

## СТАТЬИ

УДК 374.1:37.01

## НЕКОТОРЫЕ ВЗГЛЯДЫ, ВЕРОВАНИЯ И ОПЫТ, СВЯЗАННЫЕ С ОХРАНОЙ И УКРЕПЛЕНИЕМ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ В КОЧЕВОЙ КЫРГЫЗСКОЙ СЕМЬЕ

Алимбеков А.А.

*Кыргызско-Турецкий университет «Манас», Бишкек, e-mail: akmtali\_alimbekov@mail.ru*

В отличие от других народов, кыргызы почти до XX в. не имели официальных образовательных учреждений, что послужило предпосылкой для всестороннего развития их традиционной воспитательной культуры. Стержневой культурой, являющейся предпосылкой к развитию кыргызского народа, являются его мудрость и накопленный опыт, связанные с воспитанием здорового поколения. Кочевой воинственный уклад жизни кыргызов несомненно создавал возможность выживания для людей, хорошо знающих ценность жизни и здоровья, имеющих крепкое телосложение. Это обстоятельство создавало и развивало у кыргызов различные поверья и ритуалы, связанные с охраной и укреплением здоровья детей. В целях их изучения в статье реализуется анализ разностороннего жизненного опыта в форме поверий, обрядов, фольклорных произведений, этнографической информации, народных медицинских знаний, связанных с охраной здоровья детей. Результаты исследования показывают, что во всех ситуациях формировались обычаи, связанные с пожеланиями долгих лет жизни детей, благословением, учетом происхождения родственников для здоровья будущего младенца, бережным отношением к беременным женщинам. Развитие здорового поколения напрямую связано с народной медициной. Но в традиционных знаниях наблюдаются два течения, которые противоречат друг другу. Первое – знания, основанные на древних поверьях и обычаях, второе – реальные эмпирические знания.

**Ключевые слова:** дети, здоровье, образ жизни, поверье, обычай, закаливание

## SOME VIEWS, BELIEFS AND EXPERIENCES RELATED TO THE PROTECTION AND PROMOTION OF CHILDREN'S HEALTH IN A NOMADIC KYRGYZ FAMILY

Alimbekov A.A.

*Kyrgyz-Turkish University «Manas», Bishkek, e-mail: akmtali\_alimbekov@mail.ru*

In comparison with other peoples, the Kyrgyz did not have official educational institutions until almost the twentieth century, which served as a prerequisite for the comprehensive development of their traditional educational culture. The most pivotal culture, which is a prerequisite for development in the entire history of the Kyrgyz people, is its wisdom and accumulated experience related to the upbringing of a healthy generation. The nomadic militant way of life of the Kyrgyz undoubtedly created the possibility of survival for people who know the value of life and health and have a strong Constitution. This circumstance created and developed various beliefs and rituals among the Kyrgyz people related to the protection and promotion of children's health. In order to study them, the article analyzes various life experiences in the form of beliefs, rituals, folklore works, ethnographic information, folk medical knowledge related to the protection of children's health. The results of the study show that in all situations, customs were formed related to the wishes of long life for children, blessing, taking into account the origin of relatives for the health of the future baby, and caring for pregnant women. The development of a healthy generation is directly related to folk medicine. But in traditional knowledge, there are two trends that contradict each other. The first is knowledge based on ancient beliefs and customs, and the second is real empirical knowledge.

**Keywords:** children, health, lifestyle, belief, customs, tempering

В качестве самого важного компонента воспитания молодого поколения в настоящее время в целях приобщения к жизненным ценностям, здоровому образу жизни, укреплению здоровья на первый план выходит обучение таким качествам, как соблюдение личной гигиены, рациональное питание, отрицание антисоциальных обычаев. В решении данного вопроса есть необходимость отбора и применения согласно требованиям и задачам сегодняшнего дня рациональных элементов народного педагогического знания и опыта, возникших вместе с достижениями современной науки и культуры, а также жизненного опыта, переходящих испокон веков из поколения

в поколение в качестве жизненных законов и правил.

Цель исследования: анализ взглядов, обычаев и обрядов кыргызов по сохранению и укреплению здоровья детей в семье в эпоху кочевого устройства.

### Материалы и методы исследования

В качестве основных источников нашего исследования послужили историко-этнографические сведения, образцы фольклорных произведений, информация по данной теме, полученная от знающих людей из народа.

В исследовании использовались методы анализа документов, относящихся к иссле-

довательской модели качественной характеристики, контент-анализ.

