم چوقۇم جەمئىيەت تەرەققىياتىنىڭ ئالدىدا مېڭىپ، كەلگۈسى دۇنياغا توغرا بولغان قاراشنى تىكلەپ، يۈكسەك دەرىجىدىكى مەسئۇلىيەتچانلىق روھى ۋە جەمئىيەتنى يېتەكلەش روھىنى تۇرغۇزۇشى لازىم. «ئوقۇتقۇچى راست سۆزلەيدۇ، ئوقۇتقۇچى ھەقنى ئېيتىدۇ» دېگەن قاراشلار ھېلىھەم كەڭ خەلق ئاممىسى ئېغىزىدىن چۈشۈرمەيدىغان ئاساسىي ھۆكۈم. شۇڭا، ئوقۇتقۇچى بولغان ئادەم دەرسخانىدىلا، مەكتەپ ئىچىدىلا ئوقۇتقۇچى بولۇپ قالماي جەمئىيەتتىمۇ ئوقۇتقۇچى بولۇشى زۆرۈر. جەمئىيەتنى توغرا يولغا يېتەكلەشتە ئوقۇتقۇچىنىڭ رولى ھەرقانداق كاتتا خوجايىن ياكى ھەرقانداق كاتتا ئەمەلداردىن يۇقىرى تۇرىدۇ.

ئۈرۈمچى شەھەرلىك ئوقۇتۇش تەتقىقات ئىشخانىسىنىڭ ئەخلاق تەربىيە تەتقىقاتچىسى، داڭلىق ئوقۇتقۇچى تۇرسۇن ھەسەن يېقىنقى ئون نەچچە يىلدىن بېرى ئۆزىنىڭ ئېسىل ئەخلاقىي - پەزىلىتى ۋە چىن سۆزلۈكلىكى بىلەن كۆپلىگەن سورۇنلاردا جانلىق پىكىر بايان قىلىپ ۋە جانلىق ئۈلگە كۆرسىتىپ، ناچار ئىدىيە ۋە ناچار كەيپىياتلارغا ئوچۇق - ئاشكارا قارشى تۇرۇپ، جەمئىيەتتە زور تەسىر قوزغىدى ۋە توغرا كەيپىيات، ئاكتىپ ئىدىيەنىڭ ئەۋج ئېلىشىدا ئۆزىنىڭ رولىنى تولۇق جارى قىلدۇرۇپ، كەڭ خەلق ئاممىسىنىڭ ئېتىراپ قىلىشى ۋە ھۆرمىتىگە سازاۋەر بولدى. بېيجىڭ يېڭى شەرق ئىنگلىز تىلى مەكتىپىدىكى مۇنەۋۋەر ئۇيغۇر ئوقۇتقۇچى، يېڭى شەرق گورۇھىنىڭ ئوقۇتقۇچى يېتىشتۈرۈش ئۇستازى، كۆزگە كۆرۈنگەن ياش ناتىق نۇرئەلى ئابلىز ئۆزىنىڭ ئوقۇتقۇچىلىق خىزمىتىنى ياخشى ئىشلەش بىلەنلا توختاپ قالماي يەنە نەچچە مىليون ئەزاسى بار بولغان توردا كىتاب ئوقۇش ئەترىتىنى قۇرۇپ چىقىپ، كىشىلەرگە كىتاب ئوقۇشنىڭ مۇھىم ئەھمىيىتىنى قايتىدىن ھېس قىلدۇردى، كەڭ خەلق ئاممىسىنى بىر خىل ئاكتىپ كۈچ بىلەن يېتەكلەشكە تىرىشتى ۋە بۇ ساھەدە بەلگىلىك تەسىر قوزغىدى. ئەلى مۇئەللىم (ئەلى قۇربان) ئۆزىنىڭ پىسخىك نەزەرىيەۋى بىلىمىنى ئەمەلىيەت بىلەن زىچ باغلاشتەك ئالاھىدە تالانتىغا تايىنىپ، مول مەزمۇنلۇق لېكسىيەلىرى ۋە جانلىق ئەمەلىي ئىش - پائالىيەتلىرى ئارقىلىق ئاكتىپ كۈچ تارقىتىپ، قىسقا ۋاقىت ئىچىدە بەلگىلىك ئۈنۈم ھاسىل قىلالىدى ... بۇنداق مىساللار ناھايىتى كۆپ.

يېقىنقى ئون نەچچە يىل مابەينىدە ھۆكۈمەتنىڭ ئوقۇتقۇچى يېتىشمەسلىكنى ھەرخىل يوللار ئارقىلىق زور دەرىجىدە ھەل قىلىشى نەتىجىسىدە ئوقۇتقۇچىنىڭ جەمئىيەتتە ئىگىلىگەن نىسبىتىدە غايەت زور يۈكسىلىشلەر بارلىققا كەلگەننىڭ ئۈستىگە ئۇلارنىڭ بىلىم قۇرۇلمىسى ۋە سۈپىتىدىمۇ زور ياخشىلىنىشلار شەكىللەندى. بۈگۈنكى جەمئىيەتتە «ئوقۇتقۇچى دېمەكلىك باشقىلارنىڭ ئۇستازى، باشقىلارغا ئۈلگە بولغۇچى دېمەكلىك» بولۇپ قالدى. شۇنداق بولغانلىقى ئۈچۈن ئوقۇتقۇچى بولغان ئادەمدە، سۆزلەشكە، تەنقىد قىلىشقا، ئىنكار قىلىپ، توغرا يۆنىلىشكە يېتەكلەشكە جۈرئەت قىلالايدىغان ئېسىل ئەخلاقىي - پەزىلەت بولۇشى كېرەك. ئۇ ئادەم توپلاشقان سورۇندا ھەرخىل كۆز قاراشلار ئوتتۇرىغا چىقىدۇ. بۇ كۆز قاراشلارنىڭ بەزىلىرى جەمئىيەتنىڭ تەرەققىياتىغا، جامائەت ئەخلاقى ۋە ئاممىۋى ئەخلاققا، كىشىلىك مۇناسىۋەت، ئىجتىمائىي ئالاقە ئىشلىرىغا، پايدىلىق بولغان ئىجابىي قاراشلار بولۇشى مۇمكىن، بەزىلىرى جەمئىيەت تەرەققىياتى ۋە ئىجتىمائىي تەرەققىياتقا زىيانلىق، بەزىلىرى قولۇم - قوشنىلار مۇناسىۋىتى ۋە ئىجتىمائىي تەرتىپنىڭ نورمال ئېلىپ بېرىلىشىغا زىيانلىق، يەنە بەزىلىرى ھەتتا جەمئىيەت مۇقىملىقىغا زىيان يەتكۈزىدىغان سەلبىي پىكىر ئېقىملىرى بولۇشى مۇمكىن. ئوقۇتقۇچى بولغان ئادەم بۇنداق پىكىر ئېقىملىرىنى ئاڭلىغان ۋاقىتتا، دەرھال ئىنكاس قايتۇرۇپ، ياخ-

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

شى، ئەجابىي پىكىر ئېقىملىرىنى قوللاپ قۇۋۋەتلە-
شى، سەلبىي ۋە ئەكسىيەتچى پىكىر ئېقىملىرىغا
يولۇققاندا «بۇنداق ئىشلارنى تۈزەش قانۇن ئورگانلى-
رى ۋەياكى دۆلەت مەمۇرلىرىنىڭ ئىشى» دېگەن ئى-
دىيە بىلەن سۈكۈت قىلىش پوزىتسىيەسىدە بولماي
ئەكسىچە ئۆزىنىڭ جەمئىيەت ئالدىدىكى مۇقەددەس
بۇرچىنى ھەقىقىي ھېس قىلىپ، دەرھال ئىنكاس
قايتۇرۇپ، تەسىرى ۋە ئۈنۈمى ياخشى بولغان ئەمە-
لىي مىساللارنى ئوتتۇرىغا قويۇش ۋەياكى پارتىيە -
ھۆكۈمەتنىڭ نۆۋەتتە يولغا قويۇۋاتقان ياخشى سىيا-
سەت، تەدبىرلىرىنى كەڭ - كۆلەمدە تەشۋىق قىلىش
ئارقىلىق بۇنداق سەلبىي ئىدىيە، سەلبىي كۆز قا-
راشلارغا رەددىيە بېرىشى، بۇ ئارقىلىق يامان يولغا
مېڭىشقا تەمشىلىۋاتقان بىرقىسىم كىشىلەرنى توغرا
يولغا يېتەكلىشى لازىم.

بىز ئوقۇتقۇچى بولغانىكەنمىز، جەمئىيەتتە ئاك-
تىپ كۈچ، ئاكتىپ ئىدىيەنى تارقىتالايدىغان ئېسىل
ئەخلاقىي - پەزىلىتىمىز، چىن سۆزلۈكىمىز ۋە
ئىلغار ئىش - پائالىيەتلىرىمىز ئارقىلىق باشقىلار-
غا تەسىر كۆرسىتىپ، ئوقۇغۇچىلارنى توغرا يولدا
يېتەكلەپ، ئۆز بۇرچىمىزنى تولۇق ئادا قىلىشىمىز
كېرەك.

ئاخىرقى سۆز

ئوقۇتقۇچىلىق خىزمىتى بىلەن شۇغۇللىنىۋاتقان
ئادەم «پەقەت دەرسخانىدا ھەربىر سائەتلىك دەرس
مەزمۇنىنى ئوقۇغۇچىلارغا ياخشى ئىگەللەتسەملا، ۋە-
زىپەمنى تولۇق ئادا قىلغان بولىمەن» دەپ ئويلىسا،
تولىمۇ خاتالاشقان بولىدۇ، چۈنكى ئوقۇتقۇچىلىق
بۇنداق ئاددىي ئىش ئەمەس، ئۇ مەكتەپتە كەڭ ئو-
قۇغۇچىلارغا بىخەتەرلىك، مۇقىملىق تەربىيەسى ئې-
لىپ بېرىشى، ئەخلاق تەربىيە ئېلىپ بېرىشى، توغرا
بولغان غايە - ئېتىقاد تەربىيەسى ئېلىپ بېرىشى ...

جەمئىيەتتە بولسا ئۆزىنىڭ باشلامچىلىق نەمۇنىلىك
رولىنى تولۇق جارى قىلدۇرۇپ، ئەتراپىدىكى كىشى-
لەرنىڭ ئېتىراپ قىلىشى ۋە قوللىشىغا ئېرىشىپ،
ياخشى ئىدىيە، ئاكتىپ كەيپىياتنىڭ كەڭ خەلق
ئاممىسى ئىچىدە ئەۋج ئېلىشى ئۈچۈن باشلامچى بو-
لۇشى زۆرۈر. چوڭ ئىشلارنى قىلالىغان ياخشى ئەمما
«مەن بىر ئاددىي ئادەم، بەربىر ھېچقانداق چوڭ
ئىش قىلالمايمەن» دەپ قاراپ، ھەممە ئىشقا سۈكۈت
قىلىش پوزىتسىيەسىدە بولۇۋېلىپ، جىم تۇرۇۋې-
لىشنىڭ ئۆزى يەنىلا مەسئۇلىيەتتىن قاچقانلىق بو-
لۇپ ھېسابلىنىدۇ. ھەممە ئوقۇتقۇچى «چوڭ ئىش»
قىلالىغان بولسا ياخشى بولاتتى، ئەمما ئۇنداق بولۇ-
شى مۇمكىن ئەمەس. ئىشنى كىچىك ئىشلاردىن
باشلاپ، ئالدى بىلەن ئۆز ئەتراپىدىكى ئادەملەرنى،
يېقىن كىشىلىرىنى قايىل قىلىپ ئۇلارنى توغرا
يولغا يېتەكلىگەندە، ئاندىن بارا - بارا باشقا كىشى-
لەرنىڭمۇ مايىللىقىنى قولغا كەلتۈرۈپ، نۇرغۇن
كىشىلەر ئۇيۇشقان بىر كوللېكتىپنى ۋۇجۇدقا چى-
قارغىلى، نۇقتا ئارقىلىق دائىرىنى يېتەكلەپ، ياخ-
شى بولغان ئىجتىمائىي كەيپىيات بەرپا قىلىپ،
جانلىق ئوبرازنى ۋۇجۇدقا چىقارغىلى بولىدۇ. بىز
ئوقۇتقۇچىلار ئۆزىمىز يېتەكلەۋاتقان ئوقۇغۇچىلە-
رىمىزنى ياخشى تەربىيەلەش بىلەنلا چەكلىنىپ قال-
ماي، ئۆزىمىزنىڭ باشلامچىلىق، نەمۇنىلىك رولىمىز-
نى تولۇق جارى قىلدۇرۇپ، باشقىلارغا ئۈلگە بولۇپ،
ئاكتىپ كۈچنىڭ تارقاتقۇچىلىرىدىن بولۇشىمىز،
پارتىيە - ھۆكۈمەتنىڭ تۈرلۈك قانۇن - پەرمانلىرى
ۋە ياخشى سىياسەتلىرىنى كۆچەپ تەشۋىق قىلىپ،
قايمۇقۇپ قالغان كىشىلەرنى ھالاكەت يولىدىن قۇ-
تۇلدۇرۇپ، توغرا يولغا يېتەكلىشىمىز لازىم. پەقەت
شۇنداق قىلغاندىلا، ئاندىن ھەقىقىي بىر خەلق ئو-
قۇتقۇچىسىنىڭ بۇرچىنى ئادا قىلغان بولىمىز ۋە
ئۆزىمىزگە يۈز كېلەلەيمىز.

مۇھەررىرى: مەھفۇزە ئەخمەت

ئۆپكە راكىنىڭ ئالدىنى ئېلىش تەس ئەمەس

ئۆپكە راكى دۇنيادىكى گىرىپتار بولۇۋاتقان ئادەم سانى ئەڭ كۆپ يامان سۈپەتلىك ئۆسمە بولۇپ، دۇنيا جامائەتچىلىكى تەرىپىدىن «راك كېسەللىكلىرى شاھى» دەپ ئاتالماقتا. تەتقىقاتلاردىن مەلۇم بولۇشىچە، ئۆتكەن 30 يىلدا ئېلىمىزدە ئۆپكە راكى بىلەن ئۆلۈش نىسبىتى 465% ئېشىپ، ئېشىش سۈرئىتى ئەڭ تېز راك كېسەلگە ئايلانغان ھەمدە جىگەر راكىنىڭ ئېلىمىزدە 1 ـ ئورۇندا تۇرىدىغان جانغا زامىن ئۆسمىلىك ئورنىنى ئالغان.

تاماكا ئۆپكە راكىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان باش جىنايەتچى.

ئۆپكە راكىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان سەۋەبلەر ئىچىدە كۆپ ئۇچرايدىغانلىرى تاماكا چېكىش، ئاتموسفېرانىڭ بۇلغىنىشى بولۇپ، بۇنىڭدىن سىرت يەنە قېرىش، كەسپ ئامىلى ۋە ئىرسىيەت ئامىلى قاتارلىقلارمۇ بار.

تاماكا چېكىش ئۆپكە راكىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان ئەڭ مۇھىم ۋە خەتەرلىك ئامىل، ئەرلەردىكى 80% تىن كۆپرەك ئۆپكە راكى ۋە ئاياللاردىكى ئاز دېگەندە 50% ئۆپكە راكىنىڭ كېلىپ چىقىشى تاماكا بىلەن مۇناسىۋەتلىك. تاماكا چەككۈچىلەرنىڭ ئۆپكە راكىغا گىرىپتار بولۇش خەۋپى تاماكا چەكمەيدىغانلارغا قارىغاندا 30 ھەسسە يۇقىرى بولىدۇ.

شەھەرلىشىش ۋە سانائەتلىشىش سۈرئىتىنىڭ تېزلىشىشى ئاتموسفېرانىڭ بۇلغىنىشىنى بارغانسېرى ئېغىرلاشتۇرۇپ، تاماكا چەكمەيدىغانلارنى ئۆپكە راكىغا گىرىپتار قىلىدىغان مۇھىم سەۋەبكە ئايلاندى. يېقىنقى يىللاردىن بۇيان، كۆپچىلىك PM2.5 كە يېقىندىن دىققەت قىلماقتا، چۈنكى ئۇنىڭ ئۆپكە راكى بىلەن بىۋاسىتە مۇناسىۋىتى بار.

ئېلىمىز ياشانغانلار جەمئىيىتىگە قەدەم قويدى، قېرىش ئۆسمىنىڭ يۈز بېرىشىدىكى ئەڭ ئاساسلىق خەتەرلىك ئامىل ھېسابلىنىدۇ. چۈنكى، قېرىش خىروموسوم (بويالغۇچى تەنچە) نى تۇراقسىزلاشتۇرۇپ، ھۈجەيرىلەرنىڭ ئوكسىدلىنىشقا قارشى تۇرۇشتىكى جىددىي ئىنكاسى ۋە كوللېكتىپ ئىممۇنولوگىيەلىك كۆزىتىش رولىنى تۆۋەنلىتىۋېتىدىغان بولغاچقا، ئاسانلا ئۆسمە يۈز بېرىدۇ، تەرەققىي قىلىدۇ.

يۆتەل ئىككى ھەپتىدىن ئاشسا دىققەت قىلىش كېرەك.

ئۆپكە راكىنىڭ كلىنىكىلىق ئىپادىلىرى كۆپ خىل، يۆتىلىش ئۆپكە راكىنىڭ مۇھىم ئالامەتلىرى

ئۇيغۇر كىتاب تورىبېكىتى
www.uyghurkitap.com

بولۇپ، ئارىلاپ قوزغىلىدىغان يۆتەل، غىدىقلاش خاراكتېرلىك يۆتەل، قۇرۇق يۆتەل ياكى ئاز مىقداردا بەلغەم ئارىلاشقان يۆتەل كۆرۈلىدۇ. بەزى بىمارلاردا ئىلگىرى سوزۇلما يۆتەل ئەھۋالى كۆرۈلمىگەن بولىسىمۇ، بىراق بۇ قېتىم 2 ~ 3 ھەپتىدىمۇ يۆتەل توختىمايدۇ ياكى ئىلگىرى سوزۇلما يۆتەل بولغان بولسا، بۇ قېتىم يۆتەلنىڭ خاراكتېرى ئۆزگىرىدۇ ھەتتا زىققىدىكى خىرقىراق ئاۋاز قوشۇلۇپ كېلىدۇ، بۇنداق چاغدا ھوشيار بولۇش كېرەك. بۇنىڭدىن سىرت، يۆتەلگەندە قان تۈكۈرۈش ياكى بەلغەمدە قان يىپچىلىرى بولۇش، مەيدىسى ئاغرىش، نەپسى سىقىلىش، قىزىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. يېشى 40 تىن ئاشقانلاردا يۇقىرىقىدەك ئالامەتلەر كۆرۈلسە، تېزدىن مەخسۇس كېسەللىكلەر دوختۇرىدىن مەسلىھەت سوراش كېرەك.

ئۆپكە راكىنى تەكشۈرۈشتە كۆكرەكنى رېنتگېندا تەكشۈرتكەندىن CT دا تەكشۈرتكەن ئەۋزەل.

ئۆپكە راكىنىڭ ئالامەتلىرى ئالاھىدە بولمىغاچقا، ئېلىمىزدىكى كۆپ قىسىم ئۆپكە راكى بىمارلىرىغا «ئۆپكە راكى» دەپ ئېنىق دىياگنوز قويۇلغاندا، كېسەللىك ئاللىقاچان ئوتتۇرا، ئاخىرقى باسقۇچقا بارغان بولىدۇ. بۇ، شۈبھىسىزكى داۋالاشنىڭ قىيىنلىق دەرىجىسىنى ئاشۇرۇۋېتىپ، ئېلىمىزدىكى ئۆپكە راكى بىمارلىرىنىڭ بەش يىل ھايات تۇرۇش نىسبىتىنىڭ ئومۇميۈزلۈك تۆۋەنلەپ كېتىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. شۇڭا، بالدۇر قاراتمىلىق ھالدا سالامەتلىك تەكشۈرتۈش ئىنتايىن مۇھىم.

تۆۋەن مىقدارلىق بۇرمىسىمان CT بولسا نۆۋەتتە سەزگۈرلۈكى ۋە ئالاھىدە خۇسۇسىيىتى ئەڭ يۇقىرى بولغان ئۆپكە راكىنى تەكشۈرۈش ۋاستىسى ھېسابلىنىدۇ. ئۇنىڭ X نۇرىدا يورۇتۇش مىقدارى بىلەن ئادەتتىكى رېنتگېن ئاپپاراتىنىڭ يورۇتۇش مىقدارى ئوخشاش، بىراق ئېنىقلىق دەرىجىسى ئىنتايىن يۇقىرى بولۇپ، ئۆپكە ئىچىدىكى نەچچە مىللىمېتىرلىق مىكرو كېسەللىك ئۆزگىرىشلىرىنى بايقىيالايدۇ ھەمدە تېخىمۇ ئىنچىكە بولغان نىشانلىق تەسۋىر چۈشۈرۈش قاتارلىق ۋاستىلەر ئارقىلىق كېسەلنىڭ خاراكتېرىنى يەنىمۇ ئېنىق بېكىتكىلى بولىدۇ. تەتقىقاتلاردا كۆرسىتىلىشىچە، CT دا تەكشۈرۈپ ئېنىقلانغان ئۆپكە راكى رېنتگېن ئاپپاراتىدا تەكشۈرۈپ ئېنىقلانغان ئۆپكە راكىغا قارىغاندا باسقۇچى تېخىمۇ بۇرۇن، دىيامېتىرى تېخىمۇ كىچىك بولىدىكەن؛ CT دا تەكشۈرۈپ ئېنىقلانغان ئۆپكە بىمارلىرىنىڭ بەش يىلغىچە ھايات كەچۈرۈش نىسبىتى رېنتگېن ئاپپاراتىدا تەكشۈرۈپ ئېنىقلانغان ئۆپكە راكى بىمارلىرىغا قارىغاندا يۇقىرى بولىدىكەن؛ CT دا تەكشۈرۈپ ئېنىقلانغان ئۆپكە راكىنى ئوپېراتسىيە ئارقىلىق كېسىپ ئېلىۋېتىش نىسبىتى رېنتگېن ئاپپاراتىدا تەكشۈرۈپ ئېنىقلانغان ئۆپكە راكىغا قارىغاندا كۆرۈنەرلىك يۇقىرى بولىدىكەن. شۇنىڭ ئۈچۈن تۆۋەن مىقدارلىق بۇرمىسىمان CT ئۆپكە راكىنى ئومۇميۈزلۈك تەكشۈرۈشتىكى ئالدىن تاللايدىغان ئۇسۇل ھېسابلىنىدۇ، ئىقتىسادىي شارائىت يار بەرسە ئىمكانقەدەر بالدۇر تەكشۈرتۈش كېرەك.

دىياگنوزنى مۇقىملاشتۇرۇشتا تىرىك ئەۋرىشكە ئېلىش كېرەك.

كېسەلگە دىياگنوز قويۇشتىكى «ئالتۇن ئۆلچەم» پاتولوگىيەلىك دىياگنوز قويۇش بولۇپ، ئۆپكە راكىمۇ بۇنىڭ سىرتىدا ئەمەس. يەنى كانايچىدىن تىرىك توقۇلما ئېلىپ تەكشۈرۈش، ئۆپكىنى تېشىپ تىرىك توقۇلما ئېلىپ تەكشۈرۈش ياكى ئوپېراتسىيە ئارقىلىق كېسىپ ئېلىش قاتارلىق ئۇسۇللار ئارقىلىق بىمارنىڭ تېنىدىن كىچىك توقۇلما ياكى بىر قىسىم ئۆپكە ئەۋرىشكىسى ئېلىپ، مىكروسكوپ ئاستىدا ھىستولوگىيەلىك تەكشۈرۈش ئېلىپ بارغاندىن كېيىن كېسەلگە دىياگنوز قويۇلىدۇ. يېقىنقى يىللاردىن بۇيان كۆكرەك بوشلۇقى ئەينىكىنىڭ كەڭ قوللىنىلىشىغا ئەگىشىپ، نۆۋەتتە ئۆپكە راكىغا ئېنىق دىياگنوز قويۇش نىسبىتى كۆرۈنەرلىك يۇقىرى كۆتۈرۈلدى. ئۆپكە راكىغا بالدۇر دىياگنوز قويۇشنىڭ پايدىسى نۇرغۇن، يەنى ئوپېراتسىيەدىن كېيىنكى

خىمىيەلىك داۋالاش ھاجەتسىز، ھايات قېلىش ۋاقتى ئۇزىرايدۇ.

تاماكا تاشلاش ئۆپكە راكىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتىكى ئەڭ ئۈنۈملۈك ئۇسۇل.

تەتقىقاتلاردىن ئىسپاتلىنىشىچە، تاماكا تاشلاش ئۆپكە راكىنىڭ يۈز بېرىشىنى كۆرۈنەرلىك تۆۋەنلەتەلەيدىكەن ھەمدە تاماكىنى قانچە بالدۇر تاشلىسا ئۆپكە راكىغا گىرىپتار بولۇش نىسبىتى شۇنچە تۆۋەن بولىدىكەن. شۇڭا ئۇچۇن، تاماكا تاشلاش ئۆپكە راكىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتىكى ئەڭ ئۈنۈملۈك ئۇسۇل ھېسابلىنىدۇ. بۇنىڭدىن سىرت، تۇمانلىق ھاۋارايى ۋە راك پەيدا قىلغۇچى ماددىلار بىلەن ئۇچرىشىشنى ئازايتىشمۇ ئۆپكە راكىغا گىرىپتار بولۇش نىسبىتىنى تۆۋەنلىتىدۇ.

پۇرچاق تۈرىدىكى يېمەكلىكلەرنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش كېرەك.

داۋۇر تەركىبىدە ئىزوفلاۋون (داۋۇردىن ئىشلەنگەن يېمەكلىكلەردىكى ئالاھىدە بىر خىل راككا قارشى فاكتور) مول بولۇپ، ئۆپكە راكىنى رادىيوئاكتىپلىق داۋالاش مەزگىلىدە داۋۇر ئىزوفلاۋونى تولۇقلىغاندا، داۋالاش ئۈنۈمىنى يۇقىرى كۆتۈرىدۇ. كونكېرت ئېيتساق، رادىيوئاكتىپلىق داۋالاش مەزگىلىدە راك ھۈجەيرىلىرى بىرخىل ئۆزىنى قوغداش مېخانىزمى شەكىللەندۈرىدۇ. داۋۇر ئىزوفلاۋونى بولسا بۇ خىل قوغداش مېخانىزمنى بۇزۇپ تاشلاپ، راك ھۈجەيرىلىرىنىڭ ئەسلىگە كېلىش ئىقتىدارىنى ئاجىزلىتىش ئارقىلىق رادىيوئاكتىپلىق داۋالاشنىڭ ئۈنۈمىنى يۇقىرى كۆتۈرىدۇ. پۇرچاق ياسالمىلىرى ئۆپكە راكىنىڭ ئالدىنى ئېلىپلا قالماستىن، ئۆپكە راكى بىمارلىرىنىڭ كېسەللىك ئالامەتلىرىنى ياخشىلايدۇ.

