



СОЁЛЫН ЯАМ



Тайлангийн дугаар: 220015

**“НҮҮДЭЛЧДИЙН ИДЭЭ УНДАА, ЗООГ ХҮРТЭХ СОЁЛ” СЭДЭВТ
СУДАЛГААНЫ ТАЙЛАН**

(Nomadic food culture, eating and serving customs and behaviors today)

Захиалагч: Соёлын яам

Гүйцэтгэгч: ЮНЕСКО-ийн ивээл дор НСИСОУХ

Улаанбаатар хот

2022 он

Энэхүү тайланг Монгол Улсын Соёлын Яамны захиалгаар ЮНЕСКО-ийн ивээл дор Нүүдлийн Соёл Иргэнилийг Судлах Олон Улсын Хүрээлэнгийн “НҮҮДЭЛЧДИЙН ИДЭЭ УНДАА, ЗООГ ХҮРТЭХ СОЁЛ” сэдэвт тойм судалгааны ажлын хүрээнд хийж гүйцэтгэв.

Хянасан: И.Бямбабаатар (Доктор, НСИСОУХ)

Судалгааны багийн ахлагч: С.Мижид (НСИСОУХ)

Судалгааны багийн гишүүд: Ч.Мөнхтуул, (Доктор, НСИСОУХ) Н.Гэрэлт (Доктор, НСИСОУХ) Ц.Сонинхишиг (Доктор), М.Пагмадулам (НСИСОУХ), Н.Туул (Магистр, ЭМШУИС).

Улаанбаатар хот
2022 он

Талархал

“Нүүдэлчдийн идээ ундаа, зоог хүртэх соёл” сэдэвт судалгааны ажлыг итгэл хүлээлгэн даалгаж, бүх талаар дэмжиж тусалсан ЮНЕСКО-гийн ивээл дор Нүүдлийн Соёл Иргэншлийг Судлах Олон Улсын Хүрээлэнгийн захирал, доктор И.Бямбабаатар болон хүрээлэнгийнхээ хамт олонд талархал илэрхийлье. Судалгааны бүхий л шатанд өөрсдийн үнэтэй зөвлөгөө, зөвлөмж, бүх талын дэмжлэг үзүүлж байсанд нь баярлалаа.

Мөн хээрийн судалгаанд хамтран оролцож Увс, Баян-Өлгий, Говь-Алтай аймгуудаар бие даан хээрийн судалгааны ярилцлага хийсэн МУИС-ийн Утга зохиол, урлаг судлалын докторант М.Пагмадуламд, судалгааны тайлан боловсруулахад өөрийн үнэтэй санаагаараа судалгаанд хувь нэмэр оруулсан МУИС-ийн багш Ч.Мөнхтуул нарт тусгайлан талархал илэрхийлж байна.

Үүнээс гадна 3 сараас эхэлсэн тав тухтай хээрийн судалгаа хийхэд минь бүхий л талаар тусалж дэмжиж байсан Хэнтий аймгийн Биндэр сумын иргэн С.Сайнбуян, Архангай аймгийн Өндөр-Улаан сумын Соёлын төвийн эрхлэгч Энхцэцэг, ажилтан Мөнх-Эрдэнэ, Дэлгэрдалай, нутгийн иргэн Ч. Мөнхбаатар, Т.Өнгөт-од, Ё.Хишигбаяр, Бямбасүрэн, Батбаатар болон тэдний гэр бүл, Архангай аймгийн Ихтамир суманд дахь Өндөр уулын бүсийн мал аж ахуйн эрдэм шинжилгээний хүрээлэнгийн захирал Ч.Мөнхбат нар болон тэдний ар гэрийнхэнд чинь сэтгэлээсээ талархал илэрхийлж байна.

Мөн хээрийн судалгаа хийх явцад гүн туслалцаа үзүүлсэн Өвөрхангай аймгийн Есөнзүйл сумын Соёлын төвийн албан хаагчид, Тарагт сумын ЗДТГ-ын албан хаагчид, Баянхонгор аймгийн Хүрээмарал сумын Соёлын төвийн албан хаагчид, Баянбулаг сумын Соёлын төвийн албан хаагчид, Шинэжинст сумын соёлын төвийн албан хаагчид, Баянговь сумын соёлын төвийн албан хаагчид, Завхан аймгийн Шилүүстэй сумын ЗДТГ болон Соёлын төвийн албан хаагчид, Цагаанхайрхан сумын Соёлын төвийн албан хаагчид, Тэлмэн сумын Соёлын төвийн албан хаагчид, Сонгино сумын Соёлын төвийн албан хаагчид, Архангай аймгийн Цахир сумын Соёлын төвийн албан хаагчид, Увс аймгийн Улаангом хотын Соёлын төвийн албан хаагчид, Завхан сумын Соёлын төвийн албан хаагчид, Тариалан сумын Соёлын төвийн албан хаагчид, Ховд сумын Соёлын төвийн албан хаагчид, Баян-Өлгий аймгийн Өлгий хотын Соёл төвийн албан хаагчид, Говь-Алтай аймгийн Есөнбулаг сумын Соёлын албан хаагчид, Бигэр сумын албан хаагчид, Өмнөговь аймгийн Номгон сумын албан хаагчид, Дорнод аймгийн 14 сумын соёлын төвийн албан хаагчид болон, Дорнод аймгийн Соёл-урлагийн газрын соёлын өвийн мэргэжилтэн Ч.Должинсүрэн нар гүн талархал илэрхийлж байна.

Хамгийн чухал нь Монголчуудын хоол хүнс, хооллох соёл, түүнд гарч буй өөрчлөлтийг тодруулахад зорилго бүхий энэхүү судалгаанд маань өөрсдийн хүртдэг идээ, ундааны зүйлийн талаар харамгүй сэтгэлээр тус хүргэсэн нийт судалгаанд бүхий л нутаг, нутгийн иргэд, малчид, албан хаагчид, өндөр настан та бүхэнд чин сэтгэлээсээ талархал илэрхийлж байна. Баярлалаа.

Агуулга

Талархал.....	iii
Агуулга.....	iv
Удиртгал.....	6
Судалгааны үндэслэл.....	6
Судлагдсан байдал.....	6
Судалгааны зорилго.....	9
Судалгааны ач холбогдол.....	9
Судалгааны асуудал ба нэр томъёо.....	10
Судалгааны онолын өнцөг.....	11
Судалгааны бүтэц.....	12
Нэгдүгээр бүлэг: Идээ ундаа ба дэг журам.....	13
1.1 Нийгмийн өөрчлөлт ба идээ ундаа.....	14
1.2 Гэр бүл ба идээ ундаа.....	18
1.3 Идээ ундаа ба харилцаа.....	20
1.4 Дүгнэлт: Идээ ундаагаар дэг журмыг тогтоох нь.....	24
Хоёрдугаар бүлэг: Зан үйлийн идээ ундаа ба нийгмийн зэрэглэл.....	25
2.1 Төрт ёсны зан үйл ба хий биетэнд зориулсан идээ ундаа.....	25
2.2 Төрт ёсны зан үйл ба хүнд зориулсан идээ ундаа.....	26
2.3 Найрын дэг ба идээ ундаа.....	31
2.4 Дүгнэлт:.....	32
Гуравдугаар бүлэг: Түргэн хоол ба нийгмийн орон зай.....	33
3.1 Түргэн хоолны хэрэглээний халуурал.....	34
3.2 Түргэн хоол ба нийгмийн орон зай.....	36
3.3 Түргэн хоол ба соёлын бэлгэдэл.....	38
3.4 Эрх тэгшээр зугаацах газар.....	39
3.5 Нийгмийн орон зайг шилжүүлэн хэрэглэх нь.....	40
3.6 Дүгнэлт: Хоолны газар, нийгмийн орон зай ба нийтийн хэрэглээ.....	40
Дөрөвдүгээр бүлэг: Идээ ундаа ба эрүүл мэнд.....	42
4.1 Улирлын онцлогтой хоол:.....	42
4.2 Хүн амын зохистой хооллолт.....	44
4.3 Хоол хүнсний хуваарилалт ба тохиромжтой харьцаа.....	44
4.4 Дүгнэлт: Эрүүл амьдралын хэвшил.....	48
Тавдугаар бүлэг: БНХАУ-ын ӨМӨЗО-ны өрхийн хүнсний хэрэглээ, түүний орон зайн ялгаатай байдал.....	50
5.1 Судалгааны бүс.....	51
5.2 Хүнсний хэрэглээний шинж.....	52
5.3 Хоол тэжээлийн шимт чанар.....	54

5.4 Дүгнэлт.....	55
Зургаадугаар бүлэг: Монгол улсын өрхийн хүнсний аюулгүй байдлын асуудал, хэрэглээ	58
6.1 Өрхийн хүнсний хангамж түүнийг тооцох аргачлал	60
6.2 Хоол тэжээлийн дутагдлын тархалт (ХТДТ)	63
6.3 Өрхийн нийт зардалд хүнсний зардлын эзлэх хувь болон үнэ	64
6.4, Өрхийн нэг хүнд ногдох бичил шимт бодисын хэрэглээ	73
6.5, Хооллолтын хэв маяг ба олон төрлийн хүнсний хэрэглээний үнэлгээ	74
6.6, Хүн амын хүнсний хэрэглээ ба шим тэжээлийн байдал	76
6.7, Дүгнэлт	83
Дүгнэлт: Хоол ба төр	85
Ном зүй	87
Хавсралт.....	90

Удиртгал

Судалгааны үндэслэл

Өнөөгийн Монгол улс төрийн бодлогын түвшинд нүүдлийн уламжлал бүхий соёлыг бүх талаар дэмжих, соёлын бүтээлч үйл ажиллагааг дэлгэрүүлэхэд ихээхэн анхаарч байна. Энэ хүрээнд “Алсын хараа-2050” монгол улсын хөгжлийн урт хугацааны бодлогын баримт бичгийн 2021-2030 оны хооронд хэрэгжүүлэх үйл ажиллагааны баримт бичигт Монголын уламжлалт таван өнгийн идээ ундаа (цагаан идээ, мах шүүс, тосон төрлийн идээ, үр тариа, эмийн ургамал, жимс, жимсгэнэ, архи, дарс, рашаан ундаа)-г ашиглан дөрвөн улирал, хүний насны онцлогт тохирсон хоол, тэжээл-сор бүтээгдэхүүн болгон хөгжүүлж, улмаар дэлхийд таниулах ...-д дэмжлэг үзүүлэн (1,5,11) хэмээн тодорхойлсон байна. Энэ зорилгыг биелүүлэхийн тулд бид Монгол улсын хоол хүнсний өнөөгийн байдлыг судлах, хоол хүнсний салбарт өрнөж буй соёлын олон үйл явцыг таньж мэдэж, хэрэгцээ шаардлага үүсээд байна.

Тус судалгааг бид нийгэм-соёлын антропологийн онолын өнцгөөс идээ ундаа хэрхэн соёлын орон зай, илэрхийлэл болж байдаг тухай өгүүлэх болно. Монгол анагаах ухаанд *“идээ ундаа гэдэг бол одон зурхайн таван махбодоос үүсэлтэй үндсэн амт бүхий хүний биед хэрэгцээтэй шим тэжээл агуулсан з махбод 7 тамирыг төлжүүлэгч (Жигмэд.Б, 1990)”* хэмээн тодорхойлсон байдаг. Гэвч хоол хүнс нь хүний биеийг тэтгэгч шим тэжээл гэхээсээ соёлын өргөн утга агуулга бүхий ойлголт байх бөгөөд нийгмийн тогтсон дэг ёс болон хувь хүний бодол ухамсар хоёрын аль алиныхан оролцоотойгоор харилцан адилгүй байдлаар үйлдэгдэж оршиж байдаг.

Монголчууд таван хошуу мал өсгөдөг гэвч тэмээ болон ямааны махыг хүндэтгэлийн идээнд оролцуулдаггүй. Харин хонины махаар голлон тахилга тайллага хийдэг. Мөн уул, овоонд идээнийхээ дээжийг өргөх, бурхан шүтээндээ тусгайлан идээ будаа засах гэм мэтээр шим тэжээлийн ухагдахуунд үл хамаарах соёлын олон ойлголтууд хүний хоол хүнсний хэрэглээг тодорхойлж байдаг аж. Тийм ч учраас социализмын дараа Монголчууд Орос болон Хятадаас ялгарах нэг ялгарал нь мах болсон байдаг. Тийм дээ ч ихэнх монголчууд өвөл зунгүй мах идэж буйгаа монгол соёл, монгол гэх тодотголын илэрхийлэл гэж боддог байна.

Идээ ундаа нь нийгмийн өөрчлөлт, уламжлалт ёс заншил зэрэгт тулгуурлан нийгмийн хэм хэмжээг тогтоож байдаг нэг багана хэмээн үзэж болох юм. Энэ мэт монголын нийгэм, соёлд буй идээ ундаатай холбоотой олон баялаг ухагдахууныг судлан тодорхойлох шаардлага байна.

Судлагдсан байдал

Антропологийн ухаан 20-р зуунаас хоол хүнс, орон нутгийн идээ ундаан дахь зан үйл, итгэл үнэмшлийг судалж эхэлсэн бөгөөд хоол унд нь тэдний соёлын өөрчлөлтийг шууд илтгэж буйг онцлох болжээ (Harris, Marvin and Eric B. Ross, 1987b). Дэлхийн нүүдэлчдийн идээ ундааны асуудлыг антропологич нар үндэсний ижилсэл, зан үйл, нийгмийн шилжилт, улс төр, эдийн засаг, экологи, байгаль хамгаалал, хүн ам зүй, хоол тэжээл, хүнс, бүтээгдэхүүн, үйлдвэрлэл, нийгмийн эрүүл мэнд, ардын анагаах ухаан гэх мэттэй холбон судалсан байна.

Бид нүүдэлчдийн идээ ундааны асуудлыг нийгэм-соёлын онцлогтой нь холбон судлах тул энэ хүрээнд холбогдох судалгааг тойм байдлаар өгүүлэх болно.

Төв Ази болон түүний эргэн тойрон дахь Хятад, Солонгос, Иран зэрэг бүс нутгийн хоол, хүнсний тархалт нь сүүлийн 5000 жилийн хугацаанд соёлын харилцан ойлголцлыг бэхжүүлэхэд ихээхэн чухал үүрэг гүйцэтгэсэн байна (Paul David Buell, Eugene N. Anderson, Montserrat de Pablo Moya, and Moldir Oskenbay, 2020). Нийгмийн өөрчлөлт нь хоол хүнсний хэрэглээ, түүнд хандах хандлагад шууд нөлөөлж байдаг. Социалист системийн харьяалагдаж байсан суурин болон нүүдлийн соёлын уламжлал бүхий ард түмэнд социалист хэв маягийн хоолны загвар ноёлж байв (Harris & Ross 1987, Pelto & Vargas 1992, Macbeth 1997, Lentz 1999, Wu & Tan 2001, Cwiertka & Walraven 2002) Харин тус систем задран унаснаар нэгт, уламжлалт идээ ундааны хэрэглээ нэмэгдсэн. Хоёрт, нүүдэлчдийн хоолны нэр төрөл ихээхэн өөрчлөгдөж, түргэн хоол, олон улсын сүлжээ хоолны газар олон тоогоор байгуулагдах болсон байна (Айпери Отунчиева, Жоробек Борбодоев, Анжелика Плогер, 2021). Ийнхүү хооллох хэв маяг өөрчлөгдсөнөөр хоолны шимт чанар алдагдаж хүн амын дунд таргалалт эрс нэмэгдэх нэг хүчин зүйл болсон гэж үзэж байна.

Монгол, Сенегал, Итали, Израил, Австрали, Корсик, Оросын Сибирь зэрэг бүс нутгийг нүүдэлчдийн хоол хүнсний нэр төрөл урд хожид байгаагүйгээр өөрчлөгдөж, хооллох хэв маягт барууны түргэн хоол ихээхэн ноёлох болов. Мөн цагаан, ногоон хоолны соёл дэлгэрснээр нүүдлийн соёлын уламжлал бүхий хоол хүнсний хэрэглээ тодорхой хэмжээнд хумигдаж, олон улсын түргэн хоол, барууны хоол хүнсийг залуучууд илүү их хэрэглэх болсон байна. Дээрх өөрчлөлт нь шинэ амьдралын хэв маяг, зах зээлийн нийгэм рүү шилжсэн шилжилт, кино урлаг, олон нийтийн мэдээллийн хэрэгсэл зэргээс улбаатай аж (Жан-Пьер Виллионт, Изабель Бианкис, 2022).

Монголчуудын идээ ундааны тухай судалгааг хоёр үндсэн хэсэгт хувааж үзэж болмоор байна. Нэгт, Г.Гонгоржав, Я.Цэвэл нар монголчуудын өдөр тутмын идээ ундаа, хийх арга, бэлгэдлийн талаар нягтлан судалжээ. Тэд, монгол үндэсний уламжлалт хоол нь мал аж ахуйн соёлоос улбаатай болохыг онцлоод өдөр тутмын идээ ундаандаа малын сүү, махыг голлон ашиглаж, байгалийн зэрлэг ургамал, ногоог хүнсэндээ хэрэглэдэг хэмээн дүгнэсэн байна. Иймд, монголчууд экологийн цэвэр, шимт хүнсээр хооллодог ард түмэн юм хэмээн дүгнэсэн байдаг (Гонгоржав.Г, 1999).

Хоёрт, Монголчуудын идээ ундааг зан үйлтэй холбон (Я. Цэвэл, 1969; Од. Б, 1974; Гонгоржав.Г, 1999; Дулам.С, 1999; Нандинбилэг.Г, 2015) тухайн зан үйлд гүйцэтгэж буй үүрэг, бэлгэдлийг тодорхойлохыг зорьсон байна. Монголчуудын төрт ёсны баяр, ёслолд шүүс болон цагаан идээ тэргүүлэх байр суурьтай байгааг тодотгосон байдаг.

Гэвч эдгээр нь Монголчуудын идээ ундааны өөрчлөлтийн асуудлыг орхигдуулсан байна. Өөрөөр хэлбэл, идээ ундааг хүнсний аюулгүй байдал, уур амьсгалын өөрчлөлт, дэлхийн тогтвортой хөгжлийн үзэл баримтлалтай уялдан хэрхэн өөрчлөгдөж буй тухай асуудлыг орхигдуулсан байна. Мөн идээ ундаа нь

хэрхэн нийгмийн соёлын орон зайг бүтээж, бий болгож байдаг тухай. Мөн идээ ундаагаар дамжуулан хэрхэн нийгэмд дэг журам тогтоож байдаг тухай дурдаагүй байна. Хоол хүнсний асуудлыг улс орны хэмжээнд өргөн цар хүрээтэй авч үзээгүй аж

Энэ тухай хоол сүнс судлалын салбарын тэргүүлэх эрдэмтэн, Герман улсын Макс Планкын хүрээлэнгийн судлаач Ц. Сонинхишиг ийнхүү үзэж байна.

“1990 он, зарим улс орон 2000-аад оныг хүртэл өлсгөлөнгийн асуудал анхаарлаа хандлуулж байв. Хоол тэжээл хангалттай байгаа нь хүмүүс өвчлөх үндсэн шалтгаан болж байна. Өвчтэй хүмүүсийн хөдөлмөрийн бүтээж буурч, эдийн засагт нөлөөлж байна хэмээн үзэх болсон. Тиймээс дэлхий даяар хүнс, хөдөө аж ахуйн үйлдвэрлэлтийг дэмжих бодлого хэрэгжиж, техник технологийн хөгжилтэй уялдуулж үйлдвэрлэлийн хэмжээгээ нэмж чадсан. Гэтэл хангалттай хүнс хэрэглэсэн ч хүн ам эрүүл байж чадаж байна уу гэдэг асуудал гарч ирсэн. Ингээд хүнсний хангамжийн бодлогын чиг хандлага өөрчлөгдөж гэдэг цагтаж хангалттай идэх биш, тэжээллэг хоол хүнсийг зохистой хэрэглэснээр хүн ам эрүүл байж болох юм байна гэдгийг дэлхий дахин хүлээн зөвшөөрсөн. Одоо бол дэлхий дахины хүнсний бодлого шим тэжээлийн баримжаатай хөгжиж байна.

Үүнтэй зэрэгцэн иргэд эрүүл, идэвхтэй амьдрахад шаардагдах шим тэжээлийн агууламжийг хангалттай хэмжээгээр агуулсан олон төрлийн хүнсний бүтээгдэхүүн хэрэглэхийг эрмэлзэх болсон. Гэвч Монголчууд А, Д, Е, С гэх мэт чухал хэрэгцээтэй амин дэмийн дутагдалтай хэвээр байна (Батжаргал. Ж, 2021). Тиймээс амин дэмийн дутагдлыг нөхөх зорилгоор нэмэлтээр шаардагдах амин дэмийг ууж, хэрэглэхийг зөвлөх болов. Мөн энэ асуудлын хүрээнд иргэд хоол зүйчээс зөвлөгөө авах, хоолныхоо шим тэжээлийг тооцох шинэ хандлага бий болоод байна. Өөрийнхөө дураар хүссэн хоолоо, хүссэн хэмжээгээр иддэг байсан бол эдүгээ хэн нэгнээр (хоол зүйч) ямар хоолыг хэзээ, хэрхэн, ямар хэмжээгээрээ идэх тухай заалгах болсон байна. Энэ мэт Монголчуудын хоол хүнсний салбарт шинэ шинэ өөрчлөлт, шинэ үйл явцууд өрнөсөөр байна. Нэгэнтээ хоол хүнсний нэр төрөл олон болж, хэлбэр хэмжээ, амт чанар сэтгэл татам болсноор “зөв хооллолт, зохистой хэрэглээ” хэмээх ойлголт нийгэм бий болов. Монголчуудын хувьд юуг “зөв хооллолт” гэж ойлгох вэ гэдэг хэлэлцүүлэг идэхтэй өрнөсөөр байна. Нэг хэсэг нь цаг уурын эрс тэрс уур амьсгалтай бүс нутагт аж төрж буй монголчууд “уламжлалт хоол, хүнсээ” идэх нь зүйтэй гэж үзэж байгаа бол нөгөө хэсэг ногоо, жимс идэхийг зөвлөх болсон. Дээрх хоёр асуултад хоол зүйн шинжлэх ухааны үүднээс маш олон тайлбар байлдаг ч нэг мөр шийдэж чадаагүй байна. Энэ хэлэлцүүлэгт дээрх судалгааны бүтээлүүдэд үндэслэн хариулт өгөх бололцоогүй байна.

Иймд бид, идээ ундааны асуудлыг амьдралын хэв маяг, нийгмийн өөрчлөлт хэрэгтэй уялдуулан дахин тайлбарлах, задлан шинжлэх зайлшгүй шаардлага байна.

Судалгааны зорилго

Бид энэхүү судалгаагаараа Монгол улсын орчин үеийн идээ ундаа, зоог хүртэх соёл, түүнд гарч буй өөрчлөлтийг нийгэм, соёлын антропологийн үүднээс судлах юм.

Судалгааны арга зүй

Тус судалгаа нь ЮНЕСКО-ийн ивээл дор НСИСОУХ-ийн үйл ажиллагааны төлөвлөгөөний 1.1.2 дахь сэдэвт судалгааны ажлын хүрээнд судлаачийн 2022 онд хийсэн хээрийн судалгааны ажиглалт, тэмдэглэл, ярилцлага, бичгийн сурвалжийн мэдээ баримт зэргийг судалгааны үндсэн эх хэрэглэгдэхүүн болгож, сэдэвт холбогдох судалгаа, эрдэм шинжилгээний өгүүллийг өргөн ашиглах болно. Үүнд, Өвөрхангай аймгийн Есөнзүйл, Тарагт, Баянхонгор аймгийн Хүрээмарал, Баянбулаг, Шинэжинст, Баянговь сум, Завхан аймгийн Шилүүстэй, Цагаанхайрхан, Тэлмэн, Сонгино сум, Архангай аймгийн Цахир сум, Увс аймгийн Улаангом, Завхан, Тариалан, Ховд сум, Баян-Өлгий аймгийн Өлгий сум, Говь-Алтай аймгийн Есөнбулаг, Бигэр сум, Өмнөговь аймгийн Номгон зэрэг сумдын 66 малчин өрхөөс түүвэр ярилцлага авч, Архангай аймгийн Өндөр-улаан сумын Азарга багийн малчдын дунд нэг сар суурин судалгааны эх хэрэглэгдэхүүн бүрдүүлэв. Мөн судлаачийн 2017 оноос хойших их бага хэмжээгээр Монгол, БНХАУ-ын Шинжааны Монголчуудын хоол, хүнсний тухай ажиглалт, тэмдэглэл, ярилцлагууд, МУ-ын хэрэгжүүлэгч агентлаг Соёл-урлагийн газрын даалгавраар Дорнод аймгийн 14 суманд хийсэн соёлын биет бус өвийн судалгааны явцад ашигласан ажиглалт, ярилцлагыг тус тус нэмэлтээр ашиглана.

Харин задлан шинжилгээний хувьд антропологийн этнографийн судалгааны түвшинд өргөн хэрэглэгддэг тайлан тайлбарлах (interpretation) арга (Geertz, 1973)-ыг тус судалгааны үндсэн чиг баримжаа болголоо.

Судалгааны ач холбогдол

Тус судалгаа нь дараах онолын хувьд ач холбогдолтой. Үүнд,

- Нүүдлийн гэх тодотголтой нийгэм-соёл дахь нийгмийн дэг журам, хэмжээ, ертөнцийг үзэх үзэл, итгэл үнэмшлийг идээ ундаагаар дамжуулан судалж буйгаараа шинэлэг юм. Бид Монголын идээ ундааны баялаг ухагдахуун, өөрчлөлтийг судалж соёл гэдэг бол тогтсон хэм хэмжээ дэг журмын дагахаас гадна, хувь хүний хүсэл зориг, үзэл санааны аль алиныхан бүтээл байдаг гэх үзэл баримтлалыг хөгжүүлнэ.
- Тус судалгаа нь хөндөн буй сэдэвт холбогдох өмнөх хүн судлалын судалгаа, ялангуяа монголын дотоодын эрдэм шинжилгээний судалгаанд нэн шинэ өнцөг болох идээ ундаа, түүнд хамаарах “нийгмийн дэг журам”, “нийгмийн орон зай”, “үндэстэн улс бүтээхийн төлөөх төрийн бодлого” зэрэг асуудалтай холбон судалж буйгаараа онцлог юм.

Харин судалгааны практик ач холбогдлын тухайд,

- Одоогийн Монгол улсын идээ ундаа, зоог барих соёлд үүсэж буй нийгмийн олон асуудлыг өргөн цар хүрээтэйгээр авч үзэж, шинжлэн

дүгнэж буйгаараа Монгол улсын урт хугацааны хөгжлийн бодлогын баримт бичгийн 2021 оноос 2030 онд хэрэгжүүлэх үйл ажиллагааны чиглэлийн 1,5,11 дэх заалтыг хэрэгжилтийг хангахад суурь судалгаа болно.

- Идээ ундааны асуудлыг бид нийгмийн асуудлуудтай холбож авч үзэж буйгаар ихээхэн ач холбогдол өндөртэй судалгаа болж байна. Монгол улсын нийгмийн тогтолцоо өөрчлөгдсөнөөр нүүдлийн уламжлал бүхий баялаг идээ ундааны соёл нь хотжилт, суурьшил, мэдээллийн технологийн дэвшил, нийгмийн өөрчлөлт, кино урлаг, амьдралын хэв маяг, цахим орчин зэргийн улмаас асар хурдацтай хувьсаж, өөрчлөгдөх болсон. Энэ цаг үед монгол улсад идээ ундаа, зоог барих соёлын асуудлыг нийгэм-соёлын онцлогтой холбон судалсан судалгаа хийгдэж байгаа нь нийгмийн хэрэгцээ шаардлагыг хангах бололцоо бүрдүүлж байгаараа практик ач холбогдолтой.

Судалгааны асуудал ба нэр томьёо

① Судалгааны асуудлууд:

Бид антропологийн судалгааны арга зүйг хэрэглэн орчин үеийн нүүдэлчдийн тэр тусмаа монголчуудын хоол, хүнстэй хамаатай асуудлыг судлах бөгөөд гол нь дараах таван асуултад хариулах болно. Эдгээрт нь:

- 1) Нийгэм соёлын антропологийн үүднээс нүүдлийн соёлын уламжлал бүхий идээ ундааны төрөл, хооллох соёл төрт ёсны зан үйл, баяр ёслол, ураг төрөл, найз нөхдийн хүрээнд айл гэрийн гал тогооноос зоогийн газар, аялал зугаалга, ажлын оффист хэрхэн зохицон хувирч өөрчлөгдөж байгаа тухай
- 2) Тогтвортой хөгжлийн үзэл баримтлалын үүднээс нүүдэлчдийн идээ ундаа, хооллох ёс заншил хүнсний тогтвортой хангамж, хэт хэрэглээ, байгаль дэлхийгээ хамгаалах зүй тогтолтой хэрхэн уялдаж байгаа тухай
- 3) Монгол улсын дөрвөн улирлын онцлог, эрс тэс цаг агаар, дэлхийн уур амьсгалын өөрчлөлтэй холбоотойгоор нүүдлийн соёлын идээ ундаа, хооллох дэг жаяг хэрхэн хувиран өөрчлөгдөж байгаа тухай
- 4) Идээ ундаа, хооллох соёл дахь хүн амын нас, хүйсийн онцлогоос үүдэлтэй өөрчлөлтийг орчин үеийн нийгэм, улс төр, ураг төрлийн харилцаа, гэр бүлийн бүтцийн өөрчлөлт, шашин шүтлэг, тэгш эрх, хүний эрх, хүнсний хангамжтай хэрхэн уялдаж буй тухай
- 5) Нүүдлийн соёлд идээ ундаагаар анагаах, эрүүл амьдрах ардын мэдлэг, дадал ямар байгаа тухай зэрэг асуудалд дүн шинжилгээ хийх юм.

② Нэр томьёоны тодорхойлолт

Хоол (food)

Хүнс гэдэг нь организмыг шим тэжээл, эрдэс, энергиэр хангахын тулд хэрэглэдэг аливаа нийгэм-соёлын бодис юм. Энэ нь түүхий, боловсруулсан эсвэл хагас боловсруулсан байж болох ба өсөлт, эрүүл мэнд, таашаал авах зорилгоор амьтад амаар хэрэглэдэг. Хоол хүнс нь ихэвчлэн ус, өөх тос, уураг,

нүүрс уснаас бүрддэг. Эрдэс (жишээ нь, давс) болон органик бодисууд (жишээ нь, витамин) нь хоол хүнсэнд байдаг. Ургамал, замаг болон зарим бичил биетүүд фотосинтезийг ашиглан өөрсдийн хүнсний молекулыг үүсгэдэг. Ус нь олон хоолонд агуулагддаг бөгөөд дангаараа хоол хүнс гэж тодорхойлсон байдаг. Ус болон эслэг нь шим тэжээлийн нягтрал бага буюу илчлэгтэй багатай байдаг бол өөх тос нь шим тэжээлийн хамгийн нягт бүрэлдэхүүн хэсэг нь болдог. Зарим органик бус (хүнсний бус) элементүүд нь ургамал, амьтны үйл ажиллагаанд зайлшгүй шаардлагатай байдаг.

Дэг журам (social order)

Нийгмийн дэг журам хэмээх нэр томъёо нь нийгмийн ухааны судалгаанд дараах хоёр утгаар хэрэглэгдэж байна. Нэгдүгээрт, нийгмийн дэг журам нь нийгмийн бүтэц, институтын тодорхой тогтолцоо хэмээх утгыг илтгэдэг. Жишээ нь эртний нийгэм, феодал, капиталист нийгмийн дэг журам гэх мэт мэт. Хоёрдугаарт, нийгмийн дэг журам гэдэг эмх замбараагүй байдлын эсрэг утгыг илтгэдэг. Тус агуулга дахь нийгмийн дэг журам гэдэг нь тухайн бүлгийн гишүүдийн олонх нь хүлээн зөвшөөрч, хадгалж байдаг нийгмийн тогтвортой байдлын илэрхийлэл юм.

Төр (State)

“Төр” бол улс төрийн тогтолцооны дундах хамгийн сонгодог хэлбэр, мөн соёл юм. Төр нь нийгмийг бодитой болгож байдаг. Тиймээс нийгмийг төрөөс ангид авч үзэх боломжгүй. Төр болон нийгмийн байгууллын үндсэн ажил нь баялгийг татан төвлөрүүлэх болон буцаан хуваарилах тухай асуудал байдаг. Үүнээс гадна төр бол олон төрлийн хүчний талбарын хооронд харилцан нөхвөрлөлцөх шинжтэй харилцаан дээр байгуулагдаж байдаг практик юм. Энэ утгаараа төрийн хүч хүний биеийн хялгасан судас адил нийгмийн бүхий салбарт хүрч хянаж, нөхцөлдүүлж, зохион байгуулж, дэглэж байдаг. нь нэг төрлийн ажил хийх болон ямар нэгэн сэтгэлгээний хэлбэр юм. Өөрөөр хэлбэл, төр бол объект хэлбэрээр ирж амьдралыг удирддаг, хүчний байгуулал юм.

Судалгааны онолын өнцөг

Хоол, ундаа бол эртнээс нааш антропологийн судалгааны чухал нэг сэдэв байсаар ирсэн. Хоол хүнсний антропологичид хоол ба идээ ундааны хэлбэрүүд нь олон төрлийн соёлд ямар үүрэг, үйл ажиллагаатай байгааг голлон анхаардаг бол, нийгэм, соёлын хүн судлаачдын тухайд хоол, хүнс ба ундаа нь бусад соёлуудтайгаа ямар харилцан шүтэлцээтэй байгааг голлон анхаардаг. Леви Строссоос эхлэн хоол хүнсний хэлний утгын санааны түгээмэл системийг бүтээх оролдлогыг эхлүүлсэн бол (Levi-Strauss, 1983), Мэри Дуглас хоолны нийгмийн кодыг тайлах оролдлогыг хийжээ (Douglas Mary, 1975). Мөн Маршал Сахлинс хоолны хүн, хүн бусын дотор, гадрын зүйрлэлийн тухай задлан шинжилгээ хийж, хоол идэх бол нийгмийн харилцааны арга зам, зурвас болж байдаг тухай өгүүлжээ (Marshall Sahlins, 1976). Пиерре Бурдиеогийнхээр хүнсний хабитатын агуу их, олон төрөл зүйл нь материаллаг нөхцөлийн төлөөх хүний хариу үйлдэл, эсвэл бүлгийн ижилсэл бүтээхийн төлөөх “бид” болон “тэд”-ний хоорондох хил

хязгаарыг зурагладаг учраас “ходоодны улс төр” гэгддэг. Хоолонд өөр өөрөөр хандах, өөр өөрөөр идэх болон хоол идэх, амсах нь өөрөө Францын нийгэм дэх ангийн харилцааны бүтцийг үзүүлж байна гэсэн байдаг (Bourdieu Pierre, 1984). Монголын нийгэм дэх ёслолын шинжтэй дайллага, цайллагын хувьд ч байнга нийгмийн бүтцийг илэрхийлэх практик болсоор байдаг.

Яг л Жозеф Кусфилд (Joseph Gusfield)-ийн хэлдэгчлэн хүнсний хэрэглээний контекст (идэгч болон хоол идэх үйл явц дахь нийгмийн орчин) шиг (Gusfield Joseph, 1992). Ийм учраас бидний дурдан буй идээ ундаа ба түүний дэг журам, зан үйлийн идээ ундаа, түргэн хоолны газрууд бол нийгмийн кодын системийн нэг хэсэг бөгөөд институтчлагдах хийгээд худалдааны өрсөлдөөний талбар болж байдаг. Мөн бид тус судалгаанд Бурдиео (Pierre Bourdieu)-гийн соёл бол урьдчилан тогтсон нийгмийн хэм хэмжээ ч байдаг, түүн дотор хувь хүмүүсийн хүсэл зориг, ухамсарт ажиллагаа байдаг гэх тайлбарыг судалгааны үндсэн чиг баримжаа болгож байгаа болно. Тэрчлэн бид энэхүү судалгааны тайландаа идээ ундаа, түүнийг хүртэх соёл төрийг бүтээж бий болгож байдаг гэсэн санал дэвшүүлж буй бөгөөд тус санааг дараах бүлгүүдэд дэлгэрэнгүй өгүүлэх болно.

Судалгааны бүтэц

Нэгдүгээр бүлэгт бид идээ ундаа, түүнд баримтлах дэг журмын тухай өгүүлэх болно. Энэ бүлэгт нийгмийн тогтсон дэг ёс хэрхэн нийгмийн өөрчлөлт болон ахуй соёл, амьдралын хэвшлээс хамааран эвдэгдэж, өөрчлөгдөж байдаг тухай өгүүлэх болно. Хоёрдугаар бүлэгт, төрт ёсны баяр, найрын зан үйлийн идээ ундаа нь хэрхэн хүмүүсийг хэрхэн ангилан ялгадаг тухай, нийгмийн статусын гол илэрхийлэл бол уламжлалт идээ ундаагаар илэрч байдаг тухай өгүүлэх болно. Гуравдугаар бүлэгт, Отор нүүдлийн идээ ундаа ба уур амьсгалын өөрчлөлттэй холбон авч үзэх болно. Дөрөвдүгээр бүлэгт, олон улсын сүлжээ хоолны газар ба нийгмийн орон зайн тухай асуудлыг авч үзэх болно. Хоол хүнсний газраар дамжуулан хэрхэн соёлын орон зай үүсгэж байгаа тухай өгүүлэх болно. Тавдугаар бүлэгт, идээ ундаа ба нийгмийн эрүүл мэндийн асуудлыг товч хөндөнө. Зургаадугаар бүлэгт, идээ ундаа ба хүнсний аюулгүй байдлын тухай асуудлыг, долоодугаар бүлэгт, өрхийн хүнсний хэрэглээ, түүний ялгаатай байдлыг БНХАУ-ын өвөр монголын жишээгээр авч үзэх болно. Дээрх долоон бүлэг сэдвийн хүрээнд бидний дэвшүүлж буй гол задлан шинжилгээний санал бол идээ ундаа, хоолны газар нь соёлын орон зай, нийгмийн ялгаатай байдлын илэрхийлэл болж байна. Түүнийг төр тодорхой хэмжээнд хэлбэржүүлж байдаг гэсэн санал юм. Мөн соёл нь угтаа урдаас хэлбэржин тогтсон хэм хэмжээ, дэг журмыг баримталдаг ч, хувь хүн, төрлийн хүсэл сонирхол, итгэл үнэмшлийн нөлөөгөөр өөрчлөгдөж, дахин шинэчлэгдэж байдаг гэсэн санаа юм.

Нэгдүгээр бүлэг: Идээ ундаа ба дэг журам

Тус бүлэгт бид антропологийн онолын өнцгөөс идээ ундаагаар дамжуулан гэр бүл, нийгмийн бүлгийн хүрээнд хэрхэн дэг журам бүтэж, бүрэлдэж байгаа тухай асуудлыг хөдөө орон нутаг болон Улаанбаатар хотын жишээгээр судлах болно.

Монголчууд малын мах, сүүнд тулгуурласан идээ ундаа хүртдэг байсан нь сурвалжийн мэдээгээр нотлогддог. Бид өвөлдөө чанасан мах болон мах ихтэй хоол иддэг. Харин хавар, зун, намарт сүү, цагаан идээ хүнсэндээ хэрэглэдэг байжээ. Гэвч монголчуудын идээ ундаа хийх арга, хүртэх ёс, дэг журамд нэлээд өөрчлөлт орсон гэж хэлж болох бөгөөд кино урлаг, олон нийтийн мэдээллийн хэрэгсэл зэргийн нөлөөгөөр монголчуудын хоолны хэв маяг хурдтай өөрчлөгдөх болжээ. Нөгөө талаар төрөөс “Үндэстэн улс” бүтээх үйл хэргийн хүрээнд үндэсний өв соёлын дархлааг бататгах, дэлгэрүүлэх үйл хэрэг идэвхтэй өрнөх боллоо. Энэ нь нийгмийн үзэл санаа, хэм хэмжээний мөргөлдөөн буюу ихээхэн анхаарал татсан асуудал болж байна. Үнэндээ Монгол уламжлал ёсоор тухайн гэр бүлийн эхнэр нь хоол, цайгаа хийж, хоолныхоо дээжийг бурхандаа өргөх, дараа нь гэрийн эзэнд хийж өгөх, түүний дараа гэр бүлийн бусад гишүүдэд хуваарилдаг. Өөрөөр хэлбэл, нэгдсэн байдлаар хуваарилан түгээх практиктай байв. Гэвч бид хүйсийн тэгш эрхийн үзэл санаа, кино урлагаар дамжин хүчээ авч буй Европ, Америк төвтэй соёлын даяаршил, Солонгос, Хятадын кино урлагаар дамжин бүтээгдэж буй хооллох хэв маяг, гэр бүлийн харилцаа, хотжилт зэрэг олон асуудалтай тулгарч, эдгээр нь нийгэмд түгснээр монгол уламжлалт идээ ундаа, зоог хүртэх дэг журам томоохон сорилтын өмнө очих болов.

Тус судалгаа нь задлан шинжилгээний хувьд францын антропологич Пиерре Бурдиео (Pierre Bourdieu 1930-2002)-ийн соёл бол урьдчилан тогтсон нийгмийн хэм хэмжээ байдаг, түүн дотор хувь хүмүүсийн хүсэл зориг, ухамсарт ажиллагаа ч хамт явдаг гэх онолын үзэл баримтлалыг судалгааны үндсэн чиг баримжаагаа болгож байгаа юм. Энэхүү бүлэгт бид нэгдүгээрт, нүүдэлчдийн уламжлалт идээ ундаанд баримтлах дэг журмыг авч үзнэ. Хоёрдугаарт, социализмын үеийн идээ ундаанд баримтлах дэг журмын асуудлыг, гуравдугаарт социализмын дараах үеийн идээ ундаа, зоог хүртэх соёл дахь дэг журмын асуудлыг улс төр, гэр бүлийн бүтцийн өөрчлөлт, шашин шүтлэг, ураг төрлийн харилцаа, хүний эрх, тэгш эрх, хүнсний хангамжийн асуудалтай холбон авч үзэх болно. Монголчуудын хувьд идээ ундаа, зоог хүртэх соёл нь урдаас хэлбэржин тогтсон, хэм хэмжээ загвар ч биш, хүмүүсийн хүсэл зоригийн биелэл ч биш. Харин аль алиных нь оролцоотой бүтэж бүрэлдэж байдаг үйл явц юм гэсэн санал дэвшүүлж байна. Өөрөөр хэлбэл, уламжлалт идээ ундаа, зоог хүртэх хэм хэмжээ, дэг журмыг мөрдөхийн зэрэгцээ тухайн үеийн улс төр, гаднын соёлын нөлөө, үзэл санаа, тухайн хүний итгэл үнэмшил, төрж өссөн орчин, амьдралын түвшин, нийгмийн байр суурь зэрэг зүйлс тухайн дэг журмын бүрдүүлбэрт орсноор тодорхой хэмжээнд хөгжил, хөдөлгөөнд орж байдаг гэсэн санаа юм.

Тус бүлгийн судалгаа нь судлаачийн 2022 онд хийсэн хээрийн судалгааны ажиглалт, тэмдэглэл, ярилцлага дээр үндэслэх бөгөөд бичгийн сурвалжийн мэдээ

баримт, сэдэвт холбогдох судалгааны өгүүлэл зэргээр нөхвөрлөн үзсэн болно. Мөн 2017 оноос хойших их бага хэмжээгээр Монгол болон БНХАУ-ын Шинжааны монголчуудын хоол, хүнсний тухайд хийсэн ажиглалт, тэмдэглэл, ярилцлагуудыг нэмэлтээр ашиглана.

1.1 Нийгмийн өөрчлөлт ба идээ ундаа

Өвөг монголчуудын идээ ундааны тухай хятад сурвалжийн мэдээг шүүж үзэхэд “... Хүннүчүүд адуу, үхэр, хонь голлон өсгөдөг. Мөн тэмээ, илжиг, луус, тахь, хулан зэрэг сонин мал мөн өсгөнө... тэд малын мах иднэ. Сүү ууна... Эзэн дээдээс эгэл ард хүртэл давсалсан малын махаар хооллоно... Хүчтэй нь тарган, амттайг нь иднэ. Сул дорой хөгшин нь үлдсэнийг нь иднэ..... адуу, үхэр, хонь, ямааны сүү, сүүн бүтээгдэхүүн хүнсэндээ хэрэглэнэ (Орч: Батжаргал.Ба, 2011)” хэмээн тэмдэглэсэн байдаг. Тус сурвалжийн мэдээг иш болговол мах, сүүгээр идээ, ундаа хийж байсан гэдэг нь итгэмжтэй байна. Хятад судлаачийн тэмдэглэснээр баатар зоригтой, дайчдыгаа хүндлэн идээнийхээ дээжийг барьдаг байсан тухай өгүүлсэн байна. Эдүгээ цагт ч гэрийн эзэн, өрхийн тэргүүндээ цай, хоолныхоо дээжийг өргөн барих уламжлал хадгалагдсаар байна.

13-р зууны Монголчуудын тухайд “Монголчууд айраг цагаа элбэг зун цагт хүн л өгч барихгүй буюу ямар нэг ав, шувуу агнаагүй бол мах тун баг иддэг бөлгөө. Гүүний айраг байвал тэд маш их уух бөгөөд хонь, үнээ, ингэний сүүг ч мөн уудаг... зунд айраг буюу гүүний исгэлэн сүүтэй байх үедээ ямар ч хоол хүнсэнд санаа тавьдаггүй (Плано Карпини, 1988, 24)” байжээ. Дээрх сурвалжийн мэдээнд үндэслэн зарим судлаачид эзэнт гүрний үеийн Монголчууд зун нь гүүний айраг хэргэлдэг (Лхагваа.Г, 2020) хэмээн дүгнэсэн байдаг. Харин бид хавар, зун, намрын нөхцөлд цагаан идээ дагнан хэрэглэдэг байсан гэж үзвэл тухайн нутгийн онцлог, мал сүргийн бүтцээс хамааран адуу элбэг нутагт гүүний айраг, үхэр сүрэг элбэг нутагт үхрийн айраг, тэмээ ямаа голдуу нутагт ингэний хоормог, ямааны цөрөм зэргийг ундаа болгон хэрэглэж байсан болов уу хэмээн таамаглаж болохоор байна.

Монгол улсын Архангай аймгийн Хотонт, Булган аймгийн Сайхан, Өвөрхангай аймгийн ихэнх сум, Төв аймгийн ихэнх сумын малчид зун, намар гүү тогтмол барьж, гүүний айргийг зун, намрын улиралд дагнан ундаалдаг байна. Гүүний айраг гарах цагаар барагтай бол махан хоол иддэггүй бөгөөд хоол идэх дур сонирхол ч төрдөггүй аж. Тус сурвалжийн мэдээ нь Их монгол улсын төв хэсэгт гүү, гүүний айргийн хэрэглээ өндөр, тогтмол байсныг илтгэж байна. Харин Эзэнт гүрний өнцөг булан бүрд гүүний айраг тогтмол хэрэглэж байсан хэмээн үзэх үндэслэл бага байна.

Өнөөгийн Монгол улсын Увс, Ховд, Баян-өлгий, Архангай, Завхан, Дорнод аймгийн ихэнх сумдад гүүний айргийн хэрэглээ төдийлөн өндөр биш байна. Харин үнээ, ямааны сүүгээр хийсэн цагаан идээний хэрэглээ зуны улиралд идэвхжиж, сааль татрах цагаар буцаад буурч байна.

Дундад зууны Монголчууд улирлын онцлогтой идээ ундааны зооглодог байж. Энэ тухайд өвлийн нөхцөлд “...арвайг няцалж нухаад устай буцалгаж, идэхээр бус шууд залгихаар болгоод өглөөд 1-2 аяга уугаад өдөржин юу ч идэхгүй

явснаа орой нь жаахан мах идэж шөл ууна (Плано Карпини, 1988)”, “...бидэнд үдэш л хоол өгнө. Өглөө бол ямар нэгэн унд юм уу чимэх амуу өгнө... (Рубрук, 1988)” хэмээн гэмдэглэсэн байдаг. МНТ-нд “...Алунгоо нэгэн өдөр хонины хатсан мах чанаж Бэлгүнүтэй, Бүгүнүтэй, Буха Хатаги, Бухату Салжи, Боданчар мунхаг таван хөвүүндээ идүүлээд... (Цэрэнсодном.Д, 1993)” хэмээх өгүүлэмж бий. Дээрх сурвалжийн мэдээнд түшиглэн өгүүлэхэд өвлийн цагт өглөө 1-2 аяга арвай будааны шүүс, орой бага шиг мах, шөл зооглодог байж. “Шөлөөр цадаж, төлөөр баяждаг” хэмээх зүйр үг чанасан махны шөлөөр ундаалж байсныг илтгэнэ. Эдүгээ цагт Дорнод аймгийн ихэнх Чулуунхороот, Дашбалбар, Баян-дун, Баян-уулын сумын малчид чанасан махны шөлөнд аарц самарч ууж байна. Дээрх сурвалжийн мэдээнд түшиглэн бид нүүдлийн соёлын уламжлалт идээ ундаа нь урин цагт ан авлаагүй бол зөвхөн цагаан идээгээр хооллодог (Рубрук, 1988) (Плано Карпини, 1988). Харин өвлийн цагт бага шиг мах, арвай будааны ундаа хэрэглэж байж. Гэхдээ газар нутгийн онцлогоос ажиглахад говь нутагт өвөлд ч ингэний хоормог уух боломжтой юм. Харин зуны улиралд гүүний айраг, ингэний хоормог, цөрөм зэрэг ундаа хэрэглэдэг байж хэмээн таамаглаж байна. Энэ бол бидний нүүдлийн соёлын уламжлал бүхий идээ, ундаа бөгөөд цагийн байдалд тохируулан хэрэглэх арга хэмээн үзэж байна.

Дундад зууны Монголчуудын хооллолтын онцлог нь нэгт, хөдөлмөр зарцуулалтаас үл хамааран аль болох бага хооллох (хязгаартай хоолны баримтлал), хоёрт, бүх хүний (настан, эрэгтэй, эмэгтэй, хүүхэд гэх мэт) хоол, хооллох зарчим нь (хий, шар, бадган) онцлогт зохицсон байх (бие мах бодийн онцлогтой хоолны баримтлал), гуравт, ямар ч хүч хөдөлмөр зарцуулж буйгаас үл хамааран зөвхөн цаг улирлын онцлогоос шалтгаалж хоолны нэр төрөл, хэмжээг зохицуулах (улирлын онцлогтой хоолны баримтлал) баримтлал гэсэн гурван онцлогт тулгуурлаж байв (Лхагваа.Г, 2020).

