

NAVRO'Z – YANGILANISH VA YASHARISH BAYRAMI

Gapparova Baxtigul Razzaqovna

Urganch davlat pedagogika instituti mustaqil tadqiqotchisi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17852804>

Maqolada milliy bayramimiz Navro' va u bilan bog'liq sumalak sayli, sumalakning shifobaxsh xususiyatlari haqida so'z yuritiladi.

Kalit so'zlar: Beruniy, Umar Xayyom, Mahmud Koshg'ariy, Navro'z, sumalak sayli, sumalak beviti, sayl, ashshadarozi

Kirish.

O'zbek xalqining madaniy merosida xalqona va muhim ijtimoiy ahamiyatga ega turli bayramlar, ommaviy o'yinlar, mavsumiy hamda kasb-hunar marosimlari alohida o'rinni egallaydi. Bayramlar va marosimlar ijtimoiy hamda shaxsiy hayotning barcha tomonlarini qamrab oluvchi, kishilar o'rtasidagi o'zaro munosabatlarining turli jihatlari va shakllarida namoyon bo'luvchi muayyan urf-odatlar hamda an'analar, axloqiy tamoyillar va huquqiy tartibotlarning tarixan shakllangan yig'indisidir. Ularning muhim belgilari va xususiyatlari barqarorligi hamda ommaviyligi, rivojlanishdagi takroriyligi, davomiyligi va uzluksizligidadir. Odat tusiga kirgan marosimlar kishilar xulq-atvorini boshqarar ekan, nafaqat jamoachilik fikrlar nufuzi, shu bilan birga qabul qilingan va qaror topgan odatiy qonun-qoidalar kuchiga ham suyanadi.

O'zbeklar va O'rta Osiyodagi boshqa xalqlarning tarix sinovidan o'tgan bayramlari hamda marosimlari kishilarning o'zaro munosabatlaridagi yaxshi fazilatlar, chinakam xalqchil, umuminsoniy qadriyatlarni aks ettiradi. Ijobiy urf-odat va marosimlarda o'zbeklarning milliy ruhiyati, ularning ma'naviy ongining soddaligi hamda fe'l-atvorining shakllari ham namoyon bo'ladi. Asrlar davomida shakllanib va avaylanib kelingan ijobiy rasm-udumlar hamda odatlardan Vatanga sadoqat, kattalarga hurmat, ota-ona, yetimlar va qariyalarga g'amxo'rlik, mehmondo'stlik, qon qarindoshlik hamda o'zaro yordam, oila sharafi va ayollar sha'nini ehtiyotlash, bu dunyodan o'tib ketgan yaqinlar xotirasini yod etish kabi qarashlar ijtimoiy xarakterga ega bo'lgan bayram va marosimlarda ochiq namoyish qilinadi. Asrlar osha saqlanib kelingan va ijtimoiy mohiyatga ega urf-odatlardan yana biri og'ir mashaqqatli kunlarda o'z yaqinlarining ochlik yoki kambag'allikdan gadolik yoki daydilik qilishiga yo'l qo'ymaslikdir.

O'zbek xalqi orasida eng keng tarqalgan va milliy xarakterga ega bo'lgan urf-odatlardan biri – mavsumiy marosimlar diqqatga sazovordir. Ayrim tadqiqotchilarning fikricha, o'zbek mavsumiy marosimlarini quyidagi turkumlarga tasnif etish mumkin: 1) qishda o'tkaziladigan gap-gashtak, yasa-yusun kabilar; 2) bahorgi marosimlar – Navro'z, shoxmoylar (qo'sh chiqarish), lola yoki qizilgul sayli, loy tutish, "Sust xotin" kabilar; 3) yozgi marosimlar – "qovun sayli", "choy momo" va hokazolar; 4) kuzgi marosimlar – hosil yig'imi bilan bog'liq "mixrgan", "oblobaraka", "shamol chaqirish", "uzum sayli" kabilar.

