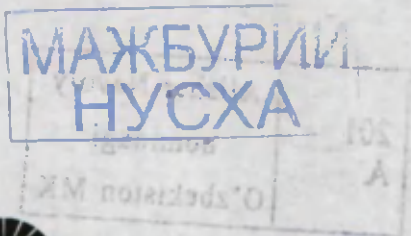


БОТИР ХАЙРУЛЛАЕВ

ТАБОБАТ ВА ҚАЙТА  
ЁШАРИШ СИРЛАРИ

ЗУЛМАТНИ ТАРК ЭТИБ  
ЁХУД  
ТАБОБАТНИНГ  
МУЪЖИЗАВИЙ  
САЛТАНАТИ



**ЯНГИ АСР АВЛОДИ**

Тошкент  
2013

УЎК: 616 (045)

КБК: 53.59

X-18

**Хайруллаев, Ботир**

Табобат ва қайта ёшариш сирлари. Зулматни тарк этиб ёхуд табобатнинг мўъжизавий салтанати. / Б. Хайруллаев. – Т.: Янги аср авлоди, 2013. – 136 бет.

ISBN 978-9943-27-143-2

Табиб табиб эмас, бошидан ўтказган табиб, деган ҳикматли нақл бор халқимизда. Бу нақлнинг ҳаётий ҳақиқати айнан ушбу китобда яна бир карра ўз ифодасини топади.

Оғир ва муаммоли дарднинг сирли давоси шифокорларнида ҳайратга солди. Оқибатда тиббиёт вакиллари дардманга, яъни китоб муаллифига табобат йўлидан юришни тавсия этишди. Касаллик, даво чоралари ва сирли тавсия билан танишишни истасангиз, китоб мутолаасига шошинг.

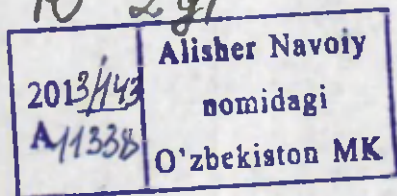
УЎК: 616 (045)

КБК: 53.59

**Тақризчи:**

Абдукарим УСМОНХЎЖАЕВ,  
тиббиёт фанлари номзоди, доцент,  
“Турон” фанлар академиясининг академиги

Ю 42065  
2.91



ISBN 978-9943-27-143-2

© Ботир Хайруллаев, «Табобат ва қайта ёшариш сирлари. Зулматни тарк этиб ёхуд табобатнинг мўъжизавий салтанати». «Янги аср авлоди», 2013 йил.

## **САЛОМАТЛИК ЙЎЛИДАГИ ЯНГИ КИТОБ**

Узоқ умр кўришга эришиш бу неча асрлардан буён инсоният ҳаётидаги буюк орзудир. Бу орзуга эришиш йўлида қанча-қанча тадқиқотлар ўтказилмади, дейсиз. Қўлингиздаги мазкур рисолада айнан инсон умрини узайтириш, саломатлигини мустаҳкамлаш йўлидаги баъзи саъй-ҳаракатлар ҳақида фикр юритилади.

Китоб муаллифи ўз қалби учун янгилаган, ўз меҳнати, ўзининг тажрибалари, изланишларига таяниб, 35 йиллик фаолиятда қайта ёшариш сирларига жавоб топгандай бўлди. Оилада соғлом муҳитни шакллантириш ҳамда ёши улур бўлган инсонларга куч-қувватга тўлиб, ёшариб юришлари учун икки муҳим физиологик ҳолатга эътибор қаратиш лозимлигини айтади.

Бутун бошли организмда ички қувватни шакллантириш (тиббиёт оламида бу янги қадам бўлиб, бунда инсон маълум бир сабабларга кўра жисмоний машқ билан шуғулланмаса-да, машқ бажаргандай қувватга эга бўлади) ҳамда ёшартирувчи ҳужайраларнинг умрни узайтириш, бу билан бадан терисининг қалинлашишига, яъни ажинлардан ҳоли бўлиб, навқиронликка қадам ташлаш имконияти борлигини таъкидлайди.

Ўз навбатида бу ўзгариш ва янгиланишга эришмоқ учун организмда қуйидаги уч ҳолат бўлиши лозим:

1) организмни тикловчи ва қувватлантирувчи соғлом уйқу;

2) моддалар алмашинувининг тўлақонлиги фаолиятини таъминлаш, ҳазм бўлган кераксиз чиқиндилардан кун давомида 3-4 маротаба покланишига эришиш;

3) тромба ва фойдасиз зарарли холестеринлардан қон томир капилляр системаларни бош-оёқ тозалаб, юз фоизлик эркин қон айланишини йўлга қўйиш, бу билан яхши овқатланилганда баданнинг вақтинчалик қизиб, баъзида терлаб кетишини назорат қилишинг моҳият устуворлигини кўрсатади.

Ҳаётбахш лаҳзаларга эришмоқ учун табобат ва қайта ёшариш сирлари китобини кунт билан ўқиб-ўрганиб, тўғри амал қилиб, муолажаларини узлуксиз олиб боришга одатланишнинг афзаллиги уқтирилади.

Мазкур фикрлар билан танишар экансиз, инсон онгининг нақадар қудратли эканлигидан ташқари, у яна ўз умрини узайтира олиши мумкинлигига ишонч ҳосил қиласиз.

Ўйлаймизки, Ботир Хайруллаевнинг мазкур саломатлик йўлидаги янги китоби “Обод турмуш йили” да сиз муҳтарам ўқувчилар учун муносиб совға бўлади. Тавсияларимизга амал қилинг, узоқ умр кўришлик ва сиҳат-саломатлик Сизга ҳамиша ҳамроҳ бўлсин.

*Абдукарим УСМОНХЎЖАЕВ,  
тиббиёт фанлари номзоди, доцент*



## БИРИНЧИ БЎЛИМ ТАБОБАТ ВА ҚАЙТА ЁШАРИШ СИРЛАРИ

**Олимлар кўп йиллик кузатуеларга асосланиб, XXI асрнинг экологик носозлом муҳитида ҳам соғлом турмуш тарзини олиб борган ҳар бир инсон тахминан 150-200 йил яшаши мумкин, деган хулосага келдилар.**

Масалан, ҳайвонлар умри уларнинг ўсиш даврига қараганда 5-8 марта ортиқроқ бўлади. Ит 2 йил мобайнида ўсади ва 10-15 йил яшайди. От 5 йил ўсади, 30-40 йил умр кечиради. Одам 25 йилгача ўсиб, ривожланади. Демак, инсон нормал шароитда 150-200 йилгача яшаши мумкин. Одам 100 йилга етмай вафот этса, ўлим касаллик сабаб келиб чиққан, деб ҳисобланади.

Дунёда узоқ умр кўрганларнинг айтишларича, жумладан, Келюса қишлоғида яшаган Саидали 195 ёшида ҳам меҳнат қилиб, кун кечирган, ҳатто, кўзойнак тақишга ҳам эҳтиёж сезмаган. Туркиялик Фетима Эдигар 1964 йил 95 ёшида 127 ёшли эридан эгизак фарзанд туққан. Озарбайжонлик энг кекса инсонлардан бири Шерали Муслимов 168 йил умргузаронлик қилган.

Берд Сполдинг 1694 йилда Тибетга экспедиция ташкиллаштиради. Унинг ёзишича, ерликлар орасида 500 йил ва ундан узоқроқ ҳаёт ке-

чирганлар бўлган. Улар шунча йил яшаган бўлишларига қарамай, кучли ва хипча бўлишган, кўринишлари 35-40 ёшдаги эркакларга ўхшаган. Узоқ умр кўриб, ҳаётини роҳат ва фароғатда ўтказётган кишилар Республикамининг шаҳар ва қишлоқларида ҳам учрайди. Улар билан суҳбатлашган сари дил яйрайди.

Қуйида саломатлик ва ёшаришга хизмат қилувчи табиий омиллар хусусида сўз юритамиз. Тавсиялар синов ва тажрибадан ўтган, кўплаб мутахассислар томонидан эътироф этилгани билан ҳам диққатга сазовордир.

## АВВАЛО, КЎКАТЛАР ҲАҚИДА

***Кўкатларни истеъмол қилаётганда ютмасдан чайнашнинг инсон организми-ни ёшартиришда кучли ижобий таъсири бор.***

Жаннатмакон Ўзбекистонимизда истеъмол қилиш мумкин бўлган кўкатларнинг сон-санови йўқ. Она еримиз серунумдир. Набототи бутун дунёга машҳур бу кўкатларни кўпчилик, айниқса, ёшлар ейишни хуш кўришмайди. Уларнинг таркибида организм учун жудаям керакли минерал тузлар, витаминлар, микро-элементлар, эфир мойлари ва бошқа бирикмалар борлигини билишса-да, ёқтиришмайди. Шахсан ўзим уларни 40 ёшдан кейин истеъмол қила бошладим. Менга кўкатларнинг таъми, ҳиди ёқмас эди. Ёшим улғайган сари организмнинг шу витаминларга эҳтиёжини сезгач, хуш кўриб ейдиган бўлдим, шунингдек, янгича

усулда тановул қилишни кашф этдим. Бу – кўкатларни ютмасдан чайнаш усули.

### **Петрушка, шивит, сельдерейнинг таркиби ва ёшартиришдаги муҳим ўрни**

**Петрушка** Ўзбекистоннинг деярли барча ҳудудларида зиравор ўсимлик сифатида кенг кўламда ўстирилади. Унинг таркибида эфир мойи, ёғ, кумаринлар, флавоноидлар, каротин, витамин С ва бошқа бирикмалар мавжуд.

Табобатда овқат ҳазмини яхшиловчи, иштаҳа очувчи, терлатувчи, жигар касалликларини даволувчи ҳамда сийдик ҳайдовчи, буйрак ва қовуқда тош бўлганда, сийдик йўллари хасталикларида, шунингдек, ҳайз келтирувчи дори сифатида ишлатилади.

**Шивит** (укроп) ҳам Ўзбекистоннинг барча туманларида зиравор ўсимлик сифатида ўстирилади. Ўсимлик таркибида хушбўй эфир мойи, флавоноидлар, витамин С, каротин фитонцидлар, ёғ, кумарин ва бошқа моддалар мавжуд.

Табобатда овқат ҳазм жараёнини яхшиловчи, иштаҳа очувчи, ел ҳайдовчи, эмизикли аёллар сутини келтирувчи, қон томирларни кенгайтирувчи, қон босимини туширувчи, балғам кўчирувчи, сийдик ҳайдовчи восита сифатида қўлланилади.

**Сельдерей** (карафс) Ўзбекистоннинг аксарият ҳудудларида зиравор ўсимлик сифатида ўстирилади. Унинг таркибида эфир мойи, флавоноидлар, ёғ, апинин гликозиди, витамин С, В1, В3, В6, К, Е, РР, каротин, минерал тузлар, ас-

парагин, манит, фурукураминлар, холин ва бошқа бирикмалар мавжуд.

Табобатда иштаҳа очувчи, овқат ҳазмини яхшиловчи, ел ва сийдик ҳайдовчи, енгил ич сурувчи ҳамда буйрак, сийдик пуфаги, подагра, бод ва терининг йирингли яраларини даволашда ишлатилади.

### **Дармондори сифатида фойдаланиш усуллари**

Тўйиб овқатлангач, ҳар учала кўкатдан тенг миқдорда олиниб, бўлакларга бўлинади ва офизга тўлдириб солиб, 25-30 дақиқа ютмай чайналади. Ҳосил бўлган учала озуқа суюқлиги сўлак билан аралашиб, ошқозон ва ошқозон ости безларидан ажралаётган ҳазм ферментлари билан қўшилади ҳамда овқатнинг парчаланиш ва қонга сўрилишини 20-30 % тез амалга оширилишини таъминлайди. Ҳазм жараёни жуда кучли бўлгани боис кўкатларни чайнаш ёғли таомларни истеъмол қилганда қўлланилади.

Ўтказилган амалиётларимиздан шу маълум бўлдики, таом ҳазми қанчалик қийин кечмасин, ярим соатдан кейин ошқозон яна овқат талаб қила бошлайди. Ҳайратланарли томони – ўзингизни худди овқатланмагандек сезасиз. Ухлаб дам олгач, эрталаб ўзингизни енгил ҳис қилиб, кўтаринки кайфиятда бўласиз.

Айниқса, петрушка, шивит, сельдерей кўкатларининг юқори баргли қисмларидан фойдаланишни тавсия этамиз. Пастки поя илдизларини бутунлай олиб ташланг. Овқатланишдан 1 соат



олдин совуқ сувда яхшилаб тозалаб, сўнгра бо-тириб қўйилади. Шу тариқа ўсимликлардаги организм учун зарарли микроэлементлар бутунлай нобуд бўлади.

Оғиз бушлиғи ва тишларимизга кўкатларнинг илдиз пояси қаттиқ тегиши сабаб чайнаш вақтида оғриқ пайдо бўлади. Шу тариқа кўкатларни ютмай чайнашнинг қонун-қоидалари қуйидагича амалга оширилади: олдин ўнг ва чап жағ тишларида навбат билан, сўнг юқори ва пастки олд тишларда 25 дақиқа давомида тўхтовсиз чайнанг. Кейин набототи бутунлай сўрилган кераксиз чиқиндиларни чиқариб ташланг.

Жағ тишлари муолажанинг биринчи ва иккинчи кунларида қаттиқ бўлмаса-да, оғрий бошлайди. Бироқ 7-8-кунларида безовталиклар йўқолиб, носоғлом, бўшашган тишларнинг мустаҳкам ўрнашаётганини сеза бошлайсиз. Вақт ўтиши билан уларнинг ўткирлашиб бораётганига гувоҳ бўласиз. Бу соғлом тишлар умримнинг охиригача мени тарк этмайди, деган яхши умидлар билан яшайсиз. Бунинг афсона эмас, чин ҳақиқатлигига ишонасиз.

Хуллас, петрушка, шивит, сельдерей кўкатлари ошқозондаги овқат ҳазмини қисқа муддатда амалга оширади. Жағларни қотириб, тишларни ўткирлаштиради, қон томирларни тозалайди, нерв ҳужайраларини мустаҳкамлаб, хотирани теранлаштиради, кўз нурини равшанлаштиради, ортиқча ёғларни эритиб, организмни оздиришда ва дармондорига бой витаминлар билан бойитишда муҳим роль ўйнайди.

**УНУТМАНГ!** Инсон организми жуда ҳам мураккаб. Бир кишига фойда қилган доривор бошқасига зарарли бўлиши мумкин. Шу боис сиҳатномадаги ҳар бир тавсияни амалга оширишдан олдин, албатта, шифокор билан маслаҳатлашиш шарт.

### **ОЛМА, ЛАВЛАГИ ВА ҚИЗИЛ САБЗИ ШАРБАТИНИНГ ЁШАРТИРИШДА ТУТГАН МУҲИМ ЎРНИ**

*Олма – Ўзбекистонда кўп ўстириладиган мевали дарахт. Меваси таркибида ошловчи моддалар кальций, калий, магний, темир тузлари, қандлар, органик кислоталар, эфир мойи, фитонцидлар, пектин ва бошқа моддалар мавжуд.*

Табобатда баданнинг куйган ва совуқ олган жойларига ҳамда узоқ вақт тузалмайдиган яраларга боғлаб қўлланилади. Меъда заифлиги, ташналикни қондирувчи, ич кетишини тўхтаувчи, камқонлик, юрак-қон томир касалликларида кўпроқ олма истеъмол қилиш тавсия этилади. Олманинг юқори радиацияга таъсирчанликни камайтириш хоссаси борлиги аниқланган.

*Лавлаги – шурдошлар оиласига мансуб, икки йшлик ўсимлик. У сабзавот экинлари орасида серҳосил бўлиб, ҳамма ерда ўсаверади. Ўзбекистонда эгипт ва бордо навлари етиштирилади. Унинг таркиби калий, магний, витамини А, С, аскорбин кислота, катта миқдордаги клетчатка-*

**лар ва бошқа бирикмалардан ташкил топган.**

Табобатда лавлаги қайнатиб, шишларга боғланса, уларни шимилтиради ва пиширади. Шираси ва баргининг қайнатмаси совуқдан ёрилган аъзога ва «тулки касаллиги»га фойда қилади. Баргидан сиқиб олинган суви сўгалларни кўчиради ва битларни ўлдиради. Суви илитиб, қулоққа томизилса, оғриқни босади. Агар бош ювилса, кепакни кетказади.

Кўп йиллик тажрибаларимизда шу аён бўлдики, ёғли таомларни тез-тез тановул қиладиганларга аксарият ҳолларда ёғ безлари ўсимтаси тошади ва оғрийди. Бу ўсимта жарроҳлик йўли билан олиб ташланади ва баданда чандиқ излари қолади. Лавлагини дўст билиб, доимо ошно бўлган инсонларда ёғ безлари бутунлай сўрилиб, операцияга эҳтиёж қолмайди.

**Сабзи – икки йиллик ўт ўсимлик. У Ўзбекистоннинг барча туманларида экилади.**

**Меваси таркибида эфир мойи, ёғ, флавоноидлар, витамин В1, В2, В6, РР, С, К ва каротинлар, углеводлар, ферментлар, кумаринлар, пектин ва минерал моддалар ва бошқа бирикмалар мавжуд.**

Табобатда қадимдан саратон касаллигига қарши ишлатиб келинган. Сутда қайнатилган ва майдаланган сабзи йўталда, овоз бўғилганда ҳамда бавосир, буйрак тоши, авитаминоз, камқонликда қўлланилади.

Сийдик ҳайдовчи, турли яраларни даволовчи, ичак оғриғи, сурункалик йўтал, плеврит ка-

салликларига шифолик қилади. Кўп йиллик тадқиқотларимиздан шу нарса маълум бўлдики, агар шарбатлар мунтазам қабул қилинса, кўз нури ўткирлашади. Организмдаги қон тозаланиб, гемоглобин кўтарилади, жигар филтрланиб, ишлаши фаоллашади. Ёғли овқат сабаб пайдо бўлган ортиқча ёғ безлари барҳам топади. Одамнинг юзи ва танаси бошдан-оёқ ёшариб, қомати чиройли кўриниш касб этади.

**Мева ва сабзавот шарбатларини тайёрлашда тозалик гигиенасига риоя этиш муҳим саналади.** Ўртача катталиқдаги 1 та қизил лавлаги, 2 дона қизил сабзи, 2 та ширин олмадан олиб, совуқ сувда яхшилаб тозалаб ювилади. Қизил лавлаги пўсти арчилади. Сабзининг кўкарган илдиз қисми тўлалигича олиниб, олма меваси ички данакларидан тозаланади ва ҳаммаси шарбат тайёрлагич мосламаси ёки қирғичдан ўтказилади. Олдин икки, сўнг тўрт марта қаватланган дока ёрдамида шарбати ажратиб олинади. Кейин тез, яъни беш дақиқа ичида оз-оздан ҳўплаб ичиш тавсия этилади. Акс ҳолда шарбатнинг шифобахшлик хусусияти 50 фоизга камаяди. Уни эрталабки нонуштадан 1 соат олдин қабул қилиш лозим.

Шарбатдан қолган чиқиндиларни асло ташлаб юборманг. Улар инсон танасини ёшартиришда жуда муҳим роль ўйнайди.

Эзилган чиқиндиларни ажратиб, тоза идишга солинг. Ўзини ёки бир дона тухум, бир пиёла қатиқни илиқ сувга аралаштириб, ўртача қуюқликдаги ниқоб тайёрланг. Уни уй ҳаммо-



мидаги ваннада баданга бошдан-оёқ суртиб чиқинг. Орадаги 20-25 дақиқали вақтдан унумли фойдаланиб, жисмоний машқ билан шуғулланинг, яъни кўз ҳаракатлари, бўйин, қўл-оёқ ва бошқа аъзоларни навбат билан машқ қилдиринг. Муолажани ҳафтада 2-3 марта такрорланг.

Мева шарбати истеъмолини икки ой узлуксиз давом эттиринг. Шунда йиллар давомида ошқозон ва ичакларда ҳазм бўлмаётган кетган қора хилтлар бутунлай тозаланади. Чиқиндиларни кўриб, хавотирга тушманг. Улардан тез орада қутуласиз. Икки ойдан сўнг бир ой дам олгач келажакда соғлом ҳаёт кечириш учун ҳазм аъзоларини тозалаш ва ювиш мақсадида ушбу муолажани ҳафтасига 2-3 марта қўлланганга мақсадга мувофиқ бўларди.

Муолажаларни йил давомида бажаринг, юқорида кўрсатилган қоидаларга тўғри амал қилсангиз, юрак уриши меъёрлашиб, овқат ҳазми осонлашади ва организм чиқиндилардан бутунлай тозаланади. Натижада организмда кучли моддалар алмашинуви тезлашиб, ички ва ташқи аъзоларда анатомик, физиологик ўзгаришлар жадал суръатлар билан давом этади. Кўринишингиз 20-25 ёшга ёшаради, қоматингиз келишиб, хипча инсонга айланганингизни кўриб шодланасиз ва Яратганга шукроналар айтасиз.

**УНУТМАНГ!** Инсон организми жуда мураккаб, бир кишига фойда қилган доривор бошқа кишига зарар етказиши мумкин. Шу боис

сиҳатномадаги ҳар бир тавсияни шифокор билан маслаҳатлашган ҳолда амалга оширган маъқул.

## УЙ ҚАТИФИ МУЪЖИЗАЛАРИ

*Табобат илмининг султони, мутафаккир олим Абу Али ибн Синодан шогирдлари: «Устоз, бизларга қандай мерос қолдириб кетяпсиз?» деб сўрашганида у: «Мен сизларга оддий уй қатигини қолдириб кетяман», деб жавоб берган экан. Дунёга Авецинна номи билан танилган буюк Абу Али ибн Сино умрининг охирги дақиқаларида оддий уй қатигини мерос қолдиргани кўпчиликни ўйлантириши ва унда қандай сир-синоат бўлиши мумкин, деган ўринли савол туғилиши табиий, албатта. Келинг, саволлар ечимини топишга уриниб кўрайлик.*

Инсон умри давомида кўплаб касалликларни бошидан кечиради ва соғлом бўлиш учун дори-дармонлардан фойдаланади. Айниқса, оғир операциялардан сўнг кўп миқдорда кимёвий таркибли дори воситалари беморни даволаш ниятида организмга юборилади. Уларнинг маълум бир қисми вужудга ижобий таъсир қилса-да, ўрнашиб қолган кимёвий чиқиндилар организмни тарк этмайди. Ўша жойни емиради ва захарлайди. Ҳатто, инсон учун хавфли саналган саратон касаллигининг келиб чиқишига ҳам замин яратиши мумкин.

Ўша заҳарли чиқиндиларни организмдан бутунлай тозалаб чиқарувчи ва умримизга умр қўшувчи ягона восита бу оддий уй қатигидир.

ОРТ каналидаги тиббиётга оид телешоуда Малахов гўзал 30-35 ёшдаги соҳибжамол аёлни таништиради. Бутун зал унинг хуснига мафтун эди. Геннадий Малаховнинг ким шу аёлга уйланиди, деган таклифига ўндан ортиқ 20-25 ёшли йигитлар қўл кўтариб турмуш қуришга розиликларини билдиришади. Дарҳақиқат, тик қоматли, тиниқ чеҳрали, гўзал бу хилқат ҳаммани ўзига ром этганди. Ниҳоят, Геннадий Малахов аёлнинг ёши 70 да эканлигини айтганида нафақат бутун зал, балки бутун дунё лол қолди. Шоуда иштирок этаётганлар ўрнидан туриб, аёлни олқишлашди. Шунда у ўз сирини ошкора этди ва умри давомида фақат уй қатигидан фойдаланганлигини айтди.

Агар ушбу неъмат ҳамиша сизнинг ҳамроҳингиз бўлса, қимматбаҳо косметикаларга ҳожат қолмайди. Унинг таркибидаги витамин А, Д, В5, В6, В9, В12, калий, кальций, фосфор, хлор, рух, марганец, хром ва бошқа фойдали элементлар иммунитетининг ошишида, ортиқча вазндан холос бўлишда, оздиришда, ични юмшатишда, стрессларнинг олдини олишда, яъни яхши кайфият, хотиржамлик улашишда ҳамда саратон касалликларига қарши курашишда ёрдам беради. Спиртли ичимликлар суиистеъмол қилинганда пайдо бўладиган бош оғриқларини бар тараф этишда омилкорлик қилади. Тиш ва тирноқларни мустаҳкам ўсишида асқатади.

Ухлашдан 1 соат олдин қатиқ ичсангиз, эр-талаб энгил уйғонасиз. Бироқ баъзи ҳолларда уй қатиғидан фойдаланишда ҳам эҳтиёткорлик талаб этилади. Икки ёшгача бўлган болаларга ҳазми қийин кечиши боис берилмайди ҳамда доимий ичак касалликларидан қийналадиганларга тавсия этилмайди. Уларга янги ва тоза қатиқдан оз-оздан бериш мумкин. Бу неъматни истеъмол қилган ҳайдовчилар 10 дақиқа давомида машина ҳайдамасликлари лозим.

**Муолажа усули:** Ёғлилиги ўртача даражадаги уй қатиғини юз, бўйиннинг олди ва орқа қисмларига суртиб, 15 дақиқадан сўнг илиқ сув билан ювинг. Уни мунтазам қўллашга ҳаракат қилинг. Мабодо муолажани ҳар куни амалга ошириш имкони бўлмаса, ҳафтанинг маълум бир кунда 5-7 марта ҳар 15 дақиқа вақт оралиғида қўланг. Агар аллергия ҳолат кузатилса, тезда ювиб ташлаб, юқорида таъкидланган ҳар кунлик муолажага ўтинг. Шунда оддий қатиққа терида кўникма ҳосил бўлиб, аллергия ҳолатлар секинлик билан барҳам топади ҳамда юз ва бўйиндаги ажинлар текисланади.

Одамзод териси уй қатиғини хуш кўради. Унда ёшартирувчи хусусият мавжуд бўлиб, бошқа неъматлардан фарқланади. Йиллар ўтган сари инсон организмнинг ички ва ташқи аъзоларида, яъни соч толаларидан бошлаб, бутун теридаги ўлган ҳужайралар чиқинди сифатида шиллиқланиб, ўрнида янги, ёшартирувчи ҳужайралар таркиб топади.

Оддий уй қатиғининг кучли таъсири туфайли бундай ҳужайралар организмда узоқ сақланиб,





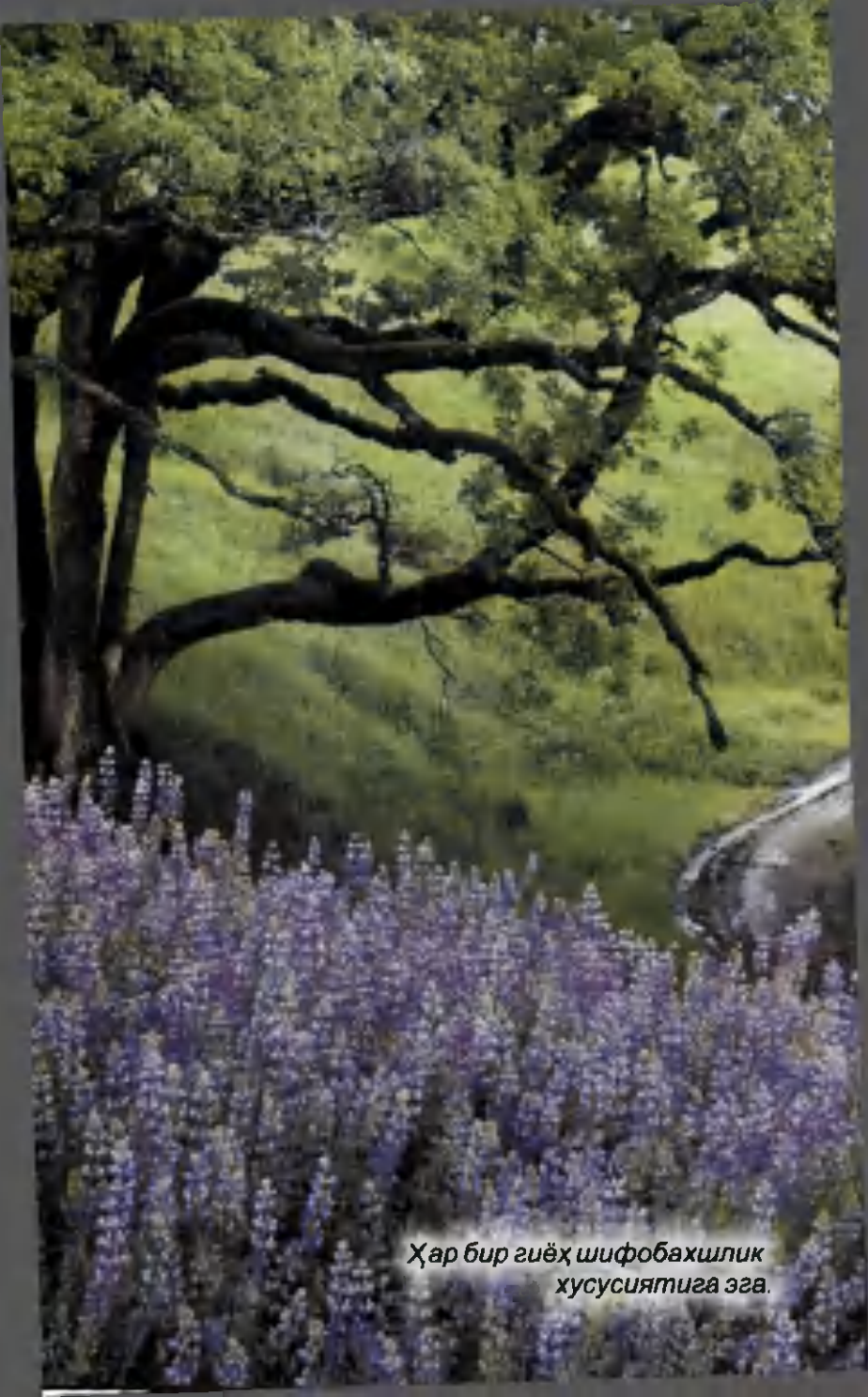
*Тўрт фасли тўқис Ўзбекистонимизнинг  
ҳар қарич ери гўзал!*





*Тиниқ сувлар, виқорли тоғлар –  
Табиатнинг бойлиги улар.*





*Ҳар бир гиёҳ шифобахшлик  
хусусиятига эга.*



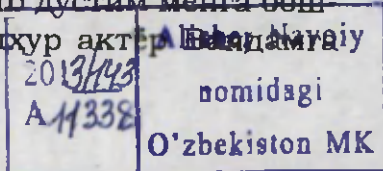
қаришнинг олдини олади. Яъни кераксиз чиқиндига айланадиган ёшартирувчи тирик ҳужайраларнинг яшаш муддати узоқроққа чўзилади. Шунингдек, ишлаб чиқариладиган янги, ёшартирувчи ҳужайралар билан бирга инсон терисининг ташқи кўринишига, унинг ёшаришига 2-3 барабар ижобий таъсир кўрсатади.

Тери муолажаси учун витаминларга бой шампун, хушбўй ҳидли совун ва яхши мочалка ёрдамида ташқи аъзо яхшилаб ювиб, тозаланади. Жуссага қараб 1 ёки 2 стакан оддий қатиқ олиниб, гавданнинг бош қисмидан то оёқ кафтигача суртилади ва 20-25 дақиқа вақт давомида муолажа яна 2-3 марта такрорланади.

**Барча муолажалар уйқуга ётишдан олдин бажарилади. Бадандаги оддий қатиқни илиқ сувда ювгач, совун ва мочалкадан фойдаланилмайди. Сабаби, дармондоримиз эрталабгача организмга ижобий таъсирини ўтказиши учун яхши сингиши зарур. Бадандан таралаётган ёқимсиз ҳидларни ювиниш воситаларидан фойдаланган ҳолда йўқотиш мумкин.**

Кўп йиллик тажрибамдан келиб чиқиб шуни айтишим мумкинки, мунтазам қўлланилувчи муолажа ва жисмоний машқлар ёрдамида ёши анча улғайиб қолган эркак ва аёлларнинг ташқи қиёфалари бир йилда хушбичимлашади.