ئامېرىكا راك كېسەللىكلىرى تەتقىقات جەمئىيىتىنىڭ يېمەك - ئىچمەك ھەققىدىكى تەكلىپىگە ئاساسلانغاندا، ئۈنۈملۈك يېمەكلىكلەرنى ئاساس قىلىپ، كۆپ تەرەپتىن ئوزۇقلۇق قوبۇل قىلىش؛ يېڭى مېۋە - چېۋە ۋە كۆكتاتلارنى كۆپ يېيىش؛ دانلىق زىرائەتلەر، پۇرچاق تۈرلىرى، يىلتىزلىق كۆكتاتلارنى كۈندە ئاز دېگەندە 600 ~ 800 گىرامغىچە يېيىش؛ كالا، قوي گۆشى قاتارلىقلارنى كۈندە 80 گىرامدىن ئاز قوبۇل قىلىش؛ يېمەكلىك خورۇچى قوشۇلغان ۋە قاقلاپ كاۋاپ قىلىنغان يېمەكلىكلەرنى ئىمكانقەدەر ئاز يېيىش كېرەككەن. بۇ تەدبىرلەر راك كېسەللىنىڭ يۈز بېرىشىنى ئۈنۈملۈك ئازايتىدىكەن.

ئۆپكە راكىنىڭ ئالدىنى ئالغىلى ھەم تىزگىنلىگىلى بولىدۇ. يېمەك - ئىچمەكنى تەڭشەپ كۈتۈنۈش ئۆپكە راكىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتىكى مۇھىم ئۇسۇللارنىڭ بىرى بولۇپ، ئۆپكە راكىنىڭ 40% ى يېمەك - ئىچمەك ئادىتى، يېمەكلىكلەرنى پىششىقلاپ ئىشلەش، پىشۇرۇش ئۇسۇلى قاتارلىقلار بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. پەقەت مۇۋاپىق ئوزۇقلىنىپ، ياخشى تۇرمۇش ئادىتىنى ساقلىساقلا، نۇرغۇن راك كېسەللىرى بىزدىن يىراقلىشىدۇ.

تەرجىمە قىلغۇچى: ساتتار غوپۇر

مۇھەررىر: مۇيەسسەر ئابدۇللا

www.uyghurkitap.com

غەلىتە شەكىللىك توخۇ تۇخۇمى ۋە ئۇنىڭ شەكىللىنىش سەۋەبى

ئابدۇللا روزى
(شىنجاڭ يېزا ئىگىلىك ئۇنىۋېرسىتېتى)

نورمال توخۇ تۇخۇمى ئېللىپس شەكلىدە، ئېغىرلىقى 58 ــ 60 گىرام، تۇخۇم شاكىلى ئاق، قوڭۇر، ھالرەڭ قاتارلىق رەڭلەردە بولىدۇ. يەرلىك مېكيانلار ھەپتىسىگە 3 ــ 4 كىچە، يۇقىرى مەھسۇلاتلىق مېكيانلار 5 ــ 6 گىچە تۇخۇم تۇغىدۇ. ئادەتتە بىر دانە تۇخۇمنىڭ ئىچىدە بىر تۇخۇم سېرىقى بولىدۇ. بىراق مېكيانلاردا دائىم دېگۈدەك قوش سېرىقلىق تۇخۇم، سېرىقسىز تۇخۇم، يۇمشاق شاكاللىق تۇخۇم، غەيرىي شاكاللىق تۇخۇم، تۇخۇم ئىچىدە تۇخۇم، غەيرىي ماددىلىق تۇخۇم قاتارلىق غەلىتە تۇخۇم تۇغۇش ئەھۋاللىرى كۆرۈلۈپ تۇرىدۇ. غەلىتە تۇخۇملارنى يېيىشكە بولىدۇ، بىراق چۈجە چىقىرىشقا بولمايدۇ.

1. قوش سېرىقلىق، ئۈچ سېرىقلىق تۇخۇم بۇ خىل تۇخۇم ئادەتتىكى تۇخۇمدىن چوڭ بولىدۇ. بۇ خىلدىكى تۇخۇمنىڭ شەكىللىنىپ قېلىشىدىكى سەۋەب شۇكى، مېكيان تۇخۇم تۇغۇشقا باشلىغاندا ياكى تۇخۇم تۇغۇش يۇقىرى پەللىسىگە يەتكەندە، 2 ــ 3 تۇخۇم ھۈجەيرىلىرى بىر ۋاقىتتا بۆلۈنۈپ چىقىش ياكى مېكيانلار تاشقى مۇھىتنىڭ غىدىقلىشىغا ئۇچراپ تۇخۇم قانىلى تەتۈر سازاڭسىمان قىسقارغاندا، تۇخۇم سېرىقى تۇخۇم قانىلىنىڭ ۋارونكا قىسمىغا ئىتتىرىلىپ، فىزىيولوگىيەلىك ئەھۋال نورماللاشقاندىن كېيىن بۆلۈنۈپ چىققان تۇخۇم سېرىقى بىلەن بىرلىشىپ، قوش سېرىقلىق، ئۈچ سېرىقلىق غەلىتە تۇخۇم شەكىللىنىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا تويۇنۇشى ياخشى ياكى ئالاھىدە خۇسۇسىيەتكە ئىگە مېكيانلاردا قوش سېرىقلىق، ئۈچ سېرىقلىق تۇخۇم تۇغۇش ئەھۋالى ئۇچرايدۇ.

مۇخبىر ما يۆرەننىڭ خەۋەر قىلىشىچە، بايىنغولىن ئوبلاستىنىڭ قاراشەھەر ناھىيەسىدىكى باقمىچى يۇن خۇڭنىڭ ئۆيىدە باققان بىر مېكيان 2016 ــ يىلى 1 ــ ئاينىڭ 1 ــ كۈنى ئۇزۇنلىقى توققۇز سانتىمېتىر، دىيامېتىرى ئالتە سانتىمېتىر، ئېغىرلىقى 121 گىرام كېلىدىغان تۇخۇم تۇغقان. يۇن خۇڭنىڭ ئېيتىشىچە، ئۆتكەن يىلى ئۆكتەبىردىن باشلاپ بۇ مېكيان كۈن ئارىلاپ ئىككى سېرىقلىق تۇخۇم تۇغقان. بۇ خەۋەرنى ئاڭلىغان بەزىلەر بۇ خىل چوڭ تۇخۇمنى ھورمون ئىشلىتىپ تۇغدۇرغان، بۇنداق تۇخۇمنى ئىستېمال قىلىشقا بولمايدۇ دەپ ئېغۋا تارقىتىپ، يۇن خۇڭنىڭ توخۇ تۇخۇملىرىنى سېتىپ چىقىرىشىغا توسقۇنلۇق پەيدا قىلغان. ئەمما تەكشۈرۈش نەتىجىسىگە ئاساسلانغاندا، يۇن خۇڭ توخۇلىرىنى ئادەتتىكى يەم بىلەن باققان بولۇپ، قوش سېرىقلىق تۇخۇمنىڭ ھورمون بىلەن ھېچقانداق مۇناسىۋىتى يوق. شۇڭا قوش سېرىقلىق تۇخۇمنى بەمالال يېيىشكە بولىدۇ. ئوزۇقلۇق ئالاھىدىلىكى جەھەتتىن قارىغاندا تۇغۇتلۇق ئاياللارنىڭ يېيىشىگە تولىمۇ ماس كېلىدۇ.

2. سېرىقسىز تۇخۇم مېكيانلار بەزىدە تولىمۇ كىچىك تۇخۇم تۇغىدۇ. ئۇنىڭ ئىچىدە تۇخۇم سېرىقى بولمايدۇ. پەقەتلا تۇخۇمنىڭ ئوتتۇرىسىدا بىر

تامچە قان ياكى كىچىك توقۇلما بولىدۇ. مۇنداق تۇخۇمنى بەزىلەر «خوراز تۇخۇمى» دەپمۇ ئاتايدۇ. مۇنداق غەلىتە تۇخۇمنىڭ شەكىللىنىشىدىكى سەۋەب شۇكى، تۇخۇمدان قاناش ياكى تۇخۇمدان قانىلىدىكى ئېپىتېلىيە توقۇلما ھۈجەيرىلىرى ياكى يات ماددىلار ئاجرىلىپ چىقىشى تۈپەيلىدىن سېرىقسىز تۇخۇم شەكىللىنىدۇ. بۇ خىل غەلىتە تۇخۇمنى يېيىشكە بولىدۇ، بىراق ئوزۇقلۇق قىممىتى تۆۋەن بولىدۇ.

بەزىلەر خورازنىڭ تۇخۇم تۇغۇشى، مېكيانىنىڭ چىللىشى «شۇملۇقنىڭ بېشارىتى» دەپ قاراپ، دۇئا - تىلاۋەت قىلىپ پال ئاچقۇزىدۇ. ئەمەلىيەتتە، خوراز بىلەن مېكيان ئاناتومىيەلىك، فىزىيولوگىيەلىك جەھەتلەردە چوڭ پەرقلىنىدۇ. تۇخۇم تۇغۇش - تۇغماسلىق، چىللاش - چىللىماسلىق ئۇلاردىكى ئېنىق پەرق ھېسابلىنىدۇ. ئۇندىن باشقا تاشقى قىياپىتى، مىجەزى جەھەتلەردىمۇ ئوخشاشمايدىغان پەرقلەر بولىدۇ. بۇ خىل پەرقلەرنى ئاساسلىقى ئۇلارنىڭ ئاناتومىيەلىك تۈزۈلۈشى، فىزىيولوگىيەلىك فۇنكسىيەسى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. خورازنىڭ كۆپىيىش سىستېمىسى ئۇرۇقدان، ئۇرۇق يۇرۇش كانىلى ۋە زەكەر بېشىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. مېكيانىنىڭ كۆپىيىش سىستېمىسى تۇخۇمدان، تۇخۇم يۇرۇش كانىلىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. خورازنىڭ ئۇرۇقدېنى كۆپىيىش ھۈجەيرىلىرى (ئىسپېرما) ۋە ئاساسلىقى ئاتىلىق جىنسىي ھورمون ئاجرىتىپ چىقىرىدۇ، شۇڭا ئۇ تۇخۇم تۇغمايدۇ. مېكيانىنىڭ تۇخۇمى تۇخۇم ھۈجەيرىلىرى ۋە ئاساسلىقى ئانىلىق جىنسىي ھورمون ئاجرىتىپ چىقىرىدۇ. خوراز بىلەن مېكيانىنىڭ پەرقىنى ئۇلارنىڭ كۆپىيىش سىستېمىسى ئاجرىتىپ چىقارغان ئىچكى ئاجراتمىلىرىنىڭ ئوخشاش بولماسلىقى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. شۇنى ئالاھىدە كۆرسىتىش كېرەككى، خورازنىڭ تېنىدىمۇ ئانىلىق جىنسىي ھورمون، مېكيانىنىڭ تېنىدىمۇ ئاتىلىق جىنسىي ھورمون ساقلانغان بولىدۇ. لېكىن ئۇلار پەقەتلا ئاساسىي ئورۇننى ئىگىلىمەيدۇ. نورمال ئەھۋال ئاستىدا خوراز بىلەن مېكيانىنىڭ ئالاھىدىلىكلىرى مۇقىم بولىدۇ. مۇبادا بۇ خىل ھورمونلارنى ئاجرىتىپ چىقىرىدىغان ئەزالاردا ئۆزگىرىش بولسا، ئۇلارنىڭ ئالاھىدىلىكلىرىدىمۇ ئۆزگىرىش بولىدۇ. جۈملىدىن، جىنسىي ھورمونلارنىڭ تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلىدۇ. مەسىلەن، مېكيانىنىڭ تۇخۇمدېنىدا غەيرىي نورمال ئۆزگىرىش بولغاندا، تۇخۇمداننىڭ نورمال ۋاقىتتىكىدەك ئانىلىق جىنسىي ھورمون ئاجرىتىپ چىقىرىشى چەكلىمىگە ئۇچراپ، ئاتىلىق جىنسىي ھورمون ئاساسلىق ئورۇنغا ئۆتىدۇ. بۇنىڭ بىلەن مېكياندا تەدرىجىي ھالدا خورازغا ئوخشاپ كېتىدىغان تاشقى قىياپەت شەكىللىنىشكە باشلايدۇ ۋە خورازغا ئوخشاش چىللايدىغان بولۇپ قالىدۇ.

3. **يۇمشاق شاكاللىق تۇخۇم** مۇنداق تۇخۇمنىڭ شاكىلى قاتمايدۇ ياكى شاكىلى ئورنىدا پەقەت نېپىز، يۇمشاق پەردىسى بولىدۇ. مۇنداق تۇخۇمنىڭ شەكىللىنىشىنىڭ سەۋەبى كۆپ خىل بولىدۇ. ئاساسلىقى بېقىشنىڭ ناچار بولۇشى، كالتسىي، فوسفور مىقدارىنىڭ كەم بولۇشى ياكى ئۇلارنىڭ نىسبىتىنىڭ نامۇۋاپىق بولۇشى ۋە ۋىتامىن D نىڭ كەمچىل بولۇشى تۈپەيلىدىن بولىدۇ. ئۇندىن باشقا ۋاكسىنا ئەملەش، ئۇزۇن مۇددەت سۇلفانىلامىدلىق دورىلارنى ئىشلىتىش، تاشقى ئامىللارنىڭ غىدىقلىشى ۋە توخۇ يالغان ۋاباسى، يۇقۇملۇق كېكىردەك، كاناي ياللۇغى، تۇخۇم مەھسۇلاتىنى ئازايتىدىغان ئۇنىۋېرسال كېسەللىكى قاتارلىق ئامىللار يۇمشاق شاكاللىق تۇخۇم تۇغۇشقا سەۋەب بولىدۇ. يۇمشاق شاكاللىق تۇخۇم تۇغۇش تولاراق ھاۋا تېمپېراتۇرىسى راسا ئۆرلىگەن، تۇخۇم تۇغۇشنىڭ يۇقىرى پەللىسىگە يەتكەن مەزگىلدە ئاسان يۈز بېرىدۇ.

4. **غەيرىي شەكىللىك تۇخۇم** تۇخۇمنىڭ شەكلى بالىياتقۇنىڭ تۆت ئەتراپىغا كېڭىيىشى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. بالىياتقۇنىڭ تۆت ئەتراپىغا نورمال كېڭىيىشى تۇخۇمنى ئالغا سىلجىتىپ، تۇخۇمنىڭ ئۇچىنى (پەينەك قىسمىنى) تومپايتىدۇ. بۇنىڭ بىلەن تۇخۇم ئېللىپس شەكلىگە كېلىدۇ. ھەرخىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بالىياتقۇنىڭ تۆت ئەتراپقا كېڭىيىشى نورمالسىز بولغاندا، تۇخۇمنىڭ شەكلىدە ئۆزگىرىش بولۇپ، «ئۇزۇنچاق تۇخۇم»، «يۇمىلاق تۇ-

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

خۇم» قاتارلىق تۇخۇم شەكىللىنىپ قالىدۇ. ئۇندىن باشقا، توخۇ يالغان ۋابا كېسەللىكى، تۇخۇم مەھسۇلاتىنى ئازايتىدىغان ئۇنۇۋېرسال كېسەللىكى، يۇقۇملۇق كېكىردەك - كاناي ياللۇغى قاتارلىق كېسەللىكلەرمۇ تۇخۇم شەكلى ۋە تۇخۇم شاكىلىنىڭ رەڭگىدە ئۆزگىرىش پەيدا قىلىدۇ.

5. تۇخۇم ئىچىدىكى تۇخۇم بەزى چاغلاردا مېكىيانلار پەۋقۇلئاددە چوڭ تۇخۇم تۇغىدۇ. ئۇنى چېقىپ كۆرگەندە، تۇخۇم ئىچىدىن تۇخۇم چىقىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى شۇكى، بىر تۇخۇم يېتىلىپ تۇغۇشقا يېقىنلاشقاندا، تاشقى مۇھىتنىڭ غىدىقلىشى ياكى فىزىيولوگىيەلىك نورمالسىزلىق تۈپەيلىدىن تۇخۇم قانىلىدا تەتۈر سازاڭىسىمان ھەرىكەت يۈز بېرىپ، شەكىللىنىپ بولغان تۇخۇم تۇخۇم قانىلىنىڭ يۇقىرى قىسمىغا ئىتتىرىۋېتىلىدۇ. تۇخۇم قانىلىنىڭ ئەھۋالى نورماللاشقاندىن كېيىن تۇخۇم قايتىدىن تۆۋەنگە چۈشكەندە، تۇخۇم شاكىلىنىڭ سىرتىنى قايتىدىن بىر قەۋەت ئاقسىل (تۇخۇم ئېقى) ئورىۋالىدۇ. بۇنىڭ بىلەن تۇخۇم ئىچىدىكى تۇخۇم شەكىللىنىپ قالىدۇ.

6. غەيرىي ماددىلىق تۇخۇم تۇخۇمنى چېقىپ كۆرگەندە بەزى تۇخۇم ئىچىدە قان داغلىرى، پارازىت قۇرت قاتارلىق غەيرىي ماددىلارنى ئۇچرىتىشقا بولىدۇ. بۇ خىل غەيرىي ماددىلارنىڭ چوڭ - كىچىكلىكى زىغىردەك ياكى پۇرچاقتەك بولىدۇ. تۇخۇم ئىچىدە بۇ خىل غەيرىي ماددىلارنىڭ بولۇشىدىكى سەۋەب شۇكى، تۇخۇمدان، تۇخۇم قانىلى ياللۇغلىنىپ قانىغان ياكى تۇنجى قېتىملىق تۇخۇم تۇغۇشتا تۇخۇم قانىلى يېرىلىپ قانىغان بولسا، قان دېغىغا ئايلىنىپ تۇخۇم ئىچىگە كىرىپ قالىدۇ. ئۇندىن باشقا، مېكىيانلارنىڭ يېمىدە ۋىتامىن K يېتىشمىگەندە تۇخۇمدا ئاسان قان دېغى پەيدا بولۇپ قالىدۇ. پارازىت قۇرتلىرىنىڭ تۇخۇم قانىلىغا كىرىپ قېلىشىمۇ غەيرىي ماددىلىق تۇخۇمنىڭ شەكىللىنىشىگە سەۋەب بولۇپ قالىدۇ.

مۇھەررىر: مۇيەسسەر ئابدۇللا

كۈلكىنىڭ پايدىسى

1. ئۆپكىنىڭ نەپەسلىنىش ئىقتىدارىنى ئاشۇرىدۇ.
2. نەپەس يولىنى تازىلايدۇ.
3. ساغلام ھېسسىياتنى ئۇرغۇتىدۇ.
4. روھىي جىددىيلىكنى تۈگىتىدۇ.
5. مۇسكۇللارنى بوشاشتۇرۇپ، ئادەمگە ئازادىچىلىك ھېس قىلدۇرىدۇ.
6. زېھنىي كۈچىنى ئۇرغۇتىدۇ.
7. ئادەمنى زېرىكىش ۋە غەم - قايغۇدىن خالاس قىلىدۇ.
8. ئادەمنى مۇھىتقا ماسلىشىشقا، رېئاللىققا ئۇمىدۋارلىق بىلەن قاراشقا ئۈندەيدۇ.

نۇرمۇھەممەتجان ئىمىن روزى (تەييارلىغان)
مۇھەررىر: مەھفۇزە ئەخمەت

كۈلكە ۋە ساغلاملىق

ئابلەت مەھەممەت
(شىنجاڭ رادىيو - تېلېۋىزىيە ئۇنىۋېرسىتېتى پېشقەدەم كادىرلار باشقارمىسى)

پسىخولوگلار كۈلكىنىڭ ئىنسانلارنىڭ روھىنى ئۇرغۇتۇپ، كەيپىياتىنى تەڭشەپ ئۇلارغا خۇشال - خۇراملىق ھەم روھىي، جىسمانىي ساغلاملىق ئاتا قىلىشتەك ئالاھىدە رولىغا ئىگە ئىكەنلىكىنى ئاللىبۇرۇن ئىسپاتلىغان ۋە ئۇنى روھىي بېسىم، ئازاب - ئوقۇبەت، بىئاراملىق، چۈشكۈنلۈك قاتارلىقلاردىن قۇتۇلۇشنىڭ ئۈنۈملۈك دورىلىرىنىڭ بىرى، دەپ قارىغان.

ئەنگلىيە كامبرىج ئۇنىۋېرسىتېتىدىكى تەتقىقاتچىلار تېخى يېقىندىلا پادىشاھلىق ئىلمىي جەمئىيىتى تەرىپىدىن چىقىرىلغان ئىلمىي ژۇرنالدا ماقالە ئېلان قىلىپ مۇنداق دەپ كۆرسەتكەن: «تەتقىقاتلاردىن مەلۇم بولۇشىچە، كۈلكە بولۇپمۇ قاقاقلاپ، ۋايىغا يەتكۈزۈپ كۈلگەن كۈلكە خۇددى قاتتىق ئازاب - ئوقۇبەت، جەبرى - زۇلۇمغا دۇچ كەلگەندە يىغلىغان يىغىغا ئوخشاش بارلىق كۆڭۈلسىزلىك، پىغان - ھەسرەت، روھىي بېسىم، قورقۇنچ، چۈشكۈنلۈكلەرنى مەلۇم دەرىجىدە چىقىرىپ تاشلاپ، كەيپىياتنى تەڭشەپ، ساغلام روھىي - ھالەتنى ئەسلىگە كەلتۈرىدىكەن.»

پسىخولوگلار، ئادەملەر ھەر قېتىم كۈلگەندە، بولۇپمۇ قاقاقلاپ كۈلگەندە، مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسى تەركىبىدە كوففېئىنغا ئوخشاپ كېتىدىغان بىر خىل ئاقسىلنى ئاجرىتىپ چىقىرىدۇ. ئەنە شۇ ئاقسىل نېرۋىلارنى تىنچلاندۇرۇش، جانلاندۇرۇش، سەگەكلەشتۈرۈش قاتارلىق روللارنى ئويناش ئارقىلىق كەيپىياتنى تەڭشەپ كىشىگە خۇشال - خۇراملىق ئاتا قىلىدۇ، دەپ قارىغان. كۈلدۈرۈش، كۆڭلىنى كۆتۈرۈش، رىغبەتلەندۈرۈش، كىتاب ئوقۇش، دىكلىماتسىيە قىلىش، قىزىقارلىق ئويۇنلارنى ئويناش ئارقىلىق بىر قىسىم روھىي كېسەللىكلەرنى جۈملىدىن جىمغۇرلۇق، خامۇشلۇق كېسەللىكلىرىنى مەلۇم دەرىجىدە داۋالاشقا بولىدىكەن.

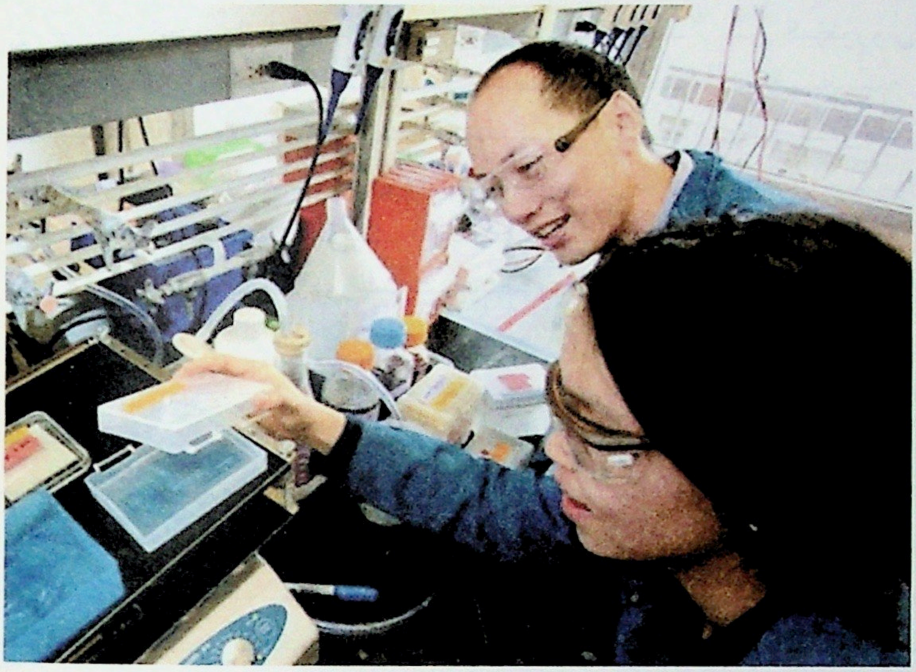
شۇڭا، بىرقىسىم ئېغىر روھىي زەربىگە، بېسىمغا ئۇچرىغان، بەختسىزلىك، پاجىئە قاتارلىقلارغا دۇچ كېلىپ ئۆزىنى يوقىتىپ قويغانلارنى ئۇرۇق - تۇغقانلىرى، دوست - بۇرادەرلىرى، مۇھىتى گۈزەل جايلارغا، كۈلكە - چاقچاق سورۇنلىرىغا، مەشرەپ، بەزمىلەرگە ئېلىپ بېرىپ كۆڭلىنى كۆتۈرسە، بىر قىسىم قىزىقارلىق ھەم كۈلكىلىك ئويۇنلارنى كۆرسەتسە، روھىنى ئۇرغۇتۇپ، ئۇلارنى ئازابلاۋاتقان ئازاب - ئوقۇبەتلەرنى ئۇنتۇلدۇرسا، ئۇلار ئاستا - ئاستا روھىي ئازاب، بېسىم قاتارلىقلاردىن قۇتۇلۇپ، نورمال ھالەتكە قايتىدۇ. ئۇلاردا قىيىنچىلىق، جاپا - مۇشەققەت، زىددىيەت، خىرىسقا تاقابىل تۇرۇش ئىستىكى پەيدا بولىدۇ. بارا - بارا روھلىنىپ، ئەسلىدىكى ھالىتىگە قايتىدۇ.

كۈلكە ھەقىقەتەن كىشىلەرنى ئازاب - ئوقۇبەت، جاپا - مۇشەققەت، ھەسرەت - نادامەت، پىغان، ئۈمىدسىزلىك، روھىي زەربە قاتارلىقلاردىن قۇتۇلدۇرىدىغان ئەڭ ئۈنۈملۈك دورىلارنىڭ بىرى.

مۇھەررىر: مۇيەسسەر ئابدۇللا

www.uyghurkitap.com

مىسنىڭ ياغ مېتابولىزمىدىكى رولى دەلىللەندى



مىس ئادەم بەدىنىگە زۆرۈر مىكرو مىقدارلىق ئېلېمېنت. ئامېرىكا ئېنېرگىيە مىنىستىرلىقىنىڭ ChrisChang تەتقىقات گۇرۇپپىسى مىسنىڭ يەنە ياغ مېتابولىزمىنى تەڭشەپ كونترول قىلىشتەك يەنە بىر خىل مۇھىم رولى بارلىقىنى بايقىغان. تەتقىقاتچىلار تەجرىبە چاشقىنىنىڭ گېنىنى ئۆزگەرتىپ، ئۇنى مىس ماددىسى جىگەردە بىنورمال يىغىلىپ قېلىشتەك مېتابولىزم كەمتۈكلۈكىگە گىرىپتار قىلغان. گېنى ئۆزگەرتىلگەن تەجرىبە چاشقىنىنى نورمال تەجرىبە چاشقىنىغا سېلىشتۇرغاندا، ئۇنىڭ بەدىنىگە يىغىلغان ياغ مىقدارى كۆرۈنەرلىك ئاشقان، لېكىن ئۇنىڭ جىگىرىدىكى قان يېغى نورمال تەجرىبە چاشقىنىدىن كۆرۈنەرلىك دەرىجىدە تۆۋەن چىققان. ئۇلار يەنە گېنى ئۆزگەرتىلگەن چاشقان بىلەن تەجرىبە چاشقىنىغا ياغنى پارچىلايدىغان ئوخشاش بىر دورا بەرگەندە، ئاۋۋالقىسىنىڭ ياغنى پارچىلىشى كېيىنكىسىگە قارىغاندا كۆرۈنەرلىك دەرىجىدە ئاجىز بولغان.

