Ғилем һәм ғәмәл

Гузал СИТДИКОВА

ТУҠЛАНДЫРЫУ

Бала тәрбиәһендә ата-әсә күберәк нимәгә иғтибар итергә тейеш һуң? Бересенән, баланың үҙенә ҡарата вазифаларын; икенсенән, ғаиләгә ҡарата вазифаларын; өсөнсөнән, ил һәм милләт алдындағы вазифаларын; дүртенсенән, кешелеккә булған вазифаларын төшөндөрөү зарур тип һанай милли әхлағыбыҙ. Кешенең үҙенә ҡарата бурыстарына тәнен һәр төрлө ауырыуҙарҙан һәм зарарлы нәмәләрҙән һаҡлау менән бер рәттән рух сәләмәтлеген хәстәрләү, насар һәм бысраҡ уйҙарға юл ҡуймау ҙа инә. Сыныҡтырыу, тән гигиенаһына, заман шауҡымы алып килгән сир-сорҙан һаҡланырға өйрәткәндә мәҡәлдәребеҙ беренсе ярҙамсы була ала. Һаулыҡ - иң ҙур байлыҡ - был мәҡәлде белмәгән кеше юҡтыр. Ауырыуҙан һаҡланыу сараларын ололарыбыҙ дөрөҫ әйтеп биргән:

1. Дөрөҫ тукланыу: Ауырыу - йә астан, йә аштан. Ит ашаһаң - дарыу, күп ашаһаң - ағыу. Аш - ашау менән түгел, аш булып һеңеү менән. Башҡорттар мосолман булараҡ, хәрәм һаналған ризыҡтан, иҫерткес әсемлектәрҙең тыйылыу менән бер рәттән милли аш-һыуҙа өҫтәмә тыйыуҙар ҙа индергән, мәҫәлән, йөрәктең ҡапҡасын, туң майҙың биҙен алып ташларға ҡушылған: Биҙ ашаһаң, биҙ сығыр. Баланы уҙ йәшенә ярашлы туйындырыу ҙа мөһим. Әсә һөтө - хәләл һөт - уның бала холҡона, яҙмышына йоғонто яһай тип һаналыуы «Ирәндек» әкиәтендә сағылыш тапҡан. Хәтерләүебеҙсә, мөгөҙлө хан әсә һөтө ҡушып бешерелгән ҡымыҙ ашағанын белгәс, имсәктәш туғанына әүерелгән егетте үлтермәҫкә мәжбүр була. Балаға сит ҡатын һөтөн имеҙеүҙән башҡорттар мөмкин тиклем тыйылғандар, йәки һыналған, зат-зәүрәтен белгән ҡатынды һөт инәһе иткәндәр. Нарасыйҙың сәләмәтлегенә, хатта яҙмышы өсөн кире йоғонто булыу ихтималлығынан тыш имсәктәшлек мөнәсәбәтәре барлыҡҡа килеүе хәлдә ҡатмарлаштырған, әкиәттән күреүебеҙсә, ниндәйҙер хоҡуки мәсьәләләр ҙә килеп тыуған. Хәҙерге заман медицинаһы ла, ниһайәт, баланы доньяға килеү менән әсәһе янына һалып, тик уның һөтө менән генә тукландырыуҙың мөһим икәнлеген таный башланы. Уҙ әсәһе һөтөн имгән бала диатез (әҫпе) менән әҙерәк яфалана, ауырыуҙарға бирешеп бармай, тынысыраҡ була икәнлеге иҫбатланған. Балалар йорттарында донъяға килгән сабыйҙар тиҫтәләрсә йылдар имсәктәшлек мөнәсәбәтенә ингәнлеге, сит бала имеҙгән йә һөтө һауып әсерелгән (был күренеш тә медицина учреждениеларында киң таралған) әсәнең һөт әсәһенә әүерелеүе һаман да әле иғтибарға алынмай. Ологайған ҡатындарҙың йәштәргә кейәүгә сығыу күренеше барлығын иҫәпкә алһаң, был һис кенә лә борсомаҫлыҡ күренеш түгел. Бәлки һөт әсәһенә өйләнер кеше... Йәштәрҙең дә имсәктәш булып сығыуы бар. Тукландырыуға бәйле тағы бер әйтем: Теше сыҡҡан балаға сәйнәп ашатҡан - аш түгел. Самалап ашау - етешһеҙ тормоштан ғына түгел, милләтебеҙҙә ул күркәм холоҡтарҙан, тәрбиәлелек билдәһе, сәләмәтлек нигеҙе лә: Аҫыл ҡоштоң билгеһе - алдына килмәй аш еймәҫ.