Монголын нууц товчоо иш болговол дээрх гурван онцлогтой идээ ундаа хэрэглэж байсан монголчууд 60 настай цэргийн алба хааж байсан гэх ба 120-оос дээш настай өвгөдийг Чингис хааны зарлигаар “төрийн эрхэм өтгөс” цолоор шагнаж байв (Цэрэнсодном.Д, 1993). Тэр үеийн монголчууд орчин үеийнхээс 4 дахин хүнд нумыг одоогийнхоос 4 дахин хол тусгах хүч тамиртай (Нямдорж.Я, 2006), жаран настай цэргийн алба хааж, улс дамнан аян дайнд явах чадвартай байжээ (Цэрэнсодном.Д, 1993). Дундад зууны монголчууд мах, сүүнд тулгуурласан идээ ундааны бага хоолны системээр хооллодог байсан тул урт насалж байсан (Лхагваа.Г, 2020) хэмээн үздэг. Ингэж үзвэл “шүдний махаар хооллож, шүлсний усаар ундалж (Цэрэнсодном.Д, 1993)” гэсэн нь зүгээр нэг толгой мөр холбосон хэллэг биш бололтой. Мөн эдүгээд ч “цаг цагаар нэг цаддаг, цагаан сараар нэг цаддаг, үе үе цаддаг, үхэр гаргахаар нэг цаддаг” хэмээн хэлэлцдэг нь дэмий хоосон үг бус идээ ундаанд баримтлах дэг, журам хэмээн үзэж болохоор байна.

Их юань улсын идээ ундаа эрхэлсэн түшмэл Хүсэхүй бээр идээ ундааны гол анхаарал болгоомж нь дундаж хэвийг сахих явдал хэмээн өгүүлсэн байдаг. Дундаж хэв хэмээх нь их биш бага хэмжээ хэмээх бөгөөд амт шимтийг үл шүтэн

шимт чанар, биеийн онцлогт тохируулан идээ, унд хүртэхийг сургасан байдаг. Мөн тус сурвалж бичигт “*жаргал цэнгэлийн ёс болбоос биеэ сайтар арчлахын явдал буй. Бие сайтар арчлах нь дундаж хэвээ сахихад үл хүрмүй. Дундаж хэвээ сайтар сахиж чадваас даруй арвидах, барагдах зэргийн өвчин эмгэгт үл нэрвэгдэх (Хүсэхүй, 2021, 71)*” хэмээн үзсэнээс гадна шөл бүхий идээ нь анагаах, шимт чанартай болох тухай гайхамшигтай нандин идээ ундааны зүйл гэж нэрлэсэн нэгдүгээр ботийн 94 зүйлийн идээ ундааны 24 шөл бүхий идээ, Хоёрдугаар бодит тан талх, дөрвөн улиралд зохих идээ ундааны зүйл гэх мэт 69 идээ ундааны 25 нь шөл бүхий идээ буюу нийт 49 шөл нь идээний хийх арга, анагаах, шимт чанарыг тайлбарлан бичсэн байдаг (Урнаа.О, 2021). Иймд, сурвалжийн мэдээнд тулгуурлавал бидний нүүдлийн соёлын уламжлал бүхий идээ ундааны соёл хэмээх малын сүү, сүүн бүтээгдэхүүн голлон, мах махан хоол (шөл нь идээ)-ыг бага хэмжээнд хэрэглэх тухай уламжлал аж.

Малчдын дунд “махсах” хэмээн нэгэн ойлголт байна. Уг ойлголт зуны улиралд цагаан идээ урт хугацаанд идэхэд мах болон махтай хоол идмээр санагдах үйл явцыг ийнхүү нэрлэдэг байна (Нинжбадгар.Б, Гаваадарь.Л). Энэ тухай А.В.Бурдуков “...зуны цагт монголчууд голдуу цагаан идээгээр байх тул үе үе мах идэх хүсэл зайлшгүй төрнө. Чухам энэ хүслэнг илэрхийлэх “махсах” гэдэг тусгай утгатай үг ч монгол хэлэнд байдаг юм. Зуслан дээр нутгийнхан сайн мах идэх, ажиллах, тоглох, зодолдох, авгай эргүүлэх гэж ирдэг ба **ханатлаа мах идэж** аваад бүсний дурдан ганц хоёр ширхэг хатуу цайтай болоод буцна. Оронд нь өөр хүн ирж ажилладаг...” (А.В.Бурдуков, 1987, хууд. 30)” хэмээн тэмдэглэсэн байна. Энэ нь хоол, хүнсний олдоц муу, ядуу тарчигтаа бус хооллох хэв маягтай холбоотой гэж үзмээр байна. Зун цагаан идээ идэж, “махсах” үедээ борцтой хоол иддэг байж. Харин хаяадаа нойтон мах идэхийн тулд А.В.Бурдуковын худалдааны пүүст ажиллаж, махтай хоолноос идэж, махсаагаа гаргах гэж очдог байсан байна.

Манж чин улсын шашны сүм хийдийн дэгийг дагасан сүм хийдийн идээ ундаа болон хятад пүүс, манжийн захиргааг түшиглэсэн хятад хоолны соёл ихээхэн дэлгэрч байж. Томоохон цэгүүд нь нийслэл хүрээ, Улиастай хот, Ховд хот гэх мэт засаг, захиргаа худалдааны төвүүдэд хятад хоолны дэлгэрэлт хүчтэй явагдаж байв. Хятад хоолны газраас бид дугуй ширээ тойрч суугаад олон төрлийн ногоотой хоол идэх хэвшилд суралцсан. Мөн хундага тулгахдаа зэрэг дэв, нийгмийн зэрэглэлээр өндөр хүнд түрүүлж хундага барих, хундага тулгахдаа тухайн хүний хундаганы амсраас ариа доогуур тулгах зэрэг дэг тухайн үед дэлгэрч байжээ. Хятад хоолны дэлгэрэлтээс монголчуудын нийтийн хэрэглээнд “мантуу”, “хуйцай”, “цуйван” хэмээх хоолны нэршил үлдэж хоцорчээ.

Улмаар социалист системийн үед орос хоолны дэлгэрэлт монгол улсад хүчээ авах болов. 20 дугаар зууны 50-аад оноос эхлэн орос хэв маягийн цайны газрууд байгуулагдаж, үйлчилгээний шинэ хэв маяг нэвтрэв. Цайны газар, ресторанууд Хятад хэв маягтай байсан бол эдүгээ барууны, тэр дундаа орос хэв маягийн засал чимэглэлтэй болов. Мөн цайны газар, рестораны эдлэл хэрэглэл бүр нь орос маягтай, гэрийн гал тогооны хэв маягтай тул тодорхой мөрдөх дүрэм

журамтай байжээ. Мөн албан байгууллага бүр цайны газартай болов. Ингэснээр ажилчдын хөдөлмөрийн бүтээмж, цаг зарцуулалт хэмнэгдэн хэмээн үзсэн байна. Эдгээр хоолны газар нь байгууллагын төсөвт тулгуурлаж байсан тул үйлчилгээний гэхээсээ төрийн нэг албан байгууллага шиг үйлчлэх болсон бөгөөд ивээгч ивээгдэгчийн харилцааны хэв маягтай байв. Бүх зүйл социалист монгол улс, ард түмний өмч бөгөөд тухайн хүний идэж буй хоол ч ард түмний өмч хэмээн үзэж байж. Орос хоолны дэлгэрэлтээс бүх нийтийн хэрэглээнд нэвтэрсэн хоолны нэршил нь “гуляш”, “нарийн мах”, “нийслэл салат” болно.

Мөн архи уух хэв маягт бид суралцсан. Монголчууд архи уухдаа “сөн” эргэх байдлаар ээлжлэн уудаг. Тиймдээ ч архи хундагалж өгөх хүнийг “сөнч” хэмээн нэрлэдэг. Дэгийн хувьд “хундагатай хүн үг хэлж, хутгатай хүн мах иддэг” хэмээн ярилцдаг. Сөнгийн хундага хэнд байна тэр хүн үг хэлж, бусад нь сонсоно. Энэ утгаараа сөнч найрыг хөгжөөж, удирдаж, зохицуулж байв. Харин Орос ёсоор бол хүн бүр хундагатай болов. Энэ нь Монголчуудын хундагатай хүн үг хэлдэг хэмээх үзэл, ойлголттой холилдсоноор бүгдээрээ зэрэгцэн ярих болсон байна.

Мөн орос улсаас орж ирж, нийтийн хүртээл болсон нэг өвөрмөц соёл бол европын тооллын шинэ жил буюу түүнийг монголчууд сүлд модны наадам хэмээн орчуулж нутагшуулжээ. Энэ соёл нь оросоос гадна кино урлагаар дамжин, хүүхэд залуучуудад хэрхэн сүлд модны наадам тэмдэглэх ёстой зааж сургаж, бид түүнийг хүлээж авсан. Эндээс бид оргилуун дарс, бялууны соёлд суралцав. Эдүгээ цагт шинэ жил, төрсөн өдрийн баяраар бялуу, оргилуун дарс хэрэглэж байна.

Улмаар социалист системийн үед бүхий л ресторан, хоолны газрууд нэгэн хэвийн дотоод засалтай байсан бөгөөд бүгд төрийн өмч байв. Энэ утгаараа чөлөөтэй, нээлттэй хэв маяг гэхээсээ албан ёсны, хүнд, нүсэр, баригдмал хэв маягийг илэрхийлж, хязгаарлагдмал хүрээнд, тодорхой зэрэглэлийн дагуу хязгаартай үйлчилж байв. Тухайлбал, Улаанбаатар, Баянгол зочид буудлын тэргүүн зэргийн ресторанд төрийн өндөр дээд албан тушаалтан, гадаадын зочид үйлчлүүлдэг. Бусад хүмүүс орох эрхгүй байв. Энэ тухай бид идээ ундаа ба нийгмийн орон зая хэсэгт дэлгэрэнгүй тайлбарлана.

1980 оны сүүл 1990 ээд оны эхээр Монгол улсад барууны соёл аажмаар нэвтэрч эхлэв. Улмаар нийгмийн систем өөрчлөгдөж, чөлөөт, зах зээлийн нийгэм цогцлоон байгуулахыг эрмэлзэх болов. Энэ хүрээнд барууны соёл монгол улсад кино урлагаар дамжин түгэх болов. Улмаар олон улсын сүлжээ зочид буудал, хоолны газрууд байгуулагдах болсноор хоол хүнсний шинэ эринтэй нүүр тулах болов. Социалист нийгмийн дүр төрхийг илэрхийлсэн нүсэр хэв маягтай, тодорхой хүрээ хязгаарт л үйлчилдэг ресторан, хоолны газруудаас илүү чөлөөтэй, бүгд үйлчлүүлэх бололцоотой, эрх тэгш хэв маягийг илэрхийлэх ресторанууд болон хувирч эхлэв.

Энэ үйл явц барууны болон азийн хоолны соёл кино урлагаар дамжин монгол улсад амжилттай нутагших болов. Тухайлбал солонгосын кино урлагийн тусламжтайгаар Солонгос хоолны газар, Америк, Европ төвтэй баруун кино урлагийн тусламжтайгаар олон улсын түргэн хоолны газрууд амжилттайгаар

Монгол улсад бууриа зассан юм. Ази хоолноос солонгосын Кимчи бүх нийтийн хэрэглээнд нэвтэрсэн бол Хятадын халуун ногоо, олон төрлийн хоолны амтлагч Улаанбаатар, Чойбалсан хотод амжилттай нэвтэрчээ.

Ийнхүү монголчуудын идээ ундаа, хооллох соёлын орон зай, хүрээ хязгаараа тэлж баялаг агуулгатай болсон байна.

1.2 Гэр бүл ба идээ ундаа

Гэр бүл бол тухайн нийгмийнхээ үндсэн цөм байдаг. Бид энэхүү бүлэгт гэрийн гал тогоо ба гэр бүлийн зоог хүртэх, бэлтгэх соёлд гарсан өөрчлөлтийг нас, хүйсийн онцлог, шашин шүтлэг, нийгмийн бүтцийн өөрчлөлт, хүний эрх, тэгш эрх, хүнсний хангамж зэрэгтэй уялдуулан энэ хэсэгт авч үзнэ.

Монголчуудын гэрийн гал тогооны соёлыг тухайлан авч үзсэн судалгаа хомс байна. Харин дундад зууны монгол гэр бүлийн тухай Ромын элч Плано Карпини ийнхүү тэмдэглэсэн байдаг.

“...эрэгтэйчүүд нум сум, дөрөө, хазаар, эмээл, гэрийн мод, тэрэг тэргүүтнийг хийж, адуу манаж гүү саах, хөхүүр айраг исгэх, тэмээ адуу хариулах, нэхий элдэх, эмэгтэйчүүд нь тэрэг хөтлөх, гэрийг тэрэгнээс буулгах, ачих, үнээ саах, тос хайлах, хурууд хийх, арьс нэхийгээр оёдол хийх, шөрмөс томох, оймс гутал, дээл хувцас оёх, гэрийн хэрэгсэл урлан ёож шидэх, харин хонь ямаа хариулах, саах ажлыг эрэгтэй эмэгтэй хамтарч хийдэг (Плано Карпини, 1988) хэмээн тэмдэглэжээ.

Дээрх сурвалжийн мэдээг иш болговол эрэгтэйчүүд гүү сааж, айраг исгэдэг бол эмэгтэйчүүд хонь ямаа саах ажил хийдэг байсан байна.

Судлаач өөрийн өссөн орчны ажиглалт, судалгааны сэдвийн хүрээнд бүрдүүлсэн ярилцлага, ажиглалтад түшиглэн Монголчуудын гэрийн гал тогоо, түүнд баримтлах дэгийн тухай өгүүлэх болно.

Монгол гэрийн гал тогооны асуудлыг эмэгтэйчүүд хариуцан зохион байгуулдаг уламжлалтай байсан. Гал тогооны хэрэгсэл Монгол гэрийн зүү талд байрших тул зүүн талыг эхнэр мэдэж, баруун талд адуу малын тоног хэрэгсэл байрших тул баруун талыг нөхөр нь мэддэг. Мөн зочдодоо баруун талаараа суулгадаг. Энэ утгаараа зүүн тал бол дотоод орон зай болдог бол гэрийн баруун тал гадаад орно зай болно. Иймд зочид зүүн талаар явахыг цээрлэнэ. Гэвч хангай болон тал нутгийн малчид хоёр гэртээ болсноор гал тогоо болон цагаан идээний үйлийг жижиг гэрт хийж, их гэртээ зочид угтаж авах, унтаж амрах гэх мэтээр орон зайгаа тусгаарлах болжээ. Хэдийгээр хоёр тусдаа гэрт хийж байгаа боловч мөн л баруун зүүн гэсэн нэршил, утга санаа хэвээр байсаар байна. Баруун гэртээ зочноо угтаж, зүүн гэртээ идээ, хоол цай хийж байна. Энэ утгаараа баруун гэр нь гадаад орон зай болж, зүүн гэр нь дотоод орон зай болж байна.

Монголчуудын хот хөдөөгүй баримтлах нэгэн дэг нь өглөө эрт цайгаа чанаж, ам бүлээрээ цайлах уламжлал юм. Ер нь монголчуудын цай, хоол хүртэх байдал тогтсон дэгтэй. Тэр зарчмын дагуу л үйлдэлдэгддэг. Тухайлбал, малчид өглөө 05-06 цагийн хооронд босно. Нөхөр нь гарч алсын бараа ажиглаад морио авч, ирж эмээллэнэ. Энэ хооронд эхнэр нь галаа асааж, тогоогоо тавиад, рашаан булгийн ус, цайны идээгээ нэмж хийн, тогооны тагаа тавьж буцалгана. Зарим

нутагт цайны хужир нэмж хийдэг. Ийнхүү бор цай буцалсны дараа сүүлж дахин буцалгана. Сүүтэй цай оргилон буцлах үед давс хийнэ. Зарим нутагт шар тос нэмж хийнэ. Ийнхүү монгол сүүтэй цай бэлэн болно. Энэ бол монгол сүүтэй цай бүтэх дэг. Улмаар цай хүртэх нь мөн тогтсон дэгтэй. Тухайлбал, цай буцалсны дараа хэд хэд самраад дээрээс нь дээжлэн авч, бурхан тахилдаа хийж тавьсан цайны дээжтэй хамт байгаль дэлхийдээ өргөнө. Дараа нь бурхныхаа өмнө цайныхаа дээжээс хийж тавина. Үүний дараа цайгаа данхандаа юулж, хамгийн түрүүнд өрхийн тэргүүнд хийж барина. Дараа нь насны эрэмбээр өрхийн бусад гишүүдэд хоёр гардан барина. Дорнод аймгийн Буриадууд зочид ирэхэд эрэгтэйчүүдэд түрүүлж цай бариад дараа нь эмэгтэйчүүдэд барьж байна. Энэ мэтийг нийтлэг дэгийн дагуу цайлна. Архангай аймгийн Өндөр-улаан сумын малчид өглөө сүүтэй цай, талх, өрөмтэй иддэг бол баруун монголчууд сүүтэй цай гамбир (хайрсан, шарсан), боорцог цагаан идээ, арвайн гурилтай цайлна. Дорнод, Хэнтий аймгийн малчид сүүтэй цай, талх, цөцгийтэй цайлдаг.

Монголчууд зөвхөн цайныхаа дээжийг өргөдөггүй. Саалийнхаа дээжийг мөн өргөдөг. Өглөө эрт үнээгээ саасныхаа дараа саалийнхаа дээжийг есөн нүхтэй цацлаар цацал өргөнө. Энэ үйл явц өглөө бүр давтагддаг. Мөн хээр, гадаа цайлан суухдаа ууж, идэж буй зүйлийнхээ дээжээс дээжлэн байгальд өргөдөг. Монгол тооллын шинэ жил буюу цагаан сарын баяраар гэрийнхээ ойролцоо босгосон индэрт гарч цай, идээнийхээ дээжийг мөн өргөнө. Баруун монголчууд шинийн нэгний өглөө эрт нар мандахаас өмнө босно. Өвөлжөөнийхөө хажуу талын өндөрлөгт зассан индэрт гарч, их гал асааж, галд мөргөн, цай, сүүнийхээ дээжийг өргөн, хүндэтгэл үзүүлдэг. Баруун монголчууд цай, сүүнийхээ дээжийг өргөхдөө “цөөг хайрхан”, “такмо хайрхан” гэх мэт үг хэлж, уул усны эздэдээ гэр бүлийн гишүүд, нутаг нурган, улс гэрээ даатган цацал цацаж, дээж өргөнө. Өөрөөр хэлбэл нийгмийн амьдралын дадал хэвшил болсон эдгээр зүйлс нь тодорхой тогтсон дэгийн дагуу явагддаг боловч хувь хүний үзэл ухамсар, орчин байдлаас шалтгаалан тодорхой хэмжээнд бага зэргийн өөрчлөлт орох нь бий.

Баруун монголчуудын хувьд цай, саалийн дээж өргөхөд Баядууд “цөөг хайрхан”, Дөрвөд нар “Такмо хайрхан” хэмээн нэршил урдаас тогтсон, хэлбэрэлтгүй нэршил хэмээн үзэж болно. Харин юугаар дээжээ өргөх нь янз янз байна. Ихэнх тохиолдолд есөн нүхтэй цацлаар өргөдөг бол зарим тохиолдолд цайны халбага, шанага, аяга гэх мэт зүйлсээр ч дээж өргөж байна. Мөн цацал нь ч хээтэй, хээгүй, сийлбэртэй, сийлбэргүй гэх мэт олон янз байна. Сийлбэртэй цацал нь арван хоёр жилийн сийлбэртэй, дөрвөн хүчтэний сийлбэртэй гэх мэтээр тухайн хүний хүсэл сонирхлоос хамааралтайгаар янз янз байж байх аж. Эндээс бид хүмүүс нийгмийн тогтсон дэгийг дагадаг ч өөрсдийнхөө хүсэл, үйл хөдлөлийг ухамсартайгаар илэрхийлж байдаг гэдгийг мэдэж болно. Ингэж үзвэл нийгмийн амьдралд хүн урдаас тогтсон дэг журмыг мөрдөхөөс гадна өөрийн ухамсартай хүсэл, сонирхол, идэвх, оролцоогоо байнга илэрхийлж байдаг байна. Тэр нь тухайлбал, цайны дээж өргөх ёсонд цацлын олон төрөл байдал дээр илэрдэг.

Цай, идээнийхээ дээжийг байгаль дэлхийд өргөх учир нь амьгүй бүхэн

эзэнтэй буюу уул, ус, ургамал, чулуу зэрэг нь харсан халайсан, сахисан эзэдтэй хэмээн итгэл бишрэл, байгаль хамгаалах уламжлалтай холбоотой. Христос болон бусад шашинт ард түмний хувьд байгаль дээр байгаа бүхэн хүний төлөө бүтээгдсэн хэмээн үзэл библийн номлолд нь хүртэл бий. Харин Монголчууд хувьд байгаль дээр буй амьтай бүхэн өөр өөрсдийн гэсэн хувь төөргийн хүрээнд амьдардаг. Харин амьгүй бүхэн тухайлсан эзэнтэй хэмээн сэтгэдэг. Мөн бид энэ дэлхий дээр ганцаараа оршино байдаггүй. Хий биетэн, хийсгэлэн дүртэн мөн оршин байдаг гэсэн үзэл баримтлалын хүрээнд ийнхүү дэг ёсыг гүйцэтгэсний дараа цай, идээгээ зооглоно. Амьдралын хэвшил, ахуй нь өөрчлөгдөөд 100 жил болж буй Улаанбаатар хотын иргэд ч цайны дээжээ байрныхаа цонхоор өргөсөөр байна.

Гэвч энэ дэг журмыг эвдэж буй нэг үйл явц нь сүүний үйлдвэрт үйлдвэрлэгдсэн савлагаатай “сүүтэй цай”, “хаан цай”, “хатан цай” гэх нэртэй найруулдаг цай юм. Цай найруулж уух соёл бол бидний зүйл биш. Энэ нь барууны найруулдаг кофегоор дамжуулан бид анх савлагаатай ундыг найруулж уух соёлтой танилцсан. Сүүлдээ энэ үйл явц сүүтэй цайгаа хаана ч, хэзээ ч, хэнд ч найруулаад өгч болох юм байна гэсэн үзэл, хандлага, ойлголтыг бий болгожээ. Энэ хэрэглээ нь бидний цай чанах уламжлалт соёл, тогтсон дэг, ёсыг бүгдийн эвдсэн.

Монгол цайны соёл гэдэг бол тухайн малчин өрхийн хэдэн үе дамжуулан мал маллах арга ухаанаар өсгөж, үржүүлсэн малынхаа аргал, хомоолоор галаа түлж, нутгийнхаа рашаан булгийн ус, нутгийн хөрсөнд ургасан цайны идээ, өсгөж үржүүлсэн малынхаа сүүгээр сүүлж, тухайн хүнд зориулан чанаж өгдөг тэр дэг, байгаль, дэлхийдээ дээжийн өргөх, хайрлах сэтгэлгээ, өв тэр чигтээ эвдэгдэж байгаа хэрэг юм. Тухайлбал, бидний өмнө өгүүлсэн цай чанах арга, цай уух дэг, цай барих ёс энэ бүхнийг үгүй болгож байна. Хэн ч хэзээ ч, хаана ч буцалсан усанд найруулаад хэрэглэж болдог болов. Ганц авууштай нь “сүүтэй цай” гэдэг нэршил бөгөөд сүүтэй хэрхэн чанах, хэрхэн уух тухай дурсамжийг л сэдэрэж байна.

Ингэж үзвэл нийгмийн тогтсон хэм хэмжээнд тухайн хувь хүний бодол ухамсар идэвх, санаачлаг, бодол, ухамсар нөлөөтэй байдаг бол зарим нэг нийгмийн өөрчлөлт, шинэ бүтээгдэхүүний үйлдвэрлэлтээс хамаарч тэрхүү дэг эвдэгдэх, өөрчлөгдөх үйл явц мөн өрнөж байдаг аж. Үүний тод илрэл нь Монголчуудын цай бүтээх үйл явц ба цайлах соёлд бий болсон өөрчлөлтийн асуудал юм.

1.3 Идээ ундаа ба харилцаа

Идээ ундаа, зоог барих соёл нь хүн хоорондын харилцааны асуудлыг зохицуулах нэг хэрэгсэл юм. Гэрт хэн ч орж ирсэн цай хийж, идээ барих ёстой гэж үздэг. Энэ дэгийг хамгийн хэлбэрэлтгүй мөрдөхийг албан ёсоор шаарддаг ёс бол Монголчуудын хурим найрын ёсон дахь “шинэ бэрийн цай уух” ёс юм. Тухайн урагт шинээр бүл нэмж, хүндтэй ирж буй бэрээр цай чануулж, цайг хүртэх үйл явцыг ийнхүү нэрлэдэг.

Энд хамгийн сонирхолтой нь бүх ах дүү нарынхаа өмнө дээр бидний

дурдсан дарааллын дагуу цай чанана гэсэн үг юм. Хэрхэн чанахыг, галдаа хэрхэн аргал нэмэхийг, цайгаа хэрхэн самрахыг, цайгаа хэрхэн юүлэхийг, тогоо шанага, аягатайгаа хэрхэн харьцах гэх мэтийг ах дүү, ураг удмаараа ажиглаж байдаг. Түүний дараа цайгаа аяглаж, хүн бүрд барих ёстой. Ийм ёслол болдог тул ээж болгон охиноороо цай чануулж, цай аяглуулж сургадаг ажээ. Шинэ бэр цай чанахаас гадна хоёр гараараа эсвэл баруун гараараа цай барих ёстойг хэнээр ч заалгалгүй мэддэг. Мөн баруун гараараа цайтай аягаа барьж зүүн гараараа баруун гарын тохой орчим түшиж барих нь хоёр гардан барьж буйгаас ялгаагүй гэдгийг мөн мэддэг. Учир нь Монголчууд хэзээ ч зүүн гараараа цай өгдөггүй. Цай, идээ барихдаа гарт нь гүйцэд бариул өгөхөөс гадна ширээ нь дээр тавагтай идээ тавихдаа болгоомжтой зөөлөн тавих ёстой гэдгийг хатуу чанад баримталдаг байна. Хэрэв ширүүн өгвөл эс хүндэлсэн болно. Хүнд юм шидэж өгөхийг цээрлэнэ. Нохойд бүхэл зүйл шидэж өгч болно. Гэхдээ нохойн идэш, тэвшийг хүндэтгэн аяар, зөөлөн газар тавьж өгөх ёстой. Энэ бол уламжлалт идээ ундааны тогтсон ёс. Энэ цогц үйл явцыг шинэ бэр мөрддөг. Үүнийг үл зөрчиж болно. Энэ нь амьдралдаа баримтлах хамгийн гол зарчим аж. Алдаа гаргавал түүнийг засаж залруулах үүргийг бэргэд, хадам ээж хариуцдаг.

Тухайлбал, Дорнод аймгийн Цагаан-овоо суманд болсон буриад хуримын үеэр шинэ бэрийг хүүгийн аавын гэрт оруулж, шар тос түрхсэн модыг чүдэнзээр асааж галд цог нэмүүлэв. Дараа нь хүүгийн аавын галд бэргэд нь зааж, шинэ бэрийг гурав мөргүүлээд дараа нь цай чануулж, найрын зочид бүрд аяглуулж өгөв. Зочид бэрийнхээ цайг уусныхаа дараа хадам ээж нь *“Хойгуур гарсныг хооллож, урдуур гарсныг ундалж яв” хэмээн сургаал хэлж байв.* Энэ бол цай идээ хэрхэн хийх, хэн хийх, хэрхэн барих тухай тухайн бүлгийн бүх нийтээр хүлээн зөвшөөр дэг юм. Зан үйлээр дамжуулан мөрдүүлдэг бөгөөд гэр бүлийн хүрээнд эхнэр хүн идээ ундаагаа хариуцах ёстой гэдгийн шууд илэрхийлэл болж байна.

Эдүгээ цагт Монголчуудын харилцааны нэгэн өвөрмөц илэрхийлэл “үдийн хоол” болоод байна. Монголчуудын хувьд “үдийн хоол” гэх нэр томьёо төдийлөн танил бус юм. Бид энэ нэр томьёо нэршилтэй социализмын үед танилцсан. Өөрөөр хэлбэл орчуулгын нэр томьёо юм. Нөгөө талаараа цагаар ажиллах системтэй орны соёл хэмээн үзэж болно. Өглөө ажилдаа очоод үдийн алдад гадуур, эсвэл гэртээ хооллох үйл явцыг “үдийн цай хоол идэх” гэдэг. Энэ утгаараа үдийн хоолны цаг хэмээн гаргаж, социализмын үед тухайн байгууллага, үйлдвэрийн дэргэд цайны газар байгуулж, тэндээ ажилчид нь үдийн хоол иддэг байж. Харин Монгол уламжлалд “үдийн цай” гэх ойлголт бий.

Одоо бидний нэрлэж заншаад буй хийцтэй цай бол бидний үдийн цай байв. Тухайлбал, говь нутаг шар будаатай цай хийдэг. Тус цайг дараах дэгийн дагуу хийнэ. Эхлээд бор цайгаа буцалгаж, идээгийн шүүж авсны дараа тогоогоо угаана. Дараа нь хоёр амны халбага шар тос хийж, хайлуулаад шар будаагаа хийж хуурна. Хэсэг хуурсны дараа бор цайгаа хийнэ. Дээр нь хавирга жижиглэн хийж буцалгана. Ийнхүү хэд хэд буцалгасны дараа шар будаа болоод ирэхийн цагт сүлж дахин буцалгана. Энэ бол говийн бүсийн малчдын үдийн цай аж. Харин баруун монголчууд “хариулсан цай” гэж нэрлэнэ. Хийх арга нь ариа жаахан өөр.

Эхлээд аргал зэргэлж гал түлээд рашаан булгийн усаа хийнэ. Ус нь дээрээ цайны идээ (нохой хошуу, ураалганы навч гэх мэт ургамалтай) хийж, тагийн тавиад буцалгана. Буцалсны дараа цайны идээгээ шүүж, данхандаа юүлнэ. Дараа нь тогоогоо угааж, арчсаны дараа сүүл өөх эсвэл шар тосоо тогоонд хийж жаахан тос гаргаад хагас аяга гурил хийж хуурна. Аргалын галаар буюу зөөлөн галаар хуурна. Хуурч буй гурил улаан шаргал болоод ирэхийн алдад бор цайгаа хийж буцалгана. Энэ цай нь дээр борц нүдэж хийж болно. Ер нь тухайн хүний сонирхлоор чухам юу ч хийж болох аж. Зарим айл хуйхалсан шийр хийж буцалгадаг. Бор цай буцалсны дараа сүлж дахин буцалгана. Ийнхүү Баядын “хариулсан цай” бэлэн болдог. Ийнхүү үдийн цайндаа арвайн гурил, шар тос, боорцог, гамбиртай цайлдаг. Өөрөөр хэлбэл, Монголчуудын үдийн цай хэмээх ойлголт гэр бүлийн хүрээнд цайлах, зоог барих утга санааг илэрхийлж байжээ. Гэвч энэ утга санаа, ойлголт бидний оршин, аж төрж буй энэ цаг үед 180 градус эргүүлсэн шиг өөр утгыг илэрхийлдэг.

Улаанбаатар болон суурин газрын иргэдийн хувьд үдийн цай гэдэг бол “цай уух” гэхээсээ нийгмийн харилцаа, холбооны чухал илэрхийлэл болдог. Улаанбаатар хот нь нэг сая гаруй хүн амтай том хот болохын хажуугаар нийгмийн олон асуудал гарч ирсний нэг нь замын түгжрэл юм. Замын түгжрэл ихэнх хүмүүсийг гэртээ харьж үдийн цай уух боломжийн үндсэндээ хаасан. Мөн нэг талаасаа илүү хурдтай ажиллахын тулд хоол идэхэд цаг бага зарцуулахыг илүүд үзэх болсон юм. Нөгөө талаараа үдийн цайны цаг тийм ч урт биш тул ихэнх албан хаагчид гадуур хооллох эсвэл албан ажил дээрээ хооллох хоёр сонголтын аль нэгийг л олгодог.

Эрүүл хооллолт талаасаа ихэнх албан хаагчид ажил дээрээ хооллохыг илүүд үздэг. Учир нь өглөө босоод гэртээ хоолоо бэлдээд, савлаж ажил дээрээ авч ирээд, хөргөгчдөө хадгална. Үдийн цайны цагаараа тус хоолоо халааж иддэг. Гэвч эндээс тухайн хүний ажлын газрын хамт олон нь уг ажилтны гэр бүлийн харилцааг, тухайн хоолыг хэн хийсэн болохыг, хэрхэн хийснийг, хэдэн төрлийн хоол хийдэг гэх мэдээллийг шууд авах боломжтой байдаг аж. Энэ утгаараа тухайн ажилтны хувийн зарим мэдээлэл нийтэд дэлгэгдэж байдаг байна. Тухайлбал, өглөөний хоолоо өөрөө эсвэл эхнэр хийж өгдөг эсэх, уг хоол нь ямар хэв загвартай, бүр нарийн ярвал ямар амттайг ч ажлын газрынхан нь мэдэх боломжтой болдог байна. Иймд, тодорхой хэмжээнд хүний хувийн амьдрал, дотоод орон зайн тухай мэдээлэл хоолоор дамжиж бусдад нээлттэй болдог байна.

Мөн оффисын хооллолт нь хүргэлтийн болон бэлэн хоолны хэрэглээг байнга дэмжиж байдаг байна. Өдөр болгон хоол гэрээсээ авч ирэх нь зарим тохиолдолд төвөгтэй тул бэлэн болон хүргэлтийн хоолыг Улаанбаатар хотын иргэд илүүд үзэх боллоо. Тус үйлчилгээг 2013 онд байгуулагдсан олон улсын сүлжээ хоолны газар болох KFC Улаанбаатар хотод нутагшуулсан. Улмаар 2014 онд Пицца хат (Pizza hut), 2015 онд Бүргэр кинг (Burger King) зэрэг сүлжээ хоолны газрууд нээгдсэнээр бид бүхэнд хоол захиалан идэх соёлтой танилцсан юм. Мөн ажлын газар, аялал зугаалга, амралтад тус үйлчилгээг авч болох бөгөөд гэртээ ч хүргүүлж авч болдог нь хэрэглэгчдийн таашаалыг хүртэх болсон юм. Энэ

үйл явц монголын нийгэм шинэ үйл явц болсон юм. Судлаач миний бие хүртэл 2015 онд Увс аймгийн Хяргас сумаас ирсэн ах дүү нараа KFC-ийн хүргэлтийн хоол дайлж байв. Гэртээ ч албан байгууллага дээрээ ч хоол захиалж, хүргүүлж авах үйлчилгээ нь цаг хугацаа, хэмнэсэн үйл явц болсон юм. Илүү, амар хялбар, түргэн шуурхай үйлчилгээний нэг хэлбэр болон хэвшсэн билээ. Улмаар үндэсний хоол үйлдвэрлэгч олон аж ахуйн нэгж тус үйлчилгээг нэвтрүүлж, хүргэлтийн хоолоор үйлчилж байна. Мөн зөвхөн хүргэлтийн үйлчилгээ үзүүлдэг байгууллага ч бий болов. Дуртай ресторанахаа хоолыг хүссэн газраа хурдан шуурхай захиалж, хүргүүлэн авах боломжийг хэрэглэгч нарт санал болгодог болжээ. Ийнхүү хооллолтын нэг нь шинэ хэв маяг олон улсын сүлжээ хоолны газрын нөлөөтэйгөөр хэвшин тогтов.

Үдийн хоол тэргүүтэй гадуур хооллох хэвшил буюу гэртээ бус цайны газарт хоол идэх энэ хэв маяг нь Монголчуудын хувьд аяны идээ ундаатай төстэй ойлголт юм. Аян дайн, ан ав, отор нүүдлийн үед хээр зоог барьдаг уламжлалтай төстэй. Тус зоог нь түргэн шуурхай, хэрэглэхэд хялбар байв. Тийм дээ ч “хээрийн хүн хээгүй” хэмээн ярилцдаг. Гэвч суурин амьдралын хэвшилтэй холбоотой буй болсон Улаанбаатар хотын гадуур хооллох соёл нь Монголчуудын дээрх утга санааны яг эсрэг утга санаа, илэрхийлэл, хэв маяг бүхий зоог барих соёл юм. Үүнийг Аллен Шелтон (Allen Shelton), Финкельштейн (Finkelstein) нар рестораниуд хэрэглэгчийн бодол, үйлдлийг театр мэт болгож байдаг хэмээн үзсэн байдаг. Гадуур хоол идэх нь үндсэн зорилго нь хоол идэхдээ биш юм. Ихээс бага хүртэлх олон төрлийн үнийн сонголт бүхий хоолны газрууд өөр өөр орон зай, хэв маягийг хэрэглэгчдэд санал болгох болсон. Энэ нь хээгүй байх тухай бус нийгмийн зэрэглэл, эрэмбийг тодорхойлох болов. Нэгдүгээр зэрэглэлийн зоогийн газар нь үйлчилгээний төлбөр өндөр газрууд хамаарна. Түүнд ихэвчлэн төрийн өндөр албан тушаалтан, бизнес эрхлэгч нар зоог барьдаг. Социалист нийгмийн үед ийм ресторанд энгийн иргэд үйлчлүүлэх эрхгүй байсан тухай бид дээрх өгүүлсэн. Харин зах зээлийн нийгэмд та мөнгө төлөөд үйлчлүүлж болно. Гэхдээ хоолны мөнгө төлөхөөс гадна хувцаслалтдаа анхаарал хандуулж цэвэрхэн хувцасласан байх ёстой. нэгдүгээр зэрэглэлийн зоогийн газар нь үүднээсээ эхлэн тансаг, хүнд, нүсэр орон зайг үйлүүлэгчдэд мэдрүүлэх хаалганы чимэглэл, ширээ засалт, тавилга, ширээ, ширээний бүтээлэг, хоолны хэрэгсэл гэх мэт бүхэл бүтэн зохиомжилсон орон зайг үйлчлүүлэгчид санал болгодог. Тэрхүү санал болгож буй орон зайд тухайн үйлчлүүлэгч хувирч, тэрхүү орон зайд зохицуулан хувцаслах, тогтсон дэгийн дагуу хооллож, зохистой хэмнэлээр ярьж, бүжиглэх гэх мэт байгууллагын журмыг мөрдөх ёстой болдог. Энд хоол идэж нь шим тэжээл авах тухай асуудал гэхээсээ өөр орчныг мэдрэх, хүндлүүлэхэд гол зорилго нь оршдог.

Хоёрдугаар зэрэглэлийн зоогийн газар нь илүү зугаа цэнгэл, баяр ёслол, хүлээн авалтын шинжтэй байна. Хоолны үнэ нэгдүгээр зэрэглэлээс ариа бага. Тус рестораниудад нь нийтийн хамарсан томоохон арга хэмжээ, хүлээн авалт зохион байгуулж үйлчилдэг. Хурим, найр, төрсөн өдрийн баяр гэх мэт төрөл бүрийн баярын хүлээн авалтаар үйлчилнэ. Харин гуравдугаар зэрэглэлийн ресторан нь

Тав тухыг чухалчилсан зоогийн газрууд байдаг. Үүнд, кофе шоп, түргэн хоолны газруудыг багтааж болно.

Ийнхүү гэр бүлээс гадуур хооллох Монголчуудын хоолны хэв маяг нь “хээрийн хүн хээгүй” хэмээх үзэл санаанаас “илүү төвөгтэй” олон шаталсан хэв маяг, дүрэм журам бүхий зоог барих хэвшил рүү шилжээ.

1.4 Дүгнэлт: Идээ ундаагаар дэг журмыг тогтоох нь

Идээ ундаа ба дэг журмын асуудлыг бид нийгмийн өөрчлөлт, гэр бүлийн орон зайд, гэр бүлээс гадуурх орон зайн хүрээнд авч үзлээ. Нийгмийн ерөнхий дэг журам, хэм хэмжээг тухайн цаг үеийн улс төрийн тогтолцоо зохион байгуулж, шийдвэрлэх үүрэгтэй оролцдог болох нь илэрхий байна. Тийм ч учраас өнөө цаг үеийн идээ ундаа, зоог хүртэх соёлд гарч буй өөрчлөлт нь үнэн хэрэгтээ энэ цаг үеийн төрийн бодлогын л үр дүн юм.

Нийгмийн тогтолцоо нь ерөнхийгөөс нарийн хүртэлх бүхий л орон зайг зохицуулж байдаг бөгөөд тэрхүү зохицуулалт нь урдаас тогтсон дэг журам, хэм хэмжээ байх боловч тухайн орчин, оролцох этгээдийн хүсэл, сонирхол, итгэл үнэмшил зэргийн нөлөө, идэвх оролцоо зэргээс хамааран хөгжил, хөдөлгөөнтэй оршиж байдаг ажээ. Гэр бүл болон хувь хүн хоорондын харилцаандаа баримтлах дэгийг идээ ундаагаар дамжуулан нийгмийн хэм хэмжээгээр зохицуулж байдаг байна.

Энэ бүхнээс бид идээ ундаа нь нийгмийн дэг журмын багаж, гол илэрхийлэл болж байдаг хэмээх санал дэвшүүлж болмоор байна.

Хоёрдугаар бүлэг: Зан үйлийн идээ ундаа ба нийгмийн зэрэглэл

1990-ээд оноос улс төрийн тогтолцоо өөрчлөгдсөнөөр монголын түүх, улс төрийн бодлого, үйл ажиллагаа эрс өөрчлөгдөв. Тухайлбал, үгүйсгэгдэж байсан буддын шашин, бөө мөргөл эрчимтэй сэргэж эхлэв. Энэ бүхэнтэй зэрэгцэн үндэсний илэрхийлэл бүхий цагаан сарын баяр, уул овоо тайх, тахих ёслол нийтийн дунд эрчимжих болов. Тэдгээр зан үйл, баяр ёслолд ямар идээ, ундаа хир хэмжээтэй, хэрхэн хэрэглэх тухай асуудал олны анхаарлыг татах болсон юм.

Тус бүлэгт бид антропологийн онолын өнцгөөс идээ ундаагаар дамжуулан төрт ёсны зан үйл, баяр ёслол, ураг төрөл, найз нөхдийн хүрээнд айл гэрийн гал тогооноос зоогийн газар, аялал зугаалгад ямар хэм хэмжээ, дэг журам бүтэж, бүрэлдэж байгаа тухай асуудлыг хөдөөгийн малчны хотонд хийсэн хээрийн судалгааны эх хэрэглэгдэхүүн, Улаанбаатар хотын жишээгээр судлах болно.

Өмнө дурдсанчлан тус судалгаа нь задлан шинжилгээний хувьд францын антропологич Пиерре Бурдиео (Pierre Bourdieu 1930-2002) соёл бол урьдчилан тогтсон нийгмийн хэм хэмжээ ч байдаг, түүн дотор хувь хүмүүсийн хүсэл зориг, ухамсарт ажиллагаа ч байдаг гэх онолын үзэл баримтлалыг судалгааны үндсэн чиг баримжаа болгож байгаа болно.

Зан үйлийн идээ нь хоёр үндсэн утгыг агуулж байдаг тул тус бүлэгт бид нэгт хүмүүн бус хий биетэн, хийсгэлэн дүртэнд зориулсан идээ, ундааны тухай Хоёрт, Хүмүүнд зориулсан идээ, ундааны тухай өгүүлэх болно. Энэ бүлэг авч хэлэлцэх хамгийн чухал асуудал бол хуваарилалт юм.

2.1. Төрт ёсны зан үйл ба хий биетэнд зориулсан идээ ундаа

Монголчуудын цагаан сарын баяр, төрийн тахилгат уул, овооны тайлагт тухайлсан олон зан үйл үйлддэг. Тэдгээр тахилгат уул, овооны эзэд нь хий биетэн, хийсгэлэн дүртэн байх тул тэдэнд зориулан идээ шүүс өргөх ёслол болдог. Өөрөөр хэлбэл, гарт баригдаж, нүдэнд харагдах энэ бодит ертөнцтэй зэрэгцэн бодит бус буюу бидний гарт үл баригдаж, нүдэнд үл үзэгдэх хий биетэй хийсгэлэн дүртэн аж төрж байдаг гэсэн үзэл ойлголт юм. Судалгааны эх хэрэглэгдэхүүний хүрээнд бид цагаан сарын зан үйл дээр голлон ярих бөгөөд зарим хэсэгт харьцуулах байдлаар төрийн тахилгат уул, овооны тахилга дахь идээ, шүүсний тухай дурдах болно.

Цагаан сарын баяраар баруун монголчууд тэр дундаа Увс, Ховд аймгийнхан гэрийн хажуу дахь өндөрлөгт зассан овоондоо гарч өргөл өргөдөг. Тэд энэ үүлийг уулын эзэнд хүндэтгэл үзүүлж, түрүүлж золгож байна хэмээн тайлбарладаг. Ийнхүү зассан овоог ерөнхийд “цагаалгын овоо” буюу цагаан сарын овоо гэнэ. Хий биетэн анхилуун үнэр, хэншүү, хярвас, уураар хооллодог гэх тул шинийн нэгний өглөө эртлэн босож овоондоо гараад их гал асааж, дөрвөн өндөр хавирга галдаа өргөнө. Мөн заваа залам гэх таван өнгийн бөс, даавууг бургас модонд уяна. Түүний дараа нь галаа тойрох байдлаар цай идээнийхээ дээжийг “цөөг хайрхан” хэмээн чанга дуугаар хэлж өргөнө. Энэ байдлаар гурав бүтэн эргэдэг. Үүний дараа хажуу талд нь арц уйгуулж, галдаа мөргөнө. Уул, овоо, галд мөргөнө. Энэ нь жилийн эхэнд хамгийн түрүүнд эх болсон байгальдаа түрүүлж золгож, хүндэлж буй утгатай аж.

Мөн Баядууд данхтай цай, тавагтай идээгээ цагаан сарын овоондоо авч гардаг. Овоо, галдаа мөргөсний дараа, тэрүүхэн тэндээ ширдэг, олбог дэвсэж, хоорондоо золгож цайлдаг. Овоо дээр цайлсан цайгаа гэртээ оруулж эхнэртэй өгөхөд, эхнэр нь шинэ чанасан цайгаар сэлбэн гэр буй зочдод аяглана. Мөн овоонд авч гарсан тавагтай идээнээс дээжлэн гэрт буй тавагтай идээг сэлбэнэ. Энэ нь жилийн идээний цээрийг гаргаж буй утгатай гэнэ. Угтаа цагаан сарын баяраар зочлон ирсэн хэн боловч өргөн барьж буй цай, тавагтай идээнээс хүртэхэд цээргүй хэмээн үзнэ. Өөрөөр хэлбэл, тус идээ нь галаар ариусгасан ариун идээ хэмээн үздэг байна.

Мөн өрх гэрийн түвшинд Бурхан хэмээх хийсвэр ойлголтыг бодитоор биежүүлэн тавьсан бурхан шүтээн, онгод шүтээн, гал голомт, эцэг өвгөд, аав ээжийн хөрөг зураг гээд олон зүйлсийг монгол айлууд шүтэж байна. Энэ бүхнийхээ өмнө цагаан сараар бүх идээ ундааныхаа дээжийг тавина. Мөн өдөр тутамд ч тавина. Цагаан сараар индэрт мөргөхдөө авч явсан идээ ундааны нэгэн адил идээг буюу “зулаг дээж”-ээ мөн л гэр доторх бурхан шүтээндээ тавина. Увс аймгийн өндөр настан Н.Орлом бурхан тахилын идээний тухай ийнхүү хуучлав.

“Ширээндээ тавьсан бүх юмныхаа дээжийг бурхандаа тавина. Зарим улсууд шагайт чөмөг их тавьдаг шүү дээ. Шагайт чөмгийг малын тулгуур л гэдэг. Богино хавьсыг галдаа өргөдөг. Хоймор хөгшчүүлийнхээ зургийн наана зүгийн таваг гэж тавьдаг юм, манайх. Манайхан “зүгийн таваг” гэж ярьдаг. Тэр нь одоо манай аав ээж бурхны оронд байгаа хүмүүс, бид нарын тэр их идээ будааг ингээд зүгээр хараад байхгүй, тэр хүмүүсийг саатуулж байна нэг талдаа. Юм тавиад өгчихнө шүү дээ. Мах зах, цайныхаа дээж, тавгийнхаа дээж бүгдийг нь тавиад хамт хооллоцхож байна” хэмээн ярьж байв.

Энд хамгийн чухал зүйл бол өдөр тутамдаа ч баяр ёслолын үеэр ч хийсвэр ертөнцийнхөнтэй заавал идээ ундаагаа хуваалцдаг заншилтайг харуулж байна. Цагаан сар хуучрахаар бурхны идээнийхээ сан тавьж байгаа дээжийн даллагынхаа уутанд хийдэг байна. Харин үлдсэн хэсгийн өөрсдөө хувааг идчихдэг аж. Угтаа бол идээнийхээ дээжийг хий биетэн хийсгэлэн дүртэнд зориулан барих ёстой аж. Тухайлбал, хавар мал төллөх үеэр уураг, сүүнийхээ дээжийг цацлаар цацал өргөнө. Чанасан ургийнхаа дээжийг мөн бурхан шүтээндээ тавина. Мөн шинэ гаргаад зүрхийг нь бурхандаа байнга тавьдаг. Мөн сэмж, хотны амсар, гургалдайн төгсгөл хэсгээс дээжлэн галдаа өргөдөг.

Ийнхүү малын гаралтай идээнийхээ дээжийг бурхан шүтээн уул усандаа өргөж байна.

2.2 Төрт ёсны зан үйл ба хүнд зориулсан идээ ундаа

Тухайлсан зан үйл, тахилга тайлгад таван хошуу малаас өнгө зүснээс хамаатуулан зохисыг үзэн хэрэглэг тул тэр бүхнийг бид тоочин бичихгүйгээр ерөнхий байдлаар тухайлсан үе мах, цагаан идээний бэлгэдэл, хүндлэл, хуваарилалтын асуудлыг авч үзэж байна.

Монголчууд бүхэл малын махыг үе үеэр нугалж, эвдэхээс биш цавчиж хуваах тухай ойлголт байдаггүй. Хүндэтгэлийн үйл ажиллагаанд барагтай бол

цул мах хуваарилдаггүй. Тийм дээ ч “Монгол хүн ястай мах идэж, ёстой үг хэлдэг” хэмээн хэлэлцдэг. Монголчуудын хувьд мах идэн гэдэг бол цул мах идэх гэхээсээ үе мах (ястай мах) идэх тухай ойлголт юм.

Хуримын үед хүндтэй зочдодоо ууц тавьж хүндэтгэл үзүүлдэг уламжлал нийт монголчуудын дунд түгээмэл байна. Үе махыг ангилахдаа суудлынх нь эрэмбээр бүлгэлдэг. Тухайн хүн ямар ёслолд, ямар үүрэгтэй оролцож байгаагаас хамаараад суудлын эрэмбэ нь тодорхойлогддог. Монгол гэрт болж буй найр, хурим, ямар нэг арга хэмжээнд оролцож буй зочдод суудлын эрэмбэ шууд тусалгалаа олдог. Ихэнх тохиолдолд зочид өөрсдийнхөө хаана суух ёстойг өөрсдөө мэддэг. Мөн тухайн зочныг хаана суухыг тэнд байрлалаа эзэлсэн зочид мэдэж суудал тавьж өгч, урьж суулгадаг.

Энэ тухай Архангай аймгийн Өндөр-улаан сумын Азарга багийн өндөр настан Б.Нинжбадгар уламжлалт найрын дэгийн тухайд ийнхүү хуучлав.

“...манай бэрийн газар дээрх ганц нагац нь хуримд ирсэн зочдоос насаар дүү байсан ч манай ах дүү нар өөрсдийнхөө дээр суулгасан. Учир нь бэрийн ээжийн талыг тэр чигтээ төлөөлж буй тул тэгж хүндэлж байгаа юм...”