يەنىمۇ ئىچكىرىلەپ ئېلىپ بېرىلغان تەجرىبىدە كۆرسىتىلىشىچە، مىسنىڭ بىر خىل ئېنزىم بىلەن بىرىكىشى ياغنىڭ پارچىلىنىش جەريانىغا تەسىر كۆرسىتىدىكەن. تەتقىقاتچىلار بۇ ئارقىلىق مىسنىڭ ياغ مېتابولىزمىدا كەم بولسا بولمايدىغانلىقى، ئۇنىڭ خۇددى «تەڭشىگۈچ» كە ئوخشاش، مىس ماددىسى بەدەندە قانچە كۆپ بولغانسېرى، ياغنىڭ شۇنچە كۆپ پارچىلىنىدىغانلىقىنى يەكۈنلەپ چىققان. بىراق، تەتقىقاتچىلار ھازىرچە مىس ماددىسى تولۇقلاش ئارقىلىق سېمىزلىكنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە داۋالاش توغرىسىدا تەكلىپ بەرمىدى.

تەرجىمە قىلغۇچى : مەھفۇزە ئەخمەت

مۇھەررىر: مۇيەسسەر ئابدۇللا

تەسرات تامچىلىرى

تۇرسۇنمۇھەممەت توختى
(قورغاس ناھىيەلىك تولۇقسىز ئوتتۇرا مەكتەپ)

مەدەنىيلىك قانداق بولىدۇ

ئادەتتە ئەقىلگە ئۇيغۇن بولغان، ئىجتىمائىي ئەخلاق ۋە قانۇن ـ قائىدىلەردىن چەتنەپ كەتمىگەن، مۇنداقچە ئېيتقاندا، باشقىلارنىڭ نازارىتى ۋە مەجبۇرلىشى بولمىغان ئەھۋالدىمۇ تەشەببۇسكارلىق بىلەن قىلىنىدىغان ئىش ـ ھەرىكەتلەر ئاڭلىقلىق جۇملىسىدىگە، ئەكسىچە بولغان ئىش ـ ھەرىكەتلەر ئاڭسىزلىق جۇملىسىگە كىرىدۇ. باشقىلار پاكىز تازىلاپ قويغان يەرگە تاماكا قالدۇقى ۋە ئەخلەتلەرنى تاشلاش، يول بويىغا تەرەت قىلىش، ئاممىۋى سورۇنلاردا يۇقىرى ئاۋازدا پاراڭ قىلىش، باغچىدىكى چىرايلىق ئېچىلغان گۈلنى ئۈزۈۋېلىش، ئاممىۋى ئاپتوبۇستا تاماكا چېكىش، مېھمانخانىدا قونغاندا ئايىغىنى كىرلىككە سۈرتۈپ قويۇش، ئۆز ئۆچرىتىدە تۇرماسلىق، قاتناش قائىدىسىگە رىئايە قىلماسلىق ... قاتارلىقلار ئاڭسىزلىقنىڭ ئادەتتىكى ئىپادىلىرى ھېسابلىنىدۇ. مۇبادا ھەممە ئادەم ئاڭلىق بولۇپ كەتسە، «قالايمىقان تۈكۈرمەڭ»، «تاماكا چېكىش مەنئىي قىلىنىدۇ»، «گۈللۈككە دەسسىمە»، دەرەخ شاخلىرىنى سۇندۇرسا، ياۋايى ھايۋانلارنى ئۆلتۈرسە ... XX يۈەن جەرىمانە ئېلىنىدۇ»، «...غا خىلاپلىق قىلغۇچىلار مۇنداق جازالىنىدۇ ياكى XX يۈەن جەرىمانە قويۇلىدۇ» دېگەنگە ئوخشاش چەكلەش، ئاگاھلاندۇرۇش مەزمۇن قىلىنغان ئېلان تاختىلىرى ۋە جازالاش تۈزۈملىرىنىڭ ھاجىتى قالمايدۇ. ئادەم قانچە ئاڭلىق بولغانسېرى شۇنچە مەدەنىيلەشكەن بولىدۇ؛ ئەكسىچە قانچە ئاڭسىز بولغانسېرى شۇنچە قالاقلىشىدۇ. ئارقىدا قېلىشقا، كۆڭۈلسىزلىكلەرنىڭ كېلىپ چىقىشىغا، خىزمەتلەرنىڭ ئاقماسلىقىغا، ئىشەنچ كىرىزىسىنىڭ يۈز بېرىشىگە ئاڭسىزلىق سەۋەب بولىدۇ. شۇڭا بىز ئاڭلىقلىقنى تەشەببۇس قىلىمىز، ئاڭلىق جەمئىيەتتە ياشاشتىن بىر خىل خاتىرجەملىك ۋە كۆڭۈل ئازادىلىكى ھېس قىلىمىز. ئاڭسىزلىق قىلمىشلىرى باشقىلارنىڭ نەپرىتىنى قوزغايدۇ. بولۇپمۇ ئاڭلىق ئادەمگە نىسبەتەن ئاڭسىز كىشىلەرنىڭ ئارىسىدا ياشاش تولىمۇ ئازابلىق ئىش ھېسابلىنىدۇ.

ئىلگىرى نۇرغۇن كىشىلەر كوچا ئاپتوبۇسىغا چىققاندا بېلەت ساتقۇچىنىڭ كۆزىنى بوياپ ئىمكان بار بېلەت ئالماسلىقنىڭ ئامالىنى قىلاتتى، ھازىر كىشىلەر ئاڭلىق ھالدا بېلەت ئالىدىغان ۋەزىيەت شەكىللەندى. بۇرۇن ئادەم ساقلاپ يىغىنلار ۋاقتىدا باشلانمايتتى، ھازىر ھەر ھالدا ۋاقتىدا باشلىنىدىغان، ئاممىۋى سورۇنلاردا كىشىلەر تاماكا چېكىشكە پېتىنالمايدىغان

www.uyghurkitap.com

ۋەزىيەت شەكىللەندى. جەمئىيەتنىڭ تەرەققىي قىلىشى، ئومۇمىي خەلق ساپاسىنىڭ يۇقىرى كۆتۈرۈلۈشىگە ئەگىشىپ نۇرغۇن ئىشلاردا ئۆزگىرىش بولۇۋاتىدۇ، ئاڭلىق ھەرىكەتلەر ئاڭسىز ھەرىكەتلەرنىڭ ئورنىنى ئېلىۋاتىدۇ، بۇ بىر ياخشى يۈزلىنىش. مىسالى، دۆلىتىمىزنىڭ قايسىبىر شەھىرىدە بىر گېزىت ساتقۇچىنىڭ ئەتىگەندە گېزىتلىرىنى تۇرلەر بويىچە ئايرىپ يايمىسىغا يېيىپ قويۇپ كېتىدىغانلىقىنى، چۈش ۋە كەچقۇرۇندا يايمىسىنى يىغىدىغانلىقى، بىر يىلدىن بۇيان ھېساباتىدىن چاتاق چىقمىغانلىقىنى مەملىكەت خەۋەرلىرىدىن كۆرۈپ، بۇ خىل يېڭىلىقتىن سۆيۈنگەن ئىدىم. ئىككى يىل ئىلگىرى جياڭسۇ ئۆلكىسىنىڭ جياڭيىنىڭ شەھىرىدە كوچا ئاپتوبۇسىغا ئولتۇرۇپ سومكامنى ئۇنتۇپ چۈشۈپ كېتىپتىمەن. سومكىدا ئاپپارات ۋە باشقا مۇھىم ماتېرىياللار بار ئىدى. مەن بۇ سومكىنىڭ تېپىلىشىدىن ئۈمىدىمنى ئۈزگەن ئىدىم. چۈشتىن كېيىن قايتاشىمدا نەق شۇ ئاپتوبۇسقا چۈشۈپ قاپتىمەن. دەرھال بېرىپ ئەتىگەن ئولتۇرغان ئورنۇمغا قارىدىم. ئويلىمىغان يەردىن سومكام شۇ ئورۇندا تۇراتتى! بىزنىڭ رېئاللىقىمىزغا نىسبەتەن بۇنداق ئىشلار يەنىلا ئايرىملىق ھېسابلىنىدۇ. خەلقىمىز ئۇزۇن مەزگىل نامراتچىلىق ئىچىدە ياشاپ قالاقلىقتىن قۇتۇلۇپ كېتەلمىگەچكە، بۇنىڭغا ئوخشاش ياخشى ئىشلار يېڭىلىق تۇيۇلۇپ ئادەمنى ھاياجانغا سالماي قالمايتتى. لېكىن بىز ئۆزىمىزنى تەرەققىي تاپقان ئەللەر بىلەن سېلىشتۇرۇپ كۆرسەك، بۇ جەھەتتە تېخى خېلى ئارقىدا ئىكەنلىكىمىزنى ھېس قىلىمىز.

مەلۇم بىر گېزىت خەۋىرىدە، لوس ئانژېلېس يەر ئاستى پويىز بېكىتىنىڭ پۈتۈنلەي ئاڭلىقلىققا تايىنىدىغانلىقى، كىرىپ - چىقىش ئېغىزلىرىدا كارتا سۈركەش ئورنى ۋە بېكەت خىزمەتچىلىرى يوق ئىكەنلىكى، بېلەت سېتىۋېلىشنىڭ تامامەن كىشىلەرنىڭ ئاڭلىقلىقى بىلەن بولىدىغانلىقى تىلغا ئېلىنغان. خەۋەردە يەنە بىر ئىستۇدېنتنىڭ يېنىدا پارچە پۇل بولمىغانلىقى سەۋەبىدىن لوس ئانژېلېس يەر ئاستى پويىزىدا بىر نۆۋەت «ھەقسىز» ئولتۇرغانلىقى، لېكىن ئۇنىڭ شۇنىڭدىن كېيىنكى بىرقانچە كۈندە تولىمۇ بۇرۇختۇم بولۇپ يۈرگەنلىكى تىلغا ئېلىنغان. يەنە بىر گېزىت خەۋىرىدە، چەت ئەلدىكى مەلۇم بىر مەكتەپ كۇتۇپخانىسىنىڭ تېمى، ئىشىكى، خىزمەتچى خادىمىنىڭ يوق ئىكەنلىكى، ھېچقانداق نازارەت قىلىش سىستېمىسىنىڭمۇ ئورنىتىلمىغانلىقى، بىر يىل ئۆتۈپ كىتابلارنى قايتا رەتلىگەندە ئەسلىدىكى 100 مىڭ پارچە كىتابنىڭ كېمىيىپ كەتمەي، ئەكسىچە 106 مىڭ پارچە بولۇپ قالغانلىقى تىلغا ئېلىنغان. نەچچە يىل ئىلگىرى بىر ژۇرنالدىن ياۋروپادىكى مەلۇم بىر دۆلەت دېھقانلىرىنىڭ دېھقانچىلىق مەھسۇلاتلىرىنى يول بويىغا تىزىپ، باھاسىنى يېزىپ قويۇپ ئۆزلىرىنىڭ ئىشىنى قىلغىلى كېتىدىغانلىقىنى، خېرىدارلار ئاڭلىق ھالدا باھاغا ئاساسەن كېرەكلىك نەرسىلەرنى ئېلىپ، تېگىشلىك پۇلنى پۇلدانغا سېلىپ قويىدىغانلىقىنى ئوقۇغان ئىدىم. نېمىسلار قائىدە - تەرتىپلەر بويىچە ئىش قىلىشقا ئادەتلەنگەن ئىكەن. مىسالى، يول بويىدىكى ئىككى تېلېفون بوتكىسىغا ئايرىم - ئايرىم «ئەر»، «ئايال» دېگەن خەت چاپلاپ قويۇلسا، ئەرلەر تېلېفون بوتكىسى ئۆچىرەت بولۇپ كەتكەن، ئاياللار تېلېفون بوتكىسىدا ئادەم يوق ئەھۋالدىمۇ بىرەر نېمىس قائىدىنى بۇزۇپ ئاياللار بوتكىسىدا تېلېفون ئۇرمايدىكەن.

يۇپىڭ «گېرمانىيەدە ئىشەنچمۇ بىر خىل بېسىم» ناملىق يازمىسىدا، ئۆزىنىڭ گېرمانىيەدە ئىككى يىل ئىشلەمچىلىك قىلىش جەريانىدا ئۇلارنىڭ ئاقكۆڭۈل ۋە باشقىلارغا ناھايىتى ئىشىنىدىغانلىقىنى ھېس قىلغانلىقىنى تىلغا ئېلىپ، ئۆز بېشىدىن ئۆتكۈزگەن مۇنداق ئىككى ئىشنى تىلغا ئالىدۇ. بىر قېتىم قوشنىسى لورا خانىم ئۇنىڭغا بىرەر ئايچە فىرانسىيەگە ساياھەتكە بارىدىغانلىقىنى، ئۆيىدىكى بېلىقلىرىغا قاراپ قويۇشقا ياردەم قىلالايدىغان ياكى قىلالمايدىغانلىقىنى سورايدۇ. ئۇ ماقۇللۇق بىلدۈرگەندىن كېيىن لورا خانىم ئۆيىنىڭ ئاچقۇچىنى ئۇنىڭغا بېرىدۇ. ئۇ سەل دەككە - دۈككىدە بولىدۇ. ئۆزى بىلەن تۈزۈك باردى - كەلدىسى بولمىغان، يەنە كېلىپ بۇ يۇرتقا نىسبەتەن «ئاققۇن» ھېسابلىنىدىغان بىر ئادەمگە ئىشىنىپ ئۆيىنىڭ ئاچقۇچىنى بەرگەنلىكىدىن، ئۆيىدىكى نەرسىلەرنى ئوغرىلاپ قېچىپ كې-

تىشىدىن قىلچە ئەنسىرەش ھېس قىلمىغانلىقىدىن ھەيرانلىق ھېس قىلىدۇ. يەنە بىر قېتىم ئۇ كىچىك تاللا بازىرىدىكى يولۇققان ئىشنى تىلغا ئالىدۇ. ئۇ بىر قېتىم تاللا بازىرىدىن نەرسە - كېرەك تاللاۋاتقاندا، دۇكان تاقىلىدىغان ۋاقىت توشۇپ كېتىدۇ. بۇ چاغدا دۇكان خوجايىنى ئۇنىڭغا دوستانىلىق بىلەن دۇكاننى تاقايدىغان ۋاقىت توشقانلىقىنى ئېيتىدۇ. ئۇ چىقىپ كەتمەكچى بولغاندا خوجايىن جىددىيلىشىپ، نەرسە - كېرەكلەرنى داۋاملىق تاللاۋەرسە بولىدىغانلىقىنى، تاللاپ بولغاندا پۇلنى ئاپتوماتىك پۇل ئېلىش ماشىنىسىغا سېلىپ قويۇپ، ئىشىكنى تاقاپ قايتىشىنى ئېيتىپ كېتىپ قالىدۇ. شۇنىڭ بىلەن ئۇنى سۇر باسىدۇ، دۇكاندا ئوغرىلىقتىن ساقلىنىش ئۈسكۈنىسى يوق ئىكەن. ئۇ ئىشلىرىنى تۈگىتىپ دۇكاندىن چىققاندا ئۆزىنى ئوغرىغا ئوخشاپ قالغاندەك ھېس قىلىدۇ.

شىڭ جۇ ئىسىملىك ئاپتورمۇ «باشقىچە بىر خىل دۆلەت ئەھۋالى» ناملىق يازمىسىدا، چەت ئەلگە زىيارەتكە چىقىش جەريانىدىكى بېشىدىن ئۆتكەن بىر قانچە ئىشنى ھاياجان بىلەن تىلغا ئالىدۇ. بىر كۈنى ئۇ دوستى بىلەن مىسىرنىڭ كوچىلىرىنى ئايلىنىۋېتىپ دۇكاندىن بىر نەرسە سېتىۋالماقچى بولىدۇ. ئادەتتە دۇكان خوجايىنلىرى دۇكىنىنىڭ ئىشىكىنى داغدام ئوچۇق قويۇپ، ئۆزلىرى يېقىن ئەتراپتا بەخىرامان بىر ئىشلىرىنى قىلىۋېرىدىكەن. دەرۋەقە ئۇلار كىرگەن دۇكاندىمۇ دۇكان ئىگىسى بولمىغاچقا، سىرتتىن چاقىرىپ كېلىشكە توغرا كەلگەن. سودا قىلىپ بولغاندىن كېيىن دۇكاندارنىڭ قايتۇرىدىغان پارچە پۇلى بولمىغاچقا، پۇل پارچىلىغىلى چىقىپ كېتىپ دۇكاندا دوستى ئىككىسىلا قاپتۇ. قارىغۇدەك بولسا پۇل ساندۇقىنىڭ ئاغزى ئوچۇق بولۇپ، ئىچىدە كەم دېگەندىمۇ نەچچە مىڭ دوللار پۇل بارلىقىنى پەرەز قىلىشىپتۇ. ئۇلار «بۇ دۇكاندار پۇلۇم ئازلاپ كېتىپتۇ دەپ تۆھمەت قىلىپ تۇرۇۋالسا قانداق قىلارمىز» دېگەننى ئويلاپ قورققىنىدىن بۇ يەردىن چاپسانراق چىقىپ كېتىشكە تەقەززا بولۇشۇپتۇ. بىر ھازادىن كېيىن دۇكاندار قايتىپ كىرىپ ساقلىتىپ قويغانلىقىغا ئۆزرە ئېيتىپ، كۈلۈمسىرىگىنىچە ئۇلارنى يولغا ساپتۇ. ئۇلارنى ھەيران قالدۇرغىنى، دۇكاندار قايتىپ كىرىپ پۇل ساندۇقىغا قاراپمۇ قويماپتۇ. تۈركىيەگە بارغىنىدا، بۇ يەردىكى بانكىلاردا ھېچقانداق ئامانلىق قوغداش ئەسلىھەلىرىنىڭ يوقلۇقى، ھەتتا كۆزىتىش تېلېكامېراسىنىمۇ ئورناتمىغانلىقى، پۇل ساندۇقى سىرتتىكى ئادەم قولىنى سوزسىلا ئېلىۋالغۇدەك يەرگە قويۇپ قويۇلىدىغانلىقى ئۇلارنى ھەيران قالدۇرۇپتۇ. ئۇلار ھەر ۋاقىت يامان ئادەملەردىن ئېھتىيات قىلىدىغان پىسخىكىغا كۆنۈپ كەتكەچكە، بۇ دۆلەتلەردىكى نۇرغۇن ئىشلار ئۇلارغا نىسبەتەن بىسىم تۇيۇلۇپتۇ.

«تەرمىلەر» ژۇرنىلىنىڭ 2009 - يىلى 6 - سانىدا بېرىلگەن «ئورۇن بوشاتماسلىقتىن تۆلەنگەن بەدەل» ناملىق يازمىدا، رابىي ئۆلكىلىك مەمۇرىي باشقۇرۇش مەھكىمىسىنىڭ ئالىي دەرىجىلىك مەسئۇلى ستوف كوت ئەپەندى، بىر كۈنى ئادىتى بويىچە كوچا ئاپتوبۇسىغا چىقىپ بىر بوش ئورۇننى تېپىپ ئولتۇرۇپ، ئۆلكىلىك ھۆكۈمەتكە خىزمەتكە ماڭىدۇ. 6 - بېكەتكە كەلگەندە 60 ياشلاردىن ھالقىغان بىر موماي چىقىپ، ئولتۇرىدىغان بوش ئورۇن قالمىغاچقا، ئاپتوبۇسنىڭ تۇتقۇچىغا تايانغىنىچە ستوف كوت ئەپەندىنىڭ يېنىدا ئۆرە تۇرىدۇ. ستوف كوت ئەپەندى پۈتۈن دىققىتى بىلەن گېزىتكە كىرىشىپ كەتكەچكە، مومايىنىڭ يېنىدا ئۆرە تۇرۇۋاتقانلىقىنى پەقەتلا ھېس قىلمايدۇ. ئۇ ئاپتوبۇستىن چۈشىدىغان چاغدىلا بۇ ئەھۋالنى بايقاپ مومايدىن قايتا - قايتا كەچۈرۈم سورايدۇ. بىراق ئەتراپتىكىلەر توغرا چۈشەنمەيدۇ، بىرى بۇ ئەھۋالنى سۈرەتكە ئېلىۋېلىپ ئۆلكىلىك تېلېۋىزىيە ئىستانسىسىغا يوللاپ بېرىدۇ. كەچتە تېلېۋىزىيە ئىستانسىسى بۇ خەۋەرنى بىر مىنۇت ئەتراپىدا تارقىتىدۇ. بۇ خەۋەر بىردىنلا غۇلغۇلا قوزغايدۇ. گەرچە ستوف كوت ئەپەندى تېلېۋىزور ئارقىلىق كەڭ ئاممىغا چۈشەندۈرۈش بەرگەن بولسىمۇ، ئەمما كىشىلەر قايىل بولمايدۇ. شۇنىڭ بىلەن ئۇ ئامالسىز خىزمىتىدىن ئىستىپا بېرىشكە مەجبۇر بولىدۇ.

مەلۇم بىر ناھىيەنىڭ ئورمانچىلىق ئىشلىرىغا مەسئۇل بىر تونۇشۇم ماڭا مۇنداق بىر ئىشنى سۆزلەپ بەرگەن ئىدى. ئۇ بېيجىڭغا ئۆگىنىشكە بارغاندا ياپونىيەلىك بىر ئورمان مۇتەخەسسىسى بىلەن تونۇشۇپ قاپتۇ ھەم ئۇنى شارائىتى يار بەرگەندە شىنجاڭغا

www.uyghurkitap.com

كېلىشكە تەكلىپ قىپتۇ. بىرنەچچە يىلدىن كېيىن ئۇ ئۆيلەنمىغان يەردىن شىنجاڭغا كەپتۇ. تونۇشۇم ئۇنى ناھىيەگە ئېلىپ كېتىۋاتقاندا، بىر توپ كىشىلەرنىڭ بىر يول بويىدىكى يوغان دەرەخلەرنى كېسىپ يولغا ياتقۇزۇۋەتكەنلىكىنى كۆرگەن مۇتەخەسسىسنىڭ، بىردىنلا كەيپىياتى ناچارلىشىپ چىرايى تۈتۈلۈپتۇ. ئۇنىڭ ئېيتىشىچە ياپونىيەدە يوغىناپ كاتتىكەن بىر تۈپ دەرەخنى كېسىش ئۈچۈن ئورمان مىنىستىرلىقىنىڭ تەستىقىنى ئېلىشقا توغرا كېلىدىكەن. بىرەر ئورۇن مەلۇم يەرگە قۇرۇلۇش قىلماقچى بولسا ئالدى بىلەن شۇ ئورۇننى كۆكەرتكەندىن كېيىن ئاندىن قۇرۇلۇشنى باشلايدىكەن. شۇنىڭ بىلەن ئۇ نەچچە سائەت تۇرۇپلا قايتىپ كېتىپتۇ. مەن يەنە مۇنداق بىر ئىشتىن خەۋەر تاپقان ئىدىم. نەچچە يىللار ئىلگىرى مەلۇم بىر ناھىيە بەرەڭگىدىن ئىقتىسادىي كىرىم كىرگۈزۈش ئۈچۈن تاغ باغرىدىكى قارا تۇپراقنى ئاغدۇرۇپ بەرەڭگە تېرىغان ئىكەن. دەرۋەقە شۇ يىلى بەرەڭگىلەر ناھايىتى ئوخشاپ كېتىپتۇ. بىراق بىرنەچچە يىلدىن كېيىن بۇ يەر شېغىللىششقا قاراپ يۈزلىنىپتۇ. ئۇلار بۇنىڭ سەۋەبىنى ئېنىقلاش ئۈچۈن بېيجىڭدىن بىر مۇتەخەسسىس تەكلىپ قىپتۇ. مۇتەخەسسىس بۇ يەرنى كۆرگەندىن كېيىن ناھايىتى ئېچىنغان ھالدا كۆزىگە ياش ئاپتۇ. چۈنكى بۇنداق تۇپراقنىڭ ئەسلىگە كېلىشى ئۈچۈن نەچچە مىڭ يىل كېتىدىكەن! يېقىندا بىر دوستۇم بىلەن مېھماندارچىلىق تېمىسىدا پاراڭلىشىپ قالدىم. ئۇنىڭ ئېيتىشىچە، مەلۇم بىر يۇرتتىن ياش ئەر - ئايال تۇغقىنى ئۈچ ياشقا كىرىپ قالغان بالىسىنى ئېلىپ چىقىپتۇ، دوستۇمنىڭ ئائىلىسىدىكىلەر ناھايىتى قىزغىن ھالدا ئۇلارنىڭ ئالدىغا چىقىپتۇ. بۇ ياش ئەر - خوتۇنلار بالىسى نېمە دېسە شۇنى قىلىپ ناھايىتى ئەركە ئۆگىتىۋەتكەن ئىكەن، بالا نېمە قىلسا مەيلىگە قويۇۋېتىدىكەن، «ھاي» دېيىشنى بىلمەيدىكەن. بالا ئۆيدىكى گىلەمنىڭ ئۈستىدە توپ تېپىپ ئوينىسىمۇ ئۇلارنىڭ كارى بولماپتۇ. دوستۇمنىڭ ئايالى بالىنى ئەركىلىتىش يۈزىسىدىن كۆتۈرۈپ قويغان ئىكەن، بالا يۈزىگە شالاققىدە تۈكۈرۈپ قويۇپتۇ. لېكىن ئاتا - ئانا بولغۇچى بالىغا قاتتىقراق تەنبىھ بەرمەپتۇ. شۇنىڭ بىلەن ئۇلارنىڭ بۇ تۇغقانلىرىدىن رايى قايتىپ كېتىپتۇ. ئۆزىنىلا ئويلاپ قارشى تەرەپنىڭ ئەھۋالى بىلەن قىلچە ھېسابلاشماي ئولتۇرمايدىغان شۇنداق كىشىلەرمۇ باركى، ئۇلار بىر يەرگە مېھمانغا بارسۇن، ياكى بىرەر ئىش بىلەن بىرسىنى ئىزدىسۇن، قارشى تەرەپنىڭ ۋاقتى بىلەن ھېسابلىشىپ كەتمەيدۇ. گەرچە قارشى تەرەپنىڭ ناھايىتى ئالدىراش ئىكەنلىكىنى، بىر قولىنى ئىككى قىلىپ بولالماي كېتىۋاتقانلىقىنى كۆرۈپ تۇرسىمۇ، ئەزمىسىنى ئېزىپ ئۆزىنىڭ پارىڭىنى قىلىپ ئولتۇرۇۋېرىدۇ، مېھمان بولۇپ بولغان، ئىشى تۈگىگەن بولسىمۇ ئورنىدىن بالدۇرراق قوزغالماي دېمەيدۇ. شۇنىڭ بىلەن قارشى تەرەپنىڭ تاقىتى تۈشۈپ، گەپنىڭ ئۇچۇقىنى قىلىشقا مەجبۇر بولىدۇ. بەزى ئادەملەر كۆڭلىدە سىزنى ئۆز كۆرۈپ يېرىم كېچە بولغاندىمۇ تايىنى يوق ئىشلار ئۈچۈن تېلېفون قىلىدۇ. شۇ بىر تېلېفون بىلەن ئۇيقۇڭىز قېچىپ بىر ۋاقىتقىچە ئۇخلىيالماي قىينىلىسىز. ھەتتا تاڭ ئېتىپ كېتىدۇ، ئەتىسى بېشىڭىز گاراڭ ھالەتتە ئورنىڭىزدىن تۇرىسىز، بىر كۈنلۈك ئىشلىرىڭىزنىڭ ئۈنۈمى بولمايدۇ، شۇنىڭ بىلەن ھېلىقى يېقىنىڭىزغا ئىچىڭىزدە لەنەت ئوقۇيسىز. ئاڭلىق ئادەم بەك زۆرۈر ئىشى بولمىسا، سائەت 10 دىن ئاشقاندا ھەرگىز بىرسىگە تېلېفون قىلىپ يۈرمەيدۇ. شۇقەدەر ئاڭسىز، لەنەتكەر بالىلار باركى، ئۇلار بىكاردىن - بىكار باشقىلارنىڭ ۋېلىسىپتى ياكى توكسىكلىتىنىڭ چاقىنىڭ يېلىنى چىقىرىۋېتىپ ياكى تېشىۋېتىپ، شۇ كىشىلەرگە بىرمۇنچە ئاۋارىچىلىق تېپىپ بېرىدۇ. توختىتىپ قويۇلغان ماشىنىنى ئىگىسى يوق پۇرسەتتىن پايدىلىنىپ سىزىۋېتىدۇ. بۇنداق چاغلاردا زەردىڭىز ئۆرلەپ «خەپ» دەپ قالىسىز.

