Күлкү уурдаган желмогуз

Автор: Санжана Капур
Сүрөтчү: Сунайна Коэльо
Которгон жана адаптациялаган: Талгат Деркембаев

Күлкү уурдаган желмогуз

Автор: Санжана Капур
Сүрөтчү: Сунайна Коэльо
Которгон жана адаптациялаган: Талгат Деркембаев

Кыргыз тилинде
Бишкек-2021

Copyright © 2021, Бул чыгарма Creative Commons Attribution 4.0 Эл аралык лицензиясы (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) боюнча лицензияланган.

http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/
Бул ишти коммерциялык максаттарда колдоно аласыз. Бул чыгарманы адаптациялап, толуктай аласыз. Авторлордун, иллюстраторлордун ж.б. автордук укугун жана өздүк маалыматтарын сакташыңыз керек.

Монстр, который крадёт улыбки, Copyright © 2020, Эта работа лицензирована по международной лицензии Creative Commons Attribution 4.0. (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) түп нускасынан ылайыкташтырылган. CC BY 4.0 лицензиясы негизинде лицензияланган.
"Күлкү уурдаган желмогуз" (кыргыз тилинде), автор Санжана Капур, сүрөтчү Сунайна Коэльо,
Талгат Деркенбаев тарабынан которулуп адаптацияланган.
Pratham Books ©2019 CC-BY 4.0 лицензиясы боюнча басылып чыккан. Чыгарманын түп нускасын бул жерден көрө аласыз: https://storyweaver.org.in/stories/95649-whostole-bhaiya-s-smile

Бул басылма АКШнын эл аралык өнүктүрүү боюнча агенттиги (USAID) аркылуу көрсөтүлгөн Америка элинин колдоосу менен түзүлдү. Басылманын мазмуну USAIDдин же АКШ Өкмөтүнүн пикирин милдеттүү түрдө чагылдырбайт.

Created with Bloom

Чолпон менен Азат ар дайым бирге ойношчу. Алар тепкичтин астындагы үңкүрдү изилдешип, короодогу картайган алмурут дарагына конгон чет планеттик келгиндер менен салгылашып турчу.

Азат Чолпонду боорун эзип күлдүргөндү жакшы көрөт.

– Коркунучтуу Крокодил Марстан учуп келип сенин үйүңдү жутуп коёт! Ха-ха-ха, – деп Азат ырайын келиштирип ырылдайт.

– А-а-а! Мен Крокодилдин өзүн кармап жеп салам. Уа-ха-ха-ха! – деп Чолпон да каткырат.

Бирок Чолпон менен Азат акыркы жолу ойногондон бери бир топ күн өтүп кетти. Азат эми эч кимге аралашкысы келбей калды.

– Азат, сен эмне үчүн ойногуң келбей калды? – деп сурады Чолпон.

– Көңүлүм тартпайт, желкеме чоң желмогуз минип алгандай, – деди Азат.

Азат желмогузду Кара Жин деп атайт.

“Кара Жин аябай каардуу жана ачуулуу болсо керек”, – деп ойлойт Чолпон. Ал Азаттын күлкүсүн уурдап алган окшойт.

Кара Жин ар дайым Азаттын жанында жүргөндөй.

– Желмогузга кет деп айт! Ал мага жаккан жок, – деди Чолпон.

Кээде Кара Жин жүк ташыган машинеден да чоң болуп кетет. Мындай күндөрү Азатка эч нерсе жакпай, баарына жиндене берет. Ал тамактанган кезде да жөн отурбай, кыжырдана берет.

Апасы Азаттын көңүлүн кантип көтөрүүнү ойлонот.

– Азат, эжең менен барып, эс алып келчи. Таза абада сергийсиң, – дейт апасы.

Кээ бир күндөрү Кара Жин Азатка тим эле жармашып алгандай сезилет. Азатты ал төшөктөн да тургузбайт.

Атасы күндө Азаттын ал-жайын сурап, ар кандай кеңештерди берет.