Butun Old va O'rta Osiyoda mashhur Navro'z bayrami juda uzoq vaqtlardan beri nishonlanib kelmoqda. Ushbu bayram asli dehqonchilik kalendari bilan bog'liq bo'lib, Yerning shimoliy yarim sharida bahorgi kecha bilan kunduz teng kelgan kunlari 20–21-martda boshlanadi. O'sha davrda butun tabiat uyg'ona boshlaydi, Yer bag'ridagi barcha maxluqot va mavjudotlarning, qurt-qumursqalar, o'simlik va o't-o'lanlarning jonlanishi ro'y beradi. Bunday yangilanish jarayonining boshlanishi shamsiya (Quyosh) yili hisobida 21-martga to'g'ri kelgan birinchi yangi kunni Navro'z deb ataganlar. O'rta asrning buyuk mutafakkiri Abu Rayhon

Beruniy mazkur yil hisobining boshlanishi hisoblangan farvardin oyi to'g'risida gapirib bunday yozadi: "Navro'z yangi yilning birinchi kuni bo'lib, uning forscha nomi hali shu ma'noni taqozo etadi. Navro'z eronliklar zidlari bo'yicha o'tmish zamonlarda, ular yillarini kabisam qilgan vaqtlarida Quyoshning saraton burjiga kirish paytiga to'g'ri kelar edi. So'ngra u orqaga surilgach, bahorda keladigan bo'ldi. Endi u bahor yomg'irining birinchi tomchisini to'kishidan gullar ochilguncha va o'simlik unib chiqa boshlaguncha davom etgan vaqtda keladi. Shuning uchun Navro'z olamning boshlanishi va yaratilishiga dalil qilingan". O'sha davrda yashagan ulug' siymolar Mahmud Koshg'ariy va Umar Xayyomlar ham Navro'z to'g'risida ancha qiziqarli ma'lumotlar yozib qoldirganlar. Ularning asarlarida Navro'zning tabiat qonuniyatiga muvofiq tomoni qayd qilinibgina qolmay, u bilan bog'liq turli irim, urf-odat va marosimlar to'g'risida ham qimmatli ma'lumotlar keltirilgan. Masalan, Beruniyning ta'rificha, afsungarlar Navro'z kuni tong otganda biron gap gapirishidan oldin uch qoshiq asal yalab, uch bo'lak (xushbo'y) mum tutatsa, bu ko'p kasalliklarga shifo bo'larmish. Yoki shu kunning tonggida gap gapirishdan oldin shakar totib, o'ziga zaytun (yog'i) surtgan kishidan yil bo'yi turli balolar daf etiladi, degan irimlar bo'lgan.

Navro'z bayrami katta ommaviy sayllar, xalq o'yinlari, musobaqalar, sozanda va raqqosalar, masxaraboz hamda dorbozlar ishtirokida o'tadi. Umar Xayyom bergan ma'lumotlarga asoslanib, shuni ta'kidlash mumkinki, 26 asrdan buyon nishonlanib kelayotgan Navro'z bayrami boshlanishi bilan o'zaro urushlar to'xtatilgan, yarashish shartnomalari bitilgan, hatto dafn marosimlari boshqa kunga ko'chirilgan. Ushbu bayram shunchalik ehtiromli, quvonchli va shodlik kunlari sifatida katta tantanalar bilan nishonlanibgina qolmay, uzoq-yaqin qavmu qarindosh va do'stlarni yo'qlash, kasallar holidan xabar olish, marhumlar qabrini ziyorat qilish, do'stlararo sadoqatlilikni bildirib, inson qadrini e'zozlash kabi odatlarga amal qilingan.

