

Туркий халқларда соғлиқ-саломатлик билан боғлиқ мақоллар

Наврўз Рўзиев Ихтиёр ўғли

Тошкент тиббиёт академияси ўқитувчиси

Аннотация. Мақолада Туркий эл-улусларнинг табобати, маиший ва маданий ҳаётига тегишли тиббий даволаш услубларини қамраб олган. “Девон”дан маълум бўлган, амалиёрда қўлланилган ўз даврининг энг илғор халқона тиб услубларига айланган туркийлар соғлом турмуш тарзига, табобатга, умуман олганда, соғлиқ тизими ҳақида маълумотлар берилган.

Калит сўзлар: “Девону луғати-т-турк”, “эркач”, “эм”, “сарка”, “парҳез”, “холестерин”, “туркона даволаш усули”, “бахши”, “синиқчи”, “жарроҳ”, “андоқ мудаво”, “Тяншан”, “табиб”, “фолбин”, “жиров” .

Дунё халқларида соғлиқ-саломатлик билан боғлиқ кўплаб сўз, атама, ибора ва мақоллар мавжуд. Уларнинг сезиларли бир қисмини ҳайвонот ва ўсимликлар олами билан боғлиқ сўзлар ташкил этади. Айниқса, қадимги даврларда ижтимоий ҳаёти асосан кўчманчи чорвадорлик, қисман эса ўтроқ деҳқончиликдан иборат бўлган туркий халқларда инсон соғлиғи, умуман олганда халқ табобати билан боғлиқ кўплаб маълумотлар етиб келган. Қадимги турклар тушунчасига кўра айрим ёввойи ва уй ҳайвонларининг гўшти, турли аъзолари, турли-туман мевалар ва уларнинг данаги, ўсимлик илдизлари, дарахт қобиғи ва ҳоказолар инсон саломатлиги учун фойдали деб билинган. Туркий халқлар билан боғлиқ ўлароқ ёзма манбалар, тилшунослик материаллари ва этнографик маълумотларга таянилса бу борада муайян тушунчаларга эга бўлиш мумкин.

Маҳмуд Кошғарийнинг “Девону луғати-т-турк” (Туркий сўзлар девони) асарида кўплаб “сав” – мақоллари етиб келган бўлиб, уларнинг сезиларли бир

қисми соғлиқ-саломатликка тегишли ҳикматли сўзлар ташкил этади. Улардан айримларини қуйидагича келтириб ўтамиз:

“**эркак** – така, эркак эчки; мақолда шундай келган: *эркак эти эм бўлур, эчку эти ел бўлур* – така гўшти даво бўлади, урғочи эчки ел бўлади. Яъни: така гўшти даво бўлади, эчки эти қоринни дам қилади”³.

Ушбу мақолдан кўринадикки, қадимги турклар кундалик истеъмолида гўшт, айниқса, эчки гўшти алоҳида ўрин тутган. Улар эчки ҳайвонининг айнан қайси турлари гўшти саломатликка фойдали ёки зарарли эканига эътибор қаратишган. Қадимги туркларда “даво” маъносида қўлланилган “эм” сўзи така (эркак эчки) гўштига нисбатан ишлатилиб, унинг даво эканига урғу берилиши, аксинча урғочи эчки гўштининг муайян касаллик келтириб чиқариши таъкидланиши ўз-ўзидан бўлмай, унинг ўзига хос сабаблари мавжуд.

