Фирдүс Дәүбаш

Без бәхет өчен яратылган

УДК 821.512.145
ББК 84(2 Рос = Тат)6
Д 21

Охраняется Законом РФ «Об авторском праве и смежных правах». Воспроизведение всей книги или ее части на любых видах носителей запрещается без письменного разрешения автора.

Фирдүс ДӘҮБАШ

Д 21 Без бәхет өчен яратылган. Тулыландырылган өченче басма. – Казан: РИЦ «Школа», 2008. – 280 б.

ISBN 5 - 88846 - 052 - 4

Һәркем бәхетле булырга тели. Әмма теләк кенә җитми, бәхеткә ничек ирешергә икәнен дә белергә кирәк. Пар күгәрченнәр сыман гөрләшеп яшәү, эшеңнән ләззәт табып, уңышка ирешү — үзе бер сәнгать. Аңа махсус өйрәнәләр.

Бу китап бәхеткә ничек ирешү турында. Тормышыгызны тагын да яктырак һәм ямьлерәк итү теләге белән язылды ул.

ISBN 5 - 88846 - 052 - 4

© Фирдүс Дәүбаш, 2008

“Кыйбла кайсы якта?” — дип сорама,
Кыйбла — изге эшләр ягында!

Галимҗан Гыйльманов

КЕРЕШ

Бу китап бәхет турында. Нәрсә соң ул бәхет дисәң, күпләр: "Кесә тулы акчаң, яшәргә урының, сыенырга гаиләң булса, бәхетле дә буласың", — диләр.

Мәктәпне тәмамлап, олы тормыш юлына басам дигән ямьле көннәрдә тәрәзәгә якын торган ботакка кош булып килеп куна ул бәхет. Дөньяның ямен күрсәтергә тырышып и сайрый ул, ялгышма, күңелеңә хуш килгән эшне сайла, ди. Әмма яшь кеше эшнең акчалысы кирәген белә инде. Кайда күп түлиләр, шунда китәчәк ул. Бәхет кошы һаман сайрый, үзенчә нидер аңлатырга тели, ләкин аны тыңламыйлар, ишетмиләр шул. Ә бит ул сабыр итәргә чакыра, яраткан эше кешегә байлыгын да, шатлыгын да китерәчәген сөйли.

Балалар бакчасындагы шомырт агачына кунып сайраган чаклардан ук яраткан иде үзен бәхет кошы. Бу шук бала үскәч тә бергә булырбыз дип уйлаган иде...

Үпкәләми бәхет. Бераздан сылу кыз булып килә ул. Ай кебек якты һәм түгәрәк йөзеннән акыллы да, уңган да булуы беленә. Әмма кеше һаман үз бәхетен күрми, киреләнеп:

— Синең белән тулай торак бүлмәсендә яшәргәме? Кирәкми миңа мондый бәхет. Менә үз фатирым, машинам булгач килерсең, — ди. Сылу кыз аңа:

— Мин бит синең бәхетең. Матур итеп яшәп китик, бергә-бергә үз йортыбызны булдырырбыз, — дияргә тели дә соң, тыңламыйлар үзен...

Еллар үтә. Эшенең яме юк, акчасы һаман җитми; вакытлыча, фатир булганчы гына яшәп торам дип йортка кергән хатыннан балалары туа кешебезнең. Соры көннәр, кызыксыз яшәү. Хәер, кесә тулы акчасы, патша сарае сыман йорты, курчак кебек хатыны булса да барыбер тормышыннан канәгатьсез булыр иде ул. Нидер җитмәс үзенә, җитмәгән бу нәрсә тормышына ямь бирергә тиеш булган төп нәрсә икәнен сизенер ул. Балалар бакчасын, укыган мәктәбен, теге сылу кызны сагыныр, әмма булдырган, тапкан бар нәрсәсен бирсә дә, бәхетле чакларының бер мизгелен генә дә кайтара алмас...

Ничек бәхетне качырмаска? Аның нечкә авазын ничек ишетергә?

Һәркем бәхетле булырга тели. Әмма теләк кенә җитми, бәхеткә ничек ирешергә икәнен дә белергә кирәк.

Пар күгәрченнәр сыман гөрләшеп яшәү, эшеннән ләззәт табып, уңышка ирешү — үзе бер сәнгать. Аңа махсус өй-рәнәләр.

"Мин бәхетсез" дип зарланып яту җиңел. Бәхетле булу алай ук җиңел түгел, бәхет тырышлык таләп итә. Аның өчен күп белергә, күп уйланырга кирәк. Бәхет-ырыска ирешү сәнгатенең шактый серләрен без ата-бабаларыбыздан килгән рухи мирасны өйрәнеп белә алабыз.

Бу китап бәхеткә ничек ирешү турында.Тормышыгызны тагын да яктырак һәм ямьлерәк итү теләге белән язылды ул. Бәлки, язылганнарның шактыен сез инде беләсездер дә, әмма әһәмиятен күрмисездер. Хакыйкать бер ул, төрле

кеше аны төрлечә аңлата гына. Һәрхәлдә, әгәр китапны укып чыгып, тормыш сукмакларыннан тыз-быз чапканда, кинәт тукталып, тирә-якка карап, дөньяның ямен күрсәгез, бәхет, яшәү мәгънәсе турында уйлана башласагыз, димәк, хезмәтем бушка булмаган. Бу китапның сезгә көннең вак-төяк мәсьәләләрен чишүдә дә, олы эшләр башкаруда да файдасы булыр дип өмет итәм.

Китапта язылганнарны укып чыгарга түземлегегез җитсә, дөньяга яңача карый башлаячаксыз. Карашларыгыз белән бергә бөтен тормышыгыз үзгәрәчәк, мул һәм рәхәт көннәр киләчәк.

Кайберәүләр китап белән танышып, эчтәлеген җитдигә алмас, аның әһәмиятен аңламас. Адәм баласы дөрес яшәсен, кыска гына тормышында да күпсанлы хаталар җибәрмәсен иде. Безне ялгыш уйлар һәм гамәлләр харап итә. Олы вә кече бәла-казаларга очрап, сәламәтлеген җуеп, кеше үз тормышы турында җитди уйлана башлый, хаталарын аңлый һәм калган гомерен башкача яши. Ә бит эшне хастаханәнең реанимация бүлегенә җиткермәскә дә була. Ялгыш яшисең дигән ишарә-сигналларны вакытында аңларга гына кирәк...

Бу китап дөрес юлга, бәхет юлына басарга теләүчеләргә файдалы булыр. Китапны укып чыгарга әлегә мөмкинлегегез булмаса да, борчылмагыз. Ул үзегезгә якын бер җирдә ятсын, анда язылганнар үзләре күңелегезгә үтеп керер. Бераздан вакыт табып китапны укый башлагач, шаккатарсыз — күп нәрсә сезгә таныш булачак...

Бу китап бәхетле булырга теләгән һәр кешедә булсын иде...

Беренче бүлек

БЕЗ – КҮК НӘСЕЛЕННӘН!

Кеше гомере буе бала чагын сагына. Нинди ямьле, бәхетле чак ул! Әти-әни янындагы рәхәт, берниндиhхәсрәт, кайгы-борчу булмаган чак ул. Бала тормыш бәйрәмендә канатланып, күбәләк сыман очып йөри. Игътибар итегез әле: олылар лып итеп авыр басса, балаларның хәтта йөреше дә башка, алар җиргә тияр-тимәс кенә йөри. Ни өчен? Чөнки алар күкне ярата, алар күккә омтыла, ә олылар исә җиргә тартыла. Җиргә аларны, мөгаен, тормыш авырлыгы беректерәдер. Беректерәдер һәм бөкрәйтәдер. Берзаман алар җирнең тарту көченә бөтенләй бирелә башлыйлар, хәтта басып торалмас булалар, ятакка сузылалар. Җир кешене үзенә суырып ала...

Әйе, җир тарта, җир ул олы, куәтле. Әмма күкгаләм тагын да олырак, тагын да куәтлерәк ич. Ник без дә бәхетле балалар сыман очына алмыйбыз. Нәрсә бу: җир белән күк тартышуымы? Әллә... бәхетсезлегебезнең сәбәбе үзебездәме?..

Шатлыклы мизгелләрдә бәхетле кешедә тумыштан бирелгән очу теләге уяна, кыска гына вакытка булса да ул сөенеп һавага сикерә, җирдән аерыла... Кешенең хәлен

белү җип-җиңел, аның йөрешенә бер карау җитә – бәхетле кеше җиңел басып, очып диярлек йөри, ә бичара авыр хәрәкәт итә. Йөреш-торышына карап, хәтта кешенең күпме гомере калганын да якынча белеп була...

Кояш яктысы тулган бүлмәдә уянып, бала елмая. Ул яңа көнгә сөенә, аңа һәр көн – бәхет-шатлык тулы бәйрәм. Балага һәр нәрсә кызык, аңа һәр җирдә күңелле. Ул бөтен дөньяны ярата, елның һәр фасылын үз итә, ямьле яз-җәйне генә түгел, яңгырлы көзен дә, суык кышын да.

Балалар, очынмагыз!

Әмма балачакның гомере бик кыска шул. Тиздән дөнья мәшәкатьләре башлана. Олылайган саен кеше үзенә бирелгән җиңеллек, рәхәтлек хисен җуя бара. Иртән уянып, ул куркуга кала. Мөгаен, аны тормыш авырлыгы куркытадыр: фатир өчен түләү көн саен диярлек арта, балаларга чыгымнар үсә, әйберләр кыйммәтләнә, акчаны җиткерү кыенлаша. Эштә дә җиңел түгел: мөдиргә һич ярап булмый, бу начар, ди, тегесе ошамый; эш күләме арта, ә хакы шул ук кала. Чүп өстенә чүмәлә дигәндәй, гаилә тормышы да еш кына эт белән мәченеке сыман бара... Менә шулар өркетә дә инде иртәләрен. Беркем дә китереп бирми, һәрнәрсәгә үзең чабасы. Ярдәм итүче дә юк, туганнар да көнләшеп күзәтә генә. Кеше явыз хәзер дип, адәм баласы үзе дә этләнә... Уяну белән хәят көрәше башлана.

Безне үткән елларда, бөтен тормышыбыз – көрәш ул, дип тәрбияләделәр. Мәктәптә өлгереш өчен көрәш булды, авылда уңыш өчен, заводта план өчен, бинада чисталык өчен - һәр җирдә, һәр нәрсә өчен көрәш иде. Берни дә җиңел бирелми, һәрнәрсәгә авырлык белән, көрәш белән ирешелә дигән фәлсәфә аңыбызга сеңде. Без бу көрәшкә шулкадәр күнектек ки, сизмәстән аны үзара мөнәсәбәтләргә дә җәелдердек: хезмәттәшләребез белән көрәшеп ярыштык, гаилә корып, ир белән хатын буларак көрәштек... Нәтиҗәдә тормышның ямен җуйдык, җиргә нык беректек һәм... балаларга, көнләшеп: "Очынмагыз", - дидек. Ә алар исә һаман очынып, күккә омтылды, бәхетле булырга теләде...

Без - күк-галәмнең яраткан уллары-кызлары!

Димәк, бәхетсезлегебез сәбәбе үзебездәдер, күкне онытудадыр. Без бит Күк тәңресе нәселеннән! Борынгы бабаларыбыз исемен хәтерлисезме? Алар бит күктүркләр, русча "небесные тюрки". Хәтта үлгәч тә алар җир куенына кермәгән, янып, җаннары күккә ашкан. Без – күк-галәмнең яраткан уллары-кызлары! Күк Атабыз өчен без гомер буе бала, бу дөньяга без бәләкәй балалар сыман бәхетле булыр өчен килдек.

"Чаян" журналында укыган бер мәзәк исемә төште.- Бер абзый гел бәхетсезлеккә тарып тора икән. Аңа йә күз тия, йә бозым эләгә, йә бүтәне-башкасы. Ул тезләнә дә күккә кулларын суза:

- Ходаем, ни гаебем бар соң минем?

Күк ачылып китә һәм аннан:

- Яратмыйм бит мин сине... Шул гына, - дигән сүзләр ишетелә.

Менә мондый куркыныч безгә һич янамый. Без, төркләр, ягъни алтайлылар, азәриләр, башкортлар, казакълар, кыргызлар, татарлар, төрекләр, төрекмәннәр, үзбәкләр, чуашлар һ.б. үзебезнең илаһи затлар булуыбызны аңларга тиешбез.

Татар тарихи әдәбиятында төрк кабиләләрен "төркиләр", ә төрк телен "төрки тел" дип атау гадәткә кергән. Бу Сталин чорыннан шулай килә. Репрессияләнгән "төрк" кәлимәсенең бүгенге телебездә булмавы шактый кыенлыклар тудыра. Мәсәлән, Әхмәд-Зәки Вәлидинең китабын бездә "Кыскача төрек-татар тарихы" дип чыгардылар, Ризаэддин Фәхреддин әсәрен "Болгар вә Казан төрекләре" дип тәкъдим иттеләр, ә Габделбари Баттал хезмәтенә автор биргән исемен бозып, "Казан төркиләре" диделәр. Гәрчә аларның өчесендә дә сүз төркләр турында бара. Болгар төрекләренең кем булулары һич аңлашылмый. Әллә Ризаэддин Фәхреддин Болгария төрекләренең ачы тарихын аңлатамы? Юк, ул Идел буе төркләре, ягъни татарлар турында яза. Безгә мәгълүм булган Шәһри Болгарда төрекләр түгел, ә төркләр яшәгән! Мондый буталчыктан котылу юлы бер генә – төркләрне "төркләр" дип атау.

"Төрки" термины төркләргә карауны, алар белән мөнәсәбәттә булуны күрсәтә. Мәсәлән, төрки телләр рус-

ча “тюркские языки” була. Шуңа күрәдер, академик басма булган “Татарча-русча сүзлек”тә (Мәскәү, 1966) “төрки” сүзе русчага фәкать сыйфат буларак “тюркский” дип тәрҗемә ителгән, бернинди дә “тюрки” дигән өстәмә юк. Телебезнең камиллеген кайгыртып, төгәл булырга теләсәк, “тюрок” мәгънәсендә “түрк” сүзен кулланырга, ә түркләргә мөнәсәбәтне “төрки” кәлимәсе белән күрсәтергә тиешбез.

Түркләр гасырлар буена хөр яшәгәннәр, иксез-чиксез Аурасия (Евразия) киңлекләрендә, җитез атлар өстендә, теләгән кадәр байлыкка, муллыкка ирешеп, ата-бабаларының рухларыннан иңгән тәгълиматны, Күк, табигать таләпләрен төгәл үтәп көн күргәннәр. Бүгенге түркләр – аларның варислары. Бу ямьле дөньяда бабаларыбыз рәхәт, бай яшәгән. Без дә һичшиксез бәхетле булырга тиеш.

Һәр халык үзенчә бәхетле

Әлбәттә, түрк кавеменнән булмаганнарга да борчылыр өчен сәбәп юк. Һәр халык үзенчә бәхетле, дөньяга үз карашы, үзенең гореф-гадәтләре, йолалары белән бәхетле. Һәр милләт баласы бәхетле булып туа, һәр кеше бу дөньяга үз бәхете белән килә. Ләкин буйга җитеп, аннан никтер читләшә генә, кайвакыт хәтта үз бәхетен куып та җибәрә...

Бәхет ул сирәк кешегә бирелә, һәммә кеше дә бәхетле булмый, дип уйлау тамырдан ялгыш. Бәхетсезләр юк, янында ук йөргән бәхетен күрмәүче, әгәр күрсә дә аны ишет-мәүче, ишетсә дә аңламаучы акылсызлар гына бар.

Акылсызлар дидем дә, туктап калдым. Бичаралар дию дөресрәктер. Элек бит ата-ана балаларына үз тормыш тәҗрибәсен аңлаткан: тормышның ямен дә күрсәткән, булачак кыенлыклар турында да кисәткән, бу кыенлыкларны җиңү юлларын да белдергән. Хәзерге балалар ата-ана җылысын, игътибарын тоймый. Бүген бала үстерү аны ашатып-эчертү һәм киендерүгә кайтып калды. Имеш, тамагы тук, өсте бөтен – калганын мәктәп бирсен. Әмма мәктәп балага белем бирә алса да, тәрбия бирә алмый, чөнки бу ата-ана эше. Кочаклап утырып, җайлап кына аңлата торган нәрсәләрне егерме-утыз бала булган класста аңлатып җиткереп булмый. Иртән торып эшкә чабабыз, кичен кайтып, гәҗит йә телевизорга төбәләбез. Хәзерге аналар хәтта экиятләр дә белмиләр – балаларны телевизор йоклата...

Ата-анасы янында ялгыз үскән бала, балигъ булгач, тормышта адым саен диярлек ялгыша, менә дигән шәп форсатларны ычкындыра, газаплана һәм еш кына дөньяны күрә алмый башлый. Менә ни өчен кеше, буйга җиткәч, үз бәхетеннән читләшә.

Балаларга тормыш тәҗрибәсен тапшыру – аларга үгет-нәсихәт бирү, акыл өйрәтеп утыру гына да түгел ул. Бәхетле булып яшәү сәнгате буыннан-буынга халыкның гореф-гадәтләре, йолалары, гомумән яшәү рәвеше – гаиләдәге мөнәсәбәтләр төзелеше, туклану тәртибе, хәтта киемсалым, аш-су үзенчәлекләре аша тапшырылып килә. Милли гореф-гадәтләр, йолалар, ышанулар һ.б. нигезендә халыкның күп гасырлык яшәү тәҗрибәсе ята.

Икенче бүлек

ХӘЕРЛЕ ИРТӘ!

Әйе, уянгач, балалар кояш нурларына сөенеп елмая. Алар өчен яңа туган көн – яңа бәйрәм.

Олыларның күңелләре уянгач та борчу белән тула. Нинди булыр бу көн – сөенечлеме йә көенечлеме? Уңыш китерерме ул, әллә морадына ирештермәсме? Акылга төрле уйлар килә, ә җанга курку, шик керә...

Көн яңа туды, берни дә – яхшысы да яманы да әле булмады, әмма кеше инде курка. Булмаган нәрсәдән курка. Бу җүләрлек түгелме? Җиңел яшисе дә бит...

Тормыштагы уңышсызлыклар бәхетсезлек түгел, ә сабак кына

Гадәттә, эш уңмаса, без кайгырабыз, борчылабыз. Әмма чынлыкта үзебезне бәхетсез дип санар өчен һич сәбәп юк. Алга китәр өчен, кайбер нәрсәләрне аңлап, әзрәк үзгәрергә генә кирәк.

Олы уңышка уңышсызлыкны тыныч кабул итүчеләр генә ирешә. Сильвестер Сталлоне исемен ишеткәнегез бардыр. Ул Рэмбо турындагы фильмнардан яхшы таныш. Кино төшерүчеләр янына барып үзен тәкъдим иткәч, аны

колач җәеп каршылаганнар дип уйлыйсыздыр. Юк шул. Аны килгән һәр җиреннән: “Безгә кирәкмисең”, – дип кире борып җибәргәннәр. Әмма ул үҗәтләнеп “Роки” фильмын эшли. Сталлоне мең тапкыр юк дигән җавап алуына карамастан, мең дә беренче ишекне шакырга көч таба. Уңышның олылыгын үзегезгә булган ышанычның олылыгы билгели. Һәрнәрсә дә җайлы гына бара икән, димәк сез бөтен булган мөмкинлекләрегезне дә кулланмыйсыз, вак-төяк мәсьәләләр белән яшисез. Олы проблемаларны хәл итәргә өйрәнмичә зур бәхеткә дә ирешеп булмый.

Уңышсызлыклар — тормыш юлыбыздагы киртәләр генә. Йөгерешче дә башта киртәләргә эләгә, егыла, борынын каната. Бераздан ул киртәләрне җиңел генә очып узарга өйрәнә һәм биегрәкләрен куюны сорый. Без дә шулай бөтен тоткарлыкларны җиңеп чыгып, олы максатларга ирешәбез. Үзебез дә үзгәрәбез — чыныгабыз, сабырлыкка өйрәнәбез, осталыгыбыз арта. Ахырда мондый үзгәрешләр кешенең рухи үсеше дип атала да инде. Егет кайгы күрмичә ир була алмый. Генри Форд, уңышка ирешкәнче, биш тапкыр бөлгенлеккә төшеп, һәрнәрсәне яңадан башлаган. Һәр яңа киртә рухи үсешебезнең яңа биеклеген сорый.

Уңышсызлыкны кеше өйрәнү процессы, эчке үсеш өчен табигый стимул буларак кына кабул итәргә тиеш – сынауга кереп, ул көчен туплый, мөмкинлекләрен барлый һәм җиңеп чыга. Димәк, тормыштагы уңышсызлыклар бәхетсезлек түгел, ә сабак кына. Леонардо да Винчи әйтмешли, һәр

киртә безне тагын да яхшыракка таба котылгысыз бер үзгәрешкә этә.

Әлбәттә, тормыш мәктәбендә укыганда кинәттән артык биек максатлар да куярга ярамыйдыр, өзлегергә мөмкиндер, адымлап бару хәерлерәктер. Ашыккан ашка пешкән, диләр. Теләкләрегезне авызлыклагыз. “Агачны корт, кешене дәрт ашый”, – ди абышка сөзи (картлар сүзе). Бүгенгә ниятләгән эшләрегез барып чыкмаса, бер дә өзгәләнмәгез. Сабыр итегез, иртәгә эшләнер. Ашыкмаучы, җиңелү ачысын (ул да бит көч-энергия, җанны әрнетеп торучы көч) иҗат һәм уңыш энергиясенә әйләндерүче алга бара.

Шуңа күрә уянып китү белән үзегезне кулга алыгыз һәм рәхәтләнеп елмаегыз!

Һәр яңа көнне елмаеп каршы алыгыз

Әле кичә генә безнең арабызда булган күпме кеше бүген инде юк, ә без исән. Исән булу үзе зур бәхет.

Күңелләргә шатлык тулсын. Шатлык кешене канатландыра, шатланганда аның көче арта, акылы үткенләнә, мөмкинлекләре киңәя. Яңа көн безгә шатлык-бәхет өчен бирелә, кайгы-хәсрәт өчен түгел. Ачык, елмаюлы йөз дәртләндереп җибәрә. Шат йөзле кыз артыннан күтүләре белән егетләр йөри. Мыек астыннан гына серле итеп елмая белүче егет чибәр кызларны шундук үзенә гашыйк итә. Борчулы чырай исә башкаларны гына түгел, кешенең үзен дә алҗытып бетерә.

Елмаю һәркемгә килешә. Иң авыр минутларда да елмаегыз. Бу зирәклек. Юкка да өзгәләнү – җүләрлек. Күптән билгеле бит инде – оптимистлар озаграк яши, аларның сау-лыгы да ныграк була.

Көнелгә шатлык тулып ашкан мизгелләрне качырмагыз. Тәңрегә иң якын торган чаклар ул. Аңа рәхмәт әйтеп, те-ләкләрегезне җиткерегез. Хәлиткеч гол керткән футболчы сыман сөенеп, һавага сыргылыгыз. “Мин бәхетле! Мин миллионер булам! Мин укырга керәм! Мин теге кызга өйләнәм! һ.б.”– дип кычкырып әйтегез. Шатлыктан биегез.

Куркудан, шик-шөбһәдән арыныгыз

Курку, шик-шөбһә безгә юлдашчы түгел, чөнки без – Күк нәселеннән. Без, төркләр, беркемнән дә курыкмыйбыз, чөнки беркемгә дә янамыйбыз, башкалар хакына кулыбызны сузмыйбыз. Шуның өчен дә без тыныч булырга тиеш. Һәрнәрсәнең әйбәт булачагына берсүзсез ышаныгыз. Юкка гына Платон курку турында: ”Киләчәктән берәр начарлык көтү шулай атала”, – димәгән. Мөдәррис Вәлиевнең шигъри җыентыгындагы юллар игътибарымны җәлеп итте:

Гел киресен уйлап яшибез күк...
Бу юраулар әгәр рас килсәме, –
Тамыры көеп ачы яшебездән,
Җирдә сыңар гөл дә тумас иде.

Икеләнеп торган чаклар күпме! –
Шул вакытны җыеп бер санасаң,
Ел фасылы кадәр гомер үтеп,
Җирдә язлар мәңге булмас иде...

Үлгәннең һәм әле тумаганның гына проблемалары юк. Тормыш проблемалар белән тулы. Яхшыга өмет итегез, дөнья ыгы-зыгысын юмор белән күзәтегез. Сез тискәре дип кабул иткән вакыйганың, бәлки, уңай яклары да бардыр, аларны эзләп карагыз.

Бәлагә тарысагыз, сүзсез югалып калмагыз, туганнарыгызга, якын кешеләрегезгә сөйләгез, хәлегез җиңеләеп китәчәк. Сезгә ярдәм итү юлы да табылыр. Мондый очракта иң куркынычы – аракыга ябышу. Аракы хәлне кискенләштерәчәк кенә, көрәшү сәләтен бетерәчәк. Гадәт буенча, исереккә бөтен гаепне дә тагалар. Мөртәт булмагыз.

Беркайчан да күңел төшенкелегенә бирелмәгез. Янауларга игътибар итмәгез, әмма алар еш кабатланса, хокук саклау органнарына мөрәҗәгать итегез. Анда дөресен генә сөйләгез, арттырып җибәрмәгез. Хәер, бу китапны укып чыгып, илаһи затларча яши башласагыз, сезгә бу дөньяда беркем дә янамаячак.

Гомумән, инде әйтелгәнчә, борчылу, курку, гайрәт чигү кебек хисләрне куыгыз. Ләкин куркуны куыгыз дип кабатлавы гына җиңел. “Кит!”– дигәч үк китсә иде ул, китми шул. Дөньясы да куркыныч тулы бит аның бүген: атасы кызын көчли, улы анасын суя, абыйсы сеңлесен кыйный... Иң якын кешеләрең шулай эшләгәч, читләрдән

ни күтәргә? Урам тулы исерек, наркоман, фахишә. Тагын ниләр килеп чыгар инде дип куркудан чәчләрең үрә тора. Хөкүмәт яңадан-яңа түләү-салымнарны уйлап таба, тормыш авырая, җәмгыять кыргыйлана...

Бу шартларда куркуны ничек җиңәргә?

Күңелдән аны башка бер көчле хис – сөю, ярату хисе белән генә кысрыклап чыгарырга мөмкин. Дөньядан курыкмас өчен аны яратырга кирәк. Ярату булганда дөнья куркыныч түгел, ә ямьле. Кешеләр белән дә шулай. Сөйгән ярыгыздан куркасызмы? Юк, әлбәттә, чөнки мәхәббәт булган җирдә куркуга урын калмый. Һәр кешене яратыгыз, хөрмәт итегез, һәркемдә дә күркәм сыйфатлар бар, шуларны күрегез.

Нигә елмаерга кушканны аңладыгызмы инде? Әйе, елмаю – ярату билгесе ул. Яраткан кешегезне күргәч елмаясыз бит, дөресме? Һәркемгә шулай елмаегыз. Уянып, күзләрегезне ачу белән үк елмаегыз – дөньяны яратуыгызны белдерегез. Ул да сезне өркетмәс, яратыр. “Мин бу дөньядан курыкмыйм, чөнки аны яратам!” – бәхетле булыр өчен бу сүзләрне ешрак кабатлагыз. Бу формуланы үзгәртебрәк тә кулланырга була. Мәсәлән, балагыз физика дәресләреннән курка ди. Димәк, бу фәннең ямен, кызык якларын күрсәтмәгәннәр аңа. Яратса, курыкмас. Кайберәүләр юлдан курка. Әмма юлның да күркәм яклары бар. Аларны табыгыз. Шул чакта юл да сезне яратыр. Һәрвакыт юлга сөенеп чыгыгыз.

Куркуның тагын бер төре – эштән курку. Булдырам дип алыныгыз. Һәр эшне дә курыкмыйча, яратып эшләргә өйрәнегез. Төзүче булсагыз, йортны анда сөйгән кешегез яшәячәк кебек иттереп тырышып салыгыз. Җимеш үстерсәгез, аны җаныгыз сөйгән гүзәл яр ашар өчен үстергән шикелле сөенеп җитештерегез. "Әгәр сездән урам себерүе-гезне теләсәләр, Микеланжелоның рәсем ясавы, Бетховенның көй яисә Шекспирның шигырь язуы кебек себерегез. Шул кадәр чиста себерегез ки, күктәге һәм җирдәге һәркем туктап: "Биредә берсе эшен бик яхшы башкарган, дөньяның иң яхшы чүпчесе яши икән", – дисен". Бу – Мартин Лютер Кинг сүзләре (1:62. Биредә беренче сан кулланылган әдәбият исемлегендәге тәртип номерын, ә икенчесе ничәнче биттә булуын күрсәтә).

Куркуны, мохтаҗлыкны, чарасызлыкны күктүрк нәселеннән булуын оныткан башкорт, казакъ, татар һ.б. үзе тудыра. Борынгы бабаларыбыз башкача яшәгән. Алар дөньяның ямен күргән, чөнки үзләре дә ялган сөйләмәгән, бер-береннән көнләшмәгән, акчага табынмаган. Алар сөя һәм сөенә белгән. Әгәр бүгенге түрк тә үзенең нинди нәселдән килүен исенә төшерсә, күңел боеклыгы урынын күңел күтәренкелеге алачак, өметсезлеген дәрт алыштырачак.

Уяныл, куркуга калуның тагын бер җитди сәбәбе – ялгызлык. Миһербансызлык арткан чорда кеше үзен ялгыз дип уйлый. Бу ялгыш уй. Беркем дә, хәтта берүзе яшәүче дә ялгыз түгел. Без Күк Тәңре йортында яшибез, Күк көчләре безне беркайчан да ташламый, алар

һәрвакыт яныбызда. Безне шулай ук әрвахлар, ягъни вафат булган туганнарыбызның рухлары яклый. Алар барысы да безгә ярдәмгә килергә әзер, чакыруны гына көтә. Яклаучыларыбызны уй белән генә дә чакырырга була, сүз белән, дога-арбаулар белән дә. Соңгылар арасында иң күркәме "Бәхет-дәүләт" догасыдыр.

Бәхет - дәүләт догасы

Бисмиллаһ ир-рахман ир-рахим,
Әссәламү галейкем, йа бәхет-дәүләт!
Әйү вә хуш кил, йа бәхет-дәүләт!
Көйләр белән кил, йа бәхет-дәүләт!
Көн вә кояш кебек туа килгел, йа бәхет-дәүләт!
Йагмур кебек ява килгел, йа бәхет-дәүләт!
Кар кебек ява килгел, йа бәхет-дәүләт!
Кыш кебек кышлайу килгел, йа бәхет-дәүләт!
Сәгадәт кабалын ала кил, йа бәхет-дәүләт!
Сөенечлек берлә кил, йа бәхет-дәүләт!
Нигъмәт капугын ача кил, йа бәхет-дәүләт!
Рәхмәт нурын чәчә кил, йа бәхет-дәүләт!

"Төрки-татар телендәге борынгы догаларның сирәк кенә булса да матбугатта басылу очраклары да мәгълүм. Шундыйларның берсе - "Бәхет-дәүләт" догасы. Ул догалык 1870 елда Казан университеты басмаханәсендә Түбән Масра (Арча районы) авылы кешесе Вәлит Ишмөхәммәт улы харәҗәте белән басылган...

Догалык татар теленең гаять нәфис үзенчәлекләренә ия. Аның образлы сөйләме күп каләм осталары өчен үрнәк булып тора алырлык", – дип яза бу дога хакында галим Марсель Әхмәтҗанов (2:171).

Бу дога әдәби нәфис теле белән генә түгел, кеше күңеленең тирән катламнарыннан чыккан хыял-теләкләрен дөнья-галәмгә җиткерү чарасы буларак та кыйммәтле. "Әгәр бер кем ирсәнең бәхет вә дәүләте китмеш вә чикмеш булса, бу доганы җомга көн кич камил тәһарәт берлән вә ихлас берлән укыса, шул ук вакытта бәхет вә дәүләте йәнә килгәй, вә һәркем бу "Бәхетнамә"не үзе берлән сакласа, падишаһ вә хөкем сөрүчеләр каршында хөрмәтлик булгай вә һәркем "Бәхетнамә"не үзе берлән сакласа: халыкайлар күзенә һәм кадерле вә мәхәббәтле күренгәй, вә һәр кеше бу "Догаи бәхетнамә"не үзе берлә алып орыш вә сугышка керсә, ук вә кылыч, вә гайре сугыш коралы аңа тәэсир кылмайа", – диелә бу догалыкның аңлатмасында (2:171 - 172).

Моңаеп, җиргә төбәлмәгез. Башны күтәреп күккә карагыз, кояшка сөенегез. Һун бабаларыбыз иртән чыгып килгән кояшны баш иеп сәламләгәннәр. Татар мәкалендә дә "Күзеңне ачсаң, көнне әйт (ягъни йокыдан уянып кояшны күрү белән аны сәламлә)" диелә (3:412).

Кояшны сез дә сөенеп каршы алыгыз. Ул безгә олы бүләк – яңа көнне китерә. Аның шифалы нурлары бөтен бәдәнебезгә үтеп кереп, куәт бирә, аны тазарта, ә җаныбызны, күңелебезне шатлык, гайрәт белән мөлдерәмә итә. Кояш нурлары эчкә, барча әгъзаларыгызга таралып, һәр

җирне тутырып, тышка сибелә башласын. Сез үзегез дә кечкенә кояш сыман булырсыз.

Үзегезне ялгыз дип хис итмәс өчен төп яклаучыларыбыз – Күк, Кояш, Ай, Җир-Су тәңреләре турында онытмагыз, алар белән сөйләшегез, арбаулар әйтегез. Бу китапта кайбер арбауларны очратырсыз. Менә иртән әйтелә торганы. Мин үзем яңа көнне (кояшны) инде ун ел арбаулыйм. Сез дә кояшка таба борылыгыз. Йөзегез кояш ягына караганда күләгәләр артта калыр. Кояшка арты белән торганга, бүген төрк халкының күләгәсе алдына төшә.

Яңа көнне арбау

Күк Тәңрем исеме белән,
Ак Кояшым исеме белән,
Көмеш Аем исеме белән,
Җир-Су Анабыз җисеме белән,
Тәңре йөзенә багып,
Кулларны күккә чөеп,
Туып килгән яңа көнгә
Арбау әйтәм - тыңлагыз,
Ишетегез, күрегез.

Һәрвакыт йөзем шат булсын.
Җаным-тәнем сау-сәламәт,
Тыныч-имин булсын.
Өстем бөтен, тамагым тук булсын.

Эшләрем уңышлы барсын.
Бөтен килгән җирләремдә
Бәхет ишекләре киң ачык булсын.
Барча бу дөньяда яшәгән
Һәм вафат булган
Ата-бабаларыбыз рухлары
Шат һәм тыныч булсын.
Алар да мине үз ярдәмнәреннән
Ташламасын, озатып-яклап йөрсен.
Шулай булсын!

Бу доганы таң атканда уку аеруча файдалы. Кояш чыкканда яктылык энергиясе тәнебезгә үтеп керә һәм кешегә көч, рухи чисталык, тынычлык бирә. Бу минутларда әйтелгән теләкләр тизрәк кабул була.

Арбау әйтер өчен тәрәзә янына килегез, җәй көннәрендә балконга чыгыгыз. Һавага карап, күккә кулларыгызны сузыгыз. Катгый таләп: тезләнергә ярамый – төркләр горур халык, алар беркемнең дә колы түгел. Мескенләнмәгез, ялвармагыз. Күктүркләр арбау әйткән, ягъни галәмгә, дөньяга үз теләкләрен белдергән. Шул гына.

Үзегез сайлыйсыз

Тәңре безне бәхет өчен яраткан. Күк көчләре безнең шат йөзле, бай, көчле булуыбызны телиләр, шуның өчен тырышалар; кеше рәхәт, җиңел яшәсен иде, диләр. Әмма

инде без киреләнеп, тормыштан ямь тапмасак, юк-бар өчен дә кайгы-хәсрәткә чумсак, берни дә безне үзгәртә алмаячак. Бәхетле булырга теләмәгән кешене беркем дә бәхетле итә алмый.

Һәр кеше үзе теләгәнчә яши. Бу яңа көннең нинди булачагы да фәкать үзегездән тора. Теләгәнегезне сайлыйсыз...

Өченче бүлек

УЙЛАРЫБЫЗГА ХУҖА БУЛЫЙК!

Һәр көннең нинди булачагы фәкать үзебездән тора. Әмма авылда да, шәһәрдә дә "Бу дөньяда миннән берни дә тормый" дигән сүзләр еш ишетелә. Игенче булсын, студент йә эшче булсын – барысы да шулай ди. Имеш, без кечкенә кеше. Юк шул, кешелек дөньясындагы хәлләр һәммәбездән дә тора. Инсаннарның кечесе-олысы юк. Һәр кеше үзе дә белмәгән гаҗәеп көчкә ия, һәркем могҗиза тудыра ала. Бу көчнең исеме дә бар. Ул – уй.

Габдулла Тукай "Пар ат" шигырендә Уральски (Җаек) белән саубуллашып:

Сау бул инде, хуш, бәхил бул,
и минем торган җирем,
Мин болай, шулай итәм дип,
төрле уй корган җирем, – ди.

Биредә шагыйрь уй коруны яшәү синонимы буларак куллана, чөнки яшәү уйлаудан, фикерләүдән аерылгысыз.

Кешенең көче – уйларының көчендә

Уй кешенең үзен һәм аның тирә-яктагы дөньясын ярата. Барыбыз да бер дөньяда яшибез, дисәгез, ялгышасыз. Һәркем үзенчә, үз акылы белән әмәлләгән дөньясында яши. Бу дөньяның үзәге булган үзен дә үзе әмәлли. Кешенең көче – уйларының көчендә. Уйлар адәм баласын галәм белән тоташтыра. Кеше үзе турында ничек фикерләсә, башкалар аны нәкъ шулай кабул итә. Үзегезне таза, матур һәм бай дип санасагыз, чынлап та шундый булырсыз.

Уй (фикер) йөртә белү – безнең төп байлыгыбыз. Акыллы, зирәк кеше сәламәт тә, бай да, бәхетле дә. Киләсе көнебезнең нинди булуы, аның сыйфаты бүгенге фикерләребезнең сыйфатына бәйле. Бай Көнбатышта фикерләү осталыгына юкка гына махсус өйрәтмиләр. Үз уйларын кирәкле юнәлештә йөрткән кеше һәрвакыт өстен чыга.

Уй – кеше кулындагы дәһшәтле корал. Күңеленә уй туплап, кеше бөтен дөньяга тәэсир итә ала. Иң гыйбрәтле мисал: Ульянов-Ленинның башына дөньяны үзгәртү фикере килгән һәм бөтен халыклар тормышы тамырдан үзгәргән. Үз уена хуҗа була белгән һәр кеше һичшиксез теләгенә ирешә.

Дөнья кемнәр кулында?

Без күргән, ишеткән һәрнәрсә аңыбызга тәэсир итә, уйларыбызны кузгата. Теле-радиопрограммалар моны мах-

сус эшләп, уйларыбызны билгеле бер юнәлешкә сала, ягъни алар белән идарә итә. Карагыз ни килеп чыга: уй – искиткеч көчле нәрсә, ул кешенең үзен һәм дөньясын барлыкка китерә, хәтта аларны "ясый" дияр идем. (Якты уйлар ямьле дөнья төзи, яман уйлар – пычракны). Уйның үзенә исә сүз һәм образ аша хуҗа булырга мөмкин. Димәк ки, дөнья кемнәр кулында? Әйе, миллионнарның аңын, уйларын үз ихтыярларында тотучылар кулында.

Шуңа күрә телевизор һәм радионы сүндерүегез хәерлерәк булыр. Менә экранда кычкыртып бер хатынны көчлиләр, ди. Бу фильмны карап утыручы үсмер кыз, теләсә-теләмәсә дә үзен аның урынына куя, ягъни үзен көчлиләр сыман хис итә. Бу хәбәр күккә китә. Адәм баласы үзенең уйлары, теләкләре белән галәм акылына барып тоташа, аларны шул күплеккә, ягъни уй кырына сала. Башыбыздан уй булып чыккан бөтен информация шул кырда саклана. Сакланып кына калмый, аңа таянып, безнең киләчәгебез языла. Хәзерге уй-хыялларыбыз иртәме-соңмы чынга ашачак. Шуңа күрә укыган, тыңлаган яисә караган һәрнәрсә белән дикъкатьле һәм сак булыгыз. Нинди китап укуыгыз яисә нинди фильм каравыгыз бик әһәмиятле, чөнки алар аша сезнең аңыгыз йөгәнләнә. Кемнеңдер сезгә хуҗа булуын телисезме әллә?

Әгәр теләмәсәгез, табигатькә чыгыгыз – саф һавалы урманнарга, каерылып үңган үләнле елга буйларына, хуш исле чәчәкләр үскән болыннарга барыгыз. Күккә, кояшка карап сөенегез, кошлар сайравын тыңлагыз, челтер-челтер аккан чишмә суына хозурланыгыз. Без бит Күкнең

сөекле уллары-кызлары. Гасырлар буе төркләр иксез-чиксез далаларда иркен һәм тыныч яшәгән. Чыр-чулы телевизор безнең холкыбызга каршы килә. Ата-бабаларыбыз шаушулы җирләрне яратмаган. Без күп нәрсәне күңел белән тойсак та, сүз белән әйтмичә калабыз. Бу – төркләрнең күркәм бер сыйфатыдыр. Сөйми безнең халык күп сүзне, күп сүз – чүп сүз, ди. Сүз уңаеннан, гәпләшүнең дә кешедән күп көч таләп итүен күрсәтеп китәргә була. Сөйләшкәндә юкка гына кул ишарәләре, мимика ярдәмгә килми инде. Көчебез бәрәкәтлерәк тотылсын өчен кирәк бу. Аеруча кискен тавыш кешене тиз хәлсезләндерә. Игътибар итегез әле: күңеле күтәренке, гайрәтле чагында кеше кычкырып сөйләшә, көлә, җырлый, ә инде хәлсез булганда аның тавышы да ишетелми. Эндәшмичә инсан хәл җыя, тынлыкка чумуның шифасын күрә.

Бездән алда хөр яшәп киткән буыннар сүзнең кеше аңына йогынты ясап, аның ирекен чикләвен белгәннәр. Менә ул нидә күп сүзне өнәмәүнең сәбәбе. Табигать баласына табигатьнең үз авазлары гына хуш. Ясалма авазлар, билгеләр, образлар, кешегә тәэсир итеп, аның белән идарә итәр өчен тудырыла. Моны истән чыгармагыз. Бигрәк тә зур сәүдә үзәкләрендә йөргәндә. Анда сатып алучыларның күңелләренә хуш килгән музыка уйнар. Бу музыка астында кеше йомшап, татлы уйларга бирелә һәм... һич кирәк булмаган товарларны җыя. Дөрес сайланган аудиофон ярдәмендә сәүдә залында йөрүчеләрне теге яисә бу товарны сатып алырга мәҗбүр итәргә була. Мондый аудиофоннар яшерен лабораторияләрдә махсус эшләнә.

Яңгыраган көйләрнең тизлеген һәм стилен үзгәртү кешеләрнең йөреш тизлеген үзгәртә, кибеттә уздырган вакытны арттыра. Кыскасы, гипермаркетларда көйләр ярдәмендә сатып алучылар белән идарә итәләр; башка психологик чараларны да кулланалар.

Музыка тәэсиренең сере гап-гади: үзенә ошаган көйне ишетеп, кеше киштәдәге товарларны да ошата башлый, ягъни иш ишен тарта – яхшы эмоцияләр тудырган музыка товарга карата да уңай эмоцияләр тудыра. Яраткан җыры яңгыраганда кеше уяулыгын җуя, акчаның кадере турында оныта...

Образлар һәм билгеләр белән дә шул ук хәл. Чыннан да, чибәр, мөлаем гына елмаючы кызның кулындагы товары да күркәм булып күренә. Игътибар итегез әле – сәүдә үзәкләрендә тупас, төс-биткә ямьсез апалар эшләми бит...

Халык күп җирдә кеше башкаларның йогынтысына эләгә. Шуңа күрә ешрак ялгыз калырга тырышыгыз. Тыныч җирдә үзегезгә кирәк булганны, үзегезгә файдалы булганны уйлагыз. Үткәнне анализлап, якындагы адымнарыгызны билгеләп, ямьле киләчәгегезне уйлагыз. Политика, футбол, Бразилия-Мексика сериаллары – болар һәммәсе дә мөстәкыйль фикер йөртә белмәүчеләргә, көтүдәге сарык сыман яшәүчеләргә генә кирәк. Түркләргә алар кирәк-ми, чөнки без – Күк нәселеннән. Безгә көтүче хуҗа түгел, без үз-үзебезгә хуҗа. Түркләр коткыга бирелми, имеш-мимешләрне тыңламый, башкалар тормышын тикшереп, гайбәт сөйләп йөрми.

Бүген кеше әллә кемнәр, әллә нәрсәләр турында уйлый, әмма үзе турында уйланырга форсат таба алмый. Гәҗит-журналлар гайбәт белән тулы. Танылган артистлар, спортчылар, сәясәтчеләрнең күлмәк-ыштанына кадәр тикшереп торалар. Аларның нәрсә ашавы, кем белән йоклавы, ничек киенүе сезгә нигә кирәк? Теге яисә бу министр саунада яшь кызлар белән күңел ачкан дип айлар буе сөйләнәләр. "Нәрсә, сезнең башка эшегез, башка сүзегез юкмы?"– диясе килә.

Информацияне сайлап алырга өйрәнегез

Без информация чорында яшибез. Бүген китап укымыйча, хәбәр тыңламыйча, компьютер кулланмыйча да булмый. Болардан, мине йөгәнлиләр, дип далага качарга түгелдер, бәлки, информацияне сайлап алырга өйрәнергәдер. Телибезме-теләмибезме, һәр көн безне программалыйлар, бу процесска чик куеп булмый. Әмма без үзебезгә кирәген көчәйтеп, зарарлысының йогынтысын киметә алабыз, бу безнең кулда. Шуңа күрә сезгә килгән һәр информацияне шик астына алыгыз. Кызганыч, әмма күпчелек кеше ярлы, авыру һәм бәхетсез. Мәгълүмат чаралары күп очракта аларга нәрсә уйларга кирәген өйрәтеп, мөстәкыйль фикерләү сәләтен бастыра, изә. Сез алар арасында түгел, чөнки сез - Күкнең сөекле баласы. Сез, ник күпчелек болай уйлый икән, дип төпченәсез һәм... башкача уйлыйсыз.

Көн саен кире эмоцияле мәгълүмат ташкыны безнең тәннәр-җаннар аша үтә. Телевидение, радио, гәҗит-жур-

наллар биргән хәбәрләр гадәттә террорлык актлары, талаш-үтерешләр яисә бәла-казалар турында булыр. Гел начар хәбәрләр генә бирү бик күп матбугат чараларының ысулына әверелде. Бу исә кеше аңына һәм психикасына бик авыр тәэсир итә: ул курку һәм өметсезлеккә бирелә, моның нәтиҗәсе буларак агрессивлана, аның аңын яман уйлар биләп ала.

Сенсация артыннан куу тиражны үстерү яки тамашачылар санын арттыру өчен эшләнә. Тамашачыларның һәм бай эшләнгән, төсле, калын гәҗит-журналлар укучыларының җаннары гарипләнүе матбугат әһелләрен борчымый.

Матбугат чараларыннан кеше җанына, кеше күңеленә бары тик шатлык китергәннәре, иң хәерсез вакыйгаларны да сабырлык белән аңлатканнары, дөньяның ямен күрсәткәннәре генә сезнең игътибарыгызга лаектыр.

Детективлар уку да бушка вакытны сарыф итү һәм күзләрне бозу гына түгелме? Башкалардан аермалы буларак, сез җитди әдәбият сайлагыз, ял сәгатьләрендә Габдулла Тукай кебек классикларның шигырьләрен укыгыз, бәхеткә омтылып, тормышыгызның бер мизгелен генә дә бушка уздырмагыз.

Уйга йөгән кидереп буламы?

Тышкы тәэсирне анализлау, аңыгызга үрмәләгән яшерен программаны сизеп алу сәләте – рәхәт яшәвегезнең шарты. Үз уйларын үзе контрольдә тотучы – иң бәхетле.

Фикерләре белән идарә итеп, кеше үз тормышының вакыйгалары белән идарә итә.

Әмма фикерләр белән идарә итеп буламы соң? Башларыбызга уку яисә эш, бүтәннәр белән, үткән һәм киләчәк белән бәйле мең төрле уй керә, рөхсәт сорамыйча керә. Уйларыбызда һич тынгы юк, өзлексез эчке диалог бара. Без гел берәрсе белән бәхәсләшәбез, нидер исбатларга маташабыз, кемнедер сүгәбез, башкасын хуплыйбыз, авыз эченнән генә нидер көйлибез, мыгырданабыз, җыеп әйткәндә, һәммәбездә дә фикри фонның тибүе тынмый. Уйларны ничек йөгәнләргә соң? Үз уен тыя белү – безнең кубебезгә хас түгел. Уйны тыйган – солтан булган, дияргә мөмкиндер. Көчсезләр уйдан хәмер яки наркотик кулланып качалар. Әмма иң гади кеше дә, тырышлык күрсәтеп, уйлар белән идарә итәргә омтылырга тиеш һәм ул һичшиксез бу эштә сизелерлек уңышларга ирешәчәк, бәхетле булачак.

Бу процессның нигезендә берне икенче белән алмаштыру ята, ягъни мәсәлән, кешене җәберләүче уйлар якты уйлар белән алыштырыла. Моның өчен игътибарыгызны кеше җәберләүче фикерләр чыганагыннан ерак торган башка бер объектка юнәлдереп, аны җентекләп күзәтә башлыйсыз, иң нечкә детальләрен дә күз уңыннан качырмыйсыз. Әйтик, җәй көне урманга барып тынычланырга була. Кырмыска оясы тормышын күзәтү генә дә нинди кызык, аерылып булмый. Иң авыр үпкәне дә тиз онытырсыз. Кар яткач, чаңгыда шуарга мөмкин. Урман кышын да матур, җан рәхәте. Башыгыздан барлык бор-

чулы уйлар җилгә очып бетәр. Урманга бару мөмкинлегегез булмаса, хәтта эш урынында да тынычлана аласыз. Дөньяны онытып, уйларыгызга гына чуммагыз. Якындагы берәр нәрсәгә карап торыгыз, аны тикшерегез. Күп кешенең бәласе – уйларга бирелеп, үткән яки киләчәк белән яшәү. Бәхетле кеше бүген, бу мизгелдә яши, ул кояш чыкканны, тамчы төшкәнне яисә яфрак очканны да күрә һәм сөенә. Әнә эш бүлмәгезнең диварында кояш нурлары уйный. Нигә күрмисез аларны? Дөнья матур, ямьле! Нәкъ балаларча яшәгез – алар, рәнҗүле күңелем сызлый, дип утырмыйлар ич, үпкәне шундук онытып, күбәләк куа башлыйлар...

Борчулы уйлардан кулыгызга кызык китап алып яисә яраткан эшегез белән шөгыльләнеп арынырсыз. Махсус күнекмәләр дә бар. Менә берсе. Туры басыгыз, кулларыгызны алга сузыгыз. Бармаклардан киеренкелекне алыгыз, алар асылынып калсын. Таркау карашыгызны куллар арасына юнәлтегез. Әкрен генә уң кул өскә менә, ә сулы аска төшә. Һәм киресенчә. Зиһенегез ике кулны да озатып йөрсен, бер үк вакытта ике кулны да тоегыз.

Инде Идегәй сыман тәмам уйга батсагыз, аның кебек:

Тауда йөргән бүре идем,
Тайлы бия җыяр идем –
Уйга төшеп, куй булдым, –

дияр хәлгә җитсәгез, вакытлыча бөтен яшәү рәвешен үзгәртегез, ягъни мәсәлән, барысына да төкереп, Төркиягә яисә башка бер җиргә ялга китегез. Баш миен төрле

эмоциональ “чүптән” арындырыр өчен әйбәт чара бу. Яңа тәэсирләр, яңа кешеләр иске, авыр уйларны кысрыклап чыгарыр, яңаларын китерер. Шат күңелле булыгыз, бернине дә артык җитдигә алмагыз. Онытмагыз – тормыш уен гына ул. Күңелле рольләрне уйнагыз. Иртәгә ни булыр дип хәвефләнмәгез, барысы да әйбәт булыр, чөнки киләчәгебезне Күк Атабыз үзе кайгырта.

Төркиягә бармыйча, өйдә ялгыз калып, йомшак кәнәфигә утырып, мәгълүм “о-о-у-м-м” мантрасын бертөрле рәвештә тәкърарлап утырсагыз да була. Бу сүзне мөмкин булган кадәр озак, бернигә дә бүленмичә кабатлагыз. Методның нигезендә башка принцип, бер уйны икенче уй белән алмаштыру түгел, ә уйларның барысын да кысрыклап чыгару, аңны чистарту ята. Бу ысулны үзләштереп, кайбер үҗәтләр уй агымын чыннан да бөтенләй туктата, бу исә иң югары хозурлыкка ирешү дигән сүз.

Бүлек башында уй кору яшәү белән тиңләнгән иде. Чыннан да, үз уйларын туктата алган кеше яшәвен, ягъни картаюын да туктата. Андый кеше өчен, уй агымы тукталгач, галиҗәнап вакыт та туктала. Дөрес булса, җир шарында яшьләре ике мең (!) елны узган кешеләр дә бар диләр. Үлмәс кешеләр! Мөгаен, алар уйларына хуҗа булып, вакыт агымын җиңү сәләтенә иядер.

Һәммәбез өчен дә вакыт тигез тизлектә ага дип санау ялгыш. Һәркем өчен вакыт агымы үзенчәлекле. Һәркемнең үз вакыт агымы һәм ул кешенең уйларына бәйле, аны тизләтергә мөмкин яисә, киресенчә, акрынайтырга, хәтта туктатып торырга да була. Йөзнең теге ягына чыккан

бабайны докторлар тикшереп карыйлар да, бөтен органнары таза, пациентның биологик яше илле-алтмыш, диләр.

Әйе, уй кешене яшәртә дә, картайта да. Кайгылы уйларга батып, кешенең бер төн эчендә картаю очраклары күп. Иртән торып, кеше үзен үзе танымый: чәчләре ап-ак булган, йөзен җыерчыклар баскан, күзләре сүнгән диярлек... Халык юкка гына: “Күп уйланма – тиз картаерсың”, – дими.

Уй белән көрәш мәйданындагы иң вак җиңү дә сезгә көч бирәчәк, үз-үзегезгә булган ышанычны арттырачак. Бирешмәгез, аракыга гына ябышмагыз. Яман уйлардан, бу уйлар төзеткән шакшы дөньядан шешә артына качып котылып булмый, алар үзләре сездән качсын. Уйларыгызга хуҗа булыгыз. Өйрәнегез, уйны тыю сәләтен камилләштерегез һәм шундый осталыкка ирешерсез ки, ошамаган фикерләрне күз алдына кулъяулык китереп кенә дә сөртеп ташларсыз.

Абстракцияләргә буйсынмагыз

Уй – кеше кулындагы куәтле корал, әмма аның егәре чиксез түгел. Уй көченә таянып, адәм баласы галәми кануннарны үзгәртә алмый. Әйе, Ленин дөньяның астын өскә китергән, әмма барыбер һәр нәрсә үз урынына кайтты. Ул галәм кануннары белән исәпләшмәгән. Әмма табигать – тирә-яктагы дөньябыз тупас тыкшынуларны һәм яшәеш кануннарын бозуын кичерми торган бик нечкә һәм катлаулы механизм. Дөньяны үзгәртү буенча башка-

рылган эш-чәнлекнең ахыры аяныч булды, бу гаять зур сынауда катнашырга мәҗбүр ителгән халык кырылды, калган өлеше бөлгенлеккә төште. Татарстаннан мул чыккан нефть кенә аны саклап калды.

Фикерләү нәтиҗәсе булган абстракт төшенчәләрнең ролен күпертмәгез. Бәхетле булырга теләсәгез, галәми кануннарга буйсынып, рухи кыйблаларга таянып яшәгез. Сүз куертмыйча тыныч кына эшләгез. Бу дөньяда һәрнәрсә гади һәм даһи. Кеше, табигатьтән аерылып, тормышын абстракцияләргә буйсындырып, үзе дөньяны катлауландырды. Җәһәннәм яисә җәннәт бармы? Беркем дә белми, беркем дә анда булып, күреп кайтмаган. Теге дөнья, оҗмах, тәмуглар турында борынгы әдәбиятыбызда бер сүз дә юк. Без, төркләр, бу дөньяны яратабыз, һәркемгә шатлык һәм бәхет телибез. Без башкаларга ярдәмне, тәти булып күреник тә, җәннәткә эләгербез дип кылмыйбыз, бу безнең күңелебездән килә. Без явызлык эшләүдән дә үзебезне саклыйбыз, җәһәннәмнән куркып түгел, ә изгелекнең бу дөньядагы көчен белеп. Безнеңчә, иң диндар кеше – башкаларны яратучы кеше. Аның рухи үсешен гыйбадәт түгел, ә бәлки башка кешеләргә карата булган йомшак мөгамәләсе күрсәтә.

