

Ҳақимлар ҳикояти



УзССР «Медицина» Тошкент
1982

Кўлингиздаги митти китобчада XIV, XV, XVI ва XVIII асрларда яшаган мохир табиблар Шаҳобиддин ибн Абдулкарим, Юсуф ибн Муҳаммад. Давоий ва Саййид Муҳаммад Хасратларнинг шифобахш ўсимликлар, сабзавотлар, парҳез овкатлар ва бошқа доривор моддаларнинг қайси дардга даво экани ҳақидаги фикрлар назмда содда ва равои берилган.

Кенг китобхонлар оммасига мўлжалланади.

Форсийдан Маҳмуд ХАСАНИЙ
таржимаси (мақолалар таржимонники)

Таржиманинг масъул муҳаррири ЎзФАнинг
мухбир аъзоси, Беруний мукофоти лауреати

УБАЙДУЛЛА ИСРОИЛОВИЧ ҚАРИМОВ

70403 — 019

X ————— 82 4702570100

М 354 (04) 82

© ЎзССР «Медицина» нашриёти, 1982 й.

Кўлингиздаги китобчада XIV, XV, XVI ва XVIII асрларда яшаган тўрт табибнинг қисқача таржимаи ҳоли ва уларнинг асарларидан айрим парчалар келтирилади. Шунини алоҳида қайд этиш керакки, шу тўрттала табиб айна вақтда шоир бўлганлар ва табобатга оид ўз асарларини шеър билан ёзганлар.

Умуман шеърда илмий асар ёзиш қадимдан расм бўлган. Насрга қараганда назмни эсда олиб қолиш осон бўлганлиги учун кўпроқ дарслик сифатида ёзилган рисодаларни шу тарзда тузганлар. Масалан, Ибн Сино ҳам табобатнинг умумий-назарий масалаларини баён этувчи бир рисоласини («Уржуза фит-

тибб») араб тилида шеър билан ёзган.

Китобчага киритилган тўрт муаллифнинг биринчиси Шаҳобиддин ибн Абдулкарим ҳақида жуда кам маълумотга эгамиз. Унинг бизгача етиб келган «Тибби Шаҳобий» (бошқача номи «Шифо ал-мараз») асаридан маълум бўлишича, у моҳир табиб бўлиши билан бирга истеъдодли шоир ва хаттот (хуснихат устаси) ҳам бўлган. Асосан ўз тажрибаларига суяниб тузган асарини у 1389 йили ёзиб тугатган. Шаҳобиддин Хиндистонда яшаб ижод этган бўлса-да, унинг мазкур асари Ўрта Осиёда ҳам кўлёзма ва тошбосма ҳолида кенг тарқалган эди.

XV асрнинг биринчи ярмида яшаган табиб Юсуфийнинг ижоди, айниқса, унинг тиббий меросини ўрганиш алоҳида аҳамиятга эга. Чунки, биринчидан, унинг табобатга оид асарлари Хиндистон, Афғонистон ва Эрон билан бир қаторда Ўрта Осиёда жуда машҳур бўлган бўлса, иккинчидан, Юсуфий ижоди-

нинг Хиротдаги дастлабки йиллари Алишер Навоий (1441—1501) даврига тўғри келади.

Хиротда атоқли табиб, луғатшунос ва тарихчи оиласида туғилган Юсуфий тез орада моҳир табиб ва истеъдодли шоир сифатида танила бошлайди, ўзининг шеър билан ёзилган биринчи тиббий асари «Рисола дар тадбири маъқул ва машруб» ни Навоий вафот этган (1501) йили ёзиб тугаллайди. Кейин 913/1507—8 йилларда «Фавойиди ахёр» («Хайрли кишиларга фойдалар») ва 915/1509—10 йилларда ўзининг энг муҳим ва машҳур асари «Илож ал-амроз» («Қасалликлар давоси») ни рубоий жанрида ёзади. Умуман Юсуфийдан 14 тиббий асар сақланиб қолган. «Илож ал-амроз» 291 рубоийдан иборат бўлиб, ҳар бир рубоийда бир муайян касаллик ва уни даволаш ҳақида гап боради. 1512 йили муаллифнинг ўзи бу асарига «Жомий ал-фавойид» («Фойдалар мажмуаси») номи билан

шарх ҳам боғлайди. Бу асар қисқа ибораларда равшан ва лўнда килиб ёзилганлигидан жуда тез тарқалади, Ўрта Осиё ва Ҳиндистонда мўътабар тиббий кўлланма сифатида «Тибби Юсуфий» номи билан шуҳрат қозонади. Биргина ЎзССР ФА Шарқшунослик институтининг ўзида унинг 30 дан ортиқ кўлёмаси мавжудлиги ва 1870—1908 йиллар мобайнида Ҳиндистонда 11 марта нашр этилганлиги бунинг ёрқин далилидир. Қуйида Юсуфийнинг номлари тилга олинган учала асаридан ҳам намуналар берилган.

Ҳаким Давоийнинг таржимаи ҳоли ҳақида деярли маълумот учрамайди. Бир тазкирада ёзилишича, Давоий кўп саёҳат қилган, жумладан Араб мамлакатларида бўлган, кейин Ҳиндистонга келиб, Бобирнинг набираси Акбар (1556—1605) даврида табибчилик билан шуғуллана бошлаган. *Давоийдаги қобилиятни кўрган шох унга турли гиёҳлар ва овқат*

сифатида ишлатиладиган нарсаларнинг шифобахш хусусиятлари ҳақида бир асар ёзишни топширади. У уч йил ишлаб, Ўрта Осиё, Эрон, Туркия ва Араб мамлакатларида ўсадиган муҳим гиёҳлар, истеъмол қилинадиган овқатлар ҳамда турли қуш ва ҳайвон маҳсулотларининг қайси бири нимага даво эканлигини баён этувчи бир асар тасниф этади. Уни 1597 йили ёзиб тугатади ва «Фавойид ал-инсон» («Инсонларга фойдалар») деб атайти. Бошқалардан фарқли ўларок, Давоий бу асарида мувашшах санъатини кўллаган.

Саййид Муҳаммад ҳақидаги озгина маълумот ҳам унинг ўз асаридан олинган. Аввал у кўпгина Шарқ мамлакатларини кезган, қатор табиблар билан мулоқатда бўлган, сўнгра Али ибн Аббос (994-йили вафот этган), Ибн Сино ва бошқа олимларнинг асарларини мутолаа қилган. *Умуман у машаққатли ҳаётни бошидан кечирган, Ҳасрат тахал-*

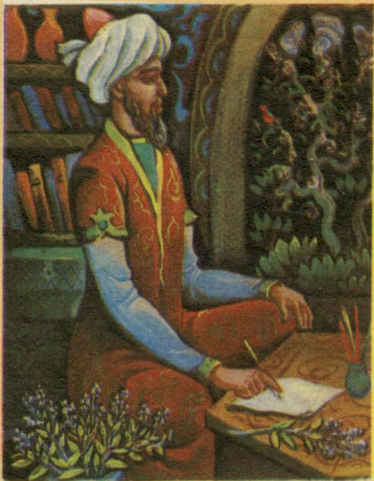
лусини шунинг учун ҳам олган бўлса керак. У Марвга Байрамалихон (1783—1786) хузурига келади ва хоннинг ўғлига турли илмлардан дарс беради. Сайинд Мухаммаднинг тибга бағишланган асари уч қисмдан иборат. Бу ерда унинг «Тухфай Хусайний» («Хусайн тухфаси») деб аталган ва содда дориларга онд иккинчи қисмдан парчалар берилган.

*У. И. ҚАРИМОВ,
Ўзбекистон ФА мухбир
аъзоси, Абу Райҳон Беруний
номидаги Давлат мукофоти
лауреати.*

ШАҲОБИДДИН
АБДУЛҚАРИМ ЎҒЛИ



«Қасалликлар давоси»
асаридан



XIV асрда яшаб ижод этган шоир, табиб ва хаттот ҳаким Шаҳобиддин Абдулкарим ўғли ҳақида маълумотлар жуда кам сақланган. Фақат унинг бизгача етиб келган «Шифо ал-мараз» («Касалликлар давоси») ва кейинчалик «Тибби Шаҳобий» («Шаҳобий табобати») деб ном олган асари асосидагина унинг таржиман холи ҳақида фикр юритиш мумкин. Мазкур асар 1389 йили табибнинг умри охирларида форс тилида ёзилган бўлиб, 160 бобдан иборатдир.

«Тибби Шаҳобий» да ёзилишича, Шаҳобиддин Афғонистоннинг Ғазна шаҳрида дунёга келади. Давр тақозоси билан унинг оиласи Хиндистонга кўчиб

бориб, Ногур шаҳрида яшай бошлайди. Улар аввало яхши ҳаёт кечира бошлайдилар, бироқ кейинчалик ҳар хил феодал уруш-жанжаллар натижасида кашшоқлашиб қоладилар.

Ҳакимнинг «авлоди» тирикчилик ўтказиш учун ҳаттотлик қилиш, китоб кўчириш, бировларнинг аризасини ёзиб бериш билан шуғуллана бошлайди.

Котибликдан олинган даромад оилани қондирмас эди. Уларнинг аҳволи кундан-кунга ёмонлашиб боради. Ҳаким Шаҳобиддин ҳам котиблик билан шуғулланади.

Ҳакимнинг отаси оилани таъминлаш мақсадида бошқа ишга қўл уради. У ўша даврнинг машҳур олими Ҳисом Алининг моддий кўмаги билан деҳқончилик қилади. Энди Шаҳобиддин оиласи анча яхши ҳаёт кечира бошлайди.

Бироқ, орадан бирмунча фурсат ўтгач, ҳаким Шаҳобиддин оғир кулфатга учрайди — унинг икки оёғи синиб қолади.

У жуда қайғуради, табобат сирларини ўрганиб, ўзини даволамоқчи бўлади. Табобатга доир бир неча китобларни йиғиб мутолаа қилади, аммо ҳеч нарса ўрганолмайди.

Бироқ, унинг бахтига сайёҳ номи билан шаҳарма-шаҳар кезиб юрган, аслида чуқур билимли бўлган Муҳаммад исмли киши келиб қолади. Шаҳобиддиннинг илтимоси билан униқанда бир неча ой меҳмон бўлиб туради ва Букротнинг тибга оид китобидан унга дарс беради.

Шаҳобиддиннинг кўнглида бу фанга нисбатан чуқур муҳаббат уйғонади. Бошқа тиббий китобларни ҳам тинимсиз мутолаа қилади. У ўз билимига қаноат қилмай, ўша даврнинг билимдонлари бўлган хинд йогларига шогирд бўлиб тушади. У жуда кўп ўқийди, синов ва тажрибалар ўтказди.

Унинг олдига жуда кўп беморлар шифо излаб келади. «Мен учун дунёда дўстликдир шior» деган ҳаким Хиндистонда

яшовчи ҳар хил миллатлар орасига фарк кўймай, уларни даволашга киришади.

Ҳаким Шаҳобиддин ҳақиқий инсон-парвар киши эди. У кўп кулфатларни бошидан кечирган, халқнинг аянчли аҳволи уни қайғуга соларди. Шунинг учун у беморларни даволар экан, улардан пул тама қилмайди. У ўзининг ана шу «Шифо ал-мараз» китоби билан асрлардан буён одамларни табобатдан баҳраманд қилиб келди.

Шунинг учун ҳам мазкур асар Ўрта Осиё ва Ҳиндистонда қўлёзма ҳолида кўп тарқалган. Унинг иккита қўлёзма нусхаси Тошкентда Ўзбекистон Фанлар академияси Абу Райҳон Бериуний номидаги Шарқшунослик институтида сақланмоқда. Ҳиндистонда эса литографик усулда кўплаб нашр этилган.

Асар билан ўқувчиларни таништириш мақсадида унинг қисқартирилган варианты эълон қилинмоқда.

Қасалликлар давоси

Китобнинг ёзилиш тарихи

Не учун ёзилди, айтай, бу китоб,
Не учун ранж тортди шунчалар
Шаҳоб!!

Бир тун ўлганларни ёд қилар эдим,
Ўлганига йиллар ўтди-ю, дедим.
Ҳеч кимга аҳволин айтмади улар,
Улар аҳволини билмас одамлар.
Дилимга дедимки, барча ўлади,
Менинг ҳам кўзимга тупроқ тўлади.
Танамдан кетади бу руҳи равон,
Қилмишидан ҳисоб берар бегумон.
Дилим деди шунда: «ўйла, эй ҳаким,
Боқий эмас умр, фарзанд ила сийм.
Хотин, молу мулку от ила хачир.
Гўрда сенинг била ётмас бари-бир.
Йўқлик сари кадам кўйганинг замон,

Номинг эсламайди ҳеч ким ҳеч қачон.
Аниқдурки, ҳаёт мулки, эй Шаҳоб,
Такдир султонидан бўлажак хароб.
Сен каби мингларни кўрди бу жаҳон
Улардан қолмади ном ила нишон.
Ҳикматдан назм-ла бир китоб битгин,
Ўзингдан ёдгорлик қолдириб кетгин!
Тажриба баҳридан сен бебаҳо дур
Чиқариб, халқ учун айлагин манзур,
Халқ учун етса гар сендан бир фойда,
Тортган машаққатинг кетмас бефойда!»
Дилим насиҳатга урганида кўл,
Табиатим рози бўлиб берди йўл.
Табъим заиф бўлса ҳамки кўп беҳол,
Тиббий манзумани бошладим дарҳол.
Асосига кўйдим юз олтмишта боб,
«Шифо-ал-мараз» деб айладим хитоб.
Агар билсанг ушбу китобнинг кадрин
Олтин суви билан кўчиргин барин.
Озмунча дорини қилмадим баён,
Ҳаммаси синалган ва бўлган аён.
Эл аро юради бир масал машҳур
Бошидан ўтказган ҳозик табибдур.

Неча йил табиблик қилдим, аммо,
Савоб дедим, тама қилмадим асло.
Иллат сабабила бўлмасанг ошно,
Қасалга ҳеч дори бўлмагай даво.
Аммо текширдим мен ранж сирин аввал,
Берган дорим таъсир қилди ҳар маҳал,
Ёзганимдан фойда топиб бўлсанг шод,
Мени дуо бирла айлагайсан ёд...

Қасалликларнинг сабаби

Ҳиндистон ҳақимлари бадандаги қон,
Талхага дохил деб қилурлар баён.
Қасаллик сабабин дейдилар уч хил,
Сенга айтиб берай, ҳаммасини бил.
Боддан, талхадану хилтлардан эрур,
Кишига иллатни шу нарса берур.
Булардан биттаси бўлса гар зиёд,
Баданда қасаллик айлагай бунёд.
Форснинг ҳақимлари фикрича, иллат
Тўрт нарсадан зоҳир бўлур ҳамавақт.
Учтаси айтилди, тўртинчиси қон,
Ҳар бирин бирма-бир қилурман баён...

Талха аломатлари

Иллат зоҳир бўлса талхадан агар,
Аломати курук-иссиқлик бўлар.
Юз сариғу бўлар ташналик пайдо,
Совуқликдан киши топади даво.
Оғиз курук бўлар, тил эса қизил,
Талха аломати шулар эрур, бил.
Баликка сув гўё бўлганидек жон,
Совуқка майл этмоқ лозимдир ҳар он.

Бод

Агар бод баданда бўлса зиёда,
Унинг нишонини билмоқ кўп фойда.
Буюрмиш шундай деб ул заҳматшунос,
Талха аксини сен айлагин киёс.
Бадан кўполлашар ва куруклашар,
Оғиз тинмас бир дам, кўп валақлашар.
Васвасага тушмоқ бўлади одат.
Суяк оғриғидан қилар шикоят.
Талок иллоти ҳам юз берар охир,
Ундан бавосил ҳам бўлади зоҳир.

Балғам аломатлари

Балғам аломатин сўрасанг агар,
Шундай деб донолар беради хабар:
Оқариб юради рангу рўй мудом,
Бузилар иштаҳа, ҳазм ҳам тамом.
Уйқуси кўпаяр, ичи мулойим,
Мижоз совиб, тани суст бўлар доим.
Иссиқликни фақат хоҳлайди бемор,
Совуқни хоҳламас, сувни ҳам зинҳор.

Қон зиёда бўлиши

Баданда зиёда бўлса агар қон,
Бемаза бўлғуси оғиз ногаҳон.
Томирлар тўла-ю, бош оғир бўлар.
Бесабаб чарчашлик ҳам зоҳир бўлар.
Оғиз билан димоғ доим курукшар,
Баданнинг териси тинмай қичишар.
Қизилликка мойил бўлади пешоб,
Юзу кўзлар билан бирлашиб шу тоб.

Сарсом ва барсом

Сарсому барсомдан айтайин нишон,
Ҳакимлар шундай деб килишур баён.
Ки барсом иссиғу, сарсом совукдир
Бу дарддан одамда ҳаловат йўқдир.
Мияга ўрнашиб олади сарсом,
Айникса, кишда у қилар беором.
Кишида барсомдан бўлса гар нишон,
Баногуш дардидан чекар оҳ-фиғон.
Бу икки иллатдан кўп эрур хатар,
Ҳафа бўлма ростин айтсам мен агар.
Ўйлама бу дардлар бўлар деб ниҳон,
Йўқолмайди улар чикмагунча жон.
Аммо бошлаганда бу дард, эй ҳабиб,
Томир кўриб айтар нелигин табиб.
Барсомга доғ кўймоқ айни муддао,
Ва яна қон олмоқ келтирар шифо!

Фалаж ва лақва

Фалаж ва лақвадан сўрасанг нишон,
Ҳар бирин сен учун килурман баён.

Уларнинг сабабин мендан олгин ёд,
Фалаж сабаби — хилт, лақваники—бод.

Фалаж аломати ва унинг давоси

Фалаж аломатин айтайин дуруст,
Баданнинг тенг ярми бўлиб қолар суст.
Сўзлашдан қолади бутунлай забон,
Тенг ярим баданда жилмас устихон.
Агар сўрсанг сенга айтай бирма-бир,
Фалажга ҳеч дори қилмагай таъсир,
Ва лекин ҳакимлар даво килишар,
Бирор ҳафта моул-асал беришар.
Яна танга сурқар баласон мойин,
Баъзилар топишар шифо кун сайин.
Бу давони синаб кўра олмадим.
Баласонни Ҳинддан топа олмадим.
Бошқа даволарни ишлатдим бисёр,
Ҳеч кимсага таъсир қилмади зинҳор.
Жимодан сўнгра шўр еса ҳар киши,
Фалаждан ортарқан хатар-ташвиши.

Лақва аломати ва унинг давоси

Укам, ақл билан кулоқ солсанг сен,
Лақва нишонидан огоҳ қилай мен.
Лақва хужум қилиб кимга чанг солар,
Лаб қийшайиб, кўзи гўлайиб қолар.
На овқатда ва на уйқуда роҳат,
Гамгинлиги ортар кунба-кун ҳар вақт.
Бу касалга бўлур дори мувофик.
Тузатади табиб бўлса гар ҳозик...
Синалган бир дори айтай, эй ўғил,
Лақвани юзингдан йўқотар буткул.
Сўриб юрилса гар жавзибуяни,
Чехрадан йўқотар хунук лақвани.
Ёнғоқ мойи яна фойда беради.
Узум шароби ҳам дори бўлади.

Кобус ҳақида

Эшит, то кобусдан айтайин нишон,
«Утҳара» деб атар аҳли Ҳиндистон.
Нафас чикмас, кимир этмайди забон,
Қаттиқ азоб тортар шунда ҳар инсон.

Кўп киши билади, уйқуда ногоҳ,
Оғир бир юк босиб қолади гоҳ-гоҳ.
Улдим энди дея қилганда гумон,
Бирдан нафас чиқиб, бўлади равон.
Баъзилар ўша юк девдир дейишар,
Бу сўз билан улар хато қилишар.
Давосини сенга айтсам, эй инсон,
Бослик томиридан олмоқ керак қон.
Жавзи қайдан бергин яна бир дирам,
Қўкракдаги хилтга беради барҳам.
Халила, омила берилса агар,
Хилтларни қориндан суриб чиқарар.
Ун дирам мастако бергил ҳар куни,
Икки ҳафта давом қилдирсанг буни
Ушбу иллат ундан бўлади жудо
Ва доридан бемор топади шифо.
Аммо, ким бу дардга учраса мудом,
Емасин кунжуту яна моши хом.
Саримсоқ, пиёздан асрасин ўзни,
Ловия, нўхатдан ўгирсин юзни!

Моҳулиё

Моҳулиё недир айтайин бу он,
Икки хил бўлади бу ранж бегумон.
Бирида кўроклик, ғам бўлур пайдо.
Сўзлашдан оғиз ҳам тийилмас асло.
Беҳуда сўзларни тинмай валдирар.
Гоҳо устин ечиб, яланғоч юрар.
Бошқа хили бунинг аксидир тамом.
Бир оғиз сўзламас, хомушдир мудом.
Кишида юз берса бундаин касал,
Мия нуксонидан бўлур ҳар маҳал...
Наҳорда касалга чун нони майда,
Бирла кўй миясин бермок кўп фойда.
Юзлари кип-кизил бўлса-чи, демак,
Қийфол томиридан кон олмок керак...
Кўкнору шакардан ҳарира қилса,
Фойда берур уйку олдидан берса.

Чангак

Чангаклар икки хил бўлар, эй ўрток,
Иккисин жойи ҳам миядадир қок.

Бирн мода бўлар, иккинчиси нар,
Модаси куруғу, нари бўлар тар.
Букилар бунда қад мисоли қамон,
«Даҳангбод» дер уни аҳли Ҳиндистон.
Хўл-совуғи уни эрур бедаво,
Кўрмадим кимсанинг топганин даво.
Лекин, билишимча бунга баъзилар,
Фалаж дорисини даво дептилар.
Модаси қайсики куруғи эрур,
Уч кун яшаш учун бир муҳлат берур.
Бахтдан бўлиб агар бу муҳлат ўтар,
Жонини душмандан қутқариб кетар.
У хўли, қайсики нар унга хитоб,
Фалаж каби узоқ беражак азоб.

Тумов

Тумов аломатин қилаин баён,
Назла хилти оқар оғизга томон.
Бурундан оқса у дейилар зуком,
Иложин бир оқил айтмишдир тамом.
Оғизга бир дирам қардамон олгин
Ва унга тенг ярим қаранфул солгин

Седанадан ҳидлаб юрилса такрор,
Зуком вайрон бўлиб, бўлар тору мор.

Зафара

Зафара хақида берайин хабар,
«Нохуна» деб уни форслар аташар.
«Аржун» дейди уни ахли Хиндистон,
Айтайин унда бор қандайин нишон.
Кўзнинг бурчагида бир парда бўлар,
Аста ёйилиб у кўзни эгаллар.
Ҳакимлар қилганмиш унга мудово
Ва лекин ҳеч кимса топмаган даво
Аммо бошланишда қилсалар илож,
Даф бўлар, албатта, ушбу эҳтиёж.
Доно жарроҳларга кимки кўрсатар,
Пўлат асбоб билан уни йўқотар.

Кўз оғриғи

Ҳозик табибларнинг фикрича бу он,
Кўзнинг оғриғини қилайин баён.
Айтай, унда бўлар қандай аломат,

Кўз оқи кизариб юргай давомат.
Бир оз шишар, яна ёш бўлар равон,
Очиб-юммоқ мушкул бўлар ҳар замон.
Шубҳасиз ушбу дард бўлажак барбод,
Синалган дорини мендан олгин ёд.
Эшак тезагила чокшуни қайнат,
Сўнг унинг пўстини бир ёнга ажрат.
Шу пўстни туйгину, яхшилаб эла,
Мижжани ағдариб, сепгин шу палла.
Пахта қўйиб сўнгра боғлаб ол уни,
Уч кеча қилдиргин давом сен буни.
(Кўзларинг топади бу даводан наф),
Кўз оғрик йўқолар ва бўлажак даф.
Қондан пайдо бўлса бу дард ногаҳон,
Қийфол томиридан олмоқ керак қон.

Сабал

Сабалдан назм-ла айтай аломат,
Кўз оқин бутунлай босар рутубат.
Кўз томири кенгайиб, қизил бўлади,
Қизиллик охири кўзга тўлади.
Қорачиғин қизил босгани замон,

Унга даво килиб, бўлмас бегумон.
То кўз қорачиғин қопламай туриб,
Жарроҳ томон бормок керак югуриб.
«Кўз оғриқ» бобида мен айтган даво,
Ушбу дард учун ҳам бўлар мудово.
Қийфол томирига ҳам уриб наштар.
Ундан бирозгина қон олмоқ бехатар.
Ёмасин саримсоқ, гўшт бирла қабоб,
Ёса яна қайта бўлади бетоб.