Ҡыҙҙар - ҡыйғыр (ҡыл) тамаҡ. Аш-һыу тән һәм йән сәләмәтлегенә бик ҙур йоғонто яһаусы фактор булыуын иҫтә тотоп, шуға ҡағылышлы әйтем һәм мәҡәлдәрҙә күберәк килтерәм: һөттө - һаулыҡ, майҙа - бәрәкәт, иттә - ҡеүәт. Һөт тотҡан ҡаймаҡ ялар. Һигеҙ ҡапма, һимеҙ ҡап. Ябыҡ ит үҙенде ашай. Һурпа эскәндең ҡарыны йыуан, ит ашағандың балтыры йыуан. Туйыр алдынан туя бел, ҡашығынды ҡуя бел. Сәйһеҙ тороп була, икмәкһеҙ тороп булмай. Боронғоларыбыҙ ҡеүәт арттырыу, ҡәүҙә төҙәлеше көйләү серҙәрен белеүҙән тыш, кәрәкле матдәләр балансын булдырыу яйын да ҡайғыртҡандар: Ете зыярат аша килгән ҡустәнәс ашаған - йөҙгә тиклем йәшәгән. Ҡунаҡҡа барғанда хәленсә ҡустәнәс һалып алыу ғәҙәте шулай нығынғандыр ҙа. Йәнгә лә, тәнгә лә им ул - ҡустәнәс, нинә тиһәң, ғалимдар тарафынан Башҡортостандың күп кенә төбәктәрендә төрлө химик элементтарға ҡытлыҡ булыуы асыҡланған.

Икенсе яҡтың һыуында әҙерләнгән ризыҡта химик элементтар составы ла икенсерәк бит... Һөйәнөп, һөйһәнеп ашаған тәғәм - шулай уҡ йәнгә, тәнгә им.

2. Температура режимын күҙәтеү: Аяғыңды - йылыла, башыңды һауыҡта тот.

3. Көн режимын билдәле бер тәртиптә үтәү: Бер төрлө торһаң, йөҙ йыл торорһоң.

4. Ауырыуҙы алдан алыу, иҫкәртеү, таҙалыҡ һаҡлау - гигиена: Ауырыуға себен әйәләшер, һаҡланмаһаң, илгә өләшер;

5. Физик эш, күнекмәләр: Хәрәкәттә - бәрәкәт.

6. Сир үҙен һиҙҙереү менән ваҡытында дауалана башлау: Ауырыуын йәшергән үлер. Оҙаҡҡа киткән ауырыу йәнеңде алыр. сәламәт тәндә - таҙа аҡыл. Аҡыл таҙа булғанда тән дә таҙа, сөнки үҙен дөрөҫ тотҡан кеше теләнә ниндәй сир-сер йоҡтороп бармай.

Рух сәләмәтлеге тураһында һүҙ йөрөткәндә. Ике көнөн бер тигеҙ үткәреүсе үҙенә зарар яһайҙар тигән әйтем иғтибарға лайыҡ. Кеше һәр көн рухын камиллаштырыу өҫтөндә эшләргә, ғилем алырға, башҡаларҙың тәжрибәһен өйрәнергә тейеш - үҙе лә үҫә, абруй яулай, иленә, милләтенә, ғаиләһенә файҙалы кеше булып та етлегә. Ғаиләгә ҡарата бурыстарға ата-әсәнең балаларына ҡарата, балаларның ата-әсәһенә ҡарата, туғандарҙың һәм яҡындарҙың бер-береһенә ҡарата вазифалары инә. Халҡыбыҙҙа ата-улды, инә-ҡыҙы белмәү. Кесене кеселмәү, олоно ололамау ахырызаман күренеше тип ҡабул ителгән, әхлаҡ ҡағиҙәләренә талап кәслә булған. Ата-әсәнең бала алдындағы бурыстарын динебеҙ һәм милли ҡанундарыбыҙ ҙа аныҡ билдәләй.

1. Балаға матур, мәғәнәле исем ҡушыуҙан башлап - Исеменә күрә - есеме, уны өйләнеү йәшенә еткәнсе ҡарау - мөҡәддәс бурыс: Алма ла ваҡыты еткәс кенә өҙөлеп төшә.

2. Хәләл ризыҡ, йәғни дин ҡушҡанса тукландырыу. Хәләл ейгән холоҡло булыр. Был хаҡта сәләмәтлеккә бәйле үрҙә әйтеп кителгәйне инде. Әммә халҡыбыҙҙа дөрөҫ тукланыу ул - тәрбиәлелек билдәһе лә.

Мәҡәлдән күренеүенсә, ризыҡ холоҡҡа ла йоғонто яһай. Замана медицинаһы хатта мөхәббәт хисен дә ҡандағы химик реакция менән бәйләп, яңы ғына асыш яһаған мәлдә, башҡорттар быны борондан белгәнлеге иҫ киткес. Тыйылған йәғни, хәрәм ризыҡ менән тукланыу, хәмер эсеү ҡан эшмәкәрлеген боҙоп, холоҡҡа, йәғни, мейе эшмәкәрлегенә лә йоғонто яһай, тимәк. Хәләл - эшләп тапҡан тигән мәғәнәне лә бирә, енәйәт юл менән табылғаны үҙе уҡ кешенең ниндәй икәнен күрһәтеп тора.