Абстракцияләргә нигезләнгән диннәр тудырып, кеше табигатьтән өстен чыгарга тырышты. Әмма ни генә кылса да, галиҗәнап табигать каршында ул көчсез. Кыланышлары белән адәм баласы үзенә, үзенең сәламәтлегенә, яшәү мохитенә зарар гына итте. Бергәләп һаваның, суның, җирнең чисталыгы, иминлеге хакында

уйлыйсы урында халыклар бер-берсе белән сугышып ята. Ни кызганыч, бу сугышларда дин факторының катнашы да сизелә.

Түркләр күкне күрә һәм аңа табына. Күк йөзе алар өчен Олуг Тәңредер. Түркләр күктәге кояшны күреп сөенә һәм аны олылый, чөнки җир йөзендәге барлык җан иясенең яшәеше кояшка бәйле. Кояш, чыгып, якты көн тудыра. Ул, ачы салкыннарны туктатып, кар-бозларны эретеп, язлар китерә. Иксез-чиксез нигъмәтләр җитештерергә шартлар булдырып, кешелекне яшәтә. Ай, төнге күктә пәйда булып, кояш юкка чыккач, әзрәк шүрләп калган дөньяны яктылыгы белән ямьләндерә, безне юата. Яшәгән җиребез дә чын, ниндидер абстракция-мазар түгел. Менә шушы дөньяга безнең үз карашыбыз, ул гына безгә тынычлык һәм ырыс-бәхет китерәчәк.

Дуртенче булек

МЕСКЕНЛЕГЕБЕЗДӘН АРЫНЫЙК

Бәхеттә яшәр өчен бәхетле булырга тиешлегебезне аңлау гына җитми. Безгә үзебезне, үзебезнең аңыбызны илаһи затлар дигән олы дәрәҗәгә лаеклы булырлык итеп үзгәртергә кирәк. Әгәр сез яхшы якка үзгәрәсез икән – бөтен тормышыгыз да яхшы якка үзгәрер, һәм бу бер дә әкият түгел. Эш шунда, Ай, Җир, Кояш системасы һәм Күк-Галәм бер җеп белән нык итеп бәйләнгән. Берәр гамәл кылсаң, яки бу хакта уйласаң гына да (чөнки бу да матди гамәл) шушы берлектә нәрсә дә булса үзгәрми калмый. Һәм, Галәмнең уйларыбызга яки гамәлләребезгә реакциясен ничек белдерүенә карап, уйларыбыз, гамәлләребез үзебезгә начарлык яки яхшылык белән әйләнеп кайта. Без Җирдә оҗмах ясый алабыз. Үзгәрүне хәзер үк үзегездән башлагыз.

Сез көчле һәм булдыклы

Иң элек мескенлегебездән арыныйк. Американнар яисә алманнар үзләрен ничек тоталар? Алар тыныч, горур, үз-үзләренә нык ышанганнар. Көчле булулары сизелеп тора.

Безнең төрк татары яисә чуашы нинди? Мескен, кыюсыз, гел каушый. Әзмәвердәй егетләребез дә башкалар

янында тәбәнәк булып күренә. Гәүдәгезне төз тотыгыз. Белгечләр мескенләнеп, башын аска иеп йөргән кешенең башы ешрак авырта дип раслыйлар.

Бәхетле булыр өчен үзеңә, үз көчеңә ышанырга кирәк, һәр эштә фәкать уңышка юнәлергә. Булмый ул, дип икеләнеп, шикләнеп башланган эш беркайчан да уңмаячак. Уңышның котылгысыз булуына нык ышаныгыз. Һәр фикеребез, һәр сүзебез күккә ирешә. Шикләнмәгез. Без теләкләребезне, хыялларыбызны чынга ашыра алабыз. Безгә уйлану, фикерләү сәләте тикмәгә генә бирелмәгән. Бәхетле булыр өчен бу сәләтне дөрес куллана белү генә зарур. "Кемгәдер тормышта гел җай килеп тора, ә минем эшләр уңмый, мин булдыксыз", – дип үз-үзегезне битәрләсәгез, белегез – бу тискәре уйларыгыз чынга ашачак. Уйлаган уйларыгызны, сөйләгән сүзләрегезне үз ихтыярыгызда тотыгыз. Кире, сагышлы уйларны куыгыз, яктылары белән алыштырыгыз. Уйларыгызны үзгәртеп, сез тормышыгызны, дөньягызны үзгәртәсез. Күкнең сөекле балалары булуыгызны онытмагыз.

Кеше үзен ничек бәяләсә, аны башкалар да нәкъ шулай бәяли. Үзен алиһә дип санаган иң гади хатын-кызны да алиһә дип кабул итәләр. Әле без укырга килгәнче үк мәктәбебездә булган бер кызык вакыйга исемә төште. Аны укытучы апа аңлаткан иде.

Үзешчән театр булып, укучылар спектакльләр куйганнар. Гади генә, башкалардан берни белән дә аерылмаган егеткә бай сәүдәгәр роле тигән. Кием астына мендәр

тыгып ясалган дәү корсагын киереп, олы булып йөрүләр моңа ошап киткән. Сәхнәдән төшкәч тә ул шулай ук кыланган, тора-бара бу аның гадәтенә кергән. Иң кызыгы – укып бетергәч тә ул зур сәүдә түрәсе булган.

Бик гыйбрәтле хәл бу. Бөтен тормышыбыз – театр уены ул. Без исә тормыш сәхнәсендәге актерлар. Бай, булдыклы кешеләрнең рольләрен уйныйк, американнар яисә алманнардан үрнәк алыйк. Алар кебек үзебезне яратыйк, хөрмәт итик. Шул чакта гына безне башкалар да яратачак, олылаячак.

Без мактауга бик саран. Үзебезне һәм якыннарыбызны ешрак мактыйк. Мактаудан кешенең күңеле күтәрелә, димәк, мөмкинлекләре дә, арта. Яһүдләр белән япуннар балаларын гел мактый. Һәм гади генә баладан даһи шәхес үсеп чыга. Башкача булуы мөмкин дә түгел – туганнан бирле аңа, син – иң акыллы, иң булдыклы, дип тукыдылар ич. Музыка тарихының иң бөек исемнәреннән берсе булган Бетховенның скрипка тотышын күргәч, укытучы: “Музыкант була алмас !”– дигән. Ә мәшһүр рус язучысы Лев Толстой Казан университетыннан “сәләтсез егет” дип куылган. Баласының яхшы гамәл кылуын күргән ана, һичшиксез, аны мактарга, хуплау сүзе белән сөендерергә тиеш.

Беркайчан да үзегез турында начарны сөйләмәгез, хәтта шаяртып та. Куктә шаяртуны белмиләр. Һәр сүзегезгә игътибарлы булыгыз, үзегезгә һәм якыннарыгызга килә торган бәхетне юньсез сүз белән куркытмагыз. Юкка гына халык: “Сөйли белмәснең сүзе – үткен пычакның үзе”, – дими.

Яһүдиләрне ник яратмыйлар?

Мескенлегебездән арыныр өчен американнар яисә алманнардан үрнәк алыйк, дигән идем. Бәлкем безгә алардан башларга түгел дә, беренче чиратта, ачы язмышлары белән үзебезгә күпкә якынрак булган яһүдиләр тарихын өйрәнергәдер?

Яһүдиләрнең тарихы бик гыйбрәтле. Рим империясе заманында еврейләрне үз җирләреннән куалар һәм алар дөнья буенча сибелә. Һәр җирдә алар азчылык, һәр җирдә аларга килмешәк дип карыйлар. Михнәтле тормышта исән калу өчен алар бердәм булырга, бер-берсен якларга мәҗбүр була. Яһүдиләрнең милләтпәрвәрлеге шул заманнардан ук киләдер...

Аларны, кара эштә эшләмиләр, акча гына санап утыралар, дип гаеплиләр. Яһүдиләрне гасырлар буе эзәрлекләгәннәр, һәр җирдән куганнар. Мондый шартларда алар, әлбәттә, җирдә эшләмәгәннәр, гадәттә сәүдә белән шөгыльләнгәннәр. Акчаны алып качарга җиңел ич. Израильдә яһүдиләр җирне дә бик теләп эшкәртә, башка төрле эштән дә курыкмый.

Аларны башкалардан акыллырак халык дию дә ялгыштыр, чөнки, гомумән, акыллы яисә тинтәк милләтләр юк. Әйе, яһүдиләр элек-электән укырга, белем алырга омтылган, әмма бу теләк шул ук сәбәп – хәятнең авыр шартлары белән бәйле. Үз-үзеңне яклар өчен көчле булырга кирәк, ә белеме булган меңне егар, ди безнең халык. Мәсьәләнең икенче ягы да бар: белем кыйммәтле

капитал ул һәм, көчемсез милектән аермалы буларак, ул һәрвакыт үзең белән, кусалар да, утырып калмый.

Милләтнең табигатенә, холкына аның үткәне, тарихы нык тәэсир итә. Читтә газап чиккәндә, яһүдиләр гел яхшы тормышка өмет иткән, авыр шартларны үзгәртергә тырышкан. Дөньяны үзгәртеп кору теләге аларның канына сеңгән. Франциядә яисә Рәсәйдә булып узган революцияләрдә еврей элементы көчле. Демократия өчен көрәшүчеләрнең алдынгы сафларында алар булыр. Бу элек тә шулай иде, хәзер дә. Хөкем сөрүчеләр, киресенчә, тотрыклыкка омтыла һәм яһүдиләрне күрә алмый.

Башкаларга охшамаган тагын бер сыйфатлары бар яһүдиләрнең – кайда гына яшәсәләр дә, алар үзләренчә яшиләр, үз телләрен, гореф-гадәтләрен саклыйлар. Рәсәйдә, мәсәлән, урыс булмаган барлык халыклар җайлы гына урыс культурасына интеграцияләнә, ягъни бу мохитта эреп, аерым милләт буларак юкка чыгып бара, ә яһүдиләр бирешми. Алар – нык халык. Әгәр “Каһарман милләт” дигән мактау-лы исем булса, аны бер сүзсез бу халыкка бирергә булыр иде. Без, төркләр, алардан күп нәрсәгә өйрәнә алабыз. Үз диннәренә, үз асылларына тугрылыклы калып, алар ике мең елдан соң үз дәүләтләрен торгыздылар! Ә без нинди? Без гел зарланабыз, башкаларны гаеплибез. Һичбер милләтне, аны башкалар күпме генә изсә дә, тышкы көч белән юк итеп булмый. Безнең халык үз-үзен бетерә. Теләсә кайсы система, ә милләт – зур, катлаулы система үрнәге ул, эчке яшәү потенциалы бетмичә юкка чыкмый.

Үз аллаларының сөекле балалары булуларына нык ышанган яһүдиләр, тормыштагы бөтен киртәләрне җиңеп, үз бәхетләренә ирешәләр. Без дә Тәңренең яраткан халкы булуыбызны онытмыйк әле.

Үзегезгә бай яшәргә рөхсәт итегез

Илаһи затлар буларак, үзегезгә рәхәт, бай тормышта яшәргә рөхсәт итегез. Акча турындагы тискәре карашлардан арыныгыз. Акча ул бик көчле энергия, аны яратырга кирәк. Акча акчаны яраткан кешегә генә килә. Безнең халык мескен шул, гомер бакый акчалы кешене сүкте, ач тамагым, тыныч колагым, дип сөенде. Хәерчеләр төзегән социализм дәүләтендә аның аңы гарипләнде, дөньяга карашы бозылды. Акча турында сөйләү, хәтта уйлау – оят эш, дип тәрбияләделәр безне. Авыл хезмәтчәннәренә озак еллар бөтенләй акча түләмәделәр.

Халыкның хәерчелеге – тоталитар дәүләтнең билгесе. Бай кеше бит горур була, аның үз фикере була, ул үз хакларын яклый белә. Илдәшләрнең (гражданнарның) бай яшәве – демократиянең нигезе. Әле һаман акчаны алу һәм тоту бездә ниндидер бер гаеп тойгысы уята. Ялгыз калып, акча санап утырган кеше янына килеп керегез әле. Ул кызарыначак, уңайсызланып калачак. Акча урланмаган ич, ник алай кыенсына соң ул? Менә Төркиядә башкача. Анда кеше үзен дөрес, тыныч тота. Килеп керүче исә: “Бәрәкәтле олсун !” – ди. Төрекләр социализмда яшәмәде шул.

Без дә дөньяга яңача карыйк. Күкнең иксез-чиксез хәзинәсеннән акча, байлык, безне сөендереп, бәхетле итәр өчен җибәрелә. Рәхмәтләр әйтеп алыйк, шатланып кулланыйк. Комсызланырга ярамый, һәр көн үз ризыгы белән килә, бүген бирелгәнне ерак җиргә бикләп кую ялгыш. Акча ул хәрәкәттә, әйләнештә булырга ярата. Берәр яры килеп тыгылса, аның юлы буылса, ул бу җирне урап узачак. Әлбәттә, аз гына запас булырга тиештер. Әмма акча була торып, аны тотмау, саранлану, үз-үзеңне чикләү, теләгәнеңне ашап-эчмәү һич дөрес түгел.

Әгәр байлык турындагы уйлар сездә тискәре эмоцияләр уята икән, акча сезне читләтеп үтә. Акча каракларда, жуликларда гына күп була, дип уйлау тамырдан ялгыш. Күк Атабыз безне бай итеп яраткан, нигә без үзебезне кысабыз? Карагыз әле, төркләр яшәгән һәр җирдә бихисап байлык: нефть, газ, кыйммәтле асылташлар, урманнар һ.б. Бу байлыклар бездән кача, чөнки без алардан әлегә үзебез куркабыз, аларга хуҗа булырга әзер түгелбез. Азга шөкер итеп яшәгән кешегә, әлбәттә, аз бирелә. Түбәнгә карап шөкер итик, югары карап фикер итик.

Байлык психологиясе тумыштан килми, ул тәрбияләнә. Миллионер булыр өчен күп нәрсәгә өйрәнергә кирәк. Әмма иң мөһиме – үзеңне, мин рәхәт, бай тормыш өчен яратылган, дип инандыру. Ярлылыкта мактарлык берни юк. Мохтаҗлык кешене алдарга, урларга, хәтта башкаларны үтерергә мәҗбүр итә. Үз аңыңда бай булсаң – чынлыкта да бай буласың. Мәктәп театрында уйнаган теге егетне искә төшерегез. Сез дә шулай бай булып кыланыгыз:

гәүдәне горур, туры тотыгыз, абруйлы кешегә хас булганча һәр сүзне тирән мәгънәле итеп, ашыкмыйча гына сөйләшегез. Йөрешегез дә эре кыяфәтегезгә туры килсен, каушамагыз. Бу күнегүне башкару бик күңелле булыр, чөнки тирә-яктагылар чыннан да сезнең бай булуыгызга ышаначак, сезне миллионер дип кабул итәчәк. Хикмәт бит кием-салымда түгел, хикмәт үз-үзеңне тотышта – мескенне алтынга киендерсәң дә, шул ук мескен инде ул. Бай булып йөрү сезгә дә ошаячак. Артистлык сәләте һәр кешедә бар ул. Тормыш сәхнәсендә чын күңелдән уйнагыз, уеныгыздан ләззәт алыгыз. Бу яңа роль күпмедер вакыттан соң табигатегезгә әвереләчәк. Күктәгеләр дә сездәге үзгәрешне күреп сөенәчәк һәм акчаны мулрак җибәрәчәк. Һичшиксез шулай булачак.

Иске ролегез, бәхетсез кеше роле чынлыкта сезгә көчләп тагылды. Ата-анагыз, мәктәп, дуслар, телевизор сезгә маска кидертеп, ул рольне уйнарга мәҗбүр иттеләр. Кешелекнең табигый кануны – көрәш, дип тукулар, инсаннарның бер-берсен яратуы балаларча беркатлылык, дип өйрәтүләр эзсез узмады – йөзегезгә чыкты. Сез бу маскага ияләндегез, ул сезнең сыйфатыгызга әверелде. Бу масканы битегездән алып ташлагыз һәм чын йөзегезне күрегез – илаһи зат, күктүрк йөзе ул. Елмаегыз. Үз-үзегезгә: “Мин бәхетле, минем һәр эшем уңа”, – диегез.

Бәхетле кеше турында, бүресе улый, диләр. Ак (бүз) бүре түркләр өчен изге зат. Иң авыр, өметсез чакларда ул ерак бабаларыбызны саклап калган. Тарихның әле яңа чорында да ул кайбер татар авылларында күренгән,

ачлыктан интеккән халыкны үлемнән алып калган. Ак бүре улап киткән авылда көтмәгәндә, һич уйламаган җирдән ризык барлыкка килгән. Картлар ул вакыйгаларны еш кына әкият сыман аңлаталар, әмма алар ялганламый, булганны сөйли. Өегезнең иң күркәм җирендә борынын күккә чөеп улап торган бүре статуэткасы (сыны) булсын. Кибетләрдә тапмасагыз, Төркиягә баручыларга әйтеп җибәрегез. Һәрвакыт бүрегез уласын!

Күркәм рольләрне уйнарга балалардан өйрәнегез, алар бу эшне ярата, мөкиббән китеп, бик оста башкара. Алар дөрес яши. Ялгыш тәрбияләп, без аларны гарип итәбез. Әгәр аларга ирек бирсәк, даими рәвештә: “Юкны сөйләмә”, ”Буш хыяллар белән баш катырма әле”, – дип чикләп тормасак, дөнья нык үзгәрер иде.

Мескенлек психологиясеннән котылыр өчен башка, гадирәк юллар да бар. Мәсәлән, көнгә ике тапкыр, йокыдан уянгач һәм йокыга китәр алдыннан, балаларча, берни уйламыйча: “Мин бай”,- дип тәкърарлап ятасыз. Башка сүзләр дә булырга мөмкин, алар хәзерге заманда әйтелә һәм сез аларга балалар беркатлылыгы белән ышанасыз. Әмма үз-үзегезне нидер күз алдына китерергә мәҗбүр итмисез, бернинди киеренкелек булырга тиеш түгел. Хәтта санап та тормагыз, теләгән кадәр әйтегез. Тик сөенеп, кабатлап ятыгыз. Болай эшләүнең мәгънәсен аңлагансыздыр – без күңелебезгә хәбәр итәбез, үзгәрдек дибез, ә калганын ул үзе башкара. Күңел – һәркемдә дә булган менә дигән ярдәмче. Ул тыныч кына үз эшен башкара. Дөресрәге без кушканны башкара. Төрле сораулар биреп,

безне борчымый ул. Күңел безнең теләкләрне үти. Әгәр кеше үз-үзен еш кына: "Җүләр мин", – дип сүгә икән, күңел борчыла, газаплана, көчсезләнә, һәм ул кеше чыннан да адым саен диярлек җүләрлек эшли. Күңелебездә яшәү көче туплана: күңел күтәренкелеге ул көчне бермәбер арттыра, ә төшенкелеге яшәү көчен киметә.

Күңел белән элемтәгә керер өчен иң җиңел ысул – күзләрне йому. Күзләрегезне йомып, тынычлану белән үк тылсымчыгыз, әкияттәге Хәттаб бабай сыман, каршыгызга килеп баса. Әгәр берәр проблемагыз булса, ул чишелеш юлын күрсәтә, һич ялгышмый. Йомшап, эчке, үзегезнең илаһи тавышыгызны ишетергә өйрәнегез. Аны ярдәмче дип атау бик үк дөрес тә түгелдер. Ул үз эшен бик теләп, сезне яратып эшли, чөнки ул сезнең... чын асылыгыздыр. Аңыбызга кем генә һәм нәрсә генә тәэсир итми, ә менә күңелгә читтән үтеп керү кыен. Күңел саф ул, эчке "мин"легебез ул.

Хыяллар тормышка аша

Балалардан тагын бер файдалы шөгыльгә өйрәнә аласыз – хыялланырга. Балалар журналында укыган шигъри юллар күңелемә хуш килде:

Бәхет, бәхет – олы бер көч,
Күп нәрсә эшли ала.
Күңелдәге хыял булып,
Чакыра ул гел алга.

Бүгенге кеше, тупасланып, бу нечкә гадәтне – хыяллануны оныта. Кызганыч. Адәм баласы үз карары вә Тәңренең дә ярдәме белән хыялланган һәрнәрсәсенә ирешә ала. Чиста ак кәгазь битенә үзегезнең уй-теләкләрегезне язасыз, әһәмиятлерәкләрен алдарак теркисез. Бу кәгазьне бөти сыман үзегез белән йөртәсез һәм, җае чыкканда, ягъни өйдә яисә эштә ялгыз калганда, искә төшерәсез. Язганнарны онытсагыз, чыгарып укыйсыз. Күзләрне йомып, хыяллана башлыйсыз. Көлмәгез, бу мөһим эш, фән телендә ул медитация дип атала. Әйтик, сез машина турында хыяллансагыз, аны күз алдына китерәсез. Менә ул сезнең капка (подъезд) янында тора. Сез теләгән марка, төс. Ишеген ачып утырыгыз, эшләтеп җибәрегез. Балаларыгызны күрегез, алар да сөенә. Кыскасы, бу вакыйганы иң вак детальләренә кадәр бөртекләп күзаллагыз, хәтта, төрекләргә ияреп, яшәгез дияр идем мин. Бүгенге бу татлы хыялыгыз берникадәр вакыттан соң чынлыкка әвереләчәк. Ышаныгыз. Күкнең яраткан уллары һәм кызлары теләгәненә ирешә, алар бай була. Сез дә бай булыгыз! Тагын кайбер теләкләрем:

Башыгызга дәүләт яусын!
Бәрәкәт яусын!
Гаип хәзинәләреннән бирсен!
Дәүләт кошы башыгызга кунсын!
Дәүләт өстенә дәүләт яусын!
Дәүләтегез артсын!
Керер юлларын киң итсен!

Малыгызның игелеген күрегез!
Морадызга ирешегез!
Өстәүле мал булсын!
Рәхмәт төшкере, дәүләт иңгере!
Ходай өмет итмәгән җирдән бирсен!
Тәңре ярдәм итсен!
Хәере белән булсын!
Хәерле бәрәкәт бирсен!

Бишенче бүлек

ВЛАСТЬНЫ СҮКМӘГЕЗ

Халык властьны сүгәргә ярата, үзенең авыр тормышы өчен гел түрәләрне гаепли. «Без менә эшлибез, ә алар симереп, байлыкта йөзә. Оятлары да юк, халыкны талыйлар», – өч-дүрт кеше бергә җыелса, мондый сүзләр әйтелми калмый. Халык үзенең түрәләрен гел ят итә, үзеннән аера. Бу без, ә әнә алар – сыртыбызда яшәүчеләр, ди. Әйтерсең лә, түрәләр Айдан төшә. Алар да бит шул ук халыктан чыга, шул ук халыкның уллары-кызлары.

Нигә яшь солдатларны җәберлиләр?

Имеш, түрәләр шулай оятсыз кыланганда яхшы тормыш булмаячак, властьны алыштырырга кирәк. Бер зур илдә түрәләрне көчләп бәреп төшерделәр инде, байларны таладылар. Күп кан коелды, явызлык кылынды. Хәерчеләр властька килде, түрә булды. Нәтиҗәдә бөтен халык хәерчеләнде.

Революцияләр, фетнәләр иң изге ниятләр белән әзерләнә, әмма халыкка бәхет китерми. Бүгенге түрәләрне куып та ни үзгәрәчәк? Алар урынына башкалары киләчәк,

бүгенге хөкүмәтне сүгүчеләр йомшак кәнәфиләргә утырачак һәм тагын да хәтәррәк кыланачак. Нигә армиядә яшь солдатларны өлкәнрәкләре җәберли? Яңа гына хәрби хезмәткә алынган егет үзен кыйнауларга, кимсетүләргә тешен кысып түзә. Бер ел чыдыйм да, икенче елны үзем дә шулай изәчәкмен, дип хыяллана ул. Яшьләрнең аңына явызлык сеңгән, аларның уй-ниятләре чиста түгел, шуңа күрә дә алар бер-берсен җәберли.

Изелгән халык властьны кулына алып, аны кулланып кына беркайчан да үз хакларына ирешмәячәк. Явызлык кына артачак, ә явызлык булган җирдә игелеккә урын калмый. Халык үзе нинди булса, аның түрәләре дә шундый. Бәхетле, бай булыр өчен без үзебез үзгәрергә тиеш.

«Имеш, үзебез үзгәрергә тиеш. Үзеңне үзгәртеп, уйларыңны үзгәртеп кенә акча янчыгы тулмый шул. Автор гел балаларны мактый, аларны үрнәк итеп куя. Әмма алар әзердә яши, ата-ана аларны кирәк булган һәрнәрсә белән тәэмин итеп тора. Олыларга исә китереп бирүче юк, алар малны, ризыкны авыр хезмәт белән таба», – дип уйлыйсыздыр, бәлки. Мин дә, сез өйдә ятып, китереп үк бирерләр, димим ич. Барып алырга туры килер, әмма алулары җиңел, рәхәт булыр һәм мул итеп бирелер, дим. Без, олылар да, бала ич, Күк Атабызның балалары. Ул безне бик ярата һәм күп итеп бирә, без ала гына белмибез. Алып та игелеген күрмибез. Татарстан җиреннән генә дә берничә миллиард тонна нефть чыгарылып, Аурупага сатылды. Ул чиксез зур байлык безнең ата-аналарыбызга бирелгән иде ич. Кая китте нефть акчалары? Ко-

ралланырга, ул корал белән башкаларны сугыштырырга, Америка, Асия (Азия), Африка халыкларына түләп, социализм төзеттерергә. Безнең ата-аналарыбыз ярты дөньяны асрады, ә үзләре ачлы-туклы яшәде...

Димәк ки, олыларга да балаларга бирелгән сыман бирелә, алар да әллә ни майтармый, биргәнне ала. Алганны тота гына белми, рәхәтен күрми, чөнки күңелендә, теге яшь солдатныкы кебек, явызлык бар.

Сталин ничә кешене үтергән?

Кеше үзенең явызлыгын танымый, һаман башкаларга сылтый, властьны гаепли. Нигә, мәсәлән, Сталинны гына сүгәләр? Явыз имеш, кешеләрне җәзалаган, миллионнарны юк иткән. Сталин үзе беркемне дә җәзаламаган, беркемне дә үтермәгән. Шәһәрдә эшчеләр байларга ташланган, завод-фабрикаларын талап алган. Гаепсезләр җәберләнгән, атылган, куылган. Гади эшчеләр башкаларның хакына кул сузганнар. Шул ук хәл авылда да кабатланган. Сталин түгел, ә ялкау авыл абзые хәллерәк күршесен талаган, чөнки гомере буе ул аңа көнләшеп яшәгән, явызлык кылырга форсат көткән. Ул форсат килү белән кешенең күңелендә йөргән иң түбән сыйфатлары җен кебек ирекккә чыккан. Нахакка гаепләүләр, әләкләүләр, кеше рәнҗетүләр – боларны халык үзе эшләгән ич. Халыкның үзеннән чыккан власть башындагылар, кешенең кара җанлы булуын күреп, сөенгәннәр һәм шайтан сыман котыртып торганнар. Ил канга чумган.

Җәмгыятьтә күп кан коелса, аеруча куркыныч, чөнки ул олы бәлагә китерә. Чыннан да, күп тә үтми иң зур афәт – сугыш килә. Адәм баласы үзенең кылган явызлыклары өчен тиешле җәзасын тиз ала, әгәр үзе түләп бетерә алмаса, хисап балаларына да күчәргә мөмкин. Ник илебездә һаман тынычлык, рәхәтлек, муллык юк? Бәлки, бу сорауга җавап узган гасыр вакыйгаларына бәйледер? Русия тәүбәгә килмичә, аның киләчәге якты булмаячактыр. Ник шул ук вакыйгалар, әйтик, Швециядә кабатланмады? Чөнки анда халык башка, әхлак башка...

Туры сүз таш яра, ялган сүз баш яра

Әйе, анда әхлак башка шул. Ник бездә, мәсәлән, туры әйткән туганына ярамаган? Юкса төче ялганнан ачы хакыйкать яхшы бит... Ялган сөйләү тормышыбызның гадәти бер күренешенә әверелде. Ялганның яман бер нәрсә булуы да онытылды бугай инде. Хәйләсез дөнья файдасыз, дип алдашуны кирәкле бер гамәл рәтенә керттеләр. Туры сүзле кешене хәтта "туры Тукай" дип шелтәләп тә куялар... Юк, ялган беркемне дә бәхетле итми, киресенчә, ялган – бәланең башыдыр. Ялган әйтеп файда тапсаң, соңыннан зарар табарсың. Бүген сез үзегезгә ышанган кешеләрне оятсыз рәвештә алдыйсыз, ә иртәгә башкалардан алданасыз. Алдакчының юлында тагын да хәтәррәк алдакчылар булыр, ә туры сүзле кешене тормыш гел намуслылар белән очраштырыр. Берен-

чесе, дөреслек юк ул, дип зарланыр, икенчесе тормышның гаделлегенә сөенер.

Чын сүз – ак белән кара арасындагы чикне, аерманы күрсәтүче көзгедер ул. Кара кара булып калган кебек үк, ялган сөйләү дә әхлаксызлык булып калыр:

Сүзләреңнең барысы ялган, берсе чын сүз түгел,
Синдә юк чын сүз белән ап-ачык йөз, төз күңел.
Алдасаң да күп кешене, булмады бит файдасы,
Тәүсыя итәм сиңа мин: "Инде чып-чын сүзле бул!"
Алма ат "алдакчы" дип, кәкрене турыла, алдама!
Тиз таярсың, алдасаң, алдау юлы бик бозлы юл.
Ал исем, "чын сүзле" дип, бер дә курыкма, чынны әйт,
Чем-кара, ап-акны аерырга туры сүз – көзге ул.
Калсын исемең мәңгегә, чын сүз белән ал атак!
Кыскасы: гайрәтле бул, чын сүзле бул! Бу – изге юл.

Бу – Шәехзадә Бабичның "Син алдама" дигән шигыре. Колак салыйк аның тәүсыя-киңәшенә, калсын кешенең исеме мәңгегә чын сүзле булуы белән генә!

Кыз да булсын, буаз да булсын

Социализмның гомере кыска булса да, халыкның рухи саулыгына зарары зур булды. Байлык җинаять дип саналды, ә ярлылык мактауга лаек дип табылды. Күпләр бай, мул тормышта яшәүне әле һаман гаеп итә. Кешеләрнең фикер агымы үзгәргәч кенә халык рәхәтлеккә

ирешәчәк. Муллыкка омтылучылар саны ишәйгән саен якты тормыш та якыная, чөнки бер-ике кеше генә бай булып, башкалары хәерче икән, соңгылары каршы төшә, әмма байлар күп булса, алар бер-берсен яклый. Бай кеше җәмгыятьнең иң гади, нормаль кешесе саналып, ярлы яшәүче ялкау тырыш халыкны гаҗәпләндерергә тиеш.

Безнең үсешебезне, барысы да бай булмый инде ул, барысына да җитми, дип уйлау тоткарлый. Эшмәкәрлекне шакшы, алдауга корылган дип уйлау аны чыннан да шундый дәрәҗәгә җиткерә, чөнки, инде белүебезчә, чынбарлык безнең аңыбыз тарафыннан тудырыла. Халык ни күрергә теләсә, күз алдында шул туа. Бездә бизнес һәм промышленность табигать вә халыкка күп зарар китерә, байлыкларыбыз шалкан бәясенә читкә китә. Дөньяга яңача карасак, экономик үсеш безне бәхетле итәчәк, ә байлыкларыбыз барыбызга да җитәчәк.

Дөньяга яңача караш шушы дөньяга, кешеләргә карата булган нәфрәттән котылудан башлана. Чиста күңелле, кешелекле булыгыз, әшәке уйлардан тизрәк арыныгыз. Якыннарыгызның, дусларыгызның, милләттәшләрегезнең хәленә керергә тырышыгыз.

Генри Фордның сүзләре бик гыйбрәтле:

** Иң элек эшләүчеләремә кешелелекнең гомуми нигезе булган сөюемне бирдем. Алар белән эчкерсез булып, үзләренә тугрылык күрсәттем.*

** Аларга булган ышанычымны гел арттырып тордым.*

** Маңгайларындагы тир корымыйча хак иткән акчаларын артыгы белән түләдем.*

** Алар белән бер табында ашадым.*

** Эшләүчеләремне балаларым сыман күреп, аларның һәр төрле проблемалары белән чын күңелдән кызыксынып тордым.*

** Кешеләргә яхшылык эшләп, файдалы булырга теләдем.*

** Яратылыш максатымның кирәген җиренә җиткерергә тырыштым.*

** Һичбер инсанны түбәнсетмичә, мәрхәмәтле булдым. Эштән курыкмадым. Бер адым атладым; ике адым якынлаштылар.*

** Бөтен боларның нәтиҗәсеме? Менә – Форд заводы...*

(Hayata yõn veren õyküler. — Derleyen: Akin ALICI 4. Baskэ 2004, İstanbul китабыннан алынды, 81 б.).

Фани дөньяда ике гомер яшәрдәй булып кыланмагыз. Кайберәүләр, каберләренә төяп китәләрмени, байлык җыялар, бүтәннәрне изәләр, таптыйлар. Андыйлар бәхетле булмый, алар бай да түгел, алар кол, яман нәфес колы гына. Чын байлар өчен акча үзмаксат түгел, рәхәткә, бәхеткә ирешү чарасы гына. Башкаларны рәнҗетмәгез, башкаларның хакына кагылмагыз. Һәркемгә үзенә бирелә, һәр кеше үз ризыгы белән туа. Хәрәм мал керү белән җан тынычлыгы кача, бәхет кача. Еш кына төрле авырулар килә – ашказаны авырта башлый (хәрәм ризыктан ул), импотенция, простатит, орлыксызлык яшәү

ямен ала (башкаларның акчасын үзләштереп, үзегезгә ышанган кешеләргә ялган сөйләп, чит энергияне контрольдә тоткан өчен үз энергиягез алынган дигән сүз бу). Яман эшләрегезне дәвам итсәгез, инфаркт та килеп чыгарга мөмкин.

Башкаларның хакына кул сузарга халыкны большевиклар өйрәтте. Талап алу һәм бүлү – аларның төп принцибы булды. Бу – хәерчелек юлы. Җәмгыятьтә миһербанлылык, шәфкатьлелек арткан саен, матди байлык та арта.

Явызлык хөкем сөргән җәмгыятьтә кешеләр ерткычлар сыман бер-берсен ботарлап ташламасын өчен көчле дәүләт була. Явызлар үзара аңлаша алмый, алар иң гади мәсьә-ләләрне дә дәүләт катнашыннан башка хәл итәлми. Адым саен гражданнар тормышына тыгылырга мәҗбүр булган көчле дәүләт тоту кыйммәткә төшә, зур чыгымнар сорый. Бу чыгымнарга риза булмыйча властьны сүгә дә инде безнең халык. Бер үк вакытта ул үзгәрергә дә теләми. Аңа кыз да булсын, буаз да булсын...

Җәмгыятьтә явызлык кимегән саен, дәүләтнең роле дә кими, димәк ки властьны сүгәргә дә сәбәп калмый. Җир шарында изге кешеләр генә яшәсә, дәүләтләр булмас та иде.

Өч сум

Сез көлмәгез – өч сум ул хәзер акча түгел. Элек исә өч сум зур акча иде. Уйлап карагыз: студентның айлык стипендиясе кырык сум, ашханәдә бер ашап чыгу илле-

алтмыш тиен, димәк ки, өч сум ике көнгә диярлек җитә иде. Менә шул өч сумымны икетуган абыем кесәсенә тыгып куйды. Чыгарып биргәндә, ул миннән акча алмас дип уйладым.

– Син нәрсә инде, Фирдүс, разве синнән, студенттан, акча аламмы мин, – дип кире бирер дип көттем. Чөнки Ф. абый калхузда алдынгы механизатор, акчаны мул ала, урак өстендә дүрт йөз сум бирәләр икән. Узган гасырның сиксәненче елларында калхузчыларда акча бар иде, К. авылы халкы да акчасыз калмады.

"Булмаган акчаларыңны сарыф итеп, ул К. авылында нишләп йөрдең?"– дип сорарсыз, бәлки. Мин кунакка кайт-тым. Җәйге каникуллар ич. Авыл малаена зур шәһәрдә читлек кошы сыман яшәүләре бик авыр, күңел һәрвакыт саф һавага, инеш суына, киң кырларга, хозурлык бирүче урманнарга тарта. Менә шулай, авылны, туганнарны сагынып кайттым. Кичен инде Ф. абый белән клубка киттек, концерт була икән. Гәпләшеп барабыз. Абый тел астыннан "т-тсы" сыман бер аваз чыгарып сөйли, аның һәр җөмләсе шулай башлана.

– Т-тсы, концерт түләүледер инде... – ди бу. Менә шул чак мин егетләрчә:

– Миндә акча бар, мә ал, – дип өч сумны суздым. Өч сумым кире кайтмады. Концертка билет бәясе бер сум алтмыш тиен иде бугай, аермасы да кайтарып бирелмәде...

Хәзер, күп еллар узгач, бу өч сумны ник искә төшерәм? Хикмәт өч сум акчада түгел. Телевизордан бәйсез Үзбәкстанны күрсәттеләр. Кореялеләр белән берлектә зур ма-

шина заводы төзегәннәр, җитештергән продукциясен чит илләргә дә саталар икән. Шат чырайлары, өс-башларыннан мул, бәхетле тормышта яшәүләре күренә. Өч сум зур акча булган теге елларда Үзбәкстан хәерче бер республика иде. Халкы рәхимсез рәвештә мамык плантацияләрендә агуланды, җитәкчеләре исә, туган-тумачаларын яклый дип, даими җәберләнде. Үзбәкстанда клан (ыруг) системасы бетерелмәгән дип, күпсанлы җинаять эшләре ачылып торды. Ә үзбәкләр чигенмәде, Мәскәү җибәргән килмешәк-ләрне үз араларына кертмәде. Ул елларда ярым ач яшәсә дә, үзбәк халкы баш бирмәде, туганлыктан ваз кичмәде, кан кардәшлек – милләтнең нигезе булуын онытмады. Тиздән бу нык халык дәүләтле дә булды. Татар исә татар башын ашады, ул мескен өч сумга кызыгып калды...

Зирәкләр кылган изгелек

Авыру, хәерче җәмгыятьтә аерым кеше генә бай һәм бәхетле була алмый. Андый илдә һәммәсе дә бәхетсез. Тирә-яктагылар да тук, шат йөзле, тормышларыннан канәгать булганда гына үзеңне чын-чынлап бәхетле хис итәсең. Соңгы модель люкс машинада үтеп барганда артыңнан ач берсе: «Каһәр суксын шуны!» – дип калганда, тормыш юллары уңмый ул...

Димәк, барысын да бәхетле итәргә кирәк. Әмма кулга наган тотып түгел. Социаль гаделлекне Ленин көчләп урнаштырырга тырышты. Ул ярлыларны, хәерчеләрне бай-

ларга каршы котыртып, халыкны сугыштырды. Байлардагы байлыкны алып, уртак иттеләр. Гаделлек җиңеп, тигезлек урнашкан кебек булды. Әмма байлардан таланган мал тиздән бетте, ә зарыгып көткән коммунизм җәннәте һич күренмәде. Киресенчә, Ленин күрсәткән юл буенча киткән халыклар социаль-экономик үсештә башкалардан нык артка калды.

Әгәр байлар барлык байлыкларын үз теләкләре белән юксылларга бүлеп бирсәләр дә, шул ук нәтиҗә булачак. Кешене үзгәртергә кирәк. Барысы да бәхетле булсын өчен җәмгыять өр-яңа рухи биеклеккә атларга тиеш.

Шул ук нефть, Татарстаннан азрак чыкса да, гарәп илләрен җәннәт итте, чөнки анда да халык башка, әхлак башка. Алар, безнең кебек, ислам диненнән баш тартып, коммунизм төзибез дип җүләрләнеп йөрмәде.

Бездә хәерче дә хәерче, бай да шул ук хәерче. Аларның аңы бер – хәерче аңы. Байлар, үзләренчә, башкаларга да өлеш чыгарырга тырыша. Төрле хәйрия фондларына, аеруча ятим балалар йортларына спонсорлык кыла. Бу эш мактауга лаектыр, әмма никтер бәхетсез балалар саны гына кимеми, киресенчә, үсә.

Газиз баласын чүп контейнерына ташлаучы яшь ана һәм ятим бала кулына уенчык тоттыручы бай ир. Берсен хурлыйлар, икенчесен мактыйлар. Ләкин никтер күңелгә шик керә. Ятим балалар йортына кылган гөнаһларыннан җиңел генә арыныр өчен дип килмәдеме икән ул бай? Журналистлар чакырткан, телевизион камералар эшли. Нәрсә бу – Тәңрене алдарга маташу гына

түгелме? Ирексездән акылга иске сүзлекләрдәге аңлатма килә: «Иганәче, хәер-сәдака бирүче – мохтаҗларга аз-маз ярдәм күрсәткән булып, үзенең эксплуататорлык йөзен яшерүче»...

Сәдаканы дәүләткә түгел (мәктәпләр, ятимнәр йортлары – дәүләт учреждениеләре бит ул), ә бәлки кешене үзгәртү, авыру җәмгыятьне дәвалау эшенә бирергә кирәктер. Акчаны җәмгыятьнең рухи үсешенә тоту – зирәкләр кылган изгелек.

Балалар йортындагы үксезләр чынлыкта ятим түгел, аларның ата-аналары бар – зинага, эчкечелеккә бирелеп, балаларын ташлаган юньсезләр бар. Андыйлар булмасын иде, гаиләләр таркалмасын иде. Сәламәт җәмгыятьтә ата-аналар балаларын үзләре тәрбияләп үстерә.

* * *

Балалар йортында ташландык сабый елый. Күңел шундук сизеп ала – бу гап-гади, астына пес иткән иркә баланың елавы гына түгел. Бу бөтенләй башка елау – кайгы-хәсрәт тулы ятим бала елавы. Барысын да белгән бәхетсез бу нарасыйның хәсрәте күңелгә авыр бер хис булып керә. Аның тавышын ишетеп, безнең дә күзләргә яшь тула... Адәм баласы, синең оятың һич калмадымы? Нарасыеңны чүплеккә ташлап, ата-анаңны картлар йортына куып, син бәхетле булырмын дисеңме?

Алтынчы бүлек

АКЧА КҮКТӘН ЯУМЫЙ

Бәхет турында сүз барганда акча мәсьәләсенә кагылмыйча булмый. Акчага төрлечә карарга була, аны сүгәргә дә, яратырга да мөмкин, әмма бүгенге җәмгыятьтә акчасыз яшәү мөмкин түгел. Ул һәркемгә кирәк.

Артыннан тырыш хезмәт бармаган хыял – буш хыял

Акча каян һәм ничек килә? Менә төп мәсьәлә. “Ничек бай булырга?” дигән темага багышланган күпсанлы китаплар бу сорауны тулысынча ачыклап бетерми. Алар кеше бай булсын өчен, бай яшәргә тиешлеген аңлап, үзен бай дип күзалласын, бай булып кыланып йөрсен, дип өйрәтә. Әйе, һәр көнне өстеңә күктән кар бөртекләре сыман акча-байлык ява дип хыялланасың да, тиздән миллионер буласың. Җип-җиңел. Нәкъ менә “Чуртан кушуы буенча” дигән урыс әкиятендәге сыман. Бу әкияттә Емеля, балыкның гомерен саклап калган өчен, аннан әҗер ала: тормышта муллыкка, иркенлеккә ирешә. Емеля шул

балык исеме белән теләген белдерүе була, сораганы шундук үтәлә дә...

Телгә алынган китаплар дөньяны ямьле, матур итеп күрсәтә, аннан курыкмаска өнди, кешедә яхшы, бәхетле тормышка өмет уята. Бу ул хезмәтләрнең уңай яклары. Ә менә өметләрне тормышка ашыру юллары күрсәтелмичә калып, алар акланмаса, кеше өметсезлеккә бирелсә?

Андый китаплар үзенә күрә бер наркотик сыман – алар кешедә иллюзия уяту белән чикләнәләр. Төп нәрсә әйтелми кала. Һәрвакыт бай тормышның чыганагы – хезмәт! Бу борынгы заманнарда да дөрес булган, хәзер дә шулай; киләчәктә дә муллыкның чыганагы булып тырыш хезмәт калачак. Ник бу нәрсә әйтелми кала? Чөнки "хезмәт" сүзе үзе үк безне куркыта, аның янына шундук, аерылгысыз игезәге сыман, "авыр" дигән кәлимә дә килеп баса. Әлбәттә, матур, бәхетле тормыш турындагы китапларда бу сүзгә урын табылмый, чөнки ул үзенең игезәге белән бөтен китапның ямен качыра...

Мин үзем дә хезмәт темасына керимме-юкмы дип озак уйландым. Китабымның беренче басмасында бу бүлек юк. Әмма соңрак хезмәт белән хыял арасында бернинди каршылык булмавын укучыларыма аңлатырга кирәк дигән фикергә килдем.

Әйе, акча – байлык Күк Атабыз тарафыннан бирелә, ул бит безнең төп яклаучыбыз. Аннан сорарга кирәк, догалар укырга, арбаулар әйтергә, хыялланырга һ.б. Әмма муллык ничек, нинди юллар белән бирелә? Тырыш хезмәт аша. Олуг Тәңребез сораганга һәм тырышканга бирә.

Әй, көне-төне эшләсәң, сорамыйча да килә инде ул, дип уйларга ярамый. Килми шул. Әнә безнең ата-аналарыбыз СССР дигән туймас дәүләткә күпме бил бөгеп тә ачлы-туклы яшәделәр. Аларның тырыш хезмәте белән җитештерелгән иксез-чиксез байлыклар әллә кая китә торды... Дога-арбаусыз, хыялсыз хезмәт – буш хезмәт, артыннан тырыш хезмәт килмәгән хыял да – буш хыял.

Күңелегез кушкан эш белән шөгыльләнегез

“Акча каян һәм ничек килә?” дигән сорау еш кына җавапсыз калса да, халык, бай булыр өчен, бизнес, алыш-биреш белән шөгыльләнергә кирәген абайлый. Бурычка булса да акча юнәтеп, товар сатып ала, аны тагын да кыйммәтрәккә сатарга урын эзли яисә үзенә башка төрле бер эш ача. Кибетләр, автосервислар, кафелар һ.б., гөмбәләр сыман, берсен берсе кабатлап, ишәя. Күпчелек очракта сервис, сыйфат шул ук түбән дәрәҗәдә кала, яңалык күренми. Әгәр сез дә андый эшмәкәрләр рәтенә кушылырга уйласагыз, ашыкмагыз. Берзаман укытучылар, врачлар, китапханәчеләр дә бу эшкә керешеп карадылар инде. Нәтиҗә күпләр өчен аяныч булды: товарлары сатылмады, башланган эшләре китмәде, алынган бурычлары түләнмәде...

Әгәр сезнең бизнеска сәләтегез юк икән, зинһар аңа алынмагыз. Күңелегез кушкан эш белән шөгыльләнегез, шунда гына бай да, бәхетле дә булырсыз. Булдыксыз сәүдәгәрдән талантлы врач мең тапкыр бае-

рак, сүзнең бөтен мәгънәләрендә. Кем ул талантлы кеше? Үз эшен яраткан, аңа бөтен җаны-тәне белән бирелгән кеше.

Егетләр-кызлар! Мәктәпне тәмамлагач, күңелегез кая тартса, шунда барыгыз. Ул эш акчасыз, ә бүтән җирдә акча күбрәк түлиләр, дип ялгышмагыз. Үз эшен яратып башкарган чын оста һәр җирдә кадерле. Мәсәлән, бүген (иртәгә ситуация үзгәрергә мөмкин) аз хезмәт хакы алып эшләгән укытучыларның сәләтлеләрен, тәҗрибәлеләрен, зур акчалар тәкъдим итеп, шәхси мәктәпләргә чакыралар, алар мәктәптә генә түгел, башка җирләрдә дә дәресләр бирәләр һ.б. Кайберәүләр, авылда акча юк дип, шәһәргә ашкына. Әмма зур калаларда да хәерчеләр җитәрлек, бер үк вакытта Шыгырдан, Урта Әләзән кебек бөтен Рәсәйгә танылган авылларда халыкның яшәү дәрәҗәсе шәһәрнекеннән калышмый. Гомумән, ялкау калада да баемас, тырыш исә салада да ач калмас. Кеше гомеренең һәр көне кадерле. Яратмаган эш белән шөгыльләнеп, бер генә көнегезне дә заяга уздырмагыз. Яшьләр, шуны аңлагыз: яратмаган эшне башкару – яратмаган кеше белән яшәү сыман ул. Һәр көнне үз эшеңә канатланып, ашкынып барганда гына бәхетле буласың.

Эш бирүче эшен яратып башкарырга теләүчене эзли

Бай тормыш серләре турында язучылар, гадәттә, әгәр кеше үзенең аңын үзгәртеп, дөрес яши башласа, аңа зур

хезмәт хакы түләнгән эш урыны тәкъдим ителә, дию белән чикләнәләр. Бик дөрес, яхшы кешегә яхшы эш тәкъдим ителер. Әмма зур акчалар бушка гына түләнми шул. Ул эшне булдырасы да бар бит әле. Менә сез эш эзләп килдегез ди. Эшкә алучыга нәрсә диячәксез? Мин бай яшәргә лаеклы, шуңа миңа күп түләгез, дию ахмаклык булыр. "Бик яхшы" билгеләре генә куелган кызыл диплом да бүген эш бирүчегә әһәмиятле түгел. Төкерә ул сезнең дипломга, аңа диплом түгел, белгеч кирәк. Нишләргә соң? Әлбәттә, бу мөһим сөйләшүгә барганда пөхтә, җыйнак киенегез. Аеруча бу яшь хатын-кызларга кагыла. Ярым-шәрә итеп киенгән булсагыз, сезне, бәлки, сөяркә буларак кулланыр өчен алырлар да. Кайбер оешмаларда түрәләрнең кул астында эшләүче үз "чибәркәйләре" була. Бу вазыйфа сезгә насыйп булырга мөмкин. Сез шуны телисезме? Иң элек максатыгызны ачыклагыз, шуңа карап киенегез...

Эшкә алучы белән ашыкмыйча, каушамыйча сөйләшегез. Азрак сөйләп, күбрәк тыңларга тырышыгыз. Әңгәмәдәшегезгә туры карагыз, сезнең хакта, астыртын, шикле, ялганчы кеше, дип уйламасыннар. Шул ук вакытта аңа төбәлеп тә карамагыз. Хөрмәт итүегезне яшермичә, йомшак итеп карагыз үзенә. Бу кешегә ошар өчен дип, аның эшен мактап, элекке эшегезне сүкмәгез. Үзегезне жәлләтергә дә тырышмагыз. Шәхси тормышы уңмаган имгәк беркемгә дә кирәкми. Түрәләр гадәттә аяусыз була. Гомумән, үзегезнең шәхси тормышыгыз турында күп сөйләнмәгез.

Сүз булачак эш белән бәйле мәсьәләләр тирәсендә барырга тиеш. Кандидат буларак уңышка ирешергә теләсәгез, бу эшне яратуыгызны белдерегез, ниятегез акча каеру түгел, тырышып эшләү булуын сиздерегез. Әлбәттә, бу эшнең бөтен нечкәлекләрен белмисездер. Теге яисә бу сорауга җавабыгыз булмаса, югалып калмагыз. Эшне яратсагыз, һәрнәрсә тиз өйрәнелә. Каршыдагы түрә моны бик әйбәт белә.

Уңышлы бизнес ничек башлана?

Бераз читкә киттек бугай. Яңадан акча-байлыкка кайтыйк әле. Бай, бәхетле тормыш турындагы күпчелек китапларның авторлары чыганак мәсьәләсен урап узарга тырыша дигән идем. Икенчерәк төрле китаплар да бар. Болары капма-каршыга өйрәтә: иллюзияләр белән вакытны бушка уздырмагыз, әхлак дип утыручы беркайчан да бай булмый, акча үз дигәненә танк сыман баручыларны гына ярата. Дөрестән дә, саф күңелле миллиардер бармы соң? Хәләл хезмәтең белән генә баеп буламы соң? Була. Саф күңел белән байлык арасында да каршылык юк. IKEA кибетләренә барып карагыз. Кешегә кирәк булган, аның тормышын җиңеләйтә торган мең төрле товар. Сатып алучылар хуҗаларына рәхмәт белдерә. Товарны кулланганда IKEAны мактап телгә ала. IKEA — шведлар фирмасы. Аның эмблемасы бик тирән мәгънәле. Зәңгәр күктә алтын кояш, кояш уртасында IKEA язуы. Бу бит күктүркләрнең – безнең борынгы

бабаларыбызның дини карашларына таянып эшләнгән эмблема. Алар бит күкне, кояшны олылаган һәм бу төрекләрнең байракларында да чагылган. Бүгенге шведларның борынгы бабалары булган готтлар әлеге символны заманында һуннардан алганнар, ә һуннар, белүебезчә, күктөрекләрнең аталары... Хикмәт эмблемада түгел, хикмәт тирән бер философиягә таянып, эшне дөрес оештыра белүдә. Гади генә итеп әйткәндә, уңышлы бизнес идеядән башланырга тиеш. Тикмәгә генә: "IKEA идея булган җирдә", – диелми.

Дөньяга дөрес карашы, тирән белеме булган кеше генә үз бизнесын киң итеп җәелдерә ала, миллиардлар казана. Кайбер кыланышлары белән шакалларны хәтерләткән, берберсен алдап йөргән малкуарлар беркайчан да Билл Гейтс дәрәҗәсенә ирешми. Алар башларында йөрткән примитив уйлары кебек үк вак булып кала. Акча башкаларны алдап түгел, һәрвакыт эшләнеп алынырга тиеш. Ул васыять буенча да килми (без инглизләр түгел, безгә бай мираслар тәтеми), капчыгы белән инкассатор машинасыннан да төшеп калмый, лотереядән дә отылмый. Бай булыр өчен җәмгыятькә нәрсәдер тәкъдим итәргә, нәрсәдер бирергә (сатарга) кирәк. Бүгенге җәмгыятьнең дә әле күп төрле ихтыяҗлары канәгатьләндерелмәгән, күп төрле яңа товарлар кирәк. Сезнең максатыгыз акча эшләү генә түгел, хезмәтегез белән кешене сөендерү дә булырга тиеш. Товарыгызны рәхмәтләр әйтеп сатып алсыннар, алган әйбернең игелеген күрсеннәр. Алдакчы сәүдәгәр барыбер бөлгенлеккә төшәчәк, аны ялган реклама да, башка төрле хәйләләр дә

коткармаячак. Әмма изге нияттә булу, башкаларны яратып, аларга хезмәт итү теләге генә дә җитми. Бизнеста зур уңышка ирешер өчен (дөньяга мәшһүр чит ил байларының истәлекләрен укып карагыз) үз эшеңне ярату, аны биш бармагың сыман белү дә шарт. Бизнеста гына түгел, һәр эштә, уңышка ирешер өчен, көннәр-төннәр буе уйларга, эшне бөтен нечкәлекләренә кадәр өйрәнергә, гомумән аның белән яшәргә кирәк. Бу үз эшеңне яратканда гына мөмкин. Егет яраткан кызы турында гел уйлап йөргән сыман, яхшы белгеч тә гел эшен уйлап йөрер.

Демократиянең шул ягы әйбәт – талантлы, тырыш кешене ул бай итә, аңа кадер-хөрмәт күрсәтә, данга күмә. Демократик илләрдә ниндидер сәләткә ия булган, тапкыр, тәвәккәл шәхесләр уңышка ирешәләр. Без дә демократик җәмгыять төзибез. Шуңа күрә бай һәм бәхетле булырга теләсәгез, очраклы эшләргә алынмагыз, күңелегез тартканны гына башкарыгыз. Һәр кеше ниндидер күркәм бер сәләткә ия. Үз сәләтегезне үстереп кенә сез югары мәртәбәләргә ирешә аласыз. Бөтен җәмгыять масштабында да бу дөрес. Һәркем үз эшен башкарган җәмгыять кенә алга китә. Кызганыч, әле һаман ана кеше асфальт түши, галим кеше базарда сатып тора, “блат” белән укырга кереп, диплом алган оятсыз кеше, врач булып, хасталарны имгәтә...

