

#### **14 дәріс. Тамақтану: режим, этикет (2 сағат).**

**Мақсаты:** студенттерге тамақтанудың режим, этикет сияқты қағидалары туралы оқытып үйрету болып табылады.

#### **Дәріс жоспары:**

1. Тағамның адам өміріндегі орны
2. Тағамға қатысты ырымдар мен тиымдар

**Кілт сөздер:** этнос, ұлт, этнография, салт-дәстүр, баспана, киім, тағам.

Тамақ - адам ағзасын (организм) қалыпты физиологиялық жағдайда ұстау үшін және күш-қуатпен (энергия) толықтыру үшін керекті заттармен жабдықтайды. Осы тұрғыдан алғанда, тамақтану жүйесінің биологиялық жағы оның негізі болып табылады. Алайда, тамақтану барысы тек қана адамның аштық инстинктісін қанағаттандыру ғана болып табылмайды. Себебі, тағамдану жүйесі, этностың дәстүрлі тұрмыстық мәдениетінің бір бөлігі ретінде де қарастырылады, сонымен қатар, ол маңызды қоғамдық қызмет атқарады. Бұл – өмірдің басқа салаларымен өзара байланыстағы, адамдардың қоғамдағы қарым-қатынасын және сол қоғам үшін дәстүрлі мінез-құлық ережесін көрсететін тұрмыстық мәдениеттің көрінісі.

Тамақтану жүйесінің маңызды қоғамдық қызметінің бірі – бірге тамақтану барысында қалыптасқан әлеуметтік қарым-қатынасты бекіту және оны көрсету болып табылады. Мәселен, қазақтарда және басқа да түркі халықтарындағы тамақты бірге ішіп отырған адамдарды, олардың әлеуметтік және жастық мәртебесіне (статус), туыстық және жақындық жүйедегі жағдайына қарай бөліп отырғызу, сондай-ақ, тамақтану барысында етті үлестіру, олардың арасындағы қалыптасқан орындық (роль) ұстанымдарды қатаң сақтау және т.б. осының көрінісі бола алады.

Тағам мәдениеттің ғұрыптық кешенімен тығыз байланыста болғандықтан, дәстүрлі тамақтану жүйесінде культтік-ғұрыптық белгілер өте көп. Ғалымдар «тағаммен байланысты ғұрыптық әрекеттер кешенінің дамуы (генезис) адамзат қоғамының қалыптасуының өте ерте кезеңіне жатады» - деп болжайды. Тамақтану жүйесінің қоғамдық қызметінің маңызы сонда, ол бас қосып тамақтану кезеңінде әлеуметтік қатынастарды айқындап отырады.

Қазақ халқында тағамның әлеуметтік қолданылу жолдары, яғни күнделікті тұрмыстағы және мереке күндеріндегі тағамның даярлану және қолданылу ережелері мен нормалары болды. Тамақтанудың классификациялық қағидаларын негізге ала отырып қазақтардың дәстүрлі тамақтану жүйесін төмендегі негізгі екі жікке бөлуге болады: үйдегі және жиындық тамақтану. Бұл жіктеудің негізгі белгісі – қатынасқан адамдардың саны мен сый-құрмет ерекшелігіне байланысты болады. Үйдегі астың өзі екі түрге – күнделікті және қонақ күту кезіндегі тамақтану деп бөлінеді. Күнделікті асқа негізінен отбасы мүшелері, кейде көршілері мен жақын туысқандары да қатысса, қонақ асына – арнайы шақырылған немесе кездейсоқ келіп қалатын «құдайы қонақтары» кіреді. Сондай-ақ, қонақасыға жақын туыстары, көрші-қоландары қатысатын шағын той-мерекелер (шілдехана, соғым бас, бастаңғы, тоқым қағу, тілек тілеу, шашыратқы, ақсарбас айту,

көтен асу т.б.) жатады. Осы аталған тамақтанулар кезінде белгілі бір тағам түріне ерекше мән беруден туындайтын кәделі мүшелер айқындалады. Мәселен, мәртебелі орындарды айқындау, бірге тамақтанушылардың жастық, отбасылық, рулық мәртебесіне қарай тамақтарды бөлу сияқты ұстанымдары қалыптасқан. Қазақ халқында дастархан жайғанда отырған әр адамның жасына, жынысына қарай өзіне лайық сыбағасы болады. Мысалы, құрметті кісілерге бас жамбас ұсынылса, күйеу мен қызға асықты жілік пен төс, балаға бүйрек пен құлақ ұсынылады. Егер лайық мүше ұсынылмаса ол кісілердің өкпелеуге хақысы бар, айып та сұрай алады.

Жалпы менюдің этномәдени түрлеріне тоқталсақ, оның көшпелі түріктік және жер өңдеуші ирандық түрлері болады. Бірінші түрдің негізгі элементі пісірілген ет пен қышқыл сүт өнімдері болды. Ол қазақ, қырғыз, түркмен, қалмақ, монғол және т.б. Евразия даласының көшпелі халықтарына тән. Екінші түрдің негізі - палау мен май. Бұл түр тәжік, парсы, өзбек, ұйғыр және т.б. жер өңдеуші халықтар арасында тараған.

