

Buxoro davlat pedagogika instituti
“O‘zbek tili va adabiyoti” PhD, Nigina
Hojiyeva Hayotovna taqrizi ostida

Ashurova Asalxon Barot qizi
Buxoro davlat pedagogika
Instituti 1-bosqich magistranti
asalxonashurova@gmail.com

O‘SIMLIK VA MEVA NOMLARINING TIBBIY ATAMA SIFATIDA QO‘LLANISHI

Annotatsiya: Ushbu maqolada turli xil meva, sabzavot hamda o‘simlik nomlari, ular davo bo‘ladigan kasalliklar, ularning qanday ishlatilish va qay yo‘sinda tayyorlash usullari yozilgan. Undan tashqari, o‘simlik va meva turlari, ular o‘sadigan diyorlar haqida ma‘lumotlar keltirilgan.

Kalit so‘zlar: Os daraxti, Barni xurmosi, “Tibbi nabaviy”, bodring, qovoq, kajxiyor, anor, lablabu, ra’sha, skonjabin, g‘aliz, yalpiz, javz, zanjabil, zuqom, xina, zarira, xurmo, kashnich.

Annotation: This article contains the names of various fruits, vegetables and plants, the diseases they treat, how to use them and how to prepare them. In addition, there is information about the types of plants and fruits and the regions where they grow.

Key words: os tree, Barney date, “Medical Nabavi”, cucumber, pumpkin, kakhiyor, pomegranate, beetroot, rasha, skonjabin, galiz, mint, walnut, ginger, zukom, henna, zarira, date, coriander.

Аннотация: В этой статье приведены названия различных фруктов, овощей и растений, болезней, которые они лечат, как их употреблять и как заготавливать. Кроме того, есть информация о видах растений и фруктов и регионах, где они растут.

Ключевые слова: Ос дерева, финик, барни, “медицинский набави”, огурец, тыква, кахиёр, гранат, свекла, раша, сконжабин, гализ, мята, грецкий орех, имбирь, зуком, хна, зарира, финик, кориандр.

Tarixdan ma‘lumki, bizning xalqimiz xalq tabobatiga turli kasalliklarni davolashda murojaat qilishgan. Bunga asos qilib Qur‘oni Karim, Hadisi Shariflarda keltirilgan o‘simlik, giyohlar hamda mevalarning dorivor xususiyatlari olingan. Ular asosida tibbiyotga oid asarlar yaratildi. Shu jumladan, Xoji Sa‘dulloh Hoji Kamoliddin o‘g‘lining “Tibbi Nabaviy” asarini misol qilib olishimiz mumkin.

1. “Tibbi Nabaviy” asarida bir qancha o‘simlik, giyohlar hamda mevalarning foydali xususiyatlari payg‘ambarimiz yaxshi ko‘rgan giyohlar keltirilgan. Jumladan, ko‘katlar haqida quyidagi mulohaza yoritilgan.

“Payg‘ambarimiz surfa ustidagi ko‘katlarni yoqtirar edilar, ko‘katlar bo‘ladigan dasturxonda farishtalar bo‘ladi. [“Tibbi Nabaviy”; Toshkent 2009; 16-bet;]

Ko‘kat o‘sib turgan o‘t-o‘lan. Xushbo‘y mevalar, ayniqsa ko‘katlar, turli nav sabzavotlar juda mo‘l yog‘ildi (Oybek). [O‘zbek tilining etimologik lug‘ati; 1-jild].

2.Os daraxtining tishlar uchun zarari haqida quyidagi ma'lumotlar keltirilgan."Nabaviyi Karim tishlarni yaxshi saqlash uchun os daraxtining butog'I va xushbo'y shoxi bilan hilol qilmang ,men buni xush ko'rmaymanki , juzom harakatga keladi.[“Tibbi Nabaviy”Toshkent 2009;18-bet;]. Os daraxti arab diyorida o'suvchi daraxt turi hisoblanadi .Kitoblarda os butog'I habo -ul-osdan deyiladi.Ba'zi kitoblarda esa os butog'I sano daraxtidir deyiladi.

3.Xurmoning foydalari haqida asarda quyidagi ma'lumotlar keltirilgan. “Xurmo turlari ichida bir Barni xurmo borki,o'zi kichkina , danagi yengil va bir tomoni katta bir tomoni kichkina .Qorin og'riqni yaxshilaydi, unda hech qanday zarar yo'q .[“Tibbi Nabaviy”;Toshkent 2009;20-bet;].