Аңладыгызмы инде, ник бездә хезмәт авыр дип исәпләнә? Чөнки бик еш кына безнең кешенең башкарган эшенә күңеле ятмый, яратмый ул галим базар эшен. Яраткан эш кенә тиз һәм җиңел эшләнә, ул гына ардырмый, ардырса да беленми.

Илдәшләрнең (гражданнарның) яратмаган эшне башкаруы бөтен җәмгыятькә зарарлы һәм хәтта куркыныч та. Эшен теләр-теләмәс кенә башкарган табиб хастаны үлемнән алып кала алмый. Начар эшләнгән автомобиль юл казасына китерә. Төзүченең теләмичә генә салган бинасы кәкрәя. Акча, байлык артыннан гына куган дәүләт хезмәткәре бөтен дәүләтнең үсешен тоткарлый...

Һәр кешесе үз эшен яратып башкарган җәмгыятьләр генә чәчәк ата. Бу җәмгыятьләрдә хезмәт культ дәрәҗәсендә, ягъни илаһилаштырылып карала. Үсешләрендә артта калган җәмгыятьләрдә исә “хезмәт” сүзенең игезәге булып “авыр” кәлимәсе йөри. Үзбәкләрдә бу сүз юкка гына “михнәт” рәвешендә яңгырамыйдыр.

Әгәр бай булырга теләсәгез, башкалар өстеннән танк сыман барыгыз, дип өйрәткән китаплар язучы авторларның төп хатасы шулдыр – алар кемдер бай булсын өчен башкалар хәерче булырга тиеш дип саный. Моның белән килешеп булмый. Шул ук Аурупада яисә Америкада әйбәт, бай яшәүчеләр күпчелекне тәшкил итә.

Әйткәнемчә, яраткан белгечлеге буенча тырышып эшләгән кеше генә чын-чынлап бай һәм бәхетле була ала. Һәрвакыт яхшы ниятле булыгыз. Мин бу дөньяга ни өчен килдем, башкаларга мин нинди яхшылык эшли алам, җәмгыять тормышын ничек тагы да ямьләндерергә икән, дигән сорауларны үзегезгә бирергә соңга калмагыз. Бу сорауларга җавап эзләгәндә сезнең башка акыллы уйлар киләчәк, сезнең төп эшегезгә этәргеч биргән идея туачак.

Сез бу дөньяга килгән, димәк юкка гына түгел. Һәр кеше ниндидер күркәм эшкә сәләте булып туа. Сез бу дөньяда үз эзегезне калдырырга тиеш. Халыкка хезмәт итәр өчен мең төрле юллар бар. Үз юлыгызны табыгыз, аны сезгә күңелегез күрсәтер. Фәкать бу юл сезне байлыкка һәм бәхеткә китерер.

Бәхет юлы

Яраткан эшегез белән шөгыльләнегез, күңелегез кушканны башкарыгыз дидем. Әмма күңел авазы бик нечкә шул, кайчак ишетми-төшенми дә каласың. Эш мәсьәләсендә ялгышмас өчен ышанычлы бер ысул бар, сезгә шуны да аңлатыйм.

Бернинди максатсыз берәр нәрсә белән шөгыльләнгән бала турында, уйный, диләр, ә олы кеше турында, хоббисы белән мавыга, диләр. Ягъни баланың яраткан эшен башкаруы уен дип атала, аның ата-анасы кызыккан нәрсә хобби була. Димәк, олыларның төп эше – яратмаган эш булып чыга? Төп эш һәм хоббиның аерылуы ук тормышыбызда хата барлыгын күрсәтә. Кеше яраткан эше белән шөгыльләнеп кенә олы уңышларга ирешә. Эш һәм хобби бер үк нәрсә булганда уңыш килүе шөбһәсез. Дөньяда иң бай кешеләрнең байлыкка юллары хоббидан башланган. Алар муллыкка ирешкәнче үк башкаларга охшамаган булганнар, күпчелек сыман, кушканны гына эшләп йөрмәгәннәр.

Яраткан эш белән яратмаган эш арасында төп аерма шул – беренчесен һич бернинди максатсыз да эшлисе килә,

ул эш үзеннән-үзе эшләнә һәм ул эшнең процессы үк, ягъни эшләнеше үк җанга рәхәтлек бирә, ә икенчесенең нәтиҗәсе генә кызыксындыра.

Яраткан эше белән шөгыльләнгән кеше – бәхетле кеше. Ул, ниндидер максатка ирешәм дә, бәхетле булам дип яшә-ми. Ул бүген үк бәхетле! Бәхет ниндидер максатка ирешү, барып җитү түгел, бәхет – шул максатка илтүче юл үзе ул. Әйтик, сез олы бер амач (максат) куеп, ул амачка ирешер өчен илле ел кирәк булса, илле елдан соң гына бәхетле буласызмы? Ярты гасырдан соң гына килә торган бәхетнең кирәге бармы?

Мәктәпне тәмамлап, аттестат алгач бәхетле булам, диюче дә нык ялгыша. Мәктәп еллары – гомеребезнең иң күңелле еллары! Чыгарылыш кичәсендә күпләргә моңсу була...

Киң, бөтен уңайлыклары булган фатирга күчеп, ир белән хатын сөенә. Бер үк вакытта моңая да – кеше почмагында яисә тулай торак бүлмәсендә кысан иде, әмма уңайсызлыклар яшьлек белән сизелми иде. Их, нинди ямьле чор булган икән ул: бер-беребезне күрергә ашкындык, беренче бала тугач, кайчан тәпи йөри башлар инде дип көттек, чир-авырулар белмичә эшләдек, дип сагына ул елларны яңа фатир хуҗалары.

Төрек солтаны IV. Морат та: "Багдадны алырга тырышу Багдадның үзеннән кызыграк булып чыкты түгелме соң?"– дигән имеш. Бер вакыйганы түземсезлек белән көтү, аңа омтылу ул вакыйганың үзеннән кыйммәтрәк. Көткәнеңә ирешү түгел, көтеп йөрү ләззәтлерәк.

Шуңа күрә һәр мизгелнең кадерен белегез. Нигәдер омтылу әйбәт, әмма көне-төне исәп тотып, үзегезне битәрләмәгез. Кешене олы бер максатка илткән юл бәхетле итә, ирешелгән нәтиҗә түгел.

Беркем дә ике тапкыр яшәми. Һәр яңа туган көнгә сөенеп, башкарган эшегездән ләззәт алып, бәхетле булып яшәгез. Бүген үк бәхетле булыгыз!

Түләүсез сырга кызыкмагыз

Акча ничек килүен дөрес аңларга омтылыгыз. Байлык үзе сезгә әллә кайдан ишелеп төшәр дип уйласагыз, ялгышасыз. Акча, байлык фәкать хезмәтегез нәтиҗәсе буларак киләләр. Түләүсезгә кызыкмагыз.

Түләүсез сырның тычкан тәбесендә генә булуын һәркем белсә дә, моны еш кына оныта. Никтер адәм баласын гел түләүсез нәрсә кызыксындыра. Хәйләкәр, намуссыз малкуарлар бу үзенчәлекне оста кулланалар. Берничә мисал. Чибәр кызлар: “Кафебызга рәхим итегез, әгәр бер чынаяк кофе алсагыз, икенчесен бушлай бирәбез”, – дип чакырып торалар. Керә күрмәгез. Ул кофе ресторан бәясеннән дә биш-ун тапкыр кыйммәтрәк булачак. Хәзер фирмалар төрле лотереялар уйната. “Безнең товарны алсагыз, җиңел машина отачаксыз”, – диләр. Җүләр булмагыз. Бернинди фирма да бушлай җиңел машиналар өләшми! Бу очракта лотерея – күз буяу, алдау чарасы гына. Җиңел киләчәк байлыкка кызыгып, сез кыйммәткә товар алачаксыз, бераздан призларны уйнату дигән шоу-

да фон буларак катнашачаксыз, вакытыгызны бушка уздырачаксыз. Лотерея отышлары читләргә түгел, бәлки оештыручыларның үз кешеләренә биреләдер? Кайберәүләр билгеле бер бензин станциясенә генә керә, башка җирдән ягулык алмый. Андыйлар шулай итеп әллә нинди купоннар җыялар, имеш биш тонна бензин оталар. Беркатлы булып, үзегезне газапламагыз. Аек акыл белән уйлап карагыз әле: заправкалар тонналап бушлай бензин таратыр өчен эшлиме? Фирма клиентларын алдарга теләмәсә дә, аның хезмәткәрләре ул биш тонна бензинны читкә җибәрмәячәк! Дөресме?

Түләүсезне тәкъдим итүчеләрне урап узыгыз. Бушлай дигән җирдә алдау булыр. Бу дөньяда берни дә бушлай килми. Әйткәнемчә, сез җәмгыятькә үзегезнең акылыгызны җигеп, көчегезне һәм вакытыгызны сарыф итеп нидер тәкъдим итәсез. Башкалар да аны, сезгә рәхмәт әйтеп, тиешле хакын түләп ала. Хәләл акча менә шулай гына килә. Җәмгыятькә, халыкка яңа продукт яисә хезмәт тәкьдим иткәч тә, ул шундук сорап алынмаска мөмкин. Һәр яңа нәрсә шикләнеп кабул ителә. Кешеләргә аның кирәклеген, файдалы булуын аңлатырга кирәк. Тиешле мәгълүмат бирер өчен рекламаны кулланыгыз. Әмма рекламаны халыкка үтмәс товарыгызны алдап сатар өчен кулланмагыз. Безнең кеше беркатлы, никтер ул рекламага тиз алдана, арзан булганга кызыга. Рекламаны чыннан да кешегә кирәк булган, аның тормышын җиңеләйтә торган әйберләрне сатар өчен генә файдаланыгыз. Мәсәлән, Билл Гейтс, компьютер программалары тәкъдим итеп, кешенең

эшен кулайлаштырды, үзе дә дөньяның иң бай кешесе булды.

Әгәр кемгәдер бер мең долларыгызны биреп торып, бер айдан соң ул акча сезгә икеләтә кайта дип ышансагыз, ялгышасыз. Берни дә эшләмичә акча үзеннән-үзе артамы? Бакчага чыгып җимеш ашар өчен башта үсентене утыртасың, аны карап үстерәсең. Зур процентлар өмет итеп беркайчан да бурычка акча бирмәгез. Акчаның кире кайтмау ихтималы вәгъдә ителгән процентлар кадәр үк зур. Кредит сораучы үзе алдакчы булмаса да, һәрнәрсә дә аның кулында түгел ич. Уйлаган эше килеп чыкмаска мөмкин.

Байлык тир түкмичә генә килсен иде дип хыялланмагыз. Яратып башкарган хезмәтемә лаеклы хакы түләнсен иде дип теләгез, Тәңредән шуны сорагыз.

Начар эшләү – җинаять

Кешенең кешелеклелеге аның үз вазыйфаларын ничек итеп үтәвендә күренә. Ул бер генә намазын да калдырмаска, уразасын тотарга, тиешле сәдакаларын бирергә мөмкин, әмма үз хезмәтен тиешенчә башкармаса, аны намуслы кеше дип атап булмый. Ялкауланып, эш сәгатьләрендә тәмәке тартып, ләчтит сатып йөреп тә зур эш хакы алу – шул ук караклык түгелме? Әйе, хуҗа бай, хуҗаның акчасы күп, ләкин аның башы эштән чыкмый. Төзәтеп киткән техникасы икенче көнне үк яңадан эштән чыккан останың хез-мәте өчен алынган акча хәләлме?

Телевизор яисә суыткыч хуҗасы эшләп тапкан акчасын түли бит. Ирен һәм балаларын вакытында ашатып-эчермичә, аларны җыештырылмаган, пычрак фатирда ташлап калдырып күңел ачып йөргән ананың бәхетле булырга хакы бармы? Бәхеткә лаеклы да булырга кирәк.

Нәкъ менә хезмәт миллионлаган кешене күренмәс җепләр белән бер-беренә бәйли. Тырышып эшләмәгән кеше теләсә-теләмәсә дә башкаларны рәнҗетә, башкаларның хакына керә, чөнки җәмгыятьтә кешелек мөнәсәбәтләре хезмәт аша чагыла. Тегүче теккән киемне кемдер сатып алып киячәк. Сыйфатына куанып, тегүчесенә рәхмәт әйтеп кисен ул аны. Эшчеләр ясап чыгарган автомашинага утырып, кулланучылар юлга чыгачак. Сәфәрләренең тыныч-имин булуы җитештерүче завод хезмәткәрләреннән тора. Мәктәп укытучысы укучыларга тиешле белем бирә алмаган очракта җәмгыять әгъзаларының бер өлеше надан кала. Ә бу шыксыз биналар, чокырлы юллар, җайсыз автомашиналар һ.б. дигән сүз. Һәркем бәхет өчен яратыла. Һәр кеше һәрнәрсәнең иң яхшысына лаек. Бу лозунгның тормышка ашуы өчен төп шарт – һәркемнең үз эшен бик яхшы итеп башкаруы. Эш гаме бетеп бара кебек замандашларыбызда. Тормыштан ямь, хезмәттән тәм табу кими.

Кешене хезмәт кенә бәхетле итә. "Эшсез бәхет табылмас, табылса да тагылмас", – ди халык. "... Халык хезмәткә рухи канәгатьләнү, шатлык һәм сөенеч чыганагы итеп карый, хезмәттән тәм таба белергә, аны яратырга чакыра. Мәкальләрдә эшчәнлек, тырышлык һәм уңган-

лык кебек сыйфатлар кешедә булырга тиешле иң югары рухи сыйфатлар рәтенә куела, кешенең чын матурлыгы, көче, абруе, беренче чиратта, аның хезмәте белән билгеләнә", – дип аңлата галим, танылган фольклорчы Хуҗи Мәхмүтов (4:11). Ялкау кеше – намуссыз кеше. Ул тырышлар хисабына яши, тырышларның ризыгын ашый. Андый кеше иртәме-соңмы тиешле җәзасын ала.

Әгәр берәр эш ошамый икән, аны башкарган булып йөрергә ярамый. Күңел тарткан эшне тырышып башкарырга кирәк. Әмма инде гомумән хезмәтне сөймичә, берни дә эшләмичә кәеф-сафа кылып кына яшәргә ниятләсәгез, белегез, андыйларга карата чаралар әзер: СПИД, наркотиклар һәм башка бәла-казалар...

Җиденче бүлек

БӘХЕТЛЕ БУЛЫГЫЗ!

Бәхетле кешедә очу теләге көчле дигән идек. Очу хыялы адәм баласында һичбер заман үлми, пыскыган учак кебек булса да яши. Бәхет тулып ашкан мизгелләрдә ул пыскыган учак дөрләп янып китә, һәм кеше: «Очасым килә!» – дип сөрән сала. Әнә ул кыз нинди бәхетле! Сөйгән егете белән күл ярында, җәйнең бу гаҗәеп төнендә, күккә карап очарга ашкына ул. Су өстендә ай яктысы балкый. Тып-тын. Хәтта бакалар да шауламый, яшьләрнең серләшүен тыңлый. Кыз иңендәге ак шәл чуклары, куллар белән тәңгәл булып, аккош канатларыдай җәелгән. Ул егетне күптән яратып йөрде, әмма егет кенә аны күрмәде, башкаларны озатты... Һәм, ниһаять, бүген аңа карап елмайды... Кыз да аның карашларыннан барысын да аңлады...

Һәр кешенең күңел түрендә мәхәббәт кичерешләре саклана. Күп нәрсә онытыла, әмма ул мизгелләр хәтердә яши. Һәм ни гаҗәп, ул хатирәләр дәрт-дәрман, яшәү көче бирә, дөньяны ямьләндерә.

Мәхәббәтнең бер мизгеле бөтен бер гомергә тиңдер ул. Гомерендә һич гашыйк булмаган, беркемне дә яратма-

ган кеше – бәхетсез кешедер. Үлгәч тә, аның турында, ул бу дөньяда булып китте, дияргә мөмкин, әмма, яшәде, дип әйтергә тел әйләнмәс. Сөю – иң кадерле нәрсәдер. Әллә нинди мәртәбәләргә, байлыкларга ирешергә була, әмма яныңда яраткан кешең булмаса, синең дәвамың – балаларың үсеп килмәсә, яшәүнең яме булмый.

Бәхетнең башы – хатыннан уңу

Матур гаилә – бәхетебезнең нигезе ул. Сөйгән ярны кайдан табарга? Гаилә корып, ничек ялгышмаска? Бу эштә башлап йөрү бурычы Күк Атабыз тарафыннан ир затына йөкләнгән. Өйләнү – тормышыбызның иң мөһим адымнарыннан берсе. Безнең халык бу адымның гаять зур әһәмия-тен белдереп: «Ир-атны кеше иткән дә хатын, хур иткән дә хатын», – ди. Әгәр бу эшеңдә уңсаң, киләчәк көннәрең якты вә матур, шатлыкка тулы булыр. Юкса һәр көнең сагышка күмелер. Мин гаиләләр тормышын күзәтеп, еш кына ирләрнең юньсез хатыннары аркасында эчкечелеккә бирелүен күрәм. Акыллы хатын-кыз кулында ул эшчән ир алтын куллы оста, мөхтәрәм зат булыр иде. Явыз хатын-кызга очрап, күпме ир, түзәлмичә, үз-үзенә кул сала. Әйе, явыз хатын дөньядан биздерә...

Гаиләдә күп нәрсә хатын-кыз кулында. Без, ирләр, еш кына берни үзгәртә алмыйбыз. Хатының акыллы булса, синең дусларың да күп булачак, чөнки зирәк хатын аларны тәмле ризык әзерләп, ачык чырай белән каршылая-

чак. Чын дусларың белән тормышың җиңел барачак. Ише күпнең көче күп.

Заманалар авыр, еллар ябык,
Дус-иш кирәк дөнья көтәргә.
Карурманга кергән чакта
Кисеп алдым пар усак,
И-и, аерылмабыз дус булсак, -

дип җырланса да, юньсез хатын дусларыңны тиз биздерәчәк, сине хәтта туганнарыңнан да аерачак.

Иң көчле ир дә хатын-кыз янында көчсез. И егет, этәчләнеп, йортымда барысы да мин теләгәнчә булачак, дип уйлама. Әгәр ялгышсаң, син ул хатаңны йодрык белән генә төзәтә алмаячаксың. Йодрык белән закон кертеп булмый, хатын-кызны кыйнап та, үгетләп тә үзгәртеп булмый. Ул нинди холык белән җитешкән булса, гомер буе шуны куачак. Иртә уңмаган кич уңмас, кич уңмаган һич уңмас. Гаиләңдә көч куллану һич кирәк булмасын. Каргыш-елаш кергән йортның бәрәкәте кача, тормышның яме калмый. Без бу дөньяда кунак кына. Һәр көннең кадерен белеп, һәр көнгә сөенеп яшәргә омтыл. Хатының – синең якын дустың, фикердәшең, тормыш терәгең булсын. Шул вакытта гына син бәхетле булачаксың.

Өйләнү мәсьәләсендә ашыгып эш итмә. Иң элек, син сайлаган кыз күңелеңә ятышлы булсын. Аны уйлау белән үк тирә-як дөньяң яктырып китсен.

Күбәләккәй гөлгә кунган,
Гөлдә булгач оясы;
Минем күңелем сиңа тарта,
Күбәләгем, түгәрәгем,
Асыл кошым, сандугачым,
Син бит күңелем кояшы.

Кояшка тиңли халык сөйгән ярны. Син ул кеше белән гомер итәчәксең. Әгәр ул сиңа ошамаса, дөнья да ямьсез күренәчәк. Кызның байлыгына да, дәрәҗәсенә дә кызыкма. Алар мөһим түгел. Уңган хатын белән байлыгына да, дәрәҗәсенә дә син үзең ирешәчәксең.

Димәк ки, сиңа насыйп булган кешене күңелең үзе табачак. Һич шикләнмичә бу эшне күңелеңә тапшыр. Әмма сак бул. Күңел авазы нечкә, аның зәгыйфь тавышын ишетү кыен, башка авазлар белән бутап, ялгышырга мөмкин. Хәзер дөнья ярым-шәрә кызлар белән тулы. Алардан ерак йөр. Кулларында сыра шешәсе, авызларында тәмәке. Акыллары сай, мөстәкыйль фикер йөртә белмиләр. Алар маймыл сыман – телевизордан яисә башкалардан ни күрсәләр, шуны кыланалар. Акчага кызыгып ирләр белән булалар, гаилә-ләрне таркатып, балаларны ятим итәләр. Бозык хатыннардан саклан. Алар чирле булыр, бала тапмас, тапса да баласы юньсез булыр, чөнки анасына охшар. Син андый хатын-кызларны урап уз. Әйе, аларның ачык ботларын күреп, эчеңдә әллә нинди дәртләр кузгала сыман. Әмма бу күңел авазы түгел, бу җенси омтылыш кына. Түбәннән килгән сигналларны югарыдан җибәрелгән ишарәләр белән бутама.

Әйткәнемчә, кыз табу эшен күңелеңә тапшыр. Күңел бит ул Күк көчләре белән бәйле. Бу кыз миңа ошый, дип аның артыннан чабарга яисә башка егетләр белән кыз өчен сугышып йөрергә һич тә ярамый. Кеше бәхет өчен яратылган, бәхет ул үзе килә, аңа киртәләр генә куймаска кирәк. Синең мәхәббәтең кояш нурларын сипкән якты бер көнне үзе үк каршыңа килеп басачак, сиңа йомшак кулларын сузачак...

Үз күңелеңне төрле шартларда тыңлап кара. Кызның ата-анасы, туганнары белән таныш, нинди мохиттә яшәвен күр. Әгәр кызның ата-анасы чиста, пөхтә йортта бер-берсен яратып, хөрмәт итеп яши исә, бу һичшиксез синең күңелеңә җылы тәэсир итәр. Аеруча синең булачак кайнанаңның кайнатаңа мөнәсәбәте әһәмиятле – бабаңны олылап, кадерләп торалар икән, хатының да сине олылаячак, яратып тәрбияләячәк. Бабаң эт тормышында булса инде, син дә аннан ерак китмәячәксең, синең тормышың да аяныч булачак. «Кош оясында күргәнне оча», – ди халык. Кыз бала үсеп килгәндә үк, ата-анасының тормышын күреп, булачак гаиләсенең моделен төзи.

Сөям дип йөргән кызыңны төрле хәлләрдә күзәт. Әгәр ул синең янда әүлия сыман булып, өендә аяк астындагы песине тибеп җибәрә икән, димәк ки, кызның әүлиялеге ялган. Песи тәгәрәп киткән мизгелдә күңелең сиңа ишетелер-ишетелмәс кенә: «Бу кыз белән ялгышасың», – дия-чәк. Шәфкатьле, миһербанлы кеше һәркем белән шәфкатьле, миһербанлы. Сиңа елмаеп, башкаларга кычкырган кыздан шәфкать көтмә.

Дүрт аяклы ат та сөртенә

Күңел авазын тою җиңел түгел. Өйләнеп ялгышырга мөмкин. Дүрт аяклы ат та сөртенә. Яратышып йөргәндә кызлар бик яхшы. Туйдан соң инде кайберен танып та булмый, андые ирне үзе теләгәнчә биетә башлый. Һәркемдә дә явызлыкка, мәрхәмәтсезлеккә каршы торырлык көч булмый. Бигрәк тә нечкә күңелле кешеләр гаҗиз. Каты бәгырьле хатын сине сындырып, идән чүпрәге сыман кулланачак. Соңга калма, барлык ихтыяр көчеңне җыеп, андый хатыннан аерыл. Бернигә дә карама. Баш сау булса, бүрек табылыр. Нык һәм көчле булсаң да, мин җиңәм, өстен чыгам, дип хатының белән көрәшеп йөрмә. Бу җүләрлек. Гаилә – көрәш мәйданы түгел, киресенчә, хозурлык, ләззәт бирүче чәчәк аланы ул.

Аерылышып йөргән авыр көннәрдә ата-анаңа, туганнарыңа таян, алар янында бул.

Биек тауга менгән чакта,
Уртасында җил-давыл;
Кил, уртаклаш хәсрәтемне,
Ялгызыма бик авыр, –

диярлек чаклар була ул тормышта. Бикләнеп, кайгыга чумма, дөньяга чык. Булып узган хәлләргә карата көлемсерәп куй – тормыш уен гына ул, бернәрсәне дә артык җитдигә алма. Уңмаган хатыныңны да сүкмә. Дөресен әйткәндә, ул да синең белән бәхетсез булыр иде. Чөнки

ул сиңа исәп-хисап тотып кына чыккандыр, яратып түгел. Яраткан кешене һич кенә дә җәберләп булмый.

Күңеленә якты уйлар салып куй

Ник кеше мондый бәхетсезлеккә очрый? Сәбәпләр төрле булырга мөмкин. Бәлки, син үзең берәр кызны рәнҗеткән-сеңдер һәм аның каргышы төшкәндер... Кешеләр белән бик дикъкатле бул, явызлык кылудан саклан. Һәркемгә яхшылык кына телә, үзең яхшы булсаң – кеше дә сиңа яхшы булыр. Иш ишен табар, тычкан тишеген табар, ди. Киләчәк гаилә тормышын яшь кеше башта үз аңында формалаштыра. Булачак хатынын да, балаларын да ул үз уй-хыялларында күрә. Бу уйлар белән бик сак бул. Булачак хатыныңны фәкать шәфкатьле, миһербанлы кеше буларак күр. Ызгыш-талашны күз алдына да китермә, чөнки киләчәгебез күктә языла, безнең уйларыбызга таянып языла. Ни уйласак, ни сорасак, Күк көчләре шуны бирә. Күңеленә якты, матур уйлар гына салып куй. Изге уй йөрткән адәмгә яшәве җиңел, балачактан ук уйның иң тик яхшысын гына уйларга гадәтлән.

Бака туе

Бу уйларыңда булачак хатының, әлбәттә, үз милләтебез кызы булсын. Татар кызлары яхшы булып, башкалар начар булган өчен түгел. Татар тәти дә, урыс яман, дип әйтү ялгыш. Һәр халыктагыча, татарның яхшысы да

бар, яманы да күп. Рәсәйдә урыслар белән аралашып яшибез, алар арасында мөлаем, итәгатьле хатын-кызны еш күрәбез. Шул ук вакытта авылдан килгән надан, бозык татар кызлары белән дә шәһәр тулай торaклары тулы...

Катнаш никахларга «яхшы-начар кеше» яссылыгында гына карарга безне социализм елларында өйрәттеләр. Имештер, киленнең (кияүнең) кайсы милләттән булуы түгел, нинди кеше – яхшымы яисә начармы – булуы әһәмиятле. Бу – демагогиянең классик үрнәге. Әллә күпмиллионлы татар халкы арасында әйбәт кыз беткәнме?

Катнаш никах проблемасында мәсьәлә бөтенләй башка нәрсәдә ич. Әйтик, яһүдиләрдә баланың милләте анасына карап билгеләнә. Ягъни, синең кәләшең яһүди кызы икән, балаларың да яһүди булачак. Теләсәң, син үзең дә гаиләң белән Израильгә күчеп китеп, яһүди халкына кушыла аласың. Яһүдиләр дөньяда иң акыллы халыктыр – алар һәр мәсьәләгә, һәр эшкә иң дөрес юл белән киләләр. Без, ирләр, өйдә аз булабыз ич, бала ана кулында, ана тәрбиясендә. Юкка гына: ана сөте белән кермәгән тана сөте белән кермәс, дип әйтмиләрдер. Бу мәкаль тәрбия эшендә ананың хәлиткеч ролен күрсәтмиме? Тагын бер сорау: бала нинди телдә сөйләшәчәк? Әлбәттә, ана телендә. Ата нинди генә шәп кеше булмасын, бала ана сүзен сөйләячәк, хатын тукыганны кабатлаячак...

Әйбәт урыс кызына өйләнерсең, бәлки тату да яшәрсез, әмма балаларың урыс булып үсәчәк. Алар хәтта синең исемеңне дә бозып әйтәчәк. Үлгәч, сине мөселман зиратына күмәчәкләр. Христиан динендәге балаларың-

ның мөселман зиратындагы кабереңә килеп йөрүе бик икеле. Шулай итеп, синең бу дөньяда дәвамың, нәселең дә калмый. Сине искә алучы да булмаячак...

«Без Наташа белән бер-беребезне үлеп яратабыз, бу безнең икебезнең генә эше, арабызга тыгылмагыз!» – дип ярсый татар егете. И-и, мескен! Олы хатаңны син туй көнендә үк аңлый башлаячаксың. Син сөйгән Наташа кеше яшәми торган утраудан килмәгән ич, ул дәү бер милләт кызы, бөтенләй башка дөнья, башка культура, башка дин вәкиле.

Булачак гаиләнең моделен яшьләрнең башта үз аңнарында төзүен һич онытмыйк. Наташа ата-анасының тормышын күреп үсте һәм ул ир белән хатын шулай яшәргә тиеш дип саный. Әмма синекеләр башкача яшәде, чөнки һәр халыкның яшәү рәвеше үзенчә – урысларда бер төрле тәртипләр, ә бездә – башка. Син гаиләңдә атаң сыман яшәргә омтылачаксың, әмма хатының моны кабул итмәя-чәк, ул синең урыныңны башкачарак күзаллый. Катнаш гаиләдә дөньяга, тормышка ике караш, ике фәлсәфә бәрелешә. Киеренкелек туа. Ни өчен үз милләтең кешесе белән яшәү җиңел, рәхәт? Чөнки аның һәр сүзен, һәр хәрәкәтен алдан белеп торасың. Ата-ана, әби-бабайдан күргән мөгамәлә кабатлана, һәрнәрсә алдан билгеле. Катнаш гаи-ләдә бу тынычлык бетә, чөнки теге яисә бу адымның ничек кабул ителәчәген белмисең. Яшьләр бер милләт балалары булып, әзерләп куелган уртак яшәү модельләре бер-берсенә туры килгәндә, үзара сыешканда гына гаи-ләдә гармония була.

Менә шулай, кызның ата-анасы, күпсанлы туганнары, дуслары бар. Туй мәҗлесендә алар бер якта, синекеләр исә икенче якта утырачак. Һәр кошның үз тавышы үзенә хуш дигәндәй, алар үз җыр-биюләрен якын итәчәк, синекеләр исә баш бирмәскә, таныш моңнарга омтылачак. Нигә кирәк бу көрәш? Наташа Иваны белән, ә син үз татарың белән бәхетле булсагыз, яхшырак түгелме? Уйлан, Күк улы, уйлан. Уйларың да төпле булсын. Өйләнгәч, Хуҗа Насретдин мәзәгендәге сыман, йортҗиреңнең, тормышыңның асты өскә килмәсен.

Хуҗа өй салдырган вакытта балта остасына:

– Син идәнгә дигән такталарны түшәмгә, ә түшәмгә дигәннәрен идәнгә җәй, – дигән имеш.

Балта остасы, гаҗәпләнеп, ни өчен алай эшләргә кирәк, дип сорагач, Хуҗа:

– Тиздән мин өйләнәчәкмен. Ә кеше өйләнгәч өйнең асты өскә килә, диләр бит. Менә мин шуңа алдан ук чара күрәм инде, – дип җавап биргән.

Кайчан өйләнергә?

Кемгә өйләнергә, сөйгән ярны кайдан табарга, ничек ялгышмаска, дигән сораулар рәтендә, кайчан өйләнергә, дигәне дә бар. Элек, иртә торган белән иртә өйләнгән алданмас, дигәннәр. Хәзер гадәттә соң өйләнәләр. Моны гаилә корып яшәр өчен кирәкле шартларны тудыру белән аңлаталар. Әле фатирым да, машинам да юк, шулар бул-

гач өйләнәм, дип утыз яшькә кадәр йөриләр. Йөриләр шул, кызлар белән йөриләр. Берсе белән йоклап йөриләр, аннары икенчесе белән, өченчесе... Шулай азып-тузып йөреп, еш кына гаилә кору теләге дә бетә. Бу очракта инде егетлә-ребез: «Әй, өйләнерлек юньле кызлар бармыни хәзер?» – дигән булалар. Менә нинди кызык бит хәзерге яшьләр. Типтереп йөрергә нинди кызлар да ярый иде, ә инде өйләнергә сафы кирәк. Андыйлар Айдан төшми ич, булганнар арасыннан гына сайларга кала.

Төрек телендә хәләл җефеткә "эш", ягъни "иш" диләр. Бу бик төгәл кәлимә, ягъни һәр кеше гаилә корыр өчен үз ишен таба. Азып-тузып йөргәненә үсмер чактан ук аракы- шәраб эчкән, ирләр куенында булган, абортлар ясаткан кыз (?) эләгә. Бу ирнең балалары булмый, булса да үзенеке түгел, ә «тәҗрибәле» хатынының кызлыгын алган ирнеке. Бу кызык күренеш фән телендә телегония, ягъни беренче иркәк күренеше дип атала. Беренче ата саф тешегә (теше — урысча "самка") булачак бөтен балаларының программасын сала. Киләчәктә бу теше белән якынлык кылачак икенче, өченче һ.б. иркәкләр аның бала тудыру механизмын эшләтеп җибәрә алалар, әмма механизм әзер программа буенча эшләячәк...

Бу дөньяда берни дә эзсез узмый – һәр гамәлебез, һәр сүзебез, һәр уебыз үз эзен калдыра. Хатын-кыз белән җенси мөнәсәбәттә булган һәр ир дә аның организмында үзе турында информация калдыра. Туачак балада бу хатын белән йоклап чыккан һәр ирнең өлеше була. Бала кемнеке соң инде алайса? Шайтан белсен аны. Бала ур-

тактыр, авыллар әйтмешли, калхузныкыдыр. Әмма хәлиткеч рольне беренче иркәк уйный. Аннары таныклыкка язылган атасын гаеплиләр, баласын яратмый, диләр. Бала үзе бу иргә тартылмый. Кан тартмый, кан буталып беткән...

Бәлки, бу юлларны укып утыручы берәрсе, без андый җүләр түгел, без бозыкларга өйләнмибез, аларда ашап-эчеп, йоклап кына йөрибез, дип масаядыр. Менә шул ашап-эчеп йөргәндә үзеңне сихерләп куялар да инде «тәҗрибәле» хатыннар. Шундый көчле итеп бәйләп куялар, "һһ" та итәлмисең. Гаурәтенең башына хуҗа була белмәгән ирнең олы башына бик тиз хуҗа булалар...

Яшьли өйләнеп, бала-чага үстереп, олы гаилә башлыгы булып яшәү – менә чын бәхет.

* * *

Уңышлы өйләнеп, матур гаилә коргач та уяу бул. Хатыныңа һәрвакыт, аны күреп, гашыйк булган беренче мизгелдәге сыман ихтирамлы бул. Ул синең хатының, әмма малың түгел. Һәр иртәдә сез яңадан туасыз, бер-берегезне беренче тапкыр күрәсез. Бу яңа туган көнне дә әле генә танышкан кебек гөрләшеп яшәгез!

Сигезенче бүлек

ОЗАК ҺӘМ МАТУР ЯШӘГЕЗ!

Кешелек дөньясы ике өлештән тора: ир-атлар һәм хатын-кызлар. Бу ике өлеш бер-берсен тулыландыра. Аның берсе кыерсытылса, кимсетелсә, икенчесе дә югалтуларсыз калмый.

Ирегезне битәрләмәгез

Күрше ирен мактап, үз ирегезне булдыксыз дип битәрләсәгез, аның гайрәтен, көч-куәтен генә киметәсез. Даими шулай сүксәгез, ул, хәлсезләнеп, һәр нәрсәгә сәләтсез булачак. Ирегез башкарырга тиеш булган эшләр сезнең җилкәгә күчәчәк. Карагыз әле, бездә генә бит ул хатын-кыз асфальт җәя, трамвай йөртә, завод-фабрикаларда тимер-томыр эшкәртә, ә ирләр аракы эчеп йөри... Иратка басымны йомшартыгыз да игътибарны үзегезгә юнәлтегез. Үзегезне хөрмәт итә, ярата башласагыз, якын кешегездә дә искиткеч үзгәрешләр башланыр.

Битәрләмәгез сез ирләрегезне. Киресенчә, җылы сүз, мактау белән дәртләндереп, канатландырып торыгыз. Буш-

ка буталып йөрмәсен ул, уңайга сыйпап, аңа гел эш биреп торыгыз. Эшләү, тырышу — кешенең тумыштан килгән бер вазыйфасыдыр. «Алма пеш, авызга төш» дип көтеп утыру ирне бәхетле итмәс. Атаклы Пабло Пикассо 75 яшендә үлгән. Ул 240 мең (!) әсәр: рәсем, сызым һәм башкасын калдырган. Бу тумыштан бирле һәр көненә тугызар әсәр дигән сүз. "Эшләгәндә ял итәм. Берни дә ясамасам арам", – дигән рәссам. Алман әдәбиятының дөньяча мәшһүр исеме И.Гете якын дусларының:

– Ардың, ял ит инде,- дигән сүзләренә болай дип җавап биргән:

– Ял итәр өчен киләчәгемдә мәңгелек бар.

Балалар өчен яшәү бер сөенечтер,
Олылар өчен яшәү бер хезмәттер,
Тырышлар өчен хезмәт үзе бер сөенечтер.

Ирегезне гел эшләтегез һәм рәхмәтен дә әйтергә онытмагыз. Ир сезнең янда үзен арыслан дип хис итсен. Үзен герой дип күргән, мактаган хатын-кызлар янына тартыла ирләр. Аны гел сүгеп, кимсетеп торсагыз, ул мескен эчүгә сабышачак, көчле кеше исә – башка хатын янына качачак.

Телеңә хуҗа була белү – хатыннарның күркәм сыйфатларыннан бере. Тик тормаган тел башка бәла китерә, ди. Башта уйлап, аннары әйтү, кайсы вакытта әйтмичә дә калу хәерлерәктер. Ямьсез сүзләр белән телегезне пычратмагыз, кешене борчыган, кимсеткән сүзләр ычкын-

дырмагыз. Сүз белән бик сак булыгыз. Ирегезне туганнарыгызга, дусларыгызга, кунакларыгызга нинди итеп тасвирласагыз, ул нәкъ шундый булачак. Хәләл җефетегезнең кимчелекләрен күреп, хурларга ашыкмагыз. Башта үз хаталарыгызны төзәтегез. Гомумән, якын кешегезнең кимчелеклә-рен түгел, өстенлекләрен эзләгез, мактауга лаек булган якларын табыгыз. Ул мәхрүм ителгән сыйфатларны күпертүдән сезгә файда юк, аңа бирелгән уңай якларын күреп, шуларны үстерегез. Шулай эшләсәгез, ирегезнең чын дусты, яраткан кешесе булырсыз.

Ирләрне саклагыз!

Рәсәйдә ир-атлар хатын-кызлардан уртача 14 ел кимрәк яши. Бу шактый зур аерма. Хатын-кызлар, ирләрне саклагыз! Сездән бик күп нәрсә тора. Теләсәгез, үзегезгә һәм ирегезгә бәхетле озын гомер тәэмин итә аласыз. Ир-атларның гомер озынлыгы гаилә мөнәсәбәтләренә бәйле. Явыз хатынның ире озак яшәми, бу һәркемгә мәгълүмдер. Әмма яхшы ниятле хатын да еш кына ирен рәнҗетә. Ирләр өчен эш мөһим, алар гаиләне туендыра. Эш белән йөреп, ир соң кайтырга мөмкин. Әлбәттә, хатын башына төрле уйлар киләдер. Кайда, нишләп йөри икән, башка хатын-кызлар белән чуалмыймы? Мондый уйларны куарга кирәк. Үз-үзегезгә: «Ирем яхшы юлда йөри», – дигән фикерне сеңдерегез. Бик озак тоткарланса, бүлмәдә ялгыз калып, тынычланыгыз. Эшкә чумган ирегезне күз алдына китерегез. «Сине көтәбез, тизрәк кайт!» – диегез.

Шикләнмәгез, бу хәбәр аңа тиз барып җитәчәк. Кайткач та, ирегезгә бәйдән ычкынган эт сыман ташланмагыз. Ярсып: «Дуңгыз! Кызлар артыннан сөйрәләсең!» – дип кабатласагыз, киләчәктә ул чыннан да шулай эшләячәк, чөнки көчле хис белән әйтелгән сүзләр шундук күккә ирешә. Анда исә һәр сүзне туры мәгънәсендә аңлыйлар һәм күрсәтмә буларак кабул итәләр. Бер уңайдан ирегезнең кешелек сыйфатлары да кимиячәк. Иратка талпан сыман ябышмагыз, аңа ирек биреп, үзегезнең уй-фикерләрегезне бәйдән ычкындырмагыз, сүз белән сак булыгыз. Сез – Күкнең сөекле кызлары, әмма ирләр дә аның сөекле уллары. Күкнең сөекле улларын кимсетмәгез, рәнҗетмәгез.

Ирләрнең дә төрлесе була

Гел хатын-кызлар гаепле кебек килеп чыга бит әле. Ирләрнең дә төрлесе була. Араларында, кыйнап, хатыннарын җәберләүчеләр дә бар. Андыйлар белән бер көн дә яшәмәгез. Балаларны атасы бар килеш ятим итеп булмый инде, дип тормагыз. Курыкмагыз, сез аларны ялгыз да үстерәсез. Тәңре ярдәменнән ташламаячак, җае да чыгып торачак, акчасы да булачак. Әмма ул вәхши сезне кыйнап имгәтсә яисә үтерсә, менә бу очракта балаларыгыз чын-чынлап ятим калачак һәм алар беркемгә дә кирәк булмаячак. Үксезгә үгет бирүче күп, урын бирүче юк. Әнә Тукайның балачагын искә төшерегез ...

Матур сүзләр могҗизалар тудыра

Юк, хатын-кыз гаепле түгел, ул бары тик зирәгрәк кенә булырга тиеш. Тормыш булгач, төрлесе буладыр. Әйтешүләр, ачуланышулардан соң кайбер хатыннар көннәр буе, атналар буе сөйләшми йөри. Бер-береңне кичерә белү, юл бирү – гаиләнең күркедер. Башлап үзегез дәшегез, ирегезгә якты чырай күрсәтегез, гүзәл затларга явызлык килешми. Бер-береңә хөрмәт һәм матур сүзләр могҗизалар тудыра. Һәм, әлбәттә инде, гомерне дә озайта.

Бала үз ризыгы белән туа

Хатын-кызга табигать тарафыннан өй мәшәкатьләре, балалар үстерү йөкләнгән. Ничә балагыз бар яисә ничәне табарга җыенасыз? Әлбәттә, бер-ике җитә, бу авыр заманда хәерчелек үрчетеп булмый ич. Бер-ике баланы үстереп, аякка бастырсаң, бик шөкер инде, диясездер. Мондый җавапның төп сәбәбе шул ук хәерчелек психологиясендә. Бездә ишле гаиләләрнең бик аз булуы мескенлектән килә: үз-үзеңә ышанмау, киләчәктән курку, рухи терәк булмау. Балалардан күпсенмәгез, һәр бала үз ризыгы белән туа. Дөрес, монда тагын бер сәбәп бар. Хатын-кызлар, аеруча бай Көнбатыш илләрендә, бала тапсам ямьсезләнәм, фигурам бозыла, дип куркалар. Йөклелек һәм бала табу хатын-кызны җитди куркыныч астына куя һәм сәламәтлегенең бер өлешен баласына би-

рергә мәҗбүр итә. Шуңадыр, бүгенгеләр ана булырга бик үк теләми дә.

Кеше күпме яши?

Ә ирләргә күп бала кирәк. Ник бездә ирләр 50-60 яшендә кырыла? Чөнки ир-атлар 20-25 ләрдә гаилә кора, гадәттә бер-ике бала үстерә, аларны кеше итеп, өйләндереп, аерым фатирларга чыгара. Менә шулай: 50-60 яшендә тормышның олы максаты инде үтәлгән була, тагын яшәүнең мәгънәсе калмый. Җәмгыять тә андыйлар турында: «Ашын ашаган, яшен яшәгән», – дип, теге дөньяга юл күрсәтә...

Элек ник озак яшәгәннәр? Яшәү шартлары авыррак та булган, әмма бабаларыбыз тормышның ямен-мәгънәсен җуймаган, чөнки байлар алтмышта әле яңа гаилә генә корган – өченче яисә дүртенче хатын итеп, яшь кыз алып кайткан. Башкалар да нәүмиз булмаган, улларын башлыкүзле итеп, янында калдырган. Яшьләр тырышып эшләгән, олылар исә оныкларын тәрбияләгән. Менә нидә хикмәт – әби-бабай кирәк булган, барысы да, олысы-кечесе дә бер тормыш казанында кайнаган. Бүгенге шәһәр исә миһербансыз, шәфкатьсез, анда беркем дә беркемгә дә кирәкми. Халык күп, әмма кеше бер-берсен белми, туганлык юк, якынлык юк. Шәһәрләшүнең төп бәласе дә буыннарны аерудадыр ул. Гаҗәп хәл – бала үстер дә, оныкларыңны атнага бер тапкыр күр! Балалар үсә дә, ата-ананы ташлап, чыгып китә. Имеш, үзләренчә, теләгәнчә яшәсеннәр... Алар

яшәр дә, картларга нишләргә соң? Тормыш программасы үтәлгән булып санала, аң тәнгә үлем әмере җибәрә...

Озын гомернең төп сере гади – ул озын гомергә ихтыяҗ булырга тиеш. Мин Грузиядә ял иткән идем. Анда халык бай яши. Гадәттә ике-өч катлы йортлар. Ул йортта әбиләр дә, бәбиләр дә бар, бөтен бер нәсел яши. Һәркем үз урынында, үз эше белән мәшгуль. Ничек инде бездә шәһәр яшьләре кансыз булмасын, аларның янында чын-чынлап тәрбияләргә әби-бабай юк ич. Бүгенге шәһәр халыкның яшәү рәвешен үзгәртеп, нәсел җепләрен өзеп, җәмгыятьне тарката...

Кеше күпме яши? Ихтыяҗына күрә үз-үзенә нинди күрсәтмә бирсә, нинди гомерне – озынмы, кыскамы – максат итеп куйса, шуның кадәр яши. Әйткәнемчә, һәрнәрсә кешенең үзеннән тора. Яшәү-картаю-үлем мәсьәләсендә дә шулай. Кеше картаерга карар биргән көнне картая. Үләргә ризалашкан кеше озак яшәми.

Булган бер хәлне аңлатыйм әле үзегезгә. Ул ир соң гына өйләнә. Тормыш арбасы кырыкны узып, иллегә тәгәрәгәндә генә моның баласы туа. Бар теләге баланы үстереп, аякка бастыру була. Иң авыр чакларда да ул бирешми, үз-үзенә: «Мин яшәргә тиеш!» – ди. Гел хәрәкәттә була, Ходайдан да үзенә гомер сорый, саулык сорый. Ул кеше олы максатына ирешә һәм сиксәнгә кадәр яши. Аны баласы җирли, яшьтәшләре, дус-ишләре инде күптән зиратка килеп яткан була...

Яшь баласы янында егет булган ир оныгы янында бабайга әйләнә...

Нәрсә әйтергә теләгәнне аңлагансыздыр шәт. Балаларның аз булуы ата-ананың гомер озынлыгына тискәре йогынты ясый. Бер-ике бала гына үстергән кешенең яшәү дәрте бик иртә сүнә. Игътибар итсәгез, бала чыгарып, аларны үстергәндә хәтта сыерчыклар да бик бәхетле була: алар чыр-чу килеп сөенә, армый-талмый ризык ташый, хәрәкәттән туктамый. Балалары үскәч, тормышлары сүлпәнләнә, кошлар моңаеп калгандай була. Кеше дә шулай. Баласы тугач, кеше сөенә, аның көч-куәте арта, ул яшәреп - дәртләнеп китә. Үлем турындагы уйлар башына да килми, чөнки сабыен үстерәсе бар. Кырык яшьлек ир яшь баласы янында егет булса, оныгы янында шәлберәгән бабайга әйләнә. Хатын-кыз бер-ике бала табып туктый. Янәсе фигурасын саклый. Ире дә инде кызлар белән чуалмый, нечкә билле хатынына карап утыра. Утырмый шул. Табигать аңа бала ясау, бала үстерү вазыйфасы йөкләгән һәм ул үз бурычын теләсә-теләмәсә дә үти. Сау-сәламәт, кулында матди мөмкинлекләре булган, фән яисә башка иҗат эшенә чуммаган көчле ир-ат бер-ике бала белән генә чикләнми. Аның яшь хатыны да була һәм бу икенче гаиләсендә шулай ук балалары үсә. Әйткәнемчә, һәр бала бу дөньяга үз ризыгы белән килә. Акча ике, хәтта өч гаиләне тотарга да табыла ул. Менә шулай, хатын-кызлар. Сезгә күренмәгән көндәшегез булуын теләмә-

сәгез, кызлар белән зифа буй ярышына чыкмагыз. Утыз-кырык яшьлек хатын, нинди генә булса да, бу ярышта унсигез-егерме яшьлекләргә оттыра. Сез аларны үз кырыгызда, гаилә кырында ирегезгә күп бала бүләк итеп кенә җиңә аласыз. Ир-атны үз гаиләсенә балалар бәйли, алар үсү белән ул иреккә чыга, читкә карый башлый. Аның дәрте бар әле, кызлар янында ул дәрт янә кабынып китә. Кызлар да хәзер маңка малайларга түгел, тормышта чыныккан, машинасы-фатиры булган нык ирләргә кызыга, икенче хатын булудан алар тартынмый. Бүгенге җәмгыять тә аларга илтифатлы. Эшнең болай баруы бик үк начар түгел әле, әгәр менә ирегез күзенә күренгән һәр кыз артыннан сөйрәлеп, мәгълүм авырулар ияртеп йөрсә, эш хөрти.

Хатын-кыз өйдә торса – бәрәкәт

Чорыбыз хатын-кызы гаиләдән аерылды. Ул бала чүпрәкләренә батып өйдә утыруга караганда, эшкә йөрүне артыграк күрә. Үзен ана буларак түгел, ә эшлекле ханым, акча табучы буларак исбат итәргә тырышып, ул табигатенә каршы килә. Ялгыш яшәп тормышыннан ямь тапмый, бәхетсез була.

Хатын-кызның төп вазыйфасы – ана булу, гаилә учагын саклау. Әгәр хатын-кыз ана булу бәхетеннән мәхрүм икән, башка һичбер нәрсә бу бәхетне алыштыра алмый – байлык та, җәмгыятьтә тоткан урын да. Социализм еллары җәмгыятебезне гарип итте, ул ел-

ларда хатын-кыз эшче көче буларак кулланылды. Бүген гүзәл затларыбыз, төп вазыйфаларын онытып, байлык, дәрәҗә артыннан куалар. Ә бит хатын-кыз, өйдә калып, гаилә җылысын сакласа, татулык, тынычлык һавасын булдырып торса, тормыш ямьлерәк узар иде. Акча да андый йортта ире дә, хатыны да эшләгәннән күбрәк була. Ир өйдән чыкса – бәрәкәт, хатын-кыз өйдә торса – бәрәкәт.

Аналык алиһәсе

Күп бала табу, аларны тәрбияләп үстерү җиңел түгел. Бу эштә хатын-кызга Умай (Ымай, Йомай, Омай, Май) ярдәм итә. Умай хатын-кыз затыннан булган тәңре (аны хәтта Күк Тәңренең хатыны да, диләр), күктүрк халкын яклаучы, канат астына алучы. Күктән илаһи нур, чаткы җибәреп, ул безгә яшәү көче бирә. Умай кешенең рухи һәм физик бөтенлеген, асылын, егәрлеген саклый. Әмма ул җан да, рух та, кот та түгел. Кеше эчендә яшәүче бу рухи башлангыч аның рухиятен Галәм, Күк дөньясы белән бәйләп, тоташтырып тора; ана илаһи кодрәт иңдереп тора (5: 21). Һәр кешедә булган бу илаһи нур сүнсә, кеше дә сүнә, үлә...

Кешегә сулыш, җан, гомер кендек аша керә, шуңадыр Умай алиһәне бала кендеге белән дә тиңләштерәләр. Төркләр, шул исәптән татарлар да, бала кендеген ташламаган, түшәм белән матча арасына кыстырып куйган. Кендекне ак чүпрәккә төреп, бала янындарак бер җирдә сак-

лау кирәктер, чөнки баланың кендеге киселеп, аңа җан кергәч, Умай шул кендектә кала һәм сабыйны явыз рухлардан саклый.

Умай – аналык алиһәсе, бала бирүче, аны яклаучы. Ул хатын-кыз башлангычын символлаштыра. Хатын-кызларның хәтта җенес органнарын белдергән төрк сүзләре дә тамырлары белән аңа барып тоташалар: борынгы төрк телендә – өмми, бүгенге казакъта – аммый, татарда – амый, төректә – ам һ.б. Бәхетле булырга теләгән ана үз алиһәсен белергә тиештер. Бала табучы хатыннар аның исемен кушып дога кылганнар, балалары сырхауланса, Умай тәңредән аңа сәламәтлек, саулык сораганнар. Бала бишеге янына ук-җәя рәсемен элеп куйганнар. Ук-җәя – Умай-Ана коралы, аның белән балага зарар кылырга тырышкан явыз рухлар юк ителә. Баласыз яисә туган балалары яшәп китә алмаган гаиләләр Умай тәңрегә багышлап корбан чалса була.

Елына өч балалый...

Беррәттән кайбер башка киңәшләр дә урынлы булыр. Балалары тормаган кешеләр, бала булгач, аны сигез тишектән уздыралар. Бала сәламәт, батыр булып үссен өчен түшәге астына уенчык хәнҗәр салалар.

Яшь баланы килгән-кергән һәркемгә күрсәтмәгез – бозым кагылырга мөмкин. Килгән кеше киткәч, бала көйсезләнсә, тәрәзәләрдәге пар-су тамчыларын учка җыеп, аның йөзенә сөртергә, битен, күзләрен чылатырга, юарга

кирәк. Яман кешенең күз нуры, бозым да шунда юылып төшәчәк.

Яшь баланы көзгегә каратырга кушмыйлар – теле озак ачылачак, акылы да зәгыйфь булачак.

Елак балаларны тынычландыру өчен кулланылган әфсен сүзе дә бар:

Елак, елак
Елкын таяк;
Чуклы балак,
Чепи күз...
Еламачы,
Яле, түз!

(5:310)

Ярканат сихри көчләр белән бәйләнештә тора дип санала. Балага уза алмаган хатынны аның канатыннан алынган каурый белән имлиләр:

И талали, талали,
Талалиның бер кошы бар,
Бер бөртек тә кукәй салмый,
Елына өч балалый...

(5:310).

Авырлы чакта хатыннарга сакланырга кирәктер: өйдә ялгыз йокламаска, бу һич мөмкин түгел исә ятакка якын бер җиргә пычак яисә тоз куярга; ялгыз урманнарда,

елга-су буйларында йөрмәскә, чөнки урман, су ияләре аның карынындагы баласын сиздерми генә алып калачаклар; убырлардан, явыз кешеләрдән (аларның йөзе нурсыз, карадыр) ерак йөрергә, гомумән, өнәмәгән яисә һич таныш булмаган кешеләр белән аралашмаска; себерке аша атлап йөрмәскә — баласы аркылы килер, ялгыш кына атласаң да, кире атлап чыгарга...

Әгәр бала булмаса

Гаиләдә бала булмаса, әлбәттә, табибларга күренеп, дәваланырга кирәктер. Әгәр инде сау-сәламәт килеш тә бала булмаса, иш ишен тарта дигән законга таянып эш итәргә мөмкин. Суга берничә май тамчысын тамызсак, бу май бөртекләре бер-берсенә тартыла башлый һәм бик тиз берләшә. Дөньяда һәр нәрсә шулай үз тиңенә омтыла. Баласыз хатынга күп балалы хатынның киемен киеп карарга, аның ятагында йокларга, ул ашаган савыт-сабадан ашарга кушалар. Хәзер чын бала сыман зур уенчыклар бар. Өйдә шундый «бала» булдырып, аның белән сөйләшегез, аңа киемнәр кидерегез, аны йоклатыгыз һ.б. Болай эшләп сез Күккә бала кирәк дигән сигнал җибәрәсез. Сизми дә калырсыз, үз балагыз да булыр. Матур журналлардан балалар рәсемнәрен кисеп алып, үз рәсемнәрегез белән бергә «күп балалы» гаиләгезнең фотосын монтажлагыз. Фотомонтажны ательеда да эшләтергә була. Бу фотографияне йокы бүлмәгезгә элеп куегыз. Гомумән, бала юк дип кайгырып йөрүдән файда юк, тынычланып,

балагыз бар сыман кыланыгыз, һәм ул чыннан да булыр. Өегездә бала тавышы еш яңгырасын: туганнарыгызның, дусларыгызның, күршеләрегезнең балаларын кунак итегез. Аларның башларыннан сөегез. Күктәгеләр күреп: «Болар бала ярата икән, бирик әле», – дисеннәр. Балагыз булмавына явызланып, башкаларның балаларын күрәлми башласагыз – иң зур хатагыз шул булыр. Кайгырмагыз һәм явызланмагыз, бүгенге көнегезгә сөенеп яшәгез, киләчәгегез тагын да ямьлерәк булыр.