Xorazmliklar va so'g'diylarda sosoniylar hukmronligi davrida Navro'z bilan birga bir necha xalq bayramlari davlat bayrami deb e'lon qilingan. Abu Rayhon Beruniy asarlari, Umar Xayyomning "Navro'znoma"si va boshqa manbalar, ilk bahor bayramini nishonlaganda, yerga suv quyish yoki sepish, sovg'a-salomlar hadya qilish, arg'imchoqlarda uchish, shirinlik (qandolat) tarqatish, yil hosilini belgilash, tahorat qilish va yomg'ir suviga cho'milish kabi urf-odat, irimlar to'g'risida xabar beriladi. Navro'z kuni podshoh dasturxoniga turlicha dondan-bug'doy, arpa, tariq, makka, no'xat, yasmiq, guruch, kunjut yoki loviya unidan pishirilgan non qo'yilgan. Dasturxon o'rtasiga turli daraxt (tol, zaytun, behi, anor va h.k) lardan yetti novda, yetti oq kosa va oq dirham, yangi dinor ham qo'yilgan. Podshoga oq qand va kokos yong'og'i maxsus taom berganlar, u taomni yangi sog'ilib, xurmo qo'shilgan sut bilan iste'mol qilgan.

Shunisi muhimki, bayramning bosh marosim taomi sumalakni ham ilgari pishirganlar. Qadimiy davrlarda Navro'z arafasidagi etti kun sovuq bo'lib, "ojiz kampir" kunlari deb nomlangan. O'rta Osiyo xalqlari, shu jumladan, o'zbeklarda yangi yil kuni marosim taomi – go'ja va sumalak pishiriladi. Shu kunlarda katta bozorlarda savdo-sotiqalar, yalpiz, ko'k piyoz, yosh beda va boshqa ko'katlar solingan turli taomlar hamda shirinliklar tayyorlanadi. Tantana va o'yin-kulgilar bilan pishiriladigan shohona taom – sumalak rizq-ro'z hamda mo'l-ko'lchilik ramzi bo'lib, uni tayyorlash katta san'at talab qiladi. Odatda, sumalakka ketadigan xarajat jamoadan yig'ib olingan. Sumalak pishirishdan oldin jamoa (mahalla) a'zolaridan bug'doy ko'ki va o't yig'ishtirilib, umumiy qozonga solingan, pishgandan keyin keng odamlarga tarqatilgan.

Navro'zning boshqa bahoriy bayramlarga ancha yaqinligi ham diqqatga sazovordir. Etnograflarning ma'lumot berishicha, Parkent, Samarqand va Xorazmda o'tkaziladigan "Lola sayli" hamda "Qizil gul" sayli asli Navro'z marosimlariga ancha o'xshab ketadi. Bunday bayramlar mart (hamal) oyida nishonlanib, bir oygacha davom qilgan. Sayl vaqtida katta bozorlar ishlab, bir qishloqdan ikkinchisiga o'tgan. Bozorlarda masxarabozlar, dorbozlar, sozandalar va polvonlar tomosha ko'rsatganlar, qo'chqor, tuya, xo'roz, bedana, tuxum urushtirish musobaqalari o'tkazilgan. Ba'zan mazkur musobaqalar mushtlashishga aylanib, qadimiy fratrial tuzumga xos ibtidoiy marosimlarning elementi sifatida saqlanib qolgan. Shunisi ham diqqatga sazovorki, mazkur bayramda ishtirokchilar (erkak va ayollar) ancha erkin bo'lganlar, kechki bazmlarda maxsus tayyorlangan sharob-musallas ichilgan, o'yin-kulgilar avjiga chiqqan. Ayrim tadqiqotchilarning fikricha, gul sayllari bir oy davomida o'tkazilib, bahor bayramining bosh marosimi – Navro'z bilan ulanib ketgan¹.

"Sayl" so'zi "sayr qilmoq", "kezib, tomosha ko'rmoq" ma'nolariga ega bo'lib, odatda, sayl deganda, umuman katta va tantanali tomoshalar bilan bog'liq turli xil marosimlar tushunilgan. Sayl har yili ma'lum fasllar bilan bog'liq bo'lib, kishilarning saylga chiqishi, soya-salqin joylarda to'planib, ochiq maydonda tomosha-istirohat tashkil qilish bilan boshlangan va uch kundan bir haftagacha, ba'zan bir oy davom etgan (masalaan, sumalak sayli).

