



Жаштык бул - ЖИГЕР!

НУР



Студенттердин коомдук-маданий гезити

@oshsu.kg

www.oshsu.kg

№08 (238) 2025-жыл, ноябрь

Гезит 1992-жылдан бери чыгат

oshmu.nur@mail.ru

КАНЫБЕК ИСАКОВ АТЫНДАГЫ СТИПЕНДИЯ ТАПШЫРЫЛДЫ



2-бет

Чоң нерселер кичинекей
кадамдардан башталат



10-бет

Хоббимди бизнеске
айланттым



7-8-бет

КАНЫБЕК ИСАКОВ АТЫНДАГЫ СТИПЕНДИЯ ТАПШЫРЫЛДЫ

28-ноябрь күнү Ош мамлекеттик университетинде Кыргызстандын билим берүүсүнө эмгек сиңирген ишмер, филология илимдеринин доктору, профессор Каныбек Исаков атындагы стипендияны тапшыруу аземи өттү.

Бул салтанаттуу иш-чарага университеттин жетекчилиги – ректор Кудайберди Кожобеков баштаган профессордук-окутуучулук курам, ошондой эле маркум профессордун үй-бүлөсү, жакын санаалаштары, кесиптештери жана шакирттери катышты.

Кожобеков өз сөзүндө Каныбек Исаковду өзүнүн устатагайларынын бири болгондугун баса белгиледи. Ал билим берүү, илим изилдөө жана жетекчилик кызматтардагы ишмердүүлүгүндө дал ушундай көрөгөч инсандардын көрсөтмөлөрү чоң салым кошуп келгенин айтып, стипендияга татыган студенттерди куттуктап, аларга ийгиликтерди багындырып, келечекте кыргыз элине олуттуу салым кошкон татыктуу адистерден болууга чакырды.

Сынакка университеттин бардык институттарынын, факультеттеринин жана коллеждеринин күндүзгү бөлүмүндө окуган студенттери катышты. Кароодо студенттердин окуудагы мыкты жетишкендиктери, эл аралык же республикалык чыгармачыл сынактардагы ийгиликтери, чыгармачылык ишмердүүлүгү жана коомдук-маданий иштердеги активдүүлүгү эске алынды.

Документтерди кабыл алуу эки баскыч менен жүргүзүлдү: алгач институт, факультет жана колледждерде иргелип, экинчи этапта университеттик комиссия тарабынан кылдат каралды. Жыйынтыгында мыкты деп табылган он студенттин ар бирине Каныбек Исаков атындагы 10 миң сом өлчөмүндөгү стипендиялык сыйлык ыйгарылды.

Стипендиянын жалпы байге фонду 100 миң сомду түзүп, ал толугу менен профессор Каныбек Исаковдун үй-бүлөсү тарабынан каржыланды. Бул демилге маркумдун билим берүү тармагындагы эмгегин даңазалоо жана жаштардын жигердүүлүгүн, чыгармачылык жөндөмүн колдоо максатында ОшМУ тарабынан уюштурулду.

Сыйлык алган студенттердин тизмеси:

- **Мухаммедалы Мамажанов** – Экономика, бизнес жана менеджмент



институту, 3-курс

- **Мээрим Эркинбек кызы** – Филология жана маданият аралык коммуникация институту, 4-курс

- **Данакер Зергербаева** – Математика жана информациялык технологиялар институту, 3-курс

- **Айсель Сейтекова** – Медицина факультети, 4-курс

- **Мунара Ормотаева** – Эл аралык билим берүү программаларынын Жогорку мектеби, 3-курс

- **Айтунук Мамытова** – Педагогика, искусство жана журналистика институту, 4-курс

- **Элмирбек Беделов** – Индустриалдык-педагогикалык колледжи, 2-курс

- **Нарсулуу Усенова** – Медицина факультети, 3-курс

- **Азиза Насайдинова** – Эл аралык билим берүү программаларынын Жогорку мектеби, 3-курс

- **Нуризат Калысбек кызы** – Педагогика, искусство жана журналистика институту, 4-курс

Профессор Каныбек Исаков 1969-жылы 4-июнда Ноокат районунда туулган. Ал жогорку билимди ОшМУдан алып, 2011-2019-жылдары Ош мамлекеттик университетин жетектеп, ага чейин Ош мамлекеттик педагогикалык университетинин ректору (2006-2011) болуп эмгектенген. 2019-2020-жылдары Кыргыз Республикасынын Билим берүү жана илим министри кызматын аркалаган. Ал 2020-жылы 12-ноябрда дүйнөдөн кайткан. Артында үч кыз, бир уул калды.



ОШМУНУН ТОГУЗ СТУДЕНТИ ПРЕЗИДЕНТТИК СТИПЕНДИЯГА ЭЭ БОЛДУ

Президенттик стипендияга быйылкы жылы Ош мамлекеттик университетинин тогуз студенти ээ болду.

Сыйлык жалкы, сыймык жалпы демекчи, ОшМУда окуп жаткан студенттер ийгилик жаратса, студенттин эле ийгилиги эмес жалпы ОшМУнун ийгилиги болуп саналат. Андыктан, кубанычы койнуна батпай турган сыймыктуу студенттерибиз менен жакындан таанышып, кененирээк маалымат алдык.



Малика Токтосунова:

«Билим – эң күчтүү курал экенин далилдегим келет»



Мен, Токтосунова Малика Чыныбековна, 2004-жылдын 13-декабрында Ош облусунун Алай районуна караштуу Гүлчө айылында төрөлгөм. Жашоомдогу ар бир кадам – илимге болгон кызыгуум жана өлкөмдүн келечегине болгон ишенимиме байланат. Дал ушул максаттарым мени кадыр-барктуу, даңк

ордендүү Ош мамлекеттик университетине жетелеп келип, бүгүн президенттик стипендиат кылып отурат.

Илимге болгон сүйүүм сөз жүзүндө эмес, аракет менен далилденген. Бүгүнкү күнгө чейин 13 илимий макала эл аралык журналдарга жарыяланды. Көптөгөн илимий-практикалык конференцияларда өз баяндамам менен чыгып, илимий идеяларымды башкалар менен бөлүшүп, жыйынтыгында «Мыкты баяндамачы», I-III даражадагы дипломдордун ээси болдум. Бул аракеттеримдин жыйынтыгы

катары ОшМУнун “Окумуштуулар кеңешинин стипендияты”, “Кыргызстандын мыкты студенти – 2024” жана “СНГнын мыкты студенти – 2024” наамдарын алууга жетиштим. Бул сыйлыктар – мен үчүн мактаныч эмес, мындан да көп иш кылууга түрткү берген күч.

Илимий макалалар менен гана чектелбестен, өзүмдү редактор катары да сынап көрдүм. ОшМУнун “Нур” студенттик гезитине макалаларды даярдап, редакциялык топтун мүчөсү болдум. Жаш балдар үчүн «Эки жомок» китебине редактор болдум. «Алай эскерүү китеби Улуу Ата-Мекендик согуштун жана Афган согушунун катышуучулары» аталышындагы китебинин корректору жана редактору болдум.

Билим – адамды гана эмес, бүтүндөй коомду өзгөртө алат деп ишенем.

Президенттик стипендия – мен үчүн сыймык гана эмес, чоң жоопкерчилик. Аны алуу менен мен өзүмө жана көптөгөн жаштарга билим, аракет жана максат – эң күчтүү курал экенин далилдегим келет.

Эржан Бактыярбек уулу:

«Коомдук иштерге активдүү катышып келем»

Мен, Эржан Бактыярбек уулу, 2004-жылы Ош облусунун, Ноокат районуна караштуу Шаңкол айылында туулгам. 2011-2022-жылдар аралыгында “Шаңкол” орто мектебин кызыл аттестат менен аяктадым. Учурда ОшМУнун Тарых-юридика институтунун тарых адистигинде 4-курста окуп жатам.

Адам жашоого бир жаралат. Ар бир адам бул өзүнчө бир чоң-тарых. Мен да өз тарыхымды жараткым келет. Үстүбүздөгү жылда президенттик “Үмүт” стипендиясына ээ болдум. Бул ийгиликти жаратууга чейин мен татаал жолдорду басып өттүм. Тыйындын экинчи тарабы болгондой эле, кыйын жолдун арты ийгилик менен аяктайт. Бирок адам ага сабыр менен чыдоосу керек.

Ооба, ийгиликке жетүү кыйын жолду талап кылат. Бул ийгиликке жетүү үчүн көптөгөн майда тепкичтерди басып өтүү керек. Мен буга чейин Ош мамлекеттик университетинин “Атуулдук стипендия-2024”, “Кыргызстандын эң мыкты студенти-2024”, “КМШ өлкөлөрүнүн мыкты студенти-2024”, “Түрк тилдүү мамлекеттердин мыкты студенти” наамдарына ээ болдум. Окуу менен эле чектелбей коомдук иштерге активдүү катышып келем. ОшМУдан сырткары 2023-2024-окуу жылында Казакстан Республикасындагы Л.Н.Гумилев атындагы Евразия улуттук университетинде академиялык мобилдүүлүк программасы аркылуу бир семестр окуп келдим. А 2025-жылдын башында Низами атындагы Ташкент мамлекеттик педагогикалык

университетинде академиялык мобилдүүлүк программасы менен окуп келүүгө жетиштим. Андан сырткары Казакстан, Озбекстан, Тажикстан жана Россия Федерациясындагы илимий эл аралык конференцияларга байма-бай катышып келем. Эл аралык жана Кыргызстан ичиндеги журналдарга

бир нече макалаларым жарык көрдү. Учурдан пайдаланып жогорудагы ийгиликтерди багындыруума себепчи болгон ата-энеме, жакындарыма жана жалпы мугалим, устаттарыма ыраазычылык билдирем. Өзгөчө илим жолумда мага илимий жетекчи болуп, мени туура багытка буруп акыл насаатын айтып турган Чыныкеева Гулназ Эргешалиевнага ыраазычылык билдирем. Жаш студент досторго айтаарым, максатты чоң койгула, кудайга ишенгиле. Өзүңөрдүн анык максатыңар болсун. Суунун агымына каршы сүзүү үчүн балык күчтүү болушу керек, суунун агымы менен өлүк балык да сүзө алат дегендей өзүңөрдүн максатка жетүү жолуңарда күчтүү болгула. Тил үйрөнгүлө. Чет жакка чыккандан коркпогула. Ар дайым ата-энеңердин батасын алып, бийик максатыңар үчүн умтулгула!





Аяна Малабаева:

«Эгер чет өлкөгө бара албасам — өз өлкөмдө бийиктикке жетем деп максат койгом»

Мен, Малабаева Аяна Мухаммедалиевна, 2005-жылы Ош шаарында туулгам. С.М. Киров атындагы мектеп-гимназиясыны ийгиликтүү аяктап, учурда Ош мамлекеттик университетинин тарых-юридика институтунун юриспруденция адистигинде 4-курста окуп жатам.