Соҳилда бўлганимда бир дўстим менга бондан-оёқ разм солиб, машҳур актёр Аллоҳназаров



ўшаб қолибсан-ку, нима бутун баданингни пластик операция қилдирдингми деганида, меҳнатим зое кетмаганидан жуда хурсанд бўлдим. Бу хусусиятлар фақатгина ўша биз унчалик этибор бермайдиган оддий уй қатифида мужассамлигини унутманг.

**УНУТМАНГ!** Инсон организми жуда мураккаб. Бир кишига фойда қилган доривор бошқасига зарар етказиши мумкин. Шу боис сиҳатномадаги ҳар бир тавсияни қўллашдан олдин шифокор билан маслаҳатлашиш шарт.

### **ДУМБА ЁҒИ МЎЪЖИЗАСИ**

*Тиббиётнинг назарий ва амалий тадқиқотларини татбиқ этиш жараёнида турли ёшдаги инсонлар билан мулоқотда бўлиб, тажриба алмашдим. Халқимнинг кундан-кунга сиҳат-саломатлик, узоқ умр кўриш каби мавзуларга жиддийроқ этибор қаратиши менга янада кўтаринки руҳ бағишлади.*

Мен қалб поклиги билан суғорилган гўзал ҳаёт шайдосиман. Чиройли турмуш қурган оилаларнинг улкан мақсад сари ишонч билан қадам ташлашлари, айниқса, хиёбонларда ўйнаётган фарзандларига меҳр-ла боқишлари дилимни яйратади.

Қанийди, бутун олам шундай гўзалликка ошно бўлиб, ҳаёт мазмунини гавҳар этса, мунаввар қилса, дегинг келади-ю, бироқ афсусу

надоматлар бўлсинки, танлаган йўлларимиз ҳар доим ҳам равон бўлавермайди. Баъзан уларнинг қинғир-қийшиқликлардан иборатлигига ҳам гувоҳ бўлиб қоламиз.

Эркак пуштининг заифлиги, жинсий қониқмаслик, простата безининг яллиғланиши, мойкада ривожланиш сустиги натижасидаги фарзандсизлик, охир-оқибат, оилаларнинг ажрашиб, қилинган тўй-ҳашаму орзу-ҳаваслар, ёшлар ўртасидаги севги-муҳаббатнинг поймол бўлишига олиб келмоқда. Бундай ҳолатлар нафақат ота-она, балки фарзандлар учун ҳам ачинарли, албатта.

Шундай вазиятларга тушиб қолган аксарият оилалар топганини даволанишга сарфлаб, қимматли вақтларини зое кетказиб, фойдасидан зарари кўп дори-дармонларга ўралашиб қолишади. Аммо «Олдиндан оққан сувнинг қадри йўқ», деганларидек, бутун дунё тиббиёти тан олган Авецинна номи билан машҳур юртдошимиз, мутафаккир олим Ибн Синонинг «Тиб қонунлари» асаридан фойдаланишмайди. Агар улар манбаларда келтирилган ноёб маълумотлардан хабардор бўлишганида эди, оилалар мустаҳкамлигини сақлаб қолишга эришишарди.

Ибн Сино ижодий изланишлари ва самарали тажрибалари асосида минглаб дардларнинг шифосини топган ҳамда фанга номаълум доривор ўсимликларнинг фойдали ва фойдасиз, зарарли ва зарарсиз хусусиятларини ўрганган. Уч томдан иборат «Тиб қонунлари» қўлланмаси ва бошқа нодир асарлари ҳозирги кунга қадар

ўз қийматини сақлаган ҳолда долзарблигича қолмоқда. Маслаҳатимиз, ушбу нодир манбалардан фойдаланинг ва доимо саломатлик йўлида изланишда бўлинг. Ибн Сино ўзининг «Тиб қонунлари» асарида қўчқор думбаси кучли қувват энергияси бўлиб хизмат қилишини, ички ва ташқи аъзоларнинг шамоллаш асоратларини келтириб чиқарадиган хасталикларни бартараф этишини, энг муҳими, эркак жинсий аъзолари даволаниш жараёнида мизожнинг ҳолати аввалгисига қараганда кескин фарқланишини изоҳлаб ўтади.

Қўчқор думба ёғи муолажаларини тўғри амалга ошириш жиддий эътибор талаб қилади.

Хисорий, арабий, урғочи қўйларнинг думба ёғларини муолажа учун қўллаш қатъиян ман этилади. Улар қувватни ошириш ўрнига акс таъсир кўрсатиши мумкин. Фақат 1 ёки 2 яшар қўчқор зотининг ёғи аъзоларга кучли таъсир қилади (қора қўчқор бўлса, янаям яхши). Хуллас, 200 гр думба ёғини олиб, майдалаб тўртбурчак шаклида тўғранг ва ўрта оловда эритинг. Куйиб кетишига йўл қўйманг, йўқса фойдаланишга яроқсиз бўлиб қолади. Гигиена қоидаларига риоя этган ҳолда қўллаб бўлгач, зарур вақтда иситиш имконини берадиган кичик қопқоқли тоза идишда жиззаси олинган эритмани сақланг.

Муолажа вақтида думба ёғининг иссиқлиги 50-60 даражани ташкил қилиши керак. Шундан сўнг муаммоли жойларни, мойлар, пастки дум умуртқа поғонасининг ички қисмларини 5 дақиқа давомида ишқалайсиз, сўнг ёғни орқа



тоснинг ён паллаларига қўл кафти ёрдамида соат миллари бўйлаб тери қизигунча (қаттиқ эмас) тўхтовсиз 3 дақиқа ишқалайсиз. Аъзолар терлаши ва суртилган ёғ терига яхши сингиши учун целлофан ёпиб, белнинг пастки қисмидан оёқ учигача бўлган танани иссиқ духоба билан чирмаб, 1 соат ором оласиз. Муолажа 40 кунгача юқорида кўрсатилган тартибда олиб борилади. Ярим-бир йил ўтгач аъзоларда заифлик ҳолати сезила бошласа, ҳафтада 1-2 марта муолажани такрорлаш кифоя. Яна аввалги ҳолатига қайтади.

Думба ёғини тоза сўйилган молдан (200 граммдан) олишга одатланинг. Дармондоридан сурункали фойдаланиб, юқорида кўрсатилган тартибга риоя этсангиз, жараён ўрталарида, яъни 15-20-кунларга келиб, аҳволингиз яхшиланади. Бир оз оғриқ пайдо бўлиши мумкин. Бундай вақтда алоқада бўлиш ўта муҳим ва фойдалидир. Кутилмаган ҳолатлар юзага келса, безовталанманг (руҳий азобланишга ҳожат йўқ. Бу илмий асосланган). Бунда уруғнинг суюқлик таркиби ўзгариб, вақт ўтиши билан яхшиланади. Орғазм ҳолатида ҳузурбахшлик ортади. Қилинган машқлар уруғликнинг чиқишига тўсқинлик қилувчи пай мушакларини чиниқтиради. Шунингдек, аъзолардаги капилляр қон томир деворларини мустаҳкамлаб, кенгайтиради ва қон таъминотини яхшилаб, эрекция фаолиятини оширади. Ҳар бир инсон умрининг охиригача берилган неъматлардан тўғри ва тартибли фойдаланишга ҳаракат қилса, албатта, яхши самара беради. Жисмоний тарбия билан

шуғуланмаслик, овқатланиш гигиенаси меъёрларига тўғри роя қилмаслик, ичкиликбозлик, гиёхвандлик, сигарета чекиш ва бошқа соғлиқка салбий таъсир кўрсатувчи иллатлар умрнинг тенг ярми қисқаришига олиб келади.

Пок қалб билан суғорилган одамийлик, меҳроқибат, ижобий турмуш тарзи, табобатга бўлган тўғри ёндашув гўзалликка интилишингизга, бахт ва омаднинг боқий ҳамроҳ бўлишига замин яратади. Шу тариқа оила мустаҳкамланади. Энг ширин неъмат – фарзанд дунёга келади...

**УНУТМАНГ!** Инсон организми жуда мураккаб. Бир кишига фойда қилган доривор бошқасига зарар етказиши мумкин. Шу боис сиҳатномадаги ҳар бир тавсияни қўллашдан олдин шифокор билан маслаҳатлашинг.

## **БИОЛОГИК ҚУРИЛИШ МАТЕРИАЛЛАРИ ТАБОБАТ ШОҲСУПАСИДА**

*Сирли бўлмаган нарса  
тарих бўлолмайди.  
Ораз Демур*

***Пок ниятларингизни амалга оширишда  
қутлуг бир сўз борки, у ҳам бўлса саломатликдир.***

Кўнглингиз обод, қалбингиз пок, ҳаётингиз мунаввар бўлиб, нурли инсонлар билан ҳамнафасликда умргузаронлик қилишингизни истаб қоламан. Сиз азизлардан олий неъмат ҳисоб-

ланмиш саломатлик гавҳарини кўз қорачигингиздай авайлаб-асрашингизни ва умрингизнинг охиргача орзу гумашталарингизда уни маёқ бўлишини тилакдошиман.

Олий тафаккур – ақл эгаси бўлган ҲАЗРАТИ ИНСОН куррайи заминда Яратганнинг муқаддас муъжизаси бўлиб, унга қалб, онг ва нутқ берган.

Дунёда инсон бўлиб туғилишнинг ўзи бир салтанат, шундай экан, мен бахтли яшашга ҳақлиман, дея оиласи, халқи ва Ватаннинг равнақи йўлида садоқат билан хизмат қилиши муқаддасдир. Улкан мақсадлар ва орзу-умидлар куйчисига айланиб, олдинга олға қадамлар ташлаш марднинг ишидир.

Бу неъматнинг коинотча улуғвор қадр-қимматга эга эканлигини англаб, уни олтин ҳарфлар билан битиб, миянгизга қуйиб олишларингиз учун табобат илмида бир оз бўлса-да, чекиниш қилдим.

Азиз ўқувчим! Шартли равишда сизларни бошқа бир қизиқарли мавҳум оламга вақтинчалик бўлса-да, сайр этиб, парвоз қилдирмоқчиман.

### **Биз билган ва билмаган табобат**

*Фалсафасиз суҳбат тузсиз  
карам шўрвага ўхшайди.  
Ораз Демур*

Бу ширин лаҳзалар ҳар кимга ҳам насиб этавермайди. Қанақасига? Бу нима экан, деб ўйлаб қолдингизми, унда бошладик.

Одамизод туғилгандан то умрининг охиригача ҳаётининг ширинлиги-ю гўзаллигига ошно бўлиб, олам-олам орзу-истаклар поёнида сармаст бўлиб, унга талпинади. Олий мақсадларга етишиш учун бор куч-ғайратини, иродасини жиловлаб, бу йўлда оғир машаққатлар чекса-да, тинимсиз изланишларда бўлади. Ойлар, йиллар ўтиб, охир-оқибат, бир кунмас-бир кун шу ис-талган ва кўнглида армон бўлиб қолган ниятига эришади. Эришгандан сўнг...

Орзуингиз ушалди, сиздан бахтли ва тахтли инсон дунёда йўқдай еттинчи қават осмону фалакда парвоздасиз. Интиқ бўлиб узоқ кутган дамлар етиб келди. Янги машинани сотиб олиб, унинг асл эгасига айландингиз. Сизга бу осон кечмади, албатта. Йиллар давомида қийинчилик билан топилган бахт қуши ширин бўлади-да. Шундаймикин? Уни севиб, ардоқлаб, ҳар замонда чангини пуфлаб унга меҳр берасиз. Машинангизга ўтиришдан олдин пешонасини силаб ўпасиз, газни босиб ҳузур қилганча елдай учиб борасиз. Сизга ҳамма ҳавас қилиб қарайди – буни сезасиз. Балли азамат, асов отни жиловлаб мингандай хотиржам бўлиб юрасиз. Машинангизнинг чиройига чирой қўшиш учун уни ҳар замонда ярқиратганча артиб, кўркига кўрк қўшасиз. У янада салобатли ва кўркам кўриниши учун қўшимча безак нарсалар сотиб олиб, пардоз ҳам қилиб қўясиз. Қиладиган ишингиз бензин қуйишу гоҳида ёғ алмаштириш, холос. Бошқа ғам-ташвиш деган ўйлов йўқ. Бу таҳсинга лойиқ, албатта. Орадан 3-4 йил кўз очиб, юмгунча ўтади. Ардорингиз бўлган ҳотам-



тойингиз сиздан нолий бошлайди. Мени тузат, янги эҳтиёт қисмлардан қўй, бўлмаса сенга хизмат қилмайман, вафо қилмайман, деб туриб олади.

Сиз унга аввалгидек маҳлиё бўлиб эмас, душманга қарагандай боқасиз. Негаки, чўнтагингиздаги мўмай пулдан фосиқ бўласиз-да. Ахир, у пул ўртоқларингиз билан улфатчилик қилиш учун аталган эди-да.

Жиғибийрон бўлиб мушт қисасиз, бот-бот бегуноҳ қўғирчоғингизни сўкаси, тепасиз. Бундан маъно топмагач, сизга беминнат хизмат қилиб келаётган авто уловингизни ҳурматини жойига қўйиб, янги қисмлар сотиб олиб, таъмирладингиз ёхуд пул йўқотишга кўзингиз қиймай шувит бўлганча кўчага чиқолмай хунобингиз ошди.

Машинасиз кўчага чиқишининг иложи йўқ-да, чиқдингизми маломатга қоласиз – қўшни ва яқинларингиздан тана-ю дашном эшитасиз. Тамом бўлибди, синибди, аввалги шер эмас, деган хабарлардан қўрқиб-писиб етиб оласиз.

Ягона йўл белни маҳкам боғлаб содиқ бўлган дўстингизга янги эҳтиёт қисмлари сотиб олиб дардига малҳам бўлишдир. Сизга у аввалгидек яна вафодор бўлиб сидқидилдан қойилатиб хизматингизни бажаради. Мени доимо шундай ардоқлаб, авайлаб-асраб юрсанг бир умрга сенга содиқ қоламан, ажралмайман деб, иккинчи хотиндай бўлиб жафо эмас, вафо қилади. Баъзида бу гап ҳазил оҳангида айтилса-да, ҳақиқатга ўхшаб қолади. Эрининг хотинига эътибори су-сайганда у жизғанак бўлиб қўпол муомала қила

бошлайди. Ё мени денг, ё машинани, дея рашк қилганларини кўп маротаба гувоҳ бўлганман.

Тўғрида, бир темир-терсакнинг юриши учун шунча бемаврид сарф-харажатлар, куйинишлар, қайғуриш ва азият чекишларнинг ўзи бўладими?! Баъзида ўйланиб қоласан, биз-чи, одаммизку, ўт-ўлан, кўринмас жонзот эмасмиз-ку, босиб ўтиб сезишмаса?! Яратганнинг олий тоифали жонзоти ҲАЗРАТИ ИНСОН бўламиз-ку. Ҳар бир яралган аъзомизга садаф, дуру гавҳар бас кела олмайдиган олам илми мужассам бўлган коинот тухфаси бўламиз-ку?! Ҳа, баракалла, қадримизни қадрлаб, дейишга деймизу, аслида олганда... Ҳаёт ташвишлари билан бўлиб дарз кетган соғликни ўйламай, болам, чақам, дея дармонсизланиб йиқилиб қолгунча меҳнат қилиш ўта нодонлик саналади. Оиламга жоним фидо, мен қийналсам майли, болаларим қийналмасин, деб касалингизни яшириб, оз дардни катталаштириб, тўшакка миҳланиб қолиш, бу – сароб эмасми?!

Ўзингизча буни қаҳрамонлик билиб, бу билан болаларимга меҳр кўрсатдим, уларнинг муҳаббатимни қозондим дейиш ва ўйлаш бу ўта гумроҳликдир.

Билиб-билмай кўрсатган кароматингиз қандай оқибатларга олиб келишини билмоқчимисиз. У шундай якун топади: сиз оила аъзоларингизга меҳр-мурувват муҳаббат кўрсатмадингиз, аксинча, зулм қилдингиз. Беҳуда ташвиш орттирддингиз. Ғам-андуҳ ботқоғида уларни маҳкум қилдингиз. Ишдан қолдириб кераксиз ортиқча сарф-харажатга қўйиб, кўнглига озор бердингиз, бу шартмикан?!

Ўзбегим номини улуғлаган инсонпарвар фидойи фарзандларингиз – жигаргўшаларингиз миқ этмай мард бўлиб, қўли дуода – Яратгандан илтижо қилиб сизга умр ва саломатлик беришини сўрайди. Туну кун атрофингизга парвона бўлиб жони ҳалак, дув-дув кўзёши тўкади. Шу ҳам инсофданми?! Сизнинг охирини ўйламай кўрсатган ғамхўрлигингиз уларга қимматга тушмаётганмикин?!

Дўппини ерга қўйиб, ўйлаб кўрсангиз бўлармиди. Шифокорларга вақтида мурожаат қилиб дардингизни катталаштирмай, шифосини излаб, ўзингизни аввалгидек бардам ҳис этиб фаолият юргизишингиз маъқулмиди?! Бу хайрли ишингиз билан ўзингизга ҳам, ўзга яқин қавму қариндошингизга ҳам беминнат хизмат қилгандай бўлармидингиз. Мабодо ўйлаган фикрингизни маъқул деб топсангиз нур устига аъло нур бўлибди. Оилангизга нисбатан буни меҳр-муҳаббат, ғамхўрлик деса бўлади

Ёшингиз улуғлигини тан олиб, қари билгани пари билмас, деган ақидага амал қилсангиз, ақл билан эмас, донишмандлик билан фикр юритсангиз пок калбингизда чин инсоний фазилат соҳибига айланасиз. Кўнглингиз ободлигини тарабнум этиб, фарзандларингиз олдида унинг нурли кўркига нур қўшишга сазовор бўлардингиз. Бу олам-олам қувонч, бахт даракчиси эмасми?!

Сиз азиз китобхонларни фалсафий дунёқараш билан кўп чалғитмасдан табобат илмини кўз-кўз қилиб, бўладиган ва сизни қизиқтирадиган гапдан гапирай. Олам яратилибдики,

унинг флора ва фаунасида ҳар бир жонзот дардига малҳам бўлувчи дармондори гиёҳлар серунум қилиб яратилгандир.

Ўтмишдан доно халқимизнинг эт – этга, шўрва – бетга, деган ақидаларни кўп эшитганмиз. Шундай экан, табиат қўйнида тирик биологик қурилиш материаллари бор эканлигига нима дейсиз?!

**УНУТМАНГ!** Одам организмни соғломлаштиришда, ёшартиришда, тўлдиришда суякларни қотириб мустаҳкамлашда, боринки, умрингизнинг охиригача қоматингизни хипча, бақувват қилиб, ёшингизга қараганда анча ёш кўриниш касб этиб, сизларга хотиржамлик бахшида этган гиёҳ, яъни биологик қурилиш материаллари, албатта, бор.

*Гўшт маҳсулотларни пиширганда хуш кўриб еймиз, унга қўшимча бўлган минерал ва оқсилга бой бўлган молнинг мияси, юраги, буйраги, тўқ шлиги, тўпиқ пайларини охирги пайтларда истеъмол қилганингизни эслайсизми?! Афсуски, бу дармондориларга талаб камайиб, унут бўлиш арафасида турибди.*

Фойдали бўлган неъматларни дардига дармон қилиб куч-қувватда фаолият юргизиб, рўзғор тебратиб, савлат тўкиб, юзидан нур ёғилиб турган 80 ёшли отахон мен билан бўлган суҳбатда дардлашиб шундай деди:

– Ўғлим, бу айтилган неъматлар инсон организми учун қанчалар фойдали дармондори



эканлигини биламан ва хуш кўриб ейман. Қадимда ота-боболаримиз бу неъматларни канда қилмай тановул қилишган. Шу боис соғлом ва бақувват бўлишган. Ёши 90 ни қоралаган бўлса ҳамки, от миниб ёшариб, яноқлари қизарган ҳолда забардаст бўлиб юришган.

Ўзбекистонимиз мустақиллик сабаб, гуллаб-яшнапти. Тўкин-сочинлик ва фаровонлик ҳукмрон. Тўқликка шўхлик, деганларидай, кўнглим тўсаб емоқчи бўлсам, охирги пайтларда ўғлим мени койиб, танқид қила бошлади:

– Бизни уятга қўйманг, одамлар гап-сўз қилишади. Иши юришмай қолди, шекилли, молнинг арзон эт-пайларидан сотиб олиб ейишяпти, деб ўйлашади. Улар бу маҳсулотларнинг саломатлик учун гиёҳ эканлигини қаердан билишсин. Бунга фақат сиз биласиз, отажон, ёшингиз улуф бўлганлиги боис. Мен ўғлингизни минг бора кечирингу, лекин сизга кўнглингиз тусаган асл моларни, ноз-неъматларингизни муҳайё қиляпмиз-ку, бизларни дуо қилиб шукр қилиб юрсангиз бўлмайдим...

Отажонинг сўзларини эшитиб, аттанг, деб қолдим. Сотувда шу боис камайиб кетган экан-да, деган мулоҳазага бордим.

Кўп йиллик тадқиқот ва муолажаларимиздан шу нарса аниқландики, бу маҳсулотлар одам организмнинг етишмаган биологик ҳужайраларни тўлдирувчи, битказувчи макро ва микро ҳамда бошқа фойдали минераллар билан озиқлантирувчи ёшартирувчи таъсирга эга.

Шифобахш неъматларнинг таъсир қилиш доираси кучли ва тез бўлиб, дори-дармонлар

билан фойдаланганда шифосини ойлаб кутиб эмас, балки ижобий таъсирини 2-3 кун вақт оралиғида кузатишингиз мумкин. Бу сир-синоатга бой бўлган мўъжиза эмасми?! Яратганга беадад шукроналар бўлсин.

### **Юрак – юракка малҳам**

Ёш қора молнинг соғлом бенуқсон кичик ҳажмдаги ёғи кам юрагини жон бошига 200-300 граммдан саралаб, гигиена қоидаларига риоя қилган ҳолда ундаги кераксиз чиқиндилардан тозаласиз.

Юракни ўраб олган юз қобиғи мустаҳкам тўқималардан тузилганлиги учун уни қовуриб пиширганда ёки узоқ вақт қайнатилганда ҳам таркибидаги фойдали шифобахш дармондорилари тўлалигича сақланиб қолади. Димлама, лагмон, котлет, паловхонтўра ёхуд газ печида пишириб тановул қилсангиз ҳам бўлади (эртаси кун ҳам дармондориларни ейишни унутманг. Шифо топишингиз учун бу муҳим саналади).

Бошланғич, қаттиқ бўлмаган юрак оғриқлари тез орада, яъни 2-3 кунда секинлашиб, юрак ишлаши анча меъёрлашади. Ўзингизни тетик ҳис қила бошлайсиз. Тановул қилинган дармондори юрагингизда етишмайдиган нуқсонларни тўлдириб мустаҳкамлайди ҳамда озиклантиради, нимжон ҳужайраларни жонлантириб, умр беради.

Маслаҳатимиз фақат юрак безовта қилганда эмас, балки ҳаётингиз давомида юрак хасталикларига учрамаслиги учун ҳафтада бир оила-

вий таомномангизда бўлишини истардик. Ўшанда юздан ошиб, умргузаронлик қилишингизда шак-шубҳа қолмайди. Бу ширин таъмли, фойдали ва арзон таом ҳамиша дастурхонингиз кўрки бўлади, деган умиддамиз.

**УНУТМАНГ!** Инсон организми жуда мураккаб, бир кишига фойда қилган доривор бошқа бирига зарар қилиши ҳам мумкин. Шу боис сиҳатномадаги ҳар бир тавсияни қўллашдан олдин шифокор мутахассис билан маслаҳатлашишингиз шарт.

### **Мия – мияга малҳам**

*Мол мияси одам ақлий қобилиятини шакллантириб, организмни бошқаришда, эсда сақлаш қобилиятини оширишда, кўз нуруни равшанлаштиришда хатти-ҳаракатларни аниқ ва раво қилишда бош оғриқларини кези келганда мувофиқлаштиришда муҳим кўмакчи бўлиб хизмат қилади.*

Миянинг устки пўстлоғидан ҳамда ортиқча безлардан тозалаб, яхлит ҳолга келтирамиз. Кўриниши ёнғоқ мағзига ўхшаш шаклга эга бўлиши керак. Тозаланган мия бўлагини совуқ сувга солиб, ўрта оловда бир қайнатиб оласиз. Ажралиб чиққан кўпиклардан тозалаб, паст оловда 15-20 дақиқа давомида мия қаттиқроқ ҳолатга келгунча қайнатасиз. Сўнгра сувини тўкиб, ортиқча чиқиндилардан, яъни мияни устки қобиқ пўстлоғидан тозалайсиз.

Мияни ўртасидан иккига бўлиб, қалинлиги энига 1см катталигида паррак-паррак қилиб кесасиз. Товага писта ёғидан озроқ солиб, ўрта оловда бир дона пиёзни майдалаб соласиз. У қизғиш рангда тобланганда парракланган мия бўлақларини 10-15 дақиқа вақт оралиғида иккала томонини ағдарганча пишириб оласиз ва дастурхонга тортасиз. Ойда бир ёки икки мартаба тановул қилиш фойдадан ҳоли бўлмайди.

**УНУТМАНГ!** Инсон организми жуда мураккаб, бир кишига фойда қилган доривор бошқа бирига зарар қилиши мумкин. Шу боис сиҳатномадаги ҳар бир тавсияни қўлашдан олдин шифокор мутахассис билан маслаҳатлашишингиз шарт.

### **Молнинг тўқ илиги ҳамда болдир пай ҳосиласи мўъжизаси**

**Қадимдан тўқ илик табобат манбаи бўлиши билан бирга, таъмининг лаззати-ю ёгининг ширинлигидан шуҳрат қозониб, олий табақалар учун тансиқ таомлар тайёрлашда фойдаланилган.**

Зодагон хонимлар учун мўйқалам тайёрлашиб, қошу киприкларини жило этишда ва юзларининг шаффоф текислиги-ю беғуборлигини таминлашда ишлатиб келинган ва ўз даврининг буюк неъмат сифатида эътироф этилган. Замона зайли билан замон ўзгариб, косметика воситалари ривожланиб, булар аста-секинлик



билан ўз мавқеини йўқотган бўлиб, эсталик битикларда муҳрланиб қолган, холос.

Биологик қурилиш материаллари сифатида бу дармондориларни табобат йўсинида муолажа сифатида ишлатганимизда, тенгги йўқ шифо воситаси эканлигига амин бўлдик. Ажабланарли томони шундаки, ойлаб эмас, тез фурсат ва дақиқаларда дардингизга малҳам бўлади. Фақат бу неъматлардан тўлиқ фойдаланганда шифосига ишонч ва ихлос этсангиз бўлгани.

Ёшимиз 50 дан ошиб, 60 га яқинлашганда организмнинг метамарфозаси ўзгариб, яъни сув 90 фоиздан 70 фоизга тушиб қолади, шунингдек, қон айланиш системасида, юрак фаолиятида моддалар алмашинувида ўзгаришлар содир бўлади. Минерал тузлар етишмовчилигидан суяклар мўрт ҳолатга келиб, коваклаша боради, баъзан сал туртинишда ёрилиб ёки синиб, сизни безовта қилиб саросимага тушириб қўйиши мумкин.

Қўл-оёқ бўғимларининг зирқираб оғришига сабаб суяклар аро бўғимларда амартизация вазифасини бажарувчи желега ўхшаган ёпишқоқ қуюқ масса камайиб кетишидир. Шу боис жисмонан ҳаракатланаётганингизда ишқаланиш кучайиб, зўриқиш ҳосил қилади, натижада сурункали оғриқ пайдо бўлади.

**Муолажа қилиш усуллари:** Дардлардан фориг бўлиб, бутунлай шифо топишимиз учун биологик қурилиш материаларидан, яъни молнинг тўқ илиги ва оёқ сонининг болдир (ошиқ жойлашган) пай қисмидан фойдаланамиз. (Эслатма: даволанишда таъсир қилиш коэффицен-

ти анча паст бўлган молнинг туёқларидан фодаланиш ман этилади. Булардан зўриқтирмайдиган енгил таомлар тайёрлашда фойдаланса, мақсадга мувофиқ бўлади.)

**Дармондори тайёрлаш жараёни:** Ёш ва соғлом молнинг сиз учун керакли бўлган аъзоларини харид қилиб, уни гигиеник қоидаларига биноан тозалаб ювасиз, тайёр маҳсулотларни қозонга солиб, бир қайнатиб оласиз. Кўпик ва кераксиз чиқиндилардан тозалаб, сўнг паст оловда 3-4 соат давомида биқиллатиб қайнатасиз (дармондорини тайёрлашда ўсимлик ёғи солинмайди).

Овқатингиз янада мазали бўлиши учун таъбга кўра бор масаллиқлардан, яъни картошка, сабзи, пиёз, саримсоқпиёз, кўкатлар, озмунча гўшт, зираворлар қўшиб пиширганда таъми узоқ вақтлар эсда сақланиб қоладиган шундай хуштаъм шўрва бўладики, уни сиз ойда икки ёки уч мартаба тановул қилишни одат қилиб оласиз.

Кўшимча: овқат сузиб олиб келинганда олдин илигини суякдан ажратиб тўкиб ейишни унутманг. Шўрвани ича туриб пай бўлақларини ҳам қўшиб ейиш тавсия этилади. 3-4 соат қайнатилган масаллиқлардан жуда кўп миқдорда ёғлар ажралиб чиқади, хоҳиш-истагингизга мувофиқ хоҳланг борича тановул қилинг, хоҳланг олдин илигини еб, ором олинг, сўнгра сабрингиз чидаса ўзингизга кераклисини идишга солиб, совуткичдан фойдаланинг. Ажралиб чиққан ёғидан бутунлай тозалаб, сўнгра қайта иситиб тановул қилишингиз ҳам мумкин.

Ёғсиз таом аввалгисига қараганда анча фойдалидир.

Ишонинг, сизни ранжитиб безовта қилиб турган дардлар сеҳрли ҳолатда йўқолиб кетганлигини сезмай қоласиз. Умрингиз давомида канда қилмай бу муолажаларга амал қилиб келсангиз, оғриқсиз бардам бақувват бўлиб, умргузаронлик қиласиз ва Аллоҳимга беадад шукроналар айтиб, шодмон юрасиз.

**УНУТМАНГ!** Инсон организми жуда мураккаб. Бир кишига фойда қилган доривор бошқа бирига зарар қилиши ҳам мумкин. Шу боис сиҳатномадаги ҳар бир тавсияни қўллашдан олдин шифокор мутахассис билан маслаҳатлашишингиз шарт.

### **Буйрак — буйракка малҳам**

Кичкина деманг бизни, кўтариб урамиз сизни, деган нақд бежизга айтилмаган. Албатта, ўзингиз бир ўйлаб кўринг-а. Вазни бир тонна келадиган новвоснинг оғирлиги атиги 300-400 грамм келадиган баргакдай буйраги бутун бошли танани кераксиз суюқлик чиқиндилардан тозалаб, унинг умрига умр, қувватига қувват қўшиб юрса-я.

Бу сир-синоатга бой, ақлга сифмайдиган мўъжазгина нарсада олам илми мужассам бўлиб, буйрак бутун қон айланиш системаларидан ва бошқа аъзолардан ҳам кераксиз чиқинди – суюқликларни филтрлашда, моддалар алманишувини тартибга солишда, ошқозон ости

безининг деворларини эластиклигини ошириб, уни мустаҳкамлашда ва иш фаолиятини тўғри амалга оширишда муҳим роль ўйнайди.

Буйрак хасталанганда дори-дармон билан узоқ муддатда даволанса бўлади. Лекин биологик тайёр маҳсулотни доимий истеъмол қилиб юришни одат қилсангиз хасталикларнинг олдини олишга тез муваффақ бўласиз.

Уни истеъмол қилганда буйрагингиз узоқ вақт тиниқ ишлаб, сизни қувонтиради. У ўзига керакли бўлган биологик хужайраларни тез сингдириб олади ва ижобий таъсирини кўрсатади. Айниқса, аъзоингизда оғриқлар сезилганда, шунингдек, баъзи бир ноаниқ безовталиклар таъсирида қолганингизда маълум қисқа вақтда тикланиш содир бўлади.