Қадимги турклар эчки гўшти саломатлик учун фойда деб билиш билан бирга унинг зарарли томонлари ҳам борлигидан яхши хабардор бўлишган. “Девону луғати-т-турк”да “*така гўшти даво бўлади, эчки эти қоринни дам қилади*” деб ёзар экан, урғочи эчки қоринда оғриқ пайдо қилишини ҳам айтиб ўтадики, бунга таяниб, туркий аҳолининг имкони борича урғочи эчки гўштини емасликка тиришганликларини тасаввур қилиш мумкин. Абу Али ибн Сино эчки гўштини тўлиқ бўлмаса-да, қисман зарарли эканини айтиб ўтган бўлиб, алломага кўра, ошқозони заиф ва бу гўштга ўрганмай, юмшоқ гўштга ўрганган заиф мижозли кишиларга тавсия этиш мақсадга мувофиқдир. Ибн Сино эчки сути ҳақида “*...назлаларда фойда қилади ва уларни тўхтатади. Томоқдаги яраларга ҳам фойда қилади. Эчки сути йўталга, сил ва қон туфлашга, ўгиз (огиз) суви эса сариқ касаллигига фойдалидир. Эчки сути қовуқдаги яраларга фойда қилади. Ични юмшатади, ниҳоят даражада озиб кетиши (қотмалик)да фойда қилади...*”, деб ёзади⁴.

³ Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 3 томлик. Т. I. – Тошкент: Фан, 1960. – Б. 120; *Divānu Lugāti`t-Türk`teki Atasözleri Üzerine Yapılan Bir Çalışma: Abdülhad Nûrî Ve “Atalar Sözü”* // *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2018, Cilt 8, Sayı 3. – S. 2261.

⁴ Абу Али ибн Сино. (Тиб қонунлари) -Ўзбекистон ССР “ФАН” нашриёти, Тошкент, 1980.

Бугунги кунда ҳам туркий халқлар орасида, айниқса, ўзбекларда эчки гўштини ейиш, унинг фойда ва зарарлари билан боғлиқ бир қатор талқинлар сақланиб қолган. Қизиғи шундаки, юқорида “Девону луғати-т-турк”ги мақол мисолида келтириб ўтилган талқин ўзбек халқи орасида ҳам бирмунча учрайди:

“Камбагаллик аскар қилди, эчки гўшти касал қилди”.

Шунингдек, халқ орасида “сарка (эрка эчки) гўшти дори, эчки гўшти қоринни дам қилади” деган қарашлар ҳам сақланиб қолган. Қозоқларда “*серке еті ем, ешкі еті жел*” (серка эти эм, эшки эти жел) “Серка гўшти эм (даво), эчки гўшти ел (дам, ҳаво)” деган мақол⁵ худди “Девону луғати-т-турк”дагидек кўринишда учраши диққатни ўзига тортади.

Дунё бўйлаб эчкининг уй ҳайвони ва ёввойи турлари кенг тарқалган⁶. Уларнинг гўштини ейиш, жўнидан кийим тўқишда фойдаланиш, териси, шохи ёки суякларини турли мақсадларда ишлатиш кенг ёйилган. Шу билан бирга айтиб ўтиш керак, эчки гўштини истеъмол қилиш дунёнинг барча ҳудудларида ҳам бирдай кенг тарқалмаган. Ўрта Ер денгизи қирғоқларида яшовчи грек, араб халқларида эчки гўшти истеъмоли оммалашган бўлса, Марказий Осиёда, хусусан, туркий халқларда кўй гўштига қараганда эчки гўштини ейиш бирмунча кам кузатилади. Айниқса, XX бошларида ўтроқ туркийларда эчки гўшти анча кам истеъмол қилиниб, бозорларда бу гўшт турини топиш қийин бўлган. Ҳозирги кунда ҳам эчки гўшти кўпроқ чорвачиликка мослашган ҳудудларда уй шароитида истеъмол қилиниб, ундан кўпроқ “тандир гўшт” тайёрлашда ишлатилади. Шунингдек, эчкининг турларига қараб, уни ёйиш мумкин ёки аксинчалигига аҳамият берилади. Урғочи эчки гўшти, ёш улоғи бор эчкининг гўшти деярли ейилмайди. Кўпинча бичилган така – серка гўштини ейиш, тўй ва турли маросимлар учун “сарка боқиш” анъаналари айрим вилоятларимизда, хусусан, Самарқанд (Нуробод т.), Қашқадарё

⁵ <https://maqal.kz/as-turaly>

⁶ Урчинов Ж. Зоология. Ўзбекистон республикаси халқ таълими вазирлиги педагогика институтларининг талабалари учун ўқув қўлланма сифатида тавсия этган. – Тошкент: Ўқитувчи, 1996. – Б. 128-129.