Карт кызлар колагына

Карт кыз булып утырып калучыларга да киңәшләрем бар. Ир-атларны үзегезгә каратыр өчен сихер юлына басмагыз, бу бик тайгак юл... Үз насыйбыгыз табылсын өчен сез дә "иш ишенә тартыла" дигән канунны кулланыгыз. Ничек дисезме? Хыялыгызда йөргән ирегез белән "төшкән" фоторәсем булдырыгыз, технологиясен беләсез инде. Кияүгә чыккан дусларыгыз белән ешрак аралашыгыз, парлылар арасында булырга тырышыгыз, һәм алар сезгә, үзләре дә сизмәстән, сиңа да бер кияү кирәк инде, диячәк. Бу сүзләр күккә китеп, кабул булачак. Тагын нәрсә эшләргә була? Мәсәлән, үз пычагыгызны булдырыгыз. Ул кухняда яткан уртак пычак түгел, ә фәкать сез кулланган пычак булсын. Аны саклагыз, югалтмагыз. Ир-ат коралы булган пычак – ирлек билгесе ул. Билгесе кулыгызда булгач, ир-ат үзе дә пәйда булыр ...

Корбан мәҗлесе

Умай-Анадан бала сорап, корбан чалырга була, дигән идем. Корбан мәҗлесен бездә гадәттә пенсияләре аз булуына зарланып утыручы әби-бабайлар җыены буларак күзаллыйлар. Әмма бу чараны башка төрлерәк итеп уздырсагыз да була. Бу эштә иң әһәмиятлесе атау, багышлау. Күп балалы туганнарыгызны, дусларыгызны ияртеп табигатькә чыгыгыз. Корбан ителәчәк хайванны суйганда эчтән генә: «Умай тәңредән күп бала сорап, бу корбанны чалдырам, кабул итүен сорыйм», – диегез. Башкалар ниятегезне белмәскә дә мөмкин, алар өчен бу мәҗлес гади пикник, күңел ачу гына булсын. Уен-көлке булсын, балалар тавышы ишетелсен. Алар арасында үзегезнең булачак балаларыгызны да күз алдына китерегез. Корбан ашының берничә кашык шулпасын тирә-як җиргә сибегез – бу Умай хакы. Итне ашагач, сөякләрен җыеп күмегез. Корбаныгыз кабул ителеп, теләгегезгә ирешерсез.

Кызганыч, күпчелек очракта бүгенге хатын-кызлар кысырлыктан түгел, балага узудан курка. Төрк хатыннары, Көнбатышка ияреп, ирләрегезне читкә йөрергә мәҗбүр итмәгез. Көнбатыш халкы үзенчә яши, без үзебезчә. Элек-электән төрк гаиләсендә биш-алты бала үскән, халкыбыз тук һәм бәхетле булган.

Гаиләләре ишле җәмгыять дөрес юлдан бара. Халык арта – димәк ил үсештә. Үрчемәгән милләтләр бетеп бара, аларның җирләренә тазалар, көчлеләр килә, сугыш

белән түгел, хезмәт һәм тырышлык белән килә. Үзебезнең яшәү рәвешен, дөньяга үз карашыбызны, йолаларыбызны кайтарсак, без дә ишәербез, озак һәм матур яшәрбез.

Бу бүлекне Казандагы 119 нчы мәктәпнең 9 нчы класс укучысы Илмир Хәбибуллин сүзләре беләң тәмамлыйсы килә: «Бичура ташлаган, иясез калган фатирда тавышнизаглар башлана һәм, нәтиҗә буларак, гаилә таркала. Иясез нигез озак яши алмый шул.

... Борынгы бабаларыбыз гореф-гадәтен онытып, күңелебездән Бичураларны юк итеп, бичараларга әйләнеп барабыз түгелме? Шүрәле-Су аналарын гына түгел, урмансуларны һәм үз-үзебезне дә саклап калырга кирәк безгә, дуслар!» (7:11).

Тугызынчы бүлек

КЕШЕЛӘРНЕ ЯРАТЫГЫЗ

Авылларда әле дә һәр очраган кеше белән исәнләшү гадәте яши, ул кеше таныш булса да, булмаса да; шәһәрнең күпкатлы йортында яшәүчеләр хәтта күршеләре белән дә аралашмый. Берәрсенә сүз катар алдыннан аңа җиңелчә, матур итеп елмаегыз, сорарга җыенганыгызга тизрәк ирешерсез. Башта аның хәлләрен сорашыгыз. Безнең өчен һәркем кадерле, һәркем кирәк.

Явызланып, башкаларны күрәлмәгән кеше ялгыз кала. Мин кайбер ата-ананы һич тә аңлый алмыйм – алар бер атнага каникулга чыккан газиз баласын да шул ук мәктәпкә, лагерьга дигән булып илтеп ташлыйлар. Ә бит баланың өйдә, ата-анасы янында буласы киләдер...

Эшләмичә, өйдә утырган ана баласын тизрәк бакчага илтергә ашыга. Үз улын яратмаган ана, әлбәттә, киленен дә яратмаячак. Бала егет булып үсеп җитә, аның өйләнер вакыты килә. Әмма ата-ана улларын өйләндерергә ашыкмый. Бүгенге өлкәннәр үзләрен күбрәк ярата шул. Улларын вакытында башлы-күзле иткәч мәшәкать арта ич: оныклар туа, тынычлык бетә, яшьләргә булышырга кирәк була – бала карарга, бала чүпрәкләрен юышырга... Кыз-

ганыч, замана кайнанасы киленен үз кызы кебек күреп, яшьләр белән бергә яшәп, оныкларын үстерешүнең олы бәхет булуын аңламый.

Бүгенгеләр күбрәк үз рәхәтләрен карыйлар, фитнес үзәкләрен артык күрәләр. Элеккеләр исә фитнесларны белмәгән; әби-бабайлар үз оныкларын тәрбияләп үстергән, физкультура залларына йөрмичә дә гел хәрәкәттә булып, бәхетле озын гомер кичергән. Эгоист, ялкау ата-анада бала кайгысы юк. Балалар җитлегеп, азып-тузып йөриләр, кунарга кайтмыйлар, абортлар ясаталар... Яшьләр, нык торып, өйләнешәбез, дисәләр дә, ата-ана аларны аерып чыгарырга тырыша. Борчымасыннар, имеш, үзләренчә яшәсеннәр... Яннарында җылы сүз, акыллы киңәш белән яшьләрнең вак-төяк хаталарын төзәтеп торырлык тәҗрибәле кеше булмагач, яңа гаиләләр тиз таркала.

Менә шулай – ялкаулык һәм явызлык кешеләрне бәхетсез итә. Зур шәһәрләрдә ялгызлар саны арта, күршекүлән дә кереп йөрмәгән фатирларда ялгыз кешеләрнең мәетләре айлар буе черек яту очраклары ешая...

Халыкны явызлык кыра

Явызлык кешеләрне бәхетсез итә, гаиләләрне тарката, гаиләләрне генә түгел, хәтта бөтен бер халыкларны, дәүләтләрне эчтән кимереп юк итә.

Көфер белән мәмләкәт булмас харап –
Золым белән егылыр дәүләт йөдәп, –

ди “Нуры содур” әсәрендә урта гасырлар чоры әдибе Мөхәммәдьяр. Динсезлек түгел, золым-явызлык екты шанлы Алтын Урда дәүләтен дә. Тәхет өчен бертуктаусыз барган көрәштә нәкъ явызлык тантана итте. Тарихтан беләбез, Үзбәк ханга кадәр сарай сугышлары (урысча әйткәндә, дворцовые войны) булмаган. Дәүләт Чыңгызхан төзеткән кануннар җыентыгы “Яса” буенча яшәгән. “Яса” турында мәшһүр галим, дин әһеле һәм мәгърифәтче Ризаэтдин Фәхретдин болай яза: “Яса” буенча бу бөек Түрк императорлыгының ханнары Чыңгыз нәселеннән булу шарты белән халык тарафыннан сайланалар һәм корылтай тарафыннан расланалар иде. Тавыш бирүнең уңай яки кире булуына карап сугыш һәм солых мәсьәләләре дә хәл ителде” (8:15). Власть системасы шундый итеп эшләнгән булган ки, тәхет һәрвакыт иң әзер, иң лаек кандидатка эләккән. Бу тәртип башкаларда ризасызлык тудырмаган, чөнки ул гадел булган. Түркләр чит диннәрне үзләштерә башлагач, ул диннәр белән бергә яңа тәртипләр дә килә. Тора-бара Тәңре диненә таянган дала демократиясе бөтенләй бетерелә, камил тәхет системасы да бозыла. Хан сараенда үтерешләр башлана, дәүләт канкоеш сугышларга бата.

Үзбәк хан 1342 елда вафат булган. Ул тәхетне өлкән улы Тинибәккә васыять иткән. Әмма бик мәкерле һәм хәйләкәр Тыйтгали хатын, әмирләр белән сүз берләшеп, тәхеткә Җанибәкне чыгара. Гаскәр башы Тинибәк ул вакытта Сарайда булмый, Чагатай олысында (Урта Азиядә) яулар алып бара. Тарихчылар тарафыннан зирәк,

дәүләт эшләренә бик маһир итеп тасвирланган Тыйтгали хатын, бер төркем аксөякләрне котыртып, аларны кабахәт эшкә күндерә – яудан кайтып барган Тинибәкне үтерттерә. Бераздан Үзбәк ханның төпчек угланы Хызырбәк тә юк ителә. Кардәшләренең канын коеп Җанибәк алтын тәхеттә утырып кала. Дәшти Кыпчак дәүләтендә тынычлык, иминлек шулай бетә.

Җанибәк үлгәч, тәхеткә аның улы Бирдебәк чыга. Бирдебәк мәрхәмәтсезлек буенча атасын да уздыра, ул каты күңелле, залим, алдын-артын уйламый торган кеше була, үзенең уникеләп туганының җанын кыйдыра. Атасының башына да ул җитә бугай. Ләкин Бирдебәк үзе дә озак яшәми, 1360 нчы елдагы бер фетнәдә шәһид була.

"Бирдебәк вафат булганнан соң Бату нәселеннән хан булырлык кеше калмады. Тәртип һәм рәт бетеп, һәр тарафта булган түрәләр үзләре теләгән шаһзадәләрне хан игълан итеп, шулар исеменнән берсе-берсе белән сугышалар, көчләп Сарайга керәләр, үтерешеп торалар иде. 1360 тан 1380 елга кадәр 20 ләп ел вакыт эчендә Сарайда 14 хан алышынды. Бу ханнарның исемнәре бары тик суктырылган тәңкәләреннән генә мәгълүм. Шул сәбәпле Алтын Урда күп өлешләргә аерылды", – дип аңлата Ризаэтдин Фәхретдин (8:40).

Билгеле булганча, Үзбәк хан Алтын Урдага ислам динен керткән. Мөселман кешесе буларак, аның үзенең дүрт хатыны булган – Әрдуҗа, Бәйлүн, Көпек һәм безгә инде таныш Тыйтгали. Бәлки, хан үлгәч башланып киткән

көрәш шушы хатыннардан туган угланнарның берсен тәхеткә чыгарыр өчен баргандыр? – дип уйлый язучы Солтан Шәмси (9:6). Ничек кенә булса да, гаугалы йорттан бәрәкәт китә. "Үзбәк хан заманыннан соң дәүләт идарәчеләренең күпчелеге ил мәнфәгатьләрен кайгыртып яшәү, бөтен игътибарны шуңа юнәлтү югарылыгына күтәрелә алмаган. Шул сәбәпле илне идарә итүдә күп хаталар җибәрелгән һәм бу тора-бара татарны фаҗигале язмышка дучар иткән", – ди язучы "Низаглы йортта: Алтын Урда дәүләтенең таркалу чорыннан сәхифәләр" исемле китабына кереш сүзендә.

Бик ерак тарихларга китәсе дә юк. Явызлык бүгенге яшьләрнең аңына үтеп кергән. Армиядә өлкәнрәк солдатлар яңа килгәннәрен кыйнап имгәтә. Яшь солдатны олыраклары кимсетә, җәберли, ә соңрак ул үзе үзеннән яшьрәкләрне дөмбәсли. Нәтиҗәдә егетләр гаскәрлектән гарипләнеп кайта. Сез аларның саулыгы турында кулаякларына карап кына фикер йөртмәгез. Кул-аяк исәнсау булган очракта да, күпләрнең эчке органнары еш кыйналып имгәтелгән булыр. Рәсәйдә ир-ат гомеренең бик кыска булуы армиядә киң таралган кансызлык галәмәтләренә дә бәйле бугай. Көн саен диярлек нечкә җиренә кирза итеге белән типкәләнгән егетнең ничек балалары булсын? Булган очракта да аның баласы ничек сәламәт тусын? Тагын да киңрәк итеп караганда, бүгенге армиядәге тәртипләр җәмгыятьнең сәламәтлеген бетерә. Рәсәйдә халык саны ел саен бер миллион чамасында кими. Халыкны явызлык кыра.

Кешеләр бер-берсен яратып, хөрмәт итеп торса, дөнья җәннәткә әверелер иде. Теге яисә бу халыкның ничек яшәве – мул тормыштамы йә хәерчелектәме – турыдан-туры ул халыкның гореф-гадәтләренә, җәмгыятьтәге мөгамәләләргә бәйле. Явызлык хөкем сөргән дәүләттә гел хәерчелек булыр. Игелек булган җирдә муллык та булыр. Советлар Союзы дигән бик зур, бик көчле дәүләт бар иде. Әмма ул дәүләтнең иң кодрәтле чорында да халкы рәхәт күрмәде, башы нужадан чыкмады. Ярты дөньяны ашаткан халык үзе ачлы-туклы яшәде. Ни өчен? Чөнки ул дәүләт явызлыкка таянып барлыкка килгән иде. Аны хәтта “явызлык империясе” дип тә атадылар. Кем-недер бәхетсез итеп беркайчан да бәхетле булмыйсың...

Дарвин хаклымы?

Ник адәм балалары бер-берсен яратмый? Дөнья киң, матур ич, һәркемгә урын җитә. Ни өчен кеше еш кына үзен вәхши хайваннарча тота? Ә бит кеше турында, бу исем горур яңгырый, дигән шагыйрь. Кайвакыт миндә шундый шик туа – гаеп Дарвин бабайда түгелме икән? Ул бит, кеше хайваннар дөньясыннан барлыкка килгән, дип аңлаткан. Имеш, маймыл кешегә әйләнгән. Ник алайса маймыллар кешеләшүен дәвам итми, киресенчә, бүген кеше үзен еш кына маймыл сыман тота?.. Хикмәт маймылда гына түгел. Мәсьәлә күпкә тирәнрәк. Әгәр без Дарвин белән ризалашсак, хайваннар дөньясындагы тәртипләрне, ягъни кыргый табигать кануннарын, кешелек яшәешенә

дә күчерәбез димәк. Көчлеләр генә яшәргә хаклы булып чыга! Бик күпләр моңа чын күңелдән ышанган һәм ерткычларча яшәргә тырыша да. Җәмгыятьтәге миһербансызлык, кансызлык һәм явызлык чишмәсенең башы бу бәхәсле теория-дә түгелме?

Билгеле булганча, кешенең яратылуын дин башкачарак аңлата. Мәсәлән, ислам һәм христиан диннәре, беренче кешеләрне иң әүвәл бар булган Алла барлыкка китерде, диләр. "Дөнья кешене кабул итәргә әзер иде. Ниһаять, Алла ир белән хатынны – Адәм белән Һауваны бар кылды", – дип язылган Иске Гаһедтә (10:7). Алла Адәмне кызыл балчыктан бар иткән. Хәдисләр буенча, Алла аны үзенә охшатып, "үз сурәтендә" яраткан. Адәмнең кабыргасыннан беренче хатын-кыз – Хава (Һаува) яратылган, алардан кешелек башланып киткән.

Кешенең хайваннар дөньясыннан аерылып чыгуын аңлаткан Дарвин гипотезасы фән тарафыннан кабул ителгән булса да, дәлиллек ягыннан аның Тәүрат һәм Коръән аңлатуларыннан әлләни өстенлеге күренми. Соңгылары ягымлырак, күңелгә дә ятышлырак.

Кеше маймыл токымыннан түгел, ул Адәм баласы, ягъни илаһи зат. Вәхши хайваннарча кыланмагыз, һәрвакыт кеше булып калырга тырышыгыз. Дөньяда тәннәре төрле төстә, төрле диндә вә төрле милләттән булган кешеләр яши. Барысын да хөрмәт итегез, барысын да ярагыз. Башкалардан көнләшмәгез, аларга карата ачу хисләре йөртмәгез, башкаларның хакына кулыгызны сузмагыз. Кешене мыскыл итеп, аны рәнҗетеп, үз-үзен генә

сөюче карун һәм байлык җыючы булмагыз. Үзегезгә теләмәгән нәрсәне башкасына да теләмәгез. Ризыгы киң булуын һәм гомеренең озын булуын теләгән кеше туганнарына, кардәшләренә, дусларына, хезмәттәшләренә, барчасына да игелек итсен. Игелек кылу – бәхетле булу, ди шагыйрь Роберт Миңнуллин:

Сез ир-егет икән әгәр,
Эш тотсын кулыгыз.
Кулыгыздан килгән кадәр
Игелек кылыгыз.
Бәхетле булыгыз!

Халык әйтсә, хак әйтә, дибез. Менә халыкның хикмәтле сүзләре:

Игелекле эшнең иртәсе-киче юк.

Изгелек эшен озакка сузарга ярамый.

Кешегә яманлык теләгәнче үзеңә яхшылык телә.

Күңелең иркен булса, бәхетең киң булыр.

Усал белән кабереӊ якын булмасын.

Яхшы булсаң, даның чыгар; яман булсаң, җаның чыгар.

Яхшы кеше — көмеш кашык, яман кеше — китек кашык.

Яхшылык итсәң, юлдан калмас.

Яхшылык итсәң, үзеңә кайтыр.

Яхшылык итәргә кулыңнан килмәсә, усаллык итмә; бу да бер яхшылык.

Яхшылык күрәсең килсә, яхшылык ит.

Яхшылык эшләгәнеңне үзең әйтеп белдермә.

Яхшылыкны онытма, яманлыкны исеңдә тотма.
Яхшы юлыннан барсаң, яхшы булырсың.

Бөек шагыйребез Мөхәммәдьяр халык сүзенең әһәмиятен шигырь юллары белән болай аңлаткан:

Олыларның сүзе безгә хикмәттер,
Һәркемгә дә насыйхәт - хуш кыйммәттер.

Төркләрнең яратылышы

Бик борынгы заманнарда коры җир булмыйча, дөньяви океан гына шаулаган. Һәр тараф дәрья-су булган, дулкыннар уйнаган. Дәрьяда мәһабәт үрдәкләр йөзеп йөргән. Алар су төбенә төшеп, азык эзләгән. Көннәрнең берендә Тәңре җирне яратырга карар биргән һәм бу эшне үрдәкләргә йөкләгән. Үрдәкләр дәрья төбенә чумып, томшыклары белән бик күп ләм-җир, балчык, таш чыгарган.

Коры җир менә шулай барлыкка килә. Биек таулар калка, елгалар ага, куе урманнар шаулый башлый. Тәңре элегрәк яраткан суда яшәүче җан ияләренең бер өлешен җиргә чыгара. Җир төрле җәнлекләр, кошлар белән тула. Бөтен тереклек белән Җир-Ана идарә итә.

Ул вакытта дөнья бик ямьле, табигый хәлендә булган: чирәм җирне чәчәкләр бизәгән, челтерәп чишмә сулары аккан, кошлар сайраган, күлләрнең саф суларын эчеп биек үләннәр арасында мамонтлар, йонлач мөгезборыннар, тауларда мәгарә аюлары яшәгән. Гомумән, үсемлек һәм хайваннарның төрләре бихисап булган.

Күп гасырлар узган. Берзаман Җир-Ана нидер җитмәвен төшенеп, моңсуланып киткән. Гаҗәп матур күл ярында уйланып утырганда, ул бармаклары белән балчык әвәли башлаган. Кеше сыман бер мәхлук килеп чыга. Яңа җан иясе, тууына шатланып, көлеп җибәрә. Җир-Ана бу беренче кешене ошата һәм яңадан эшкә керешә. Балчыкны күл суы белән йомшартып, тагын бер кеше ясый. Бусы беренчесеннән дә матуррак килеп чыга, бусы хатын-кыз затыннан була. Эшен дәвам итеп, Җир-Ана хәзерге һәр халыкның әби-бабасын ярата. Һәммәсенә дә җирдә яшәү урынын билгели, һәр халыкка үз телен, үз җырларын, үз гореф-гадәтләрен бирә. Ничек тукланырга икәнен дә өйрәтә: берeләренә төрле үсемлекләр, яшелчә һәм җиләк-җимеш күрсәтә, икенчеләренә ук-җәя биреп, ау серләрен ача, өченчеләренә үз ризыкларын диңгездән табарга куша. Җир-Ананың тырышлыгын хуплаган Тәңре дә үз чиратында кешегә җирдә элек һич булмаган нәрсә – аң бирә.

Ләкин кешелек дөньясы барлыкка килүе белән үк әйләнә-тирәгә зарар итә башлый. Кешеләр иген игү, бакчаларда җиләк-җимеш, яшелчә үстерү өчен алдын-артын уйлап тормыйча урманнарны кисә, далаларны сөрә, сазлыкларны киптерә. Терлек көтүләре күп җирләрне таптап, үләнен ашап бетереп, чүлләргә әверелдерә. Кирәгеннән артыгы ауланып, кыргый хайваннар кырыла. Кешеләргә табигать байлыклары бетмәс-төкәнмәс булып тоела. Алар Җир-Ананы тиз оныта, табигатькә сакчыл мөнәсәбәт турында уйлап та карамый. Урманнар азая, күп төрле үсемлек һәм хайваннар юкка чыгарыла, саф сулы күлләр, елгалар пычрана.

Үз тамагын гына кайгыртып, кеше малга, байлыкка табына башлый. Халыклар арасында байлык өчен ызгыш-талаш, сугышлар китә. Шулчак гаҗәп бер вакыйга була. Кояш дөрләп, күз ачмаслык якты булып яна башлый һәм җиргә куллар сыман ике нур сузыла. Алтай тауларына беренче төркләр төшерелә.

– Балаларым, – ди аларга Кояш, – кешеләр үзләрен яраткан Җир-Аналарын да, мине – җир йөзендәге барлык җан иясен яшәтүчене дә, Күк Тәңрене дә белмиләр. Алар потларга табыналар. Үз-үзләрен алдап, иманлы булып күренер өчен, үз куллары белән үк ясаган ул потларны олылаган булып кыланалар, аларга гыйбадәт кылалар. Теләкләре исә гел алтын-байлык. Сез, төркләр, җирдә тәртип, гаделлек урнаштырырга тиешсез. Әмма көч кулланып түгел, игелек белән. Башкаларга үрнәк булыгыз, гел изгелек, яхшылык кына эшләгез. Яз башында яңа елны каршылап, тауларга менегез, учаклар ягыгыз. Меңләгән ут дөньяны тазартыр, сезгә көч-куәт бирер. Балчык-туфрактан чыккан кешеләр, үлеп, туфракка кайтыр, сезне исә мин, ут булып, атагыз янына күккә ашырырмын.

Боларны аңлатып бетергәч, кояшның яктылыгы кими, бераздан ул бөтенләй бата. Төркләр менә шулай яратыла. Ләкин Кояш аларны ташламый, иртәгесен яңадан чыгып, балаларын күреп сөенә, кирәк булганда үзләренә ярдәм итә. Төркләр Күк, Кояш, Җир аллаларын олылап, дөньяны яхшырту эшенә керешә.

Унынчы бүлек

КҮКТҮРКЛӘР ТАРИХЫ

Төркләр бик борынгы халык. Аларның тирән тамырлары шумерларга (б.э. кадәр 4 мең ел элек яшәгәннәр), б.э. кадәр 3 мең ел элек үк билгеле булган балсакларга (урысча "пеласги") һәм шулай ук прототөркләр булулары исбатланган турсакларга ("этруски") барып тоташа.

Борынгы төркләр бай мәдәни потенциалы булган бөек цивилизация тудырганнар. Үсешләренең югары дәрәҗәсен гаҗәп камиллеккә ирешкән телләре үк күрсәтеп тора. Һинд-аурупа телләренә алтай телләренең (ә төрк теле шулар арасында) йогынтысы көчле булуы сизелә. Аурупалыларның телләрендә төрк элементлары күп, шул сәбәпле ул телләрнең төзелеш камиллеге аксый, күпсанлы искәрмәләр туган. Алтай телләре, шул исәптән төрк теле дә, киресенчә, үз нигезендә үсеп, камиллек казанганнар. Аларда искәрмәләр юк диярлек, Олҗас Сөләйманов әйтмешли, аларның грамматикалары математика формулалары кебек үк тотрыклы (11: 218).

"Төрк теле сүз тамырларының күплеге буенча дөньяның иң бай телләреннән береде. Аурупа телләре кәлимә тамырларының байлыгы буенча төркчәдән күпкә артка калалар.

Белеп, максатчан эшләнгәнлек нәтиҗәсе буларак бүген дөньяның бай теленә әверелгән алман лисанында барлыгы 900 гә якын кәлимә тамыры бар. Бөтен башка кәлимәләр бу тамырлардан эшләнгән.

Хәлбуки төрк телендә бүген онытылган сүз тамырлары илә берлектә 8000 гә кадәр мөстәкыйль кәлимә бар.

... Бу аңлатулардан чыккан нәтиҗә шул: төрк телендәге сүз [кәлимә] хазинәсенең байлыгы төрк мәдәниятенең тарихка кадәр үк дәверләрдә шактый югары дәрәҗәгә күтәрелүен исбат итә", – дип яза Садри Максуди Арсал (12: 27-28).

Бүгенге гәҗит-журнал битләрендә, бабаларыбыз ислам динен кабул итеп, мәҗүсилектән яңа рухи биеклеккә атлаганнар, дигән гыйбарә йөри. Борынгы бабаларыбызның дини карашлары мәҗүсилек кысалары белән генә чикләнеп калмыйча, аерым бер аллага (Тәңрегә) иман китерергә димләүче дини тәгълиматка әверелгән. Исламга кадәр үк төрки кабиләләр яшәешендә Тәңречелек дигән һәм бербөтен идеягә нигезләнгән дин әһәмиятле роль уйнаган. Тәңречелек – иң беренче дөньяви дин, аның тарихы Борынгы Шумер дәүләтенә барып тоташа. Шумерлар Тәңрегә "тингир" дигәннәр. "Борынгы Шумердан ук һуннар дәвере аша безнең эрага килеп кергән, христиан, ислам һ.б. тәгълиматларга нигез биргән ***дөньяви дин*** булган; һәм ул дин төрки дөньяда туган, формалашкан, төрки кабиләләрнең үзаңын һәм дөньяга карашын билгеләгән", – дип яза Га-лимҗан Гыйльманов (5: 10).

Беренче Күктүрк дәүләте

Югары культуралы халык буларак төркләр үзләренең үсеш дәрәҗәсенә лаек булган җәмгыять төзелешен һәм төрле дәүләтләр барлыкка китергән. Күпсанлы төрк дәүләтләре арасында Күктүрк дәүләте (безгә ул күбрәк Бөек Төрк каханлыгы буларак мәгълүм) аерым урын алып тора. Үзләренең чыгышларын күк белән бәйләгән күктүркләр (алар беренче төркләр күктән иңгән дип санаган) тарихта "төрк" исемен йөрткән тәүге дәүләт булдырган һәм бу көчле, гаҗәеп киң дәүләттә барча төрк кавемнәрен дә диярлек берләштергән. Аңа кадәр Аурасия (Евразия) киңлекләрендә яшәгән төркләр төрле исемнәр белән аталганнар һәм аларның бер уртак дәүләтләре булмаган.

Нәкъ менә күктүркләр чорында Тәңре дине дәүләт идеологиясенә әверелгән. "Изге төркиләр дәүләте Тәңре тарафыннан яратылган. Шуңа күрә дә ул мәңгелек ил дип аталган" (13: 57).

Үзенең этник йөзенә ия булган, төркләр күпчелекне тәшкил иткән Бөек Төрк каханлыгы 552 елда барлыкка килгән. Аның беренче хөкемдары Бумын "кахан" дигән дәрәҗә алган. Бу исем олуг, бөек хан дигәнне аңлата. Мәркәзе Өтүкән тауларында булган каханлык башта Алтайдагы, Үзәк һәм Урта Азиядәге кабиләләрне бергә туплаган. Озак та үтмәстән күктүркләр бөтен Аурасия далаларын басып алганнар. Каханлык җирләре көнчыгышта Кытай (Чин) империясе белән чиктәш булып, кояш баешы ягында Кырымга кадәр үк барып җиткән.

Көнбатыш юнәлешендәге яуларда төркләрне Бумынның туганы Истәми ябгу (дәүләттә икенче кеше) җитәкләгән. Ул 562 елда, каханлыкның көнбатыш өлеше башлыгы буларак, Иран белән килешү төзи, шаһның кызына өйләнә. Күктүркләр фарсылар белән бергәләп Урта Азиядәге эфталитлар дәүләтен тар-мар итәләр. Соңрак Иран белән аралары бозыла, 569–571 еллардагы сугышта сасанилар Ираны гаскәрләре җиңелә. 571 елгы килешү буенча Иран белән каханлык арасындагы чик Амударья елгасы аша уза.

Истәми ханның хәрби сәфәрләрен улы Кара Чурин дәвам итә. Ул хәзәрләрне, болгарларны һәм башка эреле-ваклы кабиләләрне буйсындыра, Византиянең Кырым биләмәләрен яулап ала. 576 елда күктүркләр Төньяк Кара диңгез буендагы Византия гаскәрләрен җиңәләр һәм аларны аннан куып та җибәрәләр. Шушы ук елны, атасы үлгәч, Кара Чурин ябгу дип игълан ителә, Күктүрк дәүләтенең көнбатыш өлешен җитәкли. Бу өлкәгә Идел буе да керә. Күктүркләр культурасына караган аерым археологик ядкәрләр, аларның яшәү урыннары Татарстан һәм аңа чиктәш төбәкләрдә дә табыла.

Көнчыгыш Аурупага (Европага), шул исәптән Идел-Урал буйларына да, төркләр элегрәк үк үтеп кергән. Сүз халыкларның Бөек күчеше һәм төркләрнең бабалары булган һуннарның беренче тапкыр Аурупага килеп чыгу чоры турында бара. Һуннар урдасының төньяк төркеме Идел-Урал буйларына җирләшкән. Бу фаразлау яңа археологик мәгълүматлар – уникаль табылдык-

лар белән дә раслана. Бүген дүртенче гасырда ук яши башлаган Имәнкискә культурасының төркләргә каравы бәхәс уятмый инде. “Идел, Җаек һәм Дон сулары буйлары элек-электән төрк кавеменең яшәү урыннары иде”, – дип язып калдырган халкыбызның мәшһүр галиме Риза Фәхретдин (8: 62).

Күктүрк дәүләте һуннар нәселеннән килеп, таркау яшәгән төркләрне (бүген аларның варислары башкортлар, татарлар, чуашлар һ.б. буларак билгеле) бер идарә астына ала. Электән үк бу якларда яшәгән фин-угор кабиләләре дә күктүркләргә буйсына.

Күктүрк дәүләтенең иң көчле вакыты Мукан кахан (553-572) чорына туры килә. Кыска вакыт эчендә ул Күктүрк дәүләтен көнчыгышта Манчжуриядән көнбатышта Иранга кадәр җәелгән олы бер империяторлык хәленә китерә. Ул хәтта кытайларны – Чжоу һәм Ци дәүләтләрен буйсындыра. Урхун-Енисей язуларында төрк хөкемдарларының җиңүләре болай аңлатыла: “Дүрт тарафка гаскәр җибәреп, кавемнәрне итагатьле (сүз тыңлаучан) иткәннәр, башлыларның башын идереп, тезләрне тезләндергәннәр; алда Кадырган тауларына, артта Дәмиркапыга кадәр төрк милләтен хаким кылганнар; бу җирләрдә күктүрк кавеме хөр һәм бәйсез яшәгән. Болар белемле һәм батыр ханнар булганнар. Үзләре генә түгел, хәтта дәүләт хезмәткәрләре дә белемле һәм кыю имешләр. Түрәләре һәм бөтен халкы туры сүзле вә гадел булган өчен дәүләт идарәсе дә гадел булган, законнар үтәлгән” (Садри Максуди Арсалның шул ук хезмәтеннән. 12: 233).

Бөтен тарихы буенча Түрк каханлыгының эшләренә күршедә яшәгән чиннәр (кытайлар) тыкшынып торганнар. Түрк җәмгыятенең үзендә дә эчке каршылыклар булгалый. Шулар нәтиҗәсендә 582 елда дәүләт икегә аерылган: Көнчыгыш Түрк каханлыгы һәм Көнбатыш Түрк каханлыгы барлыкка килгән.

Көнчыгыштагы күктүркләр 585 елда Кытай хакимиятен танырга мәҗбүр булалар. Кытайлар, форсаттан файдаланып, буйсындырылган бабаларыбызны төрле юллар белән кытайлаштырырга, ягъни кытайча сөйләштерергә, үзләре кебек киендерергә һәм гореф-гадәтләрен кабул иттерергә тырышканнар. Боларны күреп, Ишбара кахан Чин императорына: “Сезгә бәйле булуыбызны таныйм, ясак түлим, кыйммәтле атлар бүләк итәм, әмма телебезне алыштырмыйм, халкыма чин киемнәрен кидермим, гадәтләрегезне, кануннарыгызны алмыйм. Бу мөмкин дә түгел. Чөнки бу мәсьәләләрдә бөтен милләтем кайнар хис белән типкән йөрәк сыман бердәм”, – дип җавап биргән (14: 50). Кытайларның кыланышларына түзмичә, күктүркләр башлыгы Ишбара кахан 587 елда үлгән.

Ши-пи кахан (609–619) заманында күктүркләр элекке көчләрен кайтара. Чин императоры җиңелә, аңа ясак түләү туктатыла. Ул үзе бабаларыбыз кулына эләгә һәм һәр ел зур салым түләү шарты белән генә азат ителә. Күктүркләргә яңадан данлы еллар яшәткән Ши-пи кахан 619 елда үлгән. Аның урынына килгән Чу-ло кахан Чин империясенә басымны дәвам иттерә, әмма кытай хатыны тарафыннан агулап үтерелә. Бу үтереш Ши-пи

кахан башлап җибәргән үсеш дәверен туктата, Көнчыгыш Түрк дәүләтен яңадан шул ук империягә бәйли. Ә инде Чу-ло кахан җиренә кил-гән Киәле кахан әсир ителгәч, бу дәүләт 630 елда бөтенләй юк булган.

Моннан соң күктүркләр тарихында илле елга сузылган караңгылык чоры башлана. Күпсанлы баш күтәрүләр барысы да Кытай тарафыннан канга батырыла. Бу күтәрелешләрнең иң әһәмиятлесе 639 елда булган. Чулук каханның кече улы Күршад җитәкчелегендәге 40 кешелек бер төркем Чин императоры сараена бәреп керә. Әмма баш күтәрүчеләр максатларына ирешә алмыйча, батырларча һәлак булалар.

Көнчыгыш Түрк дәүләтен җиңеп, кытайлар 659 елда Көнбатыш Түрк каханлыгын да буйсындырганнар.

Икенче Күктүрк дәүләте

Күктүркләрнең бәйсезлек өчен көрәшләре 680 елда уңышка китерә. Икенче Күктүрк дәүләте буларак танылган каханлык төзелә. Аны шулай ук дәүләтнең коручысы исеме белән "Котлык дәүләте" дип тә атыйлар. 682 елда кытайларны куып Өтүкәнне кайтаргач, Котлык үзенә "Илтәреш" (илне торгызучы, дәүләтне төзүче) дигән дәрәҗә алган. Кардәше Капаганны шад (түркләрдә ябгудан соң килгән титул, аңа кан кардәш тәхет варислары ия булган), икенче кардәше Тосифуны ябгу (каханнан соң торган хөкемдар, ул хакимлек итүче ырудан булса да, тәхеткә дәгъва итми) итеп билгеләгән. Бәйсезлек өчен

көрәштә һәм дәүләтне торгызуда әһәмиятле роль уйнаган галим Тонйокукны киңәшчесе (айгуҗы) иткән.

Илтәреш кахан (682-692) көнбатыштагы түргәшләр вә төньяктагы кыргызлардан башка бөтен төрк кавемнәрен яңадан берләштергән. 693 елда кахан (ханнар ханы) булган Капаган, кардәше Котлыгын эшен дәвам итеп, Тонйокук җитәкчелегендәге гаскәрне кыргызларга каршы җибәрә. Кыргызлар яңа туган берлеккә кушыла. Соңрак түргәшләр чираты җитә, алар да Кытай хакимиятеннән чыгарыла. Капаган кахан оештырган хәрби сәфәрләр нәтиҗәсендә Күктөрк дәүләте элеккеге, көчле чагындагы чикләренә кайта.

Дәүләтнең бердәмлеген күктөркләр оештырган камил власть системасы саклый. Күктөркләрдә, башка халыклардан аермалы буларак, тәхет атадан улга түгел, олы туганнан кече туганга, кече абзыйдан бертуганның олы улына күчә. Шуңа күрә тәхет варислары биләмәләрендә үзләренең тәхеткә утырыр чиратларын тыныч кына көтеп, каханга хезмәт иткәннәр. Бу система төркләрдә ислам динен кабул иткәнче яшәгән.

716 елдан башлап каханлык белән Илтәреш уллары Билге кахан (716-734) һәм гаскәр башлыгы, урта гасырларның атаклы каһарманы, ханзадә Күлтәгин идарә иткәннәр. Кытай империясе белән булган каты бәрелешләрдә алар зур хәрби осталык күрсәткәннәр. 712 елда, әле Капаган кахан дәверендә үк, гарәп куманданы (гаскәр башы) Кутәйбә бини Мөслим армиясе белән Күлтәгин гаскәре арасында бүгенге Бохара тирәләренд-

әге Байкент шәһәре янында зур бер сугыш була. Фәкать Самарканд тарханының хыянәте генә мөселманнарны җиңелүдән коткара.

Төрле халыклар белән булган күпсанлы сугышларда күктүркләр үз иреген саклап калган. Бу орышлардан соң чиннәр белән дә мөнәсәбәтләре яхшырган, сәүдә үскән.

725 елда Тонйокук үлә. Ул үзе яшәгән чорның вакыйгаларына гел дөрес бәя биреп бара, юл күрсәтүче була. Зирәклеге белән дан казанган Тонйокук Билге каханның буддист гыйбадәтханәләрен төзү ниятенә каршы чыга, ата-бабаларыннан килгән Тәңре диненә хыянәт итеп, чит диннәрне кертү төрк рухының ныклыгын какшатып, дәүләтнең иминлегенә куркыныч тудырачак дип саный. Илбашы да акыл иясенең сүзен тота.

Тонйокуктан соң, 731 елда Күлтәгин дә үлә. Билге кахан, ике олы таянычын югалткач, зур хәрби чаралар оештырмый. Ул 734 елда агулап үтерелә. Билге каханның төрк милләтенең мәңге яшәячәгенә булган ышанычы үлеменнән соң истәлегенә куелган рун язулы ташта шулай аңлатыла: “Әй төрк милләте! Өстә күк җимерелмичә, аста җир тишелмичә дәүләтеңне, гореф-гадәтләреңне кем бозып юкка чыгара алыр?”.

Билге кахан үлеменнән соң Күктүрк дәүләтенең көчсезләнү галәмәтләре күренә башлый. Тәхеткә атасы урынына чиратлашып уллары Төрк Билге кахан һәм Тәңрехан утыралар. Тәңрехан әле бала була, идарә анасы кулына элэгә. Бу хатын дәүләтне тота алмый, ул таркала башлый. 744 елда, Озмыштэгин идарә иткән

чорда, Күктүрк дәүләтен кытайлар котыртуына бирелгән уйгырлар юк итә. Котлык нәселеннән килгән соңгы хан Озмыштәгиннең башы Чин императорының сараена җибәрелә. Башкала Орду-Балык җимерелә. Аның янында уйгырлар яңа шәһәр төзиләр. Бу шәһәр Кара Балгасун исеме белән мәгълүм, ул 745 елда туган яңа төрк дәүләте – Уйгыр каханлыгының үзәгенә әверелә.

Унберенче бүлек

КИЕМ – ҖИТДИ НӘРСӘ

Яз килү белән җил дә йомшак исә, кояш та назлы елмая, табигать тә уяна: агачлар яфрак яра, бакчаларда чәчәкләр ачыла. Чәчәкләр белән бергә кызларыбыз да "ачыла". Кышкы салкыннарда киелгән озын, һәр җирне каплап, суыктан саклаган киемнәр урынына кыска, җиңелләре килә. Урамнарыбызда зифа буйларын, ак тәннәрен күрсәтеп сокландырган гүзәл кызлар пәйда була. Ямь өстенә ямь өстәлә.

Әмма кайберәүләр, аеруча мәчет тирәсендәрәк йөрүчеләр, кызларыбызны бозыклыкта гаепләргә, аларның барысын да фахишә дип атарга ашыга. Алай ук ярамыйдыр, барлык ачык киенгән хатын-кыз да бозык түгелдер. Нишлисең, модасы шундыйга китте инде аның. Чыннан да, башкалар матур, озын аякларын, калку күкрәкләрен мактанып күрсәтеп йөргәндә ала карга сыман ябык күлмәк киясе килмидер ул.

Хатын-кыз бит модага иярә, ул матур киенеп, иратны сокландырырга ярата. Бу аның табигатендә. Гүзәл затлар гүзәл булырга омтыла.

Милли киемдә – милли рух

Элекке хатын-кыз киеменә карап шаккатасың, ул хуҗасына килешеп, гәүдәсенә ямь биреп тора. Кызлар энҗеле калфаклар, бәбәй итәкле күлмәкләр кигәннәр, йомшак читекләрдә кәз-кәз басып йөргәннәр. Белмәгән алар пәрәнҗәне, башларына яулыкны да чәчне каплар өчен генә бәйләгәннәр. Сүз уңаеннан әйтеп узыйк: пәрәнҗә – гарәп хатыннарының милли киеме ул. Төрк хатыннарының бөтен җире ябык булып, нурлы йөзләре ачык йөргән. Гарәп-фарсы ирләре хатын-кызларының йөзләрен челтәр астына яшергәндә безнең бабаларыбыз моңа бармаганнар. Шәрекътан килгән имам-хәзрәтләр хатын-кызга карата катырак булырга өндәп торсалар да, төрк ирләре коткыга бирелмәгәннәр. Элек-электән халкыбызның йөзе ачык, күңеле киң булган. Урыс хатыннарының милли киеме дә уңайлы, иркен һәм озын булып, барлык җирен каплап торган. “Кызыл яулык кызга килешә”, – дигән урыслар.

Борынгыдан килгән милли кием-салым хуҗасына уңай тәэсир итеп торган. Хайванчылык белән яратып шөгыльләнгән төркләр йон тукымаларны да яратып кулланганнар, чөнки йон тукыма хайваннарның барлык яхшы сыйфатларын үзендә йөртүче һәм энергияләрен чагылдыручы уникаль төзелешкә ия. Ул үзендә яшәү энергиясе көчен саклый. Йон кием организымны энергия белән тулыландырып тора. Авыру һәм хәлсез кешеләргә йон әйберләрне кию генә түгел, идәнгә йон палас җәю, йоннан тукылган одеял белән ябыну да бик файдалы.

Эшләгәндә җитен тукымадан тегелгән кием бик уңайлы булган. Ул энергияне файдасызга әрәм итәргә юл куймый, тәгаен эшкә тотынып, энергияне кирәкле агымга юнәлдерергә булыша.

Төркләр элек-электән мамык үстергән. Мамык кием тынычлык һәм канәгатьлек хисе тудыра. Киеренкелекне бетерә, невроз булганда тынычландыра.

Әйе, элек һәр халык үзенчә киенгән. Кием үрнәкләрен үзе әзерләгән, үзе теккән, тегү серләрен буыннан-буынга тапшырып килгән. Гасырлар буена халык бу эшкә үзенең кул көчен генә түгел, бәлки кабатланмас иҗади көчен дә – матурлыкка омтылышын, уй-хыялын, эстетик зәвыгын да салган. “Гадәти өс киеме шактый тотрыклы булып, аның яңаруы-үсеше халыкның үз гореф-гадәтләренә һәм көнкүрешенә яраклашу төсендә барган. Шуңа күрә кием, гадәттә кешенең тышкы кыяфәтенә милли төс биргән. Киеменә карап аның кайсы халык яки нинди этник группа вәкиле икәнен белергә мөмкин булган. Көндәлек һәм бәйрәм киеме, бай һәм ярлы кешенең киеме дә бары тик тукымалары, бизәнү әйберләренең сыйфаты белән генә аерылган”, – дип яза халык киемнәре белгече Рәмзия Мөхәммәдова (15: 80).

Бүген нәрсә кияргә, ничегрәк киенергә икәнен күпсанлы мода журналлары өйрәтә. Аларның, бу сезонда менә шундый төрдәге киемнәр модада, дип язуы – күрсәтүе була, хатын-кызларыбыз, армиядәге солдатлар сыман, аларны эзләүгә керешә.

Кием тегү бүген индустрия хәленә килде һәм бу өлкәдә көчле корпорацияләр әйдәп бара. Нәкъ менә алар мода-

ны уйлап чыгара да инде. Чынлыкта мода – бу эре җитештерүчеләр кулындагы инструмент, башка халыкларга үз товарын көчләп тагу инструменты.

Дөрес, укучыны бу нечкәлекләр бик кызыксындырмыйдыр. Әмма аларны белү дә файдалы, чөнки, мәсәлән, әле күптән түгел буйга җитеп килгән кызын анасы үзе теккән матур күлмәкләргә киендергән, ә хәзер ул, сагызын чәйнәп, мода кушканча киенергә акча таләп итә. Икенче сезонда мода үзгәрә, тагын яңаны сатып алырга кирәк. Сатып алган киемнәр еш кына үзенә зарарлы да: хәзер модада булган кысып торган джинсылар оча сөяге тирәсендә кан әйләнешен начарайталар, бала табу сәләтен киметәләр. Шулай ук синтетик тукымадан әзерләнгән колготкилар да булачак ананың сәламәтлегенә зыянлы.

Әлектә халык үзенә үзе теккән. Бүген байларның өс-башын Париж кайгырта, ярлыларныкын – Кытай сәүдәгәрләре. Акчалы кешенең әзер затлы әйбер сатып алуын ничектер аңларга була әле, ә менә аз керемле авыл кешесенең базар чүпрәгенә төренүе сәер. Яхшы материал алып үзе тегеп киенсә, күпкә отышлырак булмас идеме? Сатып алынган һәр күлмәк, һәр итәк бәясенең зур өлешен кеше хезмәте тәшкил итә. Базар киемен алып, без читләрне бае-табыз бит.

Милли киемдә милли рух яши. Үз киеменнән баш тарт-кан халык озак яшәми. Бүген японнар һәм кытайларның үз өс-башы; алар дөньяның лидер халыкларыннан. Индуслар да индусча киенә. Гарәпләр дә халык буларак бик көчле, алар бүген Аурупаны дер селкетә. Гарәп

милли кие-мен ислам дине саклый. Төрклардән көндәлек тормышта милли киемне үзбәкләр белән төркмәннәр генә куллана. Казакъ, кыргыз, төрек, алтайлар һәм чуашларда ул авылда гына яши. Татарларда милли кием юкка чыгып бара, ул көндәлек тормышта шәһәрдә дә, авылда да артык күрелми, хәтта бәйрәмнәрдә дә киелми.

Яман күздән таш чатный

Бүгенге хатын-кызларыбыз, үз милли киемнәребездән баш тартып, Көнбатыш модасына кызыга. Әмма мода дигәннәре дә бик мәкерле нәрсә. Нигәдер ул гел хатын-кызның тәнен күбрәк ачу юнәлешендә генә бара. Тукымаларга да кытлык юк бугай, әмма итәкләр һаман кыскара, күкрәк җирләре һаман ачыла.

Әйе, ярым-шәрә кызга кемдер исе китеп, сокланып карап тора, ә кемдер аңа азгын нәфесен яшермичә төбәлә. Мәгәр икесе дә куркыныч. Ник дисезме? Кешенең физик тәненнән башка, күзгә күренми торган, формасы белән гәүдәне кабатлаучы тагын бер кабыгы булуын беләсездер. Аны "аура" яки "күңел кыры" дип атыйлар. Аура ул кешенең эчке хәләтеннән, хисләреннән, уйларыннан, акыл көченнән барлыкка килгән биокыр. Гадәттә аура гәүдәдән 3-5 сантиметр ераклыкта урнаша. Күңел кырының вазыйфасы – галәм энергиясен кабул итү, организмның саклану үзенчәлеген арттыру. Бу кырга башкалар тәэсир итә ала, ауралар үзара энергияләр белән алмашалар. Бер кешенең энергиясе кими, ул хәлсезләнә, ә икенче берәүнеке

арта. Чибәркәйнең ачык тәненә текәлеп караучы аның көчен суыра, бездә моны "күзе белән ашый" диләр. Бу кызга күпләр карый, нәтиҗәдә аның кәефе бетә, аппетиты югала, башы авырта, гомумән хәлсезлек тойгысы туа.

Эшнең тагын да хәтәррәк ягы бар – яртылаш ялангач хатын-кызга күз тию ихтималы бик зур, бу инде кәеф кырылу гына түгел, бу көчле чир һәм хәтта үлем дигән сүз. XI нче гасырда ук медицина фәненә нигез салучы атаклы Ибне Сина: "Еш кына күңел башкаларның тәненә тәэсир итә, мәсәлән, яман күз белән", – дип язган. Күзләр зур көчкә ия. Кайбер кешеләрнең күз карашлары аеруча каты була, алар теләсә-теләмәсә дә башкаларның биокырына көчле йогынты ясый, әле ныгып җитмәгән үсмер я нәфис хатын-кызның аурасын тишеп, организмның саклану системасын җимерә. Зәгыйфь кеше авырый башлый һәм, багучыга бармаса, үлә.

Унтугызынчы гасырның 80 нче елларында Сицилия утравының Мессин шәһәрендә бик яман күзле бер бәндә яшәве мәгълүм. Очраклы рәвештәге, явыз ниятсез карашы белән дә ул кеше үтерә алган. Моны белеп, шәһәр халкы аны ерактан урап йөргән. Ләкин берзаман ул кибет витринасында көзге күрә һәм озак кына аңа карап тора. Бераздан бу кеше чирләп үлә. Көзге аның үтергеч карашын үзенә кайтара.

Гаурәтләрен каплап йөрмәгәнгә күрә, бездә бөер-җенес әгъзалары тулысынча сау-сәламәт булган хатын-кызлар бик сирәк. Шәрә аякларга, сыланып торган кием астындагы башка әгъзаларга, чәчкә даими рәвештә күз төшә,

күз тия. Аяклар сызлый, бала имезергә күкрәкләрдә сөт булмый, баш авырта, баш әйләнә. Күкрәкләрне ачып кую – яман шешкә юл ачу ул.

Ир кешенең күзе, беренче чиратта, ялангач йөргән хатын-кызга төшә. Сиздегезме – теләмәстән дә, кыска итәк, ярым-шәрә блузка кигән кызларны "шәрә" диясе килә шул. Андыйлар турында ирләр: "Күрсәтергә ярамаган җирләрен юри капламыйча йөри, димәк бу – җилбәзәк кыз, ул үз намусы турында уйламый, аңа ирләр кирәк", – ди. Күз зинасы ясала. Шәрә шәрифләрен күрсәтеп йөрүче үзен дистәләгән чит ир-атка "бирә". Җенси акт үзе башкарылмаса да, уй-хыялда гына булса да, кануннар үзгәрми – организм зина кылуларны авыр кичерә, хатын-кыз чирли башлый. Күз карашыннан туган уйның зур көчкә ия булуына тагын бер дәлил бу.

Кыскасы, хатын-кыз үз тәнен чит-ят күзләрдән яшерергә тиеш. Хәзер кайберәүләр кендек, корсак күрсәтеп йөри. Кендеккә, ягъни бала ятагы урынына күз тию нәтиҗә-се буларак, хатын-кыз бала таба алмый. Кендек күрсәтү – нәсел тамырына балта чабу белән бер ул.

Кызык закончалык булуын күрәбез: әгәр тән әгъзалары бизәк урынына кулланыла башлый икән, алар үзләренең төп функцияләрен "оныта", үтәми – күкрәкләрдә сөт булмый, кендек бавы ананы бала белән тоташтырмый, бала булса да, ятагыннан ул ярылып алына, табигый юл белән тумый һ.б.

Кадерле хатын-кызлар, мине шәригать таләпләрен пропагандалауда гаепләргә ашыкмагыз. Әлбәттә, мөселман-

ча киенеп йөрүче кызларга хөрмәт белән карыйлар. Ләкин бу мәсьәләдә бөтен диннәрнең дә карашы бер. Христиан монастырларында яшәүче хатын-кызлар да нәкъ шулай ук баштанаяк төренеп йөри. Чынлыкта без караган мәсьәлә дин мәсьәләсе дә түгел, ул медицина проблемасы. Дини кешегә иман дөрес киенергә, гомумән дөрес яшәргә ярдәм итә, шул гына.

Әбиләребез хәзергеләрдән акыллларырак булган, алар үз саулыгын саклаган, яшь чакларында яртылаш ялангач йөреп, күз тидермәгән. Хәер, соңгы елларда безнекеләр дә моны аңлый башлады бугай. Төркиядән күз тиюдән саклаган назарлыклар алып кайтып, киемгә тагучылар күренгәли. Пыяладан эшләнгән бу зәңгәр күз әлбәттә файдалыдыр, әмма гаҗиз калган ачык тәнне ул гына саклармы? Яман күз киемгә генә түгел, тирән уемтыдан күренеп торган күкрәкләргә дә төшәргә мөмкин ич. Зәвык белән тыйнак киенеп, һич кирәкмәгән, артык игътибарны җәлеп итмәү хәерлерәк түгелме?

Кыргыйлыкка таба

Әлбәттә, хәерлерәктер, әмма хатын-кыз табигатен дә истән чыгармыйк. Ул нәкъ менә үзенә игътибарны җәлеп итәр өчен киенә! Үзе дә сизмәстән ул ир-атларга, мине сайлагыз, дип әйтергә омтыла. Борынгы өс киеменең билгесе булып аның монументаль стиле санала (15: 81). Бу стиль хатын-кыз гәүдәсен бербөтен буларак чагылдырган, кием озын һәм киң, тоташ буйлы булган.

Аны киң беләзекләр, олы алкалар, төрле асылташлар, катлаулы баш бәйләгечләре бизәп торган. Аурупа модасына яраклашу нәтиҗәсендә хатын-кыз киеменең фәлсәфәсе тамырдан үзгәрә – игътибарны җәлеп итүдә киемнең үз яме һәм төрле бизәнү әйберләренең роле чикләнеп, тәннең теге яисә бу өлешен ачу гадәте китеп, кием арт санны яки, әйтик, күкрәкләрне кабартып, калку итеп күрсәтү функциясен генә үти башлый. Бүгенге хатын-кыз кыяфәтендә кием икенче планда калып, беренче планга ачык тән чыкты. Бу кыргыйлыкка кайту дигән сүз түгелме соң?