– Эмне болду? Сен эмнеге уктабай жатасың? Эмне үчүн тамак жебей калдың? Жакшы тамактансаң, көйгөйдүн баары жоголот.

Кээ бир күндөрү Кара Жин шариктей болуп кичирейип калат. Ошондо гана Азат керебетинен туруп, Чолпон менен ойнойт.

Бирок ал бат эле чарчап калчу болду.

Чоң атасы менен чоң энеси да Азатты кызыктай болуп баратканын байкашты.

– Компьютердин айынан ушинтип жатат. Биз жаш кезибизде таптакыр башкача болчубуз, – деп чоң атасы буркулдайт.

– Азат, кагылайын, сен ар дайым бир нерсеге тынчсызданып жүрөсүң, – деп чоң энеси үшкүрүнөт.

– Балээнин баары сенин башыңда болуп жатат. Сен жакшы нерселерди ойлонсоң, оорубай каласың, – дешет бардык жакындары.

– Мен аракет кылып көрөйүн. Бирок эч нерсеге көңүлүм келбей жатат, – дейт Азат.

Чолпон да Азатты алаксыткысы келет.

– Бул жаңы китепти карасаң, Азат! Сүрөттөрү сонун бекен? – деп Чолпон жаңы китепти көргөзөт.

– Жакшы эле окшойт, – деп ийинин куушурат Азат.

– Крокодил жүрөт бул жерде! Кач, Азат!!! – деп Чолпон оюнга аралаштыргысы келип.

– Азыр эмес, Чолпон… Мен азыр ойногум келген жок, – деп Азат башын чайкайт.

– Азат, сен жаңы поездди көрдүң беле? – деп сурайт Чолпон.

– Мм, жакшы экен, – дейт Азат.

– Кара Жин муну түнөртүп, көңүлүн кирдетип жүрөт,– деп ачууланды Чолпон.

Ал жаздыкты Кара Жинге ыргытып:

– Ме сага, желмогуз! Азатты жайына кой. Анын күлкүсүн кайырып бер! – деди.

Бүгүн Азаттын туулган күнү. Чолпон торт бышырып келди.

– Рахмат, Чолпон, – деп Азат акырын жылмайды. Чолпон Азаттын күлкүсү мурдагыдай эмес экенине кабагын чытыды.

Чолпон Азаттын жанында отуруп:

– Бул жаңы Кара Жин досуң сени бактысыз кылып жатат ээ? – дейт.

Азат башын ийкеди.

– Мен бактылуу эле болгум келип жатат. Бирок эмнегедир бул мен үчүн өтө кыйын.

– Сенин жаман досуң качан кетет?

– Билбейм.

– Мейли, бардыгы жайында болот. Сен каалаган кезде ойнойбуз, – дейт Чолпон.

Азат мурдагыдай болуп күлдү. Кара Жин кичирейип баратты.

Эми Азатка таежеси жардам бере баштады. Ал врач-психолог болуп иштейт.

Кара Жин дагы эле кете элек. Кээ бир күндөрү ал чоңоюп кетет. Чолпон бул күндөр качан өтүп кетет деп күтөт. Кара Жин көбүнчө кичинекей болуп калат. Мындай күндөрү Азат ойногонду жакшы көрөт.

Окумуштуулар илимий жактан Кара Жинди депрессия деп аташат.

