

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ФАНЛАР
АКАДЕМИЯСИ ТАРИХ ИНСТИТУТИ



Volkswagen**Stiftung**

АДҲАМЖОН АШИРОВ

**ЎЗБЕК
МАДАНИЯТИДА
СУВ**

Тошкент
Akademnashr
2020

МУНДАРИЖА

МУҚАДДИМА.....	6
----------------	---

I БОБ. ФАРҶОНА ВОДИЙСИНИНГ ТАБИИЙ-ГЕОГРАФИК ТАВСИФИ

I.1. Географик тавсифи.....	16
I.2. Фарғона тарихидан лавҳалар.....	24
I.3. Водий гидронимлари тавсифи ва таҳлили.....	38

II БОБ. СУВ БИЛАН БОҒЛИҚ МИФОЛОГИК ВА ДИНИЙ ҚАРАШЛАР

II.1. Сув билан боғлиқ мифологик қарашлар.....	62
II.2. Зардуштийликда сув илоҳлари.....	88
II.3. Ислом динида сувга муносабат.....	107
II.4. Ўзбек фольклорида сув талқини.....	120

III БОБ. ОИЛА ВА КУНДАЛИК ТУРМУШ ТАРЗИДА СУВ БИЛАН БОҒЛИҚ АНЪАНАЛАР

III.1. Оилада сув билан боғлиқ маданият ва тарбия.....	138
III.2. Оилавий маросимларда сув покланиш манбаи ёки инициация рамзи.....	152
III.3. Мироб – сув беги.....	166
III.4. Сувнинг тиббий хусусиятлари.....	180

IV БОБ. ЗАМОНАВИЙ ГЛОБАЛ МУАММОЛАР ТИЗИМИДА СУВ

IV.1. Сув билан боғлиқ давлат сиёсатидаги ўзгаришлар....	194
IV.2. Ҳозирги даврда сув муаммолари ва уларнинг ечимлари.....	211

ХОТИМА.....	222
-------------	-----

ҲОЙДАЛАНИЛГАН МАНБА ВА АДАБИЁТЛАР.....	228
--	-----

олган ҳақини ўз хўжалиги, хўжалигига ишлатган¹. Миробнинг ҳақини тўлиқ бериш, бу борада ғирромлик, хасислик қилмаслик халқимиз орасида одат тусига кирганлиги эътиборга молик. Айрим туманларда мироб ҳақи ўзаро йиғилиб, унинг уйига элтиб берилган².

Шуни ҳам жоизки, XIX аср охирига келиб мустамлака хукумат ер ва сувга доир бир қатор қонунларни чиқарган, унга биноан, сув мутахассисларига маош ҳам белгиланган, аммо бу қонун амалда ўзини оқламади. Ўша замонларда сунъий суғориш билан бевосита боғлиқ ҳар хил масалалар даврий матбуотда ҳам ёритилиб, уларнинг ечими турли доиралардаги қизгин баҳс-мунозараларга сабаб бўлган эди.

III.4. СУВНИНГ ТИББИЙ ХУСУСИЯТЛАРИ³

Сувнинг даво хусусиятлари ҳақида. Сув одамларнинг энг муҳим тириклик манбаларидан бири бўлиш билан бирга халқ табobatiда даволаш мақсадида ҳам фойдаланиладиган асосий унсурлардан ҳисобланади. Касалликларни сув ёрдамида даволаш дунёнинг турли халқлари табobatiда мавжуд бўлиб, унинг тиббий хусусиятлари халқ билимлари натижасида юзага келган.

Халқ табobatiда сув билан даволаш ё сувнинг даво хусусиятларидан фойдаланиш, асосан, икки кўринишда амалга оширилади: шифобахш сув истеъмол қилиниши орқали даволаш ёки инсоннинг танасига ташқи томондан сув билан таъсир этиш орқали мавжуд хасталиқдан фориғ этиш.

Сувдан фойдаланиш маданиятига, уни инсон танасида учрайдиган кўпгина хасталикларни даволаш воситаси сифатида қўллашга қадимдан Марказий Осиё халқларининг тур-

¹ Дала ёзувлари. Фарғона вилояти Фарғона тумани Қўрғонтепа қишлоғи. 2002 йил.