Бид дээрх жишээнд үндэслэн суудлын эрэмбэ нь насны эрэмбээс гадна тухайн үйлдэгдэж буй ёслолд тухайн хүн ямар үүрэгтэй оролцож буйгаас шалтгаалж харилцан адилгүй байдаг байна.

Монголчуудын хүндэтгэлийн шүүсийг эрдэмтэн Я.Цэвэл, “Монгол үндэстний хүнс тэжээл” хэмээх өгүүлэлдээ “Монголчууд зочдоо 5-6 зэрэглэл хуваан шүүс засаж дайлдаг” хэмээн үзсэн байдаг. Үүнд, бүхэл шүүсний төлөөлөл болсон их ёсны ууцыг нэгдүгээр зэрэглэлийн зочинд барина. Нэгдүгээр зэрэглэлд их ёсны ууцыг засахдаа ууцаа дагуулан зүүн гар талд сээр буюу хүзүү, дал, хонготой шаант, баруун гар талд дөрвөн өндөр хавирга тавина. Их ёсны ууцанд тус мах нь дээр хамар, эврийн уг, чихний дээд уг, зэрэгт өрөм буюу шар тосоор чимсэн битүү толгой, нэг шийрийн хамт тавьдаг. Хоёрдугаар зэрэглэлд “сээр тэргүүт шүүс орно. Сээр тэргүүт шүүсийг засахдаа сээр дээрээ дал, дөрвөн өндөр хавирга эсвэл хоёр өндөр хавирга дагалдуулан тавина. Гуравдугаар зэрэглэлд “дал тэргүүт шүүс”. Үүнд, дал дагуулан дөрвөн өндөр хавирга тавина. Дөрөвдүгээр зэрэглэлд “хүзүүн тэргүүт шүүс”. Хүзүү дагуулан сүвээний хавирга тавина. Тав буюу зургаадугаар зэрэглэлийн зочинд “сүүж тэргүүтэй шүүс” тавина. Үүнд, сүүж дагуулан хавирга, богтсыг зэрэгцүүлэн тавина хэмээн үзсэн байна. Эрдэмтэн Я.Цэвэл дээрх зургаан эрэмбийн махыг суудлын эрэмбэд тулгуурлан гаргасан болов уу хэмээн таамаглаж байна.

Бид Дорнод аймгийн Цагаан-овоо сумын буриад хуримын ёсон дахь найрын үе хуваарилах дэгийг эш болгон Монгол хуримын зан үйл дэх хүндэтгэлийн идээ ундаа, түүний хуваарилалтын зураглалыг гаргахыг оролдов. Угсаатны бүлэг тус бүрд зарим тохиолдолд ялгаа зөрөөтэй байж болох боловч ерөнхий нийтлэг байдлыг илэрхийлэх боломжтой хэмээн үзэж байна.

Ууцан тэргүүт шүүс буюу тэргүүн зэргийн зочдын идээг хуримлагч хосын аав ээж, эмээ өвөө нар өргөн барьдаг аж. Ууцыг засахдаа хойгуураа гуяны хонгыг

оруулан, урдуураа сүвээний гурван хавиргыг тэр чигээр нь нурууны нугалмуудтай огтолж авдаг. Гуяны булчинг оруулахгүй авбал ууц шулдан үзэмжгүй харагдана. Иймээс гуяны өнгөн талыг эвдэхгүйгээр дотор талаас нь сүүжийг нь ухаж, авдаг ажээ. Ууц нь дээр дагалдуулж шаант чөмөг, гургалдай тавина тавьсан байв. Ууцны баруун талд шаант чөмгөний борви талыг харцага руу чиглүүлнэ тавьдаг байна. Энэ тухай эрдэмтэн Я.Цэвэл “Ууц гэдэг бол зургаан харцага (хавирга), ууц, сүүлийн хамт үргэлж байгаа хэсгийг нэр юм. Ууцыг дагуулж сээр эсвэл хүзүү, дал, дөрвөн өндөр хавирга, хонготой шаант дагуулж тавьдаг” хэмээн үзсэн байна.

Харин төрийн ёслол хүндэтгэлд их бүхэл шүүс тавина. Энэ тухай Монголын хоол үйлдвэрлэлийн салбарын зөвлөх инженер, мастер тогооч, Монгол төрийн удирдагч Ж. Батмөнхийн тогооч, Монголын мастер тогооч нарын холбооны тэргүүн, Д.Буяндэлгэр ийнхүү ярих.

Их ёсны ууц нь бүтэн хонийг төлөөлүүлсэн хүндэтгэлийн зоог юм. Үүнд ууцан дээр хамар, эврийн уг, чихний дээд уг, зэрэгт өрөм буюу шар тосоор чимсэн битүү толгой, нэг шийрийн хамт тавьдаг. Зум гэж бий. Энэ мөн төрийн түшээдийн зоог юм. Бүтэн хонины гэдсийг гаргаад ноосыг нь буцлам усанд хийж зумлана. Бүхлээр чанаж, шарна. Гадна талын шар тосоор тосолж, их царан дээр тавина. Дээдсийн дайллага цайллагад өргөн барина. Монгол улс 2016 онд Ази-Европын дээд хэмжээний уулзалтын хүлээн авалтын үеэр бүтэн “үхрийн зум”-аар зочдоо дайлж байв. Бүтэн үхэр шарах ажлыг би гардан зохион байгуулж байв”

Эндээс бид хоёр зүйлийг ажиглаж болно. Эхнийх нь их ёсны ууц гэдэг бол төрийн тахилга тайлга, төрийн хүндэтгэлийн хүлээн авалтад зориулан бэлтгэдэг идээ аж. Үүнийг энгийн иргэд баяр ёслолоор хэрэглэхийг цээрлэдэг байна. Харин ёс ёсны ууцыг төлөөлүүлэн “ууц” тавьдаг ажээ.

Иймд, ууц тэргүүт шүүсийг найр хуримын үеэр аав ээж, эмээ өвөө нарт тавьж, хүндэтгэл үзүүлдэг.

Дал тэргүүт шүүс: Тус шүүсийг нагац, авга нарт тавина. Дал гэдэг нь бугалгын үеэр хажуу далбаа махны хамт салгаж авсан хэсгийн нэр юм. Дал тэргүүт шүүсэнд дөрвөн өндөр хавирга дагуулан тавина. Дал тэргүүт шүүсийг засахдаа зүүн гар талдаа дал баруун гарт өндөр хавиргыг зэрэгцүүлэн далны маяа, хавирганы толгой талыг нэг тийш харуулан засдаг. Очинд барихдаа хавирганы толгой болон далны маяа зэргийг зочин руу харуулж тавина.

Хүзүү тэргүүт шүүс: Ахмад хүргэчүүдэд өргөн барина. Хүргэн хүн хүчтэй. Хүзүүний мах мөлжүүртэй гэж ч ярилцана. Хүзүү тэргүүт шүүсийг засахдаа зүүн гар талд нь хүзүүг баруун гар талд нь сүвээний хавирга, залаа махтай богтос тавина. Зочинд барихдаа аман хүзүүг хавирганы толгойтой зэрэгцүүлэн зочин руу харуулан тавина. Хүзүү тэргүүт шүүсийг тавихдаа бүх хүзүүг нугалж, залгаатай юм шиг цувруулан тавьдаг.

Сүүж тэргүүт шүүс: Бага хүргэчүүдэд өргөн барина.

Сүүж тэргүүт шүүсийг засахдаа зүүн гар шүүж, баруун гарт сүвээний

хавирга, богтос зэргийг оролцуулна. Засахдаа сүүжний нарийн сэртэн, хавирганы толгой, богтос чөмгөний нарийн үзүүр талыг нэг тийш харуулан засна.

Өвчүү тэргүүт буюу тэрүүн зэргийн шүүс: Хурим найр, баяр ёслолын үед өвчүүг хатан хүний идээ хэмээн үзэж хадам эх, эмэгтэйчүүд, бэр зэрэг хүндтэй хүмүүст өвчүү тэргүүт махаар зоог барина. Өвчүү тэргүүт зоогт зүүн гар талд сээр, баруун гар талд дунд чөмөг (гуяны) тавиад хуйхалж, зассан өвчүүгээр бүтээнэ. Өвчүүний бүдэрхийг дээш харуулан байрлуулж тавагладаг. Энэ тухай Завхан аймгийн Сонгино сумын өндөр настан С.Бурмаа гуай ийнхүү хуучлав.

“Шинэ бэрийг морь болон машинаас буулгахдаа цагаан эсгийн дээр буулгаж авна. Дараа нь гэрт оруулж бэргэн нь “цагаа” шинэ бэрд амсуулаад хадам аавын галд мөргүүлнэ. Дараа нь бурханд мөргүүлдэг. Түүний дараа цай хийж өгнө. Намайг бэр болж ирэхэд хуйхалсан хормойтой өвчүү, сээр, дунд чөмөг (гуяны) зэрэг махаар дайлсан. Би жаахан л амссан. Айгаад байгаа юм уу яагаад байгаа юм хоол ордоггүй юм билээ ” хэмээн хуучлав.

Мөн Дорнод аймгийн Цагаан-овоо сумын буриадууд шинэ бэр суулгасан машинаа гэрийн үүдэнд тулгаж зогсоогоод цагаан эсгий дэвсэж буулгаж авч байв. Тэд бэрээ хадам аавынх нь гэрт оруулж, нарийн цуулж бэлтгэсэн модонд бэрээрээ шар тос түрхүүлж, шүдэнд зурж асаалгаад, гал руу хийлгэнэ. Дараа нь бэргэд нь удирдан галд гурав мөргүүлнэ. Дараа нь аяганы дөрвөн талд өрөм түрхсэн цагаа амсуулж, гэрийн зүүн талд суулгав. Түүний дараа цай хийж өгөөд, араас нь хуйхалсан өвчүү бүхий махаар дайлав. Үүнтэй адил Баруун монголчууд шинэ бэрээ гал, бурхан, хадам аав ээжид нь тус бүр гурав мөргүүлсний дараа цагаа амсуулж, цай барьдаг. Улмаар Архангай аймгийн Өндөр-улаан суманд мөн дээр дурдсантай адил шинэ бэрийг өвчүү тэргүүт махаар дайлдаг байна.

Сээр тэргүүт шүүс: Сээр тэргүүт шүүсийг нагац, авга эгч нарт барина. Сээр гэдэг нь хүзүү харцага хоёрын хооронд байдаг хэсэг юм. Сээрийг тэргүүт шүүсийг засахдаа зочны зүүн гарт нь сээр байрлахаар бодож засна. Баруун гар талд нь өндөр хавиргаа зэрэгцүүлэн тавина. Мөн уураг сүүл дагалдуулна. Сээрний нарийн үзүүр, хавирганы буруу, далны маяа талыг нэг тийш нь харуулж тавина.

Энэ мэт дэг ёс Улаанбаатар болон бусад хот суурин дахь зарим хуримаас үүнийг олж үзэх боломжгүй.

Найрын идээ ундааны түгээлт, хуваарилалтыг нэгт, эрхэм хүндтэнд өргөх шүүс, хоёрт зочдод хуваарилах найрын идээ хэмээн ангилж болмоор байна. Баруун монголчууд болон Дорнод аймгийн Цагаан-овоо сумын Буриадуудын найр, хуримын идээ ундаа, түүний хуваарилалтыг ажиглахад онцлох хүндтэй хүн буюу бэрийн талын найрын ахлагч, худад найр тарсны дараа бүтэн хонины шүүс, бяслагийн хамт бэлэглэдэг байна. Бяслаг бол цагаан идээнээс хүндэтгэлийн дээжст багтаж буй ихээхэн онцлогтой идээ юм. Найрт оролцсон хүүгийн болон бэрийн талын зочдод бүгдийн гарын цайлгах ба найрын идээ ундаанаас зохисыг үзэн хувь хүртээж байв. Монгол улсын баруун аймгийнхан найрт оролцохоор ирэхдээ эмэгтэйчүүд бяслаг, сүүтэй ирдэг. Эрэгтэйчүүд найр хийж буй хүүгийн

аав ээжид мөн бэлэгтэй ирнэ. Үүнийг “сэлбэг” хэмээн нэрлэгдэг. Тухайлсан сав бүрд ямар нэг хэмжээгээр найрын идээ шүүс, цагаан идээ, чихэр жимс тэргүүтнээс хүртээдэг байна. Үүнийг “савын бөглөө” гэх бөгөөд сав хоосон буцаадаггүй хэмээн үзнэ.

Хүндэтгэлийн идээнд багтдаггүй мөч мах

Хүндэтгэлийн идээ, шүүст зарим махыг оруулахгүй байх ба мөн үл бэлгэшээдэг байна. Үүнд, борви, тойг, далны мөгөөрс, богино хавирга, “атгаал чөмөг” тэргүүтнийг авч үлдэж, бусад махыг засаж, тэвшинд хийдэг аж. “Атгаал чөмөг,” зочинд өгдөггүй. “малын буян хишиг гэж үзэх тул айлын голомт залгах отгон хүү иддэг. Түүнд туулайн булчин гэж буй. Түүнийг нь хүүхдэд өгдөггүй. Атгамал чөмөгт буй булчинг иддэггүй учир нь атгасан гар шиг харамч дүртэй болно гэж үздэг (Тангад.Д, 2014, хууд. 36). “Найрын үеэр махны нярав хийж буй хүн эхлээд сүүж, богино хавирга зэргийг аваад нуучих хэрэгтэй. Тэгэхгүй бол хэн нэгэн аваад тогоо руу хийчих магадлалтай. Мах гарсны дараа далны мөгөөрс, залаа чөмгөний арын булчинг, борви, тойг тэргүүтнийг буян хишгийн мах хэмээх үзэж авч үлддэг. Мөн шагайт чөмгөний хальсыг авах ёстой. Яг сайхан тааруулах ёстой. Махаа язартал чанаж боохгүй. Сүүжний ясыг найр, наадам хүндэтгэлийн шүүст оруулдаггүй. Тогоонд л үлдэж байдаг. (Далантай.Л)” энэ мэт хүндэтгэлийн зоог ордоггүй мах бий аж. “...хэрэв атгамал чөмөг шүүст орсон байвал ам хүрдэггүй...эмэгтэй хүний зоог (Цэнд-аюуш.Ч)” Энэ мэт олон дэг ёс хүндэтгэлийн идээ ундаа дээр илэрч байна.

Богтос чөмгийг гэрийн доторх эмэгтэйчүүдэд хутгаар огтолж голдуу өгдөг (Арьяасүрэн.Ч, Нямбуу.Х., 1992). Энэ тухай судлаач Р.Төрбат, Говь-алтай аймгийн Баян-уул суманд “*Богино хавирга, богтос чөмөг боолын мах (Ангарагбазар.Б)*” хэмээн ярдаг тухай өгүүлээд тус хэлцийн утгыг Монгол хуримын зан үйлийн “богтлох” хэмээх үгтэй холбон үзжээ. Тэрээр эрт цаг байлдан эзэлсэн монгол угсаат овог, аймгийн эмэгтэйчүүд, охидыг олзлон ирж, гэртээ зарж, боолын ажил хийлгэдэг байсан сурвалжийн мэдээнд тулгуурлан тэдгээр олзны хүмүүст “богино хавирга, богтос чөмөг” өгдөг байсан байх магадлалтай байна. Чухам тэдгээр олзны охидоос эхнэр болгон авах тохиолдол цөөнгүй байж. Тийнхүү урагт гаргахдаа тодорхой инж авч боолоос чөлөөлдөг байсан байх магадлалтай. Тийнхүү боолоос чөлөөлөгдөхөд ямар нэг зан үйлээс богтлох хэмээх үг бий болсон байх магадлалтай хэмээн үзжээ (Төрбат.Р, 2016). Одоо ч хуримын зан үйл дэх махны хуваарилалтад богтос, богино хавирга ордоггүй нь *богтос идэх боол биш* (Арьяасүрэн.Ч, Нямбуу.Х., 1992, хууд. 618)” гэдэг хэлцтэй холбоотой байх магадлалтай байна. *Богино хавиргыг иддэггүй. Галд өргөдөг. Богтос чөмгийг залуу хүн иддэг гэх ба мөлжсөөд хатавчинд “адуу ман” гэж хэлээд өлгөдөг* (Төрбат.Р, 2016) хэмээн бичжээ. Гэтэл бидний хээрийн судалгааны явцад “*Залаа чөмгийг залуу хүн иддэг. Мөлжсөнийхөө дараа “адуу ман” гэж хэлээд хатавчинд өлгөдөг (Гаваадарь.Л)*” хэмээдэг аж. Энэ тохиолдолд нэг чөмгийг нутгийн онцлогоос хамааран хоёр өөрөөр (*богтос чөмөг, залаа чөмөг*) нэрлэж байна уу? гэдэг асуудал гарч байна. Үүнийг цаашид нягтлан үзүүштэй. Дээрх хоёр өгүүлэмжийг ижил төстэй нэг зүйл буй нь суудлын эрэмбээрээ хатавч

орчимд суух хүнд хуваарилагддаг үе мах болох нь тодорхой байна. Тиймээс тэрээр мөлжөөд “адуу ман” хэмээн шившээд хатавчинд хавчуулдаг байна.

Энэ мэт утга санаа монголчуудын мөч маханд агуулагдаж байдаг боловч хурим хийх арга барил өөрчлөгдсөнөөр утга санаа нь мөн өөрчлөгдөж, зарим тохиолдолд үе махыг ч хуримын идээ ашиглагдахгүй байх тохиолдол цөөнгүй байна. Иймд хэдийгээр нийгэмд тогтсон дэг, байдаг ч түүнийг дагах, дагахгүй нь тухайн хувь хүн, бүлгийн өөрийн хүсэл зоригийн асуудал байдаг байна.

2.3 Найрын дэг ба идээ ундаа

Монголчууд найр хурим, цагаан сарын баяр, уул овооны тахилгыг төрт ёсны үйл хэрэг хэмээн ойлгож байна. Иймд дээрх тэмдэглэлт баяр ёслолуудад нүүдлийн уламжлал бүхий идээ ундаа, түүнд хамаарах дэг ёсыг баримтлахыг хичээх болсон байна. Энэ хувь хүний итгэл үнэмшил байхаас гадна, тухайн бүлгийн урдаас үе улиран хэлбэржин тогтсон хэм хэмжээний дагуу явагддаг байна. Нэгэнтээ нийгэм өөрөө хөгжил хөдөлгөөнтэй тул түүний эд эс болсон баяр ёслол, зан үйл, заншлууд мөн л хүний бодол ухамсар, итгэл бишрэлийн хүрээнд баяжиж, өөрчлөгдсөөр байна.

Монголчуудын хувьд ч цагаан сар, найр хуримын зан үйлд мал аж ахуйд суурилсан мах бүхий шүүс идээ, сүү бүхий цагаан идээг тодорхой дэг ёс, хүндлэлийн хүрээнд бэлтгэж, хуваарилж, хүртдэг байна. Тухайлбал, Увс аймгийн Хяргас сумын Баядын хурим буюу хөшиг тайлах ёслол нь хуримлагч хосын гэрт 11 цагт эхэлж, үдээс хойш 16 цагт өндөрлөдөг. Ирсэн бүхий л зочдод аягатай сүү амсуулж, дараа нь сүүтэй цай хийж хоёр гардан барьдаг. Үүний дараа найрын бүтэн гурван дугараа (баяд ардын гурван уртын дуу дуулсны) явсны дараа үе мах бүхий идээ (дараагийн хэсэгт дэлгэрэнгүй өгүүлнэ), түүний дараа нь шөл бүхий зоог орж ирснээр бүтэн дайллага болдог. Архи дарсны тухайд хурим зохион байгуулагч хүүгийн талын аав ээжийнх нь мал сүргийн саалийн шим болох нэрмэл архиар хоёр сөнч хундага эргүүлэн багадаа гурав сөгнөдөг. Үүнийг “хундага тавилгүй сөгнөх (уух) гэдэг. Сөн бүтэн гурав эргэсний дараа өөр архи (үйлдвэрийн архи)-аар сөн эргэж болно. Мөн сөн эргэх гэдэг нь хоёр сөнч өргөөний баруун зүүн талаар бүхий зочдод хундагатай архи барьж хүндлэх бөгөөд хэнд хир хэмжээтэй өгөх зохион байгуулалтыг сөнч хариуцахаас гадна найрын нарийн зохицуулалтыг сөнч зохицуулж байдаг.

Мөн дээр дурдсанчлан хундагатай хүн үг хэлж, хутгатай хүн мах иддэг ч гэж гэлцдэг. Уг ёсоор хэнээр хэзээ үг хэлүүлж, хэнээр хэзээ дуу дуулахыг сөнч мэднэ. Өөрөөр хэлбэл, хүн бүр зэрэгцэн ярихгүй, дуртай нь бос ч ерөөл хэлэхгүй. Гагцхүү сөнч л хэнээр ерөөл өргүүлж, хэнээр дуу дуулахыг мэддэг байжээ. Энэ бол нарийн дэг. Энэ дэгийг хэлбэрэлтгүй мөрдөх ёстой болдог. Энэ мэт дэгийг Дорнод аймгийн Цагаан овоо сумын Буриадуудын хуримын зан үйлд мөн мөрдөгдөж байна.

Гэвч зарим Монголчууд хуримын ордон, ресторанд найр хийх болсноор энэ хуримын дэг, идээ ундаа хүртэх ёс бүхлээрээ эвдэгдсэн. Гагцхүү үелэн өрсөн идээ, дээжийн ууц л идэвхгүй хэлбэртэй хэрэглэгдэж байна.

Мөн найрын идээ ундааны төрөл ч өөрчлөгдсөн. Найрын хойморт байрлах

ууцыг таллах, хүн бүрд ууцнаас дээж хүртээх зэрэг ёс эвдэгджээ. Мөн зочдод сүү, эсвэл “цагаалага” бүхий аягатай идээ амсах, эхлээд сүүтэй цай бариад дараа нь идээнд хүрэх тухай ойлголт өөрчлөгдсөн. Шууд ус, ундаа уухаар зохион байгуулагдсан аж. Мөн эхний зоогт үе мах, дараа нь шөл бүхий хоол хүртэх дэг барууны идээ ундааны дэгээр өөрчлөгджээ. Тус дэгээр бол европ маягийн хөнгөн зууш, хоёрдугаар хоол (аннастай тахиа) ирэх болжээ. Энэ бол мэдээж бидний соёл биш. Бид америк, европоор төв болгосон кино урлагаар дамжуулан хүлээн авсан соёл юм.

Мөн найрт ирсэн зочдын дуулах дуу, дуулах эрхийг дуучид эдлэх болсноор хуримд оролцогчид дуу дуугаа аван түрэх уламжлал ч эвдэгдсэн. Угтаа зочдыг идэвхгүй оролцогч, үзэгч болгон хувиргасан. Үүний адил найрын идээ ундааны учир утга, эрэмбэ дараалал, бүтэн дайллагын тухай ойлголт ор тас алга болсон. Бүх хүнд яг адилхан ширээ засалт бүхий ширээнд нэг ижил хэмжээтэй хоол, ундаа, архиар үйлчлэх болсон. Сөнчийн үүргийг чанга яригчтай “хөтлөгч” эзэмших болжээ. Хөтлөгч зүгээр л хэн нэгнийг зарлаж, дуу дуулуулах дуучдыг танилцуулах болов. Энэ мэт өөрчлөлт хөгжил хөдөлгөөний дунд бид аж төрж, баяр ёслол тэмдэглэж байна.

2.4 Дүгнэлт:

Энэ бүлэгт бид төрт ёсны зан үйлийн идээ ундааг хоёр үндсэн хэсэгт хуваан үзлээ. Монголчууд хийсэн хоол, ундныхаа дээжийг хүмүүн бусын буюу хий биетэн, хийсгэлэн дүртэнд (Бурхан, уул овооны эзэн, ээж аавын сүнс сүлд) барьдаг. Энэ бол монголчуудын хувьд байгаль хамгаалах уламжлалт мэдлэг, хандлага, сүсэг бишрэлтэй салшгүй холбоотой зүйл юм. Бидний бодит ертөнцөд оршин буй уул ус, газар шороо, ан амьтан, эд баялаг, мал сүрэг, аз хийморийг нүдэнд үл үзэгдэгч, гар үл баригдагч далдын эзэн ивээж, тэтгэж байдаг гэх үзэл санааны илэрхийлэл юм. өөрөөр хэлбэл, амьтай бүтэн сүнстэй, амьгүй бүхэн эзэнтэй хэмээн үздэгтэй холбоотой.

Харин бодитоор оршин ах дүү, төрөл төрөгсөд болон нийгмийн зэрэглэлээс хамаарна хүртэх идээ ундаа бүр өөр байна. Тухайлбал, төрийн өндөр дээд хүлээн авалт, найр хурим, гэр бүлийн идээ ундааг нийгмийн хэм хэмжээний хүрээнд ангилан ялгаж өгчээ. Мөн зоог барих гэдэг монгол уламжлалт ёсоор тогтсон дэгтэй. Гэвч өөр соёлын нөлөөгөөр тэр дэг нь өөрчлөгдөж, баруун хоолны дэг үйлчлэх болов. Үнэн хэрэгтээ Монгол дэгээр хоол идэх үү, монгол бус дэгээр зоог барих уу гэдэг л сонголтыг ард түмэн олгодог ажээ.

Хураангуйлан дүгнэвэл нийгэмд тогтсон дэг журмыг зан үйлд баримталдаг боловч тухайн зан үйл үйлдэх бүрд үндсэн утга санаагаа алдахгүй ч тодорхой хэмжээнд өөрчлөгдөж, хувирч байдаг байна. Энэ шинжээрээ соёл нь урдаас тогтсон дэг ёсны дагуу үйлдэгддэг гэхээсээ тухайн орчин, нийгэм, төрийн үзэл санааны үндсэн дээр баяжиж, өөрчлөгдөж байдаг гэсэн санал дэвшүүлж байна.

Гуравдугаар бүлэг: Түргэн хоол ба нийгмийн орон зай

Өнөөгийн Монголд, тэр тусмаа Улаанбаатар хотын оршин суугчдын хоолны хэлбэрт нэлээд өөрчлөлт орж, үүнд асар хурдтай хөгжиж буй түргэн хоолны салбар гол нөлөө үзүүлж байна. Үүнээс шалтгаалан монгол хоолыг мөн тэдгээртэй төсөөтэй хэлбэрээр хөгжүүлсэн “Modern Nomads” гэх мэт хоолны сүлжээ газрууд зэрэгцэн хөгжих болов. Энэ нь “монгол хоол ба барууны хоол”-ны хоорондох өрсөлдөөнийг буй болгож, олон талаар анхаарлын төвд орсон асуудал болоод байна. Үнэндээ дэлхийд түгсэн түргэн хоолны сүлжээ газрууд Монгол Улсад нэлээд хожуу буюу хамгийн анхны түргэн хоолны салбарын нэг болж KFC 2013 онд нээгдсэн билээ. Одоогийн Улаанбаатар хотын төв номын сангийн эсрэг талд байрлах анхны салбар нь нээгдэж байх үедээ нийт 13 ажилтантай байв. Тун удалгүй Улаанбаатар хотод олон салбартай түргэн хоолны салбарууд (2014 онд Пицца хат (Pizza hut), 2015 онд Бүргэр кинг (Burger King) сүлжээгээ нээв) нээгдэв. Эдгээр олон улсын түргэн хоолны сүлжээнүүд нь маш богино хугацаанд хотын хоолны соёлд өөрчлөлт авчирлаа. Гэвч энэ нь үндэсний уламжлалт хоолоор гол болгож, хоол хүнсний аж ахуй эрхэлж байгаа хүмүүст өрсөлдөхөд амар бус байдлыг бий болгож байгаа юм. Тиймээс тэд монгол “уламжлалт” хоолыг илүү “орчин үеийн” гэх нөхцөл байдалд шилжүүлэхээс өөр аргагүй байдалд оржээ.

Тус бүлэгт бид антропологийн онолын өнцгөөс нийгмийн орон зайг бүтээн буй болгож буй түргэн хоолны жишээгээр Улаанбаатарын түргэн хоолны хэрэглээний баялаг утга агуулгуудыг судлах болно.

Жоанне Финкелстэйн хооллох болон нийгмийн арга маягийн тухай ойрын үеийн судалгаандаа ресторан эсвэл энэ төрлийн хоолны газар, сүлжээ нь гурван өөр хэлбэр бүхий байдгийг өгүүлсэн байна (Finkelstein Joanne, 1989). Тэдгээрт нь *нэгд*, “албан ёсны” салбар ресторан багтах бөгөөд хоол нь нэр төр, зэрэг зиндааг бүтээдэг. *Хоёрт*, “зугаа цэнгэл”-ийн ресторан багтах бөгөөд энэ нь баяр баясал, цэнгэлийн орон зайг бий болгож байдаг. *Гуравт*, тав тухыг харуулсан ресторан багтах бөгөөд жишээлбэл, кофе шоп, түргэн хоолны газруудыг багтааж болно хэмээн үзжээ. Хэдийгээр Финкелстэйн рестораниудыг нийгмийг бүтээх олон нийтийн орон зай хэмээн авч үзсэн ч, эсрэгээрээ гадуур хооллох нь нийгмийн эсрэг хүчин зүйл болохыг бас онцолсон байдаг. Түүний үзлээр, рестораны дотоод харилцаа нь өнөөгийн оршин буй ёс болон дадлыг харуулдаг учраас гадуур хооллох нь биднийг дадал, хувцас гэх мэт олон зүйл дээр бусдыг дуурайх байдалд хүргэж, түүнийг бүтээдэг байна. Үр дүнд нь рестораны дотоод харилцааны хэв маяг “Иргэншээгүй нийгмийг бүтээдэг” буюу олон хувь хүнгүй нийгмийг бүтээж байгаа аж. Аллен Шелтон нь Финкелстэйнтэй төстэй саналтай буюу рестораниуд хэрэглэгчийн бодол, үйлдлийг театр мэт болгож байдаг хэмээн үзсэн байна (Shelton Allen, 1990).

Шелтон, Мэри Дуглас, Леви Стросс болон бусад эрдэмтэд “Хүнсний код” хэмээх агуулгын хүрээнд рестораны соёлын кодыг судалсан юм. Тэд Ресторан бол нийгмийн бүтцүүдийн код болсон туршлага руу хандсан орон зай, үг, үйлдэл бөгөөд хоолны түүхийн объектыг шилжүүлж, хэрэглэж байгаа туршлагыг

бүтээдэг хэмээн үздэг.

Тэдний онолын үзэл баримтлалыг Рик Фантазиа Францын түргэн хоолны салбарын судалгаандаа мөн хөгжүүлсэн байна. Тэрээр MC-Donalds нь өөр улсад байгаа юм шиг төсөөлөл, орчин, уур амьсгал буюу “Америк орон зай” бий болгодогт нь залуучуудын сонирхол татагддаг байна. Энэ нь залуучуудын нийгмийн ялгаатай орон зайг мэдрэхийг хүсэх хүсэл, сонирхолтой нийцдэг аж (Fantasia Rick, 1995).

Бид энэхүү бүлэгт хоол хүнсний хэрэглээний тухай антропологийн судалгаа болон өгүүллийн тусламжтайгаар 2010-аад оноос хойших Улаанбаатар хотод өрнөж буй барууны түргэн хоолны хөгжил болон орон нутгийн иргэдийн хариу үйлдлийг харьцуулан судлах юм. Мөн Америкийн түргэн хоолны соёлын бэлгэдэл, түргэн хоолны газрын доторх эд зүйлийн ба физик орон зайн утга учир, хэрэглэгчийн бүлэг болон олон нийтийн орон зайн хэрэглээг авч үзэх болно. Үүний дараа бид түргэн хоолны газрын дотоод шинэ хэлбэрийн нийгмийн орон зай, бүрдлийн асуудлыг авч үзэх болно. Түргэн хоолны газар нь хоолны газраас нийгмийн орон зай болж бүтээгдэх үйл явц хэмээх саналыг бид дэвшүүлж байна. Энэ үйл явц нь нэгд, түргэн хоолны газруудын амжилттай ажиллах гол нууц нь болдог. Хоёрт, Улаанбаатар хотын дотоодын үндэсний үйлдвэрлэгч хоолны газрууд Америкийн түргэн хоолны сүлжээ газруудтай өрсөлдөж, орон зайгаа тэлж чадахгүй байгаа үндсэн шалтгаан болдог. Тус хэсгийн судалгаа нь судлаачийн 2017 оноос хойших их, бага хэмжээгээр Улаанбаатарын түргэн хоолны газруудыг анхаарч байсан ажиглалт, тэмдэглэл, ярилцлагууд дээр үндэслэх болно. Тэрчлэн энэ чиглэлээр хийсэн бусад эрдэмтдийн судалгаанууд дээр үндэслэх болно.

KFC бол Америкийн түргэн хоолны салбарын хамгийн гол брэнд төдийгүй мөн Улаанбаатарын түргэн хоолны салбарын хамгийн олон хэрэглэгчтэй түргэн хоолны газар юм. Дээр нь үндэсний үйлдвэрлэгчдийн хамгийн том өрөлдөгч юм. Иймд, KFC нь тус судалгааны хамгийн гол объект болно. Харин бусад түргэн хоолны газруудыг хэсэг бүрд харьцуулах байдлаар авч үзэх болно.

3.1. Түргэн хоолны хэрэглээний халуурал

Түргэн хоол бол монголын хөрсөнд бий болсон бүтээл биш. Түргэн хоол нь барууны кино, уран бүтээлээр дамжиж хамгийн анх монголчуудад танигдаж байв. Улмаар барууны сүлжээ түргэн хоолны газрууд Улаанбаатарт нээгдэж эхэлснээр монголчуудын өдөр тутмын, энгийн хэрэглээний зүйл болсон юм.

Англи хэлнээ “Fast food” гэх үгийн утга нь “Хурдан хоол”, “Хурдан идэх”, “Түргэн хоол” гэсэн утгатай. Монгол ардын “Залгиж идвэл хор болно. Зажилж идвэл хоол болно” гэх мэт зүйр цэцэн үгийн яг эсрэг утга санааг илтгэдэг. Өөрөөр хэлбэл, монгол ардын зүйр үгэн дэх “багаар”, “ёсны дагуу” хооллох тухай үзэл, санаатай эсрэгцдэг хэмээн ойлгож болох юм. Монгол хоол нь ногоо багатай, нарийн дэс дараалалтайгаар боловсруулж хүртдэг бол, түргэн хоол нь ногоо ихтэй, хялбар аргаар боловсруулж, хурдан хүртдэг хоол гэдгээрээ тэнгэр газар шиг ялгаатай соёлын ойлголт болно.

2000 он гарсаар аялал жуулчлал зэрэгтэй холбоотойгоор хоолны савлагаа,

хайрцаг гэсэн зүйлс Монгол Улсад ихээхэн хөгжих болсон. Савлагаатай хоол бол нэгэн төрлийн тусгай, хялбар хүнс бөгөөд түргэн хоолонд хамаарахгүй ч бусад тавагтай иддэг олон хоол хүнстэй харьцуулахад бага зэрэг түргэн хэрэглээний зүйл юм. Тухайлбал, аяга таваг угаах ажлаас давхар чөлөөлөгдөх хялбар хэрэглээ гэдэг нь ойлгомжтой. Гэвч энд бидний дэвшүүлж буй гол санал бол Улаанбаатарын түргэн хоол бол зөвхөн Монгол болон Барууны хэлбэрийн түргэн хоолны өрсөлдөөнөөс гадна Монгол хоолны соёлд шинэ хэлбэр хэмээн хэлж болох хоолны соёлын бүтцийг бий болгож байгаад оршино. Түргэн хоол Улаанбаатарт түгсэн нь үндсэндээ идэх зүйлийн өөрийнх нь мөн чанар болон идэх хурдтай огт хамаатай зүйл биш. Үүнд, түргэн хоолны хэрэглээний хэлбэр, орчин, нийгмийн харилцаа хоорондын шүтэлцээний хэлбэр гэх мэт хоол хүнсний бус шинжтэй, дагалдах зүйлүүд ч хамаарагдаж буйг анхаарах хэрэгтэй юм.

Америкийн түргэн хоолны салбар сүлжээнүүд 2010 он гараад л өмнө дурдсанчлан Монголд нэвтэрч, асар өргөн зах зээлийг бүтээх болов. KFC-гийн анхны салбар нь 2013 онд орж ирсэн бөгөөд Улаанбаатар хотын төв номын сангийн эсрэг талын салбар тэр өдөртөө л хэдэн зуун хүнд үйлчилсэн байна. Хэдийгээр үйлчлүүлэгчдийн олонх нь идэж буй зүйлийнхээ мөн чанарт ямар нэгэн гүнзгий сэтгэгдэл үгүй ч тухайн газрын ажилтнуудын найрсаг, хурдтай үйлчилгээ нь гүн сэтгэгдэл төрүүлсэн байна. 2020 он гэхэд Улаанбаатар хотод Burger King, Pizza Hut гэх мэт маш олон түргэн хоолны сүлжээ хэдийнээ орж ирээд зах зээлд томоохон байр суурийг мөн эзлэх болов.

2000 оны эхэн үеийн Улаанбаатарын ресторан болон хоолны газрын барилгуудын архитектур болон дотоод чимэглэл нь орос маягийн, эсвэл албан ёсны шатлан захирах байдлыг илтгэж байв. Мөн хэрэглэгчид нь яг тодорхой дүрэм журмын дагуу үйлчлүүлэх хэв маягтай байжээ. Тиймээс монголын зарим хүмүүс KFC тийм сайхан орчинтой мөртөө ганц тахиа л худалддаг нь харамсмаар гэж шүүмжилж байжээ. Гэвч Улаанбаатарын хэрэглэгчид асар хурдан эдгээр барууны түргэн хоолны сүлжээ хоолны газруудын цэвэр, цэмцгэр, тав тухтай байдалд дассан юм. Энэ дотроос KFC олон нийтийн талархлыг хамгийн ихээр хүлээж, амжилттай, өргөн цар хүрээтэй ажиллаж байна.

Бид өмнө хэсэгт KFC 2013 онд анх нээгдсэн тухай өгүүлсэн билээ. Энэ сүлжээ нь маш хурдан нийтийн болоод зогсохгүй, Монголд барууны соёлыг, Америкийн соёлыг түгээх орон зай байх болов. Хэдийгээр барууны соёлыг анх удаа Улаанбаатарт нэвтрүүлсэн түргэн хоолны газар биш ч хамгийн их нөлөөлсөн түргэн хоолны сүлжээ газар юм. Өнөөдөр Улаанбаатарт 15 салбар, 800 ажилтантай болжээ. Тэрчлэн өнөөдөр эдгээр салбаруудад твистер, зингер бургер, филле бургер, хаггет, давхар тако гэх мэт үндсэн болон бусад улсуудын дэлхийд тархсан сүлжээ газруудын санаачлан бүтээсэн бүтээгдэхүүнээр үйлчилж байна.

Ийнхүү барууны эдгээр түргэн хоол амжилттай Монгол Улсад хөгжсөн нь орон нутгийн хоолны газар, ресторан, хоол, хүнсний үйлдвэрлэгчдэд хүнд цохилт болсон юм. Үнэндээ Улаанбаатар хотын маш олон ресторанууд, тэр тусмаа түргэн хоолны газрын эргэн тойронд байрлаж байсан газрууд хаагдсан байдаг. Энэ тухай маш олон үйлдвэрлэгч, мэргэжилтнүүд сайт болон зурагтаар ярилцлага

өгч, олон нийтэд монгол үндэсний хоол, хүнсний салбар унах аюултай боллоо, “Франчайзинг сүлжээ хүрээгээ тэлэх нь зөв үү?”¹ гэх мэт гарчигтай яриа, шүүмж хийх болжээ. Тиймээс “Модерн Номадс” гэх мэт үндэстний онцлог болон барууны өнгө аяс хосолсон маш олон сүлжээ ресторанууд голдуу хувийн дэмжлэгтэй нээгдэх болов.

Энэхүү барууны болон үндэстний хоолны салбарын өрсөлдөөний үр дүнд өнөөдөр Улаанбаатарт байгаа хоолны үйлдвэрлэл эрхэлж буй салбарууд ерөнхийдөө гурван хэв маягт ангилж болохоор болжээ. Тэдгээр нь нэгдүгээрт, KFC, Burger King болон бусад барууны түргэн хоолны салбараас бүрдэх болов. Эдгээр байгууллагаар үйлчлүүлэх хэрэглэгчийн цар хүрээ өссөөр байна. Хоёрдугаарт, тэдэнтэй гол өрсөлдөгч “Модерн Номадс” мэтийн үндэстний онцлогтой ресторанууд, гуравдугаарт, хуучны зөвлөлт маягийн хэв загвар бүхий хоолны ресторанууд байна. Гэвч эдгээрээс эхний буюу түргэн хоолны салбар хамгийн амжилттай байгаа нь илэрхий юм. Тусгай хоолны мэргэжилтнүүдийн үзэж байгаагаар тэдгээр сүлжээ түргэн хоолны газрууд нь бүтээгдэхүүний чанар болон хүргэлтийн байдал нь стандартын дагуу, ажилтнууд нь найрсаг, цэвэрхэн, үзэмжтэй гэх мэт зүйлүүд нөлөөлж байна гэдэг. Судлаач эдгээрийг үнэний хувьтай гэж үзэж байгаа ч тэд бүгд хоолны хэрэглээг эдийн засгийн үйлдэл хэмээн үзэхээс гадна түргэн хоолны газрыг зөвхөн хоол иддэг газар мэтээр харж байгааг бас анхаарах хэрэгтэй. Бидний бодлоор Улаанбаатарын түргэн хоолны хэрэглээ бол нийгмийн орчин, үйлчлүүлэгчийг нь анхаарах ёстой зүйл юм.

3.2. Түргэн хоол ба нийгмийн орон зай

Яг Гидденсийн хэлдэгчлэн олонх нийгмийн амьдрал нь хэрэглээний орон зай, цаг хугацааны ард нуугдмал байдлаар бүтээгдэж байдаг (Giddens Anthony, 1984). Энэ төрлийн ойлголт нь түргэн хоолны хэрэглээн дээр хамгийн тод илэрдэг. Түргэн хоолны газрын тухайд хоол идэх болон нийгмийн харилцаа холбоо, орон зай зэргийн аль алийг илэрхийлдэг. Өөрөөр хэлбэл, нийгмийн орон зай гэдэг нь эд зүйлийн орон зай болон эд зүйл, үйлчлүүлэгч зэргийг багтаахаас гадна тэнд өрнөж буй нийгмийн харилцаа, холбоог багтаасан ойлголт юм. Үүнээс харахад нийгмийн орон зай хэмээн ойлголтоос эд зүйл болон эд зүйлээр дамжуулан бүтээгдэж буй орчныг салгаж үзэх боломжгүй юм. Мөн нийгмийн харилцан уялдааны шийдвэрлэгчийг бүтээхгүй ч ямар нэгэн байдлаар нийгмийн байгуулалд оролцдог. Доорх хэсэгт бид орон зайн орчин хэрхэн хэрэглэгчийн үйлдэл болон нийгмийн харилцааг бүтээж байгаа, нөгөө талдаа хэрэглэгч бас хэрхэн түргэн хоолоор өөрийн орон зайг бүтээж байгааг авч үзнэ. Энэ бол Монголд түргэн хоол хүчтэй дэлгэрсэн үйл явцын учир холбогдлыг тодруулахад чухал сэжүүр бөгөөд барууны түргэн хоол болон уугуул үндэсний хоолны ресторан хоорондын ялгааг илэрхийлж байгаа зүйл гэж болох юм.

Улаанбаатарт нийтийн хоолны газар тийм ч их биш байснаас үүдэн өмнө нь гадуур хоол идэх гэдэг бол энгийн иргэдэд тийм ч түгээмэл, хялбар бус зүйл байв. Өмнө дурдсанчлан тухайн нийгмийн үед Улаанбаатарын хоолны газруудын барилга, үйл ажиллагаа болон үйлчилж байгаа хоол, төрөл нь зэрэг дэвийг

¹ <https://news.zindaa.mn/2nrs>

илэрхийлэх байдалтай байв. Тэрчлэн хамгийн гол зүйл нь 1990-ээд оноос өмнө бүхий л ресторан, хоолны газар нь төрийн мэдэлд байсан юм. Тийм учраас ресторан, хоолны газар яг нэг үйлдвэр, дэлгүүр, Засгийн Газрын яам шиг утга агуулгатай байв. Өөрөөр хэлбэл, хязгаарлагдмал хам хүрээтэй ажлын газар мэт л байсан гэсэн үг. Тиймээс хоолны газрын үйл ажиллагаа болон байр суурь нь ажлын газрын байр сууриар тодорхойлогдож байжээ. Ерөнхийд нь авч үзвэл тухайн үеийн хоолны газар, ресторан нь гурав ангилагдаж байв. Тэргүүн зэрэгт нь олон одтой буудал орно. Тэнд энгийн хүн үйлчлүүлэх боломжгүй. Тухайлбал, Улаанбаатар зочид буудлын ресторанд голдуу гадаад хүн эсвэл тусгай зочид л орно. Дэд зэрэгт нь хурал, цуглаан ихэвчлэн болдог, “Албан ёсны шинжтэй” ресторонууд орно. Тухайлбал, хурим, хурал гэх мэт үйл ажиллагаа болдог ресторонууд энэ хэсэгт хамаарна. Гутгаарт, гэрт хоол хийдэг жижиг хоолны газруудыг хамруулж болохоор байв. Энэ бол голдуу хүмүүс ажлын шаардлагаар гадуур явахдаа хоол иддэг газар юм.

XX зууны 50-аад оноос эхлэн Улаанбаатарын хоолны газрууд орос хэв маяг руу шилжсэн бөгөөд хүмүүсийн ажлын цагийг хянах гэж албан байгууллага бүр дэргэдээ хоолны газартай болсон байдаг. Тэрчлэн энэ нь ажилтнуудад өгөх нийгмийн халамжийн нэг хэсэг нь болсон байв. Хоолны газрын хэлбэр нь гэрийн гал тогооны хэлбэрийг хуулсан байдалтай. Тиймээс бага биш дүрэмтэй байв. Үүнд, ажлын газар нь нам болон төрийг төлөөлж, нэгэн эх хүний дүрээр ажилчин болох хүүхдүүдээ тэжээж, хоол өгч байгаа мэт дүрслэл, төсөөллийг буй болгосон юм. Тиймээс хоолны газрын ажилтан болон хоолыг идэж байгаа ажилтны харилцаа бол тэжээгч болон тэжээгдэгчийн харилцаа шиг байв. Өөрөөр хэлбэл, үйлчлүүлэгч болон үйлчилгээний харилцаа биш гэсэн үг юм. Энэ байдал нь өнөөдөр хүртэл соёл болон үлдсэн билээ. Тийм учраас түргэн хоолны сүлжээ орж ирэх үед энэ байдал эрс зөрчилд хүрсэн юм.

3.3 Түргэн хоол ба соёлын бэлгэдэл

Сайхан хоол гэдэг бол зөвхөн хүний ходоод цатгаад үл барам хүний оюун санааг сэргээнэ. Энэ бол олон үг хэлж тайлбарлаад байх хэцүү зүйл биш. Улаанбаатарын барууны түргэн хоолны халуурал үүнийг хамгийн сайн илэрхийлсээр байна. Ямар нэг нөхцөл дор хэрэглэгч тухайн хоолны амтанд анхаарал тавих бөгөөд харин илүүтэйгээр тухайн газраас авч байгаа соёлын мэдээллийг илүү анхаардаг. Миний ажигласнаар хүүхдүүд түргэн хоолны газарт маш дуртай авч олонх насанд хүрсэн хүмүүс түргэн хоолонд дуртай биш байдаг.

Тухайлбал, Баянзүрх дүүргийн 25-р хорооны оршин суугч Б. Долгорсүрэн

“... Өдрийн нар үздэггүй тахианы махаар хийсэн гэх юм билээ.

Түргэн хоол ходоодонд муу. Зарим хүмүүс дөрвөн хөлтэй тахианы махаар хоол хийдэг гэх юм. Хайрсан, шарсан зүйл сайнгүй гэдэг. KFC-д тахианы мах идчихээр гашуугаар авиргаад сайнгүй юм билээ. Хүн ихтэй шуугиантай газар...” гэв.

Энэ мэтээр ахмад хүмүүсийн олонх нь түргэн хоолны газрын хоолонд дургүй байдаг.

Гэвч сонирхолтой нь бас олонх нь эдгээр түргэн хоолны шинэ, цэвэрхэн бас уурагтай гэдгийг онцолдог. Түргэн хоолны мэргэжилтнүүдийн хэлэхээр эдгээр түргэн хоол бол уламжлалт монгол хоолноос ялгаатай нь орчин үеийн шинжлэх ухаан, технологийн хөгжлөөр бүтээгдсэн гэдэг. Зар сурталчилгаа болон мэдээнээс харахад л түргэн хоолны бүрдлийн уураг нь органик болон технологийн зүйл гэдэг нь улам бүр олон нийтэд хүлээн зөвшөөрөгдсөөр байна. Энэ ойлголт нь ямар учраас цөөн хүмүүс түргэн хоолны үнэр болон уламжлалт монгол хоолны үнэртэй адилтгадгийг ойлгоход тусална. Бодит байдал дээр маш олон хэрэглэгч хоолны гадуурх зүйлийг нь анхаардаг.

Тэгвэл хүмүүс дургүй боловч юунд түргэн хоолны газар очдог юм бэ? Дийлэнх хүмүүс тэндхийн орчин, хоолыг хэрэглэх хэлбэр болон тэндээс мэдрэх мэдрэмж бусад газраас өөр байна гэдэг. Хэрэглэгчийн маш олон судалгаануудад хүмүүс түргэн хоолны газар очиж хоол идэхээс илүү хэрэглээний соёлынх нь төлөө очдог гэдгийг онцолсоор ирсэн. Хүмүүс тэнд уулзаж, олон цагийг өнгөрөөж, түүний гадаад орчныг ажиглаж, тэндээс орчны онцгой мэдрэмжийг авдаг гэдэг. Зарим Улаанбаатарынхны ажигласнаар хүмүүс монгол хоолны газарт “идэх” гэж ордог бол, түргэн хоолны газар “мэдрэх” гэж ордог гэсэн үг юм. Тиймээс хэрэглэгчийн энэ мэдрэмж орчны сонирхолтой байдлыг бидэнд харуулж байгаа юм.

KFC, Burger King, MC Donalds болон бусад барууны түргэн хоолны сүлжээний соёлын бэлгэдэл нь энэхүү хоол идэх явцад бус, харин тэрхүү мэдрэмж, мэдрэх байдалд бүтээгдэж байгаа нь илэрхий байдаг. Түргэн хоолны бүтээгдэхүүн, ялангуяа MC Donalds бол өнөөгийн дэлхийн маш олон газар бүрэн дүүрэн Америкаас байх зүйл мэт харагддаг. Францад л гэхэд залуучуудынх нь дотор MC Donalds бол яг Америкийн орон зай болж, тэдэнд хүлээн зөвшөөрөгддөг. Кока Кола бол цэрэг болон орон зайн технологи гэж үзэгддэг. Москвад ч гэсэн нэгэн сэтгүүлч MC Donalds-ийн анхны сүлжээг нээхэд түүнийг

“Америкийн холын дуу хоолой” гэж бичсэн нь бий.