Ачык киенгән – чирләткән

Безгә кадәр яшәп киткән буыннар бездән акыллырак кына түгел, гыйлемлерәк тә булган, ахры. Алар бит простатит, импотенция, простата рагы кебек авыруларны белмәгән. Ир-атлар бик озак, картаеп беткәнче яшәгән, 60-70 яшендә өйләнеп тә бала үрчеткән. Ник аларга хәзер һәр ир-атны диярлек интектергән бу чирләр кагылмаган? Чөнки элеккеләр табигать законнарын әйбәт белгән. Табигатьтә туган теләк үтәлергә тиеш, шулай булмаганда гармония, камиллек бозыла. Бу инде авыру дигән сүз. Хайваннар да килде-киттеле вакытта берсен-берсе әсәрләндермиләр. Ә без, мода дигән булып, хатын-кызга бөтен чибәр-лекләрен витринадагы сыман чыгарып куярга рөхсәт итеп, үзебезне үзебез котыртабыз, аздырабыз һәм авыруга дучар итәбез. Мөселман халкының хатын-

кызны киендереп йөртүе ир-атта кирәкмәгән вакытта җенси теләк уянмасын өчен, аның саулыгын какшатмау җәһәтеннән эшләнә. Ир-атның һәм хатын-кызның ялангач тәнгә реакциясе нык аерыла – беренчесе дәртләнеп "кабынып" китә, ә икенчесенең кылы да селкенми. Урамнарыбыз ярым-шәрә кызлар тулы, аларны күреп ирләр ширпы сыман "янып" бетә, чөнки сексуаль теләк бер тапкыр уяна да канәгатьләндерелми, икенче тапкыр, өченче... һәм башка уянмый. Тап-таза кеше импотентка әйләнә. Әгәр алга таба да болай дәвам итсә, без халык буларак озак яши алмаячакбыз. Хәзерге көндә ир-ат авырулары бик күп кенә түгел, алар нык яшәрделәр дә. Бүген Рәсәйдә ир-атның уртача гомер озынлыгы 58,8 яшь, Япониядә – 80 гә якын! Ник? Чөнки япон хатын-кызлары киенеп йөри. Ярым-ялангач халыклар бетүгә бара, ә киенә белгәннәре яшәвен дәвам итә, хәтта чәчәк ата.

Егетләр үзләре ачык, әдәпсез киенгән кызларга тартыла. Ир-атлар да, селәгәен агызып, күзләрен шулар ягына төби. Кызлар исә, ялгыш аңлап, без чибәр, безнең белән сокланалар дип уйлыйлар. Шулай, чиләгенә күрә капкачы, егетенә күрә кызы. Әгәр егетләр кызларны ярымшәрә киенергә этәрмәсәләр, андыйларга игътибар итмәсәләр, кызлар вульгар киенер идеме? Әгәр егетләр әдәпле кызларны сайласа, иркен, озын күлмәкләрдә булганнар белән генә кулга-кул тотынышып йөрсә, ярымшәрәләр калыр идеме ?

Егетләр, кызларны азындырмагыз, акыллыларын, тәүфыйклыларын акылсыз булырга мәҗбүр итмәгез. Оныт-

магыз – дилбегә сезнең кулда, кайсы якка тартсагыз, кызлар шунда юнәлә. Сөйгән ярларыгыз янына фәкать, изге, ягъни матур гаилә корыйм да бәхетле булып яшим, дигән ният белән йөрегез. Кызларны ятакка өстерәмәгез, "кайф" табу кебек уйларны якын җибәрмәгез, кешене рәнҗетмәгез. Әйе, сылу күңел аздырыр, алтын юлдан яздырыр, ди. Әмма Тәңре нәселеннән булган хак юлдан тайпылмас.

Бозыклык, пычраклык, ялангач тән тулы калын журналларны кулыгызга да алмагыз. Порнография, эротика акылны томалый, башта бер уйны гына калдыра, ул да булса тизрәк җенси теләкне үтәү уе. Кеше, бөтен эшен онытып, җенси җүләргә әйләнә, саулыгын җуя, аның психикасы бозыла.

Әлбәттә, күпләр, без кеше кызларына хуҗа булып, аларны өйрәтә алмыйбыз, дияр. Сез башкалардан түгел, ә үзегездән башлагыз, гүзәл аналар. Буй җиткән кызыгызга атасы янында ялангач ботларын ялтыратып йөрергә рөхсәт итмәгез. Үзегез дә, фатирыгызда булса да, тыйнаграк киенегез — кызыгыз анасына карап үсә. Ирегезнең сәламәтлеге сезгә һич кадерле түгелме? Нигә сез ахирәтләрегезгә кушылып ирләрне яманлыйсыз? Имеш, мужиклар бетте хәзер, бернигә дә ярамас, сәләтсез булдылар. Хатын-кызлар, сез үзегез көчле затларны еш кына көчсез итәсез. Ир-ат дигәч тә, ул да бит тимердән түгел...

Менә шулай, дуслар. Наданлык (мәсьәләнең төбендә азгынлык түгел, ә белемсезлек ятадыр) бүгенге хатын-

кызларыбызны үзләрен дә чирләшкә итә, ирләрне дә кыра. Сүзебез бәхет турында иде, ләкин, кызганычка каршы, бездә кайбер гап-гади исән калу мәсьәләләре дә хәл ителмәгән әле... Шунысы куанычлы – өс-баш белән бәйле мәсьәләләрнең чишелеше кешенең үз кулында, хөкүмәт карары кирәкми, властьны да тиргисе юк.

Кул эше шифасы

Әбиләребез, әниләребез кул эше осталары иде. Алар теккән күлмәкләрне, бәйләгән бияләй, оекбашларны киеп үстек без. Әнкәйләрнең йомшак кул җылысы әле дә тәнебездә саклана бугай. Без, балалар, дәрес әзерлибез, әни өс-баш тегә. Өйдә шундый рәхәт, тыныч иде. Хәзер гаи-ләләрдә татулык юк. Күлмәк-ыштанына кадәр базардан ташып, җыен юк-барны күрсәткән телевизор карап утыргач булмый ул, әлбәттә.

Ана кеше теккән киемдә – аның кул җылысы белән бергә баласын кайгыртуы да, назы да, изге теләге дә. Серләре буыннан-буынга тапшырылып килгән милли кием җайлы, матур булган һәм күз дә тидертмәгән, чирдән дә саклаган. Яңа туган сабый чүпрәген яңа энә белән тегәргә кирәк, югыйсә авырудан башы чыкмый. Нәрсә, фабрикада чүпрәк саен энә алыштыралармы?

Тагын бер бик әһәмиятле ягы бар тегү, бәйләү эшенең – энә белән эшләгәндә кул һәм бармак очлары массажлана. Бу “су-җок терапиясе” инде. Беләсездер, кулда һәр органның үз нокталары бар – баш бармак баш белән

бәйләнгән, кул учында эчебез чагылыш тапкан, калган бармакларда — кул-аяк. Кул эше белән шөгыльләнгәндә, актив нокталарга басылып, организм көйләнә, җайлана.

Теккәндә йөрәк дәвалана, кан басымы нормальләшә, нерв күзәнәкләре тынычлана, баш авыртуы бетә, йокысызлык кача, хәтта кан составы яхшыра.

Кул эше организмны җыелган тискәре энергиядән арындыра, кеше җиңеләеп китә, үзен бәхетле хис итә башлый.

Уникенче бүлек

АВЫЗ КҮНГӘН АЧЫ КАТЫК КҮНМӘГӘН КАЙМАКТАН ЯХШЫРАК

Соңгы елларда туклану белән бәйле әдәбият ишәйде. Безне нәрсә, күпме һәм ничек ашарга икәнен өйрәтәләр. Бу китапларда аерым киңәшләр генә түгел, туклануга өр-яңа караш, бөтен бер фәлсәфә бирелә. Алар халыкта бик популяр: һәр җирдә диярлек ач торуның файдасы, организмны чистартырга кирәклеге турында сөйлиләр, итне сүгеп, кәбестәне мактыйлар.

Чукчалар яшелчә эзләсенме?

Күбесенчә Һиндстаннан таратыла торган бу карашлар ашау-эчү рәвешебезне тамырдан үзгәртергә чакыра. Менә бу шикләндерә дә инде – кискен үзгәрешләр гадәттә яхшыга китерми ул. Юк, бу китапларны дошманнар язып тарата дип уйламыйм. Бәлки, ниятләре изгедер. Әмма Вәлигә файдалысы Галигә зарарлы булу мөмкинлеген онытмыйк. Һиндстанда яшәү шартлары бер төрле, ә бездә бөтенләй башка. Тегендә яшелчә ашап та яшәргә мөмкиндер, ә бездә итсез булмый. Җәй айларында, ягъни җылы

вакытта без дә итне азрак, ә яшелчәне күбрәк ашыйбыз. Әмма кышын организм үзен җылытыр өчен күп энергия сарыф итә, куян кебек кәбестә кимереп кенә яшәп булмый. Индуслар өчен сыер изге зат булса, татарларга ул – ит белән сөт чыганагы гына. Гасырлар буенча безнең халык үзенчә тукланган. Гомумән, һәр халыкның үз ризыгы: берсе диңгездән туклана, икенчесе кишәрлектән, ә өченчесе асраган хайваннардан. Дөнья шулай яратылган. Ул китапларда язылганнарга ияреп, чукчалар, балык ашамыйча, яшелчә эзләсенме?

Ачы катык – картаюдан чара!

Без, төркләр, элек-электән ит һәм сөт ризыклары яраттык. "Дөрес туклану" китаплары аларны гел яманлый, зарарлы дип күрсәтә. Әмма Борынгы Рим, Греция, һәм Мисыр табиблары ук сөтне тормыш согы һәм сәламәтлек чыганагы дип атаганнар. Сөттә 120 гә якын кыйммәтле элемент җыелган. Яшьләр өчен кирәкле егермедән артык аминокислота бар. Ул кальций, фосфор тозларына, йод, бакыр, кобальтка бай. Әчегән сөт продуктларын эчү аеруча файдалы. Танылган урыс физиологы И.И.Мечников катык һәм кефирның күп авырулардан саклавын исбат иткән. Әчегән сөт продуктлары черү процессларыннан саклаучы миллиардлаган бактерияләрдән тора. Галим шундый нәтиҗәгә килгән: "Без юан эчәктәге черү матдәләре белән агуланып картаябыз". Эшкәртелеп бетмәгән азык калдыкларында череткеч микроблар мыжлап тора. Алар ар-

касында барлыкка килгән агулы матдәләр канга үтеп керә һәм нигездә бавыр тарафыннан нейтральләштереләләр. Әмма кайберләре шактый вакыт канда йөри икән. Мечниковның әйтүенчә, нәкъ менә шулар организмыбыз күзәнәкләрен картаюга китерә икән. Катык эчү канның химик составын шактый яхшырта, чөнки катык юан эчәктә таркалу процессларын киметә. Кешенең кәефе күтәрелә, кайбер хроник авырулары бетә, организм энергия белән тула. Шуңа күрә, теләсә нинди эчегән сөт продукты – картаюдан менә дигән чара! Шулай ук итсез дә яшәп булмый. Ит ул организмга аксым бирә. Баш авыртканда яңа пешкән итне тозлап ашарга киңәш ителә.

Сак булыгыз

Чит-ятларның тәкъдимнәре белән сак булыйк. Организмны чистартырга кирәк, диләр безгә. Әмма андый процедуралар (гап-гади клизма инде ул) зарар гына китерә. Ник дисәң, юан эчәкнең өчтән ике өлеше файдалы микроорганизмнардан гыйбарәт. Шулар булмаса, эчәкләр дөрес эшләми дигән сүз. Ә клизма һәм рекламалана торган препаратлар шул файдалы микроорганизмнарны тулысы белән юып төшерәләр. Бу исә үз чиратында дисбактериозга һәм башка авыруларга китерә. Организмның чиста булуын теләсәң, күңелең чиста, ризыгың хәләл булсын. Аз аша, күп хәрәкәтлән.

Аз аша, әмма ач та торма. “Ачлык могҗизасы” – көнебезнең иң популяр уйдырмасыдыр. Ач тору ашказан-

ның эшчәнлеген боза, организм таләп иткән матдәләрнең җитмәвенә китерә, аны хәлсезләндерә, авыруларга каршы тору сәләтен киметә. Кешенең йөзе ямьсезләнә, яңаклары сәлперәеп төшә. Ачлык – тән өчен көчле стресс ул. Пошаманга төшкән күзәнәкләр кинәт саранланалар, көчне сарыф иттермиләр, аны май буларак запаска җыя башлыйлар. Ачлыкны туктату белән, югалган килолар җитез генә кире кайтачак һәм аларга запаска дип җыелган май өстәләчәк...

Безне тукланырга өйрәтүче китаплар банан, киви ише чит илләрдән китерелгән җиләк-җимешне мактый. Экзотик җиләк-җимешләрдән өстәлләребездә иң еш күренгәне, мөгаен, банандыр. Без аның читтән китерелә икәнен дә оныттык бугай. Шулай ук киви да арзан, күпләр аны ала. Әмма безнең өчен чит-ят булган җиләк-җимешне авыз иткәндә, сак булу зарур, чөнки аллергия китереп чыгарулары бар. Һәр кешенең организмы үзенә бер төрле.

Үзең яшәгән җирдә җитешкән ризыкны ашау – иң акыллысыдыр. Өстәлдә сөт ризыклары, кош һәм хайван итләре, йомырка, икмәк, токмач һәм ярмалар булырга тиеш. Карабодай, солы, арпа, тары ярмалары, эре итеп тарттырылган оннан (көрпәле булса, тагын да яхшырак) пешкән икмәк, үсемлек җепселләренә бай азык-төлекләр буларак, эчәкләрнең эшләвен яхшырталар. Җиләк-җимешләрдән үз бакчаларыбызда үскән алма, слива, карлыган һ.б. аеруча файдалы. Азыкларның күптөрле булуына ирешергә кирәк. Аларның барысын да аз-азлап ашау организмны туклыклы матдәләр белән тәэмин итә.

Әллә кемнәргә ияреп, мөгез чыгарып маташмыйк, ата-бабаларыбыз кушканча тукланыйк.

Дөрес туклану милли традицияләргә нигезләнә

Аш-су осталыгы – культураның бер өлеше ул. Милли культура милли ризык аша да яши. Гомерендә өчпочмак авыз итмәгән татар яисә пылау ашамаган үзбәк буламы? Өчпочмаксыз калган татар татарлыгын да җуя. "Макдональдс" кафеларында гамбургерлар, чизбургерлар ашап утырганда без бу, колакка ят сүзләрне үзләш-терү белән генә чикләнмичә, башка халыкның рухын да үзебезгә сеңдерәбез.

Төрк халкының милли традицияләргә бай ашлары, әзерләү ысулларының оригинальлеге белән, аларның тәме һәм табынга бизәлеп бирелүе белән дан тота. Ашамлыкларны әзерләү осталыгы бездә күптәннән килә. Милли ашларыбыз үзләренә генә хас сыйфатларны әлегә кадәр саклаганнар. Аларның үзенчәлеге халык тормышының экономик һәм табигый шартларына, аның этник тарихына бәйле. Күп гасырларга сузылган тарих дәвамында халкыбызның хуҗалык итү гадәтләре, аның ашау-эчү тәртибе әлләни үзгәрмәгән. Төркләрнең материаль һәм рухи культурасы, шул исәптән аларның ашлары да, Күктөрк дәүләте чорындагы үзенчәлекләрен саклап калган. Мәсәлән, гөмбә төрк халык ашларына хас түгел, аның белән соңгы елларда гына һәм шәһәр халкы гына мавыга башлады. Ни

өчен хас түгел? Чөнки күктүркләрдә гөмбә “Тәңре төкереге” дип саналган.

Элек-электән түркләр ит һәм сөт ризыкларын үз иткән. Бүген дә түркләр – ит ашларын әзерләүдә дөньяның осталары. Аларны авыз итеп караган аурупалылар, тәмле булуына сокланып, яңадан Төркиягә киләләр. Сөт, башлыча, әйрән, йогырт, катык, каймак, эремчек һ.б. рәвешендә кулланыла. Телебездәге сөт ризыклары исемнәре башка телләргә дә күчкән.

Ит-сөт ризыкларында без лидер, әмма гаять зур Аурасия (Евразия) киңлекләрендә, төрле табигый тирәлектә яшәүче түркләрнең аш төрләре бик бай. Мәсәлән, татарлар терлек асрау белән беррәттән, игенчелек белән дә бик күптәннән шөгыльләнгән. Табигый, алар күбрәк он, ярма кебек азыклар белән тукланган. Татар табынының үзенчәлекле ягын әле хәзер дә камырлы ашлар, бигрәк тә токмачлы аш тәшкил итә. Яшелчә үстерү һәм бакчачылыкка үзбәкләр бик оста. Аурупа көнкүрешенә хәлвә, ширбәт кебек ашамлыклар, кипкән җиләк-җимеш алардан килеп кергән. Борын заманнардан ук Урал тауларының урманнарында, урманлы далаларда яшәгән башкортларда умартачылык алга киткән. Башкорт балы дөньяда мәшһүр. Бал һәм балавыз әле дә халык керемен(е)ң мөһим өлешен тәшкил итә. Дүрт диңгез ярларында яшәүче төрекләр, әлбәттә, балык ашларының да яхшы белгече.

Терлекчелек бөтен түркләргә хас булып, яшәгән җиренә күрә аның да үзенчәлекләре булган. Мәсәлән, татарлар сарык итен яратып ашый, әмма аңа казакълар-

дагы кебек өстенлек бирелми, чөнки урман һәм дала кисешкән җирдә сыер асрау отышлырак. Төркләр атларны эш һәм юл йөрү өчен генә түгел, бәлки ите һәм сөте өчен дә үрчеткәннәр. Кымыз исә бөтен дөньяга мәгълүм дәвалау чарасы. Ат итен пешереп тә ашаганнар, җәй һәм яз көннәрендә куллану өчен тозлаганнар һәм каклаганнар да. Төрекләр генә, якында яшәгән гарәпләр йогынтысында, ат итеннән читләшкән.

Дөрес туклану – сәламәтлекне саклауның мөһим шарты. Ул милли традицияләргә нигезләнә. Тәмле ашларыбыз гасырлар дәвамында барлыкка килгән. Шуңа күрә халкыбызның аш-су әзерләү осталыгын саклап калу гаять зур әһәмияткә ия.

Культураның аерылгысыз бер элементы булган аш-су культурасына да махсус өйрәнергә кирәк. Хәзерге ата-аналар балаларын төрле спорт, музыка, художество мәктәпләренә, бию түгәрәкләренә һ.б. йөртә, әмма кызларын ашарга пешерергә өйрәтүне кирәк дип тапмый. Җырлап-биеп кенә яшәп булмый бит ул, һәр көн ашыйсы килә. Гипермаркеттан алып кайткан банкадагы аш та тиз туйдыра, чөнки яңа пешкән нәрсә түгел ич ул.

Балаларыгызны аш-су әзерләү осталыгына өйрәтегез, зарар итмәс, һөнәр – кулдагы алтын беләзек, диләр. Һөнәр ашарга сорамый ул, үзе ашата, һөнәр иясе һичбер җирдә дә ач булмый. Һөнәрле кеше һәр җирдә хөрмәт ителә.

Ялкаулыкка ияләшкән җәмгыятьләр турында Мостафа Кемал Ататөрек болай ди: “Эшләмичә, өйрәнмичә, армыйча рәхәт яшәргә күнеккән милләтләр башта абруй-

ларын, аннары ирекләрен һәм соңында киләчәкләрен җуярга дучар булалар".

Гыйбрәтле бер хикәя.

Татар авылында ир белән хатын яшәгән. Ир еш кына эш белән төрле якларга сәфәр чыгып китә икән. Өйдә хатыны ике улы белән кала. Балалары әле кечкенә була. Шулай бер кичне хатын, савыт-сабаны да юмыйча табында калдырып, йокларга ята. Күрәсең, арган булгандыр. Малайларның берсен уң, икенчесен сул ягына салып, йокыга талган ул.

Менә бервакыт, җиде төн уртасында дигәндәй, нидер кыштыр-кыштыр килеп мич башыннан төшә, табак-савытларны шалтыр-шолтыр китереп ялый да хатынның өстенә менеп утыра. Хатынның моңардан коты оча инде, билгеле. Бераздан теле чишелеп:

– Болайрак килегез, улларым, – ди ул балаларына, үзе исә куркудан нишләргә белми.

Шулчак албасты да телгә килә.

– Ай-яй, зур яклаучыларың бар икән. Мин алардан гына курыкмыйм шул, – ди дә хатынны тагын да ныграк бастыра. Шулай күпмедер вакыт үткәннән соң ул:

– Икенче мәртәбә кашык-аякны төнгелеккә болай юмыйча калдырасы булма, ишетсен колагың, – ди дә ничек пәйда булса, шулай юкка чыга.

Әби-бабайларның мондый риваятьләре безне йорт-җиребезне чиста-пөхтә тотарга, тырыш булырга өйрәтә.

Аш бар өйдә бәрәкәт бар, дип тә әйтәләр. Өйләнгәндә кызның чибәрлеге әһәмиятле булса, яшәгәндә – ачык чырае белән оста кулы мөһим. Аш пешерергә яратмаган хатын ирен һәм балаларын да яратмыйдыр. Ямьле табын, тәмле ризык – гаилә бәхетенең бер шартыдыр.

Умач – бәхет, сәламәтлек ашы

Сүз ахырында аш-су белән бәйле кайбер юрамышларны искәртү урынлы булыр. "Борынгы юрамышларны бүгенге яшәешебез кануннарына көйләргә өйрәник.

... Онытмыйк: алар – ата-бабалар сүзе, халык акылы, өлкәннәр кисәтүе, ягъни күп мәртәбәләр сыналган һәм ианылган тормыш, яшәеш дәресе", – дип яза Г.Гыйльманов (6: 232).

Әгәр кеше елга бер тапкыр да умач ашы ашамаса, авырыр, чөнки аның җан түренә кереп яшәгән, аның сәламәт-леген, яшәешен, бәхетен билгеләгән Умай тәңре ач калачак, димәк, бәхилләмәячәк. ("Умач" сүзе – "Умай-аш"ның кыскартылган варианты.)

Әгәр яңа төшкән киленнең коймагы йомшак булса, күңеле дә йомшак булыр, гаиләдә татулык булыр.

Әгәр туй мәҗлесеннән калган ризыклар эткә яисә чүплеккә ташланса, бу гаиләдән ризык китәчәк, йортларында муллык булмаячак.

Әгәр туй ашындагы токмач озын булса, гаилә гомере дә озын була.

Әгәр чәй ясаганда чынаяк төбенә бер эре бөртек чәй төшсә, кадерле кунак киләчәк.

Әгәр сулы чиләк очраса, юл уңа, чөнки су – муллык, уңдырышлык билгесе.

Әгәр кемгә дә булса күгәрчен йомыркасы ашатсаң, ул сине өзелеп сөячәк.

Әгәр сандугач сайраган җирдә утырып ашасаң, бәхетле буласың.

Әгәр чишмәгә сандугач төшүен күрсәң һәм артыннан син дә шул чишмәнең суын эчсәң, бәхетле мәхәббәт килер.

Әгәр җиткән кыз караңгыда (качып) ризык ашарга яратса, кияве карак була.

Әгәр касә яисә чынаякка чәйне тутырып ясап эчсәң, бәхетең тулы була.

Әгәр килен суган ачысына еламыйча түзә алса, кайнанасына да түзәр.

Әгәр җиткән кыз өстәл почмагына утырса, кияүгә соң чыгар.

Әгәр көзгегә карап ашасаң, бәхетең кими, чөнки аны ашыйсың.

Әгәр тәрәзәгә карап ашасаң, читкә китеп каңгыраячаксың.

Әгәр җиткән кыз өстәл артына ялгыш ике кашык алып утырса, кияүгә бик тиз чыгар.

Әгәр ашый торган сыныгыңны ашап бетермичә эткә чыгарып бирсәң, йөрәгең авырулы булыр.

Әгәр табынга каплаган ашъяулыкка кул сөртсәң, нахак сүз ишетерсең.

Әгәр ризыкка утырсаң, арт саның корыша.

Әгәр ризыкны урлап ашасаң, очкылык тотарсың.

Әгәр башка берәү кызыккан ризыкны ашасаң, туймассың. Ул кеше белән бүлешергә кирәк.

Әгәр көйгән ризык ашасаң, кайгылы булырсың.

Әгәр тоз белән сак булмасаң, аны түксәң, йортыңда татулык бетәр.

Әгәр ипинең башын сындырып ашасаң, гаилә башлыгына авырлык килер.

Әгәр өстәлне кәгазь белән сөртсәң, өйдә ызгыш-талаш чыга.

Әгәр төнлә капланмыйча ачык калган азык-төлекне ашасаң, авырырсың.

Әгәр кояш батканда кулдан төшеп киткән ризыкны алып ашасаң, чирләрсең.

Әгәр кояш чыкканда кулдан төшеп киткән ризыкны алып ашасаң, ырыслы-бәхетле булырсың (6: 267-269).

Унөченче бүлек

ХӘЕРЛЕ ЮЛ!

Безнең заманда нәтиҗәле эшләр өчен машина кирәк. Бүген ул чыннан да байлык түгел, хәрәкәт итү чарасы. Машина кулланучылар саны елдан-ел арта. Кызганыч, юл казалары саны да арта. Юл газабы – гүр газабы, ди безнең халык. Бу мәкаль бүген аеруча актуаль. Рульгә тотынып, юлга чыгучы үзен куркыныч астына куя. Юл һәлакәт-ләрендә үлүчеләр сугышларда һәлак булучылардан да күбрәк. Җир шарында юл хәрәкәте олы проблемага әверелде.

Йөргәнче үрмәләп өйрән

Һәркемнең дә шофер тоту мөмкинлеге юк. Машина кулланырга үзеңә өйрәнергә туры килә. Әйе, әйе, машина рулен тотар өчен иң башта укырга, өйрәнергә кирәк. Нинди генә бай булсаң да, җиңел килгән, ягъни сатып алынган документ белән юлга чыгарга ярамый, чөнки юл сугыш кебек хәтәр нәрсә.

Машина кулланырга өйрәнүче башта кыюсыз була, юлдан курка, башка машиналар аның өстенә килә, дип

уйлый. Азрак тәҗрибә туплагач, ул кыюлана. Куркуы бетә, тизлек арта һәм... ул беренче казага очрый.

Менә ике машина бәрелеште. Яктырткычлар челпәрәмә килде, ишекләр бөкрәйде... Шөкер, юлчыларга берни булмады, барысы да исән-сау. Мондый хәлдә үзеңне дөрес тотарга кирәк. Хаклы булсаң да, булмасаң да каршыңдагы кешегә кычкырма, аны гаепләмә. Үзеңне берни булмаган сыман тыныч тот. Әлбәттә, күңелсез вакыйга, әмма нишлисең, күңелгә ятышсыз хәлләр юлда еш була. Икенче як үзе сүгенеп, сиңа янаса да артык игътибар итмә. Курыкма, үзеңне горур һәм сабыр тот. Янаучы акча сораса, бирмә. Дәүләт автоинспекция хезмәткәре килгәнче урыныңда кал. Милиция килгәч тә каушап калма. Аның вазыйфасы үлчәү һәм язу гына, эш үзе башка җирдә каралачак. Аңлатмаңда каза ничек булды, шуны яз, дөресен яз. Сак бул – юл ялганны яратмый...

Юлны җиңеп булмый

Гадәттә беренче казаны кеше авыр кичерә. Яңадан юлга карата шик, курку туа. Күпләр үҗәтләнеп, юлдан өстен чыгарга омтыла, осталыгын арттыра. Алар махсус әдәбият укый, башкалар тәҗрибәсен өйрәнә. Әлбәттә, моның файдасы бардыр, әмма бу чаралар гына җитәрле түгел, барыбер юлга карата шик кала. Аны ничек бетерергә? Юл белән мөгамәләңне тамырдан үзгәртергә кирәк. Гомумән, кем җиңә дигән сорау тормасын, юлны җиңеп булмый. Рульдә үзеңне тыныч, рәхәт хис итәргә теләсәң,

юлны... яратырга кирәк! Әйе, юлдан курыкма, ул синең дустың. Юлны яратсаң, аның белән дус булсаң, ул сиңа үзе ярдәм итәчәк, ничектер машинаны үзе алып барачак. Юл тизлекне дә, алдагыларны узасы җирне дә үзе күрсәтәчәк. Сизмәстән юлга сеңгән кебек буласың, аның белән бербөтенлек барлыкка килә һәм... ләззәтлек хисе туа. Сәер кебек тоелса да, биредә акылга сыймаслык берни юк. Юл ул түшәлгән асфальт кына түгел, аның да рухы, иясе бар. Юл иясе – игелекле, ярдәмчел зат. "Иң мөһиме, юл кагыйдә-ләрен саклаган кешене Юл иясе үз итә һәм, нинди генә кыелыкларга очраса да, аны йолып калырга тырыша. Юлда оеп китеп, куркыныч, афәт каршында (текә яр, багана, сулыклар) калгач, Юл иясенең йомшак кына эндәшеп уятуы аркасында гына исән калган юлчыларның күпме хатирәләре сакланган", – дип яза рухи мирасыбыз белгече Г.Гыйльманов. Иянең рөхсәтен алмыйча юлга чыгарга ярамый. Мин үзем рульгә тотынгач, арбау әйтәм:

Күк Тәңрем исеме белән
Ак Кояшым исеме белән
Көмеш Аем исеме белән
Җир-Су Анабыз җисеме белән
Юлга чыгам.

Юл рухларына тапшырдым.
Барча бу дөньяда яшәгән

Һәм вафат булган
Туганнарым рухларына тапшырдым.
Юлларым тыныч, имин булсын!

Һәр юлның үз рухы бар. Юл рухлары юлчыларны сагынып көтеп тора, чөнки бездән башка аларга күңелсез. Без генә ул аларны рәнҗетәбез: юлга чүп атабыз, холыксызланып, машинада башкаларны тиргибез, сикәлтәләрне күреп, сүгенәбез. Шайтан коткысына бирелеп, без кирәкмәстән ашыгабыз, үзебезне һәм башкаларны куркыныч астына куябыз. Юл рухларын бәхилләтү өчен иң әйбәте – юл читенә агач утырту. Бик озын юлга чыкканда аларга дип ризык калдырырга яисә корбанга кошкорт чалырга була.

Юл буенда үскән куакларны сындырып үтәргә, юл буендагы кошларны куркытырга ярамый – аларның Юл иясе, юл рухы булуы бар.

Юл сабырларны ярата. Башкаларга карата мәрхәмәтле булыйк. Мәсәлән, олы юлдан барганда кече юлдан килүчене кертеп җибәрик, озак көтмәсен ул. Берәрсе ашыга икән, уздырыйк, бәлки, чыннан да аның эше ашыгычтыр?..

Әгәр автоинспекция хезмәткәре туктата икән, үзеңнең абруеңны төшермә. Ялагайлана башласаң, үзеңне гаепле сыман күрсәтәсең. Тыныч бул, бәлки, документларны гына тикшерәләрдер. Һәрхәлдә, юл рухлары белән дуслыгың булса, алар сине рәнҗеттермәсләр...

Юл бир

Минем бер танышым 26 ел буе юлларда булып, бер генә дә бәла-казага очрамаган.

– Машиналар бәрелешә икән, икесенең дә шоферлары гаепле, – ди ул.

– Ничек инде алай, юл кагыйдәләре бар ич, кемдер аларны боза һәм авария тудыра, – дип фикерлидер күпләр.

Юк шул. Рульгә тотынып юлга чыккач, аның кагыйдәләренә буйсыну гына җитми. Юлда төрле кеше бар, әдәплесе дә, тәртипсезе дә. Соңгылары кагыйдә дип тормый, өстенә килә. Аларга юл бир. Әйтик, син туры барасың, ә каршыдан килгән машина юлыңны каплап сулга борылырга җыена. Юл минеке дип ашыкма, борылучы сине уздыруын күреп ышангач кына, газга бас. Менә шулай, юлда үзең өчен генә түгел, башкалар өчен дә уйлыйсың.

Машина да мактау ярата

Машина дигәч, аның үзен дә яратырга, карап, сыйпап торырга кирәк. Аңа тибенергә, сугарга ярамый. Дорфа булсаң, ул сине җәзалый. Мәсәлән, һәр механизмы төзек, ә машина кабынмый. Тимер атыңа да рәхмәтеңне әйтеп йөр. Аның да үзенчә җаны бар, ул да үзе белән сөйләшкәнне ярата, мактау ишетергә тели. Аны юыпсөртеп торырга кирәк. Бу эшне теләп, яратып эшлә, үзеңә дә файдасы булыр, кәефең күтәрелер.

Алдагы панельнең күркәм җиренә мин рун язулары белән эшләнгән матур бөти ябыштырдым. “Тәңре татарны сакласын”, – диелгән анда. Зур ярдәмен тоям мин аның, чөнки рун язулары искиткеч магик (сихри) көчкә ия. Юкка гына Скандинавия илләрендә рун хәрефләре изге дип саналмый.

Юлга чыгар алдыннан бүре уласа – уңышлы юлга

Тагын берничә әһәмиятле киңәш. Әйтик, син юлга чыгарга җыенасың, әмма күңелең тартмый, ниндидер борчу хисе бар. Димәк, сиңа куркыныч яный, руль артына утырма. Эшләр дә, кешеләр дә көтәр, бик кирәк булса инде, такси тотып бар. Шулай ук хәлсез яисә авыру булсаң да рульгә тотынма.

Юлга чыкканда мәче аякларыңа сырпаланса да начар. Сәфәргә чыкмавың хәерле. Совет заманында һәркемгә билгеле булган Л.Брежневның Лама исемле яраткан песие аны берничә тапкыр үлемнән алып калган. Хуҗасына куркыныч янаганда ул мияулап яныннан китмәгән, чыгып китәргә комачаулаган, хәтта чалбар балагынаябыша торган булган.

Кояш баеганда (кичкә каршы) сәфәр чыксаң – юл уңмый. Юлга чыгар алдыннан өйдә яшь бала еласа да сәфәреңне кичектереп тор. Нарасый юкка еламый, ул нидер сизенә. Бала тынычлангач кына кузгалырга ярый. Мондый очракларда мәчене сыйпап, эткә ризык биреп кит – юлың уңачак.

Яраткан кешеңне үбеп чыкма – син бөтенләйгә аерылмыйсың. Борынгылар озатышканда үбешергә кушмаганнар. Исән-сау кайткач үбешерсез. Ерак юлга чыкканда пар чынаякларга тутырып чәй ясап калдыру әйбәт – имин йөрерсең. Үзеңнең сыныгыңны калдыру да тиз әйләнеп кайтуга. Калган ризыгың сине өеңә тартачак.

Юлчыны озаткач ук идән себерергә кушмыйлар, чөнки киткән кеше себергәндә купкан тузан сыман ачуланып, тузынып кайтачак. Моның нигезендә шул ук иш ишен тартуга ышану ята. Тагын, мәсәлән, салкын су эчеп чыгарга киңәш ителми – салкын каршы алачаклар.

Юл юрамышларының бик әйбәте – бүре улавын ишетү. Юлга чыгар алдыннан бүре йә эт уласа – уңышлы юлга.

Машина йөртү – үзе бер фән, бер фәлсәфә ул. Без машинага утырабыз, машина исә юлдан хәрәкәт итә. Юл һәм машина белән гармониягә ирешү – юл фәлсәфәсенең нигезедер. Автомобильгә утыргач, аны сыйпап: “Әйдә, эшкә барып кайтыйк”, – дим. Юлга чыккач та өч тапкыр: “Мин юлны яратам”, – димен. Юлга сөенеп чыгам, чөнки барган җиремдә мине ризыгым көтә. Борынгы ышану буенча кешене ризыгы йөртә. Юлга авырсынып чыгарга ярамый. Бераздан үзеннән-үзе: “Юл да мине ярата”, – диелә, шулай ук өч тапкыр. Миңа рәхәт, җиңел булып китә. Ышаныгыз, сезнең дә юлда проблемалар булмаячак. Усалланмагыз гына. Хәерле юл!

Ундуртенче булек

ӘРВАХЛАРНЫ ОНЫТМАГЫЗ!

Бәхетле булыр өчен безне бу якты дөньяга китергән ата-аналарыбызга рәхмәтебезне белдереп тору, әби-бабайларыбызны, нәселебезне онытмау да кирәк. Иң авыр заманнарда да алар нәсел җебен өзмәгән, үзләре ачлы-туклы яшәсә дә, балаларының авызына каптырган. Алар хәзерге эгоистлар сыман: “Бер бала да җиткән, кирәкми артык мәшәкать”, – дип тормаган. Элеккеләр ишле гаиләле булган. Алар балаларын чын-чынлап, бөтен күңелен биреп тәрбияләп үстергән, үз-үзләрен генә караган бүгенге ата-ана сыман улларын-кызларын урам тәрбиясенә ташламаган. Без нәселебезнең һәр кешесенә дә рәхмәтле булырга тиеш.

Вафат булган туганнарыбызны, мәрхүм ата-аналарыбызны онытырга ярамаганлыгын беләбез. Алар күмелгән зиратларга баргалыйбыз, искә алып, аш мәҗлесләре уздырабыз. Мондый гамәлләрне исәннәрнең бурычы дип санийбыз. Әмма, кызганыч, мәрхүмнәрне искә алу мәҗлесләрендә сүз еш кына шул ук бәяләр үсү, салымнар арту, пенсияләр аз булу турында бара. Ә бит дөресе вафат булганнарны искә алып, уйлану, аларның узган тормышлары турында әңгәмә кору булыр иде. Адәм ба-

ласы искә алып сөйләгән, уенда йөрткән һәрнәрсә ишәя һәм үсә, игътибар читендә калганы исә бөрешә, шиңә һәм юкка чыга. Исән-нәрнең мәрхүмнәр турындагы сүзе һәм уе – рухларның ризыгы.

Элек, Тәңре диненә табынган чакта, пенсияләр җитмәвенә зарланып утырмаганнар, ул чакларда үлгән кешене искә алу мәҗлесендә мәрхүмне сагынып сөйләгәннәр, хәтта бу мәҗлес үзе дә "*сагыну*" дип аталган. Башта зиратка барып үлгән кешенең рухын чакырып кайтканнар. "Өйдә кайт, сине сагындык", – дигәннәр. Ат белән мендәргә утыртып алып кайтканнар. Мендәрне өстәл почмагына куйганнар, кайткан рух мендәр өстендә утырып тора дип уйлаганнар. Табында аңа да кашык, савытта ризык куйганнар. Димәк, борынгылар бездән сизгеррәк булганнар, алар чакырылган рухның үзләренең араларында булуын тойганнар. Үлгән кешенең җаны мәҗлестә катнашучы дип саналган. Аңа ризыклар да куелып, чынлап катнашу эффекты тудырылган, урысча әйткәндә, "достигался эффект реального присутствия". Ашап-эчкәндә мәрхүмгә туклык теләгәннәр: "Фәләнгә туклык булсын", – дип. Соңыннан әрвахны шул ук мендәр белән кире илтеп куйганнар. Озатканда: "Бәхилләп кит", – дип сораганнар. Үленең җанын озату "*урнаштыру*" дип аталган. "Озатканда мендәр белән, ат белән озаталар, урнаштыру, диләр" (16:138).

Әрвахлар хөрмәтенә уздырылган аш мәҗлесендә *тәберсен (тийәберсен)* иткәннәр. Бу сүз үлгәннәрне искә алу келәве белән бәйле: "Борынгы төрки халыкларның тәңрегә, күк алласына ышану чорларыннан ук калган

сүз ... , фонетик яктан берникадәр үзенчәлекле булып, безнең көннәргә кадәр килеп җиткән дип уйларга нигез бар ... . Тәберсен – тәңре бирсен", – дип аңлата рухи мирасыбыз белгече Ф.С. Баязитова (16:138). Бүгенге көндә тәберсенгә бару, тәберсен итү, ягъни үлгән кешене искә алу мәҗлесенә барып, келәү итү йоласы керәшеннәрдә генә сакланган. Алар әле һаман борынгы чорлардан ук калган ышануларны, ырымнарны хәтерлиләр һәм борынгы милли йолаларны саклап калырга тырышалар. Керәшен йолаларында "динилек бөтенләй диярлек чагылмый, күбрәк борынгыдан килгән халык йолалары өстенлек алган" (16 :144).

Җыелышып утырып тәберсен әйтәләр:

Затыбызга-зәwеребезгә,
Затсыз-зәwерсезләргә,
Йомаг ашлары бусын,
Очтомаг ашлары бусын,
Караңгы гүре йакты бусын,
Аwыр тупырагы йеңел бусын,
Бер кодай, бер тәңре өчен,
Олы-карылар өчен (16 :139)

Тәберсен көне – искә алу көне. Ул көнне мичкә ягып, коймак туглаганнар, күзикмәк басканнар, юка җәйгәннәр, башка тәмле ризыклар пешергәннәр, шуларны килүчеләргә бүлеп-бүлеп салганнар.

Ислам динен тоткан Әстерхан татарларында да үлгән кешене күмү һәм искә алу йолалары бүгенге көнгә кадәр

милли үзенчәлекләрен җуймыйча яшәп килә. Мәрхүмнәрне искә алу мәҗлесләрендә догалар гарәпчә дә, татарча да укыла. Соңгыларыннан матур бер үрнәк:

“И аллаһы тәгаләм,
Илемә-йортыма тынычлык бир,
Аwыл-күршемә тынычлык бир,
Бар балаларыма да саулык-сәламәтлек,
идайәтлек, тәуфик, шәпкатлек бир.
Төрле бәла-казалардан үзең саклыйсың,
Ут бәләсеннән, су бәләсеннән үзең саклыйсың,
Күренер-күренмәс нахак бәлаләрдән үзең
саклагайсың.
Тапкан табышларының, малларының
хәйерен күргәйләр иде,
Бәрәкәтле табышлар булгай иде.
Үземә дә саулык биргәй идең.
Әгәр әҗәл бирсәң, иман бир,
Түремдә иманымны әйтеп,
изге көннәрдә саф-йан
көйенчә дөнйадан үтәргә нәсиб итсәң иде.

Менә шуларны әйтеп садакамны салам, туган-тохомнарымны барысын йаз итәм”, — дип сөйли Әстерхан татарларыннан булган тел остасы (17: 223).

Үлгән туганнарыбызның, ата-бабаларыбызның рухлары күктә яши, алар могҗиза дип саналган төрле те-

релү сәләтләренә ия. Бер үк вакытта алар исәннәр янында да, аларны да ташламыйлар, чөнки рухлар өчен ара мәсьәләсе юк. Әмма рухларның ярдәмен тояр өчен без дә аларны онытмаска, истә тотарга тиеш. Ике як өчен дә файдалы бәйләнеш булуын күрәбез — мәрхүмнәр турында сөйләп, аларны уйлап, без рухларны яшәтәбез, үстерәбез, ә алар инде үз чиратында, көчәеп, безне озатып, яклап, саклап йөриләр. Бабаларыбызның рухлары — безнең иң ышанычлы сакчыларыбыз. Түбәдән башына боз кисәге төшеп барган кеше кинәт алга тайпылып, исән кала, үлем казасы булачак сәфәргә чыкканда кинәт машина сүнә һәм кабынмый, мунча исенә исереп аңын җуеп ятканда үзеннән-үзе ишек ачыла һәм саф һава керә. Һәр кеше гомерендә мондый гаҗәп вакыйгалар булгалап тора. Ваемсыз барганда кем арттан төртеп җибәрде, эшләп торган моторны кем бозды, мунча ишеген кем ачты? Әлбәттә, без яраткан, безгә бик якын булган туганнарыбызның рухлары.

Әйткәнемчә, аларның куәтен арттыру исәннәрнең кулында. Мәрхүмнәрнең сурәтләре бүлмәгезнең иң күркәм җирендә булсын, аларны гел күреп, истә тотып яшәгез. Ялгыз калган минутларда алар белән бәйле хатирәләргә чумыгыз. Белегез, рухлар сезнең яныгызда, аларга рәхмәтләрегезне белдерегез. “Бу якты дөньяда яшәгән һәм вафат булган туганнарым, якыннарым! Барыгызны да хәтерлим, сезне элеккечә үк яратам, сезгә рәхмәт әйтеп, шатлыклар телим”, - диегез.

Мәрхүмнәр разый булсын

Үлгән туганнарыбызны, кардәшләребезне онытмыйча, аларның каберләрен карап-чистартып тору да – изге бурычыбыз. Зиратка көндез барырга кирәк, кич зиратка керсәң – гомерең кыскара. Зират янында да, эчендә дә үзеңне бик тыйнак тот – кычкырып сөйләшмә, кулларыңны селтәмә, чөнки үлекләр рәнҗи, ә синең гомерең кыскара. Шулай ук зиратка бармак белән төртеп күрсәтергә ярамый – әҗәл авыруы эләгәчәк. "Мин күрсәтмәдем, шайтан күрсәтте", – дип, күрсәткән бармагыңны тешләп куярга кирәк.

Зиратта үлгән кешенең кабере өстенә ашау әйберләре (йомырка, ипи һ.б.) куеп, аны искә алу "*гүр тәберсене*" дип йөртелә. "Пешеренәсен, ипекәйенне аласын, тийәберсен итәбез. Гүр өстенә җыйылып гүр тәберсене итәсен.

Очтомаг ашлары бусын,
Тамаклары тукланып җатсын,
Күңелләре хушланып җатсын,
Караңгы гүрең йакты булсын,
Танауларына исләре керсен,
Аwызларына тәмнәре керсен,
Барысының да җомаг ашлары бусын, –

дисен. Ит, тоз, күкәй аппарасын" [очтомаг – оҗмах] (16:140).

Рухи мәдәниятебезнең кайбер үрнәкләре Себердә сакланган. “Билгеле булганча, тел һәм рухи культура, бигрәк тә гореф-гадәтләр, йолалар – бер-берсенә нык бәйләнгән. Халыкның борынгыдан килгән ана теле, туган теле сакланган очракта гына аның рухи культурасы, йола һәм фольклоры саклана”, – дип яза филология фәннәре докторы Флёра Баязитова (18:3). Себер татарларының гаилә һәм көнкүреш йолаларында борынгы ышанулар, ырымнар, тылсымлы сүзләр сакланып килә. Менә Бараба татарлары ни сөйли: “Барып күргесе килгән кеше барып күрәте зиратны, йыгылган короган үләннәрне [җыя]. Чыбалдан кисеп йәш агач белән кәртмә йасайты кабер өстенә.

Кабереӊ - нур булсын,
Иманың - йулташ булсын.
Алдың - үзеңә,
Артың - безгә, -

тип туwа кылабыс” [кәртмә – чардуган, туwа – дога] (18: 191). Бу догада изге теләкләр белән бергә әрвахларны ешрак искә алырга кирәклеге дә белдерелә.

Кабергә агач утырталар. Ул агач “*баш казыгы*” дип атала. Баш казыгына сөлге йә кулъяулык бәйлиләр. Каен, карагай, миләш, шомырт агачларын утыртырга була, усак ярамый, диләр. Ул агачка кунып кошлар сайрый, үлгән кешегә җиңеллек була:

Чардыwан куйып
Нурландырыгыз.
Агач утыртып
Куандырыгыз.
Йафраклар йарса
Кошлар сайраса.
Рухым шатланыр
Догалар барса
(18: 189).

Мәрхүмнең кабере яныннан китәр алдыннан:

Аллага аманәт,
Яткан җиреңдә тыныч ят.
Караңгы урының яктырсын,
Рухың шат булсын, –

дип дога кылып китегез.

Үлгән кешене күмгәндә яңгыр яисә кар яуса, димәк, мәрхүм әйбәт кеше булган, әмма инде җил-давыл чыкса – явыз. Явыз кешеләрнең рухлары күккә ашмый (яшәгәндә җыелган тискәре энергиянең авырлыгы тота). Андый рухлар гадәттә зират тирәләрендә интегеп йөри, исәннәргә зарар сала. Зиратка Убыр да иядәшә, җир асты тишекләре анык. Шуңа күрә төннәрен зираттан ерак йөрү, аңа якын итеп салынган йортлардан фатир алмау хәерле.

Элек җир өсте явыз рухлардан арынып торган, чөнки үлгәннәрне яндыру гадәте булган. Гамирҗан Дәүләтшин "Төрки-татар рухи мәдәнияте тарихы" исемле хезмәтендә (13: 26) төркләр турында: "Элек алар мәетләрен яндырганнар. Көлен әйберләре, атлары белән бергә җирләгәннәр. Каберенә мәрхүмгә охшаш сын-тораташ куйганнар", – дип яза. Утта чистарынып, изге рухлар күккә ашкан, ә яман кешеләрнең җаннары янып юкка чыккан. Шулай итеп, дөнья тискәре энергиядән тиз котылган. Бүгенге зиратларда бөтен рухлар – яхшысы да, яманы да – бергә туплана; әйбәт, чиста күңелле кешегә үлгәч тә тынгы юк. Күккә ашарга лаек булган затның мәетен яндырмау аны рәнҗетү түгелме? Шуңа күрәдер, бүген тормышыбыз да юньле түгел, әллә нинди буталчык, яхшысы да, яманы да бергә йөри...

Дөньяда явызлык арта, дип зарланабыз. Аны кем арттыра? Кеше үзе гаепле түгелме? Уттан куркып, чистарынудан куркып, дөньяның энергетик сафлыгын бозабыз бугай...

Нәсел-ыру тарихын өйрәнегез

Якын туганнарыбызның әрвахлары гына түгел, хәтта ерак әби-бабайларыбызның рухлары да безгә ярдәм итеп тора. Бу ярдәмне арттыру өчен нәсел агачын булдырыгыз, рәсемне сәнгать әсәре дәрәҗәсендә башкарып, стенага элегез. Үзегездән булмаса, башка беренә биреп ясатыгыз. Җае чыкканда шәҗәрәдәгеләр турында балала-

рыгызга сөйләгез. Социологик тикшеренүләр күрсәткәнчә, сораштырылган балаларның 9 проценты гына үз нәсел кешеләренең исемен, аларның нинди һөнәр иясе булганын төгәл әйтеп бирә ала. Шәһәрдә яшәүчеләрнең 2 проценты гына үзенә кадәр яшәгән өченче буынның фоторәсемнәрен, гаилә истәлекләрен саклый.

Әмма истәлекләргә бирелеп, үкенергә, еларга ярамый. Хатирәләр күңелле, якты булырга тиеш. Кунаклар килсә, нәсел шәҗәрәсен күрсәтегез, бабаларыгызны мактап сөйләгез.

Изгеләштерү – күркәм гадәт

Атаклы шәхесләрнең, геройларның рухлары аеруча көчле була. Бу аңлашыла да, чөнки алар турында миллионнар сөйли һәм уйлый, ягъни аларны миллионнар тукландыра. Православие дине изгеләр рәтенә кертүне булдырып, көчләләр рухын бик оста куллана. Мәсәлән, Александр Невский һәм патша Николай II изгеләрдән саналалар. Христиан динен яклаган, рус дәүләтен көчәйткән яисә, әйтик, башкаларны уңышлы дәвалаган һәркем изге дип танылырга мөмкин. Әле күптән түгел, 1999 елда, Рәсәйдә Матрона Дмитриевна Никонова изгеләштерелгән. Бу күрәзәче әби 1881 елда сукыр булып туган. 1930 нчы елларда колхоз төзеп йөргән абыйлары аны өennән куып чыгарган. Матрона гомере буе авыруларга ярдәм иткән, бик күпләрне үлемнән алып калган. Яңа изгенең иконасы (сурәте) яхшы эш табарга, фатир булдырырга булыша

һәм гаиләне ныгыта дип санала икән. Күрүебезчә, изгеләштерү – күркәм гадәт. Бөек затларын олыламаган халык бөек була алмас.

“Нинди бәхет түркмен диюе!”

Бөек шәхесләр үлгәч тә, халык күңелендә калып, аңа хезмәт итәләр. Төркиядә, мәсәлән, Ататөрекне олылыйлар: аның һәйкәлләре күп, аның исемен урамнар, мәйданнар, мәктәпләр йөртә, аның портреты рәсми җирләрдә эленеп тора. Ул олы шәхес халыкны милли-азатлык көрәшенә күтәреп, бәйсезлекне саклап калган. Бүген дә Ататөрек төрекләрне азатлыкның кадерен белеп яшәргә, иң авыр шартларда да бирешмәскә, көчле, горур булырга өнди. Юлбашчы халык күңелендә яши. Ататөрекнең рухы гомумән төрек халкына гына түгел, аның һәр аерым вәкиленә дә көч-куәт биреп тора. Рәсми җирләрдә генә түгел, төрек булган һәр җирдә бу каһарманның сурәте булыр: ашханәдә дә, чәчәк кибетендә дә, дәрес хәзерләп утыручы бала бүлмәсендә дә.

Ататөрек кебек бөек шәхеснең рухы тәңреләргә тиңдер. Түрк бетте дип исәпләнгән, дөнья һәм түркләр үзләре дә горур “Түрк” исемен оныткан ачы бер заманда, Ататөрек (дөресрәге, Ататүрк) бөтен дөньяга: “Без, түркләр, әле и-с-ә-ә-н !”– дип сөрән сала. “Нинди бәхет түркмен диюе !”– аның бу алтын сүзләре түрк нәселебезне үлемнән коткара...

Тимерҗан - безнеке

Элек, тәңречелек чорында, Аурасия киңлекләрендә Чыңгызхан һәйкәлләре торган. Күктүркләр өчен Чыңгызхан образы – искиткеч илһам вә көч чыганагы. Аны ялгыш монгол диләр, чынлыкта исә ул безнеке, түркләрдән. Аның үз исеме Тимерҗан, ә "Чыңгызхан" – олуг ханыбызның мактаулы дәрәҗәсе генә. Хәер, бу сүз дә безнеке, аның нигезендә "диңгез" кәлимәсе ята. XIII гасырда түркләрне берләштереп, Чыңгызхан көчле дәүләт төзи. Ул дәүләттә якынча биш йөз миллион кеше яшәгәне мәгълүм. Монголларның мондый зур дәүләт төзүенә һич кенә дә ышанып булмый. Бүген алар нибарысы бер миллион тирәсе. Заманында бик ишле халык булып, дөнья сугышларында да ул чаклы кырылмаган бит монголлар...

Көньяк-көнчыгыштан монголлар түгел, үзебезнекеләр, монголоидлы түркләр килгән. Кысык күзле кардәшләребез славяннар өчен, әлбәттә, монгол булган. Бүген дә ул шулай, тыва яисә хакас кешесен күреп, мәскәүле аларны монгол дип уйлый. Русларның хәтта телендә дә "монгол" сүзе ике мәгънәгә ия – раса һәм милләтне күрсәтә. "Монгол ханнары Дәште Кыпчакны һәм Болгарны яулап алсалар да, беренчедән, үз гаскәрләренең уннан тугызы, икенчедән, җирле халыкларның һәммәсе дә диярлек саф түрк кавеменнән булганлыктан, ханнар, монгол түрәләре тел, гореф-гадәт ягыннан түркләр тарафыннан җиңелделәр, түркләштеләр, монголлыкларның эзе дә калмады", – дип аңлата Ризаэтдин Фәхретдин (8: 62).

Чыңгызханны изгеләштерергә безнең тулы хокукыбыз бар – Аурупа пычракка, караңгылыкка батып яткан чорда ук ул үз дәүләтендә Бөек Ясаны – тарихның беренче конституциясен керткән. Хөкемдар үзе дә Ясага буйсынып яшәгән, моны башкалардан да таләп иткән. Илендә тәртип тә булган, муллык та булган. “Чыңгызхан Кытай һәм борынгы Иран кануннарын, ислам китапларын тәрҗемә иттереп, болардан гореф-гадәтләренә туры килә торганнарын сайлап алды, “Яса” дигән мәшһүр закон китабы, конституция төзетте. “Яса” һәркем өчен катгый сурәттә үтәлергә тиеш закон булсын өчен моның белән иң элек үзе гамәл кылды. Һичкемнән курыкмаган Чыңгызхан “Яса” пунктларының һәрберсенә беренче чиратта үзе буйсынды. Шулай итеп, “Яса” Чыңгызның үзеннән бөек, чөнки каган аңа буйсынырга мәҗбүр иде” (Риза Фәхретдиннең югарыда күрсәтелгән хезмәте, 14-15 б.) Чыңгызхан төркләргә хас булган демократиягә таянып эш иткән. Дәүләтендәге әһәмиятле мәсьәләләр корылтайда тикшерелгән, фикер алышулар үткәрелгән, мөһим карарлар күпчелек тавыш белән кабул ителгән. Аурупа илләреннән килгән сәяхәтчеләр мондый тәртипләрне күреп хәйран калганнар.

Бүлмәгездә Чыңгызхан сурәте торса, бу гаҗәп көчле рухның сезгә ярдәме тияр. Аеруча дәүләт эшлеклеләренә, хәрбиләргә файдасы зур булыр. Җиһанны дер селкеткән хөкемдарның бөеклеге Кытай кадәр Кытайны да дулкынландыра. Чыңгызхан бөек Кытай императорларының мактаулы исемлегенә кертелгән, Пекин шәһәрендә

аның мавзолее салына. Димәк ки, олуг ханыбызга чиннәр (кытайлар) да рәхмәтен белдерә, Чыңгызхан идарәлегендә алар да бәхетле булган.

Безнең ата-бабаларыбыз дөньяга Атилла, Чыңгызхан, Ататүрк кебек бөек шәхесләрне биргән, алар курку белмәгән, тырыш булган. Алар белән горурланып, изге рухларыннан ярдәм күреп, көч алып яшик!