Бала кезден эле дүйнөнүн мыкты университеттеринде окууну самачумун. Бирок кээ бир жагдайлардан улам чет өлкөгө кетүү мүмкүн болбой калды. Ал кезде көңүлүм чөгүп, эгер чет өлкөгө бара албасам — өз өлкөмдө бийиктикке жетем деп максат койгом.

Ушул ой мени өзгөрттү. Мен окууда мыкты болууга, ар бир мүмкүнчүлүктү колдон чыгарбоого аракет кыла баштадым. Ошентип эмгек менен президенттик стипендияга жеттим. Албетте, койгон максатыңа умтулууда кыйынчылыктар көп болот. Кээде пикиринди укпаган учурлар, адилетсиз мамилелер кездешет. Бирок мен бир нерсени түшүндүм — ар ким өз максатына өз жолу менен жетет.

Менин жолум таза. Өз аракетим менен барам.

Президенттик стипендияга ээ болгонум үчүн биринчи кезекте жаратканга ыраазымын. Мага күч, сабыр жана мүмкүнчүлүк бергенине. Ошондой эле өз үй-бүлөмө. Алар дайыма мени түшүнүп, колдоп келишет. Мектептеги жана институттагы мугалимдериме, биздин институтубуздун директоруна өзгөчө ыраазычылыгымды билдирем. Алар өз ойлору менен бөлүшүп, туура жол көрсөтүштү. Ошондой эле кеңеш берип, ар дайым колдоп келген университеттеги байке-эжелериме да терең ыраазымын. Келечекте мен өз кесибимдин мыкты адиси болуп, адилеттүүлүккө, таза эмгекке жана боорукердикке негизделген иштерде кызмат кылган адис болууну каалайм. Ар бир кадамым менен башкаларга дем берип, аларга жаңы мүмкүнчүлүктөрдү ачкым келет.

Студенттерге айтарым — тил үйрөнгүлө! Ар бир жаңы тил — жаңы дүйнө, жаңы мүмкүнчүлүк. Максаттарыңарга таза жол менен, өз күчүңөр менен жетүүгө умтулгула, анткени өз күчүң менен келген жетишкендик — эң таттуу жетишкендик. Убакыт бөлгөнүнүздөр үчүн ыраазычылык билдирем. Ар бир күнүнүздөр жаңы мүмкүнчүлүктөргө жана жагымдуу окуяларга толсун!

Айтурган Мусабеева:

«Главное — развиваться и применять знания на практике»

Здравствуйте! Меня зовут Айтурган. Учусь в ОшГУ, в Институте экономики, бизнеса и менеджмента по направлению бизнес-информатика. Я выбрала это направление осознанно — мне всегда было интересно, как технологии и управление могут объединяться для создания эффективных решений в бизнесе.

Желание изучать современный бизнес и информационные технологии помогло мне поступить на любимую специальность, где я активно развиваюсь в сфере управления проектами, архитектуры, IT и искусственного интеллекта.

В 2025 году я прошла академическую мобильность в Санкт-Петербургском университете, где получила ценный опыт международного обучения и изучила практические аспекты управления проектами. Этот этап стал важным шагом к профессиональному росту и расширению кругозора.

Недавно я стала обладательницей Президентской стипендии, что стало для меня большим достижением и признанием

усилий, вложенных в учёбу и научную деятельность. Ранее участвовала в олимпиадах и научных конференциях, где занимала призовые места. Эти успехи вдохновляют меня двигаться дальше и укрепляют уверенность в выбранном пути.

Сегодня для меня важно не просто изучать теорию, а понимать, как знания применяются в реальных проектах. Я стремлюсь развиваться в своих интересах — управлении проектами, архитектуре и искусственном интеллекте, чтобы со временем реализовывать собственные идеи и вносить вклад в развитие современной экономики Кыргызстана.

Я верю, что успех строится на постоянном росте, ответственности и стремлении делать своё дело качественно.



Аксамай Жумабаева:

«Билимимди тереңдетүү үчүн аянтча издедим»

Мен, Жумабаева Аксамай Учкунбековна, 2006-жылы Ош облусунун Өзгөн районуна караштуу Он-Беш-Жаш айылында төрөлгөм. Аталган айылда 2022-жылы Ж.Примкулов атындагы орто мектебин ийгиликтүү аяктадым. Азыркы учурда ОшМУнун филология жана маданият аралык коммуникация институтунун кыргыз тили, адабияты адистигинин 4-курсунда билим алып жатам.

Университеттин босогосун аттагандан тарта мен үчүн негизги приоритет — стипендия алуу эмес, сапаттуу билим алуу болчу. Бул жетишкендик ата-энемдин мага болгон ишеними, студент катары өнүгүүгө болгон умтулуудун, өзүмдү компетенттүү адис катары калыптандырууга болгон аракетимдин натыйжасы деп ойлойм.

Мен 1-курстан тарта окуу процессине максималдуу концентрация менен жоопкерчиликтүү мамиле жасап, ар бир сабакты билимимди өстүрүүчү жана мыкты адис болуу үчүн түрткү берген негизги ресурс катары кабыл алдым. Аудиториянын чегинде гана калып калбай, билимимди тереңдетүү үчүн аянтча издедим. Жыйынтыгында, университеттик, аймактык, республикалык, эл аралык деңгээлде өткөрүлгөн илимий-теориялык конференцияларга, олимпиадаларга, интеллектуалдык таймаштарга катыштым.

Бул мүмкүнчүлүктөрдү тартуу кылган үчүн, алгач университетиме жана кыргыз тили, адабияты адистигинин окутуучулук курамына ыраазычылык билдиргим келет!

Натыйжада, окуудагы көрсөткүчтөрүм, илимий жана коомдук иш-чаралардагы активдүүлүгүм бул сыйлыкты алууга түрткү берди.

Бүгүн, мен президенттик стипендиянын ээси катары мындай деп айткым келет: Өзүңдүн инсан катары өнүгүүң жана келечегин үчүн жасалган ар бир иш-аракет сен үчүн эң жакшы нерселерди тартуулайт!



Жасмина Исмати́лла кызы:

«Быть среди умных — это вдохновляет»

изучение

новых языков и т.п.

Не знаю почему, но когда я изучаю что-то новое, разговариваю с разносторонним человеком, чувствую себя такой окрыленной.

Я не отношу себя к числу умных людей, ни в коем случае. Но мне так нравится быть в таком интеллигентном обществе.

Я с самого детства ужасно восхищалась и восхищаюсь умными людьми. Со времён школы я старалась дружить с такими и закончила 11-класс в компании из четырех людей, которые обсуждали квантовую физику, космос, древний мир,

В последний раз это было на форуме, где были ребята из других престижных университетов. Для них твоё знание 5 языков - это базовый минимум. И как бегло спорят на юридическом английском!

И, наверное, именно в такие моменты я понимаю, насколько важно окружать себя людьми, которые вызывают в тебе желание расти. Они будто тихо напоминают, что у каждого есть свой путь, своя глубина и своя форма красоты — и внешней, и внутренней. Ведь иногда одно вдохновляющее общение может изменить в тебе больше, чем годы привычной рутины.

Каждая встреча, каждая новая мысль, каждый разговор, после которого хочется открыть книгу — всё это маленькие шаги к чему-то большему. Возможно, к себе настоящей.

Айдина Бакытбек кызы:

«Ар бир кичине аракет — чоң жетишкендикке жол ачат»

Мен, Айдина Бакытбек кызы, Баткен облусуна караштуу Кадамжай районунун Майдан айылында төрөлгөм. Азыркы учурда Ош мамлекеттик университетинин Математика, физика, техника жана информациялык технологиялар институтунда 4-курста билим алып жатам.

1-курстан тарта мен алдыма так максат койгом жана ошол максатты ишке ашыруу үчүн үзгүлтүксүз аракет кылып келем. Ар кандай семинарларга, иш-чараларга, долбоорлорго активдүү катышып, жаңы тажрыйба жана билим топтодум. Бул аракеттер мага өзүмдү ар тараптан өнүктүрүүнү, жоопкерчиликти жана лидерлик сапаттарды өркүндөтүүнү үйрөттү.

Талыкпай эмгектенүүнүн жана максатка берилгендигимдин аркасында мен президенттик стипендиянын ээси болдум. Бул мен үчүн жөн гана сыйлык эмес, менин тынымсыз эмгегимдин жана аракетимдин баалоо тастыктамасы болду. Ал мага келечектеги пландарымда ишеним берип, мындан ары да өсүп-өнүгүүгө жана жаңы жетишкендиктерди багындырууга түрткү берди.

Ийгиликке жетүүнүн негизи — ишеним, туруктуулук жана үзгүлтүксүз аракет. Ар бир кичине кадам чоң максатка жол ачат. Мен

күнүмдү максаттуу өткөрүп, ар бир ишти жоопкерчилик менен аткарууга умтулам, анткени чыныгы өзгөрүү кичине аракеттерден башталат.

Бул жолдо мага ата-энемдин, окутуучулардын жана жакын

адамдарымдын колдоосу чоң дем берди. Алар ар дайым ишенич көрсөтүп, кыйынчылыктарда күч-кубат берип турушту. Мен үчүн бул колдоолор — максатка жетүүнүн маанилүү булагы жана аракетимдин натыйжасы болду.

Ар бир жетишкендик аракеттин, сабырдын жана ишенимдин натыйжасы. Өз кыялдарыңа ишен, кичине кадамдар менен алдыга умтул, жана эч качан аракеттенүүдөн коркпо. Чыныгы ийгилик — ар бир күнүңдү максаттуу жана пайдалуу өткөрүү менен курулган жол. Бул менин азыркы жетишкендиктерим — ийгиликтеримдин башталышы гана, жана алар мага келечекте бийиктиктердин чокусуна жетүүгө ишеним жана күч берет.



Акмырза Тургунбаев:

«Учись, развивайся и будь патриотом!»

Я, Тургунбаев Акмырза, родился в 2004-году в Кыргызской Республике. Окончил школу-гимназию «Олимп» в городе Ош. По ОРТ набрал 208 баллов.

Перепрыгивая экстерном несколько курсов, завершил курсы

английского языка в «Институте Тейлора», который является самым сложным эффективным местом для изучения английского языка. На данный момент являюсь студентом ОШГУ по специальности «Юриспруденция». Свободно владею английским языком, а также немецким и изучаю итальянский. Написал юридическое пособие, книгу на трёх языках: русский, английский и немецкий. Опубликовал более 12 научных статей в международных журналах. Являюсь победителем различных международных и

республиканских олимпиад в области юриспруденции. Увлекаюсь шахматами, чтением художественной русской и зарубежной литературы, а также играю на гитаре. Активно занимаюсь спортом и побеждаю на различных соревнованиях. Постоянно принимаю участие в международных научно-исследовательских конференциях в других странах.