Энгийн хэрэглэгчид телевиз болон бусад мэдээллийн хэрэгслээр сурталчилж байгаа энэ төрлийн түргэн хоолнуудаар дамжин Америкийн соёлыг ихээхэн сонирхдог. Зарим их сургуулийн оюутнууд ч тэнд ажиллахыг Америкийн соёлын орон зайд ажиллах туршлага гэж харах нь бий. Тухайлбал, судалгааны туршид зарим залуу насны иргэдийн төлөөлөл надад: “KFC бол барууны соёл бүхий газар. Бид найзуудаараа тэнд уулзах дуртай. Төрсөн өдөр гэх мэт тэмдэглэлт өдрүүдээр тэнд их очдог”² гэх мэтээр яг хоол идэх гэдэг зорилгын үүднээс бус, харин орон зайн, тэр тусмаа Америк эсвэл барууны соёлын орон зайг мэдрэх зорилгоор очдог тухайгаа ярьж байв.

3.4. Эрх тэгшээр зугаацах газар

Улаанбаатар дахь хоолны газрын түүхийг сөхөж үзэхэд социализмаас өмнө шашны болон хятад соёлын илэрхийлэл бүхий нэршилтэй байсан нь харагддаг. Дараа нь социализм болон улс төрийн хэлмэгдүүлэлтийн үед эдгээр зүйл бүгд алга болж, улмаар 1970-80 онд бүгд нэг ижил хэвийн нэршил, бас дотоод засал нь яг адил болсон байдаг. Аз жаргал, баяр хөөрийг мэдрэх орон зай гэхээсээ албан ёсны, баригдмал хэв маягийг илэрхийлж байв. Гэтэл шинээр нээгдсэн түргэн хоолны газруудын дотоод орон зай, гэрэл чимэглэл, үйлчилгээ нь яг энэ байдлын эсрэг зүйлийг бүтээж байлаа. Өмнөх хоолны газрууд болон ресторонуудтай харьцуулбал түргэн хоолны газрууд аз жаргалыг мэдрэх орон зайн маягтай болж эхэлжээ.

Ялангуяа захиалга авдаг хэсэг болон кассын ар талын хоолны цэс гэх мэт нь хүмүүсийн сэтгэгдэлд онцгой содон байдлыг бүтээж байв. Ялангуяа хоолны цэс нийтийнх гэх сэтгэгдлийг шууд бүтээж байгаа юм. Мөн хүмүүсийн таашаалд нийцсэн нэг зүйл нь бол цэвэрхэн гал тогоо байлаа. Эдгээр зүйлүүд нь хүмүүсийг татах үндсэн шалтгаанууд болж байна.

Тэрчлэн барууны түргэн хоолны хэрэглэгчдэд өгч байгаа нэг гол мессеж бол бүгд адил, тэгш эрхтэй гэх зүйл бөгөөд худалдаж авах үйл явц дунд үйлчлэгч болон хэрэглэгч бүгд зогсдог. Хоёр тал тэгш эрхтэй хэмээх ойлголтыг байнга мэдрүүлдэгт маш олон хүн дуртай байдаг аж. Энэ бол тэдний дотоод орон зайн хүмүүсийг татах үндсэн нөхцөл болдгийг харуулж байв. Тэд энэ орон зайд орж ирэх үедээ өөрийн үндэстний гэх зүйлийг соёлын орчны хувьд солих байдлыг илэрхийлдэг. Тэрчлэн үйлчлүүлэгчдийн олонх нь миний ажигласнаар залуучууд байдаг. Тэд орж ирээд идэхээс гадна хоорондоо удаан гэгч ярилцаж, гарахдаа хогоо хогийн саванд хийж, яг ёсоор нь үйлчлүүлдэг. Тэд энэ орон зайд маш ёсорхог үйлчлүүлдэг. Эргээд тэд үндэстний онцлогтой газар үйлчлүүлэхдээ мөн л үндэстний онцлогтой байдлаар нь үйлчлүүлдэг нь их анхаарал татам.

Олон талт байдалтай нийгмийн орон зай

Барууны соёлын бэлгэдэл, өөр улсыг дуурайх, таатай орчныг хүсэх гэх мэт олон зүйлээс шалтгаалаад Улаанбаатарын түргэн хоолны газрууд олон янзын хэрэглэгчийг өөртөө татаж чаджээ. Судалгаанаас харахад Америкт орлогын түвшин нэг их өндөр биш иргэд голдуу эдгээр газруудаар үйлчлүүлдэг бол,

² Улаанбаатар хотын иргэн, 21 настай Ч.О-тай 2022 оны 9 дүгээр сарын 26-нд хийсэн ярилцлага.

Улаанбаатарт голдуу залуучууд үйлчлүүлэх байдалтай байна. Үнийн хувьд ч Улаанбаатарын түргэн хоолны газрууд бусад улсуудынхтай харьцуулбал үнэтэй байдаг. Тийм учраас орлогын түвшин нэлээд өндөр иргэд очих нь мөн түгээмэл байна. Энэ байдал Улаанбаатарын кофе шопуудад ч ажиглагддаг. Олонх залуучууд үүнийг тав тухтай, романтик орчныг бүрдүүлдэг хэмээн ярьдаг. Өөрөөр хэлбэл, энэ бол тэдний хувийн эсвэл бүлгийн орон зайн газар болж байгааг байнга өгүүлж байлаа. Мөн бага насны хүүхдүүд их ирдэг. Гэхдээ голдуу тэд төрсөн өдөр зэрэг тэмдэглэлт өдрүүдээрээ аав ээжээ дагаж ирэх нь тогтмол ажиглагдаж байв.

3.5 Нийгмийн орон зайг шилжүүлэн хэрэглэх нь

Эцэст нь, миний уламжилж хэлэхийг хүсэж байгаа нэг зүйл бол Улаанбаатарын хэрэглэгчдийн хувьд яг үнэндээ Америк хэлбэрийн түргэн хоолны соёлын сүлжээний нийлүүлж буй зүйлийг хүлээж авсан юм биш. Америк хэлбэрийн түргэн хоолны маш олон зүйл монгол нутгийнх болж байна. Улаанбаатарын хэрэглэгчийн бодит байдал дээр хэрэглэж байгаа зүйл нь Монгол хэлбэрийн Америкийн түргэн хоол юм. Тэрчлэн миний судалгааны үед нэг анзаарагдсан зүйл бол, Улаанбаатарынхан түргэн хоолны газарт ойролцоогоор 25 минут орчим үйлчлүүлдэг бол, хамгийн удаандаа 50 орчим минут болдог. Энэ нь тэдэнд хурд чухал биш болохыг харуулж байна. Харин тухайн газрын орчин нь тэдэнд илүү баяр баясал, романтик орон зай, хөгжилдөх таатай орчныг бий болгодог байна. Эсвэл найз нөхдөрөө уулзах, баяр наадам тэмдэглэх орчин болдог юм.

3.6. Дүгнэлт: Хоолны газар, нийгмийн орон зай ба нийтийн хэрэглээ

Америкт түргэн хоолны сүлжээ нь өлссөн эсвэл “Бензин түгээгүүр” дээр тос нэмэх зуур зэргэлдээх газраас нь авах, эсвэл орлого багатай бүлгийн гэр бүлийн ресторан мэтээр хэрэглээний хувьд үнэлэгддэг. Иймээс худалдан авах чадвар болон болон “хурд”-тай холбосноороо Америкийн нийгэмд сүлжээ түргэн хоолны газрууд амжилтад хүрсэн. Гэвч энэ байдал Улаанбаатарт огт өөр байна. Энэ бол Америкт байдаг шиг хурдны эсвэл худалдан авах чадвартай, эсвэл ядуурлын түвшинтэй хамаатай зүйл огт биш. Харин чөлөөт цагаа өнгөрөөдөг, өөрийгөө мэдэрдэг, төрсөн өдөр зэрэг тэмдэглэлт өдрөө өнгөрөөдөг “чөлөөт” орон зай юм. Өөрөөр хэлбэл, тэд “Түргэн хоол” гэдгийн “түргэн” гэх утгыг хаячихжээ. Түргэн хоол гэдгийн утга агуулга нь Улаанбаатарт магадгүй “Түргэн үйлчилгээ” хэмээх утга санаагаар илэрч байна.

Барууны хэлбэрийн түргэн хоолны газарт хоол идэх гэдэг бол Улаанбаатарын олонх энгийн хэрэглэгчдэд нэгэн чухал нийгмийн хөдөлгөөн болдог. Харилцан адилгүй хүмүүс үйлчлүүлж, адил биш утгатай бүхий л үйл явц өрнөдөг газар хэмээн үзэж болно. Улаанбаатар дахь KFC, Burger King болон бусад түргэн хоолны сүлжээнүүд нь Америкийн эсвэл барууны соёл болон “Орчин үе” хэмээх ойлголтыг бэлгэдэж байгаа юм. Мөн Монголын нийгмийн “шатлан захирах дэгийг давсан” орон зай хэмээн үзэж болно. Тэд шинэ үнэт зүйлийн ойлголтыг төлөөлж, амьдрал дунд түүний үйлдлийн хэлбэр болдог. Олон янзын нийгмийн орон зайнаас ирсэн хүн энд орж ирж, нэгэн ширээнд сууж, зэрэг

дэв, насны ангиллыг үл анзаарч, өнгө мөнгө, танил нүүрийг үл бодон хооллодог. Үүний зэрэгцээ бүгд өөрийгөө тодорхойлох шинэ хэлбэрийг ч мөн эндээс олж байдаг. Жишээ нь, залуучууд өөрийнхөө тусгай, онцлог бүхий бүлгийн орон зайг олох, эцэг эхчүүд хүүхдүүдийнхээ баяр хөөр, аз жаргалыг мэдрэх гэх мэт. Харин эмэгтэйчүүд монгол хоолны ёсонд байдаг эрэгтэй, эмэгтэйгээс хамааран хүртэж болох эсэх, мөн яаж, юуг хүртэхтэй холбоотой олон ёсноос ангид байх байдлыг мэдэрдэг болов уу. Тиймээс түргэн хоол бол олон утга санаа, нийгмийн олон төрлийн орон зайг бүтээж байна гэсэн үг юм.

Дөрөвдүгээр бүлэг: Идээ ундаа ба эрүүл мэнд

Монголчуудын хоол хүнсний соёл эрт дээр үеэс үүсч хөгжсөн бөгөөд хоолыг эм мэтээр хэрэглэж ирсэн тухай эртний ном, судрууд дээр гардаг. Харь орны хүмүүс манай монголчуудыг махчин гэж ойлгодог боловч энэ нь яг үнэн хэрэгтээ малыг гаршуулан тэжээж, тэдгээрийг амьдрал ахуй, хоол хүнсэндээ хэрэглэж ирсэн түүх, малын түүхий эдийг боловсруулж ирсэн соёлтой холбоотой байх. Манай орны хувьд газарзүйн байршил, цаг уурын нөхцөл хооллолтын байдалд шууд нөлөөлдөг. Мөн ахуйн соёл, амьдралын хэв маяг, сэтгэл санаанд хүртэл шууд нөлөөлж байдаг (Dariush Mozaffarian, 2018); (Баабар, 2006 он). Хүн амын өсөлт, төрөлт, бие бялдрын хөгжил, дархлааг нэмэгдүүлэх, хөдөлмөрийн бүтээмжийг дээшлүүлэх, наслалтын хэмжээг уртасгах зэрэгт нөлөөлөх чухал хүчин зүйлд хоол тэжээлийн асуудал орно. Малыг гаралтай түүхий эдээс гадна монголчуудын ургамлын гаралтай хоол тэжээлийн хэрэглээ маш их онцлогтой.

Монголчууд улаагана, долоогоно, үрэл, мойл, үхрийн нүд, самар, чацаргана, мөөг, гогод, хөмөл зэрэг байгалийн жимс ногоог аль эртнээс түүн цуглуулж идээ ундааны нөхвөрөөр ашиглаж ирсэн боловч жимс, ургамлыг үндсээр нь ухааж малтахгүй, салаа мөчрийг нь хугалахгүй, боловсроогүй үед нь түүхгүй, бүгдийг нь дуустал авахгүй, мөөгний хүрээ эвдэхгүй зэрэг хатуу цээртэй байжээ. Монголчууд хоол ундаанд амт оруулдаг хольцыг халуун, ааглаг, исгэлэн, аагтай исгэлэн, чихэрлэг гэх мэтээр бүлэглэн авч үзэж хүнсний зэрлэг ургамлын тархац, боловсрох хугацаа, түүх, гэрийн нөхцөлд боловсруулах арга ухааныг сайн мэддэг байсан нь өдгөө бидэнд уламжлагдан үлджээ. Нөгөөтээгүүр монгол орны хүнсний зэрлэг ургамлын дотор махан бүтээгдэхүүн, таримал үр тариа, хүнсний ногоог орлуулах, химийн зарим найрлагаараа хүний биед үл орлогдох амин хүчил, ханаагүй тосны хүчлүүдээрээ давуу илч, тэжээллэг чанартай арвай, сульхир, суль гэх мэт шинжлэх ухаанд гүйцэт судлагдаагүй ургамал олон байгаа явдал гадаад дотоодын эрдэмтэн судлаачдын анхаарлыг зүй ёсоор татаж байна. Монголын ард түмэн цайг ихэвчлэн малын сүүгээр сүлж зарим нутагт шар тос, хужир, давс нэмж, аль болох тосорхог, тэжээллэг хийдгээрээ бусад үндэстний хэрэглэдэг цайны төрлөөс өвөрмөц ялгаатай, бөгөөд ингэж чанасан цай зөвхөн ундааны төдийгүй хоолны үүрэг гүйцэтгэх тал ч бий. Монголчуудын аяганы хийц гэж нэрлэдэг хоолны зүйл ч цайтай холбоотой.

Дээрхээс үзэхэд бидний өвөг дээдэс цаг ямагт эх байгальтайгаа хүйн холбоотой аж төрж амьд байгалийн анхдагч бүтээгдэхүүнээр хүнс хоолныхоо хэрэгцээг бүхэлд нь хангадаг байсан, нөгөөтээгүүр экологийн хүчин зүйл буюу эх газрын эрс тэс цаг уурын нөхцөлд хоол хүнсээ танин мэдэхүйн нарийн үндэстэй зохицуулж зун, намрын дэлгэр цагт цагаан идээ, өвөл, хаврын хахир цагт их илчлэг бүхий махан хүнс хэрэглэдэг байсан уламжлал өнөөг хүртэл хадгалагдан үлдсэн билээ (М.Оюунбилэг, 2014); (Г.Лхагваа, 2021).

4.1 Улирлын онцлогтой хоол:

Дээрх ангиллаас гадна хоол, хүнс, ундаагаа тухайн цаг улиралд нь тохируулан зохицуулж ирсэн жилийн дөрвөн улирал, өдрийн цаг, тухайн хүний

хүйс, нас, бие махбодын онцлог, бодисын солилцоо, энергийн хуримтлал зэргээс хамааран хоол ундныхаа төрөл зүйл, тэдгээрийн хэмжээг тохируулсаар иржээ. Газарзүйн байршлаас хамааран говийн буюу цөлөрхөг бүсэд хармаг, гоёо, сульхир зэрэг амтлаг ургамал; таана, хөмүүл зэрэг хүнсний ургамал зонхилдог. Хээрийн бүсэд агь, таана, хөмөл, мангир, сульхир, хар суль, зэрлэг буудай, алтайн сонгино, мэхээр (бүүргэнэ) зэрэг хүнсний ургамал; үхрийн нүд, хад, гүзээлзгэнэ, тошлой, нохойн хошуу, нэрс, чацаргана, өрөл зэрэг жимс зонхилон ургадаг. Хангайн бүсэд самар, мөөг, сонгино, халиар, мангир, мэхээр, хүнхээл, ямаахай, гоньд, хөмөл, цагаан төмс гэх мэт хүнсний ургамал; нэрс, үхрийн нүд, улаалзгана, нохойн хошуу, бөөрөлзгөнө, улаагана, хад, аньс, үрэл, долоогоно, тошлой, гүзээлзгэнэ, мойл зэрэг жимсээр арвин баялаг нөөцтэй юм. Монголчууд эрт дээр үеэс гурил, будааг орлуулан мойл, мэхээр, цагаан төмс, ямаахай, гоёо зэрэг ургамлыг сүүнд чанаж, өрөм шар тостой холих буюу мойл, мэхээртэй цагаан тос, ааруул, сүү, цагаан идээ бэлтгэж, өвөл хаврын жимс ногоо ховордсон бэрх улирлыг өвчин эмгэггүй, эрүүл энх давдаг байжээ.

Намар: Намаршиж, үрт болон үндэст ургамал жигдрэн боловсрох цагт ногоон идээ болох жимснүүд тухайлбал гүзээлзгэнэ, нэрс, мойл, хад, үхрийн нүд, тошлой, бөөрөлзгөнө, мөөг, самар, сонгино, мангир, сульхир боловсорч гүйцдэг. Эдгээрийг цагаан идээтэй хослуулан хоол хүнсэндээ тогтмол хэрэглэх нь эрүүл мэндэд ач тустай.

Өвөл: Өвлийн хатуу хахирган цагт тамир тэнхээг сэргээх, дотоод энергийг халуун дулаан байлгах үүднээс уураг, тэжээл ихтэй өөх тос бүхий нөөшилсөн махны төрлийн хүнсийг өргөн хэрэглэнэ. Өвөл цагт улаан буюу махан, шар буюу тослог идээт ааруул, аарц, эзгий, арвай, буудай, хөц будаа зэрэг цагаан, ногоон олон төрлийн идээтэй хослуулан чанар шим тэжээлийг нь тэгшитгэн, бие махбодод шимэгдэх зохицолдоог нь тохируулан хэрэглэсээр иржээ. Тухайлбал: адууны мах чанар, илч ихтэй, шингэхдээ хялбар учир идэр есийн хүйтний үед, хонины мах шим тэжээл илч чанар жигд тул намрын адаг, өвлийн эхэн, адаг саруудад түлхүү хэрэглэдэг байна.

Хавар: Хаврын улиралд шар тос, уураг, будаатай цай мэтийн хоол ундааг зохицуулан хэрэглэж, ялангуяа хаврын тарчиг цагт мах, өөх, тослогийн зүйл, өрөм, ааруул зэргийг түлхүү хэрэглэн аарцтай хар шөл, шар тосоор зуурсан арвайн гурил, саримстай хоол, хийцэлсэн цай, зөгийн бал тэргүүтнээр хооллон аажуу тайван явганаар явах, агаар салхинд зугаалахыг эрхэмлэн чухалд үзэж байжээ. Харин хаврын хавсарган цагт мал төхөөрөхийг цээрлэж, борц хярамцаг, үүц, шууз зэргийг хүнсэндээ хэрэглэж халуун зуны хөнгөн хоол хүнсэнд биеэ бэлтгэдэг. Монголчууд ямааны махыг сэрүүн чанартай гэж үздэг учир дулааны улиралд, эсвэл өвөл борцлон хатааж, хавар, зун зохистойгоор хэрэглэсээр ирсэн байна. Хавар засаа иддэг бөгөөд засааг идэхдээ хотоороо, саахалтаараа хүүхэд шуухадгүй бүгд идэх учир сүү нэмж, шар будаагаар арвижуулж, давсгүй чанаж идэцгээнэ. Сүүнд чанадаг нь өнгөрсөн жилийн махан хоолны төгсгөл болгон хааж, шинэ оны хоолны улирал уураг сүүгээр эхэлснийг зарлан тунхаглаж байгаа

зан үйл юм.

Зун: Зуны улиралд махан хүнснээс бүрэн татгалзаж, цагаан идээг голдуу хэрэглэнэ. Зун сүү, цагаан идээ, ундааны дэглэмд шилжиж, тараг, айраг, хоормог, цийдмээр хооллож ундаална. Гэхдээ арвай буудай зэрэгтэй хослуулдаг. Цагаан идээний энэхүү дэглэм нь зуны улирлын турш үргэлжилнэ. Хэрэв дулааны улиралд улаан идээ буюу махан, шар идээ буюу тослог идээг хэмжээнээс хэтрүүлэн хооллох аваас бие махбодод энерги хэрэгцээнээс илүүгээр хуримтлагдаж ямар нэгэн өвчин эмгэг олох шалтгаан болдог байна (Г.Лхагваа, 2021).

4.2 Хүн амын зохистой хооллолт

Эрүүл мэндэд шаардагдах бодисыг зохистой харьцаагаар агуулсан хоол хүнсийг хоногийн турш зөв хуваарилж хэрэглэхийг зохистой хооллолт гэнэ.

Аливаа улс үндэстний хоол а хүнсний зүйлээ бэлтгэж боловсруулах арга ухаан нь тухайн үндэстэн, ястны соёл, аж төрөх ёс, зан заншил, байгаль, цаг уур, мал, амьтан, газрын баялаг, эдийн засаг зэрэгтэй салшгүй холбоотой бөгөөд түүхийн он жилүүдийн туршид нийгмийн хөгжил, хүмүүсийн хэрэглээг даган шинээр бүрэлдэхийн зэрэгцээ өмнөх үеэсээ хойч үедээ уламжлагдан үлдэж цаашид боловсронгуй болж хөгждөг зүй тогтолтой билээ. Монгол уламжлалт хоолны дэглэм бол амьтны гаралтай бүтээгдэхүүн тэр дундаа цагаан идээгээр баялаг хоолны дэглэм юм. Мөн боловсруулахдаа байгальд ээлтэй аливаа хүнсний зүйлийн унаган шинж чанарыг алдагдуулахгүйгээр үүцлэх, утах, борцлох, байгалийн аргаар хатаах зэрэг аргыг ашиглаж ирсэн байдаг. Гэвч энэ соёлоосоо улам холдож мартаж эхэлж байгаа бөгөөд хооллох хэв маяг нь илүү барууны дэглэм рүү ойртож байна. Барууны гэдэг нь одоогоор дэлхий нийтээрээ хамгийн ихээр ашиглаж байгаа хоолны дэглэм болоод байна. Барууны хэв маягийн хоол хүнс нь хэт их илчлэгтэй, тэжээллэг чанар багатай, огцом боловсруулалтын аргыг ашигласан байдаг (С.Отгонпүрэв, 2021). Хүмүүс хооллолтын уламжлалт хэв маягаас эрүүл бус хоол, хүнсний хэрэглээнд шилжихийн зэрэгцээ, өдөр тутмын идэвхтэй хөдөлгөөнтэй байдлаас гар утас, компьютер, зурагтын өмнө сууж өнгөрөөх хугацаа уртсаж, илүүдэл жинтэй болох эрсдэл нь нэмэгдсээр байна. Илүүдэл жин ба таргалалт нь хоол тэжээлийн илүүдлийн илрэл бөгөөд хүний биед шаардлагатай хэмжээнээс илүүдсэн илчлэг нь өөхөн эд болон хуримтлагдах эмгэг юм.

4.3 Хоол хүнсний хуваарилалт ба тохиромжтой харьцаа

Зохистой хоол хүнс нь өдөр тутмын хэрэгцээт илчлэгийг хангах, тэжээллэг чанартай, зохистой харьцаатай, тохиромжтой, хүнсний эрүүл ахуйн аюулгүй байдлыг хангасан байх шаардлагатай байдаг.

Хоол судлалын төвөөс 1981, 1997, 2008, 2017 онуудад Монгол хүний шимт бодисын хэрэглээний зохистой хэм хэмжээний талаарх зөвлөмжийг боловсруулсан. Монгол улсын Эрүүл мэндийн сайдын 2017 оны А/174 тоот тушаалын хавсралтад Монгол хүний бие махбодод тохирсон “Хоногийн хоол

хүнсээр авбал зохих илчлэг, шим тэжээлийн хэрэгцээ”-г тогтоосон байдаг. Жишсэн дундаж эрэгтэй хүний хувьд 2008 оныхтой харьцуулахад уураг 4 г-аар багасаж 90г, үүнээс амьтны гаралтай болон ургамлын гаралтай уургийн харьцаа 60:40 байсан нь орчин үед 50:50-ийн харьцаатай болж өөрчлөгдсөн. Өөх тос 69 г-аас 67г болсон бөгөөд үүнээс амьтны болон ургамлын гаралтай тосны харьцаа 42:58 хэвээрээ, нүүрс ус 375г-аас 360г болсон ба нийлмэл:энгийн нүүрс усны харьцаа 83:17 байснаас 90:10-ийн харьцаатай болсон. Нийт илчлэгийн хэмжээ 2500 ккал байснаа 2400 ккал болсон (А/174 тоот тушаал, 2017 он); (Монголын.н.т, 1990). Орчин үеийн зөв хооллолтын онолоор насанд хүрсэн хүн хоногт 3 юмуу 4 удаа хооллох нь зохистой гэж үздэг. Хэрэв ингэж чадвал өглөө 20-25%, өдөрт 35-40%, оройд 30-35% -ийг хэрэглэхээр нэг өдрийн хоол хүнсээ хуваарилах нь зөв (К.С.Петровский, 1982); (Батсүх Ц., 2004). Үүнээс 17% нь мах махан бүтээгдэхүүн, 10% нь сүү сүүн бүтээгдэхүүн, 10% жимс жимсгэнэ, 23% хүнсний ногоо, 40% гурилан бүтээгдэхүүн, үр тариа, буурцагт ургамал (шош, вандуй, эрдэнэ шиш, арвай гэх мэт) эзэлж байхаар тохируулах ба аль болох олон нэр төрлийн хүнснээс зохистой хэмжээгээр хэрэглэх хэрэгтэй (А/174 тоот тушаал, 2017 он). Хоногт авах илчлэгийн 60%-ийг өдрийн хагасаас өмнө буюу 15:30 цагаас өмнө авбал зохино. Хоол идэх тохиромжтой цагууд гэж байх бөгөөд өглөө боссоны дараа 30 минутын дотор өглөөний цайгаа ууж сурах хэрэгтэй. Өглөөний хоолыг 07:00-08:00 цагийн хооронд идвэл тохиромжтой. Өглөөний цай нь хэтэрхий их биш, чанар сайтай, шинэхэн, ихэвчлэн уураг, ногоо, үр жимснээс бүрдвэл сайн. Өдрийн хоолыг 12:30-14:00 цагийн хооронд идэх нь тохиромжтой бөгөөд 16.00 цагаас хойш идэх хэрэггүй. Учир нь биеийн бодисын солилцооны эрчим удааширсан байдагтай холбоотой. Оройн хоолыг 18:00-21:00 цагийн хооронд идэх нь тохиромжтой бөгөөд 22.00 цагаас хойш идэхгүй, унтахаас 3 цагийн өмнө хоолоо идсэн байвал тохиромжтой. Хоол хооронд 4 цаг байх ба энэ зай нь идсэн хоол бүрэн шимэгдэж дуусах хугацаа юм. Жишээ нь үхрийн мах 4-5 цагийн дараа, тахиа, гахайн мах 2 цаг, амттан, хөнгөн зууш нь 0.5-1 цагийн дараа бүрэн шимэгдэж дуусдаг. Хоол ундыг тогтмол цагт хэрэглэх нь хоол боловсруулах эрхтэн тогтолцооны хэвийн ажиллагааг дэмжих, ходоод гэдэсний шүүрлийг сайжруулах, шингэц сайтай хоолыг гүйцэт боловсруулах, эрхтэн тогтолцоог жигд ажиллагаатай байхад тусална. Орой унтахаас 1-2 цагийн өмнө хөнгөн зууш идэж болох бөгөөд энэ нь хоногийн хоолны 5-8% илчийг эзэлж байхад тохиромжтой (М.Оюунбилэг, 2014).

Монголчууд эрт дээр үеэс зөв, эрүүл хооллолтыг эрхэмлэдэг байсан. Жишээ нь монгол ардын зүйр цэцэн үгэнд “Гэм хийсэн гэдэс биш, гэнэт олдсон хоол биш”, “Хоёр идэхээ байя, хоосон хонохоо байя”, “Гэнэт идвэл гэдсэнд цөвтэй, гэнэт баяжвал насанд цөвтэй” хэмээсэн нь монголчууд хоолны нарийн дэгтэй байсныг тэмдэглэсэн байдаг (Г.Цэрэнжигмэд, 2006). Энэхүү зүйр цэцэн үг нь хоолыг хэтрүүлж идэх, хэтэрхий олон төрлийн хоол идэх, тодорхой цаг баримтлахгүй ойр ойр идэхгүй байхыг сануулсан зөвлөмж юм.

Ямар ч хоол ундыг яаралгүй тайван, сайтар зажилж идэх нь яарч муу зажилж идсэн хоолноос 15-20%-аар илүү шингэцтэй байдаг. Хоол идэж байх

үедээ бүх анхаарлаа хоолондоо төвлөрүүлж, сэтгэл санааны байдал тайван байх нь хоолны шингээцэд бас сайнаар нөлөөлнө (С.Отгонпүрэв, 2021). Хоол, хүнсийг сайн зажилж, тайван, удаан идэх нь цатгалан мэдрэмжийг төрүүлэх; илчлэгээ хянах (бага хэмжээгээр хооллох); усны шимэгдэл нэмэгдэх зэрэг ач холбогдолтой. Тайван баяр баясгалантай хооллох, унтахын өмнө буюу хэт орой хооллохоос зайлсхийх, хоолыг сайтар зажилж идэх, хоол идэх үедээ зөв байрлалтай суух талаар монголчууд нарийн дэгтэй байсныг “Яаравч явж иддэггүй, жаргавч хэвтэж иддэггүй” гэх буюу “Зажилж идвэл хоол болно, залгиж идвэл хор болно”, “Шүдээ байхад нь зажил нүдээ байхад нь гамна” гэсэн зүйр цэцэн үг бүхнийг гэрчилж байна. Өдөр бүр хангалттай шингэн хэрэглэхийг “Хоолгүй хоног даана, цайгүй цаг даахгүй”, “Цай шингэн ч сайн идээ” гэсэн онч мэргэн үгээр илэрхийлсэн байдаг (Октябрь.Ж, 2015).

Хэрэглэж буй хоол унд нь хэт халуун эсвэл хэт хүйтэн биш, халуун хоол цай нь 60⁰С орчим, хүйтэн хоол 9-12⁰С орчим байх шаардлагатай. Хоол идсэний дараа 30-40 мин болоод оюуны хөдөлмөр, 40-60 мин болоод биеийн хүчний хөдөлмөрийг хийх ба 2-3 цаг болсны дараа спорт, биеийн тамираар хичээллэвэл зохино. х344-350

Хоногийн хоол хүнсээ зөв хуваарилах нь их чухал. Хүнсээ тэнцвэртэй хэрэглэх гэдэг нь хоногтоо гол таван бүлэг хүнсний бүтээгдэхүүн, тэдгээрийн дэд бүлэг бүрээс хэрэглэхийг хэлнэ (А/215 тоот тушаал, 2020 он). Хүнд эрүүл мэндээ хамгаалахын тулд 13 амин дэм, 16 эрдэс бодис, тос, нүүрс ус, уураг, нэлээд хэмжээний ус хэрэгтэй. Бид хоолондоо төрөл бүрийн хүнсийг зохистой хэмжээгээр хэрэглэвэл биеэ эрүүл чийрэг байлгах тэжээлийн бодисуудаар тэнцвэртэй хангагдах болно. Хүн өдөр бүр нэг төрлийн хоолоор хоолловол олон тэжээлийн бодис дутаж өлсгөлөн амьдрах болно. Хүн байнга цадталаа хооллолоо ч тэжээлийн бодисуудаар дутуу хоолловол тэр нь бас л нэг хэд хэдэн бодисын өлсгөлөн, зарим бодисын илүүдэлд хүргэнэ.

Шингэний хэрэглээ: Шингэн зүйлийг хоолноос өмнө хэрэглэж сурах хэрэгтэй. Шөлтэй хоолоо эхэлж идээд, дараа өтгөн, хуурай хоолоо идэх; мөн хоолны дараа чихэрлэг болон хүйтэн зүйл хэрэглэхгүй байх нь зөв. Шингэний хэрэгцээ нь биеэс гадагшилж байгаа усны хэмжээ болон бодисын солилцоонд оролцож байгаа устай холбоотой. Хүний биеийн 60-70% ус байдаг. Насанд хүрсэн хүнд 1 кг дугамд 40 мл ус шаардлагатай байдаг (CDC, 2022).

Хүнд унднаас өдөрт 1-1.5 л ус, хоол хүнснээс 1-1.5 л ус, хүний биед 100 г нүүрс ус задрахад 55 мл ус, 100 г уураг задрахад 41 мл ус, 1000 г өөх задрахад 107 мл ус, эдийн исэлдэлтээс 0.4 л ус тус тус үүсдэг. Харин шээсээр 1.2-1.5 л ус, арьсаар хөлс байдалтайгаар 0.5-1 л ус, амьсгалаар 0.25-0.35 л ус, өтгөнөөр 0.05-0.2 л ус тус тус ялгарч байдаг (М.Оюунбилэг, 2014).

Өглөөний хоол цай

Өглөө, өдөр, оройн хоолнуудаас монголчуудын хамгийн их алгасдаг, идэж хэвшээгүй хоол бол өглөөний хоол юм. Өглөө нийт илчлэгийн 20-25%-ийг авна

гэдэг нь насанд хүрсэн хүн болон хүүхдийн хувьд ижил хуваарилалт юм. Хоногт авах нийт хоол хүнсний $\frac{1}{4}$ эзэлж байна. Жишээ нь нэг жижиг аяга овъёос 100 калори илчлэг, дунд зэргийн нэг зүсэм цагаан талх 100 калори, 1 аяга банштай цай 200 калори илчлэг агуулдаг. Хэрэв өглөөний хоолны эзлэх хувь 20% гэвэл энэ нь 400 калоритой тэнцэнэ. Өглөөний цай бол шөнийн турш бодисын үндсэн солилцоонд зарцуулагдсан энергийг нөхөх, өдрийн хоол хүртэлх илчлэгийг нөхөх, тархины үйл ажиллагааг хэвийн байлгах, биед хуримтлагдсан өөх болон булчингийн массыг хэрэглэхээс сэргийлэх зүйл юм. Өглөөний хоол бол таны биеийг 12 цаг орчим амарсны дараа хооллож буй өдрийн эхний хоол байдаг. Өглөөний цайгаа алгасдаг эрчүүд өглөөний цайгаа уудаг хүмүүстэй харьцуулахад зүрхний шигдээс тусах магадлал 27%-иар илүү байдаг. Өглөөний цайгаа огт уудаггүй хүмүүс цусны даралт ихсэх өвчинд өртөх, цус харвалт болох эрсдэлтэй. Мөн өглөөний цайгаа алгасдаг хүмүүс өдрийн хоол болон оройн хоолны үеэр илүү их калори, ханасан өөх тос, энгийн сахар хэрэглэдэг. Учир нь өглөө цайгаа уугаагүй хүмүүс амттай зүйлд илүү их татагддаг. Тиймээс жин нэмэхэд нөлөөлдөг гэсэн үг (М.Оюунбилэг, 2014).

Өсвөр насны хүүхдүүдийн дунд хийсэн судалгаа байдаг. Өсвөр насныхан өсөж томрох тусам хоолоо алгасах тохиолдол нэмэгддэг. Өглөөний цай бол хамгийн их алгасдаг хоол юм. Өсвөр насныхны 21% нь өдөр бүр өглөөний цай уудаг, 64% нь зурагтын өмнө гэр бүлээрээ хооллодог, түргэн хоол 7 хоногт 1-2 удаа иддэг гэж хариулсан (Brown, 2011).

Харин гэр бүлийнхэнтэйгээ оройн хоол идсэн хүүхдүүдийн шим тэжээлийн хэрэглээ ихэссэнээс гадна эслэг, кальци, флот, төмөр, витамин В6, В12, С, Е зэрэг шим тэжээлт бодисуудын хэрэглээ өндөр гарсан. Мөн эдгээр хүүхдүүд илүү их жимс ногоо сонгон идэж, гэрээсээ хол байх үедээ шарсан хоол бага иддэг, ундаа бага хэрэглэдэг гэсэн судалгаа байдаг. Өөр нэг туршилтаар 12-15 насны өсвөр насныхныг хамруулсан судалгааг явуулсан (Brown, 2011); (М.Оюунбилэг, 2014). Нэг хэсэг нь өглөөний цай уугаагүй, нөгөө хэсэг нь уусан. Өглөөний цай уугаагүй хүүхдүүдийн харааны хайлтын тестийн үр дүнд саад болж байсан. Тиймээс өглөөний цай ух нь танин мэдэхүйн үйл ажиллагааг сайжруулдаг болох нь тогтоогдсон. Мөн тусгай хэрэгцээт сургуулийн сурагчдын судалгаагаар хүүхдэд өглөөний цай болон үдийн хоолыг тогтмол өгөхөд IQ оноо 8 хувиар өсөж, оюуны хурд 0.5 хувь, ой тогтоолт 2.3 хувиар нэмэгдсэн зэрэг эерэг үзүүлэлт гарсан.

Их Британийн судалгааны баг бүтэн өдрийн турш мацаг барьсан 144 эрүүл хүн дээр судалгаа хийжээ. Бүлэг гурав хуваагдсан. Нэг бүлэгт эрүүл, дунд зэргийн өглөөний цай, хоёрдугаар бүлэгт зөвхөн кофе, гурав дахь бүлэгт өглөөний цай өгсөнгүй. Дараа нь бүлгүүдийг хэдэн цагийн турш ажиглав. Судалгаанаас үзэхэд өглөөний цай уугаагүй хүмүүсийн ой санамж хамгийн муу, ядаргааны түвшин хамгийн өндөр байгааг харуулжээ. Бусад хоёр бүлгийн хооронд мэдэгдэхүйц ялгаа байгаагүй. Харвардын Их Сургуулийн Нийгмийн Эрүүл Мэндийн Сургуулийн судлаачдын зургаан жил орчим явуулсан судалгаанд 46289 эмэгтэй оролцсон байна. Судалгааны үр дүнд өглөөний цайгаа уудаггүй

эмэгтэйчүүд өглөөний цайгаа уудаг эмэгтэйчүүдтэй харьцуулахад 2-р хэлбэрийн чихрийн шижин өвчнөөр өвчлөх магадлал 54%-аар нэмэгдсэн. Өглөөний цайгаа алгасах нь хоол идсэний дараах сахрын хэмжээг ихэсгэхэд хүргэдэг (Г.Цэрэнжигмэд, 2006). Хоол хүнс бол харилцааны нэг хэлбэр юм. Хоол бэлтгэж байхад, хоол хийж байхад, хоолоо идэх үед хүмүүс хоорондын харилцаа үүсэж байдаг. Америкийн нэгэн судалгаанд оролцогчдын 9-14 насны хүүхдүүдийн дунд хийсэн судалгаагаар гэр бүлүүд хамтдаа оройн хоол иддэг болон хүүхдийн хоолны ерөнхий чанар хоёрын хооронд эерэг хамаарал байгааг тогтоожээ. Гэр бүлийнхэнтэйгээ оройн хоол идсэн хүүхдүүдийн эрчим хүчний хэрэглээ ихэссэнээс гадна эслэг, кальци, флот, төмөр, витамин В₆, В₁₂, С, Е зэрэг шим тэжээлт бодисуудын хэрэглээ өндөр байжээ. Мөн эдгээр хүүхдүүд илүү их жимс ногоо идэж, гэрээсээ хол байх үедээ шарсан хоол бага иддэг, ундаа бага хэрэглэдэг гэж мэдээлсэн байна (central, 2022)

Гэр бүлийн хоолны ийм соёл нь тухайн хүний төлөвшил, хоолны сонголтод хүртэл нөлөөлдөг.

“Ерөнхий боловсролын сургуулийн сурагчдын дунд явуулсан судалгаагаар хүүхдүүдийн 16.8 хувь нь өглөөний цай тогтмол уудаг бол 41.7 хувь нь огт уудаггүй байна. Харин 26.1 нэг хувь нь хааяа уудаг нь бол 12.5 хувь нь өглөөний цай байдаггүй хэмээн хариулсан. Нийт хүүхдүүдийн олонх нь өглөөний цай уудаггүй тул хүүхдийн анхаарал сул байхаас гадна ой тогтоолт, эрүүл мэнд, хөгжилд сөргөөр нөлөөлдөг. Тиймээс “Үдийн цай”-г “Үдийн хоол” болгосноор боловсролын чанарт ч ахиц гарна гэж харж байгаа” (Brown, 2011).

Өргөжин хөгжиж буй ертөнцөд хүүхдүүд хэвлэл мэдээллийн нөлөөнд их автдаг. Хүүхдүүд зурагтаар сурталчилсан хүнс амтлахыг хүсдэг. Нэгэн судалгаагаар бямба гарагийн өглөөний телевизийн нэвтрүүлгийн үеэр цацагдсан сурталчилгаанд дүн шинжилгээ хийж үзэхэд нийт зар сурталчилгааны 49% нь хүнсний зар сурталчилгаа байсан байна. Эдгээр хүнсний зар сурталчилгааны 91% нь өөх тос, натри, элсэн чихэр ихтэй эсвэл шим тэжээл багатай хоол хүнс, ундааны тухай байсан (А.Эрхэмбаяр, 2022)

4.4 Дүгнэлт: Эрүүл амьдралын хэвшил

Таргалах процессыг нэмэгдүүлэхэд онцгой нөлөөтэй зүйл бол хааяа гэнэт идэх, хооллосны дараа удаан унтах, орой унтахын өмнөхөн хооллох зэргээс гадна үе үе гэнэт их хоол идэх нь судас хатуурах, жинг нэмэгдүүлэхэд их нөлөөлдөг.

Мөн шингэн зүйлийг хоолны дараа шууд хэрэглэх нь ходоодны хүчиллэг шүүсийг угаах, 12 нугалаа гэдэсний салст бүрхэвчийн үрэвсэл үүсгэх, улмаар бамбай булчирхай, бөөрний дээд булчирхайн бүрхүүл гэмтэж, нойр булчирхайн инсулины ялгаралт, харааны төвгөр гэмтэх, таргалах, биеийн хэм буурах, цусны ферментийн найрлага өөрчлөгдөх, эдийн солилцоо алдагдах, ходоод гэдэсний хөдөлгөөн муудах зэрэг маш олон сөрөг нөлөөтэй. Тиймээс шөлтэй хоолоо эхэлж идээд, дараа нь өтгөн, хуурай хоолоо идэх хэрэгтэй. Хоолны дараа чихэрлэг зүйл, хүйтэн зайрмаг хэрэглэвэл ходоодонд спирт үүс ч ходоодны дотор ханыг гэмтээж

үрэвсэл үүсгэж улмаар ходоодны шарх болж, хоолны шингэц муудахад хүргэнэ. Уургийн агууламж ихтэй хүнсийг цардуул ихтэй хүнстэй хольж хэрэглэвэл биед хорт нэгдэл үүсэж элэг бохирддог (Октябрь.Ж, 2015). Дутуу зажлагдсан, шүлсээр гүйцэт дэвтээгдээгүй хоол хүнсний зүйл химийн хувьд бага өөрчлөгдсөн байх бөгөөд энэ нь ходоодонд шингэхдээ муу байдаг. Чанасан хоол хүнс өөрөө боловсрох чадвар муутай тул ходоодонд удаан хугацаагаар хадгалагдах ба үүнээс болж ходоодны шүүрлийн ажиллагаа хэт ачаалалд орсноор хоолны шингэц саарч ходоодны хүчил багасдаг. Буруу хослуулан хэрэглэсэн хоол хүнс ялзрамтгай бичил орчин үүсгэж, үүний үр дүнд үүссэн нэгдэл цусанд шимэгдэн орсноор биеийг хордуулан, өтгөн хаталт үүсгэдэг.

Эрүүл сонголт байхгүй үед хүмүүс илчлэг ихтэй, тэжээллэг чанар багатай хоол хүнс хэрэглэхээр шийддэг. Мөн орлого багатай үед хүмүүс амархан цадах, их хэмжээтэй хоол хүнсийг сонгодог. Нийгмийн стресс, хямрал, ажлын ачаалал зэрэг нь буруу сонголт хийхэд нөлөөлдөг (CDC, 2022).

Тавдугаар бүлэг: БНХАУ-ын ӨМӨЗО-ны өрхийн хүнсний хэрэглээ, түүний орон зайн ялгаатай байдал

Хүнсний аюулгүй байдал нь нийгэм, эдийн засгийн хөгжилд чухал ач холбогдолтой бөгөөд үндэсний хөгжлийн стратегийн чухал үндэс юм. Нийгэм, эдийн засгийн хөгжил, хүн амын өсөлт нь хүнсний хэрэглээний чиг хандлагыг төрөлжүүлэн хөгжүүлэхэд хүргэжээ (1). Хүнсний аюулгүй байдал нь мөн НҮБ-ын 2015 оны Ерөнхий Ассамблейгаас баталсан Тогтвортой хөгжлийн 17 зорилтын (ТХЗ) гол бүрэлдэхүүн хэсэг бөгөөд хүнсний хэрэглээ, шим тэжээл нь SDG 2 (тэг өлсгөлөн) болон SDG 12 (хариуцлагатай хэрэглээ, үйлдвэрлэл)-той шууд холбоотой. Гэсэн хэдий ч COVID-19 цар тахал дэлхийн хүнсний аюулгүй байдлыг алдагдуулж байна. Иймээс дэлхийн хэмжээнд улс орнууд үндэсний хүнсний системд найдах асуудалд улам их санаа зовж байна. Хятадын засгийн газрын нэгэн адил олон улс орон үндэсний хүнсний аюулгүй байдлын асуудалд анхаарлаа хандуулж, бодлогын зорилгоо хандуулж байна. Тиймээс оршин суугчдын хүнсний хэрэглээ, хоол тэжээлийн бүтэц нь хүнсний систем, хүнсний аюулгүй байдалд нөлөөлнө. Хүнсний хэрэглээ нь экосистем, нийгэм эдийн засгийн тогтолцооны судалгаанд хамаатай байдаг. Түүнчлэн нийгэм, эдийн засгийн хөгжлийн янз бүрийн бүтээн байгуулалтууд нь бүс нутгийн өөр өөр хүнсний хэрэглээ, хоол тэжээлийн хэв маягийг өөр өөрөөр өөрчлөх бөгөөд ийм өөрчлөлт нь хэрэглэгчдийн бие махбодын болон сэтгэцийн эрүүл мэндэд нөлөөлөхийн зэрэгцээ орон нутгийн экосистем, уур амьсгалын өөрчлөлтийн нөхцөл байдалд ч бас нөлөөлнө.

Төрөл бүрийн экосистемийн төрлүүдийн дунд бэлчээрийн газар онцгой эмзэг байдаг. Жишээлбэл, Хүний зохисгүй үйл ажиллагаа (бэлчээрийн даац хэтрүүлэх, хэт нөхөн сэргээлт гэх мэт) нь орон нутгийн экосистемд сөргөөр нөлөөлж, гарсан үр дагаврууд нь эргэлт буцалтгүй байх эсвэл нөхөн сэргээхэд ихээхэн зардал шаардана. Түүгээр ч барахгүй, бэлчээрт амьдардаг хүмүүс нутаг, бэлчээртээ ихээхэн найдсан хандлагатай байх нь бий. Тиймээс тэдний амьжиргаа болон орон нутгийн орчин нь салшгүй холбоотой байдаг. Гэвч бэлчээрийн экосистемээс хангадаг хоол хүнс нь хүчтэй шуурга, COVID-19 цар тахал зэрэг хямралын үед хязгаарлагдаж, улмаар үйлдвэрлэж болох хүнсний нөөц улам хязгаарлагдмал болсоор байна. Эдгээр нь Хятадын бэлчээрийн бүс нутаг, ялангуяа Өвөр Монголын хамгийн том бэлчээрийн бүс болох мал малладаг газруудад үүсэж байгаа том бэрхшээл билээ.

Өвөр Монголд хийсэн хүнсний хэрэглээний судалгаа нь хүнсний хэрэглээний эрэлт хэрэгцээ, хангамж, орон нутгийн хүнсний бүтээмж, орон нутгийн тогтвортой байдалд голчлон анхаарсаар ирсэн байдаг. Орон нутгийн буюу хөдөөгийн оршин суугчид нүүдлийн аж ахуйгаас суурин эсвэл хашаатай мал аж ахуйд (жишээ нь, бэлчээрийн мал бэлчээх) шилжсэнээр хүнсний хэрэглээний арга барил, нутгийн иргэдийн хоол тэжээлийн бүтэц ихээхэн өөрчлөгджээ. Хэрэглээний хэв маягт ажиглагдсан гол өөрчлөлт нь ургамлын гаралтай хүнсний эх үүсвэрээс амьтны гаралтай хүнсний эх үүсвэр болсонд оршдог. Хэдийгээр энэ нь орон нутгийн хүнсний хэрэглээг тодорхой хэмжээгээр

олон янз байдалд хүргэсэн ч малын гаралтай хүнсний бүтээгдэхүүнийг хэтрүүлэн хэрэглэхэд хүргэж, улмаар эрүүл мэндийн асуудал үүсэхэд хүргэсэн байна.

Хэдийгээр бэлчээрийн экологийн нөхөн олговрын бодлого хэрэгжиж байгаа ч Хятадын хөдөө тосгоны иргэд, ялангуяа Өвөр Монголын хөдөөгийн иргэдийн амьжиргаанд өөр олон сорилт тулгарч байна. Бэлчээрийн хүнсний хэрэглээнд үзүүлэх нөлөө нь нарийн төвөгтэй байдаг. Энэ нарийн төвөгтэй байдал дээр нэмж хэлэхэд, Өвөр монголын бэлчээрийн нутаг нь зүүнээс баруун тийшээ орон зайн хувьд ялгаатай бөгөөд ургамлын орон зайн болон цаг хугацааны тархалтыг ойлгох нь түүний уур амьсгалд үзүүлэх нөлөөллийг үнэлэх шинжлэх ухааны үндэслэл болж, харилцааны экосистемийн дасан зохицох менежментийн стратегийг боловсруулахад чиглэсэн шийдвэр гаргахад дэмжлэг болж болно. Сүүлийн жилүүдэд Өвөр Монголын хүнсний хэрэглээний хэв маягийн өөрчлөлтийн талаар судалгаа хийж байгаа ч бүс нутгийн ялгаатай байдлын үүднээс хүнсний хэрэглээний судалгаа харьцангуй цөөхөн байгаа бөгөөд хүнсний хэрэглээний хүчин зүйлсийг судлахад ойрын болон урт хугацааны дүн шинжилгээ хийх шаардлагатай байна. Энэхүү судалгаа нь ӨМӨЗО-ы бэлчээрийн бүсүүдийн хүнсний хэрэглээний онцлог шинж чанар, хоол тэжээлийн хэв маягт дүн шинжилгээ хийж, судалгааны цоорхойг нөхөх зорилготой юм. Энэхүү судалгааны ажилд бид Хөлөн Буйр, Шилийн гол, Ордос хотыг судлахдаа ердийн нуга хээр, ердийн тал хээр, цөлөрхөг хээрийн эко бүс нутгийг төлөөлсөн судалгааны газруудыг сонголоо. Энэхүү судалгаа нь гурван зорилготой бөгөөд *нэгд*, эдгээр гурван бэлчээрийн бүсэд оршин суудаг өрхийн оршин суугчдын хүнсний хэрэглээний хэв маяг, хоол тэжээлийн бүтцэд дүн шинжилгээ хийх; *хоёрт*, эдгээр гурван өөр төрлийн бэлчээрийн газар ашиглалтын хүрээнд орон зай, цаг хугацааны шинж чанарын өөрчлөлтийг илрүүлэх; *гуравт*, орон нутгийн оршин суугчдын хүнсний хэрэглээний драйверуудыг орон зайн үүднээс судлах юм. Судалгаагаараа Өвөр Монголын бэлчээрийн бүс нутагт хүнсний хэрэглээний бүтцийн онцлог, улмаар үзүүлэх нөлөөллийн талаарх ойлголтыг нэмэгдүүлэх зорилготой юм. Энэ нь бүс нутгийн нөөц ба байгаль орчны тогтвортой хөгжлийг хэрэгжүүлэхийн зэрэгцээ хүнсний системд найдах чадвараа бэхжүүлэх шинжлэх ухааны лавлагаа болгоход оршино.