Миядан кўзга «сув оқиб кириши»

Миядан кўзга сув оққани замон,
Ҳеч дори қор қилмас унга бегумон.
Форслар «Обидўрш» деб аташар уни,
«Падлисамар» дейди Ҳинд аҳли уни.
Ёмон рутубатдан бир нукта чунон.
Ўрнашган бўлади кўз ичра ниҳон.
Кўришга тўсиқлик қилар нобакор,
Қундузни тун қилар, дилни эса тор.
Кўркма, равшан бўлар кўзлар ундан
боз,

Белни маҳкам қилса бу ишга устоз.
Кўриб, бир йил ўтгач, орадан роса,
Табиб ҳозик бўлса қилар хулоса.
Боқар, нукта оқми ва ёки кўм-кўк,
Кўм-кўк бўлса агар иш бўлар хунук.
Бўлса агар ўша тушган нукта оқ,
Доридан кўз равшан бўлади мутлок.
Агар кўм-кўкига сукса табиб мил.
Эшакдир, қора юз, беқолу беқил.

Интишор

Айтайин нишонин недир интишор,
Кўз нури-йўқотиб, қилар тангу тор.
Кўзнинг қорачиғи кенгайиб кетар,
Лек, дори бу дарднинг бошига етар.
Новшадил ва самғ олинар ярим¹,
Ва эчки ўтидан ол яна, ҳаким.
Ва ҳанзал тухмидан сен бир ярим ол.
Уларнинг барини тўтиёга сол.

¹ Бу ерда дирам назарда тутилади.

Сурмадек кўзларга тортилса мудом
Тун кетиб, кундузни кўргай хос-авом.

Шабкўрлик ва унинг давоси

Шабкўрлик белгисин қилайин баён,
Кўз кўрмас кечаси бўлгани ҳамон.
Эрталаб чикқанда машриқдан чироғ,
Кўзи яхши кўради мисоли калоғ,
Синалган бир дори айтайин сенга,
Сўзларим ёд олгин, қулоқ сол менга.
Эчки жигарин топ, унинг сувин ол,
Яхши суюлтириб, яна мурчдан сол.
Ундан кўзга килсанг бир неча бор мил,
Шабкўрлик тузалар беколу бекил.

Кўзга оқ тушиши

Одамлар кўзига оқ тушса агар,
Ҳакимлар «баёз» ҳам дея аташар.
Одамлар кўзига тушса агар оқ,
Зарбадан, чечакдан ё боддан ҳар чок.
Чечакдан бўлса гар юз бўлар қора,

Дори таъсир қилмас унга начора!
Кўзга бирор нарса теккани замон,
Ундан ҳам кўзда оқ бўлар намоён.
Кўзнинг қорасига зарба етса гар,
Дори таъсир қилмас, нури ҳам кетар.
Иллат бошланганда қилинар даво,
Кеч тортса даволаш қийиндир аммо.
Юмшоғу хом зира сувидан мудом,
Кўзга томизилса тузалар тамом.

Бошқа даво

Оқ пиёзнини олиб, яхшилаб эзинг,
Аёл сути билан кўзга томизинг.
Уч ҳафтача шундай қилинса такрор,
Кўз боғидан у оқ даф бўлар зинҳор.
Қана қонин кўзга қуйилса агар.
«Оқ» томирин кўздан юлиб чиқарар.

Қулоқ иллатлари ҳақида

Қулоқда иллатнинг пайдо бўлган дам,
Сабаби сафродир, боду, қон, балғам.
Бундан бошқа яна икки сабаб бор,

Ёки сув киргану ё курт тушган беор.
Кимда боддан агар оғриса кулок,
Мендан бу дорини ўргансин бу чок.
Исирик била куст эзиб ўша он,
Кулокка томизу, боғла иссик нон.
Сафродан бўлса гар кулокда алам,
Аёлнинг сутидан томиз ўн дирам.
Шундай фойда берар лимон суви хам,
Кондан бўлса конин олдирсин илдам.
Куртлар пайдо бўлса агар кулокда,
Хеч бир йўл бирла у чикмаган чокда,
Ялпизу шафтоли баргидан шу он,
Сув олиб томизгил ётганинг замон.
Тажрибам юзидан сурдим мен қалам,
Курт ўлиб, кишидан кетади алам!

Бошқа даво

Алой-у мол ёғин бирга айла жам,
Киздиру, кулокка куйгил ўша дам.
Шу билан кулокнинг дарди бўлар даф,
Аммо сиркадан хам келар шундай наф.

Кулок сувини йўқотиш

Киши кулоғига кирган бўлса сув,
Кулок дардин кўзиб, солади ғулув.
Тезгина камишнинг чўпидан олинг,
Бир учин кулокнинг ичига солинг.
Бошқа учин тикинг олов ичига,
Шундай зарба беринг бу дард кучига!

Бошқа даво

Ўғлим, оғриб қолса кулок ногаҳон,
Оқил бўлсанг менга кулок сол бу он.
Бир оз ғўшт олгину мисоли кабоб,
Ўт устига қўйиб селин ол шу тоб.
Ўша сувдан томиз кулокка шу он,
Бундан осон даво йўқдир, сен ишон!

Бурун носури ҳақида

Бурун ичра носур бўлганда пайдо,
Доридан кетмоғи эрур муаммо!
Жарроҳ бўлса агар доно-ю уста,

Пўлат асбоб билан кесар бир пастда.
Ёки бармоғини суқиб ўша он,
Юлиб итаради томоғи томон.
Лекин яра учин кессалар агар,
Унга анзаруту асал суркалар.

Бурун яраси ҳақида

Бурун ярасига шу нишон, қара,
Буруннинг ичига чиқади яра!
Агар қурук бўлса ўша яра, мол —
Мияси ва мумни суркагин дарҳол.
Пириг окса ва ё хўл бўлса яра.
Унинг дорисини айтаман сара.
Фойдадир ҳалила бирла заъфарон,
Товук ёғи билан суркалган замон.

Буруннинг битиб қолиши ҳақида

Биродар, сен учун қилайин баён,
Бурун гар бекилса не унга нишон.
Бурун ичи хилдан тўсилар чунон,



Мушку-гўнг фаркини билмагай инсон.
Хилтларки, ифлосу, ғализу, хомдир,
Ҳид билиш йўлида мисоли домдир.
Эшак сийдиги-ла қалампир фойда,
Бурун ичра кимки тортса агарда.
Ва лекин буларнинг аксича тамом,
Бурундан бир хилт бор оқади мудом.
Бурундан келар у мисоли тарнов,
«Панис» дейди хиндлар уни «беаёв».
Юқорида зикр этганим даво,
Ушбу иллатга ҳам бўлади шифо.
Ҳар икки хили ҳам тортса агар кеч,
Одам дорн билан қутилмагай хеч!

Лаб ёрилиши ҳақида

Лаб агар ёрилса озми ва ё мўл,
Қарайман текшириб қурукми ё хўл.
Қурук бўлса унинг сабабидир бод,
Хўл бўлса қон уни айлаган бунёд.
Бурун ярасига айтилган даво,
Ушбу иллатга ҳам бўлади шифо.
Тегизмагил унга чангу, совук, бод,

Бу учовдан яра олади фасод.
Аччиғу-шўрлардан ҳазар қил мудом,
Булар уни расво қилади тамом.
Рост айтсам, доридан кўра аввалроқ,
Чоррагга наштарни урган авлороқ.

Томоқ оғриғи ҳақида

Қаттаю-кичикка шарх қилиб бу он,
Томоқнинг дардини қилайин баён.
Томоқ ичи шишиб кетади бехос,
Киши хавони ҳам ҳатто ютолмас.
Сабаби балғамдир қону ҳамда бод,
Унинг аломатин яхши олгин ёд.
Шиш ичра оғриғи сезилган замон,
Билиб ол албатта сабабидир қон.
Қийфолдан тезгина қон олмоқ керак,
Уйлаб ўтирмасдан шошилмоқ керак.
Балғамдан бўлганда оғриқ билинмай,
Сув келиб оғиздан оқади тинмай.
Анжирни қайнатиб, ақл эгаси,
Сув деса беради кундуз-кечаси.
Бир ҳафта ичида оғриқ бўлар даф,
Фазли илоҳ била топажакдир наф.

Юз доғи ҳақида

Юзда пайдо бўлса юз доғи ҳар он,
«Жихоин» деб атар аҳли Хиндистон.
Бошида қилинса бу дардга дори,
Фалакка чиқмагай қайғу ва зори.
Орадан ўтса гар йилу ҳамда ой,
Дард кетмай бўлади ҳолига кўп вой.
Ияги остидан олинганда қон,
Бошланишда дарддан қутулар осон.
Куён сутидан ҳам кўпдир унга наф,
Яна турп уни қилар даф.

Бошқа даво

Мужарраб доридан айтайин бир сўз
Юз доғи ювилиб, соф бўлади юз.
Даво учун оппоқ анзарутдан ол,
Ва унга тенг ярим катиродан сол.
Туйиб, тоза сувга солинса мудом,
Юздаги доғларга суркалса мудом,
Уч ҳафта ичида йўқ бўлиб кетар,
Юзни софу-тоза ва тиниқ этар.

Зотилжам ҳақида

Зотилжамнинг дафи ҳақида, укам,
Дори аломатин айтайин бу дам.
Унг томонда бўлар оғрик билан шиш,
Паст биқинда ортар ранж ила ташвиш.
Йўтал билан қийин чиқади нафас,
Шўр нарсани касал қилади хавас.
Чап кўл бослиғидан олинади қон,
Унга фақат дори шудир, эй инсон.

Нафас сиқиши ҳақида

Нафас сиқишига сўрасанг даво,
Наҳорда бир дирам егин мумиё.
Яна асал билан алой қорилса,
Қутқарар касалга ундан берилса.

Ҳикичок ҳақида

Рост айтай қилмайин ёлғону нифок,
Аломати қандай, не дард ҳикичок?
Уни «хўк-хўк» дейди форсийлар, инон,

«Хадаки» деб атар аҳли Хиндистон.
Ушбу дард уч хилдир, чиқарма ёддан,
Балғамдан, таомдан ва яна боддан.
Меъдадан ўтмайин қолганда овқат,
Хикичок тутади айни ўша вақт.
Кишига қай дори берилар бешак,
Дархол бермас эса табибдир эшак.
Меъданинг бошини хилт олса агар,
Хикичок тезгина кўрсатар асар.
Ушбу хилида ҳам қайт қилмоқ керак,
Меъда хилтларини ҳал этмоқ керак!..

Қорин қуртлари ҳақида

Тажриба юзидан сўрайин қалам,
Қуртлар дорисидан гапирай бу дам.
Бир қурт бор ошқовоқ уруғи каби,
Ичак ичра унинг айшу тараби.
Бири бор чувалчанг каби узунчок,
Ошқозон ичида ватани бироқ.
Бири бор озғину, майда, ориқ тан,
У ҳам ошқозонни айлаган ватан.
Бирининг дафига айтайин даво,

Икки тўла қанбил туйиб ҳамоно.
Аччиқ айрон билан ичирган замон,
Қуртлар ҳайдалади ташқари тамон.
Аммо даво қилмоқ исталган кунда,
Ширинлик едирсин аямай тунда.
Барчаси тўпланиб қантга ёпишар,
Доридан ўлишиб, пастга тушишар.

Бошқа дори

Анор дарахтидан оларсан пўстлок,
Эски бўлса етар тўрт дирам, бироқ.
Олти сир оқар сув била қайнатгин,
Бир сир қолганида дархол тўхтатгин.
Қозонни тушириб шунда ўчокдан,
Сувни сузиб тоза қилгин пўчокдан.
Шу сувдан ичарсан ҳар куни нахор,
Чувалчанг қуртлари қолмагай зинхор.
Бошқа хилига ҳам таъсир этади,
Барчаси қирилиб тамом битади.

Бошқа дори

Яна ёнғок мағзи қилади фойда,
Куртларнинг соҳиби еса ҳар жойда.
Яна сопол туйиб, ичилса наҳор,
Чувалчанг куртида қолмагай қарор.

Бошқа дори

Уч мошшача мурдор сангдан олинар,
Туйиб, кунжут ёғи ичра солинар.
Ундан ҳар ким агар қилса истеъмол,
Куртлар қопи билан чиқади дарҳол.

Истисқо

Давою-белгисин айтиб сарбасар,
Истисқо неча хил берайин хабар.
Уч турли бўлади бу машхур иллат,
Уччови коринда юз берар фақат.
Таблийдир, заққийдир, лаҳмий
 номма-ном,
Шундай деб табиблар аташар мудом.



Таблий деб аталган хилин, эй инсон,
«Сабудхан» деб атар аҳли Хиндистон.
Ташналик юз берар, боддан ортар ғам.
Мешкобдек қаппайиб қорин бўлар дам.
Қоринга урилса қўлни ўша он,
Дўмбира-мисоли даранглар чунон.
Шубҳасиз бу дарднинг сабабидир бод,
Мужарраб доридан айтай олгин ёд.
Саримсоқ пишириб асал ичра сол,
Касалга бер уни, у есин дарҳол.
Агар қирк кунгача еса ушбудан,
Бод дафу, хилт софу, озод қайғудан!

Бошқа даво

Уч тўла эчкининг сутидан олгин,
Бийданжир ёғига у сутни солгин.
Иллатнинг сохиби ичганда тўрт ой,
Қориндан бод кетиб, топади чирой.
Қўп осон кутулиб кетар хар маҳал,
Сигир сийдиги-ла берилса хардал!

Заққий аломатлари

Заққий аломатин айтайин бу дам,
Қоринда зардоб сув бўлиб қолар жам.
Бир мешкоб сув қаби доим қилкиллар,
Қорин ҳам осилиб ғўшти билкиллар.
«Жаландхар» дейишар ҳинд аҳли уни,
Тингласанг ростини айтайин буни.
Дори билан қилиб бўлмади даво,
Ҳозик жарроҳ чакқон бўлса-чи аммо,
Қиндиги остидан тешади аста,
Найчани тикади унга бир пастда.
Зардобни шу хилда чиқарар осон,
Табиб бўлса агар устаю чакқон!

Лаҳмий аломатлари

Қулоқ сол лаҳмийдан айтайин нишон,
«Тўдахан» дер уни аҳли Хиндистон.
Қоринни шиш буткул қоплаб олади,
Қўл урсанг қўл ўрни унда қолади.
Жигарда бўлади пайдо бир тугун,
Дардидан чектирар нола куну-тун.

Баъзан бошқа тугун бўлар кишида,
Лек шишу дард бўлмас ичу-ташида.
Бошида тугунга қилсалар дори,
Қасалнинг кетади қайғу ва зори.
Аммо тугун ўрнаб олган замонда,
Бу дардга излама даво жаҳонда.
Мен сенга шарҳ этган ушбу икки хил,
Сархатар, кўрқинчли, оғиру мушкул.
Доридан соғайиб кетмагач бемор,
Бошқа дори бериб ўтирма зинҳор.

Уйқуда сийиб кўйишнинг давоси

Хар ким тутолмаса уйқуда пешоб,
Унинг давосини ўргатар Шаҳоб.
Бу дард олса агар қиш ичра ривож,
Шақару, исирик, ёғ унга илож,
Қиш ичи дорини қилдирса давом,
Бу дарддан кутулиб кетилар тамом.
Ёзда ҳам юз берса ушбу дард агар,
Бир дирам кашнич ол, тўрт дирам
шақар.

Ўзаро қўшгину, майда қилиб туй,
Даф қилар дардингни маза қилиб туй!

Сийдик тутилиши

Кишининг сийдиги тутилган замон,
Айтайин, не дори бўлади дармон.
Икки дирам ханзал томиридан ол,
Қасали тузалар едирсанг дарҳол.
Сийдик билан бирга тутилса аҳлат,
Ханзал томиридан зўри йўқ ҳеч вақт.

Доус-сўлаб касаллиги ҳақида

Юзу бошда пайдо бўлиб бир хориш,
Соч-сокол тўкилар, бошланар ташвиш.
«Хура» дея атар форс аҳли уни,
Хоҳласанг айтаман лойиқ дорини.
Пичок билан у ер кашланар чунон,
Оқиб чиққунича ундан қизил қон.
Сўнгра қантдан олиб солинар сутга,
Яхши суркалади дард теккан этга.
Тоза мўйлар чиқар қасал еридан,

Кайта тўкилмайди у мўй теридан,
Бодом ёғини ҳам суркаса агар,
Қиши мўйи гоҳо тўкилмай турар...
Яна олдирса ким баданидан қон,
Тоза мўйлар ўсиб чиқар бегумон.
Шундай деб айтганмиш соҳиб
тадбиркор:
«Бир ойда уч марта қон олмоқ, даркор».

Мохов ва пес касаллиги ҳақида

Ҳакимлар ўзаро бўлиб ҳамнафас,
«Хижда» мохов демиш, «дун» эса барас.
Қулоғингга буюр, яхши олсин ёд,
Мохов бузук қондан бўлади бунёд.
Ва лекин демишлар уни бедаво,
Қанча дори қилма топмайди даво.
Чириб кетмай туриб бадан аъзоси,
Баъзилар дейишар бордир давоси.
Вале ким моховга даво этади?!
Ўқдан қочган каби қочиб кетади.
Нафаси эл айшин қаро қилади,
Хотину-фарзанддан жудо қилади.

Мен айтай бир дори мохову-песга,
Ҳеч табиб айтмаган ҳеч вақт ҳеч-қасга.
Юз танга берилса сотар бир дирам,
Яхшилаб туйишиб ишлатар у дам.
Ўзи осон дори, ва лекин қиммат,
Савоб учун айтай қилиб мен ҳиммат.
Даштанжир томирин топу, пўстин ол,
Саккиз сир қуришиб, бир идишга сол.
Икки сир бобачи бирла айла жам,
Иккисин яхшилаб туйгин ўша дам.
Олти дирам ундан ичилса наҳор,
Мохов ҳам, песи ҳам бўлар тору-мор...
Беморинг истаса қанд ила новвот,
Бермагин, барисин чиқаргилу от!
Парҳез қилмоқ керак бу ранжда мудом,
Нону-туз, халво-ю, таомда тамом!

Аъзоларнинг ёрилиши ҳақида

Ёрилса оёғу бошқа аъзолар,
Бошдан-оёқ айтай унга даволар.
Олмоқ керак қийр-у ва яна қандан,
Ҳар биттаси унинг тўққиз дирҳамдан.

Тоза мумиёдан уч дирам олсин,
Ўн саккиз дирам мол ёғидан солсин.
Буларнинг ҳаммасин бирга қилиб жам,
Оловнинг устида қайнатсин у дам.
Ёрилган аъзога суркасанг дарҳол,
Тузалиб юз бергай сенда яхши ҳол.
Фойда берар яна туя ёғи ҳам,
Агар мол ёғи-ла қилинса малҳам.
Яна кунжут ёғи бирла қирни ол,
Малҳам қил ва сурка тузатар дарҳол.

Илон заҳарлаши ҳақида

Қаламнинг тумшуғин қоғозга урай,
Заҳарлар ҳақида бир суҳбат қурай.
Бирор ерни чақиб олганда илон,
Кесиб ташлаш керак уни ўша он.
Кесишнинг иложи бўлмаса у дам,
Ип билан боғламок керакдир маҳкам.

Бошқа даво

Сувдаги бақанинг қорнини ёриб,
Чаккан жойга босгин тез олиб бориб,
Қаламуш топилса ўша он биров,
Бақадан фойдаси яна яхшироқ,
Илон чаккан маҳал топилса тезда,
Сигирнинг сутидан бер ўша кезде.
Булар беморга тез таъсир этади,
Заҳари бадандан бешак кетади.

Бошқа даво

Тезгина беш дирам қалампирдан ол,
Яхшилаб туйгину, бир сир ёққа сол.
Беморнинг оғзига қуй ўша онда,
Заҳарни кесибон сақлар омонда.

Бошқа даво

Товуқнинг ўтини топгину тезда,
Бурнига суркагин чакқани кезде.
Таъсири бўлмагай илону-чаён,
Ногаҳон кишини чакқани замон.

Томир ва сийдик мукаддимаси

Каттаю кичикнинг олдида бу гал,
Томиру сийдикдан ёзайин тугал!
Қийиндир бу икки илм, эй ҳаким,
Билмасдан чиқариб бўлмайти хукм.
Томирнинг ишини билмайти киши,
Тажриба қилмаса ёз ила киши.
Узоқ йил тинимсиз табиблик килар,
Бармоқни томирга қўймоқни билар.
Яна касалларнинг сийдигин олар,
Ранги қандай экан, назарин солар.
Шундай қилиб унга бахт бўлади ёр,
Йиллар ўтар, шуҳрат топади такрор.
Ўтган ҳакимларнинг одат-расмича,
Бу ҳақда ёзайин «Тибб»имда пича.
Холи бўлмасин бу илмдан китоб,
Демасин, нуқсонга йўл қўймиш Шаҳоб!

Томир уриши баёнида

Хинднинг ҳакимларин сўзича бу он,
Одамлар томирин килурман баён.

Бош бармоқ этаги сари қўйгин қўл,
У ерда томир бор машхур, огоҳ бўл.
Ҳаким бўлса ҳозик, доною чакқон,
Бармоғин томирга қўйгани замон,
Қарга юришига мос урса томир,
Билгинки, иллоти сафродан содир!
Секину мулойим урса у агар,
Билгинки, балғамдан бермоқда хабар.
Товуғу товуснинг юришига мос,
Ва ёки ўрдакнинг рафторига хос,
Ёки бақа каби сакраса тез-тез,
Билиб қўй, сабаби қондир ўша кез.
Жуда секин урар бод бўлса пайдо,
Борми у ё йўқми, билинмас ҳатто.
Илон юришига мос урса ҳар дам,
Сабаби сафрою боду ҳам балғам.
Оқил эса киши, эй хожа, мудом,
Ушбу тўртта мисол кифоя тамом!

Сийдик ранглари ҳақида

Пешоб ранги учун тортишув анча,
Биров унча дейди, бирови мунча.

Лекин тортишувдан сўнгра кўп узоқ,
Килдилар тўққиз хил, дея иттифок.
Апельсин рангига ўхшаса пешоб,
Сабаби сафро, деб килдилар хитоб.
Бироқ ранги бўлса уни заъфарон,
Унинг боиси ҳам сафро бегумон.
Пешобга боққанда кўринса у ок,
Уни оқартирган бод бўлар бироқ.
Иситма сабабли бўлса гар кора
Касалнинг дарди куч, айтсам, начора!
Иситма бўлмайин, бўлса гар кора,
Қўркмагин, дардингга топилур чора.
Пешоб бўлса агар анжир ранг мисол,
Кони кўпайган, деб хукм кил дархол.
Кимнинг бўлса агар акли соғ-омон,
Кифоя бу тўққиз мисол бегумон!

Эмизикли болалар ҳақида

Аёл сути бўлар гўдакка зарар,
Эр билан ётганда берилса агар.
Хусусан берсалар висол онида,
Кўп ранжлар кўзғайди гўдак конида.

Унга сут бергандан кўра ўша он,
Заҳар берган аъло эрур бегумон.
Ёқимсиз овқатдан еса гар она,
Тери касалига бўлар баҳона.
Бола ўз онасин эмгани авло,
Ўзга сутдан зиён етар доимо!

Сувлар ҳақида

Сувким, одам учун бўлолмас овқат,
Ва лекин меъдага беради қувват.
Энг яхши сув шундай сувки ҳар қачон,
Чашмадан тош узра бўлади равон.
Яна бири анҳор сувидир, бироқ,
Оқар йўли бўлса тоза, соз тупроқ.
Яна мумкин ёмғир сувини ичиш,
Тоза-ю, озода бўлса гар идиш.
Уч вақтда сув ичмоқ қилинмас тайин,
Жимою, дам олгач, уйқудан кейин.
Хаммомдан сўнг совуқ сув ичмоқ хато,
Терлаб туриб ичсанг жонгадир бало.
Жимодан сўнгра гар сув ичса киши,

Бедаво дардлардан ортар ташвиши.
Чопгандан кейин ҳам сув ичма шитоб,
Ўз танинг деворин айлама хароб!

Соғлиқни сақлаш тадбирлари

Агар бўлсин десанг сихатим кўп соз,
Парҳездан калитинг бўлсин кишу-ёз!
Хилма-хил аччикдан ўзни тут хар дам,
Қорнингни тўлдирма, бўш кўймагин

хам.

