



# FAN, TA'LIM VA AMALIYOT INTEGRATSIYASI

ISSN: 2181-1776

Рўзиев Наврўз Ихтиёр ўғли

Тошкент тиббиёт академияси Ижтимоий фанлар кафедраси ўқитувчиси

## ҚАДИМГИ ТУРКЛАРДА ОВҚАТЛАНИШ ЭТИКАСИ

**Аннотация:** Қадимги туркларнинг кундалик турмуш тарзини ўрганишда, албатта, маиший ҳаётининг муҳим бир қисмини озиқ-овқат, умуман олганда, озиқланиш, овқатланиш тартиботи ташкил этган. Ушбу мақолада Маҳмуд Кошғарийнинг "Девону луғати-т-турк" асарида туркийларнинг озиқ-овқат, умуман олганда, озиқланиш, овқатланишига бағишланган қисми таҳлилга тортилган.

**Калит сўзлар:** Маҳмуд Кошғарий, "Девону луғати-т-турк", "иссиқлик" ва "совуқлик", Ўзбек шевалари, овқатланиш маданияти.

Қадимги турклар кундалик маиший ҳаётининг муҳим бир қисмини озиқ-овқат, умуман олганда, озиқланиш, овқатланиш тартиботи ташкил этган. "Девону луғати-т-турк" асарида Маҳмуд Кошғарий бу борада анча кўп тўхталган бўлиб, унинг қайдларидан англашилича, туркийларнинг асосий озиқ-овқати ун, тарик, сут, эт (гўшт) маҳсулотлари билан бирга мева-чева, полиз экинлари ва сабзавотлардан иборат бўлган. Шунингдек, қадимги туркларда ўзига хос овқатланиш маданияти шаклланган бўлиб, "Девон"да учрайдиган ўнлаб атамалар ва мақолларнинг катта бир қисми таом ейиш билан боғлиқ сўзлардан иборатлиги ҳам бундан дарак беради. Аҳамиятлиси шундаки, асарда келтирилган айрим маълумотлар қадимги туркларда озиқланиш билан боғлиқ ўзига хос этика ва гигиена мавжуд бўлганига гувоҳлик беради.

"Девон"да келтирилган "азуқлук – озиқлик, овқатлик", "ариклиғ – тозалик, поклик", "аритған – тозалайдиган. Ул киши ул тариг аритған – У киши доим тарик ва буғдой

тозалайди” каби маълумотлардан анлашилича<sup>1</sup>, аҳоли истеъмол маҳсулотларининг тозалигига, поклигига катта эътибор беришган. Шу билан бирга, асарда ўрин олган “**ашлақ** – дастурхон”, “**тергу** – турли озиқ-овқатга тўла дастурхон”, “**терги** – дастурхон”, “**ашлик** – ошхона”, “**ашич** – қозон”, “**буқач** – товоқ, қозон”, “**айак** – идиш; коса; пиёла”, “**идиш** – идиш-товоқ”, “**қашуқ** – қошиқ”, “**тағар** – буғдой ва бошқа нарсалар солинадиган қоп”, “**лағун** – ичи чуқур қилиб ёғочдан қилинган идиш. Унда сут, қатиқ ва шунга ўхшаш нарсалар ичилади. Ёғоч товоқ”, “**чўмча** – чўмич”, “**сусғақ** – чўмич” каби сўзлар учраши<sup>2</sup> қадимги туркларда овқат тайёрлаш, уни дастурхонга тортиш ва истеъмол қилиш маданиятининг анча юқори бўлганидан дарак беради. Қизиғи шундаки, овқат тайёрлаш ва таомни дастурхонга тортиш билан боғлиқ ушбу сўзларнинг бир қисми ўзбек тили ва шеваларида айнан ёки бирмунча маъно ўзгаришига учраган ҳолатда сақланиб қолган: “қошиқ”, “лаган”, “тоғора” ва ҳ.к. Шунингдек, ҳозирги ўзбек адабий тили ва бошқа бир қатор туркий тилларда учрамайдиган сўзларнинг айрим ўзбек шеваларида “Девон”даги каби кўринишда сақланиб қолганлиги диққатни ўзига тартади: “айак”, “идиш-айак” (коса, идиш), Жиззах вилоятининг Зомин қипчоқ шевасида “ашич” (қозон)<sup>3</sup>, Хоразм ўғуз шеваларида “сусақ” (чўмич)<sup>4</sup> каби.

