

**УРГАНЧ ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ**  
**ҲУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ**  
**PhD.03/30.06.2021.Tar.55.05 РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ**

---

**УРГАНЧ ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ**

**МАТКАРИМОВА САДОКАТ МАКСУДОВНА**

**ХОРАЗМ ЎЗБЕКЛАРИНИНГ АНЪАНАВИЙ ОВҚАТЛАНИШИ**

**07.00.07 – Этнография, этнология ва антропология**

**ТАРИХ ФАНЛАРИ ДОКТОРИ (DSc) ДИССЕРТАЦИЯСИ**  
**АВТОРЕФЕРАТИ**

**Урганч – 2021**

**Докторлик диссертацияси автореферати мундарижаси**  
**Оглавление автореферата докторской диссертации**  
**Content of the abstract of doctoral dissertation**

<b>Маткаримова Садокат Максудовна</b> Хоразм ўзбекларининг анъанавий овқатланиши.....	3
<b>Маткаримова Садокат Максудовна</b> Традиционное питание Хорезмских узбеков.....	37
<b>Matkarimova Sadokat Maksudovna</b> Traditional food of the Khorezm Uzbeks.....	73
<b>Эълон қилинган ишлар рўйхати</b> Список опубликованных работ List of published works.....	78

**УРГАНЧДАВЛАТУНИВЕРСИТЕТИ**  
**ҲУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ**  
**PhD.03/30.06.2021.Tar.55.05 РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ**

---

**УРГАНЧ ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ**

**МАТКАРИМОВА САДОКАТ МАКСУДОВНА**

**ХОРАЗМ ЎЗБЕКЛАРИНИНГ АНЪАНАВИЙ ОВҚАТЛАНИШИ**

**07.00.07 – Этнография, этнология ва антропология**

**ТАРИХ ФАНЛАРИ ДОКТОРИ (DSc) ДИССЕРТАЦИЯСИ**  
**АВТОРЕФЕРАТИ**

**Урганч – 2021**

Фан доктори (DSc) диссертацияси мавзуси Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси хузуридаги Олий аттестация комиссиясида В2018.1. DSc.Tar/111 рақам билан рўйхатга олинган.

Диссертация Урганч Давлат университетида бажарилган.

Диссертация автореферати уч тилда (ўзбек, рус, инглиз (резюме)) Илмий кенгаш веб-саҳифасида ([www.urdu.uz](http://www.urdu.uz)) ва «ZiyoNET» ахборот-таълим портали ([www.ziyounet.uz](http://www.ziyounet.uz)) манзилларига жойлаштирилган.

**Илмий маслаҳатчи:**

**Баллиева Руза**  
тарих фанлари доктори, профессор

**Расмий оппонентлар:**

**Давлатова Саодат Тиловбердиевна**  
тарих фанлари доктори

**Абдуллаев Улуғбек Сайданович**  
тарих фанлари доктори, профессор

**Бердимуратова Алима Карлыбаевна**  
тарих фанлари доктори, профессор

**Етақчи ташкилот:**

**ЎЗР ФА Қорақалпоғистон бўлими,**  
**Қорақалпоқ гуманитар фанлар илмий**  
**тадқиқот институти**

Диссертация химояси Урганч Давлат университети хузуридаги PhD.03/30.06.2021.Tar.55.05 рақамли Илмий кенгашнинг 2021 йил «27» сентябры куни соат 10:00 даги мажлисида бўлиб ўтади (Манзил: 220100, Урганч шаҳри, Х.Олимжон кўчаси 14-уй, Урганч Давлат университети Асосий бино конференциялар зали). Тел.: (99862)224-67-00; Факс: (99862) 224-67-00; e-mail: [info@urdu.uz](mailto:info@urdu.uz) Урганч Давлат университети.

Диссертация матни билан Урганч Давлат университети Ахборот-ресурс марказида танишиш мумкин (А-320 рақам билан рўйхатга олинган). (Манзил: 220100, Урганч шаҳри, Х.Олимжон кўчаси 14-уй).

Диссертация автореферати 2021 йил «  » \_\_\_\_\_ кунни тарқатилди.  
(2021 йил «  » \_\_\_\_\_ даги \_\_\_\_\_ рақамли реестр баённомаси).



**С.Р.Давлетов,**  
илмий даражалар берувчи  
илмий кенгаш раиси, т.ф.д.

**Я.А.Каримов,**  
илмий даражалар берувчи  
илмий кенгаш илмий  
котиби, PhD.

**У.И.Абдуллаев,**  
илмий даражалар берувчи  
илмий кенгаш қошидаги  
илмий семинар раиси, т.ф.д.

## КИРИШ (докторлик диссертацияси аннотацияси)

**Диссертация мавзусининг долзарблиги ва зарурати.** Жаҳон аҳолисининг демографик ўсиши ва инсонларнинг табиий ресурслардан ноқилона фойдаланиши оқибатида, сайёрамизнинг айрим худудларида дунёнинг энг глобал муаммолари бўлган очарчилик ва озиқ-овқат етишмовчилиги ареали кенгайиб бормоқда. Айрим давлатларда эса бунинг аксини кўриш билан бирга, тўғри ва хавфсиз овқатланиш муаммоси бош масала бўлиб қолаётганини кузатиш мумкин. Бугунги кунда инсоният ўзининг танлаш имкониятига таяниб, асрлар давомида шаклланган ва табиий-иқлим шароитига мос бўлган фойдали овқатланиш анъаналарини тобора унутиб бормоқда. Бу эса замонавий овқатланиш рационининг ўзгаришига ҳамда кун сайин бу таомноманинг зарарли ва нотўғри овқатлар билан тўлиб боришига олиб келмоқда. Аҳолининг соғлом ҳаёт кечиришидаги асосий шартларидан бири уларнинг сифатли озиқ-овқат билан таъминланишидир. Шунингдек, маданиятлар вამиллий кадриятларни сақлаб қолиш ҳамда келажак авлодга етказиш мақсадида анъанавий овқатланиш тартиби ва маданиятини чуқур ўрганиш, илмий тадқиқотлар олиб бориш долзарб масала саналади.

Жаҳон этнологиясида анъанавий овқатланиш маданиятини ўрганиш бўйича бир қанча тадқиқотлар амалга оширилмоқда. Мазкур йўналишда анъанавий овқатланиш маданияти мавзусининг назарий-методологик асослари, манбашунослиги ва тарихшунослиги, анъанавий овқатларнинг шаклланишига таъсир этувчи омиллар, уларни тайёрлаш ҳамда истеъмол қилиш билан боғлиқ локал хусусиятлар, озуқа маҳсулотларининг анъанавий овқатланишдаги ўрни ҳамда экологик хусусиятлари каби илмий муаммоларни таҳлил этиш зарурати муҳим аҳамият касб этади.

Ҳозирги даврда республикада илмий тадқиқотларни ривожлантириш, айниқса, этнология ва антропология соҳаси тараққиётини таъминлашда алоҳида эътибор қаратилмоқда. Ўзбекистонда аҳолини сифатли ва хавфсиз озиқ-овқат билан таъминлаш ҳамдагастрономик туризмни ривожлантириш борасида ҳукумат томонидан қабул қилинган муҳим давлат дастурларида белгиланган вазифалар ўзига хос ўринга эга. Республикада этнографик ҳудуд ҳисобланган Хоразм воҳасининг анъанавий овқатланиш маданияти ва унинг ўзига хос жиҳатлари, таомларнинг этнографик ҳамда илмий асослари, воҳаликларнинг дунё тан олган бренд таомлари ҳамда уларнинг гастротуризм, этнотуризмни ривожлантиришдаги ўрнини чуқур тадқиқ қилиш заруратини туғдиради.

Мазкур тадқиқот Ўзбекистон Республикасининг “Озиқ-овқат маҳсулотининг сифати ва хавфсизлиги тўғрисида” ги Қонуни<sup>1</sup>, Ўзбекистон Республикаси Президентининг “2017–2021 йилларда Хоразм вилояти ва Хива

---

<sup>1</sup> Ўзбекистон Республикасининг “Озиқ-овқат маҳсулотининг сифати ва хавфсизлиги тўғрисида” ги Қонуни. 483-1-сон. 30.08.1997. <https://lex.uz/docs/20326>

шаҳрининг туризм салоҳиятини комплекс ривожлантириш тўғрисида”<sup>2</sup>ги фармойиши ва “Ўзбекистон Республикасида туризмни жадал ривожлантиришга оид қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида”ги Фармони<sup>3</sup> ҳамда шу соҳага тегишли бошқа меъерий-ҳуқуқий ҳужжатларда белгиланган вазифаларни амалга оширишда муайян даражада хизмат қилади.

**Тадқиқотнинг республика фан ва технологиялари ривожланишининг устувор йўналишларига мослиги.** Тадқиқот республика фан ва технологияларни ривожлантиришнинг I. “Ахборотлашган жамият ва демократик давлатни ижтимоий, ҳуқуқий, иқтисодий, маданий, маънавий-маърифий ривожлантиришда инновацион ғоялар тизимини шакллантириш ва уларни амалга ошириш йўллари” устувор йўналишига мувофиқ бажарилган.

**Диссертация мавзуси бўйича хорижий илмий тадқиқотлар шарҳи**<sup>4</sup>. Анъанавий овқатланиш мавзуси доирасида тарихий-этнологик тадқиқотлар ва илмий изланишлар дунёнинг етакчи илмий марказлари ва илмий тадқиқот институтлари томонидан олиб борилмоқда. Хусусан, Россия Фанлар Академияси Этнология ва Антропология институти (Москва, Россия), АҚШдаги Блумингтон университети қошидаги Ўрта Осиё институти (Блумингтон, АҚШ), Жон Хопкинс университети қошидаги Марказий Осиё ва Кавказ институти (Балтимор, АҚШ), Эскуэл туризм ва меҳмондорчилик университети (Испания), Токио туризм институти (Япония), Марказий Осиё антропологик тадқиқотлар институти (Галле-Цюрих, Германия-Швейцария), Макс Планк номидаги ижтимоий антропология институти (Галле-Заале, Германия), Герда Хенкель фонд (Германия) лари шулар жумласидандир.

Анъанавий таомлар ва овқатланиш маданияти мавзуси бўйича тадқиқотларда аҳамиятга молик қатор илмий натижалар олинган: таомлар тарихи, овқатланиш маданияти, анъаналари ҳамда замонавий трансформация жараёнлари, овқатланиш маданиятининг ижтимоий жараёнлардаги аҳамияти тадқиқ қилинган (Герда Хенкель фонди); Хоразм археология-этнография экспедициясининг фаолияти давомида тўпланган этнографик манбалар асосида альбом тузилган (Россия Фанлар академияси Антропология ва Этнография музейи); гастрономия туризмни шакллантириш хусусиятлари таҳлил этилган (Галле-Цюрих номидаги Марказий Осиё антропологик тадқиқотлар институти); Хоразмнинг *тухум барак* ва *қўтир барак* каби таомлари номоддий маданий мерос элементлари сифатида ЮНЕСКОнинг

<sup>2</sup> Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 4 майдаги “2017–2021 йилларда Хоразм вилояти ва Хива шаҳрининг туризм салоҳиятини комплекс ривожлантириш тўғрисида”ги фармойиши. / [www.lex.uz](http://www.lex.uz)

<sup>3</sup> Ўзбекистон Республикаси Президентининг “Ўзбекистон Республикасида туризмни жадал ривожлантиришга оид қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида”ги Фармони ПФ-5611-сон 05.01.2019. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)

<sup>4</sup> Диссертация бўйича хорижий илмий тадқиқотлар шарҳи Caroline Eden. The magic of Uzbek winter melons: gifts of rare and strange beauty. <https://www.ft.com/content/f595028a-10aa-11ea-a225-db2f231cfeae>; The Fabled Flatbreads of Uzbekistan Written and photographed by Eric Hansen Stamped with patterns that beautify, identify and aid baking in a clay oven, the flatbreads—non—from the heart of Central Asia make art of one of the world’s most ancient staples. – PP. 32-40; RanoTuraeva. The Role of Food in Identification Process: Examples from Central Asia. – P. 93-103; [Migration and Identity in Central Asia: The Uzbek Experience](https://www.eth.mpg.de/pubs/series_fieldnotes/vol0019.html); Centre for anthropological studies on Central Asia II: Food and Identity in Central Asia [http://www.eth.mpg.de/pubs/series\\_fieldnotes/vol0019.html](http://www.eth.mpg.de/pubs/series_fieldnotes/vol0019.html) Published by Max Planck Institute for social anthropology, Halle (Saale) ва бошқаманбалар асосида тайёрланди.

репрезентатив рўйхатиغا киритилган (ИЧКАП, Жанубий Корея); овқатланишнинг тарихий, диний ва илмий асослари ёритиб берилган (Германиянинг Макс Планк номидаги ижтимоий антропология институти).

Жаҳонда овқатланиш маданияти ва анъаналарини сақлаш ҳамда давом эттириш бўйича қуйидаги йўналишларда тадқиқотлар олиб борилмоқда: анъанавий овқатланишни этнологик ёндашув асосида ўрганиш, анъанавий овқатланиш маданияти ва идишларини сақлаб қолиш, таомларни пиширишнинг технологик усулларини такомиллаштириш, деҳқончиликнинг анъанавий шаклларини ва унга тегишли озиқ-овқат тизимини сақлаб қолиш ҳамда қайта тиклаш тенденциясини аниқлаш.

**Муаммонинг ўрганилганлик даражаси.** Анъанавий овқатланиш маданияти, таомларнинг шаклланиши, тайёрланиши ва ўзига хослигини тўлақонли ўрганишда тарихий манбалар, илмий тадқиқотлар ва дала этнографик маълумотлар қимматли манба бўлиб хизмат қилади. Диссертацияда мавзунинг ўрганилиш даражаси ва тадқиқотнинг методологик асосларидан келиб чиққан ҳолда мавзуга бевосита тааллуқли манба ва адабиётлар тўрт гуруҳга бўлиб тадқиқ қилинди: 1) XX аср бошигача бўлган манбалар; 2) Совет даври тадқиқотлари; 3) Хорижий тадқиқотлар; 4) Мустақиллик даври тадқиқотлари.

Биринчи гуруҳ адабиётларини XX аср бошигача бўлган тарихий ва ёзма манбалар, этнографик асарлар, археологик материаллар ҳамда Хива хонлигига ташриф буюрган хорижлик элчилар, рус ҳарбийларининг ҳисоботлари, сайёҳ ва савдогарлар, турли касб эгаларининг эсдаликлари ташкил қилади. Уларда келтирилган маълумотлар қисқа тавсифий характерга эга бўлиб, хоразмликларнинг анъанавий овқатланиши тўлиқ акс этмаган ва мавзу тизимли равишда муаммовий таҳлил этилмаган. Шунингдек, ушбу гуруҳга “Авесто” китоби, “Қуръон” ва ҳадислар, Ўрта Осиёлик аллома ва табибларнинг нодир асарлари маълумотлари киритилди.

Иккинчи гуруҳ совет даври тадқиқотларига XX асрдан бошлаб воҳа этнографияси, анъанавий таомлар ва улар билан боғлиқ урф-одатлар акс этган бир қатор махсус тарихий-этнографик ишлар олиб борилган. Шу билан бирга бу даврда этнография фани институционал ривожланганлиги боис анъанавий овқатланиш мавзуси кенг ёритилган. Тадқиқотларда асосий эътибор ҳудудлар ошхонаси ва таомномаси масаласини ўрганишга қаратилган бўлса-да, Хоразм воҳасининг ўзига хос экологик хусусияти ҳамда анъанавий овқатланиши масаласи этнологик аспектда алоҳида ўрганилмаган.

Учинчи гуруҳга оид хорижий тадқиқотчилар ишларининг умумий таҳлили таомлар рационали, тўғри овқатланиш ва улар билан боғлиқ назарияларнинг кўплигини кўрсатса-да, Хоразм воҳаси аҳолисининг анъанавий таомлари ва овқатланиши масаласи махсус илмий муаммо тарзида ўрганилмаган.

Мустақиллик йилларида анъанавий таомлар масаласи ва уларнинг тайёрланиш усуллари монография, рисола сифатида чоп қилинган бўлса-да, бироқ улар асосан, тарихчи, этнограф, филолог, файласуф, маҳаллий ва

хорижий сайёҳлар, китобхон пазандалар учун қўлланма сифатида ёритилганини кўриш мумкин.

Тадқиқотларнинг тарихшунослик таҳлили шуни кўрсатадики, Хоразм ўзбекларининг анъанавий овқатланиши масаласи махсус тадқиқот объекти сифатида комплекс тадқиқ этилмаган ва унинг локал хусусиятлари тизимли равишда ёритилмаган. Шу боис, мавзуни тарихий-этнологик жиҳатдан тадқиқ қилиш долзарб аҳамиятга эга (тадқиқотнинг ўрганилиш даражаси ҳақида диссертациянинг биринчи бобида батафсил маълумот берилган).

**Тадқиқот мавзусининг диссертация бажарилган олий таълим муассасасининг илмийтадқиқот ишлари режаси билан боғлиқлиги.** Диссертация Урганч давлат университетининг илмий тадқиқот ишлари режаси ва 2018-2020 йилларга мўлжалланган PZ-201709202 сонли “Хоразм вилояти ва Хива шаҳрининг туристик салоҳиятидан самарали фойдаланиш ва уни янада ошириш стратегиясини ишлаб чиқиш” мавзусидаги давлат амалий лойиҳаси доирасида бажарилган.

**Тадқиқотнинг мақсади** Хоразм ўзбекларининг анъанавий овқатланиш маданиятини ҳамда унинг ўзига хос локал хусусиятларини тарихий-этнографик материаллар асосида очиб беришдан иборат.

**Тадқиқотнинг вазифалари:**

–Тадқиқотнинг назарий-методологик асослари, манбашунослиги ва тарихшунослигини ёритиб бериш;

–Хоразм воҳасининг анъанавий таомлари, уларнинг шаклланиш жараёни, турлари ва тайёрлаш усуллари, локал хусусиятларихамда фойдали жиҳатларини асослаш;

–Хоразм воҳаси ўзбеклари анъанавий овқатланишининг экологик хусусиятларини очиб бериш;

–Таом тайёрлаш ва тортиш билан боғлиқ уй-рўзгор анжомлари ҳамда озуқа маҳсулотларини сақлашдаХоразм воҳаси аҳолисининг асрий тажрибасини ёритиб бериш;

–Хоразм воҳаси маросимлари, тўй ва оилавий тадбирларида тайёрланадиган таомларнинг моҳиятини таҳлил қилиш;

–Воҳага хос таомланиш этикетини ҳамда асрий анъаналаринианиқлаш;

–Хоразм анъанавий таомларининг таркиби экологик тоза ва хавфсиз маҳсулотлардан иборат эканлигини далиллаб беришдан иборат.

**Тадқиқотнинг объекти** Хоразм воҳаси ўзбекларининг анъанавий овқатланиш жараёнлари ҳисобланади.

**Тадқиқотнинг предметини** Хоразм воҳаси ўзбекларининг анъанавий овқатланиш жараёнидаги анъанавий ва замонавий кўринишлари, локал хусусиятлари ҳамда овқатланишдаги трансформацион жараёнлар ташкил этади.

**Тадқиқотнинг усуллари.** Диссертацияда тарихий изчиллик, тарихий-қиёсий таҳлил, анализ ва синтез, кузатув, этносociологик тадқиқот ва фанлараро ёндашув усулларида фойдаланилди.

**Тадқиқотнинг илмий янгиллиги** қуйидагилардан иборат:

Хоразм воҳаси ўзбеклари анъанавий овқатларининг шаклланиши, турлари, уларни тайёрлашнинг қадимий усуллари, анъанавий таомларнинг (*жуян курдик, сиқмон, буламиқ, илдирма, қопширмо, мавши, шилама, қурмуш гўмма* ва бошқалар), қандолатчилик маҳсулотларининг (*нуқул, печак, пешмак, мијсина ҳолва, сочоқ ҳолва, лабзина, ҳолвайтар, ҳай-ҳай, пақлама, қуштили* ва бошқалар)воҳага хос локал хусусиятлари этнологик аспектда очиб берилган,уй-рўзғор буюмларининг (*дуоқ, сусоқ, сўқи, сон, енгса, тир, зогомо* ва бошқалар) номлари этнографик атама сифатида илмий муомалага киритилган ҳамдамазкур соҳада олиб борилган изланишларнинг тизимли базасини яратилишига сабаб бўлган;

Хоразм воҳасининг байрам, сайл(*қизил гул сайли, олма отиш сайли, сумалак сайли, вахшангом, қовун сайли, қовоқ сайли, хирмон тўйи*) ва турли маросимларда тайёрланадиган анъанавий таомлар (*бешоши, тухум қовурдоқ, сутбурунчи, шўрва, палов, қорма, барак*), озиқ-овқатлар билан боғлиқ удум ва анъаналар (*ҳосил олинганда йиғилган хирмондан “кавсан” бериш, энди юрган бола оёқлари орасидан кулча нон думалатиш, келин-куёвларга новвотли сув ичириш*) ҳамда ирим-сиримларнинг (*чақалоқнинг ва суннат қилинган боланинг ёстиғи остига нон, туз қўйиш, қудаларнинг пешонасига ун суртиш,тўй маросимларида дастурхонга фақат жуфт, дафн маросимларида эса озиқ-овқат маҳсулотларини фақат тоқ сондаги идишларда қўйилиши*) аҳоли моддий ва маънавий ҳаётдаги ўрни дала этнографик материаллар орқали асосланган;

мустақиллик йилларида Ўзбекистонда миллий қадриятларни қайта тиклашга оид давлат сиёсати ва туризмни ривожлатиришга бўлган эътибор натижасида Хоразм анъанавий овқат турларини ўрганиш ҳамда уларни бренд таомлар (*сузма палов, юмурта барак, қўтир барак, ушоқ барак, ижжон гўмма, кади сўмса, қорма, сутбурунчи, гўжа, дил, багир, қорин-туёқ, гўштли патир, қизил патир, ижжон, айрон, чакида*) даражасида оммалаштириш мумкинлиги далилланган;

воҳа аҳолиси таомларининг ўзига хос экологик хусусиятлари, уларни тайёрлашдатабиат неъматларидан унумли фойдаланишҳамда озуқа маҳсулотларидан шифо воситаси-дармон сифатида фойдаланиши каби асрий тажрибалариданамалиётда фойдаланишнинг аҳамиятига оид таклиф ва тавсиялар ишлаб чиқилган;

Хоразм ўзбеклари анъанавий таомлари ва озуқа маҳсулотларининг воҳа аҳолиси ҳаёти, хусусан оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, соғлом турмуш тарзи кечиришда тутган ўрнига оид тажрибаларни ёш авлодга етказишкаби масалаларнинг фанга аниқ йўналтирилган ижтимоий-фалсафий механизми ишлаб чиқилган.

#### **Тадқиқотнинг амалий натижалари:**

тадқиқотда анъанавий овқатланиш маданияти муаммосини фанлар кесимида тадқиқ этишнинг назарий-услубий жиҳатлари ишлаб чиқилган;

аҳолининг тўғри ва хавфсизовқатланишини таъминлаш ва бу орқалисоғлом турмуш тарзини яратишгадоир тавсиялар берилган ҳамда гастротуризмни ривожлантиришга оид таклифларкиритилган;

тадқиқот давомида йиғилган тарихий-этнографик материаллар, архив ҳужжатларидан олинган маълумотлар ҳамда илмий хулосалар давлат дастурлари ижросини таъминлаш; Халқаро “Олтин мерос” хайрия жамоат фонди музейларида экспозициялар ташкил қилиш; “Хоразм вилояти ва Хива шаҳрининг туристик салоҳиятидан самарали фойдаланиш” давлат амалий лойиҳасини тайёрлаш; “Маҳалла ва оила” илмий-тадқиқот институти фаолиятини ривожлантириш; Ўзбекистон Миллий телерадиокомпанияси “Ўзбекистон” телерадиоканалининг эшиттиришларини тайёрлаш, Абу Али ибн Сино жамғармаси фаолиятига доир тадбирлар ўтказиш ҳамда олий ўқув юрти талабалари учун қўлланмалар ишлаб чиқишда асос бўлган.

**Тадқиқот натижаларининг ишончлилигини** ишда этнология фанида тан олинган ёндашув ва усуллар қўлланилганлиги, кўп турдаги тарихий манба ва этнографик адабиётлардан фойдаланилганлиги, далаэтнографик материаллар, даврий матбуот, ҳуқуқий-меъёрий ҳужжатларга асосланган хулоса, таклиф ва тавсияларнинг амалиётга жорий этилганлиги, олинган натижаларнинг ваколатли тузилмалар томонидан тасдиқланганлиги билан изоҳланади.

**Тадқиқот натижаларининг илмий ва амалий аҳамияти.** Тадқиқот натижаларининг илмий аҳамияти Хоразм ўзбекларининг анъанавий овқатланиши масаласининг умумлаштирилган услубий ёндашувлар, назарий хулосалар ва дала этнографик маълумотлар шу мавзуда тадқиқот ишларини олиб боровчилар учун назарий асос бўлиб хизмат қилади ва олий ўқув юрти талабалари учун тарих, этнография, манбашунослик ва маданиятшунослик фанларидан дарслик ҳамда ўқув қўлланмаларини янги маълумотлар билан бойитишда фойдаланиш мумкинлиги билан изоҳланади.

Тадқиқот натижаларининг амалий аҳамияти ўзбек халқи моддий ва маънавий меросини асраш, бойитиб бориш ва тарғиб қилиш, Хоразм бренд таомлари рўйхатини тузиш ва Ўзбекистонда гастротуризмни ривожлантиришга, шунингдек, Ўзбекистон Миллий телерадиокомпаниясида маданий-маърифий ва бадиий эшиттиришларнинг сценарийсини тайёрлаш ҳамда интернет орқали ўзбек таомлари билан боғлиқ сайтларни бойитишда хизмат қилади.

**Тадқиқот натижаларининг жорий қилиниши.** Хоразм ўзбекларининг анъанавий овқатланиши мавзуси бўйича ишлаб чиқилган илмий хулоса ва таклифлар асосида:

Хоразм воҳаси анъанавий таомларининг воҳа аҳолиси ҳаётида тутган ўрни, оналик ва болаликни муҳофаза қилишда озиқ-овқат рационига бўлган эътиборни кучайтиришни кенг тарғиб этиш борасидаги тадқиқот натижаларидан фойдаланилган (“Оила” илмий-амалий тадқиқот маркази Хоразм вилоят бошқармасининг 2019 йил 15 октябрдаги 410-сонли маълумотномаси). Тадқиқот натижалари ўзбек халқининг таом тайёрлаш, уни сақлаш ва тўғри овқатланишга оид урф-одатларини ёшларга ўргатиш, соғлом овқатланиш кўникмаларини шакллантириш ҳамда ривожлантиришда хизмат қилади;

Хоразм воҳаси ўзбеклари анъанавий овқатларининг шаклланиши, турлари, уларни тайёрлашнинг қадимий усуллари, анъанавий таомлар, қандолат маҳсулотларининг локал хусусиятлари акс этган тадқиқот натижаларидан “Хоразм вилояти ва Хива шаҳрининг туристик салоҳиятидан самарали фойдаланиш ва уни янада ошириш стратегиясини ишлаб чиқиш” мавзусидаги 2018-2020 йилларга мўлжалланган PZ-201709202 сонли давлат амалий гранти лойиҳасининг “Хоразмнинг анъанавий таомлари” номли бўлимни ёзишда фойдаланилган (“Хоразм вилояти ҳокимлиги ҳузуридаги ҳудудий инновация фаолияти ва технологияларни трансфер қилиш маркази”нинг 2019 йил 15-ноябрдаги 2/30-сонли маълумотномаси) ҳамда лойиҳа доирасида фото-альбом тайёрланган (Хоразмнинг анъанавий таомлари. Альбом. – Москва: Школа науки, 2020). Тадқиқотнинг илмий натижа ва хулосалари Хоразмда, хусусан, Ўзбекистонда, гастрономик туризмни янада ривожлантиришда, сайёҳларга таклиф этиладиган анъанавий бренд таомлар ва уларнинг фойдалилик хусусиятлари билан таништиришда муҳим манба бўлиб хизмат қилади;

Тўғри овқатланиш, табиат неъматларидан унумли фойдаланиш ҳамда озуқа маҳсулотларидан шифо воситаси ва дармон сифатида фойдаланиш каби масалалари акс этган тадқиқот натижаларидан “Ибн Сино ва замонавийлик” мавзусидаги давлат гранти лойиҳаси доирасида фойдаланилган (Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси ҳузуридаги нодавлат нотижорат ташкилотларни ва фуқаролик жамиятининг бошқа институтларини қўллаб-қувватлаш жамоат фондининг 2019-2020 йилларга мўлжалланган 63-02/05 сонли “Ибн Сино ва замонавийлик” давлат гранти лойиҳаси маълумотномаси). Шунингдек, давлат амалий гранти лойиҳаси доирасида монография нашр қилинган (“Абу Али ибн Сино – халқ табобати ва замонавий тиббиёт асосчиси” монография. – Урганч: Хоразм, 2020 йил). Тадқиқотнатижалари тарихий ва маданий меросни сақлаш, халқимизнинг озуқа маҳсулотлари ва таомлардан дармон сифатида фойдаланиш юзасидан тажрибаларини ўрганиш ҳамда тарғиб этишда хизмат қилади;

Хоразм воҳасида ўтказиладиган байрам, сайл ватурли маросимларда тайёрланадиган анъанавий таомлар, озиқ-овқатлар билан боғлиқ удум, анъаналарнинг моҳияти, моддий ва маънавий ҳаётдаги аҳамиятига доир натижалардан фойдаланилган (Халқаро “Олтин мерос” хайрия жамоат фонди Хоразм вилоят бўлимининг 2019 йил 29 ноябрдаги 17-сонли маълумотномаси ҳамда Халқаро “Олтин мерос” хайрия жамоат фондининг 2020 йил 8 сентябрдаги 01-45-сонли маълумотномаси). Тадқиқот натижалари Халқаро “Олтин мерос” хайрия жамоат фондининг Хоразм бўлими “Авесто” музейи экспозицияларини ёритишда муҳим манба бўлиб хизмат қилади;

Хоразм воҳаси ўзбеклари анъанавий овқатларининг шаклланиши, анъанавий таомлар, турлари, уларни тайёрлашнинг қадимий усуллари, қандолатчилик маҳсулотлари ва уй-рўзғор буюмларининг воҳага хос локал хусусиятлари ёритилган тадқиқот натижаларидан Ўзбекистон Миллий телерадиокомпанияси “Ўзбекистон” телерадиоканали ДУК “Маданий-маърифий ва бадиий эшиттиришлар” муҳарририятининг “Муқаддас кўрғон”,

“Дугоналар”, “Болалар ва биз” номли эшиттиришларни (2020 йил февраль-март ойларида) тайёрлашда фойдаланилган (“O’zbekiston” телерадиоканалининг 2020 йил 6 июлдаги 04-25-716-сонли маълумотномаси). Тадқиқот натижалари ёшларда миллий ва умуминсоний кадриятларни шакллантириш ҳамда ривожлантиришда хизмат қилади.

**Тадқиқот натижаларининг апробацияси.** Тадқиқот натижалари 11 та илмий анжуманлар, 4 та халқаро конференция ва 7 та республика илмий-амалий конференцияларида апробациядан ўтган.

**Тадқиқот натижаларининг эълон қилинганлиги.** Диссертация мавзуси бўйича жами 25 та илмий иш чоп этилган. Шулардан 1 та монография, 1 та альбом, Ўзбекистон Республикаси Олий Аттестация комиссиясининг докторлик диссертациялари асосий натижаларини чоп этиш тавсия этилган илмий нашрларда 12 та мақола, жумладан, 3 таси хорижий журналларда ва 9 таси республика журналларида нашр қилинган.

**Диссертациянинг тузилиши ва ҳажми.** Тадқиқот кириш, тўрт боб, хулоса, фойдаланилган манба ва адабиётлар рўйхати ҳамда иловалардан иборат. Диссертациянинг тадқиқот қисми 260 бетни ташкил этади.

## ДИССЕРТАЦИЯНИНГ АСОСИЙ МАЗМУНИ

Киришқисмида тадқиқот мавзусининг долзарблиги ва зарурати асосланган, ишнинг мақсад ва вазифалари, диссертация мавзуси бўйича хорижий илмий тадқиқотлар шарҳи, тадқиқотнинг объекти ва предмети тавсифланган, муаммонинг ўрганилганлик даражаси, тадқиқотнинг усуллари, илмий янгилиги ва амалий натижалари баён қилинган, олинган натижаларнинг илмий ва амалий аҳамияти, уларнинг амалиётга жорий қилиниши ва апробацияси, нашр этилган ишлар, диссертация тузилиши ва ҳажми бўйича маълумотлар келтирилган.

Диссертациянинг биринчи боби *“Хоразм ўзбекларининг анъанавий овқатланиши мавзусини ўрганиш методологияси ва тарихишунослиги”* деб номланиб, унда анъанавий таомлар ва овқатланиш маданияти юзасидан мавжуд назариялар ва концепциялар асосида муаммонинг назарий жиҳатлари ҳамда мавзунинг тарихишунослик таҳлили ёритилган.