Кам еса гар киши соғлиқ бўлуր ёр,
Кўп еса сихати ранждан тору-мор.
Овқатни бир вақтда егин, эй одам,
Мол доим егандек емагин хар дам.
Қорнингга яраша егин овқатдан,
Ортиқча еб заиф бўлма иллатдан.
Қишда емоқ керак шундайин овқат,
Иссиғидан танга етсин ҳарорат.
Аммо ҳаво иссиқ бўлган замонда,
Совук овқатлардан егин хар онда.
Янги нону, эчки гўшти е, укам,

Хар куни бир вақтда на ортик, на кам.
Кўп ема, парҳез кил доим овқатдан,
Кўп еган кўп ейди зарба захматдан.
Айтган нарсаларга қилсанг сен амал,
Баданинг саломат бўлар хар маҳал!

Жисмоний ҳаракат

Ҳакимлар, жисмоний ҳаракат қилмоқ
Керак, деб айтмишлар бўлиб иттифок.
Отда ё пиёда юришар гоҳо,
Юришдан тўхташар чарчаса аммо.
Ўртача ҳаракат қилинган маҳал,
Қоринда бор овқат тезда бўлар ҳал.
Дармон пайдо бўлар томирларда ҳам,
Ўзни сезар киши тетигу-бардам.
Аммо ошйб кетса юришнинг ҳадди,
Ўз берар айтилган фойданинг зидди.

Уйқу ҳақида

Кўп ухлашдан ҳосил бўлар яракон,
Қам ухласа ундан зиёнدير, зиён.
Етарлича киши ухласа агар,
Соғлом бўлар, асло юзланмас зарар!
Ҳаким аҳли демиш, тун — уйқу учун.
Тунда ухламаслик келтирар жунун.

Сурги қилиш ва қусишнинг йўли ҳамда вақти

Иссик ҳамда совуқ кучайган замон,
Сурги, куски дори ичма, эй ўғлон.
Шамолли, булутли, ёмғирли кунда
Сурги ичсанг фасод кўзғайди танда.
Агар одам бўлса тўла-ю, семиз,
Зарар бўлар унга сурги қилган кез.
Сурги қилса озгин киши ҳам бироқ,
Семиз кишилардан кўра зиёнроқ,
Сургининг бир йилда икки вақти бор,
Қишнинг аввалидир ва яна баҳор.

Қасалликнинг оғир ёки енгиллигини аниқлаш

Енгил қасал учун нишон шу агар,
Жойида бўлса тил, аклу ҳам назар.
Яна ухлар бўлса кўрпада чунон,
Соғлиқ айёмида ухлагансимон.
Бундай қасал бир кун тузалиб кетар,
Оғир бўлса аксин, бил, киёс этар.
Пешона териси бўлади тириш,
Қулоғида пайдо бўлади учиш,
Кўкрак иссик бўлар, оёк ости муз,
Пешона ҳам совуқ бўлар ўша кез.
Қиска-қиска нафас олади бемор,
Юз-кўзи сарғайиб, бўлар серғубор.
Беморда юз берса шундайин нишон,
Тузалиб кетиши бўлар даргумон!

Бош кепаги

Ўтмиш ҳакимлари — соҳиби ниёз,
Бошнинг кепагини демишлар «ҳазоз».
Нўхатни сиркага солиб хўл қилар.

Сўнгра асал билан бошга суркалар,
Бирор соат ўтгач ювилганда бош,
Бош кепаги кетар беролмай бардош.

Соч ёрилиши

Ёрилса ҳар кимда соч ёки сокол,
Дарахнинг баргидек тўкилар беҳол.
Сувда омилани уч кун ивитар,
Сўнгра мол ёғида уни қайнатар.
Диққат қилар: яхши қайнаган замон,
Ичида қолмаса суви ўша он.
Тагига йиғилган ёғнинг барисин,
Ёрилган сочларга ишқаб суркасин.
Сочим ўссин дея қилса гар ҳавас,
Шу ёғдан ҳар кунни суркаб турса бас!

Овқат даражалари

Тўрт хил даражага эгадир овқат,
Дейишар шуҳратли табиблар ҳар вақт.
Биринчисин аввал қилайин баён,
Ошқозон овқатга тўлгани замон,

Иссик ё совуқлик ошмаса агар,
Биринчи даража шудир, топ хабар.
Яна агар овқат ейилган замон
Иссик ё совуқлик ошса ногаҳон,
Тезгина касаллик бўлади содир,
Билгинки, иккинчи даража шудир.
Овқатдан сўнг мижоз ўзгарса агар,
Ва лекин тинч ўтиб кетса бехатар
Шудир учинчиси бесўз, бекалом.
Аммо тўртинчида ўзгарар тамом.
Қиши табиати ўзгарар чунон,
Билмайди бу ерми ва ёки осмон.
Овқатдан юз берса агар ушбу хол,
У овқат эмасдир, у захри қаттол.
Оғизга қанчаким дори солади,
Биров ўлиб, биров тирик қолади.

Ёшга қараб овқатланиш

Кексалар фикрини эшитгин бир оз,
Қайси пайтда қандай дори бўлар соз.
То ўттиз ёшгача киши мижози,

Уртача бўлса у мижозлар сози.
Уттиз ёшдан токи қирқ ёшга томон,
Қуруқ-иссиқ мижоз лозим ҳар замон.
Танда ошиб кетса қуруқлик агар,
Хўл-қуруқ овқатдан егай сарбасар.
Бирок қирқдан олтмиш ёшгача, эй ёр,
Қуруқ-совуқликни қилгай ихтиёр.
Агар хўл-иссиқлик ошса баданда,
Қуруқ-совуқликни оширсин танда.
Ва лекин олтмишдан ошганида ёш,
Баданда бод бирдан кўтаради бош.
Балғам рутубати бўлади пайдо,
Қуруқ-иссиқ овқат айни муддао.
Бу ёшда узок бўл доим аёлдан,
Эй хожа, бу ишни чиқар хаёлдан.
Ёш агар саксондан тўксонга етар,
Бадандан бутунлай куч-қувват кетар.
Баданда кўпаяр совуқлигу-бод,
Аъзолар қуввати бўлади барбод.

Баданнинг ҳидланиши

Қўлтиқ билан оғиз ҳидланса агар,
Сохиби хунарлар дейишар «бахар».
Меъдадан юз берса агар бу иллат,
Айтай унда бўлар қандай аломат.
Оғиздан шундай хид келар ногаҳон,
Дев ҳам тоқат қилиб туролмас бир он.
Шундай баён қилмиш барча ҳукамо,
Бу дарддан қутулмоқ жуда муаммо.
Меъдани қайт билан соф қилмоқ зарур,
Хид аста йўқолар, иложи шудир.
Тишдан пайдо бўлса агар бу иллат,
Унда бир озгина хид келар фақат.
Қаранфул, мушк билан удни қилиб жам,
Ўша тишга суртмоқ керакдир ҳар дам.
Бир неча кун қилса бу ишни такрор,
Оғизда ҳеч бир хид қолмагай зинҳор.
Вале хидли бўлса қўлтиқ ҳар маҳал,
Ичмоқ керак доим сут билан асал.

Овоз бўғилиши

Кишида бўғилиб қолганда овоз,
Овоз чиқарай дер, чиқмас бироқ соз.
Иллатин билмокчи бўлсанг у боддан,
Эскиса тузалмас, чиқарма ёддан.
Бошланишда агар қилинса даво,
Кўп ўтмасдан киши топади шифо.

Давоси

Тутнинг илдизи-ю, мевасин туйсин,
Қайнатиб сувини оғизга куйсин.
Фарғара қилса у бир ойча мудом.
Овози очилиб кетади тамом.

Оғиздан сув оқиши

Сув оқса кишида доим оғиздан,
Кулоқ сол, давосин айтай оғиздан.
Каранфул бу дардга келтиради наф,
Доим еб юрилса дардни килар даф.

Арпа билан бугдой пўстидир фойда,
Еб юрса йўкотар у олти ойда.
Сирка билан гулоб ва яна асал,
Фарғараси фойда берар ҳар маҳал.

Тиш оғриғи

Тажриба юзидан, эй укам, сенга,
Тиш дорисин айтай, кулоқ бер менга.
Совук сувдан оғрик топса гар қарор,
Қийфол томиридан кон олмоқ даркор.
Иссик сувдан агар тиш топса ором,
Шивит босмоқ керак остига мудом.
Яна тиш остига босса мастако,
Тиш оғрик йўқолиб кетар мутлако.

Кулоқ шанғиллаши

Ўтмиш ҳақимлари демиш расту-чин,
Кулоқ шанғиллаши дейилар «танин».
Мияга куруклик ўрнаса ногоҳ,
Кулоқдан овозлар келар баногоҳ,

Меъданг холи бўлмай ема сен таом,
Корнингни овқат-ла тўлдирма мудом.
Бодом ёғидан ол бир неча дирам,
Ва уни кулокка томиз ўша дам.
Ковок уруғидан яна олиб ёғ,
Кулокка томизсанг бўлар соппа-соғ.
Бир кунда есанг ҳам тўрт марта таом,
Қайтадан кўзгалмас дардинг вассалом!

Сабзавотлар ҳақида

Пиёз хосияти

Пиёз киши пуштин оширар, ўғлон,
Жигарга тозалаб берар яхши кон.
Қўп еса, кўзларга зиён қилади,
Сафрони ошириб, гирён қилади.

Саримсоқ хосияти

Совуқ бўлса агар кишида мижоз,
Саримсоқдан еса, қандай бўлур соз!
Тандан совуқликни қувар саримсоқ,
Белга қувват берар яна еган чок.
Ҳарорати борлар ундан емасин,
Сўнгра касал бўлиб колдим демасин.

Бақлажон хосияти

Бақлажондан агар сўрасанг нишон,
Иссиқ бўлса мижоз таъсири ёмон.
Совуқ бўлса мижоз манфаати бор,
Пуштга кучу қувват қилади нисор.
Бавосил, хинзиру бўлса шақиқа,
Ундан ҳеч емасин бирон дақиқа.

Кашнич хосияти

Кашнич совук бўлар ейилса агар,
Бош айланса яхши фойда келтирар.
Ҳазм бўлар ундан меъдада овқат,
Одамда иштаҳа кўзғатар ҳар вақт.
Аммо кўп ейилса — кўзғайди фасод.
Хотира бутунлай бўлади барбод.

Укроп хосияти

Укроп иссиқдир, йўкотади бод,
Иссиқ мижоз еса, кўзғайди фасод.
Совук мижозлилар еса агарда,
Ошқозон — меъдага келтирар фойда.

Ошқовоқ хосияти

Совукдир, бод кўзғар танда ошқовоқ,
Совук мижозлилар емасин мутлоқ.
Иссиқ мижозларга кўп фойда этар,
Халқум билан танни яна юмшатар.

Шолғом хосияти

Шолғомдан кўп фойда топар фақат бох,
Бошқа жойларни у қилади табох.
Кўзларга равшанлик бағишлар, сахар—
Беш дона пишириб есалар агар.

Ялпиз хосияти

Ялпизнинг ҳолидан сўрасанг агар,
Эркагу хотинга куч-қувват берар.
Кишида иштаҳа кўзғатар ҳар вақт,
Меъдада тез ҳазм бўлади овқат.
Иссиқ мижозларга келтирар зарар,
Бир неча кун еса тўхтамай агар.

Сут ва сутдан ҳосил бўладиган нарсалар ҳақида

Сутлар фойдасини қилиб мен тақрир,
Улар хосиятин айтай бирма-бир.
Сигир қатиғи-ю, айрони ҳар он,
Фойда бўлар яхши ивиган замон.
Ичилса овқатдан сўнгра озма-оз,
Келтирар кишига фойдалар кўп соз.
Кўй сутидан бўлса қатиғу айрон,
Дил чироғин равшан қилади ҳар он.
Сигир, говмиш, совлиқ қатиғидан ҳам,
Эчкининг қатиғи хушдир, эй одам.
Арасту тиббида ёзибди шундок:
«Совлиқнинг қатиғи ок захар, ўртоқ».

Ёғлар хосияти

Жонивор гўштида бўлса агар бод,
Ёғи ҳам шундай деб мендан олгин ёд.
Говмишнинг гўштига бод тушса агар,
Айрону, ёғидан фасодлар кўзғар.

Эчкининг ёғи-ю, гўштидир кўп соз,
Гўштида бўлади боди жуда оз.
Сигирнинг гўшtidан кўзғалса ҳам бод,
Ёғидан фойдалар бўлади бунёд.

Ўсимлик мойлари ҳақида

Бодомнинг ёғидан қилса истеъмол,
Қурук бўлса халқум юшатар дархол.
Асабу мияга зўрдир ундан наф,
Боду қурукликни тезда қилар даф.
Кўкнор ёғидан ҳам фойда хўп катта,
Сийна дардини даф қилар албатта.
Кўзга фойда, сийна шамоллашга ҳам,
Яна ундан уйқу хуш бўлар ҳар дам.
Қуланж, яраконга зиёндир, бироқ,
Шу дардга учраган емасин мутлоқ!
Яна ёнғоқ мойи фойдадир кўп соз,
Унинг хосиятин эшитгин бир оз.
Ундан қорин қурти ўлади ҳар дам.
Ҳафакон йўқолар, сийна хилти ҳам.
Яна бавосилга қилади у наф.
Қорин бодларини яна қилар даф.

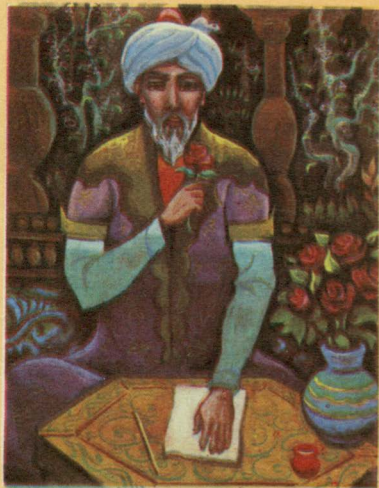
Бирок зиѐндир у кишида зўком,
Бўлса мохулиѐ, саръ, назла мудом.
Зайтун ѐғи танга суркалса мудом,
Бадандан бод кетиб, бўлади соғлом.
Яна канакунжут ѐғидир фойда,
Ундан бод шишлари қолмас ҳеч жойда.
Зиғир ѐғи фойда бўлади, бироқ,
Кунжут ѐғи яна ундан устунроқ.
Яна саршаф ѐғин айтсам бехато,
Бодлардан омонлик қилади ато.
Бальзамнинг мойидан суркалса агар,
Бадандан фалажу лаквани кувар.



ЮСУФИЙ



«Илож ал-амроз» ва
«Хайрли кишиларга
фойдалар»
рисолаларидан



Юсуф ибн Муҳаммад ибн Юсуф ат-Табиб ал-Харавий XV асрнинг охирларида Хуросоннинг Хоф шаҳрида дунёга келди. Унинг отаси Муҳаммад ибн Юсуф ўз даврининг етук олими бўлиб, форс ва араб тилларини мукаммал билар, мохир врач, луғатшунос ва тарихчи сифатида ном қозонган эди. Унинг таъботатга оид араб тилида ёзилган «Айн ал-хаёт» («Хаёт булоғи»), луғатшуносликка оид «Бахр ал-жавохир» («Гавҳарлар денгизи»), «Жавохир ал-луғот» («Луғат жавохирлари») каби асарлари СССРдаги ва дунёдаги бошқа кутубхоналарда босма ва қўлёзма ҳолида сақланмоқда.

Юсуф ибн Муҳаммаднинг таржимаи холига оид маълумотлар кам сақланган. Унинг отаси Хиротнинг машхур ваҷи эканини ҳисобга олсак, у табобат сирларини ўз отасидан ўрганган деб ҳулоса чиқариш мумкин. Хирот адабий муҳити таъсири эса уни шеърят сари етаклаган. Унинг дастлабки шеърӣ асарлари XVI асрнинг биринчи йилларидан бошлаб Юсуфӣ таҳаллуси билан таркала бошлайди.

Юсуфӣнинг бутун ҳаёти «жаҳонгашталиқ» ва дарбадарликда ўтди. Бобир 1525 йилдан сўнг Ҳиндистонга юриш қилиб, уни эгаллайди ва Юсуфӣни ўз хузурига тақлиф этади.

Юсуфӣнинг Ҳиндистонга кетиб қолишининг асосий сабаби Хиротнинг нотинчлиги эди. Ҳиндистон нисбатан тинч бўлиб, Хиротдаги машхур олимлар у ер-

га қочиб боришгач, илм марказига айлана бошлаган эди¹.

Юсуфӣга кўпроқ шухрат келтирган асари унинг рубоӣ жанри воситасида ёзган «Илож ал-амроз» («Қасалликлар давоси») асари бўлди. 1509—10 йиллар атрофида ёзилган бу асар тез орада Хиротнинг «номдор» фозиллари диққатини ўзига тортади ва улар рубоӣлардаги мураккаб дориларга шарҳ ёзишни Юсуфӣдан илтимос қилишади. Юсуфӣ бу шарҳни 1512 йили ёзиб тугатди ва уни «Жомӣ ал-фавойид» («Ғойдалар мажмуаси») деб атади.

Юсуфӣнинг тиббӣ рубоӣларига Ўзбекистон территориясида ҳам қизиқиш кучли бўлган. 1882 йили хоразмлик Муҳаммад Амин ибн Муҳаммад Заҳирхўжа

¹ М. Низомиддинов. Ўрта Осиёнинг чет эл шарқи билан алоқалари, Тошкент, «Ғаъ» нашриёти, 1961, 58- бет.

ал Хусайний ал-Хоразмий (Ходим) уни ўзбек тилига таржима қилган.

Юсуфийнинг рубойларидан ташқари, бошқа асарларига ҳам кизиқиш кучли эди. Унинг «Фавойиди ахёр» («Хайрли кишиларга фойдалар») ва «Илож ал-амроз» («Қасалликлар давоси») асари Тальатий номли шоир томонидан «Мағз ат-тибб» («Табобатнинг мағзи») номи билан турк тилига таржима қилинган¹. Унинг «Анвор ал-ҳикмат» («Хикмат нурлари») рисоласи эса 1906 йили Қоғонда нашр этилган, Тошкентда эса ўзбек тилига таржима қилиниб, тошбосмада чоп этилган. 1533 йили Хиндистонда ёзилган «Бадойиъ ал-иншо» («Мактуб ёзиш санъати») асари Хоразмда мулло Бобожон

¹ К. Хикматуллаев, Розий ва унинг шогирди ёзиб қолдирган касалликлар тарихи. Тошкент, «Фан» нашриёти. 1974, 49-бет.

Худойберди Санойй томонидан ўзбек тилига таржима этилган.

Юсуфийнинг илмий меросини ўрганиш медицина тарихини ёритишда кенг аҳамиятга эга. Қуйида келтирилаётган таржималар бу йўлдаги биринчи уринишдир.

«Илож ал-амроз»дан

Эй, бош оғриғидан чекувчи алам,
Харакат қилмагин, дам олгин ҳар дам.
Гулхайри, бинафша, бугдой кепагин,
Қайнатиб сувига оёк сол бир дам.

*

Қуёшнинг таптида юргач ноилож,
Бош оғриқ юз бериб, ўзгарса мизож.
Гулхайри суви-ю, кепак ширасин,
Қўшиб бошга сурка, шу яхши илож!

*

Кишида бош оғриқ юз берса агар,
Бошига юз ғаму дардни ёғдирар.

Бурундан келса қон ё йиринг, демак,
Бош оғриқ, бил ундан юзин ўгирар.

*

Ҳар қимса сарсомдан тортиб кўп зиён,
Беҳудлик ерида ётганда ёмон.
Сийдиги ўхшаса мисоли сувга,
Демак бу ўлимдан бўлади нишон.

*

Ичак ярасида ўзни билимдон
Чоғловчи, кўкнорни қайнатиб ҳар он.
Тозалаб, мирт ёки олма шарбати,
Бирла ич, топарсан фойда бегумон!

*

Эй сен, шақиқадан тортувчи азоб,
Давонинг юзидан кўтаргил никоб.
Заъфарон, афюнни елим билан туй,
Гулобда ҳамир қил суркашга шу тоб.

*
Сарсоминг юз берса агар балғамдан,
Жоминг тўлиб тошса дард ила ғамдан.
Балғамни даф этмок тадбирини қил.
Шояд қутулгайсан ушбу аламдан.

*
Иллат кўрпасини кўтариб сарсом,
Келганда алжираб сўзларсан мудом.
Мақъад томирларинг шишса агарда,
Тузалиб кетарсан, кўркма, батамом!

*
Иқболинг йўлига ғов бўлса нисён,
Ҳолинг ундан бўлури доим паришон.
Дафига кифоя хар кун бир мискол,
Моддат ул-хаётдан еганинг замон.

*
Жиннилик чоҳига куласа инсон,
Савдонинг сургисин берсин ўша он.

Ғамини ҳайдабон, хурсанд килувчи,
Муаддилот бериб, айласин шодон.

*
Ақл қочар бўлса хар тандан йирок,
Жиннилик асари юз бергай у чок.
Шунда тиксин кўзни гўзаллар томон,
Чангу, най, удга ҳам солсин у кулок!

*
Садоқат йўлида ким ошиқ бўлса,
Ошиқлик йўлида ҳам содиқ бўлса,
Ҳозик табиб учун бу ошифтага,
Давоси висолдир мувофиқ бўлса!

*
Қазо саръ иллатин қилса намоён,
Хўл мева емасин, бўлади зиён.
Эчкининг гўштини емай, бўйнига —
Уди салиб осиб юрсин хар замон.

Кобус иллатига йўликса киши,
Ухласа ортади ғаму-ташвиши.
Иллатга сабабчи бўлган моддани,
Танидан қувласа саз бўлар иши!

*

Кобус бўлса кимки тез-тезу, такрор,
Акли йўқдир даво қилмаса зинҳор.
Охир жинни бўлар ёки тутқалоқ,
Сактадан сихати бўлар тору-мор!

*

Кимнинг айши бўлса фалаждан вайрон,
Ярим тандан кетгай ҳаракату-жон.
Биринчидан бошлаб то тўрт кунгача,
Фақат мун асал есин ҳар замон!



Тўртинчи кунда фалаж иллатин,
Фақат бергай мой усул шарбатин.
Каптар бола гўшти, нўхат сувидан,
Зира, заъфар кўшиб қилгай овқатин.

*

Ўн тўрт кун ўтса ҳам тузалмаса шал,
Амал учун табиб кўл ургай жадал.
Сурги дори бергай икки ё уч бор,
Шояд шал тузалиб кетгай у маҳал.

*

Фалаж шифо томон юзини бурса,
Мунзижу, сургидан фойдалар кўрса,
Фарфиюн, седана, қустнинг ёғидан,
Фойдадир имкони борича сурса.

*

Лақва гар ҳар кимга юзин тутади,
Соғлик куши ундан учиб кетади.

Туну-кун оғзида мускат ёнғоғи,
Сақласа албатта фойда етади.

*

Ҳар кимга лақванинг иллоти етар,
Соғлиғин йўқотиб, паришон этар.
Икки-уч бор еса иёраж ҳаббин,
Шояд бу иллатдан қутулиб кетар.

*

Балғам ошиб кетиб тутса қалтирок,
Муносиб сургидан ичирсин, бироқ—
Сабаби май ёки жимоъи бўлса,
Май билан жимоъдан тийилсин мутлоқ.

*

Аъзо учиш кимга кўрсатса юзни,
Учган жойга боссин қиздириб тузни.
Бу билан кетмаса бадан покловчи
Ҳаббга ёр айласин у замон ўзни.

*

Қачонким кўзингда пайдо бўлса оқ,
Дафъини даводан қилади сўрок.
Асални лоланинг суви-ла суртсанг,
Даво бўлур кўзни юмиб-очган чок.

*

Хид билиш қувватинг бўлганда ниҳон,
Хидни сезмоқ қийин — яхшими ёмон.
Куюқ хилтлар бўлса унинг сабаби,
Сурги дори эсдан чиқмасин бир он.

*

Сассик хид буркираб чикса бурундан,
Барча табиати кир бўлар ундан.
Дори учун табиб сунбулни туйиб,
Пуфлаши лозимдир сассик бурундан.

*

Лаб ёрилиб озор чекса ҳар инсон,
Қурук-иссиқ емиш бўлади зиён.
Товуқ ёғи билан тухум оқини,
Малҳам қилиб лабга қўйсин ўша он.