Бугунги кунда ҳам халқимиз кундалик ҳаётида уй-рўзғор буюмлари орасида коса-товоққа катта эътибор берилиб, уларни тоза ва покиза сақлаш муайян бир қадриятга айланган. Муҳими шундаки, ушбу қадриятларнинг илдизлари қадимги туркий жамиятга бориб тақалади. “Девон”да “**айак** – идиш; коса; пиёла”; ўғузлар буни билмайдилар. Улар “айак” ўрнида “чанақ” дейдилар<sup>5</sup>; “**идиш** – қадах; пиёла; яғмо, тухси, йемак, ўғуз ва арғулар тилида тос, қўмғон, товоқ ва лаганларнинг ҳаммаси “идиш” деб юритилади<sup>6</sup>; “**қашуқ** – қошиқ. Мақол: *Қуруқ қашуқ ағизқа йарамас. Қуруқ сўз қулаққа йақшимас. Қуруқ қошиқ оғизга ярамайди, қуруқ сўз қулоққа ёқмайди. Бу мақол бировдан ёрдам сўраш учун унга ҳам бирон фойда кўрсатиш керак, деган маънода қўлланади*”<sup>7</sup> каби кўплаб маълумотлар келтирилган бўлиб, уларнинг бир қисми айнан ёки бироз ўзгарган шаклда тилимизда сақланиб қолган.

Қадимги турклар сабзовотларнинг узоқ вақт бузилмасдан сақланиши учун махсус усуллардан фойдаланишган. Айниқса, чуқур қазиб, турли маҳсулотларни кўмиб қўйиш усули мавжуд бўлган. Маҳмуд Кошғарий бу ҳақда қуйидагича ёзган: “**ўру** – буғдой, шолғом ва бошқа нарсаларни сақлаш учун қазилган чуқур”<sup>8</sup>. Бу усул ҳозирги кунгача мамлакатимизнинг кўплаб қишлоқ ва овулларида сақланиб қолган бўлиб,

<sup>1</sup> Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 1- том. – Тошкент: Фан, 1960. – Б. 166, 170.

<sup>2</sup> Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 3- том. – Тошкент: Фан, 1963. – Б. 92, 112, 137, 145, 250, 389, 394, 403, 437; Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 2- том. – Тошкент: Фан, 1963. – Б. 58.

<sup>3</sup> Тўйчибоев Б., Қашқирли Қ. Зоминнинг тил қомуси. – Тошкент: Akademnashr, 2012. – Б. 346.

<sup>4</sup> Ўзбек шевалари изоҳли луғати. Масъул муҳаррир Ш.Ш. Шоабдурахмонов. – Тошкент: Фан, 1971. – Б. 36, 242.

<sup>5</sup> Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 1- том. – Б. 112; Кошғарий, Маҳмуд. Девону-луғати-т-турк (Туркий сўзлар девони) / Нашрга тайёрловчи Қ. Содиқов. – Тошкент: Ғ. Ғулом номидаги нашриёт-матбаа ижодий уйи, 2017. – Б. 47.

<sup>6</sup> Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 1- том. – Тошкент: Фан, 1960. – Б. 92.

<sup>7</sup> Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 1- том. – Тошкент: Фан, 1960. – Б. 364.

<sup>8</sup> Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 1- том. – Б. 115.

“ўра” деб юритилади<sup>9</sup>. Бундан кўринадики, туркий халқларда, хусусан, ўзбекларда қадимги туркий анъаналар минг йиллар мобайнида ҳам қўлланилишда давом этган.