3. Ислам талаптарына ярашлы сөннәткә ултыртыу: йәше еткәс, мәктәпкә биреү: Белемле ҡыҙ - бирнәле ҡыҙ. Беләкле - берҙе йығыр, белемле - меңде йығыр.

4. Балаларының енесенә ҡарап айырма яһамау - был хаҡтағы мәҡәлдәрҙе үрҙә килтергәйнек инде.

Бармаҡтың ҡыйһыһын тешләһәң дә ауырта. Уҙ балаң үҙеңә ҡәҙерле.

5. Балаһының кем менән дуҫ булыуына диҡҡәт итеү, сөнки Яман дуҫ юлдан яҙҙырыр.

6. Лайыҡлы ғүмер юлдашы табышырға ярҙам итеү, өйләндереү: Асҡыс йоҙағы менән, борсаҡ ҡуҙағы менән.

Беҙҙең заманда ата-әсә инде олоғайып бөткән балаларын да аҫрауын дауам итһәләр, әммә борон ата-әсәнең мотлаҡ үтәлер бурысы башлы-күҙле итеү менән тамамланған, һәр береһе уҙ көнөн үҙе күрергә тейеш булған. Улай ғына ла түгел, йәш быуындың ата-әсәһе алдындағы бурысы арткан ғына. Был күберәк ир балаларға ҡағылған, әлбиттә.

Балаларҙың ата-әсәһенә мөнәсәбәтен аныҡлаған мәҡәлдәрҙән: Орошҡан булһа - улың яу, ҡарышҡаҡ булһа - ҡыҙың яу. Ата-әсәһе саҡырыу менән йүгереп килеү, уларҙың йомоштарын еренә еткереп үтәү, йомшаҡ, татлы тел менән яуап биреү - башҡорт балаһына хас сифаттар.

Махсус рөхсәт алмай тороп, өлкәндәр хәбәренә балаларҙың ҡушылып китеүе ғәйепләнә, быны әҙемтәһе ифрат ҡаты: Атаһы тороп улы һөйләгәндән биҙ, инәһе тороп ҡыҙы һөйләгәндән биҙ. Хәҙерге заманда йыш осрай торған был күренеш беҙ үҫкәндә лә әле ата-әсәйҙәрҙе оятҡа ҡалдырыр ғәмәл һанала ине. Тишеккә - тығып, йыртыҡҡа - ямау булып, һүҙгә генә түгел, кәрәкмәгән эшкә ҡыҫылып йөрөү ғаиләнән ситтә лә маҡтауға лайыҡ тип танылмай. Рөхсәтһеҙ өйҙән сығып китмәү, берәй нәмә эшләгәндә мотлаҡ ата-әсәнән кәңәш һорау, уларға белдереү, мохтаж хәлдәге ата-әсәгә ҡул ярҙамы ла, матди ярҙам да күрһәтеп тороу - балаларҙың изге бурысы: аҡыллы ул - алтын ҡул. Ата һүҙен тотмаған, әсә һүҙе йоҡмаған - яуға сабыр ир булмаҫ. Алтмышҡа еткән атанды ҡол итмә - үҙең ҡол булырһың. Туғандар һәм яҡынларҙың бер-береһенә ҡарата мөнәсәбәте - шулай уҡ күркәм холоҡ, әхлаҡ күрһәткесе. Бала нәҫел-нәсәбен белеп, улар менән татыу йәшәргә өйрәнергә тейеш:

Ете быуынын белмәгән - етем. Туғандарҙың татыулығы бар байлыҡтан артыҡ. Туғаныңдан биҙмә - нәҫелең ҡорор. Ял - ярлыҡмаҫ, үҙендеке - ташламаҫ. Туғанын хурлаған - дошман ҡулына төшкән тип, ҡанбабалар был вазифабыҙҙа ла бик яуаплы ҡарарға өйрәткән.