Этнологияда овқатланиш (*таомланиш, таом истеъмол қилиш – М.С.*) тушунчаси ижтимоий-маданий ўзига хослик, этник анъана, халқлар моддий маданиятининг асосий таркибий қисми сифатида таҳлил қилинади. Овқатланиш маданияти асрлар давомида шаклланиб, ҳар бир халқ ҳаётининг табиий-ижтимоий-иқтисодий шарт-шароитлари билан узвий боғлиқликда, миллий анъаналарни ўзида мужассам этган ҳолда тараққий қилади. Қолаверса, айнан овқатланиш маданиятида халқларнинг миллий ўзига хослиги ҳам яққол намоён бўлади.

Ҳозирда турли халқларнинг овқатланиш маданияти ва анъаналарини ўзига хос хусусиятларини ўрганиш тарих, этнология ва ижтимоий антропология фанларининг муҳим масалаларидан ҳисобланади. Озиқ-овқат маҳсулотларини ўрганишда этнологик ёндашув ошпазлик ёки диетологиядан

фарқ қилади. Соҳага оид мутахассис ва тадқиқотчиларни овқат тайёрлаш технологияси ёки унинг озуқавий қиймати эмас, балки таомларнинг одамлар ўртасидаги муносабат ҳамда ижтимоий ҳаётига таъсири масалалари кўпроқ қизиқтиради. Шунингдек, кишиларнинг нима ейиши ва қандай овқатланиши эмас, балки дастурхон атрофида қандай ўтириши, қайси идишларда овқатланишни афзал кўриши ҳамда улардан қандай фойдаланишлари муҳим ҳисобланади.

Таом учун зарур маҳсулотлар, идиш турлари, қўшимча компонентлар (зираворлар, ошқўклар) мавжудлиги овқатни қайта ишлаш, тайёрлаш, истеъмол қилиш, озиқ-овқат чекловлари ва преференция(афзаллик)лар билан боғлиқ хатти-ҳаракатлар қоидалари овқатланиш тизимини ташкил қилади.

Ҳар қандай таом хоҳ оилавий тушлик, хоҳ маросимий ёки сайёҳатчилартушлиги бўлсин жараён шунчаки қорин тўйдириш эмас, балки, рамзий мазмунга эга ҳаракат – бу маълум бир этник гуруҳ учун анъанавий бўлган ахлоқий ва эстетик хулқ-атвор меъёрларини қабул қилади ҳамда қайси маданий жамоага мансублигини кўрсатади.

XIX аср ўрталарида *эволюционизм, диффузионизм, структурализм, этнологиянинг тарихий Америка мактаби, функционализм, маданий релятивизм* каби янги йўналишлар, концепциялар ва мактаблар вужудга кела бошлади<sup>5</sup>.

Эволюционистик назария тарафдорлари маданиятлар ўзаро ўхшаш шароитлар, мустақил пайдо бўлиши ва ривожланишига оид ғояларига қарши диффузионистлар маълум географик минтақаларда маданий кўринишларнинг пайдо бўлиши ҳамда бир марказдан бошқа ҳудудларга тарқалишига оид ўзига хос илмий қарашдаги ғоялари билан фарқланади. Диффузионизм асосчиси Фридрих Ратцел биринчи марта маданият кўринишларини турли маданий ҳудудлар ва мамлакатлар бўйича тарқалишига эътибор қаратган<sup>6</sup>. Эволюционистларда “маданият кўринишлари мавҳум бўлиб, ўз-ўзидан пайдо бўлади” деган қараш устувор эди.

Таъкидлаш жоизки, моддий маданият таркибий қисмлари бошқа маданият кўринишларига қараганда, ўзининг шакли ва тарқалиш ҳудудини кўпроқ намоён этади. Ф.Ратцелнинг фикрича, халқлар ҳаётида содир бўлган турли хил этноижтимоий ўзгаришлар йўқ бўлиб кетса, маданиятни илмий ўрганишда этнографик ашёларнинг алоҳида ўрни бўлиб, этнографик предметлар қандай бўлса шундайлигича қолади. Хусусан, Хоразм воҳаси аҳолиси анъанавий ошхона буюмлари ва бошқа асбоб-анжомлари (*супра, хўна, йўғич, ўқлов, товох, чоноқ, тикач, дуоқ, сусоқ, сўқи, соп, рапида, енгса, тир, зогомова* ҳк.) ва номланиши бугунги кунгача ўзгаришсиз сақланиб келинаётганлигини кузатиш мумкин.

Озиқ-овқат маҳсулотларини моддий маданият ҳодисаси сифатида маълум минтақа мисолида ўрганиш, анъанавий маданият элементларининг

<sup>5</sup> Аширов А., Атаджанов Ш. Этнология. – Тошкент, 2007. – Б. 44.

<sup>6</sup> Ф.Ратцел ўз қарашлари ва ғояларини ўзининг “Антропогеография” (1882), “Народоведение” (Т. 1-2. – СПб., 1903) ҳамда “Земля и жизнь: сравнительное землеведение” (Т. 1-2. – СПб., 1903—1906) номли кўп жилдлик асарларида мужассамлаштирган.

умумий географияси, таомлар ва овқатланиш маданиятининг пайдо бўлиши, шаклланиши ҳамда ривожланишига *тарихий, диний, географик, ижтимоий-иқтисодий* омиллар таъсир қилганлигини айтиб ўтиш жоиз. Анъанавий овқатланиш маданиятига катта таъсир кўрсатувчи омиллардан бири *тарихий омил* ҳисобланади.

XX аср 40-йилларида объектив тарихий жараёнлар туфайли замон талабига мос *миллий автохтонизм концепцияси* ишлаб чиқилди<sup>7</sup>. Унга кўра, Хоразм ўзбеклари анъанавий овқатланишини таҳлил қилиш жараёнида воҳа ошхонасидаги таомлар ва озиқ-овқат номларининг кўп қисми умумтуркий ҳамда эроний тилларга мансублигидан далолат беради. Хусусан, умумтуркий тилдаги: *чўрак, гўжа, талқон, қаймақ, атала, чалпак, кўмач, қайши, бўғирсоқ, гўмма, пўссиқ, қатлама, дўғрама, қовурдоқ, қарма, буламик, ёрма, димлама, қатирмач, сарёғ, қақ балиқ, сутли гўжа*; форс-тожик тилидан ўзлашган: *нон, сомса, палов, шўрва, яхна, машава, барак, чакида, кади шўрва, кади барак* ва бошқа бир қатор таом ва озуқа маҳсулотлари номларини келтириб ўтиш мумкин.

Дунё халқларининг озиқ-овқат маҳсулотлари, таомларни афзал кўриш анъаналари ёки аксинча, овқат чеклови ва таъқиқлар, таомларни тайёрлаш билан боғлиқ анъана ва маросимларни *этник* ва *диний омилларнинг* чамбарчаслигида кўриш мумкин. Жумладан, Хоразм воҳаси аҳолиси ҳаётида овқатланиш билан боғлиқ ўзига хос этикет ва асрий анъаналардан *истеъмолдаги таомнинг ҳалол бўлиши, таомдан олдин ва кейин ҳам қўл ювдирилиши, таомни ўнг қўл билан истеъмол қилиши, таом устида жанжаллашмаслик* ҳолатлари бевосита этник ҳамда диний омил билан боғлиқлиги фикримиз далилидир.

Тадқиқотда овқатланиш маданиятига *географик омил* ҳам катта таъсир кўрсатиб, унда *географик детерменизм* назарияси муҳим ўрин тутиши асосланди. Овқатланиш маданияти тараққиётидаги кейинги ўзгаришлар *ижтимоий-иқтисодий омиллар* натижасида юзага келади ва унинг трансформациясига таъсир этади. Айниқса, Хоразм воҳаси ҳудудида янги этник гуруҳларнинг (славян халқлари, Кавказликлар, Волгабўйи ва Урал атрофлари халқлари) келиб ўрнашиши, чет давлатлар билан олиб борилган ўзаро савдо-иқтисодий алоқаларнинг янада ривожланганлиги боис турли эрон ва афғон ширинликлари, европа халқлари (рус, немис ва француз)га хос бўлган экин ва сабзавот турларининг кириб келиши ҳам воҳа таомномасида ўзгаришлар юз беришига олиб келган.

Хоразм воҳасига янги озуқа маҳсулотлар (бақлажон, булғор қалампири, ковокчалар, картошка, помидор, редиска, сарсабил, гулкарам, цитрус мевалар) ва янги турдаги идиш-товоқ каби ошхона асбоб-анжомлар (самовар, кастрюль, манти-қасқон, электр чойнак, блендер, иситкич, гўшт қиймалагич, шарбат чиқарувчи турли воситалар, хамир ва сабзавотларни кесувчи, майдаловчи турли хил мосламалар)нинг кириб келиши, янгича усулларда

<sup>7</sup> Миллий автохтонизм концепцияси – маданиятларнинг шаклланишида фақатгина тубжой аҳолиси эмас, кўчиб келган халқларнинг ҳам аралашган маданиятига айтилади. Қаранг: Толстов С.П. Основные проблемы этногенеза народов Средней Азии // СЭ. 1947, № 6-7. – С. 304.

овқат тайёрлаш(тез пишириш, димлаб пишириш, буғда пишириш)нинг пайдо бўлиш жараёнлари анъанавий овқатланиш тизимининг трансформациялашувига олиб келди.

XXI аср бошларига келиб ижтимоий ва оилавий овқатланиш жараёнларига дунё ошхонасининг деярли барча машхур таомлари кириб келган. Бугунги кунда асрлар давомида воҳа аҳолиси томонидан истеъмол қилиб келинган анъанавий таом турлари, овқатланиш анъаналари камайиб, улар ўрнини замонавий ва илгари бўлмаган янги услуб, анъана ҳамда одатлар эгалламоқда. Айниқса, овқатланиш шаҳобчалари, кафе ва ресторанларда турк, уйғур, татар, рус, эрон ва дунёнинг кўпгина бошқа халқлари ошхонасига хос бўлган миллий ҳамда европа таомларини истеъмол қилиш ҳам мумкин.

Ҳозирда кундалик овқатланишда таомлар танлови қадимдагидек шароит ва имкониятга эмас, балки оила аъзоларининг хоҳиш ва истакларига асосланганмоқда. Масалан, *буломиқ, атала, ижжон, жуян курдик, гулла сўмса, оланўта гўмма, пақлама, қуштили* каби таом ва ширинликлар, уларнинг анъанавий тайёрланиш услублари унутилиб, йўқолиб бораётган бўлса, *юмурта барак, шивит оши* каби таомларни пишириш эса фақат азиз меҳмонлар шарифига ёки кўпроқ хорижий сайёҳлар учун тайёрланмоқда.

Овқатланишда озиқ моддалар танланиши, уларни қайта ишлаш ва истеъмол қилиш усулларини билиш муҳим бўлиб, турли минтақаларда аҳолининг яшаш ва овқатланиш шароитларини ретроспектив таҳлил қилишда асос бўлиб хизмат қилади. Масалан, узок умр кўриш феномени (ҳодиса)нинг энг муҳим компоненти овқатланиш тизими бўлиб, бошқа сабаблар билан бирга, инсон ва табиат ўртасидаги баъзи махсус экологик муносабатларнинг натижаси бўлиши мумкин. В.И.Козлов таъбирича, озиқ-овқат мажмуаси жуда консерватив бўлиб, этнос ёки этник гуруҳнинг маълум шароитларга экологик мослашишини кўрсатади. Озиқ-овқат мажмуасининг барқарорлиги, биринчидан, иқтисодий фаолият барқарорлиги, иккинчидан, маълум бир этномаданий истеъмол меъёрлари ва учинчидан, этник гуруҳларнинг узок муддатли физиологик мослашуви билан боғлиқ ҳолда кечади.

Овқатланиш маданияти борасида америкалик олима Э.Ричардс таъкидлаганидек, замонавий одамлар ҳам айнан ибтидоий одамлар еган озиқ-овқатлар: ҳайвон гўшти, ўсимликлар, мевалар билан озиқланадилар. Лекин, замонавий одамлар ибтидоий одамлардан фарқли равишда, озиқ-овқатларни дўкон ва бозорлардан сотиб оладилар. Қолаверса, фан-техника жадал ривожланган жамиятда тўғри ва соғлом овқатланиш масаласи янада долзарб муаммога айланиб бормоқда. Зеро, озиқ-овқат ишлаб чиқариш саноати ва овқат тайёрлаш пишириш анъаналарига янги технологияларнинг (генетик модификацияланган маҳсулотлар, сунъий консервант ва озуқалар, фаст-фудлар) жадал суратда кириб келиши соҳадабаҳс-мунозараларнинг кучайишига олиб келмоқда. Ачинарлиси, мазкур “замонавий технологиялар”

анорексия<sup>8</sup>, юракнинг ёғ босиши, ортиқча семириш каби анъанавий касалликлардан ташқари, янгидан-янги, илгари маълум бўлмаган “озик-овқат” касалликларини ҳам келтириб чиқармоқда.

Испаниялик этнографлар Сесилиа Диас Мендес ва Кристобаль Гомес Бенито сўзларига кўра, XX асрнинг иккинчи ярмидан то ҳозирги кунгача овқатланиш янгича аҳамият касб этмоқда. Бу ҳолат ёки ўзгаришлар жаҳоннинг кўпгина худудларида иккала жаҳон урушлари ва ундан кейинги етар-етмаслик давридан бирданига озиқ-овқат тўкин-сочинлигига ўтилиши ўз навбатида овқатланиш анъанаси ҳамда маданиятида ўз аксини топган<sup>9</sup>. Овқатланишдаги бундай тўкин-сочинлик ва ижтимоий трансформация “яхши овқатланиш” деган тушунчанинг ўзгариши, соғлом ҳамда тўғри овқатланиш одатларининг бузилишига олиб келди. П.Бурдые овқатланиш тизимида аҳолининг турмуш тарзи ва истеъмоли жамиятнинг ижтимоий-тоифавий тузилиши билан боғлиқ эканлиги ҳақидаги назарияни илгари сурган<sup>10</sup>.

Умуман олганда, муаммони ўрганишда назарий-услубий жиҳатларига таянган ҳолда *эволюционизм, диффузионизм, структурализм, географик детерминизм* тизимли ёндашувлар асосида тадқиқотнинг назарий жиҳатлари таҳлил қилинди. Ўрганилаётган тадқиқот давомида Хоразм воҳаси аҳолиси анъанавий овқатланиши маданияти ўзига хос ўзгаришларга учраган бўлса-да, бугунги кунда маълум трансформацион жараёнларда анъанавийлигини акс эттиришини ҳам кузатиш мумкин.

Мавзу тарихшунослиги таҳлилига кўра, Хоразм воҳасида овқатланиш маданияти ва у билан боғлиқ анъана, маросимлар ҳақида маълумотлар илк бор “Авесто”да инсонлар тановвул қилиши керак бўлган таомларнинг мумкин бўлган (яхши) ёки мумкин бўлмаган (ёмон) турлари ҳақида маълумотлар қайд этилган. Хусусан, энг яхши таомларга *нон, буғдой* ёки бошқа *донли озиқ-овқат маҳсулотлари, сут ва сутли маҳсулотлар ҳамда сабзавотва мевалар* кирган<sup>11</sup>. “Авесто”да гўштли маҳсулотлар ёмон таомлар жумласига кириб, фақат *қушлар* ва *балиқлар* гўштини истеъмол қилиш мумкин бўлган<sup>12</sup>.

Тўғри ва сифатли овқатланиш ҳақидаги билимлар Абу Райхон Беруний, Абу Али ибн Сино, Исмоил Журжоний ва Абулғози Баҳодирхоннинг асарларида кенг ёритилган. Масалан, Абу Али ибн Сино касалликларнинг пайдо бўлишида ички ва ташқи муҳитнинг таъсири ва табиий тўғри овқатланиш борасидаги маълумотлар келтирса, Абу Райхон Беруний қадимий маросимлар, байрам ва сайлларда истеъмол қилинадиган таомлар (*ёғли патир, юнқа нон, Наврўз гўжа* ва ҳ.к) хусусида маълумот беради. Ўз

<sup>8</sup> Анорексия – бутунлай иштаҳанинг йўқолиб кетиши билан боғлиқ равишда ўта ориқлаб кетиш. Қаранг: Носкова А.В. Питание: методологические подходы к исследованию и повседневные практики // Вестник МГИМО. – 2014. – №6 (39). – С. 210.

<sup>9</sup> Méndez C., Benito C. Food and Health in Modern Societies / Food, Consumption and Health // Social Studies Collection, № 24. Режимдоступа: [http://obrasocial.lacaixa.es/deployedfiles/obrasocial/Estaticos/pdf/laCaixaFoundation/vol24\\_en.pdf](http://obrasocial.lacaixa.es/deployedfiles/obrasocial/Estaticos/pdf/laCaixaFoundation/vol24_en.pdf). – С. 11-13.

<sup>10</sup> Бурдые П. Различение: социальная критика суждения/ пер. с фр. О. И. Кирчик // Западная экономическая социология: хрестоматия современной классики. – М.: РОС-СПЭН, 2004. – С. 537–565.

<sup>11</sup> Маковельский А.О. Авеста. – Баку, 1960. – С. 86.

<sup>12</sup> <https://www.zoroastrian.ru/avesta/videvdat>. Яна қаранг: Маковельский. А.О. Авеста. – Баку, 1960. – С. 86.

даврида Маҳмуд Қошғарий 80 дан ортиқ таом ҳамда масаллик номлари тўғрисида ёзиб қолдирган<sup>13</sup>.

Шунингдек, Хива хонлигига ташриф буюрган хорижлик элчилар, рус харбийлари ҳисоботлари, сайёҳ ва савдогарлар ҳамда турли касб эгаларининг эсдаликлари ва маълумотлари муҳим манба ҳисобланади<sup>14</sup>. Хива хонлиги даврида яшаган маҳаллий аҳолининг анъанавий таомлари, озиқ-овқат маҳсулотларига оид мулоҳазалар берувчи тадқиқотлар ҳам учрайди<sup>15</sup>. Хусусан, Н.Н.Муравёв ва Л.Костенко Хивада етиштириладиган энг ширин *қовун-тарвуз*, *узум* ва турли *мевалар*нинг мақтови ҳамда воҳа таомларига тўхталса, П.И.Небольсин Хива хонлиги ошхонасига хос айрим жиҳатларга алоҳида эътибор қаратган<sup>16</sup>.

Савдогар Абросимов *Хоразм палови* ўша даврда ҳам худди ҳозирги кундагидек тайёрланиб, аҳоли уни севиб истеъмол қилганлигини ёзиб қолдирган<sup>17</sup>. Хиванинг қуруқ мевалари Россияга қилинадиган асосий экспорт маҳсулотларидан ҳисобланиши америкалик журналист Януарий Алоизий Мак Гаханмаълумотларида келтирилган<sup>18</sup>. Венгер сайёҳи А.Вамбери ҳам “Хива мевалари шу қадар яхшики, уларга ўхшашини нафақат Эрон ва Туркияда, балки бутун Европада ҳам топиш қийин. *Ҳазораспнинг олмалари*, *Хиванинг нок* ва *узумлари* ва узок Пекингача машҳур бўлган бекиёс ажойиб *қовунлари* таҳсинга лойиқ”, - деб ёзган<sup>19</sup>.

Бундан ташқари, Эрон элчилари Муҳаммад Алихон Ғофур ва Мирзо Ризоқулихон Ҳидоят, Эрон генерали Исмоилхон Мирпанжийнинг эсдаликлари<sup>20</sup>, рус тадқиқотчиси А.Н.Самойлович келтирган Хиванинг 90 га яқин озиқ-овқат маҳсулотлари ва овқат номлари<sup>21</sup> ҳам таҳлилга тортилди.

XX асрда воҳа этнографиясини ўрганган К.Л.Задыхина Қуйи Амударё хавзаси, яъни жанубий Хоразм худудида яшовчи ўзбекларнинг анъанавий

<sup>13</sup> Маҳмуд Қошғарий. Девони луғатит турк (С.Муталлибов таржимаси асосида). – Тошкент, 1-жилд 1960 йил, 2-жилд 1961 йил, 3-жилд 1963 йил.

<sup>14</sup> Хорошхин А.Н. Сборник статей, касающихся до Туркестанского края (ежегодник). Вып. IV. – СПб., 1876; Каульбарс А.В. Низовья Аму-Дарьи, описанные по собственным исследованиям в 1873 г. // ЗРГО по отделу общей географии. Кн.9, 1881; Кун А.Л. Поездка по Хивинскому ханству в 1873 г. // Известия Императорского русского географического общества. Т. 10. – СПб., 1874. – С. 47-58; Ўша муаллиф. От Хивы до Кунграда // Материалы для статистики Туркестанского края (ежегодник). – С. 203-271.

<sup>15</sup> Ибрагимов Ш.М. Некоторые заметки о хивинских туркменах и киргизах // Военный сборник. – СПб, 1873. – С.133-163; Чернышевский М.Н. Самобытный край, добрый народ // Хорезмская правда. 26 дек. 1992; Гиршфельд В.А., Галкин М.Н. Военно-статистическое описание Хивинского оазиса // Туркестанский сборник. Т. 29. – Т., 1903. Ч. II. – С. 54-106.

<sup>16</sup> Муравьев Н. Путешествие в Туркмению и Хиву в 1819 и 1820 гг. – М., 1822. Ч. I. – 179 с.; Ч. II. – 144 с.; Небольсин П.И. Очерки торговли России со странами Средней Азии, Хивой, Бухарой и Кокандом (со стороны Оренбургской линии). – СПб., 1856. – 370 с; Костенко Л. Город Хива в 1873 году. – СПб, 1874. – С. 334.

<sup>17</sup> Рассказ торговца Абросимова о поездке его в Хиву (50-е годы XIX в.) // История Узбекистана в источниках. – Тошкент: Фан, 1990. – С. 92.

<sup>18</sup> Mac Gahan J. A. Campaigning on the Oxus and the Fall of Khiwa. – London, 1874.

<sup>19</sup> Арминий Вамбери. Путешествие по Средней Азии. – М.: Восточная литература, 2003. – С.160.

<sup>20</sup> Муҳаммад Алихон Ғофур. Хоразм сафари кундаликлари (Эрон элчисининг хотиралари. XIX аср). – Тошкент: Фан, 2005. – Б. 147-150; Исмоил Мирпанжи. Асирликдаги хотиралар. – Урганч: Хоразм, 1997. – Б. 61.

<sup>21</sup> Қўлёзма 90 варақдан иборат бўлиб, Санкт-Петербургдаги Салтыков-Щедрин номи Давлат публицистик кутубхонасининг қўлёзмалар бўлимида 671 фонд № 125 дело билан сақланмоқда. Хоразм Маъмур академиясининг катта илмий ходими А.Абдурасулов ушбу қўлёзмадан нусха кўчириб келган.

хўжалигини ёритган бўлса, М.В.Сазонова воҳанинг жанубий ҳудудида яшовчи аҳоли таомлари ва овқатланиш маданияти ҳамда воҳа ўзбекларининг кундалик турмушида ишлатиладиган озиқ-овқат маҳсулотларини тадқиқ этган<sup>22</sup>. Муаммони этнографик нуқтаи-назардан қиёсий таҳлил қилишда О.А.Сухарева, А.Н.Жилина<sup>23</sup> ва муаммонинг назарий-методологик жиҳатларини ёритишда С.А.Токарев, С.А.Арутюнян, Н.Л.Жуковскаяларнинг ишларидан ҳам унумли фойдаланилди<sup>24</sup>. Шунингдек, ўзбекларнинг моддий маданияти, хўжалиги, анъанавий таомлари ҳақида маълумотлар берувчи К.Ш.Шониёзов<sup>25</sup> ва ўзбек халқининг миллий таомлари, уларни тайёрлаш технологияси билан боғлиқ асбоб-анжомлар, уларнинг турлари ҳақидаги И.М.Жабборов тадқиқотларидан ўринли фойдаланилди<sup>26</sup>.

Г.П.Снесарев воҳамаросим ва тўйларида тайёрланадиган таомлар, улар билан боғлиқ расм-русум ва урф-одатлар ҳақида қизиқарли маълумотлар бериб ўтган<sup>27</sup>. Хоразм воҳаси ўтроқ аҳолисининг анъанавий хўжалиги, урф-одат ва маросимлари ҳамда унда пишириладиган таомлар ҳақида Н.П.Лобачева асарларида қимматли маълумотлар келтирилган бўлиб, тадқиқотда улардан кенг фойдаланилди<sup>28</sup>.

Хоразм воҳасида тайёрланадиган ва истеъмол қилинадиган *таом номлари, мева ва сабзавот, балиқ ва қушлар, уй-рўзгор буюмларининг шевага хос номлари* Ф.А.Абдуллаев ишида батафсил ёритилган<sup>29</sup>.

Ўзбек таомларининг йил фаслларига қараб тайёрланадиган турлари ҳамда унутилаётган баъзи таомларнинг тайёрланиши К.Маҳмудов<sup>30</sup>, ўзбек

<sup>22</sup> Задыхина К.Л. Узбеки дельти Амударии // Труды Хорезмской археолого-этнографической экспедиции. – М., 1952. – Т. 1. – С. 319-427; Сазонова М.В. Традиционное хозяйство узбеков южного Хорезма. – Ташкент, 1967. – С. 52-53.

<sup>23</sup> Сухарева О.А. Позднефеодальный город Бухара. – Ташкент, 1962. – 194 с.; Ўша муаллиф. Бухара XIX – начала XX в. – М.: Наука, 1966. – 328 с.; Жилина А.Н. Современная материальная культура сельского населения Ташкентской области Узбекской ССР // Материальная культура народов Средней Азии и Казахстана. – М., 1966. – С. 121-145.

<sup>24</sup> Токарев С.А. Ранние формы религии. – М., 1964. – 400 с.; Ўша муаллиф. К методике этнографического изучения материальной культуры // Этнографическое обозрение. 1970. № 4// <http://journal.iea.ras.ru/archive/1970s/>; Этнография питания народов стран зарубежной Азии: Опыт сравнительной типологии. // Отв. ред. С.А. Арутюнян. – М.: Наука, 1981. – 256 с.; Жуковская Н.Л. Мир традиционной монгольской культуры. USA: TheEdwinMellenPress, 2000. – 305 с.; Веселов Ю. В., Цинь Ц. Процессы глобализации питания: взаимное влияние культур запада и востока // Здоровье и образование в XXI веке. 2016. № 9. – С. 135–141.

<sup>25</sup> Шаниязов К.Ш. О традиционной пище узбеков // Этнографическое изучение быта и культуры узбеков. – Т., 1972. – С. 96-118; Ўша муаллиф. Основные отрасли животноводства в дореволюционном Узбекистане // Хозяйственно-культурные традиции народов Средней Азии и Казахстана. – М., 1975. – С. 188-193; Шаниязов К., Исмаилов Х. Этнографические очерки материальной культуры узбеков конца XIX – начала XX в. – Ташкент, 1981. – С. 105-123.

<sup>26</sup> Джаббаров И.М. Ремесло узбеков Южного Хорезма в конце XIX – начале XX в. (историко-этнографический очерк) // Занятия и быт народов Средней Азии. – Л.: Наука, 1971. – С. 72-146.

<sup>27</sup> Снесарев Г.П. Реликты до мусульманских верований и обрядов у узбеков Хорезма. – М.: Наука, 1969. – 336 с.; Ўша муаллиф. К вопросу о происхождении празнества суннат-той в его среднеазиатском варианте // Занятия и быт народов Средней Азии. – Л., 1971. Т. 3. – С. 256-272.

<sup>28</sup> Лобачева Н.П. Формирование новой обрядности узбеков. – М.: Наука, 1975. – 140 с.; Ўша муаллиф. К истории сложения института свадебной обрядности // Семья и семейные обряды у народов Средней Азии и Казахстана. – М., 1978. – С. 144-175; Ўша муаллиф. К истории календарных обрядов у земледельцев Средней Азии // Древние обряды верования и культы народов Средней Азии. – М., 1986. – С. 6-30.

<sup>29</sup> Абдуллаев Ф.А. Ўзбек тилининг Хоразм шевалари. – Тошкент: ЎзССР ФА, 1961.

<sup>30</sup> Маҳмудов К. Мучные блюда узбекской домашней кухни. – Ташкент, 1963. – 103 с.; Ўша муаллиф. Узбекский плов. – Ташкент: Узбекистан, 1979. – 112 с.; Ўша муаллиф. Нон ризк-рўзимиз. – Т., 1988. – 23 б.; Ўша муаллиф. Ўзбек тансиқ таомлари. – Тошкент, 1989. – 352 б.; Ўша муаллиф. Қизиқарли пазандалик. – Т.:

нонлари учун керакли масалликлар, хамир қилиш ва нон ёпиш усуллари ҳамда таом тайёрлаш усуллари баён этилган Г.М.Маҳкамов ишларидан қиёсий ўринларда фойдаланилди<sup>31</sup>.

XX асрнинг иккинчи ярмидан бошлаб Хоразм этнографиясига оид ишлар кўпайиб, туркман, қорақалпоқва қозоқ халқлари таомларининг умумий ва фарқли жиҳатлари ўрганилди<sup>32</sup>. Кейинчалик тожик ва қирғиз халқлари анъанавий таомлари ҳақидаги ишлар пайдо бўлди<sup>33</sup>. Бироқ, ушбу тадқиқотларда воҳа аҳолиси таомланиш маданиятига оид фикрлар кам учрайди.

Бу даврда яратилган тарихий-этнографик йўналишдаги тўплам ва журналлармақолаларидан ҳамфойдаланилди<sup>34</sup>. Таомларнинг номланишига доир қатор луғатлар маълумотларидан 270 га яқин таом номларига аниқлик киритилди<sup>35</sup>.

Жаҳондаги турли халқлартаомлари ва урф-одатларига бағишланган тадқиқотлардан, хусусан, Европа халқларининг таомлари билан боғлиқ урф-одат ва маросимлари ёритилган Н.П.Джикия, Н.М.Листова, О.А.Соловьева ишлари мавзунини ёритишда муҳим аҳамият касб этди<sup>36</sup>. Чой ичиш билан боғлиқ удумлар В.В.Хохлачев ва С.Н.Абашин ишларида келтирилган<sup>37</sup>.

---

Ўқитувчи, 1995. – 224 б.

<sup>31</sup> Маҳкамов Г.М., Погосянц А.И., Свинкин С.Н. Ўзбек нонлари. – Тошкент, 1961. – 69 б.

<sup>32</sup> Василева Г.П. Преобразование быта и этнические процессы в северном Туркменистане. – М.: Наука, 1969. – 390 с.; Винников Я.Р. Хозяйство, культура и быт сельского населения Туркменской ССР. – М.: Наука, 1969. – 312 с.; Оразов А. Ритуальная пища туркмен // Материалы по исторической этнографии туркмен. – Ашхабад, 1987. – С. 30-46; Бердиев М.С. Трансформация традиционной системы питания туркмен в наши дни // СЭ. – М., 1985. – № 1. – С. 88-98; Ўша муаллиф. Традиционная похоронно-поминальная трапеза туркмен // Проблемы истории и этнографии советских и зарубежных туркмен. – Ашхабад, 1990. – С. 192-208. Шалекенов У.Х. Казахи низовьев Амударьи. К истории взаимоотношений народов Каракалпакии в XVIII – XX вв. – Ташкент, 1966. – 336 с.; Аргинбаев Х. Народные обычаи и поверья казахов связанные со скотоводством // Хозяйственно-культурные традиции народов Средней Азии и Казахстана. – М., 1975. – С. 194-205.

<sup>33</sup> Андреев М.С. Таджики долины Хуф (верховья Аму-Дари). – Сталинабад: АН Тадж.ССР, 1958. Вып. 11. – 524 с.; Ершов Н.Н., Кисляков Н.А., Пешерева Е.М., Русяйкина С.П. Пища. // Культура и быт таджикского колхозного крестьянства. – М., Л., 1954. – С. 152-160; Хамиджанова М.А. Пища. // Материальная культура таджиков верховьев Зеравшана. – Душанбе, 1973. – С. 138-181; Троицкая А.Л. Некоторые старинные обычаи поверья таджиков долины верхнего Зеравшана // Занятия и быт народов Средней Азии. – Л., 1971. – С. 224-255; Мардонова А. Свадебные торжества у таджиков Файзабада // История и этнография народов Средней Азии. – Душанбе, 1981. – С. 106-122; Айтбаев М.Т. Пища киргизов XIX – начала XX веков // Известия АН Кирг. ССР. – Фрунзе, 1963. Вып. 1. – С.14-19.

<sup>34</sup> Гонтар Т.А. Посуда и домашняя утварь карпатских украинцев в конце XIX – первой четверти XX вв. // Советская этнография. – М., 1978. – № 4. – С. 88-98; Бгажников Б.Х. Традиционное и новое в застольном этикете адигских народов // Советская этнография. – М., 1987. – № 2. – С. 89-100; Бабенко В.Я. Пища украинского населения Башкирии // Советская этнография. – М., 1989. – № 2. – С. 94-104; Григулевич Н.И. Этноэкологическое исследование локальных пищевых комплексов русских старожилов Армении // Советская этнография. – М., 1990. – № 1. – С. 114-125.

<sup>35</sup> Ўзбекча-русча луғат. – Тошкент: Ўзбек совет энциклопедияси, 1988. – 726 б; Худаярова М.Т. Ўзбек тилидаги таом номларининг лингвистик таҳлили (Қорақалпоғистон ҳудуди материаллари асосида). Филология фанлари номзодлиги учун дис. Автореферати, 2008. – Б. 20.