Sumalak sayli – sumalak xalqimizning ardoqli shodiyonasi – Navro'zning ko'rkidir. Sumalak – Navro'zning shoh taomi bo'lib, u ilk ko'klam darakchisi, baraka, hosildorlik, to'kin-sochinlik, ahillik, tan-sihatlik va ezgulik timsoli hisoblanadi. Shuning uchun ham sumalak tayyorlanadigan xonadonda turli xil o'yin kulgu va har xil xalq o'yinlari o'tkazilgan.

Sumalak nomli tansiq va shifobaxsh taomning kelib chiqishi tarixi olis ajdodlarimizning ibtidoiy yig'im-terimchilikdan dehqonchilikka o'tish davrlariga borib taqaladi. Tarixchilarning ta'kidlashicha, bundan 3000 yil ilgari ham O'rta Osiyo aholisi o'rtasida bahorni kutib olish, qishloq xo'jalik ishlarini boshlash arafasida endi unib chiqqan ko'm-ko'k o't-o'lanlardan maxsus taomlar tayyorlab yeyish odati bo'lgan. Tabiiyki, "sumalak" so'zining ma'nosi va bu g'aroyib ne'matni tayyorlash udumining tarixiy asoslari ko'pchilikni qiziqtiradi.

Buyuk tilshunos Mahmud Koshg'ariy o'zining "Devonu lug'ot-it turk" asarida yozishicha, "suma" ivitilgan bug'doy nomi. U quritib tuyiladi, so'ng undan ugra oshi va non pishiriladi. Sharbat qilish uchun undirilgan arpaga ham "suma" deyiladi. Demak, "suma"-ivitilgan bug'doy yoki arpa ma'nosini anglatuvchi qadimgi turkiy so'zdir. Shu boisdan sumalak pishirish udumi O'rta Osiyoda yashagan turkiy qavmlari orasida qadimdan keng rasm bo'lgan, deb xulosa chiqarish mumkin.

Ma'lum bo'lishicha, dastlab sumalakni bug'doydan emas, balki... arpa maysasidan qilishgan ekan. Mahmud Koshg'ariy "sharbat qilish uchun undirilgan arpa uchun ham "suma" so'zi qo'llanilishini alohida ta'kidlagan bo'lsa, Beruniy yozib qoldirgan afsonada odamlar "Barakatga erishish uchun tos yoki boshqa idishlarga arpa ekan"ligi ma'lum qilingan. Sumalak Muhammad payg'ambar yashagan davrda ham ma'lum bo'lgan. Beruniy bergan ma'lumotlarga qaraganda Muhammad payg'ambarga sumalak keltirib berishganda, u bu nima ekanligini so'raydi. "Bu sumalak" deyishadi. Payg'ambarimiz sumalak nima ekanligini so'raydi. Unga "sumalak Navro'z taomi" deb tushuntirishadi. Shunda payg'ambar sumalakni tatib ko'rib, "Har kuni Navro'z bo'lsin!", - deydi.

¹ Жабборов И. Ўзбеклар: турмуш тарзи ва маданияти. – Тошкент: Ўқитувчи, 2003. – Б. 96.

Ayrim tarixchilar “sumalak” forscha “Samoni” – bug’doy maysasi so’zidan kelib chiqqan, deb ta’kidlaydi. Shuningdek, “sumalak” “si malak” so’zidan olingan degan taxminlar ham bor. “Si malak” – o’ttiz pari, o’ttiz farishta degani. Sumalak pishayotganda, qozon boshida o’ttiz malak o’tirar emish. Ular yordamida sumalak pishar ekan. Tong mahali, hamma charchab, uxlab qolganida, farishtalar sumalakka tuz soladilar va u shirin bo’ladi².