Бундан минг йиллар олдин ҳам ота-боболаримизнинг сабзовотлар бузилишининг олдини олиш учун турли чора-тадбирларни қўллашлари давр талаби ва эҳтиёжлар натижасида келиб чиққан. Буни қадимги туркларда нафақат сабзовотлар билан боғлиқ маҳсулотлар, балки мева-чеваларни узоқ сақлаш учун қўллаган усуллари – қоқлаш амалиёти ҳам кўрсатиб турибди. “Девон”да қуритилган мева маъносида “**қакук** – қоқи. Ҳар хил мевалар ёриб қуритилади”<sup>10</sup>; “**қак** – данак, мағиз; **эрук қак** – ўрик данаги”; “**қак эт** – қоқ эт (гўшт) ва ҳар бир қотган нарса” жумласи учрайди<sup>11</sup>. Бундан кўринадики, қадимги турклар пишган мевани қуритиб, қоқи қилиб, керакли пайтда уни истеъмол қилишган. Қизиқ томони, бу амалиёт кўпчилик туркий халқлардан бўлгани каби ўзбекларда ҳам сақланиб, “қоқи”, “қоқ” кўринишларида ўзбек адабий тили ва шеваларида фаол қўлланилиб келинади<sup>12</sup>.

Маҳмуд Кошғарий келтириб ўтган куйидаги маълумот қадимги туркларда таомлар “иссиқлик” ва “совуқлик” деб иккига бўлинганини кўрсатади: “**ува** – бир таом оти. Гуручни қайнатиб, сўнг совуқ сувга солинади, сўнг суви тўкилиб, шакар солинади, совуқлик учун ейилади”<sup>13</sup>. Шунга ўхшаш тушунчалар бугунги кун ўзбек рақибонида ҳам учраб, гуручли таомларнинг айрим турлари ҳозирги кунда ҳам совуқлик (таом) ҳисобланади.

Қадимги туркларда овқатларга зиравор ва доривор маҳсулотлар қўшиб ейиш одати ҳам мавжуд бўлган. “Девон”да “**қатик** – сирка ва қатик каби тутмоч овқатига қўшиладиган доривор”; “**иңлич** – сассиқ саримсоққа ўхшаган бир тоғ ўти; кабоб билан ейилади”<sup>14</sup>; “**сим-симрак** – бир хил овқат. Калла қайнатилиб пиширилгач, майда қилиб тўғралади. Сўнг дориворлар билан бирга идишга солинади ва устига ачиган қатик солиниб, у синггигач, ейилади” мазмунидаги маълумотлар қайд этилган<sup>15</sup>. Умуман олганда, асарда озик-овқат ва таомлар тўғрисида сўз борганда, кўп ўринларда улар билан бирга қўшиб ейиладиган турли хил зиравор ўтлар ва дориворлар борасида ҳам айтиб ўтилади. Бу эса қадимги туркларнинг айнан қандай ўсимликларнинг ҳазм қилишга ёрдам берганликлари, соғлиққа қанчалик фойдали эканлиги масаласида ҳам катта тажриба эга бўлганликларини кўрсатади.

“Девон”да қадимги турклар овқат тайёрлашда қандай усуллардан фойдаланганликлари тўғрисида ҳам бир қатор маълумотлар учраб, уларнинг мазмунидан ажодларимиз маҳсулотларни асосан қайнатиш ёки қовуриш усулларини қўллаганликлари англашилади. Асарда “**қайнади** – қайнади; ашич қайнади – қозон қайнади”; “**қайнатти** – қайнатди; ул ашич қайнатти – у қозонни қайнатди” каби

<sup>9</sup> Ўзбек шевалари изоҳли луғати. Масъул муҳаррир Ш.Ш. Шоабдурахмонов. – Тошкент: Фан, 1971. – Б. 202; Нафасов Т. Қашқадарё ўзбек халқ сўзлари луғати - I. – Тошкент: Муҳаррир, 2011. – Б. 396.

<sup>10</sup> Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 3- том. – Б. 144.

<sup>11</sup> Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 2- том. – Б. 326.

<sup>12</sup> Ўзбек шевалари изоҳли луғати. – Б. 159; Нафасов Т. Қашқадарё ўзбек халқ сўзлари луғати - I. – Б. 431.

<sup>13</sup> Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 1- том. – Б. 116.

<sup>14</sup> Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 1- том. – Б. 138, 363.

<sup>15</sup> Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 3- том. – Б. 150.

маълумотлар овқатнинг қайнатиб пиширилиши билан боғлиқ ўлароқ келтирилса<sup>16</sup>, “**қаврушди** – қовуришди; ул менга тариф қаврушди – у менга бугдой қовуришда ёрдам қилди; ғ- билан ёзиладиган қағуришди варианты ҳам бор” деган мазмундаги маълумотлар<sup>17</sup> қайнатиш ва қовуриш усулларининг кенг ёйилганидан дарак беради. Шу ўринда ўзбек тилининг айрим шеваларида, хусусан, Андижон вилояти ўзбек шеvasида “қовурмоқ” феълининг “қуғурмоқ” кўринишида кенг ишлатилишини айтиб ўтиш керак.