### Результаты исследования и их обсуждение

«Кыргызы – один из древних тюркоязычных народов Азии. Впервые о нем упоминается в конце III в. до н. э. в связи с хунскими завоеваниями. За свою более чем двухтысячелетнюю историю кыргызы принимали участие во многих драматических событиях в Центральной Азии» [1, 187]. Известно, что территории, населенные кыргызами, были благодатны, богаты природными ресурсами и красивыми ландшафтами. Но использовать богатства этих территорий в соответствии со своими потребностями в своей жизнедеятельности имели возможность только полноценные, здоровые, сильные, ловкие, смелые, храбрые люди.

Как справедливо пишет американский ученый Э. Хантингтон, «кочевой образ жизни заставляет кыргызов быть способными выносить голод, жажду и усталость, которые неизбежно сопровождают в долгих поездках в поисках заблудившихся животных. У них нет страха перед бушующими водными переправами или скользкими перевалами, и они презирают городского жителя, который воздержится от перехода через реку, если его лошадь может потерять опору и быть смытой потоком» [2, 131]. Это мнение совпадает с информацией, данной нашими респондентами. К примеру, для того чтобы только застрелить кийика (горного архара, козла), являющегося пищей, охотникам приходилось взбираться на скалы, куда не ступала нога человеческая, проходя семьдесят-сто километров, бегая со скоростью и ловкостью животных. А сам выпас скота, повторяющийся ежедневно, требовал от пастухов проходить в день 7–15 километров пути» [3]. Значит, воспитание у потомков физической силы рассматривалось как подготовка к будущей жизни, обеспечение счастливого будущего, становилось неотъемлемым компонентом образа жизни кыргызов. Поэтому воспитание здорового поколения было самым необходимым условием благополучной жизнедеятельности кочевого кыргызского общества. Как одно из условий сохранения кыргызского народа в качестве этноса, несмотря на тяжелые жизненные условия и возможность соперничать с другими нациями по уровню благосостояния, можно рассматривать прочность культурных традиций, связанных с тем, что кыргызы ценили жизнь, старались сохранить и укрепить здоровье.

Кыргызы считали, что началом всех ценностей мира является «здоровье», самым

сладким из сладких – «душа», основой жизнедеятельности – «жизнь». В народе говорили: «Жизнь победит зло и беды», – и считали, что, если живой, это и есть счастье. В кочевой жизни, постоянно сопровождавшейся войнами, для родителей был большим счастьем сам факт того, что их дети живы, здоровы и достигли зрелой жизни.

Эту точку зрения традиционной культуры кыргызского народа Ч. Айтматов следующим образом отобразил в одном из своих произведений: «Бедные родители надеются, что их ребенок проживет долгую жизнь, жизнь их будет безмерно долгая, родится ребенок с безгранично длинной жизнью, а если не так, зачем людям рожать детей и заботиться о них?» [4, 78].

Для родителей самым тяжелым ударом, самой большой печалью было потерял детей. Поэтому каждый родитель желал «не видеть того, чтобы с детьми случилось что-то плохое», «уйти из жизни раньше детей». Если дети умирали раньше родителей, они всю жизнь сожалели, причитая: «Проклятье, лучше бы я умер вместо него?!»

Кыргызы и сейчас судят о благополучии семьи и друг друга по состоянию здоровья, развитию и жизни детей. В этой связи перед приветствием спрашивают: «Живы-здоровы ли дети?», «Веселы ли, растут ли?», а при прощании говорят пожелания добра и счастья: «Пусть будут живы-здоровы дети твои», «Поцелуй их в щечку».

У кыргызского народа сильные, волевые, смелые, ловкие, быстрые дети становились любимцами и гордостью не только семьи, но и всего села, рода, народа. В укреплении здоровья детей были заинтересованы, проявляли заботу и стар, и млад. Среди народа всегда особое уважение проявляли к родителям со здоровыми и благополучными детьми. А к слабым и больным детям относились с чувством сожаления и сострадания.