*

Оғзингдан сув окса,совигаҷ миҷоз,
Яна совуқ есанг фойда қилмас боз.
Уд билан зирадан иллат кетгунча
Гувориш қилиб е, фойда бўлар соз.

*

Ёмон хид оғиздан келса ногаҳон,
Халқ улфат бўлишдан қочар ҳар томон.
Сурги ичса ғолиб хилтни ҳайдовчи,
Қутулиш. давоси бўлади осон.

Томок кони берса зулукдан хабар,
Кон тўхтамай окса томоқдан агар.
Хардал сувин тузла ғарғара қилсанг,
Фойдали дори йўқ бундан ҳам ўтар.

Овозинг бўғилса, пандга кулок сол,
Озгина новвоту, озроқ маска ол.
Бирини бирига кўшиб егину,
Икболинг душманин ғам-ла айла дол.

Нафас сиқиш кимга ёр бўлса агар,
Ёмон хид, тутун, чанг душмани бўлар.
Совук сув, тўклигу, кундузги уйку,
Ёмон хид, тутуну, чангдан ҳам баттар.

Хафақонда парҳез йўлини тутгин,
Ҳикматли сўзимни кўнглингга битгин.
Қайда қазо ёкса ғам оташини,
Тезгина у ердан қочгину, кетгин!

Сариқ бўлиб сабри кетса ҳар бир эр,
Лойик деб бил унга қайту, сурги, тер.
Товук гўшти, нўхат ва яна катик.
Билан бирга ҳар кун анор сувин бер.

Бавосил ранжида табиби ҳозик,
Тарвузу анорни кўради лойик,
Софиндан кон олар, товуғу, угра.
Ва зиркнинг сувини кўргай мувофик.

*
Буйрак ярасидан дилинг бўлса танг,
Сийдикда парчалар кўринса гўштранг.
Танинг сиххат топар бир неча муддат,
Угра риштасидан узмасанг панжанг.

*
Мақъадда ёрилиш пайдо бўлган кез,
Беморинг давога мухтож бўлар тез.
Олма, беҳи, зирку, лимон, сумокқа,
Ухшаш қобизлардан айлагай парҳез.

*
Заифликдан бўлсанг дилхастаю-хор,
Жимоъ учун бахтинг бўлмаса ҳеч ёр.
Дилинг ёвқат тортса чумчуқ мияси
Ва каптар тухмини егин сен такрор.

*
Кимнинг ҳуснбузар юзини бузар,
Хаста дили иллат ғамидан тўзар.
Танқиядан кейин сирка, седана,
Суркаса иллатнинг томирин узар.

Ёйиладиган ва ичиладиган нарсалар ҳақида рисола

Билгил, эй, тоза қалб киши бирма-бир,
Бу сўзни демокда Юсуфий фақир.
Рисолани қилдим сен учун бунёд,
Еб-ичиш тадбири ҳақида ижод.
Рисола назм-ла бўлганда тамом,
«Маъкулу машруб» деб унга қўйдим
ном.

Ул ойким чехрадан олганда никоб,
«Хуш» дея кўрсатди тарихин шу тоб.
Пайдо бўлди шунда бу хуш дастурхон,
Чиройли, неъмат юз хилда алвон.

Ёмонлардан уни асрагил, худо
Яхшиларга насиб этсанг, муддао!

Ейиладиган нарсалар ҳақида

Агар сен ҳикматдан бўлсанг хабардор,
Сихатинг ўйла-ю, кўп ема зинҳор.
Овқатни тановул айлаганинг чок,
Қорнинг роса тўйиб кетмасин мутлок.
Озроқ есанг, тезроқ ҳазм бўлади,
Баданинг соғ бўлиб, кучга тўлади.
Чинакам иштаҳа бўлганда пайдо,
Овқатга майл этмоқ айни муддао.
Чинакам иштаҳа пайдо бўлган он,
Сабр ила тоқатдан қолмагай нишон.
Агар бўлай десанг, доим саломат
Қорнинг очмай туриб емагил овқат.
Ғализ овқатлардан айлагил ҳазар,
Йўқса, ундан етар меъдага зарар,
Иссиқ пайдо қилса агар ҳар овқат,
Ҳаво иссиқ пайтда емагил ҳеч вақт

Одамнинг ичи ҳам кизир зохири,
Пушаймон тортади ундан охири.
Танангда ҳарорат кўпайса минг бор,
Бўлурсан, албатта, назору бемор.
Ҳаво ёмон совиб кетгани чокда,
Совуқ овқатлардан бўлгил узокда.
Ичу-ташинг бирга жанг пайдо килур,
Совуқ учун айни муддао килур.
Ҳароратга нуқсон етгани замон,
Ҳазм нуқсонидан қолмайсан омон.
Бир кунда одатинг бўлса, эй хушёр,
Бир бор овқат ейиш ёки икки бор
Ушбу одатингни бузма ҳеч қачон,
Бузсанг, мубталосан ранжга бегумон.
Агар еган бўлсанг сен қуюқ овқат,
Суюқ овқат ема кетидан ҳеч вақт.
Меъдангдан то ўтиб бўлмасдан овқат,
Устидан емоқни қилмагин одат.
Ҳар хил овқат ема, айлагин ҳазар,
Ундан юз беражак ранжу ҳам зарар.
Нозик овқатлардан эй ўғлим, зинҳор,
Риёзатдан сўнгра қилма ихтиёр.
Агар сенга бўлса доим муяссар,

Лазиз овқатлардан егин сарбасар.
Лекин, айламагил тановул бисёр,
Кўп одам бўлади ундан зор—бемор.
Агар бетаъм бўлса қилинган овқат
Тановул қил, ундан озгина, фақат.
Ундан еб бўлмайди пайдарпай мудом,
Иштаҳа танангдан йўқолур тамом,
Ҳақимлар йўлини тутгилу маҳкам,
Аччиқ нарсалардан кам е, жуда кам.
Кўп есанг, тезгина қариб коласан,
Куч-қувват йўқолиб, чарчаб толасан.
Агар ўз жонингга бўлмасанг душман,
Шўр нарсадан кам е, кам егил,
эй сан!

Баногоҳ баданинг озиб кетади,
Равшан кўзингга ҳам нуқсон етади.
Ҳикмат қонунидан бўйин товлама,
Ширинлик кўп ема ва сўроғлама.
Ҳарорат кўпайиб ундан ўша он,
Жонинг оғриб, юрак бўлур нотавон.
Тузсиз бўлса агар еган овқатинг,
Тузлигидан емоқ бўлсин одатинг.
Аччиқ нарсалардан еганинг замон,

Ширин нарсадан ҳам егил ўша он
Ширин бўлса агар еганинг зинҳор,
Аччиғини ҳам е, шундай расм бор.
Жимога қолмаса танангда қувват.
Товуқ гўшти, турпни айла сен овқат.
Қовун билан бирга емагил асал,
Гар есанг, албатта, бўлурсан касал.
Анжир билан сутни аралаш қилма,
Зарардан ўз-ўзинг бағрингни тилма.
Емагни сен хардал бирла саримсоқ,
Ҳам товуқ тухмига қўшмагил пишлок.
Узум бирла қалла гўштини зинҳор,
Бирга кўшиб ҳеч вақт қилма ихтиёр.
Ҳар қимки қатикқа баклажон кўшар,
Қасаллик домига, албатта, тушар.
Ҳикматни ҳар қимса билса озма-оз.
Қаптар гўшти билан емагай пиёз.
Ялпизлар билан ҳам емоқ жоизмас,
Есанг, ундан агар зарар оз эмас.
Соғлиқнинг йўлига қўйиб сен қадам.
Сут билан балиқни айлама ҳамдам.
Сенга айтсам ундан бешак, бегумон,
Мохов касаллиги бўлур намоён.

Ичиладиган нарсалар ҳақида

Сихат лозим бўлса сенга, эй ўртоқ,
Ёмон нарсалардан ўзни тут узок.
Овқат орқасидан сув ичсанг агар,
Ундан бузилғувси меъданг сарбасар.
Бир оз фурсат ўтгач, егандан кейин,
Сув ичмоқни сенга қилурман тайин.
Жумладан, сахарда асло сув ичма.
Ранжга юз тутма-ю, соғлиқдан кечма.
Ҳазмга етади ундан кўп нуксон,
Надомат сен учун бўлур фаровон.
Меъданг иссиқ бўлса агар, эй ўртоқ,
Овқат орасида мумкин сув ичмоқ.
Агар пари пайкар, гўзал маҳлико,
Сухбатига ташриф айласа бажо.
Агар сенда бўлса ақлу ҳам дониш,
Ортидан сув ичма, өртмасин ташвиш.
Кишида юз берур кўп ёмон аҳвол,
Қасалдан қутулмоқ бўлади маҳол.
Ҳаммомда бошингдан қуйсанг совук сув,
Танангга қасаллик ёпишғувчи «дув».

Харқачон ҳаммомдан чиққанинг замон,
Ақлинг бўлса агар жойида омон,
Бир томчи бўлса ҳам ичма совук сув,
Қасалга тutilма, уни ўздан қув.
Насихатга сенда бўлса иштиёқ,
Сув ичма, ҳўл мева ортидан, ўртоқ.
Ундан ҳосил бўлур танангда балғам,
Бошингга келтирур юз хиллаб алам.
Терлаб туриб агар сув ичса киши,
Қасалдан беҳисоб ортар ташвиши.
Ҳар кимса тунда сув айласа гар нўш,
Қасаллик келади ундан кўша-кўш.
Қайноқ сув ичмоқни ким қилса одат,
Баданин охиста коплагай иллат.
Қамиш аро оқар сувдан сен зинҳор,
Ҳам дарахт сувидан қилма ихтиёр.
Ҳар сувки шўр эрур ва лойқа эрур,
Ундан ичма зинҳор, кўп зарар берур.
Агар оқил бўлсанг, сен ўзингни тут,
Чашма, кудук сувин баҳридан ҳам ўт.
Иккисида холи эмасдир нуксон,
Ундан пайдо бўлур қасаллик осон.
Қорин дамлаш, ичак оғришдан бутун,

Алиф каддинг бўлур гўё харфи нун.
Кулоғингга етсин мендан бу хабар,
Кориз сувидан ҳам айла сен ҳазар.
Унинг йўқдир, бешак, ҳеч латофати;
Роҳатидан кўра кўпроқ офати.
Сув ичмоқни агар айласанг хаёл,
Анҳор сувидан сен айла истеъмол.
Қара, унда бўлсин бир неча хислат,
Шундагина бўлмас унда ҳеч иллат.
Биринчи, тош узра бўлсин у равон,
Иккинчи, баланддан оқсин паст томон.
Учинчи, вазни ҳам енгилроқ чиқсин,
Тўртинчи, бўрондек чарх уриб оқсин.
Бешинчи, йўл узра бирорта нодон,
Ифлослаб қўймасин уни ногаҳон.
Олтинчи, гўзаллар лабидек ҳалол,
Ширин-шакар бўлсин ва асал мисол.
Еттинчи, келса ҳам майли қаёқдан,
Меҳри нур сувидек келсин узоқдан.
Шундай сувдан сенга бўлса муяссар,
Қасаллик ҳеч қачон қилмагай асар.
Ичимликка агар май бўлса ҳамдам,
Менга шуни айтмоқ лозимдир бу дам.

Шариатда майни ичиш ёмондир,
Ҳикмат бобида ҳам озори жондир.
Май агар оз бўлса фойдаси бордир,
Қўпидан одамзод бир умр хордир.
Андозадан ортиқ ичилса агар,
Баданга етади беҳисоб зарар.
Баданда иситма бўлади пайдо,
Қалтироқ касалга бўлур мубтало.

«Хайрли кишиларга фойдалар» рисоласидан

Хамду санолардан кейин билгинки,
Табобат фанида ушбу китъалар
Хикмат дарёсининг бебахо дури,
«Фавойид» деб унинг номи аталар.
Кел, бир дам, эй менинг фархунда
бахтим,
Фархундалик сендан бўлмасин жудо.
Марҳамат кил, токи бемахал ажал,
«Иржиъ» дея менга килмасин нидо.
Бу дилни овловчи рисолам тугаб,
Фойдалар етказсам халкқа — муддао!
Тибдан икки мақсад доим кўзланур,
Юсуфийдан эшит ушбуни бу дам.
Бири сақламокдир киши сихатин,
Иккинчиси дардга бермокдир бархам

Хилтларнинг баёни ва аломатлари

Хилт тўрт хил бўлади, биттаси қондир,
Курук-иссик бўлур, мисоли ҳаво.
Иккинчиси балғам, худди сув каби,
Хўл-совуклар ундан бўлади пайдо.
Яна бири унинг ўтга ўхшайди,
У курук-иссиғу номидир сафро.
Бири тупроқ каби курук-совукдир,
Ахли ҳикмат уни дейдилар савдо.
Хилтларнинг афзали қон ҳисобланар,
Ундан кўпроқ етар танага физо.
Ундан кейин турар қаторда балғам,
Сўнгра сафро, ундан кейинда савдо.
Қизил ранглар қоннинг аломатидир,
Сариқ бўлса агар сафродан эрур.
Оппоқ бўлса балғам аломатидир,
Қора бўлса агар савдодан эрур.
Сийдик қизил бўлса — қон аломати,
Агар сариқ бўлса, сафродан деб бил.
Оқлигига балғам сабаб бўлади,
Қора бўлса агар савдодан деб бил.

Тилланинг хосияти

Тиллани оссалар бола бўйнига,
Тутканок касалин қилур nopайдо.
Бир қийротин эзиб ичса гар бемор
Кетар юрак дарди, иллоти савдо.

Товуқ парларининг хосияти

Товуқ қанотининг парин куйдириб,
Майда килиб кулин эзиб, туйсалар.
Ҳар жароҳат бўлса тандан кувади,
Уч кун жароҳатга сепиб турсалар.

Бақлажон

Бақлажон сувини юзингга суртсанг,
Юзингдаги доғлар кетар ўша он.
Агар такрор суртсанг юзингга уни,
Заҳм изи ўчиб битар бегумон.

Тулки ўпкаси

Тулки ўпкасини, сирка, тоғпиёз
Бирла нонуштада есанг уч-тўрт бор.
Нафас сикиши-ю ҳамда йўтални
Йўкотар, дил бўлар ундан беғубор.

Шолғом

Шолғом есанг сийнанг мулойим бўлур,
Ҳам белда куч-кувват қилади пайдо.
Киши ичи яна юмшайди ундан,
Сийдик равон бўлар, келар иштахо.

Мол ёғи

Мол ёғи заҳарни даф қилур тандан,
Агарчи у бўлсин илон заҳари.
Йўтал одам ундан тановул қилса,
Йўтал тандан буткул йўколур нари.

Турп

Турп есанг, йўталга яхши даводир,
Сийдик равон бўлар, кўз эса равшан.
Белга кучу-кувват ато қилади,
Мум бўлсанг, гўёки бўлурсан охан.

Пиёз

Овкатингга^а ҳар куни сен ташласанг
 кўп-кўп пиёз,
Пуштга кувват бахш этиб, дилда
 ҳиссинг кўзғотар.

Зирк

Зирк шаробин ички, унинг фойдасидир
 беҳисоб,
Ич кетиш, дил гашлигидан ҳар кишини
 кутқарар.
Ҳам жигарга, ҳам юракка меъдага
 кувват бериб,
Ҳам кувар сафрони-ю, чанков касалин
 йўкотар.

Одам сочи

Одамзод сочини куйдириб, кулин
Бошнинг ярасига сепиб турсалар.
Ёки кўзга тортса, кўз кичишинин,
Икки-уч кун ўтмай тамом тузатар.

Хурмо ва сигир сути

Одамнинг ранг-рўйи мусаффо бўлар,
Хурмо билан сигир сутин ичган кез.
Ориқ бўлса агар семиз бўлади,
Ичганда аччикдан килса гар парҳез.

Саримсоқ

Саримсоқ пишириб, тановул килсанг,
Эски йўталларга килғувси у наф.
Агар нонуштада хомини есанг,
Қориндаги куртни айлагай у даф.

Бош оғриғи

Эй, бош оғриғидан алам, ташвиш-ла
Азоб чекаётган киши жаҳонда,
Шифо керак бўлса, жинсий алоқа
Килмагин, бош оғриб турган замонда

Ухламасликнинг зарари

Уйқусиз ўтказма тун ила кунни,
Дам олмоқ учун сен ухла гохи-гоҳ.
Узоқ ухламасанг тун ила кунлар,
Ҳазм ва асабинг бузилар ногоҳ.

Сафроли кишининг тадбири

Киши вужудида сафроси бўлса,
Мижози ҳам бўлса, иссиққа мойил.
Буғхонадан ҳазар килмоғи лозим,
унки, беҳол бўлиб, айнигай кўнгил.

Қалдирғоч

Қалдирғочнинг гўштин тановул қилсанг.
Кўзингда равшанлик айлагай бунёд.
Агар конин ичиб юборса аёл,
Шахвоний ҳислари бўлғувси барбод.

Тўрт нарса

Тўрт нарсадан кейин совук сув ичмоқ,
Ҳакимлар наздида саналур харом.
Жинсий алоқа-ю, хўл мева, ўткир—
Доридан сўнгра-ю, ейилгач таом.

Ортиқча жимонинг зарари

Жимога ортиқча эрк бермагил сен,
Чангак юз беради, кўз хира бўлар.
Куймичу бел оғрик хароб қилади,
Қалтирок касалдан вужудинг сўлар.

Бодиён

Бодиён меъда бодин қувади тандан,
Равшанлик бағишлар басарга—кўзга.

Дўлана

Боғда ўсадиган кизил дўлана,
Фойда берар меъда ва жигарга ҳам.
Қўнгил айнишию қон қусишни
Ва тандан сафрони йўкотар ҳар дам.
Буйрак билан белга қувват беради,
Ич буруғини ҳам айлагай барҳам.

Кунжут

Тановул айласанг ҳар кун кунжутдан,
Эски йўталларни қувади тандан.
Пуштни кўпайтирар, шахватни қўзғар,
Суст аъзо бўлади кўп маҳкам ундан.

Сирка

Истеъмол қилинса сиркадан сафро
Йўқолур, ташналик кам бўлур ҳар он,
Оғриқдан бутунлай халос қилади,
Чаён чаккан жойга суркалган замон.

Қамиш томири

Кишининг танида ўқ қолган бўлса,
Яхши киши бўлсин ва ёхуд ёмон.
Қамиш томирини асалга илаб,
Танга қўйса, тортиб чиқар бегумон...

Сарик ҳалила

Сарик ҳалилани кўзингга суртсанг.
Сувни тўхтатади кўздан ўша он.
Шакар билан агар истеъмол қилсанг,
Юрагу меъдага даводир осон.

Равоч уруғи

Равоч уруғини тановул қилсанг,
Ич буруғ дардига бўлади дармон.
Қўтир, кичишишни йўқотар тандан,
Кунжут ёғи билан суркаган замон.

Ёнғоқ мағзи

Беш кун ёнғоқ мағзин истеъмол қилсанг,
Юздан бир фойдасин айтаман бу он.
Халос қилар сени кадудонадан,
Бел оғриқни сендан қувар ҳар замон.
Узун қуртларни ҳам ўлдирар буткул,
Киндик бурашига бўлади дармон.
Шахвати суст бўлса ҳар бир кишининг.
Ундан кўзғалади шахвати осон.
Анжир билан ёнғоқ қўшилса агар,
Заҳар киши учун қилмагай зиён.

Тошбақа ўти (сафроси)

Тошбақа ўтини ичсанг агар сен,
Жондорлар захрини даф қилур мудом.
Йўтални тузатар, гар ишонмасанг,
Имтиҳон қил, шубҳа йўқолур тамом.

Жавзи бавво

Озгина есанг сен жавзи бавводан,
Бадбўй хиддан холий бўлади даҳон.
Жигар ва меъдага қувват беради,
Бел оғриққа фойда берар бегумон.
Иштаҳа очади, ҳамда кўнгилни,—
Ёзади, кишини қилади хандон.

Нўхат

Нўхатни хоҳ хому, хоҳи пишириб
Еса, киши бели бақувват бўлар.
Балғамли йўталдан халос қилади,
Овоз очар, уни беғубор қилар.

Шолғом уруғи

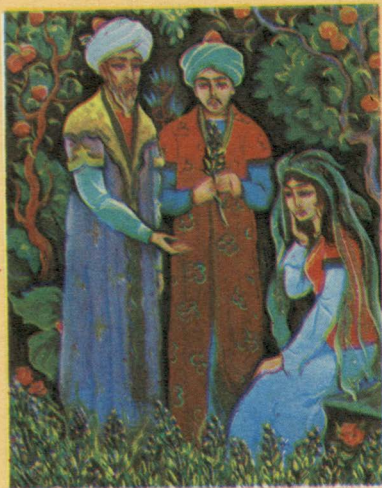
Шолғом уруғини туйиб-майдалаб,
Асал билан кўшиб, қилсанг истеъмол.
Ичингни юмшатар, захарни кесар,
Белингни бакувват қилади дарҳол.

Соғлиқни сақлаш тадбири

Жисму жоним кучли бўлсин десанг сен,
Бу тўққиз феруза равоқ остида.
Бир кунлик нон е-ю, икки кунлик гўшт.
Уч кунлик сув ичгин, соғлиқ касдида.

Совуқ сув

Беш хил киши совуқ сувда чўмилса
Ранжу кулфат кўриб, ортар ташвиши.
Бири ичбуруғдир ва бири тумов,
Яна чолу гўдак, қорни тўқ киши.



Ковуқ сустлиги

Ковуғинг бўшашган бўлса агарда,
Хақимлар сўзига кулок сол, кулок.
Петрушка уруғин асалу нўхат
Билан бирга кўшиб ундан е тезрок.

Райҳон уруғи

Юрак учун фойда райҳон уруғи,
Ичакка куч берар унинг барги ҳам.
Ундан доул-филга суркалса агар,
Таъсир қувватини кўражак ҳар дам.

Илон пўсти

Хурмо суви билан илон пўстини,
Сўгалнинг устига кўйилган замон,
Икки ё уч куннинг ичида албат,
Бу дардга бўлади даво бегумон.

Чақамуғ

Бўғим оғриғига фойда қилади,
Агар сен ҳар кун чақамуғ есанг.
Манфаати бордир оқ тушган ерга
Сирка билан кўшиб агар суркасанг.

Рум райҳони

Рум райҳондан шарбат қилиб ичса ким,
Сўзимни эшитгил удир бериё.
Эски бавосилга фойда кўрсатар.
Ҳам ундан наф топар, бил, мохулиё.

Сумоқ (тотум)

Сумоқ ҳамда ошқозон учун,
Яхши наф келтирар, иштаха очар.
Ични тўхтатади, ичак яраси,
Сумоғу сувидан енгилиб қочар.

Куйдирилган садаф

Куйдирилган садаф милк иллатини,
Йўкотар, тишдаги иллатлар кетар.
Агар ундан кўзга сепилса ҳар вақт,
Кўз оғриқ тузалиб, бутунлай кетар.

Беҳи

Ташналик сўнади беҳи сувидан,
Қусишни тўхтатар, кекиришни ҳам.
Кон туфлашга қарши фойда қилади,
Даф этар бурундан сув оқишни ҳам.

Қискичбақа

Қискичбақа бўлар йўталга фойда,
Упка иллатига яна наф қилар.
Чаён захарини кесар, Ниш урган
Жойга ҳам босилса бешак даф қилар.

Омила мураббоси

Бир дона омила мураббосини
Ҳар куни наҳорда ичса гар киши,
Савдони бадандан ҳайдаб чиқарар
Фасод, хилтларнинг ҳам тугар юриши.
Ундан бадандаги руҳга куч етиб,
Яхши бўлар заиф юракнинг иши.

Шивит

Шивит — хилт пиширар, дардни
қолдираар,
Ични сураар, ундан кетар ҳикичок.
Эски яра бўлса тезда тузатар,
Куйдириб ярага сепилгани чок.

Ширин анор

Ширин анор сувини шиша ичига солиб,
Қайнаб чиккунча офтоб тигига
тутгин уни.

Сўнг чўп билан кўзингга ўша сувдан
суркасанг,
Кўз кичишин йўқотиб, кўпайтирар
нурини.

Сиҳатни сақлаш ҳақида

Саломат бўлсин тан десанг агар сен,
Соғлом замонингда килмагин парҳез.
Бепарҳез касални эслатар ишинг,
Соғлом пайтда парҳез айлаганинг кез.