<sup>36</sup> Джикия Н.П. Культура питания грузинских горцев (по этнографическим материалам). – Тбилиси: Мецниереба, 1988. – 135 с.; Тапиров В.Н. Еда // Мифы народов мира. – М., 1980. Т. 1. – С. 427-429; Савуров М. Дўнгон таомлари. – Т., 1989. – Б. 8-16; Листова Н.М. Пища в обрядах и обычаях // Календарные обычаи и обряды в странах зарубежной Европы. – М., 1983. – С. 161-173; Соловьева О.А. К вопросу о роли плова как знака власти // Лавровские (Среднеазиатско-Кавказские) чтения, 1998–1999 гг. – СПб., 2001. – С. 41–43;

<sup>37</sup> Хохлачев В.В. Чой ҳақида. – Т., 1991. – 168 б; Абашин С.Н. Чай в Средней Азии: История напитка в XVIII – XIX веках // Традиционная пища как выражение этнического самосознания. – М., 2001.

Шунингдек, кишиларнинг моддий маданияти, хўжалик фаолияти, дон ва нонга бўлган эътиқод масалаларини машҳур инглиз диншуноси Ж.Фрезер ёритиб берган<sup>38</sup>.

Мустақиллик даври адабиётларида овқатланиш анъаналари, овқатланиш билан боғлиқ маросимлар, соғлом ва тўғри овқатланишнинг назарий жиҳатлари К.Ш.Шаниязов, И.М.Жабборов, А.Асқаров, У.С.Абдуллаев, А.А.Аширов, Г.Ш.Зунунова, Р.Р.Назаров ва бошқалар ишларида акс этган<sup>39</sup>.

Хоразмда кенг истеъмол қилинадиган 50 та таом тури, уни тайёрлаш усуллари билан бирга кимёвий таркиби Б.А.Дўстжонов рисоласида келтирилади<sup>40</sup>. М.Т.Жуманиёзова, Ў.И.Абдуллаев ва Б.М.Абдримовларнинг воҳа анъанавий таомларининг турлари ва тайёрланиши ёритилган ишларидан унумли фойдаланилди<sup>41</sup>.

Мустақиллик йилларида этнология соҳасида муаммони ўрганишга доир қатор ишлар яратилди. Жумладан, Ўзбекистоннинг турли ҳудудлари (Тошкент шаҳри, Фарғона водийси, Сурхон воҳаси) аҳолиси моддий маданияти, анъанавий таомлари, улар билан боғлиқ урф-одат ва маросимлар, маросимий таомлар муҳим ўрин тутган халқ эътиқодлари акс этган тадқиқотлардан ўрганилаётган муаммонинг методологик асослари ҳамда қиёсий жиҳатдан ёритишда фойдаланилди<sup>42</sup>.

Мавзунини ёритишда фанлараро ёндашув услубига кўра археолог, тилшунос ва фолклоршуносларнинг тадқиқотларига ҳам мурожаат қилиниб, воҳа аҳолиси ижтимоий ҳаётида таомлар билан боғлиқ анъана ва маросимлар ҳамда уларни генезисига оид маълумотлар тадқиқ этилди<sup>43</sup>.

<sup>38</sup> Фрезер Дж. Золотая ветвь: Исследование магии и религии. – Москва, 1983. – 703 с.

<sup>39</sup> Шаниязов К.Ш. Одежда и пища // История Узбекистана. Т. 3. (XVI - первая половина XIX века). – Т.: Фан, 1993; Джаббаров И.М. Ремесло узбеков Южного Хорезма в конце XIX-начале XX в. (историко-этнографический очерк) // Занятия и быт народов Средней Азии. – Л.: Наука, 1971. – С. 72-146; Ўша муаллиф. Ўзбеклар: турмуш тарзи ва маданияти. – Тошкент: Ўқитувчи, 2003. – 207 б; Абдуллаев У.С. Этноческие и иноэтнические элементы в узбекских традиционных блюдах // Межэтнические процессы в Ферганской долине. – Ташкент, 2005. – С. 112-142; Аширов А.А. Древние религиозные верования в традиционном быту узбекского народа (по материалам Ферганской долины). Автореф.дисс. д.и.н. – Т., 2008; Зунунова Г.Ш. Этнические процессы в материальной культуре // Этнокультурные процессы в современном поликультурном городе (на материалах Ташкента). – Т., 2011; Зунунова Г.Ш., Назаров Р.Р. Трансформация пищи в современный период // Узбеки. – М.: Наука, 2011. – С. 337. – 341 с.; Назаров Р.Р., Юнусова Д.М., Алиева В.Р. Трансформация традиционной системы питания населения Узбекистана в XX веке // VI Конгресс этнографов и антропологов России. – СПб.: МАЭ РАН, 2005.

<sup>40</sup> Дўстжонов Б.А. Хоразм таомлари. – Тошкент: Ўзбекистон, 1994. – 88 б.

<sup>41</sup> Жуманиёзова М.Т., Абдуллаев Ў.И., Абдримов Б.М. Хоразм анъанавий таомлари тарихидан. – Тошкент: YANGI NASHR, 2015. – 128 б.

<sup>42</sup> Исмоилов Х. Ўзбек тўйлари. – Тошкент, 1994. – 140 б; Насриддинов Қ. Ўзбек дафн ва таъзия маросимлари. – Тошкент: Мерос, 1996. – 144 б.; Маҳмуд Саттор. Ўзбек удумлари. – Тошкент: Фан, 1993. – 221 б.; Арифханова З.Х. Современная жизнь традиционной махалли Ташкента. – Ташкент, 2000. – 30 с.; Ўша муаллиф. Тошкент ўзбекларининг озиқ-овқати // Тошкент маҳаллалари: анъаналар ва замонавийлик. – Тошкент: Янги аср авлоди, 2002. – Б. 104-113; Арифханова З.Х., Зунунова Г.Ш. Обрядово-ритуальная жизнь узбеков Ташкента в условиях независимости. – Ташкент, 2006. – 92 с.; Зунунова Г.Ш. К вопросу о ритуальной обрядности узбеков // Ўзбекистон тарихи. – Ташкент, 2002. – № 1. – С. 72-78; Абдуллаев У.С. Фарғона водийсида этнослараро жараёнлар (XIX – XX аср бошлари). – Тошкент: Янги аср авлоди, 2005. – 216 б; Файзуллаева М.Х. Ўзбек таомлари билан боғлиқ анъаналар (Сурхон воҳаси мисолида). – Тошкент: YANGI NASHR, 2010. – 160 б.

<sup>43</sup> Асқаров А.А. Археологические материалы по истории земледелия в Узбекистане // Хозяйственно-культурные традиции народов Средней Азии и Казахстана. – М., 1975. – С. 95-101; Ўша муаллиф. Ўзбек

Тарихшунослик таҳлиliga кўра, XX аср бошигача бўлган ёзма манбалар, тарихий ва этнографик асарлар қисқа тавсифий характерга эга бўлиб, унда Хоразм воҳаси аҳолисининг анъанавий овқатланиши масаласи тўлиқ акс этмаганлиги очиб берилган. Совет даврида этнография фани институционал ривожланганлиги боис анъанавий овқатланиш мавзуси кенг ёритилди. Бу даврда тадқиқотчилар томонидан турли ҳудудлар ошхонаси ва таомномаси масаласи ўрганилган бўлса-да, Хоразм воҳаси аҳолисининг овқатланиш маданияти ва унинг ўзига хос экологик ҳамда локал хусусияти этнологик аспектда алоҳида ўрганилмаганлиги таҳлил қилинган. Хорижий тадқиқотчилар изланишларининг умумий таҳлили таомлар рационали, тўғри овқатланиш ва улар билан боғлиқ назарияларнинг кўплигини кўрсатса-да, уларда воҳа аҳолиси анъанавий таомлари, турлари, тайёрланиши ва фойдалилик хусусиятлари ҳамда овқатланиш маданияти этнологик жиҳатдан махсус муаммо тарзида ўрганилмаганлиги кўрсатиб берилган. Ўрганилган тадқиқотларнинг умумий таҳлили шуни кўрсатадики, Хоразм ўзбекларининг анъанавий овқатланиши масаласи махсус тадқиқот объекти сифатида комплекс тадқиқ этилмаган ва унинг локал хусусиятлари тизимли равишда ёритилмаган.

Диссертациянинг иккинчи боби “*Хоразм воҳаси анъанавий таомларининг тайёрланиши: урф-одат ва расм-русумлар таҳлили*” деб номланиб, воҳада донли маҳсулотлар ва ундан тайёрланадиган таомлар, уларни истеъмол қилишнинг маҳаллий хусусиятлари, гўшт ва сутдан тайёрланадиган таомлар билан боғлиқ расм-русумлар ҳамда қандолат маҳсулотлари, турли шарбатлар тайёрлаш анъаналари таҳлилга тортилган.

Воҳада донли маҳсулот ва ундан асосаннинг: *чўрак, улли нон, кадили (ошқовоқли) нон, гашир (сабзили) нон, зогора нон* ва бошқа турлари тайёрланади. Улардан бири *чўрак* қорақалпоқ тилида *шөрөк*, туркман тилида *чўрек*, қирғиз тилида *чурек* шаклида қўлланилиши аниқланди. Хоразмда энг кўп тайёрланадиган яна бир нон тури *улли нон* Туркменистон ва Қорақалпоғистондаги ўзбеклар яшайдиган ҳудудларида ҳам учраши ва оила аъзоларининг ёши, хоҳиши ҳамда овқат турига қараб истеъмол қилиниши таҳлил қилинди. Жўхори ундан тайёрланадиган *зогора нони* озуқаларга бой ва асосан, қандли диабет касаллигида тавсия қилинади. Зоғора нон хазм бўлиши қийинлиги сабаб асосан қиш ойлари тайёрланган. Лекин ҳозирда бу нон камдан кам истеъмол қилинади.

Хоразмда буғдой унига қовоқ, сабзи қўшиб тайёрланадиган нон *кадили нон* ва *гаширли нон* деб номланади<sup>44</sup>. Воҳада *патир* арабча *ал-фатир* сўзидан олинган бўлиб, “оширилмаган, кўптирилмаган” деган маънони билдиради<sup>45</sup>. Тошкент, Фарғона, Қашқадарё ва Самарқанд патирларидан фарқли равишда, Хоразм патири оширилмаган хамирдан қилинади. Патир ҳақида дастлаб

---

халқининг этногенези ва этник тарихи. – Тошкент: Университет, 2007. – 339 б.; Икромов Н.М. Узбекская кулинарная лексика. – Ташкент, 1989. – 68 с.; Мирзаев Н. Ўзбек тили этнографизмларининг изоҳли луғати. – Ташкент: Фан, 1991. – 119 б.; Саримсоқов Б. Ўзбек маросим фольклори. – Тошкент: Фан, 1986. – 213 б.; Жўраев М. Ўзбек мавсумий маросим фольклори. – Тошкент: Фан, 2008. – 291 б.

<sup>44</sup> Дала ёзувлари. Қўшқўпир тумани Қатағон қишлоғи. 2018 йил.

<sup>45</sup> Ўзбек тилининг изоҳли луғати. – Тошкент: Ўзбек миллий энциклопедияси. III жилд., 2007. – Б. 237.

“Авесто”да “хамиртурушсиз, бир парча оқ нон дрвана” номи билан тилга олинган<sup>46</sup>. Бугунги кунда воҳада патирнинг помидор солиб қориладиган тури *қизил патир*, гўштли қийма солиб тайёрланадигани *этли патир* ва қиймани хамир қорганда *ичига солинадиган*, тайёр хамир ёйилиб *ичига қийма солиб ўраб, қайта ёйиб ёпиладиган* турларини кўп тайёрланиши социологик сўровномалар натижасида аниқланди.

Шунингдек, воҳада *қатлама*, *бўғирсоқ*, *пўссиқ*, *таъва*, *чалпак* каби нон маҳсулотлари ҳам бўлиб, асосан, бирор тадбир ёки маросимда тайёрланса, хамир орасига пиёз солиниб, қат-қат қилинган *пиёзли қатлама* кундалик таом сифатида тайёрланади. *Қатлама* эски ўзбек тилида “қават”, “тахлам” маъносини англатиб, Маҳмуд Қошғарий луғатида *қатма*<sup>47</sup>, Алишер Навоий асарларида *қатлама*<sup>48</sup>, “Келурнома”да *қатлама*<sup>49</sup> тарзида берилган ва у Ўрта Осиё халқларининг кўпчилиги томонидан истеъмол қилиниб, ўзбек адабий тилида *қатлама*, *юққа* номи билан, туркман тилида *гатлама*, водийлик туркларда *чевати*, курамаларда *юқма* деб аталган.

Воҳада қадимдан то ҳозирги кунгача тайёрланиб келинаётган *бўғирсоқ* буғдой унидан ромб шаклида бўлиб, ҳосилдорлик рамзи ҳисобланади<sup>50</sup>. Хоразмлик аёллар бўғирсоқни хавф-хатардан фориғ бўлиш, садақа қилиш, зиёрат амалларини бажариш учун, янги фарзанд дунёга келганда, болалар хатна қилинганда, байрам, сайл ва турли урф-одат, маросимларда тайёрлашган ҳамда кўни-кўшниларга тарқатишган. Бухоро, Самарқанд, Қашқадарё ва Сурхондарё ҳудудларида ҳам бўғирсоқ ромб шаклида, Тошкент ва Фарғона водийси туманларида эса думалоқ ёки тўртбурчак шаклда тайёрланади<sup>51</sup>. Қорақалпоқларда тўйдан олдин икки қоп ундан бўғирсоқ пишириладива бу тадбирда “кепкир кўйди” расм-русуми катта хурсандчилик билан ўтказилади. Қорақалпоғистонда дафн маросимларида кўни-кўшнилар биргаликда бўғирсоқ пиширишиб, дастурхонга тортишади<sup>52</sup>. Воҳадаги нон маҳсулотларидан *пўссиқ* умумтуркий тилдан келиб чиққан бўлиб, қадимдан то ҳозиргача тайёрланади ва шу номда қўлланилиб келинади. Бундан ташқари, воҳада кўриниши блинчикка ўхшайдиган нон маҳсулоти ҳам бўлиб, у *таъва* дейилади. *Чалпак* номи ҳам умумтуркий тилдан олинган бўлиб, республиканинг айрим ҳудудларида *юққа* ёки *чўзма* номлари билан юритилади<sup>53</sup>.

Хоразм воҳасида хамирдан тайёрланадиган анъанавий таомлар қаторига *уноши*, *шивит оши*, *сиқмон*, *қурдик* кабилар кириб, бу таомлар республиканинг турли ҳудудларида ўзининг тайёрлаш услуби, ҳудудий ўзига хослиги ва номланишига кўра фарқланади. Масалан воҳада тайёрланадиган *уноши* таоми турк этник гуруҳлари *шулла*, форсийзабон тожиклар *оши угро*,

<sup>46</sup> Авесто. Асқар Маҳкам таржимаси. – Тошкент: Шарқ, 2001. – Б. 319.

<sup>47</sup> Маҳмуд Қошғарий. Девоу луғотит турк...Т.I. – Б. 140.

<sup>48</sup> Алишер Навоий асарлари тилининг изоҳли луғати... – Т. IV. – Б. 22.

<sup>49</sup> Чингий М.Ё. Келурнома... – Б. 92.

<sup>50</sup> Снесарев Г.П. Хоразмликларнинг мусулмонликдан аввалги маросимлари ва урф-одатлари... – Б. 220.

<sup>51</sup> Шаниязов К.Ш., Исмаилов Х.И. Этнографические очерки материальной культуры узбеков... – Б. 108.

<sup>52</sup> Дала ёзувлари. Қорақалпоғистон Республикаси Бериуний маҳалласи Бўстон кучаси. 2020 йил.

<sup>53</sup> Шаниязов К.Ш., Исмаилов Х.И. Этнографические очерки материальной культуры узбеков... – Б. 108.

Юқори Зарафшон тожиклари *оши тўппа*, фарғоналиклар *ун оши*<sup>54</sup>, Юқори Туркменистон аҳолиси *унаш*<sup>55</sup> деб аталиши билан ҳам фарқланади. Уноши таоми Сурхондарёда “*беморнинг касаллиги кесилсин*”, Фарғона водийсидаги баъзи қишлоқларда “*ўликнинг изи кесилсин*” деган мақсаддатайёрланган бўлса<sup>56</sup>, Хоразмда чақалоқ туғилганига беш кун бўлганда, “*умри шу уноши толасидай узун бўлсин*” деган ният билан тайёрлаб, қўни-қўшнига тарқатилади.

Анъанавий таомлардан *шивит оши* аҳолининг кўп миқдорда шивит истеъмол қилиши билан боғлиқдир. Қадимий таомлардан яна бири *сиқмон* бўлиб, юмшоқ хамирни шўрвага қўл панжаси орасидан сиқиб чиқарилиб солингани учун шундай ном билан аталади ҳамда жўхори унидан кўп ишлов берилган хамирдан тайёрланиб истеъмол қилиб келинади.

*Курдик таомининг* жўхори унидан тайёрланадиган *жуян курдик*, буғдой унидан тайёрланадиган *узма курдик* ва *қайиш курдик* каби турлари мавжуд. *Жуян курдик* – *узма жуян курдик* деб ҳам аталиб, шўрвага узиб солингани учун шундай номланган, қорақалпоқларда ҳам жўхоридан курдик таоми пиширилиб, *у жўуери гуртик* деб номланади. Буғдой унидан тайёрланадиган курдик эса, *узма*, *утма* ёки *узма курдик* деб ҳам номланади, *қайиш курдикнинг* хаамири эса, юпқа ёзилиб, тўртбурчак шаклда кесилади ҳамда шўрва пишгач, солиб қайнатилади ва тезда тайёр бўлади. Қайишнинг қайнаган сувда пишириб олиб, оқлаб, устига қайла солиб тайёрланадиган тури ҳам бўлиб, *у қатиқа қайиш* ёки *оқли қайиш* деб номланади<sup>57</sup>, бу таом номи умумтуркий сўз бўлиб, “қайишиб”, яъни кесилган хамир кетма-кет қозонга солингани учун ҳам шундай номланади.

Воҳада хамирдан энг кўп тайёрланадиган анъанавий таомлардан *барак*, *гўмма* ва *сўмса* алоҳида эътиборга лойиқ ҳисобланади. Хамир ичига гўшт, тухум ёки кўкатлар тугилиб тайёрланадиган *барак* энг тансиқ, сеvimли, анъанавий ва маросимий таом бўлиб, *ушоқ барак*, *юмурта барак*, *қўтир барак*, *кади барак*, *гўк барак*, *ўвуз барак*, *тухум барак* каби турлари ҳозирги кунда ҳам севиб истеъмол қилинади.

Воҳада баракнинг энг кўп ва гўшт қиймаси солиб тайёрланиб, севиб истеъмол қилинадиган тури *ушоқ барак* бўлиб, “кичкина” деган маънони англатади ва унинг шўрвага солиб тайёрланадигани *шўрвага барак*, оқланадигани *қатиқа барак* деб номланади. Қадимий таомлар таркибига кирувчи *юмурта барак* хоразмликлар анъанавий дастурхонининг энг шоҳ таоми ҳисобланиб, ярим ой шаклида тугилади<sup>58</sup>. Юмурта баракнинг ичига қийма солингани *қўтир барак* деб аталади ва қайласига қўй гўшти, думба ёғи қўшилиб, ярим ой шаклида букилади. *Натар барак* учун эса, қўй гўшти ва думбаси солиш шарт эмаслиги, яъни мол гўшти ва ўсимлик мойига товук

<sup>54</sup> Абдуллаев У. Фарғона водийсида этнослараро жараёнлар... – Б. 125;

<sup>55</sup> Васильева Г.П. Преобразование быта и этнические процессы в северном Туркменистане... – С. 242.

<sup>56</sup> Аширов А.А. Ўзбек халқининг қадимий эътиқод ва маросимлари... – Б. 167.

<sup>57</sup> Оқланган, яъни қатиқ ёки чакида билан аралаштирилган деган маънони англатади. Дала ёзувлари. Қўшқўпир тумани Ҳайробоқ қишлоғи. 2019 йил.

<sup>58</sup> Хоразм воҳаси бўйича номоддий маданий мерос элементларидан *тухум барак* ва *қўтир барак* таомлари ЮНЕСКО репрезентатив рўйхатига киритилган.

тухуми кўшиб тайёрласа ҳам бўлаверади<sup>59</sup>. Баракнинг ичига қовоқ солиб тайёрланадиган тури *кади барак*, беда солиб тайёрланадигани *гўк барак*, янги тукқан сигирнинг биринчи соғилган сутидан *ўвуз барак* ва қовун уруғидан тайёрланадиган тури *тухум барак* деб аталади.

Хоразм воҳасида *гўмма* энг тотли анъанавий таомлардан бири бўлиб, умумтуркий тилга мансуб ва воҳада унинг *ижжон гўмма*, *дўғрама гўмма*, *кади гўмма*, *гўк гўмма*, *печак гўмма*, *олапўта гўмма*, *шўро гўмма*, *қовурилган гўмма*, *тандир гўмма*, *қотишмо гўмма* ҳамда *қурмушгўмма* каби бир қанча турлари мавжуд. Сўмсанинг воҳада *гўит сўмса*, *кади сўмса*, *гўк сўмса* каби турлари тайёрланади. Воҳанинг энг қадимий таомларидан *ёвош* ҳозирги кундаги лаваш билан деярли бир хил бўлиб, юпқа патиричига ловия, кабобва суяқроқ қайла солиб тайёрланади.

Буғдой уни ва буғдой ўсимтаси ширасидан тайёрланадиган *сумалак* тансиқ ва шифобахш таом сифатида истеъмол қилинади ва тахминан уч минг йиллар илгари Ўрта Осиё аҳолиси баҳорни кутиб олиш, деҳқончиликни бошлаш арафасидаги Наврўз байрамида тайёрланган. Анъанавий таом *буламиқ* окжўхори унига сут солиб тайёрланади ва унинг номи XIV асрда эски ўзбек тилида *буламуқ*<sup>60</sup>, қорақалпоқ тилида *быламық*, туркман тилида *буламақ* шаклида қўлланилади, Маҳмуд Қошғарийда *буламоқ*<sup>61</sup>, яъни “аралаштирмақ, кавламоқ” сўзи билан қўлланилган.

Қадимий таомлардан *атала* умумтуркий тилдаги таом номи бўлиб, ҳозирда асосан, чақалоқ туғилганда тайёрланади. Хоразм воҳасида беда билан окжўхори ёки буғдой унидан мавсумий таом *илдирма* тайёрланиши ва у нонга илдириб истеъмол қилингани учун шундай ном билан аталади ва қон босими юқори кишиларга тавсия қилинмаслиги изоҳланди<sup>62</sup>. Хоразмнинг анъанавий таоми бўлмиш *гўжага* қатик ёки айрон кўшиб ичиш, оқланмаган гўжани музлаткичда бир неча кун сақлаш ҳам мумкин бўлган.

Гуручдан тайёрланадиган овқатлар орасида *палов* халқимизнинг “*шоҳ таоми*”и ҳисобланади<sup>63</sup>. Палов номи форс-тожик тилидан ўзлашган бўлиб, воҳада сариқ сабзидан ўзига хос услубда тайёрланади ва унинг *палов*, *чалов*, *сузма* каби турлари мавжуд. Хусусан, *сузма палов* гуручи ивителибасосан тўйларда тайёрланиши, юмшоқроқ пишгани учун тез ҳазм бўлиши, *чолов* (Хоразмда *хон палов* ҳам дейишади) эса, янги илик ёғи ва кўй гўшти солиб тайёрланагани учун, унинг истеъмолида меъёрга алоҳида аҳамият бериш кераклиги изоҳланди. *Уй палови* йилнинг ҳамма фаслида бирдек тайёрланиши ва асосан икки хил усулда *ивитма* ва *оддий* қилиб пиширилиши очиб берилди. Шунингдек, воҳада паловнинг *саримсоқ*, *кишмиш*, *беҳи* ёки *шолғом* солиб тайёрланадиган ҳамда *қорин палов*, *товуқ палов*, *зигирик палов*, *ўпка гўштли палов* каби палов турлари ҳам мавжудлиги аниқланди.

<sup>59</sup> Дала ёзувлари. Боғот тумани Бунёдкор маҳалласи. 2019 йил.

<sup>60</sup> Фазилов Э. Староузбекский язык Хорезмские памятники XIV века. – Тошкент, 1966. – С. 275.

<sup>61</sup> Маҳмуд Қошғарий. Девону луғотит турк...Т. III. – Б. 286.

<sup>62</sup> Дала ёзувлари. Кўшкўпир тумани Қатағон қишлоғи. 2020 йил.

<sup>63</sup> 2016 йилда “Палов маданияти ва анъаналари” инсоният номоддий маданий мероси ЮНЕСКО репрезентатив рўйхатида киритилди.

Воҳада гуручдан тайёрланадиган таомлардан *сутбурунчи* аҳоли томонидан “пайғамбар оши” дея эъзозланади, бу таом таъбга қараб қайла билан, сарёғ билан ҳам истеъмол қилинади.

Хоразм анъанавий таомларидан бири *шавланинг* номи илк бора манбаларда *шолэ*<sup>64</sup> шаклида қўлланилиб, “гуручдан тайёрланадиган таом” эканлиги ва иссиқликни ўзида кўп сақлаб турадиган таом бўлганлиги учун ундан *кам шавла* тайёрланган. *Қорма* таоми маросимий таом сифатида кўни-кўшни, қавму-қариндошга хайр-эҳсон учун, садақа маросимларида, дарвешона, худойи қилинганда тайёрланиши ва тез-тез қорилиб (кавланиб) тайёрлангани учун шу ном билан аталади.

Воҳа аҳолиси дуккакли донлардан *мошова*, *кадили мошова*, *мошкичири* пиширади ва уларнинг тайёрлаш усуллари ажралиб туради.

Ушбу бобда Хоразм воҳасида гўштдан *қуюқ*, *суюқ* ва *яхна таомлар* тайёрланиши кенг ёритилган ва воҳада уларнинг турлари ниҳоятда кўп. Айниқса, воҳа *кавоби* “қовурилган” деган маънони англатиб, унинг қозон *кабоб*, *сетка кабоб*, *жигар* ва *буйрак кабоб*, *ижжсон кабоб*, *товуқ*, *бедана* ва *балиқ кабоб* каби турлари тайёрланади ва севиб истеъмол қилинади. *Жағир-буғир* таоми тожикча *жигар-бағир* сўзидан олинган бўлиб, кишининг жигари ва буйраги хасталанганда истеъмол қилинадиган шифобахш хусусиятга эга.

Хоразмда гўштдан *суюқ таомлар* – *шўрва қовуриб* ёки *қайнатиб* пиширилиб, Маҳмуд Кошғарий ва Шамсиддин Сомий асарида *чурпа* деб берилган<sup>65</sup>. Воҳада энг кўп тайёрланадиган *осма шўрва* янада мазали бўлиши учун тўпиқ суяк танланиши ва у янги ёпилган патир билан бирга тановул қилиниши алоҳида локал аҳамият касб этади. Тансиқ таомлардан бири *калла шўрва* халқ табобатида инсон бош аъзолари учун фойдали эканлиги, у қонни суйилтириб, терлатганлиги учун аҳоли орасида “*Калла шўрва ичгандек терладинг*” ибораси ишлатилади<sup>66</sup>. Шунингдек, воҳада қиймадан *ижжсон шўрва (тифтели)*, карамга ёки булғор қалампири ичига солиб *дўлма (голубци)* таомлари ҳам тайёрланади.

Хоразмда *яхна тамаддилар* тайёрлашда аҳолининг кўп йиллик тажрибалари мавжуд бўлиб, *қатти қовурдоқ* яхна таоми гўштни узоқ сақлаш мақсадида консерва қилиш усули эканлиги изоҳланган<sup>67</sup>.

Воҳада қўй ва мол сўйилганда тайёрланадиган тансиқ таомлардан бири *қорин*, *тўшва дил* ҳисобланади. Шунингдек, *ижжсон* яхна таоми асосан, қиймадан тайёрланиб, бошқа халқларда деярли учрамайди. Ижжонни хиваликлар жуда маромига етказиб тайёрлашади ва барча меҳмондорчилик тадбири ижжонсиз ўтмайди. Ижжонни татиб кўрмаган одам уни хом гўшт деб ўйласа-да, кўп ишлов бериб тайёрлангани учун хиваликлар уни “*хом эмас пишган эт*” дейишади. Хоразмда илгари гўштдан *қоқ гўшт* ҳам тайёрланиб, бу таом “Девони луғотит турк”да *язуқ эт* деб номланади.

Воҳада балиқ таомларининг ҳам турлари мавжуд бўлиб, *қовурма*, *суюқ*

<sup>64</sup> Худаярова М.Т. Ўзбек тиладиги таом номларининг лингвистик таҳлили... – Б. 26.

<sup>65</sup> Икромова Н.М. Узбекская кулинарная лексика. – Ташкент, 1989. – С. 47.

<sup>66</sup> Дала ёзувлари. Қўшқўпир тумани Қатағон қишлоғи. 2018 йил.

<sup>67</sup> Дала ёзувлари. Хива шаҳар Кумёсқа маҳалласи. 2019 йил.

*шўрва, димлама, кабоб* ва *яхна тамадди* усулларида тайёрланади ҳамда *қоқ* қилиб ҳам истеъмол қилинади. Хусусан, аҳоли таомномасида *сазан, зогора, сувган, лаққа, учарбалиқ, судак, товон балиқ, чўртан балиқ* кабибалиқ турларидан<sup>68</sup> *қовурма балиқ, балиқ увилдириқ, димлама балиқ, қорма балиқ* таомлари маҳорат билан тайёрланиши аниқланди.

Илгари халқ табобатида *сувган, сазан* балиқларидан таом буюрилгани, хусусан, *сазан балиқ шўрваси* жигари оғрийдиган беморлар учун шифо бўлса, *сувган* шўрваси организмга дармон берган ва кўзқувватини оширган<sup>69</sup>. Бундан ташқари, воҳада *товуқ* ва унинг тухумидан тайёрланадиган *қайнатилган, қовурилган, сарёгда димланган, сеткада пиширилган, кабоб қилинган* таомларнинг ҳам турли усуллари мавжуд.

Сутли суюқ ошларга *сутоши, сутли атала, оғиз оши, қатиқли гўжса оши, қатиқли мошхўрда, чолоплар, сутли куюқ* таомларга эса *сутбурунчи* ва *қатиқ* билан оқланган гуручли таом киради.

Хоразмқлими куруқ ва иссиқлиги учун ёзда аҳолиасосан *кўк чой* ва хар хил мевалардан *шарбатлар* ичиши, шарбатлардан *ўрик, ўрик қоқи, шотут, анор, узум, олма, тарвуз, сабзи, лавлаги шарбатлари* кўп истеъмол қилинган.

Қандолатчилик маҳсулотларини тайёрлашда воҳа аҳолисининг ўзига хос локал тажрибалари мавжуд бўлиб, қадимдан қандолатчилар томонидан *нуқул, печак, пешмак, нишола, ҳолва, лабзина, новвот, мураббо, шинни, пақлама, қуштиликаби* ширинлик ва пишириқлар моҳирона тарзда тайёрланган<sup>70</sup>. Баъзи қандолатчилик маҳсулотлари маросимий ширинлик сифатида ҳам ишлатилади. Масалан, *нуқул, печак, пешмак, лабзина* ва *нишола* асосан рамазон ойида харид қилинса, *ҳолвайтар* марака маросимларива диний тадбирларда истеъмол қилинади, *новвот* кундалик таомномада энг кўп истеъмол қилинадихамда тўй ва маросимларнинг асосий ширинлик тури ҳисобланади. Хива туманида анъанавий пишириқлардан *пақлама* ва *қуштилибўлиб*, *пақлама* юпқа ёйилган етти қават хамирга мижана (ўрик данаги мағзи) солиб, устига асал ёки қиём кўйиб тайёрланган, Кўшкўпир ва Шовотда *қуштили*, “барака ва ширин ҳаёт рамзи” ҳисобланган.

Учинчи боб “*Анъанавий овқатланишда экологик хусусиятлар ва озуқа маҳсулотларини сақлашга оид тажрибалар*” деб номланиб, унда анъанавий овқатланишда экологик хусусиятлар, воҳада етиштириладиган деҳқончилик ва боғдорчилик маҳсулотлари, уларнинг турлари ва шифолик хусусиятлари ёритилган. Шунингдек, воҳада таом тайёрлаш ва тортиш билан боғлиқ уй-рўзғор анжомлари ҳамда озуқа маҳсулотларини сақлашга доир тажрибалар таҳлил қилинган.

<sup>68</sup> Хоразмликлар қадимдан севиб истеъмол қиладиган ва манбаларда жуда мазали деб таърифланадиган *сувган* номли балиқ тури ҳозирда кам учрайди. Дала ёзувлари. Боғот тумани Ғалаба маҳалласи. 2019 йил.

<sup>69</sup> Дала ёзувлари. Шовот тумани Дўстлик маҳалласи. 2019 йил.