² Фуломов Я. Ф. Хоразмнинг суғорилиш тарихи... – Б. 278.

³ Монографиянинг ушбу фасли этнолог Х. Жуманазаров томонидан ёзилган.

муш тарзида алоҳида эътибор берилган. Ўлкамиз халқлари тарихига оид қадимий манбалардан бири «Авеста»да ҳам сув тўрт ҳаётий унсурнинг бири сифатида тилга олинган.

Буюк ҳаким Абу Али ибн Сино (980–1037) ўзининг машҳур «Тиб қонунлари» китобида сув ҳақида фикр юритар экан, унга тиббий нуқтаи назардан ёндашиб, тўрт унсурнинг бири деб таърифлайди ва уни ўзига хос тарзда таснифлайди. Энг тоза сув «ери тоза ва тупроғида бирорта чет хусусият ва кайфият бўлмаган» булоқ сувидир деб ёзади у. Шунингдек, булоқ суви, аввало, оқадиган бўлиши, қуёш нури тушадиган, шамол тегадиган, очиқ ерда оқиши ва ўзани пойли бўлиши, лекин пой тоза бўлиб, унга шўр-хок ва бошқа нарсалар аралашмаслиги керак. Бундай зилол сувнинг акси қўлмак сувидир, очиқ турган қўлмак суви ёмон сифатларни ўзига олади, яъни айнийди¹.

Ибн Сино «Тадбирда йўл қўйилган ҳар хил хатоларга қарши чора кўриш» рисоласида аччиқтошли, нефт ва олтингуртли, темирли сув ҳақида сўз юритиб, ҳар бирининг даво хусусиятлари ҳақида баён қилади².

Улуғ табиб: «Агар чанг бўлмаса, инсон минг йил яшайди», – деган эди. Чанга қарши халқ усулидаги профилактика ишлари ўзбеклар ҳаётида азалдан мавжуд. Биргина мисол: ўзбекларнинг экологик маданиятининг юксак кўринишларидан бири сув билан боғлиқ бўлиб, янги тушган келин эрта тонгда ҳовли супуриши одат тусига кирган. Супуришдан олдин ер чангиб ўзи ва ён-атрофдагиларга ноқулайлик туғдирмаслиги учун ерга аввал сув сепилади, кейин супурилади. Бу сув билан экологик балансни сақлаш ва шу орқали умумий саломатликни асрашга асосланган халқ билими ҳосиласидир.

Умуман, супуришда турли касалликларни қўзғовчи микроблар хавога кўтарилишининг олдини олиш мақсадида ерга сув сепиш орқали зарарсизлантириш аънавий ўзбек оиласида кундалик турмуш тарзининг ажралмас қисми ҳисобланади.

¹ Усмонов Э. Қўлёзма манбалар ва экологик тарбия... – Б. 79.

² Ўша жойда.

Хуллас илм-фанда сув ёрдамида даволаш гидротерапия деб аталиб, санитария-гигиена ва профилактика мақсадида кўпроқ ишлатилади.

Сув билан даволашнинг магик кўринишлари. Ўзбекларнинг табобат анъаналарида ҳам сув ёрдамида муолажа ўтказиш ёки касалликни енгишда сувдан даволаш манбаи сифатида фойдаланиш кенг тарқалган. Шу жумладан, ўзбек халқ табобатида анча-мунча ўрин тутган мистик табобатда кинна билан боғлиқ хасталикни даволашда азал-азалдан сув шифо жараёнининг ажралмас қисми ҳисобланади. Даволаш жараёнида кинначи табиб беморнинг танасини сув, нон, қалампир, кул каби предметлар билан силаган ва танадаги барча ёвузлик ёки салбий кучларни сув ўзига сингдириб олишига ишонилган¹. Киннани даволашда тананинг олди қисмида сув тўлдирилган идишни силаб югуртириш билан бир қаторда «сувдан кирган бўлсанг чиқ» деган иборани, буйруқни бир неча бор такрорлайди², яъни бемор танасига касаллик бўлмағур, ифлос, лойқа сув ичиши туфайли кирган бўлса, яна сувга қайтиб чиқиб кетсин деган қараш назарда тугилади. Бу усул бирозгина содда ва оддий кўринса-да, ўзбеклар орасида сув ўзида ғайритабиий кучларни сақлаши ҳақидаги қарашга ишонч сақланиб қолган ва бугунги кунда ҳам анчагина кенг қўлланилади. Водий бахшилари беморларни даволашда сувдан унумли фойдаланадилар. Жумладан, бемор киши бирор-бир нарсадан қаттиқ кўрққан бўлса, ҳар чоршанба ва шанба кунлари эрта тонгда унинг юзига уч марта кафтда сув урилади, сўнгра беморнинг кўкрак қисми ва орқасига уч томчи сув томизилади. Шунда беморга теккан кўрқув чиқиб кетар экан³.