Занжабил

Томирсиз занжабил бўлса кўлингда,
Эски бўлмай янги бўлса у бироқ,
Қоринда йиғилган елларни ҳайдар,
Юз фалажи, шалга фойдадир ҳар чок.
Ҳар ким ундан ҳар кун истеъмол қилса,
Куввати ошади шубҳасиз мутлок.

Узунмурч

Узунмурчдан ҳар ким еса наҳорда,
Камкувват кишига куч нисор қилар.
Кўл-оёқ шишини йўқотиб яна,
Меъдани балғамдан беғубор қилар.

Маккаи сано

Беш мискол санодан қайнатиб ичса,
Балғам, сафро, савдо тандан қувилар.

Балиқ

Тузланган шўр балиқ еса гар киши,
Кўкракда ўрнаган хилтни даф қилар.
Тузланмаган янги балиқ ейилса,
Қувватни ошириб, яхши наф қилар.

Ҳаким Юсуфнинг соч бўёғи

Кимки оқарган сочининг давосига
мухтождир,

Уни рўбарў қилинг Юсуфийга эртарок.
Сумок, омила, ўсма, хина суви бир
 бўлиб,

Сочни қоп-қора қилар икки соат
 ўтмаёк.

Долчин

Нонушта пайтида ичилса долчин,
Эски йўтал учун фойдаси бордир.
Хикичок, унутиш, буйрак дардига,
Долчиндан шубҳасиз манфаат ёрдир.

Тоғ сумбули (валериана)

Ошқозонга фойда тоғнинг сумбули,
Фойдалидир талок, жигар учун ҳам.
Асаб билан юрак қувват олади,
Оширади кўзнинг нурини ҳар дам.
Бод ҳайдайти, ични тўхтатар яна,
Бел оғриғи ундан доим бўлар кам.

Гулхайри, кўкнор ва оқ атиргул

Иссиқдан бош оғриқ юз берган замон,
Иссиқ нарса бўлса қоч ундан тезрок.
Сўнг кўкнор, гулхайри, оқ атиргулни,
Бошга суркаш учун қидир ўша чок.

Арпабодиён

Пайдарпай ейилса арпабодиён,
Қоринда бод бўлса бартараф қилар.
Сийдик ҳайдаб, яна терлатади у,
Оёғу-қўл шишин бешак даф қилар.
Жигарнинг ичида тўсиқлар бўлса,
Тўсиқни очишда яхши наф қилар.

Оч ҳолда ухламаслик ҳақида

Агар оч бўлса қорин ухлама кўп,
Бадандан рух кучи ҳар ёнга қочгай.
Баданда рух қамайгач, ул совуқлик —
Учун тинмай ватан бўлгай, йўл очгай.

Ёввойи сабзи

Уч дирам ёввойи сабздан олиб,
Тўйиб асал билан ейилган замон.
Бир-икки соатдан кейиноқ кучи
Кишида сезилар унинг бегумон.

Равоч

Равочдан бир дирам ейилса агар,
Баданни балғамдан тозалар ҳар он.
Юрак заифлиги, жигар бодини,
Буйрак шамоллаши ҳамда бачадон —
Оғриғи тузалар, қон туфлаш ҳамда
Ҳикичок иллоти кетар бегумон.

Заъфарон

Бир дирам заъфаронни ҳар кун
эрталабда,
Ичсанг меъданг куч олар, ғамлар
йўқолгай тамом.

126

Тўсиқларни очади, белга эса
кувватдир,
Юрак, ошқозонга ҳам яхши даво,
вассалом.

Бош ва қулоқ оғриғининг давоси

Кашничу бинафша² ва кизил гулдан,
Бир дирам ол фақат на ортик, на кам.
Учовин яхшилаб туйгину яна,
Туйилган оққантдан кўшгин ўша дам.
Сўнг ундан истеъмол айлаганинг чок.
Бош оғрик йўқолар, қулоқ оғрик ҳам.

Кашнич

Кашнич юрак учун яхши қувватдир,
Бош оғрик тўхтайди, қон окиши ҳам.
Зотус-садр учун яхши фойдадир,
Бошнинг айланишин қилади барҳам.

127

Кўкнор

Кўкнор сувин ичмок уйку келтирар,
Эй оғир уйқусиз, истеъмол қилгин.
Эхтилом кўпайса йўкотар уни,
Ичиб унинг кучли таъсирин билгин.

Зирк пўстлоғи

Зиркдан тана пўстин олиб ҳар киши,
Оғиз ичра солиб юрса дам-одам.
Унда яра бўлса, йўкотар барин,
Хох сафровий бўлсин ёки бошқа ҳам.
Ундан еб юрилса жигарга кучдир,
Яна совукликни айлагай барҳам.

Мирт меваси

Мирт мевасин сувда ивитиб ичса,
Йўталу, терлашу, ични тўхтатар.
Меъдага куч бериб, сийдикни хайдаб,
Қон туфлашга қарши фойда кўрсатар.

Дармана

Нафас сиқишига фойда дармана,
Ичдаги қуртларни ўлдирар ҳар дам.
Бир дирам ичилса хосияти шу,
Заҳарли ўргимчак етқизмас алам.

Ипак

Бир дирам ипакни ҳар кимса ҳар кун,
Қайчилаб, уч ҳисса кўшиб асалга,
Ийлаб, ундан қилса истеъмол агар,
Шод қилар, дуч келмас асло касалга.
Ёшлар каби ундан кучга тўлади.
Мустаҳкам бўлади, йиқилмас салга.

Аччиқ тарвуз

Қоринга седана, сирка, содани,
Аччиқ тарвуз билан қўйилган замон.
Қатта-ю кичкина қурт бўлса агар,
Шиддат билан чиқар ташқари томон.

Лавлаги суви

Икки дирам лавлаги суви, яна бир
дирам —
Дарахт пўкагин ичсанг меъда ундан пок
бўлар.
Корин санчик, тамоғу, белу, бошнинг
оғриғи,
Ичу-таш дарди билан йўқ бўлиб, ранги
сўлар.

Салиха (долчиннинг бир тури)

Салиха шарбатини наҳорда ичса киши,
Кўймичу, бош оғриғин зойил қилади
тандан.
Хотинларга хос бўлган оғрикни таскин
килиб,
Хомила ўлган бўлса туширади
кориндан.

Маскаёғ

Ўз танига киши маска ёғидан,
Суркаса бадани семириб кетар.
Совуқ олиб, шишган жойлари бўлса,
Маскадан у жойга сихати етар.

Хина

Хинадан қайнатиб ярим мисколин,
Оққант билан кўшиб ичганинг замон.
Бел оғрикдан нохуш бўлса юрагинг,
Хушлик билан дарддан бўлурсан омон.

Қабутар кули

Қабутарнинг бошу-парин куйдириб,
Туйиб, элаб, ундан сурсанг кўзингга.
Шабкўр бўлсанг кўзинг зулмати
кетиб,
Шодлик шуълалари балкир юзингга.

Хотима

Замон фитнасидан бўлсин омонда,
Рисолам тугади ёр бўлиб калам.
Яхшилар ўқишдан фойда олсинлар,
«Фавойиди ахёр» номи, йили ҳам.



ДАВОИИ



«Инсонларга фойдалар»
асаридан



Ҳақим Давоий ал-Ғилоний XVI асрда яшаб, ижод этган шоир ва табиблардан биридир. Афсуски, Давоий ҳақида жуда кам маълумот сақланган. Унинг асл исми ва отасининг ким бўлганлиги ҳам ҳозирча маълум эмас. Унинг табобатда машҳурлиги учун ҳақим деб аташган. Шеъриятда эса Давоий таҳаллусини қўлайди. Ал-Ғилоний дейилишига қараганда, у эроннинг Ғилон деб аталувчи шаҳрида дунёга келган ва бошланғич маълумотни шу ерда олиб, кейинчалик умрини сафарларда ўтказган.

Абдулҳай ибн Фаҳриддин ал-Ҳасанийнинг араб тилида тузган «Нўзҳат ал-хавотир» номли тазкирасида келтирили-

шича, Давоий Арабистон сафариди юрган пайтида бобирийлардан бўлган Мирзо Азиз билан учрашиб қолади. Мирзо Азиз уни Ҳиндистонга олиб келади ва у бир неча муддат сарой табиблари қаторида ишлаб, ижодий иш билан машғул бўлади¹.

Давоийнинг табобат соҳасида олиб борган ишлари ҳақида унинг форс тилида ёзган «Фавойид ал-инсон» («Инсонларга фойдалар») номли китобидан маълумот олиш мумкин. Бу асар қўлёзма ҳолида тарқалган бўлиб, унинг бир нусхаси ЎзФА Шарқшунослик институтининг қўлёзмалар фондида сақланмоқда.

Мазкур асардан маълум бўлишича, Давоий Ҳиндистонга келгач, Бобирнинг набираси Акбаршоҳ билан учрашади.

¹ Абдулхай ибн Фахриддин ал-Ҳасаний. Нўзхат ал-хавотир, Бомбай, 1955 йил, 5- том, 147-бет.

Акбаршоҳ ундан гиёҳлар ва овкатларнинг шифобахш хусусиятлари ҳақида қисқача асар ёзишни сўрайди.

Давоий мазкур ишга қўл уриб, Ўрта Осиё, Эрон, Туркия ва Араб мамлакатларида ўсадиган гиёҳлар, парранда ва ҳайвонларнинг ҳамда овкатларнинг доривор хусусиятлари ҳақида сермаъно, аммо қисқа шеърий асар ёзади. У асарнинг чўзилиб кетмаслиги учун доривор моддаларнинг номини мувашшах усули билан баён қилади.

Мувашшах шарқ шоирлари ижодида учрайдиган шеърий формалардан бири бўлиб, бунда шоир каламга олган шахс ёки бошқа бирор нарсанинг номи ҳар бир байтнинг биринчи мисрасидаги биринчи ҳарфидан маълум бўлади. Масалан, у ўрдак ҳақида шундай ёзади:

Бехтарин тайри ахлист ўрдак,
Боҳ афзуда у суман бешак.

Табъ аз у гарму, савтро нофиъ,
Пихи у дардро бувад дофиъ.

Бу шеърда парранданинг форсча номи ўрдак эканлиги ифодаланса, арабча номи мисраларга бекитилган. Масалан, биринчи байтнинг биринчи мисрасидан «Б» харфини оламиз, иккинчи байтнинг биринчи мисрасида эса «Т» харфи бор. Демак, ундан «Бат» сўзи чиқади ва ўрдакнинг арабча номи «бат» эканлигини билдиради. («Бат» сўзидаги «а» харфи киска унли бўлгани учун арабча ёзувларда ҳарф билан ифодаланмайди).

Бу асардан дориларнинг форсча ва арабча луғати сифатида ҳам фойдаланиш мумкин.

Давоий уч йил давомида ёзиб тугатган бу асарини Акбаршоҳга кўрсатиб, қандай ном кўйиш ҳақида маслаҳатлашади. Акбаршоҳ унинг номини «Фавойид ал-инсон» («Инсонларга фойдалар») деб кўйишни маслаҳат беради.

Давоий Акбаршоҳдан эшитган: «Шуда исмаш «Фавойид ал-инсон» («Исми «Фавойид ал-инсон» бўлди») мисраси ҳақида ёзаркан, бу мисрадан асарнинг исмигина эмас, ёзилган йили ҳам чиқиб қолди, дейди (абжад ҳисоби бўйича ундан 1004 хижрий, 1597 милодий йил чиқади).

Давоийнинг мазкур асари Ўрта Осиё, Туркия, Эрон ва араб мамлакатларида ўсувчи доривор гиёҳлар ва уларнинг табобатда қайси максатда фойдаланганликларини ўрганишда муҳим манбадир.

Инсонларга фойдалар

Петрушка

Сийдик ҳайдаб, танга келтиради наф,
Бод билан елларни тандан қилар даф.
Яна йўтал учун ундан фойда бор,
Жигару талокқа манфаати ёр.
Истиско учун наф, тўсик очади,
Яна ундан егач оғриқ кочади.

Зира

Бодни камайтирар Кирман зираси,
Иссиқликда икки, бил даражаси.
Меъда учун унинг манфаати бор,
Қурукликда ўзи учинчи миқдор,
Ундан яна пуштнинг кучи ўсади,
Ҳайдаш ҳислати бор, яна кесади.

Ундан икки дирҳам ичиш кифоя,
Йирингли яралар топар ниҳоя.

Кашнич

Кашнич қурук бўлар иккинчи миқдор,
Совуқдир, юракка ундан шодлик ёр.
Иссиқчан юракка, меъдага нафдир,
Туткалок, бош яна айланса дафдир.
Сассик кекирмоқнинг яна давоси,
Хинзирга чапланса етар шифоси.
Баргидан кўз оғриқ бўлади узок,
Қабзият қилувчи холи бор биров.
Барча иссиқ шишга даво қилади,
Хафакон ҳам қўрқиб, наво қилади.

Буйрак

Буйрак ҳазм бўлар егач кийинрок,
Озгина ейилса тўк тутар биров.
Буйрақдан куч етар буйрак кучига,
Пушт кучи кўпириб, чиқар учига.
Қуруклиги озу, хилти ёмонрок,

Кўзичок, эчкида бу хислат кўпрок.
Унинг ислохидир сирка билсалар,
Сирка билан хушдир майл килсалар.

Келиндона

Иккинчи ўринда курукдир хар дам,
Иссиклиги ундан на ортик, на кам.
Тиш милки ярасин кувади узоқ,
Оғизу, тил дардин тузатар мутлок.
Шодлик келтиради, кувади ғамни,
Хазм килар, дилда кўймас ваҳмни.
Унинг сийдик ҳайдаш хислати бордир,
Меъдага ажойиб куввати ёрдир.

Говзабон (хўкиз тили)

Тошмадан халосдир оғизу-дахон,
Оғизга говзабон солинган замон.
Кувонч келтиради, дилни килар шод,
Ундан хафакон ҳам бўлади барбод.
Фойдадир кишида бўлса васваса,

Шарбат қилса кучи ошади роса.
Сафро бўлса танда уни ҳайдайди,
Савдо хилтини ҳам асло кўймайди.

Ширин бодом

Нафас йўлларини юмшатар бодом,
Бодомдан бадан ҳам семирар мудом.
Тўсик бўлса агар жигар, талокда,
Шишни ҳам йўқотар ейилган чокда.
Ундан мия билан пуштга қувват бор,
Тозаси хўл мижоз килади нисор.
Очувчи хислатга эгадир бодом,
Аччиғида кучли бу таъсир мудом.
Иситма эгаси егани замон,
Иссиғи пасаяр ундан бегумон.

Назла ўти

Бошдан совуқ моддаларни суради,
Оғизга ким солиб, сўриб юради.
Қайнатмаси тишга қувват еткизар.

Ёғи эса кузоз дардин кеткизар.
Фалажга ҳам ундан фойда ёр бўла
Тиш оғриғи яна ундан хор бўлар.

Зарчўва

Кўз нурини оширади кун-кундан,
Сувин олиб кўзга сурса ким ундан.
Сариқ дарди дафу, тўсиқ очади,
Анисуну, шаробга ким сочади.
Зарчўваннинг бордир яна бир қисми.
Момирондир билсанг агар сен исми
Зарчўвага бадал бўлар момирон,
Тажрибадан ўтказишган кўп инсон.
Лекин ундан зарар етар жигарга,
Кофур кўрси бас келади зарарга.

Чумчук

Ейилганда доим чумчук тухуми,
Қувват бўлар бу авлодлар удуми.
Сариғида кучи кўпроқ тухумнинг,
Оқи кучсиз бўлар бироқ тухумнинг,

Фалажга ҳам наф еткизар озма-оз,
Курук-иссиқ бўлар унда, бил. мижоз,
Ундан емоқ фасли кишу-бахордир,
Истискога кўпроқ еса наф бордир.
Тандан кетар совук боднинг борлиги,
Энг яхшиси, ёшу, семиз, ёғлиги.

Узум

Курук-совук эрур узум мижози,
Уруғи ҳам шундай, бунга бўл рози.
Хўл-иссиғи бўлар, жуда яхшидир,
Оқи эса меваларнинг нақшидир.
Янгисидан еса топар дил хузур,
Аммо корин тинмай қилар «қурру-қур».
Емиш қилса уни кимки наҳорга,
Иссиқ меъда айланади баҳорга.
Тану-жонга ундан равнақ эрур ёр.
Ислоҳини излар бўлсанг, бил, анор.

Асал

Асал эрур баданларнинг қуввати,
Ундан кетар тандан балғам иллоти.
Асалари ишга солиб хартумни,
Асал йиғар, ундан қилар ҳам мумни.
Мижозда у курук-иссиқ бўлади,
Ундан яраларнинг ранги сўлади.
Кўзнинг нури ошар яна асалдан,
Корин оғрик кетар яна касалдан.

Тўпалоқ ўти

Меъда билан жигар ичра бил ҳар чок,
Совуқ бўлса қувар уни тўпалоқ.
Бачадондан совуқликни ҳайдайди,
Буйракда тош бўлса уни қўймайди.
Иккинчидир курук-иссиқ хислатда,
Хотирани ўстиради албатта.
Томчиласа сийдиги гар кишини,
Ҳам тузатар бачадоннинг ишини.
Буйрак кучсиз бўлса уни соз қилар,

Юз чиройин очиб уни ёз қилар.
Йўкотади яна киши қусишин,
Тозалайди ични, созлар ҳам ишин.

Наргис

Иккинчи даража иссиқлик ёрدير,
Томирин васфига тил шармисордир.
Ёсуман ёғидан заифрок ёғи,
Доғни қувар юзга суркалган чоғи.
Тутқалокка унинг фойдаси бордир,
Мия тўсиқларин очмоққа кодир.

Мускат ёнғоғи

Унинг мағзин айтсам сенга бегумон,
Куч бағишлар тану — жонга ҳар замон.
Совуқ бўлса ковуқ ичра йўкотар,
Буйракдаги совуқликни тугатар.
Ундан эски бел оғриғи йўқолар,
Сийдикнинг ҳам томчилаши, бил, колар.

Мози

Мозида бор шундай ажиб бир хислат,
Намла дардин йўкотади у албат.
Оғиз ичра чикса агар бир яра,
Тузатмокка дори эрур у сара.

Оқ ва қора мурч

Ҳар икки мурч — қораси ҳам, оқи ҳам,
Ҳашаротлар захрин кесар, эй укам,
Фалаж билан қалтироққа шифодир,
Асаб дарди учун яна даводир.
Юз қийшайса, лаб тортишса наф қилар,
Бадалин ҳам бир-биридан қидирар.
Бир ичимни уни ярим мисколдир,
Совуқ меъда доим ундан хушхолдир.
Елу-бодни ичаклардан ҳайдади,
Бв лардларни меъдада ҳам қўймайди.

Аччиқ бодом

Иссикдир иккинчи ўринда доим,
Ўзи курук, корин ундан мулойим.
Бурга ўлар аччиқ бодом кучидан,
Ёғи ҳайдар оғрик кулок ичидан.
Заҳарласа аччиқ бодом тузатар,—
Кимки кўкнор ичса ё еса шакар.

Аччиқ бодомнинг бошқа хусусиятлари

Пайдо бўлса агар кимда юзда доғ,
Юзда доғин йўкотади суртган чоғ.
Мастлар еса мастлигини даф қилар,
Хилтни қувар, кон туфлашга наф қилар
Сийдик ҳайдар, буйракдаги тошни ҳам,
Кўз нурини оширади у ҳар дам.

Ложувард

Савдо хилтин сувар доим ложувард,
Қовуқ билан буйракдан ҳам қувар
дард.

Сирка билан суркалганда сўгалга,
Кеткизади чўзмай узоқ маҳалга.

Ловия

Иссиқ дерлар, муҳолифлар бор бироқ,
Курук дея барча қилмиш иттифок.
Ел тўплайди, ғам келтирар балғамдан,
Ислохидир уни мурчу, хардалдан.
Еса кимки сирка билан кўшиб туз,
Ўгиради зарар тандан буткул юз.
Уйку ёмон бўлар ундан еган чок,
Хайзу, сийдик хайдар кучи бор бироқ.

Мош

Пўсти тушган мошни курук дея бил,
Пўсти билан бўлса бўлар муътадил.
Қўпроқ еса эркак киши агар мош,
Кучи кетиб, кеча-кундуз котар бош.
Бодом ёғи бўлса мошнинг хамроҳи,
Ул овқатни дегин овқатнинг шоҳи.

Ўрик

Иккинчидир хўл-иссиқда, олгин ёд.
Қорин ичра кўзғар доим у фасод.
Сувин ичса кетар чанқоқ оғиздан,
Бавосилга наф ундаги мағиздан.
Майбех билан мастика-ю, анисун,
Ислохи деб зикр қилар, бил «Конун».

Кепак

Она кўксин шишига наф айтай мен,
Курук-иссиқ дея ёзмиш, бил, Гален.
Хасталарга ундан бўлар ош-овқат,
Шўркепаги даво бўлар хамма вақт.
Бодому қант билан қайнатса агар,
Сўнгра еса томокка наф келтирар.

Ширин ва нордон беҳи

Хар икковин уруғидан йўтал даф,
Томок билан ўпка учун яхши наф.
Қабз қилар шарбатидан ичган чок,

Хар иккови иштахага наф биров.
Совукдан лаб ёки оёк ёрилса,
Яхши бўлар беҳи ёғи сурилса.
Совук бўлар мижоз учун, бил, беҳи,
Меъда учун қувват биров майбеҳи.
Буйрак билан ковуқ учун фойида,
Манфаат бор барча дардга мойида.
Ширин беҳи унча кабз этмайди,
Пишганидан асло зарар етмайди.

Лавлаги

Қимки суви билан бошин чайкайди,
Бош кепагин битта қўймай ҳайдайди.
Мулойимдир, тезда ўзи бўлар ҳал,
Кучсиз бўлар, тўқ тутмайди ҳеч
маҳал.

Ширасидан унинг бурга ўлади,
Мижозда у куруқ-иссик бўлади.

Сумок (тотум)

Совукликда иккинчидир, бил, сумок,
Курукликда учинчидир у биров.
Иштахани очар, чанкок қолдирар,
Вўр узумдир бадалин ким қидирар,
Даф қилади кўнгил айниш, қусишни,
Тузатади кўз оғриғи ҳам тишни.

Чучукмия

Томир билан ширасин ким еб-ичар,
Ташналигу, йўтал ундан тез қочар.
Икки дирхам ичимининг миқдори,
Иситмалар кетар қолмай қарори.
Буйрак яра бўлса унга наф қилар,
Сийдик қуйиб чикса уни даф қилар.

Цейлон долчини

Кўкрак оғрир бўлса агар балғамдан,
Долчин уни қутқаради бу ғамдан.
Бир ичими икки дирхам, куч бўлар,

Куруқ-иссиқликда ўрни уч бўлар.
Кўзга агар ундан дори қилинар,
Нури ошиб, зулмат бағри тилинар.
Меъда билан жигарга ҳам нафи бор,
Кийин сийиш дардин қилур тору-мор.

Маккаи сано

Бош оғриққа даво қилгин санодан,
Куруқ-иссиқ, тозалайди сафродан.
Йўқолади қўтир, қичиш, васваса,
Эл ичида машхур эрур у роса.
Тандан қувиб ташлар яна савдони,
Балғамга ҳам ундан қидир давони,
Тозаси-ю, маккийси кўп соз бўлар,
Юрак учун қувват гарчи оз бўлар.
Сочларда ҳам кам бўлади ёрилиш,
Қўллардан ҳам нари кетар бу ташвиш.
ЕТТИ дирхам бир ичими қайнатиб,
Хурсанд қилар, ғамни қувар қийратиб.

Тоғ сумбули

Тоғ сумбули танда тўсик очади,
Меъдага ҳам яхши қувват сочади.
Буйрак учун зарар бўлса ҳамки ёр,
Жигар билан меъда учун нафи бор.
Гўштли бўлган истискони кочирар,
Сийдик йўли бекик бўлса очирар.
Овқат учун лаззат ҳамдам бўлади,
Бир ичими ярим дархам бўлади.
Асал билан қилинганда истеъмом,
Ўлиб чиқар ичакдаги курт дархол.

Кунжут

Йўтал дарди шифо топар кунжутдан,
Сийна, ўпка даво топар кунжутдан.
Меъда ишин заифлатар еган чок,
Киши кучин оширади у биров.
Аъзодаги кўкимтил доғ даф бўлар,
Илон чакса агар яна наф бўлар.
Хашаротлар чакмас ундан еган чок.
Ўзи иссиқ, хўли аммо ортиқрок.