... Sumalakning paydo bo’lishi uzoq tarixga va chuqur ma’noga ega. Shu sababli, uni tayyorlash jarayoni ham diqqatga sazovordir. Sumalakning paydo bo’lishi to’g’risida qayg’uli afsonalar yaratilgan bo’lsa-da, u hozirgi kunda xursandchilik marosimi shaklida uyushtiriladi.

Sumalak sayli (bazmi) asosan ikki qismdan: sumalak tayyorlash va sumalakxo’rlikdan iborat bo’ladi.

Dastlab jaydari qizil, qayroqi bug’doy tozalanib, sovuq suv bilan yuviladi. Uni zanglamaydigan idishga solib, uch kun ivitib qo’yiladi. Bug’doy nish urgach, toza taxta ustiga 1 – 1,5 sm qalinlikda yorug’roq, lekin quyosh nuri tushmaydigan joyga taxtaning ustiga yoyib qo’yiladi va har kuni ertalab suv sepib turiladi. Bug’doy maysasi igna bo’yi bo’lganida (3-4 kundan so’ng) uni bo’laklarga bo’lib, taxtadan ajratib olinadi. Ko’k qiymalanadi yoki o’g’irda tuyiladi va ustidan suv quyib aralashtiriladi, sharbati bo’lsa dokada suziladi. Shu tariqa uch marotabagacha sharbati olinadi³.

Sumalakning tayyorlanish jarayoni ayollarning o’ziga xos marosim-tadbiriga aylanib ketadi. Sumalak ayollarning bir jamoa bo’lib harakat qilishi natijasida tayyorlanadi. Ular sumalak tayyorlash, uni pishirish paytida bir-birlari bilan suhbat qilishgan, hikoyalar, ertaklar, rivoyatlar va latifalar aytishgan. Sumalak pishgach uni tayyorlashda qatnashganlar va boshqalar sumalak yeyish uchun taklif etilgan. Sumalak sayli ishtirokchilari childirma (doira) chalib, raqsga tushishgan, qo’shiqlar aytib xursandchilik qilishgan. Sayl hazil-mutoyiba, o’yin-kulgi bilan o’tgan. Shuningdek, sumalak tayyorlanayotgan qozon atrofida o’ynab yurgan yosh bolalarning do’ppisi yoki ko’ylagi yoqasiga maysa gullar taqishib, kelgusi sumalakkacha sog’-salomat yuringlar, kelgusida el-yurt uchun xizmat qiluvchi yigit-qizlar bo’lib yetishinglar, deb ramziy niyatlar qilishgan.

Sumalak tayyorlash natijasida kishilar ham moddiy, ham ma’naviy oziq olishgan. Sumalak pishayotganda momolar, qiz-juvonlar to’planib, o’yin-kulgu qilishgan, bayt-g’azallar aytishib, ko’ngillarini xushnud etishgan. Folklorshunos T.Qilichev Xorazm vohasida sumalak sayli bilan aloqador “Ashshadarozi” o’yinini aniqlagan⁴. Bu o’yin an’ana sifatida avloddan-avlodga o’tib kelgan.

Sumalak sayli bilan aloqador bo’lgan “Ashshadarozi” o’yinini tashkil qilish uchun 2,5–3 metr chamasidagi yog’och tayoq olingan. Uning yuqori tomonidan 40–50 santimetr pastroqqa 1 metr chamasidagi tayoq otonoq (krest) qilib boylanadi. Ana shu otonoq tayoqqa uzun qilib tikilgan xotin-qizlar ko’ylagi kiygiziladi. Yog’och tayoqning yuqori tomoniga matodan o’ralib, odam boshi shakli aks ettiriladi. Boshiga qadimdan Xorazm qizlari kiyadigan duziyli do’ppi kiygiziladi, uning ustidan esa oq ipak ro’mol tashlab qo’yiladi. Ro’mol uning yuziga parda bo’lib ham xizmat qiladi. Qarabsizki, uzun bo’yli, keng gavdali, uyalinqirab turgan kelinchak ko’z oldimizda gavdalanadi. Uning ko’ylagi ichiga alohida xonada xotin-qizlardan biri kirib olib, uni

² Ёўлдош Муқим ўғли. Наврўз нақли. – Тошкент: Ўзбекистон, 1992. – Б. 10.