(Чирокчи, Кўкдала т.) ва Сурхондарё вилоятлари (Бойсун, Шеробод т.) сақланиб қолган. Айниқса, Қашқадарё ва Сурхондарё воҳаларининг энг қадимий анъанавий таомларидан бири тандир гўшт (тандир кабоб) бўлиб, тандир гўшт учун осиладиган қўй ёки эчки танланади. Бунинг учун кўпинча қўйлардан: ширвоз қўзи, сароёқ қўзи, тўқли танланган бўлса, эчкилардан: қирқилмаган улоқ ва бир яшар сарка (саркач) танлаб олинади. Шу ўринда диққатни тортадиган яна бир хусусият Маҳмуд Кошғарий қадимги туркларда “эркак эчки” маъносида келтирган “эркач” сўзи сурхондарёликларда “саркач” кўринишида учрайди⁷.

Юқорида айтиб ўтилганидек, қўй гўшtidан кейин иккинчи ўринда турадиган ана шу ҳайвон гўшти-ёғига шунчаки озуқа эмас, халқ табобатида бутун борлиғи шифобахш модда сифатида қаралади. Мизожи иссиқ ва ҳўл, лекин гўштининг иссиқлиги қўйникига нисбатан озроқ, тоғ эчкисининг мизожи уй эчкисиникидан иссиқроқ ва енгилроқ бўлгани учун чўл ва даштларда яшайдиганининг мизожи ҳам уй эчкисиникига қараганда иссиқроқ ва енгилроқ деб ҳисобланади.

Марказий Осиё халқларида, шу жумладан, ўзбекларда эчки гўшти истеъмоли билан боғлиқ қуйидагича тушунчалар борлиги кўзга ташланади⁸:

1. Эчки гўшти билан бирга ёки кетма-кет ҳўл мева, нордон ва аччиқ нарсалар ейиш, сут маҳсулотлари - қатиқ ва айрон истеъмол қилиш зарарлидир.

2. олти ойликдан ошган улоқ гўшти фойдали бўлиб, юқори қон босимини пасайтиради, ҳазми енгил, хасталиқдан энди соғайиб турган кишилар учун яхши натижа беради.

3. Эчки гўштини лат еган ва шикастланган аъзоларга илиқ ҳолда боғланса, шу билан бирга, терисига илиқ ўралса, оғриқни босади, лат еган жойларда шиш пайдо бўлишининг олдини олади.

⁷ Файзуллаева М. Халқнинг тарихи ва маданияти билан узвий боғлиқ анъанавий таомлар // Ўтмишга назар, 4-жилд, 12- сон. Тошкент, 2021. – Б. 81.

⁸ Мирзамир Мирзашарипов / <https://telegra.ph/EHchki-g%D1%9Eshti-va-suti--bor-bisyor-shifoyati-08-08>.

4. Эчкининг ёғидан гуруч ва тариқ уни билан суяқ шарбат тайёрлаб ичилса, аччиқ нарсалар туфайли ичакларнинг ичи яллиғланиши оқибатида юзага келган ичкетарни тўхтатишда ёрдам беради. Уни ёғида арпа унидан атала тайёрлаб, ҳуқна қилинса, ичаклар яллиғланишини даф этади.

5. Эчки гўшти парҳез таомлар сирасига киради. Айниқса, юрак касалликларидан озор чекаётган ва иммунитетни паст кексалар учун фойдалидир. Эчки гўштида холестерин кам бўлади.