Со стороны старшего поколения для выражения благодарности в различных ситуациях детям в первую очередь желали здоровья. Старших детей, которые поливали воду при омывании рук или помогали в выполнении какой-либо работы, благословляли: «Живи долго!», «Пусть жизнь твоя будет долгой!», «Живи долго!», «Доживи до моих лет!» Желая, чтобы дети были живыми и здоровыми, чтобы долго жили, родители специально приводили детей в дом к долгожителям с подарками и просили у них благословения. Когда одевали новую одежду на ребенка, родители также желали своему малышу здоровья: «пусть рубашка малыша порвется, а жизнь его будет крепкой и долгой», «пусть одежда доживёт до осени,

а сам живи до ста лет», «пусть одежда будет хрупкой, а жизнь будет крепкой и долгой».

Пожелания долгих лет жизни и крепкого здоровья детям открыто наблюдаются и в традиции давать имя ребенку. Имена кыргызского народа: Болотбек, Темирбек, Кылычбек, Кайрат, Медербек, Кубатбек – подтверждают желания и надежды родителей о крепком здоровье, смелости и храбрости, силе и воле своих детей. Всегда в почете были старейшины, которые до старости оставались сильными, сохранили свое здоровье, провели достойную жизнь, превратив свои имена в легенду. К таким старейшинам, которые не утратили своей силы и в пожилом возрасте и остались гордостью и честью народа, можно отнести Кошой из эпоса «Манас».

А о названном главой баатыров известном Эр Солтоное вспоминают так: «... По доказательствам, сохранным в памяти народа, родился в 1640 г. в местности Чон-Кошой в центре Таласа, погиб в 1733 г. в возрасте 93 лет в битве с калмыками на берегу реки Сокулук» [5, с. 32].

Имеющиеся на руках исторические, этнографические сведения дают возможность сделать выводы о том, что кыргызы имеют богатые эмпирические знания и опыт о том, как воспитать здоровое, сильное поколение.

По мнению народа, рождение здорового ребенка в первую очередь зависит от точного соблюдения традиций и правил создания семьи. Поэтому при выборе своей половины обращали особое внимание на чистоту происхождения, здоровье потомков будущего мужа и жены. Очень хорошо понимали, что рождение нездоровых и умственно отсталых детей связано с браками между родственниками. Поэтому при сватовстве и заключении брака обязательно выясняли происхождение и опирались на санжыра (родовое происхождение (древо), совещались и принимали решение. Так как в санжыра рассказывается, в каком поколении проживали лучшие представители каждого рода. Законы и правила народной педагогики ограничивали бракосочетание между представителями одного рода, имеющими одних прародителей. Действительно, по традициям и обычаям кыргызов прошлого века брак между представителями одного рода или родственниками считали аморальным поступком. Кыргызы старались при женитьбе сына находить невесту из других сел, другого рода. Отсюда в народе и существует выражение: «Потомок того, кто женился на девушке из своего села – косматый щенок, потомок того, кто женился на девушке из-за горы – волк, а потомок того, кто женился на девушке из-за перевала – лев» [3].

Традиции учета границ родства при создании семьи открыто раскрываются и в эпосе «Манас». Хан Джакып в целях очищения крови, улучшения потомства женит Манаса на таджикской девушке Канькей. Именно это и выражает смысл крылатого выражения в эпосе: «Сплавленное железо остро как меч».

В жизненной практике народа забота о здоровье ребенка, его правильном развитии и зрелости начинается уже с его зачатия, когда он находится во чреве матери. Обычно беременную женщину, будущую мать, окружают заботой и оберегают от всех тягот и печалей. В целях поднятия настроения им запрещали посещать похороны, оставаться одним в темноте, ограничивали неприятные встречи. Народ хорошо понимал, что, если она испугается, излишне будет переживать, это негативно скажется на здоровье ребенка. В целях сохранения здоровья матери и ребенка не допускали того, чтобы беременные женщины ходили босиком, носили тяжести, питались вредными продуктами. В связи с жизненным опытом народ также хорошо знал, что рождение здорового и полноценного ребенка связано еще с удовлетворением желаний беременной женщины съесть какую-то определенную пищу. Это характеризовали как «женские вкусовые капризы» беременной. Факты, приведенные этнографом И.С. Колбасенко в связи с родственными кыргызским и казахским народами, также служат хорошим доказательством того, какое большое значение народ придавал удовлетворению женских вкусовых капризов беременных женщин. Он писал: «...если казахскую женщину тянуло на мясо кабана, то для удовлетворения ее желания не учитывались ни религиозные каноны, ни народные поверья о том, что можно есть, а чего нельзя есть» [6, 46]. Именно такие постулаты существуют и у кыргызского народа.