**Тайёрланиш жараёни:** икки қисмдан иборат қўй буйрагини олиб, чарви ёғларидан тозалайсиз. Совуқ сувда ювиб, бўлакларга ажратасиз. Сийдик йўли каналларидан ҳамда кераксиз чиқиндилардан тозалаб, уч соат давомида тузли совуқ сувга солиб қўясиз. Сўнг яна бир чайиб, тоза сув солинган қозонга қайнатиб оласиз, ҳосил бўлган кўпик ва бошқа чиқиндилардан уни бутунлай тозалаб, паст оловда 15-20 дақиқа давомида қайнатасиз.

Сувини тўкиб қозонга писта ёғидан қуйиб, уни ўртача оловда қиздирасиз. Бир бош пиёзни тўғраб, уни қизғиш ҳолатга келгунча пиширасиз, сувга қайнатиб олинган бўлакланган буйракларни солиб, пиёз билан аралаштирасиз ва таъбга кўра зираворлардан солиб, 3-4 дақиқа давомида пиширасиз. Сўнг ярим пиёла сув со-



либ, у қайнагач 10-15 дақиқа паст оловда димлаб қўясиз.

Тайёр хуштаъм овқатни ликобчаларга сузиб тановул қиласиз. Баъзида шундай ҳолатлар кузатиладики, буйрагингиз оғриётган бўлса оғриқдан фориф бўлишини сезмай қолишингиз ҳам мумкин. Ҳаётингиз давомида кичкинагина буйракда шунча каромат борлигига Яратганга беадад шукроналар айтиб, қувониб юришга одат қиласиз.

Бу биологик қурилиш материалларини бир умрга дўст билиб, ойда 2-3 маротаба тановул қилишни одат қилинг. Ҳаётингиз чароғон, дастурхонингиз тўкин, ўзингиз доим соғ-саломат бўлинг!

**УНУТМАНГ!** Инсон организми жуда мураккаб. Бир кишига фойда қилган доривор бошқа бирига зарар қилиши ҳам мумкин. Шу боис сиҳатномадаги ҳар бир тавсияни қўллашдан олдин шифокор мутахассис билан маслаҳатлашишингиз шарт.

**ИККИНЧИ БЎЛИМ**  
**ЗУЛМАТНИ ТАРК ЭТИБ ЁХУД**  
**ТАБОБАТНИНГ МЎЪЖИЗАВИЙ САЛТАНАТИ**

*Инсонсан, ҳар жонга вафолар қилгин,  
Тошни тош билмагин, садолар қилгин.  
Дуо ол, ўзинг ҳам дуолар қилгин,  
Ҳаммадан қолади бу кўҳна дунё.*

*Маҳмуд ТОИРОВ*

Инсониятнинг юксак парвоздаги ҳис-туйғу-лари, космик орзу-умидлари, дунёга келишининг ўзи бир мўъжиза. Шундай экан, у бахтли яшашга ҳақлидир!

Одамзод тақдирга ёзилганини, яъни пешонасида борини кўради, дейдилар, чиндан ҳам шундаймикан? Баъзан мурғак гўдаклардан тортиб улўф ёшдаги инсонларнинг ҳам бехосдан дардга чалинганига гувоҳ бўламиз. Ҳатто, ҳаётда ўзига муносиб ўрни ва обрў-эътиборига эга, тўғри турмуш тарзини олиб бораётган инсон бехосдан тўшакка миҳланиб қолади, мен бу жумбоқнинг ечимини ҳанузгача тополмадим. Назаримда, бу мавҳумлик сир-синоатлигича қолса керак. Бу борада илмий тиббиётда олимлар томонидан тахминлар бор, бироқ аниқ далилларга асосланган ташхис йўқ.

Мен шифохоналарда йил давомида даволаниб, бироқ шифо топмай, ўз дардига даво излаб тинчимаган, охир-оқибат табобатнинг ажойиб мўъжизаси шарофати билан тузалиб, муроди ҳосил бўлган ва ҳозирда ҳаёт гаштини суриб

бахтиёр ва омадли умргузаронлик қилаётган инсон, оиласи ҳамда халқининг дуоси насиб айлаган асар муаллифи, яъни ўзимнинг бошдан кечирганларим ҳақида ёзмоқчиман.

Бундан бир неча йиллар олдин мен қутилмаганда панкреатит дардига чалиндим. Шифокорлар томонидан қўйилган ташхис шифосини топмади. Йил давомида вилоят шифохоналарида самарасиз даволандим. Сўнгра Тошкент шаҳар экспериментал кўкрак хирургиясида жарроҳлик амалиётини қўллашди, аммо бу ҳам кўзланган мақсадни бермади. Дардим зўрайгач, аввал Москванинг Виноградова клиникасида, кейин Украинанинг Трускавец санаториясида даволангандай бўлиб, ўз юртимга қайтдим

«Табиб табиб эмас, бошидан ўтказган табиб» деб доно халқимиз бежизга айтмаган экан. Менинг шифо топишимга охир-оқибат тушимдаги сирли кўрсатма бўйича қилинган оддий бир муолажа сабаб бўлди.

...Ёз ойлари эди. Вилоятда обрў-эътибор ва нуфузга эга бир қариндошимнинг онаси бехосдан вафот этди. Таъзияда хизмат қилиб юрган имда қариялардан бири марҳумни тобутга қўйиш учун иккита бақувват эркак керак дея, мен ва акамга мурожаат қилди. Акам иккимиз қария билан бирга марҳум ётган хонага кирдик. Мен оқ матога ўралган мурданинг бошидан, акам эса оёқ томонидан кўтариб ювувчи аёл кўрсатмасига мувофиқ оҳиста тобутга жойладик. Ўша пайт негадир бутун баданим жириллаб кетди. Бироқ бунга аҳамият бермадим, лекин кейинчалик афсусландим.

Таъзия билан боғлиқ маросимлардан кейин орадан яна йигирма кунлар вақт ўтди. Мен Бухоро давлат педагогика институтида ҳамда ўртамахсус педагогика билим юртида психология ва этика-эстетика фанларидан талабаларга дарс берардим. Ишим якунлангач уйга қайтаётиб, кўҳна ва навқирон Бухоронинг Арк қалъаси ҳамда унинг рўпарасидаги Боли Хавзи Мачити Калон обидалари ёнидан ўтишга одатлангандим. Ҳовуз атрофига ўрнатилган фавворадан отилаётган сувнинг қуёш тафтида камалак ҳосил қилиши, ёз жазирамасида сачраётган сув томчиларининг баданга урилиб салқинлик бағишлаши менга ҳамиша ёқимли кайфият инъом этарди.

Ҳовуз атрофи боғ билан ўралган бўлиб, баланд дарахтлар сояси сайлгоҳ ва овқатланиш учун қулай жой эди. Тамаддихоналардан бирини ҳовузда етиштирилган тоза зоғора балиқлардан таом тайёрланарди. Қиздирилган ёғда жижжана бўлиб пишаётган таом димоғни қитиқловчи беқиёс ширин таъми ила хўрандаларни ўзига жалб қилади. Шу боис мазкур гўша ҳамиша гавжум.

Қўли ширин пазандалар тайёрлаётган жаннати таомни емай кетиш мен учун бир гуноҳ ишдай туюлди, нафсимни жиловломай, мана сенга, дея бир лаган хуштаъм балиқни соя-салқинда, беданалар сайраб турган ҳовуз бўйида паққос туширдим. Қорин тўйгач, мамнуният ила уйга қайтдим.

Тушки пайт ойнаи жаҳон орқали намойиш этилган «Келинлар кўзғолони» спектаклини хо-



тиним билан томоша қилдик. Унинг ҳар замонда қўлини кўксига қўйиб, чиройли табассум ила узатган пахта гулли пиёладаги кўк чойни ичиб яна ҳузурланардим. Ҳордиқ чиқариб, ҳаётнинг гўзал ва ширин дамлари ҳақида хаёл суриб, бахт оғушидан сармаст парвоз этаётганимда бехосдан пайдо бўлган қоп-қора, мисли аждарсифат булут қуёшнинг ёрқин нуруни зулматга чўмдириб, ютиб юборгандай бўлди. Бутун баданимни совуқ тер босиб, қалтирай бошладим.

Кўнглим айниди, қорнимда оғриқ пайдо бўлди. Ҳар замонда зўраювчи хуруж сабаб борган сари ичим ёнаётгандек бўларди, қорним эса таранглашиб шу даражада қизиб кетдики, натижада деворга сапчиб чиқишга, қулоқни битирадиган оҳангда шердай наъра тортишга мажбур бўлдим. Кейин Яратганга, Ўзинг асра, дея илтижо қила бошладим.

– Ҳой, ким бор, муз олиб келинглар, ёниб адойи тамом бўляпман, – дея бақирдим.

Силлайи мадорим қуриб, қорнимни маҳкам ушлаганча ерга чалқанча ётиб олдим. Баданим худди докага ўхшаб оқариб кетганди, хуллас, тирик мурда бўлиб қолгандек эдим. Нима дейишни ва қандай ёрдам кўрсатишни билмай боши қотган ва кўзёшларини тиёлмаётган, жони ҳалак саросимага тушиб қолган оғироёқ хотиним Дилрабо совуткичдан муз бўлақларини олиб келиб, қорнимга тера бошлади. Оғриқ совуқ таъсирида секин-аста пасайди.

Ниҳоят, руҳий танглик ҳолатидан чиқиб, ўзимга кела бошладим. Атрофимга тумонат одам йиғилибди. Тез ёрдам шифокори тинч-

лантирувчи уколни томиримга юборяпти; қўни-қўшнилари шўрлик дея бир-бири билан пичирлашиб ҳамдардлик билдириб туриши менга ёмон таъсир қилди. Уларнинг қуршовидан қутулиш чорасини излай бошладим. Буни сезган ҳазилкаш ёш жувон нохуш ҳолатни йўқотиш ва менга яхши кайфият улашиш учун ҳамманинг диққатини ўзига жалб этди-да, кулимсираб:

– Ҳа, полвон ака, сўйиб кетишдими, деб кўрқиб кетдим-а. Товушдан ҳам бор экан, Шалъяпиннинг ўзи. Қайтанга у сизга шогирд тушса бўларкан. Офарин! – деб ҳаммани қаҳ-қаҳ оттириб, хонани бир зумда жунбишга келтирди. Мен ҳам кулиб қўйдим. Улар аҳволим бир оз яхшиланганини кўриб, соғлиқ тилаганча тарқалишди. Энди муз бўлақларини олиб қўйишмоқчи эди, илтимос, тенгманглар, деб зорландим, яна қайталанса, чидаёлмаслигимни айтдим. Бўлиб ўтган воқеадан таъсирландим, шеклли, бу тушимми ё ўнгимми, дея ўйланиб қолдим. Йиғламасам-да, кўзларим нам, жиққа ёшга тўлган. Чамаси ярим соат ўтгач, дард бутунлай ариб, ўзимга кела бошладим.

– Бўлди энди, муз таъсиридан бошқа аъзоларингиз шамоллаб қолмасин тагин, деган товуш чалинди қулоғимга.

– Бирданига эмас, битта-битта олинглар – дедим мадорсизланиб ва бўшашиб қотиб ухлаб қолдим.

Эрталаб уйғонсам, оғир туш кўргандай соппа-соғман. Яратганга шукр, дея нонушта қилиб, ишга бордим, қайтишда шифокор кўригидан ўтдим.

– Натижа ёмон эмас. Овқат ҳазм қилиш тизими бир оз зўриқибди, холос. Бу ёғига нафсингизни тийинг, эҳтиёт бўлинг, – деб жўнатиб юборди.

Овқатланишда эҳтиёт чораларига қанча амал қилмай, ҳафта ўтмай яна ўша эски ҳол қайтарилди. Мени вилоят шифохонасига ётқизишди. Қайта-қайта текширувлар ўтказишиб, аъзоларда нуқсон йўқлигини айтишди. Одатдагидай овқатлансам-да, хуруждан дарак бўлмагач, 3-4 кундан сўнг жавоб беришди.

Уйга қайтиб келган кунимоқ қора кучлар сеҳр-жодусиданми яна ўша эски ҳолат такрорланди. Оғриққа чидолмай деворга сакрашу қулоқни битирадиган даражадаги наъра тортишлар қайтарилди. Тез ёрдам етиб келиб хуружга қарши уколлар қилишди. Тинчландим. Кейин қаршилигимга қарамай, танг ҳолатимни кўриб, мени яна шифохона сари етаклашди. Шифокорлар менинг ҳолатимни ўрганишда давом этишди, бироқ хуруждан дарак йўқ эди. Улар бу ажойиботдан ёқа ушлашди. Тўғри ташхис қўйиш учун оғриқни вужудга келтиришни, яъни кўпроқ овқат ейишни таклиф қилишди. Фойдаси бўлмади. Улар бунини ҳаётда кузатилмаган сирли жумбоқ, дейишдан нарига ўтишмади. Шу тариқа орадан уч ой ўтди.

У шифохонадан бунисига ўтиб даволанишда давом этдим. Натижада 74 кило вазнимдан 24 килосини йўқотибман. Вазним 50 килога тушиб, озиб, қушдай енгил бўлиб, жисмим кетиб, суратим қолганди. Сут-қатикдан бир қултум ич-

сам-да, дардим қўзғалиб, мени бурдалаб ташлаётгандек бўлар, юришга мадорим қолмагани боис ҳаракатланишим учун икки одам қўлтигимга кириб таянчлик қиларди. Хуллас, кунимга яқинларим яради.

Мени даволовчи шифокор олим, яхши мутахасис, яъни ўз дўстим уринишлари зое кетганиданми ёки раҳми келибми, вилоятда кўзга кўринган ЛОР шифокори бўлиб ишлайдиган суюкли опамга юзланиб, шундай дебди:

– Назира Камоловна, мени тўғри тушунинг, менимча, укангиз – гиёҳванд. У таркибида наркотик модда сақловчи укол олиш учун шифохонага ётишга ҳаракат қиляпти. Аслида у соппа-соф. Энди уни бизда эмас, наркология шифохонасида даволатиш керак.

Бу сўзларни ҳазм қилолмай, фигони фалакка чиққан опам жаҳл отига миниб, уни ер билан битта қилибди:

– Ҳой, оғзингга қараб гапир. Ўйламай-нетмай валдирайверасанми. Укам сигарет чекиш у ёқда турсин, ҳатто, унинг ҳидига тоқати йўқ. У имтиёзли диплом билан институтни битирган, талабаларга психология, этика-эстетика, ахлоқ, маданиятга доир фанлардан дарс берса-ю, сен уни даволай олмагач, ўзингни оқлаш учун кимлигини билмай наркоманга чиқариб қўйсанг. Э, ҳайф сенга дўхтирлик унвони, яна укамнинг яқин дўсти эмиш.

– Назира Камоловна, Назира Камоловна, сиз мени нотўғри тушундингиз, – даволовчи врачнинг узр оҳангидаги мурожаати жавобсиз қолади...



Бу гапларни эшитгач бутун вужудим титраб кетди. Мадорсизланиб, қўлимни мушт қилганча қотиб қолдим. (Соғайиб, иш фаолиятимни давом эттириб юрганымда мени “наркоман”га чиқарган врач дўстимни учратиб қолдим. Ўшанда у хато қилиб қўйганини айтиб, иложи бўлса, кечиришимни сўради. Беайб Парвардигор, эгилган бошни қилич кесмас, қилган хатосини тан олиш ҳам мардлик саналади, дедим-да, уни кечирдим. Ҳозир дўстлигимиз давом этяпти.)

Даво муолажалари самарасиз бўлавергач Вилоят соғлиқни сақлаш бошқармаси томонидан мени Тошкент Республика даволаш марказига, яъни экспериментал кўкрак хирургияси шифохонасига отам Камол Хайруллаев (Олий тоифали педагог, Халқ аълочиси, олим, бир неча давлат орден ва медаллари соҳиби, 50 йилдан ортиқ давр мобайнида раҳбар, устоз бўлиб фаолият юритган. 100 дан ортиқ мақола ва китоблар муаллифи, Республикада олий ўқув юртлари талаблари учун бошланғич таълим методикаси соҳасида орфографик хатолар ва уларни бартараф қилиш методикаси бўйича илмий диссертациясини ёқлашда биринчи қалдирғочлардан эди. 7 нафар фарзанднинг меҳрибон отаси, у бизларнинг олий ўқув даргоҳларини битиришимизда жонбозлик кўрсатган, шу билан бирга иккинчи жаҳон уруши йилларида 3 нафар етим бола асраб, уларни ҳам уйли-жойли қилиб, меҳр улашган табаррук инсондир. Отам 1979 йилда 70 ёшда бўлишига қарамай, ҳалиям фидойи инсон бўлиб, педагогика институтида дарс бераб, бу ҳол 78 ёшигача давом этди.

Унинг «Артист сахнада ҳаётдан кўз юмса, мен илм масканида дунёни тарк этаман», деган ҳазиломуз шиори бор эди. Шундай бўлди ҳам, дадамнинг дарс вақтида мазаси қочиб, ўша куннинг ўзидаёқ шифохонада бу ёруғ дунёни тарк этди. Илоҳим падари бузрукворимни Аллоҳ ўз марҳаматига олиб, шоҳистайи жаннат қилсин.) вилоят даволаш марказидан таяин этилган масъул шифокор билан бирга олиб келишди.

Марказда ташхислаш учун барча текширувлар қайтадан олиб борилди. Даволашда шифокорлар муҳокамасидан сўнг жарроҳлик усулини қўллаш маъқулланди. Жарроҳ отамни қабулхонасига чақиртирди.

– Камол Хайруллаевич, фақат ўзингизни босиб олинг. Биз қўлимиздан келганча, бор салоҳиятимизни қўллаб, ўғлингизни эсон-омон қўлингизга топширишга ҳаракат қиламиз. Аммо бизда битта муаммо бор, у ҳам бўлса, ўғлингиз билан боғлиқ.

– Қандай муаммо? – таажжубланиб сўрабди отам.

– Ўғлингизнинг соғ қолишига юз фоиз кафолат беролмаймиз. У ёш бўлишига қарамай узоқ вақт овқат емай ҳолдан тойган. Иммуни тизими ўта заиф. Қувватсизлиги боис операцияни кўтаролмаслиги мумкин, – дебди.

Отам бу гаплардан кейин мадорсизланиб, ўриндиққа ҳолсиз ўтириб қолибди. Юзини қўллари билан маҳкам бекитиб, елкалари қимирлаб, ўксиб кўзёш тўкибди. Хонада бир қанча вақтгача сукунат ҳукм сурибди.

Дадам бир оздан сўнг тинчланиб, ўзига кел-  
гач, ёшларини артиб ўрнидан турибди-да, ши-  
фокорга юзланибди:

– Ўғлим, иложимиз қанча, тақдирга тан бе-  
рамиз-да. Дардни берган шифосини ҳам берар.  
Сизлар бир сабабчисиз, Ўзи қўлласин. Умри би-  
лан берган бўлсин илоҳим, – дебди-да, шифо-  
кор узатган қорозга операцияга розилигини бил-  
дириб имзо қўйибди ва хайрлашиб, шахдам  
қадамлар билан чиқиб кетибди.

Шифохона боғидаги мўъжазгина фаввора  
олдида отамнинг врач қабулидан чиқишини  
сабрсизлик билан кутиб ўтирардим. Куз фасли  
бўлишига қарамай шифохона одамлар билан  
гавжум эди. Боғ эса заррин япроқлардан тўқил-  
ган олтин гиламга ўранган, баланд бўйли дарахт-  
ларнинг кўркам таровати қуёш нурлари ости-  
да камалак жилосини тараннум этарди. Одам-  
лар қуёшнинг ёқимли иссиқ тафтига ўзларини  
уриб, тоза ҳаводан нафас олар, офтобга қара-  
ганча кўзларини юмиб хаёлот оламига сайр  
этарди. Баъзилар бир-бирига шундай меҳрибон-  
лик кўрсатардики, уларни кўриб ҳавасинг ке-  
лади. Турли вилоятлардан келган одамлар да-  
воланаётган қариндошларини сўраб-суришти-  
риб юрибди. Шу пайт бир аёл, ойижон, дея  
югуриб келаётган икки яшар чамаси боласини  
даст кўтариб бағрига босди. Соғинганиданми,  
асалим, дея юзларидан тинимсиз ўпди. Овози  
қўнғироқдек бу ширин қизалоқ кўзларни ўйна-  
тиб, ҳар замонда завқу шавққа тўлиб, ҳамма-  
нинг диққат-эътиборини ўзига жалб этарди.  
Шуларни кузатиб хаёлга чўмиб ўтиргандим.

– Ўғлим, – дея дадам қўлини елкамга қўйди ва мени ташқарига имлади.

У кўзимга саросимага тушиб қолгандек кўри-нар, нимагадир менга қарашга ботинолмасди. Нима бўлганини сўраганимда, мунгли ва ҳаяжонли овозда «Сабр қил», деди-да, қадами-ни тезлаштирди. Дадам атрофга назар ташлаб, одамлар йўқ, тинч жойни қидирарди. Охири бекат бурилишидаги қаровсиз жойга келиб тўхтадик.

– Ўғлим, дея икки қўли билан елкамни маҳкам тутди-да, худди видолашаётгандай узоқ вақт тикилиб қолди. Кўзидан ёшлар сарчашмадек оқа бошлади. Гапиришга ботинолмай бағрига босди. Бир оз тин олгач паст товушда:

– Нуридийдам, мен бағритош отангни кечир, кечир иложи бўлса, кечир мен гумроҳ отангни, – деб бир сўзни қайта-қайта такрорлади.

Овози ўзгариб, ҳаяжонланганидан қон босими кўтарилганини, баданининг иссиқ тафтини ва юзининг қизариб кетганини сездим. Уни худди менга номаълум бир дард ютиб юбораётгандай эди. Ҳозир баралла товушда уни домига тортаётган бу зулматни қалбидан суғуриб ол-маса адойи тамом бўладигандек эди гўё. Шундай бўлди ҳам, дадам бошини елкамга қўйиб, уввос солиб йиғлаб юборди. 25 ёшга кириб ул-гурган бўлсам-да, биринчи марта бундай манзаранинг гувоҳи бўлгандим. Бу изтироб мен учун даҳшатнинг ўзгинаси эди.

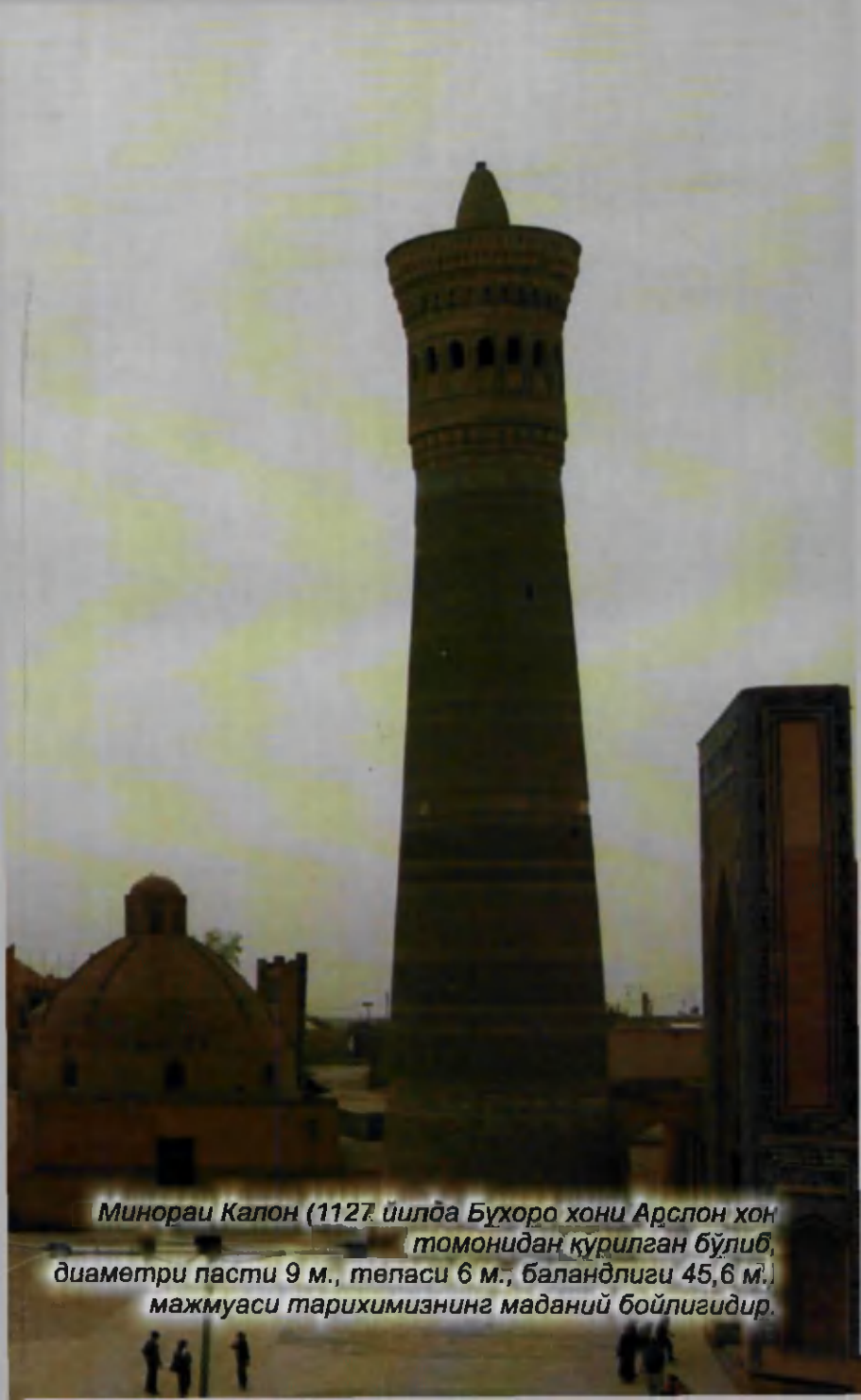
Уни тинчлантириб, бу нохуш вазиятдан чиқаришга ҳаракат қилдим.





*Эзгулик монументи киши қалбини  
ифтихорга тўлдиради.*





*Минораи Калон (1127 йилда Бўхоро хони Арслон хон томонидан қўрилган бўлиб, диаметри пасти 9 м., тепаси 6 м., баландлиги 45,6 м.) мажмуаси тарихимизнинг маданий бойлигидир.*

Сомонилар макбараси (9-аср).  
Муқаддас ободилар  
миллатимизнинг буюклигидан сузалади





– Отажон, сиз менинг падари бузрукворим, меҳрибонимсиз, ота ҳам ўз фарзандидан кечирим сўрайдими? Мен ҳаммасига аллақачон рози бўлганман, тинчланинг, – деб уни қанча юпатмай, отангни кечир, дея уввос солиб йиғларди. Наҳотки, умид йўқ, ҳаммаси тамом бўлса, тушкунликка туша бошлаганимни дадам сезиб қолди.

– Ўғлим, сени жуда қаттиқ яхши кўраман, бетоблигинг учун йиғладим. Кечирим сўрашимнинг боиси сени ризолигингсиз операцияга кўндим. Аллоҳимдан шу жарроҳлик тифини ўғлимга эмас, менга раво қилишини сўрадим. Мен ёшимни яшаб, ошимни ошиб бўлганман. Ўғлим эса ҳали ёш, унга раҳм айла, шафқат қил. Ўзинг дардига шифо бер, дея Парвардигорга ёлвориб йиғладим, ўғлим.

– Отажон, сиз мени кучли, иродали қилиб тарбияладингиз. Мана кўрасиз, сизнинг илтижоларингиз Тангрига етиб боради ва мен, албатта, тирик қоламан. Бардам бўлинг.

Дадамга меҳр-муҳаббатим жўш уриб, юксак мамнуният ва ифтихор ила уни бағримга босдим. Кўзёшларимни кўрсатмаслик учун узоқ вақт тин олдим.

Операция яхши ўтди. Кўзимни очсам, ёнимда ажойиб жарроҳ, ёш олим (кейинчалик узоқ йиллар Республика Соғлиқни сақлаш вазири бўлиб фаолият кўрсатган) Назиров Феруз Гафурович турган экан:

– Ҳа шоввоз, дурустмисан, баракалла, ироданг мустаҳкам экан, Худо хоҳласа, мени айтди дерсан, умринг узоқ бўлади, – дея табассум қилиб турарди.

Мадорсиз қўлларим билан тирик қолганимга шуқр қилиб, врачнинг қўлини олиб ўпдим ва пешонамга қўйиб:

– Худо хоҳласа, туғилажак фарзандим ўғил бўлса, отини Феруз қўяман, илоҳим сиздай улуг шифокор бўлсин. Ёруғ дунёга қайтарганингиз учун раҳмат сиз азизларга, – дея миннатдорчилик билдирдим.

Жонлантириш бўлимида 3-4 кун ётгач, ўзимни яхши ҳис қилганим боис мени умумий даволаш бўлимнинг икки кишилик палатасига ўтказишди. Бир куни дадам қўлида катта бир пакет билан кириб келди.

– Ўғлим тузалиб кетди. Худога шуқр, энди бир мазза қилиб есин дедим-да. Қўрқув исканжасида емаганига, эҳ-ҳе, неча ой бўлди. Бугун сен учун байрам, – деди менга табассум билан ва пакетнинг оғзини очди.

– Кўринишига гап йўқ, ҳидини айтмайсизми, бай-бай, оғиздан сўлак оқишини-чи, – дея оч кўзларим билан товуқ гўштини ютиб юборишимга оз қолди.

– Секин, секин, сабрли бўл, ўғлим, – дея менинг шодланганимни кўриб отам меҳрли кўзлари билан боқиб кулимсираб турарди.

Минг афсуслар бўлсинки, лаззатланиш қувончи узоққа чўзилмади. Чунки менга операция ҳам ёрдам бермади. Айтишларича, қон алмашинувини яхшилаш учун қорин чарви ёғини ошқозон ости безига бириктирилиши натижасида ҳазм қилиш фаолиятини тубдан ўзгартириш керак эди, бироқ бунга эришилмади. Кесишди ва узун чокни қайтадан маҳ-

кам тикиб қўйишди. Ҳеч қанча вақт ўтмай яна ўша азобли кунлар қайтарилди. Оғриқдан қорним таранглашиб, теримга тикилган махсус иплар узилай деб турарди. Жон аччиғида ваҳимага тушиб, кўз олдим қоронғилашиб кетди. Жон ширинлигиданми, бу дунёнинг дастидан дод дегим келарди. Шу топда қалбимдан таралган бир сирли товуш садоси мени музлатиб қўйди.

**«Тўхта, – деди у. – Ботирмисан? Исминг жисмингга монанд эмасга ўхшайди. Сени мард ўғлон бўлади деб отингни Ботир қўйишган, сенга ишонч билдиришган. Шер-юрак бўлатуриб уввос солишга уялмайсанми? – дея таъқиб қиларди у. – Танангга ҳукмронлик қил ва сен, албатта, ғолиб бўласан. Шифо топгач Яратганга шукроналар айтиб, келажакдаги хайрли ишларинг учун халқнинг дуосига сазовор бўласан. Оиланг эса ҳавасли, пок ва соф даргоҳлардан бирига айланади. Фарзандларинг мисли фариш-тасифат сенга хизмат қилишади. Ўзингни қўлга ол, мард бўл, ўшанда ҳаммаси мен айтганимдай бўлади», – деди.**

Кўзимни очсам, сирли ҳолатда мени азоблаётган оғриқдан ном-нишон қолмаган эди. Ушбу хаёлот худди мени бошқа дунёга элтиб қўйгандек эди гўё. Мен ҳеч нарсадан қўрқмай қолгандим. Чунки бу садонинг илоҳий эканлигига ишонган эдим.

Ночор қолган ва менга ичи ачиб ҳар замонда кўзёшларини артиб турган отамга қараб кулимсираб қўйдим ва дедим:

– Мен осонгина жон берадиганлардан эмасман. Худо хоҳласа, ҳали, албатта, соғайиб кетаман. Ахир мен ботирман-ку, – деб отамга талпиндим.