¹ Дала ёзувлари. Фарғона вилояти Фарғона тумани Миндон қишлоғи. 2014 йил.

² Дала ёзувлари. Самарқанд вилояти Ургут тумани Камардон маҳалласи. 2017 йил.

³ Аширов А. А. Фарғона водийси аҳолисининг сув билан боғлиқ қарашлари // Ўзбекистон этнологиясининг долзарб муаммолари. – Тошкент, 2017. – Б. 223; Ўша муаллиф. Фарғона водийси аҳолисининг сув билан боғлиқ мифологик қарашлари ва урф-одатлари // O'zbekiston tarixi. – 2018. – №1. – Б. 24.

Юқоридагилар асосида айтиш мумкинки, XXI асрда ҳам инсоният сувнинг тиббий хусусиятларига ишончни сақлаб қолганлиги ва унга амал қилиши сув инсон ҳаётида ҳамма жабҳаларда бирламчи унсур эканлигини кўрсатади.

Сув билан даволашнинг эмпирик кўринишлари. Табобатда сувдан тиббий мақсадда фойдаланиш шакли ва кўлами анча кенг. Ўзбек халқ табobatiда сув билан даволаш ёки сувнинг даво хусусиятларидан фойдаланиш, юқорида таъкидланганидек, асосан, икки кўринишда амалга оширилади.

Шунингдек, олдинги бобда қайд қилинганидек, азалдан ўзбек оиласида фарзанд туғилса, болани чўмилтиришга алоҳида эътибор қаратилган. Нега болани биринчи марта чўмилтириш ҳаётий тажрибага эга аёллар томонидан амалга оширилади, нега шу мақсадда ишлатиладиган сувга махсус ишлов берилади? Аввало, чақалоқни илк бор чўмилтиришда тажрибали аёллар таклиф қилинишидан мақсад ёш онага болани тўғри чўмилтириш қоидаларини, ҳали суяги қотмаган бу мурғак чақалоқ организмига алоҳида муносабатда бўлиш қоидаларини ўргатиш саналган. Одатда, янги туғилган бола чилласи чиққунига қадар (асосан халқ орасида киндиги тушгандан кейин амалга ошириш одат тусига кирган) маълум бир талаблар асосида чўмилтиришга алоҳида маросим кўринишида ташкил қилинади. Киндиги тушишини кутишда болани чўмилтириш жараёнида тўла битмаган қисм зарарланмаслиги ва унинг соғлиғини хавфга қўймаслик ҳисобга олинган.

Бугунги кунда ҳам чақалоқни чўмилтириш халқона табобатнинг мистик ва эмпирик қарашлари ўзаро аралаш ҳолатда қўлланадиган удумларидан иборат. Боланинг янги териси қотиши ёки атроф-муҳитга камроқ таъсирчан бўлиши учун тузли сувда чўмилтириш мақсадга мувофиқ ҳисобланади¹.

¹ Дала ёзувлари. Навоий вилояти Кармана тумани Жалойир маҳалласи. 2017 йил.