Унбишенче бүлек

Ташлама, әнкәй, ташлама
Мине изге догаңнан,
Ташласаң изге догаңнан,
Мин бәхетле булалмам.

Р. Миңнуллин

И ТУГАН ТЕЛ ! СИНДӘ БУЛГАН ИҢ ЭЛЕК КЫЙЛГАН ДОГАМ...

Җәйнең матур көннәрендә туган якларга кайткан идем. Авылыбызда яңа таш мәчет салынды. Әмма мәчеткә аз кеше йөри икән. Ник йөрмисез, дип сорагач, күпләр: "И, нигә намазларны белмәгәч, белгән булып кыланып, гөнаһ арттырып йөрик инде ", – диләр. Авылдашларны аңлап та була – илле-алтмыш яшенә җиткәч, гарәп телендәге догаларны, безнең өчен бөтенләй башка, чит телне өйрәнү чыннан да бик авыр. Аның өчен көндәлек эшләреңне онытып, үзеңне фәкать шул максатка багышларга кирәк. Моны әлбәттә аерым кешеләр генә булдыра. Шулар гына мәчеткә йөри дә...

Элек 1917 елгы революциягә кадәр халкыбыз бик дини була, чөнки исламдагы догалар, намаз тәртипләре бала-

чактан ук атадан – улларына, анадан – кызларына автоматик рәвештә өйрәтелеп-тапшырылып килә, гыйбадәтне белер өчен махсус укырга кирәк булмый.

Социализм еллары дин белән көрәш еллары, динсезлек еллары булды. Без бүген шул көрәшнең нәтиҗәсен күрәбез: халык эчкечелеккә бирелде, элек аракыны белмәгән татар авылларында хәтта кайбер хатын-кызлар да эчә, җәмгыятебездә җинаятьчелек чәчәк ата. Татар бүген алдый, урлый, бүтәннәрне рәнҗетә, үтерә. Кызганыч, әмма күпсанлы мәчетләр дә хәлне үзгәртә алмый, тулаем алганда, халык диннән ерак йөри.

Миңа үземә дә авылдашларым алдында торган проблема таныш. Адәм баласы динсез тыныч, рәхәт яши алмый, ул һәрвакыт рухи терәккә мохтаҗ булып, илаһи көчкә сые-ныргa тырыша. Казан урамнарында мәчет-мәдрәсәләрдән чыккан егет-кызларны күреп сокланам. Мөселманча киенгән ул яшьләрнең йөзләреннән нур балкый, тынычлык, бәхет хисе сибелә. Күпләр алардан көнләшә дә, чөнки үзләренең ул мәдрәсәләрдә уку мөмкинлеге юк. Шулай шул, дин, гомумилеген җуеп, өстенлеккә әверелде...

Хәрефләрен танысам да, гарәп телен үзләштерә алмадым. Ул телне дөньяда иң авыр телләрнең берсе диләр. Җитәрлек вакытым да булмады. Телне өйрәнмичә, аңламаган догаларны ятлаудан зәвык тапмадым. Аңлашылмаган нәрсә күңелгә ятмый икән. Бәхетемә, мин үз телебездәге догаларга тап булдым. Минем нәкъ Тукайча килеп чыкты:

И туган тел!
Синдә булган иң элек кыйлган догам:
Ярлыкагыл, дип, үзем һәм әткәм-әнкәмне, Ходам!

Төрки-татар телендәге догалар да бар. Аларның бер өлеше сезгә таныш инде. Мәсәлән, китапның икенче бүлегендә үк "Бәхет-дәүләт" догасын очраттыгыз. Ул догалыкны мин олуг галимебез Марсель Әхмәтҗанов хезмәтләреннән таптым. Кызыксынып, эзләнүләремне дәвам иттем. Каюм Насыйри, Флёра Баязитова, Галимҗан Гыйльманов, Хуҗи Мәхмүтов һәм башкаларның әсәрләрен укыдым, татар, төрек һәм урыс телендәге чыганакларны өйрәндем. Миңа гаҗәп бай дөнья – тәңречелек дөньясы ачылды. Без үзебезнең рухи байлыкларыбызны белмибез икән бит. Һәм аларерактан килгән, гарәплардән үзләштерелгән җәүһәрләр белән һич каршылыкта түгел. Әгәр халкыбызның күңел дөньясы хакында уйлансаң, Аллаһы янында Тәңре торуын күрәсең, һәр авылның үз изге ташы, үз изге күле йә башкасы булуына шаккатасың, Рамазан, Корбан бәйрәмнәренең тәңречелек чорыннан сакланып килгән Нәүрүз, Сабантуйлар белән чиратлашып торуына сөенәсең. Хәтта Сөембикә манарасының капкасы да ике канатлы. Ишекчәләрнең берсендә ай сурәте – ислам символы, икенчесендә кояш – Тәңре диненеке... Башкача булуы мөмкин дә түгел, чөнки дин ул, күпләр уйлаганча гыйбадәткә генә кайтып калмый, дин – халыкның меңләгән еллык тарихын, буыннардан-буын-

нарга тапшырылып килгән тәҗрибәсен үз эченә алган аң ул. Бергәләп уйлап карыйк әле: чүлдә яшәүче гарәпләрнең тормыш тәҗрибәләре белән генә ачы суыкларда яшәп булыр идеме?..

Узган унбиш елда без рухи яңарышның мөһим этабын кичтек – калаларыбыз һәм салаларыбызда күпсанлы гыйбадәт йортлары ачылды. Бүген исә төркләргә, шул исәптән татарларга да, мәчетләр салу белән беррәттән, бәлки, үз рухи байлыкларын да өйрәнеп, файдаланырга кирәктер. Кызганыч, без бай рухи мирасыбызның бик аз өлеше белән генә эш итәбез.

Олуг хәзинәбезне, беренче чиратта борынгы дини мирасны, милләтебезнең үсешенә җигү, хезмәт иттерү вакыты җитте дип саныйм. Халкыбызның үз әхлакый хәзинәсен торгызып, аны яшь буынга җиткерә алмасак, имансызлык җиңелмәячәк. Рухи кыйбласыз җәмгыять бәхетле булмаячак.

Якташларыма, гомумән милләттәшләремә мөрәҗәгать итеп, шуны әйтәсем килә – гарәпчә догаларны белмим дип борчылмагыз, гыйбадәттә тел иң әһәмиятлесе түгел. Догалар ихлас күңелдән, һәр сүзен аңлап, аның тәэсирен тоеп укылырга тиеш.

Мәчетләргә җаныгыз теләгән вакытта керегез, җәйнең кызу көннәрендә аларда рәхәт, салкынча булыр, кышын исә җылы. Дөнья мәшәкатьләреннән арынып, ял итегез. Үз телебездәге догаларны укыгыз, уйларга чумып, вафат булган туганнарыгызны искә алыгыз. Белегез – болай эшләү кемгәдер сәдака биреп, минем өчен дога кыл әле,

диюдән мең тапкыр саваплырак, чөнки үз авызыгыздан әйтелгән теләкләр Күккә, илаһи көчләргә тулырак булып ирешәчәк, арадашчы булмау хәерлерәк.

Мәчетләр (чиркәүләр дә әлбәттә) рухи яктан карaганда бик чиста җирләр, аларның ауралары, ягъни энергетикалары әйбәт, тагын да гадирәк итеп әйткәндә кеше күңеленә уңай тәэсир итү, аны тынычландыру мөмкинлекләре бик көчле. Гыйбадәт йортында укылган доганың кабул ителү ихтималы да зур.

Үземә ачылган гаҗәп бай дөнья һәркемне кызыксындырып, бүгенге тормышыбызда файдалы булсын иде дигән теләк белән яздым бу китапны. Безнең халык элек-электән догалы халык иде. Дога, изге теләк-арбау, әфсен, имтом... аларны бер-берсеннән аерырга күпме генә тырышсалар да, булдыра алмадылар, халык күңелендә алар һәрвакыт бергә яшәделәр. Бу төшенчәләр үзләренең асыллары белән дә бер-берләренә бик якыннар – алар барысы да сүзнең реаль көченә ышануга нигезләнгән. Тылсымлы сүзләр сезгә дә тормыш итәргә, кыенлыкларны җиңәргә, тәүфыйклы, намуслы булырга булышыр. Шагыйрь Зөлфәт әйткәнчә:

Савыктырсын, горур итсен берук,
Кеше итсен безне бу тылсым ...

Бәхетнең төп догасы

Бәхет юлында төп догагыз "Бәхет-дәүләт догасы" булыр. Аны мөмкинлек туу белән һәр җирдә укыгыз, мәчеттә генә түгел, өйдә дә, эш җирендә дә. Кулларны мөселманча учларын өскә каратып куегыз да теләгән вакытта укыгыз бу матур доганы.

Укыганда уч төпләрегез җылыначак, чеметеп-чәнчеп алган сыман булачак. Димәк, энергия – яшәү көче килә башлады. Ул сезгә кызу көнне учларга кояш нурлары төшкән сыман килә. Галәм энергиясенең яңгыр тамчылары, кар бертөкләре кебек күп булып, сибелеп ки-лүен күз алдына китерегез. Дөнья яктырып китә, тәнебезнең һәр күзәнәге рәхәтлек, шатлык хисе белән тула. Без хыялланган, көткән, эзләгән бәхет шул сихри мизгелләрдә килә инде. Бәхет сезгә һәр яңа көн белән туып киләчәк, кыш кебек озын гомерле булачак. Бәхет үзе белән бергә байлык та, муллык та китерәчәк. Менә шундый ул – бәхетнең төп догасы!

Кулларны күккә чөеп...

И, Тәңрем!
Барлык сырхаулардан азат ит,
Күктән очырт, җирдән йөгерт!

Бу доганы укыганда куллар дулкын тотучы антенналар сыман күккә чөелә. Төрле чирләрдән котылыр өчен

универсаль дога бу. Кыска һәм матур бу теләк-доганы еш кабатлап йөрергә дә җайлы.

Чир-авырулар Күк, Кояш, Җир, Су тәңреләре ихтыярында булуын беләбез. Шуңа да чирне шундый әфсен сүзләре әйтеп куарга мөмкин:

Су анасы - сылу сакал,
Җир анасы - җирән сакал,
Күк анасы - көрән сакал.
Мине ашама, мине эчмә...

(19:39)

Саулык, төрле чирләрдән шифа сорап укылган догаларны сез сәламәтлеккә багышланган махсус бүлектән табарсыз.

Тәңре йөзенә багып, кулларны күккә чөеп укылган тагын ике дога:

И, Тәңрем! Күгеңне ачтым,
Җиреңне ачтым,
илаһым, балаларыма, гаиләмә, нәселемә
саулык, иминлек, озын гомер бир!

И, Тәңрем! Күгеңне ачтым,
Җиреңне ачтым,
илаһым, безгә дошманлык эшләттермә!

Сәфәр догасы

Кышын ерак сәфәргә чыгарга туры килде. Юлның боз булып каткан өлешләре дә бар. Мин үзем рульдә. Сер түгел, куркындыра. Моны юлдашларым да аңлый әлбәттә, чөнки сак кына, әкрен барам. Машина салонында тынлык. Шулчак сәфәргә чыкканда укыла торган доганы исемә төшердем.

Бисмиллаһир рахмәнир рәхим,
Алла булсын иптәшем,
Хызыр пәйгамбәр булсын юлдашым!
Аллаһы тәгаләм, үзең сакла,
Дошманнарның күзен капла,
Бәла-казалардан сакла!
Теләгемне кире какма!
Изге сәгать – изге юл,
Йолдызым якты бул!
Күңелем шат бул!

Ничектер җиңеләеп китте. Тизлек тә артты. Әйтерсең лә, күзгә күренмәгән кемдер минем машинаны алып бара, ә мин рульгә тотынып аңа юлны гына күрсәтәм. Бу доганы тагын бер-ике кат укыгач, курку бөтенләй бетте, мин тулысынча тынычландым. Машина үзе диярлек тиз һәм рәхәт кенә безне барасы җиргә китерде.

Иң кызыгы әйләнеп кайткач булды. Гадәттә, юлдан арып, хәлсезләнеп кайта идем. Бу очракта дога ярдәмен-

дәдер сәфәрнең авырлыгы һич сизелмәде. Догалы юл һич ардырмады, юл түгел – ял булды. Әллә чыннан да машина үзе йөрдеме?..

Яныбызда һәрвакыт Күк көчләре бар, алар безне юлда да озатып йөри. Илаһи көчләр һәрчак безгә ярдәм итәргә әзер, алардан ул ярдәмне сорарга гына кирәк. Сорар өчен дога-арбаулар, әфсеннәр бар, аларның тирән мәгънәле һәм акыллы сүзләрендә тылсымлы көч бар.

Әпсен – төпсен,
Башыгыз аң булсын,
Юлыгыз уң булсын!

Куркыныч янаганда

Куркыныч янаганда тыныч булырга тырышыгыз. Куркуга бирелеп, каушасагыз, хәлегез китәчәк, гаҗиз булып калачаксыз. Кара көчләр мондый форсатны көтеп кенә йөри, алар бу мизгелләрдә кешенең бөтен көчен суырып ала. Кеше йә тораташ кебек катып кала, йә аңлаешсыз, акылсыз адымнар ясый башлый...

Курыкмагыз, яныгызда кара көчләрдән күпкә өстен булган илаһи көчләр – күк көчләре бар. Кичекмәстән Тәңрегә мөрәҗагать итегез:

И, Тәңрем!
Кеше башлы козгыннар кулыннан сакла, илаһым!

Догалар тынычландыра, көч бирә. Тыныч кеше – көчле

кеше, аңа һөҗүм итмиләр. Иң авыр хәлләрдә дә тынычлыгын җуймыйча дөрес хәрәкәт иткән кеше чын лидер була. Дошманга артыгыз белән борылмагыз, арка – иң гаҗиз, йомшак җир. Сүз уңаеннан әйтеп узыйк, арты белән торган баланы беркайчан да тиргәмәгез, чөнки ул чирләргә мөмкин, шелтәне дә аңа алды белән торган хәлдә генә белдерегез...

Хәтта өстегезгә килсәләр дә югалып калмагыз – дошман алдына пуля да үтеп керә алмаслык нык пыяла стенасы коеп куегыз. Кискен минутларда адәм баласының тумыштан бирелгән сихри сәләтләре ачылып китә – чыннан да, күзгә күренмәгән киртә пәйда була. Һөҗүм итүче кинәт туктап кала, туктарга өлгермәсә, бу диварга бәрелеп тәгәрәп китә.

Әлбәттә, бу сәер койманы кешенең теләге буенча илаһи көчләр тудыра, алар дөрес юлда йөрүчене һәрвакыт саклый. Әмма мондый могҗизалар һәркем өчен дә эшләнми, ярдәм кулы һәркемгә дә сузылмый – кыек юлда йөрүченең янында якты көчләр булмас, илаһи көчләр аннан качар. Яман кешенең таянычы – кара көчләр. Алар да кешегә ярдәм итә, әмма бу ярдәмнән аңа ахыр чиктә зарар гына; мәсәлән, аракы йә наркотик табарга булыша кара көчләр, кешеләрне талап йөрер өчен корал булдырырга һ.б.

Һәркем үз юлын сайлый. Яктыга омтылучыларга тагын бер басма:

Бисмиллаһ ир-рахман ир-рахим,
Куам төн карасын,

Ходай ярлыкасын.
Үлегә – иман, терегә – бәрәкәт!

Тимер теле

Бу дога пуля, туп ядрәсе (снаряд) яки мина ярчыгы, үткен тимер корал тию куркынычы янаган гаскәриләргә (хәрбиләргә) һәм милиция хезмәткәрләренә бик файдалы булыр. Аны укыгач, тимер тәнгә үтеп керә алмый. Борынгылар яуга кергәндә яра һәм үлемнән сакланыр өчен шушы ырым-сүзне әйткәннәр:

Әпсен – төпсен,
Адәм углы йите кат йирне качан ук берлә
атыйб үткәрсә, тимер миңа анда үтсүн!
Адәм углы йите кат күкне качан ук берлә
атыйб үткәрсә, тимер миңа анда үтсүн!
Адәм углы йите кат ташны качан ук берлә
атыйб үткәрсә, тимер миңа анда үтсүн! (20:107)

Бозым-сихердән саклаучы дога

Бу дога еш укыла торган догаларыгызның берсе булсын. Намазлык өстенә аякларыгызны бөкләп утырыгыз, кулларны дога кылгандагыча учларын өскә каратып тотыгыз.

И Тәңрем! Сорыймын синнән – адәмнәрнең, пәриләрнең, фәрештәләрнең раббеннән, адәмнәрнең, барча хай-

ваннарның патшасыннан... Күңелне аздыручы шайтанның явызлыгыннан, кешеләрнең вә җеннәрнең йөрәкләренә вәсвәсә салучы шайтаннан вә сихерче хатыннар сихереннән сакла! (5:340)

Доганы укыгач, гадәттәгечә “амин” дип битләрне сыпырып куегыз.

Бозымнан сакланырга кирәк. Төркләрдә зәхмәттән, кара көчләрдән һәм явыз затлардан саклаучы им-том буларак элек-электән тоз кулланыла. Сез дә ишек төбенең тышкы ягына бер буй тоз сибеп чыгыгыз. Аны үзегез белән кесәгә дә салып йөрегез. Үз йортыгыз белән яшәсәгез, артыш һәм миләш агачларын утыртыгыз. Өй тирәсендә үскән кычыткан һәм әремне йолкып ташламагыз, алар да бозым-сихердән саклый. Әгәр бозым әләкте дигән шигегез булса, кулыгызга мәчене алыгыз. Бозым тигән кешедән мәче шунда ук төшеп кача. Җибәрмәсәң, тырмаша башлый.

Бозымнан котылыр өчен йөз-битне саф чишмә суы белән юыгыз. Яңа чыккан кояшка карагыз. Көн туып килгәндәге кояшның беренче нурлары кешедәге бозым-сихерне тишеп-өтеп зәхмәтне куып җибәрә.

Яңа өйне арбау

Яңа йорт салгач яки фатир алгач, тыныч-имин яшисегез килсә, аны арбаулагыз. Ничек итеп? Үзегез генә җыелып, кечкенә бер мәҗлес оештырасыз. Яңа өйне ар-

баулаганда хуҗалар гына була, чит кешеләр чакырылмый. Йорт иясе сезне танып калсын, башкалар белән бутамасын өчен шулай эшләнәдер ул. Ягъни бу мәҗлес йорт хуҗаларының, ияләренең бәйрәме. Гаилә башлыгы матур тавыш белән шушы текстны укый, башкалар, дога кылгандагыча, кулларын тотып: "Шулай булсын!" – дип утыра.

Күк Тәңре исеме белән,
Ак Кояш исеме белән,
Көмеш Ай исеме белән,
Җир һәм Су җисеме белән.

Ияләрне чакырам,
Ак тәкәгә утырам,
Күк биягә утырам,
Тәңре йөзенә багып,
Бер чүгәлим, бер торам...
Кулларны күккә чөеп.
Сулламагыз, уңлагыз,
Шушы яңа нигезгә
Арбау әйтәм – тыңлагыз!

Өй иясе, танып кал,
Авызыңа бал-май ал,
Игелекләрең белән
Мәңгелеккә сөеп кал,
Матур шушы өйдә кал.
Түбәсенә туклык бир,

Нигезенә ныклык бир,
Хуҗаларга муллык бир,
Явызларга коллык бир.

Учагында ут янсын,
Табасына май тамсын,
Тимергә хөрмәт булсын,
Изге кирәмәт булсын,
Утка корбан суелсын,
Ятимнәргә куелсын,
Котка корбан суелсын,
Мәрхүмнәргә куелсын,
Өрәкләр һәм Йерехләр
Бәхиллеккә туенсын!

Елга бер Умай ашы, –
Ул – Тәңре кояшы, –
Табыннарга мул менсен,
Өй балага күмелсен!
Бәбәйгә сиртмә кирәк,
Бабайга таяк кирәк,
Кызларга яулык кирәк,
Егеткә аяк кирәк,
Ирләргә йөрәк кирәк!

Бичура ярдәм итсен,
Албасты чыгып китсен,
Йортның дүрт почмагында

Тимерче рухлар көтсен,
Дүртесенә дүрт тимер,
Шулар байлыкка күмер...

Чулпан бабай мал бирсен,
Зәңге бабай юл бирсен,
Умай – ана ул бирсен,
Гайшә – Батман кул бирсен!
Авырулар кермәсен,
Кара күзләр күрмәсен,
Сихерчеләр, камчылар
Йортка якын йөрмәсен!
Өйгә зәхмәт кермәсен!
Тфү! Тфү! Тфү!
Шайтанга сәдака шул булсын!
Авыз – борыны тулсын!

Козгын халкы азмасын,
Кара кайгы язмасын,
"Кара үлем" савыты
Мәңгелеккә тулмасын!
Күк иясе – Тәңребез –
Бәхет – ырыс юлласын!

Тәңре исеме белән,
Кояш исеме белән,
Җир-Су җисеме белән.
Матурлык – безгә,

Батырлык - безгә,
Һәр җанга ил бирсен,
Балага тел бирсен,
Изгегә гөл бирсен,
Явызга көл бирсен.

Мәңге яшәгез!
Артсын кешебез,
Булсын ишебез!

(Галимҗан Гыйльманов архивыннан)

Тагын бер әһәмиятле момент – яңа йорт (фатир) күченеп килгәч үк арбаулана. Бу йоланы башкармыйча анда кунарга ярамый. Инде яшәп киткәч, зурлап өй туен уздырырга була.

Элек яшәгән җирдә йорт иясен калдырмагыз. Иясе булмаган йортта рәхәт, тыныч-имин тормыш та булмый. “Иске йорттан яңа йортка күчкәндә, яки төп йорттан аерылып башка чыкканда, өй хуҗасы иң элек яңа йортка ипи изә торган кувас чиләген илтеп куя һәм шуның белән бергә йорт иясен дә күчерәбез дип чакырып алып киткәннәр.

Йорт атасы сарысакал,
Йорт анасы сылубикә,
Ипи-тозың белән җөр,
Тышта йөрмә, өйгә кер.

Йортка иминлек китер,
Тазалык, байлык китер,

дип, беренче кичтә үзләре өйдә кунмасалар да, йорт иясе өчен дип өстәл өстендә бер бөтен ипи белән бер чынаяк су калдыра торган булганнар” (16:176-177). Ф.С. Баязитовага сөйләп мәгълүматлар биргән тел осталарының һәм йола белгечләренең тагын бер аңлатмасы: “Машина белән күчтек. Анарга [йорт иясенә — Ф.Д.] мендәр куйдым, машина ишеген ачып тордым. “Кырсут, әйдә безнең белән кил”, - дип әйттем” [кырсут — йорт анасы, иясе] (16:178). Йорт иясен күчерер өчен иске өйнең нигезеннән бер уч туфрак алып, яңа өйнекенә салсагыз да була. Иягә мөрәҗәгать итеп: “Әйдә минем белән бергә яңа җиргә” - диегез.

Ут иясенә

Яңа йортта яки фатирда газ плитәсен кабызып җибәргәндә Ут иясен сәламләгез. “Утның күңеле көр булсын!” - диегез. “Ут теле” догасы да бар:

Ут атасы күк була,
Ут анасы сары була,
Утның кызы кызыл була,
Кызына калгач кызу була.
Ут, уйнама, уйнама;
Уйнамыек, көлмиек,
Бергә гомер итиек

(19:37).

Бу доганы укыгач, ут иясе мәрхәмәтле һәм ярдәмчел булыр, ашларыгыз тиз һәм тәмле булып пешәр.

Мичкә яисә каминга якканда әйтелә торган әфсен:

Әпсен – төпсен,
Ут күңеле күр булсын,
Өйгә җылы бөркелсен!

(6:330)

Болай дигәч, ут әйбәт янып китә, өй бик тиз җылына. Янган мичкә карап утырыгыз, файдасы күп. Ут тынычландыра, барлык курку-шикләрне, арганлык һәм авыручирләр-не суырып ала. Элек авырган баланы, ипи көрәгенә утыртып, мич алдына куеп алганнар. Шуннан соң бала терелгән. Бүгенге шәһәр шартларында андый баланы янган камин янында бераз тотарга мөмкин. Нәтиҗә шул ук булыр.

Идел-йортка бер дога

Ерак сәфәрләрдән әйләнеп кайткач, шушы доганы укыгыз. Туган җир сезне һәрвакыт көтеп алыр, сезгә карата гел игелекле булыр. Бу дога бабаларыбыздан буыннан-буынга тапшырылып килгән "Идегәй" дастаныннан:

И Идел-йорт, Идел-йорт,
Идел эче имин йорт,
Атам кияү булган йорт –
Иелеп олылаган йорт;

Анам килен булган йорт –
Иелеп сәлам әйткән йорт;
Кендегемне кискән йорт,
Керем-коҗым юган йорт;
Бия сауган сөтле йорт,
Кымыз эчкән котлы йорт;
Идел – Җаек арасы
Кала белән тулган йорт;
Ашлы белән Ибраһим
Ашлык белән тулган йорт,
Ата-бабам тоткан йорт,
Котлы булсын туган йорт!

Җаек елгасы бүген күбрәк Урал буларак мәгълүм. Аш-лы – Иделнең көнбатыш ярында, хәзерге Тәтеш тирәсендә булган бер кала. Ибраһим каласы Уканың (Оканың) койган җирендә булган.

Тормышның һәр очрагына үз догасы

Безгә борынгылардан килгән рухи, дини мирас шуның кадәр бай ки, тормышның һәр очрагына үз догасы бар. Менә, мәсәлән, кызлар көзгегә карап чәч тараганда укыган дога:

Бисмиллаһи рахмани рахим,
Нурлы йөзем караем,
Чәчләремне тараем,
Тау буйларын ураем,

Су буйларын буйлаем,
Урманнарга бараем,
Озын чәчләрем кебек,
Озын гомер сораем

(6:333-334).

Хәтта балыкчылар һәм аучыларга кирәк булган догалар да бар. Менә балык капсын (чиртсен) өчен әйтелә торганы:

Кап, кап, кармагым,
Елга төбен кармадым,
Чуртан чыксын төбеннән,
Балык ашап күбенгән...

(6:349).

Чуртан кирәкмәсә, башка балык исемен әйтергә була.

Кап, кап, кармагым,
Капчык төбен кармадым.
Капчык төбен кармаганда
Былчыраттым бармагым.

Чирт, чирт, чирттергеч бирәм,
Батыр, батыр, батыргыч бирәм,
Эләк, эләк, эләктергеч бирәм,
Кап, кап, каптыргыч бирәм!

Чиерт, чиерт, чиертмә бирәм,
Тарт, тарт, тартма бирәм.

Ала чык, бала чык,
Бер балыкны тарта чык!

Алабуга – би балык
Яр буенда ятадыр.
Ярты суалчан өчен
Миңа башын сатадыр

(6:350-351).

Кармакка киертелгән суалчанга төкереп, аны суга ташлаганда болай диләр:

Төкереп салдым, сикереп кап!
Яр башында ялтырап ят!
Ялтырамасаң, калтырап кат!

Балык, кап, кап, кап!
Яр башында ялтырап ят!
Бу селәүне эзләп тап!
Тфү! Тфү! Тфү!

(6:350)

Тотылган балыкны капчыкка салганда болай диләр:

Атаңны, анаңны чакыр,
Кәҗә кебек акыр,
Капчык төбе тап-такыр...

Авызыңда минем бакыр,
Авыртудан акыр-бакыр,
Атаңны-анаңны чакыр!

(6:350-351)

Бу әфсен такмакларын әйткәннән соң балык кармакка тиз эләгәчәк, имеш.

Менә төлкеләрне аулаганда әйтелә торган әфсен сүзе:

Чәң, чәң төлке, чәң төлке,
Чәң башлы кара төлке,
Кызыл төлке, ала төлке,
Ак төлке, меңү башлы сафа төлке.
Син, син төлке, син төлке,
Синдин йаман мин, төлке,
Зәгъфеpан зарфан улсун!

Агун суны төркән төлке,
Аткан укдин йөрүк төлке,
Кылдан, кылычдин йәткерәк төлке,
Зәгъфеpан зарфан улсун!
Зәгъфеpан зарфан улсун,
Шау, шау төлке, шау төлке.

Ками-мами, зәмзә-мами,
Тари-мари, зәмзә-мари,
Бези, бези, зәмзә-мари

Хак пәйгамбәр зәмзә бези,
Тарлан, тарлан төлке, тарлан төлке!
Кара башлы, кызыл башлы, ак башлы,
Син, син, йаман, төлке,
Синдин мин йаман! (21:57)

Аучы ырымы: *"Килүр булсаң, кил төлке, чыкар булсаң, чык төлке. Әбрән, төлке, әбрән, төлке, тибрән, тибрән, төлке, тибрән төлке; йаткан йирүндин, утурган йирүндин тибрән, тибрән, тибрән, төлке. Нух пәйгамбәрнең хакы-хөрмәте өчүн кил, төлке! Чүргәнчик үрелүп-чурылуп ничүк киләдүр, һәр төрлү төлкеләр шулай килсеннәр! Әгәр төлкеләр бу фәлән йиргә килмәсә, бу төлкеләрнең йаткан йирүнә, утурган йирүнә, баскан йирүнә именә бетерсен!*

Багладум сукыр пәринең каны берлә, имнәмәсе бу төлкеләр имүн тапмасун! Багладум – сабы тимер, ачкычы тимер, богауы тимер" (21:58).

Җәй җитеп, шәһәр фатирыннан күчеп, дачада яши башлагач, беренче төннәр тынычсыз була. Тыныч йоклар өчен баш очына яшел яфраклы усак агачы ботагы элегез. Элгән вакытта шундый тылсымлы сүзләр әйтәләр:

Әй Саташкы, Саташкы,
Кермә минем төшемә,
Кит син шайтан ишенә.
Тәмле-татлы усак, –
Миннән сиңа ясак! (5:308)

Һәр нәрсә чамасын белгәндә әйбәт

Догалар турында сүз булганда дин, динилек мәсьәләсенә яңадан әйләнеп кайтабыз. Дин белән артык мавыкмагыз. Без бу дөньяга бәхет өчен килгән. Дөньяның ямен күреп, сөенеп яшәгез. Догалар үзмаксат түгел, алар матур яшәргә булышучылар гына. Ямьле дөньяны онытып, аннан аерылып, фани дөнья, бакый дөнья, фәлән дип җүләрләнеп йөрмәгез. Дини фанатизм, дини идеягә чиктән тыш бирелү яхшыга китерми: сугышлар чыгара, террорлык актларында меңләгән гаепсез кешене корбан итә...

Дөньяның барлык халыкларына дин мәсьәләсендә Аурупаны үрнәк итеп алырга күптән вакыт. Кеше дин кушканча түгел, үзе теләгәнчә бәхетле булырга хокуклы. Кешенең нинди дин тотуы һич әһәмиятле түгел – ул христиан булсын йә мөселман, әмма туры сүзле, намуслы кеше булсын, куркаклык һәм ялган белән үзен пычратмасын. Бу ямьле дөньяны бар итүче бер. Төрле халыклар аны төрлечә атый гына: инглизләр аны Год диләр, алманнар – Готт, урыслар – Бог, гарәпләр – Аллаһ, фарсылар – Худай, япуннар – Ками, ә төркләр үзләренчә Тәңре дип тә әйтәләр, гарәп һәм фарсыларга ияреп Алла һәм Ходай дип тә. Бөтен диннәр бер үк сүзне – Яратучы сүзен аңлаталар һәм аларның берсенә дә ул сүзгә монополия бирелмәгән. Бүген дә дини киртәләр бөтен бер милләтләрне бүлгәли, халыкларны бер-береннән аера... Башка диндә булган өчен генә кешене җәберләргә яра-

мый, үз динегезне өстен күреп, кәпрәеп йөрүләрдән арыныгыз, XXI нче гасырда яшибез, шуны онытмагыз. “Сез кем?” – дигән сорауга безнең кеше никтер динен күрсәтә, ә менә аурупалы горурланып: “Мин француз” яисә “Мин немец” – дип җавап бирә...

Дин артта калган, хәерче җәмгыятьләрдә генә, тыйнаклык турында онытып, дәүләттән өстен тора, кеше хокукларын чикли; аларда наданлык һәм әхлаксызлык дин сүзе белән томалана. “Мәмләкәтләрнең рәхәттә яшәүләренә, төрле милләтләрнең бер ноктага җыелып, бергә гомер кичерүләренә иң беренче сәбәп – шул мәмләкәттәге вөҗдан һәм дин иреге булуы”– дип яза мәшһүр галим һәм мәгърифәтче Ризаэтдин Фәхретдин (8: 15). Аурупада дин үз урынында, ул һәркемнең шәхси эше (!) булып кала. Аурупалылар һәр нәрсәдә чаманы белә...

Уналтынчы бүлек

САУЛЫГЫБЫЗ ҮЗ КУЛЫБЫЗДА

Саулыгыбыз үзебездән генә тора. Ул турыдан-туры җаныбыз халәтенә бәйле: күңел тыныч, кәеф күтәренке булса – тәнебез дә сәламәт, ә инде борчылганда, күңел сызлаганда – киресенчә; зиһенне авыр уйлар, җанны өметсезлек биләсә, авырулар да шундук килеп җитә.

Күңелләр шатлык белән тулсын. Һәрнәрсәгә дә сөенергә өйрәнегез: кесәгә кергән зур акчаларга гына түгел, кояш нурларына, кошлар сайравына, яңгыр тамчылары һәм кар бөртекләренә дә. Булганга шөкер итегез, өстәлемдә кара уылдык юк дип борчылмыйча, табактагы йөзләгән дөге бөртегенә карап шатланыгыз. Иртән уянгач, иң элек шуңа сөенегез, Тәңрегә рәхмәтләр әйтегез. Бу бит чыннан да могҗиза – уянып, дөньяга әйләнеп кайту. Кичә генә арабызда булган кайберәүләр бүген уянмады лабаса...

Нидер ачуыгызны китерсә, ярсымагыз. Дөньяны ничек бар, шулай кабул итегез. Без бу дөньяда кунак кына, дибез. Кунак булгач, тыйнак булыйк.

Чирне дәвалаганда төп эшне врачлар түгел, ә авыру үзе башкара. Даруларның могҗизалы көченә ышанып,

дәвалаучының җилкәсенә салынып яткан хастаның чире китми.

Дөньядан туеп, яшисе килми, дип сыкранган кеше, әлбәттә, үлә. Бу очракта үлем игелекле эш башкара – ул хастаны ямьсез булып тоелган дөньядан, ачуны гына китергән тирә-яктагы кешеләрдән коткара. Шуңа күрә, әгәр авырып китсәң, иң элек дөньяга, башка кешеләргә карата булган мөнәсәбәтең турында уйлан. Бик гади нәрсәне аңла: дөньяның ямен күрмәсәң, башкаларны рәнҗетүне дәвам итсәң, аларның хакына керсәң яисә кешеләргә карата ачу, үпкә сакласаң – яныңа үлем киләчәк.

Бар малыңнан күпмесе пакъ?
Бир хәләленнән хисап;
Шөбһәле маллар өчен – гыйтаб,
хәрам өчен – газап!

Бу Мәҗит Гафури сүзләре, гыйтаб – "шелтә" димәк. Тормыштагы хаталарың зур булмаса, чирнең дә җиңелрәге җибәрелә. Бу сиңа җиңелчә кисәтү. Ә инде эчең явызлык белән тулса – реанимация бүлегенә эләгәчәксең. Караңгылыкка чумып, үлем белән йөзгә-йөз очрашкан мизгелдә төп карарыңны бирәчәксең – нык үзгәреп, хәтта бөтенләй башка кеше булып якты дөньяга кайтыргамы яисә яшәүне дәвам итмәскәме...

Хастаның дөньяга карашы үзгәрү, явызлык урынына мәрхәмәтлелек, шәфкатьлелек килү белән чире дә китә.

Шул очракта гына докторлар ярдәм итә ала, ә даруларның файдасы була.

Күңел, җан халәте турында онытып, даруларга ябышмагыз. Аларның чираты соңрак җитәчәк. Башта күңелегезне сафландырыгыз, анда җыелган пычрактан арыныгыз. Күңел хәлен уйламыйча тәнне сихәтләндереп булмый.

Чир һәм газап табигатькә каршы киләләр, чөнки табигатьтә һәр нәрсә үсештә, һәр нәрсә тирә-як белән гармониядә. Тереклек законы – ул үсеш законы. Әгәр кеше авырый икән, димәк аның фикерләре тискәре, димәк ул үзенең куркулары, урынсыз борчылулары, көнләшүләре һәм башкаларга карата булган дошманлыгы белән тормыш агымына каршы килә. Тискәре хисләр, тойгылар йөртергә ярамый – алар сәламәтлек дошманнары. Дөньяда күп нәрсә без теләгәнчә, без уйлаганча түгел. Һәр нәрсәне ничек бар шулай кабул итегез. Беркемне дә сүкмәгез, беркемне дә гаепләмәгез. Һәммәбез дә моны аңлап, игелек кенә кыла башласак, явызлык бетәчәк. Явызлык белән бергә газап та китәчәк.

Иске мәкаль: "Врач яраларны бәйли, ә Тәңре дәвалый", – ди. Догалар кешенең кальбен пакъландырып, сихәт бирәләр. Арбау-теләкләр, эфсеннәр, им-томнар – сәламәт һәм бәхетле тормышка ачкычлар. Әгәр көнгә берничә тапкыр:

И, Тәңрем!
Барлык сырхаулардан азат ит,
Күктән очырт, җирдән йөгерт! —

дип кабатласагыз, илаһи көчләрнең ярдәмен тиз тоярсыз – саулыгыгызга каршы килгән һәр нәрсә юк ителәчәк, бөтен дөнья яктырып китәчәк.

Яхшы ашчы врачны алыштыра

Сәламәтлегебез туклануга да бәйле. Бүген ашказаны һәм эчәк авырулары белән интегүчеләр бик күп. Ашау-эчү мәсьәләсендәге хаталар башка төрле авыруларга да китерә.

Иң элек шуны әйтик – ризык яңа пешкән, яңа әзерләнгән булырга тиеш. Урысча әйткәндә, “свежий”. Гаҗәп, тазә дигән саф татар сүзе бүген ишетелми, ул телебездән төшеп калган. Свежий нәрсәне аңлаткан бу кәлимәне иске сүзлекләрдән генә табарга була. Әллә бүген тазә берни калмадымы? Кайберәүләр күп итеп пешереп куя да, шул ашны атна буе ашый. Бер ашарга җитәрлек итеп кенә әзерләгез.

Иң файдалы ризык – яшәгән җиреңдә җитешкән ризык. Ата-бабаларыбыздан килгән аш-суны өстен күрегез. Киви, банан кебек читтән килгән әйберләргә кызыкмагыз, җирле җиләк-җимеш зарарсыз да, тәмле дә. Әйткәнем чәйгә дә кагыла. Чәй – үлән бит инде ул. Бүген аны Һинд-станнан ташыйлар. Җәй айларында завод-фабрикалар һәм олы юллардан ерак булган аулак җирләрдә зәңгәр һәм сары мәтрүшкә, бөтнек, каен, нарат һәм кура җиләген, карлыган, дүләнә, миләш һәм үги ана яфрагын җыегыз. Бу үсемлекләрнең җимешләрен, яфракларын, чәчәкләрен һәм сабакларын шифалы чәй әзерләр өчен

кулланырга була. Аларны, яңгыр явып китеп, бераз җилләгәч җыю аеруча дөрес. Киптереп кышка әзерләп куйсагыз, авыруларны белмәссез. Җирле чәй сәламәт кешегә дә, хастага да файдалы. Мәсәлән, бөтнекнең үзенчәлеге – ашказаны һәм йөрәккә ныклык бирүендә, азыкны эшкәртүендә, тирләтүендә, бәвелне ясавында. Бөтнек кебек шифалы үлән сирәк. Ул җенси дәрткә дә куәт бирер. Эчне һәм эчәгеләрне чистартыр, эчтәге газларны чыгарыр. Аны ашка кушып ашарга да була, бөтнек ашны хуш исле итәр, аппетитны ачар. Шулай ук ашказаны һәм эчәгеләрнең шешүеннән саклар. Картларга, зәгыйфь һәм ябык кешеләргә бөтнек аеруча файдалы. Сабагын авызга алып чәйнәсәң, яман исләрне бетерер.

Мәтрүшкә урманнарда, коры һәм биек җирләрдә үсә. Чәй итеп пешереп эчсәң, бик тирләтер. Ул чәй сөт белән аеруча файдалы. Мәтрүшкә чәе суык тигәндә нык ярдәм итәр. Мәтрүшкәнең мае була, эчсәң, эчтәге суалчан һәм кортларны чыгарыр. Кипкән мәтрүшкәне уып, томаулы кешенең борынына кертсәң, томауны бетерер. Мәтрүшкә чәе тамырларны һәм сеңерләрне дә нык итәр, җиңеллек хисе тудырыр. Сары мәтрүшкә дигәне дә файдалы. Зәңгәр мәтрүшкәнең тәме бераз бөрештергеч һәм әчкелтем булыр, ә менә сары мәтрүшкәнең чәе эчәр өчен мөлаемрак, ул бик тирләтер. Сары мәтрүшкә маен мамыкка сеңдереп авырткан теш өстенә куйсаң, авыртуын бетерер. Тешнең чокыры булса да файдасы тияр.

Нарат җиләгенең эчне йомшарта торган үзлеге бар. Ул эчтә һәм эчәгеләрдә тыгылып, утырып калган кан-

нарны һәм катуларны ача. Эч авыртканга миләш бик яхшы. Миләшне ашказаны авыруына кулланалар. Миләш җиләгенең суы эчне йомшарта. Башка ис тигәч миләш җиләген ашасаң, баш сафланыр, ис чыгар.

Үги ана яфрагы елга буйларында, яр буйларында һәм ашлы-балчыклы юеш җирләрдә үсә. Чәчәге, яфрагы, тамыры – һәммәсе дә дару. Үги ана яфрагы борынгыдан дару буларак кулланылган. Ул ашказанын төзәтер һәм куәт бирер. Бизгәккә һәм ютәлгә файдасы күп. Күкрәк авыруларын дәвалар. Сулыш тарайганда үги ана яфрагының төтенен иснәп шифа табалар. Чәй кебек пешереп эчәр өчен яфрагы әйбәт. Мондый чәй үт кутыры авыруын да эчтән куа. Үги ана яфрагының бөрештергеч һәм бәйләүчелек сыйфаты булганга күрә җәрәхәт өстенә япсаң, җәрәхәтне төзәтер. Бу үләннең чәе озак саклаңыр, бер атнага кадәр дә кулланырга мөмкин.

Кайбер ризык ашказанына авыр йөк булып ята, әйтерсең лә опилка тулган. Ашның тәме пешерүчедән тора. Явыз кешенең ашы беркайчан да тәмле булмый. Ни өчен? Чөнки ашчы әзерләгән ризыкны үзенең энергиясе белән баета, аңа җан өрә. Явыз кешегә Галәмнән энергия (көч) килми, ул башкаларга энергия бирә алмый, киресенчә, алардан суыра. Ашчы хезмәтен рәссам осталыгы белән чагыштырырга мөмкин. Бер рәссамның әсәрләре тамашачыларга көчле тәэсир итә, аларны уйландыра, нигәдер өнди, күңелләрен төрле хисләр белән мөлдерәмә итә, ә икенчесенеке матур да ясалган бугай, әмма кешене бита-

раф калдыра. Оста рәссам картинасына җанының бер өлешен биргән кебек үк, әйбәт ашчы да, пешергән ризыгына күңел җылысын биреп, аны тәмле итә. Шуңа күрә теләсә кайсы җирдә ашап йөрмәгез, белгән җирдә, белгән кешенең ашларын гына ашарга тырышыгыз. Авызыннан пычрак, явыз сүзләр чәчкән шапшак хатынның әзерләгән ризыгы бик зарарлы, чөнки аның тискәре эмоцияләре аш белән эчегезгә үтеп керә, кәефегезне кыра.

Эре заводлар, комбинатлар эшләп чыгарган, озак бозылмый торган ашамлыкларга да кызыкмагыз. Алар химия, ягъни төрле зарарлы матдәләр белән тулган. Химикатлар белән эшкәртелеп ун көн бозылмый торган сөттә чын сөт тәме юк, ул агу. Балалар күзен бик матур итеп бизәлгән упаковкадагы йогуртлар, консерв банкасындагы Coca Cola, Fanta һ.б. эчемлекләр җәлеп итә. Алмагыз; балаларга боткалар ашатыгыз. Шулай ук төрле ит һәм балык консервлары, колбасалар саулыгыбызга куркыныч тудыра.

Ашамлык никадәр азрак эшкәртелгән булса, шулкадәр файдалырак. Гади, турыдан-туры табигатьтән килгән ризыкка өстенлек бирегез. Мәсәлән, бал бик файдалы. Чәй эчәр өчен ялтыравыклы тышлыгына кызыгып кыйммәтле кәнфитләрне түгел, ә бәлки бал алыгыз, ул сәламәтлек өчен отышлырак.

Гел бер үк ризыкны ашамагыз. Түркләрнең табыны бик бай. Моны онытмагыз. Төрле ризык белән организмга төрле витаминнар, файдалы матдәләр кирә. Артык

тозлы ризык белән мавыгу йөрәк, гел майлы ризык ашау бавыр, ә төрле соуслар, исерткеч эчемлекләр һәм сыра бөер авыруларына китерә.

Күп ашамагыз. Авырган чакта тагын да азрак ашагыз, чөнки организм чир белән көрәшә, аңа комачауламагыз, аны эшеннән бүлдермәгез. Чирле организмга ризык эшкәртергә авыр. Борынгы бабаларыбыз авыру кешене аерым тирмәдә ялгыз килеш калдырганнар, аны хәтта гаиләсе дә борчымаган. Хаста шул өйдә үлгәнче йә терелгәнче яткан. “Бу ышануның нигезендә шундый миф ята: авыру ул – җан иясенә күктән җибәрелгән афәт, җәза, – дип яза Галимҗан Гыйльманов. – Бу җәза һәр гөнаһка, зәхмәткә, каргышка җавап рәвешендә җибәрелә. Шул рәвешле, кеше үз авыруы (үлеме) белән капма-каршы ялгыз калдырыла. Бу алышта кем җиңәр? Әгәр җан иясе үз гөнаһын таныса, тәүбә итсә, Тәңрегә иман китерсә, имәнеп, ялварып кичерүен үтенсә яисә кемдер тарафыннан җибәрелгән кара зәхмәтне, сихерне, каргышны кире кагарлык рухи көч туплый алса һәм шул кара көчләрне куып җибәрерлек ихтыярга, ышанууга, иманга ирешә алса, ул терeләчәк, ә инде гөнаһ-язык авырлыгын һәм кара зәхмәтне күтәрә алмаса, – үләчәк, имеш. Авыру кешегә якын килергә ярамаган. Чөнки борынгылар, авыруга төшкән җәзаның һәм зәхмәтнең, каргышның башкаларга йогуыннан курыкканнар, бигрәк тә якыннарын авырудан сакларга тырышканнар.

Өстәвенә, авыруга якын килгән очракта, аның үлем, зәхмәт, кара көчләр белән алышында комачау тудырабыз, дип уйлаганнар; авыруның рухи, ихтыярый ныклыгын как-

шатудан курыкканнар. Һәм, авыру янында йөргән якыннары (бер кан бит) авыруның игътибарын, димәк, егәрлеген аеруча күп алачак, дип ышанганнар" (5: 274-275).

Ашагач, сузылып ятмагыз, җиңелчә хәрәкәтләнегез, ризыкны үзләштерергә организмга ярдәм итегез. Кеше хәрәкәттә булганда ризык эчәкләрдән тизрәк уза, җиңелрәк эшкәртелә. Үзләштерелмәгән ризык калдыклары организм-нан тизрәк чыксын өчен ешрак чүгәләгез, аяк очларына гына түгел, аяк табаннарына утырыгыз. Болай эшләгәндә эчәкләр кысыла, ябышып торган калдыклар да арт якка этелә. Басып торган җирдә сикереп куюлар да файдалы, эчәгеләр эчендәге лайла кими. Сезнең өчен бу гадәти күнекмәләр булырга тиеш, аларны башкарыр өчен спортзалга йөрергә кирәкми.

Бүгенге кешенең гомере йомшак утыргычларда уза, гәүдә гел диярлек бер үк хәлдә. Ә бит элеккеләр хәтта ашаганда да утыргычка утырмаганнар, табынны идәнгә әзерләгәннәр. Идәнгә утырып ашау үзе бер гимнастика булган. Хәзерге симез ирләр һәм хатыннар теләсәләр дә алай булдыра алмаслардыр...

Һәм ахырда. Сәламәт булырга теләсәгез, катык белән кефир турында онытмагыз, һәркөн эчегез. Ачы катык череткеч бактерияләрне үтерә, матдәләр алмашынуын яхшырта һәм ашкайнату юлын әрчи.

* * *

"Яхшы ашчы врачны алыштыра", – диләр французлар. Белеп ашаганда ризык тәнгә сихәт, көч-куәт бирә,

яшәртә, юкса кешене вакытсыз картайта, төрле авыруларга китерә.

Шифалы дога-әфсеннәр, ырымнар, им-томнар

Безнең халык элек-электән сүзне олылый, чөнки сүз көченең реаль көч булуын белә. Сүзнең сихри көченә ышану, аеруча, догаларда, арбауларда, ырымнарда һ.б. ачык чагыла. Арбаулар, келәүләр, ырымнар, эндәшләр, әфсеннәр – болар барысы да сүзнең реаль көченә ышануга нигезләнгән һәм халкыбыз күңеленең түрендә саклана. Дога-арбаулар аша кеше үзенең теләкләрен, өметләрен күк көчләренә җиткезә. Сүзнең көченә таянып муллыкка, байлыкка ирешеп була. Догалар көнкүреш, хуҗалык эшчәнлегендә дә бик кирәк. Игенчелек һәм хайванчылык белән бәйле күп кенә йолалар бар. Түбәндәге келәүне, мәсәлән, язын игеннәр чәчкәннән соң, картларның берәрсе әйткәндер дип уйларга кирәк:

Җир атасы – җирән сакал!
Җир анасы – асыл бикә!
Түбәсенә туклыгын бир,
Тамырына ныклыгын бир,
Ил өстенә муллыгын бир,
Ил эчендә безгә дә бир!
Башлыйк теләкне,
Күтәрик беләкне, –
Кояш, шаһит бул ! (19:9)

Сүз чирне дә куа, авыруны савыктыра. Биредә кайбер шифалы, тылсымлы текстлар урын алды. Баштан ук әйтеп куярга кирәктер – шифалы догаларны укып кына, һәркем дә чирне куа алмас, һәркем дә имче (өшкерүче) була алмый. Аның өчен кешенең сәләте дә булырга тиеш. Һәр нәрсәнең җаны бар, теле бар. Тирә-юньдәге һәр нәрсә җанлы! Чирнең дә үзенә күрә җаны, иясе бар. Чирнең телен белгән, аның иясен сиземләп таный алган кеше генә имче (сихерче) була. Сихерче бик тә үзенчәлекле кеше – ул гади кеше ишетмәгәнне ишетер, гади кеше күрмәгәнне күрер, ул табигать белән бердәмлеген аңлар һәм һәр нәрсә белән дога-арбаулар, келәүләр, тылсымлы сүзләр аша аңлаша алыр. Әйтик, безнең өчен боз нинди? Тайгак. Ә менә саха (якут) шаманы өчен ул ачулы йә тыныч, горур яисә куркак та булырга мөмкин. ...Шаман бозга төбәлеп караган, катып калган. Ун минут уза, ярты сәгать, бер сәгать... Нишләп утыра ул? Боз белән әңгәмә кора! Җил белән "сөйләшеп", аны чакыру йә, киресенчә, җилне туктату аңа берни түгел, чөнки шаман Җил иясе белән дус, алар туганнар! Җил, яңгыр, хәтта гап-гади таш белән дә үзенең якынлыгын, туганлыгын аңлаган кеше генә оста сихерче була ала. Төрле әфсеннәр, арбау-келәүләр, сүз-атамалар, образ-сурәтләр, ягъни "ачкыч-лар" кулланып, ул галәмгә, табигатькә, аның балаларына, иярченнәренә тәэсир итә.

Чирне куар өчен аның белән элемтәгә керергә, телен аңларга, холкын белергә кирәк. Бу әлбәттә, һәркемнең дә кулыннан килми. Әмма һәркем дә бу догалар ярдә-

мендә үз-үзен дәвалый ала, чөнки ул чирдән сызлана, шуңа да әфсеннәрнең сихри сүзләре аша чиргә хисле итеп тәэсир итә ала. Ә менә башкаларны дәвалар өчен тумыштан бирелгән сәләт ляземдер. Бу сәләтне күреп, үстерергә кирәк, башкаларга ярдәм итәргә тырышырга. Шул гына.

Чирнең дә үзенә күрә бер җан иясе булуын мин сөял мисалында аңладым. Берничә ел элек кулыма сөял чыкты, ул эшләгәндә комачаулый башлады. Сөялне авыздан төшкән ипи валчыгы белән имлиләр икән (5:298). Сөял бетсен өчен, сөял өстендә күк җептән кырык бер төен төйнәп, чери торган җиргә ташлыйлар: җеп череп беткәч, сөял дә бетә, имеш (5:298). Кулга сөял чыкса, бер саплам җеп алып, сөял саен төенләп, өшкергәч, шул төенле җепне сөялле кешегә бирергә кирәк. Сөялле кеше ул җепне пумала астына куеп бастыруын да укып белдем (5:298). Кулдагы сөялләрне кемнән дә булса санатсаң, сөял бетә яисә шул санаган кешегә күчеп китә, диләр иде без бала чакта. Кулдан сөялне бетерү әпсене дә бар, ул төн уртасында тулган айга карап, кулларны күккә сузып, төрлечә әйләндергәләп күрсәтә-күрсәтә әйтелә:

Әй, ай, әй, ай,
Кая синең тәтиең?
Менә минем тәтием...
Әй, ай, әй, ай,
Кая синең тәтиең?
Менә минем тәтием...

Әй, ай, әй, ай,
Кая синең тәтиең?
Менә минем тәтием... (5:307)

Шуннан соң кулдагы сөялләр бетә, имеш... Имләү текс-ты да мәгълүм: *"Җиде диңгез артында җиде утрау бар; шул җиде утрауда җиде имән үсә; шул җиде имән кәүсәсендә кайчан ташлар үсеп чыкса, минем тәнгә дә шул вакыт сөял үсеп чыксын. Имән кәүсәсендә ташлар үсмәсә, минем тәнгә дә сөял чыкмасын!"* (5:307)

Бу чаралар мин көткән нәтиҗә бирмәде, киресенчә, сөял үрчеп китте, "балалады". Моңаеп сөялләремне санап утырганда, кулымда тимер чыбыгы бар иде. Шулчак башыма бер уй килде. Туктале, мин әйтәм сөялгә, яхшылык белән аңламадың, дим һәм чыбыкны газ плитәсендә кыздырып сөялгә басам. Үзем күзләремне ябып, тешләремне кысам. Әмма ни гаҗәп, һич авырту юк! Сөялнең кеше тәненә чыккан чит бер нәрсә, бер паразит булуын мин шулай төшендем. Кызган тимер аны яндыра, кулбармак берни дә сизми. Каты тимер чыбыкның очын игәү белән очлап калган сөялләрне дә көйдереп алдым. Бу эштән соң кулга су тидермичә берничә көн шулай иткәч, сөялләрнең эзе дә калмады.

Сөялнең табигатен аңлагач, мин башкаларга да күп ярдәм иттем. Шундый остарып киттем, сөялне хәтта колорадо кыңгызы белән генә дә бетерә башладым. Аны тотып сөял өстенә сыгам, чыккан сасы зәһәр чирнең тамырын тиз корыта. Бу ысулның бер уңайсызлыгы бар –

кулларны тиз юарга ярамый, юсаң зәһәрнең тәэсире булмый. Юылмаган куллар белән ризык тотып ашарга ярамый. Шуңа күрә теләсә кайсы чирне тел белән генә куарга өйрәнергә кирәк, алай җайлырак.

Чирдән аны куркытып та котылырга мөмкин:

Ак атка атланып куармын,
Кара атка атланып куармын,
Күк атка атланып куармын,
Ала атка атланып куармын.
Тимер көрәге белән кырырмын,
Тимер тырма белән тырнармын,
Тимер себерке белән себерермен,
Кырдым, тырнадым, себердем.
Өф-ф-ф !..