– Иншооллоҳ, айтганинг келсин ўғлим, мен сенга ишонаман.

Ўшанда ҳаётда ота бўлиш нақадар оғирлигини тушуна бошладим. Бечора дадамнинг жони менга қараганда юз карра ортиқ азобланганини фаҳмладим.

Отам менинг шаҳдам, мардонавор ва умидли ниятларимни эшитиб қувонди:

– Баракалла, ўғлим, – деди-ю, ўзини тутолмай кўзлари ёшланганча мени бағрига босиб, ором олди.

Шифокорлар, қўлимиздан келганини қилдик, бу ёғи Аллоҳдан. Ипни ечсак, Бухорога кетишларинг мумкин, деб қолишди. Бу хушхабарни эшитиб, роса қувондим. Яқинда ота бўламан, бу бахтни туйиш, фарзандимни қўлимга олиш орзуси ушалишини ўйлаб, яна-да яйрадим. Яна туғилиб ўсган еримни ҳам жуда соғинганман.

Одам яхши ният қилса, орзулари ушалар экан. Шифохонанинг шаҳарлараро алоқа бўлимига келиб, Бухорони улаб беришларини сўрадим.

– Кутинг, – деб қолишди. Бир муддат ўтиб, «Бухоро 7-кабина», – деган мурожаатни эшитиб, шошилганча алоқа буткаси эшигини очиб, телефон гўшагини қулоғимга тутдим.

– Алло, алло, эшитмаяпман, ким бу? – онаминг овозини эшитиб, шодланиб жавоб бердим:



– Онажон, бу мен ўглингиз Ботирман, – де-  
йишимни биламан, онам:

– Жон болам, ўзингмисан, Худога шукр, то-  
вушингни эшитадиган кун ҳам бор экан-ку. Соғ-  
саломат юрибсанми? Яхши бўлиб қолдингми?  
Дўхтирлар қарашяптими? Отангни қанд касал-  
ли қийнамаяптими? – деган саволларга кўмиб  
ташлади.

– Раҳмат, онажон, биз соппа-соғмиз. Ўзингиз-  
нинг аҳволингиз тузукми?

– Ҳаммаси жойида, фақат сизларни интизор  
бўлиб кутиб қолдик, қачон қайтасизлар.

– Яқинда, уч-тўрт кунда, Худо хоҳласа.

– Сенга хушxabар бор, болам, ўйинга туш,  
ўйинга, жигарбандим. – Онам қувонч ва ҳаяжо-  
нини босолмай жарангли товушда давом этди:  
– Ўғилли бўлдинг, ота бўлдинг, онанг айлансин.  
Муборак бўлсин, энди бахтимизга омон бўл,  
дардкашим, – деди.

Бу сўзларни эшитиб, қотиб қолдим.

Қандайдир кучли ҳаяжон вулқондай отилиб,  
қалбимни ўзига бўйсундириб олгандек эди.  
Аъзойи баданимга қизиби, терлаб кетдим. Кўз  
олдим қоронғилашиб, ёзув столчасига бошим-  
ни қўйганча телбаларча кўзёш тўка бошладим.  
Бу севинч ёшлари эди. Завқ шаробидан маст  
ёмғир сувидек шашқатор бўлиб оқаётган  
кўзёшларимни тўхтатишнинг иложи йўқ эди.

Бу сенинг олий бахтинг ва тахтинг, тортган  
азобу уқубатларингга берилган биринчи муко-  
фот, ҳали уларнинг сон-сановига етолмай қола-  
сан. Қалб поклиги ва софлигини сақлашни ёдда  
тут, бу кечинмам руҳият садоси эди. Энди бу

мунаввар ҳаётдан бевақт кетиш йўқ. Изланиш керак, саломатлик йўлини нурафшон этиб, ҳаёт учун қурашиш керак. Бу шиор мен учун қасам-ёд эди.

Онам аҳволимни тушуниб индамай турарди. Ўзимни қўлга олдим. Миннатдорчилик билдириб, ўғлимнинг отини Феруз қўйинглар, дедимда, хайрлашиб, алоқа кабинасидан кўзёшларимни артган бўлиб чиқдим. Бехосдан эшигим олдида тўпланиб турган одамларга кўзим тушди. Индамай ўтиб кетмоқчи ҳам эдимки, ёши улуроғи йўлимга пешвоз чиқиб, мени тўхтатди ва қизарган кўзларимга қараб деди:

– Ўғлим, безовта қилганимиз учун узр, товуш чиқариб анча вақт дардли кўзёш тўкканингизга хавотирландик. Мусофирчилик, шифохонада ётган экансиз, дори-дармон етишмовчилиги дегандай, хуллас, қўлдан келганча ёрдам берамиз, мушкулингни осон қилсак, савоб бўлади деб тўпландик, бўтам.

Бундай вазиятга тушиб қолганимдан эсанкирадим, ўзимга келолмай сукут сақладим. Қария индамай турганимни кўриб, гапини давом эттирди:

– Биз кўпчиликмиз, хавотирга ўрин йўқ, бир иложини топармиз, тўғрими, – деб тўпланиб турган жамоага юзланди. Улар ҳам бошларини қимирлатиб маъқул ишорасини беришгач, отахон яна менга қаради, сен ҳам энди гапир дегандай оғзимни пойлади.

Бу такаллуфдан бошим осмонга етганди. Ўзбекистонда туғилиб ўсганимдан, шу элнинг

фарзанди бўлганимдан, халқимизнинг инсон-парварлиги-ю меҳрибонлигидан мамнун эдим.

Уларга табассум ҳадея қилиб:

– Ҳаммангизга катта раҳмат, сизлар менинг қайғумга эмас, қувончимга шерик бўляпсизлар. Бу сизларнинг менга чин юракдан табригингиз бўлди.

Улар менга тушкунликка тушиб, эсанкираб қолипти, шекилли, бечора, дегандай раҳми келиб қарашарди ва янада жипсроқ ўраб олишди. Бу ҳолатдан руҳландим ва қувончимни ичимга сиғдиролмай:

– Мен ўғил фарзанд кўрдим. Мен ота бўлдим, – дедим баралла овозда. Ҳамма бараварига қўл бериб табриклашди. Отахон дуога қўл очди:

– Умри, бахти билан берган бўлсин, илоҳим. Сизга эса сиҳат-саломатлик тилаймиз, – дея табриклаб тарқалишди.

Бутун ҳис-туйғуларимни камарбаста айлаб яқинларимдан суюнчи олиш илинжида учиб борардим. Мендан бахтли, мендан тахтли инсон йўқдай йўлимда дуч келган кимсага, мен ота бўлдим, Аллоҳим менга ўғил берди, дея кўпчиликнинг табригини олиб, шоша-пиша тўртинчи қаватга чиқдим.

Феруз Гафуровичнинг эшигини тақиллатмасдан ичкарига кириб бордим. Хонага йирилган шифокорлар томдан тараша тушгандай пайдо бўлганимга ҳайрон қолишиб, менга ёввойи қараш қилиб кутиб олишди. Ножўя ҳаракатимдан аччиқланган Феруз Гафурович дўстлари олдида ўзини ноқулай сезди, шекилли, шартта ўрнидан туриб, хўмрайганча, осмон қулаб, ерга

тушдими, дегандай важоҳат билан менга ўқрайди ва баланд оҳангда деди:

– Э йўқ, бэ йўқ, шаҳар бедарвозадай бостириб кирапсан, тинчликми ўзи шоввоз? – Хонада ўтирганлар бирданига қаҳ-қаҳ отиб кулиб юборишди. Кайфиятим чоғ бўлгани боис танбеҳга эътибор бермай, мен ҳам кулдим:

– Мени табрикланг, ўғилли бўлдим. Сиздай улуғ шифокор бўлсин, деб отини Феруз қўйдим. Розимисиз? – дея тикилиб қолдим.

Шифокорим дарров жаҳл отидан тушди, юзида табассум пайдо бўлди. Ўзини кўз-кўз қилгандай бир-бир дўстларига қараб қўйгач, менга очиқ чеҳра билан боқди:

– Рози бўлганда қандоқ, зап иш бўпти-да, балли, бу бошқа гап. Қўлни ташла азамат, – дея кафтимга қарсиллатиб урди ва бағрига босди. Ўтирган шифокорлар ҳам бирин-кетин табриклашди.

Улар билан хайрлашиб ётоғимга йўл олдим. Келсам, хонада отам йўқ экан, уни қидира бошладим. Ҳовлига чиқдим, тушлик вақти бўлгани учун кўчада одам кам эди. Суви ёқимли жилдираётган кичкина фаввора олдида қўлини чаккасига қўйиб кимдир хаёлга чўмиб ўтирарди.

Яқинига борсам отам экан. У нимагадир ғамгин эди. Ўғлим шу ерда ўтиришни маъқул кўрарди, излаб қолса, шу ерга келар деган умидда мени кутаётган экан. Оёқ товушини эшитган заҳоти отам мен томонга қаради. Икки қўли билан ёғоч ўриндиққа шапатилаб урди-да, жиддий оҳангда деди:



– Инсофинг борми ўзи? Сени тополмай ичимдан нималар ўтганини фақат Худо билади. Мени адои тамом қилмоқчимисан? – Бояги ғамгин ҳолатингни кўриб яна бирор оғир дардга чалиниб қолмадимикан деб хавотирландим. Одам дегани ҳам шунақа бўладими? Қари отангга раҳминг келмайдими, – дея гапира кетди.

Отамнинг телефон буткасидаги қайноқ ҳолатимни кўрмаган бўлса-да, сезганига қойил қолдим. Бу сирли дунёнинг яна бир мўъжизаси эди. Қондош деб шуни айтсалар керак-да.

Падаримнинг гапларини бўлмай индамай кулиб туравердим. Жон куйдириб айтаётган сўзлари худди ҳавога учиб кетаётгандай эди. У янаям жиғибийрон бўлди. Менга ғалати бир қараш қилди:

– Астаффурилло, астаффурилло. Буни қаранглар-а, отанинг кўнгли болада, боланинг кўнгли далада, деб шуни айтсалар керак-да. Яна кулади-я, уят деган нарса қолмапти бу ёшларда, – дея аразлаб, менга юзини терс ўгириб олди.

Мен индамай рўпарасига ўтириб, бўйнидан маҳкам қучоқладим. Отам эса аччиқланганини билдириш учун бошқа томонга ўгирилмоқчи бўлди, бироқ мен қаршилик кўрсатдим. Ниҳоят, у, тавба деганча тинчиди. Мен эса мулойим оҳангда унга сўз отдим:

– Да-да-жон, меҳрибоним, улуғим менинг. – У ҳамон менга қарамай бошини эгиб турарди. Оҳиста гапимни давом эттирдим:

– Мен ота бўлдим.

У ҳатто нафас ҳам олмай жим бўлиб қолди.

– Менга Аллоҳим ўғил фарзанд берди. – Отам ҳамон қимир этмасди. У деярли ҳаракатланолмай қолди, фақат унинг кўзларидан бирин-кетин севинч ёшлари думалаб туша бошлади. Орага сукут чўкди.

Бир оздан сўнг отам ўзига келди ва мени маҳкам қучоқлади.

– Узоқ умр кўраман, деб қасам ичганинг ёдингдами? – У шартта мени бағридан бўшатди-да кўзларимга тик боқиб деди: – Ўғлим, ҳозир сен мени қайтадан тирилтирдинг. Бир дунё қувонч бағишлаб менга қувват бердинг. Умрингдан барака топ, жигаргўшам, – дея юзларимдан чўлп-чўлп ўпар, ҳар замонда бағрига босиб, ҳаяжонини жиловлолмай ич-ичидан хурсанд бўлиб, дуо қиларди:

– Илоҳим, умри билан берган бўлсин. Суюнчисига мендан битта катта қўчқор. Энди ота бўлдинг, айтган сўзларинг эсингдами, буёғига ўғлинг учун ҳам яшашинг керак, – дея завқланарди. – Келишдикми?

– Келишдик.

– Бу бошқа гап, сенга ишонаман.

Орадан анча вақт ўтиб муолажалар ҳам туғади, бизга жавоб беришди. Биз Бухорога қараб йўл олдик.

\*\*\*

Тошкент-Бухоро самолёти аэропортга келиб қўнди. Гул дўконидан қулочимга сиққунча қизил атиргуллардан харид қилдим. Бизни кутиб олгани қайнотам Эркин Холиқов (педагог, анча йиллар маориф соҳасида раҳбар лавози-

мида ишлаган, заковатли инсон эди раҳматли, жойлари жаннатда бўлсин, илоҳим) келган эди. Дадам иккимиз хурсанд бўлиб, машинага ўтирдик. Шу пайт қайнотам орқа ўриндиққа жойлашиб олган отамга қараб:

– Тўғри уйга ҳайдайми, Камол Хайруллаевич, – деб қолди.

Отам жавоб беришга энди оғиз жуфтлаган ҳам эдики, орага мен суқилдим:

– Йўқ, олдин ўғлим билан хотинимни кўрмоқчиман. Туғруқхонага ҳайданг, илтимос, – дедим.

Отам менинг бу бетакаллуфлигимдан хижолат тортиб, бир менга, бир қайнотамга кўз югуртирди. Охири табассум ила мийиғида кулиб, соғинч ўти бор-да, деди. Айтилган манзилга етиб келгач, машинадан тушдик.

Қайнотам менга 4-қаватни кўрсатиб:

– Ҳув анави деразага қараб чақиринг, – деди қўли билан ишора қилиб.

Ҳовлиққанча баланд товушда ўша томонга қараб:

– Дилрабо, Дилрабо, – дея деразадан кўзимни узмай хотинимни чақира бошладим. Бор овозим билан бақириб туғруқхонани бошимга кўтардим чоғи йўловчилар менга қараб кулишар, Мажнун Лайлисини саҳрода йўқотди, шекилли, дегандай ғалати қараш қилиб ўтишарди. Мен ҳеч кимни сезмагандай ҳамон бор овозим билан уни чақирардим. Интиқ бўлиб кутганларим натижа бермади. Хотиним деразадан қарайвермагач жимиб қолдим. Хаёлга чўмиб, қани энди қанотим бўлса-ю, учиб уларни

кўрсам, боламни бағримга боссам, ўпиб-ўпиб, ҳидларига тўйсам, дея энтикиб кетдим.

«Садриддин Айний» номидаги мусиқа ва драма театрининг биноси шундоққина шифохонанинг рўпарасида жойлашганди. Шу пайт театрининг ён томонидаги нақш югуртирилган гумбазли ёғоч эшик пештоқига суянганча гаплашиб турган икки аёл суҳбати хаёлимни бўлди. Улар ҳар замонда қўл соатларига кўз югуртириб вақтни чамалашар, кимнингдир келишини сабрсизлик билан кутишарди. Серқатнов йўлдан физиллаб ўтиб бораётган машиналарга кўз югуртириб, тезроқ келақолса-чи, дея уф тортганча диққат бўлишарди. Ниҳоят, менинг телбаларча қилаётган хатти-ҳаракатимга разм солиб, бекорчиликдан ўзларини овутиш мақсадида менинг ғийбатимни қилишга ўтишди.

– Ёнишини қаранг, Зулайҳо. Таг томири билан узай дейди-я, тавба.

– Нимасини айтасан, Асал, ошиқ бўлиш ҳам эви билан-да, Мажнун. Кўп аёлларнинг кўнглини овлайдиган шунча атиргулларни битта хотинингга олиб келасанми-я, – дея кесатди Зулайҳо дугонасига илжайганча.

– Биз ҳам келишган ёш жувонлармиз, – гапида давом этди Асал. – Бизда ҳам юрак бор. Биз томонга ҳам бир қиё боқсинлар. Акажон, бизга аталгани ҳам борми? – дея менга бошдан оёқ тикилиб кулди.

Аёлларнинг пинҳона галма-гал гап ташлашларига бир муддат вазминлик билан қарадим ва сўзларининг давомийлигига қизиқиб индамадим. Улар сўз ўйинига эътибор бермаганим-



га сабр косалари тўлиб, яна гап ташлашни ав-  
жига чиқаришди.

– Туғруқхонани бошига кўтарди-я, ноинсоф.  
– Зулайҳо дугонасига ўтли нигоҳ ташлаб қўйди.  
– Реактив самолётга ўхшаб бонг уради-я, охи-  
рат келдими, деб ўйлаб қоласан киши, тавба.  
Буни эшитиб, туғаётган аёлнинг дарди қочиб  
кетиб туғолмайди-ку, – деди дугонаси Асалга  
лабини бужмайтириб, кўзини сузиб.

– Вой нимасини айтасан, – деди Асал менга  
бошдан оёқ кўз югуртириб. – Футболистми дей-  
ман, дарвозага тўп киритгандай жон жаҳди  
билан тирмашади-я, яшамагур, – деб бирдани-  
га индамай қолди. Орага сукут чўкди. Бир  
дақиқа ўтар-ўтмас унинг қиёфаси буткул ўзгар-  
ди, қарашлари карашмали, сўз оҳанги майин-  
лашди:

– Эркак дегани шундай бўлса-да, бир нимага  
қатъий аҳд қилдими, шаштидан қайтмаса, – деб  
мени танқид қилишдан тўхтаб, мақташга ўтди.

– Вой, унинг ёнини оляпсанми? Иситманг  
йўқми ишқилиб, бирданига ўзгариб қолдинг, –  
Зулайҳо дугонаси Асалга дакки бергандай  
бўлди.

– Хотин дегани ширин бўларкан-да, эркак  
сени деб жон куйдирса, жонинг яйрайди-да, –  
деди Асал виқор билан дугонасига қараб.

– Ёқимтой йигитни ёқтириб қолдингми, дей-  
ман-а? Бир балоси бўлмаса-а-а? – дея қўлини  
белига тиради Зулайҳо кинояли қараш билан.

– Албатта, – деди Асал қўлини ҳавода ўйна-  
тиб, – хотинини севадиган эркакнинг аёли яй-  
раб-яшнайти. Унинг боғу бўстони лаззатга ай-

ланади. Эркак бўлса, ёниб турсин, кўзидан ўт чақнасин, кеча-ю кундуз хотинини қучоғидан қўймасин. Ана уни ҳақиқий эр деса бўлади. Менинг эрим асал-новотлигимдан жонини беришга ҳам тайёр туради, хоҳлаган нарсамни муҳайё қилади, «вот это сказка, и вот это жизнь» бўлади, – дея русча аралаш кеккайганча дугонасига жавоб берди. Зулайҳо миқ этмай қолди. Дугонасининг эҳтиросга берилиб, булбулдек сайраётганидан ҳузурланиб, яшшавор, дегандай ўзича фикрлай бошлади.

– Ҳа, бу танноз эрини қўлга олишни билади.

– Бир воқеани айтиб берсам, кулгидан ўзингни тўхтатолмай қоласан, – деди Асал дугонасини яна ҳайратга солиб. Бунақаси ҳали бўлмаган. Ўшанда арслоним мени қанчалар севишини билволганман.

– Хўш, хўш, гапир-чи дугон, эшитиб бир маза қилайлик, – дея Зулайҳо қулоғини динг қилганча унга тикилди...

Икки аёл ўртасидаги суҳбатни эшитиб, миёғимда кулганча мен ҳамон интиқ бўлиб хотинимни кутардим.

– Биласанми, – дея гап бошлади Асал дугонасига таннозларча эркаланиб. – Бир куни эрим эрталабдан ёнимга югуриб келиб нима дейди де?!

– Хўш-хўш, нима деди? – тобора қизиқиб сўради Зулайҳо интиқ бўлиб.

– Нима эмиш, ҳар куни эрталаб ишга жўнашидан олдин туфлисидан сабзи чиқармиш.

Шу пайт дугонаси қотиб-қотиб кулди.

– Буниси ҳали ҳолва, бу ёғини эшитиб йиқилиб қолмасанг бўлгани, – деб сўзини давом эттирди Асал.

– Эрим биринчи, иккинчи кунлари туфлисидан сабзи чиққанида хотиним бехосдан тушириб юборгандир деб ўйлабди. Бироқ қараса, эртасига пойабзалида яна сабзи турганмиш. Бу сафар қаттиқ аччиқланган эрим, э йўқ, бэ йўқ, аждарҳодай устимга бостириб келиб, менга нима дейди де?

Зулайхо кўзини катта-катта очганча бақрайиб қолди.

– Бу сен касофатнинг ўйлаб топган найрангинг. Буни уюштириш фақат сенинг қўлингдан келади. Масхаралаб, устимдан куляпсанми, баттол. Доим мақтаб Рустаму дostonим, шерюрак йўлбарсим, дердинг-ку. Энди ярамай қолдимми, очофат тўнғиз, деб қўлини пешлаганча дағдаға қилди. Бошим қотиб, эримнинг нима деётганини умуман тушунмадим.

– Вой, нима қилибман, нимага бекордан бекорга жанжал кўтаряпсиз? Тушунтириброқ гапирсангиз-чи?

– Дард қилдинг, бало қилдинг. Нега сабзи солиб қўйдинг?

– Қаёққа? – тушунмасдан сўрадим мен яна.

Эрим бўлса, баттар тутоқиб жаҳл билан бақирди:

– Туфлимга, уятсиз.

Бу гапни эшитиб ўзимни бошқаролмай хохлаб кулиб юбордим. Эримнинг эса янаям жазаваси қўзиди.

– Сабзини менга рўкач қилиб, ҳар пайшанба ош қилиб берганим билан сиздан наф йўқ демоқчисанда-а, – дея қўлини мушт қилди-ю, эшикни қарсиллатиб ёпиб, телбаларча уйдан чиқиб кетди.

Дугонаси бу ҳангомани эшитиб, маза қилиб, қизариб-бўзариб ҳамманинг диққатини ўзига жалб этганча кулди. Ҳатто, кўзларидан ёш чиқиб кетди.

– Охири нима билан тугади? Туфлисига ким сабзи солиб қўяётган экан? – деди кулгидан зўрға ўзини тийиб Зулайҳо.

– Ким бўларди, 18 ёшга кирган эркатой ўғлимиз Тўлқинбек-да, – дея сўзини давом эттирди Асал. – Севиб, бир кўришда ошиқу беқарор бўлиб қопти. Уйлантиринг, дейишдан уялиб, отасининг туфлисига сабзи солиб қўяётган экан. Бирор кун отам нимага сабзи солиб қўяётганимни сўрайди ва мени яхши кўрса, албатта, уйлантиради, деган хаёлларга берилиб юрган экан, бу шумтака. Тақдир ҳазили ўғлимнинг фойдасига ҳал бўлди. Зумраша мен кутгандан ҳам бало чиқди. Эрим ўғлимнинг бу ишидан роса қувонди.

– «Вот это настоящий любовь», деб тойчоғимни бир ойга қолдирмай уйлантириб қўйди. Эркатойимнинг ҳозир иккита боласи бор. Мана сенга сабзи қиссаси, дугон. Ана кўрдингми, эркак севган аёлини кўриш учун нафақат бақириб чақиради, керак бўлса, жонини ҳам суғуриб беради.

Мен ҳақимда илиқ сўзлар айтилаётганини эшитиб қувондим. Менга тақдир қанчалар ку-



либ боққан-а. Суюкли хотинимнинг фахрланса арзийдиган эри бўлганимдан гурурланиб қўйдим. Кейин мозийга қайтиб, бирга ўтказган гўзал даврларимизни бирма-бир хотирладим.

– Бу йигитнинг хотинидан ҳалиям дарак йўқ-ку, кутиб қолди, шўрлик, – дея Асал меҳр кўрсатаётгандай мен кўз тикиб турган дераза томон қаради.

– Парво қилма, дугон, – деди Зулайҳо Асални тинчлантириб. – Хотини шифокор қабулида бўлиши мумкин. Озгина сабр қилса, ҳали замон чиқиб қолар.

Икки дугонанинг ичак узди суҳбатидан мириқиб кулиб анча тетиклашиб олдим. Сўнгра уларга самимий тилак билдириб, уч донадан гул улашдим. Шунда улар шошиб саросимага тушиб қолишди. Бири иккинчисига бўзрайганча тикилиб, энди нима қиламиз, дегандай қаради. Улар тезда ўзларини ўнглаб олгач, миннатдорчилик сифатида чиройли табассум ҳадя қилишди.

Жарангдор овозимга танқидий муносабатнинг ҳақлигига ишондим. Чунки у бутун туғруқхонани қамраб олган экан. Буни деразалардан аёлларнинг бу ким экан деб қарашларидан билиб олдим.

Бироқ ҳамон менинг жажжи ўғилчам ва онасидан дарак йўқ. Энди сабрим тугаб, безовталана бошладим. Ниҳоят, рафиқам деразани очди. Уларни кўрган ҳамон вужудимни титроқ босди. Худди ўша хонадан қуёш чақнаб чиққандай бўлди. Унинг заррин нурлари мени маст қилиб қўйгандек эди. Аёлим ўғлимни кўрсатди,

у мисоли фаришта. Онаси эса буюк қаламкашлар тасвирлаган осмон салтанатининг паривашига ўхшар, унинг қарашларида соғинч ва севинч ҳисси акс этарди. У менга майин табасум ила қараб турарди.

– Асалим, жоним, бу сизларга, дея бағрим тўла қизил атиргулларни юқорига қарата ир-фитдим. Гуллар деразагача етиб бормай қайтиб тушди. Бутун ерни худди қизил рангли нафис гилам қамраб олгандек эди.

– Дилрабом, менинг ҳаётим, Тўмарисим, сабрили қаҳрамоним, сенга таъзим қиламан. Бу гуллар ҳар бир босган қадамларингизга пояндоз бўлсин. Ҳаётда йўлларингиз равон ва текис бўлиб, ғам-андуҳ нималигини билмай ўтинг. Тойчоғимнинг қадами қутлуғ келсин, умри боқий бўлсин, нуридийдаларим, – дея ўзим ҳам бошқа бир гўзал оламга тушиб қолгандай улардан ажралишни истамай саробда эдим.

Хотиним кўраётган манзарасини тушимми ё ўнгимми, деб ҳазм қилолмай севинч ёшларини тўкарди.

– Ўғлим кимга ўхшайди, – дедим мен ҳам даб-дурустдан.

– Сизга ва кўпроқ менга, – деб кулди. – Ўғил онасига, қиз отасига тортса, бахтли бўлади дейишади. Яна мендан ўпкаланиб югурманг, хўпми, – деди кўнглимни кўтаргандай бўлиб. Мен ҳам унинг сўзларини тасдиқлагандай жилмайиб қўйдим.

– Мен кейинроқ яна келаман. Энди бир оз дам олинглар, – деб хайрлашдик. Машинамиз гўзал Бухоронинг равон ва текис йўлларида

кетиб бормоқда. Йўл бўйлаб Минораи Калон, Мир Араб ва шаҳар марказдаги замонавий гўзал иншоотларни кўриб кўнглим кўтарилди. Юртим ҳавосидан тўйиб нафас олгач анча ўзимга келдим. Ўй-хаёлларга чўмиб уйга етиб келганимизни ҳам сезмай қолибман.

Бизни онам ва яқинларим интиқ бўлиб кутиб ўтиришган экан. Уларнинг соғинч тўла нигоҳларидаги меҳр тафтини туйиб ҳузурландим. Онам қувонганларидан ўзига жой тополмас, болам келди, болажонгинам соғ-саломат келди, нуридийдам келди, деганча ҳар замонда пешонамдан ўпиб, бағрига босиб қўяр. Чўғланиб тутаётган исириқни у атрофимда айлантириб, бало-қазолардан, ёмон кўзлардан ўзинг асра, деб гирди капалак бўларди. Бу ҳолат яқинларимни ҳам тўлқинлантириб юборганди. Ҳамма менга қатра кўзёшлари билан боқиб туришарди. Мен эса хонадонимга ёруғлик сари интилган тонг шуъласини олиб келгандай ўзимда йўқ хурсанд эдим. Бу учрашувларни қанчалар интиқ бўлиб кўтганимни билсангиз эди.

Онам мени уйга ўтишга таклиф қилди. Келган меҳмонларга қараб:

– Ўғлим узоқ сафардан чарчаб келди, дам олиши керак. – Кейинроқ бафуржа гаплашарсизлар, – деб ҳаммани тарқатиб юборди.

Сўнгра менинг кўлимдан тутганча уй томон имлади ва менга юзланиб:

– Келди-кетди кўп, ўғлим. Хотининг ва неварам туғруқхонадан чиққунларига қадар биз билан яшайсан, қарашиб турамиз, – деди. Улар менга алоҳида ётоқхона ажратиш қўйишибди.

Келганимга бир неча кун бўлса-да, ҳол сўровчи қариндош-уруғлар ҳамда қўни-қўшниларнинг кети узилмади. Операциядан кейин ҳам дардларнинг давомийлиги сабаб яхши овқатланолмай қувватсизликдан силайи мадорим қуриганди. Ҳатто, шу даражада озиб кетганимдан қоқ суякка айланиб, суякларим теримдан буртиб чиқиб қолганди. Ёноқларим осилиб, кўз косаси ичкарига ботганди. Хулмас, кўринишим кўрқинчли эди.

Ҳол сўраб келганлар тирик мурдани кўргандай мендан кўзларини олиб қочишар, тавба, тавба, бундай кўргуликдан Тангримнинг ўзи асрасин, дея билинтирмай ёқа ушлашар, худди охирги марта кўришаётгандай, мен билан видолашаётгандай, тезроқ хайрлашиб кетиш илинжида бўлишарди.

Тақдирнинг тайёрлаб қўйган бу зарбасини кўтариш мен учун мусибат эди. У мени тушкунлик гирдобида солиб қўйганди. Руҳимни синдириб, даҳшатли зулмат ўтида қовурарди. Ҳамма ором олиб, тинч ухлаётганда, мен тунни кунга улаб чиқар, баъзан чидолмай, бунинг охири борми, дея бағрим қон бўлиб нола чекардим. Бу ёруғ оламини тарк этиб, абадиятга чўксам, ёш хотиним, норасида, мурғак ўғлимга қандай жавоб бераман, уларнинг гуноҳи нима, дея виждон азобида қийналардим. Эй, Эгам, раҳм қил, ўзинг менга шифо бер, деб эрталабгача Яратгандан нажот сўраб чиқардим.

Замона зайли билан Тангрининг бандасига кўрсатган меҳр-муруввати, шафқатини кўриб, бу дунё сир-синоатларига тан бермай иложи-



миз йўқ. Бу ҳақиқат. Бунга ўхшаш мўъжизаларга ўзингиз ҳам гувоҳ бўласиз.

Алам ва изтиробларни бир четга суриб, мардонавор, қатъият билан тетик, шод-хуррам, тантанали тарзда рафиқамни ва Ферузжон ўғлимини туғруқхонадан олиб келдик. Отам ваъда берганидек, неварасига ва менинг соғлиғимга атаб катта қора қўчқор сўйдириб, худойи қилди.

Эртаси куни тушлик пайти соат чамаси 12 ларда бир ўзим ётоқхонамда одатдагидек кароватга чўзилганча хаёл суриб ётардим. Шу пайт узоқ вақтдан бери мени банди қилган очлик заҳматими ёки мазали таом ейишга бўлган иштиёқми ёхуд димоқни қитиқловчи ва менга ёшлиқдан таниш бўлган ширин таомнинг ҳидими билмадим, бирдан сўлак ажратиб, мени ўз домига торта бошлади. Онамнинг қўллари жуда ширин бўлиб, овқатни сайратиб юборарди (Онаизорим, меҳрибоним, 1917 йилда туғилган. У оилапарвар турмуш ўртоғига садоқатли ёр эди. У болаларига ғамхўр, уларни поклик ва софлик сари етаклаб, чин маънодаги инсон бўлиб вояга етказиш учун бутун умрини бахшида этган ҳуснда тенгги йўқ, маънан гўзал инсон эди. Қадимий араб қўлёзмаларининг ўқилиши қанчалар оғир бўлмасин, уларни қийналмасдан шариллатиб ўқир, Алишер Навоий, Фузулий, Махтумқули, Машраб каби йирик шоир ва ёзувчиларнинг назмларини ва бадий асарларини мутолаа қилар, бизларга ҳам ўқиб берарди. Волидам 1983 йил 15 майда вафот этди. Хоки пойи табаррук онамни Аллоҳ ўз марҳаматига олиб, шоҳистайи жаннат қилсин, илоҳим). Оиламиз-

га яқин қариндош аёлларнинг кўпчилиги онам пиширган таомларни мақтаб, ўрганиш учун шогирд тушишарди. Айниқса, келинлари тайёрлаган ошларини бир-бировига кўз-кўз қилиб, ойижоним ўргатган деб мақтанишарди. Онамининг олти нафар келини бор эди. Аммо у хонадонимизда бўладиган тadbир ва маросимлар ошини, дастурхон безатишни кўпинча Дилрабо, яъни менинг завжамга ишонарди.