<sup>70</sup> *ҳолва* ва *талқон* номи учрайди (Маҳмуд Кошғарий. Девону луғотит турк... Т.І. – Б. 412); Уч пуд нуқл, печак, ярим пуд бодом мағизи, ун бир пуд канд, икки пуд новвот, нишола, мураббо учун турт пуд канд, пули бир юз йигирма уч тилло (XIX аср Хива давлат ҳужжатлари. – Тошкент, 1960. – Б. 47); Мухаммад Алихон Ғофур. Хоразм сафари кундаликлари. – Тошкент: Фан, 2005. – Б. 147-150; Исмоил Мирпанжи. Асирликдаги хотиралар. – Урганч: Хоразм, 1997. – Б. 61.

Хусусан, Хазорасп туманида етиштириладиган *олма* меваси, унинг оқ, кўк, қизил, пушти, сариқ заъфарон рангли *карвак олма (Хазорасп)*, *беш юлдуз*, *қизил олма* навлари ХХ аср бошида кўпроқ истеъмол қилингани, ХХ аср ўрталаридан бошлаб эса, *ренет семирено*, *бельфлер китайка*, *красный железняк*, *розмарин* навлари кенг етиштирила бошлангани боғдорчиликнинг овқатланишдаги ўрнини кўрсатади<sup>71</sup>. Шунингдек, олмага магик хусусиятга эга бўлган мева деб ҳам қаралади ва у ҳақда кўплаб афсона, ривоят ва халқ дostonларида<sup>72</sup> маълумотлар учрайди. Воҳада узумнинг асосан *хусайни*, *тоифи*, *қора кишмиш*, *оқ кишмиш*, *маска* ва *хирмони* каби навлари етиштирилиши ҳамда тармева, кишмиш, майиз, шарбат, кампот, сирка шаклида севиб истеъмол қилиниши билан бирга, турли хил даво воситаси сифатида ҳам фойдаланилиши изоҳлаб берилди<sup>73</sup>.

Воҳада *бейи* деб аталувчи беҳи меваси *тармева*, *дўлма*, *мураббо*, *кампот* сифатида истеъмол қилиниши, шунингдек уни *паловга* солиб пишириш кенг тарқалгани ва бу палов бироз юмшоқроқ бўлгани учун кексалар уни хуш кўриши аниқланди. Воҳада беҳидан қаттиқ йўтални ҳамда камқонликни даволашда фойдаланилади<sup>74</sup>. Нокнинг *нашўти* ва *олмурут* деб аталадиган турлари бўлиб, воҳада баъзи деҳқонлар уни беҳига пайвандлашади ва натижада беҳидан юмшоқ, таъми ҳам ўзгача мева ҳосил бўлиб, қиш давомида яхши сақланади. Шу билан бирга, нок меваси қабзиятда жуда фойдали эканлиги дала ёзувлари асосида очиб берилди<sup>75</sup>.

Тинчлантирувчи таъсири билан бирга, назардан сақловчи восита сифатида воҳада *илиштирик* (қизил рангли *дўлана*) меваси етиштирилган ва уйнинг киравериш қисми, тандир ёнига экилган, шохчаларини уй эшигининг тепаси ва болаларнинг кийимига тумор қилиб осиб қўйилган<sup>76</sup>. *Ийда* деб юритиладиган *жийда* меваси *икда* ва *игида* тарзида ҳам қўлланилади. Суннат тўйларида қишлоқнинг ёш йигитлари тўй хонадонига кесиб, япроқлардан тозаланган жийда шохларидан “чаман” келтириши, жийда серҳосил мева бўлиб, воҳада энг кўп етиштирилиши ва уни йил бўйи сақлаш ва истеъмол қилиш мумкинлиги, баҳорда оиланинг энг кекса аъзоси далага уруғдан олдин жийда сепгани ва бу удум унинг серҳосиллиги билан боғлиқлиги аниқланди.

Хоразмда *арик* деб аталувчи ўрик мевасидан *тармева* сифатида, шунингдек, *кампот*, *шарбат*, *дамлама* ва *мураббо*, мағзидан *ҳолва* ва *нуқул* тайёрланади. Ўрик қуритиб туршак ҳолида ҳам истеъмол қилинади ва баъзилар уни *уноши*, *шавлага* солиб ейишни хуш кўрадилар. Воҳада шафтолининг *туйлишафтоли*, *шалили*, *оқ* ва *сарик шафтоли*, *анжир шафтоли* каби турлари, *оли* деб аталувчи олхўримевасининг *қораоли (тўқ сафсар)*, *танасгул (қизилсултон ёки қизғиш)*, *кўкиш (кўксултон)* каби турлари диссертацияда келтирилди ҳамда халқ табобатидаги даволовчи хусусиятлари очиб берилди.

<sup>71</sup> Дала ёзувлари. Хазорасп тумани Карвак қишлоғи. 2018 йил.

<sup>72</sup> Рўзимбоев С., Собирова Н. “Авесто” мифологияси ва Хоразм фольклори. – Урганч, 2001. – Б. 13.

<sup>73</sup> Дала ёзувлари. Хазорасп тумани Оқ майдон маҳалласи. 2019 йил.

<sup>74</sup> Дала ёзувлари. Урганч шаҳар Наврўз маҳалласи. 2019 йил.

<sup>75</sup> Дала ёзувлари. Урганч шаҳар 3-даха 27 уй 13-хонадон. 2020 йил.

<sup>76</sup> Дала ёзувлари. Кўшкўпир тумани Қатағон қишлоғи. 2019 йил.

Анор “Авесто”даги Анахитанинг атрибути бўлиб<sup>77</sup>, “Қуръон”да қадрли мевалар қаторида келтирилади<sup>78</sup>, халқ кўшиқларида ҳам анор ҳар доим олма билан ёнма-ён тилга олинади<sup>79</sup>. *Анор* меваси яхши сақланиши, *тармева*, *шарбат* сифатида истеъмол қилиниши, ширин анор ични тозалаш, нордони меъда касалликлари, иситмада фойда бериши, анор пўстидан (қайнатиб) ичкетарда ва қорин оғриғида фойдаланилиши аниқланди<sup>80</sup>. Хоразм воҳасида асосан, *сарик анжир* етиштирилиши ва *тармева* сифатида, *мураббо* қилиб, қуритиб *қоқ* қилиб истеъмол қилиниши ёритилди. Шу билан бирга, воҳада анжир мевасидан тайёрланган дамлама ва қайнатма йўтал, кўкйўтал, ларингит ва бронхитларни даволашда ҳамда шамоллаганда терлатиш, ҳароратни пасайтириш учун ишлатилиши, айниқса, қайнатилган сутга анжир қоқи солиб ичилса йўтални тўхтатиши дала ёзувлари асосида аниқланди<sup>81</sup>.

Воҳада тутнинг *оқ тут* (*балиқ тут* ёки *балқи тут* номи билан ҳам ишлатилади) ва *шотут* (аҳоли орасида уни *шолтут* деб ҳам аташади) каби турлари истеъмол қилиниши, унинг етилиб пишган, сершира мевалари *янги узилгани* ва *қуритилгани* (*тут майизи*) бирдек фойдали бўлганлиги учун кенг истеъмол қилиниши асослаб берилди.

Хоразмда *пиёз* ҳамда *гашир* деб аталувчи *сабзи* воҳа ошхонасининг кўплаб таомларида, айниқса, паловга ишлатилади. Диссертацияда ахборотчилар юқори нафас йўллариининг шамоллаши билан боғлиқ бўлган йўталда сабзи шарбати билан асал кўшиб ичиш (кечки пайт, чунки киздиради), ёки сабзи шарбатига сут кўшиб ичиш (кундуз куни ичса ҳам бўлаверади) яхши самара беришини таъкидладилар. Шунингдек, жиғилдон қайнаганда *сабзи* ейиш, бўй ўстириш учун *сабзи шарбати* ичиш фойда бериши<sup>82</sup>, *пиёз*нинг ниш уриб чиққанини воҳада *нуштиёз* деб аталиши ва у боланинг тиши чиқаётганда фойда бериши дала ёзувлари асосида<sup>83</sup> асослаб берилди. Пиёз суви соч тўкилганда, бурун қонаганда, бурун битганда, бодомча безларининг яллиғланишида (ангина) ва нафас йўллари шамоллаганида фойдали эканлиги аниқланди.

Хоразмда *лавлаги* баъзи овқатларга кўшиб пиширилади, кўрга кўмиб, қайнатиб ва димлаб истеъмол қилинади, салатларга кўшилади, ундан *шинни* тайёрланади, у қонни кўпайтириб, қон босимини бир меъёрда тутиб туриш хусусиятига эга<sup>84</sup>. *Шолгом* асосан, шўрваларга кўшиб, димлаб пиширилади, яхна ҳолатда истеъмол қилинади ва шамоллашга қарши энг кучли восита ҳисобланади. *Турп* воҳада асосан, хомлигича, тўғраб, қирғичдан чиқариб, устига сирка сепилган ҳолда ёки салатларга кўшиб серёғ, сергўшт овқатлар

<sup>77</sup> Снесарев Г.П. Реликты до мусульманских верований и обрядов у узбеков Хорезма.. – С. 198.

<sup>78</sup> Абдулазиз Мансур. Қуръони Карим маъноларининг таржимаси. – Т.: Тошкент Ислом университети, 2001. – Б. 146.

<sup>79</sup> Рўзимбоев С., Собирова Н. “Авесто” мифологияси ва Хоразм фольклори. – Урганч, 2001. – Б. 14.

<sup>80</sup> Дала ёзувлари. Гурлан тумани Вазир қишлоғи. 2020 йил.

<sup>81</sup> Дала ёзувлари. Гурлан тумани Ҳизир-эли қишлоғи. 2018 йил.

<sup>82</sup> Дала ёзувлари. Янгибозор тумани Намуна қишлоғи. 2020 йил.

<sup>83</sup> Дала ёзувлари. Хива тумани Шихлар маҳалласи. 2018 йил.

<sup>84</sup> Дала ёзувлари. Урганч тумани Чаккашоликор қишлоғи. 2018 йил.

билан тановвул этилади. Турпнинг ичи ўйиб асал солиб, эрталаб суви оч коринга ичилса, балғам кўчириш хусусиятига эга<sup>85</sup>.

Хоразм воҳасида қовуннинг турли хил навлари мавжуд бўлиб, улар *хандалаклар, юмшоқ этли ёзги* навлар, *қаттиқ этли ёзги* навлар, *кузги-қишки* навлар ҳисобланиши, республикадан қовуннинг *Бешак, Шакарпора, Гулоби, Заргулоби, Лаззатли, Олахамма* каби навлари экспорт қилиниши (чунки улар қаттиқ этли қовунлар) диссертацияда кенг ёритилган. Шунингдек, Хоразмда *харуз* деб аталувчи тарвузнинг *қора тарвуз* ва *ола тарвуз* каби турлари етиштирилиши ёритилган. Хоразмда *кади* ёки *қовоқ* деб аталувчи ошқовоқнинг *бол кади, салла кади, палов кади* каби турлари сувда, сутда, қайнатиб, буғлаб, димлаб истеъмол қилиниши, суюқ ва қуюқ овқатларга қўшилиши, айниқса уни яхна ҳолда ҳамда *барак, сўмса, гўмма, димлама, нон* ва *шўрвага* қўшиб тайёрланиши кенг ёритилган. Тадқиқотда савдо алоқалари, миграцион жараёнлар натижасида рус ошхонасидан *картошка, карам, помидор, булғор қалампир* кириб келганлиги ва яхши ўзлаштирилганлиги асосланган.

Зираворва ошкўклардан ҳам воҳа ошхонасида кенг фойдаланилади. Хусусан, Хоразмда *зийра*(зира)дан *гўшт қийма*, қуюқ таомлар ва кабоб сиркалашда ишлатилиши қайд қилинган. Масалан, зирани тузга аралаштириб, гўштга сепиб қўйилса бир ҳафтагача айнимаслиги, воҳада уни “*табиий музлатгич*”<sup>86</sup> деб аталиши ва фойдали хусусиятлари асослаб берилган.

Хоразмда *ажжи бурч*нинг (Тошкентда *гармдори*, яъни “иситувчи дори” деб аташади) *чучук* ва *ўткир* турлари мавжуд. *Чучук қалампир* одатда сабзавот сифатида турли таом ва салатлар, консервалар, димланиб пишириладиган парҳез таомлар тайёрлашда, *ўткир қалампир*дан ревматизм, радикулит каби хасталикларни даволашда фойдаланилади. Хоразмда *бурч*<sup>87</sup> деб аталувчи *мурч* мевасининг юмалоқ эти билан қуритилгани *қора бурч* деб аталади ва сабзавотларни сиркалашда, карам ва помидор тузлашда ишлатилади. Эtidан ажратиб туйиб элаки қилингани эса *оқ мурч* деб аталади ва *салат, яхна балиқ, суюқ ош, шўрваларга* ва жуда кўп қуюқ таомларга сепиб дастурхонга тортилади, *қиймаларга* қўшилади.

*Заъфарон* таркибида кучли ифор мойи бўлганлигидан ҳиди жуда ўткир бўлиб, илгари *мурабболарга, паловга* ҳам қўшилган, пичоқ учиди *чойга* солиб дамлаб асал ё новвот билан ичилган. Хоразм воҳаси аёлларининг кўпчилиги зафарон туғруқ яқинлашиб, дарди бошланган аёлларга жуда фойда беришини таъкидлашди<sup>88</sup>. Хоразмда *арнаводён* деб аталувчи *арнабодиён* ҳам чойга солиб дамлаб ичилиши ва бу чой янги тукқан аёлга ичирилиши, чунки у боланинг ҳам, онанинг ҳам ичини дам қилмаслиги ва уни аёллар бутун эмизикли давр мобайнида ичиши мумкин<sup>89</sup> лиги ёритилди.

<sup>85</sup> Дала ёзувлари. Хива шаҳар Кўхна Арк маҳалласи. 2020 йил.

<sup>86</sup> Дала ёзувлари. Урганч шаҳар 3-даҳа 35-уй 24 хонадон. 2020 йил.

<sup>87</sup> XIX аср Хива давлат ҳужжатлари (М.Й.Йўлдошев таҳрири остида). – Т.: ЎзССРФА, 1960. – Б. 54.

<sup>88</sup> Дала ёзувлари. Хива шаҳар Каптархона маҳалласи ва Хива туман Шихлар маҳалласи. 2018-2019 йиллар.

<sup>89</sup> Дала ёзувлари. Гурлан тумани Вазир қишлоғи. 2020 йил.

Хоразмда *гўк*, *йўринжа* деб аталувчи *бедадан илдирма*, *гўк сўмса*, *гўк барак*, *гўк гўмма* тайёрланади, бироқ қон босими юқори бўлган кишилар улардан кам миқдорда истеъмол қилишлари зарур. *Исмалоқдан эса*, *сўмса*, *барак*, *гўмма* пиширилади, лекин *илдирма* тайёрланмайди. Шунингдек, *шўра* ёки *оланўта* янги кўкариб чиққанда кўк қиймага кўшилади. *Отқулоқ* эса, ёш барра ўт бўлиб, гўк ёш сифатида ҳам қўлланилади. *Семизўт*ни эса, гулламасдан ва уруғламасдан олдин танаси билан барглари териб олинади, киймаланади, *ёгли шўрва*да қайнатилади.

Хоразмда *шивит* деб аталувчи *укропдан шивитоши* таоми тайёрланади, *кўкатли сўмса* ва *чучваралар* тайёрлашда бошқа кўкатлар билан бирга қўлланилади. Яна воҳада *йилвўй* ва *райҳондан* ҳам кенг фойдаланилади. Йилвўй одатда, чойга солиб ичилса, райҳон, айрон ва суюқ шўрваларга солинади. *Райҳон* сўзи арабча, “вужуди хушбўй ўсимлик” маъносини, форсча, *исфаран* яъни, “доимий қувонч” маъносини англатади. Йилвўй ва райҳон мева қоқиларини ҳашаротлар зарарлашидан химоя қилади. *Кийик ўт*нинг маданийлаштирилгани *жамбул* деб аталиб, асосан янгилигида ёки қуритиб чойдамлаб ичилиб, қон босимини туширувчи, пешоб ҳайдовчи шифобахш хусусиятга эга<sup>90</sup>.

Таом тайёрлаш ва тортиш билан боғлиқ уй-рўзғор анжомлари ҳамда улар билан боғлиқ ирим-сиримлардан воҳада биринчи марта тандир қурилганда, аёллар томонидан *шўр патир* ёпилиши ва бу одатҳозиргача давом этиши аниқланди. Нон ёпиш учун ишлатиладиган *супра*, *енгса* (*енглик*), *рапида*, *тикач* (*чакич*), *йўғич* (*жўва* ёки *кичик ўқлов*) каби анжомлар алоҳида ўраб қўйилган ва тандир оғзи ҳам “баракаси кетмасин”, деб ёпиб қўйилган. Хоразм воҳасида нафақат тандир, балки ўчоқ ва унинг кули ҳам авайланган. Хусусан на оловга, на кулга сув сепилмаган. Ўтга сув сепиш олов культи билан боғлиқ жиҳат бўлса, кулга сув сепмаслик ҳам жинлардан сақланиш маъносидадир. Хоразм воҳаси халқ кўшиқларида ҳам ўчоқ, ўт, кул каби олов культи билан боғлиқ атамалар учрайди<sup>91</sup>.

Диссертацияда *қозон*, *товоқ*, *қошиқ*, *чўмич* (ёки *сусоқ* деб аталади), *қозон қопқоғи* (*дуоқ* деб ҳам аталади), *лаган*, *ўқлов*, *чўлпи*, *оштахта*, *сон* ва *куби*, *қумғон*, *силопча*, *чойнак*, *коса*, *пиёла*, *куза*, *хумкаби* ошхона анжомлари ёритилган. Ошхона ва рўзғорда ишлатиладиган асбоб-анжомлар воҳада нафақат таом тайёрлаш ва тортишда ишлатилган, балки уларга ҳомий предмет сифатида ҳам қаралган.

Хоразм воҳаси кескин континентал ҳудудда жойлашганлиги туфайли киши қаттиқ совуқ, ёзи жуда ҳам иссиқ бўлгани учун қадимдан қишлоқ хўжалик маҳсулотларини сақлаш ва қайта ишлашга алоҳида эътибор бериб келинган. Айниқса, озуқа маҳсулотларини сақлаш ва қайта ишлашнинг энг қадимги усулларида *тузлаш*, *ачитиш*, *сиркалаш*, *консервалаш*, *кўмиб* ёки *осиб сақлаш*, *қоқи қилиш*, *қуритиш* кенг қўлланилиши, воҳада озиқ-овқат сақлаш учун махсус салқин хона— *талакдан* фойдаланилганлиги кенг

<sup>90</sup> Дала ёзувлари. Урганч шаҳар Паҳлавон Маҳмуд кўчаси. 2018 йил.

<sup>91</sup> Рўзимбаев С., Собирова Н. “Авесто” мифологияси ва Хоразм фольклори. – Урганч, 2001. – Б. 10.

ёритилган. Масалан, Хива туманида илгари меваларни қуритишда чўлда ўсадиган *шuvoқ* ўсимлигидан фойдаланилган, бироқ ҳозирда бу ўсимлик камайиб кетганлиги учун *анжир япроғидан* унумли фойдаланилади ва у *ажжизга босиб қуритиш* деб аталади.

Айниқса, гўшт сақлашнинг воҳа иқлимига қараб, бир неча тури бўлганлиги ва улар ичида энг кўп тарқалгани *гўштни ўз ёғига қовуриш* ва *қуритиб қоқ қилиш* ҳисобланган. *Гўштни қоқ қилиш*нинг ҳам турли усуллари бўлиб, бунинг учун чорва гўшти бўлақларга бўлиниб тузланган ва куёшда қуритилган, гўштнинг ёғли қисмлари эса эритилган. *Гўштни хомлигича сақлаш* учун яхшилаб *тузлаб*, *қотириб* махсус қазилган ертўлаларда сақланган. Воҳада сут ва сут маҳсулотлариқулоқли (оғзи сирланган) кўзада ерга кўмиб сақланган.

Тўртинчи боб “*Хоразм воҳасининг маросимий таомлари ва таомланиш этикети билан боғлиқ анъаналар*” деб номланади. Унда воҳада халқ сайллари, оилавий ва диний маросимларида тайёрланадиган анъанавий таомлар ҳамда таомланиш билан боғлиқ этикет анъаналари таҳлилга тортилган.

Хоразм воҳасида “*Вахшангом*”<sup>\*</sup> байрами, “*Қизил гул*”, “*Олма отиш*” каби маросимларнинг тарихи, унда бажариладиган урф-одатлар, истеъмол қилинадиган озиқ-овқат маҳсулотлари ва таомлари алоҳида маҳаллий хусусият касб этганлиги билан Ўзбекистоннинг бошқа ҳудудларидан ажралиб туради. Масалан, узум пишган вақтда байрамлар ўтказилган<sup>92</sup> лиги Хоразм, Каттақўрғон ва Термиз атрофларида топилган археологик манбаларда келтирилган<sup>93</sup>. Шунингдек, воҳа деҳқончилигида хирмон йиғиб олиниб, ундан биринчи нон ёпилганда мол сўйиб “хирмон тўйи” маросими ўтказилган ва *бўғирсоқ*, *палов*, *шўрва* тайёрланган. Йиғилган хирмондан эса, одамлар бошқаларга “кавсан”, яъни улуш берганлар ва бу одат инсонлар ўртасидаги меҳр-оқибат, мурувват, дўстлик, ҳамжиҳатлик каби алоқаларни мустаҳкамлаган.

Ўрта Осиё халқлари орасида энг кенг тарқалган одат бу – *бўғирсоқ пишириш* (воҳада баъзан *ис чиқариш* дейилади) бўлиб, ҳайитдан бир кун олдинги арафа куни, шунингдек, оилада бирор нохушлик ёки фалокат, беморлик бўлса, ёмон туш кўрганда, оилада кимнидир иши юришмаса, бирор янги иш бошлашдан олдин ва шунга ўхшаш сабаблар мавжуд бўлса, аёллар томонидан тайёрланиб, кўни-қўшниларга тарқатилган.

Хоразмда дафн маросимларида тайёрланадиган ва истеъмол қилиш таъқиқланадиган озиқ-овқат маҳсулотлари бўлиб, уч кунгача марҳум чиққан хонадонда овқат пиширилмайди. Шу туфайли, таъзияга келган қариндошлар, кўни-қўшни ва яқин дўстлар ўзлари билан уй эгаларига турли хил егуликлар

\* Абу Райхон Беруний маълумотларига кўра, хоразмликларда Испондорможи ойининг 1-куни “Вахшангом” деб аталувчи ҳайит бўлиб, у Вахш, Жайхун сувига бағишланган. Бу куни одамлар Жайхун дарёсига бориб чўмилишган. Беруний буодат эронликларда ҳам бўлиб, Омул аҳолиси шу куни Хазар (Каспий) денгизига бориб, кун бўйи сувга тушишганини келтиради. Қаранг: Беруний. Қадимги халқлардан қолган ёдгорликлар...1-том. – Б. 260, 282.

<sup>92</sup> Қадимги юнонликларнинг “Дионисия”, римликларнинг “Виналия” байрамига ўхшаш.

<sup>93</sup> Қорабаев У. Ўзбекистон байрамлари. – Тошкент: Ўқитувчи, 1991. – Б. 19.

олиб келишади. Урганчда майит чиққан куни еттита, эртасидан бошлаб биттадан камайтириб пўссиқ тайёрланади ва унинг хамирини етти кун мобайнида ҳам фақат бир киши қориши керак бўлади. Шунингдек, Хоразм воҳасида таъзия маросимларида *ҳолвайтар* ҳам пиширилади.

Шунингдек, воҳааҳолисинингтўй ва оилавий тадбирларида тайёрланадиган таомлар орасида оилада фарзанд туғилганда “гўз ойдин”(суюнчи) маросими ўтказилиши ва келган меҳмонларга *тухум* қовуриб меҳмон қилиниши, чақалоқ туғилгандан кейин бешинчи кунида “боланинг умри узоқ бўлсин” деб *уноши* пишириб, қўни-қўшниларга тарқатилиши, *бўғирсоқ* пиширилиб болаларга ва қўшниларга улашиш, бешик устидан *ширинликлар* сочилишидан тортиб, ёстиғи тагига бир бўлак *нон* қўйилиши, буларнинг барчаси воҳа аҳолисининг маҳаллий одатлари ҳисобланиши ёритилган.

Хоразм воҳасида энг кенг тарқалган одатлардан бола юра бошлаганда унинг оёқлари орасидан янги ёпилган кичкина кулча *нон* – *одим чўрак* юмалатилади ва қўшни болаларга тарқатилади<sup>94</sup>.

Хоразм воҳасидаги никоҳ тўйларида совчилар ўзлари билан оқ матодан қилинган дастурхонга иккита ёки тўртта *нон*, *ширинликлар* (асосан *оқ қанд* ва *новвот*) солиб борадилар. Ҳар қандай тўй маросимларининг боши *нон* ёпишдан бошланади ва бу маросим “нон ёпар” деб номланади. Хоразмда “потия тўй” (фотиҳа) маросими учун куёв томон *қатлама* пиширади, *нон* ва *патир* ёпади ҳамда қариндош-уруғларини йиғиб келинникига олиб боради.

Никоҳ тўйи билан боғлиқ потия тўй ва никоҳ куни ўтказиладиган расм-русумлар пайтида иккала хонадонда ҳам қудалар учун тортиладиган биринчи таом сифатида озроқ *сарёғ солинган сут* ёки *қатиқ* ҳисобланади. Чунки, сут ва қатиқ оқлик, яъни поклик ва ҳалоллик саналса, сариёғ юмшоқлик, майинлик ҳисобланади. Воҳанинг кўпгина туманларида “потия тўй”, “гуёв гўрар” ва “қудо донишмо” маросимларида *сутбурунчи* таоми тортилади.

Хоразмда никоҳ тўйи куни эрталабдан эркаклар *паловнинг* ҳаракатига тушишиб, ҳар иккала хонадонда бир вақтда элга ош берилади. Урганч шаҳрида келин томондан куёвга атаб тоғорада *тўш* пиширилиб келтирилади. Бундан ташқари, куёв ва унинг жўраларига атаб чойхалталар тайёрланади ва унинг ичига *товуқ тухуми* ва турли хилдаги *ширинликлар* солинган бўлади. Хива шаҳрида никоҳ тўйи куни “*таха ташар*” маросимида келин куёвларга ҳаётлари “новвотдай ширин бўлсин”, деб *новвотли сув* ичиришади.

Таомланиш билан боғлиқ этикетлар ҳамда асрий анъаналар ҳам ўрин олган, хусусан Хоразм воҳасида уйга ким келишидан қатъий назар “нон енг” деб *нон* тутилиши, овқат тортишдан олдин ва кейин ҳам уларнинг қўллари қайтадан юндирилиши дала ёзувлари асосида далилланган. Хоразм воҳасида хонадонларда дастурхонга қўйиладиган *нон*, пиёлалар сони жуфт-жуфт қилиб қўйилади, асло тоқ қўйилмайди. Дастурхонга *нон* ва идишларнинг тоқ қўйилиши фақат дафн маросимларида кузатилади.

<sup>94</sup> Дала ёзувлари. Урганч шаҳри Шарқ кўчаси. 2019 йил.

Воҳада озиқ-овқат маҳсулотлари кўз-назар, нафасдан химояланиб, бирор жойга олиб чиқилган овқатнинг усти ёпилиши, уйдаги сув ва бошқа егуликлар солинган идишларнинг оғзи берк бўлиши кераклиги, кўпчилик олдида ёлғиз овқатланмасликка эътибор қаратилган ҳамда егуликдан бошқаларга ҳам улашиш анъаналари сақланган. Шунингдек, таомланиш билан боғлиқ одоблардан бохабар бўлиш, белгиланган этикетларга амал қилиш оилага барака олиб келиши, инсон феъл-атворида гўзал хислатларни ҳосил қилиши, кишилар ўртасидаги ўзаро ҳурмат ва эътиборни кучайтириши ҳамда катталар томонидан амал қилинадиган бу каби гўзал одоблар ёш авлодни тарбиялашда ибрат вазифасини ўташи асослаб берилди.

Хоразм воҳасида овқат тайёрлаш ва унинг тановвул қилиш жараёни билан боғлиқ жуда кўп ва қизиқарли тушунчалар мавжуд. Хусусан, воҳада *“таомнинг гўштини дўстингга, қовунни душманингга тўғрат”* дейилади. Хусусан, таомнинг гўштини ҳар кимнинг ёшига қараб, масалан ёш қизларга *“яхши қайнонага учрайсан”*, хомилдорларга *“ўғил кўрасан”*, ўрта ёшли аёлга, *“яхши келин оласан”* деб ниятлаб, тўғратилиши кузатилди. Шунингдек, *“юз сиз-биздан, бир жиз-биз яхши”* деб, уйга келган меҳмонни иложи борича тезда тансиқ таом билан сийлашга ҳаракат қилинади.

Хулоса қиладиган бўлсак, маросимий равишда тайёрланган таомларни биргаликда истеъмол қилиш одамлар орасидаги дўстлик, ижтимоий ҳамкорлик ва қариндошлик алоқаларининг ривожланишига сабаб бўлган. Анъанавий таомларранг-баранглигивоҳа аҳолисининг асрлар давомида тўплаган бой тажрибаси ҳамда турли халқлар ва миллатлар ўртасидаги ўзаро дўстлик ва ҳамкорликнинг натижасидир. Қолаверса, воҳа ҳудудларидаги урф-одат ва маросимларда ҳам умумий ўхшашликларнинг мавжудлиги изоҳлаб берилди.

Воҳада турли маросимларни ўрганиш жараёнида *палов, қовурдоқ, сутбурунчи, барак, тухум, бўғирсоқ, нон, патир* ва *қатламалар* тайёрланиши ва *сут-қатиқ* истеъмол қилиниши аниқланди. Айниқса, аҳолининг маънавий ҳаётида *“нон синдириш”, “патир тўй”, “нон ёпар”* маросимларида нонли маҳсулотлардан (*патир, қатлама*) *“улуш тарқатиш”, “ун элатиш”, “барак букдириш”, “уноши кесдириш”, “беш оши”, “нон ўтириш”, “нон тишлатиш”, “бўғирсоқ тарқатиш”* каби расм-русумлар ва шунга ўхшаган кўпгина урф-одатлар нонга бўлган эътиқод ҳамда озиқ-овқатларга бўлган ҳурматни кучайтиради ва уларни тежаб истеъмол қилиш эса кишилар кундалик турмуш тарзидан мустаҳкам ўрин олишига олиб келиши асослаб берилди. Аҳолининг кундалик турмуши ва маросимларда сут ва сутли таомларнинг ўрни беқиёс эканлиги, жумладан фотиҳа тўйи, никоҳ тўйи маросимларида қудаларга *сариёғли сут* ва *сариёғли қатиқ* тортилиши, куёвнинг келинга *сутга ботирилган нон* едириши, сигири тукқанда *ўвуз барак* қилиб тарқатилиши, *“фотиҳа тўй”, “куёв кўрди”* маросимларида *сутбурунчи* таомининг пиширилиши каби урф-одатлар бугунгача ўзининг ижтимоий аҳамиятини йўқотмагани аниқланди.

## ХУЛОСА

Тадқиқот натижалари асосида қуйидаги умумий хулосаларга келинди:

1. Диссертациянинг назарий-методологик асосларидан келиб чиққан ҳолда шуни таъкидлаш мумкинки, Хоразм воҳаси анъанавий таомлари ва овқатланиш маданиятининг шаклланиши ҳамда ривожланишига *тарихий, диний, географик, ижтимоий-иқтисодий омиллар* таъсир кўрсатган. Шунингдек, овқатланишда озиқ моддалар танланиши, уларни қайта ишлаш ва истеъмол қилиш усуллари билиш ҳам муҳим бўлиб, турли минтақаларда аҳолининг яшаш ва овқатланиш шароитларини ретроспектив (ҳар томонлама) таҳлил қилишда асос бўлиб хизмат қилади.

2. Муаммони ўрганишда назарий-услубий жиҳатларга таянган ҳолда *эволюционизм, диффузионизм, структурализм, географик детерминизм, тизимли ёндашувлар* асосида тадқиқотнинг назарий жиҳатлари таҳлил қилиниб, Хоразм воҳаси аҳолиси анъанавий овқатланиши маданияти ўзига хос ўзгаришларга учраган бўлса-да, бугунги кунда маълум трансформацион жараёнларда анъанавийлигини акс эттиришини ҳам кузатиш мумкин.

3. Миллий автохтонизм концепцияси асосида Хоразм ўзбеклари анъанавий овқатланишини таҳлил қилиш жараёнида воҳа ошхонасидаги таомлар ва озиқ-овқат номларининг кўп қисми умумтуркий ҳамда эроний тилларга мансублиги аниқланди. Жумладан, умумтуркий тилдаги *чўрак, гўжа, талқон, қаймақ, атала, чалпак, кўмач, қайиш, бўғирсоқ, гўмма, пўссиқ, қатлама, дўғрама, қовурдоқ, қарма, буламиқ, ёрма, димлама, қатирмач, сарёғ, қақ балиқ, сутли гўжа*; форс-тожик тилидан ўзлашган *нон, сомса, палов, шўрва, яхна, машава, барак, чакида, кади шўрва, кади барак* ва бошқа бир қатор таом ва озуқа маҳсулотлари номларини асосланган.