(19:37)

Шулай дип, авырткан җирне кыру, тырнау, себерү хәрәкәтләре ясыйлар, кыргач, тырнагач, бизгәк чирен өреп җибәрмәкче булалар. Биредә тимердән эшләнгән эш коралларының телгә алынуы юкка түгел. Тимер элек-электән явыз рухлардан саклану, арыну өчен ышанычлы бер әйбер булып саналган. Күп кенә башка авырулардан да файдасы бар бу эфсеннең.

Менә бүсер авыруыннан имләү:

Шүри бүсер, шүри бүсер,
Шүри бүсер, карт бүсер,
Карт булсаң да, ят бүсер.

Пичкә салдым дүрт икмәк,
Дүрт икмәк пичкә ябышып катадыр,
Шулай ябышып ят, бүсер, –
Пычак белән суярмын,
Чалгы белән кыярмын

(19:38).

Биредә шулай ук чирне куркытып кууны күрәбез. “Кешегә авыру булып кергән явыз рухны хәрәкәт һәм сүз ярдәмендә куып чыгару – ырымнарның төп мотивы. Шуңа бәрабәр рәвештә, ырымнар поэтикасында, чиргә мөрәҗәгать итеп, аның кешене ташлап китүен сорау, өндәү алымы таралган. Бу алым еш кына читләтеп әйтү, метафорик сурәтләргә нигезләнгән” (19:6).

Керәшен татарлары да бүсер авыруыннан өч мәртәбә:

Каты һәм көчле бүсер!
Кит моннан! Кит моннан!
Әгәр инде китмәсәң,
Кирәгеңне бирермен!
Кит моннан! Кит моннан! —

дип имлиләр (5:297). Бу сүзләрдән соң авыру кешегә тозлы суны өшкереп эчертәләр.

Өшкерер өчен шушы текстларны кулланырга була: *“Җитмеш җиде дәрья җитмеш җиде елгага сыеп бетә алмаган кебек, син дә (фәләнгә) сыймыйсың. Күсе арысланны куып тота алмаган кебек, син дә (фәләнне) куып тота алмыйсың. Тычкан төлкене җиңә алмаган кебек,*

син дә (фәләнне) җиңә алмыйсың. Тимергә кылыч керә алмаган кебек, син дә (фәләнгә) керә алмыйсың... Кит моннан, кит, бүсер!..", "Ак болыт кырыенда ак тәкә, күк болыт кырыенда күк тәкә, кара болыт кырыенда кара тәкә, мөгезләре күктә, койрыгы җирдә. Аларның эчен кайчан да кайчан бүсер ашаса, шул чакта бу балага бүсер ябышсын!" (5:296)

Бүсер авыруыннан тагын бер имләү тексты:

Шүри бүсер, шүри бүсер,
Шүри бүсер, карт бүсер.
Карт булсаң да җат, бүсер,
Туңмай ничек туңадыр,
Шулай урыныңа җат, бүсер.
Пичкә салдым дүрт икмәк,
Дүрт икмәк пичкә җабышып катадыр,
Шулай җабышып җат, бүсер.
Пычак белән суйарым,
Чалгы белән кыйарым, –

дип тимер әйберне сыпыралар (16:181). Бүсерне шушы әфсенне укып та кайтарырга мөмкин:

Әпсен-төпсен,
Ай кайтсын,
Көн килсен,
(Фәләннең) бүсере шиңсен!
Тфү! Тфү! Тфү! (5:297)

Бүсерне кайтару җиңел түгел. Ул авырудан саклану күпкә җайлырак. Аның өчен җае чыккан саен идәнгә йә диванга сузылып ятып, аякларны күтәреп-төшереп торырга гына кирәк. Куллар баш астына куела, арка тыныч, хәрәкәтсез кала. Кайберәүләргә болай эшләү бик авыр булып тоелыр, хәтта эчләре дә авыртыр. Димәк, аларның корсак мускуллары бик зәгыйфь. Мондый кешеләргә бүсер куркынычы яный, чөнки тормыш булгач, йөк күтәрмичә дә булмый. Башта мускуллар авыртса да, түзәргә кирәк. Әмма аздан башлагыз, кинәт күп итеп ясамагыз. Берникадәр вакыттан соң гади генә бу күнегү эч мускулларын ныгытып, сәлперәеп, салынып төшкән корсакны җыйнак итәр. Фитнес үзәкләренә йөрмичә дә сәламәт һәм зифа буйлы булырга мөмкин.

“Татарның култык астына эт имчәге чыкса, аны икмәк борыны белән имлиләр. Имләгәндә, икмәкне шешкән урынга тидереп алып, аны “дүрт күзле эткә” ашаталар. Ике күзе өстендә башка төсле йоннан кашлары булса, шундый этне татарлар “дүрт күзле эт” диләр. Эт имчәге, кыярак, бака булганда, бертөрле үк им-том кулланалар. Аермалары бары шунда гына: эт имчәген икмәк борыны белән, баканы ташбака кабыгы белән авыру урынга тидереп имлиләр. Имләгәндә шушы сүзләрне әйтәләр:

1. Бер, ике, өч, дүрт, биш, алты, җиде, сигез, тугыз – тугыздан кайтсын, тузанга, туфракка китсен.

2. Бер, ике, өч, дүрт, биш, алты, җиде – җидедән кайтсын, җилгә, күзгә китсен.

3. Бер, ике, өч, дүрт, биш – биштән кайтсын, биш юл чатлыгына китсен.

4. Бер, ике, өч – өчтән кайтсын, өч юл чатлыгына китсен.

5. Бер – бердән кайтсын, име-томы шул, имеш, шуны көтеп торган, имеш, минем кулым түгел, Гайшә Батман кулы.

Бу саннарны әйтеп, икмәк борынын, кыяр орлыгын яки бака кабыгын бер мәртәбә авыру урынга тидереп, саннарның икенче юлын укыгач, як-якка берәр тө-керәләр", – дип аңлата Каюм Насыйри (22:60-61). Бу имләү сүзләрен барлык авыруларга карата да кулланырга мөмкин.

Очан (эч) авыруыннан имләү:

Күктә болыт ничек тараладыр,
(Фәләннең) очаны шулай таралсын;
Су өстендә күбек ничек таралар,
(Фәләннең) очаны шулай таралсын;
Табага салган сары май ничек эреп китәдер,
(Фәләннең) очаны шулай эреп китсен.
Май күк эреп китсен,
Көл күк тузып китсен
(Фәләннең) очаны!
Име-томы шул булсын,
Каян килгән шунда китсен! (19:34)

Очан авыруы балага кинәт җил бәрелүеннән, җил керүеннән эләгә. Бала очанлый, ягъни тын алалмыйча тора, күкрәге калка, эче өч җирдән батып тора. "Очан" атамасы "өч җан" дигәннән алынган. Очан авыруын эләктергән баланың эче өч җирдән уелып авырта. Шунлыктан очанны имләүче уклау белән аның корсагының өч җиренә төрткән кебек итеп имли:

Бер - бердән кайтсын!
Өч - очып китсен!
Биш - бизеп китсен!
Җиде - җилгә куга! (5:282)

Шулай дигәч, Җил иясе очан авыруын кире ала, бала сихәтләнә. Җил тигәндә кулланыла торган тагын бер доганы Ф.С. Баязитова керәшен татарларыннан язып алган. "...Чир җил белән кагылган дип уйлаганда:

Иртән килеп ирекмә,
Көндез килеп көнөкмә,
Кичен килеп кичекмә,
Каян килгән шунда кит,
Җилдән тисәң, җилгә кит,
Җирдән тисәң, җиргә кит,
Җиде юл чаты, -

дип такмаклап "җил теле"н әйткәч, колмак учлап алып, аны төенчеккә төйнәп билдән өч тапкыр әйләндерә һәм "җиде юл чаты"на төшеп җилгә очыртып җибәрә, ягъни

җиңел очып китә торган әйбер булган колмак белән бергә чир дә очып китә дип уйлаганнар" (16:180-181).

Эчке авырулардан тагын бер имләү әфсене (әпсене) билгеле:

Күктә болыт ничек арынадыр,
(Бу фәләннең) эчендәге чире моннан шулай арынсын.
Су өстендәге суның күбеге ничек итеп агып китәдер,
(Бу фәләннең) эчендәге чире
моннан шулай агып китсен.
Ишек алдының капкасы ничек ябылып ачыладыр,
(Бу фәләннең) эчендәге чире
моннан шулай арынсын (5:282).

Әгәр татар шешенсә, аңар артыш җиләге кайнатып эчертәләр. Артыш кайнатмасы бирән зәхмәтеннән файдалы дару. Артыштан куркып, чир иясе кача. Ышанулар буенча, чир ияләре артыш агачын яратмыйлар.

Чәчәк авыруыннан дәвалаучы дога:

Күктә болыт ничек таралады р,
(Фәләннең) чәчәге шулай таралсын;
Су өстендә күбек ничек таралады р,
(Фәләннең) чәчәге шулай таралсын;
Учак урынындагы көл җилдә ничек очып бетәдер,
(Фәләннең) чәчәге шулай очып таралсын;
Болыт кебек таралсын,

Күбек кебек таралсын,
Көл кебек таралсын!
Име-томы шул булсын,
Каян килгән шунда китсен!

Бу доганың сүзләре очан (эч) авыруын имләү буенча сезгә таныш инде. Иҗади рәвештә кулланганда бу имләүнең башка чирләрдән дә шифасы булыр.

Төркләрдә "чир күчерү" йоласы бар. Борынгылар чирне авыру кешедән хайван-җәнлекләргә: атларга, сарыкларга, тавыкларга һ.б. күчереп була дип уйлаганнар. Йоладан соң бу хайваннар, кошлар изгеләштерелгәннәр, аларны кимсетү, кыйнау, үтерү бик авыр гөнаһ саналган. Мәсәлән, ыдык (изге) ат җирән яисә ак төстә булган. Сихерче кара җиләк (кайчакта артыш) ботагын яндырып, атка өч мәртәбә шушы төтен бөркеп торган ботак белән суккалап чыккан, тоякларын, аякларын май белән, борынын бал белән сылап, ялларын төсле тасмалар кушып үргән. Үзе исә бертуктаусыз, бу аттан хуҗасындагы авыруны үзенә алуын сорап, әфсен укыган:

Тоягың май,
Борының бал.
Иягнең чирен
Үзеңә ал... (5:276)

Тора-бара төркләр чирне авыру кешедән җансыз әйберләргә дә күчереп булуын аңлаганнар. Авыру кеше

ябынган юрган астына курчак куеп, иртә белән чирне үзенә алган ул курчакны чокырга чыгарып ташлау гадәте әле дә яши. Мәсәлән, очык авыруыннан (сидек тотылудан) котылыр өчен, курчак ясап:

Очык булсаң, очып кит,
Таудан килсәң, тауга кит,
Таштан килсәң, ташка кит,
Җилдән килсәң, җилгә кит,
Судан килсәң, суга кит,
Кайдан килсәң, шунда кит,
Бу бахырда ниең бар?
Яр астында өең бар!.. –

дип, аны өшкерә-өшкерә, чокырга чыгарып ташлыйлар (5:300). Авыру шушы ташландыкны тапкан кешегә күчә, шуңа күрә чүп ташланган чокыр буйларында йөрергә ярамый, алар сихер тулы булыр. Сихерле курчакларны кырларга, күпер башларына, юлларга да ташлыйлар. Казан арты авылларында, әгәр бизгәк ябышса, төрле төстәге чүпрәкләрдән курчак ясап, шуны авыру кешенең башы тирәсендә әйләндерәләр. *"Менә сиңа, шом, җан урынына җан, баш урынныйна баш, инде син (фәләнне) ташла, шушы курчакны тот"*, – диләр. Шушы сүзләрдән соң курчакны юл чатына илтеп ташлыйлар (5:296). Юкка гына, әгәр балалар юлда яткан берәр әйберне ала башласалар, аларга: "Алма, имләп ташлаганнардыр", – димиләр.

Хастаның авыруын утын кисәвенә күчерү дә киң таралган. Өшкерүче әби, авырткан урынны билгеле бер юнәлештә – чирне куып кертәсе әйбер ягына сыйпап-сыйпап утыра да, берникадәр вакыттан соң, уң якка әйләндереп, түгәрәкләп сыйпаштырып куя. Үзе: *"Юк, юк, (фәләннең) башы (йә башка бер җире) авыртмый инде хәзер, менә бу кисәүнең башы авырта бит, менә бу утын кисәвенә күчте инде аның чире"*, – дип , кисәүне "кыйный башлый". Чынлап та, шуннан соң авыру басылгандай була, хәтта, бөтенләй дә бетә, диләр (5:276).

Татарлар, бала бернәрсәдән бик каты курыкса, куркулык коялар, ягъни эретелгән кургашынны суга коялар да, ул анда төрле форма белән оешып ката. Нидән курыкса, шул форма чыга – әгәр бала мәчедән курыкса, мәче сыман, куркуы эттән булса, эт сыман сурәт төшә. Кургашын кеше кыяфәтендә дә катырга мөмкин. Шуннан соң әлеге кургашынны курыккан кешегә тагалар, шул куркулык өзелеп төшеп югалгач, авыру бетә, ул куркулыкка күчә (22:60).

Балаларны күз тиюдән саклар өчен дә шул ук күчерү принцибы кулланыла – аларның битләренә кара яки күк буяу белән сызыклар сызалар, яман күз, баланың йөзенә төшүдән элгәре, буяуларга төшә дә баланың исәнлегенә зарар китерә алмый. Шулай ук күз тимәсен дип, балага артыш агачының бер кисәген тагалар. Артыш агачы ботакларын сихердән, зәхмәт тиюдән дә саклану өчен ишек башларына, бала бишекләренә, түшәк-ятакларга бәйләп, кыстырып кую гадәте бар. Кыз балага күз тимәсен өчен

чәченә ялтыравык әйберләр, чулпылар үрәләр. Мондый саклану чаралары өй хайваннары һәм бакчадагы җиләк агачларына карата да кулланыла. Мәсәлән, алмагачларга, чия агачларына һәм чабыш атларына, сөтле сыерларга төсле тасмалар бәйләп куялар.

Күз тиюдән саклаучы махсус догалар, әфсеннәр, ырымәйтемнәр дә бик күп. Коръәндә шайтани затлардан саклаучы аять буларак "Аятелкөрси" билгеле. "Аятелкөрси" язылган язуны бөти итеп киемгә тегеп йөртәләр, рамкага куеп ишек башына эләләр. Менә аның тексты: *"Әгузү билләһи минәш-шәйтанир-раҗим. Бисмилләһир-рахманир-рахим. Аллаһү лә иләһә иллә һүәл-хәййүл-каййүм. Лә тәәхүзүһү синнәтүн-үә лә нәүм. Ләһү ма фис-самауати үә ма фил-әрдъ. Мән зәл-ләзи йәшфәгу гыйндәһү иллә би-изниһ. Йәгъләмү ма бәйнә әйдиһим үә ма хальфәһүм.*

Үә лә йүхитүнә бишәйин мин гыйльмиһи иллә бима шаэ. Үәсига күрсиййүһүс-сәмауати үәл-әрдъ. Үә лә йә үдүһү хиф-зуһүма үә һүәл-гәлиййүл-газыйм".

Үз телебездәге кайбер догалар:

1

Төтәс-төтәс хатыннан,
Кыздан, кара күздән,
Зәңгәр күздән, яшел күздән,
Коңгырт күздән, усал күздән,
Картлардан, яшьләрдән,
Ятлардан, дуслардан.
Тфү, тфү, бетсен-китсен

Җитмеш агач башына,
Азганга, тузганга,
Тигәнәккә, туфракка,
Җилгә очкан яфракка,
Тфү, тфү, үтсен-китсен.

2

Бер, ике, өч, дүрт, биш, алты,
җиде, сигез, тугыз –
Туфракка булсын. Тфү!..
Бер, ике, өч, дүрт, биш, алты,
җиде, сигез –
Сибелеп китсен!
Бер, ике, өч, дүрт, биш, алты, җиде –
Җилгә китсен!
Бер, ике, өч, дүрт, биш, алты –
Атаманнарга булсын!
Бер, ике, өч, дүрт, биш –
Бизеп китсен!
Бер, ике, өч, дүрт –
Дустергә булсын!
Бер, ике, өч –
Очып китсен!
Бер, ике –
Иңеп китсен!
Бер –

Берлексез кайтсын!
Минем кулым түгел,
Гайшә-Батман кулы. Тфү!
Бетсен-китсен! [дустер – шәүлә]

3

И, Тәңрем!
Алтмыш ала күздән,
Кырык кара күздән
Үзең сакла! Тфү!

Бу өч дога “Татар халык иҗаты. Йола һәм уен җырлары” китабыннан алынды (19: 35-36). Флёра Баязитова хезмәтендә дә күз тиюдән матур дога табарга мөмкин. “Күз тигән кешене таң суы белән юындырып, түбәндәге сүзләрне әйтәләр:

Су буенда су яры,
Су ярында су ташы.
Шул ташны кем исәпләп чыкса,
Әлеге кешегә күз тисен.
  Су буенда су яры,
  Су ярында кәбестә башы.
  Шул кәбестәне кыйа киттем.
    Аның башын кем исәпләп чыкса,
    Шул кешегә күз тисен.
Су ярында ак җитен,
Бу ягында күк җитен.

Җитен башын кем исәпләп чыкса,
Әлеге кешегә күз тисен.

Шул сүзләрне әйтеп төреп йаткыргач, күз тию бетә ди, имеш" (16:184). Таң суын чәршәмбе көнне иртә белән кояш чыкканчы алалар. Чиләкне агымга каршы итеп, аккан суга артын куеп алалар.

Беркайчан да күз тия дип куркып-борчылып йөрмәгез. Саф күңелле кешегә бернинди куркыныч та янамый. Әгәр инде яман күзле, шикле берәрсе сезгә текәлеп караса, шундук аның белән ике арада учак яндырып җибәрегез, дөресрәге, күз алдына ут диварын китерегез. Ут, ул хыялда гына булса да, начар энергияне тиз яндырып бетерә. Иң кызыгы – текәлеп каручы сезнең яннан кинәт юк булачак, качачак.

Эштән кайткач, кешеләр белән күрешеп тыштан кергәч, битегезне салкынча су белән юыгыз. Юынганда: *"Әпсен-төпсен, начар нәрсә юылып китсен!"* – диегез. Ике-өч кат кабатлагыз. Бу гомерлек гадәтегез булсын. Балаларны да моңа өйрәтегез. Әгәр берәрсенә күз тисә, баш очы янындагы тумбочкага төнгә стаканда су куеп калдырыгыз. Иртән аны түгегез.

Өйгә кунак килмичә булмый. Килгән кешеләр киткәч, шәм ягып бүлмәләрне чистартыгыз. Шәм тотып сәгать угы буенча йөрегез. Почмакларда тоткарланыгыз, шәм төтенләп, шарт-шорт итеп янган җирләрдә ут тынычланганчы торыгыз.

Күз тисә, аны "чыгару" кыен түгел. Авырткан җирдән тәнне баш һәм имән бармаклар белән чеметеп тотыгыз да яман күзне алып ташлагыз.

Име-томы шул булсын,
Каян килгән, шунда китсен! -

дип бетерегез күз тиюне. Моннан соң кулларны юарга онытмагыз. Чир китмәгән очракта, сеансны кабатлагыз.

Эч китүен артыш җиләге яисә кара җиләк саркындысы белән дәвалагыз. Аны чәй шикелле пешерегез һәм авыруга эчерегез.

Шушы әфсенне укый-укый эчерегез:

Артыш эчерәм — ары кит,
Җиләк эчерәм — җилеп кит,
Авыру булса — чыгып кит!
Өш-ш-ш !.. (5:281)

* * *

Чирне үзегезнең иң көчле коралыгыз - уйны җигеп тә җиңәргә мөмкин. Авырткан җиргә карыйсыз да тыныч кына чир китсен дип күңелдән теләп утырасыз. Буленмәгез, уйларны читкә җибәрмәгез - шул гына. Бу эштә бераз тәҗрибә туплагач, озак, сәгатьләр буе карап торырга да кирәк булмаячак. Себер шаманнары сыман бер каты караш белән үк чирне куачаксыз, ул март кояшында эрегән кар кебек шундук юкка чыгачак. Кешенең гаҗәп мөмкинлек-ләре бар, ул үз көчен белми генә...

Сәламәт булыр өчен тагын кайбер киңәшләр

Иртән торгач үзегезгә массаж ясагыз. Ул бик гади. Башта бер-беренә ышкып кул учларын җылытыгыз. Аннан соң бөтен тәнегезне уып чыгыгыз. Аяк табаннарыннан башлап өскә күтәреләсез, һәр җирне ышкыйсыз, хәтта борын-колакларны да, баш түбәсен дә. Куллардан уган җиргә җылы нурлар сибелә, көч-энергия тарала. Учлар суынса, тагын бер-беренә ышкып җибәрегез. Кул хәрәкәтләре төрле булырга мөмкин: асма һәм ятма сызык буенча да, әйләнә буенча сәгать угы юнәлешендә дә. Рәхәтләнеп киерелегез, иснәнегез, бу массаж – күңелле бер эш. Кул учлары белән күкрәкләргә җиңелчә суккалагыз: уң кул учы белән сул якка, сул белән уңга. Бөерләргә сак кына йодрыкның арткы ягы белән каккалагыз, аннары учларыгыз белән уып җылытыгыз. Күз алмаларын һәм кашларны да массажлап җибәрегез. Әгәр берәр җирдә авырту сизелсә, шунда тоткарланыгыз һәм бу хис беткәнче уыгыз. Иң соңында селкенеп (кагынып) куегыз.

Нибарысы берничә минут таләп иткән иртәнге массаж бөтен организмны уятыр, сезгә көн буена җитәрлек дәрт һәм күңел күтәренкелеге бирер.

Өйдә дүрт стена арасында ятып яисә көннәр буе эштә компьютер каршында утырып, саулыгыгызны качырырсыз, күп төрле авырулар килер. Саф һавага, табигатькә ешрак чыгыгыз. Хәрәкәттә бәрәкәт, ди. Төрле күнегүләр ясагыз, дусларыгыз белән футбол, волейбол һәм башка уеннарны уйнагыз, мөмкинлек булганда җәяү йөрегез. Әллә

нинди югары дәрәҗәләргә ирешсәгез дә, физик хезмәттән чирканмагыз, җәен бакчада эшләгез, кышын кар көрәгез. Белегез, чир кешенең дәрәҗәсеннән курыкмый. Һава торышына артык игътибар итмичә, өйдән чыгып йөреп кайту гадәтегезгә керсен.

Уку-язу өстендә утыручыларга: бер сәгать эшләгәч, күзләргә ял бирегез, тышка чыгыгыз яисә тәрәзә янына килеп, 5–10 минут еракка карап торыгыз. Йортыгызның һәм эшләгән кабинетыгызның тәрәзәләреннән матур манзара ачылу – күзләр өчен бәхет. Шуңа күрә югарырак катларда яшәргә һәм эшләргә омтылыгыз. Югарыда һава да чистарак. Күзләрнең куәтен арттыру өчен фирүзә ташына ешрак карап торырга кирәк. Күзләр авыртса яки ак төшсә, аларга энҗе кырып салалар. Салганда:

Акны ак алсын,
Бар бозым-сихер
Китсен, югалсын!.. (5:291)

– дип өшкерәләр. Күзләре авырткан, начар күргән кешегә тагын бер киңәш: изге чишмәләр, күлләр, сулыклардан алынган су белән күз-битләрне юарга, шул суны эчәргә кирәк. Юынганда-эчкәндә әйтелгән дога:

Тәнемә дәрман бир,
Күземә шифа бир.

Татар мунча ярата, әмма еш кына мунчадан чыгып салкын тидерә. Ник? Каен себеркесе белән чабынып, кайнар су белән юынгач, боз кебек салкын су белән коенып чыгыгыз, сихәтле булырсыз. Мунчага кергәндә ыһы, ыһы дип тавыш биреп кирәргә, ә чыкканда ишекне: *"Мунча җылысы – сиңа, тынычлыгы – миңа!"* яисә: *"Мунча эссесе – сезгә, тынычлыгы – безгә!"* – дип ябырга өйрәтәләр иде безне зирәк әбиләребез. Шулай әйткәндә мунча ияләре зарар итми.

Тешләрегезне саклагыз. Авызында тешләре калмаган кеше авыру булыр. Авызны диңгез тозы эремәсе белән чайкагыз. Шулай ук диңгез тозын төеп ваклагыз да сыек май кушып бутагыз. Әзерләнгән пастаны бармак белән камашларга (уртларга) сылап сеңдерегез. Болай эшләү камашларны ныгыта һәм тешләрне ялтырата. Тешләрне карап, ашаган саен чистартып торыгыз. Теш щеткасы йомшак кылдан булсын. Чистартканда шундый ырым сүзен әйтегез: *"Алтын тау. Алтын тауда алтын тәләкәй. Кайчан да кайчан алтын тәләкәйне корт ашап бетерсә, шул чакта минем дә тешемне корт ашасын!"*(5:294). Биредә тәләкәй – кош. Тешләрне кайнар су белән чайкамагыз, салкынча су белән генә. Ашаган саен чистартып торырга теләмәсәгез, авызыгызны мәтрүшкә төнәтмәсе белән чайкагыз.

Бер-берегезгә саулыкны ешрак теләгез. Яхшы теләк – җанга һәм тәнгә шифа ул. Мәсәлән, хастаның хәленә керү

– ярты саулыгын кайтару, ди халык. Мәрхәмәтлелек, шәфкатьлелек тә артсын, матур сүзләрдән дөнья нурлансын. Телебез изге теләкләргә бик бай.

Менә берничәсе генә:

Ай йөре дә сау йөре.
Алла куәт бирсен, җаныңа саулык бирсен.
Аяк-кулың сызлаусыз булсын,
күңелең сырхаусыз булсын.
Имәндәй тазалык, саулык телим.
Исән йөреп, сау кайт.
Исәнлеккә-саулыкка, тазалыкка-байлыкка.
Кулың-аягың сызлаусыз булсын.
Саулыгың нык булсын.
Саулыкта картаерга насыйп итсен.
Сихәтләр булсын! Мунчадан чыккан кешегә әйтелә.
Тәнең сау булсын!

Узгынчы авыру булсын. Төрекләрдә берәр кешенең чирләве беленсә: *“Гәчмиш олсун!”*, ягъни чир кичеп, узып китсен, диләр.

Яшәү ялкының сүнмәсен!

Унҗиденче бүлек

ДӨНЬЯДА ГАДЕЛЛЕК БАРМЫ?

Күпләр бу сорауга "юк" дип җавап бирә. Әнә шагыйрә Шәмсия Җиһангирова да ачынып ни ди:

Йа Ходаем, нинди замана бу ?! –
Ярап булмый кемгә ничек кенә.
Надан, икейөзле, ялагайлар,
Ришвәтчеләр генә шәп көн күрә.

Чыннан да, нинди гаделлек булсын ди ул: түрәләр миллионнар үзләштереп, джипларда гына җилдертә, балмайда йөзә, ә эшче кеше мескен эш хакына гаиләсен туендыра алмый; төрмәдә утырасы карак "бизнесмен" дип санала, чит ил курортларыннан ялдан кайтмый, ә намуслы кеше көне-төне аңа бил бөгә; үсмер чагында ук бозыклык юлына баскан, ирләр куенында изелеп-таушалып беткән "кыз" иң акыллы егетне әләктереп, бүген башына яулык бәйләп, хөрмәтле ханым булып йөри, ә саф кыз утырып кала, калмаса да, бер алкашка насыйп булып, нужа чигә; укыганда "икеле", "өчле" капчыгы булган тинтәк бүген профессор-академик дәрәҗәсендә

уку йортын алтын медальгә тәмамлаучыга акыл өйрәтә. Кайда гаделлек?

Кичерү юк

Шуңадыр инде, татар (ул гына түгел, азәри дә, казакъ та, үзбәк тә һ.б. да) бүген алдый, әләкли, башкаларның хакына кулын суза, хәтта иң якын кешеләрен дә рәнҗетә. Ул бик җиңел уйлый: имеш, аның кылган гөнаһлары җыелып бара да, картлык көнендә намазлар өйрәнеп алгач, мәчеткә йөри башлагач, ул гөнаһлар кичерелә, юкка чыгарыла. Яисә тагын да беркатлырак уйлаучылар да бар – гөнаһлардан сәдака биреп котыласың. Кайберәүләр исә, үз-үзен, фани дөньядагы гамәлләрең өчен җавапны теге дөньяда тотасы, ә анда ни булачагы билгеле түгел әле, дип тынычландыра.

Әмма хикмәт күпкә катлаулырак. Бернинди кичерү юк. Адәм баласы кылган явызлыклары өчен исәп-хисапны бу дөньяда ук бик тиз тота, җәза озак көттерми. Гадәттә кеше кыек гамәлләре өчен саулыгы белән түли. Башкаларны талап баючылар арасында сау-сәламәт булганнар күпме? Андыйлар еш авырый. Әгәр чирләре күренмәсә дә, алар бәхетле була алмый, чөнки явызлык көче, бу тискәре энергия, аларны камап алып изә, җиргә беректерә. Хәтта үлгәч тә явызларның җаннары күккә ашмый, чөнки җинаятьләренең авырлыгы җибәрми. Андый җаннар җир өстендә газапланып, исәннәргә зарар кылып йөри һәм берникадәр вакыттан соң җир асты утында

яныл юкка чыга. Изге кешеләрнең җаннары исә мәңге яши.

Алдакчы, әләкче, карак кеше татлы ләззәт бирүче, кошлар сыман очу теләге уятучы җиңеллек хисен белми, чөнки бу хис – илаһи бер хис. Андый кеше дә үзенчә сөенә бугай инде, әмма аның шатлыгы примитив – тамагына тутырудан һәм башка физик теләкләрен канәгатьләндерүдән узмый.

Явызлык кылудан саклансагыз, Тәңре сездән читкә борылмас, күк көчләре ярдәменнән ташламас. "Гөнаһларымны кичер!" – дип ялварып вакытыгызны бушка уздырмагыз. Белегез, кичерү юк. Һәр сүзегез, һәр гамәлегез белән сак булыгыз.

Чүп үләннәр йолкып ташлана

Без Күк Тәңре йортында яшибез. Үз өебездә җыелган чүпне без тизрәк чыгарып ташларга тырышабыз. Тәңре дә шулай – йортында күренгән алдакчы, хыянәтче, карак кешеләрдән тизрәк котылырга, аларны төрле авырулар, бәла-казалар һ.б. белән юк итәргә тырыша. Соңгы чорда кыйтылык ишәйде, шуңа күрә бу чаралар рәтенә күпләп юк итү ысуллары – СПИД, наркомания, төрле вируслар өстәлде. Бәлки кемдер, бу җөмләләрне укып, "чепуха" дип утырадыр. Кеше дингә ышанмаска мөмкин, андыйлар гадәттә фәнгә таянырга тырыша. Әмма фән дә минем сүзләрне дәлилли бит. Мәсәлән, адәм баласы авырып

китсә, организм чир белән көрәшә башлый, дип өйрәтә фән. Чир – шул ук пычраклык, шакшылык нәтиҗәсе инде ул. Тәнебез аны тышка куа, ул тир, маңка, чобан булып агып чыга.

Табигатьтә һәр организмның үз-үзен аруландыру механизмнары бар. Планета – иң дәү организм, һәм ул да шакшылыктан чистарына. Шакшылыкны әшәке кешеләр тудыра. Җир шары әшәке кешеләрнең гамәлләреннән һәм аларның үзләреннән чистарына.

Мин озын гомерле әби-бабайлар белән аралашырга, алар белән булган әңгәмәләрне тыңларга, алар турындагы язмаларны укырга яратам. Сезнең дә, бәлки, якыгызда бик карт кешеләр бардыр. Сорашыгыз үзләреннән озын гомер серләрен. Алар барысы да бер үк шәйләрне аңлата: һәр көнгә сөенеп яшәдем, кеше хакына кермәдем, башкаларны рәнҗетмәдем һ.б.ш.к., ди. Менә, мәсәлән, күптән түгел (27 май, 2005 ел) “Российская газета” 115 яшьлек бер татар карчыгы хакында язып чыкты. Көньяк Уралда яшәүче Хәбибҗамал Хәмитова озын гомернең үз рецептын бирә: аеклык, башкаларга карата игелеклелек һәм хезмәт сөючән-лек. Ул бозау караучы булып эшләгән, җиде бала үстергән, ире Икенче дөнья сугышында һәлак булган. Яхшыга өметен, кешеләргә ышанычын ул бүген дә җуймаган, тормышына шөкер итеп, сөенеп яши. “Якын кешеләрем, оныкларым, туруннарым исән-сау булуына, сугышсыз тыныч елларга, мул тормышыбызга шатланам. Янымда туруннарым чабып йөри, алар да үсеп җитеп үз гаиләләрен кора. Барысы өчен дә иртән намаз укыйм, –

ди 1890 елда туган әби. – Кешеләр үз-үзләрен аракы белән агулыйлар, дошманлашалар. Озын гомер – игелек-лелек дигән сүз ул. Хәтта дошманыгызга да начарны теләмәгез! Башкаларга кылган яхшылыгың үзеңә саулык бирә. Тагын хезмәтне сөю әһәмиятле".

Хәбибҗамал әби беркайчан да авызына аракы-шәраб алмаган. Аның өендә иң олы мәҗлесләрдә дә өстәлгә шешәләр кунмаган, бу әле дә шулай икән. Оныклары да, туруннары да әби сүзен олылыйлар, үзен исә изгеләш-терәләр. Ник дисезме? Чөнки Бикмөхәммәт кызы Хәби-бҗамал кешеләргә гел изгелек кылган, хәзер дә ул күпсан-лы догалары белән инсаннарны дәвалый икән.

Ничек туклануы да кызыктыр. "Каймак, сөт, эрем-чек, гомумән сөт ризыкларын бик ярата", – дип яза әңгәмә коручы журналист. Тагын боткалар, тавык һәм ат итен ашый икән. Күрүебезчә, ул милли ризыкларны артык күрә. Әбинең башында кара чәчләр дә пәйда булган. "Искит-кеч тормыш сөючән кеше, – ди әбисе турында шәфкать туташы булып эшләүче оныгы Тәнзилә. – Хастаханә-безгә килүче картлар гел зарлана, тизрәк үләсе иде, ди, ә менә безнең әби андый түгел".

Озак яшәүчеләрне тыңлагач, гаҗәп нәрсәләр ачык-лана – күбесенең тормышы бик авыр булган, алар күп газап күргәннәр. Ничек организмнары чыдаган? Алар-ның тормыш фәлсәфәләре башка – менә нидә хикмәт. Кешене яшәү шартлары бетерми, кешене явызлык бетерә.

Бакчага чыккач, күзгә чалынган һәр чүп үләнен тизрәк йолкып ташларга тырышабыз. Олуг Тәңре дә шулай –

бакчасындагы чүп адәмнәрне йолкып ташлый. Әлбәттә, бездән аермалы буларак, ул бераз сабыррак кылана, башта ул кешене күзәтә, аны кисәтеп тә карый. Әмма аның түземлеге дә төкәнә. Шуңа күрә бу дөньяда, ягъни Тәңренең бакчасында ялгышмыйча яшәгез, шелтәләр алмагыз, гүзәл чәчкәләр яисә файдалы үсемлекләр сыман булырга тырышыгыз. Белегез, адәм баласы бу дөньяны якты уйлары, изге ниятләре, тырыш хезмәтләре белән ямьләндерә. Гаделлек юк дип зарланмагыз, Тәңре бакчасын карап, чүпләрне утап кына тора...

Үзеңне башкаларга корбан итмә

Ник соң алайса еш кына арабыздан иң яхшы кешеләр китә? Нәрсә, Олуг Тәңре җимеш биргән файдалы үсемлекләрне чүп үләне белән бутыймы әллә? Юк, ул ялгышмый. Хикмәт башка нәрсәдә. Әйе, бик әйбәт кешеләр дә иртә вафат була. Андыйлар гадәттә гел башкаларны кайгыртып яши, ә менә үзләре турында оныта. Бу да ялгыш. Беркайчан да үзеңне башкаларга корбан итәргә ярамый. Һәр кеше бу дөньяга үз ризыгы, үз бәхете белән килә. Хәтта балаларыгыз, якын кешеләрегез өчен дә кирәгеннән артыгын кайгыртмагыз, аларның бүтән яклаучылары да бар. Мәсәлән, балаларны Умай тәңре саклый. Юлга чыккан якын кешегез өчен дә хафаланмагыз, аны юл рухлары ташламый. Изге юлда йөргән һәркемнең күпсанлы, күзгә күренмәгән сакчылары бар.

Без бәхет өчен яратылган. Кеше үзенең кадерен белеп, үз-үзен яратып яшәргә тиеш. Бөек Тукай да юкка гына:

Сиңа, дустым, бу сүз ахыргы сүзем:
Үзеңне сөй! Ярат үзеңне-үзең!

димәгәндер. Дөньяны, тирә-яктагы кешеләрне яратып та, үзеңне гел битәрләсәң, гармония бозыла, чир-үлем килә... Башкаларны рәнҗетү бер җинаять булса, үзеңне рәнҗетү – икеләтә җинаять. Бу төр җинаятьнең җәзасы да катырак. Менә нигә арабыздан кайбер яхшы кешеләр дә иртә китә...

* * *

Кичәге гәҗиттә кызык нәрсә укыдым. Бер бабай бомж булып, чүплекләрдән тапкан белән тукланып яшәгән. Аның өч миллион сум (йөз мең доллардан күбрәк) пенсия акчасы җыелган булган! Арабызда, мөмкинлеге булып та, тәлә-гәнен ашамаучы, кызыккан киемен кимәүчеләр азмы?

Олуглык эстәсәң һәрчак юмарт бул;
Олуглыкка юмартлык – тәүге шарт ул.

Юмартларга гына күп мал лаектыр,
Саранга үз малыннан файда юктыр.

Бу алтын сүзләр Котбның "Хөсрәү вә Ширин" әсәреннән (23: 230-231). Алып укыгыз аны, аңлатылган ике юлында бөтен тормышыбыз хикмәте:

Кадерен бел, бу дөньяны танып, син:
Әҗерен бир, хаҗәтеңне алып, син.

Гаделлек җиңә

Тәңренең кырыс холкын белеп, бу дөньяда беркем дә, шул исәптән патшалар, президентлар да гаделлек принцибына ачыктан-ачык каршы чыгарга җөрьәт итми, һәркем үз гамәлләренең яхшы нияттән килүен аңлата. Намуссыз кешеләр еш кына әүлия булып кылана, “гаделлек” кәлимәсен мул куллана. Хәтта бандитлар да үзләренең җинаятьчел эшчәнлекләрен җәмгыятьтә тигезлек урнаштырабыз дип аңлаталар. Криминаль авторитетларның телендә гел гаделлек, яхшылык, тугрылык турындагы сүзләр.

Юкка гына гаделлек принцибы кешелек дөньясының яшәешендә төп принцип булып тормый. Гаделлек идеясе бик көчле, ул халык массаларын олы көрәшкә, фидакарь хезмәткә күтәрә. Рәсәйдә дә XX гасыр башында патшага каршы күтәрелүчеләр нәкъ “Иреклек, тигезлек, кардәшлек!” лозунгын кулландылар. 1917 елның октябрь аендагы уңышлы фетнәсе белән Ленин һәм аның тарафдарларының эше бетми, ә киресенчә, башлана гына. Власть өчен төп көрәш гражданнар сугышы рәвешендә бара. Бу вакыйгаларны тарихчылар киң халык катламнарының социаль гаделлек өчен көрәше буларак тасвирлыйлар. Бу олы, пролетариат күпләп яшәгән шәһәрләр, беренче чиратта Петербург һәм Мәскәү өчен дөрестер, әмма элеккеге Рәсәй империясе киңлекләрендә гражданнар сугышы чынлыкта шул ук Батырша, Степан Разин, Пугачев восстаниеләренең дәвамы буларак кабул ителә. Бер яктан изелгән милләтләргә азатлык, барлык халыкларга да ти-

гез хокуклар вәгъдә иткән кызыллар, ә икенче яктан урыс милли идеясенә таянып хәрәкәт иткән аклар. Әлбәттә, халкының күпчелеген урыс булмаганнар тәшкил иткән дәүләттә беренчеләр өстен чыга. Акгвардиячеләр, мәсәлән, Урал, Себер якларында татар-башкорт авылларын талапяндырып йөриләр, җирле халыкны көчләп чукындырырга маташалар. Әсирлеккә эләккән мөселман гаскәриләрен христиан диненә күчәргә мәҗбүр итәләр. Шуңа күрә акларның социаль базасы тар була. 1920 нче елларда Рәсәйдә ике идея көрәшә. Гаделлек идеясе җиңә.

Гаделлек булмаган җәмгыятьләр озак яшәми. Иреклек, тигезлек, кардәшлек вәгъдә итеп, халыкларны алдаган Совет властенең язмышын беләбез. Әле һаман СССР таркалуында кайберәүләр Горбачевны яисә Ельцинны гаеплиләр. Чынлыкта бу дәүләтне яшәтүче рухи көч зәгыйфьләнде – сүздә бер нәрсә, тормышта исә бөтенләй башка нәрсә булуы халыкта канәгатьсезлек тудырды. Совет власте гаделлек идеясеннән тайпылып юкка чыкты.

Демократик җәмгыятьләр гаделлек таләпләренә буйсынып яши. Анда һәркем бәхете үз кулында булуын белә, дәүләт тә бәхеткә ирешер өчен үз гражданнарына тигез шартлар тудыра.

Унсигезенче бүлек

БЕЗ БӘХЕТЛЕ ЧОРДА ЯШИБЕЗ

"Бәхетле булыр өчен нәрсә кирәк?" – дип сорасагыз, күпчелек: "Акча, байлык", – дияр. Уфадагы бер гаилә лотереягә миллион доллар отты. Һәм аны... бер елда әчептуздырып бетерде. Акча гына кешене бәхетле итми шул.

Бәхеткә ирешер өчен акча гына җитмәвен сез күптән беләсез инде. Ырыс-бәхет нурларында коеныр өчен ниләр эшләргә кирәген дә укыдыгыз. Тагын ни калды? Бәхетле чорда яшәвебезне аңларга кирәктер. Уйлап карагыз – бүген рәхәт яшәр өчен һәртөрле уңайлыклар бар: җылысы-суы кергән йортлар, утырып йөрергә җайлы машиналар, сөйләшергә телефоннар, дәваланырга яңадан-яңа медицина җиһазлары һ.б., һ.б. Мондый мөмкинлекләр элеккеләрнең төшенә дә кермәгәндер. Элек халык ачлыктан интеккән. Бүген берсе дә ач калмый – мохтаҗларга дәүләт ярдәм кулы суза. Без искиткеч рәхәт заманда яшибез, моны аңламыйбыз гына. Имеш, яшәү авырая, җәмгыять кыргыйлана. Юк шул, кеше үзе ямьле дөньяны ямьсез итә: адым саен алдый, рәнҗетә, хыянәт итә, гайбәт сөйли, акчага, данга табына, урлый, ялагайлана. Яңа мәчетләр, чиркәүләр ачыла, булганнары ремонтлана. Дин әһелләре,

гөнаһтан сакланыгыз, дип әйтеп торалар, әмма адәм баласы яхшыны күрми, хак сүзне ишетми...

Хәзер һәр кеше үзе теләгәнчә яши, мәҗбүр итү юк. Элек исә табигать шартлары да, җәмгыять төзелеше дә шәхес ирегенеңк чикләгән булган. Бүген һәрнәрсә үзебездән генә тора. Коллыкта яшәү тарихта калды. Безнең җәмгыятьтә чын гаделлек бар, аны сайлаулар системасы тәэмин итеп тора. Без хәтта илбашын да үзебез сайлыйбыз. Элек бит власть тар бер төркем, хәтта бер гаилә кулында булган, ул нәселдән-нәселгә күчеп килгән. Бүген башкача, бүген хакимият халыкныкы. Төгәл фәннәрдә төрле формулалар катлаулы мәсьәләләрне чишәргә булыша. Җәмгыять белеменең төп формуласы нинди, дип сорасалар, һич икеләнмичә: “Хакимият халыкныкы”, – диегез. Бу формула җәмгыять үсешен ачык күрсәтә. Теләсә кайсы илне халык власте олы казанышларга ирештерә. Дөньяга бу гадел чорда килүебез белән үк инде без бәхетле. Бу олы бәхеткә сөенеп, якын кешеләребезне яратып, башкаларны хөрмәт итеп, яшисе дә яшисе генә. Шагыйрь Роберт Миңнуллин сүзләре белән әйтсәк:

Торган саен хикмәтлерәк
Көнебез,
Елыбыз.
Шатлыкларга,
Мәхәббәткә,
Бәхеткә – юлыбыз.
Бәхетле булыгыз!

Беркемнең дә әзер киләчәге юк

Халыкның киләчәк, тәкъдир, язмыш дигән фәлсәфи төшенчәләр белән бәйле уйлары да яңа дәвердә нык үзгәрде. Бер үк нәселдән килгән патшалар заманында, сайлау системасы әле булмаганда, хакимиятне бер катламның үз кулында тотуын беләбез. Бу катламга эләгер өчен кешенең тырышлыгы, сәләте, акылы бик әһәмиятле булмады. Идарәчеләр нәселеннән килмәсәң, Чыңгызхан кадәр даһи булсаң да, властька якын җибәрмиләр иде. Мондый гаделсезлекне аклар өчен тәкъдир төшенчәсе кулланылды. Игенченең баласы генерал була алмады. Аның язмышы чабаталы, диделәр. Никтер генерал баласына гел генерал булуы "язылды", ә игенченеке сабаннан ары китмәде...

Безнең чорда тормыш үзгәрде. Хәзер иртәгә ни буласын да әйтеп булмый. Гомер бакый халык, байның байларча инде ул, дип килде. Ул үзе дә бай, аның улы да, оныгы да бай булачак, дип уйлады. Мәгәр яңа байлар пәйда булгач, кызык шәйләр ачыкланды. Байлык буыннан буынга үзеннән-үзе күчми икән ич! Кеше зур байлыкны кабул итеп алырга әзер булырга тиеш. Лас-Вегас казиноларында яңа түрк байларының балалары миллионнар оттыралар, җиңел килгән акча шулай ук җиңел китә дә...

Әле кичә генә язмышы бәхетле дип саналган кеше, бер мизгелдә бар нәрсәсен җуеп, мөртәткә, читкә кагылган бәндәгә әверелә. Бәхет-дәүләт тумыштан ук фамилия

язылган бирка белән бергә тагылмый шул. Үз кайгысын үзе күрмәгән кеше олы мәртәбәләргә ирешә алмый.

Беркемнең дә әзер киләчәге юк. Һәркем үзенең киләчәген үзе яза, аны уй-теләкләре, кылган гамәлләре белән яза. Нәкъ театрдагы сыман инде – киләчәк сәхнә әсәре кебек языла һәм уйнала. Тормыш дигән мавыктыргыч һәм кызык бу әсәрнең язучысы да, аны куючы режиссер да без үзебез.

Менә шулай – иртәгә кемнең кем буласы һич билгеле түгел. Киләчәген кеше үзе сайлый һәм һәр мизгелдә үз ихтыяры белән аны үзгәртә дә ала.

Алайса тәкъдир дигән нәрсә бөтенләй юкмы? Күптән инде әзерләп куелган һәм кешенең үзеннән бәйсез рәвештә яшәүче бер барлык буларак юк. Ул фәкать кешенең "Минем язмышым шундый инде" дигән ышануы булганда гына бар. Тормышта ничек бит ул: әйтик, берәрсе эчкечелек юлына басты ди. Башта ул, мин теләгән көнне аракыны ташлыйм, дип йөри. Тора-бара үз-үзенә булган ышанычын ул җуя. Ни өчен? Чөнки тирә-яктагылар, син алкаш, гомер буе айнымас булып каласың һәм бер җирдә дөмегәсең, дип аның киләчәген язалар. Бу сүзләр еш кабатланып тора, һәм адәм баласы аларга үзе дә ышана башлый. Яман сүзләр тәкъдиргә, кешене йөк тракторы сыман баткаклыкка сөйрәүче реаль көчкә әверелә. Әмма ул тәкъдир аңа инану бар да гына яши. Башка юл сайланып, бичара язмышка ышану бетү белән, ул язмыш үзе дә бетә, яңа тәкъдир, яңа киләчәк туа. Үз чиратында, бу яңа язмыш та кешенең үз бәхетенә нык ышанычы бул-

ганда гына чынлыкка аша. Тирә-яктагыларның: “Менә була бит шундый бәхетле кешеләр”, – дип аңа сокланулары бу кешенең бәхетен бермә-бер арттыра.

Тәкъдир – шул ук тормыш программасы инде ул, нәкъ менә компьютер программасы сыман. Беренче карашка, компьютер бик акыллы машина, ул ниләр генә эшләми: зур-зур саннарны да исәпли, катлаулы мәсьәләләрне дә чишә, шахмат та уйный һ.б. Әмма чынлыкта аның үз акылы юк, ул һәрнәрсәне белгеч язып биргән программа буенча гына эшли. Тормыш программасын да кеше үзе яза, аның буенча яши, яшәгәндә тормыш вакыйгаларының барысын да үзе алдан ук программага кертеп куйганын онытып, зарлана да. Кайберәүләрнең:

– Язмыш авырлыкларны мулдан бирде, ниләр генә күрсәтмәде, – дип зарлануларына:

– Соң бу язмышны үзең сайладың бит, – диясе килә. Язмыш, әлбәттә, бар ул, әмма аны, инде әйткәнемчә, кеше үзе яза, уй-теләкләре, хыяллары һәм гамәлләре белән яза. Әгәр тәкъдирне, ягъни тормыш программасын кешегә башка кемдер әзерләп куйган булса, бөтенләй мәгънәсезлек килеп чыга. Чыннан да, мәсәлән, башкаларны үтереп-талап йөрүченең һич гаебе булмый, чөнки аңа шулай яшәү “язылган”, ул тәкъдирендә булганны гына үти ич! Ялкау да ялкаулыкны үзе сайламаган, фахишә дә язмыш корбаны гына, карак та үзе теләп урламый – менә нинди җайлы ул тәкъдир дигән нәрсә!

Юк шул, һәр кеше үз киләчәген үзе сайлый, һәр кешенең язмышы үз кулында. Һәр юлның кая китерәсе билгеле. Явызлык юлына бассаң, явызлыкка тап булырсың, яхшы юлда йөрсәң, тыныч-рәхәт яшәрсең. Тәкъдиргә сылтап җаваплылыктан качарга тырышмагыз. Юк ул кешенең үзеннән башка әзерләп куелган тәкъдир.

Язмыштан узмыш юк дию бер очракта гына дөрес булыр – Тәңре ихтыярына каршы торып булмый. Әгәр Күк Атабыз кемнедер ниндидер бер җәзага хөкем иткән икән, ул һичшиксез үтәләчәк. Андый кешене татарларда "язулы", ягъни бәхетсез кеше диләр. Мәсәлән, "Татар халык иҗаты. Йола һәм уен җырлары" (Казан, 1980) дигән китапта бу сүз еш очрый. Язулы кеше – үз ихтыярыннан чыгарылган, ихтыяр ирегеннән мәхрүм ителгән кеше. Андый кешене тагын "Алла каргаган" дип тә атыйлар. Пакъ күңелле, яхшы, намуслы кешенең киләчәге язылмаган, язмышы һәрвакыт үз кулында. Тәңре тарафыннан бирелгән тиешле җәзаны алгач, кеше язуыннан, ягъни язмыш кушуыннан котыла. Һәр нәрсә кылынган явызлыкның авырлыгына бәйле – кеше шелтә сыман җипҗиңел җәзага да хөкем ителергә мөмкин, олы бәла-казага да, хәтта үлемгә дә. Артык зур явызлык эшләнгән булса, аның өчен җәза кешенең балаларына да күчәргә мөмкин, диләр... Шөкер, андыйлар арабызда бик сирәк. Гадәттә, инсан вак-төяк хаталар гына җибәрә һәм кыска вакытка гына "язулы" була.

Төрк аңына язмышка ышану, “язмыштан узмыш юк” дигән фәлсәфә ислам дине белән кергән. Аңа кадәр “язмыш”, “язу” сүзләре җәза, газап мәгънәсендә генә кулланылганнар. Тора-бара бу төшенчәләр гарәп телендәге “тәкъдир” синонимына әверелгәннәр. Шул ук вакытта алар иске, элеккеге – бәхетсезлекне аңлаткан эчтәлекләрен дә җуймаганнар.

Төрк “язмыш”ы белән гарәп “тәкъдир”е, беренче карашка якын кебек тоелсалар да, чынлыкта нык аерылалар. Гарәпләрнең “тәкъдир”ендә кешенең бөтен гомере. Билгеле булганча, Алла тарафыннан яратылган беренче кеше — Адәм. Адәмнең кабыргасыннан беренче хатын-кыз – Һаува яратылган, алардан кешелек башланып киткән. Оҗмах эчендә үскән агачның җимешен ашап “гөнаһлы” булгач, Адәм белән Һаува оҗмахтан сөрелгәннәр, шулай итеп, бөтен кешелек Алла җәзасына дучар ителгән. Күрәбез, “тәкъдир” төшенчәсендә дә җәза, газап эчтәлеге бар, бу ягы белән ул безнең “язу”, “язмыш”ка якын. Әмма соңгылар кешенең бөтен тормышын биләмиләр. Алар нәкъ менә юл кагыйдәсен бозгач, ГАИ инспекторы язган язу сыман. Инспектор тутырган кәгазьдә штраф күләме язылмыш. “Нишләтте?” – дип сорый шофердан янында утырган иптә-ше. Тегесе: “Язды” – дип җавап бирә. Бу шофер “язулы” булды. Кеше язмышы – тормыш кагыйдәләрен бозган өчен Тәңре язган җәза. Инспектор язуы буенча кешенең акчасы чыга, ә Тәңре язганга ул сәламәтлеге белән түли. Тиешле җәзасын алу белән кешегә аның ихтыяр иреге кайтарыла. Тәкъдирдә ихтыяр

ирегә күренми ("Аллаһы Тәгалә рөхсәтеннән башка бер яфрак та селкенми"), булачак һәр нәрсә алдан билгеләнгән. Бөтен күрәчәгебез, ягъни алдагы тормышыбыз мәгънәсендә безнең телдә "киләчәк" кәли-мәсе кулланыла.

Кеше үз тормышына үзе хуҗа булса, бәхеткә ирешә. Тәңре безгә язу-язмыш бирмәсен, безне тәкъдирдән сакласын, якты киләчәгебез һәрвакыт үз кулыбызда булсын!

Өстәп шуны әйтергә була: Тәңрене каты җәза бирергә мәҗбүр итү-итмәү дә кешенең үзенә бәйле, димәк һәр нәрсә безнең үз кулыбызда. Күк көчләре һәммәбезгә дә шәп форсатлар бирә, әмма аларны куллану-кулланмау безнең ихтыярда. Илаһи көчләр тудырылган мөмкинлекләрне безнең өчен тормышка да ашырып йөрми.

Тәкъдир дигән төшенчә, әйткәнебезчә, бик җайлы ул. Ялкаулар өчен җайлы. Эштән куркып, хәерче яшәүче әзмәвер нәрсә ди? Әйе, үзен, безнең язмыш-тәкъдир шундый инде, дип аклый. Эчкечеләр өчен дә җайлы, алар да язмышка сылтый. Үзләре эшкә дә оста, теләсәләр, хөрмәт казанып, бай яшәрләр иде. Шомлы да бу тәкъдир дигән нәрсә. Әйтик, берәр чегән хатынының юньсез сүзләренә ышанып, кеше ул биргән сценарийны тормышка ашырырга мөмкин. Өметсезлеккә бирелү бик яман нәрсә ич... Ходай язмасын! – Язса да бозсын.

Без алтын чорда яшибез. Үз акылың һәм тырышлыгың белән хәзер җаның теләгән мәртәбәләргә ирешергә

була. Безнең чорда булдыклы, максатына омтылган кешегә бөтен юллар ачык.

Бернинди чикләүләр, тыюлар булмагач, кешенең сәләте, мөмкинлекләре тиз ачыла. Җәмгыять гадел булып, һәммәсенә дә тигез мөмкинлекләр биргәч, әлбәттә алга зирәгрәкләр, булдыклыраклар чыга. Башкалар алар артыннан куа, бөтен җәмгыять алга ыргыла. Илне идарәчеләрнең сәләт вә тырышлык ярышы үстерә. Әгәр гадел ярыш булмаса, югарыда бер үк затлар утырса, җәмгыять үсми, торгынлыкка эләгә. Андый дәүләтләрнең акыллы кешеләре Аурупага омтыла, анда яшәргә китә, чөнки алар өчен Аурупа җәннәттер.