– У рус мактабда ўқиб, рустабиат бўлса ҳам, тайёрлаган таомлари бошқача, мазасига гап йўқ, – деб ҳар замонда дуо қилиб қўярди.

Келиним Дилрабо ва неварам Ферузжонларнинг ҳали чилласи чиқмади, деб ўз қўллари билан таом тайёрлабди. Ўғлим мен пиширган таомларни соғинган, еса кўнгли таскин топар, деб сўйилган қўчқор гўштидан шўрва қилибди. Ёнимга бир коса шўрва билан бир лаган гўшти олиб келиб қўйди.

– Ол, е, болажоним, шўрваданми, гўштанми, кўнглинг нимани тусаса, оз-оздан егин, қувват бўлади. Тура қол энди, ётишни бас қил, таом сенга мунтазир бўлмасин, – дея ўрнимдан туришга ундади.

– Раҳмат, онажон, – дедим-да, унга узоқ тикилиб қолдим. Онам негадир хижолат тортди. Овқат еёлмаслигини била туриб, уни мазах қилгандай бўлиб қолдимми, ўғлим мени шундай тушуниб ранжидими, деб ўйлади, шекилли, ҳафсаласи пир бўлиб:

– Онанг айлансин, мени койима, нима қилай, кўнглинг тусаса-ю, еёлмасанг. Бунга мен қандай чидай, болам, ахир мен онаман-ку, сен ема-

санг, менга татийдими бу таомлар. Келганингдан бери мен ҳам туз тотганим йўқ, кечир мени, билмасдан озор етказган бўлсам, – дея кўзига ёш олиб чиқиб кетди.

Аслида мен онамнинг уйқусизликдан қизариб кетган кўзларига тикилиб қолгандим. Мени деб ороми йўқолган, кечаси билан ухламай жойнамоз устида қўлларини дуога очиб, тинмай кўзёш тўкиб, Аллоҳдан эти қолмаган, на ейишида, на ўтириб-туришида ҳаловати бор ўғлига бу дунё неъматларидан тотишни насиб эт, дея ният қилиб, кўзига арзандасининг соғлиғидан бошқа ҳеч нарса кўринмайдиган жафокаш, меҳрибон онамга қараб таҳсинлар ўқиётган эдим. Бежизга «Жаннат оналар оёғи остидадур» деб айтилмаган экан. Мен бунга ўшанда тўла-тўқис амин бўлдим.

Хонада яна бир ўзим қолдим. Одатдагидек жимжитлик ҳукмрон. Иродамни жиловлаб, нафсимни тийган ҳолда, кўрмайин ҳам, куймайин ҳам, деб девор томонга ўгирилиб ётиб олдим. Таомни ейишга бўлган кучли ҳиссиёт хуружи ҳамон мени қийнади. Овқатнинг ҳиди иштаҳани шу даражада карнай қилиб юбораетгандики, ўзимни зўрға босиб турардим.

– Емайман, йўқ, яна ўзимни оғриқ чангалига ташлайманми? – дея кўзимни чирт юмиб олдим.

Лаҳза ўтмай тўлғониб туш кўраётгандай бўлдим. Қоп-қоронғи зулмат ичида эмишман, ҳамма ёқ зим-зиё, қанақангидир шарпаларнинг шатир-шутури, кўринмас жонзотларнинг ёқимсиз товуши ва ўкиришлари, жаҳаннам ўтида жизганак бўлиб ёнаётган мавжудотларнинг

дардли ноласига ўхшаш садолар мени қўрқув  
исканжасига солар, даҳшатдан баданим чўғдек  
қизиби, оёқларим бир-бирига илакишиб, мени  
олдинга эмас, орқага судраётгандай эди. Мен  
эса уммон тубига чўкаётган одамга ўхшаб яшаш  
илинжида нур истаб, бор кучига зўр бериб, ол-  
динга тирмашиб ҳаракат қилаётгандай эдим.

Охири узоқдан милтилаган нажоткор ёруғ-  
лик нурини пайқадим. Ғойибдан келган қандай-  
дир куч мени ўша томонга етакларди. Мен учиб  
борардим. Ниҳоят, биз учрашдик, бир зумда  
қуёш чақнаб, зулмат саҳросини ютиб юборган-  
дай бўлди. Мен ёп-ёруғ бир дунёга тушиб қол-  
дим. Рўпарамда бошига шляпа кийган кўзой-  
накли жаноб турарди. У бошқа миллат вакили  
эди. Унинг ёнида ити ҳам бор бўлиб, жонивор-  
нинг қорнига шиша найча ўрнатилган ва ўша  
мосламадан қанақангидир сарғимтир суюқлик  
шиша идишга томчилаб тушиб турарди. Жа-  
ноб менга қараб:

– Тажриба қияпман. Буни сен ҳам ўрган, ас-  
қотиб қолади, – деди жилмайиб, мулойимлик  
билан.

«Менга асқотади, тушунмадим?» дегандай  
унга тикилиб қарадим.

У эса жиддий оҳангда:

– Ким айтади сени аъло баҳоларга ўқиган деб.  
Миянгни ишлат, талаба. Хайр, соғ-саломат  
кўришгунча, – дея кўздан ғойиб бўлишди.

Кўзимни очсам, туш кўраётган эканман. Тер-  
лаб кетибман, кийимларим жиққа ҳўл эди. Бун-  
га парво қилмай, ўша чолни ўйлай бошладим.



– Ким у, тажрибам сенга асқотади, дегани нимаси? Итнинг тешилган қорнидан суюқлик оқиб туриши-чи, бу нимани англатади? Мени яна қайта операция қилишадими? Йўғ-а, қоронғиликдан ёруғликка ўтиб олгандим-ку. Ажнабий ким бўлди? У мени талаба дедими? – ҳамон хаёлот дунёсида кезиб юрардим.

Олийгоҳда ўқиб юрган кезларимни эсладим. Хайвонот дунёси ҳамда физиология фанларини ёдга олдим. Бирданига юрагим шув этиб кетди. Ўша мени қийнаётган сирли нуқтани англагандай бўлдим.

– Э-ҳа, эсладим, топдим, – дея қувониб кетдим. Ахир у 1904 йил халқаро Нобель мукофоти лаурияти бўлган физиолог олим, академик Иван Петрович Павлов-ку. У ўз амалиётида итнинг ошқозонига овқат тушадиган йўлни операция ёрдамида бекитиб, чайнаб ютилган тамони йўлакча орқали қориндан ташқи муҳитга чиқишини ўйлаб топган. Ўшанда олим овқатни парчалаб қонга сурилиши учун ҳазм қилувчи аъзолардан рефлекторлар таъсирида қанча ферментлар ажралиб чиқишини аниқлаган эди.

– Шундай экан, у менга итнинг тешилган қорнидан томаётган суюқликларни кўрсатиб, нимага шама қилди? – дея ўзимча мушоҳада қилдим. – Демак, тасаввур қилайлик, мен гўшт бўлагини чайнай бошладим, тўлиқ чайналмаган овқат ошқозонга тушмай сўлак билан аралашиб қоришма ҳосил қилади, тўғри, дедим ўзимча фикрлаб. Хўш-хўш, ўша қоришмадан ажралиб чиқаётган витаминга бой суюқлик сўлак билан аралашиб, ошқозонга тушади. Жуда тўғри,

организмни қувватлантирувчи бу суюқлик парчаланиб, қонга тез сўрилади. Чайналган гўшт эса ютилмасдан организм учун мутлақо кераксиз чиқинди сифатида оғиздан олиб ташланади. Демак, бунда менинг ошқозоним, ошқозон ости беши ва йўғон ичагимда ҳазм қилишда зўриқиш кузатилмайди. Чунки унга чайнаб ютилган қаттиқ озуқа тушмаган бўлади ва ҳазм жараёни уч бараварга ортади. Шундай экан, оғриқ ҳам безовта қилмайди.

– Яша, қандингни ур, табиб, энди марра сененики, – дея бу янги кашфиётимдан бошим кўкка етгудек хурсанд бўлиб кетдим. – Дарҳол тажриба қилишим керак, дея гўштнинг катта бир бўлак лаҳма қисмини очофатдай оғзимга солиб, чайнай бошладим. Таомнинг лаззати-ю ширинлигидан, ҳидидан маст бўлиб, ҳузурландим, ўзимни боғи Эрамда кўрдим. Юзимга табассум ёйилиб, кўзёшларим қалқиб чиқди. Мен худди саҳрода неча кунлаб сувсиз, чанқаб, силлайи мадори қуриб, умидсизланиб юрган ва беҳосдан қаршисидан сув чиқиб, бир лаҳзада унинг ҳаммасини ютиб юбормоқчи бўлган йўловчига ўхшаб қолгандим. «Кўрмаганнинг кўргани қурсин», деганларидек, мен ҳамон кўй гўштига арслондай ёпишиб, уни беаёв ғажирдим.

Уч дақиқа ўтар-ўтмас қуруқ ёғоч поҳолига ўхшаб қолган гўшт чиқиндисини оғзимдан чиқардим. Унинг таркибида қувватлантирувчи суюқлигидан мисқолча ҳам қолмаганди.

Гўштан яна бир бўлагини олиб ўша ҳолатни такрорладим. Чайнаб бўлгач чиқиндиларни па-

кетга ўраб қўйдим-да, кўрқа-писа ўрнимга ётиб, янги кашфиётимнинг ижобий якунини интизорлик билан кута бошладим. Шу онда бир дақиқанинг ўтиши соатча бўлиб туюлди. Орадан беш дақиқа ўтди, жим-жит, ўн беш дақиқа ўтди яна хотиржамлик, ярим соат бўлди, хуруждан дарақ йўқ. Сапчиб ўрнимдан турдим-да, яшавор, азамат, дея баралла овозда муваффақиятимни нишонлай бошладим.

– Ура, мен ғалаба қилдим. Дилрабо, асалим, қаердасан? Онажон, дадажон, қаердасизлар, мен ғолиб чиқдим, ура, – дея уларни чақиравердим. Ҳамма хавотир билан менинг олдимга югуриб келишди. Оғзимни тўлдириб, гўшт ейишимни кўриб қотиб қолишди. Дардларига чидаёлмай охири телба бўлиб қолди, шекилли, деб отам менга ташланди. Қўли билан оғзимни тўсиб, гўшт бўлагини чиқариб олмоқчи бўлди:

– Оғзингдагини чиқар, ахир бунақада ўлиб қоласан-ку, ўғлим, – дея отам ҳамон менга ёпишарди.

Мен эса оғзимни маҳкам юмганча унга чап берар, лунжим тўла гўшт бўлганлиги учун вазиятни тушунтиролмай ишшайиб кулардим. Атрофдагилар ҳам ёқа ушлаб тавба, тавба, астафурло, наҳотки, деб ҳайратомуз менга қарашар, нима қилишларини билмай саросимага тушиб қолишганди. Имо-ишора билан дадамга кўрсаткич бармоғим билан бир дақиқа сабр қилинг, илтимос, дегандек бўлдим ва шошилганча чайналган гўшт бўлаги чиқиндисини оғзимдан чиқариб, уларга кўрсатдим.

Бу қилиғимдан лол қолган онам аввал бир оз тикилиб турди-да, кейин ҳафсаласи пир бўлиб сўради:

– Оғзингдан ёғоч бўлагини чиқардингми, ўғлим?

– Гўшт бу, онажон, – деб жавоб бердим воли-дамга меҳрли боқиб, уни хотиржамликка ундаб.

Отам кўлимдагини олиб пайпаслаб кўрди-да:

– Гўшт эканлигига шубҳам йўқ, лекин унинг тараша қипиғига ўхшаб қолиши, – деди-да менга ҳайратомуз тикилди. Мен ноўрин хатти-ҳаракатларим билан уларни ўйлантириб қўйгандим. Ўғлимизнинг соғлиги жойида бўлсин-да, ишқилиб, дея кўзларини катта-катта очганча менга разм солиб туришлари кулгимни қистади. Мен ўзимни бошқаролмай телбаларча кулишда давом этдим. Ниҳоят, хотинимнинг қошларини чимириб қарашидан, ошириб юбордим, шекилли, дедим-да, ўзимни қўлга олиб жиддийлашдим. Ҳамма менга қараб, нима деркан дегандай оғзимни пойлашарди. Мен бўлган воқеани ва ундаги сирли ҳикматларни бир бошдан сўзлаб, уларни анча тинчлантирдим.

Улардан менга ва синоатли тушимга ишонишлари учун олдимда турган бир лаган гўштни ютмасдан чайнашга рухсат сўрадим. Хавотирланишса-да, саломатлигим йўлидаги бу ҳаракатимга қаршилик кўрсатишмади. Уларнинг гувоҳлигида лагандаги ҳамма гўштни еб тугатдим. Оиламдагилар тўпланган 7-8 пакет чиқиндига қараб лол қолишганди. Наҳотки, йил давомида бирор егуликдан бир чимдим еёлмаган боламиз



бир лаган гўшти паққос туширса-я, бу мўъжизани ўзи-ку, – дея кўзларига ишонқирамай ҳамон мени кузатишарди.

Мен эса омадимни синаб, содир бўлиши керак бўлган ўзгаришларни кутардим. Яратгандан илтижо қилиб, энди мени шарманда қилмай, шифо беришини сўрардим. Имкон қадар сабрли бўлишга интилдим. Вақт алламаҳал бўлиб қолди, Худога шукр, тинчлик, ўзимнинг секин қувватга кираётганимни сеза бошладим.

Тўй устига тўёна деганларидек, ўша куни мен учун қимматли бўлиб қолган азиз инсонлар меҳмон бўлиб келишди. Булардан бири қайнонам Бахшанда Саидмурадовна Саломова (Олий тоифали педагог, фамхўр устоз ва меҳрибон она, ақл ва ҳусн соҳибаси, инсоний фазилатларга бой оқила. 30 йил давомида тил ва адабиёт фанидан дарс бериб, узоқ йиллар илмий мудирлик вазифасида ишлаб келди. Давлатимизнинг кўпгина эътиборли ёрлиқлари билан тақдирланган. Ҳозирги кунда қарилик гаштини суриб, икки маротаба ҳаж сафарларини адо этиб қайтган табаррук зот. Тақдир тақозоси билан мактабда ўқиб юрганимда синф раҳбарим, шунингдек, малагим ҳамда менинг онаи мўътабарим) билан бирга қайнотамнинг волидаси Саъдуллаева Малика Саъдуллаевна (матонатли, иродаси кучли, раҳбарлик юлдузи тақдирига аввалдан битилган, мозийдаги халқ қаҳрамонлари Тўмарис ва Барчиной каби ўз халқига ва ватанига содиқ, фамхўр бошчи ҳамда ҳалол инсон эди. Қатагон йиллари халқ қайғусига шерик бўлиб, озиқа жамлаб, мўл-кўлчилик қилган ва умри

давомида раҳбарлик курсисида ўтириб, Вилоят бошқармасида, кейинроқ катта-катта дўкон ва деҳқон бозорлари ҳудудида раҳнамолик қилган. Вилоятда лавозимлари билан донгдор учта аёлдан бири бўлиб, ҳурмат ва шуҳрат соҳибаси эди. Кўпчилик бизнинг катта аямиз, дея фахр ва ифтихор билан тилга олишарди. Намунали устоз ва ўрнак бўлувчи раҳбар сифатида ўзидан улкан мактаб қолдириб, 78 ёшида рихлат қилди. Руҳи шод бўлиб, шоҳистайи жаннат бўлсин, илоҳим) келган эди. Малика Саъдуллаевна юрагимга яқин суюкли бувижоним бўлиб, менинг ҳаёт мактабим эди. У киши билан қурган ҳар бир суҳбатим олам-олам маъно касб этар, бундай инсонларни тирик энциклопедияга таққослаш мумкин эди.

Меҳмонларни кўнглим ёришиб, мамнуният билан қаршиладим. Улар ҳам бир тоғора қовоқ манти олиб келишган экан. Уни ҳам бир донасини қолдирмай паққос туширдим. Келганлар буни кўриб қойил қолишди. Бу кун мендан бахтли инсон йўқ эди. Ахир ўзимни қайта туғилгандай ҳис қилардим. Ҳа, бу кунларни кўриш нафақат мен, балки бутун оилам ва яқинларим учун катта байрам эди. Мен учун бир синов деса ҳам бўлади. Яратган ўзим шифосини бераман, деса ҳеч гап эмас экан-да, келиб-келиб оддий бир муолажа, яъни ютмасдан чайнаш усули орқали мени оёққа турғизса-я?! Бу ҳаётимдаги сирли мўъжизанинг ўзгинаси. Яратганга минг қатла шукр.

Оиламизда етти нафар фарзандмиз: олти ўғил ва бир қиз. Ҳаммаси ўқимишли, олий маълум

мотли ва ҳаётда ўз ўринларини топиб, фаровон умргузаронлик қилишади. Шулардан бошлари вилоятда раҳбарлик лавозимларида ишлаб, халқ эътибори ва ҳурматини қозонишган.

Отам мен ва акам Миржонни бир кунда уйлантириб, яхши хонадонлардан келин туширишган. Бир ҳовлида яшаб, шароитли, ёруғ ва шинам хоналарда алоҳида-алоҳида истиқомат қилардик. Эгизакларга ўхшаб кийинишимиздан тортиб, уй жиҳозларимизгача бир хил эди. Бундан ташқари, институт ва махсус педагогика билим юртида ҳам бирга фаолият юргизардик. Миржон акам расм ва чизмачилик фанидан, мен эса психология, этика ва эстетикадан дарс берардик.

У менга ҳамиша меҳрибон ва ҳамдард эди. Бетоб бўлиб ётган кезларимда менга ичи ачиб кўзёш ҳам тўкарди.

Бир куни у менинг ёнимга ҳовлиқиб кириб келди-да:

– Кераксиз кўйлагинг бўлса, бериб тур, фақат тезроқ, – деди мени шошилтириб. – Нима қилмоқчисан? – дедим унга ҳайрон қолганча тикилиб. У бўлса, кейин биласан, дегандек ишора қилди-да, мен узатган кийимни олиб чиқиб кетди ва дам ўтмай сувга намланган хўл кўйлагимни қўлимга тутқазиб:

– Тез ечин-да, буни кий, кейин яна қайтиб ечиб бер, – деди жиддий буйруғона оҳангда.

– Тушунмадим, – деб бузрайганча унга тикилиб қолдим.

– Бўл-бўл, шошилиш керак, салдан кейин ўзинг ҳаммасини тушуниб оласан, – дея кийим-

ларимни ечишга ёрдамлашди ва ҳўл кўйлакни мажбурлаб кийгизди. Кафтлари билан баданимни ишқалаб, дарров кўйлакни ечиб олди ва ҳозир келаман деганча бир зумда кўздан ғойиб бўлди.

Мен эса ҳеч нимани тушунмай қолавердим.

Нималар бўляпти ўзи, шошилиб қаерга кетди, дея чуқур хаёлларга берилиб кеч бўлиб қолганини ҳам сезмабман.

Ярим кечаси катта бир ишни ҳал қилиб, муваффақият қозонган қаҳрамонга ўхшаб шодликдан кўзлари чақнаганча акам кириб келди.

– Узоқ қолиб кетдинг, хавотирландим, қаерда эдинг, тинчликми ўзи, дея уни саволга тутдим.

У интиқлигимни кўриб, индамайгина ёнимга келиб мени бағрига босди-да:

– Худо хоҳласа, энди бутунлай тузалиб кетасан, укажон, – деди умид билан.

Тоқатим тоқ бўлди, ҳанузгача мен учун мавҳум бу сир-синоатни тезроқ билиш илинжида икки кўлим билан унинг елкасидан маҳкам тугтиб, кўзларига тик боқдим-да:

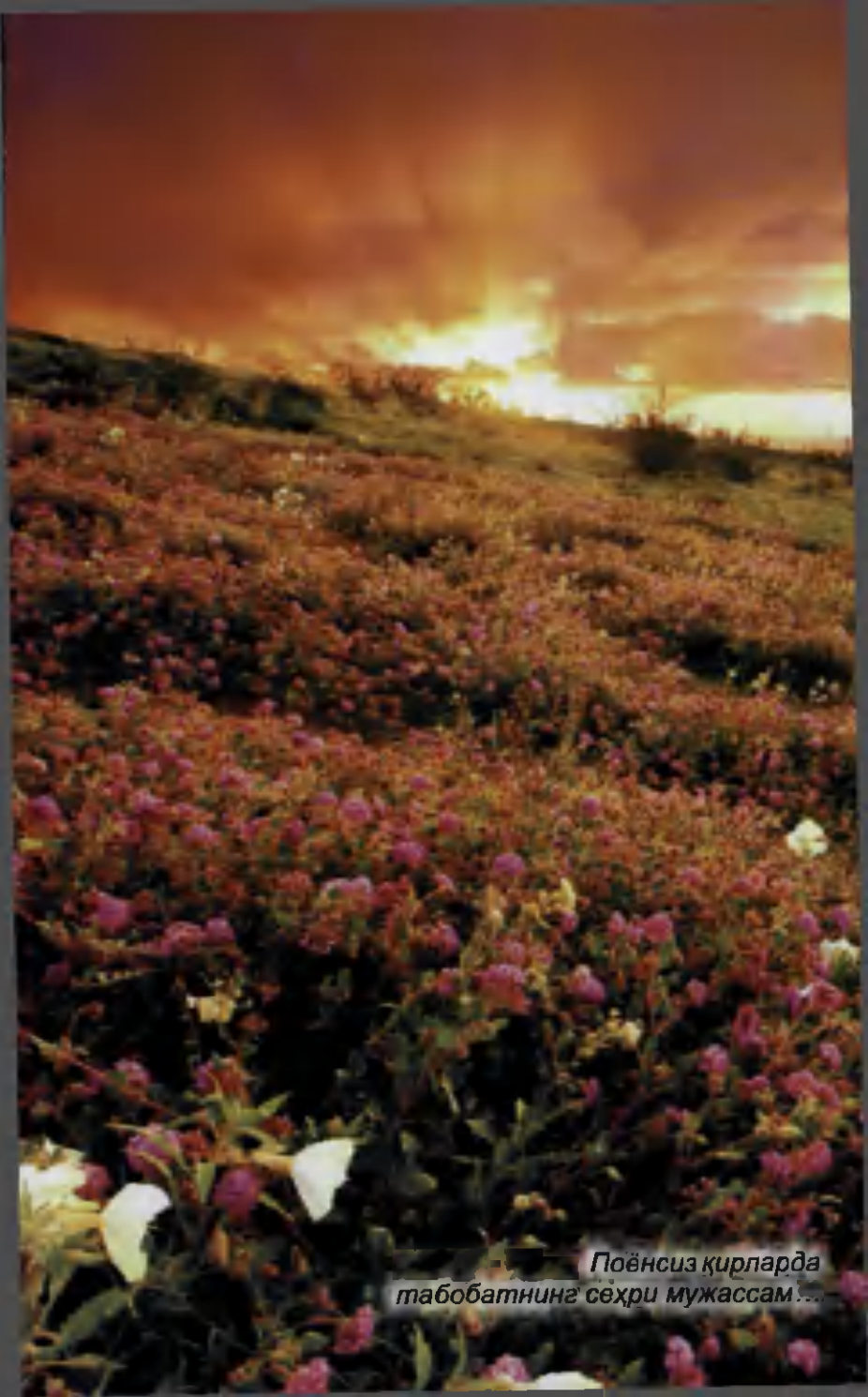
– Одамга ўхшаб тузукроқ тушунтирсанг-чи, акажон, ақлга сиғмайдиган ишларингдан юрагим сиқилиб, портлаб кетай, деяпти.

Миржон акам ҳолатимга разм солиб, парво ҳам қилмади ва мийиғида кулиб давом этди:

– Бунча сабр косанг тўлмаса, ўзимнинг бе-сабр, укажонгинам, эшит бўлмаса, – дея мени тинчлантиришга уринди.

– Эсингдами, биз ишлайдиган билим юртида бир қоровул чол бўларди. Бугун ўша қарияни





Поёнсиз қирларда  
табобатнинг сёҳри мужассам...





*«Деразамнинг олдида бир тўп  
Урик оппоқ бўлиб гуллади...»*





«Мана сенга олам-олам гул...»



учратиб қолдим. У мени кулбасига бир пиёла чой устида суҳбат қуришга таклиф этди. Анча ҳангомалашиб ўтирдик. Ниҳоят, у менга разм солиб:

– Ўғлим, мени кечирасизу, кўзларингизда негадир ғамгинлик, безовталикини кўряпман. Агар лозим топсангиз дардлашинг, кўнглингиз таскин топади, – деб қолди.

Кўнглимни бир оз бўшатиш мақсадида унга дилимни очдим.

– Ота, мана бир йил бўлибдики, укамнинг дардига шифо тополмай қийналиб кетдик. Шўрлик жигарим азобда қолди, – дея бўлиб ўтган воқеани тўкиб солдим.

Қария гапларимни бошини сарак-сарак қилиб тинглади. Кейин аттанг, чакки бўлибдида, дегандай оппоқ соқолини силаганча менга тикилди.

– Бўтам, қари билганини пари билмас, дейдилар, менимча, укангизнинг шифо топмаётгани касалликдан эмас, ёвуз куч таъсиридан. У ўликни бошидан кўтариб тобутга қўйган. Энди уни ўлганнинг руҳи ўзига чорлаяпти. Жигарингизга марҳумнинг меҳри тушибди. Агар унга қарши чора қўлланилмаса, берилаётган доридармонларнинг фойдаси бўлмайди, у тuzалмайди, – деди-да чуқур нафас олиб, юрганча пиёладаги чойдан бир ҳўплам ичди ва сўзини давом эттирди.

– Ҳаётда бунақанги воқеалар учраб туради. Энди ундан қутулишнинг бирдан бир йўли бор. Қассобликдан қора молнинг сон туёқ илик суягини олиб, уни укангизнинг ҳўл кўйлагига ўраб,

ўша аёлнинг қабрига борасиз-да, “Мана сенга айтган одамингни олиб келдик”, деб қўлингиздаги ўша ўроқлик нарсани ёнига кўмасиз. Энди тинчлан, бизларни бошқа безовта қилма, деб фотиҳа ўқиб қайтасиз. Менимча, шундан сўнг укангиз тузалиб кетса ажабмас, дея домла менга меҳр кўзи билан боқди. Донишманд отахоннинг берган маслаҳатини ёруғликка олиб чиқувчи нурга ўхшатдим.

– Берган ўгитингиз учун раҳмат, отахон, укамнинг шифо топишига бу ҳам бир сабаб бўлиши мумкин, лекин домлаларга кўп ўқитдик, фойдаси бўлмади, – деб қўйдим.

Чол менга ичи ачиб қаради ва елкамни силаб туриб:

– Домла, сиз ўкинманг. Ноумид шайтон, дейдилар. Аллоҳим меҳрибон, эҳтимол, укангиз шу баҳона тузалиб кетар. Пешонасига битилганини кўради, бўтам, деб менга тасалли берди.

– Бор гап шу, укажон, ўша отахоннинг айтганларини таваккал қилиб кўрмоқчи эдим. Бу ҳам сенинг соғайишингга бир нажот-да. Энди кўнглинг жойга тушдими?

– Раҳмат акажон, дея кўнглим тўлиб, кўзимга ёш қалқди.

Мени деб ярим кечаси кўрқмасдан мозорга бориб шу тадбирни қўллаганига тан бердим. Шундай ғамхўр, меҳридарё акам, опа-укаларим борлигидан Яратганга шукроналар айтдим.

Акам бир оз индамай тургач, менга яқинлашди ва пешонамдан ўпиб, бағрига босди:

– Укажоним, дардкашим, сенинг соғайиб кетишинг учун жонимни ҳам беришга тайёр-

ман. Сени қанчалар яхши кўришимни билсайдинг.

Эрталаб уйқудан тургач, ҳожатга чиқдим, шу пайт ичимдан кичкина бир қаттиқ тош товуш чиқариб, ахлат идишига тушди. Кейин ўйланиб қолдим, наҳотки, мени операция қилишганда узунлиги қарийб йигирма сантиметрлик қорнимни кесиб, ҳамма ички аъзоларимни пайпаслаб қидирган бўлишса-ю, шундай қаттиқ тошчани топишолмаса, ажабланарли ҳол. Бунда ҳам қандайдир яширин бир сир бормикан?

Бутунлай соғайиб кетишим йўлида оила аъзоларим бир тану бир жон бўлишиб жонбозлик кўрсатишди. Улар мени Москва шаҳрининг машҳур бўлган Виноградова клиникасига юборишга қарор қилишди.

Катта акам Шариф Камолович Хайруллаев (ўта қатъиятли, талабчан, иродаси мустаҳкам, нотиқ инсон эди. У Тошкент вилояти Бекобод шаҳар металлургия заводининг бош директори лавозимида ишларди, кейинчалик 34 ёшида Бухоро вилоят ижроқўм раиси вазифасида анча вақт фаолият юритган. Бундан ташқари, шаҳар ҳокими лавозимида ҳам ишлаб, Вилоят хўжалиги тараққиёти ва шаҳар ободончилигида катта хизмат кўрсатган. Умрининг охиригача оиласи ва халқининг жонкуяр фидойи фарзанди бўлиб, 63 ёшида оламдан кўз юмган. Илоҳим, Аллоҳ ўз раҳматига олиб, шоҳистайи жаннат қилсин) Москвадаги дўстлари билан келишиб, ҳафтанинг жума кунда мен билан бирга вилоят шифо маскани маъмурияти томонидан тайин этилган масъул врач ва акаларимдан

бири кетишга тайёргарлик кўришини таъкидлади.

Шариф Камолович вилоят ижроқўми фаоллари билан йиғилиш ўтказишини ҳамда вақти тифизлигини билдириб, жўнашидан олдин мен билан хайрлашар экан, икки қўли билан елкамни маҳкам ушлаганча русчалаб:

– Ничего солдат, мы ещё с тобой уничтожим эту болезнь. Я знаю тебя, ты сильный мужественный боец. Свою победу ты ещё всем докажешь. Я верю тебе, мой мальчик, – дея далдали сўзларни айтди-да, узоқ тикилиб тургач, бағрига маҳкам босди ва хайрлашиб чиқиб кетди.

Савдо соҳасида ишлаб, топармон-тутармон бўлиб кетган ҳамда тутган жойини қўйвормайдиган Зокир акам мендан тўрт ёш катта эди. У ҳалол ва инсофли, уддабурон бўлгани учун оилавий муҳокамадан сўнг уни юборишга қарор қилишди.

Узоқ сафарга жўнашдан олдин ўзимни ўнглаб олишим керак эди. Ютмасдан чайнаш муолажасини мунтазам бажаришга киришдим. Етти кун ичида ҳар сония-ю, ҳар дақиқада кучимга-куч ғайратимга-ғайрат кўшилаётгандай эди. Аэропортга ногиронлар аравачасида олиб бормоқчи бўлишганди, бунга ҳожат ҳам қолмади. Яратганга беҳад шукроналар бўлсинким, у дардимга шифо берди.

Йўлга отланар чоғимда ҳассага ҳам таянмай қолдим. Бир неча кун аввал нимжон, судралиб юрувчи оёқларим энди менга бўйсунувчи, хизмат қилувчи оёқларга айланганди. Тўрт мучам



соғлигини, одамлардек ҳаракатланаётганимни кўрган меҳрибонларим бир оз таскин топишди.

Улар орасида акам Хайруллаев Зариф Камолович (ҳалол, қатъиятли, мағрур инсон эди. Уни бутун вилоят аҳли ҳурмат қилиб «Транспорт қироли» деб аташарди. У умри давомида раҳбарлик лавозимларида ишлаб, мингдан ортиқ МАЗ, КАМАЗ ва бошқа русумли транспорт воситаларини бошқарди.