Ко всем этим достижениям меня мотивируют патриотические стремления, благодаря которым был удостоен Президентской стипендией. Я очень люблю свою родину, мою родной Кыргызстан, мой народ. Прилагаю все усилия для развития нашей страны и благополучия нашего народа, так как я сын кыргызского народа и должен все сделать для процветания нашей страны. Я горжусь тем, что получил Президентскую стипендию от нашего Президента Кыргызской Республики Жапарова Садыра Нургожоевича, который все делает для развития нашего государства

ОШМУНУН Эң МЫКТЫ СТУДЕНТТЕРИНЕ «АТУУЛДУК СТИПЕНДИЯ» ТАПШЫРЫЛДЫ

Ош мамлекеттик университетинин мыкты он студенти Кыргызстандагы эң жогорку сыйлыктардын бири — «Атуулдук стипендияга» ээ болушту.

Сыйлык алгандарды куттуктоо иш-чарасына ОшМУнун ректору Кудайберди Кожобеков, стипендиянын демөөрчүсү, университеттин профессору Салы Каримов, ошондой эле «Компаньон» банкынын өкүлдөрү, сыйлык ээлеринин ата-энелери, окутуучулар жана студенттер катышты.

Иш-чаранын жүрүшүндө ректор Кудайберди Кожобеков стипендиаттарды куттуктап, бул сыйлыктын маанисин баса белгиледи.

Быйылкы окуу жылында «Атуулдук стипендияга» төмөнкү факультет жана институттардын он студенти татыктуу болду:

* **Сыргагүл Абдрахманова** – Экономика, бизнес жана менеджмент институту

* **Абдуллох Саматов** – Медицина факультети

* **Мадина Каримова** – Медицина факультети

* **Амантур Эркинов** – Тарых-Юридика институту

* **Клара Мамадиярова** – Филология жана маданият аралык коммуникация институту

* **Азима Рабидинова** – Математика, физика, техника жана информациялык технологиялар институту

* **Жаннат Залкарбек кызы** – Педагогика, искусство жана журналистика институту

* **Мохинур Максимова** – Эл аралык билим берүү программаларынын жогорку мектеби

* **Айканыш Асранкулова** – Эл аралык билим берүү программаларынын жогорку мектеби

* **Таттыбүбү Гуламова** – Табият таануу, дене тарбия, туризм жана агрардык технологиялар институту

Салтанатта «Атуулдук стипендиядан» сырткары, 2024-2025-окуу жылынын жыйынтыгы боюнча Президенттик стипендия алган студенттер, ОшМУнун ТОП-20 тизмесине киргендер жана жыл ичинде жогорку жетишкендиктерге жеткен жаштарга да сыйлыктар тапшырылды.

Маданий-массалык жана тарбия иштер бөлүмү тарабынан уюштурулган лотереянын жыйынтыгында, «Атуулдук стипендиат» Айканыш Асранкулова жана Президенттик стипендиянын ээси Эржан Бактыярбек уулу ОшМУнун ректору менен бирге түшкү тамакка баруу жолдомолорун утуп алышты.

Жыйында «Атуулдук стипендиянын»



меценанты, «Кыргыз Республикасынын билим берүүсүнө эмгек сиңирген кызматкер» наамынын ээси, ОшМУнун профессору Салы Каримов буларды айтты:

«Мен студенттик кезде ал мезгилдеги эң жогорку стипендияга, Сталиндик стипендияга ээ болгонмун. Аны мен үч жыл катары менен алдым. Ал убакта менин стипендиям мектеп мугалиминин эки айлык маянасына тете болчу. Ушул жетишкендик мага чоң дем берип, бир күнү өзүм да жаштарга стипендия берсем деген максат койгонмун. Эми ушуну менен гана чектелип калбай дагы башка колдоолорду ишке ашырсам деген ниеттерим бар».

«Атуулдук стипендия» Кыргызстандагы эң абройлуу сыйлыктардын бири катары таанылат. Ал өз алдынча аракеттенген,

коомдукиштерге активдүү катышкан, сабакты мыкты өздөштүргөн студенттерге берилет. Мындан тышкары, стипендиаттардын ОшМУдан тышкары чет өлкөлөрдө илимий жана билим берүү жаатында тажрыйбасын кеңейтип, кесиптик чеберчилигин өнүктүргөндүгү да эске алынат.

«Атуулдук стипендия» 2012-жылдан бери үзгүлтүксүз берилип келет. Бүгүнкү күндө аны алгандардын жалпы саны 65ке жетти. Алгачкы жылдары ар бир студентке айына \$100 доллардан берилсе, былыр бул сумма 10 миң сомду түзгөн. Ал эми 2025-2026-окуу жылында он студент ай сайын 12 миң сомдон стипендияга ээ болот. Быйыл стипендиянын жалпы фонду 960 миң сомду түзгөн.

Хоббиимди бизнеске айлантамын

Жөнөкөй хоббини кирешелүү бизнеске айлантууга болобу? Бул суроо көптөгөн жаштарды ойлондурад. Бирок 27 жаштагы Накен Дозонов бул суроого "Ооба!" деп жооп берет. Бала кезинде жыгачтан жаа, кылыч жасап ойногон кызыгуусу, 2020-жылдагы карантин маалында "Kol onorchu" аттуу келечектүү ишкананын түптөлүшүнө себеп болгон. Башында каалоодон башка эч нерсеси жок Накен эч киреше көрбөсө да, тажрыйба топтоо үчүн бекер иштөөгө даяр болгон.

Учурда өзүнүн "Kol onorchu" бренди аркылуу Кыргызстандын тарыхын, маданиятын жана туризмдин чагылдырган уникалдуу жыгач сувенирлерди жасап чыгарат. Бул макалада биз Накендин жеке өнөрүн кантип толук кандуу жумушка айланып, студенттик жашоону бизнес менен айкалыштырып жатканына күбө болобуз. Анда эмесе, карантин учурунда тутанган кыял кантип эл аралык фестивалдарга жеткиргенин чогуу окуйлу.



Мен, Дозонов Накен Бакытович 1998-жылы Жалал-Абад облусунун Ала-Бука районунда жөнөкөй карапайым үй-бүлөдө төрөлгөм. Эстеп көрсөм кичинекей кезимде телевизордон ар кандай кино сериалдарды көрүп, ал жактагы каармандарды туурап жыгачтан жаа, кылыч жасап ойногон күндөрүм болгон. Кесинди жыгачтардан (отход) ар кандай буюмдарды жасаганга дагы кызыкчумун. Үй-бүлөбүздө эч ким деле устачылык өнөр менен алектенген эмес. Ар бир адамга ар кандай талант берилет эмеспи, бул дагы Кудайдан мага берилген талант деп билем.

Хоббинин чоң жолго түшүшү

Кол өнөрчүлүктү эң алгач 2020-жылы карантин учурунда баштадым. Үйдө жумуш жок олтуруп калганда, убакытты текке кетирбөөнүн айланын таап, ушул жумуш менен алек болуп калдым. Алгач жыгачтан стол оюнун (настольный игра) жасап көргөнбүз. Биринчи жасаган оюнубуз окшошкондон кийин, андан соң ал оюнду көбүрөөк жасап, тааныштарга сатып биртке акча иштеп көргөндө, демек бул жол менен акча тапса болот экен деген ой пайда болгон.

Акырындан тааныштарыма өз кызматымды сунуштап, алардан буйрутмаларды алып баштадым. Башында менде каалоодон башка эч нерсе жок болчу. Мисалы, тааныштарымдан буйрутма алсам, ал буйрутманы башка адамга барып, дизайнын чийдирип, ага буйрутманы кестирип, базардан клей, краска сатып алып келип чогултуп, буйрутманы жеткирип берчү элем. Ошондо бир буйрутманы 300 сомго алсам, анын 150-200 сомун дизайн чийген жана кескен адамга берип, арткан акчага керектүү буюмдарды алып койчумун. Мындайча айтканда мага эч кандай акча калбайт, бекер эле жасап берем, бирок тажрыйба топтойт болчумун.

Башка жерде айлыкка иштеп, түштөн кийин бош убактымда кол өнөрчүлүк менен алактенип дагы жүрдүм. Компьютер дагы жок болгону үчүн бош убактымда тааныш акемдин ишканасына барып дизайн чийип үйрөндүм. 2022-жылы күз айынан баштап

кол өнөрчүлүк менен толук кандуу иштеп баштадым. Акырындан буйрутмалар көбөйө баштаганда, кичинекей гаражды ижарага алып, офис кылып иштетип баштадык. Дээрлик 3 жыл бою буйрутмаларды бир адамга кестирип, жалпы суммасынын 60-70% ага төлөп жүрдүм.

2023-жылы таанышымдан пайызга акча алып, өзүмдүн топтогон акчамды кошуп көптөн бери кыялданып жүргөн лазерный станокту сатып алдым. Шакирттерди алып үйрөтүп, топ түзүүгө жетиштим. Бир буюмду жасаш үчүн эң алгач анын дизайнын компьютерде чийиш керек. Буюмдун өлчөмү кандай болот, формасы кандай болуш керек, кандай жазуу тексттер кошулат, баары эң алгач компьютерде дизайны чийилип



(Уландысы кийинки бетте)

даярдалышы керек. Даяр болгон дизайнды лазерный станоктун жардамында жыгачка кесип алабыз. Кесилген жыгачтардын бетиндеги чандарын тазалайбыз. Клейдин жардамында буюмду чогултабыз. Андан кийин боёп же лактап койсок, буюм даяр болот.

Шаарыбызда өткөрүлгөн ар кандай иш-чара көргөзмө, жарменкелерге катышып турабыз. Өзбекстандын Ташкент жана Бухара шаарларында өткөрүлгөн фестивалдарга катыштык. Бул жылы жай айында Ысык-Көлдүн Каракол шаарында өткөрүлгөн эл аралык фестивалга Ош шаарынын атынан катышып келдик. Башында жөн эле хобби болгон кол өнөрчүлүк, аракеттин артынан толук кандуу иштеген жумушума айланды, ошондой эле азыр бизнес катары мекенибизге таанылып келе жаткан ишканалардын бирине айланып жатат десем болот.

Бизнес – бул өзүнчө чоң университет

Бизнес сферада жүрүү менен бул нерсени түшүндүм: бизнес бул өзүнчө чоң окуу жай. Ал жакта окуйсүң, изденесиң, практикада көп иштейсиң, көптөгөн жаңы нерселерди үйрөнөсүң. Адамдар менен сүйлөшкөндү, алар менен кантип туура мамиле кылуунун сырын биле аласың. Акчаны кантип колдонгонду, кыйынчылыктардан кантип өтүүнү, койгон максатка кантип жетүүнү ж.б көп жактан билим алганга сонун мүмкүнчүлүк десем болот. Ошондой эле жашоодо адам катары калыптанганга абдан чоң жардам бере алат деп айта алам.

Биздин максатыбыз же миссиябыз бул – Кыргызстандын тарыхын, маданиятын жана табиятын уникалдуу жана сапаттуу сувенирлер аркылуу жайылтуу. Ошондуктан, көбүнчө жасаган буюмдарыбыз ички жана сырткы туристтерге арналган буюмдар.