³ Исоков Б., Исокова Н. Наврўз - мустақиллик берган неъмат. Наманган, 2017. – Б. 123.

⁴ Қиличев Т. Хоразм халқ театри... – Б. 63.

sumalak sayliga kelganlar davrasiga olib chiqadi. Ashshadarozi davradagilarga salom beradi. Shundan keyin davra ishtirokchilaridan biri quyidagi qo'shiqni aytadi:

Ashshadarozi mevaram,
Vahti namozi bevaram
O'n barmog'ini o'ynatib,
Qizil tilingni so'zlatib,
Boqqan onagga bir salom!

Ashshadarozi turgan yerida egilib salom beradi. Shunda yana bir so'zga chechan ayol yigit kiyimini kiyib, davraga chiqadi *"Ashshadarozi"* rolidagi xotin-qiz bilan aytisha boshlaydi:

Yigit:
Ashshadarozi mevaram,
Vahti namozi bevaram.
Boshingni go'rsat manga,
Ro'mollar olay sanga.
Man getaman shahri Qo'qon,
Mandan nishon qolsin sanga.
Ashshadarozi qiz:
Boshimni go'rsatmiman,
Ro'mollar olmimanam.
Malomatga qolmimanam,
Getsang boshim sadag'asi.

Aytishuv shu tariqa davom etaveradi. *"Ashshadarozi"* o'yinida ijro etiladigan qo'shiq nihoyatda qadimiy bo'lib, hazil-mutoyibaga boyligi va ijro usulining o'ziga xosligi bilan ajralib turadi.

"Ashshadarozi" o'yini diniy e'tiqodlar bilan bog'liq deb xulosa qilishimiz mumkin, chunki sumalak pishirish jarayonida mana shunday an'anaga aylangan marosimlar va boshqa an'analar o'z o'rnida qilinsa, Bibi Fotima bosh-qosh bo'lib, sumalak mazali bo'ladi degan qarashlar bo'lgan. Sumalak sayli bilan bog'liq *"Ashshadarozi"* o'yinini To'ra Qilichev o'z ma'lumotlarida avloddan-avlodga o'tib, saqlanib kelayotganligi haqida ma'lumot beradi. Ushbu o'yin ibtidoiy davr elementlariga egaligi bilan ajralib turadi.

Birinchidan, *"Ashshadarozi"* hammadan baland bo'lib, bu bilan xotin-qizlarning matriarxat davridagi hukmronligini ko'rsatadi. Ikkinchidan, sumalak tayyorlovchilar sumalaklarni aynan kun chiqqan vaqtga to'g'rilab pishiradilar, bu quyosh tangrisiga sig'inish belgisi sifatida nishonlanib kelingan bo'lishi kerak. Uchinchidan, *"Ashshadarozi"* so'zining o'zi ham qadimgi xorazmiylar tilidan yodgorlik ekanligi bilan ajralib turadi. *"Ashshadarozi"* so'zi sarviqomat yoki uzunbo'lyi tarzida tarjima qilinishi mumkin⁵.