Адамның бүкіл өмірін қамтитын салт-дәстүрлер мен ғұрыптардың (өмірге келу-үйлену-өлім) барлығында тағамның орны ерекше болды.

Баланың дүниеге келу салтында да тағамның орынды аспектілері болды. Жүкті әйелдің ұтымды тамақтануына шектеулер (түйе, қоян, балық, етін жеуге тыйым) қойылды.

Бала тууға байланысты әдет-ғұрыптар әр түрлі магиялық кезеңдермен сипатталады. Әсіресе, тағамға байланысты жүкті әйелдерге қойылатын тиымдар мен ырымдар өте көп. Мәселен, аяғы ауыр әйел түйе етін жеуге болмайды, олай етпесе жүктілік кезеңі он екі айға созылып кетеді деген түсінік болған. Егер әйел түйе етін жеп қойып, босану уақыты кешеуілдесе, онда тағы да асылған немесе қуырылған түйе етін жеу керек. Жүкті әйелдің қоян етін жеуге тиым салынады. Қоян етін екі қабат әйел жейтін болса, онда «жырық ерін» бала туады деп түсінеді. Балық етін де екі қабат әйелдің жеуіне рұқсат етілмеді. Себебі, оны жесе, баланың аузынан сілекей тоқтамайды деген сенім болған. Сондай-ақ, аңшының, балықшының олжасын екі қабат әйелдерге жеуге болмайды. Себебі, осы уақытқа дейін халық арасында аңшылар мен саятшылардың, балықшылардың құрал-саймандарына, қару-жарақтарына тіл, көз тиеді, бұзылады деген наным-сенім сақталған. Әсіресе қақпанға түскен, мылтықпен атып алынған аңның, құстың етіне жерік болған әйел жеп қойса, онда мылтық немесе қақпан «бұзылады» деген сенім болған.

Жүктілік кезеңнің бастапқы кезінде әйел адам «жерік» болады. Бұл кезде әйел қалаған тамағын жеуі керек. Әйел қалауы діни тиымдарға қайшы келсе де, оның қалауы орындалады.

Бұндай қазақтағы жүкті әйелдің жейтін тағамына қатысты ырымдар мен тиымдары тағам арқылы, әсіресе, ет тағамдары арқылы баланың әр түрлі кемістіктерді немесе жақсы қасиеттерді «жұқтыруы» мүмкін деген түсініктен туындаған болуы керек.

Бала туа салысымен құйрық майды ерніне жалатып, денесін маймен сылап, аузына кішкене түйірін салатын болған.

Жүктілік және босанғаннан кейінгі кезеңмен байланысты ас түрлері

болды. Мысалы, құрсақ той, қалжа той, шілдехана. Баланың алғашқы әлеуметтенуіне байланысты астарға бесікке салу, қырқынан шығару, тұсауын кесу, сүндетке отырғызу, ашамайға отырғызу, айдар қою және т.б. жатады.

Қазақтардағы үйлену тойы кезеңіне байланысты астың түрлеріне құда түсу, ұрын басу, үйлену тойы жатады. Дәстүрлі тағамдар төс пен құйрық бауырдың құда түсу салтының негізгі атрибуты ретіндегі мәні ерекше болды. Осы кезде ұсынылатын тағам құдаласушылардың арасындағы байланыстың белгісі ретінде көрініс тапты. Мысалы, құда күткенде үй иесі құдалар мен қонақтардың алдына ұсақ етіп туралған төстік қойып, отырғандардан құдалықтың куәләрі ретінде ауыз тиюді өтінеді. Осыдан кейін құдалар алдына қатықпен араластырып, ұсақтап туралған құйрық май мен бауыр қойылады. Үлкен құда ауыз тиеді де, өзінен кейінгілерге береді. Ең кіші құда ауыз тиген соң, қонақтарға кезекпен құйрық-бауырды қолмен асатады. Асау үшін еңкейе берген адамның бетіне қолындағысын жағып жіберуге тырысады. Бұл жерде төстік беру, құйрық-бауыр асату сияқты ғұрып тек серттесуді ғана білдірмейді. Бұл ғұрыпта қойдың ең майлы жерлерін пайдаланудың өзі болашақ отбасына байлық пен береке тілеуді білдіруі мүмкін, бір-бірінің бетін майды жағып жіберу де осыған байланысты болса керек. Кейіннен бұл ғұрыпқа әзіл-қалжың, ойын ретінде қарайтын болған.

Жерлеу дәстүрі жүйесіндегі тағамның да өзіндік орны бар. Мұнан қазақтардың наным-сенімдерінің синкретизмін (тұтастығын) көруге болады, яғни, исламға дейінгі көзқарастардың мұсылман дәстүрінің элементтерімен ұштасуы көрініс тапқан.