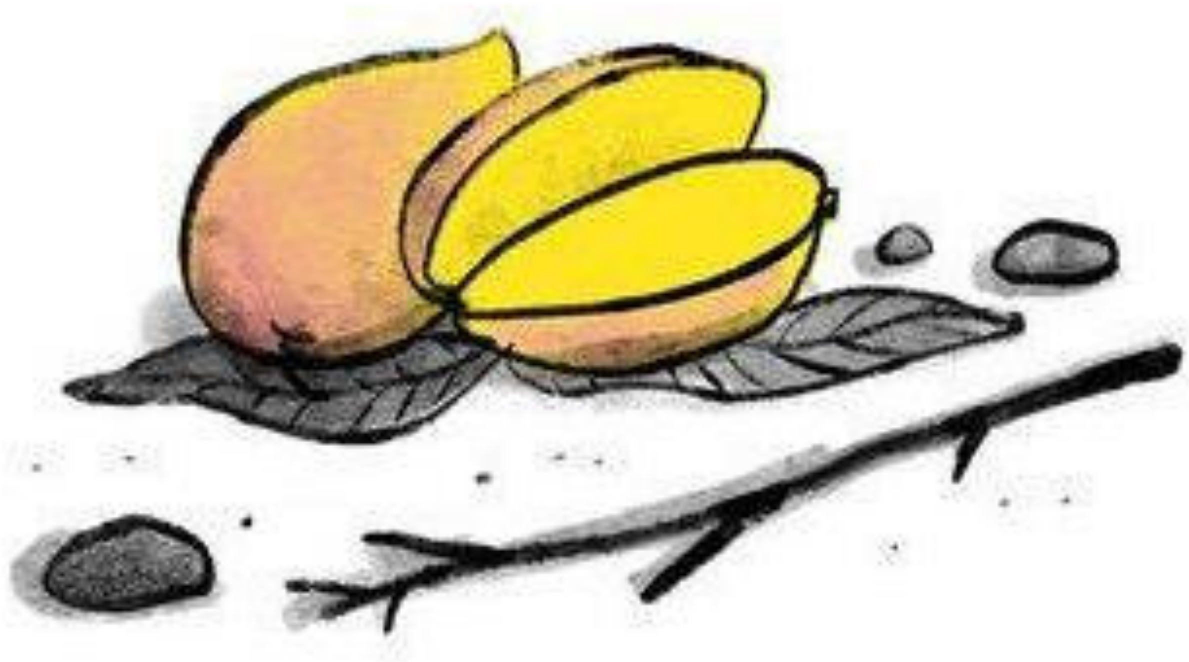
Эгерде биз жараат алсак же жөтөлсөк, жакшы болуп кетүү үчүн дарыланабыз. Биздин мээбиз да организмдин башка органдары сыяктуу эле жабыркашы мүмкүн. Мындай учурда дарылануу керек.

Кээде баарыбыз капаланабыз. Биз ыйлап, ачууланабыз. Бирок бул маанай да өтүп кетет. Кайрадан шайыр болуп калабыз. Бирок кээ бир адамдардан кайгы кеткиси келбей, көпкө чейин калып калат.

Бул маанай биздин жашообузду өзгөртөт. Биз эч нерсе кылгыбыз келбей калат. Өзүбүздү ашыкча, эч кимге кереги жоктой сезебиз. Чын эле, бизге чоң желмогуз минип алгандай болот. Ал такыр кетпечүдөй болуп сезилет. Мына ушул желмогуз – депрессиянын дал өзү.

Мындай учурда мээге жардам бериш керек.

Силер себепсиз эле кайгырып отурган бирөөнү көрсөңөр, аны менен сүйлөшүп көргүлө. Ал адамдын кыйналып жатканын көрсөңөр, жардам бергенге аракет кылгыла. Эгерде силер ар дайым капаланып жүрсөңөр, бул тууралуу жакын адамыңарга айткыла. Психолог же психиатр менен да сүйлөшүп көрсөңөр болот.



USAID
АМЕРИКАНЫН ЭЛИНЕН

КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНЫН
БИЛИМ БЕРҮҮ ЖАНА ИЛИМ
МИНИСТРЛИГИ

Автор: Санжана Капур
Сүрөтчү: Сунайна Коэльо
Которгон жана адаптациялаган:
Талгат Деркембаев

USAID "Окуу керемет!" долбоору
Кыргыз Республикасы

1-класс
- 1.1 деңгээли
- 1.2 деңгээли
- 1.3 деңгээли

2-класс
- 2.1 деңгээли
- 2.2 деңгээли

3-класс
- 3.1 деңгээли
- 3.2 деңгээли

4-класс
- 4.1 деңгээли
- 4.2 деңгээли