Мисал үчүн башка облустардан келген коноктор Ош шаарыбыздан эстелик болсун деп сатып алышат. Брелок, магниттик, шкатулка ж.б. Ошондой эле чет жактан келген конокторубуз дагы өздөрүнө эстелик катары Ош шаарын чагылдырган ар кандай буюмдарды сатып алышат. Суроо талап көп болгону үчүн Ошту жана Кыргызстанды чагылдырган буюмдарды, боз үй, комуз, калпактын формасында жана башка буюмдарга ар кандай оймо-чиймелерди кошуп жасайбыз.

Башталгыч баалар 100 сомдон башталат жана кардардын талабына жараша баалар өзгөрөт. Кошумча ишкана, окуу жайларга, жеке адамдарга белекке бергени жыгачтан жасалган өзгөчө белек буюмдарга дагы суроо-талап көп түшөт.

Буюмдун жасалышы дагы кыйын жеңил болуп ар кандай бөлүнөт. Брелоктор, телефон койгучтар жасаганга оңой жана көп деле убакытты талап кылбайт. Ал эми жарык берүүчү чырактар (светильник), дүйнөнүн



картасы, жыгачтан жасалган көлөмдүү тамгалар (объемные буквы, вывеска) көп убакытты талап кылат. Эң тез жасалганы 20 мүнөттө даяр болсо, эң кеч жасалганы 7-10 күндүк убакыты алышы мүмкүн.

Кол өнөрчүлүк бул жашоомдун бир бөлүгү болуп калды десем жаңылышпайм. Дайыма ал жөнүндө ойлоном, кандай жаңы же өзгөчө элге пайдалуу буюм жасап чыгарсак болот деп изденем. Буюмды жасаганы идея болсо, алгач аны мээмде же оюмда жасап көрөм. Бул жерин кандай кылсам болот, мындай кылсам сонун болмок деп оюмда буюм даяр болгондо, аны жыгачтан жасоо дагы оңой болот. Кээде 4-5 күн же жумалап башка иштеримден бошобой такыр буюм жасабай калышым мүмкүн. Анан кайрадан жасап баштаганда сагынып калганым байкалат. Кээде бул өнөрдү жаңыдан үйрөнүп баштагандай сезилип кетет.

Жасаган буюмдарыбыз туризмге байланыштуу болгону үчүн учурда Табият тануу дене-тарбия туризм жана агрардык технологиялык институтунда туризм багытында 3-курста окуп жатам. Жумуш менен окууну чогуу алып кетиш кыйын албетте, бирок колумдан келгенче аракет кылып жатам. Окуудан алган билимимди жумушумда колдоно алам. Алдыдагы максатыбыз “Kol onorchu” брендин Кыргызстанга таанытуу. Ошондой эле эң негизги максатыбыздын үстүнөн иштей берүү. Жашоодо баарынан маанилүүсү – кесипти жана өз ордубузду табуу, мен өз жолумду таптым деп ишенем.



УЙКУНУН УУРУСУ

Заманбап студенттик жашоодо смартфондор окуудагы, баарлашууда, көңүл ачууда, жада калса ойготкуч саат катары колдонулуучу ажырагыс курал болуп калды. Бирок, тынымсыз экран убактысы, өзгөчө кечинде жана түнкүсүн, организмдин биологиялык ритмине (циркаддык ритмге) терс таасирин тийгизет.

Эмне үчүн? Себеби, электрондук экрандардан чыккан көк жарык мелатониндин – уйку гормонунун өндүрүшүн кескин басаңдатат. Мээбиз көк жарыкты ойгонуу сигналы катары кабылдайт. Натыйжада, уйку кечигип, сапаты начарлайт, эртең менен ойгонуу кыйындайт.

Бул макалада биз смартфондун экранынан чыккан жөнөкөй көк жарык жана "арзан" ырахат кантип биздин биологиялык саатыбызды бузуп, окуудагы жетишкендиктерибизге жана ден соолугубузга олуттуу зыян келтирип жатканын илимий негизде талдайбыз.

Мелатонинге карай жасалган чабуул

Биздин организмде мелатонин деп аталган атайын гормон бар. Ал биздин биологиялык саатыбызды жөнгө салат жана караңгы киргенде гана өндүрүлө баштайт, мээге: "Уктоого даярдан!" деген сигнал берет. Смартфон, планшет же компьютер экрандарынан чыккан көк жарык мелатониндин – уйку гормонунун өндүрүшүн кескин түрдө басаңдатат. Мээ бул жарыкты күндүзгү жарыктын сигналы катары кабыл алып, биологиялык сааттын ритмин бузуп, уйку гормонун бөлүп чыгарууну токтотот.

Ренсселер Политехникалык Институтунун изилдөөлөрү көрсөткөндөй, экрандын эки сааттык таасири мелатониндин деңгээлин 22%га чейин төмөндөтөт. Демек, чарчап турсаңыз да, денеңиз "күндүзгү" режимде кала берет.

Дофамин тузагы

Кечкисин биз эс алып жатабыз деп ойлойбуз. Бирок сериал көрүү, оюндардагы жеңиштер же социалдык тармактагы "лайктар" – мунун баары мээге дофаминдин тез жана жеңил дозасын берет.

Бул "дофамин тузагы" деп аталат:

- 1-кадам: Ырахат алуу.
- 2-кадам: Мээ бул иш-аракетти кайталоо керектигин жаттап алат.
- 3-кадам: Көз карандылык пайда болот.

Мындай санариптик "сыйлыктар" нерв системасын козгойт. Андан сырткары, СМС же жаңылыктарды окуу стресс гормону болгон кортизолдун бөлүнүп чыгышын



шарттап, денени чыңалтып, уктап калуу мүмкүнчүлүгүн нөлгө түшүрөт.

Терс натыйжалар

Биологиялык сааттын бузулушу жана уйкунун өнөкөт жетишсиздиги жөн гана уйкусуздук эмес. Бул студенттер үчүн:

- Окуудагы начар көрсөткүч: Концентрация жана маалыматты эстеп калуу жөндөмү төмөндөйт.
- Психикалык көйгөйлөр: Тынчсыздануу жана депрессия тобокелдиги жогорулайт.
- Физикалык коркунучтар: Жүрөк-кан тамыр оорулары жана кант диабети сыяктуу өнөкөт оорулардын пайда болуу коркунучун жогорулатат.

Уйкуну калыбына келтирүүнүн 3 эрежеси

Технологиядан толук баш тартуу мүмкүн эмес, бирок биз биологиялык саатты калыбына келтирүү үчүн аракет кыла алабыз. Төмөнкү үч эрежени колдонуңуз:

1. 1 Сааттык Эреже: Уктаардан кеминде 60 мүнөт мурун смартфон, планшет жана ноутбуктарды өчүрүп, колдонууну токтотуңуз. Бул мээге мелатонинди өндүрүүгө жана биологиялык саатты тууралоого убакыт берет.

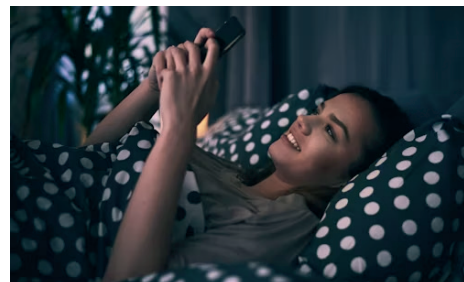
2. Түнкү Режимди Иштетүү: Телефонунуздун жөндөөлөрүнөн "Түнкү жарык" функциясын күйгүзүңүз. Бул экрандын түсүн көк эмес, жылуу сары-кызгылт сары түскө алмаштырып, мелатониндин бөлүнүп чыгышына тоскоолдукту азайтат.

3. Санариптик Тыныгуу: Телефонунуздун уктоочу бөлмөдөн алысыраак

жерге кубаттагычка коюңуз. Жатар алдында эскертмелерди текшерүүгө азгырылуунун ордуна, кагаз китепти окуңуз. Китеп окуу нерв системасын тынчтандырып, уйкуга даярдап, биологиялык саатты табигый ритмге салат.

Технологияны толук четке какпастан, ага туура мамиле кылуу менен, биз өзүбүздүн жыргалчылыгыбызды көзөмөлдөй алабыз. Эсиңизде болсун: уйкуну уурдаган бир саат эртеси күнү окуудагы, жумуштагы жетишкендигиңизди, маанайыңызды жана ден соолугуңузду бузат.

Демек, смартфонду өчүрүп, "биологиялык саатты" табигый ритмине салып, чыныгы эс алууга убакыт берүү – бул ар бир студенттин өз келечегине кошкон эң маанилүү салымы!



Алина Абдикеримова

Чоң нерселер кичинекей кадамдардан башталат

Салам, студент досум! Мен, Эркинбаева Сарбиназ, Филология жана маданият аралык коммуникация институтунун 3-курсунун студентимин. Сиздер менен жаштыгымдан бери кыялданып келген сапарым тууралуу бөлүшөм. Убакытка тактыгы, бай маданияты менен айырмаланган Германияга кантип барып калганым тууралуу баяндап берейин.

Кыялдан чындыкка

Азыркы учурда студенттер арасында Германия, Корея, Кытай сыяктуу өлкөлөргө барып, тажрыйба топтоп келүү аябай популярдуу болуп жатпайбы. Көптөгөн студенттер тил үйрөнүп, атайын "Ferienjob" (Жайкы жумуш) программасы аркылуу каникулда Германияда иштеп келишет. Бул жаштар үчүн укмуштуудай сонун мүмкүнчүлүк! 2024-жылдын октябрь айында мен да атайын компанияга жазылып, "Германияга сөзсүз барамын" деп алдыма максат койдум. Немис тилин аябай кызыгуу менен окуп баштадым. Чындыгында, немис тили мага жакты.

Ошентип күндөр өтүп, Германиядагы иш берүүчүлөр менен март айына чейин үч-төрт жолу сүйлөшүү (интервью) болуп өттү. Апрель айынын так ортосунда Германиядан чакыруу кат келди. Сүйүнүчүмдө чек жок болчу! Чакыруу кат келгенин ата-энеме, агама дароо айтып, кубанычым менен бөлүштүм. Ошентип, 2025-жылдын июнь айында визам чыгып, 10-июнь күнү Германияга учмак болдум.

Биринчи учуу

Ош эл аралык аэропортунда үй-бүлөм менен коштошуп, самолётко чыктым. Бул менен биринчи жолу учакта учушум болчу, ошондуктан аябай толкунданып турдум. Алты сааттык учуудан соң Стамбулга келип кондук. Ал жерде төрт сааттай күтүп, андан соң Германиянын Гамбург шаарына учтук. Үч саат дегенде учуп келдик. Биринчи эле түшкөндө аябай башкача сезимдер болду. "Чын эле мен Германияга келдимби?" деп ишенбей турдум. Аэропорттон Киль (Kiel) деген шаарга поезд менен барып, иш берүүчүбүздөн бизди алып кетүүсүн сурандык. Ал да дароо макул болуп, унаасы менен алып кетти.