Жийлонжийда

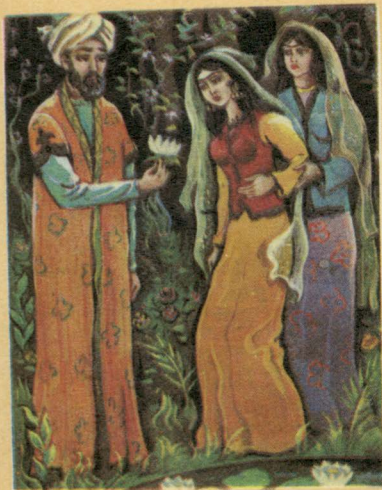
Қийин хазм, кучсиз овқат, бил жилон,
Меъда учун душман бўлар у хар он.
Қўкрак оғрик, буйрак учун нафи бор,
Ўпка учун ундан яна фойда ёр.
Қуюқ хилтлар вайрон бўлар, бил.

ундан,

Қуюқ конлар суюлади жилондан.
Совуқ бўлар жилонжийда мижози,
Шакар эрур ислоҳининг кўп сози.

Ясмик

Ундан бўлар зулмат кўзнинг хамроҳи,
Оқзирадир кидирсанг сен ислоҳи.
Кон кўпирса уни пастга туширар,
Чечаклилар соғлиғини оширар.
Яраларга чапланганда нафи бор,
Аммо унга қабз қилар хислат ёр.



Нилуфар

Нилуфаргул уйку келтирар такрор,
Хўл-совукдир ўзи иккинчи микдор.
Иштаха очар-у, яна куч бўлар,
Ундан киши дили кувончга тўлар.
Шарбатидан сийна бўлар мулойим,
Йўтал дарди ундан қочади доим.
Бикин оғриқ ундан чекар наволар,
Киши ичи қотса уни даволар.
Камфорага ўхшаб кетади иши,
Қочар ундан юрак ўйноқ ташвиши.

Ўввойи ўрдақ

Ўввойи ўрдақдир қушларнинг сози,
Сувда юрса ҳамки иссиқ миждози.
Қўз нурин оширар, қувватини ҳам,
Ейилса, гўшти куч етқизар ҳар дам.
Яхши куч-у, аммо ҳазми оғирроқ,
Уни созлар нарса май бўлар бироқ.

Наъматак

Ёсуманга ўхшар наъматак иши.
Ёғида ҳам шундай бордир ўхшаши.
Тўсиқ бўлса танда очади ҳар дам,
Бир ичими бўлар уни уч дирам.
Фасод бўлган хилтни қувади тандан,
Қувиб чиқар қурти бўлса бадандан.
Яхши даво бўлар оғриси томоқ,
Ёсуманда ортиқ бу қувват бироқ.
Шанғилласа қулоқ ё оғриси тиш,
Қучсиз бўлса юрак — кетар бу ташвиш.

Мумиё

Мумиёдан барҳам топади чириш,
Ўлик тандан кетар ҳатто бу ташвиш.
Сихат топар жигар, яна ошқозон,
Бир қийротча табиб бергани замон.
Бир ичими уни ярим мисқолдир,
Танга қувват, юрак эса хушқолдир.
Оғир бўлса тил-у, оғриси қулоқ,
қийротдан даво топади мутлоқ.

Тан оғриса ёки синса бир аъзо,
Ёки фалаж бўлса еткизар даво.
Юз фалажи бўлсин ёки хафакон,
Меъда ели бўлса топади дармон,
Петрушка-ла кимки қайнатиб ичар,
Хикичоғи бордан бу иллат қочар.

Шохтара

Қимки агар ундан ўн дирам ичар,
Қўтир, қичиш унинг танидан қочар.
Юз дирам ичилса сувидан агар,
Меъдага куч бериб, фойда келтирар.
Тўсик очар томир, жигардан ҳар чок,
Сариқ ҳалиладир ислоҳи бироқ,
Эски иситмага шифодир ҳар он,
Ундан ичилганда тозаланар қон.
Тўрт дирам шарбатин ичилгани дам,
Сийдик ҳайдар, танда қолмас сафро
ҳам.



Седана

Ковуриб хидланса седана агар,
Тумов иллатида фойда келтирар.
Яна пес дардига фойдаси ёрдир,
Баҳакка боғланса кўп нафи бордир.
Илон кони агар кўшилса унга,
Тери доғи кетар суркалса танга.
Курук-иссиқликда иккинчи микдор,
Барча захар учун манфаати бор.

Лола

Гулзор ичра лола мохир шифокор,
Бу хикмат гулининг эшит неси бор:
Кўзларда юз берса кўз оғриқ яра,
Уни тузатмоққа доридир сара.
Бадан терилари курукшаб агар,
Ёрилса ё тушса фойда келтирар.
Кўзнинг қувватига кўшади қувват,
Кўз нури кўпаюр, кўрмайди захмат.
Ўликка гўёки берганидек жон,

Уруғи пес дардин қилади пинхон.
Совукдан оёқ-кўл кафти ёрилса,
Тузатар қайнатиб унда ювилса.

Арпа

Курук-совук бўлар арпа мижози,
Йўтал учун удир дорилар сози.
Меъда иллатига кони у зарар,
Ислоҳи мастика ва яна шакар.
Эзиб боғлар бўлса ким агар ундан,
Доғу, кўтир бўлса қувади тандан.
Иссиқ яллиғ бўлса тандан кўтарар,
Буғдойдан қуввати биров кам бўлар.

Шивит

Курук-иссиқ бўлар иккинчи микдор,
Танда бўлса бодлар қилур тору-мор.
Кўп еса кўз нури қилади барбод,
Бирок сийдик ҳайдаш қуввати зиёд.
Қуйдириб қулидан суркалса агар,
Мақъад ярасига фойда келтирар.

Райҳон

Ич кетса, уруғи уни йўкотар,
Қабз қилар, кучи кокурса ортар.
Шарбат қилиб ичса яхши наф қилар,
Ичак ярасин ҳам бартараф қилар.
Қурук-иссиқ бўлар унинг миждози,
Юрак учун ўзи дорилар сози.
Бавосил дардига яхши нафи бор,
Иссиқ дардлар учун зараридир ёр.

Кийикўт

Қўкрак учун яхши дори кийикўт,
Ўпка учун фойда, буни ёдда тут.
Қўзу, бод дардига омонлик етар,
Ундан яна куймич оғриғи кетар,
Агар шира олиб ҳар кимса ичар,
Меъда ели, бўғим оғриғи кочар.
Қурук-иссиқ бўлар учинчи миқдор,
Сийдик хайдар, яна жигар учун ёр.

Алой

Алойдан қувилар сафро-ю, балғам,
Хохи ёзда бўлсин ёки қишда ҳам.
Жигар томиридан тўсиқ очади,
Бирок кўпи унга зарар сочади.
Яра бўлса кўзу, оғиз, бурунда,
Яна кўтир бўлса кувади танда.
Бир ичими уни, бил, икки дирам,
Меъда оғриғига беради барҳам.
Қурук-иссиқ бўлар иккинчи миқдор,
Бўғим оғрик учун кўмагидир ёр.
Пишмаган сафрога қазийди у чоҳ,
Билмасанг, билиб ол, «Ховий»дир гувоҳ.
Яра-ю, шишларга у асл душман,
Улардан соф бўлар макъад ҳамда тан.

Ялпиз

Тўсиқ очар кучга эгадир ялпиз,
Хайз боғланишга йўл кўймас харғиз.
Иккинчидир қурук-иссиқлик бобда,
Яра қилар танга боғланган чокда.

Унда яна бошка шундай хислат бор:
Нафас сикса қарши кўмакка тайёр.
Тоғ ялпизи, билсанг, бўлар кучлирок,
Қурт хайдайди киши ичидан ҳар чок.

Писта

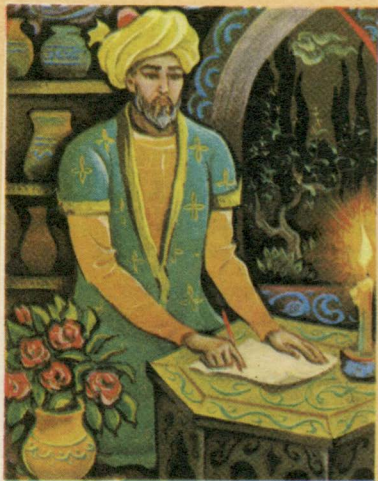
Писта тозалайди жигар ичини,
Ёнғокдан кам деб бил аммо кучини.
Хашарот заҳарин кесади ҳар чок,
Меъда учун яхши овкат у, биров —
Ҳўллик оширади ейилса ҳар он,
Овкат егач, еса кўзғатар зиён.
Қусишу, ич кетиш, чанқок колдирар,
Ивитиб, сўнг сувин ичилса агар.



САЙИД МУҲАММАД
ҲАСРАТ



«Ҳусайн тухфаси»дан



Кўлимиздаги манбаларда Саййид Муҳаммад Ҳасрат ҳақида ҳеч қандай маълумот йўқ. Ҳасрат ҳақида шу пайтгача ҳеч қандай мақола ёзилмаган ва илмий-тадқиқот ишлари олиб борилмаган. Сомибекнинг «Қомус ал-аълум» китобида бир неча Ҳасратлар ўтганлиги ва улардан энг машҳури машҳадлик Саййид Муҳаммад Ҳасрат эканлиги ҳақида гапирилади ва ғазалидан бир матла келтирилади.

Ҳасратнинг таржимаи ҳолига доир маълумотларни унинг табоатга оид асарлари «Нозими сихҳат» орқалигина қисман билиб олишимиз мумкин. Асар 1766 йили табибнинг кексайиб қолган пайтида ёзиб

тугатилганига қараганда, у XVIII аср бошларида туғилган, деб хулоса чиқариш мумкин.

Асардан маълум бўлишича, Ҳасрат бошланғич маълумотни ўз отасидан олган.

Машҳадда кун кечиришнинг оғирлиги туфайли шоир сафарга отланади. Сафардан унинг мақсади табиблик қилиб кун ўтказиш, ўз билимини ошириш эди. Ўзи бу ҳақда шундай дейди:

Хуросон, Ҳиндистон, Руму, Ироқда,
Қай ҳаким бўлмасин якин йироқда.
Сўрадим нимадан кўнглим тўлмаса,
Ёки бир масала маълум бўлмаса,
Қанчалаб файласуф, ҳақимни кўрдим,
Куну тун, ойу йил ёнида турдим.

Ҳасрат ўз даврининг «зуфунун» олимларидан қанчалик ўрганмасин, бунга қаноат ҳосил қилмайди. У мустақил ўқишга киришади ва тиббий китобларни мутолаа қилади:

«Комил ус-синоъ»га кўзим кўп боқди,
«Шарҳи асбоб» менга айниқса ёқди.
Қачонким китобдан бу кўнги тўлди,
Афлотун, Бу Али «Қонун»и бўлди.

Дунёнинг кўп жойини дарбадар кезган, кўп тажрибалар ўтказиб, илм ҳосил қилган Ҳасрат кексайган чоғида ўз тажрибаларини тўплаб, китоб ёзмокчи бўлади. У ўз китобини назм билан бошлайди. Аммо моддий қийинчилик китобни тугаллашга халакит беради. Доймий қийинчиликлардан қутулмай ўзига Ҳасрат деб тахаллус қўйган шоир фароғат излаб, Марв сари отланади. Ҳасратнинг машҳур шоир ва мохир табиб эканлигидан хабар топган Марв ҳокими Байрамалихон ундан ўғли Ҳусайнга дарс беришини сўрайди. Ҳасрат дарс эвазига олинадиган ҳақ воситасида ўз китобини тугаллаб олиш учун розилик билдиради.

Хасрат мазкур китобни уч фан (китоб) га бўлади. Биринчи китоб «Нозими сиххат» («Саломатликни тартибга солувчи») деб аталади ва у Байрамалихонга бағишланган. Иккинчи китоб унинг ўғли Хусайнга бағишланган ва «Тухфаи Хусайний» («Хусайн тухфаси») деб ном қўйилган. Қўлимизда мавжуд бўлган ягона нусхадан учинчи китоб жой олмаган. Учинчи китоб аслида ёзилганми-йўкми, бу ҳозирча номаълум.

Хасратнинг биринчи китоби «Нозими сиххат» мураккаб дориларни тайёрлашга бағишланган. «Тухфаи Хусайний» эса якка (сода) дориларнинг даволаш хусусиятларига бағишланади. Мазкур тўпламда унинг иккинчи китобидан намуналар берилмоқда.

Хасрат табиб бўлишидан ташқари, маҳоратли шоир ҳам эди. Унинг ўйноқи ва сермазмун ғазаллари баёзларда учраб туради.

Хусайн тухфаси

Исмалок

Ҳакимлар сўзича, айтай исмалок,
Қоринни дамлатмас ундан еган чок,
Биринчи ўринда хўл-совуқ бўлар,
Ўпка, юрак ундан куч-қувват олар.
Бел оғрикка агар сабаб бўлса қон,
Фойдадир, ични ҳам юшатар хар он.
Халқум, ўпка йўли қуриса агар,
Ёғ билан ейилса уни йўкотар.

Эрман

Эрман хосиятин эшитгин жиндай,
Бу Али, Букротнинг фикридир шундай.
Биринчи ўринда иссиқдир бу ўт,
Қурукликда ҳам шу, буни ёдда тут.
Ҳайдовчи, очувчи ва қотирувчи,

Шираси меъдага зарар сочувчи,
Сафро учун яхши сурги бўлади,
Сарик дарди ундан гамга тўлади.
Кувват олар ундан меъда ва жигар,
Носур дарди кетар ейилса агар.
Эски иситмага шифодир хар чок,
Яна тиш оғриси, оғриси кулок!

Зирк

Энди зирк хислатин айтайин бир дам,
Табиблар одатин тутайин маҳкам.
Иккинчи ўринда курук совукдир,
Сафрога ундан ҳеч озодлик йўқдир.
Меъда ва жигарга яхши наф этар,
Иситма, чанқашни яна даф этар.
Хар ким ундан хар кун қилса

истеъмол,

Ич кетса, ичини тўхтатар дарҳол.
Ичак яраси-ю, яна окса қон,
Наф қилар зирк топиб ейилган замон.

Райҳон

Биринчи ўринда иссиқдир райҳон,
Иккинчи ўринда курукдир хар он.
Юмшатар ва очар, яна мулойим,
Қилиб, жило берар баданга дойим.
Баданга куч-кувват беради хар дам,
Тандан кувар ҳосил бўлганда балғам.
Хидли хилтлар буткул даф бўлар ундан,
Совук мижозликни кувади тандан.
Қайнатма сувидан йўқолат иллат,
Асаб, бўғим оғриқ топар ҳаловат.
Тутқанок, хулиё учун наф этар,
Савдони қўймайин тандан даф этар.

Мирт

Биринчи ўринда совук бўлар мирт,
Иккинчи ўринда курук бўлар мирт.
Ич кетса хар кимда уни тўхтатар,
Сикилган юракда шодлик уйғотар.
Ҳаммомда суркасанг агар баданга,
Кучу кувват нисор этади танга.

Барги соч-соколга беради кувват,
Оқармоқ учун ҳеч бермайди фурсат.
Яллиғланса, ўтдан куйса наф этар,
Ичак ярасини яна даф этар.
Шароб кўшиб баргин қайнатган замон,
Бош оғриқдан озод килур ўша он.
Хафақон, йўталу юракка ҳар дам,
Фойдадир, тиш милкин котиради ҳам.
Шароб ичилганда килсанг истемол,
Мастликни ман этиб, йўкотар дархол.

Қашқарбеда

Биринчи ўриндир курук-иссиқда,
Дейишар ўртача иссиқ-совуқда.
Моддани пишитар, яна юмшатар.
Барча аъзоларга қувват бахш этар.
Шамолласа кўзлар, оғриси кулок,
Оғриқни қолдирар томизилган чок.
Мақъад варамига яна наф этар,
Сувли яраларни қўймай даф этар.
Ивитиб ичилса, суви ҳар замон,
Бош оғриқ дардини қувар бегумон.

Мойчечак

Курук-иссиқлиги уни бегумон,
Биринчи ўрин деб, қилмишлар баён.
Мияга ажойиб қувват бахш этар,
Ундан асаб учун яхши наф етар.
Совуқ сабаб бўлиб оғриганда бош,
Бундан яхши даво кўрмаган ҳеч бош.
Мия учун унинг фойдаси кўп соз,
Қонни тозалашда марғубу мумтоз.
Боғланса, кўз дардин айлағай барбод,
Устоздан шундай деб олган эдим ёд.
Ҳам сийдик ҳайдашда тенги йўк
ҳар он,
Сарик касалини қувар бегумон.

Гунафша

Ундан туғилади ҳар дам тоза қон,
Бош оғриқ йўқоқлар боғланган замон.
Иссиқдан юз берса йўтал тuzатар,
Нафас йўллари яна юмшатар.
Иссиқчан бўлса гар меъда наф этар,

Упка шамоллашин яна даф этар.
Шарбатида шундай хислат бор мудом,
Буйрак оғриғига беради ором.
Сафро учун яна сурги бўлар соз,
Шарбати юмшатар ични кишу ёз.

Пиёз

Кишилар ейдиган пиёз учинчи —
Ўринда иссиғу, куруқ иккинчи.
Кўп есанг агарда бош оғрик кўзғар,
Кўпидан акл ҳам топади зарар.
Меъдага куч бериб, иштаҳа очар,
Овқатга ҳар киши кўп пиёз сочар.
Унинг сийдик ҳайдаш ҳикмати ҳам бор,
Ични юмшатади ейилса такрор,
Сирка-ю, тоғ пиёз маҳкамлар тишни,
Яна таъминлайди яхши ўсишни.
Тутқанок, хулиё, бўлсалар йўтал,
Сирка, тоғ пиёзи қувар ҳар маҳал.

Тухум

Афзалдир товукнинг тухуми ўрток,
Чала пиширганин ейилса ҳар чок,
Сариғи бўлади иссиқка мойил,
Оқи доим унинг совуқка мойил.
Сариғи ва оқи икки хил миждоз,
Бўлади деб айтган Бу Али устоз.
Сариғин асалга кўшиб ҳар қачон,
Суркалса юз доғин кеткизар ҳар он.
Оқини юзларга суркалса такрор,
Қуёшу, ўт таъсир қилмагай зинҳор.
Кўз оғриқ бўлса ким дардин йўкотар.
Ўпканинг йўлини яна юмшатар.
Овоз бўғилганда, қуйганда тан ҳам,
Қон келса оғиздан, нафас сиккан дам,
Илитиб ичилса сариғин агар,
Дардларни бадандан бутунлай қувар.
Хукна қилиб ундан ичилган замон,
Ичак ярасидан сақлагай омон.

Семизўт

«Фарфах» у «Рижла» ҳам семизўт номи,
Учинчи ўринда совук тамоми.
«Хамко» (ахмок) деган унинг номи бор,
Чунки, жой танламай ўсади зинхор.
Иссик бош оғриқка яхши даводир,
Меъда яллиғланса яна шифодир.
Қон туфлашга қарши яхши наф қилар,
Носур иллатини бартараф қилар.
Лекин, у эркаклик қувватин кесар,
Кўп егач, кўзнинг ҳам нурини тўсар.

Мускат ёнғоғи

Учинчи ўринда курук бу ёнғоқ,
Иккинчи ўринда иссикдир биров.
Иллат бўлса қувиб, нур берар кўзга,
Яна жило берар нуқсонли юзга.
Доғ билан сепкилни қувар йирокка,
Куч берар меъда-ю, жигар, талокка.

Ёнғоқ

Биринчи ўринда курукдир ёнғоқ,
Иккинчи ўринда иссикдир биров.
Кўп егач, бош оғриқ дарди кўп ошар,
Оғиз яллиғланиб, тил кўполлашар.
Пўчок ширасини олиб ёнғоқдан,
Чайкалса кетади оғриқ томоқдан.

Анор гули

Гапирсам анорнинг гулидан, совук,—
Биринчи ўринда, иккинчи курук.
Тиш милкин доимо қилур мустаҳкам,
Қон туфлаш дардини даф этар ҳар дам.
Ичак ярасига ундан наф етар,
Яра-чакаларни яна даф этар.

Сабзи

Биринчи ўринда хўл-иссик сабзи,
Қувват бўлар суви ва яна ўзи.

Уруғи куч берар пушт учун кўп соз,
Кучлидир тоғ сабзи демиш бир устоз.

Долчин

Шодликнинг асоси саналмиш долчин,
Куруқ-иссиқ сўнгги ўринда, бу чин.
Яна ёғи танни юшатар хар он,
Қалтираш йўқолар суркалган замон.
Доғу сепкил учун яна наф қилар,
Ёмон хилтни тандан тезда даф қилар.
Меъдага куч бериб, жигарнинг ишин—
Яхшилар, юракдан кувар ташвишин.

Хўроз ва товук

Хўроз ё товукнинг қай хилидир соз?
Галеннинг сўзидан эшитгин бироз.
Хали ҳеч туғмаган товук кўп создир,
Яна сози кичқирмаган хўроздир.
Қари хўроз гўштин шўрва қилган чок,
Бўгим оғрик билан кетар қалтирок.
Корин санчиғи-ю, меъдага нафдир,

Барча иллат ундан сарсону дафдир.
Товук гўшти бўлар ақл учун соз,
Ундан хуш бўлади кишида овоз.
Бурундан тўхтамай келса агар қон,
Тўхтатар, миясин ейилган замон.
Хар ким ёш товукнинг шўрвасин ичар,
Ундан меъда дарди бир умр кетар.

Олтин

Қандай бўлсин дилда ғаму балоси,
Хар кимнинг ёнида бўлса тиллоси.
Мижозда ўртача бўлади олтин,
Тандан кувар доим у савдо хилтин.
Юракка ҳам таъсир қилади осон,
Ундан наф топади яна хафақон.
Бир донаг ичса ким эрталаб — наҳор,
Дилда ғам-вахмаси қолмагай зинҳор.
Оғиз ичра солиб юрса хар киши,
Хидини йўқотар, қолмас ташвиши.
Суркалса кўзларга беради кувват,
Бу сўзнинг шубҳаси бўлмагай ҳеч вақт.

Ажам шоирлари шеърлар айтишган,
Олтиннинг васфини кўплаб битишган.

Равоч

Иккинчи ўринда курук-совукдир,
Ундан сафро учун асло йўл йўқдир.
Ташналикни тандан кувади йирок,
Кўриш кувватини ўстирар ҳар чок.
Ўлат бўлса, агар ич кетса ҳар он,
Ундан есин дея қилмишлар баён.
Юракка куч берар, қайтни йўқ қилар,
Шарбати телбалар учун берилар.
Сариқ касалига наф қилар ҳар он,
Эски иситма-ю, бўлса хафақон.

Ўпка

Ўпка кучли овқат бўлмайдди танда,
Тезда ҳазм бўлиб кетар баданда.
Тулкининг ўпкасин сирка-ю, пиёз
Билан егач, нафас сиқса дори соз.

Кўзичок ўпкаси ичак яраси
Учун наф қилувчи дори сараси.

Анор

Ширин анор эрур хўл-совук ҳар
вакт,
Бу сўзга табиблар сўзидир хужжат.
Аччиғидан сафро бўлур тору-мор,
Ундан ёмон хилтлар туғилмас зинҳор.
Асал билан кўшиб агар ширинин,
Ярага сурилса, йўкотар барин.
Чарчок, кулоқ оғрик, оғиз яраси,
Меъда иллоти ҳам кетар барчаси.
Аччиғи сийдикни ҳайдайдди кўпрок,
Майхуши наздимда яна яхшироқ.
Аччиғи зарардир еса томоққа,
Йўтал бўлса, шошмас эл ҳам емоққа.
Аччик, ширин яна у майхуш анор,
Хафақон ҳайдовчи хосиятга ёр.

Заъфарон

Биринчи ўринда қурук заъфарон,
Иккинчи ўринда иссиқдир ҳар он.
Юз рангин мисоли гул каби очар,
Шароб ичра агар ҳар кимса сочар.
Шароб билан шодлик келтирар чунон,
Телбадек кулгудан тўхтамас бир он.
Унинг сийдик ҳайдаш хосияти бор,
Юракка куч-қувват қилади нисор.