Болани чўмилтириш учун тайёрланган сувнинг тузлилиги, шўрлиги кам бўлиб, бола баданига зарар етказмайдиган даражаси инобатга олинади. Сувнинг иссиқлик даражасини ўлчашнинг халқона усулларида бири: катта ёшли одам қўл тирсагининг ташқи томонини тайёрланган сувга солади ва ҳарорат қўлга ёқадиган даражада бўлса, кейин боланинг баданига қуйилади. Сувга бола терисининг қотиши учун тупроқ ёки кесак бўлақлари ҳам қўшилади. Масалан, Бухорода шаҳар атрофини ўраб турган деворнинг қизил кесаги қўшилса, Зарафшон воҳасининг бошқа ҳудудларида эски уйнинг ёки узоқ вақт офтоб тиғида турган тепаликларнинг тупроғи, девор бўлағи қўшилади¹. Бунга сабаб яхши пишитилган ёки қуёшда пишган тупроқдаги микроэлементлар сувда эриб боланинг танасига дориворлик хусусиятлари бўйича таъсир қилишига ишонч мавжуд. Бу эса ўзбеклар орасида сувнинг янги туғилган боланинг келажак ҳаётида муҳим ўрин тутишига ҳамон ишонч мавжудлигини кўрсатади. Чақалоқни илк бор одатга мувофиқ тўғри ва яхши чўмилтириш унинг кейинчалик ҳам танаси тозаллигига сабаб бўлишига ишонган ҳолда бу ишга серфарзанд ё чақалоқни чўмилтириш удумлари ва тартиб-қоидаларни яхши билган аёллар жалб қилинади.

Совуқ сувнинг хусусиятлари. Аввало, сув совуқлик ҳолатида шифобахшлигини сақлайдими, қандай ҳолатларда совуқ сув касалга зарар қилмасдан фойда беради деган саволларга тўхталиб ўтсак.

Совуқ сувдан фойдаланиш борасида жаҳон халқларида ҳам қизиқарли, лекин чуқур мантиққа асосланган тадбирлар мавжуд. Жумладан, Россиянинг Узоқ Шарқда яшовчи халқлар келин танлашда сувдан фойдаланган, яъни совчилар бўй етган қизга идишда сув ичириб синаганлар. Бу орқали тажрибали аёллар сув ичаётган қизда буқоқ (зоб) касаллиги бор-йўқлигини ҳар ютумида томоғидаги ўзга-

¹ Дала ёзувлари. Навоий вилояти Кармана тумани Жалойир маҳалласи. 2017 йил; Самарқанд вилояти Пахтачи тумани Қуйибоғ МФЙ. 2016 йил.

ришга қараб билиб олгани ҳақида маълумотлар мавжуд. Демак, сув касалликка ташхис қўйишда ҳам фойда берган. Эътибор қаратсак, аксарият халқлар орасида инсон руҳияти билан боғлиқ хасталиклар ёки вазиятларда совуқ сув ишлатилади. Ўзбекларнинг эмпирик билимларига асосланган қарашлардан яна бири – бола қаттиқ қўрқса, унга албатта совуқ сув ичиришга ҳаракат қилинади. Бунда болада қаттиқ қўрқиш ва ваҳимага тушиш натижасида юзага келган қалтироқни босиш ёхуд руҳий жиҳатдан ўзини англай олиш қобилиятини қайтариш мақсади кўзда тутилган¹. Совуқ сувнинг танага ва қонга тезроқ сўрилиши натижасида инсоннинг мизожи ва унинг танасидаги тўрт унсуруш орқали меъёрлашиши ҳакимлар томонидан ҳам қайд этилган. Сув инсон учун тириклик манбаи эканлигининг яна бир ифодаси сифатида ўзини йўқотган ёки ҳушдан кетган кишини ўзига келтириш учун совуқ сув сепиш одатини келтириш мумкин. Бу каби ҳолатлар инсон учун сув қайта тикланиш ёки асл ҳолатига, ўзига қайтиш «дориси» сифатида ҳам қадрланиши, хусусан, ўзбеклар онгида сув инсон туғилиши биланоқ унинг соғлиғини қайта тикловчи, нафақат эмпирик, балки руҳий тушкун ҳолатларни ҳамда хасталикларни енгиб ўтиш, даволашда муҳим аҳамиятга эга бўлган унсуру деб англанишидан далолат беради.

Шунингдек, сувни шифо сифатида қўллашдаги ҳар икки усулдан бир вақтнинг ўзида фойдаланиш анъаналари ҳам мавжуд. Шу жумладан, ўзбек халқ табобатида юрак кўтариш муолажаси мавжудлигини кўпчилик яхши билади. Яъни халқ орасида қаттиқ қўрқиб кетган, даҳшатга тушган одамнинг юраги жойидан силжийди деган қараш шакланган. Бундай ҳолатда беморнинг юраги тез-тез уради ва кўнгли айнийди. Ушбу касалликни даволашда беморнинг кўкрак қисми бир неча кун массаж қилиб даволанса-да, иккинчи томондан, хастанинг сесканиб кетиши шифо усули сифатида тарғиб қилинади. Бунинг учун сув солинган коса

¹ Дала ёзувлари. Навоий вилояти Кармана тумани Жалойир маҳалласи. 2017 йил.