Маданият

Менин ишим Балтика деңизинин жээгинде жайгашкан "Ankerplatz" деген ресторанда болду. Деңиз ушунчалык көк, кооз эле! Деңиздин алдына барсаң, шамал чачтарыңды учурат, шаркыраган толкундар жүрөгүңдү эс алдырат. Биз күнүнө алты-жети сааттан, алты күн иштетчүбүз. Ишибиз жеңил

болчу, мен официант болуп иштедим.

Күн сайын жаңы адамдар, ар түрдүү мүнөздөр менен жолуктум. Немистер абдан позитивдүү болушат экен. Дайыма эшиктен киргенде жылмаюу менен "Hallo" деп киришет. Мени аябай таң калтырган нерсе, алардын кичинекей нерсе үчүн да рахмат айта берүүсү болду. Ичимдиктерин, тамактарын, жадагалса вилка, бычакты алып барсам да, ыраазычылык билдирүүдөн эч качан тажашчу эмес. Алар балдарын да жаштайынан ыраазычылык айтууга үйрөтүшөт экен.

Ресторанга келген адамдар көп учурда "Сен жапонсуңбу, кытайсыңбы же таиланддыксыңбы?" деп сурай беришчү. А мен болсо сыймыктануу менен "Мен кыргызмын!" деп жооп берчүмүн. Алардын көпчүлүгү биздин өлкөнү билишпейт экен, ошондуктан мен аларга Кыргызстан жөнүндө айтып берчүмүн.

Тазалык жана тактык

Бул жерде бардык нерсе биздикинен айырмаланып турчу. Мага эң жаккан көрүнүштөрдүн бири – таштандыны өзүнчө сортогону болду. Шаарлардын, жадагалса айылдардын көчөлөрү да ушунчалык таза болчу.

Жумуш анчалык деле кыйын болбоду, бирок башында кичине кыйналдым. Себеби, менюдагы ичимдиктердин, тамактардын, салаттардын жана пиццалардын аттарын жаттап чыгыш керек болчу. Мен болсо "Аракет кылсаң – берекет!" дедим да, үч күндүн ичинде баарын жаттап чыктым.

Германия эмне үчүн дүйнөдө билим берүү боюнча алдыңкы орунда турат десем, көрсө алардын көпчүлүгү китеп окуйт турбайбы. Поездде, метродо, отургучтарда отуруп китеп же гезит окуп жаткан адамдарды көп жолу көрдүм. Жаш-кары дебей эртең менен жөө басканы же велосипед тепкени көчөгө чыгышат. Велосипед тепкендер үчүн да атайын жолдор болчу. Германияда жашаган ар бир адам байкай турган биринчи нерсе – бул тактык. Поезд, автобус, жыйындар, жумуш – баары убактысында башталат. Бул өлкөдө кечигүү дээрлик жок.

Тарыхый сапарлар

Германиядагы биринчи сапарыбыз "Шверин сарайына" (Schweriner Schloss) болду. Бул сарайды биринчи жолу көргөндө, мен аны чындыгында жомоктогудай деп ойлодум. Жогорку жагындагы мунаралар, кыйтылдаган терезелер жана кооз таштар – баары жыш жашыл бакчалар менен курчалган. Мен бул жерде өзүмдү падыша же ханзаададай сездим. Жергиликтүү



гиддин айтымында, бул сарай мындай кооз архитектура жана бакчалары менен Европадагы белгилүү маданий эстеликтердин бири болуп саналат. Мен бул жерден көркөмдүктү, тарыхты жана маданиятты баалоону үйрөндүм.

Кийинки сапарыбыз дүйнө жүзүнө белгилүү болгон Кёльн соборуна (Kölner Dom) болду. Бул шаар мен үчүн тарых, маданият жана заманбап жашоо менен бириккен уникалдуу жер экенин көрсөттү. Кёльн Рейн дарыясынын жээгинде жайгашкан жана Европа тарыхында маанилүү борбор болгондуктан, ал чындыгында таасирдүү болду. Собордун чокусунан чейин көтөрүлгөн айнек жана таштар, архитектуранын кооздугу мени таң калтырды.

Германиянын борборун көрбөй койсок болбостур деп, Берлин шаарына жети саат дегенде жетип бардык. Берлин шаары тарых, маданият, заманбап технология жана жашоо образы менен белгилүү экенин байкадым. Айрыкча музейлери жана Берлин дубалы өзгөчө таасир калтырды. Ал жерде менин сүйгөн машинени чыгарган "Mercedes" компаниясынын имаратын да көрдүк.

Мекендин кадыры

Ошентип, жашоомдогу эң кызыктуу, эсте каларлуу жайкы каникул болду. Үч ай аралыгында өз туулган жеримди, үй-бүлөмдү аябай сагындым. "Мекениндин кадыры узакта жүргөндө билинет" деген ушул болсо керек.

Сиздерге чын дилден айтарым: эч качан аракет кылуудан, кыялдануудан токтобогула! Ар бир кыйынчылык – бул сенин күчтүүрөөк болуп чыгышың үчүн берилген мүмкүнчүлүк. Бүгүн жасаган аракеттериң, эртең сенин ийгилигиңе жол ачат. Өзүңө ишен, үмүттү жоготпой, алдыга кадам ташта!

ДИПЛОМАТ БОЛУУ — ЖҮРӨКТҮН ЧАКЫРЫГЫ

Жаш курагына карабай чоң максаттарды көздөгөн, өнөр менен билимди айкалыштыра алган жаштар биздин келечегибиздин үмүтү. Бүгүнкү каарманыбыз — Ош мамлекеттик университетинин Эл аралык мамилелер бөлүмүнүн 19 жаштагы студенти Мунара Ормотайева. Манастагы музыкалык мектепти кызыл диплом менен аяктаган жаш талант, сахнадагы ийгиликтерин дипломатиялык аренада колдонууну максат кылат. Анда эмесе, Кыргызстандын аброюн дүйнөлүк деңгээлде көтөрүүгө умтулган, аракетчил Мунаранын баянына үңүлөлү.



Менин атым Мунара Ормотайева, 19 жаштамын. Учурда Ош мамлекеттик университетинин Эл аралык мамилелер бөлүмүндө билим алып жатам. Бул багытты тандоом кокустан эмес. Ар бир адамдын жүрөгүндө өзүнчө чакырык, жашоосуна жол көрсөткөн нур бар эмеспи. Мына ошол жүрөгүмдөгү үн ушул тармакка жетеледи. Эл аралык мамилелер багытын тандоом — жашоомдогу эң маанилүү чечимдердин бири болду деп айта алам.

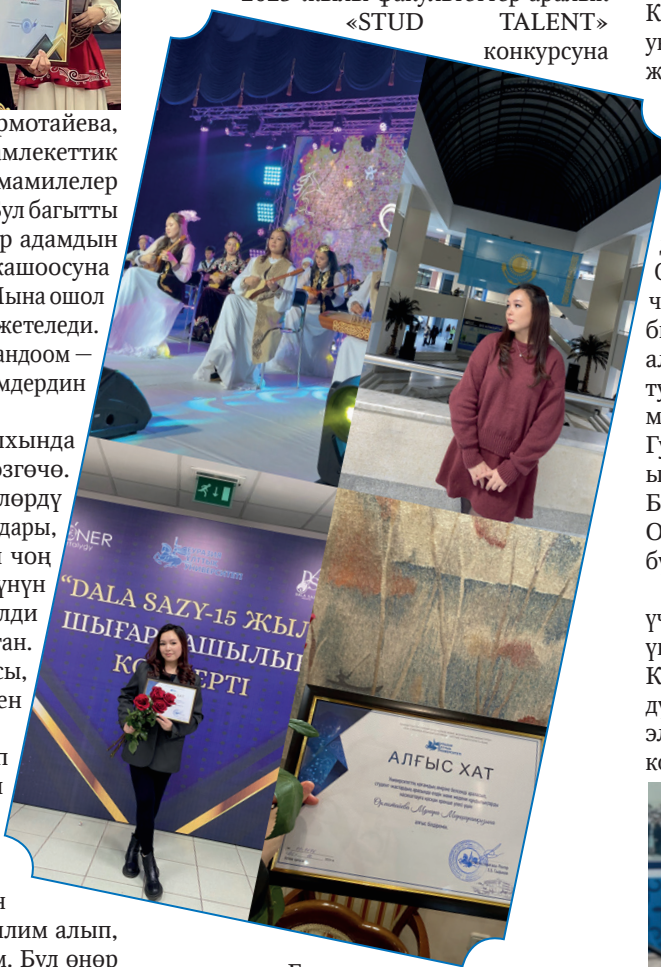
Кыргыз элинин тарыхында дипломаттардын орду өзгөчө. Илгери эл аралык сүйлөшүүлөрдү жүргүзүүдө кыргыздын акылмандары, комузчулары жана ырчылары чоң роль ойногон. Алар сөздүн, күүнүн жана ырдын күчү менен элди бириктирген, тынчтыкты сактаган. Ошол кездеги элчинин миссиясы, бүгүнкү дипломаттыкы менен барабар.

Бала чагымдан тартып комуз менин жашоомдун маанилүү бөлүгү болуп келген. 2018-жылдан тартып Манас шаарындагы М.И. Глинка атындагы музыкалык мектептин комуз ийриминде беш жыл билим алып, кызыл диплом менен аяктадым. Бул өнөр мени сабырдуулукка, угууга жана ар бир үн аркылуу сезимди жеткирүүгө үйрөттү. Окуу жылдарында республикалык жана эл аралык конкурстарда бир нече ирет байгелүү

орундарды багынтым. Өзгөчө Ысык-Көлдө өткөн «Мен кыргызстандык экениме сыймыктанам» аттуу республикалык конкурста комуз боюнча 2-орунду алуу сыймык болду.

Ош мамлекеттик университетинде окуу — мен үчүн жаңы мүмкүнчүлүктөрдүн эшиги. Бул жерде мен өзүмдү таптым.

2023-жылы факультеттер аралык «STUD TALENT» конкурсуна



катышып, Гран-при утуп алдым. Бул жеңиш мага эмгек эч качан жоголбошун, талант аракет менен гана өсүүсүн көрсөттү.

ОшМУдагы окуу процессинин алкагында



Казакстандагы Л.Н. Гумилёв атындагы ЕНУ университетинде билим алуу мүмкүнчүлүгү жаралды. Бул сапар тажрыйба алууга чоң мектеп болду. ЕНУдагы «Дала сазы» аттуу чоң оркестрге кошулуп, 100 домбранын арасында жалгыз комузчу болуп чыктым. Комуз менен домбранын биргеликте жаңырышы боордош элдердин достук үнүн жеткиргендей сезим калтырды. Оркестрдин 15 жылдык юбилейинде сахнага чыгуу — өмүрүмдөгү унутулгус учурлардын бири болду. Жүздөгөн көрүүчүлөрдүн алдында комузумдун кайрыгын казак туугандарыбыздын жүрөгүнө жеткирүү мага буюрган экен. Натыйжада Л.Н. Гумилёв атындагы ЕНУнун ректорунан ыраазычылык баракча алууга жетиштим. Бул менин жеке жетишкендигим эмес, ОшМУнун, устаттарымдын жана үй-бүлөмдүн жетишкендиги деп эсептейм.