Қайтыс болған кісінің “қонақасы”, ”жетісі”, ”қырқы”, “жылында” халықты жинап тамақ берген. “Қонақасы - адам қайтыс болған күні жиналған адамдарға мал сойып тамақ беру. Осы күндері (жетісі, қырқы, жылы) марқұмды еске алу құрметіне құрбандыққа мал шалып, жылы өткенше бейсенбі, жұма күндері осы күндері «марқұм шыққан үйіне тамақ дәметіп келеді» деген түсінікпен шелпек пісіріледі. Көбінесе бұл күндері жылқы сойылады. Қазіргі кезде шамасына қарай қаралы үй қой, сиыр, жылқы сояды. Бұлай ете алмаған жағдайда “бисмилла” деп отқа май тамызып, иісін шығарса, аруақ риза болады деп ырымдаған.

Сонымен қатар, қазақ халқында әр түрлі мерекелерге, соғым сою, бие байлау, бие ағытуға және т.б. жағдайларға байланысты тағам түрлері болады:

*Соғымбасы.* Соғым сойған күні отбасы алдымен соғымбасына ауыл ақсақалдарын шақырып, қонақасы береді.

*Сіргемөлдіретер.* Бие ағытылардағы соңғы қымыз әдеттегідей ауыл үлкендеріне беріледі. Мұны «сіргемөлдіретер», кей жерлерде «сіргежияр» деп атайды.

*Сарқыт.* Қонаққа шақырылғанда үлкен әжелер, келіні мен немерелеріне ет, конфет алады. Оны балаларына бөліп береді. Егер сарқыт әкелмесе емшектегі баласы бар келіндердің төсі іседі деген ырым бар.

*Наурызкөже.* Ұлыстың ұлы күні әр үйде пісірілетін жеті дәмнен тұратын қасиетті әрі дәстүрлі көже. Бұл көжеден барлық адам ауыз тиюге тиіс және оны әр үй дайындайды.

*Нәзір.* Үлкен іс бастағанда, үй салғанда тағы басқа игілікті іс алдында адамдар ауылдағы үлкен кісілерді «нәзір» деп аталатын дәстүр бойынша әдейі шақырып батасын алады.

*Ұйқыашар.* Аста, тойда мерекеде қыз-келіншектер жігіттер ұйықтап қалмасын деп арнайы ас дайындап ұсынады. Ол – ұйқыашар.

*Тоқымқағар.* Жас жігіт алғашқы сапарға шыққанда оның ата-анасы тоқымқағар жасап, ауылдарына кең дастарқан жаяды.

### **Әдебиеттер:**

1. Шаханова Н.Ж. Символика традиционной казахской культуры. Учебное пособие. - Алматы: КазНУ им. аль-Фараби, 2004.
2. Қазақ халқының дәстүрлі мәдениеті = Традиционная культура казахов: ғылыми мақалалар жинағы / [ред. алқасы М. Ш. Өмірбекова (жауапты ред.) және т. б.].- Алматы: "Зият Пресс", 2004.
3. Диваев Ә. Тарту. – Алматы, Ана тілі. 1992.
4. Егізбаева М.Қ. Қазақ халқының дәстүрлі материалдық мәдениеті. Оқу құралы. – Алматы: Қазақ университеті, 2012. – 152 б.
5. Егізбаева М.Қ. Қазақ халқының дәстүрлі материалдық мәдениеті. Оқу құралы. – Алматы: Қазақ университеті, 2012. – 152 б.
6. Радлов В.В. Труды по казахской этнографии Т.3 // Библиотека казахской этнографии 50 томов. – Астана «Алтын кітап», 2007.
7. Маргулан А.Х. Труды по культуре казахского народа. Т.8 // Библиотека казахской этнографии 50 томов. – Астана «Алтын кітап», 2007
8. Культура и быт казахского колхозного аула. - Алма-Ата: Наука, 1967. - 304 с.
9. Востров В.В., Кауанова Х.А. Материальная культура казахского народа на современном этапе. - Алма- ата: Наука, 1972. - 231 с.
10. Толыбеков С.Е. Кочевое общество казахов в XVII-начале XX века. - Алма-Ата: Наука, 1971. - 634 с.
11. Хозяйство казахов на рубеже XIX-XX веков. - Алма-Ата: Наука, 1980. - 254 с.
12. Трофимук Н.А. Санитарный очерк обследования, питания, жилища и одежды жителей Казахстана // Казаки: Сборник статей. - Л., 1930. - Вып. XV. - С. 163-202.
13. Руденко С.И. Очерк быта северо-восточных казаков // Казаки: Сборник статей. - Л., 1930. - Вып. XV. - С. 1-62.
- ғ. Аргынбаев Х.А. Историко-культурные связи русского и казахского народов. Т.10 // Библиотека казахской этнографии 50 томов. – Астана «Алтын кітап», 2007