Қадимги туркларда гўштли таомларни махсус мосламага осиб қўйилган қозонга солиб пишириш одати кенг тарқалган бўлган. Махмуд Кошғарий “*Ул эт осди* – у эт (гўшт) осди”<sup>18</sup> мазмунида маълумот келтирган бўлиб, бу усул туркий халқларнинг бир нечасида ҳалигача сақланиб қолган. Қипчоқ лаҳжасида сўзлашувчи ўзбекларда “эт (гўшт) осмоқ”, “шўрва осмоқ” каби сўзлар учраши бундан дарак беради. Қизиғи шундаки, Ўзган (Қирғизистон) ўзбекларида “**осқу** – қатик, сут осиб қўйиш учун қилинган бир неча катакли асбоб (мослама)” маъносида учрайди<sup>19</sup>.

Қадимги турклар озиқ-овқат маҳсулотларини тайёрлашда турли хил ачиткилар қўшиш усулидан ҳам фойдланганлар. “Девон”да “**кўр** – қатик томизғиси. Бу – хурмачада ивитилган қатик ё ачиган қимиздан идиш тагида қолдириб, устига сут қўшиб, қатик ёки қимиз қилишдир”; “**сирка** – сирка (уксус)”<sup>20</sup> каби маълумотлар қайд этилиши ҳам бу фикримизни тасдиқлайди. Шунингдек, қадимги туркий халқлар рационидан турли хил ичимликларнинг ҳам ўзига хос ўрни бўлган. Ичимликларнинг бир қисми маст қилувчи “**айран** – айрон”, “қимиз”, “**бўр** – бўза”, “**сучик** – шароб, мусаллас, май”, “**қизил сучик** – май” каби сут, тарик ва узумдан қилинган маҳсулотлардан иборат бўлса<sup>21</sup>, бир қисми эса мевалардан тайёрланган ичимликлар ташкил топган<sup>22</sup>. Жумладан, асарда “**тим** – ичимлик тўла саноч”, “**тимчи** – ичимлик тайёрловчи; ичимлик сотувчи” ўлароқ тилга олинади<sup>23</sup>.

Қадимги турклар таомларида қўлланилган маҳсулотлар орасида **бугдай** “бугдой”, **тариф** “тарик”, **тутурқан** “туруч”<sup>24</sup>, “**бурчак** – бурчоқ, ловия” каби донли маҳсулотлар билан бирга, “**сўған** – пиёз”, “**сармусақ** – саримсоқ”, “**кизри** – сабзи”, “**кешур** – сабзи”, “**турма** – турп” сингари сабзотлар<sup>25</sup> ҳам кенг тарқалган. Шу

<sup>16</sup> Кошғарий, Махмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 3- том. – Б. 208; Кошғарий, Махмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 2- том. – Б. 412.

<sup>17</sup> Кошғарий, Махмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 2- том. – Б. 255.

<sup>18</sup> Кошғарий, Махмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 1- том. – Тошкент: Фан, 1960. – Б. 184.

<sup>19</sup> Ўзбек халқ шевалари изоҳли луғати. – Б. 38.

<sup>20</sup> Кошғарий, Махмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 3- том. – Тошкент: Фан, 1963. – Б. 133; Кошғарий, Махмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 1- том. – Б. 404.

<sup>21</sup> Кошғарий, Махмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 1- том. – Б. 142, 387.

<sup>22</sup> Кошғарий, Махмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 1- том. – Б. 142, 398.

<sup>23</sup> Кошғарий, Махмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 3- том. – Б. 150.

<sup>24</sup> Кошғарий, Махмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 1- том. – Б. 354, 433, 475; Кошғарий, Махмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 3- том. – Б. 358.

<sup>25</sup> Кошғарий, Махмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 1- том. – Б. 388, 400, 405.