Мен үчүн дипломат болуу — бул тагдыр. Эл үчүн кызмат кылуу, дүйнөгө Кыргызстандын үнүн жеткирүү — менин эң чоң максатым. Келечекте өз өлкөмдүн кызыкчылыгын дүйнөлүк аренада коргоп, Кыргызстандын эл аралык аброюн жогорулатууга салым кошкум келет.



С. Маматкары уулу

ЭГИЗДЕР

Эгиздер — бул илим дагы, сыр дагы жашырылган уникалдуу феномен. Алардын мүнөзү, кызыгуусу, атүгүл ой жүгүртүүсү да бирдей болору бекеринен эмес. Анткени алар жашоонун алгачкы көз ирмемдеринен баштап, бир дүйнөнү бөлүшүп келишет.

Бул жолку маектештерибиз — ОшМУнун студенттери Абдиманатов Асан жана Үсөн дал ошол өзгөчө байланыштын ээлери. Эки башка институттун босогосун аттаган эгиздердин студенттик жашоосу, аларды чаташтыруудан келип чыккан күлкүлүү окуялары жана эгиз болуунун чыныгы артыкчылыктары тууралуу кызыктуу маегибизди окуп чыгыңыз.



— **Өзүңөр жөнүндө кыскача маалымат бере кетсеңер.**

— Аты жөнүбүз Абдиманатов Асан жана Үсөн. 2007-жылы Өзгөн районунун Кароол айылында туулганбыз. Үй-бүлөдө төрт бир тууганбыз: эки уул, эки кыз. Айылда чоңоюп, мектепте бир класста окуп, бала кезден тартып эле бири-бирибизге ар дайым жөлөк-тирек болуп келдик. Биздин мүнөздөрүбүз окшош болгону менен, айрым жагдайларда айырмачылыктарыбыз да бар.

— **ОшМУга кантип тапшырып калдыңар?**

— ОшМУга жеке каалообуз менен тапшырганбыз. Университетке тапшырарда ата-энебиз да колдоп, кайсы багытка кызыкпак, ошол жакка баруубузду айтышкан. Азыркы учурда мен (Асан), Экономика, бизнес жана менеджмент институтунун Бизнес-информатика адистигинде 1-курста студентимин. Үсөн болсо Математика, физика, техника жана маалыматтык технологиялар институтунун Программалык инженерия адистигинин 1-курсунун студенти.

— **Университетке көнүп калдыңарбы?**

— Чынын айтсак биринчи күндөрү адиторияларды табуу, жадыбалдарды түшүнүү бир аз оор болду. Убакыттын

өтүшү менен университетин тартибине, окуу режимине жана студенттик чөйрөгө көнүп кеттик.

— **Кызыккан багытыңар тууралуу айтып берсең?**

— Спорт тармагына кызыгабыз. Өзгөчө волейбол, экөөбүздүн тең негизги хоббибиз. Студенттик жашоо башталгандан бери да бул кызыгуу өзгөргөн жок. Бош убакытта чогуу машыгып, командалык көнүгүүлөрдү жасап турабыз. Спорт бизди ден соолукту чыңдоодон сырткары, тартиптүү болууга, жана биримдикте иштөөгө үйрөтөт.

— **Окууда кайсы сабак силер үчүн артыкчылыкка ээ?**

Мектепте окуп жүргөн кезден тартып математика экөөбүзгө тең жагат. Ошол жөндөм биздин адистик тандообузга чоң таасир тийгизди. Үсөн IT багытын, мен болсо экономика багытын тандадым. Математика логикалык ой жүгүртүүнү, тактыкты жана жоопкерчиликти талап кылат. Азыр да математика боюнча сабактарда бири-бирибизге жардам берип, кыйын темаларды бирге талкуулап турабыз.

— **Эгиз болуунун артыкчылыктары тууралуу айтып берсеңиздер**

— Эгиз болуу — бул дайым жаныңда ишенип, таяна ала турган адамдын болушу. Биз кайсы шартта болбойлу бири-бирибизди түшүнүп, моралдык колдоо көрсөтүп келебиз. Студенттик жашоодо бул өзгөчө мааниге ээ: тапшырмалар, экзамендер, жаңы чөйрөгө көнүү — баарында бири-бирибизге дем болобуз. Мындан сырткары, көпчүлүк учурда чөйрөбүздөгү адамдар бизди айырмалай албай, күлкүлүү учурлар да болуп турат.

— **Бош убакытта эмне кыласыңар?**

— Негизинен спорт менен алектенемиз. Ошондой эле окуудагы тапшырмаларды талкуулап, бири-бирибизге жардамдашып турабыз. Келечекке пландарды бирге коюп,

алдыга коюлган максаттар боюнча иш алып барабыз. Кээде жаңы тема же жаңы программаларды үйрөнүп, бири-бирибиз менен бөлүшөбүз. Бош убакытты пайдалуу өткөрүүгө аракет кылабыз.

— **Келечекке коюлган максаттарыңар?**

— Мен (Асан), бизнес тармагында тажрыйба топтоп, келечекте жеке бизнес долбоорлорун ишке ашырууну максат кылам. Үсөн болсо IT тармагында билимин тереңдетип, өздүк программасын жасоону максат кылат. Максаттарыбыз ар башка болгону менен, экөөбүздүн биримдигибиз ийгиликтерге жетүүгө жардам берет. Биз мындан ары да өз багыттарыбызда өнүгүп, өлкөгө пайда алып келе турган адис болууну каалайбыз.

— **Эгиздердин жашоосу ар дайым кызыктарга бай болот. Силерде да күлкү жараткан окуялар кездешеби?**

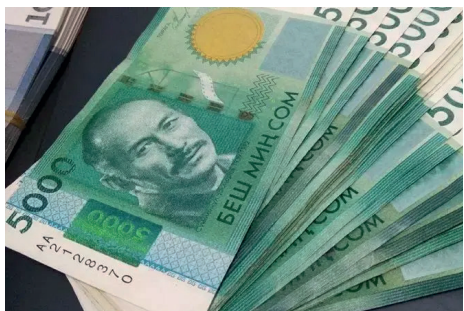
— Ооба, кызыктуу окуялар көп болгон. Мисалы, азыркы учурда Үсөндүн тайпалаштары мени көргөндө Үсөн деп ойлоп, учурашып калышат. Мен аларды тааныбагандымдан улам таң калам. Кийин алар биз эгиз экенибизди түшүнгөндө өздөрү да таң калышат. Мектепте да ушундай учурлар көп болчу, кээде мугалимдер да бизди чаташтырып алышчу. Бул абал биз үчүн көнүмүш, бирок башкалар үчүн кызыктуу көрүнүш.

— **Студент болуу силер үчүн?**

— Студент болуу — ар бир жаштын келечекке жасаган чоң кадамы. Бул мезгил адамды жоопкерчиликке, убакытты туура пайдаланууга жана өз алдынча чечим кабыл алууга үйрөтөт. Ошондой эле жаңы тажрыйбага ээ болууга, жаңы досторду табууга мүмкүнчүлүк түзөт. Биз ата-энебиздин ишеничин актайлы деген тилек менен тынымсыз аракет кылып жатабыз. Студенттик жашоо — бул билим, аракет жана өсүү мезгили деп эсептейбиз.

Таттыбүбү Гуламова

АКЧА САРПТОО АДАТТАРЫ



Акча көп короткон (a big spender)

Big spender — көп акча коротконду жактырат. Кымбат буюмдарга, көңүл ачууга же жөн эле каалаган нерселерине акча сарптоодон коркпогон адам. Мындай адамдар баага көп деле маани бере беришпейт. Big spender'лер адатта модага ылайык кийимдерди, жаңы технологияларды, кымбат белектерди сатып алат же люкс ресторандарда тамактанып турат. Big spender болуу кээде жакшы көрүнүш — мындай адамдар жоомарт, көңүлдүү жана жашоону кубатташат. Бирок адам өз мүмкүнчүлүгүнөн көп коротсо, мындай адат жоопкерчиликсиздик катары да бааланат. Кино жана жарнама дүйнөсүндө big spender'лер көбүнчө өзүнө ишенген, жаркыраган жана сырткы дүйнөгө ачык адамдар катары көрсөтүлөт.

Акчаны үнөмдүү сарптаган (thrifty)

Thrifty деп акчасын кылдат сарптаган адамды айтышат. Алар акча корутууга каршы эмес, бирок сатып алардан мурун ойлонуп, салыштырып, акчаны үнөмдүү пайдаланууга аракет кылышат. Thrifty адамдар бааларды салыштырып, бюджет түзүп, мүмкүн болгон жерден үнөмдөөгө умтулушат. Алар үчүн акчаны текке кетирбестен, туура пайдалануу маанилүү. Thrifty болуу адатта оң сапат катары кабыл алынат. Бул адамдын тартиптүү, жоопкерчиликтүү жана финансыны туура башкара аларын көрсөтөт. Ийгиликтүү ишкерлердин жана инвесторлордун көбү үнөмдүү болуу аларга жакшы адаттарды калыптандырууга жардам берерин айтышат.



Дүйнөдө адамдар акчага ар кандай мамиле кылышат. Адамдын акчаны кантип сарптаары же кантип топтой турганы көп учурда анын мүнөзүн, баалуулуктарын жана жашоо образын чагылдырат. Англис тилинде акча колдонуу адаттарын сүрөттөй турган бир нече түшүнүктөр бар. Алардын эң кеңири таралгандары — “a big spender”, “thrifty” жана “a cheapskate.” Бул сөздөрдүн баары акчага байланыштуу болгону менен, мааниси жагынан айырмаланат. Анда эмесе, карап көрөлү.

Акчага өтө сараң (A cheapskate)

Cheapskate — керек болгондо деле акча короткусу келбеген адам. Бул сөз терс мааниге ээ. Cheapskate адам төлөбөй коюшу, дайыма эң арзан вариантты тандашы же акчаны ушунчалык үнөмдөөгө аракет кылышы мүмкүн, бул башкаларга ыңгайсыздык жаратат. Акчага этият мамиле кылуу жакшы, бирок cheapskate болуу мамилелерге терс таасир этиши мүмкүн. Достор чогуу жүргөн учурда дайыма акча төлөбөй койгон же башкаларга таяна берген адамдан тажап калышы ыктымал. Жалпысынан, cheapskate — ашыкча сараң, битир же өзүмчүл адам катары каралат.

А сиз булардын кайсынысына кирем деп ойлойсуз?

Анда берилген тесттерден өз вариантыңызды тандап, белгилеп алыңыз.

1. Жаңы смартфон чыкканы жөнүндө уктуңуз. Сиз...

А. Магазинге чуркап барып биринчилерден болуп сатып алам

В. Анын баасын башка смартфондор менен салыштырып, өзүмө ыңгайлуусун сатып алам

С. Смартфондун баасы арзан болгонго чейин күтөм

2. Сиз үйүңүздө театр болуусун аябай жактырасыз жана ошондой үйдү сатып алууну каалайсыз. Сиз эмне кыласыз?