مەن سەھەردە چېنىقىشقا چىققىنىمدا، كوچا سۇپۇرگىلى چىققان ئاياللارنىڭ ئەخلەتلەرنى مەھەللىمىزدىكى چوڭ ئۆستەڭگە تۆكۈۋاتقانلىقىنى كۆرۈپ ئىچىم ئاچچىق بولىدۇ. قاچاندىن بېرى ئۇلارنىڭ بىرىنى بىرى دوراپ، ئاشۇنداق ناچار ئادەتنى ئۆزلىرىگە سىڭدۈرۈۋالغانلىقىنى بىلمەيمەن. بەزى زاۋۇتلار كېرەكسىز سۇ ۋە بۇلغىمىلارنى سۇغا قويۇپ بەرگەچكە، قىلىقسىزلىقى چېكىدىن ئاشقان بىر قىسىم ئاشخانا خوجايىنلىرى پۈتۈن مەينەتچىلىكنى يېنىدىكى

ئېرىق - ئۆستەڭلەرگە تۆككەچكە، ھەتتا بەزىلىرى
خالا جايىنى ئېرىق ئۆستىگە سېلىۋالغاچقا، بەزىلىرى
بايىقى ئاياللاردەك ھويلىسىدىن چىققان ئەخلەتلەرنى
ئۆستەڭلەرگە تۆككەچكە، ئېرىق ئۆستەڭ سۇلىرى ئې-
غىر دەرىجىدە بۇلغىنىپ، كېسەللىك تارقىلىدىغان
مەنبەگە ئايلىنىپ قالماقتا. بىر چاغلاردا مەھەللە ئې-
رىقلىرىدىن شىلدىرلاپ ئاقىدىغان سۈپسۈزۈك سۇلار-
دىن بۈگۈنكى كۈندە ئەسەرمۇ قالمىدى. ھازىر ئېرىق-
تىكى سۇنى ئىچىش ئۇياقتا تۇرسۇن، ئادەم پۇتىنى
چىلاشقىمۇ پېتىنالمايدىغان بولۇپ قالدى. ئوتتۇرا
مەكتەپتە ئوقۇۋاتقان چېغىمدا يېزا كىنوخانىسى كو-
چىسىغا كوچا چىراغلىرى ئورنىتىلغان ئىدى. مەھەل-
لىمىزدىكى بىر ئالىقاپ بالا تاش ئېتىپ بىر ئوبدان
كوچىنى يورۇتۇپ تۇرغان چىراغتىن ئۈچىنى چېقىۋەت-
كەن ئىدى. گەرچە ھازىر بۇنداق چىراغ چاقىدىغانلار
بولمىسىمۇ، لېكىن ئومۇمنىڭ مۈلكىنى ئاسرىمايدى-
غانلار ئاز ئەمەس. مەنزىرىلىك جايلارغا ساياھەتكە بار-
غىنىمىزدا قالايمىقان تاشلانغان يالتىراق خالتا، ئى-
چىملىك قۇتىلىرى ۋە ئەخلەتلەرنى كۆرۈپ كۆڭلىمىز
غەش بولىدۇ. چەت ئەللىك ساياھەتچىلەر بولسا بىزدىن
بەتتەر ئۆكۈنىدۇ، ھەتتا بەزىلىرى ۋىجدانى چىدىماي
ئەخلىتىمىزنى تېرىشكە باشلايدۇ. قۇشلار ۋە ئەتىۋارلىق
ھايۋانلار ئوۋچىلار تەرىپىدىن زىيادە كۆپ ئوۋلانغانلىق-
تىن بىر قىسىم ھايۋانلارنىڭ نەسلى قۇرۇپ كەتمەك-
تە. بوز يەرلەر قالايمىقان ئېچىلغانلىقتىن دەريالارنىڭ
تۆۋەنكى ئېقىنىدىكى بىر قىسىم بوستانلىقلار قۇرۇپ
چۆللەشمەكتە. ئورمانلار قالايمىقان كېسىلىپ، يېپىن-
چا ئۆسۈملۈكلەر چارۋا - ماللار ۋە ئادەملەرنىڭ ئايىغى
ئاستىدا چەيلەنگەنلىكتىن، قالايمىقان قۇرۇلۇش ئېلىپ
بېرىلغانلىقتىن ئېكولوگىيەلىك تەڭپۇڭلۇق بۇزۇلماق-
تا. بىر قىسىم شوپۇرلار قاتناش قائىدىسىگە رىئايە
قىلمىغانلىقتىن، نۇرغۇن ئېچىنىشلىق ھادىسىلەر كې-
لىپ چىقماقتا. شۆھرەتپەرەسلىكنىڭ ئەۋج ئېلىشى
زور دەرىجىدىكى ماددىي ئىسراپچىلىقلارنى، مەنىۋى
جەھەتتىكى چىرىشنى كەلتۈرۈپ چىقارماقتا، ئوغرىلىق
قىلىش ئەھۋاللىرى دائىم يۈز بېرىپ تۇرغاچقا، دەرۋا-
زىسى يوق بىرەر ئۆيىنى ئۇچراتقىلى بولمايدۇ ... ئەترا-
پىمىزدا يۈز بېرىۋاتقان يۇقارقىدەك كۆڭۈلسىز ئىشلار-
نىڭ كېلىپ چىقىشىغا ئاساسلىقى ئاڭسىزلىق سەۋەب
بولماقتا.

ئوقۇغۇچىلارنىڭ كۆچۈرمىكەشلىك قىلمىشى ئەمە-
لىيەتتە ئۆزىنى ئۆزى ئالداش، ئۆزىگە ئۆزى زىيان
سېلىشتىن باشقا نەرسە ئەمەس. كۆچۈرۈش ئارقىلىق
ئاخىرقى ھېسابتا نېمىگە ئېرىشكىلى بولىدۇ؟ ئۆگە-
نىشتىكى مەقسەت مۇددىئانىڭ توغرا بولماسلىقى ئا-
شۇنداق ئاڭسىز ھەرىكەتنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئۆ-
گىنىش ئوقۇغۇچىلارنىڭلا ئەمەس بارلىق جەمئىيەت
ئەزالىرىنىڭ ئاڭلىق ھەرىكىتىگە ئايلانسا؛ ئىشچى -
خىزمەتچىلەر ئاڭلىق ھالدا ئۆز خىزمىتىنى تەشەب-
بۇسكارلىق بىلەن ئىشلىسە، ھەممە ئادەم ئىجتىمائىي
ئەخلاققا ئاڭلىق رىئايە قىلسا، جەمئىيەت ئەزالىرىدا
باشقىلار كۆرمىگەن، نازارەت قىلمىغان ئەھۋالدىمۇ بى-
رەر ئىشنى خاتا قىلىپ قويغاندا بىئارام بولىدىغان،
خاتىرجەمسىزلىك ھېس قىلىدىغان كەيپىيات شەكىل-
لەنسە، كىشىلەردە باشقىلار ئۈچۈن ئازراق بولسىمۇ
ياخشى ئىش قىلىپ بېرىش ئىستىكى ئومۇمىي كەيپى-
ياتقا ئايلانسا ... بۇنداق ئاڭلىق ھەرىكەتلەر جەمئىيەت
تەرەققىياتىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ، مېھىر - مۇھەببەت-
تىن قەلبلەر ئىللىپ ئىناقلىق گۈللىرى پورەكلەپ
ئېچىلىدۇ. كۆڭۈل ئازادىلىكى بولغان، ھەممە ياخشى-
لىقنى ئويلايدىغان بۇنداق جەمئىيەت ھاياتىي كۈچكە
تولغان بولىدۇ. ئۆزىنى ۋە ئۆزگىنى قەدىرلەشنى بىل-
گەندىلا كىشىلىك ھايات مول مەنالارغا تويۇنىدۇ.

ئاڭلىق بولۇش بىلەن بىلىملىك بولۇشنىڭ ئوڭ
تاناسىپ بولۇشى ناتايىن، بەزىدە بىلىملىك دەپ قا-
رالغان ئادەم بىلىمسىز ئادەم قىلمايدىغان قىلىقلارنى
قىلىپ، كىشىلەرنىڭ نەزىرىدىن چۈشۈپ قالىدۇ.
ئومۇملۇقنى چىقىش قىلغاندا، بىلىملىك بولۇش سا-
پانىڭ ئۆسۈشىگە تۈرتكە بولىدۇ. ساپالىق ئادەملەر
ئومۇمەن ئاڭلىق ئادەملەر ھېسابلىنىدۇ. ساپالىق بو-
لۇش ھەم بىلىم ۋە ئىقتىدار بولۇشنى ھەم ئادەم بو-
لۇش شەرتلىرىنى ھازىرلىغان بولىدۇ. مەدەنىيلىك تە-
كىتلىنىۋاتقان بۈگۈنكى دۇنيادا ھەركىم ئاڭسىزلىق
قىلمىشلىرىنى ئۆزگەرتمەيدىكەن، باشقىلارنىڭ نەزىرى-
دىن چۈشۈپ، ئىشەنچىسىدىن ئايرىلىپ قالىدۇ.

توشقان بىلەن تاشپاقىنىڭ ھېكايىسىگە قانداق قاراش كېرەك

www.uyghurkitap.com

كۆپ تىلغا ئېلىنىدىغان «توشقان بىلەن تاشپاقىنىڭ يۈگۈرۈش مۇسابىقىسى» ھەققىدىكى مەسىلىدە، گەرچە تاشپاقا ئاستا ھەرىكەت قىلىسىمۇ توختىماي مېڭىپ، تىرىشچانلىقى ئارقىلىق توشقاننى يېڭىۋالىدۇ. توشقان ناھايىتى يۈگۈرۈك بولسىمۇ، ھورۇنلۇق قىلىپ، ھەتتا ئۇخلاپ قېلىپ تاشپاقىغا يېڭىلىپ قالىدۇ. بۇ مەسىلىدە ئىلگىرى سۈرمەكچى بولغان ئىدىيە بولسا، غەلىبە توختىماي تىرىشىدىغان ئادەملەرگە مەنسۇپ دېگەندىن ئىبارەت. كونكرېتراق ئېيتقاندا، تەبىئىي ئىقتىدارى ئاجىزراق بولغان تەقدىردىمۇ تىرىشچانلىقى كۈچلۈك ئادەم، تەبىئىي ئىقتىدارى كۈچلۈك، لېكىن تىرىشمايدىغان، بوشاڭ ئادەمدىن ئېشىپ كېتىدۇ، دېگەن مەزمۇن ئىپادە قىلىنىدۇ. كىشىلەرنى تىرىشىشقا ئىلھاملاندۇرۇشنىڭ ئەلۋەتتە خاتا يېرى يوق. بىراق توشقاننىڭ تۇغما يۈگۈرۈك، تاشپاقىنىڭ تەبىئىتىدىن يۈگۈرۈشنى بىلمەيدىغانلىقى ھەممىگە ئايان. شۇنداق ئىكەن، تاشپاقا بىلەن توشقاننى يۈگۈرۈش جەھەتتە مۇسابىقىگە سېلىش ئەسلىدىنلا قائىدىگە ئۇيغۇن كەلمەيدۇ. توشقان ھەرقانچە بوشاڭ بولغان تەقدىردىمۇ تاشپاقىدىن ھەرگىز يېڭىلىپ قالمايدۇ، بۇ بىز مۇھاكىمە قىلىدىغان مەسىلە ئەمەس، بۇ يەردە، تىرىشچانلىق ھەممىنى بەلگىلەمدۇ؟ دېگەن مەسىلە ئۈستىدە پىكىر يۈرگۈزۈپ كۆرۈشىمىزگە ئەرزىيدۇ.

توشقان بىلەن تاشپاقىنىڭ يۈگۈرۈش جەھەتتىكى ئىقتىدارىنى كۆزدە تۇتقاندا، توشقان ئېزىلەڭگۈلۈك قىلىپ تاشپاقىغا نۇرغۇن پۇرسەتلەرنى بەرگەن بولسىمۇ، دەرۋەقە تاشپاقا غايەت زور تىرىشچانلىق كۆرسەتكەن بولسىمۇ، ئاخىرقى ھېسابتا توشقان يەنىلا ئۇتۇپ چىققان بولسا ئەمەلىيەتكە ئۇيغۇن بولغان بولاتتى. بۇ مەسىلىنى ئەمەلىي تۇرمۇشىمىزغا تەدبىقلاپ كۆرىدىغان بولساق، نۇرغۇن ئىشلارنى پەقەت تىرىشچانلىققا تايىنىپلا ھەل قىلغىلى بولمايدىغانلىقىنى ھېس قىلىمىز. مەھەللىمىزدە ناھايىتى تىرىشچان بىر دېھقان بولۇپ، قار ئېرىگەندىن تارتىپ كەچ كۈزگىچە ئېتىزىغا تىنىم تاپماي ئىشلەيتتى. باشقىلار قونىقنى بىر ـ ئىككى قېتىم ئوتىسا، ئۇ ئۈچ ـ تۆت قېتىم ئوتايتتى، قونىقىنىڭ ئارىسىغا باشقا زىرائەتلەرنىمۇ ئارىلاشتۇرۇپ تېرىيتتى. بۇغدىيىنى يىغىۋالغاندىن كېيىن ئورنىغا باشقا بىر زىرائەت تېرىپ قوش ھوسۇل ئالاتتى. باشقا دېھقانلار قىش كۈنى ئېتىزنىڭ ئىشىنى توختاتسا، ئۇ ئات ھارۋىسىنى قېتىۋېلىپ مەھەللە ۋە ئاشخانىلاردىن ئوغۇت يىغىپ ئېتىزلىقىغا توشۇيتتى. شۇڭا ئۇنى كىشىلەر تۆمۈر ئادەمگە ئوخشىتىپ، ئىسمىنىڭ كەينىگە «تۆمۈر» لەقىمىنى قوشۇپ ئاتايتتى. ئۇنىڭ شۇنچە تىرىشقىنىغا چۈشلۇق زىرائەتلىرىمۇ ئوخشايتتى، باشقىلارغا قارىغاندا دېھقانچىلىقتىن كۆپرەك كىرىم قىلالايتتى. بىراق ئۇ ئاشۇنداق بىر ئۆمۈر تىرىشىپمۇ باي بولالمىدى. مەھەللىمىزدە يەنە بىر دېھقان ياش بولۇپ، ئۇ يەرلىرىنى باشقىلارغا ئۇزۇن مۇددەت كۆتۈرە بېرىۋېتىپ، ئۆزى ئىش ـ ئوقەت قىلىش ئۈچۈن ئۈرۈمچىدە ئولتۇراقلىشىپ قالدى. گەرچە ئۇ بىر مەھەل بېشىدىن نۇرغۇن ئىسسىق ـ سوغۇقلارنى ئۆتكۈزگەن بولسىمۇ، ئاخىرى ئىگىلىك تىكلەپ بايلار قاتارىدىن ئورۇن ئالدى. رېئال تۇرمۇشقا نەزەر ئاغدۇرىدىغان بولساق، بەزىلەرنىڭ شۇنچە جاپالىق ئىشلەپمۇ ئەجرىگە چۈشلۇق نېسىۋىگە ئېرىشەلمەيۋاتقانلىقىنى، بەزىلەرنىڭ ھېچقانچە كۈچىمەيلا ئەقىل ـ پاراسىتىگە تايىنىپ شۇنچە كۆپ پۇل تېپىۋاتقانلىقىنى كۆرۈپ تۇرىمىز. بايىقى دېھقان بىر يىل جاپالىق ئىشلەپ 50 مىڭ يۈەن كىرىم قىلسا، بەزى سودىگەرلەر بىر كۈندە 50 مىڭ يۈەن ھەتتا نەچچە يۈز مىڭ يۈەن كىرىم قىلىشى مۇمكىن. بەزىلەر بىر كۈن تىرىشچانلىق كۆرسىتىپ قىلغان ئىشنى بەزىلەر 2 ـ 3 سائەتتە قىلىپ بولىدۇ. بەزىلەر بىر كۈندە ئۆگىنىپ بولغان بىلىمنى بەزىلەر بىر سائەتتە ئۆگىنىپ بولىدۇ. بەزىلەر شۇنچە تىرىشىپمۇ بىرەر نەتىجىگە ئېرىشەلمەيدۇ، بەزىلەر ئازراق تىرىشچانلىق كۆرسىتىپلا كۆزلىگەن ئۇتۇمگە ئېرىشەلەيدۇ. قىسقىسى، بەزىلەر بىر ئۆمۈر جاپالىق ئىشلەپمۇ ھاياتى غورىگىلچىلىك ئىچىدە ئۆتىدۇ. بەزىلەر ئۇنچە كۈچەپ كەتمەيمۇ باياشات، غەم ـ ئەندىشىسىز ياشايدۇ. كۆرۈۋېلىشقا بولىدۇكى، ئەمگەكنىڭ نەتىجىسى بىر تەرەپتىن تەبىئىي ئىقتىدارغا باغ-

لىق بولسا، يەنە بىر تەرەپتىن دىتقا باغلىق بولىدۇ. يەنى جىسمانىي كۈچكە تايىنىپ ياشاش بىلەن ئەقلىي كۈچكە تايىنىپ ياشاشنىڭ ئاسمان - زېمىن پەرقى بولىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا مۇھىت ۋە پايدىلىنىدىغان قوراللارمۇ ئىش ئۈنۈمىگە بىۋاستە تەسىر كۆرسىتىدۇ. مىسالى، سىز پىيادە بىر سائەتتە 5 - 6 كىلومېتىر يول يۈرسىڭىز، ماشىنا بىلەن 100 كىلومېتىر، ئايروپىلان بىلەن 1000 كىلومېتىر يول يۈرەلىشىڭىز مۇمكىن. بىر سائەتتە بىر مو بۇغداي ئورۇسىڭىز، ماشىنا بىلەن 100 مو ئورۇشىڭىز مۇمكىن.

جىسمانىي كۈچكە تايىنىپ ئۈستۈنلۈكنى ئىگىلەيدىغان دەۋر ئاللىقاچان ئۆتۈپ كەتتى. ھازىر مەنىۋى كاپىتالغا تايىنىپ قۇدرەت تېپىشتەك دەۋر مارشى ياڭرىماقتا. شۇڭا بۈگۈنكى كۈندە ئەقلىنى جايىدا ئىشقا سالالىغان، زامانىۋىي قوراللارنى ئۆزى ئۈچۈن ئۈنۈملۈك خىزمەت قىلدۇرالىغان، نىشانىنى توغرا تاللاپ تىرىشىدىغان، ۋاقىتتىن ئۈنۈملۈك پايدىلىنالىغان كىشىلەر رىقابەتتە ئۈستۈنلۈكنى ئىگىلىمەكتە. تىرىشچانلىق بولۇپ ئۈنۈم ۋە نەتىجە بولمىسا، بۇ خىل تىرىشچانلىقنىڭ ئەھمىيىتى بولمايدۇ. ئەپسۇسكى بىر قىسىم كىشىلەر ئۈنۈمسىز يەرگە شۇنچە ئەمگەك قىلىپمۇ ھوسۇل ئالالمىغىنىدەك، ۋاقىت ۋە زېھنىنى ھەقىقىي ئىشلىتىدىغان يەرگە ئىشلەتمەي، ئەھمىيىتى ۋە قىممىتى يوق ئىشلار ئۈچۈن خورىتىۋېتىدۇ. بۇنداق ئۈنۈمسىز ئەمگەك ئۈچۈن بەدەل تۆلەش ئەخمەقلىق ھېسابلىنىدۇ. شۇڭا ھاياتتا قانداق ئىشلارنى قىلىشقا ھەقىقىي كۈچ سەرپ قىلىش، قانداق ئىشلارنى قىلماسلىق، قانداق ئىشلارنى ئەپلەپ - سەپلەپ ئۆتكۈزۈۋېتىشنى بىلىش ئىنتايىن مۇھىم. چۈنكى بەزى ئىشلارنى قىلىش ھوقۇقى ئۆزىڭىزنىڭ قولىدا بولسا، بەزى ئىشلار سىرتتىن مەجبۇرىي تېڭىلىدۇ. ئەگەر سىز قىسقىغىنە ھاياتىڭىزنى قەدىرلىمەكچى، قىممىتىڭىزنى ئۈزلۈكسىز ئاشۇرماقچى بولسىڭىز قىممەت يارىتىدىغان ئىشلارغا دىققىتىڭىزنى مەركەزلەشتۈرۈپ، شەكلەن ئىشلارغا زىيادە زورۇقۇپ كەتمىگەن ئاساستا لايىقىدا مۇئامىلە قىلىپ قويسىڭىز بولىدۇ. بىر مۇئەللىمگە نىسبەتەن دەرسخانا ئوقۇتۇشىغا كۈچەش مۇھىم نۇقتىنى تۇتقانلىق ھېسابلىنىدۇ. بىر قەلەمكەشكە نىسبەتەن يازماقچى بولغان تېما ياخشى تاللانمىسا قىممىتى يوق بىر ئەسەر ئۈچۈن بىھۇدە ئەمگەك قىلىدۇ. بەزىلەر شۇنچە كۆپ كىتاب ئوقۇيدۇ - يۇ، ئوقۇغانلىرىدىن ئۈنۈملۈك پايدىلىنىشنى بىلمەيدۇ. سىز بىر كۈنلۈك ھاياتىڭىز ھەققىدە ئويلىنىپ كۆرۈڭ، ھەر كۈنى سەرپ قىلىۋاتقان زېھنىڭىزنىڭ قانچە ئۈلۈشى ھاياتىڭىز بىلەن مۇناسىۋەتلىك، قانچە ئۈلۈشى كۈنلەرنىڭ ئۆتۈشى بىلەن قىممىتى يوقىلىپ بارىدىغان، ئۇنتۇلۇپ كېتىدىغان ئىشلار؟ قانچىلىك ۋاقتىڭىزنى قىممىتى بار ئىشلارغا سەرپ قىلىۋاتىسىز؟ قانچىلىك ۋاقتىڭىزنى تايىنى يوق ئىشلار ئۈچۈن بىھۇدە ئىسراپ قىلىۋاتىسىز؟ قىلىۋاتقىنىڭىز بىھۇدە بەدەلمۇ ياكى ئەرزىگۈدەك ئىشمۇ؟ قىلىۋاتقانلىرىڭىز ئالاھىدىلىكىڭىز ۋە ئىقتىدارىڭىزغا ماس كېلەمدۇ - كەلمەمدۇ؟

تاشپاقا بىلەن توشقاننىڭ ھېكايىسىدىن تىرىشچانلىقنىڭ مۇھىملىقىنى تونۇپ يېتىش بىلەن بىرگە، نوقۇل تىرىشچانلىققا تايىنىپلا نەتىجە قازانغىلى بولمايدىغانلىقىنىمۇ تونۇپ يېتىش كېرەك. ئەقىل - پاراسەت بىلەن تىرىشچانلىق بىرلەشكەندىلا ئىشنىڭ ئۈنۈمى ھەسسىلەپ ئاشىدۇ.

كىچىكى يامانمۇ چوڭىمۇ

چۈمۈلە بىلەن پىل ھەققىدىكى مەسەلدە، چۈمۈلە بىلەن پىل كۈچتۈڭگۈرلۈكتە بەسلەشمەكچى بولۇشىدۇ، چۈمۈلە مەغرۇرلانغان ھالدا: «مەن ئۆز ئېغىرلىقىمدىن يۈز ھەسسە ئېغىر نەرسىنى كۆتۈرەلەيمەن» دېيىشىگە، پىل بەدىنىنى بىر سىلكىپلا، دۈمبىسىدىكى قېتىپ قالغان لاي پارچىسىنى چۈشۈرۈۋېتىدۇ. لاي پارچىسى نەق چۈمۈلىنىڭ ئۈستىگە چۈشۈپ بىچارە چۈمۈلە ھاياتى بىلەن خوشلىشىدۇ.

بىز كىچىك جانىۋارلار بىلەن چوڭ ھايۋانلارنىڭ كۈچ سىنىشىشىغا ئائىت يۇقارقىغا ئوخشاش مەسەللەرنى ئارىلاپ ئۇچرىتىپ تۇرىمىز. بۇ مەسەللەردە، بەزىدە كىچىك جانىۋار چۈمۈلىگە ئوخشاش تەقدىرگە دۇچ كەلسە، بەزىدە ئويلىمىغان يەردىن چوڭ ھايۋاننى مەغلۇپ قىلىدۇ. ھەممىگە ئايانكى، چۈمۈلە تولىمۇ ئىشچان، كۈچتۈڭگۈرلۈك جەھەتتە دەرۋەقە ئۆز ئېغىرلىقىغا قارىغاندا نەچچە ھەسسە ئېغىر نەرسىنى كۆتۈ-

ئۇيغۇر كىتاب تورىبېكىتى
www.uyghurkitap.com

رەلەيدۇ، بىراق ئۇ چوڭ هايۋانلار ئالدىدا تولىمۇ ئاجىز. چۈمۈلىگە ئوخشاش كىچىك جانىۋارلارنىڭ بىتەلەيلىرى چوڭ هايۋانلارنىڭ تاپىنى ئاستىدا يانچىلىپ ئۆلۈپ كېتىدۇ. بۇ نۇقتىدىن قارىغاندا چۈمۈلە پىلگە ھەرگىزمۇ رەقىب بولالمايدۇ. پاشا ئادەم ۋە هايۋانلارنى چېقىپ ئۇلارغا ئارام بەرمەيدىغان كىچىك هاشارات. شۇڭا ئادەملەر ئۇنىڭدىن دالدىلىنىدۇ، ئۇ سىزنى چېقىپ قېنىڭىزنى شوراۋاتقاندا، بىر شاپىلاق بىلەن مىجىقنى چىقىرىۋېتەلەيسىز. بىز ئىنسانلار ئۆزىمىزنى تەبىئەتنى بويسۇندۇرالايدىغان قۇدرەتكە ئىگە دەپ قارايمىز، بىراق تەبىئەت قاتتىق بىر سىلكىنسىلا ئۆزىمىزنىڭ ئىنتايىن ئاجىز ۋە بىچارە ئىكەنلىكىمىزنى ھېس قىلىمىز.