Momolarning aytishicha, sumalak uchun undirilgan bug'doy maysasi kelida tuyilgan va sharbati olingan. O'sha sharbatdan ozginasi bir ko'zachaga solinib, qiz-juvonlar davrasiga qo'yilgan. Sumalak sayliga kelgan qiz-juvonlar o'zlarining zirak, uzuk yoki boshqa belgili narsalarini shu ko'zachaga tashlashgan. So'ngra uch yashar bola ko'zachaga qo'lini tiqib, haligi narsalarni bitta-bitta chiqarib, egalariga bergan. Kimning nishoni chiqsa, chechan momolar o'sha qiz, kelinchakka atab to'rt qator qo'shiq aytishgan. Ushbu udumni *"Sumalakning beviti"*

⁵ Қиличев Т. Ашшадарози ўйинини қайта тикласак // Совет Ўзбекистони санъати. – 1983. – №6. – Б. 14.

deb ataganlar (“Bevit” soʻzi “huzur-halovat”, “obod joy”, “ezgulik”, “yaxshilik” maʼnolarini anglatadi). “Sumalak beвити”da sayl ishtirokchilari shaʼniga yaxshi tilak bildirilib, qoʻshiq aytilgan. Sumalak saylida aytiladigan bunday qoʻshiqlar koʻp.

Xalqimizning sumalak pishirish bilan bogʻliq bu kabi qiziqarli udumlari koʻp. Sumalak tayyorlash marosimi ayollar, ayniqsa, uy bekalarining maʼnaviy-ruhiy ehtiyoj manbai boʻlgan. Ular sumalak pishirilayotgan qozonni kavlab orzu-umidlari va niyatlarining roʻyobga chiqishini xudodan soʻraganlar⁶. Sumalak uchun undirilgan bugʻdoy maysasini tabarruk bilish anʼanasi hozir ham saqlanib qolgan. Sumalak pishirayotganda, farzand kutayotgan yoki befarzand ayollarga bugʻdoy maysasi beriladi. Ular maysani ziragi yoki quloqlariga taqib qoʻyadilar. Bu bilan kelayotgan yangi yilda farzandli boʻlishni orzu etadilar. Sunnat qilinmagan bolalar tezroq ulgʻayib, voyaga yetsin degan niyat bilan ularning choponlariga maysa taqib qoʻyiladi. Sumalak tagi olmasin, deb qozonga solinadigan tosh yoki yongʻoqlar sonining turlichaligida ham xalqimizning qadimiy anʼanalari koʻzga tashlanadi. Yana bir jihat sumalak pishiriladigan qozon yoniga tahoratsiz, nopok odamning borishi sumalakning mazali chiqmasligiga sabab, deb oʻylashgan va ishonishgan, bunga doimo amal qilinib kelingan⁷.

Qizigʻi shundaki, sumalak tayyorlash ikki kunga choʻzilgani uchun bu jarayonda xizmat qilayotgan ayollar ovqatlanishi uchun bir necha xil taomlar tayyorlangan. Uy bekalar koʻk chuchvara, koʻk somsa, qatlama, chalpak singari taniq taomlar tayyorlashgan. Sumalak tayyorlash chogʻida kishilar xursandchilik qilishgan.

Sumalak sayli haqida xonqalik Sotima ana Sapayeva shunday xotirlaydi: “Yoshlik paytlarimizda momolarimiz, onalarimiz bilan sumalak sayliga borardik. Unda mahalla ahli yoki qarindosh-urugʻlar birgalikda sumalak pishirishardi. Kattalar sumalak tayyorlasalar, biz yoshlar qoʻshiq aytib, raqs tushardik yoki kelin salomlar qilinar edi. Bu paytlarda qishloqlarda teatr, konsertlar kam boʻlar edi, sumalak sayli esa biz uchun madaniy hordiq vazifasini ham bajargan⁸”.

Xullas, sumalak sayli maʼnaviy hayotda muhim oʻrin tutib, u qadimdan kishilarda birdamlik va ahillik hissini tarbiyalab kelgan. Chunki, sumalak tayyorlanadigan joyga barcha kishilar bir hovuchdan don olib kelishgan, birgalikda taom pishirishgan, bir qozonda tayyorlangan ovqatdan baham koʻrganlar. Yana bu joyda xalq oʻyinlari, turli xil marosimlar, rasm-rusumlar, urf-odatlar bajarilganini koʻrish mumkin.