4. Мавзуга доир тадқиқотларнинг тарихшунослик таҳлили, Хоразм ўзбекларининг анъанавий овқатланиши масаласи махсус тадқиқот объекти сифатида комплекс тадқиқ этилмаган ва унинг локал хусусиятлари тизимли равишда ёритилмаган. Шунингдек, воҳааҳолиси таомлари ва овқатланиши маданияти масалаларини тарихий-этнологик аспектда ҳамда фанлараро ёндашув асосида ўрганилишига доир алоҳида тадқиқотнинг йўқлиги, таомланиш анъаналари ва маданиятини сақлаб қолишда илмий ва айни пайтда амалий аҳамият касб этади.

5. Хоразм воҳасида *донли, гўшти, сутли, гуручли, хамирли* ва *дуккакли донлардан* тайёрланадиган анъанавий таомлар кенг истеъмолда эканлиги аниқланиб, уларнинг турлари, таркиби, тайёрланиши маҳаллий табиий географик шарт-шароит, аҳоли турмуш тарзи, хўжалик фаолияти, анъана ҳамда урф-одатларига боғлиқ ҳолда ривожланган ҳамда бугунги кунгача ўз аҳамиятини йўқотмаган.

6. Воҳа аҳолиси анъанавий таомларини тайёрлашда, асосан *қўй, мол, товуқ гўшти* ва *балиқнинг* ишлатилиши, шунингдек, *баъзан қуён, курка*, қисман *туя, эчки, ўрдак, гоз, қирғий, сургул гўшtlаридан* ҳам фойдаланилиши дала этнографик материаллар асосида аниқланган. Айниқса, аҳолининг овқатланишида сут маҳсулотларидан самарали фойдаланилиши,

хусусан, айрим донли таомларнинг сут қўшиб тайёрланиши, кўплаб таомларнинг оқлаб (қатиқ билан бирга) истеъмол қилиниши ва баъзи таомлардан шифо-даво воситаси сифатида фойдаланилиши далилланган.

7. Воҳада тайёрланадиган анъанавий қандолат маҳсулотлари, уларнинг турлари ва тайёрлашнинг қадимий усуллари ҳозиргача асл ҳолида сақланиб келаётганлигини маҳаллий хусусиятлари кўрсатиб берилди ва замонавий қандолат маҳсулотлари ҳам истеъмолда эканлиги аниқланган.

8. Аҳоли таомномасидаги кенг истеъмол қилинадиган мевалар, сабзавот ва полиз маҳсулотлари, зиравор ҳамда ошкўкларнинг овқатланишдаги ўрни ҳамда экологик хусусиятлари аниқланиб, таомланиш жараёнларида озуқа маҳсулотларини қуритиш, қоқи қилиш, кўмиб-осиб-қовуриб-куйдириб-тузлаб сақлаш, консервалаш, музлатиш усуллари кўллашнинг анъанавий ва замонавий кўринишларининг воҳага хос локал хусусиятлари далилланган.

9. Хоразм анъанавий таомларининг экологик тоза ва хавфсиз маҳсулотлардан иборат эканлиги, ҳеч бирининг таркибида бугунги кун тиббиёти учун зарарли деб баҳоланаётган турли ёғ, концентрант ва турли хил биологик қўшимчалар йўқлиги кўрсатиб берилган.

10. Таом тайёрлаш ва тортиш билан боғлиқ уй-рўзғор анжомларидан қозон, товоқ, қошиқ, чўмич (ёки сусоқ деб аталади), қозон қопқоғи (ёки дуоқ деб аталади), лаган, ўқлов, чўлпи, оштахта, кели, соп ва куби, қумгон, силопча, чойнак, коса, пиёла, куза, хумлар ҳамда улар билан боғлиқ ирим-сиримлар ҳам ёритилган. Ошхона, умуман рўзғорда ишлатиладиган асбоб-анжомлар воҳада нафақат таом тайёрлаш ва тортишда ишлатилган, балки уларга ҳомий предмет сифатида ҳам қаралган.

11. Воҳанинг “Вахшангом” байрами, “Қизил гул”, “Олма отиш” каби маросимлари тарихи, унда бажариладиган урф-одатлар, истеъмол қилинадиган озиқ-овқат маҳсулотлари ва таомлари алоҳида маҳаллий хусусият касб этганлиги билан Ўзбекистоннинг бошқа ҳудудларидан ажралиб туради.

12. Воҳа аҳолиси дафн маросимлари, тўй ва оилавий тадбирларида тайёрланадиган таомларнинг истеъмол қилиниши инсонларни нафақат озуқа эҳтиёжини қондирувчи, балки турли хил ташқи таъсирлардан ҳимояловчи восита эканлиги, айниқса, таомларни тайёрлаш, истеъмол қилиш ва улашиш жараёнидаги барча тилак ва истакларни амалга ошиши ҳақидаги ишончлари, дунёқарашни социологик тадқиқот услуби асосида таҳлил қилинган. Воҳада маросимий равишда тайёрланган таомларни биргаликда истеъмол қилиш кишилар орасидаги дўстлик, ижтимоий ҳамкорлик ва қариндошлик алоқаларининг ривожланишига сабаб бўлган.

13. Воҳа аҳолисининг асрлар давомида шаклланган таомланиш билан боғлиқ этикет, одоб ва анъаналарига риоя қилишлари овқат тайёрлаш, тортиш, дастурхон безаш, одоб-ахлоқ меёрлари, тандир-ўчоқ, ошхона асбоб-анжомларига нисбатан ниҳоятда эҳтиёткорлик ҳамда покизалик билан ёндашиш анъаналари оилага барака келиши, инсонлар феъл-атворида гўзал хислатлар ҳосил қилиши, кишилар ўртасида ўзаро ҳурмат-эътиборни

кучайтириши, шунингдек, соғлиқни мустаҳкамлашга асос бўлиши каби қарашларни шаклланишига кўмак берган.

Тадқиқот натижалари қуйидаги *таклиф* ва *тавсиялар*ни ишлаб чиқиш имконини берди:

Хоразм ошхонасининг бренд таомлари рўйхатини шакллантириш ва амалиётга татбиқ қилиш ҳамда уларни қалбакилаштириш ва сунъийлаштиришдан ҳимоялаш(сертификатлаш) тизимини шакллантириш зарур;

Воҳанинг миллий бренди саналган *шивит оши, хоразмча сузма палов, ушоқ барак, тухум барак, қизил* ва *гўшти патири, сутбурунчи, гўжа* каби таомларини ҳамда *нуқул, печак, пешмак, кунжли ҳолва, лабзина, пақламава қуштили* каби ширинлик-пишириқларини ЮНЕСКОнинг репрезентатив рўйхатига киритиш лозим;

*Хива – шивит оши, сўлқилдоқ, ижжон, тухум барак, Хонқа –сарғли палов, томадурвадик патири, Урганч – қўтир барак, Ҳазорасп – қурмуш гўмма, Янгибозор – кади сўмса, Гурлан – этли патири* каби экологик тоза, хавфсиз кенг ва маҳаллий истеъмолдаги маҳсулот-таомларни оммалаштириш керак;

Хоразм воҳаси аҳолиси анъанавий таомларини мавсумийлиги, этник хусусиятлари ва тайёрланиши бўйича маҳаллий ҳамда чет эллик сайёҳларга мастер класслар ўтказиш ва электрон веб-сайтлар яратиш зарур;

Туризмни ривожлантириш ва воҳа гастротуриزمи билан сайёҳларни яқиндан таништириш ҳамда мазкур йўналишда хизмат қилувчи малакали кадрларни тайёрлаш учун тарихий жойларда Хоразм анъанавий таомлари ва қандолат маҳсулотларини тайёрлаш маркази ташкил этиш лозим.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ PhD.03/30.06.2021.Tar.55.05 ПО ПРИСУЖДЕНИЮ  
УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ УРГЕНЧСКОМ  
ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ**

---

**УРГЕНЧСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**МАТКАРИМОВА САДОКАТ МАКСУДОВНА**

**ТРАДИЦИОННОЕ ПИТАНИЕ ХОРЕЗМСКИХ УЗБЕКОВ**

**07.00.07 – Этнография, этнология и антропология**

**АВТОРЕФЕРАТ  
ДИССЕРТАЦИИ ДОКТОРА (DSc) ИСТОРИЧЕСКИХ НАУК**

**Ургенч – 2021**

Тема диссертации доктора наук (DSc) зарегистрирована Высшей аттестационной комиссией при Кабинете Министров Республики Узбекистан под номером B2018.1.DSc Tar/111.

Диссертация выполнена в Ургенчском государственном университете.

Автореферат диссертации на трех языках (узбекский, русский, английский (резюме)) размещен на веб-странице Научного совета ([www.urdu.uz](http://www.urdu.uz)) и Информационно-образовательном портале «ZiyoNET» ([www.ziyo.net](http://www.ziyo.net)).

Научный консультант:

Баллиева Руза

доктор исторических наук, профессор

Официальные оппоненты:

Давлатова Саодат Тиловердиевна  
доктор исторических наук

Абдуллаев Улуғбек Сайданович  
доктор исторических наук, профессор

Бердимуратова Алима Карлыбаевна  
доктор исторических наук, профессор

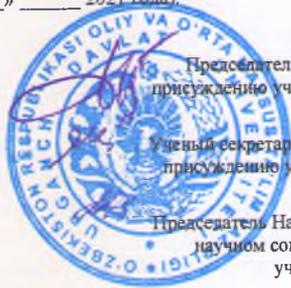
Ведущая организация:

Каракалпакский филиал АН РУз,  
Каракалпакский научно-исследовательский  
гуманитарный институт

Защита диссертации состоится на заседании Научного совета по присуждению ученых степеней за номером PhD.03/30.06.2021.Tar.55.05 при Ургенчском государственном университете в «27» ~~сентября~~ 2021 года в ~~10~~ часов (Адрес: 220100, город Ургенч, улица Х.Алимджана дом 14, Ургенчский Государственный университет Главное здание Конференционный зал). Тел.: (99862)224-67-00; Факс: (99862) 224-67-00; e-mail: [info@urdu.uz](mailto:info@urdu.uz) Ургенчский государственный университет.

С диссертацией можно ознакомиться в Центре информационных ресурсов Ургенчского государственного университета (зарегистрирована под № ~~А-320~~). (Адрес: 220100, город Ургенч, улица Х.Алимджана дом 14).

Автореферат диссертации разослан «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 года.  
(реестровый протокол № \_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 года).



С.Р.Давлетов,

Председатель Научного совета по  
присуждению ученых степеней, д.и.н.

Я.А.Каримов,

Ученый секретарь Научного совета по  
присуждению ученых степеней, PhD

У.И.Абдуллаев,

Председатель Научного семинара при  
научном совете по присуждению  
ученых степеней, д.и.н.

## ВВЕДЕНИЕ (аннотация докторской диссертации)

**Актуальность и востребованность темы диссертации.** В результате роста демографических показателей населения мира, нерационального использования природных ресурсов, в некоторых регионах планеты расширяется ареал нехватки продовольствия и голода как самой глобальной мировой проблемы. В некоторых странах, напротив, можно наблюдать, как вопросы правильного и качественного питания превращаются в одну из актуальных задач. На сегодняшний день человечество, полагаясь на собственный выбор, забывает о сформировавшихся веками традициях здорового питания, адаптированных к природно-климатическим условиям. А это приводит к изменению рациона питания, а также вхождению в современное меню вредных для здоровья человека блюд. Одним из главных условий здорового образа жизни является обеспечение качественными продуктами. Кроме того, сохранение национальных культурных ценностей, передача их будущим поколениям, проведение углубленного изучения традиционной культуры питания, исследований в этой области в целом, является одной из актуальных проблем.

В мировой этнологической науке проводится ряд исследований, посвященных традиционной культуре питания. Становится важным анализ теоретико-методологических основ традиционной культуры питания, источников и историографии, факторов, оказавших влияние на формирование традиционной кухни, локальных особенностей, связанных с приготовлением и употреблением традиционных блюд, роли продуктов в традиционной кухне, а также их экологических характеристик.

В настоящее время в республике ведется полномасштабная работа по организации научных исследований по актуальным вопросам этнологии и антропологии. Задачи, определенные в принимаемых правительством Узбекистана важных государственных программах, направленных на обеспечение населения качественными и безопасными продуктами, развитие гастрономического туризма, занимают особое место. Это определяет необходимость глубокого анализа традиционной культуры питания населения Хорезмского оазиса, считающегося в республике этнографическим регионом, его особенностей, этнографических и научных основ питания, получивших всемирную известность брендовых блюд, их роль в развитии гастро- и этнотуризма.

Данное исследование в определенной степени служит для претворения в жизнь задач, изложенных в Законе Республики Узбекистан “О качестве и безопасности продуктов питания”<sup>95</sup>, в постановлениях “О комплексном развитии туристического потенциала Хорезмского вилоята и

---

<sup>95</sup> Закон Республики Узбекистан “О качестве и безопасности продуктов питания”. №483-1. 30.08.1997. <https://lex.uz/docs/20326>

города Хивы в 2017–2021 гг.”<sup>96</sup>, Указа Президента Республики Узбекистан “О дополнительных мерах по ускоренному развитию туризма в Республике Узбекистан”<sup>97</sup> и в других нормативно-правовых документах, имеющих отношение к данной отрасли.

**Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий в республике.** Данное исследование выполнено в рамках приоритетного направления программы развития науки и технологий республики I. “Духовно-просветительское, культурное развитие демократического и правового общества, формирование инновационной экономики”.

**Обзор зарубежных научных исследований по теме диссертации**<sup>98</sup>. Историко-этнологические исследования традиционного питания осуществляются в ведущих научных центрах и научно-исследовательских институтах мира. В частности, следует отметить институт Этнологии и Антропологии российской Академии наук (Москва, Россия), институт Средней Азии при Блумингтонском университете в США (Блумингтон, США), институт Центральной Азии и Кавказа при университете Джона Хопкинса (Балтимор, США), Эскуэльский университет туризма и гостеприимства (Испания), институт туризма в Токио (Япония), институт антропологических исследований Центральной Азии (Галле-Цюрих, Германия-Швейцария), институт социальной антропологии имени Макса Планка (Галле-Заале, Германия), фонд Герды Хенкель (Германия), институт Истории и Востоковедения Академии наук Республики Узбекистан.

Получен ряд важных результатов в исследовании традиционных блюд, культуры питания: изучена история блюд, культура питания, традиции и современные трансформационные процессы, роль культуры питания в социальных процессах (фонд Герды Хенкель); на основе этнографических источников, собранных в ходе Хорезмской археолого-этнографической экспедиции, составлен альбом (музей Антропологии и Этнографии Академии наук России), охарактеризовано формирование гастрономического туризма (институт антропологических исследований Центральной Азии имени Галле-Цюрих); блюда *тухум барак* и *қўтир барак* Хорезмского оазиса включены в репрезентативный перечень ЮНЕСКО по нематериальному культурному наследию (ИЧКАП, Южная

<sup>96</sup> Постановление Президента Республики Узбекистан «О комплексном развитии туристического потенциала Хорезмского вилоята и города Хивы в 2017-2021 гг» от 4 мая 2017 года. / [www.lex.uz](http://www.lex.uz)

<sup>97</sup> Указ Президента Республики Узбекистан “О дополнительных мерах по ускоренному развитию туризма в Республике Узбекистан”. УП-5611 от 05.01.2019. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)

<sup>98</sup> Обзор зарубежных научных исследований по диссертации подготовлен на основе Caroline Eden. The magic of Uzbek winter melons: gifts of rare and strange beauty. <https://www.ft.com/content/f595028a-10aa-11ea-a225-db2f231cfeae>; The Fabled Flatbreads of Uzbekistan Written and photographed by Eric Hansen Stamped with patterns that beautify, identify and aid baking in a clay oven, the flatbreads—non—from the heart of Central Asia make art of one of the world’s most ancient staples. – PP. 32-40; Rano Turaeva. The Role of Food in Identification Process: Examples from Central Asia. – P. 93-103; [Migration and Identity in Central Asia: The Uzbek Experience](https://www.eth.mpg.de/pubs/series_fieldnotes/vol0019.html); Centre for anthropological studies on Central Asia II: Food and Identity in Central Asia [http://www.eth.mpg.de/pubs/series\\_fieldnotes/vol0019.html](http://www.eth.mpg.de/pubs/series_fieldnotes/vol0019.html) Published by Max Planck Institute for social anthropology, Halle (Saale) и других источников.

Корея), получили освещение исторические, религиозные и научные основы питания (институт социальной антропологии имени Макса Планка в Германии).

В мире проводятся исследования по сохранению и продолжению традиций в культуре питания по следующим направлениям: изучение традиционного питания с помощью этнологического подхода, сохранение традиционной культуры питания и традиционной кухонной утвари, совершенствование технологических методов приготовления блюд, сохранение и восстановление традиционных отраслей сельского хозяйства и связанной с ней системы питания.

**Степень изученности проблемы.** Для полнокровного изучения формирования, развития, своеобразия традиционной кухни ценным источником служат исторические источники и полевые этнографические сведения. Исходя из степени изученности проблемы, методологических основ исследования, литература, имеющая непосредственное отношение к теме диссертации, классифицирована на 4 группы: 1) Источники до начала XX века; 2) исследования Советского периода; 3) Зарубежные исследования; 4) Исследования периода независимости.

Первая группа включает в себя опубликованные до начала XX века исторические и письменные источники, этнографические произведения, археологические материалы, а также отчеты посещавших Хивинское ханство зарубежных послов и русских военных, а также воспоминания и сведения путешественников и торговцев, представителей различных профессий. Эти сведения, характеризуются сжатостью изложения, не дают полного представления о системе питания жителей Хорезма, а тема не проанализирована системно. Помимо этого, здесь уместно упомянуть “Авесту”, “Коран” и хадисы, уникальные труды ученых и лекарей Средней Азии.

Во вторую группу вошли источники советского периода, когда с начала XX века начали проводиться специальные историко-этнографические исследования, целью которых было изучение этнографии, традиционных блюд и связанных с ними обычаев. Ввиду того, что в советский период этнография развивалась институционально, проблема традиционного питания получила весьма широкое освещение. Хотя в исследованиях основное внимание уделялось проблеме кухни и блюд регионов, специфические особенности традиционного питания Хорезмского оазиса, его экологические аспекты не стали объектом специального этнологического исследования.

Хотя анализ зарубежной литературы третьей группы свидетельствует о наличии множества теорий о рационе питания, правильном питании в целом, традиционные блюда и система питания населения Хорезмского региона в них так же не рассматривались в качестве отдельной научной проблемы.

Хотя в годы независимости проблемы традиционного питания и способов приготовления пищи нашли отражение в отдельных монографиях

и брошюрах, однако, в основном, они представляли собой руководства для историков, этнографов, филологов, философов, местных и иностранных туристов, кулинаров.

Анализ имеющейся в наличии литературы свидетельствует о том, что традиционное питание узбеков Хорезмского оазиса, его этнолокальные особенности не подвергались комплексному исследованию, не становились объектом специального изучения. Поэтому исследование темы в историко-этнологическом аспекте имеет актуальное значение. (Более подробные сведения о степени изученности проблемы приводятся в первой главе диссертации).

**Связь темы исследования с планом научно-исследовательских работ высшего образовательного учреждения, где выполнена диссертация.** Диссертация выполнена в рамках плана научно-исследовательских работ Ургенчского государственного университета, а также в рамках государственного прикладного проекта 2018-2020 гг. PZ-201709202 “Эффективное использование туристического потенциала Хорезмского вилоята и города Хивы и разработка стратегии по его дальнейшему повышению”.

**Целью исследования** является раскрытие на основе историко-этнографических материалов культуры традиционного питания узбеков Хорезма, а также их локальных особенностей.

**Задачи исследования:**

осветить теоретико-методологическую базу, источники и историографию исследования;

обосновать и описать традиционные блюда Хорезмского оазиса, их формирование, виды и локальные особенности, способы приготовления и полезные свойства;

раскрыть экологические особенности традиционного питания узбеков Хорезмского оазиса;

осветить традиции, связанные с приготовлением блюд и сервировкой стола, а также многовековой опыт населения оазиса при хранении продуктов;

проанализировать блюда Хорезмского оазиса, которые готовились во время свадебных и других семейных мероприятий;

показать многовековые традиции этикета питания оазиса;

обосновать экологически чистую и безопасную структуру традиционных блюд Хорезма.

**Объектом исследования** явились традиционные процессы питания узбеков Хорезма.

**Предмет исследования** составили традиционные и современные тенденции в процессе традиционного питания узбеков Хорезмского региона, их локальные особенности и трансформационные процессы в питании.

**Методы исследования.** В диссертации использованы такие методы, как историческая последовательность, историко-сравнительный

анализ, анализ и синтез, наблюдение, этносоциологическое исследование и межпредметный подход.

**Научная новизна исследования** заключается в следующем:

- формирование традиционных блюд узбеков Хорезма, их виды, древние способы их приготовления, локальные особенности традиционных блюд (*жуян курдик, сиқмон, буламиқ, илдирма, қопширмо, мавши, шилама, қурмуш гўмма* и др.), кондитерских изделий (*нуқул, печак, пешмак, мижина ҳолва, сочоқ ҳолва, лабзина, ҳолвайтар, ҳай-ҳай, пақлама, қуштили* и др.) раскрыты в этнологическом аспекте, наименования домашней утвари (*дуоқ, сусоқ, сўқи, сон, енгса, тир, зогомо* и др.) в качестве терминов введены в научный оборот и послужили созданию системной базы для проведенных в данной области изысканий;

- посредством полевых этнографических материалов обосновано место в материальной и духовной жизни общества праздников, гуляний Хорезмского оазиса (*қизил гул сайли, олма отиш сайли, сумалак сайли, вахшангом, қовун сайли, қовоқ сайли, праздник урожая*), и готовящихся на различных обрядах традиционных блюд (*бешоши, тухум қовурдоқ, сутбурунчи, шўрва, палов, қорма, барак*), а также верования и суеверия, связанные с продуктами питания (*подкладывание под подушку новорожденного, а также мальчика, которому совершили “обрезание” кусочка хлеба, намазывание на лоб сватов муки, выставление во время свадебных мероприятий четного количества, а на похоронных - нечетного количества блюд*);

- обоснована возможность изучения видов традиционного питания Хорезма в результате внимания в Узбекистане в годы независимости к государственной политике по возрождению национальных ценностей, а также популяризации степени его брендовых блюд (*сузма палов, юмурта барак, қўтир барак, ушоқ барак, ижжон гўмма, кади сўмса, қорма, сутбурунчи, гўжа, дил, багир, қорин-туёқ, гўштли патир, қизил патир, ижжон, айрон, чакида*);

- разработаны предложения и рекомендации по эффективному использованию своеобразных экологических особенностей блюд жителей региона, использованию природных ресурсов при их готовке, а также многовекового опыта населения в использовании продуктов питания в качестве лечебных средств;

- разработан социально-философский механизм, научно определяющий такие вопросы, как роль традиционных блюд узбеков Хорезма, продуктов питания в жизни населения оазиса, в частности, в защите материнства и детства, в соблюдении здорового образа жизни, а также передача этих знаний молодому поколению.

**Практические результаты исследования.** В данном исследовании проблема традиционного питания рассмотрена в аспекте теоретико-методологических подходов смежных наук.

Даны рекомендации по обеспечению правильного и качественного питания населения, благодаря чему формируется здоровый образ жизни, включены предложения по развитию гастротуризма.

Собранный в ходе исследования историко-этнографический материал, сведения из архивных документов, научные суждения могут стать основой для обеспечения выполнения государственных программ, в частности, организации экспозиций в музеях Международного благотворительного общественного фонда “Олтин мерос”, подготовки государственного прикладного проекта “Эффективное использование туристического потенциала Хорезмского вилоята и города Хивы”, развития деятельности научно-исследовательского института “Маҳалля и семья”, при подготовке передач телерадиоканала “Узбекистан”, проведения мероприятий в рамках деятельности фонда Абу Али ибн Сино, а также в разработке пособий для студентов высших образовательных учреждений.

**Достоверность результатов исследования** определяется использованием в работе признанных этнологических методов и подходов, использованием большого количества источников и этнографической литературы, претворением в практику заключений, предложений и рекомендаций, основанных на полевых этнографических материалах, периодических изданиях, нормативно-правовой документации, утверждением полученных результатов компетентными структурами.

#### **Научная и практическая значимость результатов исследования.**

Научная значимость результатов исследования заключается в обобщении методических подходов, теоретических суждений и полевых этнографических материалов по проблеме изучения традиционного питания узбеков Хорезма, которые могут быть использованы служить теоритической базой для тех кто проводит исследование по данной теме, а также для пополнения новыми сведениями учебников и учебных пособий по истории, этнографии, источниковедению и культурологии для студентов высших образовательных учреждений.

Практическая значимость результатов исследования заключается в сохранении, обогащении и популяризации материального и духовного наследия узбекского народа, а также в составлении перечня брендовых блюд Хорезма, развитии гастротуризма в Узбекистане, подготовке сценариев для культурно-просветительских и художественных передач Национальной телерадиокомпании Узбекистана, обогащении материалов интернет сайтов, содержащих информацию об узбекских блюдах.

**Внедрение результатов исследования.** Полученные в ходе исследования традиционного питания узбеков Хорезма результаты использованы:

в широкой пропаганде традиционных блюд населения Хорезма в их повседневной жизни, усиления внимания к рациону питания по защите материнства и детей (справка № 410 Хорезмского областного отделения научно-практического исследовательского центра “Оила” от 15

октября 2019 года). Результаты исследования служат разъяснению молодежи обычаев относительно готовки блюд, их хранения и правильного питания у узбекского народа, формированию и развитию у них навыков здорового питания;

на основе данных исследования по формированию традиционного питания, их видов, древних способов готовки, локальным особенностям традиционных блюд и кондитерских изделий подготовлен раздел “Традиционные блюда Хорезма” прикладного проекта PZ-201709202 “Эффективное использование туристического потенциала Хорезмского вилоята и города Хивы и разработка стратегии его дальнейшего повышения”, выполнявшегося в 2018-2020 годы (справка №2/30 “Центра региональной инновационной деятельности и технологического трансфера при хокимияте Хорезмского вилоята” от 15 ноября 2019 года), а также материалы раздела были использованы при подготовке альбома в рамках проекта (Традиционные блюда Хорезма. Альбом. – Москва: Школа науки, 2020). Эти результаты и заключения стали важным источником для развития в Хорезме, в частности, Узбекистане гастрономического туризма, составления традиционных брендовых блюд для туристов и знакомства с их полезными качествами;

результаты диссертации, отражающие вопросы правильного питания, рационального использования природных ресурсов, использования пищи в лечебных целях, использованы при разработке государственного гранта “Ибн Сино и современность” (справка №63-02/05 общественного фонда поддержки негосударственных некоммерческих организаций и других институтов гражданского общества при Кабинете Министров Республики Узбекистан по проекту государственного гранта “Ибн Сино и современность”, запланированного на 2019-2020 гг.). Помимо этого, в рамках государственного проекта прикладного гранта издана монография (“Абу Али ибн Сино – основоположник народной и современной медицины”, монография. – Ургенч: Хорезм, 2020 год). Научные результаты имели большую значимость в деле сохранения исторического и культурного наследия, его популяризации, изучения многовекового опыта нашего народа в сфере питания, использования отдельных видов продуктов в лечебных целях;

материалы исследования о сущности, месте и значении праздников и торжественных мероприятий Хорезмского оазиса в духовной жизни региона, о традиционных и ритуальных блюдах, готовящихся на различных праздничных гуляниях и обрядах, использованы Хорезмским областным отделением Международного благотворительного общественного фонда “Олтин мерос” (справка №17 от 29 ноября 2019 года Хорезмского областного отделения международного благотворительного общественного фонда “Олтин мерос», а также справка №01-45 Международного благотворительного общественного фонда “Олтин мерос” от 8 сентября 2020 года). Результаты исследования стали важным источником в освещении экспозиций музея «Авесты» Хорезмского

отделения Международного благотворительного общественного фонда «Олтин мерос»;

результаты исследования по формированию традиционных блюд узбеков Хорезмского оазиса, их видов, древних способов приготовления, локальным особенностям кондитерских изделий, предметов утвари использованы при подготовке передач “Священный курган”, “Подруги”, “Дети и мы” редакции “Культурно-просветительских и художественных программ” телерадиоканала “Узбекистан” Национальной телерадиокомпании Узбекистана (февраль-март 2020 года) (справка №04-25-716 телерадиоканала “O’zbekiston” от 6 июля 2020 года). Результаты исследования служат в формировании и развитии у молодежи национальных и общечеловеческих ценностей;

**Апробация результатов исследования.** Результаты исследования прошли апробацию на 11 научных симпозиумах, в том числе на 4 международных и 7 республиканских научно-практических конференциях.

**Публикация результатов исследования.** По теме диссертации издано 25 научных работ. В том числе 1 монография, 1 альбом, 12 статей в научных изданиях, рекомендованных Высшей Аттестационной комиссией Республики Узбекистан для публикации основных результатов докторских диссертаций, из которых 3 – в зарубежных журналах и 9 - в республиканских изданиях.

**Структура и объем диссертации.** Диссертация состоит из введения, четырех глав, заключения и списка использованной литературы и приложений. Исследовательская часть диссертации составляет 260 страниц.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во **введении** обоснованы актуальность и востребованность темы исследования, определены цель и задачи работы, приводится обзор зарубежных научных исследований по теме диссертации, объект и предмет исследования, излагаются степень изученности проблемы, методы исследования, научная новизна и практические результаты, приводятся сведения о научной и практической значимости полученных результатов, их внедрении в практику, апробации, изданных работах, структуре и объеме диссертации.

Первая глава диссертации называется “**Методология и историография изучения темы традиционного питания узбеков Хорезма**”, здесь на основе существующих теорий и концепций относительно традиционных блюд и культуры питания приводится анализ теоретических аспектов проблемы и историография темы.

В этнологии понятие питания (*трапезы, потребления пищи – М.С.*) анализируется в качестве основной структурной части социально-культурного своеобразия, этнической традиции, материальной культуры народов. Культура питания, формируясь на протяжении веков, развивалась

в тесной связи с естественными социально-экономическими условиями каждого народа, воплощая в себе национальные традиции. В то же время, именно в культуре питания наглядно проявляется национальная самобытность народов.

В настоящее время изучение своеобразных сторон культуры питания и традиций различных народов считается важнейшими вопросами истории, этнологии и социальной антропологии. Этнологический подход в изучении продуктов питания отличается от кулинарии или диетологии. Специалистов и исследователей в данной сфере во многом интересуют не технология готовки блюд или их питательная ценность, а воздействие блюд на отношения между людьми и на общественную жизнь. Кроме того, считается важным не то, что едят люди и как питаются, а культура стола, сервировки, а также их уместное исследование.

Систему питания составляют наличие необходимых для блюда продуктов, видов посуды, дополнительных компонентов (пряности, зелень) и определенные действия, связанные с переработкой блюда, готовкой, потреблением, продуктами ограничениями и преференцией (предпочтение).

Любое блюдо, хоть семейный обед, хоть обрядовая или туристическая трапеза, не является простым насыщением желудка, а представляет собой содержательное действие символического характера – оно вбирает в себя традиционные для определенной этнической группы моральные и эстетические поведенческие нормы, а также показывает принадлежность к конкретному культурному сообществу.

В середине XIX века стали возникать такие новые направления, концепции и школы, как *эволюционизм, диффузионизм, структуриализм, историческая Американская школа этнологии, функционализм, культурный релятивизм*<sup>99</sup>.

Идеям сторонников эволюционной теории о взаимно сходных условиях культур, их самостоятельном возникновении и развитии диффузионисты противопоставляют идеи своеобразных научных воззрений относительно возникновения культурных проявлений на определенных географических территориях и распространении их из одного центра в другие региона. Основоположник диффузионизма Фридрих Ратцел первым обратил внимание на распространение культурных проявлений по различной культурной среде и странам<sup>100</sup>. У эволюционистов преобладает идея об “абстрактности культурных проявлений, их самозарождении”.

Следует отметить, что структурные части материальной культуры, по сравнению с другими культурными проявлениями, во многом проявляют свою форму и ареал распространения. По мнению Ф.Ратцела, если

---

<sup>99</sup> Аширов А., Атаджанов Ш. Этнология. – Ташкент., 2007. – Б. 44.

<sup>100</sup> Ф.Ратцел свои воззрения и идеи выразил в многотомных сочинениях “Антропогеография” (1882), “Народоведение” (Т. 1-2. – СПб., 1903), а также “Земля и жизнь: сравнительное землеведение” (Т. 1-2. – СПб., 1903—1906).

исчезнут различные этносоциальные изменения, возникшие в жизни народов, в научном изучении культуры этнографический материал будет занимать особое место, ибо этнографические предметы остаются без изменений. В частности, можно наблюдать, что традиционная кухонная утварь и другие предметы населения Хорезмского оазиса (*супра, хўна, йўғич, ўқлов, товох, чоноқ, тикач, дуоқ, сусоқ, сўқи, сон, рапида, енгса, тир, зогомо* и др.), а также их наименования до настоящего времени сохраняются без изменений.

Изучение продуктов питания в качестве явления материальной культуры на примере определенного региона говорит о том, что появлению, формированию и развитию общей географии традиционных культурных элементов способствовали *исторические, религиозные, географические, социально-экономические* факторы. Одним из сильно воздействующих факторов на культуру традиционного питания считается *исторический фактор*.