مەسىلىنى يەنە بىر نۇقتىدا تۇرۇپ ئويلىغىنىمىزدا، كىچىك كۈچلەرگە سەل قاراشقىمۇ بولمايدىغانلىقىنى ھېس قىلىمىز. مىسالى، ئافرىقا يايلاقلىرىدا بىر خىل قان شورىغۇچ شەپەرەڭ بولۇپ، بۇ خىل شەپەرەڭ ياۋا تاغىل ئاتنىڭ قېنىنى شوراپ ھايات كەچۈرىدىكەن. ئۇ ئاتقا ھۇجۇم قىلغاندا پۇتىغا يېپىشىۋېلىپ، ئۆتكۈر چىشلىرى بىلەن ئاتنىڭ پۇت گۆشلىرىنى تىتىپ، ئېقىپ چىققان قاننى شورايدىكەن. ياۋا تاغىل ئات قانداقلا تېز چاپقىنى ۋە چىچاڭشىغىنى بىلەن شەپەرەڭ ئالدىدا ئامالسىز قالىدىكەن. شەپەرەڭ تويغاندىن كېيىن ئاتنىڭ دۈمبىسىگە، بېشىغا قونۇۋېلىپ بىردەم ئويۇن ئوينىغاندىن كېيىن ئۇچۇپ كېتىدىكەن. ئەمما بۇ ياۋا تاغىل ئات ھەددىدىن زىيادە غەزەپلەنگەنلىكى، چىچاڭشىغانلىقى سەۋەبىدىن ئۆلۈپ قالىدىكەن. شۇنىڭغا ئوخشاش، سۇ تامچىسى توختىماي چۈشۈۋەرسە ئاخىرقى ھېسابتا تاشنىمۇ يېرىۋېتىدۇ، يەر ئاستى تۇرۇبىسىدىن سۇ تامچىلاپ چۈشۈۋەرسە، بىر بىنانىڭ ئۇلتۇرۇشۇپ كېتىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. قۇچاق يەتمەيدىغان چوڭ بىر تۈپ دەرەخنى خېلى كۈچلۈك نەرسىلەر نابۇت قىلىۋېتەلمىگىنى بىلەن، قۇرت - قوڭغۇزلار غاجاپ قۇرۇتىۋېتەلەيدۇ، ھايۋانلارنىڭ پادىشاھى بولغان شىرنى پاشا، چىۋىنلەر قورقىتالايدۇ. يېقىندىن بېرى پاشا ئارقىلىق تارقىلىۋاتقان زىكا ۋىرۇسى دۇنيادىكى كىشىلەرنى ساراسىمىگە سالماقتا. كۆزگە كۆرۈنمەيدىغان بىر قىسىم خەتەرلىك ۋىرۇسلار دۇنيا خاراكتېرلىك ئاپەتلەرنىڭ كېلىپ چىقىشىغا سەۋەب بولىدىغانلىقىغا گەپ كەتمەيدۇ. بىر تال كۆمۈتا يولدا تېز سۈرئەتتە كېتىۋاتقان بىر ئادەمنىڭ كۆزىگە كىرىپ كېتىش سەۋەبلىك چوڭ ھادىسىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن. بىر تال سەرەڭگە بىر بىنانىڭ كۆيۈپ كېتىشىگە سەۋەب بولۇپ قېلىشىمۇ مۇمكىن.

ماتېرىيالدا ئېيتىلىشىچە، ياپونىيەدىكى چوڭ بىر شىركەتنىڭ كومپيۇتېرىغا كىرىۋالغان بىر سۇۋەررەك تۇخۇملاپ، سىم يولىنى قالايمىقانلاشتۇرۇۋەتكەنلىك سەۋەبىدىن كومپيۇتېردا مەسىلە كۆرۈلۈپ، خاتا سانلىق مەلۇمات كېلىپ چىققانلىقتىن، بۇ شىركەت مەھسۇلاتنى زىيادە كۆپ ئىشلەپچىقىرىۋېلىپ مال بېسىلىپ قالغانلىقتىن شىركەت ۋەيران بولغان. نىگېرىيە پايتەختى لاگوستىكى ھەيۋەتلىك تاش ئەگمە كۆۋرۈك گۇمۇرۇلۇپ چۈشۈپ يۈزچە كىشىنىڭ ئۆلۈشىنى كەلتۈرۈپ چىقارغان. ئەسلىدە ھاك غاجاشقا ئامراق بىر خىل قۇلۇلە بولۇپ، بۇ قۇلۇلىلەر كۆۋرۈكنى چاپلاشقا ئىشلەتكەن ھاكلارنى يەپ تۈگەتكەنلىكتىن، ئەگمىلەر بىر - بىرىدىن ئاجراپ، كۆۋرۈكنىڭ غۇلاپ كېتىشىنى كەلتۈرۈپ چىقارغان. سۇداننىڭ قىزىل دېڭىز ساھىلىدىكى سۇكىندا شەھىرى ئىلگىرى ئاۋات شەھەرلەرنىڭ بىرى بولغان. 1860 - يىلى سېپىل ۋە ئىمارەت سېلىش ئۈچۈن، قىزىل دېڭىزنىڭ دولقۇنى تارتىلغان پۇرسەتتىن پايدىلىنىپ، بۇ يەرگە باشقا ئورۇندىن نۇرغۇن دېڭىز مارجان تاشلىرىنى يۆتكەپ كەلگەن. مارجان قۇرتلارمۇ بۇ ماتېرىياللار بىلەن بىرگە كەلگەن. شۇنىڭ بىلەن مارجان قۇرتلار بۇ يەردە شىددەت بىلەن كۆپەيگەن. ئۇزاق ئۆتمەي قانالدا ھەر چوڭ مارجان خادا تاشلار قەد كۆتۈرۈپ چىقىپ، پورت ئېغىزى توسۇلۇپ دېڭىز قاتنىشى توسقۇنلۇققا ئۇچرىغان. 20 - ئەسىرگە كەلگەندە، پورت ئېغىزى تېخىمۇ تارىيىپ كىچىك كېمىلەرمۇ ئۆتەلمەس بولۇپ قالغان، شۇنىڭ بىلەن سۇكىندا شەھىرىمۇ چۆلدەرەپ، تاشلاندۇق شەھەرگە ئايلىنىپ قالغان.

يۇقارقى پاكىتلار بىزگە مۇنداق بىر ئەقلىدىن بىشارەت بېرىدۇ: بىر ئادەم ئۆزىنىڭ چامىغا قارىتا ئىش

مۇشۇنداقمۇ بىر دېھقان بار

ئابدۇقادىر كېرەم
(لوپ ناھىيە چاھارباغ يېزىلىق خەلق ھۆكۈمىتىنىڭ پېنسىيونېرى)

دۇنيا تارىخىدا پەقەت ئىككى، ئۈچ يىللا مەكتەپ
قارىسىنى كۆرگەن، قولىدا ھېچقانداق دىپلومى بول-
مىغان نۇرغۇن كىشىلەرنىڭ دۇنيانى ھەيران قالدۇ-
رىدىغان مۆجىزىلەرنى يارىتىپ ئۇلۇغ ئالىم، كەش-
پىياتچىغا ئايلانغىنىغا ئوخشاش، بۈگۈنكى كۈندىمۇ
دىيارىمىزدا چالا ساۋات بىر دېھقان چىقىپ، خېلى
زىيالىي ھېسابلىنىدىغانلارمۇ يارىتالمىغان بىر مۆ-
جىزىنى ياراتتى.

ئۇ ماڭا قوشنا كەنتتىن بولغان 72 ياشلىق دېھ-
قان تۇرسۇننىياز نۇرمۇھەممەد بولۇپ، ئۇ يېقىندا ئا-
ئىلەمگە كېلىپ مەن بىلەن ئۈچرىشالماي ئۈچ پارچە
خاتىرىسىنى كۆرۈپ بېقىشىمغا قويۇپ كېتىپتۇ. قا-
رىسام قېلىن، چوڭراق بىر خاتىرىگە ئۆزى تۇرۇش-
لۇق كەنت ۋە ئەتراپىدىكى كەنت ـ مەھەللىلەرنىڭ
ئازادلىقتىن ئىلگىرىكى تارىخى، جۇغراپىيەلىك ئەھ-
ۋاللار، باشقۇرۇش تۈزۈلمىسى، دىنىي ئېتىقاد، ئۆرپ ـ
ئادەتلەر ئەتراپلىق خاتىرىلەنگەن. شۇنىڭغا ئۇلاپ ئا-
زادلىقتىن كېيىنكى ئېلىپ بېرىلغان تۈرلۈك ئىج-
تىمائىي ھەرىكەتلەر، ئىجارە ھەققىنى كېمەيتىش،
يەر ئىسلاھاتى، سوتسىيالىستىك تەربىيە ھەرىكىتى،
«مەدەنىيەت زور ئىنقىلابى» ۋە پارتىيە 11 ـ نۆۋەت-
لىك مەركىزى كومىتېتى 3 ـ ئومۇمىي يىغىنىدىن
كېيىنكى زور ئۆزگىرىشلەرنى تەپسىلىي يازغان. بو-
لۇپمۇ يېقىنقى يىللاردىن بۇيانقى كەنت، مەھەللە ۋە
ئۆز ئائىلىسىدە يۈز بەرگەن ئۆزگىرىشلەرنى ئەمەلىي
پاكىتلار ئارقىلىق تەپسىلىي يېزىپ چىققان. ئۇ مۇ-
شۇ يۇرتتا 72 يىللىق ھاياتىنى ئۆتكۈزگەنلىكى ئۈ-
چۈن نۇرغۇنلىغان ئىجتىمائىي ھەرىكەتلەرگە ئۆزى
قاتناشقان، ئۆز كۆزى بىلەن كۆرگەن، ئۆتمۈشتىكى
جەبرى ـ زۇلۇم بىلەن تولغان كۈنلەرنى ئۆز بېشى-
دىن ئۆتكۈزگەن، كومپارتىيەنىڭ ئىسلاھات، ئېچىۋې-
تىش سىياسىتى يولغا قويۇلغاندىن كېيىنكى ئالەم-
شۇمۇل ئۆزگىرىشلەردىنمۇ بىۋاسىتە بەھرىمەن بول-
غانلىقتىن بۇ ماتېرىيالنىڭ كۆپتۈرمىچىلىكتىن خا-

* * *

كۆرۈشنى بىلىۋېلىشى كېرەك. ئىقتىدارى يەتمەيدىغان
ئىشلارغا زىيادە زورۇقۇشنىڭ قىلچە ئەھمىيىتى يوق.
شۇنىڭ بىلەن بىرگە، دەرىجىدىن تاشقىرى رەقىبلەرگە
يولۇققاندا ھەرگىز ئالدىراپ چاپان سالماسلىق، پايدى-
لىق پۇرسەتنى كۈتۈش كېرەك. دۈشمەننى مەغلۇپ قى-
لىش ئۈچۈن ئۇنىڭ ئەڭ ئاجىز نۇقتىسىنى بايقاپ،
ھۇجۇمنى شۇ يەرگە قارىتىشقا توغرا كېلىدۇ. چوڭ
ھايۋانلار كىچىك جانىۋارلارغا قارىغاندا كۈچ جەھەتتىن
مۇتلەق ئۈستۈن تۇرىدۇ. لېكىن بۇنىڭلىق بىلەن چوڭ
ھايۋانلارنى غەلىبە قىلغۇچى، كىچىك جانىۋارلارنى
مەغلۇپ بولغۇچى دەپ كېسىپ ھۆكۈم چىقىرىشقا بول-
مايدۇ. ھەربىر ئادەمنىڭ ئارتۇقچىلىقى ۋە كەمچىلىكى
بولىدۇ، ھەرقانداق ئادەمنىڭ ۋۇجۇدىغا بايلىقلار يوشۇ-
رۇنغان بولىدۇ. ئەگەر سىز ئۆزىڭىزدىكى بايلىقلارنى
بايقىماي تۇرۇپ ئۆزىڭىزنى ئاجىز، يارامسىز دەپ قا-
رىسىڭىز، ئىشەنچىڭىزنى يوقاتسىڭىز، ھاياتلىق سەپى-
رىدە مەغلۇپ بولىسىز. ئەگەر سىز ئارتۇقچىلىقىڭىزنى
جارى قىلدۇرۇپ، ئاجىزلىق ۋە كەمچىلىك تەرەپلىرى-
ڭىزنى كۈچلەندۈرۈشكە، ئۆزگەرتىشكە تىرىشسىڭىز
غەلىبە سىزگە مەنسۇپ بولماي قالمايدۇ.

مۇھەررىر: مەھفۇزە ئەخمەت

www.uyghurkitap.com

لىي، يۇقىرى پايدىلىنىش قىممىتىگە ئىگە ماتېرىيال
بولغانلىقىنى چوڭقۇر ھېس قىلدىم. ئۇ يەنە بۇ خا-
تىرىنىڭ داۋامىغا ئۆز ئائىلىسىنىڭ ئاساسىي ئەھۋا-
لى، دىنىي ئېتىقادى، ئىقتىسادىي ئەھۋالى، ئاتا -
ئانىسىنىڭ چىرايى، تەقى - تۇرقى، قىزىقىشى، تۇ-
غۇلغان ۋاقتى، ۋاپات بولغان ۋاقتى ۋە ئائىلىسىدىكى
ئۆزگىرىشلەرنى خاتىرىلىگەن.
بۇ خاتىرىنى كۆرگەندىن كېيىن ھەيرانلىق ئى-
چىدە بىردىنلا قالغان ئىككى خاتىرىنى كۆرۈشكە
ئالدىرىدىم. كېيىنكى خاتىرىنىڭ بېشىغا قارىشىمغىلا
«50 - يىلى» دەپ باشلانغان بىر تالاي ئادەملەرنىڭ
ئىسىملىكىگە كۆزۈم چۈشتى. بۇ خاتىرىگە تۇرسۇن-
نىياز ئاكا 50 - يىللاردىن باشلاپ ئاتا - ئانىسى، ئۆ-
زىنىڭ قوۋم - قېرىنداشلىرى، ئۆز كەنت، مەھەللى-
سىدىكى ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى مەھەللىلەردىكى ۋاپات
بولۇپ كەتكەنلەرنى، يۇرت چوڭلىرىدىن يېتىم - يې-
سىرلارغىچە ۋاپات بولغان يىل، ئاي، كۈنگىچە خاتىرى-
لەپ ھازىرغىچە داۋاملاشتۇرۇپ كەلگەن. مەن بۇلارنى
كۆرۈپ كۆزۈمگە ئىشىنەلمەي قالدىم. نەچچە ئون يىل
ئالدىدا ۋاپات بولۇپ كەتكەن باشلانغۇچ مەكتەپتىكى
ئوقۇتقۇچىلىرىم، ئۆلىمالار، ئۇستا ھۈنەرۋەنلەر، نەچچە
ئون يىل ياخشى ئۆتكەن قوشنىلار ... كۆز ئالدىمدىن
بىر - بىرلەپ ئۆتۈشكە باشلىدى. شۇ ئارىدا مەن ئون
نەچچە يىلنىڭ ئالدىدا ۋاپات بولغان دادامنى ئەسلەپ
قالدىم. شۇنىڭ بىلەن ئىختىيارسىز ھالدا بۇ تىزىم-
لىكتىن دادامنىڭ ئىسىملىكىنىڭ بار - يوقلۇقىنى
ئىزدەپ بېقىش خىيالىغا كەلدىم - دە، باشتىن -
ئاياغ ئىزدەپ ئارىسىدا دادامنىڭمۇ ۋاپات بولغان
يىل، ئاي، كۈنلىرى خاتىرىلەنگەن قۇرلارنى تاپتىم.
ئاخىرىدا ئىككى كىچىك خاتىرىگە تىزىملانغانلارنىڭ
جەمئىي 629 نەپەر كىشى ئىكەنلىكى ئايان بولدى.
يۇقىرىقى خاتىرىلەرنى كۆرۈپ چەكسىز خىياللار
دېڭىزىغا غەرق بولدۇم. خىياللىرىم دېھقاننىڭ ئۇ-
لۇغلۇقى ئۈستىدە كېتىپ باراتتى، دېھقان تىلغا ئې-
لىنسا ھەمىشە بىر قىسىم كىشىلەرنىڭ كۆز ئالدىدا
يۇۋاش، توپا چىراي، سەھرالىق بىر توپ كىشىلەر
پەيدا بولىدۇ. ئەمما ئۇلار دېھقاننىڭ ئىنسانىيەتنى

ئاش - نان بېرىپ بېقىپلا قالماستىن بەلكى مۇس-
تەھكەم ئېتىقاد، ئىنسانىي پەزىلەت، گۈزەل ئەخلاق،
مەرىپەتپەرۋەرلىكتىن ئىبارەت ئادىمىيلىك روھى بى-
لەن تەمىنلەيدىغانلىقىنى خىيالىغىمۇ كەلتۈرمەيدۇ،
ئۇلار ھەتتا دېھقان ئىجتىمائىي توپتا ئاخىرقى رەتكە
تىزىلغىنى بىلەن ئىنسانىيەت ئالىمىدىكى پۈتۈن
ھۆرمەت ساھىبلىرىنىڭ ئەڭ ئالدىدا تۇرىدىغانلىقىنى
بىلمەيدۇ. كونا زامانلاردا قىلىچ ئوينىتىپ ئاۋامنى
ئىنجادلىقا ئېرىشتۈرگەن باھادىرلارنىڭ، دۇنيانى
لەرزىگە سالىدىغان، ئىختىراچى، ئالىملارنىڭ، كەش-
پىياتچىلارنىڭ، ئاۋام ئۇچۇن كۆيۈپ پىشقان، ئاۋام-
نىڭ ئوتىدا كۆيگەن، سۆيىدە ئاققان ئوغۇل -
قىزلارنىڭ، ساخاۋەتچى پەرزەنتلەرنىڭ ئاتا - ئانى-
سىنىڭمۇ ئەنە شۇنداق دېھقان ئىكەنلىكىنى خىيالىغا
كەلتۈرمەيدۇ.
خىيال كەپتىرىم بىردىنلا ئۆزۈم ۋە ئەتراپىمدىكى
زىيالىيلار ئۈستىدە ئايلىنىشقا باشلىدى. مەن ئۆتكەن
يىلى يېزىمىزنىڭ بىر تارىخىي ماتېرىيالىغا يېزى-
مىزنىڭ مائارىپ خىزمىتىدە بىر ئۆمۈر جاپا چېكىپ
ياش ئەۋلادلارنى تەربىيەلەشكە تۆھپە قوشقان، نەتى-
جىسى گەۋدىلىك بولغان ئوقۇتقۇچىلاردىن بىرقانچە
كىشىنى كىرگۈزۈش ئۈچۈن بىر نەچچەيلەننىڭ ئى-
سىملىكىنى تۇرغۇزۇپ ئۇلارنىڭ تەرجىمىھالى، سۈ-
رىتى دېگەنلەرنى ئىزدەپ مەكتەپلەرگە باردىم. مەكتەپ
ئارخىپىدا ئۇلارنىڭ ئەينى ۋاقىتتا مائاش تارقىتىش
تىزىملىكىدىكى ئىسىملىكتىن باشقا ھېچ نەرسىسى-
نىڭ يوقلۇقى مەلۇم بولدى. ئۇلارنىڭ خېلى بىر
قىسىملىرى ۋاپات بولۇپ كەتكەن بولۇپ، ئۇلارنىڭ
ئۆيلىرىگە بارغاندا ئائىلىسىدىكىلەر مەرھۇمنىڭ
خىزمەت ھاياتىدىكى مۇكاپاتلىنىش ئەھۋالى ياكى
ئاددىي تەرجىمىھالى توغرىسىدا يېزىق ۋە ئاغزاكى
جەھەتتە ھېچقانچە ئۇچۇر بېرەلمىدى. كىشىنى ئەپ-
سۇسلاندۇرغىنى، ئەنە شۇ مەرھۇملار ئىچىدە پەرزەنت-
لىرىنى ئۆزلىرى يېمەي - ئىچمەي جاپا تارتىپ ئا-
لىي مەكتەپلەردە ئوقۇتۇپ خىزمەتكە چىقارغان شە-
رەپلىك ئائىلىلەردىمۇ شۇ قەدىرلىك مەرھۇملارنىڭ
تەرجىمىھالى تۈگۈل بىرەر پارچە سۈرىتىمۇ تېپىل-

مىدى. دېمەك، ئاۋام خەلق، ئوقۇتقان ئوقۇغۇچىلىرى قەلبىدە مەڭگۈ ئۇنتۇلمايدىغان، ھۆرمەتلەيدىغان ئەنە شۇ مەرھۇملارنىڭ كېيىنكى ھاياتى ھەتتا ئۆز ئائىلىلىرىدىمۇ ئېتىبارسىز قالدى.

يۇقىرىدىكى چالا ساۋات بىر دېھقان بىلەن زىيالىيلار ئائىلىسىدىكى تەپسىلات، سېلىشتۇرمىلاردىن شۇنى كۆرۈش مۇمكىنكى، بۇ يەردىكى نېگىزلىك پەرق — كىشىلەرنىڭ مەدەنىيەت سەۋىيەسىنىڭ يۇقىرى - تۆۋەنلىكى، مەرتىۋىسى، شارائىتىنىڭ قانداق بولۇشى قاتارلىق مەسىلىلەر بولماستىن، ئەجدادلىرىمىز نەچچە مىڭ يىللىق ھاياتلىق ھەقىقەتلىرى ئاساسىدا شەكىللەندۈرگەن تەۋرەنمەس ئېتىقاد، ئىنسانىي پەزىلەت، گۈزەل ئەخلاق، مەرىپەتپەرۋەرلىك قاتارلىقلار مۇجەسسەملەنگەن ئادىمىيلىك روھىنىڭ بار - يوقلۇقىدا. ئەگەر تۇرسۇننىياز ئاكىدا ئەنە شۇنداق قىممەتلىك ئادىمىيلىك روھى بولمىغان بولسا، ئۇ چالا ساۋات تۇرۇپمۇ ئۆز يۇرتىنىڭ بىر ئەسىرگە يېقىن تارىخىنى يېزىپ چىقمىغان بولاتتى، ئائىلىسىنىڭ، ئاتا - ئانىلىرىنىڭ تەرجىمىھالىنى يېزىپ چىقمىغان بولاتتى، 60 نەچچە يىل چىشىنى چىشىغا چىشلەپ، ئاجايىپ چىدام غەيرەت بىلەن بىر بىلەن مەڭگۈلۈك خوشلاشقان 629 قېرىندىشىنى خاتىرىلەپ ماڭمىغان بولاتتى. ئۇ قىلغان يۇقىرىقى ئۈچ ئىشنى بىزنىڭ قانچىلىك زىيالىيلىرىمىز قىلالىغاندۇ؟ قايسى بىرىمىزدە بىر ئىشنى 60 نەچچە يىل چىداپ داۋاملاشتۇرۇش شىجائىتى باردۇ؟

تۇرسۇننىياز ئاكا قىلغان بۇ ئىشلار ئەسلىدە بىز زىيالىيلار بالدۇر قىلىدىغان، باشلامچىلىق بىلەن قىلىدىغان ئىش ئىدى، ئەمما ئۇ بىز زىيالىيلارغا يول كۆرسەتتى، باشلامچى بولدى. شۇڭا بىز ئۇنىڭدىن ئۆگىنىشتە ئالدى بىلەن ئۇنىڭ ئادىمىيلىك روھىنى ئۆزىمىزگە ئۈلگە قىلىشىمىز كېرەك، پەن - مەدەنىيەت بىلىملىرىنى ئۆزلۈكسىز يېڭىلاش ئاساسىدا جەمئىيەتنىڭ، خەلقنىڭ، ئاتا - ئانىلارنىڭ ئۈمىدىنى ئاقلايدىغان ياخشى ئىشلارنى قىلىشىمىز كېرەك. كەڭ دائىرىدە بولسۇن ياكى تار دائىرىدە بولسۇن يۇرت تارىخىنى يېزىش ئەڭ ئەھمىيەتلىك ئەمگەكلەرنىڭ بىرسى. ئۇلۇغ تارىخشۇناس موللا موسا سايرامى ئۆزىنىڭ بۈيۈك ئەسىرى «تارىخى ھەمىدى» نى ئۆز يۇرتىدا يۈز بەرگەن ۋەقەلەرنى ئۆزى قاتناشقان، كۆرگەن - ئاڭلىغانلىرىغا ئاساسەن يېزىپ قالدۇرغان، ئۇ بۈگۈنكى كۈنگە كەلگەندە مىللىتىمىزنىڭ تارىخىنى تەتقىق قىلىشتا پايدىلىنىدىغان ئۆلمەس ئەسەرگە ئايلاندى. بىز گەرچە «تارىخى ھەمىدى»، «ئانا يۇرت»، «باھادىرنامە» گە ئوخشاش ئەسەرلەرنى روياپقا چىقىرالمىساقمۇ كەڭ دائىرىدە ياكى كىچىك دائىرىدە بولسىمۇ ئۆز يۇرتىمىزنىڭ تارىخىنى يېزىپ قويساق، ۋاقتى كەلگەندە بۇ يۇقىرىقىدەك داڭلىق تارىخي ئەسەرلەرنىڭ بىر قىسمى بولۇپ قېلىشى مۇمكىن.