Мутахассислар эчки гўшти ва сутининг шифобахшлиги ва ноёблиги бўйича бир қатор фикрлар билдиришади. Унинг шифобахшлилиги ноёблигига сабаб шуки, бу жониворнинг озукаси кўплаб доривор гиёҳлардан иборат бўлади. Эчки сутидаги ёғ парчалари сигир сутидан анча кичик бўлгани учун тез ҳазм бўлади. Шунингдек, эчки сути бузилган таомнинг ҳазм бўлиш жараёнини яхшилаб, иммунитетни кўтаради, қон таркибини тозалайди, бактериялар сўрилишини таъминлайди. Бундан ташқари, таом ҳазм қилиш безлари фаолиятига ижобий таъсир этиб, аллергия кўзғалишларнинг олдини олади. Суяк синганда ёки жароҳатланганда эчки сутидан истеъмол қилинса, суяклар тез ўсиб, яхши бирикиб кетишга ёрдам беради.

Ҳозирги кунда ҳам чекка қишлоқларимизда кўпроқ сақланиб қолган “бахши – табиб”лар даволаш усулида эчки гўшти алоҳида ўрин тутаяди. Қашқадарё вилоятининг Чироқчи ва Кўкдала туманларида олиб борган энографик изланишларимизда “бахши”ларнинг касалларни, хусусан, аёллар ёки ёш болалар билан боғлиқ хасталикларни даволаш жараёнида “қон чиқариш” – “кўк улоқ”, “сари(қ) улоқ”, “шоҳ улоқ”, “қора кўчқор”, “оқ товук” “чипор товук” суйиш кераклигига урғу беришларига дуч келдик⁹. Қизиғи шундаки, бахшилар “қон чиқариш”да кўпинча эчки ёки унинг 6 ойдан ошган боласи – улоққа эътибор қаратишлари кўзга ташланади.

⁹ Қашқадарё вилояти Кўкдала тумани Ҳардури қишлоғи.

Ёпиқ жарохатларни ташқи турли ҳилдаги суртмалар орқали таъсир қилиш ва даволашда қадимги табобат ҳайвон ёғларини қўллаш ҳам мавжуд бўлган.

Бир қадар тарқатиш хусусияти бўлган юмшатувчи нарсалар, масалан, ёғлардан товуқ, ғоз, бузоқ ва хўкиз ёғи, айниқса, тоғ эчкиси ёғидир. Шу ҳайвонларнинг илиги, така ва эшакларнинг ёғи айниқса, тоғ эчкиси ёғидир. Шу ҳайвонларнинг илиги, така ва эшакларнинг ёғи ҳам бундай шишлар учун яхшидир.¹⁰ Ҳайвон ёғларини лат еган териға ва ички суяк зарарланишида тўғридан тўғри суртмалар кўринишида ишлатилган. Ёввойи ҳайвонлар шер ва айиқ ёғларни эса ёювчи ва юмчатувчи хусусиятлари борлиги келтириб ўтилади.

Қадимги табибларнинг энг қадимгилари арабча таржимаси “Тоун” бўлган сўзни безсимон, ғовак этли аъзолардаги ҳар бир шишға ишлатганлар, Бундай аъзолар, масалан, мояк, эмчак ва тил тагидаги безсимон этлар каби сезувчи бўлади ёки қўлтиқ, чов (қўл билагаи ёки оёқ сон соҳасининг ички қисми) ва шуларға ухшаш жойлардаги безсимон эт каби сезгисиз бўлади.¹¹ Уни даволашда строн ва лимонларнинг нордон суви, олма ава беҳининг қайнатиб қуюлтирилган ширалари ва нордон анор берилади; гул, кофур ва сандал кабилар хидлатилади; бериладиган овқатлар сифатида цирка билан ясмиқ, тоғ каклиги ва эчки боласи гўшларидан тайёрланган жуда нордон масусдан иборат бўлиши айтиб ўтилади. Бу тартибда инсон танасига озик овқатлар билан таъсир қилишнинг аҳамияти юқори эканини Ибн сино туркей халқлар табобатига суянган ҳолатда исботлаб беради.

Бўғин тойганда ёки эзилганда уни битиргандан кейин оғриқли жараёнларини камайтириш ва салбий асоратлар (қаттиқ бўртмалар ва чандиқли безлар)ни олдини олиш учун қўйиладиган дорилар сифатида думба ёғидан ишлатилган.