I. Tarixiy ma'lumotlarga asosan insoniyat xurmo daraxtidan azaldan foydalangan.Bundan 6000-8000yillar ilgari xurmo daraxti Mesopatamiyada xonakilashtirilgan degan ma'lumotlar bor .Uning poyasini qadimda qurilish ashyosi ,barglari esa gilam ,yelpig'ichlar yasashda ishlatilgan .[Qur'on ajoyibotlari'Bezodjon Muxtarov;150-bet;].

Olimlarning aniqlashicha xurmo bir qancha kasalliklarda davo hisoblanarkan.U yurakning bir ma'romda ishlashini ta'minlaydi,mevalari homilador ayollarga foydalidir.

II.Rasuli Akram aytadilarki,xurmoni yaxshisi Ajva xurmosi bo'lib,Ajva Os diyoringning nomidir.Bu xurmoda zahardan davo topish bor.[“Tibbi Nabaviy;Toshkent 2009;20-bet;].

4.Bodringning inson salomatligiga foydalari haqida tibbiyotga oid kitoblarda quyidagicha manbalar uchraydi.

I. “Abdulloh ibnJafardan rivoyat qiladilarki,men Rasuli Akram bodring bilan kajxiyorni xurmo bilan qo'shibyeganlarini ko'rdim.[Tibbi nabaviy;Toshkent 2009;21- bet;]

II. Bodring po'sti chanqoqni bosib , siydik yo'lidagi toshni tushirib,nafas qisilishini yaxshilaydi.

III. “Ulamolarning yozishicha , bodringda rutubat mavjud bo'lib,tuz ana shu rutubatni yo'qotadi”.[Tibbi Nabaviy;Toshkent 2009;23-bet;].

IV.”Yana eslang ,”Ey Muso ,biz bir taomga sbr qila olmayapmiz .Robbingdan duo qilib so'ra ,bizga yer undirib chiqaradigan bodring, sarimsoq,mosh,loviya,piyoz kabi sabzavotlardan yetishtirib bersin”,deganingizda...”.[baqara surasi,61-oyat].

V.Bodring sabzavotlar ichida eng sersuvi bo'lib,uning tarkibida suv miqdori 90 %ni tashkil etadi.Bodring tarkibida kraxmal, shakar ,oqsillar bo'lib ,A,B,C,PP,H,E vitaminlariga juda boydir.

5.Tibbiyotda qovoqning ishlatilishi haqida quyidagi ma'lumotlar uchraydi.”Nabiyi Akram aytadilarki,har vaqtqi qozonni ko'rsangiz unga qovoq solinglar.Chunki qovoq dildagi qayg'uni yo'qotadi.[“Tibbi Nabaviy”;Toshkent 2009;20-bet;].

I.”Uning ustida (soya tashlab turishi uchun)qovoq daraxtini undirib qo'ydik”[Soffot surasi 146-oyat].

II.Dunyoda qovoqning 10 ta turi mavjud bo'lib,undan 3tasi bir yillik,7 tasi ko'p yillikdir .Qovoq daraxtining asl vatani Amerikaning tropic hududlaridir.Janubiy Amerikada qovoq daraxti mevasining urug'I ilon chaqqanida zaharini kesishda qo'llaniladi.Qovoq urug'ida

bosh miyasi uchun foydali rux A ,C va E vitaminlari mavjud.[“Qur’on ajoyibotlari”;Bekzodbek Muxtorov “Ildiz nashriyoti”2022;164- bet].

Qovoqning o’zi hamda urug’lari xalq tabobatida azal -azaldan qo’llanib kelinadi. Xususan urug’idan bolalar va kattalarda gijjalarni tushirishda ,mag’zi iste’mol qilinsa ,jinsiy quvvatni oshirishda foyda beradi.

6. Anorning foydasi ko’p bo’lib ,u qonni tozalaydi,jinsiy quvvatni oshirib medani tozalaydi.Kimki taom yegandan keyin anor yesa taomni tez hazm qiladi, jigarga quvvat beradi,yuz rangini chiroyli qiladi,ko’p yeyilsa medani zaiflashtiradi.[“Tibbi Nabaviy”Toshkent 2009; 22-bet;].

Qadimdan anorning foydali xususiyatlari haqida bir qancha ma’lumotlar bizgacha yetib kelgan .Jumladan momolarimizdan og’izdan og’izga bizgacha anorning inson immune tizimini yaxshilashi,po’stlog’I qaynatib ichilsa oshqozon ichak kasalliklariga davosi haqidagi foydali ma’lumotlar mavjud.