ئائىلە نەسەبنامىسى، ئائىلە شەجەرىسىنى يېزىپ قالدۇرۇش جۇڭگو ۋە چەت ئەللەردە بولۇپمۇ ئۇيغۇر مىللىتىمىزدە ئۇزاق ئەسىرلەردىن بۇيان داۋاملىشىپ كېلىۋاتقان ئېسىل ئەنئەنە. جەمئىيەتتە بىز زىيالىيلار ئۈلگە بولۇپ، ئۈلگىلىك مەشھۇر شەخسلەرنىڭ، ئاتا - ئانىلىرىمىزنىڭ، ئائىلىمىزنىڭ تارىخي ئەھۋالى، تەرجىمىھالى، ئىجتىمائىي ئەھۋالى قاتارلىقلارنى يېزىپ قالدۇرۇشىمىز كېرەك. ئەمما نۆۋەتتە جەمئىيەتتە بۇ ئىشقا زىيالىيلارنىڭ ئەھمىيەت بېرىشى، يېتەرسىز بولغانلىقتىن، خېلى بىرقىسىم ياشلار ئۆزلىرىنىڭ ئۇلۇغ بوۋا، مومىلىرىنى، يېقىن ئۇرۇق - تۇغقانلىرىنى، ئۇلار ئىچىدە تارىختا قانداق كىشىلەرنىڭ ئۆتكەنلىكى قاتارلىقلارنى بىلمەيدۇ. شۇڭا ئائىلە نەسەبىنى سۈرۈشتۈرۈش، خاتىرىلەش، ئائىلە ئەزالىرىنىڭ تەرجىمىھالىنى يېزىپ قالدۇرۇشنى ھازىردىن باشلاپ ئىشلىسەك، بۇ ئاخىرقى ھېسابتا ئائىلە نەسەبنامىسى، ئائىلە شەجەرىسى تۈرغۇزۇشنىڭ تۈنجى قەدىمىنى باسقانلىق بولىدۇ. بۇ ئىشنى ياخشى داۋاملاشتۇرالىساق، جەمئىيىتىمىزدىكى نۇرغۇنلىغان تۆھپىكارلىرىمىز كېيىنكى ھاياتىدا نام - نىشانسىز قالمايدۇ.

مۇھەررىر: مەھفۇزە ئەخمەت

كىتابنىڭ ھېكمىتى ۋە قىممىتى

تۇراخۇن ئابلىز دولان
(مەكىت ناھىيەلىك تەجرىبە ئوتتۇرا مەكتەپ)

كىتاب — ئىنسانىيەت ئەقىل - پاراستىنىڭ جەۋھىرى. بۇ جەۋھەردىن قانچىلىك پايدىلىنىش ھەربىر ئىنساننىڭ تەربىيەلىنىشىگە، بىلىم قۇرۇلمىسىغا، پەزىلىتىگە، ئەدەپ - ئەخلاقىغا ۋە ئادىمىيلىكىگە باغلىق. كىتاب ھەققىدە تارىختىن بېرى ئۆتكەن ئۇلۇغ ئالىملار، يېتۇك پەيلاسوپلار تېرەن پىكىرلەرنى، ھېكمەتلىك تەلىملەرنى ۋە پاساھەتلىك ئىبارىلەرنى قالدۇرغان. چۈنكى، ئۇلار ئالدى بىلەن كىتابنىڭ ھېكمىتى ۋە قىممىتىنى چۈشەنگەن، كىتابنى ئىنسان ھاياتىدىكى ماددىي نېمەتلەرنىڭ ئەڭ ئەۋزىلى دەپ قارىغان. كىتاب ئوقۇش ۋە ئۇنىڭ پەزىلىتى توغرىسىدا ئەدىب مۇھەممەد جەبۇلدۇدى مۇنداق دېگەن: «كىتاب — ئالىملار پىكرىنىڭ داناگاھى، دانا كىشىلەر بوستانىنىڭ چىمەنى، ئاددىي كىشىلەرنىڭ تاماشاخانىسىدۇر. ئۇ يالغۇز كىشىلەرگە دىل ئاچقۇچى باغ، كۆڭلى زىدىلەرگە رەھنامە، دەردلىك كىشىلەر دىلىغا داۋادۇر». كىتاب قارىماققا ئاددىي قەغەزلەرنىڭ توپلىمى بولسىمۇ، بىراق ئۇ ئۆز ئىچىگە ئالغان مەنا ۋە قىممەت ئاللىقاچان ئۇنىڭ قىممىتىدىن ھالقىپ كەتكەن. ئىنسانىيەتنىڭ بارلىق مەدەنىيەت مىراسى ۋە ئىلمىي بايقاشلىرى، پەن - تەتقىقات نەتىجىلىرى ئاخىرقى ھېسابتا كىتاب سۈپىتىدە مەيدانغا چىقىدۇ ۋە كېيىنكىلەرگە يەتكۈزۈلىدۇ. كىتابسىز ئىنسانىيەتنىڭ ئۆتمۈشىنى بىلگىلى بولمىغاندەك، كەلگۈسىنى ھەم پەرەز قىلغىلى بولمايدۇ. چۈنكى، ئۇ ئەجدادلارنىڭ ئەۋلادلارغا قالدۇرغان يادنامىسى، ئەۋلادلارنىڭ كەلگۈسىنى يورۇتۇپ بېرىدىغان ۋە كەلگۈسىدىن خەۋەر بېرىدىغان ئەينەك.

كىتاب گەرچە دانىشمەنلىكنى تارقىتىدىغان قورال، جاھاننى كۆزىتىدىغان دېرىزە بولسىمۇ، ئەمما ئۇنىڭ ھېكمىتى ۋە قىممىتىنى چۈشەنگەن كىشىلەر كۆپ ئەمەس. بىلىملىك، مەرىپەتپەرۋەر كىشىلەر ئۈچۈن كىتاب ئوقۇش ھوزۇر ھېسابلانسا، نادان، جاھىللار ئۈچۈن كىتاب ئوقۇش ئازاب بىلىنىدۇ. گېرتسىن: «كىتابلار بىر ئەۋلادنىڭ باشقا ئەۋلادقا قالدۇرغان مەنىۋى ۋەسىيىتى، ئۆمرى ئاخىرلاشقان قېرىنىڭ ھاياتقا ئەمدى قەدەم قويۇشقا باشلىغان ئۆسمۈرگە قىلغان پەندى - نەسىھىتى، دەم ئېلىشقا چىققان ساقچىنىڭ نۆۋەتچىلىككە تۇرغان ساقچىغا بەرگەن بۇيرۇقىدۇر» دېگەنىدى. كىشىلەرنىڭ كىتابقا تۇتقان پوزىتسىيەسىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ، ئۇنىڭدىن ئىگە بولىدىغان قىممەتمۇ ئوخشاش بولمايدۇ. بۇنىڭدىكى ئاساسلىق مەسىلە كىتابتا بولماستىن، بەلكى ئوقۇرمەندە.

ناھىيەمىز تەۋەسىدە تۇغۇلۇشىدىنلا تۇغما ئەما بىر بوۋاي بار بولۇپ، بۇ كىشى ئۆزىنىڭ ئەما ئەكەنلىكىگە قارىماي 2 - 3 ئايدا بىر قېتىم ناھىيەلىك شىنخۇا كىتابخانىسىغا ئوغلى ياكى ئايالى بىلەن بىللە كېلىپ، گاھىدا 500 - 600 يۈەنلىك، گاھىدا 1000 - 1200 يۈەنلىك يېڭى چىققان، مەزمۇنى

ياخشى بولغان كىتابلارنى سېتىۋېلىپ قايتىپ كېتىدىكەن. ئۆيگە بارغاندىن كېيىن ئوغلى ياكى ئايالى ئوقۇپ بەرسە ئاڭلاپ ئولتۇرۇپ، كىتاب تۈگىگەندىن كېيىن، شۇ كىتابتىن ئالغان تەسىراتلىرىنى ئۆزئارا ئېيتىشىدىكەن.

يورۇق دۇنيانى كۆرۈشتىن مەھرۇم قالغان بىر ئىنسان نېمە ئۈچۈن ئۆزىنى كىتابقا شۇنچىلىك ئۇرىدۇ؟ ئۇنى بۇنچىلىك قىلىشقا زادى نېمە مەجبۇرلىغان؟ ئەجبا ئۇ كىتاب ئوقۇتۇپ ئاڭلىمىسا كۈنى ئۆتمەي قالارمۇ؟ ئۇنداق ئەمەس، كىتابسىزمۇ ئۇنىڭ كۈنى ئۆتۈۋېرىدۇ. ئەمما، كۆزى ئەما بولسىمۇ، ئەقىل كۆزى ئوچۇق ۋە ئۆتكۈر بوۋاي ھاياتنىڭ ھەقىقىتىنى ئەقىل كۆزى بىلەن تونۇپ يەتكەن، ئىنساننىڭ دۇنياغا كېلىشتىكى مەقسىتىنىڭ ھەرگىزمۇ كۈنلىرىنى بىكار ئۆتكۈزۈپ، ھايات شامىنى ئۆچۈرۈش ئەمەس، بەلكى ئەقلىنى ئىشقا سېلىپ، ئۈزلۈكسىز ئۆگىنىش، ھاياتنى ھەقىقىي مەنىلىك ئۆتكۈزۈش، بۇ ئارقىلىق كېيىنكىلەرگە ھاياتتىن بىر مەنا قالدۇرۇش ئىكەنلىكىنى ھەقىقىي ھېس قىلغان. شۇڭا، گەرچە يورۇق دۇنيانى كۆرەلمىسىمۇ، مەنىۋى دۇنياسىنى ئىلىمدىن ئىبارەت «ئۆچمەس چىراغ» نىڭ پاك نۇرى بىلەن يورۇتۇپ كەلگەن. بۇ ھەقىقەتەنمۇ ئۆگىنىشكە، ئۈلگە قىلىشقا ئەرزىيدىغان ئۆلمەس روھ. بولۇپمۇ، پۇت - قولى، كۆز - قۇلىقى، ئېغىز - بۇرنى ساق كىشىلەرگە بېرىلگەن ئەڭ ياخشى دەرس.

ياخشى كىتاب ئىنساننىڭ ئەقىل بۇلىقىنى ئاچىدۇ، تەپەككۇرىغا ئوت ياقىدۇ. ئەگەر ئۇنداق بولمىغاندا، كىتابخۇمار بوۋاي ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش بىلىم خۇمارلىرى، يېڭى چىققان ياخشى مەزمۇندىكى كىتابلارنى بەس - بەس بىلەن سېتىۋالمىغان، شۇنداقلا چەكسىز قىزىقىش ۋە ھاياجان بىلەن بېرىلىپ ئوقۇمىغان، مول بىلىملەرنى ئالالمىغان بولاتتى.

بەزىلەر كىتاب ھەققىدە گەپ بولسىلا «قىلىدىغان ئىشىنىڭ كۆپلۈكىدە كىتاب ئوقۇغىلى نەدە ۋاقىت» دەيدۇ، يەنە بەزىلەر «خىزمەت، ئائىلە ۋە كەسىپ تۈپەيلى ۋاقىت يېتىشمىگەچكە، كىتاب ئوقۇيالمىدىم» دېيىشىدۇ. ئەمەلىيەتتە ئۆگىنىش، خىزمەت ئالدىراشلىقى تۈپەيلىدىن، نۇرغۇن كىشىلەرنىڭ مەخسۇس ئولتۇرۇپ كىتاب ئوقۇيدىغانغا ۋاقتى يېتىشمىسىمۇ، كىتاب ئوقۇش نىيىتىلا بولسا، ئۆز لايىقىدا ۋاقىت چىقىرىدۇ.

مېنىڭ بەزى خىزمەتداشلىرىم بار. ئۇلار ھازىرغىچە بىرەر پارچە كىتابنى ئوقۇپ باققىنىنى بىلمەيدۇ. «يېڭىدىن مۇنداق مەزمۇندىكى كىتاب چىقىپتۇ، كۆردىڭىزمۇ؟» دەپ سورىسىڭىز «ۋاي - ۋۇي، ھازىر كىتاب كۆرگىلى نەدىكى ۋاقىت. ئەمدى بولغاندا كىتاب ئوقۇيمەن دەپ ئاۋارە بولغانىنىڭ نېمە پايدىسى بار!» دەيدۇ. خېلى كۆپ خىزمەتداشلىرىمنىڭ ئۆيلىرىگە باردىم. ئۇلارنىڭ كۆپىنچىسى 150 - 250 مىڭ يۈەنگىچە بىنالاردىن يېڭى ئۆي سېتىۋالغان. 40 - 50 مىڭ يۈەنگە ھەشەمەتلىك، ئېسىل، قارىسا كۆزنى قاماشتۇرغۇدەك ئۆي جاھازلىرىنى سېتىۋېلىپ ئۆيلىرىنى بېزىگەن. ئەمما، ئۇلارنىڭ ئۆيىگە كىرىپ بىرەر پارچە كىتاب ياكى ژۇرنال بارلىقىنى ئەسلا كۆرەلمەيسىز. ئۇلارنىڭ ئۆيىدە ھەممە بار، پەقەت كىتابلا يوق. ئۇلار خۇددى 70 - 80 ياشقا كىرگەن بوۋاي - مومايلاردەك ناھايىتى ئۈمىدسىز ھالەتتە ياشاۋاتىدۇ. ئۇلارنىڭ نەزىرىدە پەقەت دەرسلىك كىتابلارنى ياخشى كۆرۈپ، سىنىپقا كىرىپ دەرس ئۆتۈپ، ئاي توشقۇزۇپ مائاش ئالسىلا شۇنىڭ ئۆزى ئەڭ ياخشى ئىش.

بۇلارنى يۇقىرىقى بوۋاي بىلەن سېلىشتۇرساقمۇ، ئۇلاردا كىتابقا بولغان ھېرىسمەنلىك ۋە قىزىقىشنى كۆرەلمەيمىز. تېخى ئۇلار ئالىي مەلۇماتلىق «زىيالىي». شۇنداق بولۇشىغا قارىماي، ئۇلارنىڭ بىرەر پارچە كىتاب سېتىۋېلىپ ئوقۇماسلىقى، ئۆيلىرىدە كىچىكرەك بولسىمۇ كىتاب ئىشكابىنىڭ بولماسلىقى، ئەكسىچە، ئۇنىڭ ئورنىغا ھېچقانداق پايدىلىنىش قىممىتى بولمىغان تۈرلۈك ئۆي جاھازلىرىنى، پىلاستىنكىلارنى سېتىۋېلىشى ئۆزىنىڭ «بىلىم ئىگىسى» لىك سالاھىيىتىگە، شۇنداقلا، زىيالىيلىرىمىزنىڭ پەزىلىتىگە ماس كەلمەيدۇ.

«شىنجاڭ مەدەنىيىتى» ژۇرنىلىنىڭ 2003 - يىللىق 5 - سانىدا قەلبىنۇر مىجىت ئىسىملىك

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

بىر نارىسىدىنىڭ «دادام تاپقان ئون يۈەن» ناملىق مۇلاھىزىسى بېسىلغان بولۇپ، مۇلاھىزىدە قەلبىنۇرنىڭ دادىسى مىجىت ئاكىنىڭ ئاددىي دېھقان (قوشۇمچە موزدوزلۇق قىلىپ تۇرمۇشىنى قامدايدۇ) بولسىمۇ، كىتاب ئوقۇشقا بەكمۇ ھېرىسمەن ئادەم ئىكەنلىكى، ھەتتا، بىر قېتىم بېرىلىپ كىتاب ئوقۇۋېتىپ ئۆستەڭدىكى سۇنىڭ يار ئېلىپ كەتكەنلىكىگىمۇ دىققەت قىلمىغانلىقى، بۇ سەۋەبلىك شۇ يېزىنىڭ سۇغا مەسئۇل باشلىقى مىجىت ئاكىنى «سەن قەلەندەرگە كىتاب ئوقۇشنى كىم قويىدى؟» دەپ بىر تەستەك سالغانلىقى سۆزلىنىدۇ.

مۇلاھىزىدە يەنە قەلبىنۇرنىڭ دادىسى قەلبىنۇرنىڭ «شىنجاڭ مەدەنىيىتى» ژۇرنىلىنىڭ بىر يىللىقىغا مۇشتەرى بولۇش ئارزۇسىنى ئەمەلگە ئاشۇرۇش ئۈچۈن ئېتىز - ئېرىقنىڭ ئىشىدىن بىكار بولسىلا، موزدوزلۇق قىلىپ ئاران دېگەندە 10 يۈەن ئېشىنسا، بۇ 10 يۈەننى كەنت كادىرىنىڭ سېلىق ئۈچۈن يىغىۋالغانلىقى، قەلبىنۇرنىڭ ژۇرنالغا مۇشتەرى بولۇش چۈشىنىڭ يەنىلا چۈش پېتى قالغانلىقى سۆزلىنىش ئارقىلىق، بۇ نارىسىدە قىزنىڭ ئىلىمگە بولغان تەشنالىقى، كىتاب سېتىۋېلىپ ئوقۇشقا بولغان ئارزۇسىنىڭ ئىنتايىن كۈچلۈك ئىكەنلىكى ئىپادە قىلىنغان بولۇپ، بۇ مۇلاھىزىنى ئوقۇغان ھەرقانداق ئادەم تەسىرلەنمەي قالمايدۇ.

ئالدىنقى ئەسىرنىڭ 20 - يىللىرىدا مەرھۇم شائىرىمىز ئابدۇخالىق ئۇيغۇر بىر كىتابنى 300 سەر كۈمۈشكە سېتىۋېلىپ ئوقۇغان ئىكەن. ھازىر قارايدىغان بولساق، قولىدا پۇلى بار مۇتلەق كۆپ ساندىكى كىشىلىرىمىز 30 يۈەنگە بىر كىتاب سېتىۋېلىپ ئوقۇشقا ھەرگىز رازى ئەمەس، ئەكسىچە، رېستوران، قاۋاقخانىلاردا نەچچە يۈز يۈەنلەپ پۇلنى بۇزۇپ چېچىش بەدىلىگە ئۆز ئەقلىنى بۇلغاۋاتىدۇ. ھازىرقى ھەرقانداق كىتاب تېپىلىدىغان ئەۋزەل شارائىتتا كىتاب سېتىۋېلىپ ئوقۇيدىغان ۋە ئۇنىڭدىن بەدىئىي زوق ئالىدىغان كىشىلىرىمىز ئىنتايىن ئاز ساندا بولۇۋاتىدۇ.

كىتاب — ئىنساننىڭ ئەقلىنى، دىلىنى يورۇتقۇچى مەشئەل. بۇ مەشئەل ئىنسانىيەت تۇرمۇشىنىڭ ئايرىلماس بىر قىسمىغا ئايلانغاندىن بۇيان، نۇرغۇن كىشىلەر كىتاب ئوقۇش ئارقىلىق جاھانغا تونۇلغان، ئىنسانىيەتكە ئاجايىپ بەخت - سائادەتلەرنى ئېلىپ كەلگەن. ئەنگلىيەلىك مۇتەپەككۇر بېكون: «كىتاب قىممەت باھالىق يۈكنى ئەجدادتىن ئەۋلادقا يەتكۈزىدىغان كېمە» دېگەن بولسا، ئالىم ئابدۇشۈكۈر مۇھەممەدئىمىن: «ئىنسان ياراتقان مۆجىزىلەر ئىچىدە مەڭگۈلۈك ھاياتقا ئىگە مۆجىزە پەقەت كىتابتۇر. ئەگەر كىتاب بولمىغان بولسا، دۇنيانى مىڭلىغان قۇياشمۇ جاھالەت ئازابىدىن قۇتۇلدۇرۇشى مۇمكىن بولمىغان بولاتتى!» دېگەن.

رۇسىيەنىڭ داڭلىق يازغۇچىسى ماكسىم گوركىي باللىق دەۋرىدە نامراتلىق تۈپەيلىدىن ئۆي خىزمەتچىسى بولۇپ ئىشلىگەن چاغلىرىدا، خوجايىن ئۇنىڭ كىتاب ئوقۇشىغا يول قويمىغان. ئۇ بەزىدە كۆيۈپ بولغان شامنىڭ قالدۇقلىرىدا يەنە شام ياساپ كىتاب ئوقۇغان. بىر قېتىم ئۇ ئوغرىلىقچە ئۆگزىگە چىقىپ، ئايدىڭدا كىتاب ئوقۇۋاتقاندا ئايال خوجايىن بۇنى بىلىپ قېلىپ، قولىدىكى كىتابنى تارتىۋېلىپ يىرتىۋېتىدۇ ۋە ئۇنى قاتتىق ئۇرۇپ، دۈمبىسىنى ئىششىتىۋېتىدۇ. ئۇ شۇنداقتىمۇ كىتاب ئوقۇشنى، يېزىقچىلىقنى توختىتىپ قويماي، ئىنسانىيەتكە نۇرغۇنلىغان نادىر ئەسەرلەرنى قالدۇرۇپ كەتتى.

ھەممىمىزگە تونۇشلۇق بولغان داڭلىق كەشپىياتچى ۋە ئالىم ئېدىسون كىچىكىدە ئائىلىسى نامرات بولغاچقا، ۋوگزالدا گېزىت سېتىپ پۇل تېپىش ئارقىلىق، كىتاب سېتىۋېلىپ ئوقۇپ، ئوقۇغان كىتابلىرىدىن ئالغان مەنىۋى ئوزۇقلىرىدىن روھىي دۇنياسىنى بېيىتىش ئارقىلىق ئىنسانىيەت مەدەنىيىتىنىڭ تەرەققىياتىغا ئۆلمەس تۆھپىلەرنى قوشقان.

مەرھۇم ئالىم ئابدۇشۈكۈر مۇھەممەدئىمىن قىسقىغىنە ھاياتىدا 40 پارچىدىن ئارتۇق كىتاب يازغان. ئاڭلاشلارغا قارىغاندا، ئۇ ئايالى رەنا خانىم بىلەن توي قىلىپ تۇنجى قېتىم بازارغا چىققاندا، ئايالى كېرەكلىك بۇيۇملارنى سېتىۋالغۇچە، كىتابخانىدا كىتاب ئوقۇغاچ ئايالىنى ساقلاپ تۇرغانىكەن. ئۇ «كىتاب ۋە

كىتاب مەدەنىيىتى» سەرلەۋھىلىك ماقالىسىدە كىتاب ھەققىدە مۇنداق قۇرلارنى يازغان: «كىتاب ھەربىر شەخسنىڭ مەنىۋى فوندى ۋە ئۇنىڭ كامالەت گۇۋاھنامىسى. قەدىمكى رىم ناتىقى تىسترون ‹كىتابسىز ئۆي —— جانسىز تەن›، دەپ توغرا ئېيتقان، كىتابسىز شەخس مەيلى ئۇ باي مىراسخور ياكى ئالتۇن خەزىنە ئىگىسى بولسۇن، ئۇ بەختسىز ۋە بەختسىزلىكىدىن خەۋەرسىز ناداندۇر. ئۇ يۈز يىل ياشىسىمۇ، مەدەنىيەت تارىخىدىن ساۋاتسىز ئۆمرى كوتا بەندە ھېسابلىنىدۇ».

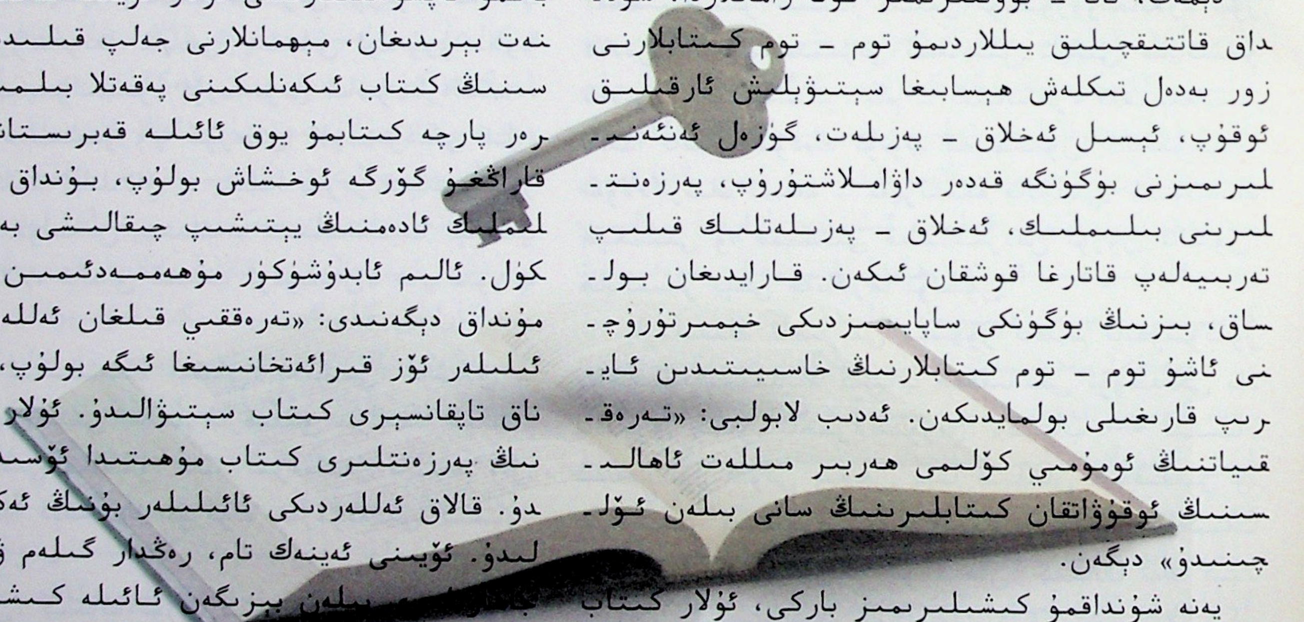
مەن قايسىبىر كىتابتىن مۇساباي (باھاۋۇدۇن ۋە ھۈسەيىن بايلارنىڭ ئاتىسى) نىڭ كىتابخانىسىدا 1000 پارچىدىن ئارتۇق كىتاب ساقلىغانلىقىنى، مۇشۇ كىتابتىن ئالغان بىلىملەر ئاساسىدا، كېيىن ئوغۇللىرىنىڭ ئۇيغۇر يېڭى مائارىپىنىڭ بوشۇكىنى قۇرۇپ چىقىشىنى زور كۈچ بىلەن قوللىغانلىقىنى ئوقۇغانىدىم.

دېمەك، ئاتا - بوۋىلىرىمىز كونا زامانلاردا، شۇنداق قاتتىقچىلىق يىللاردىمۇ توم - توم كىتابلارنى زور بەدەل تىكلەش ھېسابىغا سېتىۋېلىش ئارقىلىق ئوقۇپ، ئېسىل ئەخلاق - پەزىلەت، گۈزەل ئەنئەنىلىرىمىزنى بۈگۈنگە قەدەر داۋاملاشتۇرۇپ، پەرزەنتلىرىنى بىلىملىك، ئەخلاق - پەزىلەتلىك قىلىپ تەربىيەلەپ قاتارغا قوشقان ئىكەن. قارايدىغان بولساق، بىزنىڭ بۈگۈنكى ساپايىمىزدىكى خېمىرتۇرۇچنى ئاشۇ توم - توم كىتابلارنىڭ خاسىيىتىدىن ئايرىپ قارىغىلى بولمايدىكەن. ئەدىب لابولىبى: «تەرەققىياتنىڭ ئومۇمىي كۆلىمى ھەربىر مىللەت ئاھالىسىنىڭ ئوقۇۋاتقان كىتابلىرىنىڭ سانى بىلەن ئۆلچىنىدۇ» دېگەن.