5.1 Судалгааны бүс

Өвөр Монгол нь Хятадын хойд хэсэгт оршдог. Энэ нь Хятадын сэрүүн бүсийн бэлчээрийн голчлон тархсан Монголын тэгш өндөрлөгт хамаардаг. ӨМӨЗО-ы нийт нутаг дэвсгэр нь 1.2×10^6 км² бөгөөд Хятадын засаг захиргааны 3 дахь том бүс (өөрөөр хэлбэл Өөртөө засах орон) гэж хэлж болох юм. Өвөр Монгол нь эх газрын сэрүүн уур амьсгалын нөлөөн дор байдаг бөгөөд бага, жигд бус хур тунадас ордог, мөн температурын огцом өөрчлөлттэй байдаг. Жилийн хур тунадас 50-500 мм, ууршилт нь 1000-3000 мм хооронд хэлбэлздэг. Өвлийн улирал урт бөгөөд хүйтэн, сарын дундаж температур 1 дүгээр сард 10-32°C байна. Зуны улирал нь дулаан, богино бөгөөд сарын дундаж температур 7 дугаар сард 16-27°C хооронд хэлбэлздэг. Тус бүс нутаг нь есөн хот, гурван аймгаас бүрддэг (Аймаг нь Өвөр Монголын хотын түвшний засаг захиргааны хэлтэс гэж тодорхойлогддог).

2019 оны эцсийн байдлаар тус бүс нутагт бүртгэгдсэн нийт хүн ам 2.5×10^7 , үүний 36.6 хувийг хөдөөгийн иргэд эзэлж байна. Хүн амын 76.9% нь хан үндэстэн, 19.2% нь монгол үндэстэн юм. 2019 оны байдлаар оршин суугчдын нэг хүнд ногдох мөнгөн орлого 30555 юань, үүнээс хотын оршин суугчдын нэг хүнд ногдох орлого 40782 юань, хөдөөгийнх 15283 юань байна. ДНБ 1.7×10^{13} юань, нэг хүнд ногдох ДНБ 2019 онд 67,852 юань байв.

Бүс нутгийн уур амьсгал нь бүсчилсэн байдлаар тархсан бөгөөд хуурай, хагас хуурай эх газрын уур амьсгалын хүчтэй нөлөөтэй, бэлчээрийн газар ашиглалтын зонхилох төрөл юм. Энэ бүс нутагт жилийн дундаж температур 5-10 хэмийн хооронд хэлбэлздэг. Нэмж дурдахад энэ бүс нутаг нь нуга хээр, ердийн хээр, цөлөрхөг хээр гэсэн гурван үндсэн бэлчээрийн төрлөөс бүрддэг. Судалгаа явуулах гурван газраас Хөлөн Буйр нь хамгийн том газар нутагтай (2.5×10^5 км²) бүс нутгийн зүүн хойд хэсэгт байрладаг. Шилийн гол нь 2.0×10^5 км² газар нутагтай, төв хэсэгт байрладаг. Ордос нь тус бүс нутгийн баруун өмнөд хэсэгт оршдог бөгөөд хамгийн жижиг газар нутагтай (8.7×10^4 км²), Алшаагийн өндөрлөгийн хагас цөлийн ойролцоо байрладаг.

Энэхүү судалгаанд төрөл бүрийн судалгааны эх сурвалж, мэдээг ашигласан бөгөөд үүнд судалгааны сонгосон газруудын өрхийн оршин суугчдын хүнсний хэрэглээний статистик мэдээлэл, Хятадын оршин суугчдын хоол тэжээлийн агууламжийн статистик мэдээлэл, газар ашиглалтын төрөл, оршин суугчдын нийгэм, эдийн засгийн мэдээлэл (жишээ нь, орлого, хэрэглээний зардал, газар тариалан, мал аж ахуйн бүтээгдэхүүний гарц, нэг хүнд ногдох бэлчээрийн талбай гэх мэт) зэрэг орно. Нэгдүгээрт, хүн амын хүнсний хэрэглээний мэдээллийг (2000-2012) Хөлөн Буйр, Шилийн гол, Ордос хотын Статистикийн товчооноос гаргасан статистикийн эмхэтгэлээс авсан бөгөөд эдгээрийг БНХАУ-ын Үндэсний номын сангаас хэвлэгдсэн эмхэтгэлд мөн оруулсан болно. Дараагаар нь эх сурвалжийн мэдээллийг (сонгосон гурван хотын вэбсайтаас авсан) тодорхой үзүүлэлтүүдийн нэмэлт эх сурвалж болгон ашиглалаа. Өрхийн түүвэр судалгаанаас гаргаж авсан статистикийн эмхэтгэлийн мэдээллийг янз бүрийн хотуудын статистикийн товчооны судалгааны багууд бэлчээрийн мал аж ахуйн бүс нутгаас авсан тул, судалгааны үр дүн нь энэхүү судалгаанд сонгосон газруудын бэлчээрийн мал аж ахуйн оршин суугчдын бодит амьдралын нөхцөл байдлыг харуулж чадна хэмээн бодож байна.

5.2 Хүнсний хэрэглээний шинж

2000-2012 оны хооронд Хөлөн Буйр, Шилийн гол, Ордос хотуудын хүнсний хэрэглээний хэмжээ, бүтцэд дүн шинжилгээ хийсэн тайлангуудаас харахад хөдөөгийн иргэдийн хүнсний хэрэглээний загварт бүсчилсэн бууралт (Зүүнээс баруун тийш) байгааг олж харж болохоор байна. Зүүнээс баруун тийш хүнсний хэрэглээний хэмжээ (Оршин суугчдын нэг хүнд ногдох нийт хүнсний бүтээгдэхүүний хэтийн төлөвөөс) буурч, тухайлбал, Хөлөн Буйр (346.08 кг), Шилийн голд (354.61 кг) нэг хүнд ногдох жилийн дундаж хүнсний хэмжээ өмнөд хэсгийн Ордос (297.92 кг)-оос өндөр байна.

Тэрчлэн эдгээр бүсүүдийн хүнсний хэрэглээний бүтэц нь орон зайн ялгаатай

байдлыг харуулж байна. Бүхий л хөдөөгийн оршин суугчдын хэрэглэдэг хүнсний хамгийн чухал ангилалд үр тариа байна. Үүний зэрэгцээ нэг хүнд ногдох хүнсний ногоо, жимс жимсгэнийн жилийн хэрэглээ зүүнээс баруун тийш аажмаар буурах хандлагатай байна (Өөрөөр хэлбэл, хүнсний ногооны хэрэглээний хэмжээ: Хөлөн Буйр 80.61 кг, Шилийн голд 45.57 кг, Ордос 42.59 кг; жимсний хэрэглээний хэмжээ: 1579 кг, Хөлөн Буйрт 9,05 кг, Ордос 15,19 кг). Харин махны хэрэглээний тоо хэмжээний өөрчлөлт нь өмнөд цөлийн (Ордос, 40,07 кг) оршин суугчид ердийн хээр (Шилийн гол, 28,14 кг), нуга тал (Хөлөн Буйр, 18,03 кг)-ын оршин суугчдаас илүү их хоол хүнс хэрэглэснээр ялгаатай байна. Тодруулбал, Шилийн голын хөдөөгийн оршин суугчид бусад хоёр судалгааны газартай харьцуулахад илүү их өндөг, сүү хэрэглэж байсан нь эдгээр хүнсний бүтээгдэхүүнийг илүүд үздэг болохыг харуулж байна гэхэд буруудах юмгүй билээ.

Хүнсний төрлүүдийн хувьд хүнсний ногоо, мах, сүү, өндөг болон бусад төрлийн хүнсний хэрэглээ нь гурван газар ихээхэн ялгаатай байгаа мэт. Тодруулбал, хүнсний ногооны хэрэглээ зүүнээс баруун тийш аажмаар буурч, зүүн зүгийн Хөлөн Буйр дахь хүнсний ногооны хэрэглээ урд зүгийн Ордос хотын оршин суугчдынхаас бараг хоёр дахин их байна. Гэсэн хэдий ч жимсний хэрэглээний ялгаа мэдэгдэхүйц биш байв.

Гурван газар махны хэрэглээ ялгаатай байна. Тоо хэмжээний хувьд оршин суугчдын махны хэрэглээ зүүнээс баруун тийш өссөн байна. Бүтцийн хувьд гахайн мах нь Хөлөн Буйр хотын оршин суугчдын зонхилох мах бол, хонины мах нь Шилийн голын оршин суугчдын голлон хэрэглэдэг махны төрөл бөгөөд үхрийн мах, гахайн махыг нэмэлтээр ашиглаж байна. Тус бүс нутаг нь Хятадын хамгийн том хонь үржүүлгийн бүс гэдгээрээ алдартай бөгөөд улмаар хонины махны хэрэглээг дэмжсэнтэй холбоотой юм. Ордосын оршин суугчид гахайн мах зонхилон хэрэглэж, хонины махыг нэмэлтээр ашигладаг. Нэмж дурдахад Хөлөн Буйр дахь загасны хэрэглээ бусад хоёр газрынхаас их байсан нь Хөлөн нуурын тэлэлт, орон нутгийн хүнсний хангамж нэмэгдсэнтэй холбоотой юм. Түүнчлэн өндөг, сүүний хэрэглээний хувьд зүүнээс баруун тийш өндөгний хэрэглээ буурч, харин Шилийн голд сүүний хэрэглээ өндөр байна.

Эдгээр бэлчээрийн бүс нутагт хүнсний хэрэглээний бүтэц цаг хугацааны явцад хэлбэлзэж, өөрчлөгдөж байгааг бид бас мэдэж болохоор байна. Өндөг, сүүний хэрэглээ 2000-2012 онд Хөлөн Буйр, Ордос хотод өссөн байна. Түүнчлэн Ордос хотын хүнсний ногоо, жимс жимсгэнийн хэрэглээ нэмэгдсэн нь хурдны зам, хүргэлтийн хэрэгсэл зэрэг бүтээн байгуулалт, дэд бүтцийн бүтээн байгуулалттай холбоотой юм. Хэдийгээр эдгээр бүс нутагт үр тарианы хэрэглээний хэмжээ төдийлөн өөрчлөгдөөгүй ч үр тарианы хэрэглээ пропорциональ хэмжээгээр буурсан нь эдгээр гурван бэлчээрийн нутаг дэвсгэрийн оршин суугчдын хэрэглээний зан үйл нь хүнсний хэрэглээний бүтцэд өөрчлөлт орж байгааг харуулж байна. Үр тарианы хэлбэлзлийг бэлчээрийн гурван хэсэгт харуулсан бөгөөд энэ нь эрдэнэ шишийн хэрэглээний хэмжээ хэлбэлзэлтэй холбоотой бололтой. Эрдэнэ шишийн хэрэглээний тоо хэмжээ он жилүүдийн хооронд хэлбэлзэж байсан бөгөөд энэхүү хэлбэлзлийн шалтгааныг

илүү нарийвчлан дүн шинжилгээ хийх шаардлагатай. Нэмж дурдахад хүнсний хэрэглээний тоо хэмжээний хэлбэлзэл нь хүнсний бүтээгдэхүүний ангилалд өөрчлөлт орсонтой холбоотой мэт байна.

5.3 Хоол тэжээлийн шимт чанар

Эдгээр гурван бэлчээрийн бүсийн хоол тэжээлийн бүтэц нь зөвхөн уураг, өөх тосны хэрэглээнд ялгаатай мэт байна. Хөлөн Буйр, Шилийн голд эрчим хүч, уургийн хэрэглээ Ордостой харьцуулахад өндөр. Түүнчлэн Хөлөн Буйр, Шилийн голын хүнсний хэрэглээний хэмжээ мөн л Ордостой харьцуулахад өндөр. Хөлөн Буйр, Шилийн голын нутгийн оршин суугчид буурцаг болон буурцгийн дайвар бүтээгдэхүүн, тос, элсэн чихэр зэрэг хүнсний бүтээгдэхүүнийг түлхүү хэрэглэдэг бөгөөд энэ нь уураг, өөх тосны нийт хэрэглээнд хувь нэмэр оруулдаг. Эдгээр гурван бэлчээрийн бүсийн оршин суугчдын эрчим хүчний хэрэглээнд жил хоорондын өөрчлөлт маш бага. Шилийн голын оршин суугчид хамгийн их илчлэг хэрэглэсэн бол Хөлөн Буйр, Ордос хот хамгийн бага илчлэгтэй байна. Үр тариа нь эрчим хүчний гол эх үүсвэрийг хангаж байсан бол судалгааны жилүүдэд махны хэмжээ пропорциональ, аажмаар нэмэгдэж байна.

Холбогдох судалгаануудаас харахад Шилийн голд уургийн хэрэглээ харьцангуй өндөр, тогтвортой байсан бол, Хөлөн Буйрт мэдэгдэхүйц хэлбэлзэж, Ордос хотод бага багаар өссөн байдаг. Өвөр Монголын бэлчээрийн эдгээр бүс нутгуудын дунд уургийн гол эх үүсвэрүүдийн бүтцийн ялгааг бид ажиглаж болно. Үр тариа нь Хөлөн Буйр дахь уургийн гол эх үүсвэр байсан бол бусад хүнсний ангилалд ихээхэн хэлбэлзэлтэй байсан нь нийт хэмжээгээр илүү их нөлөөлжээ. Шилийн голын оршин суугчдын уургийн гол эх үүсвэр нь үр тариа, өндөг, сүү, мах байсан бөгөөд бүтэц нь тогтвортой байх нь тогтоогддог. Ордос хотын уургийн гол эх үүсвэр нь үр тариа нь араас нь мах байсан бол 2011 онд хэвийн бус үзүүлэлт ажиглагдсан нь тухайн жилийн үр тарианы хэрэглээний өвөрмөц бүтцээс үүдэлтэй юм.

Гурван бэлчээрийн бүсэд шим тэжээлийн бодисын хэлбэлзлийг мөн харж болно. Хөлөн Буйр дахь уураг, өөх тосны хэрэглээ хэлбэлзэж байгаа нь бусад төрлийн хүнсний бүтээгдэхүүний хэлбэлзэлтэй холбоотой. Түүнчлэн, Хөлөн Буйр дахь уургаар баялаг буурцаг болон буурцгийн дайвар бүтээгдэхүүн, өөх тосоор баялаг тосны хэрэглээний хэмжээ эдгээр гурван шилжилтийн бэлчээрийн дунд хамгийн өндөр. Уураг болон өөх тосоор баялаг эдгээр хоол хүнсийг их хэмжээгээр хэрэглэснээр Хөлөн Буйр уураг, өөх тосны хэрэглээ өндөр болсон. Нэмж дурдахад, өөх тосны хэлбэлзэл нь хүнсний бүтээгдэхүүний ангилалд өөрчлөлт орсонтой холбоотой.

Хүнсний хэрэглээний орон зайн нэг төрлийн бус байдал нь бүс нутгийн экологийн төлөвтэй зэрэгцэн өөрчлөгдсөн нь орон зайн ялгаатай байдлыг харуулсан байна. Бэлчээрийн хөндлөн огтлолын экологийн хүчин зүйлсийн нэг төрлийн бус байдал нь газар ашиглалт, газрын бүтээмжээс үүдэлтэй хүнсний хангамжид нөлөөлж, орон нутгийн болон хөдөөгийн өрхийн хүнсний хэрэглээ, хоол тэжээлийн хэв маягт нөлөөлж болзошгүй.

Эдгээр бэлчээрийн талбайн экосистем, газар ашиглалт нь харьцангуй өвөрмөц

бөгөөд тогтвортой байдаг нь хүнсний системийн хангамжийг хялбаршуулдаг мэт. Нөгөөтээгүүр, бэлчээрийн болон тариалангийн талбай нь бэлчээрийн гурван хөндлөн огтлолын хүрээнд мэдэгдэхүйц ялгаатай байдаг. Гурван бэлчээрийн газар ашиглалтын олон талт байдал нь хөдөөгийн оршин суугчдын амьжиргааны орон зайн ялгаатай байдлыг харуулж байгаа бөгөөд энэ нь орон нутгийн хүнсний хангамжид нөлөөлжээ. Хөлөн Буйр дахь бэлчээрийн талбай нийт газрын 38.3%-ийг эзэлдэг бөгөөд бэлчээр нь 813,374 км², нэг хүнд ногдох бэлчээрийн хэмжээ 1.03 км² байгаа нь хамгийн өндөр үзүүлэлт юм. Гэсэн хэдий ч Шилийн голын нутаг дэвсгэрийн 81.8% нь бэлчээрийн талбай бөгөөд ердийн тал хээр нь бэлчээрт илүү тохиромжтой (Өөрөөр хэлбэл, Шилийн голын бэлчээрийг Хятадын хамгийн сайн таван бэлчээрийн нэг гэж үздэг). Ийнхүү мал (ялангуяа хонь) өсгөхөд орон нутгийн нөөц боломж дэмжлэг үзүүлж байна. Нийлүүлэлтийн зөрүү нь өрхийн оршин суугчдын хүнсний хэрэглээний бүтцийг мөн илэрхийлсэн бөгөөд Шилийн голын хөдөөгийн оршин суугчид хонины махыг бусад хоёр газартай харьцуулахад илүү их хэрэглэдэг боловч сүүн бүтээгдэхүүний хэрэглээ харьцангуй бага байна.

Эдгээр экосистемийн нарийн ялгаа нь бүс нутгийн хүнсний хангамжид нөлөөлж болзошгүй. Өмнөх судалгаануудад ч үүнтэй төстэй үр дүн гарч байжээ. Төвөдийн өндөрлөгт хөдөөгийн 1017 оршин суугчийн дунд явуулсан судалгаагаар өндөрлөг бүсэд хүнсний хангамж хязгаарлагдмал байгаа нь орон нутгийн, хөдөөгийн оршин суугчид, тэр дундаа малчдын бүлгийн хоолны хэв маягт өөрчлөлт орноос болсныг тогтоожээ. БНХАУ-ын ӨМӨЗО-ы хөдөө тосгоны оршин суугчдын дунд хийсэн өөр нэг судалгаагаар уламжлалт хоолны дэглэм нь цардуул, элсэн чихэр, гахайн мах, даршилсан ногоо/хатаасан ногоо, эрдэнэ шишийн хэрэглээ өндөр байдгийг харуулсан бөгөөд орон нутгийн газарзүйн хүчин зүйл нь оршин суугчдын шинэ ногоо, жимс жимсгэнэ авах боломжийг хязгаарладаг болохыг харуулжээ. Үүний зэрэгцээ, бидний өмнөх Өвөр Монголын талаар Шилийн голын хөдөөгийн оршин суугчдын дунд хийсэн судалгаагаар орон нутгийн хоолны дэглэм нь нутаг уснаасаа ихээхэн хамааралтай болохыг харуулсан бөгөөд Шилийн голын бэлчээрийн огтлолцолд хоол тэжээлийн хэв маягийн орон зайн өөрчлөлтүүд мөн илрэх болов. Бусад хөдөө орон нутгаас авсан зарим судалгаагаар орон нутгийн хүнсний үйлдвэрлэл оршин суугчдын хоолны дэглэмд нөлөөлсөн болохыг тогтоожээ.

Эдгээр судалгааны үр дүнг нэгтгэн үзвэл, орон нутгийн хүнсний хангамж нь өрхийн оршин суугчид, ялангуяа хөдөө орон нутгийн иргэдийн хүнсний хэрэглээний хэв маягт орлуулшгүй нөлөө үзүүлдэг болохыг харуулж байна.

5.4 Дүгнэлт

Эдгээр экосистемийн нарийн ялгаа нь бүс нутгийн хүнсний хангамжид нөлөөлөх боломжтой. Ялангуяа махны хэрэглээг авч үзвэл, Өвөр монголын хөдөөгийн өрхийн оршин суугчид (Өөрөөр хэлбэл бэлчээрийн мал аж ахуй эрхэлдэг хүмүүс) үхэр, хонины мах (ялангуяа Шилийн гол, Ордост) харьцангуй их хэмжээгээр хэрэглэдэг боловч шувууны мах бараг хэрэглэдэггүй гэх мэт. Тэрчлэн Өвөр Монголын оршин суугчдын уургийн гол эх үүсвэр нь үр тариа,

харин Монгол үндэстний хэмжээнд мах болон “бусад” үр тариа байна. Энэ нь Өвөр Монголын хөдөө тосгоны өрхийн иргэдийн уургийн эх үүсвэрийг улам боловсронгуй болгож сайжруулах ёстойг харуулж байна.

Энэхүү судалгаа нь Өвөр Монголын гурван бэлчээрийн бүс нутгийн хөдөөгийн өрхийн оршин суугчдын хүнсний хэрэглээ, хоол тэжээлийн бүтцийг өөр хэд хэдэн орны бэлчээрийн нутаг дэвсгэрийн харгалзах төрлүүдтэй харьцуулсан болно. Бидний судалгааны үр дүн болон холбогдох хэлэлцүүлгээс харахад Өвөр Монголын бэлчээрийн бүс нутгийн өрхийн оршин суугчдын хэрэглээний бүтцэд хоёр чухал нөлөөллийн хүчин зүйл нөлөөлсөн байна. Нэгд, хүнсний хангамж (Экологийн хүчин зүйл), хоёрт, бүс нутгийн нийгэм, эдийн засгийн байдал. Гэвч эл хоёр хүчин зүйл өөр өөр нөлөө үзүүлдэг. Хүнсний хангамжийн сүлжээгээр дамжин оршин суугчдын өдөр тутмын хүнсний хэрэглээнд экологийн хүчин зүйлс шууд нөлөөлдөг. Орон нутгийн хүнсний бүтээгдэхүүн болон хоолны дэглэмийн эерэг хамаарлыг өмнөх судалгаануудад өргөнөөр шинжилсэн байдаг. Тодруулбал, энэ судалгаанд өрхийн оршин суугчид сүү, хонь, үхрийн мах гэх мэт зүйлээ хэрэглэдэг. Үүний зэрэгцээ нийгэм, эдийн засгийн хүчин зүйлүүд нь өрхийн хоолны дэглэмд урт хугацааны нөлөө үзүүлдэг. Нийгэм эдийн засгийн байдал нь өрхийн хүнсний хэрэглээний зан үйлд нөлөөлж, өрхийн хоолны дэглэмийг өөрчлөх боломжтой болохыг өмнөх судалгаанууд харуулсан. Бидний судалгаагаар нийгэм, эдийн засгийн хөгжлийн явцад буурай хөгжилтэй орнуудын өрхийн оршин суугчдын хүнсний хэрэглээний хэв маяг өндөр хөгжилтэй орнуудынх руу шилжих хандлагыг олж мэдсэн билээ. Түүнчлэн, сүүлийн үеийн хүнсний хэрэглээний хэв маяг нь бүх төрлийн хүнсний ангилалд илүү тэнцвэртэй, тогтвортой байсан бөгөөд уураг, өөх тос ихтэй байв. Харин хүнсний хэрэглээний хэв маягийн өөрчлөлт нь аажмаар, удаан хугацаанд явагдаж байв. Бидний олж мэдсэн зүйл бол, Өвөр Монголын хөдөөгийн өрхийн оршин суугчдын хүнсний хэрэглээний бүтэц, хэв маягийг сайжруулах боломж, чиглэлийг аль алийг нь судлах лавлагаа юм. Гэвч Хятад хүмүүс бусад улс орнуудтай харьцуулахад ургамлын гаралтай хүнсний бүтээгдэхүүнийг илүү их хэмжээгээр хэрэглэх хандлагатай байдаг. Энэ нь өөрөө байгаль орчинд ээлтэй гэдгийг тэмдэглэх нь зүйтэй. Нөгөөтээгүүр, энэ төрлийн хүнсний систем нь илүү эмзэг бөгөөд COVID-19 цар тахал, байгалийн гамшиг зэрэг хямралтай тулгарах үед найдах чадваргүй болдог. Бодит байдал дээр COVID-19 цар тахал нь Хятадын хүнсний хангамжийн сүлжээнд, улмаар 2020 оны 1-3 дугаар сард гэхэд орон нутгийн өрхийн оршин суугчдад нөлөөлсөн байна. Иймд орон нутгийн өрхийн оршин суугчид болон орон нутгийн засаг захиргаа нь өөрсдийн хүнсний тогтолцоонд тулгардаг бэрхшээлүүдийг давах, одоогийн нөхцөл байдлыг сайжруулах шаардлагатай байна. Гэвч Өвөр Монголчуудын хүнсний хэрэглээний бүтэц, хэв маяг тогтворгүй бөгөөд нийгэм, эдийн засгийн хөгжлийг дагаад урьдчилан тааварлашгүй өөрчлөлтөд орж байна. Тиймээс БНХАУ-ын Засгийн газар болон бусад оролцогч талууд, бодлого боловсруулагчид бүс нутгийн хүнсний бүтцэд дасан зохицох хүчин чармайлтаа нэмэгдүүлж, эрүүл хүнсний хэрэглээний тогтолцоог бий болгох, ирээдүйд хоол хүнс, хүнсний хог хаягдлын

хэт хэрэглээг бууруулах мэдлэгийг дээшлүүлэхэд орон нутгийн иргэдийг чиглүүлэх ёстой. Энэ нь орон нутгийн оршин суугчид болон тэдний хүрээлэн буй орчны эрүүл мэндэд ихээхэн ач тустай.

Эцэст нь хэлэхэд, хөдөөгийн өрхийн хүнсний хэрэглээний орон зайн ялгаатай байдал, бэлчээрийн хөндлөн огтлолын хоол тэжээлийн хэв шинжийг олон талт талаас нь харж болно. Бидний хийсэн дүн шинжилгээгээр Өвөр Монгол зэрэг бэлчээрийн бүс нутагт хүнсний хангамж нь хүнсний хэрэглээ, хоол тэжээлийн хэв маягт нөлөөлөх гол хүчин зүйлүүдийн нэг байсан бөгөөд үүнд орон нутгийн газар ашиглалт, газрын бүтээмж шууд нөлөөлдөг. Нийгэм, эдийн засгийн байдал нь урт хугацаанд оршин суугчдын хүнсний хэрэглээний хэв маягт нөлөөлнө. Энэхүү судалгаа нь тогтвортой хөгжлийн бодлогыг боловсруулахад бодлого боловсруулагчид болон оролцогч талуудад лавлагаа өгөх зорилготой юм.

Зургаадугаар бүлэг: Монгол улсын өрхийн хүнсний аюулгүй байдлын асуудал, хэрэглээ

Өнөөдөр дэлхий нийтээр хүн төрөлхтний түүхэнд урьд өмнө байгаагүй их хэмжээний хүнсний бүтээгдэхүүн үйлдвэрлэж байгаа боловч 2020 оны байдлаар 7 тэрбум гаруй хүнээс 2 тэрбум орчим хүн хүнс тэжээлийн дутагдалтай байна (FAO, IFAD, UNICEF, WFP, & WHO, 2020). Харин Монгол улсын хувьд 3 сая 400 гаруй мянган хүн амтай, өргөн уудам газар нутагтай, 60 орчим сая малтай. Монгол улс хүнсний аюулгүй байдлыг хангах үүднээс “Хүнсний аюулгүй байдал” үндэсний хөтөлбөрийг МУ-ын ЗГ-ын 2009 оны 32 дугаар тогтоолоор 2009-2016 он хүртэл 2 үе шаттайгаар батлан хэрэгжүүлжээ. Энэ хүрээнд улсын төсвийн хөрөнгөөс 222,14 тэрбум төгрөг, гадаадын зээл, тусламжийн 18,69 сая доллар, “Хүнсний гол нэрийн бараа, бүтээгдэхүүний үнийг тогтворжуулах” дэд хөтөлбөрт 317 тэрбум төгрөг зарцуулсан байна (ХХААХҮЯ, 2016). Гэвч Монгол улсын хүн амын хоол тэжээлийн тулгамдаж буй асуудал, үндэсний V дугаар судалгааны үр дүнгээс үзэхэд хүний биед нэн шаардлагатай шим тэжээл, амин дэм (А, Д, Е, С) дутагдалтай хэмээх үр дүн гарчээ. Иргэд хэдийгээр өөрсдийгөө хоол тэжээлийн дутагдлаас ангид хэмээн үздэг боловч хүн амын өвчлөлийн суурь шалтгаан нь амьдралын хэвшил, хоол хүнсний зохисгүй хэрэглээнээс улбаатай (Батжаргал, Ж, 2017) хэмээн үзсэн байна. Дээрх судалгааны үр дүнгээс үзэхэд хоол хүнсний хэрэглээ нь нийгмийн эрүүл мэндийн суурь асуудал болох нь тодорхой харагдаж байна. Монгол улсын хувьд энэ салбарт гадны болон дотоодын санхүүжүүлэлтээр олон төсөл хөтөлбөр хэрэгжүүлж байгаа боловч төдийлөн амжилт олж чадаагүй байна. Энэ асуудал нь зөвхөн Монгол улсын асуудал биш бөгөөд дэлхий нийт, улс орон бүрийн эмзэг сэдэв болоод байна.

Иймд олон улсын түвшинд нөөц баялгаа зарцуулахдаа хойч үеийнхээ хэрэгцээ шаардлагыг бодолцож зарцуулах тухай асуудлыг хөндөх болсон. Үүнийгээ тогтвортой хөгжил хэмээн тодорхойлдог (Brundtland, 1987). Энэ үзэл баримтлалыг хоол, хүнсний тогтвортой хөгжилтэй холбон авч үзэхдээ нөөцийг ариг гамтай, бүх хүнд тэгш хүртээмжтэй, үр хойч үедээ хадгалж үлдээх төдийгүй, өнөө үеийнхний сайн сайхан амьдралыг баталгаатай болгох зорилгоор тогтвортой хөгжлийн зорилтыг 2015-2030 онд томьёолж, НҮБ-ийн Ерөнхий ассамблейн 2015 оны хурлаар баталсан байна. Улмаар Монгол улс 2016 оны 2-р сард “Монгол Улсын Тогтвортой Хөгжлийн Үзэл Баримтлал-2030”, 2020 оны 05-р сард “Алсын хараа-2050” Монгол улсын урт хугацааны хөгжлийн бодлогын баримт бичиг тус тус баталжээ. Уг үзэл баримтлалын үр дүнд 2030 он гэхэд Монгол улс нэг хүнд ногдох орлогоороо дунд орлоготой орнуудын тэргүүлэх эгнээнд багтаж, тогтвортой өсөж байгаа эдийн засгийн олон салбартай, нийгмийн хүрээнд дундаж болон чинээлэг дундаж давхарга давамгайлсан, экологийн тэнцвэртэй байдлыг хадгалсан, тогтвортой ардчилсан засаглалтай болно гэж тусгажээ.

Тус бүлгийг зохиогч ҮСХ, НҮБ-ийн ХХААБ хамтарсан судалгааны үр дүнд тулгуурлан бичсэн болно. Тус бүлэгт тогтвортой хөгжлийн үзэл баримтлалын үүднээс Монгол улсын хүнсний аюулгүй байдлын талаар

баримталж буй бодлого, түүний хэрэгжилтийн асуудлыг өрхийн хүнсний хангамж, хүртээмж, хоол тэжээлийн шим чанар зэрэгтэй холбон судлах юм. Өөрөөр хэлбэл, хүнсний аюулгүй байдлын асуудлыг Монгол улсын түвшнээс өрх хувь хүний түвшинд авч үзэх болно.

1980-аад оны эхэн үе хүртэл хүн ам өлсгөлөнд өртөх шалтгааныг хүнсний хангамжийн хангалтгүй байдалтай холбон ойлгож улс орон бүр хүнсний өргөн хэрэглээний бүтээгдэхүүнээр дотоодын хэрэгцээг хангахад гол анхаарлаа хандуулж байв. Иймд, хүнсний аюулгүй байдлын хангахын тулд хөдөө аж ахуйн үйлдвэрлэлийг нэмэгдүүлэх, олон улсын худалдааг өсгөхөд бүх талаар анхаарах болсон юм. Нэн тэргүүнд улсын хэмжээнд буюу макро түвшинд тэжээллэг, чанартай хүнс хангалттай хэмжээнд байх шаардлагатай хэмээн үзэж дэлхийн дээд хэмжээний Чуулганаар хүнсний аюулгүй байдлын үндэс нь “хүнсний хангамжийн баталгаа” хэмээн үзсэн байдаг (FAO, 2003).

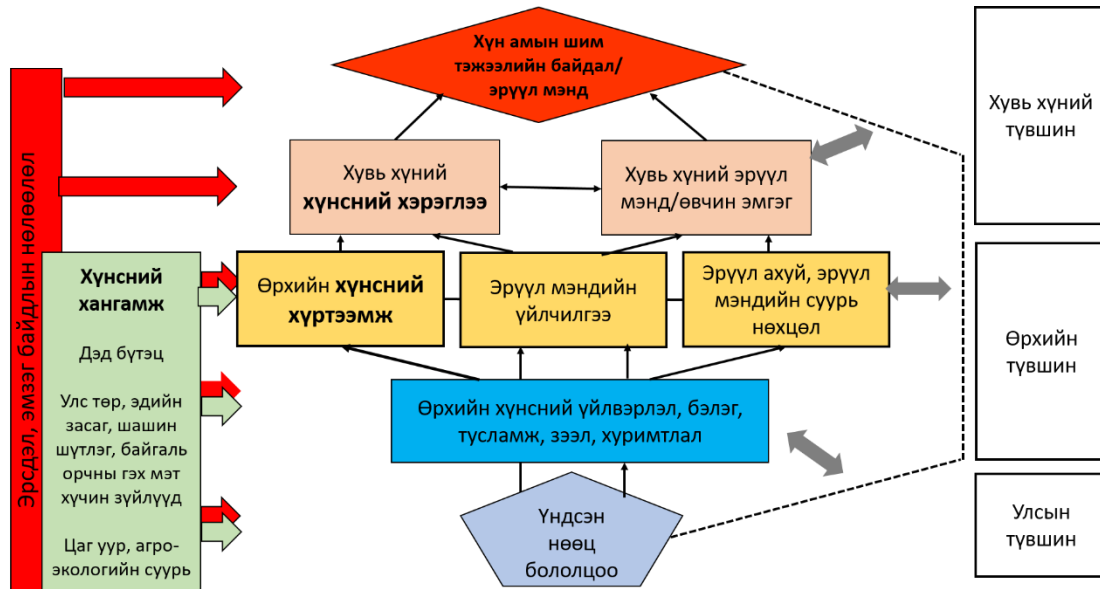
Гэвч улс орны хэмжээнд хүнсний хангамж хангалттай ч өрх гэр, хувь хүний түвшинд шим тэжээлийн аюулгүй байдлыг бүрэн хангаж чадахгүй байгаа иргэдийн амьдралын чанараас илт мэдэгдэх болжээ. Иймд, хүнсний хангамж, хүнсний бодлогын асуудлыг дахин авч үзэх болсон байна. Өөрөөр хэлбэл дэлхий дахины хүнсний хангамжийн бодлого шим тэжээлийн баримжааг ихээхэн анхаарах болов. Жишээ нь, зах зээл дээр хүнс хангалттай хэмжээгээр байвч өрх гэр, хувь хүн тэр хүнсийг зохистой хэмжээнд худалдан авч, хүртэх чадаж байгаа эсэх асуудлыг анхаарах болсон байна. Иймд, хүн амыг шим тэжээлийн доройтлоос сэргийлэх явдалд бол хүнсний хангамжийн чухал асуудал хэмээн үзэж байна.

Мөн өрхийн хүнсний хангамжийн асуудлыг ихээхэн анхаарах боллоо. Үүнд, өрхийн гишүүдийн дунд хоол, хүнсний хангамж нь тухайн өрхийн гишүүдийн физиологийн хэрэгцээг хангаж байгаа эсэхийг анхаарах болсон байна. Үүнээс улбаатай хүнсний аюулгүй байдлын гурав дахь тулгуур буюу хүн бүр өөрийн бие махбодын физиологийн шаардлагыг хангахуйц эрүүл, аюулгүй, хүрэлцэхүйц хоол хүнс хэрэглэх баталгаа (**хүнсний хэрэглээ**)-гаар тодорхойлогдоно.

Энэ бүхнийг багтаасан Макро ба микро түвшинд хүнсний аюулгүй байдлын дөрөвдөх тулгуур нь хүнсний хангамж, хүртээмж, хэрэглээний тогтвортой байдлын тухай ойлголт хэмээн үзэж болно.

Хүнсний аюулгүй байдлын бодлогын цөм нь хүн ам өлсөхгүй байхад бус, хамгийн гол нь хүн өөрийн бие махбодын хэрэгцээнд нийцсэн тэжээллэг, чанартай, баталгаатай хоол хүнсийг хэрэглэх боломжоор хангагдаж байх ёстой. Үр дүнд нь хүн эрүүл саруул аж төрж, сурч, хөдөлмөрлөх боломж бүрддэг. Энэ бүх нь эрүүл, аюулгүй орчин аж төрөх боломж бий болдог аж. Иймээс сүүлийн жилүүдэд хүнсний аюулгүй байдал гэсэн нэр томъёо хүнс, шим тэжээлийн аюулгүй байдал гэсэн томъёололд шилжин 1996 оны Дэлхийн Хүнсний Чуулга уулзалтаар хүнс, шим тэжээлийн аюулгүй байдлын тодорхойлолт улам өргөн хүрээтэй болж *“иргэн бүр бүх цаг үед аюулгүй, тэжээллэг, хүрэлцэхүйц хоол хүнсээ биет байдлаар болон эдийн засгийн боломжоор хүртэж эрүүл, идэвхтэй амьдрахад шаардлагатай шим тэжээлийн хэрэгцээгээ хангах баталгааг хэлнэ* (FAO, 2003)” гэж тодорхойлсон байна.

Иймээс өрх, хувь хүний түвшинд хүнс, шим тэжээлийн аюулгүй байдал нь нийгэм-эдийн засаг, хүрээлэн буй орчин, биологийн хүчин зүйлүүдээс хамааралтай улс орны хүнсний хангамж, өрхийн хүнсний хүртээмж, хувь хүний хүнсний хэрэглээ ба хүнсний нийлүүлэлтийн тогтвортой байдал гэсэн 4 тулгуур үзүүлэлтээр тодорхойлогдоно.



Зураг:01. Хүнсний хангамж, хүртээмж, хүн амын шим тэжээлийн байдлын харилцан хамаарлын тойм.

Хүнсний аюулгүй байдалд дүн шинжилгээ хийх үйл явц нь одоо байгаа хүнсний хангамж, өрхийн хүнсний хүртээмж болон хувь хүний хоол хүнсний хэрэглээний онцлог зэргийг тодорхойлоход чиглэгдээд зогсохгүй үүсэж болох эрсдэл, эмзэг чанарыг анхаарах боломж олгодог.

Тус судалгаа нь хувь хүн, өрхийн хүнс, шим тэжээлийн аюулгүй байдал алдагдах үед тэд ямар хариу арга хэмжээ авч байна вэ? Хоол хүнсний хомсдолд орохгүйн тулд өөрийн хэрэглээгээ хэрхэн өөрчилж байна зэрэг хариу үйлдлүүдийг судлан тогтоохыг зорив.

6.1 Өрхийн хүнсний хангамж түүнийг тооцох аргачлал

Монгол улсын хэмжээнд хүнс, шим тэжээлийн аюулгүй байдал хангагдах анхны алхам нь нийт хүн амын хоол хүнс, шим тэжээлийн хэрэгцээг хангахуйц хүнсний үйлдвэрлэл, нөөцийг бий болгох асуудал юм. Хүнсний хангамжийг макро түвшинд үнэлэх нэг арга нь улсын хэмжээнд байгаа бүх хүнсийг багцлан үйлдвэрлэлийн тоо хэмжээг тодорхойлох явдал юм. Гэхдээ хүнс, шим тэжээлийн аюулгүй байдлын үзэл баримтлалын үүднээс зөвхөн хүний хэрэглээнд зориулсан хүнсний тоо хэмжээ чухал байдаг. Учир нь зарим хүнс малын тэжээл, хүнсний бус үйлдвэрлэл болон бусад зориулалтаар ашиглагдах явдал элбэг байдаг. Энэ хэсэгт Монгол улсын хүнсний хангамж буюу хүнс, шим тэжээлийн аюулгүй байдлын эхний тулгуурыг тоймлон үзүүлэхэд чиглэгдсэн болно.

2010 оны 7 сарын 15-нд батлагдсан "Үндэсний аюулгүй байдлын үзэл

баримтлал”, 2012 оны 12 сарын 20-нд батлагдсан “Хүнсний аюулгүй байдлын тухай хууль” зэрэг нь улсын хэмжээнд хүнсний аюулгүй байдлын асуудлыг шинэ шатанд гаргах суурь баримт бичгүүд болов. Хууль эрх зүйн шинэ орчин бий болсноор хүнсний аюулгүй байдлыг үнэлэхэд ашиглагдах арга аргачлалыг сайжруулах, хүнсний аюулгүй байдлын тоон мэдээллийн тогтолцоог бэхжүүлэх, чухал шалгуур үзүүлэлтүүдийг тооцож гаргах, улмаар салбар хооронд болон олон нийтийг бодитой мэдээллээр хангах нөхцөлүүд бүрдсэн байна. Монгол улсын Засгийн Газраас 2008 оныг “Хүнсний аюулгүй байдлын жил” болгон зарласны дүнд Үндэсний Статистикийн Хорооноос “Хүнсний аюулгүй байдлын статистик үзүүлэлтийг тооцох” аргачлалыг боловсруулж, улмаар 2015 онд аргачлалыг сайжруулан Үндэсний Аюулгүй Байдлын зөвлөлийн дэргэдэх хамтарсан зөвлөлтэй хамтран ажиллаж Үндэсний статистикийн хорооны аргазүйн зөвлөл, даргын зөвлөлийн хурлаар хэлэлцүүлэн батлагджээ. Энэхүү аргачлал нь өнөөг хүртэл Монгол улсын хэмжээнд хүнсний аюулгүйн байдлын үзүүлэлтийг тооцоолоход ашиглагдаж байгаа гол бичиг баримт юм.

Энэхүү аргачлалын дагуу хүнсний хангамжийн байдлыг жишсэн дундаж хүний тооцоот хэрэгцээ болон хэрэглээнд үндэслэн Эрүүл мэндийн сайдын 2017 оны 02-р сарын 23-ны өдрийн А/74 дүгээр тушаалын 1 дүгээр хавсралтад тусгасан 16 нэр төрлийн хүнсний бүлгээр тооцоолон гаргадаг. Эдгээр 16 нэр төрлийн хүнсний бүлгийг дурдвал: 1.Малын мах, 2. Загасны мах, 3. Шувууны мах, 4. Сүү, 5. Сүүн бүтээгдэхүүн, 6. Гурил, 7. Гурилан бүтээгдэхүүн, 8. Төрөл төрлийн будаа, 9. Төмс, 10. Хүнсний ногоо, 11. Буурцагт ургамал, 12. Жимс, жимсгэнэ, 13. Өндөг, 14. Ургамлын тос, 15. Цөцгийн тос ба 16. Сахар, чихрийн зүйл зэрэг болно (Батжаргал. Ж, 2017). 2017 оноос хойш стратегийн 16 нэр төрлийн хүнсний бүлгийн үйлдвэрлэлийн тоон мэдээлэл гаргаж байгааг Хүснэгт 1 харуулав.

2017-2018 онд мах, сүү, гурил, төмсний үйлдвэрлэлээр улсын хэрэгцээ бүрэн хангагдсан байна. 2017 онд экспортын махны хэмжээг хассан дүнгээр 350.4 мян.т байсан махны үйлдвэрлэл 2018 онд 435.4 мян.т болтол нэмэгдэв. Гурилын үйлдвэрлэл 11.5% өссөн харин цагаан будаа болон бусад будааны үйлдвэрлэл экспортоос бүрэн хамааралтай ч улсын хэрэгцээг хангах хэмжээгээр нийлүүлэгдсэн байна. Өндөгний хангамж 62.4 хувиас 80.1 хувь хүртэл нэмэгдсэн үзүүлэлттэй байна. Загас, далайн гаралтай бүтээгдэхүүн, шош, буурцаг, жимс жимсгэнэ болон цөцгийн тосны үйлдвэрлэл нийт хэрэгцээнд үндэслэн тооцвол маш бага хэмжээтэй байна.

No	Хүнсний нэр төрөл	Хэрэгцээ, мян.тонн		Нийлүүлэлт, мян.тонн		Хангамжийн хувь	
		2017	2018	2017	2018	2017	2018
1	Малын мах	111.3	112.9	350.4	435.4	319.9	385.8
2	Загасны мах	27.8	28.2	1.7	1.9	6.0	6.6
3	Тахиа шувууны мах	37.1	37.6	10.4	12.0	28.1	31.9
4	Сүү	148.4	150.5	868.9	810.5	585.6	538.5
5	Сүүн бүтээгдэхүүн	166.9	169.3	88.1	133.6	52.8	78.9
6	Гурил	92.7	94.1	174.1	200.2	187.7	212.8

7	Гурилан бүтээгдэхүүн	166.9	169.3	56.3	63.5	33.7	37.5
8	Төрөл бүрийн будаа	46.4	47.0	36.9	47.9	79.6	101.8
9	Төмс	111.3	112.9	121.6	171.8	109.3	152.2
10	Хүнсний ногоо	241.1	244.6	158.2	188.2	65.6	76.9
11	Шош, буурцаг	37.1	37.6	0.0	0.1	0.0	0.2
12	Жимс, жимсгэнэ	185.5	188.1	42.3	51.4	22.8	27.3
13	Өндөг	18.5	18.8	11.6	15.1	62.4	80.1
14	Ургамлын тос	21.3	21.6	14.3	13.7	69.4	63.3
15	Цэцгийн тос	9.3	9.4	0.6	0.5	6.0	5.0
16	Чихэр, амттан	30.6	31.0	164.0	186.9	535.9	602.2

Хүснэгт:01, Стратегийн 16 нэр төрлийн хүнсний бүлгийн хэрэгцээ ба нийлүүлэлт 2017 ба 2018 оны байдлаар, мян.тонн (Үндэсний Статистикийн Хороо)

Гэхдээ улсын хэмжээний хүнсний хангамж, нийлүүлэлтийн эдгээр тоон үзүүлэлт үйлдвэрлэл болон худалдааны нийт тоо хэмжээнд суурилсан учир зарим нэгэн сул талтай юм. Нэгдүгээрт, нэг хүнсний бүлэгт олон нэр төрлийн бүтээгдэхүүнийг дүйцүүлэх итгэлцүүр ашиглан багцлан оруулсан байдаг. Тухайлбал, “гурил” гэсэн хүнсний бүлэгт буудайн бүх зэрэглэлийн гурил, хөх тарианы гурил, арвайн гурил зэрэг бүх төрлийн гурилын тоон хэмжээг нэгтгэсэн байдаг. Үүнтэй яг ижил зарчмаар “Малын мах” гэсэн бүлэгт хонь, ямаа, үхэр, адуу, тэмээ, гахай, ангийн гэх мэтчилэн олон төрлийн малын махны үйлдвэрлэлийн тоо хэмжээг нэгтгэсэн байхад “хүнсний ногоо” бүлэгт бүх төрлийн хүнсний ногооны үйлдвэрийн нийт тоо хэмжээг ойлгоно. Иймээс энэхүү хүнсний хангамж, нийлүүлэлтийн үзүүлэлтээс шим тэжээлийн агууламж ялгаатай /жишээ нь хүнсний ногоо гэхэд олон төрлийн бичил тэжээлийг харилцан адилгүй агуулж байдаг/ олон төрлийн хүнсний нэр төрлийн хангамжийн ялгаатай байдлыг тодорхойлох боломжгүй юм. Хоёрдугаарт, хүнсний хангамжийн тоон мэдээ нь улсын хэмжээнд хүнсний нийлүүлэлтийг нэг жилийн хугацаагаар авч үзэн цөөн нэр төрлөөр багцлан гаргахдаа шууд хоол хүнс болж хэрэглэгдэхгүй хувь /жишээ нь махны ясыг, төмсний хальсыг тооцож хасах гэх мэт/, хадгалалт, тээвэрлэлтэд гарах хорогдол, боловсруулалтын явцын хаягдал зэргийг тооцож хасаагүй байдаг. Иймээс хүний бодит хэрэглэх хүнсний хэмжээг хэтрүүлэн тооцсон байх магадлалтай юм. Гуравдугаарт, улсын хүнсний хангамжийн тоон мэдээлэлд үндэслэн өрхийн түвшний хүртээмжийн талаар тодорхой дүгнэлт хийхэд бэрхшээлтэй. Иймээс газарзүйн байршил, бүс нутгийн хэмжээнд өрхийн хүнсний хангамж, хэрэглээ ямар байна гэдгийг үнэлэх боломжгүй юм.

Олон улсын түвшинд хүнсний хангамжийг Хүнсний Тэнцлийн Хүснэгтийн аргачлалаар тооцоолдог байна. Хүнсний тэнцлийн хүснэгтэд улсын хэмжээн дэх хүн амын хүнсний хэрэгцээний бодит нийлүүлэлтийг нэг жилийн хугацаанд харгалзуулан тооцоолдог. Ингэхийн тулд хөдөө аж ахуйн болон хүнсний анхдагч түүхий эдийн үйлдвэрлэл, худалдаа, нөөц зэргийг харгалзан ямар хүнсний бүтээгдэхүүнд хувирган боловсруулж байгаа тоо хэмжээтэй уялдуулан тооцоолж хүний хэрэгцээнд байгаа хүнсний хэмжээний тэжээлэг чанарыг нэг хүнд ногдох илчлэг, нүүрс ус, уураг, өөх тосны хэмжээгээр илэрхийлдэг. Үүнээс гадна Хүнсний тэнцлийн хүснэгтээс олон нэр төрлийн хүнсний үйлдвэрлэл, нийлүүлэлтийн тоон мэдээг ялган харж болно³.