Действительно, культура физического воспитания разных народов напрямую связана с их культурой питания. Так как принимаемая ими в ежедневной жизни пища не ограничивается только удовлетворением физиологических потребностей человека, но также является важным условием лечения их от всяких болезней и укрепления здоровья. В целом почти все традиционные блюда кыргызского народа при условии их правильного, умеренного и умеренного употребления ориентированы на укрепление здоровья человека и противостояние всяким болезням. В условиях высокогорья кыргызской земли особое значение имели прием и нормирование пищи с учетом своего здо-

ровья и характером местности. Кыргызы связывали основную причину ухудшения здоровья человека с нарушением в организме баланса двух начал: так называемых горячего и холодного. Поэтому знахари, диагностирующие болезнь по пульсу, определив ее причину, предлагали метод лечения больного, назначив тем, у кого преобладало «холодное начало», есть калорийную жирную пищу, а тем больным, у кого преобладало «горячее начало», рекомендовали держать диету и не есть высококалорийную пищу [7, 76].

В соответствии с состоянием больного время и режим лечения «холодного начала» или «горячего начала» назначались самим лекарем. Безусловно, в традиционной культуре воспитания кыргызов преобладали блюда, приготовленные на животном жире, способствующие возникновению болезней кровеносных сосудов и сердца. Но вместе с этим в рационе кочевых кыргызов в обилии использовались и такие питательные вещества, которые нейтрализовали отрицательное влияние таких блюд на здоровье и увеличивали усвояемость такой жирной пищи. К ним можно отнести «чык» (бульон для заливания мелко нарезанного варёного мяса) и блюда с добавлением молочной продукции. К примеру, «аксерке», бульон из свежего мяса молодняка, заправленный кумысом, на вкус кислый, помогает пищеварению и освоению жирного мяса. «Ала дөн» – это с такой же целью и так же приготовленный бульон с добавлением айрана (кислого молока, кефира), сюзьмы (густого процеженного айрана). В самом начале списка полезных молочных продуктов для организма находятся айран и жуурат. Так как айран является продуктом, постоянно используемым в ежедневной жизни, секреты рецепта его приготовления и закваски переходят из поколения в поколение, от матери к дочери в качестве образца народной мудрости. В составе айрана имеются чистые белки, молочный кислород, полезные микробы, витамины, имеющие свойства антибиотиков, которые способствуют появлению аппетита у человека, помогая пищеварению. Лечебные свойства айрана высоко ценятся и в современной медицине. Кыргызы издревле в качестве прохладительного напитка и в целях укрепления здоровья очень широко используют кумыс. Современная медицина тоже признала, что кумыс улучшает пищеварение, способствует увеличению гемоглобина в крови, активизирует процесс обмена веществ в организме.

Кыргызы хорошо понимали значение для здоровья витаминов и минералов, получаемых от природы путем использования

ряда диких растений вместо овощей, и владели опытом получения необходимых для здоровья веществ из экологически чистых, созревших в природных условиях плодов диких кустарников. Это подтверждает и народная пословица: «Местность без растений подобна смерти». Кыргызский народ широко использует в качестве дополнительных продуктов питания такие растения, как кымыздык (горлец), ышкын (ревень), чукуру (корень ревеня), жалбыз (мята), каакым (подорожник), сарымсак (горный чеснок), көбүргөн (горный лук), мисте (фисташки), жаңгак (орех), бадам (миндаль), бөрү карагат (барбарис), кийик от (зизифора пахучая), чие (вишня), алыча, долоно (боярышник), джида (лох узколистный), сейдана (чернушка), ит мурун (шиповник), зире (тмин), желтая чайная трава. В прошлые века наши предки заботились о том, чтобы показать детям уже с ранних лет, где растут и созревают растения, которые имеют огромное значение для здоровья и используются в жизнедеятельности людей. Поэтому в народе собирание таких растений рассматривалось как интересное занятие для детей.

Воспитание здорового поколения было напрямую связано с народной медициной. Так как кыргызы в связи с историческими условиями не имели полной информации о медицинских знаниях, возникших в других цивилизациях, опираясь на свой жизненный опыт, сумели создать системные традиционные знания по сохранению здоровья своих потомков от разных болезней, укреплению и развитию физической силы. Но в традиционных знаниях народа открыто наблюдаются два противоречащих друг другу направления. Первое – знания, основанные на древних поверьях, второе – реальные эмпирические знания.