В 40-е годы XX века в результате объективных исторических процессов по велению времени была разработана *национальная концепция автохтонизма*<sup>101</sup>. Согласно ей, в процессе анализа традиционного питания узбеков Хорезма установлено, что большая часть наименований блюд кухни региона заимствована из общетюркского и иранских языков. В частности, можно привести примеры из общетюркского языка: *чўрак, гўжа, талқон, қаймақ, атала, чалпак, кўмач, қайиш, бўғирсоқ, гўмма, пўссиқ, қатлама, дўзрама, қовурдоқ, қарма, буламиқ, ёрма, димлама, қатирмач, сарёғ, қақ балиқ, сутли гўжа*; персидско-таджикского: *нон, сомса, палов, шўрва, яхна, машава, барак, чакида, кади шўрва, кади барак* и целый ряд других названий блюд и продуктов питания.

Традиции предпочтений народов мира продуктов питания, блюд или, наоборот, пищевых ограничений и запретов, обычаи и традиции, связанные с готовкой блюда можно видеть в неразрывном единстве *этнических и религиозных факторов*. В частности, такие своеобразные формы этикета и вековых традиций, связанных в жизни населения Хорезмского оазиса с питанием, как *благопристойный вид потребляемого блюда, омовение рук перед и после еды, использование при трапезе правой руки, недопущение ссор во время еды, подтверждают* наши суждения о своей непосредственной связи с этническим и религиозным фактором.

В исследовании отмечается, что на культуру питания большое влияние оказал и *географический фактор*, здесь важное место занимает теория *географического детерменизма*. Последующие изменения в развитии культуры питания возникают в результате *социально-экономических факторов* и влияют на ее трансформацию. В особенности, в связи с переселением на территорию Хорезмского оазиса новых этнических групп (славянские народы, кавказцы, жители Поволжья и

---

<sup>101</sup> Концепция национального автохтонизма – этим определяется тот факт, что при формировании культур принимает участие не только коренное население, но и переселившиеся сюда народы. Толстов С.П. Основные проблемы этногенеза народов Средней Азии // СЭ. 1947, № 6-7. – С. 304.

Приуралья), дальнейшего развития взаимных торговых связей с зарубежными странами сюда проникают различные иранские и афганские сладости, свойственные для европейских народов (русские, немцы и французы) виды посевов и овощей, что привело к изменениям в наименовании блюд региона.

Проникновение в Хорезмский оазис новых продуктов питания (баклажаны, болгарский перец, кабачки, картофель, помидоры, редиска, спаржа, цветная капуста, цитрусовые) и кухонной утвари в виде новой посуды (самовар, кастрюля, мантыказан, электрический чайник, блендер, микроволновка, мясорубка, соковыжималка, различные приспособления для разрезания и измельчения теста и овощей), процессы появления способов готовки новыми способами (скороварка, готовка на пару) привели к трансформации системы традиционного питания.

К началу XXI века в процессы социального и семейного питания вошли практически все знаменитые блюда мировой кухни. В настоящее время сокращаются виды традиционных блюд, которые на протяжении веков потреблялись населением оазиса, а также традиции питания, их место занимают новые, современные. прежде не существовавшие виды, традиции и обычаи. В особенности, в пунктах питания, кафе и ресторанах можно отведать местные и европейские блюда, имеющие отношение к кухне турецкого, уйгурского, татарского, русского, иранского и многих других народов мира.

На сегодняшний день выбор блюд повседневного питания зависит не от условий и возможностей, как в прежние времена, а желаний членов семьи. Например, если такие блюда и сладости, как *буломиқ*, *атала*, *ижжон*, *жуян курдик*, *гулна сўмса*, *олапўта гўмма*, *пақлама*, *қуштили*, их традиционные виды приготовления забываются, предаются забвению, то такие блюда, как *юмурта барак*, *шивит оши* готовятся только ради дорогих гостей или во многом для зарубежных туристов.

При питании важным представляется выбор питательных элементов, знание способов их переработки и потребления, что служит основой при ретроспективном анализе условий проживания и питания населения различных регионов. В частности, самым важным компонентом феномена долгой жизни является система питания, наряду с другими причинами, может быть результатом и некоторых специальных экологических отношений между человеком и природой. По определению В.И.Козлова, комплекс питания, имея весьма консервативный характер, показывает экологическое приспособление этноса или этнической группы к определенным условиям. Гармоничность данного комплекса проявляется, во-первых, в связи с устойчивостью экономической деятельности, во-вторых, с определенными нормами этнокультурного потребления и, в-третьих, долгосрочной физиологической приспособляемостью этнических групп.

В области культуры питания, как отмечает американская исследовательница Э.Ричардс, современный человек питается тем же, что

и первобытный: мясо животных, растительная пища, плоды. Однако современные люди, в отличие от первобытных, покупают еду в магазинах и на рынках. В то же время, в обществе с ускоренным развитием науки и техники еще большую актуальность приобретает вопрос о правильном и здоровом питании. Ибо, широкое проникновение в пищевую промышленность и традиции приготовления еды новых технологий (генетически модифицированная продукция, искусственные консерванты и пища, фаст-фуды) приводит к усилению дискуссий в данной сфере. К сожалению, данные “современные технологии”, помимо таких традиционных недугов, как анорексия, ожирение сердца, излишний вес, вызывают и новые, прежде не известные “пищевые” болезни<sup>102</sup>.

Согласно сведениям испанских этнографов Сесилии Диас Мендес и Кристобая Гомес Бенито, со второй половины XX века до настоящего времени питание приобретает новое качество. Данное положение или изменения во многих регионах мира нашли свое отражение в традиции и культуре питания на основе резкого перехода от голодного времени рубежа двух мировых войн и последующих лет к изобилию съестных припасов<sup>103</sup>. Такое обилие и социальная трансформация в питании привели к изменению в понятии “хорошее питание”, нарушению здорового и правильного питания. П.Бурдые выдвинул теорию о том, что в системе питания жизненный уклад и потребление населения связаны с социально-иерархической структурой общества<sup>104</sup>.

Говоря в целом, опираясь при изучении проблемы на теоретико-методологические аспекты, проанализированы теоретические основы исследования на основе таких системных подходов, как *эволюционизм, диффузионизм, структуриализм, географический детерминизм*. В процессе исследования было отмечено, что хотя культура традиционного питания населения Хорезмского оазиса подверглась определенным изменениям, в настоящее время выражает свою традиционность в определенных трансформационных процессах.

Согласно анализу историографии темы, наиболее ранние сведения о культуре питания в Хорезмском оазисе, традициях и обрядах, связанных с ним, содержатся в “Авесте”, где необходимые для употребления людей блюда подразделены на две группы: разрешенные (хорошие) и запрещенные (плохие). В частности, лучшие блюда подразделены на нескольких видов, первую группу составляют хлеб, пшеница, либо другие зерновые культуры, молоко и молочная продукция, а также овощи и

---

<sup>102</sup> Анорексия – резкое истощение организма в связи с полным исчезновением желудка. См.: Носкова А.В. Питание: методологические подходы к исследованию и повседневные практики // Вестник МГИМО. – 2014. – №6 (39). – С. 210.

<sup>103</sup> Méndez C., Benito C. Food and Health in Modern Societies / Food, Consumption and Health // Social Studies Collection, № 24. Режимдоступа: [http://obrasocial.lacaixa.es/deployedfiles/obrasocial/Estaticos/pdf/laCaixaFoundation/vol24\\_en.pdf](http://obrasocial.lacaixa.es/deployedfiles/obrasocial/Estaticos/pdf/laCaixaFoundation/vol24_en.pdf). – С. 11-13.

<sup>104</sup> Бурдые П. Различение: социальная критика суждения/ пер. с фр. О.И.Кирчик // Западная экономическая социология: хрестоматия современной классики. – М.: РОС-СПЭН, 2004. – С. 537–565.

фрукты<sup>105</sup>. Мясные продукты в “Авесте” включены в список “плохих”, разрешалось потреблять лишь мясо птицы и рыбы<sup>106</sup>.

Сведения о правильном и качественном питании широко освещены в трудах среднеазиатских мыслителей Абу Рейхана Беруни, Абу Али ибн Сино, Исмаила Джуржани, Абулгази Бахадурхана. Например, если Абу Али ибн Сино приводит сведения о влиянии внутренней и внешней среды на появление болезней, о правильном питании, то Абу Рейхан Беруни говорит об употребляемых на древних обрядах, празднествах и гуляниях блюдах (*ёгли натир, юкча нон, Наврўз гўжа* и др.). В свое время Махмуд Қашгарский привел данные о свыше 80 наименованиях блюд и продуктов<sup>107</sup>.

Важным источником при историографическом анализе литературы явились отчеты зарубежных послов, русских военных, воспоминания и сведения путешественников и торговцев, а также представителей различных профессий, посетивших Хивинское ханство<sup>108</sup>. Встречаются и сведения, содержащие суждения о традиционных блюдах, продуктах питания проживавшего в Хивинском ханстве местного населения<sup>109</sup>. В частности, если Н.Н.Муравьев и Л.Костенко с похвалой отзываются о возделываемых в Хивинском ханстве самых сладких *дынях, винограде* и различных *фруктах*, а также о блюдах региона, то П.И.Небольсин обращает особое внимание отдельным сторонам кухни Хивинского ханства<sup>110</sup>.

Из сведений посетившего Хивинское ханство с торговыми делами купца Абросимова можно заключить, что *плов* в Хорезме в те времена являлся одним из любимых блюд, так же как и ныне<sup>111</sup>. Американский журналист Януарий Алоизий Мак Гахан<sup>112</sup>, констатирует, что местные сухофрукты являются основной экспортной продукцией в Россию.

Венгерский путешественник и исследователь Арминий Вамбери во время пребывания в Хорезме отмечал: “Хивинские фрукты так хороши,

<sup>105</sup> Маковельский А.О. Авеста. – Баку, 1960. – С. 86.

<sup>106</sup> <https://www.zoroastrian.ru/avesta/videvdat>. См.: Маковельский А.О. Авеста. – Баку, 1960. – С. 86.

<sup>107</sup> Махмуд Кошғарий. Девони луғатит турк (С.Муталлибов таржимаси асосида). – Тошкент, 1-жилд 1960 йил, 2-жилд 1961 йил, 3-жилд 1968 йил.

<sup>108</sup> Хорошхин А.Н. Сборник статей, касающихся до Туркестанского края (ежегодник). Вып. IV. – СПб., 1876; Каульбарс А.В. Низовья Аму-Дарьи, описанные по собственным исследованиям в 1873 г. // ЗРГО по отделу общей географии. Кн.9, 1881; Древнейшие русла Аму-Дарьи // ЗРГО по отделу общей географии. XVII, № 4. – СПб., 1887; Кун А.Л. Поездка по Хивинскому ханству в 1873 г. // Известия Императорского русского географического общества. Т. 10. – СПб., 1874. – С. 47-58; Его же. От Хивы до Кунграда // Материалы для статистики Туркестанского края (ежегодник). – С. 203-271.

<sup>109</sup> Ибрагимов Ш.М. Некоторые заметки о хивинских туркменах и киргизах // Военный сборник. – СПб, 1873. – С.133-163; Чернышевский М.Н. Самобытный край, добрый народ // Хорезмская правда. 26 дек. 1992; Гиршфельд В.А., Галкин М.Н. Военно-статистическое описание Хивинского оазиса // Туркестанский сборник. Т. 29. – Ташкент, 1903. Ч. II. – С. 54-106.

<sup>110</sup> Муравьев Н. Путешествие в Туркмению и Хиву в 1819 и 1820 гг. – М., 1822. Ч. I. – 179 с.; Ч. II. – 144 с; Небольсин П.И. Очерки торговли России со странами Средней Азии, Хивой, Бухарой и Кокандом (со стороны Оренбургской линии). – СПб., 1856. – 370 с; Костенко Л. Город Хива в 1873 году. – СПб, 1874. – С. 334.

<sup>111</sup> Рассказ торговца Абросимова о поездке его в Хиву (50-е годы XIX в.) // История Узбекистана в источниках. – Ташкент: Фан, 1990. – С. 92.

<sup>112</sup> Mac Gahan J. A. Campaigning on the Oxus and the Fall of Khiwa. – London, 1874.

что подобные им трудно найти не только в Иране и Турции, но и во всей Европе. В особенности, достойны восхищения *яблоки Хазораспа, груши и виноград Хивы* и ее несравненные, знаменитые до самого Пекина замечательные дыни<sup>113</sup>».

Кроме того, были проанализированы воспоминания иранских послов Мухаммада Алихана Гафура, Мирзы Ризакулихана Хидоята и иранского генерала Исмаила Мирпанжи<sup>114</sup>, приведенные русским исследователем А.Н.Самойловичем сведения, касающиеся примерно 90 наименований блюд и продуктов<sup>115</sup>.

Если изучавшая в XX веке этнографию региона К.Л.Задыхина осветила традиционное хозяйство узбеков, проживающих в бассейне нижней Амударьи, то М.В.Сазонова исследовала блюда и культуру питания населения южной части оазиса, а также продукты питания, используемые в их повседневной жизни<sup>116</sup>. При сравнительном анализе проблемы в этнографическом аспекте были уместно использованы труды О.А.Сухаревой, А.Н.Жилиной<sup>117</sup>, а при освещении ее теоретико-методологических аспектов – С.А.Токарева, С.А.Арутюнян, Н.Л.Жуковской<sup>118</sup>. Помимо этого, использованы сведения о материальной культуре, хозяйстве, традиционных блюдах узбеков из исследований К.Ш.Шаниязова<sup>119</sup> и данные о национальных блюдах узбекского народа, кухонной утвари, связанной с технологией их подготовки, их видах из работ И.М.Джаббарова<sup>120</sup>.

---

<sup>113</sup> Арминий Вамбери. Путешествие по Средней Азии. – М.: Восточная литература, 2003. – С. 160.

<sup>114</sup> Мухаммад Алихон Гофур. Хоразм сафари кундаликлари (Эрон элчисининг хотиралари. XIX аср). – Тошкент: Фан, 2005. – Б. 147-150; Исмоил Мирпанжи. Асирликдаги хотиралар. – Урганч: Хоразм, 1997. – Б. 61.

<sup>115</sup> Рукопись состоит из 90 страниц и хранится в деле № 125 фонда 671 отдела рукописей Государственной публичной библиотеки имени М.Салтыкова-Щедрина в Санкт-Петербурге. Старший научный сотрудник Хорезмской академии Маъмуна А.Абдурасулов подготовил копию данной рукописи.

<sup>116</sup> Задыхина К.Л. Узбеки дельты Амударьи // Труды Хорезмской археолого-этнографической экспедиции. – М., 1952. – Т. 1. – С. 319-427; Сазонова М.В. Традиционное хозяйство узбеков южного Хорезма. – Ташкент, 1967. – С. 52-53.

<sup>117</sup> Сухарева О.А. Позднефеодальный город Бухара. – Ташкент, 1962. – 194 с.; Она же. Бухара XIX – начала XX в. – М.: Наука, 1966. – 328 с.; Жилина А.Н. Современная материальная культура сельского населения Ташкентской области Узбекской ССР // Материальная культура народов Средней Азии и Казахстана. – М., 1966. – С. 121-145.

<sup>118</sup> Токарев С.А. Ранние формы религии. – М., 1964. – 400 с.; Он же. К методике этнографического изучения материальной культуры // Этнографическое обозрение. 1970. № 4 // <http://journal.iea.ras.ru/archive/1970s/>; Этнография питания народов стран зарубежной Азии: Опыт сравнительной типологии. // Отв. ред. С.А.Арутюнян. – М.: Наука, 1981. – 256 с.; Жуковская Н.Л. Мир традиционной монгольской культуры. USA; The Edwin Mellen Press, 2000. 305 с.; Веселов Ю.В., Цинь Ц. Процессы глобализации питания: взаимное влияние культур Запада и Востока // Здоровье и образование в XXI веке. 2016. № 9. – С. 135–141.

<sup>119</sup> Шаниязов К.Ш. О традиционной пище узбеков // Этнографическое изучение быта и культуры узбеков. – Т., 1972. – С. 96-118; Он же. Основные отрасли животноводства в дореволюционном Узбекистане // Хозяйственно-культурные традиции народов Средней Азии и Казахстана. – М., 1975. – С. 188-193; Шаниязов К., Исмаилов Х. Этнографические очерки материальной культуры узбеков конца XIX – начала XX в. – Ташкент, 1981. – С. 105-123.

<sup>120</sup> Джаббаров И.М. Ремесло узбеков Южного Хорезма в конце XIX–начале XX в. (историко-этнографический очерк) // Занятия и быт народов Средней Азии. – Л.: Наука, 1971. – С. 72-146.

В трудах Г.П.Снесарева приводятся интересные факты о блюдах, которые готовились при проведении различных обрядов и торжеств, поверьях и обычаях, связанных с ними<sup>121</sup>.

Ценные сведения о традиционном хозяйстве, обычаях и обрядах оседлого населения Хорезма, а также о блюдах, которые готовились при этом, содержатся в работах Н.П.Лобачевой<sup>122</sup>.

В трудах Ф.А.Абдуллаева подробно освещены *наименования блюд*, готовящихся и потребляемых в Хорезмском оазисе, диалектные названия *фруктов и овощей, рыб и птиц, домашней утвари*<sup>123</sup>.

В сравнительном аспекте были использованы труды К.Махмудова<sup>124</sup> о некоторых видах ныне позабытых узбекских блюд, которые готовились в определенный сезон года, и Г.М.Махкамова, посвященные необходимым ингредиентам узбекского хлеба, приготовлению теста и способам выпечки хлеба, а также готовке блюд<sup>125</sup>.

Во второй половине XX века этнографическое исследование Хорезмского оазиса обогатилось трудами, в которых нашли отражение анализ общих и различных черт в блюдах соседних народов - туркмен, каракалпаков, казахов<sup>126</sup>. Позднее появились работы о традиционных блюдах таджикского и киргизского народов<sup>127</sup>. Однако в данных

---

<sup>121</sup> Снесарев Г.П. Реликты домусульманских верований и обрядов узбеков Хорезма. – М.: Наука, 1969. – 336 с.; Он же. К вопросу о происхождении празнества суннат-той в его среднеазиатском варианте // Занятия и быт народов Средней Азии. – Л., 1971. Т. 3. – С. 256-272.

<sup>122</sup> Лобачева Н.П. Формирование новой обрядности узбеков. – М.: Наука, 1975. – 140 с.; Она же. К истории сложения института свадебной обрядности // Семья и семейные обряды у народов Средней Азии и Казахстана. – М., 1978. – С. 144-175; Она же. К истории календарных обрядов у земледельцев Средней Азии // Древние обряды, верования и культы народов Средней Азии. – М., 1986. – С. 6-30.

<sup>123</sup> Абдуллаев Ф.А. Ўзбек тилининг Хоразм шевалари. – Тошкент: ЎзССР ФА, 1961.

<sup>124</sup> Махмудов К. Мучные блюда узбекской домашней кухни. – Ташкент, 1963. – 103 с.; Он же. Узбекский плов. – Т.: Узбекистан, 1979. – 112 с.; Он же. Нон ризк-рўзимиз. – Т., 1988. – 23 б.; Он же. Ўзбек тансиқ таомлари. – Тошкент, 1989. – 352 б.; Он же. Қизикарли пазандалик. – Тошкент: Ўқитувчи, 1995. – 224 б.

<sup>125</sup> Махкамов Г.М., Погосянц А.И., Свинкин С.Н. Ўзбек нонлари. – Тошкент, 1961. – 69 б.

<sup>126</sup> Василева Г.П. Преобразование быта и этнические процессы в северном Туркменистане. – М.: Наука, 1969. – 390 с.; Винников Я.Р. Социалистические переустройства хозяйства и быта Дайхан Марийской области Туркменской ССР // Среднеазиатский этнографический сборник. – М., 1954. – С. 3-81; Винников Я.Р. Хозяйство, культура и быт сельского населения Туркменской ССР. – М.: Наука, 1969. – 312 с.; Оразов А. Ритуальная пища туркмен // Материалы по исторической этнографии туркмен. – Ашхабад, 1987. – С. 30-46; Бердиев М.С. Традиционная система питания туркмен: Автореф. дисс. ... канд. истор. наук. – М., 1990. – 25 с.; Бердиев М.С. Трансформация традиционной системы питания туркмен в наши дни // Советская этнография. – М., 1985. – № 1. – С. 88-98; Бердиев М. Традиционная похоронно-поминальная трапеза туркмен // Проблемы истории и этнографии советских и зарубежных туркмен. – Ашхабад, 1990. – С. 192-208. Шалекенов У.Х. Казахи низовьев Амударьи. К истории взаимоотношений народов Каракалпакии в XVIII – XX вв. – Ташкент: Фан, 1966. – 336 с.; Аргинбаев Х. Народные обычаи и поверья казахов, связанные со скотоводством // Хозяйственно-культурные традиции народов Средней Азии и Казахстана. – М., 1975. – С. 194-205.

<sup>127</sup> Андреев М.С. Таджики долины Хуф (верховья Аму-Дари). – Сталинабад: АН Тадж.ССР, 1958. Вып. 11. – 524 с.; Ершов Н.Н., Кисляков Н.А., Пешерева Е.М., Русайкина С.П. Пища. // Культура и быт таджикского колхозного крестьянства. – М., Л., 1954. – С. 152-160; Хамиджанова М.А. Пища. // Материальная культура таджиков верховьев Зеравшана. – Душанбе, 1973. – С. 138-181; Троицкая А.Л. Некоторые старинные обычаи, поверья таджиков долины верхнего Зеравшана // Занятия и быт народов Средней Азии. – Л., 1971. – С. 224-255; Мардонова А. Свадебные торжества у таджиков Файзабада // История и этнография народов Средней Азии. – Душанбе, 1981. – С. 106-122; Айтбаев М.Т. Пища киргизов XIX – начала XX веков // Известия АН Кирг. ССР. – Фрунзе, 1963. Вып. 1. – С.14-19.

исследованиях встречается мало суждений о культуре питания населения оазиса.

Были также использованы статьи из сборников и журналов, изданных в данный период в историко-этнографическом аспекте<sup>128</sup>. Из сведений целого ряда словарей относительно наименования блюд была введена ясность в название около 270 из них<sup>129</sup>.

Из исследований, посвященных блюдам и обычаям различных народов мира, в частности, освещающих блюда и связанные с ними обычаи и обряды народов Европы, важное значение имеют труды Н.П.Джикии, Н.М.Листойвой, О.А.Соловьевой<sup>130</sup>. Обычаи, связанные с чаепитием, приведены в работах В.В.Хохлачева и С.Н.Абашина<sup>131</sup>. Кроме того, вопросы материальной культуры людей, хозяйственной деятельности, верований, связанных с зерном и хлебом, освещены видным английским ученым Дж.Фрезером<sup>132</sup>.

В литературе периода независимости теоретические аспекты традиций питания, связанных с ним обрядов, здорового и правильного питания раскрыты в трудах К.Ш.Шаниязова, И.М.Джаббарова, А.Аскарова, У.С.Абдуллаева, А.А.Аширова, Г.Ш.Зунуновой, Р.Р.Назарова и др.<sup>133</sup>

В брошюре Б.А.Дусчанова приведены сведения о 50 широко употребляемых в Хорезме видах блюд, способах их подготовки и их химическом составе<sup>134</sup>. Были уместно использованы данные из работ

<sup>128</sup> Гонтар Т.А. Посуда и домашняя утварь карпатских украинцев в конце XIX – первой четверти XX вв. // Советская этнография. – М., 1978. – № 4. – С. 88-98; Багажников Б.Х. Традиционное и новое в застольном этикете адыгских народов // Советская этнография. – М., 1987. – № 2. – С. 89-100; Бабенко В.Я. Пища украинского населения Башкирии // Советская этнография. – М., 1989. – № 2. – С. 94-104; Григулевич Н.И. Этноэкологическое исследование локальных пищевых комплексов русских старожилов Армении // Советская этнография. – М., 1990. – № 1. – С. 114-125.

<sup>129</sup> Ўзбекча-русча луғат. – Т.: Ўзбек совет энциклопедияси, 1988. – 726 б; Худаярова М.Т. Ўзбек тилидаги таом номларининг лингвистик таҳлили (Қорақалпоғистон худуди материаллари асосида). Филология фанлари номзодлиги учун дис. Автореферати, 2008. – Б. 20.

<sup>130</sup> Джикия Н.П. Культура питания грузинских горцев (по этнографическим материалам). – Тбилиси: Мецниереба, 1988. – 135 с.; Тапиров В.Н. Еда // Мифы народов мира. – М., 1980. Т. 1. – С. 427-429; Савуров М. Дўнгон таомлари. – Т., 1989. – Б. 8-16; Листова Н.М. Пища в обрядах и обычаях // Календарные обычаи и обряды в странах зарубежной Европы. – М., 1983. – С. 161-173; Соловьева О.А. К вопросу о роли плова как знака власти // Лавровские (Среднеазиатско-Кавказские) чтения, 1998–1999 гг. – СПб., 2001. – С. 41–43;

<sup>131</sup> Хохлачев В.В. О чае. – Т., 1991. – 168 с; Абашин С.Н. Чай в Средней Азии: История напитка в XVIII – XIX веках // Традиционная пища как выражение этнического самосознания. – М., 2001.

<sup>132</sup> Фрезер Дж. Золотая ветвь: Исследование магии и религии. – М., 1983. – 703 с.

<sup>133</sup> Шаниязов К.Ш. Одежда и пища // История Узбекистана. Т. 3. (XVI – первая половина XIX века). – Т.: Фан, 1993; Джаббаров И.М. Ремесло узбеков Южного Хорезма в конце XIX-начале XX в. (историко-этнографический очерк) // Занятия и быт народов Средней Азии. – Л.: Наука, 1971. – С. 72-146; Он же. Узбеки: жизненный уклад и культура. – Тошкент: Ўқитувчи, 2003. – 207 с; Абдуллаев У.С. Этнические и иноэтнические элементы в узбекских традиционных блюдах // Межэтнические процессы в Ферганской долине. – Ташкент, 2005. – С. 112-142; Аширов А.А. Древние религиозные верования в традиционном быту узбекского народа (по материалам Ферганской долины). Автореф. дисс. д.и.н. – Ташкент, 2008; Зунунова Г.Ш. Этнические процессы в материальной культуре // Этнокультурные процессы в современном поликультурном городе (на материалах Ташкента). – Т., 2011; Зунунова Г.Ш., Назаров Р.Р. Трансформация пищи в современный период // Узбеки. – М.: Наука, 2011. – С. 337. – 341 с.; Назаров Р.Р., Юнусова Д.М., Алиева В.Р. Трансформация традиционной системы питания населения Узбекистана в XX веке // VI Конгресс этнографов и антропологов России. – СПб.: МАЭ РАН, 2005.

<sup>134</sup> Дўстжонов Б.А. Хоразм таомлари. – Тошкент: Ўзбекистон, 1994. – 88 б.

М.Т.Джуманиязовой, У.И.Абдуллаева и Б.М.Абдримова, освещающие виды и приготовления традиционных блюд оазиса,<sup>135</sup>.

В годы независимости осуществлен целый ряд работ относительно изучения проблемы в области этнологии. В частности, использованы сведения из исследований материальной культуры, традиционных блюд населения различных регионов Узбекистана (города Ташкента, Ферганской долины, Сурханской долины), связанных с ними обычаях и обрядах, народных верований, где важное место занимают обрядовые блюда, для освещения в сравнительном плане изучаемой проблемы и ее методологических основ<sup>136</sup>.

В освещении темы, согласно методу межпредметного подхода, использовались исследования археологов, лингвистов и фольклористов, исследованы сведения, касающиеся традиций и обрядов, связанных с блюдами в социальной жизни населения оазиса, а также их генезиса<sup>137</sup>.

Согласно историографическому аспекту, письменные источники, исторические и этнографические сочинения периода до начала XX века имеют краткий описательный характер, так что раскрыто, что в них в полной мере не отражен вопрос о традиционном питании населения Хорезма. Так как в советский период этнография развивалась институционально, была широко освещена тема традиционного питания. Проанализировано, что хотя в это время был изучен исследователями вопрос о кухне и блюдах различных регионов, культура питания населения Хорезма и ее своеобразные экологические и локальные свойства не были особо изучены в этнологическом аспекте. Хотя общий анализ изысканий зарубежных исследователей показывает наличие множества теорий, связанных с рационом блюд, правильным питанием, в них не изучались в виде специальной проблемы в этнологическом аспекте традиционные блюда населения оазиса, их виды, особенности приготовления и целебные свойства, культура питания. Общий обзор изученных исследований показывает, что вопрос традиционного питания узбеков Хорезма

---

<sup>135</sup> Жуманиёзова М.Т., Абдуллаев Ў.И., Абдримов Б.М. Хоразм анъанавий таомлари тарихидан. – Тошкент: YANGI NASHR, 2015. – 128 б.

<sup>136</sup> Исмоилов Х. Ўзбек тўйлари. – Тошкент, 1994. – 140 б.; Насриддинов Қ. Ўзбек дафн ва таъзия маросимлари. – Тошкент: Мерос, 1996. – 144 б.; Махмуд Саттор. Ўзбек удумлари. – Тошкент: Фан, 1993. – 221 б.; Арифханова З.Х. Современная жизнь традиционной махалли Ташкента. – Ташкент, 2000. – 30 с.; Она же. Тошкент ўзбекларининг озиқ-овқати // Тошкент маҳаллалари: анъаналар ва замонавийлик. – Тошкент: Янги аср авлоди, 2002. – Б. 104-113; Арифханова З.Х., Зунунова Г.Ш. Обрядово-ритуальная жизнь узбеков Ташкента в условиях независимости. – Ташкент, 2006. – 92 с.; Зунунова Г.Ш. К вопросу о ритуальной обрядности узбеков // История Узбекистана. – Ташкент, 2002. – № 1. – С. 72-78; Абдуллаев У.С. Фаргона водийсида этнослараро жараёнлар (XIX – XX аср бошлари). – Тошкент: Янги аср авлоди, 2005. – 216 б.; Файзуллаева М.Х. Ўзбек таомлари билан боғлиқ анъаналар (Сурхон воҳаси мисолида). – Тошкент: YANGI NASHR, 2010. – 160 б.

<sup>137</sup> Аскарлов А.А. Археологические материалы по истории земледелия в Узбекистане // Хозяйственно-культурные традиции народов Средней Азии и Казахстана. – М., 1975. – С. 95-101; Он же. Ўзбек халқининг этногенези ва этник тарихи. – Тошкент: Университет, 2007. – 339 б.; Икрамова Н.М. Узбекская кулинарная лексика. – Т., 1989. – 68 с.; Мирзаев Н. Ўзбек тили этнографизмларининг изохли дугати. – Тошкент: Фан, 1991. – 119 б.; Саримсоқов Б. Ўзбек маросим фольклори. – Тошкент: Фан, 1986. – 213 б.; Жўраев М. Ўзбек мавсумий маросим фольклори. – Тошкент: Фан, 2008. – 291 б.

комплексно не изучался в качестве объекта специального исследования, а его локальные стороны не освещены в системном плане.

Вторая глава диссертации называется **“Приготовление традиционных блюд Хорезма: анализ традиций и обычаев”**. Здесь проанализированы зерновые культуры оазиса и готовящиеся из них блюда, местные особенности их потребления, обычаи, связанные с блюдами, которые готовятся из мяса и молока, а также традиции приготовления кондитерских изделий, различных соков.

В регионе из зерновых культур выпекают, в основном, такие виды хлеба, как *чурак*, *улли нон*, *кадили (тыквенный) нон*, *гашир (морковный) нон*, *зогора нон* и др. Определено, что один из них *чурак* в каракалпакском языке используется в форме *шөрөк*, в туркменском языке – *чўрек*, в киргизском – *чурек*. Еще один часто приготавливаемый вид хлеба в Хорезме *улли нон (большая лепешка)* также встречается в рационе узбеков, проживающих в Туркмении и Каракалпакстане. Проанализировано, что он употреблялся исходя из возраста членов семьи, их желаний и вида пищи.

*Зогора нон* готовится из кукурузной муки, богат полезными веществами, и рекомендуется, в основном, при заболевании сахарным диабетом. В Хорезмском оазисе *зогора нон* пекли, в основном, в зимние месяцы, так как он нелегко переваривается организмом. Но сейчас он употребляется крайне редко.

В Хорезме имеются виды хлеба, готовящиеся с добавлением в пшеницу тыквы и моркови, которые именуются *кадили нон* и *гаширли нон*<sup>138</sup>.

Вид хлеба в оазисе *патир* произошел от арабского слова *ал-фатир* и означает “пресное, неквашеное”<sup>139</sup>. В отличие от видов патира Ташкента, Ферганы, Кашкадарьи и Самарканда, в Хорезме он готовится из бездрожжевого теста. *Патир* упомянут первоначально в “Авесте” в виде “бездрожжевого, куска белого хлеба дрвана”<sup>140</sup>.

На основе социального анкетирования было определено, что в настоящее время в регионе вид патира с начинкой из помидоров называется *қизил патир*, с мясной нарезкой – *этли патир*, а также во множестве готовятся такие виды, когда фарш закладывается внутрь при раскатывании теста, готовое тесто раскатывается и складывается с *фаршевой начинкой, выпекается с очередной раскаткой*.