У ҳар бир инсонга ёрдам қўлини чўзар, уларнинг дуоларини олишга сазовор бўларди. Акам 2008 йил 67 ёшида вафот этди. Аллоҳ ўз паноҳига олиб, шоҳистайи жаннат қилсин) ҳам бор эди.

Шунингдек, акамнинг дўсти, менга ҳаёт сабоқларини берган устозим Ҳожиев Маҳмуд Ҳамидович ҳамда севимли якка-ю ягона укам Баҳодиржон Хайруллаев ва бошқа яқинларим ҳам жамулжам эди.

Улар мени узоқ юртга кузатишар экан, кўнгиллари тўлиб, кўзлари намланди. Мусаффо осмонга мунаввар нигоҳ ташлаб, қўлларини баланд кўтарганча дуога қўл очишди. Тангрим шифосини бергани рост бўлсин, деганча ҳамду санолар айтиб, соғ-омонликда кўришгунча, дея юзларига фотиҳа тортишди.

Бухоро – Москва йўналиши бўйича учадиган самолётга уч ака-ука ботирлардек, яъни шифокор Йўлдош ака, мен ва Зокир акам чиқиб, ўриндиқларга жойлашиб олдик. Тўрт ярим соат парвоз қилиб, Москва шаҳрининг Домодедова аэропортига қўндик.

Йўловчиларни қабул қилиш майдончасидан бизларни Краснобродский Степан Степанович,

яъни катта акамнинг дўсти кутиб олди. У жусаси кичик, қотмадан келган, малла соч, 60 ёшни қоралаган киши бўлиб, бироқ хатти-ҳаракати, кўринишидан анча ёш ва серғайратдек эди.

У ҳар замонда кулиб, ҳазиллашиб кўяр, кайфиятимизни кўтаришга уринарди. Степан Степанович маъюс нигоҳларимни пайқагач, тушкунликка тушмаслигимни, ҳаммаси ўткинчилигини, Худо хоҳласа, кўрмагандек бўлиб кетишимни бот-бот такрорларди. Хуллас, менга руҳий тетиклик бағишлаш учун хушчақчақ қилиб кўрсатишга уринарди.

Парвозда у ёқ-бу ёғи билан тахминан беш соат бўлганимизни инобатга олиб, мезбон мулозамат кўрсатганча ширинсўзлик билан бизларни аэропортдаги ресторанлардан бирига таклиф этди. Суҳбатимиз дастурхон атрофида чиройли яқун топди. Юзимизга фотиҳа тортиб, йўл ёқасида турган машина томон йўл олдик.

Жўнаш олдидан маҳобатли ва кўркам тайёрагоҳга узоқ тикилар эканман, тузалгач шу даргоҳга яна қайтиб келишни Тангридан сўраб, ният қилдим.

Москванинг Кремль саройидамиз. Соборлари минг йиллик тарихга эга маҳобатли само минотаврни ўзида акс эттиради. Инсон заковати ижодиёти намунаси бўлган қадимий обидалар ансамбли уйғунликда гўзаллик кашф этиб, одамни ўзига сеҳрлаб кўяди.

Улкан иншоотларни машинамиз ортда қолдириб, физиллаганча ўтиб кетар экан, бехосдан она юртим Бухоронинг Олий таълим даргоҳида

ўқиб юрган кезларимни, талабалик олтин ва сокин даврларини ёдга олдим.

География ва биология мутахассислиги бўйича таҳсил олардим. Ўқув жараёнида ҳар йилги билимларимизни табиат қўйнида амалиёт билан уйғунликда олиб бориш давлат дастурида тасдиқланганди. Биздан жаннатмакон Ўзбекистонимизнинг гўзал воҳалари-ю, қиру адирларига, боғу бўстонлари-ю, жазирама чўлу саҳроларига бориб, у ерда флора ва фаунани талқин қилиш ҳамда ҳамдўстлик давлатлари халқларнинг келиб чиқиш тарихи, урф-одатлари, табиатидаги бор мавжудотларни ўрганиш талаб этиларди.

Талабалик давримнинг тўртинчи босқичи эди. Собиқ иттифоқ мамлакати бўйлаб иттифоқдош республикаларга бир ойга боришимиз лозим эди. Поездимиз Кавказ ўлкасининг шаҳарларига, яъни Азарбайжон (Баку), Грузия (Тбилиси), Арманистон (Ереван) бўйлаб Батуми, Сухуми, Доғистон ерларига ва Каспий денгизига йўл олди. Амалий машғулотларни якунлаб, ўн кун деганда Украинанинг йирик порт шаҳри ҳисобланган Қора денгиз соҳилидаги Одессада бўлдик. Ундан ўтиб, Москва ва ҳозирги Санкт-Петербургда олган билимларимизни олтин ҳарфлардек миямизга қуйдик. Саргузаштларга бой бўлган бу саёҳатимиз сиз азизларни ҳам бефарқ қолдирмайди, деган умиддаман.

Москвада Кремль саройида 9 май Иккинчи жаҳон урушида фашизм устидан қилинган ғалаба кунига бағишланган байрам тадбирида иштирок этдик. Менда постдаги қўриқчиларнинг

смена топшириши ўзгача таассурот қолдирганди. Улар худди роботга ўхшаб ҳаракатланишар, постда турган кўриқчилар эса узоқ вақт мижжа қоқмай ҳайкалдек қотиб туришарди. Мен уларнинг сабр-бардошига қойил қолгандим.

Россиянинг шимолий-ғарбий қисмида жойлашган Фин буғози қирғоғига чегарадош тарихга бой ҳозирги Санкт-Петербург шаҳрида саёҳатимизнинг сўнгги лаҳзаларини ўтказдик. У мўъжизанинг ўзгинаси эди.

Санкт-Петербург императрицаси Елизавета Петровна фармойишига биноан 1757-1762 йиллар мобайнида Франческо Растрелли лойиҳасига кўра қурилган қишки сарой маҳобатли ва кўп қаватли иншоот бўлиб, жуда катта майдонни эгаллаган эди (ҳозирда у Эрмитаж Давлат музейи комплекси тасарруфида). Бу ерда мингга яқин хоналар бўлиб, унда буюк даҳолар, яъни Леонардо Да Винчи, Микеланжело, Рембрандт, Пикассо каби ҳайкалтарошларнинг санъат асарлари ҳамда жаҳон халқлари тарихига оид қадимий топилмалар, қурол аслаҳа ва бошқа кўплаб халқ дурдоналари бор эди. Ҳафта давомида кўҳна дунё обидалари билан сирлашиб, узоқ мוזийга сафар қилгандай бўлдим. Пётр I нинг 1710-1714 йилларда қурдирган (ҳозирги замонда Эрмитаж Давлат музейи комплекси мақомига киритилган) ёзги саройида сайр этар эканман, қасрнинг кўркемлиги, нафис ва нафосатини таърифлашга ожиздекман. Саройнинг ички деворларидаги нақшинкор безакларга олтин суви югуртирилган бўлиб, ҳар бир хона алоҳида дид билан зийнатланган. Ҳиссиётларни



жунбишга келтирувчи жозибали қандиллар, дуру гавҳардан ясалган тожу тахтлар кўзларни қамаштиради.

Саройнинг муҳташам боғида дунё мамлакатларидан олиб келинган ва етиштирилган минглаб ўсимлик ва дарахтлар бор. Табиат гўзаллигини тараннум этиб мавжланаётган бу қўрғонда рангин дунё япроқлари фусункор жило таратар, сайроқи қушлар наво айлаб, товуслар патларини ёйиб, ўзгача сеҳр улашарди.

Халқ эртақларидаги самовий қаҳрамонлар саналмиш Геракл, Афродита, Зевс, Посейдон, Аида ва бошқа жангчиларнинг шер ва аждарҳолар билан олишаётган, олтин суви югуртирилган ҳайкаллари боғдаги катта ва кўркам фавворалар ўртасига жойлаштирилган эди. Улардан отилиб чиқаётган сув оқими қуёшнинг заррин нурлари билан ҳамоҳанг етти хил рангда жиловланиб, камалак ҳосил қилганди. Қалбларни ёриштириб, эртақлар оламига етакларди. Қанийди, ўша ёшликнинг беғубор дамларида, саёҳатларда қўлимга гитара олиб, ўзбегимнинг бахтли ўғлиман, дея жўшиб-жўшиб куйласам. Билагимда Фарҳод кучи, томиримда ўзбек қони уфуриб, бахтдан сармаст еттинчи осмонда учиб юрганларим-чи, дея яна хаёлга чўмаман. Шу тобда қандайдир ички бир овоз мени тинчлантиргандай бўлади:

«Ўкинма, дадил бўл, ботирларча, мардларча бу дардни енг. Мана кўрасан, ҳали, албатта, шифо топиб, оиланга, халқингга, Ватанингга беназир хизмат қилиб, уларнинг дуосига мушарраф бўласан».

Ўйлар билан андармон бўлиб, шифохонага етиб келганимни ҳам сезмай қолдим. Семён Семёнович машинасининг орқа эшигини очди:

– Тақсир етиб келдик, тушмайдиларми?! – дегандай илтифот кўрсатиб, мийиғида кулиб турарди.

Москва шаҳрининг машҳур Виноградова клиникаси тиббиёт соҳасида иқтидорли фан арбоблари, академик, профессор ва бошқа малакали мутахассислари билан танилган эди.

Олдиндан келишилиб, тайинлангани боисми бизларни яхши кутиб олишди. Рухсатнома ва рақалар шу ондаёқ тўлдирилиб, керакли йўл-йўриқ ва тавсиялар берилди. Ўзбекистондан келтирилган ширинлик ва ноз-неъматларни совға сифатида қабул қилишгач, бизни кузатиб қўйишди.

Таниқли Виноградова клиникасида жой муаммо бўлганлиги учунми мени гастроэнтерология соҳаси бўйича эмас, негадир буйракларни хирургик даволаш бўлимига жойлаштиришди. Эртасига эрталаб муолажалар бошланиб, қайта-қайта текширувлар ўтказишди. Бирорта оғир хасталик топилмагач, ҳабдори ичиб юришни тавсия этишди ва шу билан кифояланишди.

Кунлар кетидан кунлар ўтиб борар эди. Мендан ҳеч қандай жиддий касаллик топишолмагач умуман эътибор қилмай ўз ҳолимга ташлаб қўйишди. Хоналаримиз кенг ва ёруғ бўлиб, у ерга турли миллатли 20 нафарча оғир касаллар жойлашган эди.

Бу ердаги вазият анча оғир бўлиб, оғир буйрак дардидан кун ора бир, гоҳида икки киши ҳаётдан кўз юмарди.

Баъзилари ўта оғир хаста бўлиб, кеча-кундуз тинимсиз инграр, бир дақиқа ҳам ором олмай, ярим жон ҳолатда ётишарди. Чидаб бўлмас оғриқ азобларидан тезроқ қутулишга ёрдам беришини сўраб шифокорларга илтижо қилишарди. Айримлари, ҳатто, ўлишга ҳам рози эди. Тирик одамни бир зумда йўқотиш қанчалар оғир ва мазлум бўлмасин беморларнинг яқинлари ночорликдан азият чекаётган қондошига шифохона маъмуриятидан абадиятга элтувчи укол ёрдамида уни тинчлаштиришини сўраганига шахсан ўзим гувоҳ бўлганман. Одамзоднинг жони темирдан ҳам қаттиқ, кучли механизм эканлигига ўшанда ишонч ҳосил қилганман.

Бекорчиликдан кўлимга қоғоз-қалам олиб, ютмасдан чайнаш табобати ҳақида батафсил ёза бошладим. Кўз ўнгимда содир бўлаётган машъум воқеалар мени бутунлай ўзгартириб, бошқа бир дунёга олиб киргандек эди гўё.

Ҳа, ўша дунё лаззатини татимай бўй чўзолмаган қуриган ёш терак новдаларига ўхшаб қовжираган жафокашларга бирор ёрдамим тегсайди. Дард сабаб ойлаб ҳеч нима еёлмасдан тамшанган оғизларига бир луқма таомни солиб, ютмасдан чайнаб, ширин таъмини сезиб қолишсайди. Ўшанда дунёни рози бўлиб тарк этишармиди ёки, аксинча, қувватга кириб, яшаб кетишармиди, деган хаёлларда фикрларимни оққа кўчира бошладим.

Панкреатит, яъни ошқозон ости беши яллиғланиши, ошқозон ва ичак хуружларининг офиртурида, жизғанак қилувчи ўта қаттиқ азобларнинг олдини олиш учун нима қилиш керак, деган савол мени ҳамиша қийнаб келарди. Энди мен парҳез деган сўзга нуқта қўйиб, янгилик яратишим, кашфиёт қилишим керак эди.

Ахир ўша беморлар ҳам сизу бизга ўхшаган одамлар-ку, улар ҳам сиз еяётган ширин ва хуштаъм таомларни қоринлари қаппайганча егиси келади. Ҳеч нарсага ўзларини зориқтирмай даволаниб юрган чоғларида ҳам соғлом кишиларга ўхшаб ҳузурланиб тановул қилишни исташди. Орамизда ойлаб, йиллаб, ҳаттоки, бир умрга диетага банди бўлган беморлар бор. Наҳотки, уларнинг ҳаётларига ҳам оз бўлса-да, истиқбол нуруни олиб киришнинг иложи йўқ?!

Бор! Бу ютмасдан чайнаш усули, деган хулосага келдим.

Бесамар ўтган кунларимга ачиниб, Зокир, акам ва масъул врач Йўлдош акага қўнғироқ қилиб, келиб-кетишларини сўрадим. Улар эртасига эрталаб хавотирланиб етиб келишди.

Акам мендан ҳол-аҳвол сўрар экан, хафалигимни сезиб, қошларини чимирди ва ажабтовур нигоҳ ташлаб:

– Тинчликми, ука, нима бўлди ўзи, – сўради безовталаниб.

– Хавотирга ўрин йўқ, зерикдим, ака, муолажа қилишмаяпти.

– Даволовчи шифокордан сабабини сўрадингизми? – гапга аралашди масъул врач Йўлдош ака.



– Неча маротаба мурожаат қилдим, фойда бермади. Эътиборсизликларининг сабабини билмоқчи бўлдим. Бироқ улар индамай елка қисишиб қўйишарди, холос. Охири сабрим тугаб жаҳл билан сўрагандим, шифокор бу тарздаги муомаламни ҳазм қилолмади, шекилли, тутоқиб:

– Бухоролик меҳмон, айт-чи менга, – дея кўзини лўқ қилганча баланд оҳангда кесатиб бидирлаб кетди. – Тўрт мучанг соғ бўла туриб сени шундай машҳур клиникага ким жойлаштирди? Маъмуриятнинг кўзи қаерда эди, ўтган-кетганни қабул қилавераркан-да, яна нимага дейди-я. – Ҳайронман буларга, – дея ҳамон ўқрайганча авжга чиқди. – У-в, ука, менга қара, кўзларингни бигиз билан тешгудек ўқрайиб қарамагин менга, хўпми, ҳали ёшлиқ қиласан, билдингми, ахир сен нодон тўшакка михланиб, ўламан деб турган оғир беморларнинг ўрнини беҳудага эгаллаб юрибсан-ку, шу ҳам инсофданми-а?! Ахир Худога зорланиб нечтаси навбат кутиб турибди. Сен бўлсанг, эҳ, – деб мени оғиз жуфтлашга ҳам қўймади.

Шифокорнинг ноҳақ бўҳтону маломатлари бутун аъзойи баданимни илма-тешиқ қилиб юборган эди. Беморлигимни кўрсатай десам аксига олиб хуруждан дарак йўқ. Мана шунақа гаплар, ака, дегандай ҳафсаласиз бошимни эгдим.

– Ёмон ният қилма, тузалганинг рост бўлсин, укажон, – деди мени тинчлантиришга уринган акам.

– Бекордан бекорга шунча йўл босиб келдикми, ака. Мен бутунлай тузалмоқчиман, – дедим яна тутоқиб.

Йўлдош ака мени қўллаб-қувватлади:

– Ботиржон укангиз тўғри айтяпти. Ҳаммамиз ишимизни, оиламизни қолдириб келдик. Бу ерга келишни ўзи бўладими? Ҳатто, Хорун ар-Рашиднинг бундай харж-хурждан сочи оқариб, тик турган бўларди.

– Нимасини айтасиз, бутун қавм-қариндош ҳамжиҳатлиги ва кўмагида бу ерга келдик. Бўлмаса бу даргоҳга жойлашиш қаёқда дейсиз. Булар эса пайсалга солиб даволашмаса, уйдагиларга нима деймиз.

Акам чора излаётгандай менга боқди:

– Хоҳласанг, Йўлдош ака иккаламиз бош шифокор билан гаплашиб бир тўхтамга келамиз, тўғримиз, дегандай масъул врачимга юзланди.

– Маъқул таклиф, – деди Йўлдош ака қўлини елкамга қўйиб. – Бундан бошқа чорамиз йўқ, мусофир бўлсак, қўлимиздан илтимос қилишдан ўзга нима ҳам келарди.

Зокир акам сукут сақлаб ўйланиб қолди. Нима қилиш кераклигини билмай боши қотди, шекилли, бирдан менга қараб:

– Ботиржон, ука, ўзингда қандай фикр бор, бирорта тўхтамга келган бўлсанг, айт, эшитайлик, – деди-да, Йўлдош ака томон кўз қирини ташлади, унинг бошини қимирлатиб берган ризолигини олгач, жавобимни кутди.

Бундай таклифни илҳақ бўлиб кутганим учунми қатъият ва ишонч билан дедим:

– Бош врач билан гаплашишнинг фойдаси йўқ, ака. Ўзга юртнинг подшоси бўлгунча ўз юртингда гадо бўл дейишади, халқимиз. Ўзлимиздан қолмайлик, – дея олдиндан режалаш-

тириб қўйган сарҳисобни ифода этишга ўтдим. – Бу вазиятдан чиқишнинг битта йўли бор, – дедим уларга разм солганча. Гапларим уларга баланд парвоздай кўринди, шекилли, қарашлари ўзгарди. – Маҳмадонани бир эшитайлик, дегандай бир-бирларига кўз қисиб қўйишди.

– Хўш-хўш, донишманд ука, гапир-чи, қандай йўли бор экан, – деди Зокир акам кесатганча мийиғида кулиб ва масъул врачга қаради.

Йўлдош ака ҳам жим турмай бош бармоғини кўрсатиб акамни қўллаб-қувватлади.

Улар бу қилиқлари билан мени калака қилишаётгандай туюлди. Мени ажабланарли тушкун вазият қамраб олди, ўзимни туби йўқ дарёда тургандек ҳис этдим. Ўлганнинг устига тепган қилиб аввал сўрашади, кейин жавобимни эшитмай аския қилишади, яна кўз ўйини қилишлари-чи.

Ёш боламидим буларга, тавба, шу ҳам иш бўлдим, дея аччиқланиб тажанглашдим. Улар кайфиятимнинг бузилганини ҳаракатларимдан сезишди ва тезда ўзларини жиловлаб, жиддий қиёфага киришди. Орага бир муддат сукунат чўкди.

Йўлдош ака жимликни бузиб, ўткир нигоҳлари билан менга тикилди. Унинг қарашларида қандайдир бир дард бор эди. У чуқур нафас олиб, дона-дона сўзлар билан мурожаат этди:

– Ботиржон, ука, тушунинг, сиз ёш бола эмасиз. Вилоят шифо маркази менга ишониб сизга масъул врач қилиб юборди. Бу даргоҳларда бекор юришга ҳеч ҳам ҳақимиз йўқ. Мен сизнинг саломатлигингизга жавобгарман. Бетакаллуф

аччиқ гапларим учун олдиндан узр сўрайман. Бизда ҳам раҳбарият, оила, бола-чақа дегандай, ўзингиз тушунасиз... Хуллас, ўйнагани келганимиз йўқ, менинг мулоҳазаларимдан яна хафа бўлиб ўтирманг-у, – деб у бир менга, бир акамга қараб олди. – Сўзларини вазминлик билан жим эшитиб турганимизни кўриб, яна давом этди. – Эркакчасига дангал айтинг, Ботиржон, бизларни аяб ўтирманг, аниқ режангиз бўлса, бажонидил эшитамиз, маъқул келса, бажарамиз, шубҳага ўрин йўқ, – деб сўзини якунлади.

Яна такрорий дашномларни эшитиш менга оғир ботиб миямга қон қуйилгандай бўлди, лекин мен индамадим. У ҳақ гапни айтаётганди. Мусофирчиликда, Ватандан узоқда ўн кундан ортиқ кутишнинг ўзи бўладими? Тишим ўз-ўзидан фикрлаб, қўлим муштанган бўлса-да, бағримга қадалган сўз таъсиридан чиқиш, ички тугён оловини сўндиришим керак эди.

Баланд овозда телбаларча бақриб шундай қилдим ҳам:

– Менга хуруж керак, – дедим томдан тараша тушгандай.

Буни эшитиб улар бир муддат эсанкираб қолишди. Зум ўтмай бир-бировининг юзига термулганча кўзларини катта очиб қарашди ва қаҳ-қаҳ отиб кулиб юборишди. Узоқ вақт ўзларини кулгидан тиёлмай қорин ушлашди. Мен ҳам ўзим истамаган ҳолда уларга қўшилгандим. Улар кулгидан намланган кўзларини артиб, хуруж бир буюммидики, уни сотиб олиб келсак, Ботиржон, деб яна кулишди. Вазиятнинг бун-



дай тус олганидан ҳамма хурсанд эди. Мен ҳам гинани унутиб шодон бўлдим.

Сухбат билан бўлиб тушлик яқинлашиб қолганини сезмай ҳам қолибмиз. Улар менинг жиддий оҳангда хуруж керак деган такрорий мурожаатимга кулишмади. Хотиржамлик билан “нима дер экан” деб оғзимни пойлашди.

– Овқатланадиган столни тўлдирадиган даражада турли таом ва ноз-неъматлардан иборат егуликлар олиб келишингиз шарт, – дея буйруқ оҳангида нималар бўлиши лозимлигини бармоқ билан санаб ўтдим.

– Нима қилмоқчисан, – деди акам ҳайрон қолиб бўзрайганча.

– Шуларни еб хуруж чақирмоқчиман, – дедим пинагимни бузмай.

– Яшашдан умидинг борми ўзи? Жонингни азобга қўйиб яна чала жон бўлмоқчимисан, баттол, бизларни ҳам азобга қўймагин-да, бу фикрингдан қайт, илтимос, – деди хўрсиниб акам.

– Мени юраги тошдан деб ўйламанг. Орзуларим, ҳавасларим кўп, лекин нима қилай ягона йўл шу.

– Ахир танлаган йўлинг чидаб бўлмас оғриқку, укажон, мен буни кўтаролмайман, бу таклиффингга рози ҳам бўлмайман, – деб қон босими юқорилашган одамдек қизариб кетди.

– Айтдим-ку сизга бошқа иложим йўқ деб. Агар омон қолиб, бутунлай соғайишимни истасангиз рози бўласиз, – дея икки оёқни бир ковушга тикқандай туриб олдим.

– Жонинг темирдан бўлса майли эди, ахир ундай эмас-ку, дардкашим, – деди юмшаган

ҳолатда менга раҳми келиб. – Фарёдингни кўрсам, юрак-бағрим қон бўлиб кетади. Бу эзилишлардан чарчадик, сенинг инграб нолишларингдан ҳадиксирайдиган бўлдик, укажон, бизларни ҳам ўйласанг-чи, – дея намланган кўзини дастрўмолчасига артди.

Йўлдош ака ҳам унинг айтганларини маъқуллади:

– Ботиржон, врач сифатида таъкидлайман, бу номақбул ишни қилманг, сўнгги пушаймон – ўзингга душман, дейдилар.

– Бу менинг келгуси ҳаётим учун муҳим, Йўлдош ака, фақат мени тўғри тушунинглар, – деб уларнинг гина-кудратларини бошқа эшитмаслик учун хонамга қараб йўл олдим ва ўғирилмасдан, эртага соат ўн иккиларда сизларни егуликлар билан шу ерда кутаман, хайр, соф бўлинглар, – дедим.

Эртаси куни тушга яқин укамнинг кўнгли ўксимасин деб қўлига катта сумка кўтарганча Зокир акам кириб келди.

Сумкада битта столни тўлдирадиган мазали егуликлар бор эди. Димоқни қитиқловчи колбаса, пишлоқ, пиширилган котлеталар, сосиска, сарделька, димланган гўшт, пирожное, кекслар, меваларнинг ҳар хилини кўриб эсим оғиб қолгандай бўлди. Наҳотки, орзуим ушалса, – дея қувончим ичимга сифмасди, уларни ҳидлаганча бай-байлаб акамни бағримга босдим. Унга миннатдорчилик билдириб хайрлашдим.

Тушлик пайти ошхона томон йўл олдим. Унинг ички саҳна кенг ва ёруғ бўлиб, 500 дан

ортиқ хўрандага мўлжалланганди. Одамлар гавжум бўлмаган сийрак жойни танлаб, бурчакдаги бўш столлардан бирини эгалладим.

Хонтахтани егуликлар билан безатиб, ўриндиққа ўтирдим. Иштаҳа карнайлигиданми, димлаб пиширилган ярим килоли лаҳм қўй гўштига шердай ташландим, катта луқмани юлиб олиб, чуқур нафас олдим-да, очофатга ўхшаб чайнай бошладим.

Бу ҳолатимни кўрганлар мени эрамиздан миллион йиллар аввал ғорларда яшаб кун кўрган ва тутиб олган ўлжасини хомлигича ямламай ютувчи ёввойи одамга ўхшатиши шубҳасиз эди. Таом ва мен, бошқа ҳеч ким йўқ, қандингни уршоввоз, еганинг қолади, шиори кашф этилгандай бўлди.

Бунинг замирида умрбод саломат бўлиш ётарди. Бор куч-иродамни жамлаб, оғриқ зулматини таг томири билан янчиб ташлашим ва соғлом одамлар қаторига қўшилишим керак эди.

Бир оздан кейин дард чангалида қолиб, азобланишимни яхши билардим. На чора, чидашим керак, дея қўрқув исқанжасидан чиқиш учун ҳамон руҳиятимни тинчлантиришга уринардим. Бор диққатимни овқатланишга қаратиб, хузурланишда давом этдим.

Одамларнинг ғала-ғовуридан шовқин бўлиб турган ошхонада бир зумда жимжитлик ҳукм сурди. Пашша учса эшитиладиган даражада сукут чўкди. Оғзим тўла гўшт билан чайнашдан тўхтаб, атрофимга бир назар солгандай бўлдим.

Тумонат одам ҳайратдан оғзини ланг очиб, мижжа қоқмай мен томон қараб туришарди. Улар ҳайкал монанд қимир этмас, бирининг оғзида нони, иккинчиси салатини, учинчиси котлетини ютолмай безрайиб туришарди.

Ҳар хил қиёфадаги одамлар катта деворга чизилган сураткашнинг рангли бўёқларда тасвирланган комик асарига ўхшаб қолган эди. Ўзини ўнглаб олган баъзи хўрандалар бошини сарак-сарак қилганча “вот это да, вот это да, ну богатырь, нам бы так” деб русчалаб оқаётган сўлакларини артганча сўз қотар, бировлар нафрат ва ҳасад кўзлари билан боқиб, хўмрайиб туришарди. Хуллас, мен машҳур юлдузларга ўхшаб бутун жамоанинг диққат марказида бўлиб қолгандим.

Тана-ю дашном кўчасига кириб боришим, тўғрида, ҳирс билан шерсифат махлуқ бўлиб гўштни ғажиш, оғиз-бурун ва қўл панжаларини ёққа ботириб, чапиллатиб чайнаш ҳис-туйғуларини жунбишга келтириб қош қўяман деб кўз чиқариб қўйибсанку-ку, йигит. Рестораннинг алоҳида хонаси бўлса ҳам майли эди. Яна қаерда денг – таомга илҳақ бўлиб дард чекаётган шифохона ошхонасида-я, ноинсофлик ҳам эви билан-да, нодон.

Ойлаб, ҳатто йиллаб бундай таомларни таъми у ёқда турсин, ҳидини сезиб юраги пароканда бўладиган диетага бир умрга тамғаланган савдойилар бундай лаззатланишни фақатгина тушида кўришни орзу қилади. Йил давомида бу кўргуликлар сенинг ҳам бошингдан ўтиб



мулзам бўлиб қолишларинг, қақшаганларингни унутдингми бирпасда, нафсинг уфуриб кўрсатган кароматинг шу бўлдими, йигит.

Янгилик кашф қилибсан – ютмасдан чайна-япсан, қутлуқ бўлсин. Иштаҳанг карнай, таомингдан таралаётган ёқимли ҳид сени сармаст қилиб жонинг роҳатда бўлиб, тановул қилаяпсан, албатта, бу кашфиётинг самараси. Мард бўл, бу савобли кашфиётингни ўзингга ўхшаганларга ўргатиб улашгин, токи, улар сендан ризо бўлишсин, дуои хайр қилишсин, худбин.

Таомингни улар билан баҳам кўрсанг-чи, ихтирочи бетамиз, дард устига чипқон қилиб ўйламай қилинган бу номақбул ишинг уларнинг жиғига тегди-да ҳақоратдай бўлиб туюлди-да, бефаҳм гумроҳ, шундай экан, танқид тиғига олиб сени муҳокама қилишлари табиий ҳол, бу ўринда шикоятга ўрин йўқ. Нафсингни жиловлаб ололмай билиб билмасдан гуноҳга қўл урдинг, Яратгани ўзи кечирсин, – дея ўзимни койиган бўлдим.

Қўлимдаги димланган лаҳм гўштни патнисга қўйиб, тезда артиниб ўзимни тартибга сола бошладим. Ейишда ишлатиладиган анжомларни ўз ўрнида жойлаштириб жамоага мурожаат қилгандай қараб қолдим. Уларга имо-ишора билан узр, биздан хато ўтди, бошқа бу ҳолат қайтарилмайди, дегандай бош ирғитиб тушунтирган бўлдим. Оқ дастрўмолчани бўйиндиққа жойлаштириб овқатланиш учун мўлжалланган анжомлардан фойдаланган ҳолда европача усулда этикетга тўла амал қилгач шошмасдан тановул қила бошладим.

Одамлар ҳовуридан тушиб аввалги жўшқинлик суҳбатларини давом эттиришди. Аммо улар ғийбат кўчасига кириб қолгандай эди. Яъни русча қилиб айтганда “ани мои косточки перемывают” қабилида иш кўришиб ҳар замонда менга бошқача йўсинда қараб қўйишар ва сўзларини давом эттиришар эди.

Ошхона биносининг эшигини икки табақасини ланг очиб залга ўн кишидан иборат шифокорлар ва маъмурият аъзолари кириб келишди. Бинонинг санитария ҳолатини кўриб чиқиб, овқатланиб турган беморларнинг кийим кечаги ва еб турган овқатларига ҳам разм солишди. Биров мени нишонга олиб пичирлаб хабарнома юборди чоғи, бутун гуруҳ мен томон қараб йўналди. Столим атрофида йиғилишиб, таомлар се-роблигини диққат билан анча кузатишди.

Ёши анча улур шифокор кўз ойнагини таққанча емакларни бир-бир кўздан кечирди ва русча сўзлаб, “Очень богато, чётр побери, как в ресторане”, – дея мийиғида кулиб атрофимни ўраб олган ҳамкасбларига кўз югуртириб чиқди ва менга ажабтовур қараб:

– Бош врач Дмитрий Степанович бўламан, – деб ўзини таништирди.

– Даволанувчи Ботир Хайруллаев бўламан, – деб одоб юзасидан қўзғалиб турмоқчи бўлганимда, ҳожати йўқ, дегандай қўли билан ишора қилди.

– Танишганимдан хурсандман, меҳмон, – дея стол атрофидаги бўш ўриндиқларга қараб. – Бу ерда неча киши овқатланмоқчи ва қани улар, – деб сўради.

Шу саволни беришларини қанчалик интиқ бўлиб кутганим учунми:

– Бир ўзим овқатланаяпман, – деб хотиржам жавоб бердим.