¹⁰ Абу Али ибн Сино. (Тиб қонунлари) -Ўзбекистон ССР “ФАН” нашриёти, Тошкент, 1980. -Б 269.

¹¹ Абу Али ибн Сино. (Тиб қонунлари) -Ўзбекистон ССР “ФАН” нашриёти, Тошкент, 1980. -Б 245.

Терини тортиштириб қуритиш, хўлликни шимдирадиган эл ёки совуқ, ёки иссиқ, ёки билиб ўтганингдек, қуруқ мизож туфайли пайдо бўладиган қуруқлик лаб ёрилишига сабаб бўлади. Лаб ёрилиши сабаблари таъсир этмасдан бурун ёрилишининг олдини олиш учун мумли суртмалар, турли чарвилар, илик ёғлари, хўл зуфо қўшилган гул ёғи суртилади. Булар гоҳо воқе бўлган ёрилишни ҳам кетказди. Оёқ ёрилишини уни узоқ вақт иссиқ сувга солиш, унга ўсимлик ва ҳайвон ёғлари, айниқса, эчки ва қорамол ёғи ҳамда мум билан қуюлтирилган илик ёғини суртиб кетказиш мумкин. Думба ёғини оловга тутиб томизилса ҳам жуда яхши бўлади.¹²

Туркий халқларнинг даволашдаги “Умумий касалликлар” дийилганда, турли турдаги иситмалар (бетоблик давридаги бухронлар), яра-чақалар, тошмалар, шишлар- рақ, суюқ чиқиши ва ёрилиши, кўкрак қафаси, умуртқа, оёқ қўлларининг шикасланиши кабиларни келтириш мумкин. Уларни даволашда уй ҳайволарнинг ёғи, гўшти терисидан тайёрланадига фармасефтик даво усулларини келтирилди.

Узоқ чўзиладиган ва жуда юқумли касалликлар: вабо, қутуриш, қизамиқ, чечак каби касалликлар илик ўрта асрлар туркий халқлар тиббиёти учун маълум бўлган. Уларни даволаш ва олдини олишдаги ечимлар бу халқларнинг кундалик ҳаёт тарзини ташкил қилувчи фаолиятида давом этиб келган. Мисол тариқасида Марказий Осиё ҳудудида ўтроқ тарзда яшовчи аҳоли орасида табобат илмининг амалий тажрибалари, хилт ва мизож ҳақида тиббий саводхонлик мавжуд бўлган. Касалликни келиб чиқиши сабаблари, кўринишлари, турлари ҳамда уларни даволашнинг умумий усулларини мукамал узлаштирилган. Овқатланиш, ҳаёт тарзи ҳамда ҳаётнинг барча босқичларида соғлиқни сақлаш ҳақидаги таълимотларни турк халқ табибларининг даволаш услубларида яққол аксини топган. Бунга мисол қилиб: Сурги қилиш, қайт қилдириш, ва қон олиш масалаларига алоҳида эътибор

¹² Абу Али ибн Сино. (Тиб қонунлари) -Ўзбекистон ССР “ФАН” нашриёти, Тошкент, 1980. -Б 581.

Бизнингча, халқ таъаботида нисбатан билдирилган ушбу фикрларда жон бор. Шу билан биргаликда, туркий халқларнинг кўпчилигида, айниқса, ўзбекларда халқ таъаботининг ўзига жос хусусиятлари ҳам мавжуд бўлиб, бу ҳолат излари бугунги кунгача сақланиб қолган туркий халқона таъаботда кўпроқ ўз аксини топган. Яъни қадим ва ўрта асрларда туркийларга хос даволаш анъаналари - “туркона даволаш усули” кенг тарқалган бўлиб, бу усулнинг туркий халқлар ичида асосан ўзбек халқи орасида сақланиб қолганлигидиққатга сазовордир. Яъни, халқимиз орасида маҳаллий халқона тиббиётга ва доривор гиёҳлар билан даволашга нисбатан “туркона усул”, “туркона услуб”, “туркона дорилар” каби ибораларнинг ишлатилиши бу фикрни яққол тасдиқлайди. Халқ орасида “туркона услуб”га таъриф берилганда, кўпинча уни “даволашнинг содда усули”, “халқона”, “хонаки (уй шароитида)” даволаш усули деб тушунтириш берилади. Шу ўринда айтиб ўтиш керак, ўзбек тилидан фарқли ҳолда Туркия туркчасида “кўжақари илачлари” (халқона дорилар), “ев илачлари” (хонаки дорилар) каби халқ таъаботи билан боғлиқ атамалар ишлатилади.