يەنە شۇنداقمۇ كىشىلىرىمىز باركى، ئۇلار كىتاب ئوقۇيدۇ، ئەمما كىتابنى بىلىم ئىگىلەش، بىلىمگەنلىرىنى بىلىۋېلىش ئۈچۈن ئەمەس، بەلكى ئىچ - پۇشۇقىنى چىقىرىش، ۋاقىت ئۆتكۈزۈپ كۈننى كەچ قىلىش ئۈچۈن ئوقۇيدۇ. ئۇلارنىڭ بۇ خىلدىكى كىتاب ئوقۇشى بۈيۈك ئالىمىمىز ئابدۇقادىر داموللام «كىتاب ئوقۇغان كىشى تەپەككۇرنى ھەمراھ قىلماي، كىتابنىڭ شەرھى - ئىزاھىغىلا ئېسىلىۋالسا، گويا باشلانغۇچ مەكتەپ ئوقۇغۇچىسىغا ئايلىنىپ قالىدۇ» دېگىنىدەك، ئوقۇغان كىتابىدىن ھېچقانداق بەدىئىي زوق ئالالمايدۇ.

نۆۋەتتە، مىللىتىمىز ئارىسىدا زامانىۋى بىلىمسىزلەر باش كۆتۈرۈۋاتىدۇ. بۇمۇ ئۆز نۆۋىتىدە كىشىلىرىمىزنىڭ كىتاب ئوقۇش ئارقىلىق، ئۆز بىلىمىنى ئۈزلۈكسىز مۇكەممەللەشتۈرۈشكە سەل قاراۋاتقانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئاقىۋەت. ئۇزۇن زامانلاردىن بېرى، ئاتا - بوۋىلىرىمىز كىتاب ئوقۇش، سېتىۋېلىش ۋە ساقلاشقا ئىنتايىن ئەھمىيەت بەرگەن ۋە كۆپلىگەن ياخشى كىتابلارنى ساقلاپ بۈگۈنگىچە يەتكۈزگەن. ئەمما، ھازىر بەزى ئائىلىلەرنىڭ مېھمانخانىسىدىكى قاچا - قۇچا ئىشكاپلىرىدا قىممەت باھالىق چىنە - قاچىلار، توڭلاتقۇلىرىدا چەت ئەلنىڭ «ناپالېئون»، «XO» ... قاتارلىق قىممەت باھالىق ئېسىل هاراقلىرى تولۇپ ياتىدۇ. شۇغىنىسى، بەكمۇ ئەپسۇسلىنارلىقى ئۇلار ئۆيگە ھەقىقىي زىنەت بېرىدىغان، مېھمانلارنى جەلپ قىلىدىغان نەرسىنىڭ كىتاب ئىكەنلىكىنى پەقەتلا بىلمىگەن. بەرەر پارچە كىتابمۇ يوق ئائىلە قەبرىستانلىقتىكى قاراڭغۇ گۆرگە ئوخشاش بولۇپ، بۇنداق ئۆيدە بىلىملىك ئادەمنىڭ يېتىشىپ چىقالىشى بەسى مۇشكۈل. ئالىم ئابدۇشۈكۈر مۇھەممەدئىمىن بۇ ھەقتە مۇنداق دېگەنىدى: «تەرەققىي قىلغان ئەللەردىكى ئائىلىلەر ئۆز قىرائەتخانىسىغا ئىگە بولۇپ، ئۇلار روناق تاپقانسېرى كىتاب سېتىۋالىدۇ. ئۇلار ۋە ئۇلارنىڭ پەرزەنتلىرى كىتاب مۇھىتىدا ئۆسىدۇ، ئۆرلەيدۇ. قالاق ئەللەردىكى ئائىلىلەر بۇنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ. ئۆيىنى ئەينەك تام، رەڭدار گىلەم ۋە ئىشرەت جابدۇقلىرى بىلەن بېزىگەن ئائىلە كىشىلىرىنىڭ مەنىۋى دۇنياسى خۇنۇك بولىدۇ. ئۇلار مەغرۇر، تەنتەك، پۇلپەز، سۆلەتۋاز بولۇپ، ئۆزلىرى ۋە پەرزەنتلىرى تېزدىن چۈشكۈنلىشىدۇ. بۇ جەھەتتىكى مەسالالار كۆز ئالدىمىزدا تولۇپ يېتىپتۇ».

بىزنىڭ بەزى كىشىلىرىمىزدە كىچىك باللىرىمىزدا بار ئەقىلنىڭ سۇنۇقىمۇ يوق. مەن ھەپتىدە



www.uyghurkitap.com

كەم دېگەندە ئىككى ـ ئۈچ قېتىم كىتابخانىغا كېرىپ تۇرىمەن. كىتابخانىغا كىرىپلا تۇنجى بولۇپ كۆرىدىغىنىم ھەرخىل كىتابلار تىزىلغان جاھازىلار ئالدىدا زوڭزىيىپ ئولتۇرۇپ ياكى ئۆرە تۇرۇپ پۈتۈن ۋۇجۇدى بىلەن تۇرلۇك مەزمۇندىكى ئۆزى قىزىققان كىتابلارنى ئوقۇپ تۇرغان ئوماق نارەسىدىلەر بولىدۇ. مەن ئۇلارنىڭ بۇنچە قىزىقىپ كىتاب كۆرۈۋاتقانلىقىدىن ئىنتايىن مەمنۇن بولغان ھالدا، ئاشۇ نارەسىدىلەرنىڭ تۇرلۇك كىتابلارنى ئوقۇپ ئۆزگە لازىملىق بىلىملەرگە ئىگە بولۇشىنى، شۇ ئارقىلىق ئۆز ۋۇجۇدىنى ئىلىم نۇرى بىلەن يورۇتۇشىنى ئۈمىد قىلىپ قايتىپ چىقىمەن.

ئەجەبا ئاشۇ نارەسىدىلەردە بار ئەقىل بىزدە يوقمۇ؟ ئاشۇ ئوماق پەرزەنتلىرىمىز كىتابقا بولغان چەكسىز مۇھەببىتى، بىلىمگە بولغان يۇكسەك دەرىجىدىكى قىزغىنلىقى بىلەن كىتابخانىلاردا كىتاب كۆرۈپ ئولتۇرىدۇ. ئەمما، بىز بولساق، ۋاقتىمىزنى بىھۇدە زايە قىلىپ، ئىقتىسادىمىزنى تۇرلۇك كېيىپ ـ ساپا سورۇنلىرىدا، ئايىغى چىقماس ئولتۇرۇشلاردا بۇزۇپ ـ چېچىۋاتىمىز. ئۆزىمىزنى ئاشۇ نارەسىدىلەر بىلەن سېلىشتۇرۇپ كۆرەيلى! ئارىمىزدىكى قانچىلىك ئاتا ـ ئانا ئاي ـ يىلدا بىرەر قېتىم ئۆز پەرزەنتىنى قولىدىن يېتىلەپ كىتابخانىغا ئېلىپ كىرىپ، «بالام، قانداق كىتاب ئوقۇيسەن» دەپ سوراپ باقتى؟

ھەربىر ئىنساننىڭ ئەقلى، بىلىمى، ئەخلاق ـ پەزىلىتى، پاراستى بىلىم ئارقىلىق بارلىققا كېلىدۇ ۋە تەرەققىي قىلىدۇ. بىز ئىزدىگەن بىلىم دەل مەن يۇقىرىدا دېگەندەك تۇرلۇك مەزمۇندىكى كىتابتىن كېلىدۇ.

قىسقىسى، كىتاب ئۆزى كىچىككىنە نەرسە بولسىمۇ، ئەمما، ئۇنىڭغا يازغۇچىنىڭ، شۇنداقلا يازغۇچى تەۋە بولغان مىللەتنىڭ چەكسىز ئەقىل ـ پاراستى مۇجەسسەملەنگەن. ئۇنىڭدا بىز بىلمەيدىغان نۇرغۇن بىلىملەر ۋە سىر ـ ھېكمەتلەر ساقلانغان. شۇڭا، بىز چوقۇم كىتاب ئوقۇيلى، ھاياتىمىز كىتابسىز ئۆتمىسۇن! بولمىسا، بىزنىڭ جىسمىمىز تىرىك بولسىمۇ، روھىمىز ئاللىقاچان ئۆلگەن بولىدۇ. بىزنىڭمۇ ھېچقانداق قەدىر ـ قىممىتىمىز قالمايدۇ. مەن «شىنجاڭ مەدەنىيىتى» دىن «نادىر كىتاب قابىل ئانىغا ئوخشايدۇ» دېگەن قۇرلارنى ئوقۇغانىدىم. دەرھەقىقەت، ياخشى كىتابتىن بىرنى ئوقۇساق، ئىلگىرى ھېچكىم دەپ بەرمىگەن سىرلارنى، ھېكمەتلەرنى بىلەلەيمىز. شۇڭا، ھەممىمىز ۋاقىت ئىچىدىن ۋاقىت چىقىرىپ كىتاب ئوقۇيلى، بولۇپمۇ، زامانىمىز ياشلىرى كىتاب ئوقۇشقا تېخىمۇ بەكرەك ئەھمىيەت بېرەيلى! كىتاب ئوقۇش ئارقىلىق ئەقىل بۇلىقىمىزنى ئاچايلى، ئۇنىڭدىن ئۆزىمىزلا ئەمەس، باشقىلارمۇ سۇ ئىچسۇن! بۈيۈك ئالىمىمىز ئابدۇقادىر داموللام «ئەگەر مەن بىر نەرسىدىن ھەيران قالدىم دېسەم، ياشلارنىڭ قەدىر ـ قىممەتسىز ئىش ـ ھەرىكەتلىرى مېنى ھەيران قالدۇرغان بولىدۇ» دەپتىكەن. شۇڭا، جەمئىيىتىمىزدە بىكار لاغايلاپ يۈرگەنلەر، ۋاقىتنى ئەھمىيەتسىز ئىشلار بىلەن ئۆتكۈزۈۋاتقانلار، ئۆز قەدىر ـ قىممىتىمىزنى كىتابتىن تاپايلى! ھاياتىمىز قەدىر ـ قىممەتسىز، نام ـ نىشانسىز، ئەھمىيەتسىز ھالدا ئاققان سۇدەك ئۆتۈپ كەتمىسۇن! كەلگۈسىدە ئەۋلادلارنىڭ لەنەت ـ نەپرىتىگە قالمايلى! كىتابنىڭ ھېكمىتى ۋە قىممىتى قەلبىمىزدىن ئورۇن ئالسۇن، ھاياتىمىز يېڭى مەنالارغا تولسۇن!

يازمامنىڭ ئاخىرىنى مەشھۇر ئالىم ئابدۇشۈكۈر مۇھەممەدئىمىننىڭ كىتاب ھەققىدىكى تۆۋەندىكى بايانلىرى بىلەن ئاخىرلاشتۇراي: «كىتاب — ئىنسانىيەت ئۆز قولى بىلەن بىنا قىلغان ھەقىقىي ۋە بىردىنبىر ئەلئېھرام. ئۇ ھەممىنى، پۈتكۈل ماھىيەت ۋە ھادىسىلەرنى ئۆزىگە جۇغلىغان. كىتابقا تەڭ كېلىدىغان ئىنسانىيەت جۇغلىغان ئىككىنچى بىر خەزىنە مەۋجۇت ئەمەس! بۇنىڭدىن خەۋەرسىزلىك كىشىلىك دۇنياسىدا تېخىرقاپ يۈرۈشتىن باشقا نەرسە ئەمەس!»

مۇھەررىر: مەھفۇزە ئەخمەت

مەدەنىيەت كەسپىنىڭ تەرەققىيات پۇرسىتى قەيەردە

خالمۇرات ئەرمىدىن
(چاپچال ناھىيە قوغۇنچى يېزىلىق مەدەنىيەت پونكىتى)

ئەگەر بىز «12 مۇقام» نى پەقەت بىر تارىخىي ئەسەر سۈپىتىدە قارىساق، ئۇنداقتا ئۇ دەل بىر خىل مەدەنىيەت ھادىسىسى يەنى ئۇيغۇر مىللىتىنىڭ ئۆزگە خاس مىللىي مەدەنىيىتىدۇر. ئەگەر بىز «12 مۇقام» نى رەتلەش، قېزىش جەريانىغا نەزەر سالساق، ھۆكۈمەتنىڭ ئۇنىڭ ئۈچۈن مەبلەغ سېلىشى، خەلق ئىچىدىكى مۇقامچىلارنى ئىقتىسادىي جەھەتتە يۆلىشى، بۇ مەدەنىيەت مىراسىنىڭ مۇكەممەللىشىشى ۋە ۋارىسلىق قىلىنىشىغا ياردەم بېرىشى دەل مەدەنىيەت كەسپى كاتېگورىيەسىگە كىرىدۇ. ئەگەر بىز «12 مۇقام» نى تېما قىلىپ تېلېۋىزىيە تىياتىرى، كارتون فىلىم، ئۈن - سىن پىلاستىنكىسى، كىنو قاتارلىق سەنئەت بۇيۇملىرى قىلىپ ئىشلەپ بازارغا سېلىپ پايدىغا ئېرىشسەك، ئۇ ھالدا بۇنى دەل مەدەنىيەت كەسپىنى ئېچىش دېيىشكە بولىدۇ.

ئۇنداقتا مەدەنىيەت كەسپى دېگەن نېمە؟ مەدەنىيەت كەسپى تەۋەلىكىنى نېمىگە قاراپ ھۆكۈم قىلىش كېرەك؟ ئادەتتە مەدەنىيەت كەسپى دېگىنىمىز مەزمۇننى ئىجاد قىلىشنى يادرو قىلىپ، بازارلاشتۇرۇش، كەسپلەشتۈرۈش قاتارلىق تەشكىللەش شەكىللىرى ئارقىلىق، ئىنسانلارنى زور مىقداردىكى مەدەنىيەت مەھسۇلاتلىرى ۋە مەدەنىيەت مۇلازىمىتى بىلەن تەمىنلەيدىغان بىر خىل ئىقتىسادىي ھادىسىدۇر. مەدەنىيەت كەسپى بىر خىل ئىقتىسادىي ھادىسە، ئۇ پايدا ئېلىشنى ئۆزىنىڭ ۋەزىپىسى ۋە مەقسىتى قىلغان بولىدۇ، بۇ خىل ئىقتىسادىي ھادىسە ئادەتتە ئۈچ تۈرگە بۆلۈنىدۇ. بىرىنچى تۈرى مۇئەييەن شەكىلگە ئىگە مەدەنىيەت مەھسۇلاتلىرىنى ئىشلەپچىقىرىشنى ئاساس قىلىدۇ، مەسىلەن: «گېزىت، ژۇرنال، ناخشا پىلاستىنكىسى ...» قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى مۇئەييەن شەكىلگە ئىگە مەدەنىيەت مەھسۇلاتلىرى ھېسابلىنىدۇ. ئىككىنچى بىر تۈرى ئەمگەك كۈچى چىقىرىش شەكلىدە مەدەنىيەت ھادىسىسىنى مۇلازىمەت بىلەن تەمىنلەيدۇ، مەسىلەن، ئارتىسلارنىڭ رول ئېلىشى، پىروفېسسورلارنىڭ دەرس سۆزلىشى، ۋاستىچىلىك قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى ئەمگەك كۈچى چىقىرىش شەكلىدە تەمىنلىنىدىغان مەدەنىيەت مۇلازىمىتىدۇر. ئەڭ ئاخىرقى بىر تۈرى باشقا مەھسۇلات ۋە كەسپلەرنى ئاشۇرما قىممەت بىلەن تەمىنلەيدۇ. مەسىلەن، «بىناكارلىق لايىھەسى، بېزەش، زىننەتلەش» قاتارلىقلار. لايىھەلەش گەرچە بىناكارلىق كاتېگورىيەسىگە تەۋە بولسىمۇ، بىراق لايىھەلەشنىڭ ئۆزى يىلتىزىدىن قارىغاندا مەدەنىيەت ئىجادىيىتىدۇر. بۇلاردىن كۆرۈۋېلىشقا بولىدۇكى، مەدەنىيەت كەسپىنىڭ چېتىلىدىغان دائىرىسى ۋە باغلىنىش بوشلۇقى ناھايىتى كەڭرى، ئۇ ھەرقانداق كەسىپ بىلەن مۇناسىۋەت ئورنىتىشى مۇمكىن.

مەدەنىيەت كەسپىنىڭ تۈپ ئالاھىدىلىكى دەل مەدەنىيەتنىڭ تەسىر كۈچىگە تايىنىپ، ئىقتىسادىي قىممەت يەنى ئاشۇرما قىممەت بەرپا قىلىش جەريانىدۇر. جەمئىيەت تەرەققىياتى نۇقتىسىدىن قارىغاندا، مەدەنىيەت بىر تۈرلۈك ئادەم تەربىيەلەيدىغان كەسىپ بولۇپ، مەدەنىيەت كەسپىنىڭ تەرەققىيات جەريانى ئەمەلىيەتتە پۇقرالار ساپاسىنىڭ يۇقىرى

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

كۆتۈرۈلۈش جەريانىدۇر، ئىنگلىز تىلىدىكى مەدەنىيەت «CULTURE» لاتىن تىلىدىن قوبۇل قىلىنغان سۆز بولۇپ، ئادەم تەربىيەلەش دېگەن مەنىگە ئىگە. ئىستېمال كاتېگورىيەسىدىن قارىغاندا، مەدەنىيەت كەسپى كەلگۈسىدىكى «تۈۋرۈك» كەسىپ ھېسابلىنىدۇ، ئۇنىڭ تەسىر كۈچى كۈچلۈك، بارلىق كەسىپلەر بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇپلا قالماستىن، يەنە ئۇ تېپىك بولغان ئېكولوگىيەلىك مۇھىتقا پايدىلىق، ئىس - تۈتەكسىز كەسىپ ھېسابلىنىدۇ.

باشقا كەسىپلەرگە سېلىشتۇرغاندا، دۆلىتىمىز مەدەنىيەت كەسپىنىڭ ئۆسۈپ يېتىلىش تەرەققىيات بوشلۇقى ناھايىتى كەڭرى، ھازىر پۈتۈن دۇنيادىكى مەدەنىيەت كەسپىدە ئامېرىكىنىڭ ئىشلەپچىقارغان مەھسۇلاتلىرى 1/3 قىسمىنى ئىگىلەيدۇ، جۇڭگونىڭ ئىشلەپچىقارغىنى بولسا 2% كىمۇ يەتمەيدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن مەدەنىيەت كەسپىنىڭ تەرەققىياتى جۇڭگونىڭ ھازىرقى ئىقتىسادىي قۇرۇلمىنى ئۆزگەرتىش باسقۇچىدا ناھايىتى مۇھىم ئورۇندا تۇرىدۇ. ئىقتىسادىي قۇرۇلمىنى ئۆزگەرتىشتە مەبلەغ سېلىپ ئىلگىرى سۈرۈش ئامىلىنى ئازايتىپ، ئىستېمالنى ئاشۇرۇش، مۇلازىمەت كەسپىنى كۈچەيتىپ، 3 - كەسىپنىڭ ئىقتىسادىي قۇرۇلمىدىكى ئىگىلىگەن نىسبىتىنى يۇقىرى كۆتۈرۈش كېرەك. 3 - كەسىپنىڭ ئىقتىسادىي قۇرۇلمىدىكى ئىگىلىگەن نىسبىتىنى يۇقىرى كۆتۈرۈش بولسا ئەمەلىيەتتە دەل مەدەنىيەت كەسپىنىڭ تەرەققىي قىلىشىدۇر.

ئۇنداقتا، مەدەنىيەت كەسپىنىڭ تەرەققىيات يولى قەيەردە؟ ئۇ ئاساسلىقى سىياسەتنىڭ يېتەكلىشى ئارقىلىق، مەبلەغ سالغۇچىلارنى جەلپ قىلىپ، مەدەنىيەت بازىرىدىكى رىقابەت گەۋدىسىنى بەرپا قىلىش، ھەر خىل مەدەنىيەت مەھسۇلاتلىرىنى ئوتتۇرىغا چىقىرىپ، ئاندىن كېيىن مەدەنىيەت مەھسۇلاتلىرى ئىستېمالدىكى فوكۇس نۇقتىسىنى ھاسىل قىلىش ئارقىلىق ئەمەلگە ئاشىدۇ.

ئىچكىرى ئۆلكىلەرگە سېلىشتۇرغاندا، شىنجاڭنىڭ مەدەنىيەت كەسپى ئانچە تەرەققىي قىلمىغان. ئىستاتىستىكىلارغا ئاساسلانغاندا، مەدەنىيەت كەسپىنىڭ شىنجاڭ GDP سىدا ئىگىلىگەن نىسبىتى 2% گىمۇ يەتمەيدىغان بولۇپ، مىقدارى ئاز، تەرەققىياتى يېتەرسىز. ئۇنداقتا، ئەمەلىيەتنى چىقىش قىلغاندا نۆۋەتتىكى مەدەنىيەت كەسپىنىڭ تەرەققىيات ئېقىمىدا شىنجاڭ مەدەنىيەت كەسپىنىڭ تەرەققىيات پۇرسىتى قەيەردە؟

ج ك پ 18 - نۆۋەتلىك 3 - ئومۇمىي يىغىنىدا «مەدەنىيەت تۈزۈلمىسى مېخانىزمىدا يېڭىلىق يارىتىشنى ئىلگىرى سۈرۈش» ئوتتۇرىغا قويۇلۇپ، «مەدەنىيەت تۈزۈلمە ئىسلاھاتىنى يەنىمۇ چوڭقۇرلاشتۇرۇش، مەدەنىيەت كەسپىنى باشقۇرۇش تۈزۈلمىسىنى مۇكەممەللەشتۈرۈپ، زامانىۋى مەدەنىيەت بازار سىستېمىسىنى ئورنىتىش ۋە ئۇنى تەرەققىي قىلدۇرۇش، زامانىۋى ئاممىۋى مەدەنىيەت سىستېمىسىنى بەرپا قىلىپ، مەدەنىيەتنىڭ ئېچىۋېتىش سەۋىيەسىنى يۇقىرى كۆتۈرۈش كېرەك» دەپ كۆرسىتىلدى.

ج ك پ شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق 8 - نۆۋەتلىك 6 - ئومۇمىي يىغىنىدا «مەدەنىيەت تۈزۈلمە مېخانىزمىدا يېڭىلىق يارىتىشنى ئىلگىرى سۈرۈپ، زامانىۋى مەدەنىيەتنىڭ يېتەكچىلىك رولىنى جارى قىلدۇرۇش كېرەك» دەپ ئوتتۇرىغا قويۇلۇپ، «ئاكتىپ، مۇۋاپىق بولۇش پرىنسىپى بويىچە، ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىنى چىقىش قىلىپ، زامانىۋى مەدەنىيەت بازار سىستېمىسىنى ۋە زامانىۋى ئاممىۋى مەدەنىيەت سىستېمىسىنى بەرپا قىلىپ شۇنداقلا مۇكەممەللەشتۈرۈپ، شىنجاڭنى مەدەنىيەت بايلىقى مول رايوندىن، مەدەنىيەت كەسپى تەرەققىي قىلغان رايونغا ئۆزگەرتىشنى ئىلگىرى سۈرۈش كېرەك» دەپ كۆرسىتىلدى. بۇ سىياسەت تەدبىرلەر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ مەدەنىيەت ئىشلىرى جۈملىدىن مەدەنىيەت كەسپى تەرەققىياتىغا كەڭ يول ئېچىپ بەردى.

مەدەنىيەت جەھەتتىكى بايلىق ئەۋزەللىكىنى مەدەنىيەت كەسپى بايلىقىغا ئايلاندۇرۇشتا، ئاپتونوم رايونىمىز ئالدى بىلەن يىپەك يولى ئىقتىساد بەلبېغىنى ئېچىشتىن ئىبارەت بۇ پۇرسەتنى چىڭ تۇتۇشى كېرەك. يىپەك يولى ئىقتىساد بەلبېغىنى ئېچىشنى

باش شۇجى شى جىنپىڭ 2013 - يىلى ئوتتۇرىغا قويغان. يىپەك يولى ئىقتىساد بەلبېغىنى ئېچىش ئەمەلىيەتتە مەدەنىيەت كەسپىنىڭ تەرەققىياتىغا تۈرتكە بولۇشنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

يىپەك يولى دېگەن بۇ سۆز مەدەنىيەت كاتېگورىيەسىگە تەۋە ئاتالغۇ بولۇپ، ئۇ شەرق بىلەن غەربنىڭ سودىسىدىن مەيدانغا كەلگەن. گەرچە يىپەك يولى ئىقتىسادىي سەۋەبتىن مەيدانغا كەلگەن بولسىمۇ، لېكىن تارىخىي تەرەققىياتتىكى تۈرلۈك سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئۆزىنىڭ ئىقتىسادىي جەھەتتىكى رولىنى يوقىتىپ، پەقەت مەدەنىيەت جەھەتتىكى نامىلا ساقلىنىپ قالغان. بۈگۈنكى كۈندە بىز يىپەك يولى ئىقتىساد بەلبېغىنى ئېچىشنى قايتىدىن ئوتتۇرىغا قويغاندا، ئۇ ئەمەلىيەتتە ئۆزىنىڭ ئىقتىسادىي جەھەتتىكى رولىنى قايتىدىن تاپتى. ئەلۋەتتە، بۈگۈنكى كۈندە ئۇنىڭ ئىقتىسادىي جەھەتتىكى رولى پەقەت سودا جەھەتتىلا ئەمەس، تېخىمۇ مۇھىمى مەدەنىيەت كەسپىنى ئېچىشتا. مەسىلەن، شەنشى ئۆلكىسىنى مىسالغا ئالساق، بۇ ئۆلكە يىپەك يولى ئىقتىساد بەلبېغىنى ئېچىشتا مەدەنىيەت كەسپىنى تەرەققىي قىلدۇرۇشنى مۇھىم نىشان قىلغان، نەتىجىدە يىللىق مەدەنىيەت كەسپىنىڭ ئومۇمىي قىممىتى 50 مىليارد يۈەنگە يەتكەن ھەمدە كېيىنكى بەش يىللىق پىلاندا مەدەنىيەت كەسپىنىڭ ئومۇمىي قىممىتىنى 100 مىليارد يۈەنگە يەتكۈزۈشنى پىلانلىغان. بۇنىڭدىن شۇنى كۆرۈۋېلىشقا بولىدۇكى، مەدەنىيەت كەسپىنىڭ تەرەققىياتىنى باشلامچى قىلغاندا، شىنجاڭنىڭ ئىقتىسادىي تەرەققىياتىغا تۈرتكە بولغىلى بولىدۇ.

ئاپتونوم رايونىمىز جۇملىدىن ئوبلاستىمىزنى ئېلىپ ئېيتساق، بىزدە ئىككى خىل بايلىق ناھايىتى مول. بۇنىڭ بىرى تەبىئىي بايلىق بولسا، يەنە بىرى مەدەنىيەت بايلىقىدۇر. ئىلگىرى ئاپتونوم رايونىمىز ئىقتىسادىي تەرەققىياتتا ئاساسلىقى تەبىئىي بايلىقنى ئېچىپ پايدىلىنىشنى ئاساسلىق ئورۇنغا قويغان، گەرچە ئاپتونوم رايونىمىز يېقىنقى يىللاردىن بېرى كەسىپ قۇرۇلمىسىنى زور كۈچ بىلەن تەڭشىگەن، نېفتتىن باشقا سانائەتنىڭ مەھسۇلات قىممىتى نېفىتنىڭ مەھسۇلات قىممىتىدىن ئېشىپ كەتكەن بولسىمۇ، ئەمما ئومۇمىي ئىقتىسادىي قۇرۇلمىدىن قارىغاندا، مەدەنىيەت كەسپىنىڭ ئىگىلىگەن نىسبىتى يەنىلا ناھايىتى تۆۋەن بولغان.