Помимо этого, в Хорезме имеется такая хлебная продукция, как *қатлама*, *бўғирсоқ*, *пўссиқ*, *таъва*, *чалпак*, многие из этих блюд готовятся при проведении определенных торжеств или обрядов. Один из его повседневных видов, при котором между слоями закладывается лук, называется *пиезли қатлама*. Слово *қатлама* в староузбекском языке означает “слой”, “вязанка”. В словаре Махмуда Кашгарского приводится в

<sup>138</sup> Полевые записи. Кушкунпырский туман поселок Катаган. 2018 год.

<sup>139</sup> Ўзбек тилининг изоҳли луғати. – Тошкент: Ўзбек миллий энциклопедияси. III жилд., 2007. – Б. 237.

<sup>140</sup> Авесто. Асқар Маҳмад таржимаси. – Тошкент: Шарқ, 2001. – Б. 319.

виде *қатма*<sup>141</sup>, в сочинениях Алишера Навои – *қатлама*<sup>142</sup>, в “Келурнаме” – *қатлама*<sup>143</sup>. Қатлама популярна у многих народов Средней Азии, в узбекском литературном языке представлен в форме *қатлама*, *юққа*, в туркменском языке – *гатлама*, у долинных туток – *чевати*, у курама – *юқма*.

Одним из древнейших приготавливаемых и ныне видов хлебной продукции является *бўғурсақ*, который в Хорезме готовится из пшеничной муки в форме ромба, что является символом плодородия<sup>144</sup>. В Хорезме женщины готовят бугурсак во имя избежания жизненных невзгод, в качестве милостыни, а также при совершении паломничества. Кроме названных случаев, бугурсак готовят и раздают соседям при рождении ребенка, на празднестве по случаю обрезания мальчика, на других торжественных мероприятиях и обрядах. На территории Бухары, Самарканда, Кашкадарьи и Сурхандарьи он имеет аналогичную форму, во многих районах Ташкента и Ферганской долины имеет округлую или прямоугольную форму<sup>145</sup>. У каракалпаков накануне свадьбы готовят бугурсак из два мешка муки, в процессе которого проводится обряд под названием “кепкыр кўйди”, вызывающий большую радость. Бугурсак у каракалпаков готовят и при похоронах, когда соседи совместно готовят бугурсак и выставляют на дастурхан<sup>146</sup>.

Одним из видов хлебной продукции с общетюркским названием является *пўссиқ*, он готовится под этим названием с древних времен по наши дни. Кроме того, в Хорезме имеется хлебная продукция, напоминающая блинчик и именуемая *таъва*. *Чалпак* также относится к общетюркскому языку, который в отдельных местах республики называется *юққа* или *чўзма*<sup>147</sup>.

Из теста в Хорезмском оазисе готовили такие традиционные блюда, как *уноши*, *шувит оши*, *сиқмон*, *курдик*, которые отличались от подобных блюд других регионов методами приготовления, локальными особенностями и названием. В частности, готовящееся в регионе блюдо *уноши* в тюркских этнических группах звучит в форме *шулла*, у персоязычных таджиков – *оши угро*, таджиков Верхнего Зерафшана – *оши тўппа*, ферганцев – *ун оши*<sup>148</sup>, населения Верхней Туркмении – *унаш*<sup>149</sup>. Если в Сурхандарье это блюдо готовят в целях “исцеления больного”, а в отдельных кишлаках Ферганской долины для “предотвращения

<sup>141</sup> Махмуд Кошғарий. Девону луғотит турк...Т.І. – Б. 140.

<sup>142</sup> Алишер Навоий асарлари тилининг изоҳли луғати... – Т. IV. – Б. 22.

<sup>143</sup> Чингий М.Ё. Келурнома... – Б. 92.

<sup>144</sup> Снесарев Г.П. Хоразмликларнинг мусулмонликдан аввалги маросимлари ва урф-одатлари... – Б. 220.

<sup>145</sup> Шаниязов К.Ш., Исмаилов Х.И. Этнографические очерки материальной культуры узбеков конец XIX – начало XX в. – Ташкент: Фан, 1981. – С. 108.

<sup>146</sup> Полевые записи. Республика Каракалпакстан город Беруний улица Бустан. 2020 год.

<sup>147</sup> Шаниязов К.Ш., Исмаилов Х.И. Этнографические очерки материальной культуры узбеков конец XIX – начало XX в. – Ташкент: Фан, 1981. – С. 108.

<sup>148</sup> Абдуллаев У. Фарғона водийсида этнослараро жараёнлар... – Б. 125; Шаниязов К.Ш. О традиционной пище узбеков // Этнографическое изучение быта и культуры узбеков. – Ташкент, 1972. – С. 102.

<sup>149</sup> Василева Г.П. Преобразование быта и этнические процессы в северном Туркменистане. – М.: Наука, 1969. – С. 242.

летального исхода”<sup>150</sup>, то в Хорезме, данное блюдо с пожеланием “*пусть его жизнь будет такой же долгой*” готовят, когда новорожденному исполняется пять дней, и раздают соседям.

Достоинство одного из традиционных блюд Хорезма *шивитоши* перед аналогичными блюдами заключается в том, что здесь в большом количестве употребляется укроп. Одним из старинных блюд в оазисе считается *сиқмон*. Свое название блюдо получило благодаря кусочкам теста, выдавливаемым сквозь пальцы посредством сжатия. Готовится блюдо из муки джугары.

Блюдо *курдик* готовится из джугаровой муки – *жуян курдик* или пшеничной муки – *узма курдик* или *қайиши курдик*. *Жуян курдик* – *узма жуян курдик* называют еще и потому, что тесто отрывают небольшими кусочками и кладут в бульон. Аналогичное блюдо из джугары есть у каракалпаков *жүўери гүртик*. Блюдо из пшеничной муки называется *узма*, *утма* или *узма курдик*. Тесто для *қайиши курдик* раскатывается очень тонко, имеет четырехугольную форму, отправленное в кипящий бульон, оно быстро готовится. Существует вид лапши, приготавливаемый в кипящей воде и сдобренный молочным продуктом, называется *қатиқа қайиши* или *оқли қайиши*<sup>151</sup>. Слово *қайиши* имеет тюркские корни, происходит от слова “кайишиб” (последовательный).

Особое внимание среди традиционных блюд Хорезма из теста привлекают *барак* (пельмени), *гумма* и *сомса*. Первое блюдо, с начинкой из мяса, яиц или зелени, является одним из излюбленных и популярных у хорезмийцев, оно относится к традиционным ритуальным блюдам. В Хорезме существует большое разнообразие пельменей: *ушоқ барак*, *юмурта барак*, *қўтир барак*, *кади барак*, *гўк барак*, *ўвуз барак*, *тухум барак*.

Самым массовым и излюбленным видом пельменей является *ушоқ барак*, который означает “маленький” и готовится из мясного фарша. Пельмени, употребляемые с бульоном, у населения называются *шўрвага барак*, сдобренные простоквашей *қатиқа барак*. Одно из старинных блюд хорезмской кухни *юмурта барак* считается царем традиционной кухни, имеет вид полумесяца, с начинкой из куриных яиц<sup>152</sup>. Если в него добавляется фарш, называют *қутир барак* и его начинка состоит из баранины и курдючного сала, форма тоже в виде полумесяца. Для *натар барак*, который готовится аналогично и сходен с *қутир барак*, не обязательно использование баранины и курдюка, можно готовить из говядины с добавлением яиц и растительного масла<sup>153</sup>. Пельмени с начинкой из тыквы называются *кади барак*, из клевера – *гук барак*. Пельмени, приготовленные из молозива, называют *увуз барак*. Пельмени

<sup>150</sup> Аширов А.А. Ўзбек халқининг қадимий эътикод ва маросимлари... – Б. 167.

<sup>151</sup> Полевые записи. Кушкуньырский район кишлак Хайрабад. 2019 год.

<sup>152</sup> Из элементов нематериального культурного развития по Хорезмскому оазису блюда *тухум барак* и *қутир барак* включены в репрезентативный перечень к ЮНЕСКО.

<sup>153</sup> Полевые записи. Багатский район махалля Бунёдкор. 2019 год.

из дынных семян называются *тухум барак*.

В Хорезме одним из питательных традиционных блюд считается *гумма*, название которого имеет общетюркские корни. В оазисе существует несколько разновидностей данного блюда: *ижжон гумма*, *дуграма гумма*, *кади гумма*, *гук гумма*, *печак гўмма*, *олапута гумма*, *шуро гумма*, *ковурилган гумма*, *тандир гумма*, *қопширмо гумма*, а также *қурмуш гумма*.

В регионе, в основном, готовятся такие древние виды *сомсы*, как *гушт сумса*, *кади сумса*, *гук сумса*. Ещё одним древним блюдом региона считается *ёвош*, он напоминает современный лаваш, внутрь тонкого патира вкладывают фасоль, кебаб и жидкий гарнир и заворачивают.

Приготавливаемый из пшеничной муки и сока зародышей пшеницы *сумаляк* употребляется в качестве уникального и целебного блюда. Примерно три тысячи лет тому назад у населения Средней Азии вошло в традицию на празднике Навруз, накануне встречи весны и начала земледельческих работ, готовить *сумаляк*. Традиционное блюдо хорезмийцев *буламиқ* готовится с добавлением молока к муке джугары (белая джугара). Буламиқ, является древним блюдом, в XIV веке в староузбекском языке использовался в форме *буламуқ*<sup>154</sup>. В каракалпакском языке блюдо называется *быламық*, в туркменском *буламақ*. В труде Махмуда Кашгари отмечено, что слово *буламоқ*<sup>155</sup> имеет значение “перемешивать, разгребать”.

Очередное старинное блюдо *атала* относится к блюдам с общетюркским названием. Это блюдо имеет ритуальный характер, готовится при рождении ребенка. Из клевера, кукурузной или пшеничной муки в Хорезме готовят сезонное блюдо *илдирма*. Оно употребляется с хлебом, оттого и получило соответствующее наименование, однако это блюдо не рекомендуют людям с высоким давлением<sup>156</sup>. Традиционное блюдо *гўжа* (*суп из сорго*) употребляется с добавлением простокваши или айрана. Несдобренная *гужа* может несколько дней храниться в холодильнике.

Из блюд, приготавливаемых из риса, на первом месте стоит *плов*<sup>157</sup>. Название является заимствованием из персидско-таджикского языка, в регионе готовится с использованием желтой моркови. В Хорезме существуют следующие виды плова: *палов*, *чалов* и *сузьма*. В частности, *сузма палов* готовится, в основном, на свадьбах, и в связи с тем, что рис замачивается для него, это блюдо отличается быстрым перевариванием в отличие от других видов плова, а *чолов* (в Хорезме его еще называют *хон палов*) готовят с добавлением костного жира и баранины, поэтому при его

<sup>154</sup> Фазилов Э. Староузбекский язык Хорезмские памятники XIV века. – Т., 1966. – С. 275.

<sup>155</sup> Махмуд Кошгарий. Девону луғотит турк... Т. III. – Б. 286.

<sup>156</sup> Полевые записи. Кушкूपырский район поселок Катаган. 2020 год.

<sup>157</sup> В 2016 году включен в репрезентативный перечень “Культура и традиции плова” нематериального культурного наследия человечества ЮНЕСКО.

употреблении необходимо знать меру. Домашний плов готовится в любое время года, и имеет две разновидности: *из замоченного риса* и *обычного*.

Кроме того, определено, что в регионе существуют виды плова с добавлением *чеснока, кишмиша, айвы* или *репы*. Помимо этого, в оазисе имеются такие виды плова, как *қорин палов, товуқ палов, зигирик палов, ўпка гўштли палов*.

Одним из блюд из риса, готовящихся в регионе, является *сутбурунчи*, которая почитается населением как “похлебка пророка”. Сутбурунчи в зависимости от вкусовых пристрастий может употребляться с гарниром или с маслом.

Название одного из традиционных блюд Хорезма *шавла* встречается в источниках в форме *шолэ*<sup>158</sup>, что означает “блюдо из риса”. Так как шавля является блюдом, долго сохраняющим в себе тепло, из него готовится и “кам шавля”. Блюдо Хорезма *қорма* наименование получило потому, что готовилась как ритуальное блюдо, в основном в благотворительных целях для соседей, знакомых, родственников, для бедных и обездоленных. *Қорма* готовилась быстрым разгребанием риса, потому и получила соответствующее название.

Были в рационе питания хорезмийцев блюда из бобовых культур: *мошова, кадили мошова, мошкичири*.

В данной главе широко освещено приготовление в Хорезме из мяса *первых, вторых* и *холодных блюд*, которые отличаются многообразием.

В особенности, *кавоб* в Хорезме означает “прожаренный”, имеет такие виды, как *қозон кабоб, сетка кабоб, жигар, буйрак кабоб, ижжон кабоб, товуқ, бедана* и *балиқ кабоб* и потребляется с большим удовольствием. Приготавливаемое в Хорезме блюдо *жагир-бузир* свое название получило от таджикского слова *жигар-багир*. В народной медицине данное блюдо рекомендуется людям, имеющим проблемы с печенью и почками.

В Хорезме из мяса готовятся *первые блюда*, в частности, *шурпа*, где мясо нарезается на мелкие кусочки и варится. Данное слово в произведениях Махмуда Кашгарского и Шамсиддина Соми приводится в форме *чурпа*<sup>159</sup>. Для наиболее характерной для региона *осма шурва* выбирается, в основном, коленная кость, если она употребляется со свежееиспеченным патиром, то обретает особое локальное свойство.

Одним из уникальных традиционных блюд Хорезма считается *калла шўрва*. В народной медицине этому бульону приписывают свойства, полезные для головного мозга, и как разжижающее кровь, поэтому при его употреблении, человек потеет<sup>160</sup>. От этого в народе существует изречение: “*Вспотел, словно выпил калла шўрва*”. Кроме того, в Хорезме из фарша готовят такие блюда как *ижжон шўрва (тефтели)*, заворачивая в капусту или болгарский перец – *дулма (голубцы)*.

<sup>158</sup> Худаярова М.Т. Ўзбек тиладиги таом номларининг лингвистик таҳлили... – Б. 26.

<sup>159</sup> Икрамова Н.М. Узбекская кулинарная лексика. – Ташкент, 1989. – С. 47.

<sup>160</sup> Полевые записи. Кушкूपырский район посёлок Катаган. 2018 год.

В Хорезме имеется большой опыт в приготовлении *холодных закусок*. Холодное блюдо *қатти қовурдоқ* представляет собой консервированное мясо<sup>161</sup>.

Одним из деликатесов, которые готовят при забое крупного рогатого скота или барана считаются *қорин, туш, дил*. Помимо этого, холодное блюдо *ижжон* из рубленого мяса, не встречающееся у других народов. Хивинцы в приготовлении этого блюда достигли высокого мастерства. У человека, попробовавшего впервые *ижжон* может сложиться впечатление, что мясо сырое, но хивинцы называют его “*не сырое, а готовое мясо*”, так как оно прошло тщательную обработку. Раньше было известно блюдо *қоқ гүйит*. В “Словаре тюркских наречий” это блюдо называется *язуқ эт*.

В Хорезме существуют разнообразные виды рыбных блюд, которые готовятся способами *қовурма, суюқ шўрва, димлама, кабоб* и *холодная закуска*, а также употребляются в вяленом виде. В частности, из таких видов рыб, как *сазан, зогора, сувган, лаққа, учарбалиқ, судак, товон балиқ, чўртан балиқ*<sup>162</sup>, умело готовят такие блюда, как *қовурма балиқ, балиқ увилдириқ, димлама балиқ, қорма балиқ*. В народной медицине ранее использовали блюда из *сувгана, сазана*. Если бульон из сазана готовился для людей с больной печенью, то суп из *сувгана* использовали для укрепления организма и зрения<sup>163</sup>.

Кроме того, в Хорезмском оазисе существует большое количество блюд, приготовляемых из куриного мяса и яиц. Эти блюда могут быть вареными, жареными, приготовленными на пару с использованием сливочного масла, на гриле и в виде *кебаба*.

В разряд жидкой молочной пищи оазиса следует отнести *сутоши, сутли атала, огиз оши, қатиқли гўжа оши, қатиқли мошхўрда, чолоп*, к густой молочной пище – *сутбурунчи* и блюдо из риса, сдобренное простоквашей.

Благодаря сухому и жаркому климату, население предпочитает употреблять чай и различные фруктовые соки. Среди множества видов сока наиболее популярными являются *абрикосовый, из кураги, тутовый, арбузный, гранатовый, виноградный, яблочный, морковный, свекольный* и др.

В производстве кондитерской продукции у населения Хорезма накоплен своеобразный локальный опыт. С древности кондитеры умели готовить такие сладости, как *нуқул, печак, пешмак, нишоло, ҳолва, лабзина, новот, мураббо, шинни, пақлама, куштили*<sup>164</sup>. Некоторые кондитерские изделия использовались в качестве обрядовых. Так, *нуқул, печак, пешмак,*

<sup>161</sup> Полевые записи. Город Хива махалля Кумёска. 2019 йил.

<sup>162</sup> Вид рыбы под названием *сувган*, которую издавна любили и употребляли в пищу хорезмийцы и которая описывается в источниках как очень вкусная, сейчас встречается редко. Полевые записи. Багатский район махалля Галаба. 2019 год.

<sup>163</sup> Полевые записи. Шаватский район махалля Дустлик. 2019 год.

<sup>164</sup> Мухаммад Алихон Гофур. Хоразм сафари кундаликлари (Эрон элчисининг хотиралари. XIX аср). – Тошкент: Фан, 2005. – Б. 147-150; Исмоил Мирпанжи. Асирликдаги хотиралар. – Урганч: Хоразм, 1997. – Б. 61.

*лабзина* и *нишола* чаще всего употребляли в священный месяц рамадан, *ҳолвайтар* - на поминках и религиозных мероприятиях, *навват* являлся повседневной сладостью, являлся обязательным на свадебных и других торжественных мероприятиях.

Хивинцы обладают своей традиционной выпечкой, наиболее популярной из которых являются *пақлама* и *қуштили*. *Пақлама* готовится из семи слоев раскатанного теста со вкладыванием *межана*, сверху обмазывается медом или патокой, в Кушкупыре и Шавате *қуштили* является “символом изобилия и сладкой жизни”.

Третья глава называется “**Экологические особенности традиционного питания и опыт по сохранению продуктов питания**”. В этой главе освещены экологические свойства в традиционном питании, сельскохозяйственная и садовая продукция, выращиваемая в оазисе, их виды и лечебные свойства. Кроме того, здесь проанализирован опыт, касающийся домашней утвари, связанной с приготовлением блюд в регионе, а также с хранением продуктов питания.

В частности, если выращиваемые в Хазараспском тумане такие виды яблочек, как имеющие белую, зеленую, красную, розовую, желтую окраску, а также сорта “*Ҳазорасп*” (яблоко *Карвак*), “*Беш юлдуз*”, “*Қизил олма*” часто употреблялись в начале XX века, то с середины XX века получили широкое распространение сорта *ренет*, *семиренок*, *бельфлер*, *китайка*, *красный железняк*, *розмарин*<sup>165</sup>. Яблоко считается плодом, обладающим магическими свойствами, о нем имеются сведения в преданиях, легендах и народных дастанах<sup>166</sup>.

В Хорезме выращивают и употребляют такие сорта винограда, как *хусайни*, *тоифи*, *кора кишмиш*, *ок кишмиш*, *маска* и *хирмони*. Также потребляют в виде сухофруктов, кишмиша, изюма, сока, компота, уксуса. Обосновано, что виноград используется в качестве панацеи от всяческих болезней<sup>167</sup>.

Плод айвы, называемый в Хорезме *бейи* употребляется в свежем виде, а также в виде *дулмы*, *варенья*, *компота*. В Хорезме широко распространено добавление айвы в *плов*, что придает блюду определенную мягкость. Айву используют для лечения сильного кашля, в плоде делается углубление, куда вливают мед и держат определенное время на пару. Айвовое варенье считают эффективным при лечении анемии<sup>168</sup>.

В Хорезме выращивают такие сорта груш, как *нашпути* и *олмурут*. В оазисе некоторые дехкане прививают его с айвой. В результате айва получается мягкой, обладает своеобразным вкусом, хорошо сохраняется в зимний период и очень полезна при запоре, что раскрыто на основе полевых записей<sup>169</sup>.

<sup>165</sup> Полевые записи. Хазараспский район посёлок Карвак. 2018 год.

<sup>166</sup> Рўзимбоев С., Собирова Н. “Авесто” мифологияси ва Хоразм фольклори. – Урганч, 2001. – Б. 13.

<sup>167</sup> Полевые записи. Хазараспский район махалля Ок майдон. 2019 год.

<sup>168</sup> Полевые записи. Город Ургенч махалля Навруз. 2019 год.

<sup>169</sup> Полевые записи. Город Ургенч 3-микрорайон дом 27 квартира 13. 2020 год.

Выращивают в Хорезме *илиштирик (боярышник)*, который имеет красный цвет, отличается сладким вкусом и обладает успокоительными свойствами. Боярышник в качестве средства от сглаза сажали при входе в дом, у тандыра, его ветви вывешивали над дверью, прикрепляли к детской одежде в качестве амулета<sup>170</sup>.

Плод джиды, именуемый в Хорезме *ийда*, используется и в форме *икда*, *игида*. Ветви джиды, срезанные и очищенные от листьев юношами, в виде “чамана” используются в Хорезме в обрядах, связанных с обрезанием. Кроме того, весной один из старших членов семьи сажал в поле джидовое семя до начала посева, этот приём был связан с идеей плодородия.

Плод абрикоса, именуемый в Хорезме *арик*, используется в качестве сухофрукта. Из абрикосовых ядрышек готовят *ҳалву* и *нуқул*. Абрикос употребляется в виде компота, сока, отвара, варенья, в сухом виде, в виде *туршак*, а некоторые предпочитают добавлять его в *уноши*, *шавлю*. Персики в Хорезме представлены такими видами как *тукли шафтоли*, *шалили*, *оқ*, *сарик шафтоли*, *анжир шафтоли*. Слива в Хорезме называется *оли*, имеет следующие виды *қораоли (тўқ сафсар)*, *танасгул (қизилсултон* или *қизгиш)*, *кўкиш (кўксултон)*. Вишня *чия*, имеет мелкие плоды, красноватого или желтого оттенка. В диссертации отмечено, что в народной медицине все эти виды используются в лечебных целях.

Гранат как атрибут Анахиты упоминается в “Авесте”<sup>171</sup>, в священном Коране приводится в ряду ценных плодов<sup>172</sup>, в народных песнях гранат всегда упоминается вместе с яблоком<sup>173</sup>. Определено, что данный плод хорошо сохраняется, употребляется в качестве *сухофрукта*, *сока*. Сладкий гранат очищает организм, а кислый помогает при болезнях желудка, при высокой температуре. Кроме того, гранатовая кожура (отвар) помогает при диарее и болях желудочно-кишечного тракта<sup>174</sup>.

В Хорезме, в основном, выращивается *желтый инжир*. Плод *инжира* употребляется в свежем виде, в виде *варенья*, в сушеном виде. Из его плодов готовят отвары и напитки, которые используют для лечения кашля, коклюша, ларингита и бронхита, для обильного потоотделения при простуде, а также в качестве жаропонижающего средства. На основе полевых записей установлено, что при добавлении сушеного инжира в кипяченое молоко получается напиток против кашля<sup>175</sup>.

В регионе произрастают такие виды тутовника, как *оқ тут* (иногда используются и наименования *балиқ тут* или *балқи тут*) и *шотут* (среди населения называют *шолтут*). Тутовник употребляют как в только что сорванном виде, так и сушеным (*тутовый изюм*).

<sup>170</sup> Полевые записи. Кушкूपырский район посёлок Катаган. 2019 год.

<sup>171</sup> Снесарев Г.П. Реликты домусульманских верований и обрядов узбеков Хорезма. – М., 1969. – С. 198.

<sup>172</sup> Абдулазиз Мансур. Куръони Карим маъноларининг таржимаси. – Тошкент: Тошкент Ислон университети, 2001. – Б. 146.

<sup>173</sup> Рўзимбоев С., Собирова Н. “Авесто” мифологияси ва Хоразм фольклори. – Урганч, 2001. – Б. 14.

<sup>174</sup> Полевые записи. Гурленский район посёлок Вазир. 2020 год.

<sup>175</sup> Полевые записи. Гурленский район посёлок Хизир-эли. 2018 год.

Морковь *гашир* и лук используются во многих блюдах, особенно, в плове. В диссертации указывается о том, что, по словам информантов, при воспалении верхних дыхательных путей, бронхите, кашле необходимо употребить морковный сок, смешанный с медом (вечером, ибо он вызывает пототделение), либо сок смешать с молоком (можно пить и в дневное время), что тоже дает хороший эффект. Кроме того, рекомендуют есть морковь при изжоге, морковный сок же способствует усилению роста<sup>176</sup>. Первые побеги лука в оазисе называют *нушпиёз*, он употребляется в сыром виде в салатах, а также в засоленном и маринованном виде. Лук используется в приготовлении как жидкой, так и густой пищи, в запеченном тесте, вареном виде. Информаторы отмечают, что луковый сок полезен при выпадении волос, кровотечении носа, при лечении ангины и воспалении дыхательных путей. Помимо этого, на основе полевых записей установлена польза *нушпиёз* в период прорезывания зубов у ребенка<sup>177</sup>.

В некоторые блюда добавляют свеклу, которая употребляется в печеном, вареном виде и приготовленном на пару. Свеклу используют в салатах, из нее готовят патоку *шинни*. Свекла благотворно влияет на укрепление сосудов, стабилизирует кровяное давление<sup>178</sup>. Репу, в основном, используют в бульоне, готовят на пару, употребляют в охлажденном виде, она считается сильным средством против простуды. Сок *репы* вместе с сахарным песком или медом считается средством против кашля. В Хорезме *редьку* используют, в основном, в сыром виде, нашинковав и сбрызнув уксусом, либо добавляют в салаты богатые питательными элементами. Если сделать в редьке углубление, влить туда мед, то получившийся настой можно употребить утром натощак для удаления мокроты<sup>179</sup>.

В Хорезме существуют следующие сорта дынь: *хандалак*, мясистые летние сорта, твердые летние сорта, осенне-зимние сорта, такие сорта как *Бешак*, *Шакарпора*, *Гулоби*, *Заргулоби*, *Лаззатли*, *Олахамма* (они входят в категорию дынь с твердой оболочкой), как отмечено в диссертации, считаются экспортными. А также *харуз* (арбуз) широко употребляется в регионе, здесь выращиваются такие его виды, как *қора тарвуз* и *ола тарвуз*. Тыква *кади* или *қовоқ* имеет следующие виды: *бол кади*, *салла кади*, *палов кади* и употребляется сваренная в воде, молоке, на пару, добавляется в жидкую и густую пищу. Население предпочитает употреблять тыкву в охлажденном виде, кроме того, из нее готовят *пельмени*, *сомсу*, *чебуреки*, *димламу*, *тыквенный хлеб* и *шурпу*.

В исследовании отмечено, что проникшие в регион результате миграционных процессов и торговых отношений посредством русских крестьян и кулинаров *картофель*, *капуста*, *помидоры*, *болгарский перец*, хорошо усвоены.

---

<sup>176</sup> Полевые записи. Янгибазарский район посёлок Намуна. 2020 год.

<sup>177</sup> Полевые записи. Хивинский район махалля Шихлар. 2018 год.

<sup>178</sup> Полевые записи. Ургенчский район посёлок Чаккашоликор. 2018 год.

<sup>179</sup> Полевые записи. Город Хива махалля Кухна Арк. 2020 год.

В оазисе пряности и специи тоже широко используются. В частности, в Хорезме *тмин* добавляют в *мясной фарш*, во вторые блюда, используют при мариновке кебаба, приготовлении различными способами мяса, например, отмечено, что соленое мясо, посыпанное тмином, может храниться целую неделю, поэтому тмин называют “природный холодильник”<sup>180</sup>.

В регионе красный перец, называемый в Хорезме *ажжи бурч* (в Ташкенте *гармдори*, то есть “лекарство, вызывающее жар”), существует в двух видах: *чучук* и *уткир*. *Чучук қалампир* обычно в виде овоща используется в различных блюдах и салатах, консервах, при готовке диетических блюд на пару, *уткир қалампир* полезен при лечении ревматизма, радикулита. Высушенная часть плода *перца*, который в Хорезме именуется *бурч*<sup>181</sup>, определяется как *қора бурч* и используется при мариновке овощей, засаливании капусты и томатов. Перемолотый перец называется *оқ мурч*, его добавляют в салаты, холодную рыбу, жидкую кашу, *шурпу*, во вторые блюда, заправляют фарш.

В составе *шафрана* имеется сильнодействующее эфирное масло, которое вызывает острый запах. Раньше его добавляли в варенье, *плов*, в *чай*, который пили с медом или *навватом*. В работе освещено что хорезмские женщины отмечают пользу шафрана при приближении родов, в начале родовых схваток<sup>182</sup>. *Анистакже* заваривается в чайнике, этот чай предлагают разрешившейся от бремени женщине, так как он одинаково хорошо действует и на детский и на взрослый организм. И его можно потреблять во весь период грудного кормления<sup>183</sup>.

Отмечено, что из клевера, который в Хорезме именуется *гўк*, *йўринжа*, готовят *илдирма*, *гўк сўмса*, *гўк барак*, *гўк гўмма*, однако люди с повышенным кровяным давлением должны в малом количестве употреблять его. Из шпината готовят *сомсу*, *пельмени*, *гумма*, но *илдирму* не готовят. Проросшую *шўра* или *олапўта (марь)* добавляют в зелень, а *отқулоқ*, используется и в качестве свежей зелени. *Портулака огородного (семизўт)* собирают до цветения, рубят, используют для приготовления бульона *ёгли шўрва*.

Из *укропа* готовят *шивитоши*, вместе с другой зеленью укроп добавляют в *кукатли сомсу* и *чучвару*. В оазисе широко используют *йилвўй (мята)* и *райхан (базилик)*. *Йилвўй* обычно добавляют в чай, а *райхан* добавляют в *чай*, *айран*, *шурпу*. Слово *райҳон* в древнем арабском языке означает “приятное растение”, на фарси *исфаран*, то есть “постоянная радость”. Сушеные плоды мяты и базилика предохраняют от насекомых-вредителей. *Кийик ўт (сайгачья трава)* имеет еще название *жамбул*, в

<sup>180</sup> Полевые записи. Город Ургенч 3 микрорайон дом 35 квартира 24. 2020 год.

<sup>181</sup> XIX аср Хива давлат хужжатлари (М.Й.Йўлдошев тахрири остида). – Тошкент: ЎзССРФА, 1960. – Б. 54.

<sup>182</sup> Полевые записи. Город Хива махалля Каптархона Хивинский район махалля Шихлар. 2018-2019 годы.

<sup>183</sup> Полевые записи. Гурленский район посёлок Вазир. 2020 год.

основном, добавляется в чай в свежем или сушеном виде, имея целебные свойства в качестве понижения кровяного давления<sup>184</sup>.

В этой главе также освещена утварь, связанная с приготовлением пищи и сервировкой стола, а также поверья, связанные с этим. Отмечено, что, когда впервые устанавливают тандыр, женщины готовят *шур патир* и эта традиция сохраняется и ныне. Необходимая для выпечки хлеба утварь *супра*, *енгса* (*енглик*), *рапида* (необходима для установки хлеба в тандыр), *тикач* (*чакич*), *йўғич* (*жўва* или *кичик ўқлов*) заворачивалась отдельно, а проем тандыра, чтобы “всегда был обилён”, прикрывался. В Хорезме почитался не только тандыр, но и очаг, и даже зола. В частности, нельзя было выплескивать воду на огонь или золу. Если выплескивание воды в огонь было связано с культом огня, то обычай запрета выплескивания воды на золу связан с магией защиты от злых духов. В народных песнях Хорезма встречаются термины, связанные с такими элементами культа огня, как очаг, огонь, зола<sup>185</sup>.

В диссертации приведены сведения о такой кухонной утвари, как *казан*, *ложка*, *черпак*, *крышка казана*, *ляган*, *ўқлов*, *чўлти*, *оштахта*, *кели*, *сон* или *куби*, *пишкак*, *қумган*, *силонча* и др. Помимо этого, есть информация о *чайнике*, *пиале*, *кувшине*, *хуме*, способах хранения в них молока, простокваши, мяса, масла, воды и зерновых продуктов. Кухонная и, в целом, домашняя утварь в регионе использовалась не только при готовке и сервировке блюд, но и рассматривалась как предметы, наделенные магическими свойствами покровителя.

Поскольку Хорезм расположен в резко континентальном поясе, то зима здесь очень холодная, а лето – очень жаркое. Поэтому издавна особое внимание уделялось хранению и переработке сельскохозяйственной продукции. В диссертации широко освещен тот факт, что для хранения и переработки продуктов использовались древние способы: *засолка*, *квашение*, *маринование*, *консервация*, *хранение под землей* или в *подвешенном состоянии*, *высушивание*. В оазисе для хранения продуктов отводилась специальная прохладная комната – *талак*. Например, в Хиве раньше для сушки фруктов использовали *полынь* (*шувоқ*). Сейчас это растение встречается редко, поэтому используют *лист инжира*, этот процесс называется *ажжизга босиб қуритиш*.

В особенности, климатические условия способствовали появлению нескольких способов хранения мяса, наиболее распространенным было *поджарка мяса в жире* и *вяление*. Вяленое мясо также имело несколько разновидностей: мясо рубилось на куски, пропитывалось солью и вялилось на солнце, а жир растапливался. Для хранения мяса в сыром виде его хорошенько солили, вялили и хранили в специальных погребах. В оазисе молоко и молочная продукция хранилась в кувшинах с высокой ручкой.