беморнинг бошига қўйилади ва идишга эритилган қўрғошин томизилади, иссиқ қўрғошин тушган сувдан чиққан овоздан сесканиб кетган бемор юраги хасталиқдан фориғ бўлади деган қараш мавжуд¹. Водийнинг бошқа ҳудудларида беморнинг ўзига билдирмасдан юзига қўққисдан сув сепиб юбориб чўчитиш ва сескантириш йўли билан ҳам даволаш усули бор².

Халқ табобатида бундай хасталикка чалинган беморни сув билан муолажа қилишнинг яна бир йўли мавжуд. Унда юраги тушган одам хамир ёядиган ўқлоғни тик ҳолатда томоғига қадаб, фақат боши билан эгилиб туради, шу ҳолатида косадаги сувни ҳўплаб ичади. Табибларнинг айтишича, бу ҳолатда бемор гавдаси сал тепага чўзилган, тикка ҳолатда бўлиб, сувни ютиш чоғидаги босим юракни яна асл ҳолатига қайтаради³. Юқорида келтирилган мисоллардан кўриш мумкинки, ўзбек халқ табобатида сувнинг совуқлик даражаси, жисмлар билан кимёвий ҳодисага киришиш хусусияти ва ичимлик сувининг босим кучидан фойдаланган ҳолда даволаш амаллари азал-азалдан аждоқларимизнинг табиат билан уйғунлиги ва кундалик амалий билимлари, қайта-қайта такрорлашлари натижасида қўлга киритилган. Сув билан боғлиқ шифо усулларининг деярли барчаси хавфсиз ва кўп бора синовдан ўтганлиги учун ҳам аксарият ҳолларда халқ томонидан беморларни ишончли даволаш шаклларида бири сифатида қадрланади.

Водийликлар орасида совуқ сувдан айрим касалликларни халқона даволаш ёки хасталикнинг олдини олиш, уни профилактика қилишда ҳам самарали фойдаланилади. Дейлик, айрим одамлар ухлаётган пайтда ўзлари билмай ўрнидан туриб юриб кетишади ёки ғайриихтиёрий ҳаракатлар қилишади. Ушбу касаллик азалдан халқ орасида

¹ Дала ёзувлари. Наманган шаҳри Мингчинор маҳалласи. 2017 йил.

² Дала ёзувлари. Фарғона вилояти Фарғона тумани Миндон қишлоғи. 2014 йил.

³ Дала ёзувлари. Фарғона вилояти Фарғона тумани Чимён қишлоғи. 2015 йил.

мунтазам учраганлиги ва тунда бунақа кишиларни назорат қилиш қийинлиги сабабли ўзбеклар орасида халқона усул ишлатилади. Яъни шу хасталикка чалинган одам оёғининг учига ёки эшикнинг олдига совуқ сувга ботириб ҳўлланган нам латта ташлаб қўйишади. Бундан қўзланган асосий мақсад нам ва совуқ латтага оёғи теккан касалнинг сесканиб уйғониб кетишидир¹. Албатта, бу ҳолатда сув касалликнинг олдини олмаса-да, беморнинг ҳолатини назорат қилиш мақсади назарда тутилган.

Ўзбеклар совуқ сувнинг шифобахш хусусиятларидан қовун пишар вақтида ҳам фойдаланадилар. Янги қовун чиққан пайтда айримлар ундан ютоқиб, кўп истеъмол қилиб юбориши натижасида ошқозонда қовун шираси тўпланади ва узоқ муддат қовун кўрмаган организмга оғирлик қилиб қорин шишиши ҳам кузатилади. Уни ҳазм қилиш қийинлашади. Шу сабабдан ҳам доно халқимиз «Қовун есанг сахар е, сахар емасанг заҳар е» деб нақл қилган. Ўзбеклар бунақа ҳолатда бир пиёла муздек сувни беморга ичириш орқали қовун ширасини юмшатиб, унинг ҳазм бўлиш жараёнини тезлаштириб юборадилар². Мазкур усулни атоқли ўзбек адиби Абдулла Қодирий «Обид кетмон» асарида ҳам алоҳида тилга олган³. Бунда оддий ўзбек деҳқони қовун таррасини шу усул ёрдамида даволагани ёритиб берилган. Бундан яққол кўринадики, аҳолининг машғулоти тури ва кундалик таомланиши каби одатларининг ўзаро солиштирилиши натижасида сувнинг турли хил озиқ-овқатлар билан қандай таъсирга киришиши каби эмпирик билимлар ҳам локаллик касб этади.