Хүнсний үйлдвэрлэлийн тоо хэмжээ нийт хүн амын хэрэгцээг бүрэн хангах үед хүнсний хангамж баталгаатай боллоо гэж үзнэ. Гэхдээ, улсын хэмжээнд хүнс үйлдвэрлэл хангалттай байвч өрхийн түвшинд хэрэгцээг хангахгүй байж болно. Жишээ нь, хүнсний хорогдол их, экспортын хэмжээ нэмэгдэх, эсвэл өрх хүнс хүртэх боломжгүй болох зэрэг

³<https://www.fao.org/faostat/en/#data/FBS>

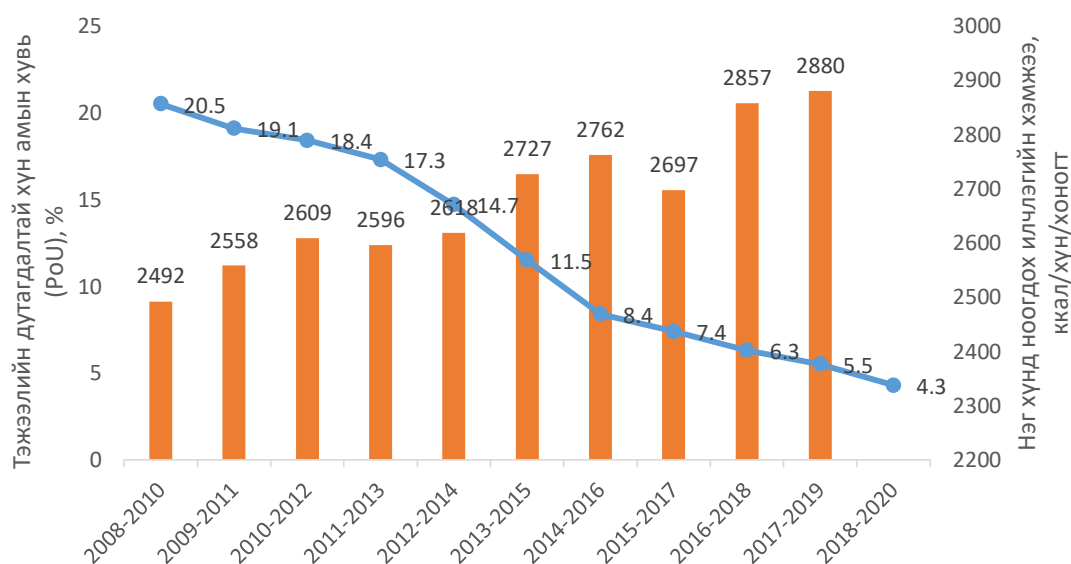
шалтгаануудыг дурдаж болно.

Хэдийгээр өрхийн түвшний хүнсний хүртээмж хүнс, шим тэжээлийн аюулгүй байдлын үнэлгээний нэг чухал хэсэг боловч ихэнх тохиолдолд хүнсний аюулгүй байдлыг улс орны түвшний хүнсний хангамжийн үзүүлэлтээр дүгнэдэг. Гэвч хүнсний хангамж баталгаатай байх тохиолдолд ч хүнс, тэжээлийн дутагдалтай хүн амын тоо буурахгүй байх, эсвэл хүнсний хангамжийг бүрдүүлж байгаа бүтээгдэхүүний тэжээллэг чанараас хамаарч хүн амын дунд шим тэжээлийн доройтол түгээмэл байж болох юм.

Иймээс хүнсний хангамжийн үзүүлэлт дан ганцаар хүнс, шим тэжээлийн аюулгүй байдлыг тодорхойлохгүй бөгөөд өрхийн түвшний хүнсний хүртээмж, хувь хүний түвшний хүнсний хэрэглээний үзүүлэлтүүд үүнд чухал ач холбогдолтой.

6.2 Хоол тэжээлийн дутагдлын тархалт (ХТДТ)

Хүн амын хоол тэжээлийн дутагдлын тархалт үзүүлэлтийг Дэлхий нийтэд өлсгөлөнг арилгахын шалгуур үзүүлэлт болгон ашигладаг (ТХЗ-ын 2.1.1 үзүүлэлт). НҮБ-ийн Хүнс Хөдөө Аж Ахуйн Байгууллагын уламжлалт шалгуур болох энэхүү үзүүлэлтийг гишүүн орнуудад ашигладаг бөгөөд дэлхийн болон бүс нутгийн түвшинд Өлсгөлөнгийн тархалтыг үнэлэхэд түгээмэл хэрэглэдэг байна (FAO, IFAD, UNICEF, WFP, 2019).



Зураг:02, Нэг хүнд ноогдох илчлэг ба хоол тэжээлийн дутагдлын тархалт, Монгол улс

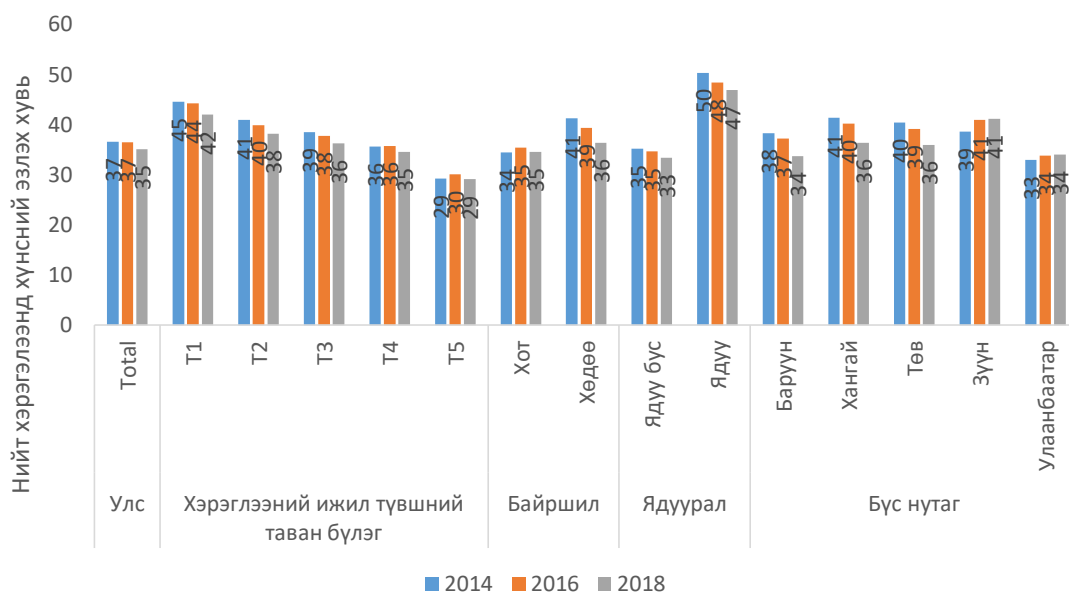
Өөрөөр хэлбэл хүнсний хангамж хэдийгээр сайжирсан үзүүлэлттэй боловч улсын хэмжээнд өлсгөлөнгийн хэмжээнд байгаа хүн амын тоо 130 гаруй мянга байна. Гэхдээ хүнсний аюулгүй байдал нь дан ганц өлсгөлөнгийн асуудал биш. Олон талт шалтгаантай. Тухайлбал, өрх эсвэл хувь хүний түвшинд хүнсний аюулгүй байдал алдагдсан бол орлого буурах, хүнс, хоолны хэрэглээ багасахад үзүүлэх хариу үйлдлүүд харилцан адилгүй байна. Хүнс, хоол дутагдах эхний үе шатанд хоол хүнсний нэр төрлөө багасгах, хямд үнэтэй гэдэс цатгах чанартай, гурил болон бусад ижил төрлийн хоол хүнсийг түлхүү сонгох зэрэг байдлаар илэрдэг байна. Ингэснээр өрх, хувь хүн хамгийн түрүүнд хүнс, хоолныхоо шим тэжээллэг чанарыг үл харгалзах нөхцөлд шилждэг. Зарим тохиолдолд боловсруулалт багатай хоол хүнсийг сонгох хандлагатай ч тэдгээр хүнсийг өрхийн түвшинд дулааны боловсруулалтад оруулах буюу болгож хэрэглэхэд

хугацаа зарцуулж эрчим хүчний зардал ихсэхэд хүргэж болно. Эсвэл илчлэг ихтэй, цатгах мэдрэмж төрүүлэх, хямд үнэтэй, тэжээллэг чанар багатай, эрүүл бус “бэлэн гоймон”, хэт их боловсруулсан хүнс, хоолыг түлхүү сонгож хэрэглэнэ. Хүнс хоолны дутагдал даамжрах үед хоолны хэмжээг багасгах, хоолоо алгасах, бүр нэг эсвэл олон хоногоор хоолгүй явах нөхцөл үүсдэг аж. Ингэснээр өрхийн гишүүдийн шим тэжээлийн байдал доройтож хүнсний аюулгүй байдлын баталгаа алдагдахад хүрнэ.

6.3 Өрхийн нийт зардалд хүнсний зардлын эзлэх хувь болон үнэ

Өрхийн нийт зардалд хүнсэнд зарцуулж байгаа зардлыг тодорхойлсноор тухайн өрхийн хүнсний аюулгүй байдлын баталгааны түвшнийг үнэлж болдог. Учир нь өрх ядуу, эдийн засгийн чадамжгүй байх тусам өрхийн нийт зардалд хүнсэнд зарцуулагдах зардал улам нэмэгддэг. Нөгөө талаар өрхийн орлого нэмэгдэх тусам хүнс болон бусад зүйлд зарцуулагдах зардал нэмэгдэж тодорхой түвшинд өрхийн хүнсэнд зарцуулах зардал тогтворжиж ирдэг. Өрхийн орлого улам нэмэгдэхэд хүнсэнд зарцуулах зардлын нийт зардалд эзлэх хувь нь аажмаар буурдаг зүй тогтол байдаг байна.

Өрхийн нийт зардалд хүнсэнд зарцуулах зардлын эзлэх хувь өндөр байгаа өрх нь хүнсний үнийн өсөлт, хөөргөдөл, инфляц нэмэгдэхэд хамгийн түрүүнд өртдөг. Байгалийн гамшиг эсвэл хүний үйлдэлтэй холбоотой сөрөг хүчин зүйл, эдийн засгийн савлагаа эдгээр өрхөд хамгийн түрүүнд хүндээр тусна. Иймээс өрхийн хүнсний аюулгүй байдлын түвшнийг тодорхойлоод зогсохгүй мөн учирч болох сөрөг нөхцөлөөс хамаарч өрхийн хүнсний аюулгүй байдалд хэрхэн нөлөөлж болох эрсдэлийг давхар бодолцох шаардлагатай байдаг. 2014-2018 оны байдлаар Монгол улсад өрхийн нийт хэрэглээнд хүнсэнд зарцуулагдах зардал 35% орчим байсан байна. 2018 оны хувьд хөдөөгийн болон хотын өрхүүдийн хүнсэнд зарцуулах зардлыг харгалзан 36% ба 35% байсан бол өрхийн орлогын хувьд эрэмбэлэн өрхийн тооны тэнцүү 5 бүлэгт хуваасан хамгийн их орлоготой 20 хувийн /чинээлэг өрхийн/ нийт хэрэглээнд эзлэх хүнсний зардал 29%, харин хамгийн бага орлоготой өрхийн 20 хувьд нь энэ үзүүлэлт 42% байна. Амьжиргааны түвшин доогуур өрх хүнсэндээ нийт орлогын 50 гаруй хувийг зарцуулж байна (Зураг:03).



Зураг: 03, Өрхийн нийт хэрэглээнд хүсэнд зарцуулагдах зардлын хэмжээ

Нэр төрлөөс хамаарч хүнсний илчлэгийн агууламж харилцан адилгүй байдаг. Эрүүл, тэжээллэг хүнс, тухайлбал, аминдэм, эрдсээр баялаг хүнсний ногоо, жимс зэрэг нь илчлэг бага, үнэ өртөг өндөртэй хүнс юм. Илчлэгийн агууламж өндөртэй хүнс буюу нэгж хэмжээндээ өндөр илчлэг агуулсан хүнс үнийн хувьд хямд байх нь түгээмэл байдаг. Иймээс ядуу өрхүүдийн хувьд илчлэг чанар өндөртэй, цатгах шинж чанартай, гэхдээ тэжээллэг багатай хүнс сонгох нь нийтлэг хандлага юм.

Хүнсний үнийн өсөлт, хөөргөдөл өрхийн нийт зардалд эзлэх хүнсний хувийг нэмэгдүүлж өрх ядуурлын түвшинд улам ойртоно. Эдгээр өрх урьд нь хэрэглэдэг хүнсээ илүү хямд хүнсээр орлуулж хэрэглэх, улмаар нэгэнт хамгийн доод үнээр худалдан авч буй үндсэн хүнснийхээ хэрэглэх хэмжээг багасгахаас гадна хүнснээс бусад хэрэглээ, тухайлбал эрүүл мэнд, боловсролд зарцуулах зардлаа хасахад хүргэдэг.

Өрхийн хүнсний аюулгүй байдлын эмзэг байдлыг тодорхойлоход анхаарах ёстой бас нэг зүйл бол хүнс, хоолоо ямар эх үүсвэрээс авч байгааг тогтоох явдал юм. судалгааны үр дүнгээс үзэхэд хоёр үндсэн эх үүсвэрээс хүнсээ хангаж байна. нэгдүгээрт өрхийн хүнсийг өөрийн хувийн аж ахуй, үйлдвэрлэлээс шууд авч хэрэглэж байна. Тухайлбал, мал аж ахуй, газар тариалангийн бүтээгдэхүүнүүд гэх мэт. Хоёрдугаарт, зах зээлээс буюу дэлгүүр, зах, бусад худалдааны байгууллагаас худалдан авна. Өрхийн хүнсний хэрэглээнд нийтийн хоолны үйлчилгээ (сургууль, цэцэрлэгийн хоол, ажилчдын хоол үйлчилгээ г.м), тусламж, нийгмийн халамжийн үйлчилгээ (хүнсний талон г.м) эсвэл хамаатан садан, найз нөхөд болон бусад замаар хандивласан, бэлэглэсэн хүнсний хэмжээ нөлөөлж болно.

Хотын өрхийн хүнсний хэрэглээ зах зээлээс шууд хамааралтай байна. 2014 оны байдлаар өрхийн нийт хүнсний 93.73% худалдан авсан хүнс байсан бол 2018

онд энэ үзүүлэлт 89.95% болжээ (Хүснэгт: 02 харна уу). Үүний зэрэгцээ хотын өрхийн гадуур хооллох байдал энэ хугацаанд 1.95%-аас 5.51% хүртэл өссөн байна. Харин хөдөөгийн өрхийн хувьд өрхийн өөрийн хүнсний үйлдвэрлэл өрхийн хүнсний аюулгүй байдалд чухал үүрэгтэй байна. 2014 оны байдлаар хөдөөгийн өрхийн хүнсний хэрэглээний 23.42% нь өөрийн аж ахуйг (Хүснэгт: 02 харна уу)-аас авч байсан бол сүүлийн жилүүдэд энэ үзүүлэлт буурах хандлага ажиглагдаж байна. Хөдөөгийн өрхийн хүнсний хэрэглээнд зах зээлээс худалдаж авч буй хүнс 70% орчим хувийг эзэлж байна. Харин гадуур хооллолт маш хязгаарлагдмал байна.

Өрхийн байршил	Он	Нийт хүнсний хэрэглээнд эзлэх хэмжээ, %			
		Худалдан авсан хүнс	Өөрийн аж ахуйгаас хэрэглэсэн хүнс	Өрхөөс гадуур хооллосон хүнс	Бусдаас үнэгүй авсан хүнс
Хот	2014	93.73	1.18	1.95	3.14
	2016	90.70	0.94	4.38	3.97
	2018	89.85	0.85	5.51	3.79
Хөдөө	2014	70.64	23.42	0.82	5.12
	2016	72.79	20.41	0.46	6.34
	2018	74.91	18.60	0.76	5.74

Хүснэгт:02, Хот, хөдөөгийн өрхийн хүнсний эх үүсвэр, илчлэгт эзлэх хувиар

Монгол улсын хэмжээнд бүс нутгаар авч үзвэл баруун бүсэд оршин суудаг өрх айлууд өөрийн аж ахуйгаас хэрэглэдэг хүнсний хэмжээ бусад байршилтай харьцуулахад хамгийн өндөр байсан бол гадуур хооллох байдал хамгийн доогуур үзүүлэлттэй байна (Хүснэгт:03 харна уу). Зүүн болон Төвийн бүсийн өрхийн хүнсний хангамж зах зээлийн нийлүүлэлтээс ихээхэн хамааралтай байна. Өрхийн хүнсний хэрэглээнд гадуур хооллох байдал 2018 оны байдлаар Улаанбаатар хотын өрхөд хамгийн өндөр буюу 6.07%-тай байна.

Байршил	Он	Нийт хүнсний хэрэглээнд эзлэх хэмжээ, хувь			
		Худалдан авсан хүнс	Өөрийн аж ахуйгаас хэрэглэсэн хүнс	Өрхөөс гадуур хооллосон хүнс	Бусдаас үнэгүй авсан хүнс
Баруун	2014	73.62	22.50	0.35	3.53
	2016	76.31	18.54	0.48	4.68
	2018	80.10	15.65	0.40	3.86
Хангай	2014	78.20	16.27	1.00	4.53
	2016	77.21	14.08	2.46	6.25
	2018	78.61	13.60	2.11	5.68
Төв	2014	81.63	10.82	2.02	5.53
	2016	83.75	8.09	2.08	6.08
	2018	81.48	9.70	3.26	5.57
Зүүн	2014	81.35	11.70	0.71	6.24
	2016	82.35	9.42	1.45	6.79

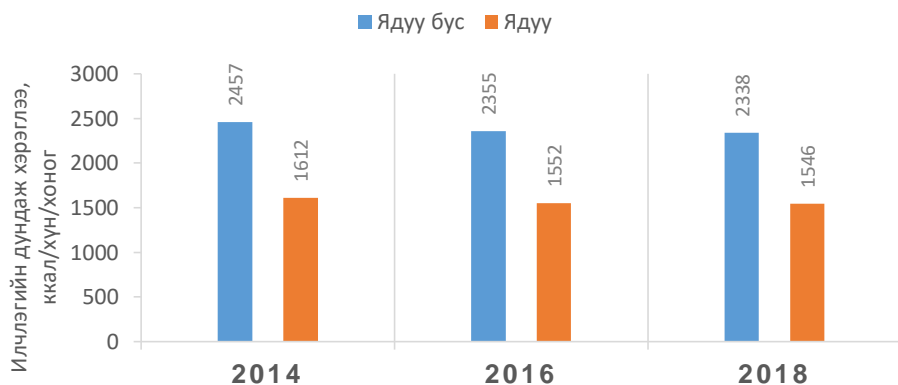
	2018	80.24	8.65	2.53	8.58
Улаанбаатар	2014	94.69	0.49	2.17	2.65
	2016	91.52	0.33	4.81	3.34
	2018	90.47	0.35	6.07	3.11

Хүснэгт: 03, Өрхийн газарзүйн байршлаар хүнсний хэрэглээний эх үүсвэр, илчлэгт эзлэх хувиар

Хүнсний хэрэглээнд өөрийн аж ахуйгаас нийлүүлсэн хүнс чухал байр эзэлдэг өрхийн хувьд хүнсний аюулгүй байдалд хүнээс хамаарал багатай бэрхшээл, тухайлбал **байгалийн гамшиг, ган, зуд, үер усны аюул мөн амьжиргааны цөөн эх үүсвэртэй байх** (солонгорол бага) зэрэг нь хүчтэй нөлөө үзүүлнэ. Өрхийн өөрийн аж ахуйгаас хүнсээ хангаад зогсохгүй тэр нь мөн орлогын чухал эх үүсвэр болдог. Иймээс мал аж ахуйгаа алдах, газар ашиглах эрхээ алдах, эсвэл өвчин эмгэгээс шалтгаалж хөдөлмөрийн чадвар алдагдах, эсвэл борлуулж худалдаалдаг бүтээгдэхүүнийх нь зах зээлийн үнэ буурах зэрэг шалтгаанаас өрхийн хүнсний аюулгүй байдал баталгаагүй болдог. Хэдийгээр дээрх бэрхшээл, хүндрэлүүд тухайн газар нутаг, эсвэл тухайн нэг өрхийн хувьд тохиолдох ч хамрах хүрээ, гүнзгийрэл зэрэг нь улсын эдийн засгийн өсөлт, мөнгөний инфляц, бусад эдийн засгийн үзүүлэлтэд нөлөөлдөг байна.

Нөгөө талаас хүнсний үнийн өсөлт, хөөргөдөл зэрэг нь голчлон зах зээлээс хүнсээ худалдан авдаг өрхийн хүнсний аюулгүй байдалд сөрөг нөлөө үзүүлнэ. Цалин хөлс буурах, ажилгүй болох зэрэг эдийн засгийн хүчин зүйлүүд тэдгээр өрхийн хүнсний аюулгүй байдалд хүнд цохилт болох нь дамжиггүй юм.

Өрхийн нэг гишүүнд ноогдох илчлэгийн хэрэглээ нь 2018 оны байдлаар ядуу өрхийн нэг хүнд харгалзаж байгаа илчлэгийн дундаж хэрэглээ 1546 ккал байжээ (зураг:04). Энэ нь 2014 оны үзүүлэлттэй харьцуулахад 4.1%-аар буурсан үзүүлэлт юм. Ядуу болон ядуу бус өрхийн нэг гишүүний илчлэгийн дундаж хэрэглээний ялгаа 800 ккал байна.



Зураг:04 . Ядуу ба ядуу бус өрхийн нэг хүнд ноогдох илчлэгийн дундаж хэрэглээ

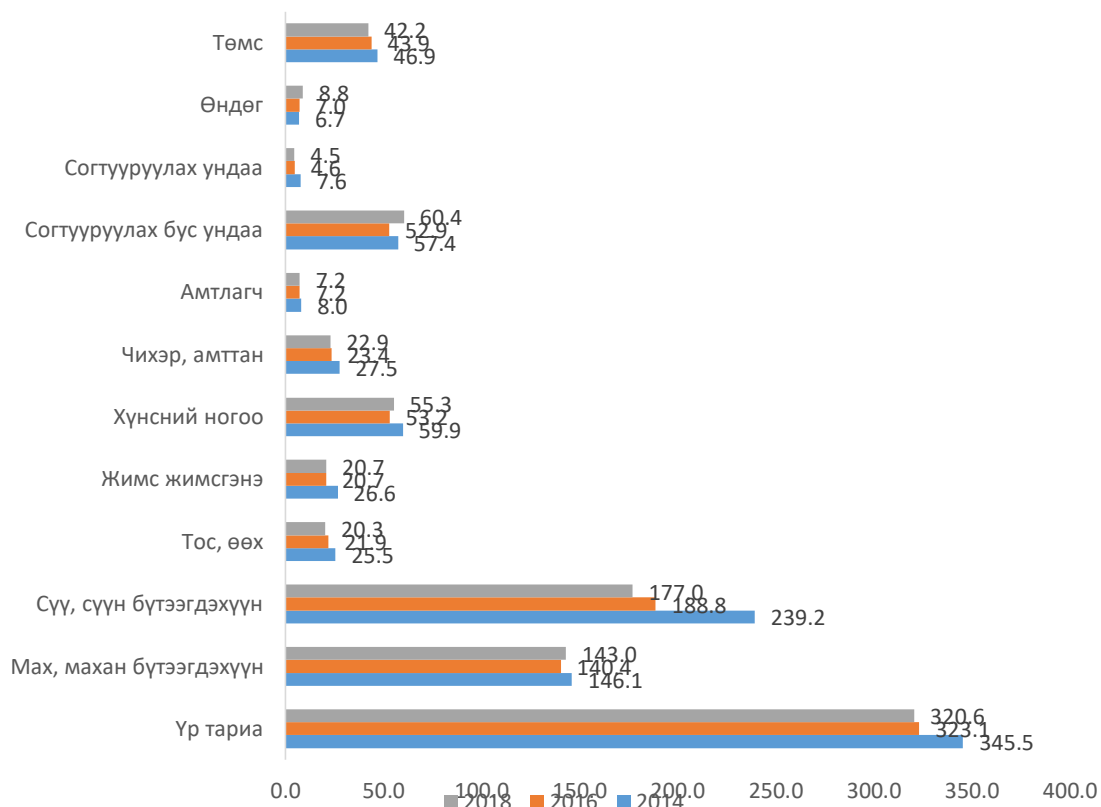
Нэг хүнд ноогдох хүнсний бүтээгдэхүүний өдрийн хэрэглээ нь хүнс, шим тэжээлийн аюулгүй байдлын үнэлгээнд ямар хүнс шим тэжээлийн үндсэн бодисын эх үүсвэр болж байгааг тодорхойлох нь чухал байдаг. Өрхийн хүнсний хэрэглээний судалгаанд нийт 131 нэр төрлийн бүтээгдэхүүн бүртгэгдсэн байна. Эдгээр хүнсний бүтээгдэхүүнийг хүснэгтэд үзүүлсний дагуу нийт 17 бүлэгт

ангилж бүлэглэв (Хүснэгт:04).

№	Хүнсний бүлэг	Тодорхойлолт
1	Үр тариа	Бүх төрлийн гурил, будаа, гоймон, талх, тэдгээрээр хийсэн бүтээгдэхүүн, жишээ нь жигнэмэг, нарийн боов, бусад гурилан бүтээгдэхүүн гэх мэт
2	Мах, махан бүтээгдэхүүн	Бүх төрлийн малын мах, тахиа шувууны мах, гахайн мах, ангийн мах, дотор мах, тэдгээрээр хийсэн бүтээгдэхүүн, жишээ нь хиам, зайдас, махны нөөш гэх мэт
3	Загас, далайн бүтээгдэхүүн	Бүх төрлийн загас, далайн гаралтай махан бүтээгдэхүүн, жишээ нь хавч, сам хорхой гэх мэт, тэдгээрээр хийсэн бүтээгдэхүүн
4	Сүү, сүүн бүтээгдэхүүн	Бүх төрлийн малын сүү, сүүгээр хийсэн бүтээгдэхүүнүүд, жишээ нь тараг, амталсан тараг, аарц, ааруул, хоормог, айраг гэх мэт
5	Тос, өөх	Бүх төрлийн малын өөх, өөхөн тос, гахайн тос, цөцгийн тос, маргарин, шар тос, ургамлын тос, бусад тос
6	Жимс, жимсгэнэ	Бүрх төрлийн шинэ болон хатаасан жимс, жимсгэнэ
7	Хүнсний ногоо	Төмснөөс бусад бүх төрлийн хүнсний ногоо
8	Шош, буурцаг	Бүх төрлийн шош, буурцаг, тэдгээрээр хийсэн бүтээгдэхүүн
9	Чихэр, амттан	Бүх төрлийн чихэр, шоколад, зөгийн бал, зайрмаг, жимсний чанамал, элсэн чихэр, бусад чихрийн агууламж өндөртэй бүтээгдэхүүн
10	Амтлагч	Кетчуп, майонез, давс, цуу, хатаасан амтлагч бэлдмэлүүд
11	Цай, кофе	Бүх төрлийн цай, кофе
12	Согтууруулах бус ундаа	Чихэрлэг амт оруулсан/орлуулаагүй ундаа, жүүс, спортын ундаа, савласан ус гэх мэт
13	Согтууруулах ундаа	Архи, пиво, виски, дарс, бусад спиртийн агууламжтай ундаа
14	Өндөг	Шинэ ба хатаасан өндөг
15	Төмс	Төмс
16	Самар	Зэрлэг болон таримал самар, самрын бүтээгдэхүүн
17	Бусад	Пицца, хүүхдийн тэжээл, хөлдөөсөн банш, бууз, бусад түргэн хоол, хүнсний нэмэлт гэх мэт

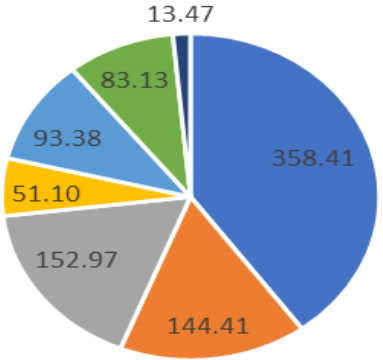
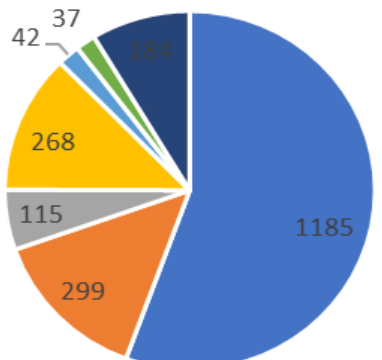
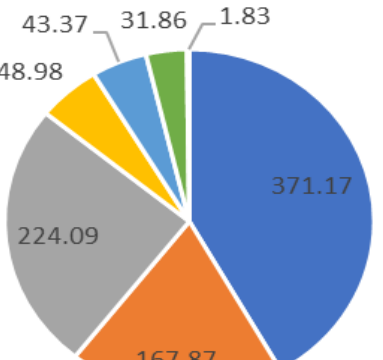
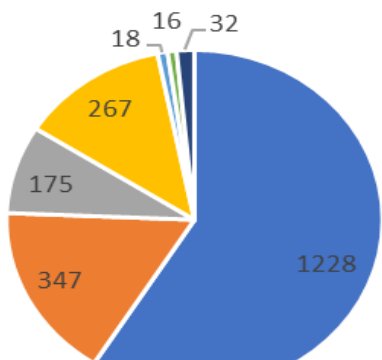
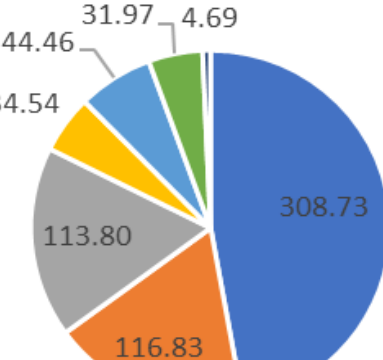
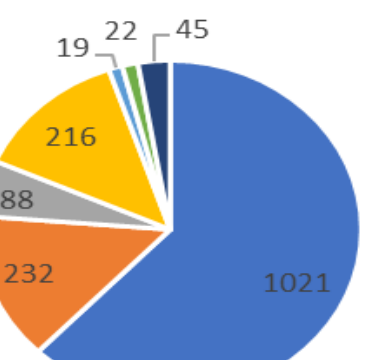
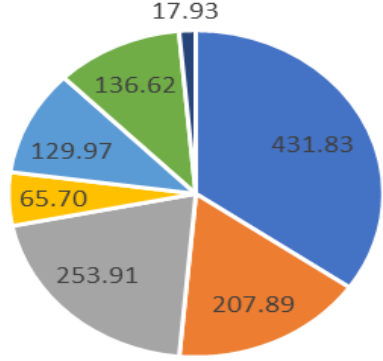
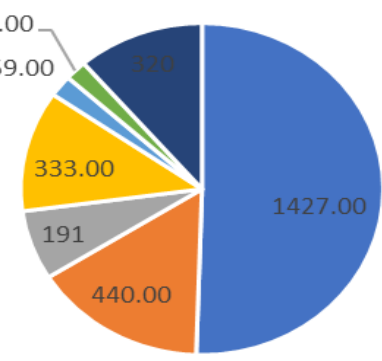
Хүснэгт:04 . Хүнсний бүлэг ба бүлгийн тодорхойлолт

2014-2018 онуудад өрхийн нэг хүнд хоногт ногдох хүнсний бүтээгдэхүүний хэрэглээний чиг хандлага бага зэрэг өөрчлөгдсөн байна. (Зураг:05). Гурил, мах, сүү нь Монгол өрхийн хамгийн өргөн хэрэглээтэй хүнс байна.



Зураг:05, Өрхийн нэг хүнд хоногт ногдох хүнсний бүтээгдэхүүний дундаж хэрэглээ, хүнсний бүлгээр, (хүн хоног) 2014-2018 он

Өрхийн хүнсний хэрэглээний хэв маяг, тоо хэмжээ өрхийн байршил, эдийн засгийн байдлаас хамаарч харилцан адилгүй байна. Хүнсний хэрэглээний тоо хэмжээ, хоногийн хоолны нийт илчлэгт хүнсний бүлгийн эзлэх хувийг харьцуулж үзвэл орлогын түвшин хамгийн доогуур өрхийн илчлэгийг бүрдүүлж байгаа голлох хүнс бол үр тариа, чихэр, өөх тосны хэрэглээ, мах, махан бүтээгдэхүүн байна. Харин орлогын түвшин дээгүүр өрхийн илчлэгт дээрх хүнснээс гадна бусад буюу самар, загас болон далайн хүнс, жимс, өндөг, цай, кофе, ундаа усны хэрэглээ дээгүүр байна (Зураг:06).

	Хүнсний дундаж хэрэглээ		Илчлэгийн дундаж хэрэглээ	
Хот	 <p>НИЙТ 896.88 г/хоног/ хүн</p>		 <p>НИЙТ 2130.84 ккал/хон ог/хүн</p>	
Хөдөө	 <p>НИЙТ 889.17 г/хоног/ хүн</p>		 <p>НИЙТ 2082.42 ккал/хон ог/хүн</p>	
Орлогын доогуур түвшин	 <p>НИЙТ 655.02 г/хоног/ хүн</p>		 <p>НИЙТ 1642.60 ккал/хон ог/хүн</p>	
Орлогын дээгүүр түвшин	 <p>НИЙТ 1243.85 г/хоног/ хүн</p>		 <p>НИЙТ 2825.10 ккал/хон ог/хүн</p>	

■ Үр тариа	■ Мах, махан бүтээгдэхүүн	■ Сүү, сүүн бүтээгдэхүүн
■ Чихэр, амттан, амтлагч, тос	■ Жимс, хүнсний ногоо	■ Ундаа, ус
■ Бусад		

Зураг:06, Хэмжээ ба илчлэгээр илэрхийлсэн өрхийн хүнсний бүлгийн хэрэглээ, өрхийн орлого ба өрхийн байршлаар, 2018 он

Үр тариа, мах, сүү, тос, хүнсний ногоо, жимсний зэрэг гол хүнсний бүлэгт хамрагдах хамгийн өргөн хэрэглээтэй хүнсний эхний таван нэр төрлийг эрэмбэлж Хүснэгт:05,06-д үзүүлэв. Хотын өрх үр тарианы бүлгийн хүнснээс хамгийн өргөн хэрэглээтэй нь талх байсан бол хөдөөгийн өрх буудайн 1-р зэргийн гурил түлхүү хэрэглэж байна. Хөдөөгийн өрхийн түлхүү хэрэглэдэг үр тарианы хүнсэнд цагаан будаа, талх, боорцог, гоймон багтаж байгаа бол хотын өрхөд буудайн 1-р зэргийн гурил, боорцог боов, цагаан будаа, гоймон зэрэг байна. Хэдийгээр дээрх 5 хүнс хот, хөдөөгийн өрхөд нийтлэг хэрэглэдэг үр тарианы бүлгийн хүнс боловч хэрэглээний хэмжээ нь харилцан адилгүй байна /Хүснэгт /.

Хот		Хөдөө	
Талх	86.40	Буудайн гурил 1-р зэрэг	183.43
Буудайн гурил 1-р зэрэг	71.20	Цагаан будаа	46.54
Боорцог, боов	56.59	Талх	36.72
Цагаан будаа	40.95	Боорцог, боов	24.45
Гоймон	14.66	Гоймон	14.61

Хүснэгт:05, Үр тарианы бүлгийн хүнснээс хамгийн түгээмэл хэрэглээтэй хүнсний дундаж хэмжээ, г/хүн/хоног

Хонь болон үхрийн мах хот, хөдөөгийн өрхийн аль алинд хамгийн түгээмэл хэрэглээтэй мах байна. Хөдөөгийн өрхийн хувьд ямааны мах, дотор мах, адууны мах хэрэглээний дараагийн түвшинд эрэмбэлэгдэж байгаа бол хотын өрхөд дотор мах, хиам, ямааны мах зэрэг нь түлхүү хэрэглэдэг махны бүлгийн хүнс байна (Хүснэгт:06).

Хот		Хөдөө	
Хонины мах	53.72	Хонины мах	74.20
Үхрийн мах	33.50	Үхрийн мах	39.32
Дотор мах	9.43	Ямааны мах	26.76
Хиам	8.40	Дотор мах	8.60
Ямааны мах	6.31	Адууны мах	6.77

Хүснэгт:06, Махны бүлгийн хүнснээс хамгийн түгээмэл хэрэглээтэй хүнсний дундаж хэмжээ, (г/хүн/хоног)

Хот, хөдөөгийн өрхийн хүнсний хэрэглээнд сүүний бүлгээс үнээний сүү ба тараг давамгайлж байна. Аарц, гүүний сүү, өтгөрүүлсэн сүү зэрэг нь хотын өрхийн сүүний бүлгийн түгээмэл хүнс бол хөдөөгийн өрхөд ааруул, гүүний сүү, аарцыг түлхүү хэрэглэдэг байна /Хүснэгт 13/.

Хот		Хөдөө	
Үнээний сүү	101.12	Үнээний сүү	171.78
Тараг	31.80	Тараг	29.34
Аарц	3.45	Ааруул	7.12
Гүүний сүү	2.98	Гүүний сүү	7.00
Өтгөрүүлсэн сүү	2.29	Аарц	3.28

Хүснэгт:07, Сүүний бүлгийн хүнснээс хамгийн түгээмэл хэрэглээтэй хүнсний дундаж хэмжээ, г/хүн/хоног

Тосны бүлгийн хүнснээс ургамлын тос хот, хөдөөгийн аль алинд өргөн хэрэглээтэй байна. Хөдөөгийн өрх өөхөн тос, өрөм, цөцгийн тос, шар тосыг, харин хотын өрх цөцгийн тос, өрөм, өөхөн тос, шар тосны хэрэглээний тосны бүлгийн хүнсэнд хамгийн түгээмэл хэрэглээтэй байна (Хүснэгт:08).

Хот		Хөдөө	
Ургамлын тос	7.93	Ургамлын тос	8.67
Цөцгийн тос	7.40	Өөхөн тос	5.90
Өрөм	1.36	Өрөм	5.39
Өөхөн тос	1.24	Цөцгийн тос	2.25
Шар тос	0.45	Шар тос	1.17

Хүснэгт:08, Тосны бүлгийн хүнснээс хамгийн түгээмэл хэрэглээтэй хүнсний дундаж хэмжээ, г/хүн/хоног

Төмс, хүнсний ногооны бүлгээс төмсний өрхийн нэг хүнд ногдох хэмжээ хот хөдөөгийн өрхөд ойролцоо байна. Харин хотын өрх лууван, байцаа, өргөст хэмх, шар манжинг хүнсний ногооноос хамгийн түлхүү хэрэглэдэг бол хөдөөгийн өрх сонгино, лууван, байцаа, шар манжин мөн нөөшилсөн ногоог хэрэглэж байна. Гэхдээ хөдөөгийн өрхийн нэг хүнд ногдох хүнсний ногооны хэмжээ хотын өрхийнхөөс доогуур байна (Хүснэгт:09).

Хот		Хөдөө	
Төмс	43.07	Төмс	40.37
Лууван	17.25	Сонгино	12.49
Сонгино	14.56	Лууван	8.68
Байцаа	13.78	Байцаа	6.89
Өргөст хэмх	4.50	Манжин, шар	2.51
Манжин, шар	4.04	Нөөшилсөн ногоо	0.75

Хүснэгт:09, Төмс, хүнсний ногооны бүлгийн хүнснээс хамгийн түгээмэл хэрэглээтэй хүнсний дундаж хэмжээ, г/хүн/хоног

Хэдийгээр хот, хөдөөгийн өрхийн нэг хүнд ногдох жимсний хэрэглээ маш доогуур байгаа ч хамгийн өргөн хэрэглээтэй жимс нь алим байна. Амтат жүрж, хатаасан жимс болон бусад жимс энэ бүлгийн түлхүү хэрэглэдэг жагсаалтад багтсан байна (Хүснэгт:10).

Хот		Хөдөө	
Алим	10.53	Бусад жимс	6.89
Бусад жимс	4.16	Алим	4.53
Алимын нухаш	3.24	Амтат жүрж	1.72
Амтат жүрж	2.34	Тарвас	1.00
Хатаасан жимс	1.44	Алимын нухаш	0.96

Хүснэгт:10, Жимсний бүлгийн хүнснээс хамгийн түгээмэл хэрэглээтэй хүнсний дундаж

6.4, Өрхийн нэг хүнд ногдох бичил шимт бодисын хэрэглээ

Өрхийн хүнс, шим тэжээлийн аюулгүй байдлын үнэлгээ хоногийн илчлэг, түүнийг нөхцөлдүүлж буй үндсэн шимт бодис болон хүнсний бүлгийн хэрэглээнд үндэслэхээс гадна хоол хүнсний тэжээллэг байдлын чанарыг илэрхийлэх бичил тэжээлийн хэрэглээг авч үзэх шаардлагатай байдаг. Тэжээллэг чанар муутай хоол хүнс нь бичил шимт бодисын дутагдал буюу “далд өлсгөлөн”-нд хүргэнэ. “Далд өлсгөлөн”-өөс үүдэлтэй төрөлтийн хүндрэл, хүүхдийн өсөлт бууралт, олон төрлийн өвчинд өртөмхий болох, сэтгэн бодох чадварт сөргөөр нөлөөлөх зэрэг эрүүл мэндийн олон талын сөрөг үр дагавар бий болдог. Үүнээс гадна хүн амын зохисгүй харьцаатай хүнсний хэрэглээ биеийн жин нэмэгдэх, таргалах гол хүчин зүйлийн нэг болж улмаар чихрийн шижин, зүрх судасны өвчин, даралт ихсэлт болон бусад халдварын бус олон өвчний шалтгаан болдог. Олон төрлийн хүнсийг илчлэгийн зохистой хэрэглээтэй уялдуулах нь шим тэжээлийн зохистой харьцааг хадгалах хамгийн чухал зарчим юм. Хүнсний хангамжийн байдал хүн амын дундах шим тэжээлийн доройтол, дутагдлыг арилгахад хэрхэн нөлөөлж байгааг тодорхойлж хүн амын эрүүл, тэжээллэг хүнсний хүртээмжийг сайжруулах нь хүнсний аюулгүй байдлын бодлогын нэн тэргүүний зарчим болох ёстой.

Бичил тэжээлийн бодист аминдэм ба эрдэс бодис хамаарна. Өрхийн нэг гишүүнд ногдох аминдэм А, аминдэм В1, В6, фолийн хүчил, аминдэм С-ийн дундаж хэрэглээ жишсэн дундаж хүний зөвлөмж хэмжээнээс 1.5-2 дахин бага байна (Хүснэгт:11). Эдгээр бичил тэжээлийн дундаж хэрэглээний байдал өрхийн орлогын хамгийн доод түвшинд зөвлөмж хэмжээний талаас доогуур хэмжээтэй байна. Аминдэм С ба фолийн хүчлийн дундаж хэрэглээ өрхийн нийгэм-эдийн засгийн бүх давхаргад хамгийн доод хэрэглээтэй буюу харгалзан 11.5-41.1 мг/хүн/хоног ба 74.97-165.0 мкг/хүн/хоног байна. Хөдөөгийн ядуу өрх бичил тэжээлийн хамгийн бага хэрэглээтэй бөгөөд тэжээллэг чанар багатай хүнсний хэрэглээтэй байх магадлалтай юм.

	А (мкг)	В1 (мг)	В2 (мг)	В6 (мг)	Фолийн н хүчил (мкг)	В12 (мкг)	С (мг)
Зөвлөмж хэмжээ	600	1.2	1.3	1.3	400	2.4	45
Нийт	325	0.74	1.25	0.64	112.89	2.25	22.7
Орлогын хамгийн доод түвшин	269	0.56	0.92	0.49	81.17	2.71	12.7
Орлогын хамгийн дээд түвшин	433	1.05	1.80	0.89	165.00	2.14	41.1
Хот	374	0.77	1.26	0.65	124.24	2.40	27.8
Хөдөө	229	0.68	1.25	0.60	90.59	1.97	12.6
Ядуу бус	353	0.83	1.41	0.70	127.90	2.07	27.1
Ядуу	255	0.52	0.86	0.47	74.97	2.70	11.5

Хүснэгт:11, Өрхийн аминдэмийн дундаж хэрэглээ (хүн/хоног), 2018.

Хоол хүнснээс авах эрдэс бодисын хэрэглээнд кальци хамгийн хангалтгүй хэрэглээтэй байна. Ядуу ба орлогын хамгийн доод түвшний өрхийн нэг гишүүнд ногдох кальцийн хэрэглээ 210.3 мг/хүн/хоног, 228.5мг/хүн/хоног тус тус байгаа нь хүнснээс хэрэглэх кальцийн дундаж хэмжээ зөвлөмж хэмжээнээс даруй 5 дахин бага байгааг харуулж байна (Хүснэгт:12). Кальцийн дундаж хэрэглээ хамгийн өндөртэй бүлэг буюу орлогын түвшнээр чинээлэг өрхийн нэг хүнд ногдох кальцийн дундаж хэрэглээ 511.7 мг/хүн/хоног байгаа нь зөвлөмж хэмжээнээс доогуур үзүүлэлт юм. Төмөр ба цайр эрдэс бодисын хувьд хэрэглээний доогуур түвшинтэй өрхүүдэд ядуу болон орлогын доогуур түвшний өрх хамрагдаж байна.

	Кальци, (мг)	Төмөр (мг)	Цайр, (мг)
Зөвлөмж хэмжээ	1000	11.4	7
Нийт	343.7	11.7	7.4
Орлогын хамгийн доод түвшин	228.5	8.9	5.4
Орлогын хамгийн дээд түвшин	511.7	16.3	10.5
Хот	335.7	12.0	7.4
Хөдөө	359.4	11.3	7.4
Ядуу бус	396.5	13.1	8.3
Ядуу	210.3	8.4	5.1

Хүснэгт:12, Өрхийн эрдэс бодисын дундаж хэрэглээ (хүн/хоног), 2018.

Бичил тэжээлийн хэрэглээний үзүүлэлтэд анхаарах ёстой нэг зүйл бол хэрэглээний хэмжээ нь хүний биед шингэх, шимэгдэх хэмжээнээс ялгаатай байдаг. Учир нь хүнсийг хадгалах болон боловсруулах арга, бусад хүнстэй хольж хэрэглэсэн байдал зэрэг нь бичил тэжээлийн хүний биед шингэх үйл явцад ихээхэн нөлөөлдөг. Тухайлбал, жимс, хүнсний ногооны хураалтын дараах нөхцөл /нам температур, богино хадгалалтын хугацаа г.м/ зэрэг С аминдэмийн алдагдлыг багасгана. Лууванг дулааны боловсруулалтад оруулж хэрэглэвэл А аминдэмийн урьтал нэгдэл β-каротин хүний биед шингэх боломжийг нэмэгдүүлнэ. Тосонд уусдаг аминдэмийн шимэгдлийг өөх тос дэмждэг байхад С аминдэмийн хэрэглээ гемийн ба гемийн биш төмрийн шимэгдлийг сайжруулж, харин цай, кофенд агуулагдах таннин төмрийн шингээлтийг бууруулдаг байна. Хүнсэнд агуулагдах бичил шимт бодисын хэмжээнд дээрх нөхцөлүүдийг тооцож үзээгүй байдаг тул эдгээр шимт бодисын бодит хэрэглээ тооцооллоос доогуур байх магадлалтай юм.

6.5, Хооллолтын хэв маяг ба олон төрлийн хүнсний хэрэглээний үнэлгээ

Хүнсний хэрэглээний чанарын үзүүлэлт хүнсний аюулгүй байдал болон хүн амын дундах шим тэжээлийн үр дагаврын харилцан хамаарлыг тодорхойлно. Өөрөөр хэлбэл, хүн амд хүнс хоол хангалттай хэмжээгээр хүртэх боломж байгаад зогсохгүй тэдгээр хүнс нь шимт чанартай, тэжээллэг байх нь хүн амын эрүүл хооллох нөхцөлийн чухал хэсэг юм. Хоол хүнсний тэжээллэг чанарыг үнэлэхэд хоол хүнсний олон янз байдал, хэмжээ, тохируулсан хэрэглээ ба зохистой харьцааг авч үздэг. Хүн амын хооллолтын байдал, хүнсний олон янз хэрэглээний хэв маягийг тодорхойлох нь нь хүн амын дундах бичил шимт бодисын дутагдал, өлсгөлөн, илүүдэл жин, таргалалтыг бууруулахад ихээхэн ач холбогдолтой юм.

Өрхийн хүнсний хэрэглээнд үндэслэн өрхийн гишүүд, тухайлбал хүүхэд, эмэгтэйчүүд, зохистой хооллож байгаа эсэхийг дүгнэх боломжгүй учир нь өрх доторх гишүүдийн хувьд хүнс хэрхэн хуваарилагдаж байгаа нь тодорхойгүй юм. Гэсэн хэдий ч өрхийн түвшинд хүнсний хэрэглээ зохистой харьцаатай эсэхийг тодорхойлж болно. Хүн амын дундах хүнсний зохистой харьцаа бүхий хэрэглээтэй өрхийн эзлэх хувийг хэрэглэж байгаа хүнсний уураг, нүүрс ус, өөх тосны илчлэгт эзлэх харьцаагаар үнэлж болно. Хэрэв хүнсний зохистой хэрэглээтэй өрхийн тоо бага байвал энэ нь өрхийн гишүүдийн, улмаар хүн амын нийгмийн эрүүл мэнд, тэр дундаа шим тэжээлийн байдалд сөрөг үр дагавартай байх магадлалтайг гэрчилнэ.

	Хамгийн доогуур	Доогуур	Дундаж	Дээгүүр	Хамгийн дээгүүр
Үндсэн шимт бодисын зохистой хэрэглээтэй өрх	45.9	46.0	45.8	40.8	37.5
Илчлэгт эзлэх хувиар үндсэн шимт бодисын аль нь ч зохистой хэмжээнд биш байгаа өрх	7.6	10.0	10.0	12.4	16.2
Уургийн илчлэгт эзлэх зохистой хэрэглээний хамгийн бага хэмжээнээс доогуур хэрэглээтэй өрх (10%)	1.0	0.6	0.9	0.7	0.4
Уургийн илчлэгт эзлэх зохистой хэрэглээний хамгийн их хэмжээнээс дээгүүр хэрэглээтэй өрх (10%)	37.6	40.0	38.7	42.9	46.3
Өөх тосны илчлэгт эзлэх зохистой хэрэглээний хамгийн бага хэмжээнээс доогуур хэрэглээтэй өрх (15%)	3.4	1.7	0.9	1.2	0.9
Өөх тосны илчлэгт эзлэх зохистой хэрэглээний хамгийн их хэмжээнээс дээгүүр хэрэглээтэй өрх (30%)	21.2	22.6	24.7	27.4	31.7
Нүүрс усны илчлэгт эзлэх зохистой хэрэглээний хамгийн бага хэмжээнээс доогуур хэрэглээтэй өрх (55%)	20.7	24.0	24.2	27.4	34.3
Нүүрс усны илчлэгт эзлэх зохистой хэрэглээний хамгийн их хэмжээнээс дээгүүр хэрэглээтэй өрх (75%)	0.2	0.2	0.0	0.0	0.2

Хүснэгт:13, Өрхийн хэрэглээний түвшнээс хамааруулан үндсэн шимт бодисын хэрэглээ зохистой хэмжээнээс доогуур, дээгүүр эсвэл хэвийн байгаа өрхийн эзлэх хувь

Тэжээллэг чанартай хоол хүнсний хэрэглээг илэрхийлэх бас нэг зүйл бол олон нэрийн хүнс хэрэглэснээр биш харин хэдэн төрөл зүйлийн хүнс хэрэглэсэн байдал юм. Олон төрөл зүйлийн хүнс хэрэглэх явдал улс орны, олон улсын эрүүл

хооллолтын зөвлөмжид байнга тусгасан байдаг. Хүнс бүр шимт бодисын агууламжаар харилцан адилгүй байдаг тул олон төрөл зүйлийн хүнс хэрэглэснээр шим тэжээлийн хэрэгцээг хоол хүнсээр бүрэн хангах боломжтой юм. Хүнсний хангамж хязгаарлагдмал бүс нутгийн хүн амын хооллолтод гол төлөв цагтах чанартай хүнс, тухайлбал гурил, будаа, төмс болон бусад цардуулын өндөр агууламжтай, тэжээллэг чанар багатай хүнс давамгайлдаг. Хүнсний ногоо, жимс жимсгэнэ, тэжээллэг чанар өндөртэй амьтны гаралтай хүнс, тухайлбал мах, өндөг, загас, сүүн бүтээгдэхүүн зэрэг нь хоол хүнсний хэрэглээний төрөл зүйлийг нэмэгдүүлээд зогсохгүй шим тэжээл, тэр дундаа бичил тэжээлийн хэрэгцээг хангахад чухал ач холбогдолтой юм. Хүн амын хүнс хоолны олон төрөл зүйлийн хэрэглээ нь тогтвортой хүнс, хөдөө аж ахуйн тогтолцооны нэг чухал үзүүлэлт болдог бөгөөд хүн амын эрүүл мэндийг тэжээллэг, зохистой хооллолтоор хамгаалах дам шалгуур үзүүлэлт болно.