---

<sup>184</sup> Полевые записи. Город Ургенч улица Пахлавана Махмуда. 2018 год.

<sup>185</sup> Рўзимбаев С., Собирова Н. “Авесто” мифологияси ва Хоразм фольклори. – Урганч, 2001. – Б. 10.

Четвертая глава носит название **“Традиции Хорезмского оазиса, связанные с обрядовыми блюдами и столовым этикетом”**. Здесь проанализированы традиционные блюда региона, которые готовились на народных гуляниях, семейных и религиозных обрядах, а также связанный с питанием этикет.

В этой главе освещено, что Хорезмский оазис отличается от других регионов Узбекистана историей таких обрядов, как *“Вахшангом”*<sup>\*</sup>, *“Қизил гул”*, *“Олма отиш”*, проводимыми при этом обычаями, употребляемыми продуктами питания, особым местным колоритом блюд. Например, в период созревания винограда здесь проводились праздники<sup>186</sup>, что подтверждают археологические находки близ Хорезма, Каттакургана и Термеза<sup>187</sup>. Кроме того, после сбора урожая и выпечки из него первого хлеба, забивали скот и проводили обряд *“хирмон тўйи”*, на котором готовили *бугурсак*, *плов*, *шурпу*. С собранного урожая выделяли *“кавсан”*, то есть долю, этот обычай служил укреплению доброты и милосердия, дружбы и солидарности между людьми.

Освещено что одним из самых распространенных обычаев среди народов Средней Азии является *ис чиқариши* (букв. *“распространять запах масла”*), во время которого жарят *бўғирсоқ*. Обычно этот обряд проводится накануне хайита (арафа), *бўғирсоқ* готовят женщины также в случаях, когда в семье произошел несчастный случай, при чьей-то болезни, плохом сновидении, неудаче в делах, до начала какого-либо дела и по другим причинам, и раздается соседям.

Отмечено, что в Хорезме, существуют блюда, которые готовят на похоронных обрядах, а также продукты или блюда, употребление которых в это время запрещено. В частности, в доме покойного три дня не готовят еду. Поэтому пришедшие с соболезнованиями родственники, соседи и близкие люди приносят с собой разнообразную еду. В Хорезме в день похорон готовят семь плоских лепешек *пуссиқ*, со следующего дня – на один меньше, тесто же в течение семи дней должен готовить один и тот же человек. Помимо этого, в Хорезмском регионе на поминках готовят *ҳолвайтар*.

Кроме того, также освещены блюда, готовящиеся на свадебных и семейных торжествах населения оазиса. Например, в регионе при рождении младенца проводится обряд *“гўз ойдин”*. Гостей принято угощать яичницей, на пятый день рождения младенца *“с пожеланием ему долгой жизни”* готовят *уноши* и раздают соседям, готовят *бўғирсоқ*, который раздают детям и соседям. Над колыбелью раскидывают сладости,

---

\* Согласно сведениям Абу Рейхана Беруни, у хорезмийцев в 1 день месяца Испондорможи был хайит, именуемый *“Вахшангом”* и посвященный воде Вахша, Джейхуна. В это день люди купались в водах Джейхуна. Абу Рейхан Беруни отмечает, что подобный праздник был и у иранцев, население Омуля в этот день отправлялось к Хазарскому (Каспийскому) морю и купалось весь день (Беруни. Памятники минувших эпох. Избранное. Т. 1. – Тошкент: Фан, 1968. – С. 260, 282)

<sup>186</sup> Аналогично празднику древних греков *“Дионисии”* и римлян *“Виналии”*.

<sup>187</sup> Қорабаев У. Ўзбекистон байрамлари. – Тошкент: Ўқитувчи, 1991. – Б. 19.

а под подушку кладут кусок хлеба, – все это традиции, исполняемые населением Хорезма испокон веков.

Одним из наиболее распространенных обычаев в Хорезме является действие, когда между ног ребенка, едва начавшего ходить, проводят небольшой свежеспеченный хлеб – *одим чўрак* округлой формы, затем раздают его соседским детям<sup>188</sup>.

В Хорезмском оазисе в свадебные торжествах сваты приносят с собой дастурхан из белой ткани, в который завернуты две или четыре лепешки, сладости (в основном, *рафинад* или *навват*). Начало каждого свадебного обряда сопровождается выпечкой хлеба, этот обряд называется “нон ёпар”. В Хорезме для проведения обряда помолвки “потия тўй” сторона жениха готовит *қатлама*, *чурак* и *патир*, которые родственники жениха приносят с собой в дом невесты. Во время проведения помолвки и других свадебных обрядов, и в доме жениха, и в доме невесты первым блюдом, подаваемым на стол является молоко, сдобренное маслом или *простоквашей*. Молоко и простокваша символизируют светлое, чистое, хорошее, а масло – милосердие, нежность. Во время обрядов помолвки, смотрин жениха, знакомства сватов готовят блюдо *сутбурунчи*.

В день свадьбы в Хорезме мужчины спозаранку начинают готовить *плов*. В обоих домах параллельно начинают угощать этим блюдом. В Ургенче сторона невесты готовит жениху *тўш*. Помимо этого, для жениха и его дружков готовят чойхалта (небольшие мешочки), которые заполняют *куриными яйцами* и различными *сладостями*. В Хиве в день свадьбы проводится обряд “таха ташар”, при котором молодоженам преподносят *воду с навватом* с пожеланием, чтобы их жизнь была “сладкой, как навват”.

Этикет, связанный с питанием, занял свое место в вековых традициях, в частности, в Хорезме, кто бы ни посетил дом, ему протягивают хлеб со слова “отведайте”, кроме того, на основе полевых записей определено, что прибывший гость, хотя перед входом в дом помыл руки, ополаскивает их перед едой и после нее. В домах Хорезмского оазиса на столе хлеб, пиалы выставляют в четном количестве, нечетное число неприемлемо. Нечетное количество может быть только при похоронных обрядах.

В оазисе пищевые продукты охранялись от сглаза, дыхания, обращалось внимание на обязательное покрытие еды, выносимой в другое место, необходимость закупорки посуды, где хранилась вода и еда, нежелательность единоличной трапезы, а также традиции, связанные с распределением пищи среди других. Кроме того, обосновано, что наличие сведений об обычаях, связанных с питанием, зависимости благосостояния семьи от соблюдения определенного этикета, проявлении во внешнем облике человека чудесных качеств, усилении взаимного уважения и участия между людьми, а также приверженности старших к соблюдению

---

<sup>188</sup> Полевые записи. Город Ургенч улица Шарк. 2019 год.

данных обычаев, выполняет функцию образца в деле воспитания молодого поколения.

В Хорезмском оазисе существует очень много занимательных понятий, связанных с процессом приготовления еды и ее потребления. В частности, здесь говорится “*пустьмясо в блюде нарежет твой друг, а дыню - враг*”. В частности, отмечено, что мясо в блюде разрезается в зависимости от возраста собравшихся, например, юным девушкам дается пожелание “*хорошей свекрови*”, беременным - “*родить сына*”, женщине средних лет “*хорошей невестки*”. Кроме того, произнося “*юз сиз-биздан, бир жиз-биз яхши*” (“Одно угощение лучше ста приветствий”), стараются уважить гостя быстрым приготовлением лакомого блюда.

В завершении следует отметить, что совместная дегустация блюд, приготовленных в плане обряда, способствует развитию дружбы, социального сотрудничества и родственных уз между людьми. Разнообразие традиционных блюд является результатом богатейшего многовекового опыта населения региона, а также взаимной дружбы и сотрудничества между различными народами и нациями. В то же время, разъяснено и наличие общих сторон в обычаях и обрядах на территории оазиса. В процессе изучения различных обрядов в регионе было определено приготовление такой еды, как *плов, қовурдоқ, сутбурунчи, пельмени, яйца, бугурсак, хлеб, патир* и *қатлама* и употребления *молочных продуктов*. В особенности, обосновано, что многие обычаи в духовной жизни населения в виде обрядов “*нон синдириш*”, “*патир тўй*”, “*нон ёпар*” подчеркивают уважение народа к хлебной продукции (*патир, қатлама*) “*улуш тарқатиш*”, “*ун элатиш*”, “*барак букдириш*”, “*уноши кесдириш*”, “*беш оши*”, “*нон ўтириш*”, “*нон тишлатиш*”, “*бўғирсоқ тарқатиш*”, а также усиливают уважение к пище, а бережное отношение к ним приводит к их устойчивому месту в повседневном жизненном укладе людей. Определено, что в повседневной жизни и обрядах населения огромное место занимали молоко и молочные блюда, в частности, на помолвке, свадебных торжествах сватам преподносили *сариеғли сут* и *сариеғли қатиқ*, жених предлагал невесте отведать *кусочек хлеба, обмакнутый в молоко*, при появлении на свет теленка готовили и раздавали *увуз барак*, при обрядах помолвки, “*смотри жениха*” готовили блюдо *сутбурунчи*. Подобного рода обычаи не утратили своей социальной значимости и поныне.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе исследования были сделаны следующие основные выводы:

1. Исходя из теоретико-методологических основ диссертации, можно отметить, что на формирование традиционной кухни и пищевой культуры Хорезмского оазиса повлияли *исторические, религиозные, географические, социально-экономические факторы*. Помимо этого, выбор питательных элементов при потреблении пищи, знание способов их переработки и употребления также представляется важным, служит основой для

ретроспективного анализа условий проживания и питания населения различных регионов.

2. На основе теоретико-методологического аспекта изучения проблемы и таких подходов, как *эволюционизм, диффузионизм, структурализм, географический детерминизм, системность* проанализированы теоретические основы исследования, хотя культура традиционного питания населения Хорезмского оазиса подверглась своеобразным изменениям, в настоящее время можно наблюдать и отражение традиционности в определенных трансформационных процессах.

3. В процессе анализа традиционного питания узбеков Хорезма на основе концепции национального автохтонизма было определено, что большая часть наименований блюд и продуктов кухни региона имеет отношение к общетюркскому и иранским языкам. В частности, обосновано, что из общетюркского языка заимствованы слова *чўрак, гўжа, талқон, қаймақ, атала, чалпак, кўмач, қайиш, бўғирсоқ, гўмма, пўссиқ, қатлама, дўғрама, қовурдоқ, қарма, буламиқ, ёрма, димлама, қатирмач, сарёғ, қақ балиқ, сутли гўжа*; из персидско-таджикского - *нон, сомса, палов, шўрва, яхна, машава, барак, чакида, кади шўрва, кади барак* и другие названия целого ряда блюд и продуктов питания.

4. Историографический анализ исследований по теме показал, что вопрос о традиционном питании узбеков Хорезма не изучался в качестве объекта специального исследования, не освещены системно его локальные свойства. Кроме того, отсутствие отдельного исследования по изучению блюд и культуры питания населения региона на основе историко-этнологического аспекта и межпредметного подхода приобретает научную и практическую значимость в деле сохранения традиций и культуры питания.

5. Определено, что в Хорезмском оазисе широко употреблялись традиционные блюда, приготовленные из *зерновых культур, мяса, молока, риса, теста и бобовых*, их виды, структура, способы приготовления развивались в связи с местными природно-географическими условиями, жизненным укладом населения, его хозяйственной деятельностью, традициями и обычаями, сохраняя свою значимость и по сей день.

6. На основе полевых этнографических записей определено, что население региона в целях приготовления традиционных блюд использовало, в основном, *баранину, говядину, куриное мясо и рыбу*, а также иногда пользовалось мясом *кролика, индюка*, частично *верблюда, козы, утки, гуся, перепелятника*. В особенности, отмечено плодотворное использование населением при питании молочной продукции, в частности, приготовление отдельных зерновых блюд на молочной основе, употребление многих блюд, сдобренных молоком (простоквашей), а также указаны целебные качества некоторых блюд.

7. Раскрыты локальные особенности традиционных кондитерских изделий региона, их виды и древние способы изготовления, которые

сохранились и поныне в неизменном виде, определено и наличие в употреблении современных видов кондитерской продукции.

8. Определены место и экологические свойства широко употребляемых населением фруктов, овощей и бахчевых культур, пряностей и зелени в пище, сушеной продукции, подтверждены локальные особенности традиционных и современных проявлений в оазисе использования способов сохранения продуктов путем зарывания в землю, подвешивания, поджарки, засаливания, консервации, замораживания.

9. Раскрыто то обстоятельство, что традиционные блюда Хорезма экологически безопасны, в их структуре не содержатся признанные современной медициной вредными различные масла, концентранты и разного вида биологические добавки.

10. Освещена кухонная утварь, связанная с приготовлением блюд и сервировкой стола, в виде: *қозон, товоқ, қошиқ, чўмич* (или *сусоқ*), *қозон қоқоғи* (или *дуоқ*), *лаган, ўқлов, чўлли, оштахта, кели, соп* и *куби, қумгон, силопча, чойнак, коса, пиёла, куза, хумы*, а также касающиеся их обычаи. Кухонная и, в целом, домашняя утварь, наряду с использованием в регионе при приготовлении блюда и сервировке стола, почиталась и в качестве покровительствующего предмета.

11. История таких обрядов оазиса, как “*Вахшангом*”, “*Қизил гул*”, “*Олма отиш*”, осуществляемые при этом обычаи, употребляемые продукты питания и блюда, имея местный колорит, отличаются от других регионов Узбекистана.

12. На основе социологического исследовательского метода установлено, что употребление блюд населением оазиса, которые готовились на похоронах, свадебных и семейных торжествах, не только удовлетворяло потребности человека в пище, но и защищало его от различных внешних воздействий, в особенности, существовали поверья о том, что в процессе приготовления и потребления блюд, их распределения среди других исполнялись все намерения и пожелания. Совместное употребление блюд в регионе, приготовленных в плане обряда, приводило к развитию между людьми чувства дружбы, социального сотрудничества и родственных связей.

13. Сформированные у населения оазиса в течение веков представления об этикете питания, соблюдении обычаев и традиций при приготовлении пищи, сервировке стола, морально-нравственных критериях, бережном и аккуратном отношении к тандыру и очагу, кухонной утвари, приводящем к семейному благу, проявлении во внешнем облике людей чудесных качеств приводили к усилению между людьми взаимного уважения и участия, а также служили их оздоровлению.

Результаты исследования дали возможность разработать следующие *предложения и рекомендации*:

Сформировать и внедрить в практику перечень брендовых блюд Хорезма, а также разработать систему защиты его от подделок и фальсификации (сертификация);

Считающиеся национальными брендами региона блюда *шивит оши*, *хоразмча сузма палов*, *ушоқ барак*, *тухум барак*, *қизил* и *гўшти патир*, *сутбурунчи*, *гўжа*, а также сладости *нуқул*, *печак*, *пешмак*, *кунжили ҳолва*, *лабзина*, *пақлама* и *қуштили* необходимо внести в репрезентативный перечень ЮНЕСКО;

Необходимо популяризировать такие экологически чистые, безопасные и находящиеся в местном употреблении блюда, как *Хивинские* – *шивит оши*, *сўлқилдоқ*, *ижжон*, *тухум барак*, *Ханкинские* – *сарёгли палов*, *томадурвадик патири*, *Ургенчский* – *қўтир барак*, *Ҳазараспская* – *қурмуш гўмма*, *Янгибазарская* – *кади сўмса*, *Гурленский* – *этли патир*;

Наладить проведение мастер-классов для местных и зарубежных туристов относительно сезонности, этнических особенностей и способов приготовления традиционных блюд населения Хорезмского оазиса и создание электронных веб-сайтов;

Для развития туризма и близкого ознакомления прибывающих гостей с гастротуризмом региона, а также подготовки квалифицированных кадров, служащих в указанном направлении, в исторических местах необходимо организовать центры по приготовлению традиционных блюд и кондитерских изделий Хорезма.

**SCIENTIFIC COUNCIL NUMBER PhD.03/30.06.2021.Tar.55.05  
ON AWARDING OF SCIENTIFIC DEGREES UNDER  
THE URGENCH STATE UNIVERSITY**

---

**URGENCH STATE UNIVERSITY**

**MATKARIMOVA SADOKAT MAKSUDOVNA**

**TRADITIONAL FOOD OF THE KHOREZM UZBEK**

**07.00.07 – Ethnography, ethnology and anthropology**

**DISSERTATION ABSTRACT  
FOR DOCTOR (DSc) OF HISTORICAL SCIENCES**

**Urgench – 2021**

The theme of the dissertation of doctor of sciences (DSc) has been registered by the Supreme Attestation Commission at the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan under number B2018.1.DSc.Tar/111.

Dissertation has been prepared in the Urgench State University.

The abstract of dissertation is posted in three languages (Uzbek, Russian, English (resume)) is available on the website of Scientific Council ([www.urdu.uz](http://www.urdu.uz)) and on Informational-educational portal «ZiyoNET» ([www.ziynet.uz](http://www.ziynet.uz)).

**Scientific consultant:**

**Ballieva Ruza**  
Doctor of historical sciences, professor

**Official opponents:**

**Davlatova Saodat Tilovberdievna**  
Doctor of historical sciences

**Abdullaev Ulugbek Saydanovich**  
Doctor of historical sciences, professor

**Berdimuratova Alima Karlibaevna**  
Doctor of historical sciences, professor

**Leading organization:**

**Karakalpak branch of the Academy of Sciences of the Republic of Uzbekistan, Karakalpak Scientific Research humanitarian Institute**

Defense of dissertation will be held on «27» December 2021 at 10:00 at the meeting of the Scientific Council Number Ph.D.03/30.06.2021.Tar.55.05 on awarding of scientific degrees under Urgench State University (Address: 220100, Urgench city, H.Olimjon street 14, Urgench State University Head building, Hall of conference). Tel.: (99862)224-67-00; fax: (99862)224-67-00; e-mail: [info@urdu.uz](mailto:info@urdu.uz) Urgench State University.

Doctoral dissertation can be found in the informational-resource center of the Urgench State University (registration number № 30). (Address: 740010, Urgench city, H.Olimjon street, 14).

Abstract of dissertation is delivered «    » \_\_\_\_\_ 2021.  
(Register of certificate of delivery №    on «    » \_\_\_\_\_ 2021.



**S.R.Davletov,**  
Chairman of the Scientific Council for awarding scientific degrees,  
Doctor of historical sciences

**Y.A.Karimov,**  
Scientific Secretary of the Scientific Council awarding scientific degrees, Doctor of Philosophy (PhD)

**U.I.Abdullaev,**  
Chairperson of the Scientific seminar under Scientific Council for awarding scientific degrees,  
Doctor of historical sciences

## INTRODUCTION (abstract of DSc thesis)

**The aim of the research work is** about the revealing the traditional diet of Khorezm Uzbeks and its peculiar local features.

**The object of the research work is** consisted of the process of Khorezm oasis traditional meals and a part of the Uzbek cuisine.

**The scientific novelty of the research work** consists of the followings:

The traditional types of food, formation, ethno-ecological features and local aspects and transformation of the Uzbeks of the Khorezm oasis were highlighted in the historical ethnological aspect;

The traditional dishes of the Khorezm oasis are cereals (*chalov, qorma, goja, dogromo gumma, yumurta barak (egg dumplings), qutir barak (egg+meat dumplings), kadi sumsa (pamkin samosa – lovely triangle), kayshkurdik, moshova*), meat (*jagir-bugir, kebab, dil, ijjon, osma soup, hard fry, chihombil, chicken soup, fish stew*), dairy (*milk thistle, whitewash, cholop, ovuz barak, milk slurry*) specific local features were identified and their ancient methods of preparation were revealed;

Traditional types of food belonging to the Khorezm oasis (*sulqildoq, juyan kurdik, siqmon, mavshi, shilama, bulamik, yildirma, kapshirmo, kurmush gumma, tomadurvadik patir, etc.*) and the names of household items (*duoq, susak, soqi, sop, engsa, tir, zogomo, etc.*) were introduced into scientific circulation on the basis of field ethnographic data;

In the dissertation the traditional confectionery products of Khorezm oasis (*nukul, pechak, peshmak, shoho novvot, mijina halva, sachak halva, labzina, holvaytar, hay-hay, paklama, orama, qush tili, etc.*) and drinks (*ayron, qatiq (yoghurt), chakida, novvot tea, pomegranate juice, shotut juice, apricot juice, etc.*) were identified and revealed their beneficial aspects

The traditional dishes are prepared in the ceremonies in Khorezm oasis (*beshoshi, fried eggs, milk thistle, soup, pilaf, porridge, barracks*) and food-related customs and traditions (*rolling a loaf of bread between the legs of a walking child, kissing a loaf of bread on the ground and kissing it on the forehead*) rubbing, sprinkling sweets on the beds of circumcised children and brides, drinking water for the bride and groom) and rituals (*putting bread, salt under the pillows of the baby and the circumcised child, hot peppers, garlic onions and alcohol when the groomsmen come to the table the importance of not putting drinks, rubbing flour on the foreheads of brides, placing only a couple on the table at weddings, and food on odd-numbered dishes only at funerals*) was determined and justified;

Assimilation of foreign dishes (*manti, lagman, lady, golubtsy, pasta, etc.*), food products (*potatoes, tomatoes, eggplant, bell peppers, radishes, etc.*), which entered the Khorezm cuisine in the late XIX and early XX centuries at the same time, forgotten and obsolete foods (*juyan kurdik, siqmon, mavshi, shilama, yildirma, slurry*) and their transformation were revealed;

The dissertation deals with food and food-related festivals and festivals (*sumalak festival, red flower festival, vahshangom, apple throwing, melon festival, pumpkin festival, harvest wedding, harvest festival*) and neighbors, relatives and

friends from the harvest. - about the "*kavsan*" (*share, poy*) given to the brothers and its role in the formation of feelings of friendship, love and kindness.

During the years of independence, as a result of the state policy on the restoration of national values and attention to the development of tourism in Uzbekistan, Khorezm studied traditional dishes and branded them (*suzma pilaf, egg barak, qutir barak, ijjon gumma, kadi sumsa, karma, sutburunch, goja, tongue, liver, hooves, fleshy patir, red patir, ijjon, ayron, chakida, sour cream*). In this regard, this dissertation serves to some extent in the implementation of these researchable tasks.

**The implementation of the research results.** On the basis of scientific conclusions and recommendations on the traditional diet of Khorezm Uzbeks:

The results of the study on the role of traditional food of the Khorezm oasis in the life of the people of the oasis, strengthening and widespread attention to the diet in the protection of motherhood and childhood were used by the Khorezm regional department of the Scientific-Research Center "Family" under the Cabinet of Ministers. "Reference book of the Khorezm regional department of scientific-practical research center No. 410 of October 15, 2019). The presented dissertation materials play an important role in teaching young people the customs and traditions of our people, which include cooking, storage and proper nutrition, and the formation and development of safe and quality eating skills.

PZ-201709202 state practical grant project for 2018-2020 "Development of a strategy for the effective use and further development of the tourist potential of Khorezm region and the city of Khiva" on the basis of the research work on the traditional diet in Khorezm, food and various food products Used in writing the section "Traditional cuisine of Khorezm" (reference book "Regional Center for Innovation and Technology Transfer under the Khorezm regional administration" No. /2/30 dated November 15, 2019) and a photo album (Traditional dishes of Khorezm). Album. – Moscow: School of Science, 2020). The scientific results and conclusions of the study will serve as an important source for the further development of gastronomic tourism in Uzbekistan, in particular in Khorezm, the introduction of traditional branded dishes offered to tourists and their useful properties;

The results of the sections of Abu Ali ibn Sino's works on healthy lifestyle, proper nutrition and efficient use of natural resources were used in the framework of the state grant project "Ibn Sino and modernity" (NGOs and other civil society institutions under the Oliy Majlis of the Republic of Uzbekistan). Reference book of the state grant project "Ibn Sino and modernity" No. 63-02 / 05 of the Public Fund for Support for 2019-2020). Also, a monograph was published in the framework of the state practical grant project (monograph "Abu Ali ibn Sino - the founder of folk medicine and modern medicine". – Urgench: Khorezm, 2020). The scientific results of the research are of great importance in preserving the historical and cultural heritage, studying the centuries-old experience of our people in nutrition and the use of food as medicine, and promoting it to the whole world;

The materials of the fourth chapter of this dissertation entitled "Weddings and ceremonial meals in Khorezm, their role in the life of the people of the oasis"

are used by the Khorezm regional branch of the International Charitable Public Fund "Golden Heritage" (November 29, 2019 - reference book and reference book of the International Charitable Public Foundation "Golden Heritage" dated September 8, 2020 № 01-45). The results of the study will serve as an important source in the coverage of the expositions of the Avesto Museum of the International Charitable Foundation "Golden Heritage";

According to the results of research on food products and their peculiarities in the ethnoculture of Khorezm oasis, traditional cuisine of Khorezm Uzbeks and their role in the life of the people of the oasis, as well as historical, scientific and modern bases of nutrition. and artistic broadcasts” used in the preparation of the script for the broadcasts “Holy Fortress”, “Friends”, “We and Children” (February-March 2020) (reference of “Uzbekistan” TV and Radio Channel No. 04-25-716 of July 6, 2020). Dissertation information serves as an important source in the preparation of spiritual and educational programs on national TV channels of Uzbekistan and is the basis for the formation and development of national and universal values among young people;

**Approbation of research results.** The results of the research were tested at 9 scientific conferences, including 6 international conferences and 3 national scientific conferences.

**Publications of research results.** A total of 25 scientific papers on the topic of the dissertation were published. Among them, 1 monograph, 1 album, 12 articles in scientific publications recommended for publication of the main results of doctoral dissertations of the Higher Attestation Commission of the Republic of Uzbekistan, including 3 in foreign journals and 9 in national journals.

**The structure and volume of the thesis.** The dissertation consists of an introduction, four chapters, conclusion and the list of references and appendixes. The research part of the dissertation is 260 pages.

**ЭЪЛОН ҚИЛИНГАН ИШЛАР РЎЙХАТИ**  
**СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ**  
**LIST OF PUBLISHED WORKS**

**I бўлим (I часть; I part)**

1. Маткаримова С.М. Хоразм ўзбекларининг анъанавий овқатланиши. – Тошкент: Fan ziyosi, 2021. – 248 б.
2. Маткаримова С.М. Хоразмнинг анъанавий таомлари. Альбом. – М.: Школа науки, 2020. – 31 б.
3. Маткаримова С.М. Хоразмда маросимий таомлар ва уларнинг воҳа аҳолиси ҳаётидаги ўрни // Хоразм Маъмун академияси ахборотномаси. – Хива, 2017. № 3. – Б. 49-51. (07.00.07. №26)
4. Matkarimova S.M. Traditions and customs related to bread products in Khorezm oasis daily life // Mintaqada zamonaviy fan, ta'lim va tarbiyaning dolzarb muammolari. Elektron ilmiy to'plam (2018 йил, № 4.). – Б. 91-96.
5. Matkarimova S.M. Benefits And Superstitions Connected With The Dishes Made From Meat In Khorezm Oasis // European Journal of Business and Social Sciences. – Zurich, May 2019. – P. 1674-1684 (Impact Factor: 6.76. Vol.7. Issue-05 May, 2019.– ISSN. 2235-767X. No.62841).
6. Маткаримова С.М. Хоразм воҳасида қандолат маҳсулотларини ишлаб чиқариш ва бу борада шаклланган анъаналар // Вестник. № 4. – Нукус, 2019. – Б. 45-49. (07.00.07. №18)
7. Маткаримова С.М. Балиқдан тайёрланадиган таомлар, уларнинг фойдали хусусиятлари ва улар билан боғлиқ ирим-сиримлар // Tamaddun Nuri. – Тошкент, 2019. № 3. – Б. 43-46. (07.00.07. №35)
8. Маткаримова С.М. Хоразм воҳасида қовун ва унинг хосияти // Tamaddun Nuri. – Тошкент, 2020. № 2. – Б. 38-40. (07.00.07. №35)
9. Маткаримова С.М. Гастрономия туризмини ривожлантиришда миллий таомларнинг ва овқатланиш анъаналарининг ўрни (Хоразм воҳаси мисолида) // Хоразм Маъмун академияси ахборотномаси. – Хива, 2020. № 9.– Б. 96-98. (07.00.07. №26)
10. Маткаримова С.М. XX аср тарихшунослигида Хоразм воҳаси аҳолисининг таомлари ва озиқ-овқатлари масаласининг ёритилиши // Хоразм Маъмун академияси ахборотномаси. – Хива, 2020. № 9. – Б. 133-135. (07.00.07. №26)
11. Matkarimova S.M. Originality and historiography of the subject of traditional nutrition of Khorezm Uzbeks // SAARJ Journal on Banking & Insurance Research.–Индия, 2020. – Б. 44-55.
12. Matkarimova S.M. The history of the investigation of the karakalpak ethnos // Journal of critical reviews. Scopus, 2020. Vol.7. Issue: 19 P. 2700-2705.
13. Маткаримова С.М. Поверья связанные с инжиром и гранатом и их плодами // Хоразм Маъмун академияси ахборотномаси. – Хива, 2020. № 9.– Б. 126-128. (07.00.07. №26)

14. Matkarimova S.M. Приметы и поверия связанные с джийдой, унаби и илиштирик // Хоразм Маъмун академияси ахборотномаси. – Хива, 2020. № 9. – Б. 128-131. (07.00.07. №26)

15. Matkarimova S.M. Воҳа аҳолиси тўй ва тантана таомлари ва улар билан боғлиқ урф-одатлар // “Бойсун баҳори” очик фольклор фестивалини “Жаҳон цивилизациясида бойсуннинг моддий ва маънавий маданияти” мавзусидаги халқаро илмий-амалий конференцияси илмий мақолалар тўплами. – Тошкент: YANGI NASHR, 2019. – Б. 103-106.

16. Matkarimova S.M. Meals prepared for religious and funeral ceremonies in Khorezm Oasis and Their Peculiarities // Материалы форума гуманитарных наук под названием «Великая степь». – Нур-Султан, 2019. – С. 279-285.

## **II бўлим (II часть; II part)**

17. Matkarimova S.M. Household appliances and superstitions related to cooking and dining: ethnography of ancient Khorezm // Сборник статей XXXII международной научно-практической конференции “World science: problems and innovations”. – Пенза, май 2019. Часть 1. – С. 40-43.

18. Matkarimova S.M. Wedding and celebration cuisine of the residents of the Voha, and traditions associated with them // Материалы Международной научно-практической конференции под названием “Инновации в современном науке”. – Прага, 2019. – С. 41-48.

19. Matkarimova S.M. Ceremony meals in Khorezm and their role in peoples life oasis // Марказий Осиё маданияти тарихи ва тарихшунослиги масалалари. Рустам Сулаймоновнинг 80-йиллик юбилейига бағишланган халқаро конференция тўплами. – Тошкент, 2019 йил 12 июнь. – Б. 117-119.

20. Matkarimova S.M. Сумалак ва унинг шифобахш хусусиятлари // “Фаол инвестициялар ва ижтимоий ривожланиш йўли: амалга ошириш жараёнлари” мавзусидаги республика илмий-амалий семинари материаллари (Тошкент, 2019). – Б. 181-184.

21. Matkarimova S.M. Тўғри овқатланиш ва халқ табобати тарихи // Сборник статей по материалам XXV международной научно-практической конференции “Инновационные подходы в современной науке”. – Москва, 2018. – С. 213-217.

22. Matkarimova S.M. Ибн Сино ва замонавий табобат // “Глобаллашув шароитида маънавиятга таҳдид солувчи омиллар” мавзусидаги республика илмий-амалий семинари материаллари (Тошкент, 2019). – Б. 91-94.

23. Matkarimova S.M. Xorazm hunarmandchiligi (rivojlangan o'rta asrlar kulolchiligi misolida) // “Глобаллашув шароитида маънавиятга таҳдид солувчи омиллар” мавзусидаги республика илмий-амалий семинари материаллари (Тошкент, 2019). – Б. 136-139.

24. Matkarimova S.M. Хоразм таомлари номларининг шаклланиши // “Хоразм – Марказий Осиё цивилизацияси тизимида” мавзусидаги халқаро илмий-амалий анжуман материаллари. – Урганч: Хоразм, 2020. – Б. 96-98.

25. Маткаримова С.М. Николай Муравьевнинг Хивага сайёҳати // “Глобаллашув шароитида маънавиятга таҳдид солувчи омиллар” мавзусидаги республика илмий-амалий семинари материаллари (Тошкент, 2019). – Б. 252-256.

Автореферат Урганч давлат университети ноширлик бўлимида таҳрирдан  
ўтказилди (14.12.2021 йил)

УрДУ матбаа бўлими матбаа фаолиятини бошлагани  
ҳақида ваколатли давлат органини хабардор қилиш тўғрисидаги  
Тасдиқнома (№3802-835f-ad22-c709-fbd1-1129-1986) асосида фаолият  
юритади.

Босишга рухсат этилди: 15.12.2021  
Офсет қоғози. Қоғоз бичими 60x84 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>.  
«Times New Roman» гарнитурда рақамли  
босма усулида босилди. Адади \_\_\_\_ . Буюртма №. \_\_\_\_  
Шартли босма табағи \_\_\_\_ .  
УрДУ босмаҳонасида чоп қилинди.  
Манзил: 220110. Урганч шаҳри,  
Ҳ. Олимжон кўчаси, 14-уй.  
Телефон: (0-362)-224-66-01.