I.U ikkisida (mazkur ikki bog’da) meva,xurmo va anorlar bordir.[Ar- rahmon surasi 68-oyat;] Anor daraxti haqida oyat Qur’onning 3 ta surasida keltirilgan.

II.Riboflavin,natriy,tiamin,niasin va “C”vitaminiga ega bo’lgan anorning tibbiyot jihatdan foydali jihatlari juda ko’p.[“Qur’on ajoyibotlari”Bekzodbek Muxtorov;”Ildiz nashriyoti “2022;154-bet;]

7.Xalqimiz o’rtasida skonjabin nomi bilan atalmish uzum sirkasi ham juda ham ko’p kasalliklarga da’vo ,hamda bir qancha kasalliklardan oldin proflyaktika hisoblanadi.”Uzum sirkasi(skonjabin) bilan tuzni qo’shib yeyilsa ,zaharni yo’qotadi. Hakimlarning aytishicha ,Uzum qonni tozalash xususiyatiga ega bo’lib ,badanni semirtiradi,buyrakdagi yog’ni ko’paytiradi.Parishonxotorlikni oldini oladi,tanani ortiqcha chiqindilardan tozalaydi.[“Tibbi Nabaviy”Toshkent 2009;23-bet;].

I.Shuningdek uzum bog’lar ,bir-biriga o’xshagan va o’xshamagan zaytun va anorlarni chiqardik.[An’om surasi; 99-oyat;].Qur’oni Karimning 12 surasida uzum nomi keltirilgan.Uzumning foydalari haqida hattoki ilohiy kitoblarda ham ma’lumotlar uchraydi.uzumdan tibbiyotdan tashqari, may ,sharob tayyorlashda ham foydalanilgan.Keyinchalik Islom dini ta’limotiga ko’ra , mast qiluvchi ichimliklar harom deb topilganidan so’ng uzumdan tayyorlanadigan odamni sarhush qiluvchi ichimliklarga chek qo’yildi.

8.Xina o’simligi qadimdan bizning milliy bayramlarimizning ko’rki hisoblangan.Bahoriy bayramlarda ,hayitda va yangi kelinchaklar qo’llariga xinani ezib qo’yishgan.Hattoki bu udum hindlarda ham mavjud bo’lib,ularda kelinchaklar to’y kechasi qo’llariga xina qo’yadilar va buni ular alohida marosimga aylantirib yuborishgan. Quyida biz uning tibbiy xususiyatlari haqida so’zlashamiz.

I. Nabiyi Akram boshlari og’risa ,xina bog’lardilar va aytdilarki,beshak Olloh hukmi bilan hukm berur .[“Tibbi Nabaviy” Toshkent 2009; 40-bet ;].

9.Zanjabil murabbosi taomni hazm qildiradi ,ishtahani ochadi ,qusishning oldini oladi va vosvosni uzoqlashtiradi.[“Tibbi Nabaviy” Toshkent 2009; 31- bet;]

I.Jannat ahli u joyda mijozi zanjabil bo'lmish qadahlarda may ichirilur. (Inson surasi ,18-oyat.) Zanjabil haqida ilohiy kitoblarda ham bir qancha mana shunday ma'lumotlar uchrab turadi.

II.Zanjabilning vatani Hindiston hisoblanadi.Zanjabil (imbir)tomiri saraton hujayralarini o'ldirishda kimyoterapiyaga qaraganda samaraliroq.Eng yaxshi samara ayollar tuxumdoni kasalligini davolashda kuzatilgan.Saudiyalik olimlar zanjabil eliksiri ko'krak saratoniga olib keluvchi xavfli hujayralarning tarqalishini kamaytirishni isbotlashgan.[“Islom ajoyibotlari “ 169-bet].

Xulosa qilib shuni aytish joizki,meva ,sabzavotlar,o'simliklar bizning hayotimizda muhim ahamiyat kasb etadi .Ular jismimizga kuch -quvvat ato etish bilan bir qatorda ,uni turli kasalliklardan ham davolaydi.Bunda bizga xalq tabobati hamda uning zamirida dunyoga kelgan tibbiy qo'llanmalar yordamga keladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

- 1.Quron ajoyibotlari.Bekzodbek Muxtorov.Ildiz nashriyoti 2022.
- 2.Tibbi Nabaviy.toshkent islom universiteti nashriyot – matbaa birlashmasi.Toshkent 2009.Hoji Sa'dulloh hoji Kamoliddin o'g'li.
- 3.N.Hojiyeva .Comparative analysis of fruit names in uzbek and Turkish proverbs.