ئاپتونوم رايونىمىز مەيلى ھەر قايسى مىللەتلەرنىڭ تارىخى، مەدەنىيىتى جەھەتتىن بولسۇن، ياكى تەبىئىي جۇغراپىيەلىك مەنزىرە جەھەتتە بولسۇن، بايلىقى مول رايون ھېسابلىنىدۇ. بۇ بىزنىڭ مەدەنىيەت كەسپىنى تەرەققىي قىلدۇرۇشىمىزنى كۈچلۈك ئاساس بىلەن تەمىنلەيدۇ. ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ مەدەنىيەت كەسپىنىڭ باشلىنىش نۇقتىسى تۆۋەن، ئومۇمىي مىقدارى ئاز بولسىمۇ، ئەمما يەنە بىر نۇقتىدىن قارىغاندا يېتىلىش بوشلۇقى چوڭ، تەرەققىيات ئىستىقبالى پارلاق. نۆۋەتتىكى مەسىلە ئېھتىياجلىق قوزغاش نۇقتىسىنى تېپىشتا. مەسىلەن، شىنجاڭدىكى مىللىي ناخشا - ئۇسسۇللار رەڭگارەڭ بولۇپ، كىشىنى ئۆزىگە مەپتۇن قىلىدۇ، بىراق كىشىنى ئەپسۇسلاندۇرىدىغان يېرى، ئۇلارنىڭ كۆپ قىسمى پەقەت سەنئەت ساھەسىدىلا توختاپ قالغان، مەدەنىيەت كەسپىنىڭ بىر قىسمى سۈپىتىدە سودا جەھەتتە ئۇنى تېخىمۇ چوڭقۇر ئاچىدىغان كارخانىلار گەۋدىسى كەمچىل. شۇنىڭ ئۈچۈن، مەيلى بىز باشقىلارنىڭ تەجرىبىسىنى ئۆگىنەيلى ياكى ئۆزىمىز يېڭىلىق يارىتايلى، مەدەنىيەت كەسپىنى ئېچىش، تەرەققىي قىلدۇرۇشتا ئۆزىمىزدىكى بايلىقتىن پايدىلىنىشقا ئەھمىيەت بېرىشىمىز، زامانىۋى مەدەنىيەت ئارقىلىق يېتەكچىلىك قىلىشقا ئائىت سىياسەتلەرنى پۇختا ئۆزلەشتۈرۈپ، ئۇنى مەدەنىيەت كەسپىنى تەرەققىي قىلدۇرۇشقا خىزمەت قىلدۇرۇشىمىز كېرەك. شۇنداق قىلغاندىلا، ئۆزىمىزدىكى مەدەنىيەت بايلىقىنى مەدەنىيەت كەسپى بايلىقىغا ئايلاندۇرۇپ، ئىقتىسادىي تەرەققىياتنى ئىلگىرى سۈرۈشكە تېخىمۇ ياخشى ھەسسە قوشقىلى بولىدۇ.

مۇھەررىر: مۇيەسسەر ئابدۇللا

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

توڭلاتقۇدا يېمەكلىك ساقلاشتا دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار

1. يېشىل يوپۇرماقلىق كۆكتاتلار

بۇ خىل تۇردىكى كۆكتاتلارنىڭ ساقلاش مۇددىتى قىسقا بولۇپ، ئەڭ ياخشىسى ۋاقتىدا يېيىش كېرەك. توڭلاتقۇدا ساقلىغاندا ئاسانلا يۇمشاپ سېسىپ كېتىدۇ ھەمدە توڭلاتقۇدىكى باكتېرىيەلەرنى كۆپەيتىپ، باشقا يېمەكلىكلەرنى بۇلغايدۇ. شۇڭا بۇ تۇردىكى كۆكتاتلارنى يېڭى پېتى يېسە ياخشى.

2. شاكىلات

شاكىلات يۇقىرى تېمپېراتۇرىدا، بولۇپمۇ ياز ۋاقتىدا ئاسانلا يۇمشاپ ئېرىپ كېتىدۇ، شۇڭا كۆپىنچە كىشىلەر شاكىلاتنى توڭلاتقۇدا ساقلاپ يەيدۇ. ئەگەر توڭلاتقۇدا ساقلىغان شاكىلاتنى ئىنچىكە قارايدىغان بولساق، ئۇنىڭ ئۈستىنى نېپىز بىر قەۋەت قىروۋ قاپلىغانلىقىنى بىلەلەيمىز. بۇ بىر قەۋەت قىروۋ ئاسانلا باكتېرىيەنى شەكىللەندۇرىدۇ. شۇڭا شاكىلات سېتىۋالغاندا ئازراق سېتىۋېلىپ ۋاقتىدا يەۋېتىش كېرەك. شاكىلات ئېرىپ كەتكەن تەقدىردىمۇ ئۇنى شاكىلات قىيامى ئورنىدا يېسە بولىدۇ.

3. بېلىق

ئادەتتە توڭلاتقۇنىڭ توڭلىتىش بۆلۈمى نۆلدىن تۆۋەن 20℃ ئەتراپىدا بولىدۇ. ئەمما بېلىقنى نۆلدىن تۆۋەن 30℃ تا ساقلىغاندا، ئەڭ ياخشى سوغۇق ساقلاش مەقسىتىگە يەتكىلى بولىدۇ. چۈنكى بېلىقنىڭ تېنىدە نۇرغۇن ئەزا توقۇلمىلىرى بولۇپ، ساقلاش تېمپېراتۇرىسىغا يەتمىگەندە، ئاسانلا بۇزۇلۇپ قالىدۇ. شۇڭلاشقا بېلىقنى توڭلاتقۇدا ئىمكانقەدەر ئۇزۇن ۋاقىت ساقلىماسلىق، كىچىككەندىمۇ بىر ھەپتە ئىچىدە يەۋېتىش لازىم.

4. دورا

دورا ئادەتتە سالقىن، شامال ئۆتۈشۈپ تۇرىدىغان ئورۇندا ساقلاشقا ماس كېلىدۇ. ئەگەر ئالاھىدە چۈشەندۈرۈش ياكى ئەسكەرتىش بولمىسا، دورىنى توڭلاتقۇدا ساقلىماسلىق لازىم. بەزى دورىلار تۆۋەن تېمپېراتۇرىغا بەرداشلىق بېرەلمەيدىغان بولۇپ، توڭلاتقۇدا ساقلىغاندا ئاسانلا دورىلىق خۇسۇسىيىتىنى يوقىتىپ قويىدۇ .ئەگەر دورىنىڭ يېرىمىنى ئىشلىتىپ ئاغزىنى ھىم ئەتمىگەندە، توڭلاتقۇدىكى باكتېرىيەلەر دورىغا سىڭىپ، دورا سۈپىتىنىڭ ئۆزگىرىپ كېتىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

دىققەت قىلىدىغان ئىشلار

1. يېمەكلىكلەرنى ھىم پېچەتلەش لازىم. توڭلاتقۇدا ساقلىماقچى بولغان بارلىق يېمەكلىكلەرنى ھىم پېچەتلەپ، غەيرىي پۇراق ۋە باكتېرىيەلەردىن يۇقۇملىنىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش لازىم.

2. بوتۇلكىلىق ئىچىملىكلەرنى توڭلاتماسلىق لازىم. بوتۇلكىلىق ئىچىملىكلەرنى يېڭى ساقلاش قەۋىتىدە سوغۇق ساقلاش، ھەرگىزمۇ توڭلىتىش بۆلۈمىدە ساقلىماسلىق، توڭلاپ يېرىلىپ كېتىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش لازىم.

3. سوغۇق ساقلاش بۆلۈمىدىكى يېمەكلىكلەرنى

ئۇزۇن ساقلىماسلىق لازىم. سوغۇق ساقلاش بۆلۈمىدىكى، يەنى يېڭى ساقلاش قەۋىتىدىكى يېمەكلىكلەرنى ئۈچ كۈندىن ئۇزۇن ساقلىماسلىق كېرەك، بولمىسا ئاسانلا باكتېرىيە پەيدا قىلىدۇ.

4. توڭلاتقۇدىكى باكتېرىيەلەرنىمۇ يوقىتىش لازىم. ئۇزۇن مۇددەت يېمەكلىك بىلەن ئۇچرىشىپ تۇرغاچقا، توڭلاتقۇدىمۇ ئاز بولمىغان باكتېرىيەلەر بولىدۇ. شۇڭا قەرەللىك هالدا توڭلاتقۇنى توكتىن ئاجرىتىپ، توڭلاتقۇنىڭ ئىچىنى پاكىز تازىلاش لازىم.

5. توڭلاتقۇنىڭ تېمپېراتۇرىسىغا دىققەت قىلىش لازىم. توڭلاتقۇنىڭ تېمپېراتۇرىسىغا دائىم دىققەت قىلىپ تۇرۇش كېرەك. توك توختاش ياكى توڭلاتقۇدا كاشىلا كۆرۈلۈش سەۋەبىدىن بولغان توڭلاتقۇنىڭ تېمپېراتۇرىسىنىڭ ئۆزگىرىش ئەهۋالىغا دىققەت قىلىش كېرەك. ئادەتتە سوغۇق ساقلاش بۆلۈمىنىڭ تېمپېراتۇرىسى نۆلدىن تۆۋەن 4℃ ، توڭلىتىش بۆلۈمىنىڭ تېمپېراتۇرىسى نۆلدىن تۆۋەن 18℃ ئەتراپىدا بولسا بولىدۇ.

6. يېمەكلىكلەرنى پەقەتلا پۇراش ئارقىلىق سۈپىتىنىڭ ئۆزگىرىپ قالغان ياكى قالمىغانلىقىغا هۆكۈم قىلماسلىق كېرەك. كۆپىنچە كىشىلەر يېمەكلىكلەرنىڭ سۈپىتىنىڭ ئۆزگىرىپ قالغان ياكى قالمىغانلىقىغا پەقەتلا پۇراپ بېقىش ئارقىلىق هۆكۈم قىلىدۇ. ئەمەلىيەتتە بۇ ئىلمىي ئەمەس. يېمەكلىكلەرنىڭ بەزىلىرىنىڭ پەقەتلا پۇرىقى ئۆزگىرىپلا قالماي يەنە رەڭگىدىمۇ ئۆزگىرىش بولغان بولۇشى ياكى كۆپۈك ئۆرلەپ قالغان بولۇشى مۇمكىن.

يېڭىدىن سېتىۋالغان يېمەكلىكلەرنى ساقلاشتا دىققەت قىلىدىغان ئىشلار:

1. ئەسلىدىكى ئورالمىنى ئېلىۋېتىش كېرەك.

يېڭىدىن سېتىۋالغان كىچىك ئورالمىلىق يېمەكلىكلەر هەم ئورالغان بولغاچقا، بىخەتەر دەپ ئويلاپ قالماڭ. ئالدى بىلەن ئەسلىدىكى ئورالمىدا هاۋا ئۆتۈشتۈرىدىغان كىچىك - كىچىك تۆشۈكچىلەر بولۇشى مۇمكىن، شۇڭا ئورالما بىلەن توڭلاتقۇغا سالغاندا باكتېرىيەنىڭ سىڭىپ كىرىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئىككىنچىدىن، ئورالما خالتىنىڭ قانچىلىغان كىشىلەرنىڭ قولىدىن ئۆتكەنلىكىنى بىلگىلى بولمايدۇ. ئىشلەپچىقارغان زاۋۇتتىن تاكى سودىگەر، مال توشۇغۇچى، پارچە ساتقۇچى، دۇكاندارلارغىچە نەچچە ئادەمنىڭ قولىدىن ئۆتىدۇ. شۇڭا هەم ساقلايدىغان كومزەك ياكى يېڭى ساقلايدىغان يالتىراق ئىشلەتكىنىڭىز تۈزۈك.

2. چوڭراق يېمەكلىكلەرنى پارچىلاپ ئوراپ ساقلاش كېرەك.

مەسىلەن، بىرلا قېتىمدا سېتىۋالغان چوڭراق گۆشلەرنى بىرقانچە قېتىم ئىستېمال قىلغاندا ئاندىن تۈگەتكىلى بولىدۇ، بەزى كىشىلەر پارچىلاشنى ئاۋارىچىلىق كۆرۈپ توڭلاتقۇغا پۈتۈن پېتى سېلىۋېتىدۇ، بۇنداق قىلىش توغرا ئەمەس. چۈنكى هەر قېتىم گۆشنى توڭلاتقۇدىن ئېلىپ پارچىلىغاندىن كېيىن يەنە سېلىۋەتسىڭىز، بۇ گۆش قانچە قېتىم قانچىلىغان باكتېرىيەلەر بىلەن ئۇچراشتى، بۇنى بىلگىلى بولمايدۇ، ئۇنىڭ ئۈستىگە ئۆي ئىچى بىلەن توڭلاتقۇنىڭ ئىچكى - تاشقى تېمپېراتۇرىسىدا پەرق بولغاچقا، گۆشنىڭ سۈپىتى ئاسانلا ئۆزگىرىپ كېتىدۇ.

3. بىرلا قېتىم ئىشلەتكىلى بولىدىغان تاماق قاچىلىرىنى توڭلاتقۇغا سالماسلىق كېرەك.

بەزى كىشىلەر تاماق سېتىۋالغاندا بىرلا قېتىم ئىشلەتكىلى بولىدىغان تاماق قاچىلىرىنى ئەپلىك كۆرۈپ تاشلىۋېتىشكە كۆزى قىيمايدۇ. يەپ بولالمىغان يېمەكلىكلەرنى قاچا بىلەن بىللە توڭلاتقۇغا سېلىپ قويىدۇ. بۇنداق قىلىش توغرا ئەمەس.

توڭلاتقۇدىكى يېمەكلىك ساقلايدىغان ئورۇنلار

1. توڭلاتقۇنىڭ ئىشكىدىكى ئورۇن بۇ ئورۇننىڭ

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

تېمپېراتۇرىسى نىسبەتەن يۇقىرى بولۇپ، نەرسىلەرنى ئېلىپ - سېلىش بىرقەدەر قولاي. بۇ ئورۇن ئۆي ئىچىدىمۇ ۋاقىتلىق ساقلىغىلى بولىدىغان، ئاسانلىقچە بۇزۇلۇپ قالمايدىغان ياكى تېز ئىستېمال قىلىۋېتىدىغان يېمەكلىكلەر، مەسىلەن، تۇخۇم، تەم تەڭشىگۈچ قاتارلىقلارنى ساقلاشقا ماس كېلىدۇ.

2. ئۈستۈنكى قەۋەت توڭلاتقۇ ئىشكىگە يېقىن ئورۇن ئۈستۈنكى قەۋەتنىڭ تېمپېراتۇرىسى ئاستىنقى قەۋەتكە قارىغاندا ئازراق يۇقىرى بولىدۇ، بۇ ئورۇن پىشىق يېمەكلىكلەر، قېتىق قاتارلىقلارنى ساقلاشقا ماس كېلىدۇ.

3. ئۈستۈنكى قەۋەت ئىچىدىكى ئورۇننىڭ تېمپېراتۇرىسى توڭلاتقۇ ئىشكىگە يېقىن ئورۇندىكىگە قارىغاندا تۆۋەن بولۇپ، سوغۇق ساقلىغىلى بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى ساقلاشقا ماس كېلىدۇ. مەسىلەن، ئاشقان تاماق، سۈت قاتارلىقلار.

4. ئاستىنقى قەۋەت توڭلاتقۇ ئىشكىگە يېقىن ئورۇن ھەرخىل يوپۇرماقلىق كۆكتات ۋە مېۋە - چېۋىلەرنى ساقلاشقا ماس كېلىدۇ.

5. ئاستىنقى قەۋەت ئىچىدىكى ئورۇن پىشۇرۇلمىغان، ئەمما تۆۋەن تېمپېراتۇرىدا ساقلاش زۆرۈر بولغان يېمەكلىكلەرنى ساقلاشقا ماس كېلىدۇ. مەسىلەن، پۇرچاق ئۈيۈتمىسى قاتارلىقلار. ھەم ئورالغان، گىرەلەشمە بۇلغىنىشتىن قورقمايدىغان يېمەكلىكلەرنىمۇ بۇ ئورۇنغا قويۇشقا بولىدۇ.

6. يېڭى ساقلاش قەۋىتى 24 سائەت ئىچىدە ئىستېمال قىلىدىغان يېمەكلىكلەرنى ساقلاشقا ماس كېلىدۇ. مەسىلەن، مۇزلىتىلغان يېڭى بېلىق ۋە باشقا سۇ مەھسۇلاتلىرى دېگەندەك. ئەگەر توڭلاتقۇدا مەخسۇس تەڭشىگىلى بولىدىغان يېڭى ساقلاش قەۋىتى بولسا گۆشنى ئەڭ ياخشىسى نۆلدىن تۆۋەن 1℃ بىلەن نۆلدىن يۇقىرى 1℃ قىچە قىلىپ، يېڭى ساقلاش قەۋىتىدە ساقلاش كېرەك.

تەرجىمە قىلغۇچى: توختى قۇربان

مۇھەررىر: مۇيەسسەر ئابدۇللا

ئولىمپىك ئالتۇن مېدالى ساپ ئالتۇنمۇ

ئولىمپىك تەنھەرىكەت مۇسابىقىسىنىڭ مېدال ئېلىش سۇپىسىدا نۇرغۇن تەنھەرىكەتچىلەر ئالتۇن مېدالنى ئالغاندىن كېيىن چىشلەپ باقىدۇ. بۇ زادى نېمە ئۈچۈن؟ خەلق ئارىسىدا ئالتۇننى چىشلەش ئارقىلىق ئۇنىڭ ھەقىقىي ياكى ساختىلىقىغا ھۆكۈم قىلغىلى بولىدۇ، ئالتۇننى چىشلىگەندە چىشنىڭ ئىزى ئالتۇنغا چىقىدۇ، دەيدىغان قاراش بار.

ئۇنداقتا، ئولىمپىك تەنھەرىكەت مۇسابىقىسىنىڭ ئالتۇن مېدالى راستىنلا ساپ ئالتۇندىن ياسالغانمۇ؟ ئەمەلىيەتتە، ئولىمپىك ئالتۇن مېدالى ساپ ئالتۇندىن ياسالمىغان! ئولىمپىك ئالتۇن مېداللىرى ئالتۇندىن ھەل بېرىلىپ ياسىلىدۇ، ئۇنىڭ سىرتقى يۈزىلا نېپىز بىر قەۋەت ئالتۇن، ئىچى پۈتۈنلەي ئارىلاشما مېتال.

ئەمەلىيەتتە 1912 - يىلىدىن كېيىنلا ئولىمپىك ئالتۇن مېدالىغا ساپ ئالتۇن ئىشلىتىلمەيدىغان بولغان. چۈنكى، ساپ ئالتۇن بەك يۇمشاق بولغاچقا، بارماقنىڭ ئىزى قالىدۇ، ئۇزۇن مۇددەت ساقلاشقا بولمايدۇ. ئەلۋەتتە، ئەينى ۋاقىتتا تەننەرخنى كونترول قىلىشمۇ ساپ ئالتۇن ئىشلەتمەسلىكتىكى يەنە بىر مۇھىم سەۋەب بولغان.

خەلقئارا ئولىمپىك كومىتېتىنىڭ بەلگىلىمىسىگە ئاساسەن، ئالتۇن مېدالغا ئاز دېگەندىمۇ 92.5% ساپ كۈمۈش، سىرتىغا ساپ ئالتۇن ھەل بېرىلىشى، ئالتۇننىڭ ئېغىرلىقى ئالتە گىرامدىن تۆۋەن بولماسلىقى، قالغان قىسمى مىس بولۇشى كېرەكلىكى بەلگىلەنگەن. بۇ يىل رىئودى ژانېيرودا ئۆتكۈزۈلگەن ئولىمپىك تەنھەرىكەت مۇسابىقىسىدىكى ئالتۇن مېداللارنىڭ ھەر بىرىنىڭ ئېغىرلىقى 500 گىرام بولۇپ، ئولىمپىك تەنھەرىكەت مۇسابىقىسى تارىخىدىكى ئەڭ ئېغىر ئالتۇن مېدال بولۇپ قالغان. ئۇنىڭ ئالتە گىرامى ئالتۇن، 494 گىرامى كۈمۈشتىن ياسالغان. بۇ 494 گىرام كۈمۈش تەركىبىدە 30% ئۈۋۈتۈلگەن ئەينەك ۋە X فوتو پىلاستىنكىمۇ بار ئىكەن. رىئودى ژانېيرودا ئۆتكۈزۈلگەن ئولىمپىك تەنھەرىكەت مۇسابىقىسىدىكى ئالتۇن مېدال ھەم چوڭ ھەم ئېغىر بولسىمۇ، لېكىن ھازىرقى ئالتۇن باھاسى بويىچە ھېسابلىغاندا قىممىتى 568 دوللار بولىدۇ.

تەرجىمە قىلغۇچى: مەھفۇزە ئەخمەت

مۇھەررىر: مۇيەسسەر ئابدۇللا

www.uyghurkitap.com

2016年第6期（总第151期）（双月刊）1984年创刊 单月1日出版

目录

文化走廊

01 维吾尔族传统陶器产业……阿不都黑力力·米热黑力力
10《突厥语大词典》里收藏的儿童游戏对孩子的教育意义…努尔买买提·卡地尔
13 维吾尔木卡姆中的舞蹈体裁及其功能……约尔柯孜·阿卜杜喀迪尔

科学生活 走进你我

16 为什么受惊吓后会脸色发白……迪丽拜尔·斯玛依（译）
17 人体哪个部位最怕冷……迪丽努尔·艾则孜（译）
18 为什么笑着笑着就会流眼泪……
19 为什么多看绿色可以缓解视疲劳……

农网

20 适合新疆种植的草本一年生花卉……库尔班·尼扎米丁

智慧生活

22 生气会不知不觉缩短你的寿命……阿迪力·胡加力木
27 你对，世界就对……阿布来提·阿布力克木
30 养成礼貌的问候习惯……阿不来提·加玛力

父母必读

32 家庭是温暖的港湾……麦苏尔·吐尔逊
34 儿童铅中毒及其防治措施……热依拉·阿不都拉

灵魂工程师

38 要成为一个有影响力的老师……阿布都瓦依提·牙库甫，吐逊姑·买合苏木

健康随行

46 肺癌来袭并非束手无策……沙塔尔·吾甫尔（译）
49 畸形鸡蛋及其形成原因……阿不都拉·肉孜
52 笑与健康……阿不来提·买买提
53 铜在脂肪代谢中的作用得到确认……买合布孜木·艾合买提（译）

心灵驿站

54 生活点滴感悟……吐尔逊买买提·托乎提
62 有这样一位农民……阿不都卡德尔·克力木
65 书的智慧与价值……吐拉洪·阿布力孜

快读

70 文化产业面临的机遇……哈里木拉提·艾日木丁
73 冰箱存放食物注意事项……托合提·库尔班（译）
76 奥运金牌是纯金的吗……买合布孜木·艾合买提（译）

新疆维吾尔自治区科普杂志社

主　任：李春阳

副主任：陶鹏 阿布都艾尼·依干拜尔迪 恰汗·合孜尔 谢国政 米宁 依明江·扎日 艾春根 摆晓宏

编　委：（按姓氏笔画排序）
万祥贵 地力夏提·买提肉孜 塔世根·加帕尔 刘瑛 战强 谢树燕 举来提·艾比不拉 罗建业

社长、总编：地力夏提·买提肉孜（副编审）

副社长、副总编：举来提·艾比不拉（副编审）
罗建业

编辑部主任：米叶沙·阿布都拉
本期编辑：买合布孜木·艾合买提
校对：阿斯亚·玉苏音
编辑制作：《友邻》杂志社

监督电话：(0991)6386550

编辑部电话：(0991)6386546
广告发行部电话：(0991)6386551

主办：新疆维吾尔自治区科学技术协会

出版：新疆维吾尔自治区科普杂志社

地址：乌鲁木齐新医路686号

邮政编码：830054

电子邮件：Turmush@163.com

印刷：新疆新华印刷厂

发行：乌鲁木齐市邮局

订阅：全国各地邮政（支）局

国内统一连续出版物号：
CN65-1086/Z

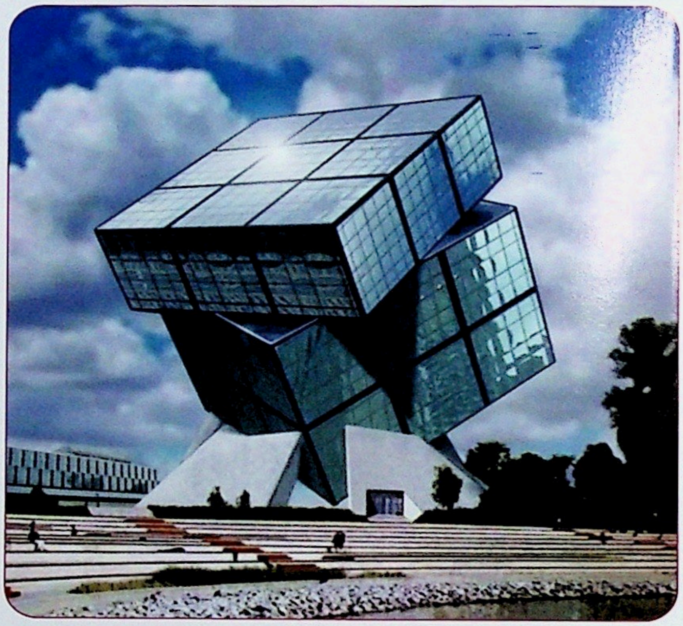
国际标准连续出版物号：
ISSN1004-0846

邮发代号：58-87

广告经营许可证：6501004000010

定价：9.00元

ئامېرىكىدىكى سېۋەت بىنا ئامېرىكا ئوخىئو ئىشتاتىغا جايلاشقان سېۋەت بىنا سېۋەتنىڭ شەكلى بىلەن بىنانىڭ ئالاھىدىلىكى مۇكەممەل بىرلەشتۈرۈلگەن قۇرۇلۇش بولۇپ، ئۈستى ئۇچۇق بۇ بىنانىڭ يەنە ئىككى غايەت زور سېۋەت تۇتقۇچىمۇ بار.



ۋېنگرىيەدىكى كۇبىك مۇزېيى ۋېنگرىيەنىڭ بۇداپېشتقا جايلاشقان بۇ كۇبىك شەكلىدىكى مۇزېينى ئىنژېنېر، ھەيكەلتىراش ۋە كۇبىك ئاتىسى ئېرنو رۇبىك لايىھەلىگەن.

ئامېرىكىدىكى كىتاب كۇتۇپخانا ئامېرىكا كانزاس شەھىرى ئاممىۋى كۇتۇپخانىسىنىڭ تېمى قاتار تىزىپ قويۇلغان 22 پارچە مەشھۇر ئەسەرگە تەقلىد قىلىنىپ ياسالغان بولۇپ، كىتابنىڭ قىرى ئەمەلىيەتتە كىرىش ئىشىكىدۇر.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

ھۆسەنجان قاسىم فوتوسى