Өрхийн түвшинд олон төрөл зүйлийн хүнсний хэрэглээг илтгэх үзүүлэлт бол Өрхийн хэрэглээ ба зарцуулалтын судалгаанд үндэслэсэн Хүнсний олон төрөл зүйлийн хэрэглээний оноо (ӨХЗС-ХОТЗХО) бөгөөд хүнсний тэжээллэг чанарыг тодорхойлох зорилгоор хэрэглэсэн хүнсний төрөл зүйлийг тоолж оноогоор илэрхийлэх энгийн арга юм.

Үзүүлэлт	ОТХХО	ОТХХО-л харгалзах илчлэгийн хэрэглээ (ккал/хүн/хоног)	Нийт илчлэгийн хэрэглээ (ккал/хүн/хоног)
Улс	10	2007	2114
Хот	10	1982	2129
Хөдөө	8	2057	2084
Орлогын түвшин			
Хамгийн доогуур	9	1610	1642
Доогуур	10	1848	1909
Дундаж	10	2086	2187
Дээгүүр	10	2301	2455
Хамгийн дээгүүр	10	2560	2830

Хүснэгт: 14, ОТХХО-оог тооцоход харгалзах хүнсний ба нийт илчлэгийн нэг хүнд ногдох илчлэгийн хэрэглээ, өрхийн орлогын түвшин ба байршлаар нь.

6.6, Хүн амын хүнсний хэрэглээ ба шим тэжээлийн байдал

Тэжээллэг, зохистой хооллолт хүний эрүүл байж, идэвхтэй амьдрахад хамгийн чухал юм. Хоол хүнс нь бие махбодыг тэтгэх, өсөлтийг дэмжих, эрүүл байхад шаардлагатай шим тэжээл-илчлэг, уураг, өөх тос, аминдэм, эрдэс бодисын үндсэн эх үүсвэр болдог. Эрүүл, амьдралын идэвхтэй хүн ам тухайн улс орны хөгжлийг тодорхойлох нь ойлгомжтой юм. Иймээс хүн амын шим тэжээлийн асуудал зөвхөн тогтвортой хөгжлийн зорилгын хүрээнд хүрэх үр дүнгийн асуудал биш, харин улс орны ирээдүйн хөгжил дэвшлийн асуудал юм. Тийм ч учраас дэлхийн улс орнууд хүн амын шим тэжээлийг сайжруулах асуудалд

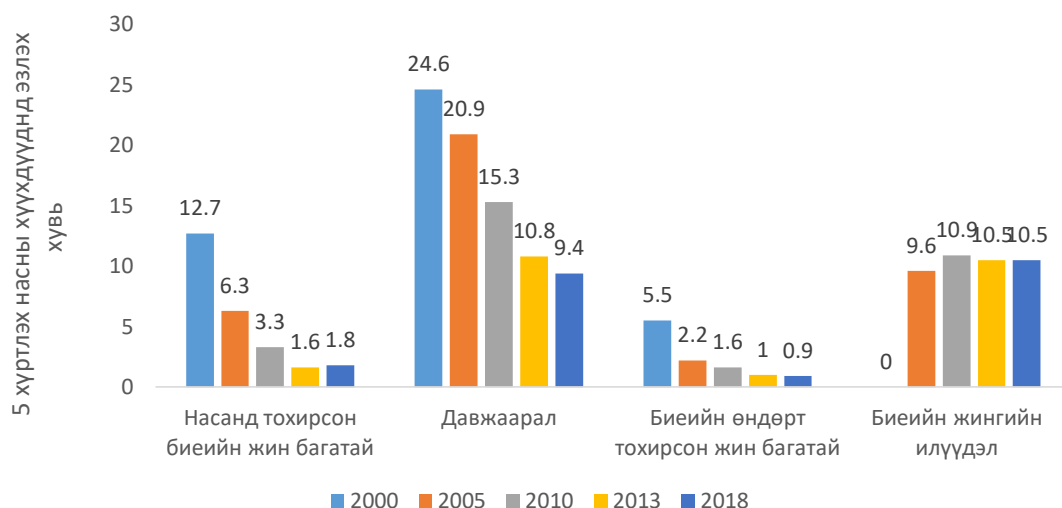
бодлогын түвшинд өргөн хүрээний үйл ажиллагаа явуулж байна.

Хүн амын шим тэжээлийн хангалтгүй байдал нь зөвхөн хувь хүн, өрхийн хэмжээний асуудал биш, үр дагавар нь макро буюу улс орны түвшинд илэрнэ. Хувь хүний шим тэжээл хангалтгүй байснаар дараа дараагийн амьдралын мөчлөгт ноцтой үр дагавар үлдээдэг. Шим тэжээлийн дутагдалтай эхээс тэжээлийн дутагдалтай төрсөн хүүхэд төрдөг бол өсвөр насандаа шим тэжээлийн дутагдал хүүхэд нь эрүүл бус насанд хүрэгчид бий болдог. Улмаар эрүүл мэндийн тусламж үйлчилгээ хангалтгүй бүс нутагт энэ нь асуудлыг илүү даамжруулдаг байна. Шим тэжээлийн доройтлоос болж бие бялдар, оюун санааны хоцрогдол бий болж улмаар сурах ба хөдөлмөрлөх чадвар буурснаар амьдралын мөчлөг бүрд шим тэжээлийн дутагдлын үр дагавар илэрнэ. Шим тэжээлийн доройтолтой хүн амын тоо нэмэгдэх тусам хүн амын дундах өвчлөл, нас баралт ихсэж улс орны эдийн засаг, хөгжил дэвшилд сөргөөр нөлөөлнө. Хүн амын шим тэжээлийн доройтлоос үүдэлтэй эдийн засгийн хохирол Дотоодын Нийт бүтээгдэхүүний 2-3 хувь, шим тэжээлийн доройтлын тархалт өндөртэй улс оронд 16 хүртэл хувийг эзэлж байгааг тухай олон тоон судалгааны үзүүлэлт байдаг. Иймд бид, хүнсний шим тэжээлийн агууламжийг нарийвчлан судалж, бодлогын түвшинд анхаарах, хүнс, хооллолтын асуудал анхаарал хандуулах шаардлага байна.

Хүн амын дундах шим тэжээлийн доройтол дан ганц хоол хүнсний хомсдол, тэжээллэг байдлаас хамаарахгүй. Тухайлбал, эрүүл мэндийн тусламж үйлчилгээ хангалтгүй, ахуйн болон амьдралын орчин муу, нийгмийн халамжийн бодлого сул зэрэг олон хүчин зүйлүүд нөлөөлж байдаг. Гэсэн хэдий ч хоол хүнсний шим, тэжээллэг байдал нь өрхийн гишүүн бүрийн эрүүл, идэвхтэй амьдрахад шаардагдах хэрэгцээг хангаж чадаж байгаа эсэхийг тодорхойлох нь чухал юм. Энэ хэсэгт бид хүн амын хүнсний хэрэглээний зохистой байдлыг илтгэх Монгол улсын хүн амын шим тэжээлийн байдал, бичил тэжээлийн дутагдлын тархалт зэргийн тоо баримтыг өмнө нь хийсэн олон тооны судалгааны үр дүнд үндэслэн дурдсан болно.

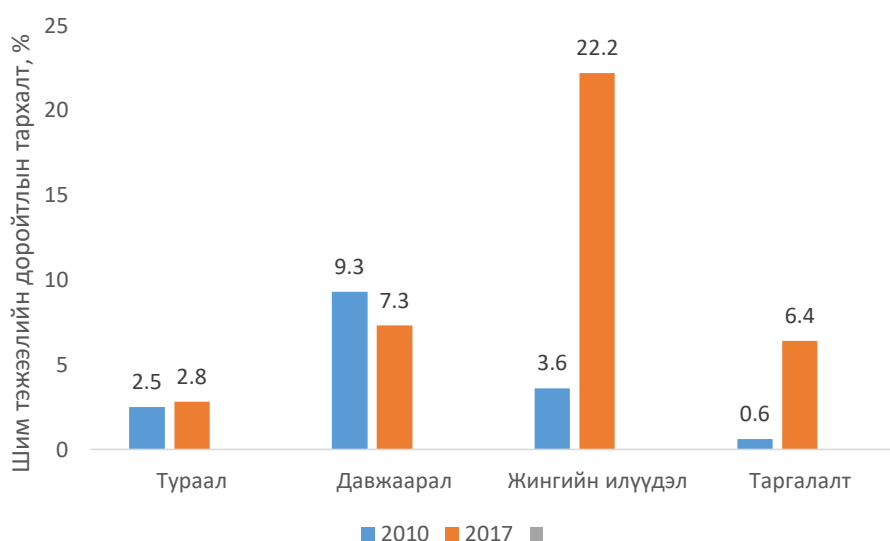
Хүүхдийн дундах шим тэжээлийн доройтол

Бага насны хүүхдийн шим тэжээлийн байдлыг илтгэх үндсэн гурван үзүүлэлт байдаг. Үүнд: насанд тохирсон биеийн өндөр (хүүхдийн давжаарлыг тодорхойлох бөгөөд архаг шим тэжээлийн доройтлыг илэрхийлнэ), насанд тохирсон биеийн жин (хүнс тэжээлийн хангалтгүй хэрэглээ, эрүүл мэндийн байдлыг илэрхийлнэ) ба биеийн өндөрт тохирсон биеийн жин (тураал, ойрын хугацаанд тохиолдсон хүнсний хомсдолтой байдлыг илтгэнэ)-ийн үзүүлэлтийг Зураг: 06-д Монгол улсын хэмжээнд тав хүртэлх насны хүүхдийн дундах шим тэжээлийн доройтлыг харуулав. Хүүхдийн дунд өсөлт хоцролт буюу давжаарал 2000 оны байдлаар 24.6 хувь байсан 2018 онд 9.4 хувьд хүрч буурсан байна. Энэ хугацаанд жин багатай хүүхдийн тоо 12.7 хувь байснаас 1.8 хувь хүрч багассан байна. Харин бага насны хүүхдийн дундах жингийн илүүдэл, таргалалт 2005-2018 хооронд 10.5 хувь хүртэл өссөн үзүүлэлттэй байна (ҮСХ, 2019).



Зураг:06, Монгол улсын хэмжээнд тав хүртэлх насны хүүхдийн дундах шим тэжээлийн доройтол /Нийгмийн үзүүлэлтүүдийн түүвэр судалгаа, 2000-2018/

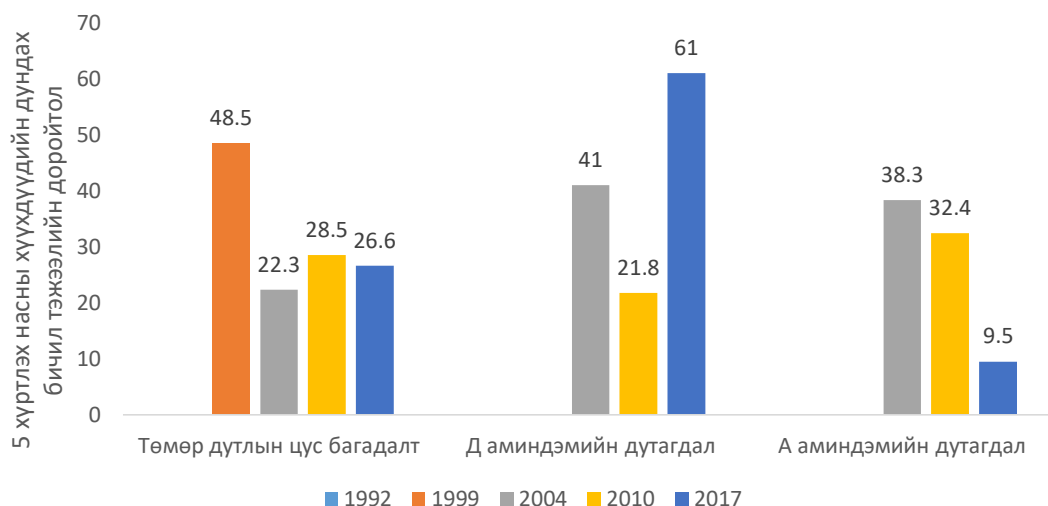
6-11 насны хүүхдийн дунд жин багатай хүүхдийн тоо 2017 оны байдлаар 2.8 хувь байжээ /Зураг /. Мөн хугацаанд өсөлт хоцрогдолтой хүүхдийн эзлэх хувь 7.3 хувь хүртэл буурсан бол таргалалт, жингийн илүүдэлтэй хүүхдийн тоо огцом өссөн байна. Энэ насны хүүхдүүдийн дунд биеийн жингийн илүүдэлтэй хүүхдийн тоо 6 дахин, таргалалт – бараг 10 дахин нэмэгджээ.



Зураг:07, 6-11 насны хүүхдийн шим тэжээлийн доройтлын тархалт /Хоол тэжээлийн үндэсний 4, 5-р судалгаа/

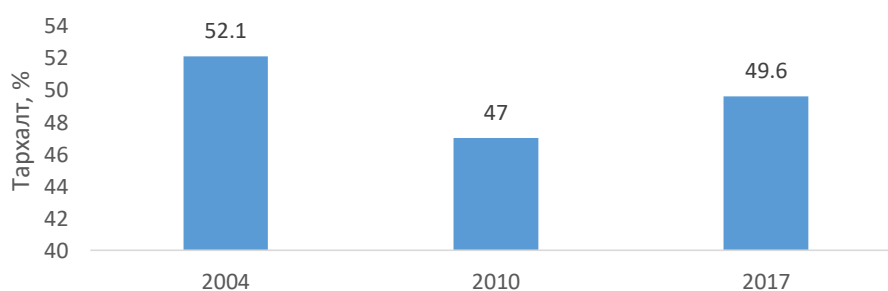
Тав хүртэлх насны хүүхдүүдийн дундах бичил тэжээлийн дутагдлын тархалтыг тодорхойлох явдал Хоол тэжээлийн үндэсний судалгааны нэг хэсэг болсоор ирсэн. Монгол улсад Хоол тэжээлийн үндэсний судалгаа 5 удаа хийгдсэн бөгөөд 6-59 сартай хүүхдийн дундах төмөр, А ба Д аминдэмийн дутагдал өндөр түвшинд байгаа тул нийгмийн эрүүл мэндийн анхаарах ёстой асуудлын нэг гэж дүгнэсэн байна (Батжаргал. Ж, 2017) [17-18]. Тав хүртэлх насны хүүхдүүдийн

дундах цус багадалтыг 1999 оны Хоол тэжээлийн 2-р судалгаагаар 48.5% гэж тодорхойлжээ. 1999-2004 оны хооронд бага насны хүүхдийн дундах цус багадалт 22.3 хувь хүртэл буурсан ч 2017 он хүртэл хийгдсэн Хоол тэжээлийн үндэсний 4,5-р судалгааны үр дүн өмнөх судалгаанаас бага зэрэг өссөн, тогтвортой буухгүй байгааг харуулж байна. А аминдэмийн дутагдал сүүлийн жилүүдэд нэлээд багасаж 9.5 хувьд хүрчээ. Харин Д аминдэмийн дутагдал энэ насны бүлгийн хүүхдүүдэд түгээмэл тохиолдох шим тэжээлийн дутагдалд тооцогдож байна. (Зураг:08).



Зураг:09, Монгол улсын хэмжээнд тав хүртэлх насны хүүхдүүдийн дундах бичил тэжээлийн дутагдлын тархалт /Хоол тэжээлийн үндэсний судалгаа 1-5/

Бага насны хүүхдийн шим тэжээлийн хангалттай байдлыг үнэлэх зорилгоор хүүхдийн хоолны хамгийн бага төрөл зүйлийн хэрэглээний оноог эдгээр судалгаанд тодорхойлсон байна. Энэ оноо 4-өөс 7 онооны хооронд байвал хүүхдийн хоол тэжээл шимт чанар хангалттай гэж үзнэ. 2017 оны судалгааны үр дүнгээр 2 хүртэлх насны хүүхдийн хоол тэжээлийн оноо 4 ба түүнээс доош байсан хүүхдийн эзлэх хувь 49.6% байгаа нь бага наснаас эхлэн 2 хүүхэд тутмын нэг тэжээллэг чанар хангалтгүй хоол хүнс хэрэглэж байгааг харуулж (зураг:10) байна (Батжаргал, Ж, 2017).

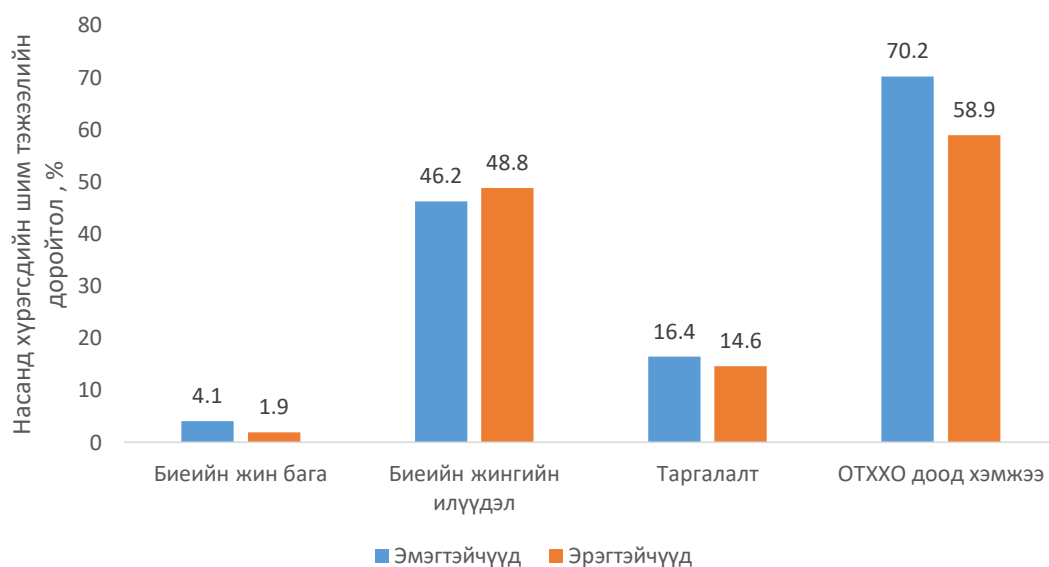


Зураг:10, 6-23 сартай хүүхдийн хүнсний хамгийн бага төрөл зүйлийн

хэрэглээний оноо.

5.2 Насанд хүрэгсдийн дундах шим тэжээлийн доройтол

Хэдийгээр бага насны хүүхдийн дундах шим тэжээлийн дутагдлыг бууруулахад зарим ахиц гарсан ч насанд хүрсэн хүмүүсийн дундах хоол тэжээлээс хамааралтай халдварын бус өвчлөлийн тархалт өндөр түвшинд байна. 2017 оны байдлаар 15-49 насны эмэгтэйчүүдийн дундах биеийн жингийн илүүдэл, таргалалтын тархалт харгалзан 46.2% ба 16.4% байна /Зураг 31/. Эрэгтэйчүүдийн хувьд энэ үзүүлэлт бүр өндөр буюу биеийн жингийн илүүдэл 48.8%, таргалалт 14.6% хүрээд байна [17-18].



Зураг: 06, 19-49 насны насанд хүрэгсдийн дундах шим тэжээлийн доройтол, 2017 оны байдлаар. /Хоол тэжээлийн үндэсний 5-р судалгаа/

Хоол тэжээлийн үндэсний тавдугаар судалгааны дүнгээр хамгийн бага төрөл зүйлийн хүнсний хэрэглээг үнэлсэн оноогоор эрэгтэйчүүдийн 58.9% нь шим тэжээлийн хэрэгцээг хангахуйц хоол хүнс дутмаг хэрэглэж байгааг тогтоосон байна. Хамгийн бага хүнсний төрөл зүйлийн хэрэглээний оноо 5-10 хооронд байх нь зохимжтой бөгөөд эмэгтэйчүүдийн хэрэглээний оноо эрэгтэйчүүдээс дээгүүр байжээ. Насанд хүрсэн эмэгтэйчүүдийн дундах төмөр дутагдлын цус багадалт 16.2% байсан бол эрэгтэйчүүдийн дундах тархалт 0.1% байжээ (Батжаргал. Ж, 2017).

Шим тэжээлийн доройтлын давхар дарамт

Монгол улсын хувьд өнгөрсөн хэдэн арван жилийн хугацаанд хүн амын хүнс, шим тэжээлийн аюулгүй байдалд анхаарах гол зарчим шим тэжээлийн дутагдлыг арилгахад чиглэгдэж байв. Гэсэн хэдий ч сүүлийн хориод жилийн хугацаанд шим тэжээлийн илүүдэл, дутагдлаас үүдэлтэй хүн амын дундах эрүүл мэндийн асуудлууд түгээмэл болж иржээ. Монгол улс ядуурал, тэжээлийн дутагдал, халдвар өвчний тархалттай холбоотой хүндрэлүүдийг бүрэн шийдэж чадаагүй байхын зэрэгцээ хотжилт, үйлдвэржилт, эдийн засгийн өсөлттэй

уялдаатай бий болох асуудлууд цувран гарч ирж байна. Хүн амын дундах аль ч насныханд тохиолдож буй биеийн жингийн илүүдэл, таргалалт нийгмийн эрүүл мэндийн тулгамдсан асуудлын нэг болж байна. Таргалалт нь хүний эрүүл мэндийн доройтлын нэг шалтгаан бөгөөд олон өвчний суурь болдгийг олон талын судалгаа нотолж байна. Чихрийн шижин, даралт ихсэлт, зүрхний титэм судасны өвчин, цус харвалт, зарим төрлийн хорт хавдар, нөхөн үржихүй, үе мөчний өвчин зэрэг олон халдварын бус өвчний эрсдэл таргалалтыг даган нэмэгдэж байна.

Бичил тэжээлийн дутагдал нь шим тэжээлийн доройтлын бас нэг хэлбэр бөгөөд хүний биеийн дархлаа сулрах, ажлын чадамж буурах, бусад өвчинд өртөмхий болох нөхцөл болдог. Хүн амын дунд түгээмэл тохиолдож байгаа аминдэм, эрдэс бодисын дутагдал сүүлийн арван жилийн хугацаанд дорвитой буурахгүй байна. Эдгээр шимт бодисын дутагдалтай холбоотой “далд өлсгөлөн” хүүхэд, залуучууд, насанд хүрэгсдийн дунд түгээмэл байгаа шим тэжээлийн асуудал болоод байна.

Дээрх тоон мэдээлэлд үндэслэн Монгол улсын хүн амын дундах шим тэжээлийн байдал хангалтгүй байна. Өрхийн гишүүдийн дундах хоол хүнсний хуваарилалт, өрхийн шийдвэр гаргагч, хүүхэд, бусад гишүүдийн хоол хүнсийг бэлтгэх үүрэгтэй өрхийн гишүүдийн шим тэжээлийн боловсролын түвшин, хандлага, дадал зэрэг нь хувь хүний шим тэжээлийн байдалд шууд нөлөөтэй байна. Иймээс хүнс, шим тэжээлийн баталгаат байдлын үр өгөөжийг хувь хүний түвшинд хүргэх хүртэл тухайн хүн, асран хамгаалагч нарын эрүүл ахуйн зөв дадал, хоол хийж боловсруулах арга барил, шим тэжээлийн боловсролын түвшин зэргийг харгалзан үзэх шаардлагатай байна. Монгол улсад халдварын бус архаг өвчний тархалт хүн амын эрт нас баралт, хөдөлмөрийн чадвар алдагдах зэргээр улс орны эдийн засгийн чадамжид дарамт болж байна. Халдварын бус архаг өвчний эрсдэлт хүчин зүйлийн хэд хэдэн удаагийн судалгааны үр дүн хүн амын дундах эрүүл бус амьдралын хэв маяг нийтлэг байгааг тогтоож буурах хандлага ажиглагдахгүй байгаа онцолжээ.

Хүнсний аюулгүй байдал ба хүн амын шим тэжээлийн байдлын хоорондын хамаарал өрхийн хүнсний хэрэглээ ба өрхийн хүнсний тэжээллэг чанараар тодорхойлогдоно. Өрх гэр хоол хүнсний тэжээллэг чанараа дээшлүүлэх хэд хэдэн үе шатыг дамждаг ба эхний шатанд өрхийн гишүүдийн илчлэгийн үндсэн хэрэгцээг хангах хоол хүнсийг хэрэглэх, дараагийн шатанд шим тэжээллэг хоол хүнсийг хэрэглэх, эцэст нь өрхийн гишүүн бүр өөрийн хэрэгцээнд нийцсэн тэжээллэг хүнсийг тохируулан хэрэглэх эрүүл хоол хүнсний хэрэглээний шатанд шилждэг. Өмнөх бүлэгт хэлэлцсэн улс орны хүнсний хангамж, өрхийн хэрэглээний хүнсний нэр төрөл, тоо хэмжээг авч үзвэл Монгол улсын хүн амын хүнс хоолонд амьтны гаралтай хүнс ба өргөн хэрэглээний илчлэгийн нягт өндөртэй хүнсний хэрэглээ зонхилж байна. Олон төрлийн шимт бодисууд, тэр дундаа бичил тэжээлийн бодисоор баялаг хүнсний хэрэглээ хязгаарлагдмал байна. Хүн амын дундах таргалалт, илүүдэл жингийн асуудал зөвхөн илчлэгийн хэтрүүлсэн хэрэглээнээс хамаараад зогсохгүй хүн амын дунд бичил тэжээлийн дутагдлын тархалт өндөртэй улс оронд эрчимтэй нэмэгдэж

байгааг судалгаанууд нотолж байгаа. Хэрэв хүнсний хэрэглээний одоогийн хэв маяг цаашид үргэлжилбэл Монгол улсын хүн амын дундах илүүдэл жин, таргалалт, түүнтэй холбоотой халдварын бус архаг өвчний тархалт улам бүр өсөн нэмэгдэх нь тодорхой юм. Иймээс хүнс, шим тэжээлийн аюулгүй байдлын бодлого, чиг хандлага зөвхөн өлсгөлөнг арилгах хүнсний хангамжид чиглээд зогсохгүй хүн амын шим тэжээллэг хүнсний хүртээмжийг нэмэгдүүлэхэд чиглэгдэх шаардлагатай юм.

Хүнсний тогтолцоо нь малчны хотноос эхлээд хоолны ширээ хүртэл хөдөө аж ахуй, худалдаа, боловсрол, аж үйлдвэр, эрүүл мэнд, байгаль орчин, дэд бүтцийн хүрээнд төр, хувийн хэвшил, иргэний нийгмийн байгууллагын олон шат дамжлага, оролцогсдыг хамарсан цогц үйл ажиллагаа юм. Дэлхийн улс, бүс нутаг, хот, тосгон бүрд хүнсний тогтолцоо нь эдийн засгийн оролцоот хөгжил, хүний амын тэжээллэг хоол хүнсний хангамж, сайн сайхан байдал, байгаль орчинд үзүүлэх хор хөнөөл зэрэг янз бүрийн сорилттой тулгарч байна.



Зураг:07, Хүнсний аюулгүй байдал ба хүнсний тогтолцооны харилцан хамаарал

Монгол Улсын хүнсний тогтолцоо нь иргэн бүрийг тэжээллэг, эрүүл хоол хүнсээр хангах, байгаль орчинд ээлтэй арга замаар хүн амын амьжиргааг дээшлүүлэхэд чиглэсэн зорилгоо биелүүлж хараахан чадахгүй байгааг үнэлгээний эхний үр дүн харууллаа. Уур амьсгалын өөрчлөлт, дэд бүтэц ба өртгийн сүлжээний сул хөгжил, аюулгүй байдлын хангалтгүй хяналт, нутаг дэвсгэрийн тэнцвэргүй байдал, хотжилт, хооллолтын дэглэмд гарч буй өөрчлөлт зэрэг сорилтууд тулгарч байна (FAO, 2022).

Хөдөө аж ахуйн урамшууллын тогтолцоо нь үйлдвэрлэлийг нэмэгдүүлэхэд түлхүү чиглэж байгаа нь хүнсний тогтолцоонд оролцогчид богино хугацааны ашгийн төлөө алсын хараагүй, экологийн тэнцвэрийг огоорсон харалган сонирхолд хөтлөгдөхөд нөлөөлж байна.

Харьцангуй том ХАА-н салбартай хэдий ч Монгол улс хүнсний гол бүтээгдэхүүн болох улаан буудай, хүнсний ногоо, жимс, сүүн бүтээгдэхүүний импортоос хамааралтай хэвээр байна. Эрс тэс улирлын чанартай Монгол улсын хүнсний үйлдвэрлэл, боловсруулалтын технологи, өрсөлдөх чадварыг сайжруулахад хөрөнгө оруулж, импортын хараат байдлыг бууруулахад

санхүүгийн хямд эх үүсвэрийн олдоц гол саад болсоор байна (FAO, 2022).

Хүнсний тогтолцоонд давамгайллагч албан бус үйлдвэрлэл эрхлэгчдийн хувьд ашиг орлого, хангалттай бус байна. Тэдний дийлэнх үйлдвэрлэл эрхлэх газар, бүтээгдэхүүнээ борлуулах зах зээл, санхүү, сургалт, зөвлөх үйлчилгээ авах боломжоор хомс, ядууралд баригдсан хэвээр байна. Хүнсний тогтолцоонд оролцогчид өнөө маргаашийн ашгийн төлөө өөр хоорондоо өрсөлдөх бус өрсөлдөх чадвар бүхий үндэсний нэгдмэл хүнсний тогтолцоог бий болгоход чиглэсэн манлайлал, зохицуулалт дутагдалтай байна.

Монголын хүн амын шим тэжээлийн байдал доройтож байна. Махны хэрэглээ улам өсөж, харин ургамлын гаралтай бүтээгдэхүүн, ялангуяа ногоо, жимс харьцангуй бага хэрэглэж байна. Хүнсний хэрэглээний энэхүү тэнцвэргүй байдал нь хөдөөгийн хүн ам, ялангуяа хөдөөгийн ядуу иргэдийн дунд илүү их ажиглагдаж байна.

Хүн ам өсөж, худалдан авах чадвар нэмэгдэн хотжилт тэлэхийн хэрээр иргэдийн сайн сайхан байдлыг хангах чадвартай хөдөө аж ахуй-хүнсний цогц бодлогын ач холбогдол нэмэгдэж байна. Дотоодын суурин хүн амыг хүнсээр хангах болон экспортын зах зээлд гарахад хадгалах, түгээх сүлжээг сайжруулах, хүнсний аюулгүй байдал, чанарын баталгааг хангах зах зээлд суурилсан зохицуулалтын механизм шаардлагатай байна (FAO, 2022).

6.7, Дүгнэлт

Хүнсний аюулгүй байдлын бодлого Монгол улсын хүн амын шим тэжээлийн байдлыг сайжруулж эрүүл мэндийг хамгаалахад чухал ач холбогдолтой юм. Өнөөгийн байдлаар Монгол улсын хүнсний аюулгүй байдлын баталгаа түүний шалгуурууд буюу хүнсний хангамж, хүнсний хүртээмж, хүнсний хэрэглээ, ба тогтвортой байдлын хүрээнд хангалттай биш байна.

Одоогийн хүнсний аюулгүй байдлын үзэл баримтлалаар хүнсний аюулгүй байдлын баталгаа нь зөвхөн хүнсний үйлдвэрлэлийн хэмжээг нэмэгдүүлэх биш харин хүн амыг тэжээллэг, шимт чанартай хүнсээр хангаж эрүүл, зохистой хооллоход чиглэгдэж байгааг анхаарч үзэх шаардлагатай. Иймээс хүнсний хангамжийг илэрхийлэх хүнсний бүлгийг илүү дэлгэрэнгүй болгож хүн амын дунд шим тэжээлийн доройтлыг арилгахад чиглэх хүнсний нэр төрлийг түлхүү оруулах нь зүйтэй юм.

Хэдийгээр улсын түвшинд өргөн хэрэглээний хүнсний хангамж хангалттай хэмжээнд хүрсэн боловч өрх гэрийн түвшинд нэг хүнд ногдох хэрэглээ сүүлийн жилүүдэд буурах хандлагатай байна. Үүний шалтгаан, уялдаа холбоог нарийвчлан тогтоохын тулд хүнсний хангамжийг үнэлэхдээ хүнсний гарц, хорогдол, хаягдлыг нарийн тооцох шаардлага гарч байна.

Монгол өрхийн хүнсний хэрэглээний хэв маяг өрхийн байршил, газарзүйн бүсээс үл хамааран малын гаралтай хүнс ба гурилд суурилсан хүнснээс тогтож байна. Тэжээллэгийн нягт өндөртэй хүнсний ногоо, жимс зэрэг ургамлын хүнсний хэрэглээ хангалтгүй түвшинд байгааг хүнсний хангамжийн тоон

үзүүлэлт давхар нотолж байна.

Өрхийн хооллолтын хэв маягийг авч үзвэл хүн амын тал гаруй хувь нь илчлэгийн зохисгүй хэрэглээтэй байна. Монгол өрхийн олон төрлийн хүнсний хэрэглээний байдал ядмаг, хотын өрхтэй харьцуулбал хөдөөгийн өрх цөөн төрлийн хүнс хэрэглэж байна. Олон төрлийн хүнсний хэрэглээний үзүүлэлтээр өрхийн орлогын түвшин дээгүүр өрхүүд ч орлого багатай өрхөөс төдийлөн ялгаатай биш байна. Өрхийн олон төрлийн хүнс хүртэх боломж хязгаарлагдмал хэвээр байвал өрхийн гишүүд шим тэжээлийн доройтол, бичил тэжээлийн дутагдал, илүүдэл жин, таргалалтад өртөх магадлал улам бүр нэмэгдэнэ.

Хэрэв хүнс, шим тэжээлийн хэрэглээний энэ хэв маяг цаашид үргэлжилбэл ойрын жилүүдэд хүнс хоолны зохисгүй хэрэглээтэй хамааралтай халдварын бус өвчин, эмгэгийн тархалт улам нэмэгдэх магадлалтай. Иймээс хүн амын олон төрлийн тэжээллэг, шимт чанартай хүнсний хэрэглээг нэмэгдүүлэх замаар хүн амыг эрүүл, тэжээллэг хоол хүнсээр хангах асуудалд ихээхэн чармайлт гаргах хэрэгтэй байна.

Хүн амын шим тэжээлийн байдлыг авч үзвэл аль насны бүлэгт шим тэжээлийн байдал хангалтгүй байна. Илүүдэл жин, таргалалт нь нийгмийн эрүүл мэндийн тулгамдсан асуудал болж байгаагийн нэг шалтгаан тэжээллэг бус хүнсний нийлүүлэлт юм. Дахин тэмдэглэхэд хүн амын тэжээллэг хүнсний хэрэглээг нэмэгдүүлэх, шим тэжээлийн байдлыг дээшлүүлэхэд ахиц гаргахын тулд хүнсний хангамжийн үзүүлэлтийг илүү дэлгэрэнгүй болгож, хэт боловсруулсан, чихэр, тосны агууламж өндөртэй тэжээллэг багатай хүнсний тоо хэмжээг шимт чанартай, боловсруулалт багатай хүнсний хангамжийн тоо мэдээлэлтэй тогтмол харьцуулалт хийж хүнсний бодлого, чиг хандлагыг үнэлэх шаардлагатай болж байна.

Хүн амын шим тэжээлийн байдал хүнс хоолны хангамж, хэрэглээнээс гадна олон төрлийн бусад хүчин зүйлүүд, тухайлбал ядуурал, тэгш бус байдал, нийгэм-эдийн засгийн ялгаа, ундны усны баталгаатай хангамж, эрүүл ахуйн дадал, амьдралын хэв маяг зэргээс шалтгаалдаг тул энэ нь зөвхөн эрүүл мэндийн салбарын асуудал биш юм. Иймээс нотолгоонд суурилсан, үр дүнтэй арга хэмжээнүүдийг хөдөө аж ахуй, хүнс үйлдвэрлэл ба худалдаа, нийгмийн халамж, боловсрол, харилцаа холбоо, эрүүл мэнд зэрэг олон салбарын хүрээнд хоорондоо уялдаа холбоотой, тууштай бодлогоор ханган ажиллах нь чухал байна.

Дүгнэлт: Хоол ба төр

Нүүдлийн соёл иргэншлийг судлах олон улсын хүрээлэн нь хүрээлэнгийн Гүйцэтгэлийн төлөвлөгөөний 1.1.2-р зорилтын хүрээнд “Нүүдэлчдийн идээ ундаа, зоог хүртэх соёл” сэдэвт судалгааг хийж гүйцэтгэв. Тус судалгааг нь “Алсын хараа-2050” Монгол улсын урт хугацааны хөгжлийн бодлогын баримт бичгийн хүрээнд 2021-2030 онд хэрэгжүүлэх үйл ажиллагаа 1.5.11 дэх заалт, Монгол улсын засгийн газрын Монгол улсыг 2021-2025 онд хөгжүүлэх таван жилийн үндсэн чиглэлийн 1.5.3 дэх заалтыг тус тус үндэслэн тус судалгааны ажлыг гүйцэтгэв.

Дээрх судалгааг хийж гүйцэтгэхдээ нүүдлийн соёлын уламжлал бүхий идээ ундаа, зоог хүртэх соёлд гарч буй өөрчлөлтийн асуудлыг судалгааны үндсэн асуудал болгон авч үзлээ. Бид идээ ундаа хэрхэн нийгмийн өөрчлөлт, соёлын зөөлөн хүчний бодлого, монгол улсын төрөөс баримтлах бодлого, уламжлалт зан үйлийн аль алиных оролцоотойгоор хэрхэн дэглэгдэж, хөгжил хөдөлгөөнтэй оршиж байгаа тухай нийгмийн асуудлуудтай холбон судлав. Мөн Монгол улсын хүнсний аюулгүй байдал, хүнсний бодлогын хэрэгжилтийн өнөөгийн байдлыг хүнс судлалын чиглэлээр мэргэшсэн судлаачийн дэмжлэгтэйгээр, ахуй соёлын хувьд ч, угсаатны хувьд ч ижил төстэй боловч улс төрийн системийн хувь ялгаатай засаглалтай БНХАУ-ын Өвөр монголын өөртөө засах орны өрхийн хүнсний хэрэглээний өнөөгийн байдлыг гадаадын эрдэмтэн судлаачид холбогдон баримт материал бүрдүүлэх замаар авч үзлээ.

Цугласан эх хэрэглэгдэхүүний хүрээнд дараах саналуудыг дэвшүүлж байна. Үүнд,

- 1) Яг Мишээл Фуко-гийн хэлсэн шиг төрийн хүч хүний хялгасан судас адил нийгмийн бүхий л салбар, бүлэгт хүрч ямар нэг хэмжээгээр дэг журам тогтоож байдаг. Яг л энэ үзэл баримтлалын гол багаж нь идээ ундаа болох нь судалгааны баримтаар ноттой болж байна. Өөрөөр хэлбэл өрх, нийгмийн бүлэг хоорондоо хэрхэн харилцах, хэн нь юуг яаж хийх ёстойг уламжлалт зан заншлаар дамжуулан албан бусаар хэлбэржүүлж байдаг байна.
- 2) Хэрхэхийг төр мэднэ. Үнэн хэрэгтээ уул, овоо тахих, цагаан сарын баяр тэмдэглэх эсэхийг төр мэднэ. Нөгөө талаас нийгмийн тогтсон хэм, хэмжээ заншил мөн хэлбэржүүлж байдаг. Энэ хоёр яг л арга билиг шиг нийгмийн бүлгийг дэглэж байдаг байна. Тэрхүү дэглэлт нь идээ ундаа илэрч, нийгмийн зэрэг зиндааг ямагт тогтоож, тодорхойлж байдаг. Түүний нэг тод жишээ нь Монголчуудын үе махны хуваарилалт юм. Тэрнээс гадна хүмүүн, хүмүүн бусыг ч ялгаж, зааглаж байдаг байна.
- 3) Монголын нийгэм идээ ундаа маш олон орон зайг бий болгож байна. Үүний нэг илрэл нь барууны соёл, кино урлагийн нөлөөгөөр Монголд байр сууриа бат гэгч нь зассан олон улсын түргэн хоолны газрын соёл юм. Бид тус бүлэгтээ тэд хэрхэн америк орон зайг бүтээж байгаа тухай өгүүлсэн. Идээ ундаа нь бүхэл бүтэн улсын соёлын орон зайг төлөөлж байдаг.
- 4) Идээ ундаа соёлын илэрхийлэл болохоос гадна нийгмийн эрүүл мэндийн нэг том нөхцөлдүүлэгч болж байна. Идээ ундаагаар дамжуулан эрүүл аж төрөх

ардын мэдлэг дадал, амьдралын хэвшил өөрчлөгдсөний улмаас таргалалт гэх мэт нийгмийн асуудлууд урган гарч байна.

- 5) Өвөр Монголын оршин суугчдын уургийн гол эх үүсвэр нь үр тариа байдаг бол харин Монгол үндэстний хэмжээнд мах болон “бусад” үр тариа голлодог. Уг бүс нутагт махны хэрэглээ өндөр байгаа нь хүнсний хангамж, өрхийн амьжиргааны түвшинтэй холбоотой аж. Хүнсний хангамжид гол нөлөөлж буй хүчин зүйл байгаль цаг уур, түгээлт хол ойр, үнийн ялгаатай байдлаас хамаардаг байна.
- 6) Харин Монгол улсын хэмжээнд өргөн хэрэглээний хүнсний хангамж хангалттай хэмжээнд хүрсэн боловч өрх гэрийн түвшинд нэг хүнд ногдох хэрэглээ сүүлийн жилүүдэд буурах хандлагатай байна.

Дээрх бүх саналыг нэгтгэн дүгнэвэл идээ ундаа нь нийгмийн өөрчлөлт, соёлын зөөлөн хүчний бодлого, монгол улсын төрөөс баримтлах бодлого, уламжлалт зан үйлийн аль алиных оролцоотойгоор хүн, бүлэг хоорондын харилцаа, хэм хэмжээг дэглэж байхаас гадна монгол төрийг нийгмийн амьдрал дунд бүтээж, бий болгож байдаг байна.

Ном зүй

- Paul David Buell, Eugene N. Anderson, Montserrat de Pablo Moya, and Moldir Oskenbay. (2020). *Crossroads of Cuisine: The Eurasian Heartland, the Silk Roads and Food*. Brill.
- Bourdieu Pierre. (1984). *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste*. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
- Brown, J. E. (2011). *Nutrition through the Life Cycle. Fourth edition*. USA: ISBN-13: 978-0-538-73341-0.
- CDC. (2022). *Center for Disease Control and Prevention, Chronic Disease Fact Sheets*. CDC.gov: <https://www.cdc.gov/chronicdisease/resources/publications/factsheets/nutrition.htm> ишiнeн алынды
- central, F. d. (2022). *U.S. DEPARTMENT OF AGRICULTURE*. U.S. DEPARTMENT OF AGRICULTURE: <https://fdc.nal.usda.gov/fdc-app.html#/> ишiнeн алынды
- Dariush Mozaffarian, S. Y. (2018). Role of government policy in nutrition barriers to and opportunities for healthier eating. *Science and Politics of Nutrition*. *BMJ*. doi:org/10.1136/bmj.k2426, 361.
- Darna L. Dufour, Alan H. Goodman, Gretel H. Pelto. (2012). *Nutritional Anthropology: Biocultural Perspectives on Food and Nutrition (Second Edition)*. Oxford University Press, USA.
- Douglas Mary. (1975). "Deciphering a Meal." In *Myth, Symbol, and Culture*, edited by Clifford Geertz. New York: W.W. Norton.
- Fantasia Rick. (1995). "Fast food in France" *Theory and Society* 24:201-43. .
- Finkelstein Joanne. (1989). *Dining out: A society of Modern Manners*. New York: New York University Press.
- Geertz, C. (1973). *Thick Description: Toward an Interpretive Theory of Culture*. a division of HarperCollins Publishers, Inc.
- Giddens Anthony. (1984). *The Constitution of Society: Outline of the Theory of Structuration*. . Berkley: University of California Press.
- Gusfield Joseph. (1992). "Nature's body and the Metaphors of Food." In *Cultivating differences: Symbolic Boundaries and the Making of inequality*, edited by Michele Lamont and Marcel Fournier. . Chicago:: University of Chicago Press. .
- Harris, Marvin and Eric B. Ross. (1987b). *Food and Evolution: Toward a Theory of Human Food Habits; Philadelphia*:. Temple University Press.
- Levi-Strauss, C. (1983). *The raw and the Cooked*. . Chicago: University of Chicago Press. .
- Marshall Sahlins. (1976). 1976. *Culture and Practical Reason*. Chicago: University of Chicago Press.
- Shelton Allen. (1990). "The Difference that space makes." In *social relations and Spatial Structures*, edited by Derrek Gregory and John Urry. . London: Macmillan. .
- А.В.Бурдуков. (1987). *Хуучин ба шинэ монгол*.

- А.Эрхэмбаяр. (30 09 2022 ж.). *Өргөн нэвтрүүлгийн телевизүүд зар сурталчилгааны цагаа хэтрүүлж байна*. Соёл урлаг: <https://gogo.mn/r/nkj29> ишнэн алынды
- А/174 тоот тушаал, Э. (2017 он). *Хоногийн хоол хүнсээр авбал зохих илчлэг, үндсэн шимт бодис, аминдэм, эрдэс бодисын зөвлөмж хэмжээ*. УБ хот: Эрүүл мэндийн яам. <https://moh.gov.mn/>.
- А/215 тоот тушаал, Э.-ы. (2020 он). *Хүн амын эрүүл хооллолтын зөвлөмж*. УБ: Эрүүл мэндийн яам, <https://moh.gov.mn/>.
- Айпери Отунчиева, Жоробек Борбодоев, Анжелика Плогер. (2021). Киргизийн нүүдэлчдийн хооллох соёлын өөрчлөлт-түүхэн тойм. *Sustainability-13*, 1-19.
- Арьяасүрэн.Ч, Нямбуу.Х,. (1992). *Монгол ёс заншилын их тайлбар толь*. Улаанбаатар хот.
- Баабар. (2006 он). *Монголчууд: нүүдэл, суудал*. УБ: 15-18.
- Батжаргал. Ж. (2021). *Монгол улсын хүн амын хоол тэжээлийн тулгамдаж буй асуудал, V судалгаа* ,. Улаанбаатар.
- Батнасан.Г. (2012). Баяд угсаатны бүлэг. *Монгол улсын угсаатны зүй-II боть*, 253-360.
- Батсүх Ц., Н. Д. (2004). *Зохицуулах үйлчилгээтэй хүнс*. УБ: х24-25.
- Бямбабаатар.И. (2021). *Хөгжлийн эрэлд: Мал аж ахуй, байгаль хамгаалах салбар дахь хөгжлийн байгууллагын хөндлөнгийн оролцоо*. Улаанбаатар: МУИС хэвлэх газар.
- Г.Лхагваа, П. С. (2021). “Монголчууд - хоолзүйн уламжлал, шинэчлэл” . УБ: 40-52.
- Г.Цэрэнжигмэд. (2006). *Монголчуудын эрүүл аж төрөх ёсны уламжлалт зан үйл*. УБ.
- Гонгоржав.Г. (1999). *Монголчуудын уламжлалт идээ ундаа-II*. Улаанбаатар хот.
- Жан-Пьер Виллионт, Изабель Бианкис,. (2022). *Нүүдэлчдийн хоол: дэлхийн түүх, антропологи*. Rowman & Littlefield Publishers.
- Жигмэд.Б. (1990). Монгол анагаах ухаан, үндсэн онлын товч түүх. *Монголын анагаах ухаан* .
- К.С.Петровский. (1982). *Зохистой хоол*. УБ: УХГ (УБ).
- Лхагваа.Г. (2020). хоол хүнс ба хоол зүй. *Карма: учир шалтгаан үйлийн үрийн ном, боть-IV*, 706-777.
- М.Оюунбилэг. (2014). *Зөв зохистой хооллолт "Насанд хүрэгчдийн хооллолт"*. УБ: х74-75, 100-117, 298, 296-297, 302-310.
- Монголын.н.т. (1990). *Монголын нууц товчоо*. Улаанбаатар: Армийн СХ-ийн хэвлэх газар.
- Нандинбилэг.Г. (2015). Монголчуудын идээ ундааны соёл дахь ариун ба бузрын тухай ойлголт. *Монгол судлал. Боть XXXIX*, 108-114.
- Нямдорж.Я. (2006). Эртний монголчуудын хүч чадал ба сэтгэлзүйн гайхамшиг. *Монголын тулгар төр байгуулагдсаны 800 жилийн ойн эрдэм шинжилгээний хурлын эмхэтгэл*.

- Октябрь.Ж. (2015). *Зөв хооллолт, эрүүл мэнд*. Улаанбаатар.
- Октябрь.Ж. (2015). *Зөв хооллолт, эрүүл мэнд*. Улаанбаатар: х62-72, 86-87.
- Орч: Батжаргал.Ба. (2011). *Түүхэн тэмдэглэл, Хүннүгийн шастир*. Улаанбаатар .
- Плано Карпини. (1988). *Монголчуудын түүх*.
- Рубрук, Г. д. (1988). *Дорнод этгээдэд зорчсон тэмдэглэл*. Улаанбаатар хот.
- С.Отгонпүрэв. (2021). *Хүнс ба сэтгэл санаа*. УБ: х157-162, 169-175.
- Тангад.Д. (2014). *Монголын угсаатны зүйн хээрийн судалгааны эх хэрэглэгдэхүүн I*. Улаанбаатар хот.
- Төрбат.Р. (2016). "Богино хавирга, богтос боолын мах" хэмээхийн учир. *Acta Historica*.
- Урадын Булаг.Э. (2016). *Монгол дахь үндэсний үзэл ба эрлизжил /Орч: Өлзийбаяр.В/*. Улаанбаатар: "Соёмбо принтинг" хэвлэх үйлдвэр.
- Хүсэхүй. (2021). *Идээ ундааны жинхэнэ товч*, Орч: Урнаа.О. Улаанбаатар: "Арвай бурхан" хэвлэх үйлдвэр.
- Цэвэл.Я. (1959). Монголын цагаан идээ. *Этнографийн судлал. Том I* .
- Цэрэнсодном.Д. (1993). *Монголын нууц товчооны орчуулга тайлбар*. Улаанбаатар.
- Я. Цэвэл. (1969). *Монголчуудын хоол, хүнсээ бэлтгэн боловсруулах арга барилын тухай тэмдэглэл. // Этнографийн судлал. Т-IV. F-4*. Улаанбаатар.

Хавсралт

А. Хээрийн судалгааны ярилцлагын бичвэр

Таныг хэний хэн гэдэг вэ?

Оргил шарагчин овогтой Очирын Ванданцэрэн, 1962 онд төрсөн. Шарагчны голоор нутагладаг.

Та хаана төрсөн вэ?

Би Жаргалант сумын төвд нагац өвөөгийн дөвө төрсөн.