Қизиғи шундаки, бу усулнинг илдизи қадим даврларга бориб тақалиб, ҳозирги кунда қўлланилаётган бир қатор “туркона услуб”ларнинг “Девону луғати-т-турк”, “Бобурнома” ва бошқа асарларда учраши диққатга сазовордир. Хусусан, Заҳириддин Муҳаммад Бобур ўз асари “Бобурнома”да (XVI аср) бир неча ўринларда халқ таъаботида тўхталган бўлиб, алломанинг суяк синиши билан боғлиқ равишда келтирган қуйидаги маълумоти эътиборга лойиқдир: “Ярамни боққали Атика бахши отлиқ мўғул жарроҳини йиборибтурлар. Мўғул эли (кўчманчи турк-мўғул уруғлари – диссертант) жарроҳни ҳам бахши дер. Жарроҳликда бисёр ҳозик эди. Кишининг мағзи чикса, дору берур эди илдиздин, ҳар турлук яра бўлса эди, осон муолажа қилур эди. Баъзи жароҳатқа марҳамдек дору кўяр эди, баъзиға эгалик дору берур эди. Менинг бутум (оёғим)нинг ярасиға бучқоқ ёқмокни буюрди, фатила (шам) кўймади. Илдиздек нимани ҳам бир қатла едурди. Ўзи дер эдиким, бировнинг инчка

пояси синиб, бир тутамча ери реза-реза (парча-парча) бўлуб эди, этини ёриб, оёқ сўнгаларини тамом олиб, сўнгал ўрнига доруни ун қилиб солдим. Ул дору сўнгал ўрнига сўнгалдек-ўқ бутти. Бундоқ ажиб ва ғариб нима хийли дедиким, вилоят жарроҳлари (сарой табиблари) андоқ мудаво (даволаш)дин ожиздурлар”.

Ушбу маълумот туркий халқлар табобатида тана аъзоларининг синиши, яъни ўзбекча айтганда “синиқчилик” амалиёти анча ривожланганидан дарак беради. Маълумки, Ўрта Осиё халқлари, хусусан, минтақанинг турмуш тарзида кўчманчи чорвадорлик анъаналари устувор бўлган туркий ва мўғул халқлари халқона табобатида суяк синиши ва уни даволаш билан боғлиқ амалиётлар анча ривожланган эди. “Туркона услуб”нинг бир тармоғи бўлмиш “бахшичилик”, яъни “синиқчилик” билан боғлиқ маҳаллий халқ орасида катта маҳоратга эга табиблар етишиб чиқиши бежиз бўлмаган. Бунинг негизида қадим ва ўрта асрларда туркий ва мўғул халқларининг маиший хўжалик ҳаёти, турмуш тарзи ва касб-кор билан боғлиқ равишда кўплаб травматологик касалликларнинг учраши ҳолати ётади. Айниқса, отликлардан иборат бўлиб, Хинган (Мўғулистон), Олтой, Тангритоғ (Тяншан) ва Урал тоғлари ён-бағирлари, тор тоғ даралари каби тоғлик ҳудудлар ва кенг Евросиё даштларида истиқомат қилиб, асосан чорвачилик билан кун кечирган, ҳаётининг катта қисми кўчишлар ва ҳарбий сафарлар билан ўтган туркий ва мўғул халқларида табиий иқлим шарт-шароитларидан келиб чиққан ҳолда тана аъзоларининг синиши тез-тез содир бўлиб турадиган ҳолат эди. Бу эса ўз навбатида ушбу халқларда “бахши” – “синиқчи”лик касбининг кенг ривож топишига олиб келади. Кези келганда шуни айтиб ўтиш керакки, Бобур қайд этиб ўтган “Мўғул эли (кўчманчи турк-мўғул уруғлари – диссертант) жарроҳни ҳам бахши дер” маълумотидаги “бахши” (жарроҳ) атамасига алоқадор айрим атамалар ўзбек тили шеваларида ҳам сақланиб қолган бўлиб, Андижон, Қашқадарё, Самарқанд ва яна бир қатор вилоятлардаги қишлоқ аҳолиси