А. Аны кредитке сатып алып, кийин төлөөнү пландайсыз.

В. Башка чыгымдарды кыскартып, аны сатып алууга жеткидей акча чогултууга аракет кыласыз.

С. Азыр бул нерседен да маанилүү нерселер бар деп ойлоп, сатып алуудан баш тартасыз.

3. Сиз досторуңуз менен тамактанууга барганда эсепти үчөөңөр бөлүшөсүңөр. Бирок бул жолу сиз ачка болбодуңуз жана болгону пирог буюртма кылдыңыз. Эми эмне кыласыз?



А. Ар дайымкыдай эсептин 3/1 бөлүгүн төлөйсүз.

В. Өзүңүз жеген пирогдун гана акчасын төлөөнү сунуштайсыз.

С. Бул жолу сиздин тамагыңыз арзан болгондуктан, досторуңузга төлөп коюусун сунуштайсыз.

4. Досуңуз сизди туулган күнүңө чакырды. Бирок белек алууга акчаңыз азыраак. Эмне кыласыз?

А. Карыз алып болсо да, кымбатыраак белек сатып аласыз.

В. Жакшы, бирок өтө кымбат эмес белек издейсиз.

С. Белек албаш үчүн, ошол күнү бош эмесмин деп барбай коёсуз.

5. Сиздин уюлдук телефонуңуздун экраны сынып калды. Эмне кыласыз?

А. Дүкөнгө барып жаңы сатып аласыз

В. Телефонуңузду ондотосуз

С. Эч нерсе кылбай, сынык экран менен эле колдонууну улантат бересиз.

Эгерде сиз А вариантын 3 жолудан көп тандасаңыз анда сиз big spender (көп акча корутуучу) адамсыз.

Эгерде сиз В вариантын 3 жолудан көп тандасаңыз анда сиз thrifty (акчаны туура колдонгон) адамсыз.

Эгерде сиз С вариантын 3 жолудан көп тандасаңыз анда сиз cheapskate (акча корутууну жактырбаган) адамсыз.

Сарбиназ Эркинбаева

Адамдын маанайын эмне башкарат?

Адамдардын жыргал сезими, маанайы жана жашоодон канааттануу деңгээли мээдеги нейрехимиялык механизмдердин татаал өз ара аракетинен келип чыгат. Бул процесстин негизги оюнчулары — "Бакыт гормондору" деп аталган төрт нейроактивдүү зат: Эндорфин, Дофамин, Окситоцин жана Серотонин.

Бул биологиялык активдүү заттар адамдын эмоционалдык абалына түздөн-түз таасирин тийгизип, алардын реалдуулукту кабылдоосун түзөт. Алардын концентрациясы биздин ички чөйрөбүз канчалык кубанычтуу, тынч же стресстүү болорун аныктайт.

1. Дофамин: мотивация жана ырахат гормону

Дофамин — бул бизди алдыга сүрөгөн, мотивацияны жана ырахатка болгон каалоону жараткан гормон. Даамдуу тамак, кичинекей жетишкендик, же жаңы нерсе көрүү сыяктуу позитивдүү эмоцияларды пайда кылган ар кандай окуя дофаминдин бөлүнүп чыгышы менен коштолот.

- Иштеши: Ал бизди максаттарга жетүүгө түрткү берет. Адам ошол канааттанууну кайра сезүү үчүн, аң-сезимсиз түрдө дофаминди стимулдаган аракеттерди кайталайт.

- Коркунучу: Дофамин таза ырахат болгону менен, анын өндүрүшүн тынымсыз стимулдаштыруу көз карандылыкка алып келиши мүмкүн. Мисалы, тамак-аш же соода аркылуу жеңил ырахат алуу циклине түшүп калуу.

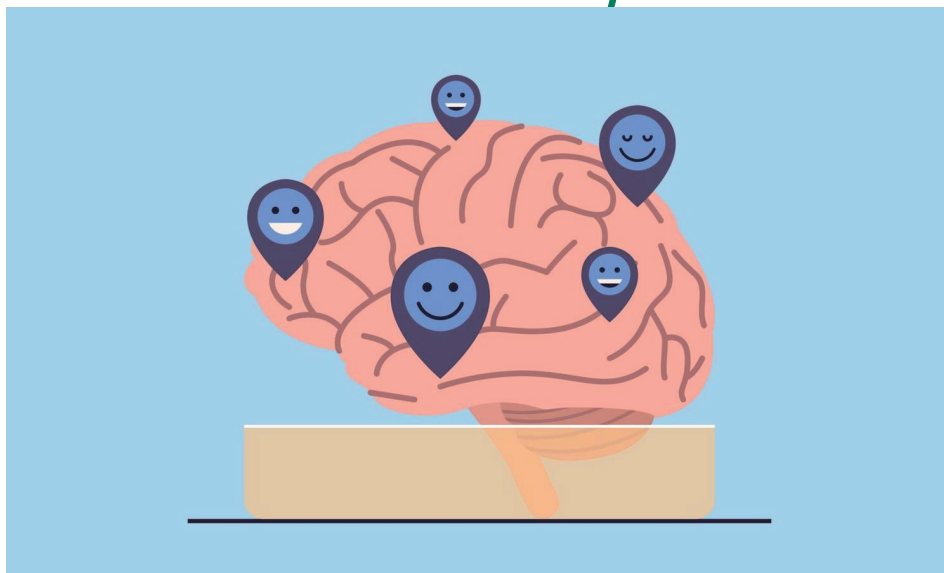
2. Серотонин: ишеним жана туруктуулук гормону

Серотонин жөн гана "бакыт гормону" эмес. Ал маанайдын туруктуулугун, ишенимди жана тынчсызданбоону камсыз кылат. Ошондой эле тамак сиңирүү системасын көзөмөлдөөдө маанилүү роль ойнойт.

- Иштеши: Серотонин жетиштүү болгондо, маанайыңыз туруктуу, өзүңүздү шайыр жана ишенимдүү сезесиз.

- Деңгээли төмөндөсө: Дароо көңүл чөгүп, тынчсыздануу күчөп, ал тургай депрессия пайда болушу мүмкүн.

- Кантип көбөйтүү керек: Серотониндин деңгээлин жогорулатуу үчүн таблетка эмес, сергек жашоо маанилүү: үзгүлтүксүз физикалык көнүгүү, сапаттуу уйку жана таза абада сейилдөө.



3. Окситоцин: коомдук байланыш жана ишеним гормону

Окситоцин — социалдык байланыштын жана ишенимдин негизги гормону. Ал жөн гана репродуктивдүү функция менен чектелбестен, мээнин иштешинде жана инсандар аралык мамилелерде негизги ролду ойнойт.

- Иштеши: Ал таандык болуу сезимин, коопсуздукту камсыз кылат жана байланыштарды бекемдейт. Дофамин менен бирге иштеп, социалдык өз ара аракеттенүүнүн кубанычтуу сезимдерин күчөтөт.

- Кантип алуу керек: Окситоцинди алуу абдан оңой. Үй-бүлөнүн жылуу кучагы, балдар менен ойноо, достордун жагымдуу мамилеси — мунун баары окситоциндин өндүрүшүн дароо козгойт жана анын таасири узакка сакталат.

4. Эндорфин: табигый ооруну басуучу

Эндорфиндер — бул организмдин табигый ооруну басандатуучусу жана антидепрессанты. Бул заттар канга түшкөндө, адамда кубаныч, ички тынчтык же жеңил эйфория сезими пайда болот.

- Иштеши: Эндорфиндер стрессти азайтууга, ооруну басууга жана дүйнө менен гармония сезимин түзүүгө жардам берет.

- Төмөндөшү: Деңгээли төмөндөгөндө, адам ооруга, тынчсызданууга жана кыжырданууга туруксуз болуп калат. Өнөкөт стресс, уйкунун жетишсиздиги жана туура эмес тамактануу эндорфиндердин өндүрүшүн начарлатат.

Бакыт гормонунун деңгээлин көтөрүүнүн 6 жолу

Гормондор сырткы шарттарга жооп катары өндүрүлөт. Демек, сиз жашооңузду атайын бактылуу кылуучу аракеттер менен толтурсаңыз болот:

1. Жаңылыктарды издениз: Саякаттоо жана жаңы жерлерге баруу дофаминдин өндүрүшүн стимулдайт.

2. Кыймылда болуңуз: Үзгүлтүксүз көнүгүү эндорфиндин деңгээлин көтөрөт. Таза абада сейилдөө серотонинди кармап турат.

3. Кучакташыңыз: Үй-бүлөңүз же сүйүктүү үй жаныбарыңыз менен баарлашуу окситоциндин күчтүү булагы.

4. Туура тамактаныңыз: Тең салмактуу тамактануу организмди химиялык балансты сактоо үчүн керектүү азыктар менен камсыз кылат.

5. Убагында уктаңыз: Жакшы эс алуу гормондордун деңгээлин нормалдаштырууга жана маанайды көтөрүүгө олуттуу таасир этет.

6. Социалдык чөйрө: Жагымдуу адамдар менен болгон байланыш жана жаңы таанышуулар окситоциндин өндүрүшүнө өбөлгө түзөт.



Алина Абдикеримова

Өзүмдү ырчы элестетчүмүн

Көп учурда адам баласы тобокел кылуудан, кандайдыр бир чечкиндүү кадам таштоодон коркот. Айрыкча студенттер арасында кесип тандоо, жаңы чөйрөгө адаптация болуу сыяктуу ар кандай коркунучтар болот. Бирок, кээде дал ошол туура эмес тандалгандай көрүнгөн кадамдын аркасынан ийгиликке жетип, өз ордун тапкан учурлар да болот эмеспи. Бул чыгарылыштагы каарманыбыз – ОшМУнун Педагогика, искусство жана журналистика институтунун журналистика адистигинин 2-курсунун студенти Оманбаева Айсезим дал ошол тобокелчилик жолун тандаган инсан.



Балалыкта ар бир эле адам ырчы, сатуучу, куруучу же айдоочу катары кыялданып, аларды туурап ойнойт эмеспи. Мен да ошол кезде эле ырчы болууну тилек кылчумун. Үйгө кандай мейман келсе дагы, алар мени ырдатпай коюшчу эмес. Айрыкча Самара Каримованын бардык ырларын жаттап алып, сарайга кирип, уй, кой, козуларга беденин үстүнө чыгып ырдаганым дагы деле эсимде. Ата-энемдин туугандары, жоро-жолдоштору: "Кызыңарды сөзсүз ырчылыкка окуткула, үнү уккулуктуу, ырдаганы сонун," – дешкенин көп эле кулагым чалган. Мектеп кезде ар кандай сынактарга катышып, байгелүү орундарды ээлеп келгем. Үй-бүлөбүздүн бардык мүчөсү ырдагандыктан, ар дайым кечки тамактан соң ырдап, көңүл ачуу салтка айланып калган. Чыгармачылык жаатында үй-бүлөм – менин негизги демөөрчүм деп айта алам.