Занжабил

Учинчи ўринда қурук занжабил,
Аммо иссиқликда иккинчи деб бил.
Жигарга — куч, ҳазм қилади овқат,
Меъда учун берар у яхши қувват.
Меъдага мевадан етганда совук,
Совукни занжабил тезда қилар йўқ.
Хотира қувватин оширар доим,
Киши ичин яна қилур мулойим.

Олма

Аччик олмададир ҳўл-совук мижоз,
Сафроли кускига у яхши илож.
Ширин олмалардан ейилгани дам,
Меъдага, юракка куч берар ҳар дам.
Аччик олмалардан ким еса такрор,
Иситма тортмоқка бўлсин тез тайёр.

Янтоқ

Дашту биёбонда ўсади янтоқ,
Туятикан дейди кўпчилик, бироқ,
Ҳарорат бобида ўртача доим,
Тозалаб, қилади яна мулойим.
Йўтал учун яхши кўрсатади наф,
Чанқоқ бўлса уни тандан қилар даф.
Уч уқийя шарбат қилинса агар,
Сафро хилтин тандан қувиб чиқарар.

Саримсоқ

Учинчи ўринда курук саримсоқ,
Шундай деб киёс кил иссиғин ҳар чок.
Саримсоқ қориннинг бодин йўкотар,
Терига суркалса яра қўзғотар.
Нафас йўли, йўтал учун нафи бор,
Қурту, зулук бўлса қўймагай зинҳор...
Истеъмол қилинса агар саримсоқ,
Томоқ, нафас йўлин тозалар ҳар чок...
Ортиқча истеъмол қилинган замон,
Бош оғриб, кўз заиф бўлар бегумон.

Хина

Эшитмоқчи бўлсанг доно суҳбатин,
Мендан сўра қандай хина хислатин.
Совук-курукликда иккинчидир у,
Иссик ҳам демишлар, ёлғон эмас бу.
Наф қилади балғам бўлса ҳар жойда,
Асаб дардига ҳам қилади фойда...
Ёғи холсизликни йўкотар доим,
Асабни юмшатиб, қилар мулойим,

Аччиқ тарвуз (Абужаҳл тарвузи)

Хўл барги тўхтатар окса агар қон,
Шишларни йўкотиб, қайтарар осон.
Баргидан сув олиб, суркаса бемор,
Моҳов, доул — филга наф қилмоғи бор.
Асаб учун тарвуз суви наф қилар,
Панжа бўғимлари дардин даф қилар.
Ғарғара қилса гар сувидан киши,
Тиш остин қотирар, қолар оғриши.
Савдо билан балғам бағрини тилар,
Нафас йўлига ҳам яхши наф қилар.
Тавсия айлаган шундай деб Букрот,
Ундан шарбат қил деб ўн икки кийрот.
Ичсанг, қовуқ билан буйрак иллатин,
Йўкотиб, қўймагай танда заҳматин.

Нўхат

Энди эшит нўхат хислатин бирдам,
Баёни учун мен тортажакман ғам.
Биринчи ўринда иссиқдир ҳар чок,

Кораси кучлирок бўлади, бироқ.
Ейилгач, қоринда тўплайди у бод,
Овқатлик қуввати кам эмас, зиёд.
Бел оғриси, нўхат яхши наф қилар,
Тиш милки дардини яна даф қилар.
Хусайн айтгандек, ким эзиб боғлар,
Қулок дардин қувиб, вақтини чоғлар.
Киши овозини очади чунон,
Ўпкага беради қувват еган он.
Қайнатиб сувидан қилишур даво,
Кимда бўлса сарик дарди, истиско.
Ковуқ билан яна буйракни тошдан
Тозалаб, гамларни чиқарар бошдан.

Каптар

Иссиқ бўлар, билсанг, каптар мижози,
Янги учирмаси каптарнинг сози.
Жўжа товук мисол кўп соз бўлади,
Ёшу-қари учун мижоз бўлади.
Қувват бўлар, киши семирар ундан,
Ковуқ иллатлари кетади тандан.



Узум ғўраси

Одамлар еса гар узумнинг ғўрин,
Хўл-совук бўлади иккинчи ўрин.
Сафрони бутунлай кувади тандан,
Чанқоғу, ич кетиш йўқолар ундан.
Меъдага, жигарга беради кувват,
Куски, иситмани йўқотар ҳар
вақт.

Кўкнор

Икки хил бўлади: қора ҳамда оқ,
Барчанинг наздида оқи яхшироқ.
Қурук-совук эрур иккинчи миқдор,
Қораси учинчи, эса тут зинҳор.
Ичилса, боғланса уйку келар соз,
Яна кайф қилади деб айтмиш
устоз
Истеъмол килинса ундан ҳар
замон
Йўталу тумовни кувади ҳар ён.

Гулхайри

Иссиқда ўртача мижоздир хайри,
Юмшатиш, пишитиш хоссаси айри.
Қуёнчик касалин йўқотар тандан,
Бўғим оғриклар ҳам даф бўлар ундан.
Хайрининг баргидан боғланган замон.
Кўкрак ярасига бўлади дармон.
Биқин санчик, ўпка, плевритга соз
Дори бўлар унинг уруғи мумтоз.
Сийдигинг куйдирса томирин қайнат,
Ичак ярасига наф қилар албат.
Яллиғланса мақъад, ич кетса, дарҳол
Фойдалар етади қилсанг истеъмол.

Асал

Қурук-иссиқлиги иккинчи миқдор,
Яра билан иллат ундан тор-мор.
Бадандаги ҳар хил тўсиқни очар,
Асаб иллатлари ундан тез қочар.
Совук меъда учун куч-қуввати бор,
Заиф кўзга яна нур қилар нисор.

Кишида иштаха очади доим,
Ейилса, коринни қилар мулойим.

Турп

Ҳазм бўлмаса гар меъдада овкат,
Ҳазм бўлар турпга айласа рағбат.
Кучли овкат бўлмас уни еган дам,
Аммо ундан ҳар вақт туғилар балғам.
Уруғи юмшатиб, қилар мулойим,
Жигар тўсиқларин очади доим.
Лат еса ё бўлса сепкил ёки доғ,
Уруғи йўқотиб, вақтни қилар чоғ.
Қайт пайдо қилади кўп еса киши,
Кетар лекин сариқ касал ташвиши,
Хўл-иссиқ бўлади гар рағбат қилсанг,
Уруғи қуруғу иссиқдир билсанг.

Мурч

Икки хил мурч бўлар қора ҳамда ок,
Ҳашорат захрини кесишур ҳар чок.
Тўртинчи ўринда иссиғу-қурук,

Илон захри, бодлар ундан бўлар йўк.
Қалампирни бўлар қуруклиги кам,
Бир-бирин ўрнини босишар ҳар дам.
Меъда ичра бўлсин агар қуюк бод,
Ҳар учқови уни айлагай барбод.
Шундай демиш Розий ҳам яна Букрот,
Ёмон хилтни тандан даф айлагай бот.
Ҳар икки мурч, яъни қора билан ок,
Асаб билан пайни киздирар ҳар чок.

Ковок

Ковок бўлар форслар тилида каду,
Иккинчидир хўлу-совуқликда у.
Меъда ичра ҳазм бўлар тўхтамай,
Ёқимли хилт пайдо қилади, хай-хай...
Сафро хилтин тандан йўкотур беранж,
Аммо, кўп ейилса, кўзғатур қуланж.
Қуланж иллатини тезда айлар кам,
Хом қовокдан олиб ейилгани дам.
Ўткир табиблардан кўплари дейди:
«Чанқок қолар кимки кўп қовок ейди».

Калампирмунчок

Унинг форсча исми бўлади миҳак,
Курук-иссиқликда иккинчи бешак.
Меъда билан димоғ ва яна жигар,
Юрак ҳам куч олар ейилса агар.
Кўнгил айниб яна келганида қайт,
Тезда даф этади ундан еган пайт.
Жону-дилни қилар доимо сархуш,
Оғиз бадбўй бўлса, хидин қилар хуш.
Туйилган калампирмунчок билан сут,
Тўзғитар бодларни мисоли булут.

Қаҳва

Қаҳвани бир куни ҳажв этиб шундай,
Бир шоир ёзипти, эшитинг, бундай:
«У қора юзлики, қаҳвадир номи,
Иштаҳа, уйқуни кесар тамоми!».
Ҳар кишига агар озғинлик ёрдир,
Қаҳва ичса унга зарари бордир.
Носур иллатига манфаати бор,
Ичакларга қувват қилади нисор,

Қайнатиб буғини хидласа киши,
Тумов — резандадан бўлмас ташвиши,
Курук-совук бўлар иккинчи миқдор,
Пўстига куруклик кўпроқ эрур ёр.
Бир тоифа уни иссиқ деб билар,
Баъзиси совукдир деб нақл қилар.

Кофур (камфара)

Айтай, кофурда бор қандайин фойда,
У ўсар илону, йўлбарс кўп жойда.
Шунинг учун уни камёб дейишар,
Хўлу совуклигин уч деб билишар.
Дейишар, бир неча хил бўлар кофур,
Афзали бўлади Риёхий, Қайсур.
Биринчи мартаба топилган макон,
Риёхий мулкидир, яъни Ҳиндистон.
Риёхий деган ном шу важдан қолди,
Қайсур кофури ҳам юртдан ном олди.
Ҳинду Чин мулкидан ўзга маконда,
Ётишар Сарандиб деган томонда.
Чўпидан қилинса ҳар ерда макон,
Қочар пашша, бурга, чумоли, илон.

Иссикдан шиш бўлса ё бурун кони,
Кофурдан топилар даво имкони.
Кофурдан тузатар, ухлатар узок,
Кофурдан хидланса ёки ичган чок,
Куйганни тузатар, ухлатар узок,
Иссик мижозларга яхши наф қилар,
Буйрак, қовук иссик бўлса даф
қилар.

Петрушка

Иссиклиги уни биринчи микдор,
Иккинчи ўринда куруклиги бор.
Энди хосиятин қилайин баён,
Очувчи-ю, бодни йўкотар ҳар он.
Оғиз хушбўй ундан, дард эса сокин,
Ундан изла хушбўй хидларни локин.
Тутқалоқ қилмасин асло истеъмол,
Еган он дардини кўзгайди дарҳол.
Тутқалоқ сихатин қилади барбод.
Букроту, Бу Али шундай қилган ёд.

Жигар

Хўл-иссик бўлади жигар мижози,
Товуғу ўрдакда жигарлар сози.
Қурбака жигари босилган замон,
Тиш оғрик тўхтайти ундан ўша он.
Эчки жигарини еса тутқалоқ,
Тутқалоғи тутар ўша ондаёқ.
Шундай баён қилмиш Афлотун ҳаким,
Қутурган ит тишлаб, азоб тортса ким,
Ўша итнинг олиб жигарин тезда,
Фойда қилар унга едирган кезде.

Кашнич

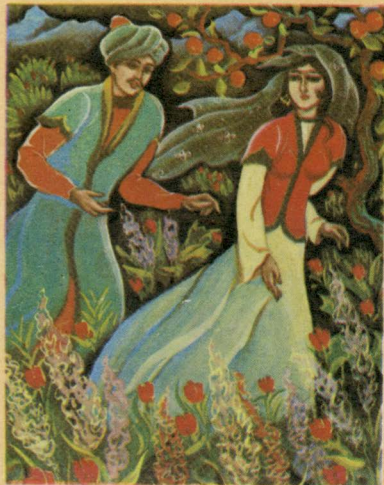
Совуқликда, билсанг кашнич биринчи,
Курукликда эса, бўлар иккинчи.
Барча яллиғларга яхши наф қилар,
Иссик яллиғ бўлса дарров даф қилар.
Меъдага куч берар, ўзгарса мижоз,
Қувват бўлар, унга дори бўлиб соз.
Меъёрида яхши қайнатган замон,
Ичгач, бош айланиш йўқ бўлура осон.
Куруқ кашнич агар ейилса такрор,
Кўз уйини қилар қоронғи ва тор.

Ловия

Курук-иссик бўлар ловия, эй ёр,
Рутубати уни бўлади бисёр.
Ел кўзгатиб яна туғдирар балғам,
Ўпка учун фойда, йўлларига ҳам.
Демишларки, ундан ейилган замон,
Оғир уйку олиб келар ҳар қачон.
Шундай демиш яна кўпгина доно,
Сийдик ҳайдар ундан еган ҳамоно.

Бодом

Арабча лавз, форсча бўлади бодом,
Еганлар семириб бўлар хушандом.
Хўлликда ўртача бўлар ширини,
Курук-иссик бўлар аччиғи уни.
Бодом хотинлардан ҳайз ҳайдайди,
Аччиғи тўйимли овқат бўлмайди.
Жило бериб, яна тўсиқ очади,
Аччиғи қусгин деб заҳар сочади.
Акси бўлар уни, бил, ширин бодом,
Янгисини есанг фойдадир мудом.



Тулки еса агар аччиқ бодомдан,
Захарланиб ўлар, қолиб хиромдан.
Аччиғига агар кўшилса шароб,
Доғ, сепкилга сурса, кетади шитоб.
Шундай баён қилмиш бир неча доно,
Ундан эллик дона еган ҳамоно,
Оркасидан агар ким шароб ичар,
Тарк айлабон мастлик ундан тез қочар.
Ширин бодом бўлар йўтал учун наф,
Жигар ичра тўсиқ бўлса қилар даф.

Ўрик

Форс тилида ўрик бўлар зардоли,
Меъда учун нафи гўё шафтоли.
Хўл-совукда ўрни иккинчи миқдор,
Мағиз ёғи курук-иссиқдир, зинхор.
Ёғи уни нафдир носур ярага,
Уни суриб ташлар тубсиз дарага.
Ўрик егач, хосил бўлар уфунат,
Суви ташналикни кондирар ҳар вақт.
Кўп еганда айлар иситма бунёд,
Меъда ичини яна айлагай фасод.

Мош

Хилти яхши, кучли ели бор бироқ,
Бокла каби ҳазми эмас қийинроқ.
Узум суви билан кўшилгани дам,
Шишга фойда қилса ажабмас, укам.
Семиртирар ундан еганда киши,
Тани кучга тўлиб, кетар ташвиши.
Асал билан агар кўшса томирин,
Ёмон хилтни суриб ташлагай барин.
Ёғи уни кучсиз бўлар ўзидан,
Сепкил, доғни қувар киши юзидан.
Сирка билан кўшиб томирин ҳар дам,
Соч-соқолга суртса бўлар мустаҳкам.
Ким бурнига тутиб хидласа агар,
Тутқалокқа яхши фойда келтирар.
Бош оғритар мижоз иссиқ бўлаган пайт,
Асал билан томир бирга қўзғар қайт.

Нилуфар

Айтай, хосиятда қандай нилуфар,
Иккинчи ўринда хўл-совук бўлар.

Киши учун уйку келтирар зиёд,
Иссиқ иситмани қилади барбод.
Сўндирувчи, латиф бўлар шарбати,
Қўзғалмайди ундан сафро иллоти.
Йўтал билан қуйган танга бўлар наф,
Биқин санчиғини яна қилар даф.
Камфарага ўхшар нилуфар иши,
Ундан йўколади юрак ўйнаши.
Шундай демиш Розий, яна бошқалар,
Кучни кесиб, дилга оташ-ўт қалар.

Коху (салат)

Коху камайтирар сут бўлса танда,
Яна киши кучин кесар баданда.
Ортикча емокка ким қилса ружу,
Қўзларнинг нурини заиф қилар у.
Форслар коху дея атаган салат,
Хўл-совук иккинчи ўринда ҳар вақт...
Эсимда шундай деб айтмиш дўсту-ёр,
Шароб ичгач еса, маст қилмас зинхор.
Ейилса агар хуш уйку келтирар,

Бирок у баданда елни орттирар,
Офтоб урса, киши бўлса паришон,
Яна ташналикни даф қилар осон.

Ёввойи гулхайри

Хўл-совукда ўзин ўртача тутар,
Корин, томок, нафас йўлин юмшатар.
Ковук, буйракларни пок қилар тошдан,
Йўтал гамин яна кувади бошдан.
Боғланса, суркалса носур иллоти,
Йўк бўлиб, кишида қолмас захмати.

Шафтоли

Мижозда хўл-совук бўлар шафтоли,
Иккинчи ўринда ўрик мисоли.
Уфунатли хилтлар қўзғайди доим,
Аммо, киши ичин қилар мулойим.
Қабзият қилади, хусусан хоми,
Баргидан сув олиб ичса тамоми,—
Қурт бўлса коринда ёки қулоқда,
Ўлдирар томизса, ичса ҳар чокда.

Сирка

Мураккаб кувватли шаробдир сирка,
Икки хил миждоздан топмиш барака.
Икки хил кувватдан икки пати бор,
Ҳам иссик, ҳам яна совукликка ёр.
Совуклиги бўлар қайнатса зойил,
Бу сўзни деганмиш бир пири комил.
Яллиғликни тандан йўқ қилар доим,
Хислати бор кескир, яна мулойим.
Ундан овқат ҳазм бўлади тезда,
Балғамни йўқотар ичилган кезде.
Кичима, кўтиру, тошма-ю, сепкил,
Танда пайдо бўлса йўқотар буткул.
Қимда яра бўлса ё куйса ўтдан,
Суркаса, боғланса йўқотар этдан.
Гулнинг ёғи билан қўшганинг замон,
Бош билан тиш оғриқ йўқолар осон.

Канакунжут

Қурук-иссик бўлар, бил, канакунжут,
Иккинчи ўринда, буни ёдда тут.

Ўн бир донга еса агар донидан,
Бошлаб унинг ўша еган онидан
Кишининг ичини суради чунон,
Балғамнинг хомидан қолмас ҳеч нишон.
Лақва, фалаж ёки бўлсалар қуланж,
Наф қилиб, дилида қолдирмагай ранж.

Сумок (тотум)

Иккинчи ўринда совукдир сумок,
Учинчи ўринда қурукдир, биров.
Донолар шундай деб қилмишлар
баён
Сафрони ҳайдагай ичаклар томон.
Қон оқса тўхтатар киши қонини,
Наф қилар оғритса милқак жонини.
Тиш оғриси, киши бўлса гар чанқок,
Беҳуш бўлса уни йўқотар мутлок.
Иштаҳа келтирар ўтмайин бир зум,
Бу бобда хислати гўё ғўр узум.

Ёғ

Ёғнинг хислатини қилайин аён,
Хўл-иссиқ деб уни қилишур баён.
Қорин билан нафас йўлини доим,
Ейилгач қилади латиф, мулойим.
Мол ёғин ейилса асалу бодом —
Бирла наф топади ҳар ким, вассалом.

Беҳи

Совукдир тўртинчи ўринда ҳар он,
Иккинчи ўринда курук бегумон.
Мудом ичса ҳар ким майбеҳдан агар
Меъдасига яхши куч-қувват етар.
Сиқилганда юрак ёзилар ундан,
Қусқи келса уни қайтарар тандан.
Уруғлари ични қилар мулойим,
Ғули эса қабз қилади доим.
Буйрак билан ковуқ ишин хуш қилар,
Ёғи эса дарднинг бағрини тилар.
Ўпка ишин яхши қилади беранж,
Қўп ейилса агар кўзғатар қуланж...
Лаб ёрилса агар совиғач мижоз,

Ёғи даво бўлар ажойиб ва соз.
Томизилса беҳи сувидан агар,
Қўйиб чиқса сийдик ундан қутқарар.

Арпа

Курук-совук бўлар арпада мижоз,
Биринчидир ўрни, айтсам агар роз.
Арпа суви яхши бўлади даво,
Йўтал, нафас йўлин қилар мудово.
Арпа нони бодга бўлади йўлдош,
Ел туғдирар қари бўлсин ёки ёш.
Туйиб агар танга суркалса ундан,
Доғу қичимани йўкотар тандан.

Укроп

Иккинчидир курук-иссиқда укроп,
Пишитар, юмшатар, бодга қарши боп.
Ҳар ким еса ундан агар пайдарпай,
Кўз нурини заиф қилади тинмай.
Сийдик ҳайдар унинг уруғ шираси,
Даф бўлади ундан носур яраси.

Куйдириб суркалса кулидан агар,
Жароҳатга яхши фойда келтирар.

Седана

Иккинчидир курук-иссик седана,
Бод кесади, жило беради яна.
Корин куртларини ўлдирар ҳар он,
Киши сийдигини қилади равон.
Ковурилгач уни хидланса агар,
Тумов учун яхши фойда келтирар.

Шолғом

Иссик бўлар шолғом ким еса
 такрор,
Кўрлар шолғом есин деган масал
 бор.
Чунки, у кўзларга беради кувват,
Хому пишиғида бор шундай ҳислат,
Шишганда совукдан қўл ёки оёқ,
Наф қилади шолғом суркалгани чок.

Шохтара

Биринчи ўринда совук шохтара,
Иккинчи ўринда курукдир сара.
Барча тўсикларни очади тезда,
Меъдага куч берар ейилган кезда.
Тозалар бузилган бўлса агар кон,
Қўтир, қичишишни даф қилар ҳар он.
Эйилса, қилади ични мулойим,
Эски иситмани қувади доим.

Сандал дарахти

Сандал икки хилдир — кизил ҳамда ок,
Иккинчидир совук-курукда биров.
Кизилида оқнинг аксича миждоз,
Юрагу меъдага қувват бўлар соз.
Шишларга суркалса наф қилар мудом,
Кизилдан бош оғриқ топади ором.
Устоздан ёд олган эдим бир замон,
Ичса, суртса фойда топар хафақон.
Иссик меъда учун унинг нафи бор,
Қабз қилар, хилтлар топади қарор.

Курбака

Зафтаг арабча-ю, форсчадир вазаг,
Туркча курбакадир, эл дейди базаг...
Корнин ёриб танга кўйганинг замон,
Осон чиқар танда қолганда пайкон.
Куйган жойга ёғи наф қилар ҳар дам,
Бўшаган тишларни қилар мустаҳкам...
Бурундан тўхтамай келса агар кон,
Миясин суркасанг тўхтар ўша он...

Товус

Курук-иссиқ солсанг товусга разм,
Бадмижоздир яна эрур бадхазм.
Боласидан келар ёқимли миждоз,
Куланж билан меъда дарди учун
 соз.
Меъданг ичра гўшти жой олган
 чоғи,
Белга қувват бўлар кўшилиб ёғи.

Оху

Курук-иссиқ эрур охуда миждоз,
Иккинчидир ўрни, қилма эътироз.
Совук миждозлилар наф топар тезда,
Тез ҳазм бўлади ейилган кезде.
Қимда бўлса фалаж, лақва, хафакон,
Сарик дардига ҳам наф этар ҳар он.
Қимда бўлса агар савдовий миждоз,
Охуниги гўшtidан емагани соз.

Жилонжийда

Қийин ҳазм бўлар, кам овқат жилон,
Биринчи ўринда совукдир, инон.
Ўпка, нафас йўли, ковуқ учун наф,
Қуюқ кон суюлар бўлиб бартараф.
Қон агар кўпайиб, қилса ғалаён,
Изига тушириб қўяр ўша он.
Захири Фарёбий фард айтмиш шундай,
Топмассан жаҳонда зўр шоир ундай.
Ёр лабин ўхшатмиш гўё жилонга,

Шундай хитоб қилмиш гўзал жононга:
«Қон кучини босмоқ жилон хислати,
Нега лабинг қоним баттар қайнатур!»

Ялпиз

Иккинчидир қуруқ-иссиқда ялпиз,
Ҳиқичоққа фойда бўлар шубҳасиз,
Ялпиздан ҳосилдир овқатлар ҳазми,
Ундан тарқар танда қусишнинг базми.
Мулойим қилувчи сувидир сози,
Меъдага куч берар унинг бир ози.
Қутурган ит тишлаб олгани замон,
Суркалса фойдадир, бўлмайди зиён...
Хафакон дардига бўлса мубтало,
Ҳам сарик дардига наф қилур аъло.

Игир

Турку форс ҳам уни дейишар игир,
Иккинчи ўринда қуруқ-иссиқдир.
Хилтии қуёлтирар, қилар мулойим,
Кишининг сийдигин ҳайдайди доим.

Талок қотган бўлса уни юшатар,
Қўзга ҳам нур бўлиб, уни яшнатар.
Биқин санчиб, нафас йўли оғриси,
Манфаат қилади игирдан еса.

Дармана

«Дарманаи туркий» аталган бу ўт,
Қуруқ-иссиқ бўлар, буни ёдда тут.
Қизилу аччиғи яхшиси бўлар,
Ундан қорин қурти тўхтовсиз ўлар.



Изоҳлар

Ажам — форс халки. Араблар араб бўлмаган бошқа халқларни ҳам шу ном билан аташган.