– Кўплик қилмайдими бир ўзингизга бунча шоҳона таом, ҳа йигитча, – деб мийиғида кулиб киноя қилди.

Негадир бехосдан эгим жимирлаб, тўлқинланиб кетдим. Қалбим ғалаёни аланга олди: дардимни дастурхон қилиш фурсати келди, деб энди оғиз жуфтлаган ҳам эдимки, Дмитрий Степанович ўзгарган важоҳатимни ўтли қарашларимни сизди, шекилди, ортиқча дахмазаликка йўл қўймаслик учун шошилганча гапни бошқа томонга бурди:

– Ташхис қанақа, касаллик варақасида нима деб ёзилган, тез жавоб беринг, – дея инжиқлик қила бошлади.

Шу дам илоҳий бир куч мени қистаб, азамат йигит, керакли вақт керакли жой қулай фурсат омадингни синаб бос, энди маррани забт этиш сенинг қўлингда, ақл билан донишманд бўлиб сайрагин, – деб ички дунёим овозига қулоқ тутган бўлиб:

– Панкреатит касалига чалинганман, шу ташхис билан бир йилдан ортиқ даволана олмасдан ётибман, буни охири борми ўзи, – деб бош врачга жиддий қараганча ўқрайдим.

Ҳайъат аъзолари ва бутун зал аҳли касалим тарихини эшитиб, қотиб қолди, калима айтишга сўз тополмай сукут сақлашди. Уларнинг саҳнада фантастик шоу намойишини кўраётган томошабинга ўхшаб охири нима билан тугар, –

дея жим киприк қоқмай тикилиб туришини кўрганимда кулиб юборишимга оз қолган эди.

Бош врач шимининг чўнтагидан дастрўмолчасини олиб пешонасини артган бўлди. Терлаган кўзойнагининг линзаларини тозалаб, қўйиб олди. Зудлик билан юзимга қўл солиб:

– Йигитча, ақлинг жойидами, иссиғинг баланд эмасми, алжираётганинг йўқми, ишқилиб, – дея саросимага тушиб қолди. Пешонамдан қўлини олиб, – ҳали бунақаси бўлмаган, – деб атрофга разм солди.

Ҳайратомуз воқеа рўй беришини билганим ва бу менга асқотишини англаб етганим учун хотиржамликни касб қилиб олдим. Дмитрий Степанович бир менга бир стол тўла овқатларга разм солиб бўлаётган жараённи ҳазм қила олмай лол эди.

Дудуқланганча мени сўровга тутди:

– Ке-ке-чирасан, м-мени қандайдир... ў-ўзимни ёмон ҳис э-этаяпман, бунга э-эътибор қилма, хўпми, ҳ-ҳаяжонлансам шунақаси ҳам б-бўлиб туради. Ҳозир, – деб бош бармоғи билан кутиб тур дегандай ишора қилиб кўзини юмиб олди. Одамнинг қадр-қиймати, унинг ҳаётига бўлган меҳр-оқибатини ўшанда кўриб қувонган эдим. Мисоли бир фарзандидек жон куйдириши менинг хотирамда муҳрланиб қолган эди.

Дмитрий Степанович бир оздан сўнг ҳаяжонини босиб ўзига келди. Дудуқланмай ўтқир нигоҳлари билан тикилганча равон сўзлаб:

– Қайси юртнинг вакилисан, яшайдиган маконинг қаер, – деб оҳиста оҳангда ўзини уринтирмай сўради.



– Ўзбекистоннинг Бухоро шаҳриданман, – деб рус тилида равон жавоб бердим.

– Биласанми, ўғлим, анча ўқимишли йигитга ўхшайсан, лекин ҳозирги қилаётган ишинг соғ одамнинг иши эмас, шайтонга ҳай бер, – дея мулойим сўзлаётган бошлиқ чақмоқ ургандай бирданига аъзойи бадани ўзгариб, жаҳл отига миниб олди. У қўлини бигиз қилиб столдаги таомларга шама қилганча қўпол муомала қила бошлади:

– Ҳозир сен буларни еб хуруж бўласан, ундаги даҳшатли оғриқ азоби чангалидан шу ерда адоий тамом бўлиб ўласан, тушунаяпсанми мени, ўласан, галварс, – дея менга яқинлашганча энгашиб бошимдан тутди.

Ўзига тортиб кўзим кўзига тўқнаш келишига бир баҳя қолди. Кўз косасини бўрттирганча бор овозини қўйиб:

– Панкреатит дегани ўзи нима эканлигини биласанми, тўнка, одам ҳам шунақанги оми бўладими, ёш бўла туриб ўзингни хазон қилмоқчимисан, нодон, жонингга р-р-раҳминг к-к-елмайдими, – деб ғазаб ўтида оташ бўлиб ёнаётган бўлса ҳамки менга ачингандай эди.

Дмитрий Степановичнинг берган дашномларига идамай, унга меҳр қўшилган хотиржамлик билан қараб сукут сақлаганча рус тилида битилган мактубни унга узатдим. У қўлимдаги нарсга кўз қирини ташлади-да, унга эътибор қилмай менга тез жавоб бер, дегандай хўмрайиб қараб қолди. Ҳавода муаллақ осилиб турган қўлимни секин пастга тушириб мактубни столнинг бир четига қўйдим.

“Мени ҳам эшитадиган инсон бор экану”, – деб изтироб азобида фарқ бўлган вужудим алангасини парвона этганча жўшиб ҳасратлашган бўлди.

– Димитрий Степанович, келганимга ўн кун бўлди, мени кечирингу, қаерга келганимни ҳалигача тушунолмай қолдим.

– Нимасига тушунмасдан ҳайрон бўлаяпсан? Ахир бу даргоҳ сени даволовчи таниқли ва машҳур Виноградова клиникаси-ку. Ўқимаган одам ҳам буни илғаб олади, йигит, буларга ҳайронман, – деб башарасини иржайганча елкасини қисиб қўйди.

Бош врачни суриштирмай берган ноҳақ танбеҳи мени жунбишга келтирди. Шунинг учун бўлса керак, ўзгача оҳангда мулоқотда бўлиб унга тикилганча қараб сўз қотдим:

– Касаллик варақамда панкреатит деб кўрсатилган, мени бўлса буйрак хирургиясига жойлаштиришди. Устига устак, ҳалигача тўғри муолажа қилишгани йўқ. Таблетка ичишдан нарига ўтмаяпман. Саҳродан келган эмасман-ку, бундай муомала қилишса.

Бош врач гапга аралашди:

– Одам кўплигидан баъзида мажбур бўламиз, – деди у бошини қимирлатганча мени тушунгандай бўлиб.

– Даволашни қачон бошлайсизлар, деб сўрасам, вақт-соати келганда, деб жавоб беришди. Шу ҳам инсофданми? Ахир сизларга нажот излаб узоқ юртлардан бутунлай соғайиб кетиш учун ният қилиб келдим, бир ўзим эмас, уч

киши бўлиб келдик – буни ўзи бўладими, Дмитрий Степанович.

– Эътибор қилишмади денг, ноинсоф бағри-тошлар, – дея жиддийлашганча, менга қараб давом этинг, дегандай бош ирғитди.

– Ноиложлигидан охирги танлаган йўлим хурж бўлиб, оғриқдан дод солиб фарёд чексам, инсофга келишар, кўнгиллари юмшаб раҳм шафқат, диёнат қилишар, ахир, баданида қони уфуриб турган тирик жон инсонман-ку, даволашар, – деб шу йўлни танладим.

– Мени авф этингу, сиз ҳам сўраб-суриштирмай ярамга туз сепиб яраланган кўнглимга озор бердингиз. Гуноҳим бўлмаса-да, ҳақорат қилиб шахсиятимга тегдингиз, шу ҳам инсофданми? Раҳбарлар адолатпарвар бўлади, деб ўргатишган бизларга.

Дмитрий Степанович ўнғайсизланиб, типирчилаб қолди. Хижолат тортди чоғи, бошини ердан даст кўтариб нимадир демоқчи бўлди-ю, сукут сақлаб индамай турди.

– Айтинг ахир, бунга қандай чидаса бўлади. Жоним темирдан бўлса ҳам эриб кетади-ку, бундай ноҳақ дашномлардан, – дея ўзимни тутолмай қолдим. – Бутунлай соғайиб кетмоқчиман, ҳа, бутунлай, тушунсаларингиз-чи, ахир, ақлим жойида, жинни эмасман, фақат мени тўғри тушунинглар, биродарлар, илтимос, – деб бақиршдан таққа тўхтаб, бошимни пастга эгиб кўзимни юмиб олдим.

Дмитрий Степанович елкамга қўлини қўйиб эгилган боцимни кўтарди. Меҳрли нигоҳ таш-

лаб, томчилаган кўзёшларимни артиб, анча тикилиб қолди. Сабрли бул, тинчлан, дегандай муомала қилиб:

– Ўғлим, ҳақиқий мард, ботир йигит экансан, ҳар ким ҳам бундай қилишга журъат қила олмайди. Сени тарбиялаган отангга минг раҳмат, – деб елкамга қоқиб қўйди. – Мен сенга ваъда бераман, сен билан, албатта, шуғулланишади. Мен бунга кафилман ва ҳаммаси зўр бўлади ишон, – дея столда турган мактубни қўлга олиб. – Бу кимга ёзилган, – деб мендан сўради.

Мен ўзимни қўлга олишга ҳаракат қилиб, паст товушда жавоб бердим:

– Москва телестудиясига.

– Москва телестудиясига, – дея важоҳати ўзгариб, – ҳойнаҳой бизни устимиздан шикоят бўлса керак, арз қилмоқчи экансан-да, – деб менга киноя билан қаради.

Мен хотиржамлик билан табассум қилдим-да, ҳаммага кўз югуртирганча баралла қилиб:

– Қўлингиздаги бу мактуб менга ўхшаган дардчангалида жони ҳалак бўлган инсонларга оз бўлса-да мадад бериш, ҳаёт булоғида яшаш учун кашфиёт қилдим, яъни бу кашфиёт таомни ютмасдан чайнаш муолажаси саналади.

Бу таклифим сизларга маъқулми дегандай шифокорларга разм солиб бир қараб олдим. Уларнинг ихтиромга қизиқиб қолганларини кўриб сўзимни қолган жойидан давом эттирдим.

– Бугун сизлар билан қувватга тўлиб баҳслашиб турганимга ҳам, стол тўла егуликни ютмасдан чайнаб, дармонимга-дармон қўшилиб куч



тўплаб олишимга ҳам, тўшакка михланиб қолмасдан ўз оёғим билан узоқ юртларга сафар қилишимга ҳам ҳали тиббиёт тарихида номаълум ва қўлланилмаган кашфиётим бўлади. Ёзган мактубим жафокаш инсонларнинг дардига малҳам бўлиши учун шифосини топиши учун эди. Бу сиз ўйлаганча шикоят хати эмас, мадад мактуби, – дея мағрур ҳолатда бош врач Дмитрий Степановичга қараб қолдим.

– Баракалла, ўғлим, инсонпарвар бўлганинг учун, юртингни шарафлаганинг учун, бошим осмонга етди. Раҳмат сенга, – дея елкамга қоқиб қўйди. Мактубни очиб кўз югуртирди-да:

– Телевидениега бу мактуб юборишдан олдин бизнинг 9-қаватда диета бўлими бор. Олдин ўшаларга мурожаат қил, сўнгра нима қилиш кераклигини улар сенга тушунтиришади, келишдикми, – у қўлини менга узатди.

Мен ҳам қўлимни унга шартта узатдим-да:

– Келишдик, – дея мамнуният билан унга миннатдорчилик билдиргандай бўлдим.

У қўлимни маҳкам ушлаганча қисиб юраги томон олиб борди. Иккала қўли билан бағрига босиб, хаёлга чўмганча сукут сақлади. Шу дамда нима ҳақида ўйлади, менга қоронғу бўлса-да, унинг қарашларида олам меҳри барқ уриб турганини сездим.

– Каттакон раҳмат сизга, Дмитрий Степанович, шунча вақтингизни менга аямасдан ажратганингиз ва мени эшитганингиз учун, бу мен учун байрам, унутилмас кун бўлди, ишонинг, – дея унга пок меҳримни ҳадя этдим.

– Сенга ҳам раҳмат, ўғлим, мени қувонтирганинг, чин инсон бўлиб кайфиятимни кўтарганинг учун, соғ бўл, йигит, кўришгунча хайр, – деб табассум қилганча қўлимни қўйиб юборди.

Шифокорлар билан ҳам қўл қисишганча илиқ хайрлашдим. Улар кетатуриб мен билан хайрлашар экан, – Баракалла! Суҳбат зўр бўлди, қойиллатдинг, – деганча дўстона илтифот кўрса тишиб кетишди.

Ўзимда йўқ хурсанд эдим, галаба нашидасини тотиш қанчалик ширин бўлишини билсангиз эди. Ўша дамда еттинчи қават осмонда парвоз қилиб, ўзимни катта бир юлдузга айланиб қолгандай ҳис қилдим. Унинг иссиқ тафти қамаштирувчи ёруғ нурлари мени ўраб олиб уммон тубида фарқ қилаётган зулмат қабоҳатини яксон қилиб, бутунлай йўқотгандай эди, ҳа бу Яратганинг менга кўрсатган инояти эди. Беадад шукроналар бўлсин, илоҳим.

Анча вақтгача қувончим ичимга сифмай, баҳри дилим ёришиб, ўй-хаёлларга берилиб, вақт алламаҳал бўлиб қолганини ҳам сезмай қолибман. Мендан бошқа ҳеч кимса қолмаган эди. Бунақа вақтларда иштаҳа карнай бўлиб, очкўз бўлиб қолар экансан.

Столдаги неъматларга қараб: – Айни муддао бўлди. Мард бўлсанг майдонга чиқ, – дея ҳазиллашган бўлдим. – Ҳали сен мени енгмоқчимсан ёки мен сени ўз кашфиётларим билан чилпарчин қиламанми, кўрамиз, синашамиз. Шошмай тур ҳали, енгил қанақа бўлишини кўрса тиб қўяман сенга, – дея бор егуликларни ҳаммасини увол бўлмасин учун чайнаб-чайнаб стол-

нинг устини чиқинди пакетлар билан тўлдириб ташладим. – Қаҳрамонлик кўрсатиш мана бунақа бўлади, азизим, – дея маза қилганча юзимга фотиҳа тортиб чиқиб кетдим.

Худога шукр, ҳаммаси хайрли тугади. Эрта-лаб яхши кайфиятда уйғондим. Аъзоларимда зўриқиш ва оғриқдан ном-нишон йўқ. Бу синовим ҳам мени мулзам қилмай, яқун топган эди.

Мактуб ва қўлёмаларимни олиб, галстук таққанча башанг кийиниб, Дмитрий Степанович тавсия қилганидек, диета бўлимига равона бўлдим. Лифт тугмачасини босиб бир зумда 9-қаватнинг йўлакчасига қадам ташлаб, тизма қатор бўлиб турган хоналар эшиги томон йўл олдим. Рақами 97. Диетологлар бўлими деган ёзувга кўзим тушиб тўхтаб қолдим. Эшикни тақиллатганча ичкарига мўраладим.

Қомати келишган чиройлигина ёш жувон мени киринг, дея қарши олди. Салом-алиқдан сўнг қора костюмимнинг ички чўнтагидан «Кремль» деб аталувчи жозиба ва жило кўри-ниш касб этган ўрама қоғозли плитка шоколади олиб:

– Бу сизга, – дея унга узатдим.

У менга чиройли табассум ҳадя этиб:

– Раҳмат, – дея миннатдорчилик билдирганча қўл узатиб нозик бармоқларининг учи билан уни олиб стол тортмасининг ичига қўйди.

Блокнотини очиб ручкани ушлаганча:

– Хўш, хизмат, йигит, – деб жилмайганча қараб қолди.

Мактуб ва қўлёмаларимни унга кўрсатиб:

– Мутахассис врач диетолог керак, – дедим.

Менинг тўғримда у маълумотнома тўлдириб қоғозига битди ва ўрнидан қўзғалиб котибият хонасининг ўнг томонида жойлашган эшигини тақиллатганча кириб кетди.

Оз фурсат қолиб тез чиқди-да:

– Сизни кутишяпти, кириг, – дея олдимдан ўтар экан, подиумда моделлар кўрғазмаси иштирокчисига ўхшаб ўзгача тароват ва ноз-карашма қилиб чиройли қадамлар босганча кўркам креслосига келиб қўним топди.

Василий Степанович деган диетолог олим мени яхши кутиб олди. У қотмадан келган, бўйи узун, чеҳраси равшан эди. Ёши 50лар атрофида бўлиб, мулозаматли ва ўта тарбияли инсон эканлиги кўриниб турарди.

Мулоқот пайтида у юз ва қўл ҳаракатларини ўзгача мақомда ёйиб, мулойимлик билан суҳбат қуради, XVIII асрнинг олий табақали аристократларига ўхшатиб ўзини кўрсатишга ва гапираётганда дона-дона қилиб ҳар бир айтилган сўзига урғу бериб тушунтиришга интилар эди.

Мутахассис олим ҳурматимни жойига қўйиб, меҳрибончилик қилди. Хонадонига деб берилган совғаларни, яъни писта, бодом, майиз, ёнғоқ, ўрик қоқиси, Гиждувон шўрдонаги ва бошқа Бухоро заминидан олиб келинган Ўзбекистон неъматларини кўриб, уларни қабул қилганча завқланди.

– Хотиним ва болаларим роса хурсанд бўладиган бўлишди. Юртингиздаги табиат саховатларини улар қанчалик ёқтиришини билсангиз



эди, – дея қарсак чалиб менга миннатдорчилик билдирганини кўрсангиз эди.

Муносабатимиз кун давомида илиқ бўлди. Кўрсатилган иззату икром, чин қалб кўри билан суғорилган ҳурматпешаликни ҳис этдим. Дунё олижаноб инсонлар борлиги учун ҳам ўз мавқеини сақлаб турибди. Негаки, уни асровчи кучли пойдевор, яъни ўз устунига эга деган тўхтама келдим.

Василий Степанович Ўзбекистон диёрига қадам ранжида қилмаган бўлса-да, уни русчалаб чиройли этиб таърифлади:

– Бухара древнеший город-сказка, Самарканд, Хорезм, Коканд в целом всё взятое является жемчужиной востока. Я сожалею, что в этих краях мне не пришлось быть. Но я много читал и слышался об их исторических наследий памятников культуры и зочества.

Азим ва табаррук юртимни мақтаб, кўкларга кўтаргани учун унга миннатдорчилик билдириб меҳмон бўлиб келишни таклиф қилдим. (Орадан 20 йил ўтиб Москвадан уч профессор олимлар хонадонимизга меҳмон бўлиб келишган эди.)

Василий Степанович билан бўлган мулоқот беш соат давом этди. Бир йил давомида бўлиб ўтган жамики воқеа ва ҳодисаларни мўъжизавий сиру синоатларни ва тушлар билан боғлиқ бўлган кашфиётларимни сўзлаб бердим.

У мени қизиқиш билан тинглаб:

– Одам жони ҳам темирдан бўлар экан-да, – дея бошини эгиб кўлини пешонасига тираганча хаёлга чўмишини кўрганимда ҳайрон бўлган

эдим. Котиба дамлаган қаҳвани ичиб, унга индамай қўйдим.

У ўйга толган бошини кўтариб:

– Сен мард инсон экансан, XXI асрнинг азобли дарду ситамларга сабр бардошли қаҳрамони деб атаб, олдингда хоҳласанг тиз чўкиб бош эгиб таъзим этишга ҳам тайёрман. Барака топ, умринг узоқ бўлсин. Бунақаси ҳали тарихда бўлмаган, жонинг пўлатдан экан, ўғлим, – дея елкамга қоқиб қўйди.

У стол устидаги мен қўйган конвертни олиб ўқиди-да, менга тикилди:

– Ҳали бунга эрта эмасми, Ботир Камолович, – деди қўлидагини менга кўрсатиб ишора қилганча.

– Одамзодни бутунлай дарддан халос қилмоқчиман, диета деган вабони таг томири билан суғуриб илдизига болта урмоқчиман, – дедим тўла ишонч билан унга мағрур бўлиб қараганча.

Василий Степанович мийиғида кулиб негадир тажанглашди:

– Сувни кўрмай этик ечмайдилар, деган нақл бор, дўстим. Уни кўрмай ишингизни ечимини ҳал этибсиз-да, – деди менга боқиб.

Мен эсанкираганча унга қараб анқайиб қолдим ва телбаларча:

– Тушунмадим, нега бундай деяпсиз, ахир мен инсониятни бундай дарддан халос этмоқчиман, ку.

У менинг авзойи баданим ўзгариб, таажжубда қолганимни ва ўткир нигоҳ ташлаб бўзрайиб туришимга:

– Ҳали ҳам мени тушунмабсиз-да. Бўлмаса тушуниб олинг, йигитча, – дея киноя қилди-да, давом этди: – Мактубда ёзилган таклиф яхши битилган. Биламан, сиз жонкуяр ғамхўрсиз, инсонпарвар, ватансеварсиз. Юраги боладек пок аламзадасиз, ўзингизни дард чангалдан қутқариб, бошқаларни ҳам шу қабоҳатдан қутқазмоқчисиз. Аммо мени кечирингу, бундай қилишингизга йўл қўёлмайман, тушунаясизми, йўл қўймайман. – Сизни қош қўяман деб, кўз чиқаришингизга қаршиман. Ёдингизда бўлсин. Инсон организми жуда мураккаб. Бир кишига фойда қилган доривор бошқасига зарар етказиши мумкин. Буни асло унутманг, – деди қатъий оҳангда мутахассис олим, врачнинг тўла ишонч билан айтган талабномаси ич-ичимдан чақмоқ сингари куйдириб ўтиб кетгандай бўлди негадир. Бада-нимни совуқ тер босиб гандираклагандай бўлдим.

У тушунтириш билан овора бўлиб, ранги рўйим ўзгарганлигини пайқамади чоғи, ҳамон жон куйдириб театр саҳнасига рол ижро этаётган актёрга ўхшаб образга кирганча давом этди.

– Сиз йил давомида бутун организмнингизни беш қўлдай ўрганиб олдингиз ва унинг ҳар бир аъзосини бошқариб биласиз, тўғрими, – деди. Бунга ишонч ҳосил қилиш учун менга кўз қирини ташлади. Маъқул, дегандай бош қимирлатиб қўйдим. Ютмасдан чайнаш усулини ўрганиб ўзингизга қўллаясиз. Фойда берди. Бу ишингиз таҳсинга лойиқ.

– Менинг сизга берадиган яна бир таклифим бор. Эшитинг ва қулоғингизга қуйиб олинг. Бу ўта муҳим саналади: қувватга кирганингиздан сўнг ютмасдан чайнаётган таомингизни оз-оздан кам миқдорда ютишни бошланг, бора-бора организмни шунга ўргатиб, тўлақонли ютишга ўтишингизни маслаҳат бераман.

– Кашфиётим барибир фойдали экан-ку, қилган муолажаларим аниқ самарасини берди-ку. Ундан саломатлик йўлида фойдаланса бўлар экан-ку.

Нега-нега деган саволларга аниқлик киритиш учун диетолог олимни мулоқотдан тўхтатиб, узримни билдирганча мурожаат қилдим:

– Василий Степанович, менга яхши тушунарли бўлиши учун айтинг-чи, нима учун муолажани бутун омма учун эмас, фақат якка тартибда ютмасдан чайнаш қоидасига амал қилиш керак, деган хулосага келдингиз.

Вақтида берилган саволим ўринли эканлигини пайқаб, хурсанд бўлган шифокор бундан завқланиб жўшиб гапирди. Унинг ҳар бир гапида чуқур маъно ва заковат акс этган эди.

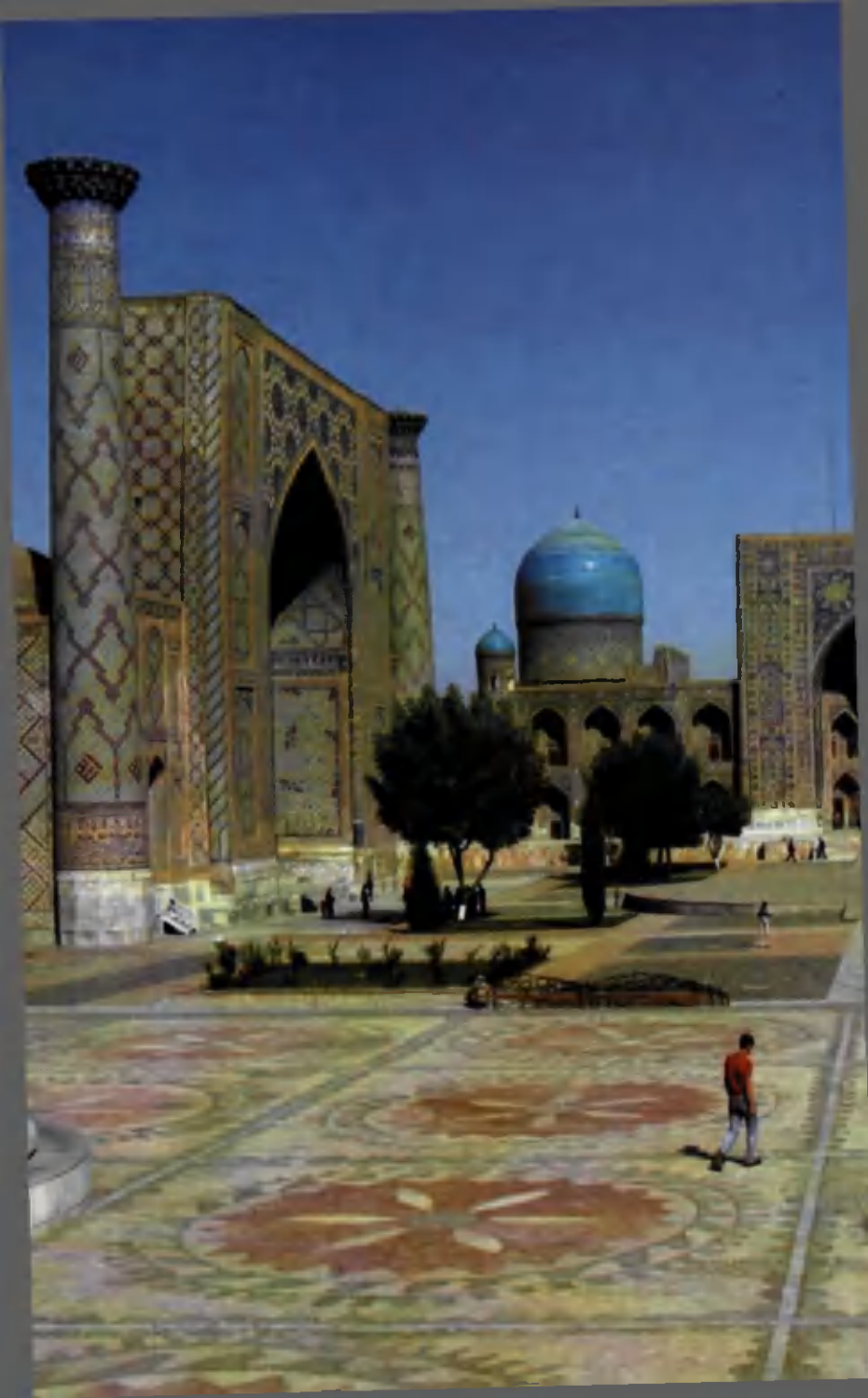
– Биласизми, азизим, жуда муҳим савол бердингиз, ҳа, жуда долзарб. Сизга қандай тушунтирсам экан. Одамларнинг дунёқараши икки хил бўлади. Бири амалиётингизга аниқ риоя қиладиган инсон ва иккинчиси нафсини жиловлай олмай “маза экан”, деб ёпишиб оладиган инсонларга бўлинади.

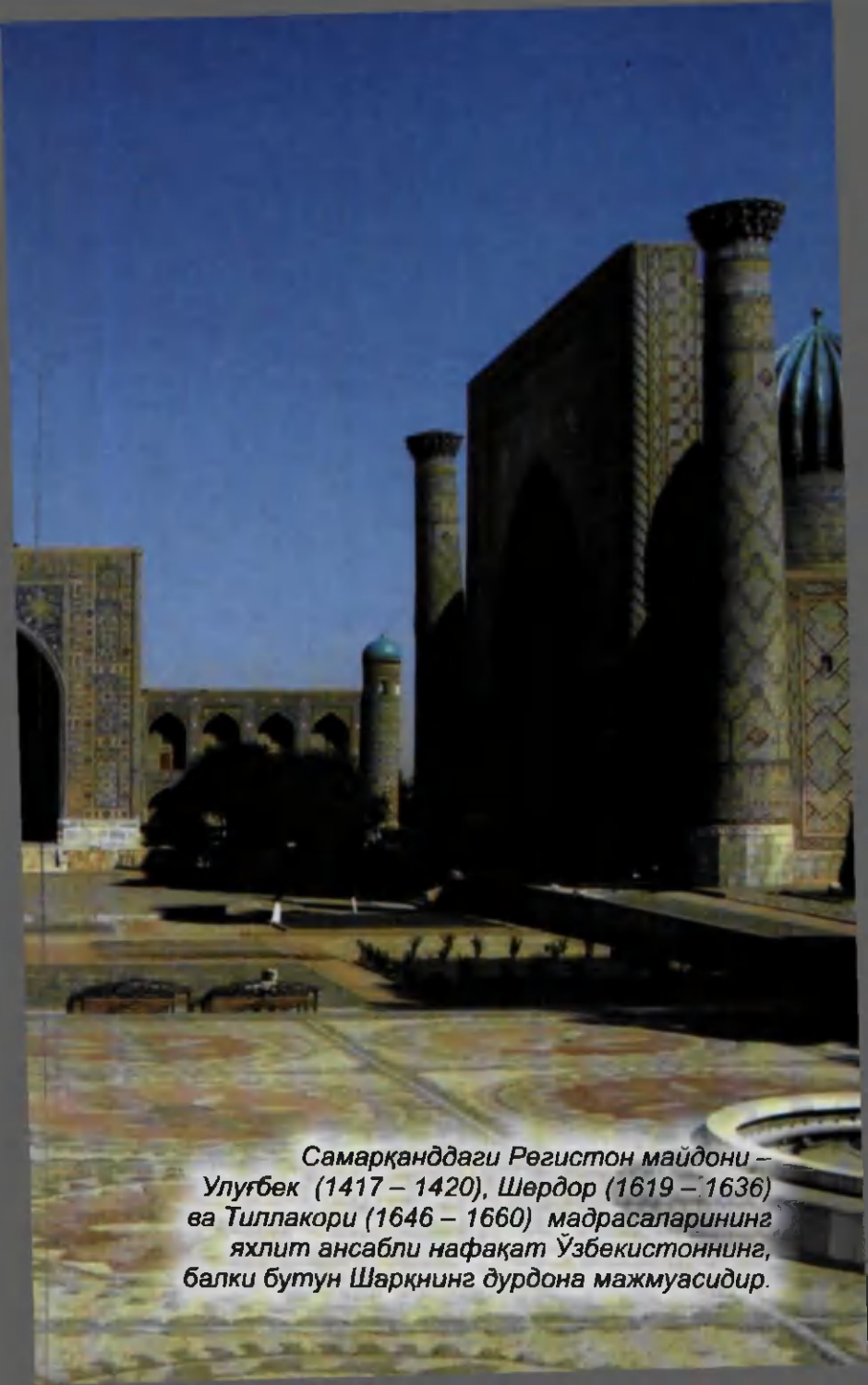
Улар амалиётингизни қўллаб, оғриқлардан халос бўлиб, уни енгиб, ундан бутунлай мустасно бўлиб олганидан сўнг узоқ вақт ютмасдан





*Тошкент марказидаги  
Соҳибқирон ҳайкали адолат тимсолидир.*





*Самарқанддаги Регистон майдони –  
Улуғбек (1417 – 1420), Шердор (1619 – 1636)  
ва Тиллакори (1646 – 1660) медресаларининг  
яхлит ансамбли нафақат Ўзбекистоннинг,  
балки бутун Шарқнинг дурдона мажмуасидир.*



*Дунёга машхур маҳаддиси Имом Ал-Бухорий (ҳижрий 194–256 йй.) мажмуаси доимо зиёратчилар билан гавжум. У тўплаган 7275 та саҳиҳ ҳадис ислом оламининг ноёб асарлари сирасига киради.*



чайнаш муолажасини қилиб юриш мумкин, деган хулосага келади. Бу эса ўз навбатида бошқа органларни, яъни жигар, ошқозон, ошқозон ости бези, йўғон ичак, буйрак, умуман, олганда ҳазм қилиш органларини бутунлай издан чиқишига олиб келиши мумкин.