Ҳароратга эга сув билан даволаш. Халқ табобатида сувнинг совуқ ҳолатдаги шакли билан бир қаторда иссиқ, илиқ ва қайноқ ҳолатларидан ҳам кенг фойдаланилади.

¹ Дала ёзувлари. Фарғона вилояти Фарғона тумани Чимён қишлоғи. 2015 йил

² Дала ёзувлари. Навоий вилояти Кармана тумани Жалоир маҳалласи. 2017 йил.

³ Абдулла Қодирий. Обид кетмон. – Тошкент: Адабиёт ва санъат, 1983.

Иқлими кескин континентал бўлган ҳудудларда ҳавонинг қуруқ ва совуқ бўлиши турли шамоллаш касалликларини келтириб чиқаради. Томоқ ва нафас йўли шамоллаганида халқ табobati аъналарига кўра қайнатилган сувнинг буғини нафас олиш йўли билан ютиш яхши самара беради. Бунинг учун усти ёпиқ идишда қайнатилган сув идиш билан бемор олдиға қўйилади, ён-атрофи буткул ёпилган ҳолатда ва касал оғзини очган ҳолатда идишдан чиқаётган сув буғларини ютиб, нафас олади. Аксарият ҳолларда сувнинг шифобахш хусусиятини ошириш мақсадида қайнаган сувға картошка, исириқ ёки истеъмом содасини қўшиш ҳам мумкин. Сувнинг худди шу муоалажаси оёқ учун ҳам қўлланилади. Бугунги кунда аксарият ўзбеклар орасида оёқни иссиқ сувға солиш орқали иммунитетни кўтариш, турли шамоллаш хасталикларидан фориғ бўлишға қаратилган даво усуллари сақланиб қолган.

Сув билан даволовчи масканлар. Республикамиздаги аксарият санатория ва пансионатларда ернинг чуқур қатламидан чиққан сув билан даволаш амалиёти қўлланилади. Ушбу даргоҳлар тарихини ўрганганимизда уларнинг кўпчилиги аввалдан сув чиққан жой, булоқ туфайли қурилгани, яъни аввалдан одамлар шу жойдаги шифобахш сувдан даво топгач, бу ерларда соғломлаштириш масканлари қурилганиға гувоҳ бўлдик. Бундан кўринадики, ерости сувларининг шифобахшлиги ва турли касалликларға даво бўлиши ҳақидаги билимлар халқ саломатлик маданиятининг ажралмас қисми бўлган. Сувнинг таркибида мавжуд бўлган айрим моддалардан келиб чиқиб халқ орасида маълум касалликлар дориси сифатида ҳам қадрланади. Бугунги кунға қадар ўзбеклар орасида «иссиқ сувға тушиш», «тузли сув муолажасини қилиш» сингари даволаниш усуллари бор.

Ҳозирги даврда аксарият зиёратгоҳ ёки қадамжоларда муқаддас булоқлар ёки айрим касалликларға даво бўлувчи сувнинг мағик хусусияти ва эмпирик дориворлиги халқ орасида машҳур бўлган сувли масканлар бор. Масалан,

Жиззахда Жаҳодоҳор ота, Саврук ота булоқ суви, Самарқандда Нурота булоғи ана шулар жумласига киради. Шунингдек, сув билан даволашга ихтисослашган санаториялар, дам олиш масканлари сақланиб қолган. Жумладан, Бухородаги Ситораи Моҳи Хоса, Етти пир, Самарқанддаги «Иссиқ сув» кабилар халқимиз орасида машҳур. Уларнинг аксариятидан фойдаланишда халқ эшитганлари ёки орттирган тажрибаларига суянади. Кузатишларимиз натижасида шундай ҳолат маълум бўлдики, сув билан даволанадиган беморларнинг аксарияти ҳар йили ёки мавсумга қараб мунтазам келиб турар экан. Демак, халқ тажрибасидан маълум бўладики, сув муолажалари маълум тизимда олиб борилса ижобий самара беради ва инсон танаси мудом сувнинг шифобахшлик хусусиятига эҳтиёж сезади. Тана тўқималари орасига сингиб боришда бир пайтда танани тўла қамраб олишда сувдан бошқа манба йўқлиги тиббиётда ҳам ўз исботини топган.