Туғандар - ата-әсәбеҙҙән ҡала иң яҡын кешеләребеҙ, уларҙы беҙ үҙебеҙҙе яратҡан кеүек яратырға тейешбеҙ. Ата-әсәнең вафатынан һуң иң оло ул - атай, иң оло ҡыҙ - әсәй урынында ҡала. Брат браттың донъя көткәненә не рад тигән әйтем - хәҙерге динһеҙ заман емешелер, быға һүҙҙәрҙең туған телебеҙҙән булмауы да ҡеүәт. Һәйбәт тәрбиә алған кеше Туғандарың - ҡулың менән аяғың, дуҫтарың - таяныр таяғың икәнен онотмай. Олоно - оло, кесене - кесе итә белеү башҡорт балаһына орсоҡтайҙан, туғанлыҡты аңлатҡан һүҙҙәрҙе өйрәнеүҙән уҡ һеңдерелә: атай-әсәй, ағай-апай, эне-һеңле, еҙнә-еңгә, инәй-бабай, олатай-өләсәй, ҡоҙа-ҡоҙағый тигәнендә бала һәр кеме менән үҙен нисек тотоуҙы, улар алдында ни бурысы, ни хаҡы барын билдәләй, «субординация» тойғоһо шул ябай ғәмәлдән баш ала. Атайыңдан оло кеше менән уйнап һөйләшмә.

Кескәйҙәргә уҡығыҙ

ҠОШТАР

Бер ҡош аулаусы яр буйына үҙенең ауын ҡора. Аҙыҡҡа алданып, бер өйөр ҡош ауға эләгә. Аусы үҙенең ауы эргәһенә яҡынлауы була, ҡоштар ауыние менән бергә шаулап осоп та китә. Ғәжәпкә ҡалған аусы ҡоштар осҡан яҡҡа йүнәлә. Ҡош аулаусының ҡаршыһына бер кеше осрай һәм унан ҡайҙа юл тотоуы тураһында һорай. Аусы осоп барған ҡоштарға күрһәтә һәм үҙенең уларҙы әҙерлекләүе тураһында әйтә. Кеше көлә һәм:»Аллаһ хаҡына аҡылыңа кил. Һин ысылап та күктә осҡан ҡоштарҙы тотормон тип уйлайһыңмы?» - ти. «Әлбиттә, - ти аусы. - Ауға бер генә ҡош эләкһә, мин уны тота алмаҫ инем. Ә быларҙы тотасаҡмын». Шулай килеп сыға ла. Эңер төшөү менән ҡоштарҙың һәр береһе үҙ ояһы яғына табан тарта башлай. Береһе ауҙы күлгә, икенсеһе урманға табан тарта, өсөнсөһө тауҙарға ҡарай осорға теләй. Ләкин береһе лә маҡсатына өлгәшә алмай. Тартыша торғас, өйөрө менән ергә килеп төшәләр. Бына шул саҡта аусы уларҙы тотоп ала ла инде.

Бахыр ҡошсоҡтар Пәйғәмбәрҙең (Аллаһ уға фатихаһын бирһен һәм сәләмләһен) түбәндәге хәҙисен белгән булһалар, бер йүнәлештә генә осорҙар һәм аусы ҡулына эләкмәҫтәр ине. Ә ул хәҙис шулай яңғырай: «Бер-берегеҙҙән алыҫлашмағыҙ, юҡһа, көтөүҙән айырылған һарыҡты бүре тамаҡлай».

СӘНСКЕ

Борон заманда бер илдә бик ҡурҡыныс хөкөм булған. Ғәйепле тип танылған кешеләрҙе ас арыҫландарға теткеләргә ташлағандар. Ә йыйылған халыҡ был хәлде күҙәтеп торған. Ул көндә үҙенең хужаһынан ҡасҡан ҡолдо ғәйепле тип табып, хөкөм итәләр. Уны бейек стеналар менән уратып алынған арена тип аталган майҙанға индерәләр. Күп тә үтмәй. унда ун көн буйы ашамаған арыҫланды ла ебәрәләр. Ҡорбанға ярһып ташланған арыҫлан ҡапыл туктап ҡала һәм ирҙең ҡулын ялай башлай. Бөтәһе лә аптырашта ҡала. Ҡолдан был арыҫландың уға ҡарата миһырбанлы булыуының сәбәбен һорайҙар. Ул шулай тип яуап бирә. - «Бер ваҡыт мин был арыҫланды урманда осраттым. Уның тәпәйенә үткер сәнске ҡаҙалғайны һәм ул ауырыныуҙан һыҙлана ине. Мин уның тәпәйенән сәнскене тартып сығарҙым, шул ваҡыттан алып беҙ дуҫтар булып киттек». Ҡолдоң һөйләгәндәре халыҡҡа бик нык тәьҫир итә. Арыҫланды ла, ҡолдоң үҙен дә иреккә сығаралар. Ҡол артынан тыңлаусан бесәй һымаҡ. эйәргән арыҫланды кешеләр аптырап, һоҡланып күҙәтә. Пәйғәмбәребеҙ ҡалай матур әйткән бит: «Башҡаларҙы ҡайғыртыусыларға Аллаһы Тәғәлә лә миһырбанлы Ер йөҙөндә йәшәүселәргә изгелекле, хәстәрле булығыҙ - Күкте биләүселәр һеҙгә аяулы булыр».