Sumalak – shifobaxsh taom boʻlib, uning inson salomatligiga foydasi ham koʻp. Sumalak yangi tabiiy oziqlarga ehtiyoj kuchaygan “ilik uzildi” vaqtida tayyorlangan. Tabiat oʻzgarishi va kunlar isishi davrida inson organizmida kamquvvatlik, behollik, bosh aylanishi hamda koʻz tinishi hollari roʻy beradi. Ajdodlarimiz buning ham ilojini topganlar, ular darmon dorilarga boy koʻkatlar solingan taomlar isteʼmol qilganlar. Shu tarzda odamlar “ilik uzildi” mavsumidan oson chiqishgan, yangi iqlim sharoitga tez moslashishgan, moddiy va maʼnaviy quvvat olganlar.

Sumalak ham suyuq, ham quyuq, ham kaloriyali, ham parhez taomdir. Tabiblarning aytishicha, sumalak tarkibida qonga juda tez soʻriladigan monosaxarid moddasi bor. Sumalak tarkibidagi oqsil ham aʼzoyi badanimizda milliardlarcha hujayralar uchun eng yaxshi ozuqadir. Sumalakda sogʻu-bemor uchun birday zarur boʻlgan “S” darmondorisi mavjud. Bundan

⁶ Matkarimova S. M. Xorazm anʼnaviy taomlari va tanovvul madaniyati. – Toshkent, 2024. – B. 220.

⁷ Yuqoridagi asar... – B. 221.

⁸ Dala yozuvlari. Xorazm viloyati Xonqa tumani Madir qishlogʻi. 2023-yil.

tashqari, unda “tokoferol”, nimrang yog’simon modda jenshen tarkibida uchraydigan “E” darmondorisining aynan o’zginasidir.

Sumalak gipertoniya kasaliga eng yaxshi davo bo’lib, u qon tarkibini yaxshilaydi, tomir toraygan bo’lsa, qonni suyultiradi. Oshqozon ichak yo’llari faoliyatini kuchaytiradi. Issig’i ko’tarilgan yoki qon bosimi oshgan kishi sumalak bilan (2 kun) parhez qilsa, darhol o’zida yaxshi o’zgarish his qiladi.

Shunday qilib, sumalak ilohiy taom bo’lib, u kishining ovqatlanishga bo’lgan ehtiyojini qondirish bilan birga uning ma’naviy-ruhiy holatini ham yaxshilaydi. Sumalak muhim ijtimoiy-ma’naviy ahamiyatga ham ega. Hammaning sumalak tayyorlash uchun bir qozon atrofida jam bo’lishi va ushbu taomni birga baham ko’rishi, kishilar o’rtasida birdamlik, ahillik, mehribonlik kabi insoniy fazilatlarini tarbiyalagan⁹.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Abu Rayhon Beruniy. Qadimgi xalqlardan qolgan yodgorliklar.
2. Umar Xayyom. Navro’znoma.
3. Жабборов И. Ўзбеклар: турмуш тарзи ва маданияти. – Тошкент: Ўқитувчи, 2003. – Б. 96.
4. Ёўлдош Муқим ўғли. Наврўз нақли. – Тошкент: Ўзбекистон, 1992. – Б. 10.
5. Исоқов Б., Исоқова Н. Наврўз - мустақиллик берган неъмат. Наманган, 2017. – Б. 123.
6. Қиличев Т. Хоразм халқ театри... – Б. 63.
7. Қиличев Т. Ашшадарози ўйинини қайта тикласак // Совет Ўзбекистони санъати. – 1983. – №6. – Б. 14.
8. Matkarimova S. M. Xorazm an’anaviy taomlari va tanovvul madaniyati. – Toshkent, 2024. – B. 220.
9. Қорабоев У. Х. Ўзбек халқ байрамлари... – Б. 81–84.

⁹ Қорабоев У. Х. Ўзбек халқ байрамлари... – Б. 81–84.