Ҳаммом – сихатгоҳ сифатида. Ўзбекларда сувдан истеъмол мақсадида энг кўп фойдаланилса, ундан кейин ювиниш ва покланиш мақсади муҳим аҳамият касб этади. Тарихга назар ташласак, азал-азалдан юртимизнинг барча ҳудудларда шифобахш ҳаммомлар фаолият юритганининг гувоҳи бўламиз. Жумладан, Хива хони Абулғози Баҳодирхон 1657 йилда ўғли Анушахоннинг жангдаги ғалабаси учун унинг номига қурдирган ҳаммомда мижозлар массаж муолажасини олиши, иссиқ ва совуқ сувда навбати билан ювиниши мумкин бўлган. Икки хил ҳароратдаги сувда ювиниш натижасида мижоз терлаб, чиниқиб, унинг танаси ортиқча микроорганизмлардан тозаланган, яъни ҳаммомга организмни ортиқча ва ёт унсурлардан тозалаб ташлаш воситаси сифатида ҳам қаралган. Шунингдек, ҳаммомга келувчиларга вужудини тетиклаштириш мақсадида махсус доривор гиёҳлардан тайёрланган хушбўй ва дардга даво чой ҳам тақдим этилган¹.

¹ Ғойибов М. ва бошқ. Хива табобати. – Тошкент: Абу Али бин Сино, 1995. – Б. 22.

Бугунги кунда ҳам шаҳар ва туман марказларида ҳаммомлар фаолияти оз бўлса-да сақланиб қолган, аҳоли унга ҳордиқ чиқариш ва турли хил хасталиклардан фориғ бўлиш мақсадида ҳам ташриф буюради. Жумладан, респондентлар тарафидан берилган маълумотга кўра, бўғин шамоллаши ва тана қисмларига туз йиғилиши каби касалликлардан қийналадиган кишилар вақти-вақти билан ҳаммомга тушиб турадилар¹. Одатда, улар ҳаммомнинг пархонасида баданига асал ёки бошқа шифобахш мойларни сурган ҳолда терлатиш муолажасини қабул қиладилар. Чунки фақат шу ерда танани анчагина юқори ҳароратда тўла шаклда терлатиш мумкин. Ривожланган XXI асрда ҳам жамоат бирдек фойдалана оладиган ҳаммомлар мана шу омиллар натижасида сақланиб қолган, чунки бу сингари ҳаммомларни уй шароитида барпо қилишга ҳаммада ҳам шарт-шароит ва имконият мавжуд бўлавермайди. Эътиборлиси бу каби ҳаммомларнинг ижтимоий функцияси даволаш маскани сифатида кўпроқ аҳамият касб этаётганидир.

Ичимлик суви – шифо манбаи. Табиблар истеъмол қилинадиган ёки фойдаланиш мумкин бўлган сувларни уларнинг турли хусусиятидан келиб чиқиб таснифлаганлар. Ибн Сино сув инсонни озиклантирмайди, балки овқат моддаларини ўтказиб, таомни ҳазм қилиш учун мослаштириб беради деган фикрни билдирган². Улуғ аждодлардан бизга мерос Шарқ табобатига оид илмий адабиётларнинг аксариятида сувлар орасида энг яхшиси булоқ суви, унинг ҳам ери ҳамда тупроғи тоза чашманики деган фикр устунлик қилади. Шунингдек, ёмғир, қудуқ ва ерости сувлари, муз ва қор сувлари кабилар истеъмол қилинганда қандай яхши сифатлари мавжудлиги ҳамда улар келтириб чиқарадиган салбий оқибатлар ҳам алоҳида таъкидланади³.