Алиф — араб алифбесигадаги биринчи харф. У тўғри чизиқдан иборат бўлгани учун соғлом кишилар ва сарвқомат гўзаллар, йигитлар унга ўхшатилади.

Амал — сурги билан ични тозалаш.

Анзарут — дарахт елими, уни халқ орасида «анзирати гўшт-хўр» ҳам де-йишади.

Анисун — Рум арпабодиёни, анис.

Аччиқ тарвуз — к. ханзал.

Бадал — бу ерда бир-бирининг ўрни-ни босувчи, бири бўлмаса унинг ўрнига

бошқасини ишлатиш мумкин бўлган до-рилар кўзда тутилади.

Баёз — кўз қорачиғига тушадиган ок нуктанинг арабча номи.

Балсон, баласон — бальзам дарахти ва унинг мойи.

Баногоҳ — тасодифан, кутилмаганда.

Баногош дарди — кулоқ ости бези-нинг яллиғланиши.

Барас баҳак — пес касаллиги

Барсом (плеврит) — «Барсом» форсча сўз бўлиб, «бар» — кўкрак, ва «сом» шиш демакдир. Демак, барсом кўкрак касаллигидир.

Басар — кўриш.

Баҳр — денгиз.

Бехуд — ўзни билмаслик, ўзни ёмон хис қилиш.

Беқолу беқил — гап-сўзсиз.

Бийданжир — канақунжут.

Бобачи — Ҳиндистонда ўсадиган да-рахт номи.

Босилиқ — тери ости венаси.

Боқла — йирик ловия.

Бох — эркаклик куввати.

Бу Али — Абу Али ибн Синонинг (980—1037) қисқартирилиб айтилган номи.

Букрот — (Гиппократ) эрамизгача 460—375 йилларда яшаган юнон олими. Уни «медицинанинг отаси», деб аташган.

Гален (Жолинус) — юнон табиби ва табиатшуноси (130—200-йиллар атрофида яшаган).

Гувориш — форс тилидаги *гуворидан* феълидан олинган бўлиб, «ҳазм қилиш» демакдир. У мураккаб доридан иборат бўлиб, мазали, ширин қилиб тайёрланади.

Гулоб — қизил атиргул гулбаргидан қайнатиш ёки буғлатиш орқали олинган суюқлик.

Дамъа — кўздан сув оқиши.

Даштанжир — даштларда ўсадиган анжир.

Дирам ёки дирҳам — ўлчов бирлиги, бир дирам 2,975 граммга тенг.

Доғ кўймоқ — касалланган жойга қизиб турган ёғ босиш.

Донаг — ўлчов бирлиги, бир донаг 0,495 грамм.

Доул-фил — «фил оёқ» касаллиги (оёқнинг фил оёғига ўхшаб йўғонлашиб кетиши).

Доус-саълаб — «Тулки касаллиги», мўй тўкилиши, жумладан киприк тўкилиши касаллиги.

Елим — елим дейилганда кўпроқ «самғи арабий»—араб елими назарда тутилади.

Жавзи бавво, буя — мускат ёнғоғи.

Жавзи қай — қайт қилдирувчи ёнғоқ тури.

Жимоъ — жинсий алоқа.

Жузом — мохов касаллиги.

Жунун — жиннилик.

Забон — тил.

Зафара — кўз шиллик пардасининг ёки кўз ғўлагини ўраб турган парданинг ўсиши. Бу кўпинча кўзнинг ички (бурун томон) бурчагидан бошланиб, шиллик қатламга қараб ёйилади, баъзан мугуз қатламини қоплайди ва унинг устига ўтади.

Заққий — (истискойи заққий) — оғир жигар касаллигида (цирроз), юрак порогиди, баъзан буйрак касалликларида корин бўшлиғида сув йиғилиши (асцит).

Заҳри қаттол — кучли заҳар.

Зойил қилмоқ — йўқотмоқ.

Зотилриа — зотилжам, пневмония (ўпка яллиғланиши).

Зотуссадр — кўкрак шамоллаши.

Зўком — тумов.

Иёраж — ўсимликлардан тайёрландиган мураккаб дори.

Илтишор — кўз қорачиғининг кенгайиб кетиши.

Иржиъ — қайт. Бу ерда Қуръон оятига ишора. Диний ақидага кўра худо ўз

бандасини умри тугагач, унга «иржиъ», яъни «қайт олдимга» деб нидо қилар эмиш.

Ислоҳ — яхшилаш, тўғрилаш. Бу ерда дори ичилгандан кейин унинг нохуш таъсирини йўқотиш учун ичиладиган бошка дорилар назарда тутилади.

Кадудона — одамнинг қорни ва ичакларида бўладиган ошқовок уруғига ўхшаган майда куртлар, гижжалар. Шунинг учун уни кадудона, яъни «ковок уруғи» деб атайдилар.

Қалоғ — қарға.

Қардамон (қоқулла) — иссиқ мамлакатларда ўсадиган ўсимлик уруғи.

Қориз — ер ости суғориш системаси, ер остидаги сувларни суғориш мақсадида махсус усуллар билан ер юзасига олиб чиқиш.

Қатиरो — қатиरो, дарахтдан олинadиган елим.

Қобус — уйқуда нафас чикмай коли-

ши, босинкираш. Халк ичида уни «дев босиш», «жин босиш» деб аташади.

«Комил ас-синоъа» — Али ибн Аббос ал-Мажусийнинг (вафоти 994 йил) «Комил ас — синоъа фит-тибб» («Табобатга оид комил тажрибалар») асарининг кискартирилган номи.

Кофур курси — камфора таблеткаси.

Кузоз — тортишиш, совук таъсиридан мушакларнинг тиришиб тортишиши, натижада гавда бир қисмининг қотиши.

Лақва — юздаги нервларнинг шамоллаши, юз фалажи, оғиз ва кўзнинг қийшайиши.

Лаҳмий — гўшт истискоси. Турли патологик процесслар натижасида мушаклар орасида сув йиғилиши.

Ложувард — ляпис — кумуш нитрат, жаҳаннам тоши (қуйдириш, буруштириш ва дезинфекция қилиш учун сиртга ишлатиладиган кумуш тузи).

Майбех — турли доривор моддаларга

беҳи суви кўшиб қайнатиш орқали тайёрланадиган беҳи шарбати.

Майхуш — нордон-ширин анор.

Марғуб — ёкимли, соз, дилни тортувчи.

Мақъад варами — орқа чиқарув тешигининг яллиғланиши ва яра чиқиши.

Мижоз (мижоз) — табобатда тўрт хил мижоз фаркланади: иссик, совук, хўл, курук. Яна оралиқ мижозлар ҳам бор: хўл-иссик, курук-иссик, хўл-совук, курук-совук. Мазкур мижозлар ҳар бири яна I-II-III-IV даражаларга бўлинади.

Мил — 1) сурмачўп, 2) кўзга дори суртиладиган чўп, 3) кўзни кўр қилиш учун ишлатиладиган пўлат нина.

Милкак — тирнок тагидан чиқадиган чиқик.

Мирт, мирта — дарахт ва унинг меvasи.

Мисқол — ўлчов бирлиги, бир мисқол 4,26 граммга тенг.

Мода ва нар — урғочи ва эркак.

Моддат ул-хаёт — мураккаб дорининг номи. Луғавий маъноси «Хаёт моддаси». Уни яна «Файласуфлар маъжуни» ҳам дейишади.

Мой асал, моул-асал—асал шарбати. У қуйидагича тайёрланади: ўн мискол асал юз мискол сувда 70 мискол қолгунча қайнатилади.

Мои усул — мураккаб дори номи. Тайёрлаш усули қуйидагича: бодиён, петрушка, шовул, қорачайир ўсимликлари томирларининг ҳар биридан бир мисколдан олиб, бир пиёла сувда ярми қолгунча қайнатилади. Сузиб, тозалаб, ўн мискол асал қўшиб ичилади.

Момирон — зарчаванинг бир тури.

Мохулиё — меланхолия. Бу сўз юнонча бўлиб, «савдо» хилтига айтилади. Киши организмда савдо хилтининг ошиб кетиши натижасида юз берадиган касалликка «савдойи» ёки «меланхолия» дейилади.

Мошша (мошжа) — тўрт донагга (1,98 г) тенг ўлчов бирлиги.

Моши хом — хом, пишиб етилмаган мош.

Муаддилот — киши миждозини мўътадилга келтирувчи дориларнинг умумий номи.

Мудово — даво, дармон.

Мужарраб — синалган, текширувдан ўтган, тажриба қилинган.

Мумтоз — аъло, сараланган, яхши, соз.

Мунзиж — хом, суюқ хилтларни пиширтирадиган (етилтирадиган) дорилар.

Мастако — мастика (баъзи дарахтларда бўладиган хушбўй смола).

Муҳолиф — қарши, фикрий қарама-қаршилиги бўлган киши.

Мўътадил — ўртача.

Назла — бурундан сув оқиши.

Намла — тариксимон учук.

Нар — эркак.

Нисён — унутиш, хотиранинг бузилиш касаллиги.

Нони майда — аъло навли ундан килинадиган нон.

Носур — бурун ичига чиқадиган яра.

Омила — иссиқ мамлакатларда ўсадиган дарахт меваси.

Очувчи — табобатда дориларнинг очувчи, кесувчи, хайдовчи, қотирувчи хислатлари дейилганда организмда ҳосил бўладиган тикилма, хилт ва яраларни йўқотиш тушунилади.

Оҳан — темир.

Пайкон — найза, ёйдан отилган ўқ учи.

Пушт — 1) бел; 2) авлод, уруғ. Бу ерда авлод қолдирувчи қувват маъносида ишлатилган.

Рамад — кўз шамоллаши.

Рағбат қилмоқ — хоҳламоқ, интиломоқ.

Риёзат — жисмоний меҳнат, жисмоний машқлар. Баъзан у сўфийларнинг

худога етишиш йўлида овқатни кўп истеъмол қилишдан воз кечиши ва зикрга қаттиқ машғул бўлиши маъносида ҳам тушунилади.

Ришта — ип. Бу ерда ҳамирдан ингичка қилиб кесилган угра кўзда тутилган.

Роз — сир.

Розий — Абу Бакр Муҳаммад ибн Закариё ар-Розий (865 — 925 фаннинг ҳар хил соҳаларига бағишланган 260 га яқин асар ёзган машҳур табиб ва кимёгар.

Рутубат — ҳўллик, намлик.

Руҳи равон — чикувчи жон.

Сабал — кўз ички томирларининг шидан содир бўладиган юпка парда, кўзнинг қизил қонга ўхшаш парда билан қопланиши.

Сакта — мия қоринчаларида, сезувчи ва ҳаракатлантирувчи нерв йўлларида кучли тикилма пайдо бўлиши сабабли органларнинг сезгисиз ва ҳаракатсиз бўлиб қолиши.

Самғ — дарахт елими.

Сарсом — форсча сўз бўлиб, сар — бош, сом — шиш деган маънони билдиради (мия пардасининг шишиши).

Саршаф — хантал (горчица уруғи).

Сарь — тутканок.

Сийм — кумуш.

Сир — ўлчов бирлиги, бир сир 74,24 граммга тенг.

Софин — оёкдаги йўғон томир.

Сумок (тотум) — ошловчи, нордон ўсимлик уруғи. Овқатга ҳам солинади.

Таблий — ноғорасимон истиско. Бунга корин бўшлиғига ва унинг ён-верига ёйилувчи ел сабаб бўлади. Шунинг учун бўлса керак «ноғорасимон истиско» деб атайдилар.

Табоҳ — бузилиш, чириш, йиринглаш.

Талха — «Тибби шахобий» муаллифининг ёзишича, хинд ҳакимлари қон ва сафрони талха номи билан атаганлар Ўрта Осиё ҳакимлари эса қон ва саф-

рони алоҳида-алоҳида хилт деб ҳисоблайдилар.

Танқия — тозалаш.

Тар — хўл.

Тўла — бир кумуш танга оғирлигича ўлчов бирлиги; икки мисқолдан кўпроқ.

Уд — алой дарахти.

Уди салиб — пион гул, хоч оғочи.

Устихон — суяк.

Уфунат — ичнинг бузилиши.

Уқийё — оғирлик ўлчови бирлиги, бир уқийё — 28,333 граммга тенг.

Фавойнди ахёр — бу жумла рисола-нинг номи бўлиб, айни вақтда унинг ёзилган йилини ҳам билдиради. Абжад ҳисоби бўйича ундан 912 ҳижрий (1507 милодий) йили чиқади.

Фазли илоҳ — худонинг фазли ва қарами.

Фархунда — бахтиёр, иқболли, толели.

Фарбиюн — евфорбия ўсимлигининг сутга ўхшаш шираси.

Хардал — хантал (горчица).

Хилт — Галеннинг гуморал назария-сига биноан хилт деб одам гавдасининг дастлабки унсурларидан пайдо бўлган тўрт асосий суюқлик таркибий қисмига айтилади. Булар — балғам, сафро, савдо ва қон.

Хинзир — кулғуна, у кўпинча бўйин ва қўлтиқ остида пайдо бўлади.

Хиром — текис ва чиройли юриш.

Хулиё — мохулиёнинг қискартмаси. Қаранг: мохулиё.

Хориш — қичишиш.

Хосу ом — каттаю кичик.

Хуш — бу сўз рисоланинг ёзилган йилини билдиради. Абжад ҳисоби билан ундан 906 хижрий йили чиқади (милодий — 1501 йил).

Хушандом — келишган, чиройли қомат.

Хў (хўй) — одат, хулқ.

Чароғ — чирок, бу ерда қуёшга ишора қилинмоқда.

Чокшу — кўз малхами. Пўсти қора, ичида юмшоқ, ялтироқ моддаси бўлган ўсимлик уруғи.

Чоррағ — лабларнинг ички томонида жойлашган тўртта томир.

Шароб — 1) май; 2) шарбат.

«Шаҳри асбоб» — Нафис ибн Авазнинг 1424 йили ёзган «Шарх ал-асбоб ва аломат» («Сабаблар ва аломатлар шархи») китобининг қискартирилган номи.

Шақиқа — бош оғриғи (мигрень).

Эхтилом — эркак уруғининг ўз-ўзидан оқиб кетиши, бу кўпроқ уйқуда юз беради (поллюция).

Ярақон — сарик касаллиги.

Қазо — тақдир, қисмат.

Қанбил — (камала) — ўсимлик уруғи

Қаранфул — қалампирмунчок.

Қир, қийр — смола (нефздан олинади).

Кўян касаллиги (Иркун-насо) — куй-мич нервларининг яллиғланиши.

Куст (костус) — мевали шифобахш дарахт.

Кийрот — оғирлик ўлчови бирлиги, бир кийрот 0,177 граммга тенг.

Кийфол — кўлнинг елка қисмида ташки тарафдан тери остида жойлашган вена томири.

Кобиз — кабзият пайдо қиладиган, ични қотирадиган.

Конун — Абу Али ибн Синонинг 5 жилддан иборат «Китоб ал-конун фит-тибб»га ишора.

Куланж — (колит) йўғон ичак шиллик пардасининг яллиғланиши.

Гизо — овқат.

Ҳабб — юмалоқ дори, таблетка.

Ҳабиб — дўст, рафиқ.

Ҳазоз — бошдаги казғокнинг арабча номи.

Ҳалила — мирабалакнинг бир тури (дарахт меваси).

Ҳанзал — аччиқ тарвуз.

Ҳарира — сут оши.

Ҳарфи нун — араб алифбесидаги «н» харфи. Бу ҳарф ёй каби эгилгани учун касал қадди унга ўхшатишган.

Ҳовий — Абу Бакр Розийнинг «Китоб ал-ховий» асарига ишора.

Ҳукна — клизма.

Мундарижа

Сўзбоши:	5
ШАХОБИДДИН АБДУЛКАРИМ ЎҒЛИ	
Касалликлар давоси	17
Китобнинг ёзилиш тарихи	17
Касалликларнинг сабаби	19
Сарсом ва барсом	22
Фалаж ва лаква	22
Кобус ҳақида	24
Моҳулиё	26
Чангак	26
Тумов	27
Зафара	28
Кўз оғриғи	28
Сабал	29
Миядан кўзга «сув оқиб кириши»	30
Интишор	31
Шабкўрлик ва унинг давоси	32

Кўзга оқ тушиши	32
Кулоқ иллатлари ҳақида	33
Кулоқ сувини йўқотиш	35
Бурун носури ҳақида	35
Бурун яраси ҳақида	36
Буруннинг битиб қолиши ҳақида	36
Лаб ёрилиши ҳақида	38
Томоқ оғриғи ҳақида	39
Юз доғи ҳақида	40
Зотилжам ҳақида	41
Нафас сиқиши ҳақида	41
Хикичок ҳақида	41
Корин куртлари ҳақида	42
Истиско	44
Зақкий аломатлари	47
Лаҳмий аломатлари	47
Уйқуда сийиб қўйишнинг давоси	48
Сийдик тугилиши	49
Доус—сўълаб касаллиги ҳақида	49
Мохов ва пес касаллиги ҳақида	50
Аъзоларнинг ёрилиши ҳақида	51
Илон заҳарлаши ҳақида	52
Томир ва сийдик мукаддимаси	54
Эмизикли болалар ҳақида	56
Сувлар ҳақида	57
Соғлиқни сақлаш тадбирлари	58

Жисмоний ҳаракат	59
Уйку ҳақида	60
Сурги қилиш ва қусишнинг йўли ҳақида вақти	60
Қасалликнинг оғир ёки енгилли- гини аниқлаш	61
Бош кепаги	61
Соч ёрилиши	62
Овқат даражалари	62
Ёшга қараб овқатланиш	63
Баданнинг ҳидланиши	65
Овоз бўғилиши	66
Оғиздан сув оқиши	66
Тиш оғриғи	67
Қулоқ шанғиллаши	67
Сабзавотлар ҳақида	68
Сут ва сутдан бўладиган нарса- лар ҳақида	72
Ёғлар хосияти	72
Ўсимлик мойлари ҳақида	73
ЮСУФИЙ	
«Илож ал-амроз» дан	82
Ейиладиган ва ичиладиган нар- салар ҳақида рисола	96
«Хайрли кишиларга фойдалар» рисоласидан	104

Хилтларнинг баёни ва аломат- лари	105
Тилланинг хосияти	106
Товуқ парларининг хосияти	106
Баклажон	106
Тулки ўпкаси	107
Шолғом	107
Мол ёғи	107
Турп	108
Пиёз	108
Зирк	108
Одам сочи	109
Хурмо ва сигир сути	109
Саримсок	109
Бош оғриғи	110
Ухламасликнинг зарари	110
Сафроли кишининг тадбири	110
Қалдирғоч	111
Тўрт нарса	111
Ортикча жимонинг зарари	111
Бодиён	112
Дўлана	112
Кунжут	112
Сирка	113
Қамиш томири	113
Сарик ҳалила	113

Равоч уруғи	114
Ёнгок мағзи	114
Тошбақа ўти (сафроси)	115
Жавзи бавво	115
Нўхат	115
Шолғом уруғи	116
Соғлиқни сақлаш тадбири	116
Совук ёув	116
Ковук сустлиги	118
Райхон уруғи	118
Илон пўсти	118
Чакамуг	119
Рум райҳони	119
Сумок (тоғум)	119
Куйдирилган садаф	120
Беҳи	120
Кискичбақа	120
Омила мураббоси	121
Шивит	121
Ширин анор	121
Сихатни сақлаш хақида	122
Занжабил	122
Узунмурч	123
Маккаи сано	123
Балик	123
Ҳаким Юсуфнинг соч бўёғи	123

Долчин	124
Тоғ сумбули (валериана)	124
Гулхайри, кўкнор ва ок атиргул	125
Арпабодиён	125
Оч холда ухламаслик хақида	125
Ёввойи сабзи	126
Равоч	126
Заъфарон	126
Бош ва кулоқ оғриғининг давоси	127
Кўкнор	128
Зирк пўстлоғи	128
Мирт меваси	128
Дармана	129
Ипак	129
Аччик тарвуз	129
Лавлаги суви	130
Салиха (долчиннинг бир тури)	130
Маскаёғ	131
Хина	131
Қабутар кули	131
Хотима	132

ДАВОИЙ

Инсонларга фойдалар	140
Петрушка	140
Зира	140
Қашнич	141

Буйрак	141
Келиндона	142
Говзабон (хўкиз тили)	142
Ширин бодом	143
Назла ўти	143
Зарчўва	144
Чумчук	144
Узум	145
Асал	146
Тўпалоқ ўти	146
Наргис	147
Мускат ёнгоғи	147
Мози	148
Оқ ва қора мурч	148
Аччиқ бодом	149
Ложувард	149
Ловня	150
Мош	150
Ўрик	151
Кепак	151
Ширин ва нордон беҳи	151
Лавлаги	152
Сумок (тотум)	153
Чучукмия	153
Цейлон долчини	153
Маккаи сано	154

Тоғ сумбули	155
Кунжут	155
Жилонжийда	156
Ясмиқ	156
Нилуфар	158
Ёввойи ўрдақ	158
Наъматак	159
Мумиё	159
Шохтара	160
Седана	162
Лола	162
Арпа	163
Шивит	163
Райхон	164
Кийикўт	164
Алой	165
Ялпиз	165
Писта	166

САЙИД МУҲАММАД ҲАСРАТ

Хусайн тухфаси	173
Исмалок	173
Эрман	173
Зирк	
Райхон	175
Мирт	175
Қашқарбеда	176

Мойчечак	177
Гунафша	177
Пиёз	178
Тухум	179
Семизўт	180
Мускат ёнғоғи	180
Ёнғок	181
Анор гули	181
Сабзи	181
Долчин	182
Хўроз ва товук	182
Олтин	183
Равоч	184
Ўпка	184
Анор	185
Заъфарон	186
Занжабил	186
Олма	187
Янтоқ	187
Саримсок	188
Хина	188
Аччиқ тарвуз (Абужаҳл тарвузи)	189
Нўхат	189
Каптар	190
Ўзум ғўраси	192
Кўкнор	192

Гулхайри	193
Асал	193
Турп	194
Мурч	194
Ковок	195
Калампирмунчок	196
Қахва	196
Кофур (камфара)	197
Петрушка	198
Жигар	199
Кашнич	199
Ловия	200
Бодом	200
Ўрик	202
Мош	203
Нилуфар	203
Коху (салат)	204
Ёввойи гулхайри	205
Шафтоли	205
Сирка	206
Канақунжут	206
Сумок (тотум)	207
Ёғ	208
Беҳи	208
Арпа	209
Ўкроп	209

Седана	210
Шолғом	210
Шохтара	211
Сандал дарахти	211
Курбака	212
Товус	212
Оху	213
Жилонжийда	213
Ялпиз	214
Игир	214
Дармана	215
Изохлар	216

На узбекском языке

ВЫСКАЗЫВАНИЯ МУДРЕЦОВ

Переводчик **МАХМУД ХАСАНИЙ**
(ХАСАНОВ)

Расмларни ЎзССР халк рассоми
Қ. БАШАРОВ чизган

Редактор *М. Орифжонова*
Китобни *Д. А. Файзирахмонов* безаган
Бадний редактор *О. Аҳмаджонов*
Техредакторлар: *В. В. Мешчерякова,*
Л. А. Жихарская
Корректор *М. Ҳайдарова*

ИБ № 520

Теришга берилди 19.05.81. Босишга рухсат
этилди 2.04.82. Қоғоз формати 70×108^{1/128}.
Офсет қоғоз. Адабий гарнитура. Офсет босма.
Шартли босма л. 2,72. Нашр. ҳисоб л. 3,69.
Нашр. № 126—78. Тиражи 1000 Заказ № 1652.

Баҳоси 680 ₸-Фотонабор.

Издательство «Медицина» УзССР,
700129. Ташкент, Навои,30

Ўзбекистон ССР Нашриётлар,
полиграфия ва китоб савдоси ишлари
Давлат комитети Тошкент «Матбуот»
полиграфия ишлаб чиқариш
бирлашмасининг Офсет босма
фабрикаси, Тошкент, Усмон
Юсупов кўчаси, 86.

Х 20 Ҳакимлар хикояти //М. Хасанов
тарж.]. — Т.: © Медицина, 1982—
244 б., расм.

Высказывания мудрецов.

Махмуд Ҳасанов шарқшунос олим,
ўтмишдаги ҳақимларнинг тиббиёт бора-
сида ёзган асарларини таржима қилиб,
матбуотда доимо иштирок қилиб туради.