ўринда айтиб ўтиш керак, ушбу сўзлар кўпчилик туркий халқларда бўлгани сингари ўзбек тилида ҳам деярли ўзгаришга учрамасдан қўлланилади. Улардан бир қисмининг ўрнини арабча, форсча ва бошқа тиллардаги сўзлар олган бўлса-да, айримлари адабий тилимизда, айримлари эса шеваларимизда сақланиб қолган. Ўрнак учун, “Девон”да “кешур” кўринишда эслатиб ўтилган сўз Хоразм ўзбек шеваларида “гашир” кўринишида<sup>26</sup> қўлланилиши кўзга ташланади.

Ушбу маълумотлар қадимги турклар озиқ-овқатининг анча бой бўлганидан дарак беради. Шу билан бирга, туркийлар қадимдан фақатгина кўчманчи элат бўлиб қолмасдан, балки ўтроқ ҳаёт кечирганликларини ҳам кўрсатади. Чунки асарда чорвачилик билан шуғулланган кўчманчи туркийлардан ташқари шаҳар ва қишлоқларда яшаган, деҳқончилик қилиб, турли хил экинларни етиштирган туркийлар тўғрисида ҳам сўз боради. Юқорида келтириб ўтилган маълумотнинг кўпчилиги асосан ўтроқ туркийлар билан боғлиқдир. Кўчманчи туркийлар эса асосан гўшт, сут-қатик, қимиз ва ҳоказо маҳсулотлардан кенг фойдаланганлар. Шу ўринда айтиб ўтиш керак, қадимги туркларда ноннинг 20 га яқин тури ҳақида сўз бориб<sup>27</sup>, уларнинг айримлари кўчманчи туркийлар билан боғлиқ бўлса, сезиларли бир қисми айнан ўтроқ туркийлар томонидан тайрланганлиги кўзга ташланади. Аҳамиятлиси, нон билан боғлиқ сўзларнинг кўпчилиги бугунги туркий тилларда айнан ва бироз ўзгаришга учраган кўринишда бугунгача етиб келган. Айниқса, ўзбек халқи таом маданиятининг ёрқин намуналаридан бири бўлган нон ва унинг турларидан кўпчилиги айнан “Девону луғат-ит-турк” асарида тилга олинганидек кўринишда қўлланилишда давом этмоқда.

Хуллас, Маҳмуд Кошғарий асарида учрайдиган соғлиқ-саломатлик билан боғлиқ овқатланиш маданиятига тегишли маълумотлар шуни кўрсатадики, қадимги туркларда бу борада анча юқори малакага эга бўлганлар. Улар айнан қандай таомлар инсон соғлиғи учун фойдали бўлиши, иссиқлик ёки совуқлик эканлиги каби жиҳатларига катта эътибор беришган. Бу эса ота-боболаримиз бундан минг йиллар олдин ҳам дунёнинг бир қатор илғор халқлари қаторида нафақат ижтимоий-сиёсий ҳаётда, балки маданий ҳаётда ҳам ўз ўринларига эга бўлганликларини кўрсатиб турибди.

## АДАБИЁТЛАР

1. Кошғарий, Маҳмуд. Туркий сўзлар девони (Девону-луғот ит-турк) / Таржимон ва нашрга тайёрловчи С. М. Муталлибов. 1- том, 2- том, 3- том. – Тошкент: Фан, 1960.
2. Тўйчибоев Б., Қашқирли Қ. Зоминнинг тил қомуси. – Тошкент: Akademnashr, 2012. – Б. 346.
3. Ўзбек шевалари изоҳли луғати. Масъул муҳаррир Ш.Ш. Шоабдурахмонов. – Тошкент: Фан, 1971. – Б. 36, 242.
4. Ўзбек шевалари изоҳли луғати. Масъул муҳаррир Ш.Ш. Шоабдурахмонов. – Тошкент: Фан, 1971. – Б. 202; Нафасов Т. Қашқадарё ўзбек халқ сўзлари луғати - I. – Тошкент: Муҳаррир, 2011. – Б. 396.
5. Аширов А. Нон маданияти ва урф-одатлари // О ‘zbekiston tarixi, 3/2021. – Б. 85.

<sup>26</sup> Ўзбек халқ шевалари луғати. – Б. 66.

<sup>27</sup> Аширов А. Нон маданияти ва урф-одатлари // О ‘zbekiston tarixi, 3/2021. – Б. 85.