шеваларида “бахши” сўзи “табиб”, “фолбин”, “жиров” (оқин, дoston кўйловчиси”) маъноларида қўлланилиб келади.

Қисқаси, Маҳмуд Кошғарийнинг “Девону луғати-т-турк” асари қадимги турк жамиятининг деярли барча соҳасини қамраб олган бўлиб, асар Ўрта Осиё ва унга қўшни ҳудудлар – Шарқий Европадан Узоқ Шарққача чўзилган Евросиё кенгликлари ва Жанубий Сибир, Шарқий Туркистон ва Амударё-Сирдарё оралиғида яшаган туркий халқлар тили, тарихи, этнографияси бўйича бирламчи манба вазифасини бажаради. Асарда кўпгина туркий элатларнинг кундалик ҳаёти, географик жойлашуви, аҳолининг маиший ва хўжалик турмуш тарзи, кўчманчилик ва ўтrockлик, шаҳарлар ва қишлоқлар, кийим-кечак ва озикланиш маданияти, қадимги туркий жамият, оила ва қариндош-уруғчилик анъаналарига тегишли маълумотлар ўрин олган бўлиб, улар орқали минтақадаги моддий ва маънавий ҳаёт, сиҳат-саломатлик, мафкура, дин ва ҳоказолар тўғрисида муайян тасаввурларга эга бўлиш мумкин. Асарда ўрин олган қадимги туркларнинг тиббий маданиятига тегишли маълумотлар бу борада туркийларга хос анъаналар шаклланишидан дарак беради.

Демак, қадимги турклар кундалик турмуш тарзида, хусусан, озикланишида турли ҳайвонларнинг гўштини ейиш катта ўрин тутган, балки соғлик-саломатликни сақлашда турли емакларга, хусусан, гўшт маҳсулотларига алоҳида эътибор қаратганлар. Бу анъана асрлар бўйи давом этиб, бугунги кунгача етиб келган. Буни юқорида қисқача тўхталиб ўтилган ёзма манба маълумотлари ва этнографик материаллар ҳам мисол бўла олади.

Фойдаланилган адабиётлар

1. Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) ..., 1- том, б. 346.
2. Абу Али ибн Сино. (Тиб қонунлари) -Ўзбекистон ССР “ФАН” нашриёти, Тошкент, 1980. -Б 269
3. Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) ..., 1- том, б. 142.
4. Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) ..., 2- том, б. 292, 1- том, б. 130, 338, 363, 407, 3- том, б. 179.
5. Андрейев М. Поездка летом 1928 г. В Касансайский раён (Север Фергани) // Известия общества для изучения Таджикистана и иранских народностей за его пределами. Том И. – Т., 1928. – С. 122; Абдулаҳадов Н., Тошпўлатов И., Носирова У., Журабайев У. Маҳмуд Кошғарийнинг “Девону луғотит турк” асаридаги лекцик бирликлар тадқиқи ..., б. 27.
6. Ўзбек тилининг изоҳли луғати. У ҳарфи ..., б. 284.
7. Тоғайев Т.М. Алишер Навоий асарлари тилидаги таом номлари ..., б. 30.
8. Абдулаҳадов Н., Тошпўлатов И., Носирова У., Журабайев У. Маҳмуд Кошғарийнинг “Девону луғотит турк” асаридаги лекцик бирликлар тадқиқи ..., б. 28.