– Нега деган саволингизга, шундай деб жавоб бераман, яхшилаб қулоғингизга қуйиб олинг. Бир умр сизга улар беминнат хизмат қиламиз, – деб юрган бу содиқ органларингиз келгусида чайнашдан ҳосил бўлган ва ажралиб чиққан суюқликни осонгина ҳазм қилгани учун дангасаликка юз тутати. У ўзининг тўлақонлик билан қилиши лозим бўлган физиологик иш жараёнини давом эттирмай қолиши мумкин. Буни оқибати ёмон бўлади.

Бу қоида омма учун эмас, индивидуал, яъни якка тартибда врач назоратида олиб борилиши керак. Омма учун қўллашнинг битта йўли мавжуд. Инсонпарварлик нуқтаи назардан уларга ташхиси аниқ қилиб ёзилган мақола битиб, унда йўл-йўриқлар кўрсатиш тўғри тавсиялар бериш мумкин. Аммо қатъий талаб, яна такрорлайман, у ҳам бўлса муолажалар врач назоратида бўлиши шарт. Тушунарлими, саволлар борми, – деди сўзлаган нутқидан қойил қилдимми, деганча мағрурланиб.

Унинг кўрсатмаси ва ақл-заковатига қойил қолганча унга ҳавас қилиб индамай турганимни кўриб:

– Бўлмаса соғ бўлинг, ўғлим, сиз билан танишганимдан бениҳоят хурсандман. Олдинда сизни ёруғ кунлар кутмоқда. Худо хоҳласа, мен

бунга аминман. Дарвоқе, иш юзасидан бўлса хоҳлаган вақтингизда келишингиз мумкин, эшикларимиз сиз меҳрибонлар учун ҳамиша очиқ, хайр, саломат бўлинг.

Василий Петрович билан анча суҳбатлашиб, кўп маълумотга эга бўлдим ва дўстона муносабатда ташаккурлар билдириб, у азиз инсон билан хайрлашдик.

Бош врач Дмитрий Степанович ваъдасига вафо қилди. Шифокорларнинг муомаласи менга нисбатан анча ўзгарди. Улар кўп ташхислар қилиб, ҳеч бир янгилик топмагандан сўнг бош врач мени қабулига чақириб:

– Табриклайман, сиз ўзингизни ўзингиз даволабсиз, яратган кашфиётингиз сизга ёрдам қилибди. Омадли инсон экансиз. Дарвоқе, диетологлар нима дейишди, – деб бехосдан менадан сўраб қолди. Бўлган суҳбатни бош врачга тушунтириб бердим.

Мулоҳаза юритиб у анча ўйланиб қолди ва менга тикилганча боқиб:

– Диетологнинг маслаҳатига амал қилинг ва бу йўлларда ҳамиша изланишда бўлинг. Қайси мутахассисликда ўқигансиз?

Биолог эканлигимни билиб, гапида давом этди:

– Жуда яхши табиб бўлиш ҳам бир савоб иш, бу ноёб касб қўлингиздан келар экан. Баракалла, айтишади-ку, табиб табиб эмас бошидан ўтказган табиб деб.

Бухоро фарзанди ва юртдошингиз бўлган улуғ аллома мутафаккир олим ва табиб Абу Али ибн Синонинг руҳи сизга умрингиз охиригача

устозлик қилсин, Худо хоҳласа шундай бўлади ҳам. Инсонлар учун қилган савобли кашфиётингиздан ҳам бу билиниб турибди. Офарин, сизга доимо олға қадам қўйиб, хайрли табобат йўлида тинмай изланишда бўлишингиз тарафдориман. Энди сиз билан хайрлашамиз, азиз меҳмон, мендан оилангизга салом айтинг, ҳаммаша соғлиқда учрашайлик.

Москвадан мустақил равишда Украинанинг Трुцкавец санаториясига боришни режалаб чипта буюрдим. Зокир акам ва менга масъул шифокор Йўлдош ака ҳам бирга борамиз, деб қолишди. Мен тузукман хавотирга ўрин йўқ, – дея уларнинг ундашига қарамай бир ўзим кетаман, деб туриб олдим.

– Майли, саломатлик йўлида қилинаётган охирги манзил бўлиб қолсин, – дея мен билан мураса қилмай бунга кўнишди. Уларнинг кўрсатган меҳр-мурувватларига таъзим қилганча қуюқ хайрлашиб поездга ўтириб йўлга равона бўлдим.

Украина мамлакати чирой очган кўркам сарҳад. Унинг диёрда жойлашган Трुцкавец шаҳри ва унинг ҳудудидаги санаторияси катта боғ бўлиб қайини терак ва арчазорлар билан тўлишиб ўзгача шукуҳ тароват беради.

Табиат қўйнидаги жамики тирик мавжудот қалин қор билан ўралган мисли келинчакнинг оппоқ либоси эди. Тоза ҳавони айтмайсизми, тўйиб-тўйиб нафас олгинг келади. Одамларнинг садафдек юзлари совуқдан қирмизи олмадек тобланди. Чанги учиб яхмалак отаётган бола-

жонлар-чи, уларнинг сон-саногии йўқ, қий-чув кўтаришиб, қор отишмалар қилиб бир-бировини сийлашяпти.

Ўспирин йигитлар қизлар билан қувламачоқ ўйнаб, сирпанганча қорга думалаб, ким ошди савдосидек бўш келмай қорни юзларига чаплатиб бақир-чақир қилишяпти. Қийқириқ ва кулги садоларидан қулоқни қоматга келтириб, атрофга беғубор қувноқ лаҳзаларни улашишяпти. Хуллас, ҳамма ҳаётнинг ширин лаҳзаларини симириб кўтаринкилик кайфиятида шоду хуррамдек эди.

Санаторияга соғломлаштириш бўйича муолажаларни қабул қилиб кўрсатилган ҳамма йўл-йўриқларга амал қилдим. Ўрнашиб олганимнинг биринчи куниёқ шифо саналмиш ердан отилиб чиқаётган иссиқ тузли минерал сувни ичганимда негадир қорнимда қаттиқ бўлмаган оғриқ пайдо бўлди. Оз муддат ўтиб дард секинлашиб тўхтаб қолди. Ўзимни аввалгидек яхши ҳис эта бошладим.

Ҳали-ҳали эсимда, ёдимдан кўтарилмайди, Яратганнинг инояти билан муолажаларимнинг кучли таъсириданми, ўша узоқ муддат менга узлуксиз дард-ситамлар етказган манқурт ва жирканч зулмат бу зарбага дош бераолмай менга ўлими олдидан берган сўнгги озоридай туюлди. Хотирамда бу лаҳза боши янчилган аждарҳони эслатувчи махлуқдан бир нишона бўлиб қолди.

Оромгоҳда ўн икки кун деганда тўлишиб, кучга кириб, юзимга қизил қон ранги югуриб,



унинг тафтидан яноқлар ёниб жонажон Ўзбекистоним, Бухорога қайтишга отландим. Украина заминидан олиб келган эсталик совғам – ёғочдан ўймакорлик санъати ила ясалган маҳобатли бургут эди.

У қоматини тик тутганча, қанотларини ёйиб мағрур ва матонат шуҳратини акс эттириб, савлат тўкиб турарди. Унинг чангалида бўғизланиб талвасага тушиб қолган чиябўри акс этирилган эди.

Баҳайбат қуш ўткир найза тирноқларини чиябўрининг юрагига қадаб, уни суғуриб олаётгандай эди. Ўша он у менинг тасавурумда гавдаланиб худди вужудимдаги поёнсиз дард чангалига зарба бериб уни уммон қаърига улоқтиргандай эди. Харид қилиб олаётганимда шу манзара кўз олдимда гавдаланиб қолгани ҳалигача ёдимда.

Киев–Москва–Тошкент–Бухоро маршрути бўйича самолётда учиб, жаннатмакон Ўзбекистон, она юртим Бухоройи мунаввари шараф тупроғига қўним топиб мурод ҳосил қилдим. Манзилга етмоқ учун ўн бир соат парвозда бўлдим.

Вақт мўллигидан қутлуғ ва муборак ўйга толдим. Мулоҳазалар юритиб саволларга жавоблар топишга имландим.

– Айт-чи, менга эй одамизод, ҳаёт зарбаларига бунчалар бардошлисан, бунчалар сабрли тоқатлисан, ҳаёт шунчалик ширинми, болми, гиёҳми, бир умр унга талпиниб яшайсан, нима у ўзи ҳаёт, саволимга жавоб бер, эй гумроҳ.

– Жавоб бераман, эшит, эй кўнглимдаги садо. Улуғ зот қилиб яратилган инсоннинг дунёга келишини ўзи Яратганнинг бир мўъжизасидир. Шундай экан, у бахтли яшашга ҳақлидир.

Сен мендан бахт нима деб савол берганинга ўйламай-нетмай – саломатлик, деб жавоб берган бўлар эдим. Ҳа, шундай, деб жавоб берган бўлардим. Чунки бу иборанинг заминиде поёни йўқ улкан орзу-умидлар, изланишлар, ҳис-туйғулар ётади. Бу соҳилда у сармаст бўлиб, унинг завқу шавқини тотиб парвоз қилади ва умрий куртаклар ёяди. Боринки, илоҳий неъмат саналмиш севиш-севилишлар сарчашмасида у фарқ бўлиб, ундаги ширин тотли лаҳзалар оғушида бўлишга ҳам шак-шубҳасиз саломатлик сабабчидир.

Сарҳисоб неъматларга етишмоқ учун пок қалб соҳиби унвонига эга ва чин маънодаги инсон бўлиш талаб этилади. Табаррук ота-онага, муқаддас оилага ҳамда Ватан истиқболи йўлида тинмай меҳнат қилиб, умрининг охиригача шу улуғ мақсадлар сари яшаш қанчалар хайрлидир. Юртбошимиз таъкидлаганидек, ўзингиздан озод ва обод мамлакат қолдириб, куч адолатда, – дея тинчлигимиз истиқболини кўз қорачиғидай асраш марднинг ишидир.

Самолёт трапидан тушиб Бухоройимнинг ҳавосидан чуқур нафас олиб, муқаддас она тупроғига тиз чўқдим. Уни ўлиб пешонамни унинг хокига қўйдим. Ўша пайтда кўзимдан севинч ёшлари сизиб чиқа бошлади. Шу лаҳзада тасаввур қилиб бўлмайдиган бошқа бир оламга

сайр этдим. У нур, у садаф, у бол, у гиёҳ, у зебу забар, у зийнат, у қадр-қиммат, у оловли учқун эди. Бу самовий куч-қудрат олдида жирканч қабоҳат охир-оқибат саробга айланиб, тиз чўкди. У энди менга озор бермай бир умрга видолашаётгандай фарёд чекиб таслим бўлди. Бу манқурт изн сўраганча кўздан ғойиб бўлди ва ҳамма ёқ нурга бурканди.

Ҳа, бу ёруғлик бу умр Яратганнинг инояти билан бўлди. У зулматни тарк эттириб, табобат салтанати олдида мўъжиза яратди. Беадад шукроналар бўлсин Яратганга.

\* \* \*

1979 йилда содир бўлган саргузашт воқеалар шулардан иборат бўлди. Хотима қилиб сиз азиз китобхонларга бугунги чароғон кунларда етиб келиб оз бўлса-да, ўша ўтган кунларни ёдга олиб, дардлашдим. Мозий зарварақларида битилган ва саргузаштларга бой бўлган 35 йил умр кўз очиб-юмгунча ўтиб қолибди.

Оиламизда эр хотин ва бир ўғлимиз Ферузжон бор эди. Вақт тақозоси билан қизимиз – фариштамиз Шаҳризабону дунёга келди. Уларни ўқитиб олий маълумотли қилдик. Удумларни тўла адо этиб келин, куёв тушириб, ҳовли-ю жой дегандай тўю томошалар қилиб, ота-оналик бурчларни сидқидилдан садоқат билан амалга оширдик.

Хуллас, тўрт неваранинг бобоси-ю бувиси бўлиб, халқ хизматида ўлкамиз равнақида оз бўлса-да ободончиликлар қилдик. Озод ва обод мамлакатда бугунги кунда ижод қилиб фаро-

вонликда ҳаётни мадҳ этиб, умр гузаронлик қилмоқдамиз.

Насиб этса келгусида кўп ёрқин саҳифаларни, қизиқарли ҳаётӣй воқеаларни ва саргузаштларни ёритиб бериш билан бир қаторда қарийб 35 йил табобат билан машғул бўлиб қайта ёшариш ва шифо сирларини мукаммал ўрганиб чиқдик. Шу илм сарҳадларини сизлар билан келгусида баҳам кўриш умидидаман.



## УЧИНЧИ БЎЛИМ ҲАЁТБАХШ КАШФИЁТЛАР ТАБОБАТНИНГ ЗИЙНАТИДИР

*Ҳаёт кутилмаган нарсани  
кутиб яшамоқ демакдир.*

*Ораз Демур*

Пок қалб билан суғорилган ҳаёт сарчашман-гиз ҳамиша истиқболли бўлишини тилаб, сиз азиз ўқувчиларимга саломатлигингизни қадрлаган ҳолда табобат илмининг ўта муҳим ва керакли бўлган ва сизни доимо қизиқтириб келган кашфиётлар ҳақида маълумот бермоқчиман. Қилинаётган ижодий изланишлар нафақат саломатлигингизни ўйлаб, балки қайси соҳа вакили бўлишингиздан қатъи назар сиз ҳам келгусида бу олий мақсад сари дадил қадам ташлаб, ихтиролар қилишингизни, янгиликлар яратиб, келгусида оламшумул иқтидорга эга бўлишингизга замин яратасиз, деган умиддаман.

Ҳаётингизда кашфиётлар самараси учун манбалар кўп учраб туради, уни сезиб илғаб олсангиз бўлгани, марра, омад сизники бўлади. Бу қандай ҳолатларда содир бўлиши мумкин, деб сўрамоқчимисиз, унда қулоқ тутинг.

***Дунё миқёсида қилинган ва қилинаётган кашфиётларнинг кўпчилиги қизиқарли ва кулгили вазиятларда, баъзилари чуқур идрок ва тафаккур маҳсули сифатида гоҳида бехосдан, билмасдан хаёл суриб, тушда ёхуд мажбурликдан, зўриқишдан***

**ночор аҳволга тушиб қолиш каби воқеалар тасвирида юзага келади.**

Камтарин муаллифингизнинг бу соҳага қандай кириб келиши ва ҳозирги вақтда ўндан ортиқ табобат илмига оид кашфиётлар унинг ижодий маҳсули эканлигини ҳамда булар бугунги кунда оммавий ахборот воситалари орқали халққа тарғиб қилинаётганини билсангиз бўлгани.

Дунё яратилибдики, қадим замонлардан тортиб ХХІ аср космик тараққиётида илм-фан ва техника ривожини ҳамда саломатлик кўзгуси саналмиш тиббиёт соҳаларида улкан изланишлар бўлиб, сон-саноксиз ихтиролар юзага келди. Бу эса ўз навбатида тараққиётнинг маҳобати даражасини юксакликка кўтарди, яъни ҲАЗРАТИ ИНСОН томонидан қилинган кашфиётлар ўз самарасини берди. Фахр ва ифтихор ила кўтаринкилик руҳида ғурур билан айтишим мумкинки, нафақат дунё олимлари, балки ўзимизнинг жаннатмакон юртимиздан етишиб чиққан мингдан ошиқ буюк дарғалар бўлмиш олиму фузалолар – Абу Райҳон Беруний, Ал-Хоразмий, Улуғбек, ҳазрат Навоий, Фаробий, Замахшарий ҳамда табобат илмининг султони Абу Али ибн Сино қолдириб кетган буюк ва беқиёс кашфиётлари ҳозирги ХХІ аср юксалишида ҳам ўз салоҳиятини ҳамда устуворлигини сақлаган ҳолда Валийлар валийси, устозлар устози даражасидаги мақомини сақлаб келмоқда.

ХХІ аср тезлик ва шижоат асри саналади. Бу давр талаби шундай экан, жаннатмакон юртимизнинг янада гуллаб-яшнашида, истиқболли

тараққиётида ва энг ривожланаётган мамлакатлар қаторига қўшилиб устозлик мақомини олиш учун ҳам ижод, янгидан-янги ихтиролар кашф қилиш бу имондадур. Асримизнинг янги авлоди бўлмиш ёш астрономлари томондан Самарқанд номи билан юритиладиган янги юлдуз сайёрасининг кашф қилиниши бутун дунё аҳлини лол қолдирди.

Ёруғлик тарқатувчи қуёш батареялари физик ёш олимларимиз томондан кашф қилиниб, энергетика соҳасида катта бурилиш ясади. Учас қаноти, юрса оёғи қуядиган чўлу биёбонларга ҳамда қиру адирларда ёруғлик нури тарқалишини бир тасаввур қилиб кўринг-а. Бу тараққиётнинг ҳаёт сарчашмаси истиқболи эмасми?!

Ҳаётимиз нақадар гўзал ва мунаввар, у ўзининг бетакрорлиги-ю ширинлиги билан оғу гулшанида сизни сармаст қилиб қўяди. Шундай экан, сиз азизларимга руҳий, кайфият ўчоғини бахш этган ҳолда ажабланарли сир-синоатга бой кашфиётлар оламга олиб кирмоқчиман. Яйранг, яшнанг ва завқланинг. Бу ёғи янада иссиқ бўлади.

Инсонинг ҳаёти, феъл-атвори, дунёқараши такрорланмас бўлиб, ҳеч бир одам, ҳаттоки эгизак бўлиб туғилганда ҳам фарқ қилиб, тақдирда у ягонадир. Топқирлиги-чи? Оддий қилиб айтганда, оёғимиз остидаги катта ютуқни кўриб кўрмаганга, эшитиб эшитмаганга олиб, унга парво ҳам қилмай, устидан ҳатлаб ўтиб, қўл силтаганча, шуям иш бўптими, дея менсимай юрган одамлар кейинчалик эътиборсизликлари сабаб ўша нарса тасодифдан оламшумул каш-

фиётта айланиб қолганини эшитгач, афсусланиб, аттанг, оғзимиз очилганча чув тушиб турганимизни қара-я, деб қолишади.

Физика, математика, механика, астрономия олими, Англия фуқароси Исаак Ньютон (1643 йил 4 январда туғилиб, 1727 йил 31 мартда 84 ёшида вафот этган) ақл бовар қилмайдиган, эътибор қилмаса ҳам бўладиган ҳамда ҳар куни кўз ўнгимизда турадиган, ҳидласа ёқимли, ширингина, мўъжазгина нарсадан ва оддий ҳодисадан хулоса қилиб, 1699 – 1705 йиллар мобайнида буюк кашфиётини амалга оширди.

Бутун оламнинг тортишиш кучи қонунини ихтиро қилади. Бу иқтидор келгусида самолётсозлик ва космик ракеталарнинг яратилишида хизмат қилди. У ойнали улкан телескопни 1671 йилда ихтиро қилинган бўлиб, астрономия соҳасини юксалишида омил бўлди ва у ўз ижод ва тафаккур намунаси бўлган қатор янгиликлари билан абадиятга элтувчи ҳайкал қўйиб кетди.

Исаак Ньютон бу кашфиётни қизиқарли вазиятда яратди. Олма дарахти соясида хаёл суриб ўтирганда ерга тушган олма унинг диққатини ўзига тортиб, ўйлантириб қўяди: нега олма ва шунга ўхшаган жисмлар ерга тушади, ҳаво ва сув жонзотларига ўхшаб муаллақ учиб юрмайди? Бу ўй натижасида охир-оқибат бир хулосага келади: ернинг магнитга ўхшаш тортиш кучи борлигини, бутун коинот – осмон юлдузлари ҳамда қуёш атрофидаги планеталарнинг бир тизимда қатор бўлиб, тартиб билан ҳаракатланишини тортиш кучига боғлиқ эканлигини асослаб беради.



Эрамиздан олдин 287 йилда туғилган сицилиялик грек олим, физик, математик, механик, инженер Архимед «эврика» сўзи билан юритиладиган янгиликни юзага келтирди. Бу кашфиёт Архимед қонуни деб аталиб, унинг дунёга келишига қизиқ бир учрашув сабаб бўлган.

Подшо олимнинг ақл-идроки, донишмандлигига шубҳа билан қараб, уни синаш мақсадида саройга таклиф қилиб, шундай дейди: «Агар сен машҳур олим бўлсанг, менга аниқлаб бер-чи, бош кийимим бўлган тожимда олтин соф ҳолда қадалганми ёки уста заргарлар олтинга кумуш аралаштирганми? Гар шундай бўлса тожимга шикаст етказмасдан уларнинг ҳар бирини оғирлигини алоҳида-алоҳида ўлчаб, аниқлаб бер-чи?

Олим кўп ва хўб ўйлабди. Боши қотиб, хуноби ошиб, тополмай турганда тасодифни қарангки, бир куни у чўмилиб чиқиш учун ваннахонага киради. Сувга шўнғиганда гавдасининг оғирлиги ва ҳажмининг катталигиданми ваннадаги сув уни сиғдиrolмай тошиб ерга тўкилади.

Бу манзаранинг гувоҳи бўлиб турган олимнинг қувончдан кўзи чақнаб, ёришиб кетади. Машаққатли изтиробларини ортда қолдириб, қил устида турган шон-шуҳратини бир оддий мўъжиза сабаб сақлаб қолган эди-да.

Подшонинг саволига у жавоб топган бўлиб, қилган кашфиётни «эврика» номи билан талқин қилди. Эврика грекча сўздан олинган бўлиб, топдим деган маънони билдиради. Архимед ўз кашфиётида олтин, кумуш, темир ва бошқа

ҳар қандай жисмларнинг ўз вазни ва шунга яраша ҳажми бўлишини ва бу жисмлар сувга тушганда худди шу оғирлиги ва ҳажм миқдоридан сувдан тошиб чиқишини аниқлайди. Олим бу қонуниятдан фойдаланган ҳолда тожда ўрнатилган олтин ва жавоҳирларнинг софлигини мисқолигача ўлчаб, подшонинг олқишига сазовор бўлган экан.

Тараққий этган мамлакатларда завод ва фабрика эгалари капиталини янада кўпайтириш мақсадида ўз ишининг устаси ўта қобилиятли мутахассисларни жалб қилиб, уларга катта маош тўлаб янги кашфиётлар қилишга ундашар экан. Корхона раҳбарияти уларга олти ой ёки бир йил ишламаса ҳам ойлик маош тўлаб ижодларига халақит бермасдан, аксинча, эркинлик бериб индамай қўяр экан. Иختирочилар бўлса ўз навбатида еган нонни оқлаш учун завод ва фабрикада куну тун юриб ҳар бир дастгоҳнинг ишлаш механизмини ўрганиб охир-оқибат тежамкорлик, кам харжлик ва кўп фойда кўриш йўллари кешф қилиб, ўсиш суръатларининг ўн баравар ва ундан ортиқ бўлишига замин яратар экан.

Азиз ўқувчим! Юқорида келтириб ўтилган ихтиролар мажмуасини эътиборингизга ҳавола қилишдан мақсад, сизларнинг бу соҳада умумий тушунчага эга бўлиб, уни қунт билан ўрганишларингизни истардим.

Келгусида юртимизнинг тараққиёти равнақи йўлида фидойи, мард фарзандлари бўлиб жонбозлик кўрсатишингизга, кашфиётлар қилиб,

халқимизнинг дуосига сазовор бўлишингизга тилакдошиман.

Саломатлик йўлида қилинган кашфиётлар табобатнинг зийнатидир. Ва у абадият ўчоғида ҳамиша нур бўлиб порлаб туради. Ҳаёт сўқмоғининг афсонавий кечинмалар дунёсида сузиб юрганымда ҳаётим қил устида бўлиб, қабоҳат исканжасида шўнғиб умидсизланиб қолганимда Яратганнинг меҳрибончилиги ва амри билан сирли туш кўриб қолдим. Бу синоатнинг ортида кейинчалик ҳаётим мазмунига айланиб қолган оддийгина бир усулни қўллаш турар эди. Менга у қайта ҳаёт бағишлаб узоқ умр бериб, бахтли, саодатли умргузаронлик қилишимга сабабчи бўлган эди. Бу кашфиётимнинг тўла матни ҳақида ЗУЛМАТНИ ТАРК ЭТИБ ЁХУД ТАБОБАТНИНГ МЎЪЖИЗАВИЙ САЛТАНАТИ деган бадий асаримда ёритиб, уларни халқимга етказганимдан ва бу асарда адабий-бадий ижодни илм-фан, табобат билан қўшиб олиб бориш менга насиб этганидан бахтиёрман. Табобат илмининг сир-синоатга бой мўъжизалари мени бутунлай банди этиб, хайрли кашфиётлар қилишимга ва шу тариқа ўндан ошиқ янгиликлар ихтиро этишимга сабабчи бўлган эди. Мен ҳаётни севиб қолдим. Чунки бу ижод маҳсулим менга ҳаётим таянчи ва қўрғон бўлиб, келгусида хизмат қилди. Шу тариқа кашфиётлар бир-бирга уланиб ҳамда тўлдириб аста-секинлик билан пайдо бўла бошлади. Синалган ва ўз тажрибамдан ўтган, айтиш жоиз бўлса, кашф этганим – муолажа усулларим шифоталаб инсонларга асқотса, кимнидир дарддан халос этса, соғ-

лиғини мустаҳкамласа, мен китобни ёзишда ўз олдимга қўйган мақсадимга эришдим, ҳаётим, умрим давомида инсонларга керакли иш қилдим, деган хулосага келаман. Фикрларимга ишониб, тавсияларимни қўллаганингиздан чексиз бахтиёрман.



## МУНДАРИЖА

Абдукарим Усмонхўжаев. Саломатлик йўлидаги  
янги китоб ..... 3

### Биринчи бўлим

ТАБОБАТ ВА ҚАЙТА ЁШАРИШ СИРАЛARI ..... 5

Аввало, кўкатлар ҳақида ..... 6

Олма, лавлаги ва қизил сабзи шарбатининг  
ёшартиришда тутган муҳим ўрни ..... 10

Уй қатиғи мўъжизалари ..... 14

Думба ёғи мўъжизаси ..... 18

Биологик қурилиш материаллари табобат  
шоҳсупасида ..... 22

### Иккинчи бўлим

ЗУЛМАТНИ ТАРК ЭТИБ ЁХУД ТАБОБАТНИНГ  
МЎЪЖИЗАВИЙ САЛТАНАТИ ..... 38

### Учинчи бўлим

ҲАЁТБАХШ КАШФИЁТЛАР ТАБОБАТНИНГ  
ЗИЙНАТИДИР ..... 125

*Тиббий-маърифий нашр*

БОТИР ХАЙРУЛЛАЕВ

**ТАБОБАТ ВА ҚАЙТА ЁШАРИШ СИРЛАРИ  
ЗУЛМАТНИ ТАРК ЭТИБ ЁХУД ТАБОБАТНИНГ  
МУЪЖИЗАВИЙ САЛТАНАТИ**

Муҳаррир  
Феруза ҚУВОНОВА

Техник муҳаррир  
Сурайё АҲМЕДОВА

Бадний муҳаррир  
Уйғун СОЛИХОВ

Компьютерда саҳифаловчи  
Феруза БОТИРОВА

Босишга 29.09.2013 й.да рухсат этилди. Бичими 84x108 1\32.

Гарнитура «Bookman Суг+Uzb». Офсет қоғоз.

Босма тобоғи 4,25 б.т. Шартли босма тобоғи 7,14.

Адади 3000 нусха. Буюртма № 238.

Баҳоси келишилган нарҳда.

«Янги аср авлоди» нашриёт-матбаа марказида тайёрланди.

Лицензия рақами: АІ № 198. 2011 йил 28.08 да берилган.

«Ёшлар матбуоти» босмахонасида босилди.

100113. Тошкент, Чилонзор-8, Қатортол кўчаси, 60.

***Муражаат учун телефонлар:***

Нашр бўлими – 273-62-71; Маркетинг бўлими – 128-78-43

факс — 273-00-14; e-mail: [yangiasravlod@mail.ru](mailto:yangiasravlod@mail.ru)

**«Янги аср авлоди» нашриёт-матбаа маркази  
томонидан нашр қилинган китобларни  
қуйидаги манзиллардан топиш мумкин:**

1. «Янги давр китоблари» савдо ташкилоти, Тошкент шаҳри, Қатортола кўчаси, 60-уй, тел.: 273-42-67.
2. «Шарқ зиёкори», Бухоро кўчаси, 26-уй, тел.: 233-58-72, 421-50-26.
3. Навоий китоб савдо растаси, Навоий кўчаси, 30-уй, тел.: 505-11-88, 985-58-15.
4. «Мегам books». «Ҳамза» метроси, тел.: 473-00-35, 277-52-70.
5. «Юридик адабиётлар», Тошкент Яккасарой тумани, Бобур кўчаси, 4-уй, тел.: 766-29-31, 233-73-32.
6. «Акмал-Зиё». С.Раҳимов тумани, Талабалар кўчаси, 2-уй, тел.: 761-61-18.
7. «Bookland», Тошкент, Шевченко кўчаси, 34-а. тел.: 280-80-80.
8. «Эркин китоблар», Беруний кўчаси, 12-уй, тел.: 246-55-60.
9. «Flinta Books» Тошкент шаҳар, Чорсу, Навоий кўчаси, 44-уй, тел.: 244-34-34, 244-30-40.
10. «Илм шуъласи» савдо маркази, Тошкент вилояти, Зангиота тумани, ЧП «Азимов», тел.: 704-77-42; «Чилонзор канц», тел.: 406-72-82; «Ануш канц.савдо», тел.: 150-27-41; 180-38-01.
11. «Маънавият бўстони» китоб дўкони, А.Темур кўчаси, 6-уй, тел.: 241-25-90. 307-28-58.
12. «Таълим манбаи» китоб дўкони, Шайхонтоҳур кўчаси, 10-уй, тел.: 241-07-14.
13. «Brass Trade» китоб дўкони, Магнитагор 7-тор кўчаси, 12-уй, тел.: 157-47-31.
14. «Sinema market», «Ихлос» дўкони, Навоий кўчаси, 3-уй, тел.: 244-44-07.
15. «Ўздавкитобтаъминот», Навоий кўчаси, 30-уй, 1-китоб дўкони, тел.: 244-19-91.
16. «Хусусий тадбиркор Р.Исхакова», Андижон вил. Балиқчи тумани, тел.: +99891-602-10-77 савдо маркази.

**17.** “Андижон китобсавдо”, Андижон ш. Истиқлол кўчаси  
8-уй, тел.: 8-374-224-42-25.

**18.** “Одина Эшон мероси”, Хоразм шаҳри, Богот тумани,  
Деҳқон бозори қишлоғи, тел.: +99862-704-55-88.

**19.** “Қутлуғ қадам”, Қарши ш. Ўзбекистон кўчаси, 292-  
уй, тел.: +99875-778-41-01.

**20.** “Ҳидоятхон савдо сервис” МЧЖ, Наманган,  
Фиштакўприк даҳаси савдо марказида китоблар дўкони,  
тел.: 8-369-226-43-92.

**21.** “Диёнатли ҳамкор”, Жиззах ш. Иттифоқ маҳалла  
12-уй, тел.: +99872-366-76-19.

**22.** Жиззах ш. Кўкбозор китоб растаси, тел.:  
+99872-227-99-27

**Мурожаат учун манзила:**

100113, Тошкент, Чилонзор-8, Қатортол кўчаси, 60.

Телефон: 273-56-45; 128-78-43; +99897-797-10-77.

e-mail: [yangiasravlodi@mail.ru](mailto:yangiasravlodi@mail.ru)