Тобокелдик менен ташталган кадам

Мектепти аяктап жаткан жылдары, кесип тандоого келгенде күн-түн ойлонуп калдым. Мен үчүн келечеги бар, өз ордун эч качан жоготпогон кесипти тандоо маанилүү эле. ЖРТнин жыйынтыгы менен биологиялык факультетке бюджетке өтүп, документтеримди тапшырдым. Бирок бул кесип көңүлүмө такыр жакпады. "Кызыкпаган кесипке тапшырып, эртеңки күндө кантип окуп, кантип иштейм?" деген суроо өзүмө кайра-кайра узатылды. Бул тандоо менин каалоом эмес, үй-бүлөмдүн чечими болчу.

Август айында акыркы турга жетишип,

чоң тобокелге бардым. Эч кимге айтпай журналистикага адистигине тапшырып койдум. Бул мен үчүн чоң коркунуч болду. Биринчиден, эч ким менен кеңешпей чечтим. Экинчиден, ырчылык жөн гана хоббим катары калып, андан сырткары башка кесиптин ээси болууну туура көрдүм. Үйдөгүлөрдүн көзүнө тике карай албай, айтпай тартынып жүрдүм.

Журналистикада бир ай окуган соң атама айтып, бардыгын түшүндүрдүм. Алар мени туура эле кабыл алышты. Бирок, өзүм тандаган бул жолдун бардык кыйынчылыктарына да өзүм чыдадым. 1-курста көбүнчө кесипке тиешеси жок сабактарды өтүп жүрдүк. Айрыкча бир агайдын сабагынан аябай кыйналып, тапшырмасын аткара албай ыйлаган күндөрүм болду. Окуудан кыйналган үчүн 5 килограмм салмак таштап, арыктап кеттим. Ата-энем муну тамак-аштан кыйналып жатат деп ойлошуп, мага мурункудан көп акча бере башташты. Бирок мени эмне аксатып, кыйнап жатканын эч кимге ооз ачпадым. Журналистика менин кесибим эмес окшойт, өзүмдү таппай жатам, башка кесипке которулсамбы деп да жүрдүм. Бирок, кантип?

Жаңы кадам

Күндөр өттү, жыл алмашып, 2-курска келгенимде эле УТРК Ош телеканалында бош орундар бар экенин уктым. Эжекелердин сунушу менен бир нече студент барып, эки гана кыз сыноо мөөнөтүнөн ийгиликтүү өтүп, орношуп калдык. Эки жумага жакын практика жүзүндө, таңкы берүүлөргө даярданып жүрдүм. Кесиптештерим менден улуу болгондуктан, туура эмес жеримди урушуп айтышса да, аны жылуу кабыл алып, таарынсам өзүмдү кайра сооротуп, чыйрала баштадым.

Таң атпай саат жетиде барып, эки саат даярданып берүүлөргө чыгып жаттым. Ошол күндө деле эч бир жумуштун оңой жагы болбойт экен. Сүрүм бутумдан баштап, тамагыма чейин кысып, үнүмдү бууп койгон учурлар болду. Эң кызыгы, биринчи берүүдө



катуу сүрдөп кетип, такыр камераны карай албай, "ыы, ооба, бали" деген гана сөздөр оозумдан чыгып, башка сөз сүйлөгөн эмесмин. Бир күн кечке даярданып, конок таап, ал менен байланышып, текст түзүп үйгө саат 8-9да барып жүрдүм.

Азыр эми жок дегенде 40-50% өз кесибимдин, жумушумдун көзүн таап алдым десем болот. Бир жумада эки жолу телеге чыгып турабыз, берүүнүн сыртында бизди колдоп, даярдап турган топ бар, албетте. Убагында мен туура эмес кесип тандадым деп ойлогон журналистика азыр менин жүзүмдү телеге таанытып келе жатат. Баарына чыдап, куласам кайра туруп, сындаганды туура кабыл алып, ушул даражага жеттим.

Келечек

Азыркы учурда окууну дагы, жумушумду дагы бирдей алып кетүүгө аракет кылып жатам. Мындан сырткары, ырдап тойлорго буйрутма алып чыгып турам. Айтор, мурун убакыт кенен болсо, азыр бара-бара убакытты жеткире албай, бир мүнөттүн да кадырын билип иштеп калдым.

Адам качан аракет, эмгек кылса гана өз жолун туура таба алат экенин, өз башымдан өткөргөн нерселердин жыйынтыгынан айта алам. Студенттердин эң башкы максаты – коомдон өз ордубузду так жана туура табуу эмеспи.



Айганыш Нурлан кызы

Ыңгайлуулуктун артындагы коркунуч

Убакыттын өтүшү жана илимий-техникалык прогресстин өнүгүшү менен адамзат жашоосун жеңилдеткен материалдарды ойлоп табууда чоң ийгиликтерге жетишти. Алардын ичинен эң көп колдонулган жана ошол эле учурда эң чоң экологиялык көйгөй жараткан материал — бул пластик.

Башында ыңгайлуу, арзан жана узакка чыдамдуу деп табылган бул материал, бүгүнкү күндө жаратылышты булгоонун башкы булактарынын бирине айланды. Пластиктин мына ошол ыңгайлуулугунун артында экологияга өтө чоң коркунуч алып келген экинчи тарабы турат. Ал башка органикалык заттар сыяктуу колдонуудан кийин табигый жол менен ажырабай, миңдеген жылдар бою сакталат.

Адам колдонуудан кийин таштаган пластик калдыктар жер бетинен жоголбой, курчап турган чөйрөгө, жаныбарларга, суу экосистемаларына жана акырында тамак-аш чынжырчасы аркылуу адамдын өзүнө чейин олуттуу зыян алып келет.

Тарыхы

Пластиктин тарыхы 1869-жылы америкалык ойлоп табуучу Жон Уэсли Хайатт тарабынан башталат. Ал пилдин сөөгүн алмаштыруу максатында табигый целлюлозадан целлулоидди — пластиктин алгачкы түрүн ойлоп тапкан.

Чыныгы синтетикалык пластик болсо бир топ убакыттан кийин, 1907-жылы америкалык-белгиялык химик Лео Бакеланд тарабынан иштелип чыккан. Ал "бакелит" деп аталган жаңы затты ойлоп чыгарып, бул тармакта чыныгы революция жасады. Бакелиттин негизги артыкчылыктары: электр тогун өткөрбөйт, ысыкка туруктуу жана калыпка оңой келтирилет. Ошондуктан ал тез эле телефондун түтүгү, розетка, автоунаа бөлүктөрү сыяктуу көптөгөн тармактарга колдонула баштаган.

Пластик алгачкы жолу табигый ресурстарды үнөмдөө жана жашоону жеңилдетүү максатында ойлонуп табылган. Тилекке каршы, ал кезде эч ким анын канчалык узак жашай турганын жана канчалык экологиялык зыян алып келерин алдын ала билишкен эмес.



Түрлөрү

Пластиктер химиялык курамына жана түзүлүшүнө жараша ар кандай болот. Алар кайра иштетүүнү жеңилдетүү үчүн атайын үч бурчтук белгисинин ичиндеги сан менен белгиленет. Дүйнө жүзүндө негизинен жети түрү кеңири колдонулат:

• **1-түр (PET):** Полиэтилентерефталат – Буга суу жана суусундук бөтөлкөлөрү кирет. Бул түр эң көп кайра иштелген жана иштетүүгө мүмкүн болгон түрү.

• **2-түр (HDPE):** Жогорку тыгыздыктагы Полиэтилен – Кир жуугуч каражаттарынын, шампундардын идиштери сыяктуу бекем пластиктер. Кайра иштетүүгө мүмкүнчүлүгү жогору.

• **3-түр (PVC):** Поливинилхлорид – Көбүнчө түтүктөр, терезе рамкалары сыяктуу курулушта колдонулат. Курамындагы уулуу заттардан улам кайра иштетүүгө абдан кыйын.

• **4-түр (LDPE):** Төмөн тыгыздыктагы Полиэтилен – Жөнөкөй целлофан баштыктар жана тамак-аш пленкалары. Кайра иштетүүгө орточо мүмкүнчүлүк бар.

• **5-түр (PP):** Полипропилен – Йогурт идиштери, медициналык жабдыктар. Кайра

иштетүүгө орточо гана мүмкүнчүлүккө ээ.

• **6-түр (PS):** Полистирол – Бир жолу колдоно турган идиштер, пенопласттар. Буларды кайра иштетүүгө абдан кыйын, анткени көлөмү чоң, салмагы жеңил.

• **7-түр (Other):** Башка аралашмалар – Дисктер, татаал композиттер. Булардын кайра иштетүүсү дээрлик мүмкүн эмес, анткени ар кандай материалдардын аралашмасынан турат.

Пластик адамдын жашоосун жеңилдеткени менен, анын узак жашоо мөөнөтү жана кайра иштетүүнүн татаалдыгы глобалдык экологиялык катастрофага алып келүүдө. Көйгөйдүн чечилиши ар бир студенттин жана жарандын "3 R" принцибине өтүүсүндө турат:

1. Reduce (Азайтуу): Бир жолку пластиктерди колдонууну азайтуу.

2. Reuse (Кайра колдонуу): Бөтөлкөлөрдү, баштыктарды кайра-кайра колдонуу.

3. Recycle (Кайра иштетүү): Пластикти сорттоп таштоо аркылуу иштетүүгө жардам берүү.

Келечек – бул биздин тандообуз!

Таттыбүбү Гуламова

"Нур" ОшМУнун студенттеринин
коомдук-маданий гезитинин
журналдык тиркемеси

Башкы редактору:
САМАТУЛЛА
МАМАТКАРЫ УУЛУ

Редактордун орун басары:
Айганыш Нурлан кызы

Редакциялык кеңеш:

А. Айтманбетов
М. Ниязалиев
З. Нуралиева
М. Маматжанов
Д. Бектемир уулу
Ж. Орозматова

Редакциялык топ:

Эльнура Кудайбердиева
Таттыбүбү Гуламова
Алина Абдикеримова
Гүлзар Максатыали кызы
Айжан Досатова
Дилнура Кудайбердиева
Фото кабарчы:
Р. Максумов

Кол жазмалар, фото-сүрөттөр кайра кайтарылбайт жана кат жүзүндө жооп берилбейт. Жарыяланган материалдар редакциянын толук көз карашын билдирбейт. Макалалардагы фактылар үчүн авторлор өздөрү жооптуу. Гезит редакциянын компьютер борборунда терилип, даярдалды. Кыргыз Республикасынын Юстиция министрлигинен каттоодон өткөн күбөлүктүн №106

Банктагы реквизиттер:

ИНН 00207199610017
р-с. 703802401
«РСК-Банк» Ош филиалы
Ош шаары БИК 129039
Редакциянын дареги:
Ош шаары, В.Ленин көчөсү 331,
ОшМУнун башкы имараты,
219-каана.
Тел.: +996 707 647 902