¹ Дала ёзувлари. Тошкент вилояти Қибрай тумани Байтқўрғон қишлоғи. 2018 йил.

² Абу Али ибн Сино. Тиб қонунлари. 1-жилд. – Тошкент: Халқ мероси, 1993. – Б. 49.

³ Табобат дурдоналари / Тузувчи-таржимон, изоҳ ва кўрсаткичларни тайёрловчи: М. Ҳасаний. – Тошкент: Ибн Сино, 1990. – Б. 38, 89, 281.

Инсон шошиб овқатланганида ёки эҳтиётсизлиги натижасида еяётган таом томоғига тиқилиб қолганида ё еган овқатини ҳазм қилишга қийналганида оддий сув ёки турли дамламалардан фойдаланилган. Шу сабабли ўзбек халқида «Нонга тиқилсанг сувга, сувга тиқилсанг гўрга чоп» деган беҳад ибратли, ҳаётнинг синовидан минг бора ўтиб келаётган нақл бор. Чунки, ўзбекларнинг қарашини бўйича, инсон таом еяётганда тиқилса, уни сув билан юмшатиш ёки ювиб томоқдан ўтказиб юборса бўлади, лекин сувнинг тиқилиб қолиши оғир оқибатларга олиб келиши мумкин. Халқ орасида инсон сув ичаётган чоғида унга халақит қилмаслик юксак одоб-ахлоқ намунаси ҳисобланади. Бу каби ҳолатнинг беҳад муҳимлигини ўзгаларга ҳам уқтириш мақсадида ўзбек халқи орасида «ҳатто илон ҳам сув ичаётган инсонни чақмайди ёки захрини сочмайди» деган нақл мавжуд.

Айтиш мумкинки, ўзбеклар азалдан шошиб келиб сув ичиш ёки сув ичишда шошқалоқлик қилиш мумкин эмас деб қарайдилар. Бунда инсон саломатлигига етадиган зарар инobatга олинган бўлиб, энг тоза ва шифобахш сув ҳам, сув ичиш тартибига амал қилинмаса, захардай амал қилиши мумкинлиги инobatга олинган. Демак, сув фақат тиббий шифо, инсонни хасталиклардан фориғ этувчи манбагина эмас, айна дамда, соғлиққа путур етказувчи, ҳатто умрга зомин бўлувчи восита бўлиши ҳам мумкин.

Умуман олганда, нафақат халқ табobati, балки замонавий, илмий асосларга таянадиган тиббиётда ҳам сув муолажалари кенг қўлланилади. Бугунги кунда халқ табobati тиббий олий ўқув юртларда ҳам ўргатила бошлаганлиги диққатга сазовордир. Тиббиёт ва табobatда сув ёрдамида даволаниш ҳар хил жароҳатлардан тузалиш даври, суяктаянч тизими, нафас тизими хасталиклари, ошқозон-ичак тракти муаммолари ҳамда бошқа касалликларни даволаш ва уларнинг олдини олиш, профилактика қилишда тавсия этилади. Масалан, юрак соҳасида учрайдиган айрим касалликларни даволашда (юрак деворида ўзгариш юзага

келиши) маълум вақт сузиш билан шуғулланиш зарурлиги кардиологларнинг анъанавий даво усуллари қаторидан жой эгалламоқда. Чунки сув инсон баданининг барча қисмларига ҳамда тери ораларига ҳам кира олади. Инсон сувда ҳаракатлангандагина танасининг барча қисми ҳаракатга келади. Айнан сув орқали бемор танасига турли минераллар, эритмалар, айрим дори воситаларини сингдириш мумкинлиги ҳамда сув бошқа суюқликларга нисбатан баданга нисбатан камроқ зарар етказиши ўз исботини топган.

Хулоса ўрнида шуни қайд этиш мумкинки, сувдан фойдаланиш халқ таботатнинг таркибий қисми бўлиб, бугунги кунга қадар касалликнинг олдини олишда асосий восита сифатида ишлатилса, даволаш жараёнида эса қўшимча усули ва иммунитетни кўтарувчи восита ҳисобланади. Сувнинг тиббий хусусиятларидан фойдаланиш жараёнида хўжалик машғулоти тури ва ҳудуднинг географик жойлашуви ҳам муҳим аҳамиятга эга бўлган.