К поверьям и обрядам, связанным с сохранением и укреплением здоровья детей, относятся «киренелөө» (выведение слеза), «апаптоо» (лечение ребенка от испуга, трижды подтолкнув указательным пальцем вверх небо), «бросать собаке хлеб с выпавшим молочным зубом ребенка», «не называть болезнь», «выведение бородавки на руке путем подметания новой метлой под луну», «чтобы ребёнок крепко держал головку, когда резали барана, отрезали сорок маленьких кусков мяса и вешали в комнате, где находился малыш».

Сохранение и укрепление здоровья ребенка всегда вызывали потребность в знающих и компетентных людях. У кыргызского народа издревле в знахарстве развивались такие течения, как знахарство по пульсу, знахарство по крови, по поту, лечение больного паром, брызгая воду на раскаленное железо,

знахарство лечебными травами, знахарство путем отвода болезни заговором и т.д. Они готовили лекарства своими руками из внутренних органов животных или дикорастущих лекарственных трав. А также у знахарей и лекарей были специальные кожаные изделия, с помощью которых готовили, доводили до кондиции лекарства: «жаргак» (выделанная шкура без шерсти), «жыгач сокусу» (деревянная ступка), «өлчөө кашыгы» (мерная ложка). Эти орудия знахарь после себя завещал самым близким людям или ученикам, в некоторых случаях просто передавал им» [8, 398].

«Знахарь по пульсу» – знахари лечили людей, заболевших воспалением ребер, сыпным тифом и подобными болезнями, держа 10–15 дней на диете, ничего кроме воды не давали, больной должен был исхудать, потом его кости протерли, и только после этого можно было принимать пищу.

Ко второй группе народной медицины в эпосе «Манас» относятся сведения о народной хирургии и связанных с ней простых хирургических инструментах, методах сращивания сломанной кости и др. Из числа используемых кыргызскими знахарями инструментов в эпосе упоминается об «аш-таре», остром ноже в форме скальпеля, используемом при разрезании раны. В эпосе также часто встречается информация о хирургическом инструменте «тинтююре», используемом после битвы в целях удаления из раны воинов ядовитой стрелы и лечения. По сведениям известного историка И. Молдобаева, полученным от кыргызских информаторов, «...тинтююр – это инструмент, который предназначен для исследования глубины проникающей раны, где находится осколок пули или кусочек стрелы, чтобы из-

влечь его из раны. Вторая функция – сдвинуть с места осколок пули или стрелы, чтобы очистить рану. По рассказам старейшин, тинтююр изготавливали из золота, серебра, и только в случае их отсутствия – из железной проволоки и таволги, спиреи (кустарник с крепкой древесиной)» [9, 110].

Таким образом, в семье кочевых кыргызов дети и их здоровье было самым главным достоянием. Поэтому всеми членами общества проявлялась забота о здоровье детей, что приводило к возникновению и созданию правил и положений в форме поверий и обрядов, обязующих выполнять их с особой ответственностью.

### Список литературы

1. Худяков Ю.С. Кыргызский каганат // Кыргыз. В 14 т. Т. X. Бишкек, 2017. С. 177–370 (на кырг. языке).
2. The pulse of Asia. A journey in central Asia illustrating the geographic basis of history. Elisworth Huntington. Boston and New York: Houghton Mifflin company, 1907. 396 p.
3. Записи полевых исследований автора статьи с жителями села Мирза Аки Ошской области Кыргызской Республики от 12 марта 2017 г. Текст стенограммы беседы хранится у автора.
4. Айтматов Ч. Собрание соч. В 10 т. Том 8. Бишкек, 2018. 453 с.
5. Исаков Б. Эр Солтоной. – тарыхый таржымал. Бишкек, 2012. С. 188.
6. Колбасенко И.С. Некоторые киргизские обычаи и поверья, имеющие акушерское значение // Протоколы заседаний Киевского акушерско-гинекологического общества. Киев, 1889. Год 3-й. Вып. 5. С. 41–48.
7. Кайыпов С.Т. Кыргызские кулинарные традиции и целительство (На примере Памирских кыргызов) // Вестник КГУ им. Арабаева И. 6 вып. Бишкек, 2011. 75–84 б. (на кырг. языке).
8. Народная медицина // Кыргыз: В 14 т. Том. 12. Бишкек, 2017. С. 393–413 (на кырг. языке).
9. Молдобаев И. Народная медицина в эпосе «Манас» // Манасчи – духовные личности кыргызского народа. Бишкек, 1993. 126 б. (на кырг. языке).