Бүгенге җәмгыятьтә кеше үз киләчәген үзе сайлый һәм биргән карары өчен җавабын да үзе тота. Изгелек юлында йөрсә, ул Күк көчләре химаясендә була, бозыклык, явызлык кылса, түбән рухлар кулына эләгә. Тыюлар, чикләүләр белән генә адәм баласын изге юлга бастырып булмый. Кисәтү җитә, калганы һәркемнең үз ихтыярында. Һәркемнең үз башы, үз акылы бар. Кеше үзе теләгәнчә яши, моның өчен аны гаепләргә ярамый.

Беркемне дә гаепләмәгез

Дәүләт малын урлаучы түрәне дә, урамда сүгенеп баручы исерекне дә, кулларына сыра шешәсе тоткан, хихылдап торучы ярым-шәрә кызларны да гаепләмәгез. Башкаларны гаепләргә кешенең хакы юк. Бу – Күк Тәңренең хакы, без аның йортында яшибез. Күктә без-

неӊ һәр адымыбызны күрәләр. Тәӊре үз дәүләтендә тәртипне үзе урнаштыра. Без еш зарланабыз, тормышыбызны тәнкыйтьлибез. Белегез, бу – Тәӊрене гаепләү. Әгәр үз балагыз өендәге тәртипләрдән, сез биргән тормыштан гел канәгатьсез булып, гаеп табып торса, сезгә ошармы? "Әтием, бәгырем, рәхмәт сиӊа", – дигән бала сөйкемле була, үзен яраттыра. Олылар да Күк Атабыз өчен шулай.

Тынычланыгыз. Дөнья ямьле, бу ямьне күрергә, аӊа сөенергә өйрәнегез. Әгәр инде берәрсе сезгә начарлык кыла икән, аӊа җавап рәвешендә таш ыргытырга ашыкмагыз. Аны хөкем итүне күктәгеләргә калдырыгыз. Ул эшләгән әшәкелек аныӊ үзенә кире әйләнеп кайтачак, артыгы белән. Барыбер кайтачак. Кылган гамәлләре өчен һәркем җавапны бу дөньяда тота. Явызлык та, шәфкать тә кире кайта. Җирдә каты тәртип саклана, борчылмагыз. Әле моӊа кадәр беркем дә җаваптан кача алмады, беркем дә башкаларны рәнҗетеп бәхетле булмады. Белегез: әгәр сез бүген үзегездән көчсезрәк берсен җәберләсәгез, иртәгә каршыгызга сездән күпкә өстен һәм яман кеше чыгачак. Ул сезне ныграк җәберләячәк, явызлыгыгыз ишәеп үзегезгә әйләнеп кайтачак. Киресе дә дөрес: берәр хәлсезрәк кешегә ярдәм итсәгез, үзегезгә дә кирәк булганда ярдәм кулы сузылыр.

Явызлар казаларда һәлак булалар, төрле авырулардан интегәләр, балалары юньсез була. Уллары наркоман булган яисә кызлары СПИД тан интеккән ата-анадан да бәхетсезрәк кешеләр бармы?

Кызыкмагыз сез түрәнең дәүләттән урланган малына. Ул бит аны халкыннан урлый, кемнеңдер авызыннан ризыгын ала, караучысы булмаган гарип-горабаны теләнергә мәҗбүр итә, балаларыбыз укыган мәктәпләрне мескен хәленә китерә. Бу кадәр күп халыкның рәнҗеше төшми дип уйлыйсызмы? Төшә, ничек кенә төшә әле! Ул карак түрәнең акчасы күп, әмма башы хастаханәдән чыкмый. Саулык – иң зур байлык, дибез. Димәк, кем баерак: уртача хәлле сау-сәламәт кешеме йә акчалы карак түрәме? Караклар, миллионнар түләп, чит илләрдә операцияләр ясаталар, ләкин саулыклары әйләнеп кайтмый. Хәрәм акча үзләштерүченең улы да юньсез була бит. Иртәгә җилбәзәк килен төшеп, бу хәрәм байлыкны җилгә очырачак. Нәтиҗәдә, байлык та юк, саулык та китәчәк. Хәтта килен акыллы булса да, оныкларымның оныкларына җитсен дип җыелган мал кирәксез булып чыга, чөнки наркоман улының балалары булмый. Улының да яшисе килми, чөнки ата аңа теләгән һәрнәрсәсен сатып алып бирде, әмма иң кирәк-лесен бирмәде - дөньяны, кешеләрне яратырга өйрәтмәде, ә яратмаган нәрсә тиз туйдыра... Дөньяның ямен күреп, сөенә белмәгән кеше дөнья белән тиз хушлаша.

Бу акылсыз түрәне гаепләргә түгел, ә бәлки кызганырга кирәктер? Акча нәрсә ул? Әйе, кәгазь. Кәгазь өчен акылсызлар иң кадерле нәрсәләрен – саулыкларын җуялар. Байлык барыбер нәселдән-нәселгә күчми, һәркем үз ризыгы белән туа. Башында акылы, тәнендә саулыгы булган кеше акча таба ул.

Атадан калган акча белән генә бәхеткә ирешү мөмкин булмаган кебек, башкаларның боерык-күрсәтмәләре дә файдасыз. Кеше һәр гамәлен аңлы рәвештә кыла. Ул аракы йә наркотикка үреләикән – бу аның карары. Ул авырып үләчәк. Ярым-ялангач йөргән кызның да үз башы бар. Аның да кулына сыра шешәсен көчләп тоттырмыйлар. Киенергә дә мәҗбүр итмиләр. Тулы ирек. Ул да күз тидереп йә азгынлык юлына басып чирләячәк. Кияүгә чыккач, ул бала тапмаячак, тапса да баласы чирле туачак...

Якты киләчәге дә кешенең үз кулында, чир белән үлеме дә. Һәр җәмгыятьнең үз-үзен сафландыру механизмнары була, СПИД белән наркомания – шул механизмнардан. Әлбәттә, аракы сатуны тыярга, ә хатын-кызга пәрәнҗә кидертергә була. Әмма тыю-чикләүләр юлына бер баскач, дәүләт бу адымнар белән генә чикләнми, шәхеснең башка ирекләрен дә кыса. Соңгысы исә җәмгыять үсешен тоткарлый.

Ил башлыкларының хатыннары да, кызлары да әдәпле, тыйнак киенгән булыр. Үзләре дә алар пөхтә киенә, нык ихтыярлы булулары күренеп тора. Башкача мөмкин дә түгел, чөнки демократик җәмгыятьтә көчле, намуслы кешеләр генә югары дәрәҗәгә ирешә. Сай акыллы, кәеф-сафага бирелүчәннәр юкка чыгып бара. Димәк, кеше үзе акыл көчен туплап, яктыга, югарыга омтылырга тиеш. Бер акыл иясе, юксылларга ярдәм итәргә теләсәң, үзең алар арасында булма, дигән. Ләкин инсан еш кына гади нәрсәләрне дә аңларга теләми, гел башкаларны гаепли, уңышка ирешкәннәрдән көнләшә, хәтта аяк чала.

Явызлыктан сакланыгыз

Замана үзгәрде, тормыш үзгәрде, әмма адәм баласы үзе үзгәрмәде диярлек. Аның холкы бик әкрен үзгәрә. Яңа чорның бер бәхетлесе булырга теләсәгез, башкаларга яхшылык үрнәкләре күрсәтегез. Әлбәттә, үз-үзеңне, үзеңдәге тәкәбберлек хисен тыю кыен. Әмма, шулай да, башкалар белән талашмагыз, ызгышмагыз. Гауга яхшыга китерми. Сездән илаһи көчләр читләшергә мөмкин. Типтигез җирдән барганда егылып, аягыгызны сындырсагыз, күршегез белән кичәге низагны искә төшерегез.

Башкаларны гаепләргә ашыкмагыз. Явызлык кылучыларга Ходайдан акыл, шәфкать сорагыз. Явызлыкны җиңәм дип явызланмагыз, киресенчә, бу кеше дә минем кебек яхшы булсын әле, дип, аңа якты уйларыгызны җибәрегез. Тәңредән үзегезгә сабырлык, түземлек сорагыз. Сабырлык – зур байлык, юкка гына, сабыр төбе – сары алтын, димиләр. Кызып, дуамалланып киткән вакытта башкаларга сиздермичә генә шушы дога-әйтемне кабатлагыз: *"И Тәңрем! Мине күркәм итеп яраткансың, холкымны да шундый ит!"* Мөмкинлек булса, доганы кабатлап, өч тапкыр үз тирәңдә сәгать угы буенча әйләнергә киңәш ителә.

Нинди генә кыен хәлләрдә дә үзегезне тыныч тотыгыз, конфликтка кермәгез. Сезгә әйтелгән яман сүзгә җавап бирмәгез, ишетмәмешкә салышыгыз яисә шаяртуга борыгыз. Көчегезне юкка сарыф итмәгез: дәшми калыгыз, беркайчан да бәхәсләшмәгез, боз кебек салкын булырга өйрәнегез. Без, түркләр, артык хисле, туры сүзле халык.

Гауга эчле дөрес сүздән бул ерак,
Аңга сыйган ялган аннан яхшырак!
Дустың сине сөеп, һәрвакыт җайлар-көйләр,
Дошманның эче янар, һәрчак котыртыр,
нидер сөйләр.

Бу – Сәйф Сараи сүзләре.

Хәтта өстегезгә килсәләр дә, читкә тайпылыгыз. Кызып китмәгез, сабыр булыгыз. Мондый чакларда кыска гына дога да урынлы булыр: *"И Тәңрем ! Күгеңне ачтым, Җиреңне ачтым, Илаһым, миңа дошманлык эшләттермә!"* Тыныч, үз-үзенә нык ышанган кешегә һөҗүм итмиләр. Тыныч калуыгыз көчегезне күрсәтәчәк. Бәйләнүче, этәчләнеп, нидер сөйләнгән булыр, әмма ул оттырды инде. Юләр, мин җиңдем, дияр, ди, акыллы исә, юл бирдем, дип әйтер, ди.

Юл бирү – җиңелү түгел. Безнең гайрәтле төрк бабаларыбыз, Һиндстанны җиңдек дип, гасырлар буе ул дәүләт белән идарә иттеләр. Бүген исә көчле төркләрнең анда эзләре дә калмады. Һиндстанлылар акыллы булды, каршы тормады, буйсынган булып кыланды. Каршылык күрсәт-сәләр, дуамал төркләр аларны турап ташлый иде. Һинд халкы төркләрне дә, алар урынына килгән инглизләрне дә һинду дине, ул биргән рухи көч белән җиңде. Андагы төркләр эреп юкка чыкты, инглизләр качты, һиндләр исә бүген рәхәтләнеп үрчи...

Менә шулай, дошманнарны тыштан каршылык күрсәтмичә дә җиңәргә була. Моның өчен эчке асылың, рухың нык булырга тиеш. Төркләр, чит диннәргә, чит

җирләргә кызыгып, милли үзаңнарын җуйдылар. Дөньяга үз карашы булмаган халык дөнья белән идарә итә алмый. Моның өчен үз динең булып, дөньяны үзеңчә күрүең кирәк.

Бу уңайдан күңелгә Рөстәм Мингалимнең шигъри юллары килә:

Күк ул тиңсез,
галәм чиксез,
анда йолдыз адашкан.
Адашкан йолдызлар хәле
тигән безнең язмышка.

Без ирекле заманда яшибез. Җәмәгать транспортында, кибетләрдә, төрле дәүләт оешмаларында, кешегә бәйләнеп, талашырга сәбәп кенә эзләүчеләр дә очрый әле. Андыйларга җавап бирмәскә икәнен сез беләсез инде. Провокациягә бирелеп, әйткәләшә башласагыз, сезнең энергиягез, көч-куәтегез "энергетик убырга" китәчәк. Марафон арасын йөгереп узган кеше сыман хәлсезләнәчәксез. Талашмыйча яши алмый, диләр андый вампирлар турында. Бу чынлыкка туры килә дә, чөнки аларга Күк көчләре галәм энергиясен бирми, алар энергияне башкалардан ала. Әгәр игътибар итсәгез, явыз кеше гадәттә бик ябык, арык була. Явызлыктан сакланыгыз. Күкрәк кесәсендә тышка караган көзге йөртегез. Яныгызда көзге булмаса да, берәрсе сезнең көчне суырырга җыенса, тиз генә күз алдына зур көзге китереп, аны арага куегыз. Хыялдагы гына булса да, чагылдыргыч көзге убырдан саклаячак.

Гафу ит һәм рәхәт яшә

Сезне рәнҗетүчеләрне кичерергә өйрәнегез. Үпкә сакламагыз. Булган – беткән. Онытыгыз. “Үпкә – дошман, акыл – дус”, – ди халык. Авыр вакыйганы әледән-әле искә алып тору саулыгыгызга зарар итә: стресска китерә, бу вакытта басым күтәрелә һәм стресс гормоннары бүленеп чыга. Аң киеренкелеге бөтен бәдәнне, бөтен мускулларны, бөтен күзәнәкләрне дә киеренкелектә тота. Болар барысы да кан әйләнешен һәм иммун системасын какшата. Ә үпкәләтүчене гафу итсәң, кире механизм эшли башлый.

Дошманнарыңны кичерә белү зур әһәмияткә ия. Әмма үзеңне дә кичер. Җибәргән хаталарыңны аңлап, үз-үзеңне битәрләмә. Гаеп тойгысы бәхеткә юлны яба. Ул адәм баласын тимерне тутык ашаган кебек ашый. Үзен гаепле дип хис иткән кеше шәп форсатларны ычкындыра, кулында булган мөмкинлекләрдән файдалана алмый, чөнки күңелен биләп алган бу хис аның көчен суыра, ышанычын алып, курку тудыра. Гаепле кеше бөрешкән көзге яфрак сыман башын иеп, иңбашларын җыерып йөри. Ул мескен тормышта яши.

Тизрәк бу хистән котылыгыз. Үзегез рәнҗеткән кешедән кичекмәстән гафу үтенегез. Күңелгә тынычлык бирмәгән вакыйга инде күптән булып, ул кешене табу мөмкин булмаса, тыныч, берни дә борчымаган җирдә медитация үткәрегез, ягъни ул кешене күз алдына китереп, кичерүен сорагыз. Менә ул елмаеп, сезне гаепләмәвен белдерә. Сез башка беркемгә дә явызлык кылмаячаксыз.

Берәрсе сездән зур зарар күргән булса, аның хәлен җиңеләйтергә тырышыгыз, үзенә яисә якыннарына ярдәм итегез. Болай эшләү сезгә Күк тарафыннан биреләчәк олы җәзаны киметергә мөмкин.

Гаеп хисеннән арыну белән җиңеллек килә. Булып үткәннәр үткән заманда калды. Инде һәрнәрсә өчен түләнгән, кылган явызлыкларыбыз өчен тиешле җәзасы алынган. Үзеңне гафу ит һәм, менә дигән бу чорыбызның ямен күреп, рәхәт яшә.

Йортыбыз кинәйде

Бүгенге үсмернең, миңа күңелсез, ямансу, дип зарлануын олыларга аңлавы кыен. Әллә тормышның рәхәтен, җиңеллеген белер өчен, аның авырлыкларын да күрү шартмы? Хуҗа Насретдин мәзәге искә төшә.

Ярлы тормышын чак-чак сөйрәп баручы бер адәм Хуҗа Насретдин янына килә. Ата-анасы, хатыны һәм балалары белән кечкенә йортта яшәү бик тә авыр икән моңа.

– Хуҗа, сыймыйбыз, нишләргә? – ди бу адәм.

– Тавыкларыгыз булса, шуларны өйгә алып кереп урнаштыр, – дип киңәш бирә Хуҗа Насретдин.

Ике-өч көннән соң бу адәм тагын Хуҗаны эзләп таба. “Тормышыбыз авырайды гына, тәкъдимең ярдәм итмәде”, – ди. Тапкыр картның исә яңа киңәше әзер: кәҗәне дә өйгә кертергә. Билгеле инде, бу бер дә файдага бармый. Адәмнең зарлануын ишетеп:

– Алайса, сыерыгызны да кертегез, – ди Хуҗа Насретдин.

Сыер да кергәч, болай да кысрык җирдә бөтенләй урын калмый.

–Түзәрлек хәлебез калмады, – ди адәм.

Хуҗа, бичараны жәлләп, сыерны өйдән чыгарырга тәкъдим итә. Өйдәгеләр җиңел сулап куя. Моны ишетеп, Хуҗа Насретдин кәҗәне дә чыгарырга куша. Тормыш тагын да җиңеләя. Тавыклар да үз урыннарына кунгач, йорт хуҗасы Насретдинга:

– Хайваннар чыккач, йортыбыз киңәйде. Хәзер, шөкер, сыябыз инде, – дигән ди имеш...

* * *

Әле беркайчан да адәм баласы үз бәхетенә бүгенге кебек якын тормады. Атлагыз ул берничә адымны, кавышыгыз бәхетегез белән!

Онытмагыз: без – Тәңре нәселеннән, без бәхет өчен яратылган!

ЙОМГАК

Менә китап ахырына якынлашып килә. Сез шактый нәрсәне аңлагансыздыр, күп нәрсәгә яңача карый башлагансыздыр дип ышанам.

Хәзер һәр нәрсә үзегездән тора. Сез үзегез сайлыйсыз — элеккечә, ничек яшәгән шулай дәвам итәргәме яисә дөньяга карашны, башкаларга булган мөнәсәбәтне тамырдан үзгәртеп, яңача яши башларгамы? Ягъни, бу дөньяда бер тапкыр гына яшибез, дип булганча куаргамы йә башкаларны гаепләүдән арынып, үз нәфсеңне тыеп, бөтенләй башка кеше булыргамы? Авыр сорау. Бәхетле булу җиңел түгел, бәхет тырышлык таләп итә, дигән идем. Бу бик йомшак әйтелгән әле. Бәхет турындагы кайбер китапларда гына ул барысы да җип-җиңел. Аларны укыйсың да, җиңел генә рәхәт тормышка чумасың. Юк шул. Менә табында берсеннән-берсе тәмле ризыклар. Аларның барысын да ашыйсы килә ич. Ничек тыелырга? Башка кунаклар затлы коньяк-шәрабларны эчкәндә ничек рюмкага сузылмаска? Тирә-якта алма кебек татлы япь-яшь кызлар һәм алар синең куеныңа үзләре үк керергә тора... Күпне дә сорамый бүгенге кызлар: чүпрәкчапрак йә косметика, азрак акча... Күзләре уйный, нигәдер өнди... Сиңа сузылган нәфис, йомшак кулларны ни-

чек кире кагарга? Җиңелме бу? Башка хатын-кызлар булган бөтен тән байлыкларын күрсәтеп, ир-атларны ах-вах иттереп сокландырып йөргәндә ябык киенү җиңелме? Киенү дигәннән, бергә укыган кызлар әнә нинди матур киенә, модадан бер дә калышмый. Аларны бит ата-ана киендерми, "спонсор"лары бар аларның... Әйе, кайвакыт бер-ике төнгә югалып тора ул кызлар... Югалса ни? Бер җирләре дә кителеп калмый бугай... Авызыннан аракы исе килгән, йөзе кып-кызыл булган сатучы хатынның сиңа әйтелгән тупас сүзләренә ничек җавап бирмәскә?

Тынмый күңел авыз йомып калган белән,
Чын кешегә авыр була – алдан беләм, –

ди Гамил Афзал да. Күрше мул яши, яңа, чит илдән кайт-кан машинада йөри, өч катлы коттедж сала. Ничек аңа көнләшмәскә? Барысы да диярлек ялган сөйләгәндә ничек туры сүзле булырга? Каршыңдагы кеше үзе үк татлы ялганны ишетергә теләгәндә ачы хакыйкатьне сөйләргә?

Хак булса да гәрчә, ят күренә
Ялгышыңны әйтеп бирүче.
Былбыл булып куна өй түренә
Матур итеп алдый белүче.

Бу юлларның иясе Гамил Афзал кебек чын шагыйрь әйбәт белә "туры Тукай" булу авырлыгын...

Күпчелек менә шулай яшәгәндә, ничек кинәт кенә үзеңне үзгәртергә? Яңача яши башлау һич җиңел түгел. Ә бәлки, үзгәрергә дә кирәкмидер? Бәлки, һәр нәрсәне булганча калдыру хәерлерәктер? Беркемне дә гадел, мәрхәмәтле һәм туры сүзле булырга мәҗбүр итеп булмый. Һәркем үзе теләгәнчә яши. Берни дә үзгәртергә кирәкми, без үзебез ничек яшәргә кирәген беләбез диючеләргә, мин төркләрнең тормышын башка халыкларның тормышлары белән чагыштырып карарга тәкъдим итәр идем. Аурупа яки япуннар ничек яши дә, без ничек... Аларның табигать байлыклары юк диярлек, ә без алтын өстендә утыручы хәерчеләр... Асылташлары, газы, нефте, киң урман-далалары булган төркләр бүген дөнья халыкларына ялланып эшләүче мескеннәр хәлендә. Шулмы дөрес яшәү? Хата нидә? Үзеңне күрмичә, яши белмәвеңдә гел түрәләрне, властьны, гомумән башкаларны гаепләүдә. Кеше үзен белми, ә хөкүмәтне сүгә. Эшне яратмаган, аны җиренә җиткереп башкармаган, лаек булмаганны таләп иткән, яшәгән җирен пычраткан, адым саен бер-берсен алдаган, рәнҗеткән, хәтта туганыннан көнләшеп, аяк чалган, урлашкан, мәйханә юлын таптаган халыкның хөкүмәтне сүгәргә хакы бармы? Имеш, байлар баеый, ә халык хәерчеләнә. Байлык беркемгә дә җиңел генә килми, аның өчен сәламәтлек белән түләнә. Норвегия-дәге кебек итеп нефтьтән килгән бөтен акчаны халыкка бүлеп бирсәләр дә, бездә берни дә үзгәрмәячәк. Норвегия-дәге сыман тормыш корыр өчен бөтенләй башка халык кирәк: тырыш, эшен яратып, тиешенчә башкарган, чисталыкка,

пөхтәлеккә омтылган, бөтен кагыйдәләрне, таләп-ләрне, законнарны үтәгән, үзен һәм башкаларны хөрмәт иткән, гадел булган. Илне чәчәккә күмелгән җирдәге җәннәткә әверелдерер өчен чәчәк үстерергә яраткан халык кирәк. Һәр нәрсә ахыр чиктә кеше факторына килеп терәлә. Әйе, яңа завод-фабрикалар төзетеп, заманча техника кайтартырга була, әмма яңа станоклар куеп кына дөнья базарына тәкъдим итәрлек продукция җитештереп булмый. Аның өчен эшләргә теләгән, эшне белгән һәм яраткан кешеләр – алманнар сыман кешеләр булуы шарт, ә андыйлар бездә әлегә юк. Әлегә безнең тормыш шагыйрә Эльмира Шәрифуллина әйткәнчә:

Күкләребез биек тә соң,
Түшәмебез тәбәнәк.

Рухыбыз, әхлагыбыз нинди биеклектә исә, түшәмебез дә шул ук биеклектә.

Яшьләре дә даруханә юлын таптаган халык дөрес яшиме? Гомер озынлыгы – менә тормышыбыз сыйфатының төп күрсәткече. Аз яшибез, димәк яши белмибез. Әйдәгез, авыр булса да, яшәргә өйрәник. Башка милләтләрдән үрнәк алып бәхеткә ирешик. Тәңре һәр кешегә бәхетле озын гомер бүләк итә. Бу бүләкнең кадерен белик, бу мөмкинлекне кулланырга өйрәник.

Бәхетле кеше күпчелекне тәшкил иткән башка кешеләрдән нык аерылып тора. Аның уйлары да, йөреше

дә, кием-салымы да, ашау-эчүе дә, гомумән, бөтен яшәү рәвеше башка. Бәхетлеләр арасында булырга теләгән адәм үзе нык үзгәрергә тиеш, бәхеткә башка юл юк. Бу эчке эзләнү, ырыс-бәхеткә китергән сукмаклар кешенең эчке дөньясыннан, аның күңеленнән уза.

Мөгаен, хәзер сез бәхет юлындадыр, шул сукмаклардан барасыздыр. "Кайчан барып җитәбез ?" – дип сорарга телисездер. Тиздән, чөнки бәхет... яныгызда ук. Кеше мохтаҗ булган нәрсәсен дөнья буйлап эзли, әмма аны өенә кайткач таба. Аш өстәле артында утырганда ялгыш кына ипи телемен кабып, сез сискәнеп китәчәксез. Балачак искә төшәчәк. Сез коры ипинең гаҗәеп тәмен яңадан тоячаксыз.

Әйе, иң элек авыз тәме кайта. Үсеп җиткәч, күпләр аны җуя. Коры ипи генә үтми башлый, ул тәмсез булып тоела, аның өстенә май, май өстенә уылдык сылана. Бәхет юлына басып, дөрес барсагыз, ашаган һәр ризыгыгыз ләззәтле булачак, атлаган һәр адымыгыз сезгә шатлык китерәчәк. Гомумән, сез яңадан туган сыман булачаксыз.

Инде сезгә соңгы күнегү. Бер бит кәгазь һәм каләм алыгыз. Бер санын языгыз. Аның янына нульне куегыз. Сан ун тапкыр үсте. Тагын бер нуль өстәгәч, сан йөз тапкырга артачак, ике нульдән – мең тапкырга һ.б. Иң баштагы бер санын сызсаң, калган нульләр, алар никадәр күп булса да, нуль булып кала. Менә бу бер саны – кешенең сәламәтлеге ул. Янында язылган беренче нуль – мәктәпне уңышлы тәмамлау, икенчесе – яхшы эш табу, өченчесе – бәхетле гаилә кору һ.б. Тормышыбыздагы һәр

нәрсәнең башында – саулык. Ул юкта берни булмый да, кирәкми дә.

Әмма бәхет турындагы бу китапта бәхетнең нигезе булган сәламәтлек турында аз язылды. Нидән? Аның сере гади. Әгәр сез тирә-яктагы дөньяны һәм кешеләрне яратып, бәхет нурларында коенып яшәсәгез, чир сездән ерак йөриячәк. Чир нәрсә ул? Ялгыш яшәү билгесе, инсанның кылган яман гамәлләренә, хәтта башында йөрткән яман уйларына җавап рәвешендә күктән җибәрелгән кисәтү, җәза... Бу китапта язылганнарны аңласагыз, чир-авырулар сездән ерак торыр. Аеруча мөһим кайбер моментларны хәтергә төшереп үтү урынлы булыр.

Озак яшәүнең җиде сере

Әле генә якты иде. Эшләгән җиремдә башымны күтәреп як-ягыма карасам, инде караңгылык төшкән.

Көн бетте. Ниндидер бер шомлы тынлык урнашты. Сискәнеп киттем. Кеше гомере дә нәкъ шулай бит. Якты дөньяда яшисең дә, берзаман караңгылыкта югаласың...

Һәркөн меңләгән кеше арабыздан китә. Алар өчен кояш башка чыкмаячак, кошлар сайрамаячак, чәчәкләр хуш исләрен таратмаячак... Һәммәбез өчен дә бу көн соң-гы көн булырга мөмкин. Һәркемнең каршына, иртәме-соңмы, караңгылык төшкән сыман, кинәт үлем килеп басачак... Беркем дә мәңгегә килмәгән. Кемдер, бу гади хакыйкатьне аңлап, дөрес итеп яши башлый, үз бәхетенә ирешә, ә кемдер, мәңгегә килгән сыман кыланып, гомерен кыскарта...

* Озак һәм авыруларсыз яшәргә теләсәгез, явызлыктан ерак йөрегез, мәрхәмәтле булыгыз. Бер рәхмәт мең бәладән коткара, ди. Мөмкинлек булганда башкаларга ярдәм итегез – үзегезгә дә кирәк чагында ярдәм кулы сузылыр. Берәрсенә яхшылык эшләп тә, кылган яхшылыгыгызның шундук үзегезгә әйләнеп кайтуын көтмәгез, аны онытыгыз. Игелек үзе сезне табар, ишәеп килер. Явызланмагыз, белегез – явыз кешеләр, тар күңелле, вак җанлылар озак яшәми.

* Күңел сафлыгы – озак яшәүнең төп шартларыннан. Җылы хисләр һәм якты уйлар гына йөртегез. Үч һәм үпкә сакламагыз, башкаларны һәм үзегезне кичерә белегез. Беркемне дә гаепләмәгез.

Өйдә җыелган чүпне себереп ташларга җиңел, әмма күңелгә тулган эмоциональ чүптән арыну алай ук җиңел түгел.

Озак яшәргә теләсәгез, ямьле дөньяны һәм кешеләрне яратыгыз. Дөньяның ямен күреп, сөенә белмәгән кеше дөнья белән тиз хушлаша.

* Һәр кешенең аңына күпсанлы башка программалар белән беррәттән үз-үзен юк итү программасы да салынган. Әгәр сез гел канәгатьсез булып, дөньяның ямен күрмәсәгез, тормышыгызга сөенмичә, вак-төяктән дә борчылып, кайгырып йөрсәгез, үлем программасы эшли башлый. Яшәүне авыр дип санаучыларны үлем коткара. Зиратта тып-тыныч, беркем дә һәм берни дә борчымый...

* Авырып китсәгез, даруларга ябышырга ашыкмагыз. Чир – сигнал ул, яшәвегездә ниндидер хата бар, димәк. Бу хатаны төзәтеп, чирне дә дәвалап була. Уйланыгыз, кайда ялгыштыгыз? Берәрсен рәнҗеттегезме, әллә кеше хакына кердегезме? Кеше юкка гына авырмый: йә аңа күз тия, йә аңа кеше каргышы, кеше сүзе төшә, йә үзен явыз рухлар, кара көчләр эзәрлекли, йә ул кеше үз гөнаһының әҗерен күрә...

Явыз кешеләрнең юлын да кисәргә мөмкин чир. Үчле, яман ниятле кеше көчле авыруга дучар ителеп, башкалар сакланып кала.

Ялгышкан кеше яшәү рәвешен үзгәрткәндә дә авырырга мөмкин. Рухи үсешнең яңа баскычына атлаганда бөтен тән сызлана сыман – кешенең пычрак, начар энергиясе чыга.

Чирнең, җилбәзәк сыман йөрмә, үзеңне, сәламәтлегеңне сакла, дигән гап-гади кисәтү булып чыгуы да мөмкин. Кайвакыт ул хәтта зур бәла-казалардан да коткара – авырып китеп, адәм баласы үзенә куркыныч янаган җиргә бара алмый кала.

Ә бәлки сез дөньядан канәгатьсездер? Үзегезгә һәм башкаларга яхшылык кына теләгез. Тирә-як дөнья һәм башка кешеләр белән гармониягә ирешеп, авыруны җиңәрсез.

* Озак яшәргә теләсәгез, аз ашап, күп хәрәкәтләнегез. Күпләр кирәгеннән артыгын ашый, ә артык ризыкны эшкәртү организмга авыр. Ашказаны бертуктаусыз эшләп торырга тиеш түгел, аңа да ял кирәк. Атнага бер көн ач

тору бик файдалы. Өзлексез ризык эшкәрткән эчке органнар тиз туза, бу картаю дип атала.

Артык ашау – сәламәтлеккә зарарлы. Юкка гына халык теләндә: "Арык тәнем сау булсын", – диелми. Башта ашауны чикләү авыр булыр. Әмма үзеңне җиңү, үз нәфесеңне тыю – иң олы җиңү. Бу җиңүгә ирешүчеләр генә озак яши.

* Озак яшәргә теләсәгез, аракы эчмәгез, тәмәке тартмагыз. Аракы баш миенең кан тамырларына эритроцитлар килүен тоткарлый, һәм шактый гына ми күзәнәкләре һәлак була. Никотинның зарарын һәркем белә.

Аракы эчкән, тәмәке тарткан кешегә югарыдагы киңәшләрнең файдасы юк.

* Озак яшәргә теләсәгез, озын гомер турында уйламыйча, кеше булып яшәгез, тормышны мәгънәле итегез.

Бу дөньяга кыска вакытка гына килүләрен һич онытмаучылар озак яши.

Сәламәтлек әпсене

Үзегезгә иминлек, сихәтлек-сәламәтлек теләп шушы әпсенне (әфсенне) әйтегез:

Әпсен-төпсен,
Кояшым сүнмәсен,
Суларым кипмәсен,
Тауларым нык булсын,

Йөзләрем ак булсын,
Күңелем пакъ булсын! (6:341)

Бу – кеше әпсене. Бу имләүнең тирән мәгънәсе бар. Беренче юлдагы “әпсен-төпсен” дигән сүз үзе тылсымлы көчкә ия. Берәрсенең “кояшы сүнү” аның саулыгы, бәхете бетүен аңлата, димәк, “кояшым сүнмәсен” дип, кеше үзенә бәхетле гомер сорый. Өченче юлның аңлатмасы – “эчәр суларым бетмәсен”. Төркләр тауларны изгеләштерәләр, иң әһәмиятле дини ритуаллар тауларда башкарыла. Шуңа күрә дүртенче юлда “иманым, рухым нык булсын” диелгән. Ак йөз – сәламәт йөз. Пакъ күңел – саф күңел.

Бу әпсенне икенче төрле дә аңлатырга була: Кояш – күзләр, сулар – кан, таулар – сөякләр. Кыска гына бу доганың һәркемгә файдасы тияр. Аны “сәламәтлек әпсене” дип тә йөртәләр.

Әпсеннең төп өлеше соңгы юлда. Сау-сәламәт һәм бәхетле булыр өчен күңелне сафландырыгыз, анда җыелган бөтен явызлыктан арынып, аны яктылык һәм изгелек белән тутырыгыз. Шулчак һәркем шагыйрь Әхмәт Ерикәйгә ияреп:

Кояш миңа кырын түгел,
Дөнья миңа ят түгел:
Минем намусым саф булганга,
Мин ташландык зат түгел, –

дия алыр. "Ничек бәхетле булырга ?" – дип сораучыга мин кабатлап: "Күңелеңне пакъландыр", – димен.

Кадерле укучыларым! Һәр нәрсә үз кулыгызда: байлык – мохтаҗлык, саулык – чир, ырыс – бәхетсезлек. Үзегез сайлап алыгыз. Сәламәт булыгыз, бәхетле булыгыз!

Хатларыгыз өчен адрес:
420066, Казан ш., а/я 117.
Тәкъдим-киңәшләрегезне дә, тәнкыйть һәм рәхмәтләрегезне дә языгыз. Бергәләп халкыбызны бәхетле итик.

ТАТАР БӘХЕТЛЕ БУЛА АЛАМЫ?

(яисә “Бәхет хакында китап”)

Бәхетле булырга өйрәтеп буламы? Була икән. Мин моңа Фирдүс Дәүбашның “Без бәхет өчен яратылган” китабын укыганнан соң тагын бер мәртәбә ышандым.

Һәр заман, һәр буын өчен үзенчә актуаль мәсьәләгә багышланган бу фәлсәфи-публицистик хезмәтнең төп идеясе аның исеменә үк чыгарылган. Әйе, һәркем бәхетле булып туа, һәркем бәхет өчен яратылган. Һәр туган бала, якты дөньяга аваз салу белән, шушы тумышы белән бирелгән бәхете өчен көрәш башлый; ул әле сынын да тотып тора алмый, зиһенен дә утыртмаган, теле дә, хәтта рухы да яралгы хәлендә генә... Ә бәхеткә ымсына, дәгъва белдерә, хәтта таләп итә... Бәхет исә, йә ана сөте белән, бишек җыры белән, ата-бабалардан килүче йолалар белән, яшәү рәвеше, милли мохит, туган тел, җыр-моң белән ургылып керә башлый...

Бәхет булган җирдә бәхетсезлек тә бар, анысы да бала язмышында үз урынын алырга тырыша. Бу көрәштә ул еш кына җиңеп тә чыга...

Бәхеткә ирешү юлында дөнья ваклыкларына, аның ымсындыргыч шаукымнарына каршы ничек көрәшергә соң? Фирдүс Дәүбаш әйтмешли, “Бәхетле булу алай ук

җиңел түгел, бәхет тырышлык таләп итә. Аның өчен күп белергә, күп уйланырга кирәк. Бәхет-ырыска ирешү сәнгатенең шактый серләрен ата-бабаларыбыздан килгән рухи мирасны өйрәнеп белә алабыз".

Автор башта ук ачыклап куя: бәхетнең нигезе рухи традицияләр, рухи мирас аша күчеп килүче әхлакый-иманый кануннарда, ягъни милли идеядә, миллилектә, аның никадәр көчле, саф килеш саклануында.

Әйе шул, син татар булып тугансың икән, бел: татарның үз бәхете, үз менталь һәм асыл, әхлакый, рухи сыйфатлары, үз миссиясе, үз язмышы. Димәк ки, үз үткәне һәм киләчәге, үз өмете һәм бәхете...

Шул рәвешле, укучыга тәкъдим ителә торган китапта ниндидер гомумпланетар, гомумкешелек бәхете хакында сүз бармый, ә бәлки татар кешесенең иң гади һәм гадәти бәхете хакында сөйләнелә. Бу хезмәт шул ягы белән кыйммәт тә!

Ай-һай гадәти микән?

Татар халкында шундый юрамыш бар: төшеңдә очып йөрсәң – бәхеткә! Фирдүс тә сүзен шуннан башлап китә: Кеше үз яшәешендә һәрвакыт күккә омтылырга тиеш, аны то-ярга, дөресрәге үз иңендә канатлар тояргга тиеш. "Күк халәте", "күк тоемы", "күк хисе" – татарның менталитеты әнә шундый. Күк – татарның күңеле, моңы, сагышы, хыя-лы кебек үк иксез-чиксез. Татар – дөньяви халык. Ул шуның белән бәхетле дә. Бәлки... бәхетсезлер дә. Чөнки аның бөтен аһ-зары күктә чагыла, чагылып кабат гөнаһлы җиргә кайта. Менә шушы Күк-Җир

арасында тынычлык (гармония) таба алса, ул бәхетле булган.

Китапның бер бүлеге "Хәерле иртә !" дип атала. Иртә белән йокыдан уянганда ук кеше бәхетле булып уянырга тиеш. Шушы теләк бәхеткә ачкыч булырга тиеш.

Ә күпчелек очракта ничек? "Көн яңа туды, берни дә – яхшысы да, яманы да әле булмады, әмма кеше инде курка башлый. Булмаган нәрсәдән курка ..."– ди автор. Менә шул куркуны җиңәргә өйрәтә бу китап. Бүлек исемнәре генә дә күп нәрсә хакында сөйли: "Тормыштагы уңышсызлыклар бәхетсезлек түгел, ә сабак кына", "Һәр яңа көнне елмаеп каршы алыгыз!", "Куркудан, шик-шөбһәдән арыныгыз" һ.б. Фирдүс Дәүбаш: "Уйларыбызга хуҗа булыйк. Кеше көче – уйларының көчендә", – ди.

Нәкъ шулай. Кеше үзе бәхетле булганчы иң элек аның уйлары бәхетле булырга тиеш. Борынгыларыбыз элек-электән эчке хасиятләргә, уйга, фикергә, фәлсәфәгә аеруча нык игътибар иткәннәр. Аларның уе бәхетле булган, чөнки егәрле, сихри (гипнозлы), максатчан булган. Төрки-татарның уе – космогоник, галәми уй. Чөнки ул, башта әйт-кәнемчә, күк тоемына, ягъни очар канатка ия. Җиде мең ел элек үк аның Алласы күктә яшәгән, шуннан аңа ярдәм итеп торган. Күк тоемы кешегә җаваплылык тойгысы бирә, бүген дә татар үзен бөтен дөнья, кешелек өчен җаваплы итеп тоя. Җаваплылык тойган кеше – бәхетле кеше. Чөнки ул үз сүзе, иманы, ата-анасы, якын кешесе, сөйгәне, иле, Ватаны өчен көрәшеп, каһарманнарча яши

белә. Каһарманлык аның бәхете. Шушы хасияте аны бөек итә, изгелеккә якынайта.

Фирдүс Дәүбаш бүгенге болгавыр заманда уйга хәлиткеч урын бирә. "Уйларыбызга хуҗа булыйк!" – ди. Моның өчен бүгенге электрон һәм телевизион информация чараларына каршы торырга өйрәнергә кирәк, ди. Ышандырырлык итеп әйтә.

"Менә экранда кычкыртып бер хатынны көчлиләр, ди. Бу фильмны карап утыручы үсмер кыз, теләсә-теләмәсә дә үзен аның урынына куя, ягъни үзен көчлиләр сыман хис итә. Бу хәбәр күккә китә. Адәм баласы үзенең уйлары, теләкләре белән галәм акылына барып тоташа, аларны шул күплеккә, ягъни уй кырына сала. Башыбыздан уй булып чыккан бөтен информация шул кырда саклана. Саклана кына калмый, аңа таянып безнең киләчәгебез языла. Хәзерге уй-хыялларыбыз иртәме-соңмы чынга ашачак. Шуңа күрә укыган, тыңлаган яисә караган һәрнәрсә белән дикъкатле һәм сак булыгыз. Нинди китап укуыгыз яисә нинди фильм каравыгыз бик әһәмиятле, чөнки алар аша сезнең аңыгыз йөгәнләнә. Кемнеңдер сезгә хуҗа булуын телисезме әллә?"

Әйе, автор шактый кыю һәм тәвәккәл: ул уйга йөгән кидерергә, дөрес, кирәкле һәм саф информацияне сайлап алырга өйрәтә. Иң мөһиме – абстракцияләргә буйсынмагыз. "Төркләр күкне күрә һәм аңа табына... Яшәгән җиребез дә чын, ниндидер абстракция-мазар түгел. Менә шушы дөньяга безнең үз карашыбыз, ул гына безгә тынычлык һәм ырыс-бәхет китерәчәк".

Әлбәттә инде, бәхеттә яшәр өчен бәхетле булырга тиешлегебезне аңлау гына җитми. Безгә үзебезне, үзебезнең аңыбызны илаһи затлар дигән олы дәрәҗәгә лаеклы булырлык итеп үзгәртергә кирәк. Әгәр сез яхшы якка үзгәрәсез икән – бөтен тормышыгыз да яхшы якка үзгәрер...

Моның өчен "иң элек мескенлегебездән арыныйк... Бәхетле булыр өчен үзеңә, үз көчеңә ышанырга кирәк, һәр эштә фәкать уңышка юнәлергә. Булмый ул, дип икеләнеп, шикләнеп башланган эш беркайчан да уңмаячак. Уңышның котылгысыз булуына нык ышаныгыз".

Болар һәр психология дәреслегендә бар дисезме? Фирдүс Дәүбаш бу фикерләргә милли эчтәлек сала, аның фәлсәфә-сендә борынгыларыбызның милли ышанулары ята. Аныңча, һәр фикеребез, һәр сүзебез күккә ирешә. Шикләнмәгез, ди ул, без теләкләребезне, хыялларыбызны үз көчебез, рухи егәрлегебез һәм күк ихтыяры белән чынга ашыра алабыз. "Уйларыгызны үзгәртеп, сез тормышыгызны, дөньягызны үзгәртәсез. Күкнең сөекле балалары булуыгызны онытмагыз", – ди ул.

Авторның һәр фикере татарның яшәү кодексы, милли үзенчәлеге булып яңгырый: "Кеше үзен ничек бәяләсә, аны башкалар да нәкъ шулай бәяли", "Үзебезне һәм якыннарыбызны ешрак мактыйк, мактаудан кешенең күңеле күтәрелә, мөмкинлекләре дә арта", "Беркайчан да үзегез турында начарны сөйләмәгез, хәтта шаяртып та", "Һәр сүзегезгә игътибарлы булыгыз, үзегезгә һәм якыннарыгызга килә торган бәхетне юньсез сүз белән куркытмагыз" һ.б.

Ф. Дәүбаш бәхетнең моңа кадәр шик астына алынып килгән кырларына, мөмкинлекләренә дә игътибар итә. “Үзегезгә бай яшәргә рөхсәт итегез” дигән бүлектә ул ачыктан-ачык яза: “Акча ул бик көчле энергия, аны яратырга кирәк. Акча акчаны яраткан кешегә генә килә”, – ди.

Юк, автор күп гасырлар буе тернәкләнеп килгән әхлакый кануннарны җимерергә уйламый, ул бары тик мескенлектән , түбәнлектән генә йолып калмакчы. Ул дөньяга яңача карарга куша. Күкнең иксез-чиксез хәзинәсеннән акча, байлык, безне сөендереп, бәхетле итәр өчен җибәрелә. Рәхмәтләр әйтеп алыйк, шатланып кулланыйк. Комсызланырга ярамый, һәр көн үз ризыгы белән килә, бүген бирелгәнне ерак җиргә бикләп кую ялгыш, ди ул.

Иң мөһиме – үзеңне, мин рәхәт, бай тормыш өчен яратылган, дип ышандыру. Ярлылыкта мактанырлык һәм мактарлык берни юк. Мохтаҗлык, киресенчә, кешене алдарга, урларга, башкаларны рәнҗетергә мәҗбүр итә. Кыскасы, үз аңыңда, хыялыңда, максатыңда бай булсаң – чынлыкта да бай буласың...

Бәхеткә тагын бер юл – хыяллана белү. Хыял – шул ук канат түгелмени?! Күңел канаты. Автор үз хезмәтендә хыял белән, күңел белән идарә итәргә өйрәтә. Ышаныгыз – татлы хыял белән бәхетле чынбарлык арасы сез уйлаганча ук ерак түгел.

“Властьны сүкмәгез” дигән бүлектә тагын бер традицион мәсьәлә күтәрелә. “Изелгән халык властьны кулына алып, аны кулланып кына беркайчан да үз хакларына

ирешмәячәк, – ди автор. – Явызлык кына артачак, ә явызлык булган җирдә игелеккә урын калмый. Халык үзе нинди булса, аның түрәләре дә шундый. Бәхетле, бай булыр өчен без үзебез үзгәрергә тиеш".

Шулай шул, бәхет төшенчәсендә иҗтимагый эчтәлек тә бар. Авыру, хәерче җәмгыятьтә аерым кеше генә бай һәм бәхетле була алмый. Андый илдә һәммәсе дә бәхетсез. Сәдака акчалары андый дәүләтнең үзенә түгел (интернат-мәктәпләр, ятимнәр йортлары – дәүләт үзе бит инде), ә бәлки кешене үзгәртү, авыру җәмгыятьне дәвалау эшенә бирелергә тиеш... Сәламәт җәмгыятьтә ата-аналар балаларын үзләре тәрбияләп үстерә.

Шул рәвешле, мантыйк безне "гаилә бәхете"нә китереп җиткерде. Монда да автор беркемне кабатламый, үзенчәлекле һәм... чын татарча фикер йөртә.

"Мәхәббәтнең бер мизгеле бөтен бер гомергә тиңдер ул. Гомерендә һич гашыйк булмаган, беркемне дә яратмаган кеше – бәхетсез кеше", – дип, бәхетле гаиләнең тигез мәхәббәттән тууын искәртсә дә, ул аның җаны, җылысы, бәхете хатын-кыздан торуын кат-кат дәлилли ("Бәхетнең башы – хатыннан уңу"). Автор сөйгән яр, кыз, хатын табуны күңелгә тапшырырга куша. "Күңел бит ул Күк көчләре белән бәйле", – ди ул. Ә Күк, Тәңре – төрки-татарлар өчен рухи чыганак, бәхет чыганагы. Димәк, бәхетле буласың килсә, хатының, сөйгән ярың да үз милләтеңнән булырга тиеш.

"Гаилә бәхете"нең эчтәлеге офыккача... Ф.Дәүбашның һәр ике якка да әйтер сүзе бар.

Ирләр колагына: “Хатыныңа һәрвакыт, аны күреп, гашыйк булган беренче мизгелдәге сыман ихтирамлы бул. Ул синең хатының, малың түгел. Һәр иртәдә сез яңадан туасыз, бер-берегезне беренче тапкыр күрәсез. Бу яңа көнне дә әле генә танышкан кебек гөрләшеп яшәгез !”

Хатыннар колагына: “Кеше ирен мактап, үз ирегезне булдыксыз дип битәрләсәгез, аның гайрәтен, көч-куәтен киметәсез... Битәрләмәгез ирләрне. Киресенчә, җылы сүз, мактау белән дәртләндереп, канатландырып торыгыз”.

Ата, ана булу бәхете, бала багу, бала сөю бәхете, тигез гомер, озын гомер бәхете, тугрылык, саулык-сәламәтлек, бәрәкәтлек, игелеклелек, мәрхәмәтлелек бәхете, гомумән яшәү бәхете – Ф.Дәүбашның бәхет хакындагы фәлсәфәсендә боларның барысына да урын түрдән бирелгән. Аларның барысын да ул борынгы бабаларыбызның ышану-мифларыннан ук килүче рухи тәгълиматларга, “күк кодексына”, Тәңре-Умайлар ихтыярына нигезләнеп хәл итәргә алына.

Шулай ук кием-салым, ризык, туклану кебек көндәлек реалийларны да борынгыларның яман күзгә, сихергә каршы торучы бәхет, саулык, игелеклелек, изгелек йолалары аша аңлатырга тели автор. Милли кием, милли ризык, милли яшәешнең бәхеткә илтүче туры юл булуын ышандырып әйтә белә ул.

Юл дигәннән, китапта “юл фәлсәфәсе”нә, дөресрәге, “хәерле юл (бәхетле юл) фәлсәфәсе”нә дә әһәмиятле урын бирелә. Ахыр чиктә бу юл – “татар юлы”, “милли юл” булып аңлашыла һәм үзеннән үзе бәхеткә ымсындыра

башлый. Ләкин автор шундук искәртеп куя: “Сак бул, юл ялганны яратмый”, – ди. Һәр юлның үз рухы бар. Татар барган юлның да үз рухы, иясе, энергиясе бар. Ләкин бу көчне бәхилләтеп торырга кирәк. Уйландыра: без аны бәхилләтеп тора алдык микән?

Фирдүс Дәүбаш шулай ук нәсел-ыру көченә дә бәхет эчтәлеге сала. Әрвахларның теләгеннән, ихтыярыннан да тора, ди ул, безнең бүгенге бәхетебез. Монда иң элек хөрмәт, ихтирам, тугрылык, бәхиллек хакында сүз бара. Болардан соң гына чын бәхет килә.

Ниһаять, бәхетле булуның иманга тиң әхлакый нигезе атала. “Сезне рәнҗетүчеләрне кичерергә өйрәнегез, – ди автор. – Үпкә сакламагыз”. Авыр рәнҗеш, үпкә белән бәйле вакыйганы әледән-әле искә алып тору саулыгыгызга зарар итә, ди ул, стресска китерә, бу вакытта басым күтәрелә һәм стресс гормоннары бүленеп чыга башлый. Болар барысы да кан әйләнешен боза һәм иммун системасын какшата. Автор кабат-кабат: “Кичерә белегез”, – ди. Күк барысын да күрә. Барысын да үз урынына куя. Ул сезнең яклы, ди. Күк сезне бәхетле итәргә тырыша, сез дә бәхет өчен, бары тик бәхет өчен генә яратылган!

Фирдүс Дәүбашның “Бәхет китабы” әнә шул хакта. Бу китап электән билгеле Йосыф Баласагунлының “Котадгу белек” (“Бәхетле булу белеме”) исемле поэмасы (1069-1070) белән аваздаш. Бәхет темасы мәңгелек. Аны яктырт-кан әсәрләр һәр заманга муафыйк.

Галимҗан Гыйльманов

ФАЙДАЛАНЫЛГАН ӘДӘБИЯТ ИСЕМЛЕГЕ

1. Hayata y□n veren □yküler. — Derleyen: Akin ALICI 4. Bask□ 2004, İstanbul.

2. “Казан утлары” ж-лы, 1994, № 3.

3. Татар халык мәкальләре / Җыючысы, төзүчесе һәм кереш мәкалә язучы Н.Исәнбәт. Т.1. – Казан: Татар. кит. нәшр.,1959.

4. Хуҗи Мәхмүтов. Язылмаган кануннар (Фольклорда әдәп-әхлак мәсьәләләре). – Казан: Татар. кит. нәшр., 1995.

5. Татар мифлары: ияләр, ышанулар, ырымнар, фаллар, им-томнар, сынамышлар, йолалар. Беренче китап. – Казан: Татар. кит. нәшр., 1996.

6. Татар мифлары: ияләр, ышанулар, ырымнар, фаллар, им-томнар, сынамышлар, йолалар. Икенче китап. – Казан: Татар. кит. нәшр., 1999.

7. “Ялкын” журналы, 2004 ел, декабрь.

8. Ризаэтдин Фәхретдин. Алтын Урда ханнары – Ханы Золотой Орды. – Казан: Татар. кит. нәшр., 1995.

9. Солтан Шәмси. Низаглы йортта: Алтын Урда дәүләтенең таркалу чорыннан сәхифәләр. – Казан: Татар. кит. нәшр., 2002.

10. Изге китап. Иске һәм Яңа Гаһедтән алынган вакыйгалар. – Санкт-Петербург, 2000.

11. Сулейменов Олжас. Аз и Я. — Алма-Ата, 1975.

12. Sadri Maksudi Arsal. Türk Tarihi ve Hukuk. — İstanbul, 1947.

13. Гамирҗан Дәүләтшин. Төрки-татар рухи мәдәнияте тарихы. – Казан: Татар. кит. нәшр., 1999.

14. Kemal Kara. Genel T□rk Tarihi. – □stanbul, 1999.

15. Рәмзия Мөхәммәдова. Татар халык киемнәре. – Казан: Татарстан китап нәшр., 1997.

16. Ф.С. Баязитова. Керәшеннәр. Тел үзенчәлекләре һәм йола иҗаты. – Казан: “Матбугат йорты” нәшр., 1997.

17. Ф.С.Баязитова. Әстерхан татарлары. Рухи мирас: гаилә-көнкүреш, йола терминологиясе һәм фольклор. – Казан: Фикер, 2002.

18. Ф.С. Баязитова. Себер татарлары. Рухи мирас: гаилә-көнкүреш, йола терминологиясе һәм фольклор. – Казан: Фикер, 2001.

19. Татар халык иҗаты. Йола һәм уен җырлары. – Казан: Татар. кит. нәшр., 1980.

20. Ахметзянов М.И. Из опыта анализа лексики древних татарских заговоров // Сб.: Татарская лексика в семантико-грамматическом аспекте. – Казань: ИЯЛИ, 1988.

21. Ахметзянов М.И. Тексты татарских языческих заклинаний //Сб.: Формирование татарского литературного языка. – Казань: ИЯЛИ, 1989.

22. Каюм Насыйри. Сайланма әсәрләр. Ике томда. Икенче том. – Казан: Татар. кит. нәшр., 1975.

23. Котб. Хөсрәү вә Ширин (шигъри роман). – Казан: Мәгариф, 2003.

ЭЧТӘЛЕК

Кереш 5

Беренче бүлек. Без – Күк нәселеннән! 8
Икенче бүлек. Хәерле иртә! 14
Өченче бүлек. Уйларыбызга хуҗа булыйк! 26
Дүртенче бүлек. Мескенлегебездән арыныйк 39
Бишенче бүлек. Властьны сүкмәгез 51
Алтынчы бүлек. Акча күктән яумый 63
Җиденче бүлек. Бәхетле булыгыз! 79
Сигезенче бүлек. Озак һәм матур яшәгез! 91
Тугызынчы бүлек. Кешеләрне яратыгыз 107
Унынчы бүлек. Күктүркләр тарихы 118
Унберенче бүлек. Кием – җитди нәрсә 128
Уникенче бүлек. Авыз күнгән ачы катык күнмәгән каймактан яхшырак 141
Унөченче бүлек. Хәерле юл! 152
Ундүртенче бүлек. Әрвахларны онытмагыз! 159
Унбишенче бүлек. «И туган тел! Синдә булган иң элек кыйлган догам...» 173
Уналтынчы бүлек. Саулыгыбыз үз кулыбызда 198
Унҗиденче бүлек. Дөньяда гаделлек бармы? 230
Унсигезенче бүлек. Без бәхетле чорда яшибез 239

Йомгак 257

Татар бәхетле була аламы? (яисә “Бәхет хакында китап”)
Галимҗан Гыйльманов мәкаләсе 268

Файдаланылган әдәбият исемлеге 277

Дэубаш Фирдус

МЫ РОЖДЕНЫ ДЛЯ СЧАСТЬЯ

Издание третье, дополненное
(на татарском языке)

Редакторы *Г. Гыйльманов*

Сдано в набор 28.04.2006. Подписано к печати 11.08.2006. Формат 60x84 1/16.
Бумага офсетная. Гарнитура «Академия». Печать ризографическая.
Усл. печ. л.17,5. Тираж 600 экз. Заказ К-136.

Редакционно-издательский центр «Школа».
420111, Казань, Дзержинского, 9/1. тел.: 8 917-264-8483
Отпечатано на множительном участке центра.
E-mail: ric-scool@yandex.ru