Та ах дүү хэдүүллээ вэ?

Нэг ах, хоёр эгчтэй.

Таны боловсрол?

7 настайдаа сургуульд суусан. Миний өвөө тан барьдаг хүн байсан юм. 3 жил сургуульд сурахдаа өвөөгийн дөвө янз бүрийн ургамал нүдэж л өнгөрөөсөндөө.

Танайх ам бүл хэдүүллээ вэ?

Бид хоёр 6 залуу, нэг охинтой. Ач зээ нийлээд 22 болсон. Манай гэрийн хүнийг Орсоогийн Амаржаргал гэдэг. Бид хоёр 1981 онд гэр бүл болсон.

Та эхнэртээ хэзээнээс танилцсан вэ?

Манай ээж 101 хүрсэн. Аав 83 хүрч нас барсан. Нэг нутгийн хүмүүс байсан. Уулзаж учраад танилцсан. “Гуйлгын дээж” энэ тэр гэж сүртэй юм болж байсангүй. Орой очоод босгоод авчихдаг байсан. Тэр үед жижигхэн таваг идээ тавиад сарын дараа хурим хийж байсан. Одоо гуйлгын дээж тавина гэдэг бараг найрын хэмжээний хийдэг болж. Бидний үед бурханд хадаг тавиад, жижиг таваг тавиад авдаг байсан.

Таны багад аав ээж тань танд юу гэж захиж байв?

Аав ээж маань нэг их юм захиж байгаагүй юм шигээ. Би аав ээжээ өөдөн татаж л амьдарсан хүн. Ер нь биеэ дааж амьдарсан. Би тэр үед багаасаа ан гөрөө хийж байсан. Тэр үед төлөвлөгөөт эдийн засаг гэж бүх зүйлийн төлөвлөдөг. Би ан хийж монгол улсын тэргүүний анчин цол тэмдгээр шагнагдаж байсан. 2013 онд улсын сайн малчин болсон.

Ямар болзол хангасан тохиолдолд тус шагналыг хүртээдэг байсан вэ?

Тэр цагт худалдаа бэлтгэлийн анги гэж байсан. Зурам, туулай, бор гөрөөс, тарвага, чандага, чоно зэргээс гадна цорхируу гэдэг шувуу бас агнаж байв. бугыг хүртэл ангийн зөвшөөрлөөр агнаж байлаа. Дотуур байранд бугын мах өгдөг байсан. Цаанаасаа төлөвлөгөөтэй байсан юм. Дээр үед хэдэн анчид нь ард түмнээ хооллож байв. нэгдлийн 500 хониноос нэгийг алдаад идэх эрх байхгүй шүү дээ. Идэшний 50 толгой малыг сүүлд тогтоосон юм. Хувийн мал тэрнээс бага байсан юм. Цөөхөн хэдэн малаа алж идээд байх боломж их бага л доо. Би багадаа Цэрэн гээд авга ахыгаа дагаж анд явж сурсан. Нутгийн анчдаа дагаж анд явж ангийн хишиг хүртдэг байв.

Ан хийх үеийн дурсамжтай үйл явдлаасаа та ярж өгнө үү?

Ан хийж байгаа нь худалдаа бэлтгэлийн ангийн төлөвлөгөөг биелүүлэх гэж л хийж байгаа улсын ажил шүү дээ. Жилд 250 тарваганы арьс гэдэг ч юм уу? Би Чек Клайвэр 250 тусгалтай буугаар ан хийдэг байв.

Ангийн хишигийг хэрхэн хуваарилдаг байсан вэ?

Цуг яваа хүмүүс бүгд хувааж авдаг. Хамгийн өндөр настай хүнд ууц өгдөг. Тэрний дараагийн хүнд хаа, гуя өгдөг. Насаар бага хүнд хүзүү сээрийн өгнө. Тухайлбал, тураг агналаа гэж бодоход агнасан хүн нь өвчүү, дөрвөн мөч буюу дөрвөн булчин чөмгийн авдаг. Үүнийг чац зүлд гэж хэлдэг. Гахайг бол агнасан хүн өвчүү толгойг нь авдаг. Бусдын яг ижил хуваагаад л авна.

“Зүлд” гэдэг нь ямар учиртай зүйл билээ?

Гэдэс гэж ярдаг даа. Түүнийг л хэлж байгаа юм л даа.

Та нохойгоор ан хийж байсан байх уу?

Би нохойтой байлгүй яах вэ. Янзын сайхан нохойтой байсан. Би гурваас доош нохой тэжээж байсан. Энгийн монгол нохой дажгүй дээ. Банхар жаахан хурд муутай. Усны шувуудыг нэг их агнадаггүй. Гахайг нохой тавьж агнадаг. Гахайг суурь сууж агнадаг. Бид дээр үед 20 гаруй лаа явдаг байсан. Анд явсан бүхэн л агнасан ангаа хувааж хүртэнэ дээ. Тойрч сууж байгаад хуваана. Агнасан ангаа сайхан янзалж эвдээд тухайн ан агнасан анчин бусдаа хувь хүртээдэг. Ангийн хишиг хүртэж буй хүн хормойгоо дэвсээд, сөхөрч сууж байгаад хоёр гардан хишиг хүртдэг. Өндөр настай хөгшчүүд нулимс цийлгэнүүлээд л хоёр гардаад авдаг байсан. Ер нь анчид ард түмнээ тэжээж байсан юм. Алт мөнгөн эдлэлтэй баян тарган хүмүүс бол байсан. Гэвч бид бол борчууд л байсан. Нэгдлийн хэд мал малладаг. Тэгээд хоол унд тааруухан л явсан даа. Ер ангийн арьс үс бүгд үнэлгээтэй байсан. Тарваганы арьс гэхэд л 1 төгрөг 5 мөнгө байх жишээтэй.

Хэрэглэж болдоггүй ангийн мах гэж байх уу?

Шаазгай хэрээ зэргийг агнадаггүй. Хур, Соёр, Цорхируу зэргийг л агнадаг. Төлөвлөгөөний үндсэн дээр агнадаг байсан. 200 кг гахайны махны төлөвлөгөөтэй байсан.

Та саяхан өвөөгийн дөө 3 жил ургамал нүдсэн гээд ярьж байсандаа. Энэ тухайгаа дэлгэрүүлж ярьж өгч болох уу?

Тэр яах вэ багадаа энийг хий гэхээр хийгээд л сууж байсан төдий. Олигтой юм сураагүй. Би харин бага сага яс барьдаг юм. Дээрхэн үедээ эмч дутахгүй л явсандаа.

Та ямар ямар үйлчилгээ хүмүүст үзүүлж байсан вэ?

Цус ханаж байсан. Яс барих, тархи барих зэрэгт бол гайгүй ээ. Хүмүүс ирээд бариулаад л байдаг юм.

Та энэ эрдмээ хэнээс сурсан вэ?

Манай өвөө маарамба хүн байсан юм. Ээжийн аав үе дамжсан маарамба хүмүүс байсан гэдэг. Богд хаан сохор байсан гэж дуулсан уу?

Харин тийм яриа байдаг.

Богдын мэлмий оруулж байсан юм гэнэ лээ Жалцан хувилгаан. Энэ хүн миний нагац тал болох өвөөгийн аав болох тийм хүн. Тэр хүн богдыг нүд оруулж байсан. Удам угшилтай юм гэнэ лээ. Би өөрөө ийм юмандаа дургүй. Миний ээж яс барьдаг хүн байсан. Миний ээж, ээжийн аав, ээжийн аавын аав нь Жалцан хувилгаан гэж хүн байсан. Тэр хүн богдод мэлмий оруулж байсан гэдэг.

Та ямар ямар аргаар хүн эмчилдэг вэ?

Аминд тулбал бүх юмыг хийнэ дээ. Толгой барина. Ууцны хатгаа гэх мэтийг ханаж, самнаж эмчилнэ шүү дээ.

Ханаж, самнах аргынхаа тухай жаахан дэлгэрүүлбэл?

Бумба тавиад хагалдаг. Зүгээр бумба тавихгүйгээр судаснаас чиг л гоожуулж болно. 6-р сар гараад ирэхээр судаснаас цус авахад нээлттэй болдог. Өвлийн гурван есийн хүйтэнд судаснаас хамаагүй цус авч болдоггүй.

Тан дээр ямар ямар төрлийн эмнэгтэй хүн ирж үзүүлж байхын?

Би тийм юмандаа дургүй болохоор нэг их хүн үзэж байсангүй. Гэхдээ тархи нь хөдөлсөн янз бүрийн хүнийг эмчилж байсан. Анагаахаар үзүүлж харуулаад ууц нь байнга хатгаж өвдөөд байгаа манай хамаатны нэг хүнийг бариад янзлуулчихсан юм бий. Хүн гуйвал л тусалдаг. Ургамалаар хүн анагаадаг гээд ярих юм.

Та ургамал хир зэрэг ашиглаж байна вэ?

Би дээрхэн жаргалантад өвөөгийн дөө 3 жил сургуульд суусан гэж ярсан даа. Хүүхэд байхаасаа л эм нүдэж өссөн л дөө. Монгол эмийг яаж нүдэж, яаж хийж байсныг би сайн мэднэ. Манай тэр өвөө судас бариад л хүн оношилдог байсан.

Та тэр үеийн тухай ярьж өгч болох уу? Та өвөөгийнхөө тухай?

Би тэр үед их бага байж дээ. Жоохон хүүхэд шүү дээ. Тэгээд 3 ангиасаа мал дээр гарчихсан. Сүүлд анчин болсны дараа эмийн түүхий эдэд ордог зүйлсийг надаар авхуулж л байсан. Туулайн зүрх, гахайн баас гэх мэт. Монгол эмчилгээнд ордог амьтны эд эрхтэн байна шүү дээ. Тийм юмыг би их бэлдэж өгдөг байсан. Туулай чандаганы зүрх, гахайны баас... хүдрийн заар гэдэг зүйл эмд ордог байсан. Манай өвөө их олон жил шоронд суусан. Сүүлд гарч ирээд амьдарч байхад нь юм хориотой байх үед засгаас зөвшөөрөл өгч хүн ардад үзэж байсан. Гадаадаа хүнд захиж ар үр, жүр үр гэх мэт зүйлсийг авч байсан. Гадаадын хүмүүстэй холбоотой байсан юм байх. Зунд хүмүүс ирж майхан, гэртээ ирж эмчлүүлдэг байсан.

Танай өвөөг хэн гэдэг хүн байсан вэ?

Дүгэр гэдэг хүн байсан.

Хэний Дүгэр гэдэг байсан юм бол?

Овгийн ёстой мэдэхгүй байна.

Идээ ундааны цээр сэрэмжийн тухай та жаахан дэлгэрүүлж ярьж өгч болох уу?

Энгийн зүйлс боловч эс анхаарснаас бол хүмүүс өвдөж зовж байна. Миний ээж 101 насыг насалсан. Онц гойд юм идэж уугаад байдаггүй л байсан. Гэхдээ хэдхэн зүйлийг байнга бид нар хэлдэг байсан юм. ер нь нэг их онц гойд зүйл байхгүй. Хоол идсэнийхээ дараа санаа алдахыг цээрлэдэг. Хэрэв нэг мэдэхэд санаа алддаг болсон байвал зүрх муудаж буй нь илрэл гэж үздэг. Тиймээс зүрхэндээ анхаарах ёстой. Цадтал идсэний дараа шууд хэвтэх унтахыг цээрлэдэг. Сууж хоол идэх ёстой. Хоол идсэний дараа заавал хөдөлж, эсвэл хэсэгтээ суух ёстой. Цадтал идчихээд хэвтээд өгвөл өвчин бүхний үүр болно. Халуун хоол цай идэж уугаад хөлөрсөн даруй жавар салхитай газар явж болдоггүй. Одоогийн хүүхдүүд халуун хоол идчихээд өвлийн хүйтэнд толгой нүцгэн гараад явчих юм.

толгойны өвчтэй л болно. Тэрнээс илүү юм болж магад. Шөнө орой болсон цагт их идэж уухыг тэвчих ёстой. Ходоод өвддөг болох бий. Унтаж хэвтэхдээ жавар салхинаас зайлсхийх ёстой. баруун хойд зүг рүү хандаж бүү бааж, шээх гэдэг байв. Бааж, шээхийг л хүчлэн хориглож болохгүй. Хотын хүүхдүүд энэ тал дээр их асуудалтай байна. Шөнө орой явахдаа хашхирч, дуулж, гиншиж явахыг цээрлэдэг. Аагим халуунд хүүхдүүд худаг, булгийн хүйтэн усаар нүүрээ угаах гээд байдаг. Энийг зөрчвөл нүдний өвчин олох магадлалтай. Халуун хүйтний харшил болно. Нүүрээ хүйтэн усаар угаадаггүй. Бүлээн усаар угаах ёстой гэх мэт зүйл их байна. Эдгээр зүйлс их энгийн боловч бид амьдралдаа төдийлөн баримталж чадахгүй байх нь олонтоо.

Хоорондоо үл зохилдох идээ ундааны тухайд та мэдэн хэдэн зүйл хэлж өгвөл тун тустай байна?

Хүн ер нь идэж үзээгүй зүйлээ идээд хэрэггүй байдаг. Одоогийн залуучууд ийм ч юм идэж үзлээ. Тийм ч юм ид гэх юм. Би мэддэг хоолоо л иддэг. Мэдэхгүй хоолоо сайн судалж байж иддэг. Юу орсон байна гэх мэт. Өчүүхэн төдий зүйл хүнийг хордуулах, өвчин эмгэгтэй болгох, тэр бүү хэл амь насанд ч цөвтэй байх магадлалтай. Гахайн махыг үхрийн махтай хамт идэж болдоггүй л гэдэг. Энэ бас учиртай л байх. Хонины элгийг гахайн махтай хамт идэж болдоггүй. Гүүний сүүг загасны махтай хамт идэж болдоггүй. Хүмүүс загасны мах идээд гүүний айраг уугаад байгаа юм. Зохисгүй, бэтэг үүсдэг гэдэг.

Эдгээр мэдээллийг та хаанаас авсан байх уу?

Өөрөө туршиж мэдсэн зүйлс бий. Өвөөгөөсөө, ээжээ асуусан зүйлс их бий. Ер нь ээж минь их зааж сургасан байх. ийм юм идэж болохгүй. Тийм юм идвэл ийм үр дүнтэй гээд ярдаг байсан. Би чинь бас нутгийн хамгийн гайгүй анчидтай, хөгшчүүдтэй ойрхон явсан хүн. Ангийн үеэр янз бүрийн зүйл ярина. Ангийн махны зохицолдлогоо, эд эрхтний хоорондын зохицол, харшлалын тухай ярилцана шүү дээ. Зүгээр явна гэж байхгүй. Хаяадаа бол ангийн отогт үүр цайтал хуучлах үе байж л байсан.

Ангийн отогт болсон хууч яриа, сургамжтай зүйлсийн тухай та жаахан дурсвал?

Дурсаад байх сүртэй юм байдаггүй юм доо.

Заа. Хоёулаа яриагаа энд хүрээд өндөрлөе. Сайхан яриа боллоо баярлалаа.

Ийнхүү яриагаа өндөрлөв. Цаш үргэлжлүүлэн Чулуут сумын Цагаанхайрхан уулын тахилга наадам явж очоод адуу манж байхдаа. Ванданцэрэн ахын хүсэлтээр дуу хураагуургүй ярилцав. Дуу хураагуургүй ярилцсан яриаг доор тэмдэглэлээр сийрүүлэв.

Би О.Ванданцэрэн ахынд оройны 8 цагийн үед ирэв. Намайг орж ирэхэд гал дээр хоол болж байлаа. Дотроо хоол буцалж байхад орж ирдэг хийморьтой л яваа юм байна гэж бодов. Учир нь миний багад цай буцлах, хоол буцалж байтал хүн орж ирвэл ээж минь хийморьтой хэмээн ихэд бэлгэшээн морь сайтай яваа юм байна. Санасан хэрэг нь саадгүй бүтэх нь ээ хэмээн бэлгэшээдэг байв. тиймээс надад бас тийм үзэл, бэлгэшээх сэтгэлгээ багаас төрсөн бололтой. Энэ үед Ванданцэрэн ахтай би хэд хэдэн удаа утсаар ярсан бөгөөд тэрээр Өндөр улаан сумын төвөөс 3 орчим кмт уяан дээрээ байж байна. удахгүй очлоо гэж хэлсэн билээ. Түүний талаар би бага саг мэдээлэл цуглуулсан юм. Мөн Их тамирын Их Тайхар жуулчны бааз дээр болсон малчдын зөвлөлдөх уулзалт дээр танилцаж, тэднийд очих тухай харилцан тохиролцсон юм. Тэрээр дуу цөөнтэй хүн. Яаж яриа өрнүүлэх вэ гэдэг л чухал байлаа. Энэ зэргийн зүйл бодоод сууж байх зуураа би Амраа эгчтэй танилцаж, өөрийнхөө зорилго, нутаг орны зуншлагын тухай яриа өрнүүлж суув. Энэ айлд олон жижиг хүүхдүүд буй бөгөөд бүгд бага сургуулийн насны хүүхдүүд аж. Гэрээр нь ороход л морины тэжээл хураалгаатай буйгаас үзэхэд уяач гэдэг тодорхой байлаа. Эдгээр хүүхдүүд ч бас морины унаач хүүхдүүд болов уу хэмээн таамаглаж, лавлан асуув. Эгч хариулах нь “эдгээр хүүхдүүд миний ач зээ нар байгаа юм. сургуулийн сурагч нар. Бас морь унана” гэв. Энэ зуур охин нь бололтой жирэмсэн хүүхэн цай аяглаж өгөв. Цай нь шингэнэ, сул амттай. Чанаад хэсэг болсон цай байв. эдгээр хүмүүс намайг нэг их тоохгүй байхын дээр өөр өөрсдийн юм хийж байлаа. Амраа эгч гал дээр шөл хутгаж байв. охин нь гурил элдэж байх юм. элдсэн гурилын амраа эгч тогооныхоо таг дээр тавьж жигнэх гаргаж байв. Энэ мэт жигнэж гаргасаар нэлээд олон гурил жигнэв. Охин нь жигнэсэн гурилаас хөрсөн хэсгээс нь тасалж байв. Гурил их сайхан нарийн жигд тасалдаг хүүхэн юм. Гурил таслахыг ажиглаж суух хооронд Вандаа ах ороод ирлээ. Бид мэнд мэдээд ярилцаж эхлэв. Бид чинь хуучны танилууд шүү дээ. Энэ зуур хоолны байдлыг ажиглахад Амраа эгч давсыг нь амсаж үзээд охиндоо жаахныг өгч амсуулж буй бололтой. Тэгээд төд удалгүй гурилаа гурилын модтой нь өргөж аваачаад тогооны ирмэг дээр тавьж байгаад гурилаа баруун гараараа цацаж маягтай хийж хутгаад. Тогооныхоо тагийг тавив. Гурилын модоо арчиж, гүвээд уутанд хийж, цааш нь эргүүлэн тавиад, буцаж гал дээрээ очиж, галын засав. Төд удалгүй хоол болж, тогоотой нь өргөөд гурван хөлтэй тулга шиг тавиур дээр өргөж тавив. Дараа нь галынхаа тагийг тавиад эргэж, шкафаас 13 аяга гаргаж ирж аяглав. Надтай нийлээд 13 тооны хүн байгаа бололтой. Маргааш гэр лүгээ харих гэж байгаа гэх олон багачууд байхаас гадна охиныхон нөхөр бас ирчихсэн байгаа аж. Тэдний байшин хоёр давхар. Дээд давхар хүүхдүүдийн дуу, ноцолдох чимээ гарч байгааг бодоход нэлээд тооны хүүхдүүд байгаа бололтой. Тэдгээр хүүхдийн тал нь морины унаач хүүхдүүд. Хоолыг Амраа эгч аяглаж охин хоол зөөж байв. мөн 9-10 анги хоёр том охин мөн тулалцаж байлаа. Ийнхүү хоол аяглаж хэллэхэд Ванданцэрэн ахын аяга бололтой том, амсрын дагаад алхам хээтэй, будаатай аяга (цагаан өнгөтэй, хөх хээтэй)-нд хийж охин аавдаа хоёр гардан барив. Дараа нь хүргэндээ хоол аяглав. Тэр хоолыг

9-10 ангийн охин аваад хоёр давхар луу гарав. Түүний дараа зочин надад хийж өгөв. Дараа нь Амраа эгч өөртөө хийж тавьсан бололтой. Багачуудын түмэн аяга хоолыг тэд пижигнэн бууж ирж аваад эгнэн суугаад идэцгээв. Эднийх энэ орой шөлтэй хоол хийжээ. Ер шөлтэй хоол иддэг гэнэ. Сарлагийн борцоор хийсэн бололтой. Сул амттай шөл баав. Гурил мах, давс, ус орсон болов уу? ямар нэг өөр амт гарсангүй. Сарлагийн мах тос багатай аргуу байдаг бололтой. Хоолоо идэнгээ бид ярилцлага аа авав. Ванданцэрэн ахын өвөө (нагац аав) нь маарамба хүн байж. Ээж нь бас бариач эм, тан барьдаг хүн байсан гэнэ. Аав нь 83 нас, ээж 101 нас насалсан буянтай буурлууд юм байна. Улсын аварга малчин, сайн анчин, аймгийн алдарт уяач, 105 саяар үрээ морь арилжсан гээд. Онцлох зүйл олонтой боловч их бодолтой, хашир хүн бололтой. Төдийлөн дэлгэрэнгүй ярихгүй юм. наадам явах замдаа ярилцана. Бид маргааш наадамд явна.

Ванданцэрэн.О

2022.06.06

Шөнө дунд, хурдан
морины уян дээр

Вандагаа ах аа,

Сайн байна уу? Таныг хэний хэн гэдэг вэ?

Намайг Даваа овогтой Төрмандахын Өнгөт-Од гэдэг. Аав ээжээс наймуулаа. Би айлын гуравдах нь хүүхэд нь. Хоёр эгч хөдөө малчин. Манай дүү Дэлгэр (аймгийн аварга малчин) гэдэг. Дөрөлжийн доод сугад буй. Бор бургасанд нутагладаг. Манай эхнэрийг Нармандах гэдэг. Манай эхнэр 2009 оны Архангайн түншлэл аймгийн аварга саальчин. “Монголын цагаан сар” цагаан сарын үзэсгэлэн худалдаанд оролцож байсан. “Ширгэмэл”-ийн төрлөөр 2022 оны аймгийн тэргүүний ажилтан цол тэмдгээр шагнагдаж байсан.

Та цагаан идээний тухай дэлгэрэнгүй ярж өгнө үү? үхэр сүргийн тухай? Хэзээ хээлтүүлэгт оруулдаг тухай?

Манайх хонь, ямаа, сарлаг, адуу зэрэг 4 төрлийн мал малладаг. Үхэр сүргийн тухайд дан сарлаг хайнаг малладаг. Сарлаг нь зуд турхан даахдаа сайн. Хяраас буулгаж ирсэн амьтан гэж ярдаг. Тугал бяруунаас эхлээд малладаг. Онд сайн оруулчих юм бол тарга хүчээ алддаггүй. Сүү сааль арвинтай буянтай мал. Тугал бяруу, шүдлэн насандаа “бухын хөл”-д гарна. Хязаалан болоод тугалладаг.

Та малынхаа насыг тодорхой тайлбарлаж болох уу?

Нэг настайг тугал, хоёр настайг бяруу, гурван настай үхрийг шүдлэн, дөрвөн настай үхрийг хязаалан, таван настай үхрийг соёолон, зургаан настай үхрийг хавчиг үхэр, долоо буюу түүнээс дээш нас гүйцсэн шар гэнэ. Гурван настай эмийг гунж, дөрвөн настай эмийг дөнж, таваас дээш настай эм үхрийг үнээ гэнэ. 20 бяруунд 4-5 ванн өтөг хийж, хэвтэр янзална. Хөлдүүсийг гаргаж овоолно. 11-03 сар хүртэл ийм ажил хийнэ. Хаваржаанд буугаад энэ ажлаас сална.

Хайнаг, монгол хэзээ хэзээ төллөх вэ?

Сарлаг 8 сар болоод тугалладаг. 3-р сард тугалладаг. 6 сард бухад гарвал 4 сар орчим тугаллана. 2022 онд манайх голдуу 4 сард 20 гаруй үнээ төллөсөн. Үлдсэн нь цуварч төрсөн. Зарим нь сувай бололтой. 5 сард 10 гаруй үнээ тугалласан. 3-р сард гурав, дөрвөн үнээ тугалласан.

Үхрийн төллөх хугацааг хэрхэн тооцдог вэ?

Үнээ 8-10 сар тээнэ. Сарлаг 9-10 сар тээдэг. Сарлаг 8 сар тээж төллөдөг. Үнээ хэзээ төллөхийг зохицуулах боломжгүй?

Хэзээнээс эхэлж үнээгээ сааж эхэлдэг вэ?

Тугалласан даруй 14 орчим хоног “эклээр” нь явуулна. Тэгээд зуны ногоо гүйцэх үер сааж эхэлдэг. Ер нь байгалийн гарцаас хамаараад янз янз байх нь бий. Тугалаа хашиж байгаад саадаг. Том болсон ч хамаагүй. Үнээгээ ширгэтэл саадаг.

Өглөө дөө л саадаг байх уу?

Одоо бол өглөө сааж байна. Зусланд буугаад (6-р сараас) хоёр саадаг. 9-р сараас хичээл эхлэхээр нэг саана. Нэг саасан тугал илүү тарга хүч авдаг. Намар тугал таргалах ёстой учраас нэг саадаг. “Тугал махлуулах” гэнэ. Тугалд мах суулган гэсэн үг л дээ. Өвөл онд оруулахыг бодоод.

Намар сүүний гарц ихсэх үү?

7-9 сард их гардаг. Намар сарлагийн сүү өтгөрдөг. 6 болон 10 дугаар сард сүү муутай байдаг. 11-р сараас эхэлж мал аажмаар ширгэдэг. Өтгөн сүүгээр цагаан идээ хийхэд өгөөжтэй. Өрөм зузаан тогтдог.

Танайхаас хэн хамгийн сайн саадаг вэ?

Манай эхнэр, охин хоёр саана.

Танай эхнэр охин хоёр ажилтай эсвэл хот аймаг авчихсан үед үнээгээ хэн саах вэ?

Би саана. Манай хүргэн ч саачихна. Гэхдээ тийм сайн биш. Манай үнээ хавар эрэгтэй хүн л ойртуулна. Эмэгтэй хүн ойртуулахгүй. Эд нарыг очихоор элдээд хөөчихнө. Тулгалсан даруйдаа ширүүн, мөргөнө. Тугаллаад хэд хоносны дараа бол гайгүй ээ.

Үхэр саахад хэн оролцох вэ?

Эхнэр, охин хоёр саана. Хүргэн бид хоёр аль завтай нь үнээгээ хурааж ирнэ. Үнээгээ хашаанд хашиж өгнө. Мөн аль нэг үнээгээ ивэлгэж өгдөг. Тугал татах гэдэг ч бас хөөрхөн ажил шүү. Мөн манай зээ нарыг манай бага охин хардаг. Аль эсвэл би харна. Мөн хүргэн энэ хооронд хонио дарах, адуу малаа харах зэрэг ажил амжуулж байдаг.

Үнээгээ хир удаан саадаг вэ?

Зуны үед өглөө 6 цагаас 09.30 орчимд гээд дуусчихна шүү. 3 цаг гаруй саана. Намарт ариа хурдан саана. Учир үхрийн сүү багасан байдаг.

Хувинтай сүү тань дүүрэхээр гэртээ оруулж тавиад дараагийн хувин аваад саах уу?

Үгүй. Саасан сүүгээ их дүүргэхгүйгээр юүлэх сав саалийнхаа хажууд авч очдог. Үнээгээ саагаад дүүрээд ирэхээр нь нөгөө сав руугаа шүүгээд юүлчихдэг. Сүү шүүх алчуур, марил бэлдэж очдог.

Сүүгээ саагаад дууссаны дараа ямар үйл явц өрнөх вэ?

Саасан сүүгээ оруулж шүүнэ. Шүүлтүүр дээр дөрвөн давхар марилаар шүүдэг. Марилаа солих уу? Өдөрт нь угаагаад хатаачихдаг.

Дараа нь ?

Хөөрүүлнэ. Эхлээд ширүүн галаар дараа нь зөөлөн галаар хөөрүүлнэ. Ер нь зөөлөн галаар хөөрүүлдэг. Сойлттой тогоон дээрээ сүүгээ хийдэг. халсан тогоон дээрээ сүүгээ хийвэл сүү хайрагдана. Түлэнхий амт орчихвол их муухай.

Дараа нь?

Хөөртөл хүлээж байгаад хөөсөртөл самарна. Хөөртөл сүүгээ хутгахгүй. Хөөсөртөл сайн самарна. Өмнөх галаасаа зөөллөнө. Галаар тааруулахгүй бол хөөсрөхгүй. Тэгээд тогоондоо загсаана. Хөөс нь дарагдаад өрөм нь шарлаад гарч иртэл галын тааруулж байлгана. Загссаны дараа сэрүүн газар тавина. Сүүдэр газар тавина. Өрөм зузаан гарна. Халуудахаар цөцгий суучихдаг.

Дараа нь?

Хувинд хийх бол хувиндаа самарна. Хувинд байгаа бол халууныг алдуулахгүйгээр хучиж, цуглана.

Дараа нь?

Сүүнийхээ өрмийг хамж авна. Тэгээд сүүгээ гал дээр тавиад тарганы хөрөнгө хийнэ. 20 л сүүнд хоёр амна халбага тарга хийж самарна. Хүйтэн сүүн дээр хөрөнгөө хийж самардаг. Хуруунд “час” халуун мэдрэгдэх үест саванд хийж хучиж тавина.

Тараг хэдэн цагийн дотор бүрэлдэх вэ?

Хоёроос гурван цагт тараг бүрэлдэнэ. Хөрсөн таргаа айраг руугаа хийгээд сайтар бүлнэ.

Хэдэн удаа бүлэх вэ?

Тэр хамаагүй ээ. Иссэн айргаа нэрнэ.

Айргийн хөрөнгийн тухайд?

Таргаа исгэж, чангалаад айраг болгодог. Айргаа гурван усаар авч болно. Архи чанга бол гурван усаар авч болно.

Айраг нэрсний дараа яах билээ?

Айргаа хөргөөд болсон сүүгээр (8-10л) ээдүүлнэ. 5 орчим л сүү авч үлдэх ёстой. Ээдүүлсэн аарцаа шүүнэ.

Юунд шүүх вэ?

Баадан даавуунд шүүнэ. Нэг давхраар шүүнэ. Цагаан ямбуу гэхээр хүмүүс мэднэ.

Өөр юмаар шүүгээд нэмэргүй юу?

Тийм. Аарцны шар сүүгээ асгачихдаг.

Дараа нь?

Шүүсэн аарцаа баадагнаад гаргаж гаргаж гадаа дарна. Дарж шимийн авна.

Юугаар дардаг вэ?

Дээр үед чулуугаар дардаг байсан. Одоо бэлэн төмрөөр дарна. Дарсан ааруулаа нэг хонуулаад маргааш зүснэ. Дарсан ааруул бороонд асуудалгүй. Наранд ч ажрахгүй. Нэг хонуулаад дарсан ааруулаа зүснэ. “Хураад ааруул” гэж нэрлэнэ. Үйл оёдог нарийн утсаар зүснэ. Оо утас бүдүүднэ. Хурууд ааруулаа ааруулын дэлгэц дээр гадаа наранд хатаана. Норгож болохгүй. Төмөр дэлгэж дээр хурдан хатна. Модон дэлгэц дээр их удахаараа хөгцрөх гээд байдаг.

Өрөм гэдэг зүйлийн тухай бид ярсангүй. Өрмийн тухай ярилцъя?

Базаад модон хувинд хураадаг. Сэрүүхэн байвал зүгээр байдаг. Одоо 6-р сараас 12 сар хүртэл хураана.

Хураахад муудах уу?

Муудахгүй.

Өрмийн өт шиг гэж ярдаг?

Хэт халуун сагаж, муудаж өтдөг. Хурааж байгаа хүний арчилгаанаас болж байна. Ийм пивоор хувинд хураавал гашуун амт ордог.

Хураахад тохиромжтой хамгийн сайн сав юу вэ?

Модон хувин, гүзээ, олгой хамгийн сайн.

Энэ хураасан өрмөө яадаг вэ?

Зулын хорин тавнаас өмнө зөөхийгөө хайлж шарын авна. Шар тосоо хонины гүзээнд хийнэ. Шар тос авсны дараа “цөв” үлддэг. Цөв дээрээ эзгий, элсэн чихэр хийгээд цагаан тос болно. Мөн нэмээд “мэхээр” хийж болно. Мэхээр хийвэл мэхээртэй тос болно.

Мэхээр гэж юуг хэлж байна вэ?

Бор бор жижигхэн ургамлын үрийг хэлнэ ээ. Мэхээрийн хулгана гээд байдаг. Тэрний цуглуулсан ургамлыг мэхээр гэдэг.

Цагаан тосоо юунд хийх вэ?

Цагаан тосоо хөрөөд ирэхээр нь гүзээндээ чихнэ дээ. Гялгар уутанд ч хийсэн болно. Тэгээд гадаа хөлдөөнө.

За баярлалаа. Цаг зав гаргаж ярилцлага өгсөн явдалд маш их баярлалаа.

Таныг хэний хэн гэдэг вэ?

Баянмөнхийн Нарангэрэл. 1980 онд төрсөн.

Сэдэв: Таван цул идээний тухай ярилцав.

Та гэдэс арилгаж байна уу?

Тийм ээ.

Таван цулын идээний тухай хоёулаа ярилцах уу?

Юуг нь ярина аа хэ хэ.

Цус хэрхэн янзалж байна вэ?

Цусыг бид саванд аваад хэсэг тавьчихдаг юм. гэдсээ арилгасны дараа гараа угаана. Цусандаа давс ус болон сонгино хийж баздаг.

Цусанд хир хэмжээтэй ус, давс хийдэг байх уу?

Нэг хонины цусанд нэг жижиг халбага давс хоёр шанаг ус хийдэг. ер нь давсыг мэдрэмжээрээ хийнэ. Яг ч халбагаар хэмжээ байсан юм байхгүй.

Сонгино хир хэмжээтэй хийдэг байх уу?

Зэрлэг сонгино бол нэг бөөрөнхийг хийхэд болно. Зэрлэг сонгино аагтай. Таримал сонгино бол хоёр бөөрөнхийг хийхэд болно. Цуг нь бид хөмүүл хийдэг юм. би хөмүүл түүж аваагүй л байна. Давс ус, сонгиноо хийгээд гараараа баздаг. Базаад ирэхээр цус сайхан шингэнэ болоод ирнэ. Тэгэхээр нь хонины ходоод байна аа. Ходоодонд нь хийдэг. Амыг нь модоор сөрлөж байгаад нарийн гэдсээр хэд хэд орооно. Дараа нь сэмж тавина. Сэмжин дээрээ хавтгай хэрчиж бэлдсэн элэг тавина. Дараа нь сэмжнийхээ илүү гарсан хэсгээр бүтээж шорондоо хатгаад нарийн гэдсээр хэд хэд ороож бэхэлнэ. Ингээд ходоодонд юүлсэн цус бэлэн болж байгаа юм. Мөн чацархайны гэдсэнд энэ шингэнэ цуснаасаа хийнэ. Идэхэд сайхан байдаг юм.

Үлдсэн цусаа юунд хийх вэ?

Үгүй. Нэлээд хэсэг нь үлдэнэ. Ходоодонд хамгийн шингэнэ цус нь орчиж байгаа юм. Үлдсэн цусыг олгоод юүлнэ. Олгой нарийн гэдэстэйгээ залгаа байна аа даа.

Тийм байна.

Олгой руу цус юүлэх үед нарийн гэдэс рүү шингэнэ цус нь яваад орчхож байгаа биз. Энийг зайдас гэж нэрлэдэг.

Нарийн гэдсээ та яаж цэвэрлэсэн вэ?

Нарийн гэдсэнд дөнгөж багтах төдий огтолж бэлдсэн уушгийг олгоо талаас нь гүйлгэж цэвэрлэдэг. Олгой хэсгээр л нарийн гэдэс рүү юм оруулахгүй бол хэцүү байдаг юм. Ингээд үлдсэн цусаа олгойдоо хийхээр шингэнэ нь нарийн гэдэс рүү орно. Өтгөн нь олгойдоо үлддэг. Нарийн гэдэснийхээ хоёр талыг утсаар уяж болно. Эсвэл нарийн гэдсээр өөрөөр нь зангидаж болно. Нарийн гэдсэнд хийсэн цусыг “зайдас” гэдэг. Олгойнд илүү их бүхэл цус орсон тул хатуу байдаг. Үүнийг бид одоо ихэнхийн нохойдоо өгдөг юм.

Аан ёстой мэргэн арга байна шүү. Та энэ аргыг өөрөө сурав уу? Хүнээс сурав уу?

Хүүхэд байхад ээж ингэж л хийж байсан. Би хараад сурсан байхаа. Би яг гэдэс арилгах тухай заалгаж байгаагүй. Ээждээ тусалж байгаад л сурсан. Ер нь эхлээд хотын ам барьж өгөхөөс л эхэлсэн байх. Дараа нь хошноого (гургалдай)-ны зэмсэг татаж өгөх гээд л бага багаар л сурсан байх аа. Нэг мэдэхэд л ээж хол ойр явсны ард би хийж чаддаг болсон байсан.

Хошногоны зэмсэг гэж юуг хэлж байна уу?

Элэгтэй хамт байгаа тойроод махтай, дундуураа хялс шиг, голдоо зузаан махтай хальс ч юм шиг мах ч юм шиг юм байна аа. Үүнийг “цорой” гэдэг юм. цоройг нарийн, таслалгүй урт болгож зүснэ. Эргүүлээд хэрчихээр урт болчихдог юм. Энэ нэг зэмсэг нь. Нөгөө нэг нь хоёр хос. Үүнийг бид багадаа гараараа шахаж байгаад хутгаар хэрчиж баасыг нь арилгадаг байсан. Одоо бол ус гүйлгээд цэвэрлэж байна. Амар юм билээ. Гэхдээ хошногонд нээх гоё амт ордоггүй юм. Дараагийнх нь цоохор сархинаг. Үүнийг мөн нарийн урт болгоно хэрчинэ. Дээрх гурван зэмсгийг нийлүүлж байгаад хошногоны нарийн талаас нь дотогш эргүүлэн чихнэ. Ингэж чихэхэд гарынхаа долоовор, дунд хуруу хоёрыг ашиглан зөөлөн түлхэж эргүүлнэ. Ийнхүү хийсний дараа хошноого чихэгдэн эргэж, дотор тал нь гадагшаа харна. Хошноого хоёр давхарлан унинд гогодож хоёр, нэг хонуулаад толгой, шийртээ хамт чанаж иддэг.

Таны чихсэн хошноого хир урт болсон вэ? Хошноого урт авахаар голоос гэрлэдэг гэж үнэн үү?

Хоёр алд орчим болсон байх. Ёстой мэдэхгүй. Тэгж ярилцаж байхыг би сонсож байсан юм байна.

Одоо цус бэлэн болчихсон. Одоо юу хийх дутуу байгаа билээ?

Гүзээний сэвсийг хамгийн түрүүнд асгасан.

Яагаад түрүүлж асгаж байна вэ?

Гүзээ зай их эзлээд байдаг юм.

Гүзээгээ та хэрхэн цэвэрлэсэн вэ?

Гүзээгээ гэрээс зайдуухан хотны захад их хол биш газар аваачиж сэвсийн асгадаг. Сэвсийн асгасны дараа гүзээг эргүүлдэггүй. Энэ хүүхдүүд эргүүлээд сэвстэй хутгаад байх юм. гүзээнээс сэвсийн асгасан л бол болоо. Тэгээд дараа нь усаар дотор талын угаачихна. Үүний дараа буцалсан усан эргүүлж үстэй хэсгээр нь хийгээд хусчихаар үс нь уначихдаг. Үсийг нь нохой илдээд байдаг шүү. Уг гүзээг үстэй нь чанаж идэх сайн гэх юм. Бид гүзээгээ халуун усанд булзалж байгаад хусаж байна. Хэд хэдэн удаа үстэй нь чанаж идэж үзсэн. Болдог л юм билээ. Хусчихаар чинь хундан цагаа болно доо. Ингэж цэвэрлэж янзалсны дараа гүзээгээ гурав хувааж чанана. Өвлийн хүнсний гүзээгээр цагийн байдлыг шинждэг гэдэг юм. Гүзээгээ хуссаны дараа харахад цагаан байвал цас их унах нь ээ гэж үздэг. Жаахан хар байвал цас багатай жил болох нь гэлцдэг юм. Хүнсний гүзээ, олгойнд шар цагаан тосоо хийдэг. Гүзээ, олгой чинь их чухал байхгүй юу.

Гурав хуваадаг нь ямар учиртай вэ?

Мэдэхгүй ээ. Гурав л хуваадаг юм.

Гүзээнийхээ сэвсийг хаана асгадаг гэсэн вэ?

Хотны захад л асгана даа. Сэвснийхэн хажуу талд бараг дээр нь олгойны баас асгадаг. Тухайн хонь хотондоо эргэж төрдөг гэдэг юм. Хоёр тусад нь асгачихвал төөрдөг гэж ээж аав хэлдэг байсан юм. Хоёр тусад асгачихаар сэвсэн дээр нь мал шуугиад байдаг юм билээ. Ялангуяа үхэр мөргөлдөөд байдаг юм.

Тийм учиртай эд байсан юм бий. Энд нэг сархинаг цэвэрлээгүй байна?

Энийг салбантай сархинаг гэдэг юм. Эхлээд сайхан сэгсэрчихээр баас уначихна. Хонь ус их ууж байгаа юм байна. Салбан нь нойтон байгаа биз. Намрын хониных бараг хуурай шахуу байдаг. “Сархинаг нь хатах” гэж яриад байна аа даа. Усаар дутагдахаар тэгдэг юм. Намарт хонийг бага услах ёстой. Тэгэхгүй бол “усан тарга” авчих гээд байдаг юм. Намрын хонины салбантай сархинаг энэ шиг шингэнэ биш хуурай шахуу байдаг. Өөхөн таргыг татуулж, мах суулгах гэж тэгдэг юм.

Дэлүүгээ энэ хэвээр нь чанах уу?

Үгүй. Дэлүүгээ хутгаар хөндийлж хэрчээд хавтгай сүүл чихээд нарийн модоор шорлоод чанана.

Уушгиа та гурав хуваачихсан уу?

Уушгийг гурав хувааж чанадаг. Хурдан болгох гэж жижиглэдэг байсан юм болов уу гэж бодох юм. Энд Зүрх байна. Бөөр, Уушги, Элэг дэлүү. Энэ тав чинь таван цул шүү дээ. Эдгээр таван цулаа эхэлж хийгээд давсаа хийгээд дараа нь цустай ходоод, олгой, зайдас, зэргээ хийж чанана. Зайдсаа болсон эсэхийн сэрээгээр хатгаж мэдэж болно. Болсон бол цагаан шүүс гарна. Болоогүй бол бор шүүс гарна. Ингээд л таван цулын шөл бэлэн болж байгаа юм даа. Хоол болтол шийр зугаа гэгчээр гэдэс болох хүртэл элгээ нарий хэрчээд гал шарж болгоод дараа нь сэмжээр ороож, шараад сорс болгоод идчихдэг юм. Хүүхдүүд чинь заримдаа гэдэс болохын хүлээхгүй жаахан яараад байвал сорс хийгээд өгчихөөр зүгээр байдаг юм. Элгийг шүүрхий идвэл зүгээр гэж ярдаг. Элэг, чацархай хамгийн түрүүнд болдог. Гэдэс гаргахдаа эхлээд элэг, чацархайнаасаа жаахныг дээжилж галдаа өргөх ёстой. Дараа нь гэрийн эзэн амсаад бусад хүмүүс хүртдэг.

Элэг, чацархайны дараа эдгээрээс аль түрүүлж болох вэ?

Элэг чацархайтайгаа хамт зайдас гаргаж болно. Бараг хамтдаа болчихдог. Тэгээд хэсэг хугацааны дараа бусад бүгд болсон үед гэдсээ гаргаад жаахан уур нь дарагдахаар ходоодны амны сэмж, нугалуур, гургалдайны битүү хэсгээс дээжлэн авч галд өргөнө. Мөн зүрхнийхээ оройг хоёр хэрчимлэнэ. Хэрчимдээ сэмж зуулгаад бөхгөр хэсгийн бурхан руугаа харуулан тавина. Дараа нь гэрийн эзэн гар хүрч хөндсөнөөр бусад хүмүүс зоог хүртэж эхэлнэ. Ходоодны амсрыг хонь хариулдаг хүн иддэг. Ходоодны амыг дээжлэн авч, бусад зүйлсийг оролцуулан хонинд явсан хүний хувь хэмээн тусгайлан тавьдаг. Түүнийг өөр хүн хөнддөггүй.

Өвлийн идэшний гэдсээ хэрхэн янзалж байна вэ?

Дээрх шиг цэвэрлэж янзлаад гүзээ болон олгойгоо ялгаад авчихдаг. Гүзээ олгойдоо шар тос цагаан тосоо хийнэ. Илүү гаарсныг үлээж хатаана. Мөн үлээж хатаасан гүзээгээ бага зэрэг дэвтээж байгаад эвхээд хатаачихдаг. Эвхэж хатаасан гүзээгээ шар сүүнд хийж дэвтээгээд зөөхий чихдэг.

Үлдсэнийг нь хэрэн зохицуулж байна вэ?

Бидний багад богийн гэдсээр “хярамцаг” гэдэг зүйл хийж байв. Гүзээнд нь амталсан цус, таван цул, бага зэрэг тураг мах холиод хөлдөөн үүнийг хярамцаг хэмээн нэрлэдэг. Үүнийгээ хурц сүхээр цавчиж, хутгаар нарийн татаад олон төрлийн хоол хийж байсан. Гэхдээ гүзээний нимгэн хэсэг нь хатаад жаахан тиймхэн байдаг байсан. Энэ хярамцагт хошного ордоггүй. Хошногоо чихээд тусад авч, цуйван хийж иддэг байв. Харин сүүлд би гялгар уутанд хярамцгаа хийж хөлдөөдөг болоод байна. Мөн цусаа тусад нь авч, таван цул болон сархинаг, цоохор сархинаг зэргийг оролцуулан, жаахан мах хольж, жижиглэн багсарч гялгар уутанд хийж хөлөөдөг. Тэгж хөлдөөсөн гэдсээ хот руу оюутан хүүхэд рүүгээ идэшний махтай нь хамт бага зэргийг явуулдаг. Манайхан ч хүүхдүүд маань ч ингэж бэлтгэсэн гэдсээр бууз хуушуур болон бүх төрлийн хоол хийж идэхдээ дуртай байдаг.

Гэдэстээ ямар мах хольж байна вэ?

Бид чинь малчин хүмүүс шүү дээ. Хөгшин малаасаа заримын идшинд авна. Тийм малын чинь мах жаахан хатуу байдаг юм. Тийм махыг шулж авч байгаад гэдэстээ жижиглээд хольчихдог юм. Гэдэс чинь идэшний гол жийрэг болно шүү дээ.

Гэдэстээ ямар ямар амтлагч хольж байна вэ?

Бид бараг л юм холихгүй дээ. Сонгино, давсаар л амтална. Заримдаа цагаан будаа агшааж хольдог. Ингэж бэлтгэсэн гэдсээрээ бууз, хуушуур зэрэг хоол хийдэг. цагаан будаан хуураг бас хийнэ. Гэдсээрээ бид шөлтэй хоол бараг хийхгүй шүү. Хоёрдугаар хоол л хийдэг. \

Хошногоо та тусад авдаг гэж ярьсандаа. Хошногоороо ямар хоол хийдэг вэ?

Нэг хошноготой адууны жаахан хөшиглүүр мах хольж татаад бууз хийж идэх ёстой янзтай. Манайхан амттай байдаг юм.

Танайх ер нь бууз их хийдэг айл уу?

Ийм хоолыг голдуу бэлтгэж авч байгаад “Бор бургас” руу орж өвөлжихдөө хэрэглэдэг. Өнгөрсөн жил эгч нь сумын төвд хүүхдүүдээ харж өвөлжсөн. Нөхөртөө олон төрлийн хоол бэлдэж өгсний дийлэнхийн ийм бууз эзэлнэ. Сургуулийн хүүхдүүдээ бас энэ буузнаасаа бэлдэж өгнө. Намай байхгүй үед өөрсдөө чанаад иднэ шүү дээ. Мэдээж тураг махаар бас бууз хийж иднэ л дээ. Малын буян хишиг гэж бодоод хаяж буртаглахыг тэвддэггүй юм. Хүчийг дараад зүгээр байдаг юм. Би төвд нөхрийнхөө хоолыг л бэлдэнэ. Хаврын мал төллөхөөс өмнө ийм хоолыг төрөл төрлөөр сайн бэлдэж авахгүй бол мал төллөх үеэр хоол хийж суух зав гарахгүй шүү дээ. Бууз чинь 15-20 минутад болдог хоол. Дээр мах бас чанана. Дээр нь толгой шийрээ хуйхал иднэ. Энэ мэт олон төрлийн хоол хийнэ. Гэхдээ голдуу хөшиглүүр махаараа гурилтай хоол хийнэ шүү дээ. Адуу, үхрийн ястай мах чанаж иднэ. Өвлийн улиралд чанартай хоол хийж идэж байхгүй болохгүй. Халуун чанартай хоол сайн идэх ёстой. тэгэхгүй бол сэрүүддэг. Бид чинь их л хүчтэй хоол идэж байх шиг байгаа юм. Ажил ихтэй болохоор төвөггүй шингэдэг.

Цусаараа ямар хоол хийж байна вэ?

Цусаа чанаж борлуулаад дангаар нь иднэ. Мөн бууз, хуушуур, амталсан будуу хийж иддэг. Бүхэл хэсгийн нохойдоо өгнө. Ер нь цусыг нохойтойгоо хамжиж иднэ ээ. Нохойгоо бас хооллох ёстой юм шүү дээ. Гэр бүлийн гишүүнээс ялгаа юу билээ. Цаадуул чинь их ажил амжуулж байгаа шүү дээ. Бид өөрсдөө хотоо манавал ч хэцүүдэн шүү дээ. Манай хүнийг дагаад энэ хоёр нохой нэг намар өвөлжөө рүү яваад өгсөн байсан юм. Би хонио манаж хонох гэж хямарсан шүү дээ. Амарсан амралтгүй болчхож байгаа юм чинь. Маргааш нь нойр хүрээд байдаг юм билээ. Бид хоёрыг нойртой хонуулж байгаа ачтанууд шүү дээ.

Таныг хэний хэн гэдэг вэ?

Намайг Архангай аймгийн Өндөр-улаан сумын Азарга багийн малчин Бямбаагийн Батбаатар гэдэг.

Та хэдэн онд, хаана төрсөн вэ?

Би 1969 оны 08-р сарын 16 өдөр төрсөн. Тахиа жилтэй. Миний өвөөг Дэмчиг гэдэг хүн байсан. Би гурван эрэгтэй дүүтэй, нэг эмэгтэй дүүтэй. Өөрөө би айлын том хүү.

Танай гэр бүлийн хүнийг хэний хэн гэдэг вэ?

Манай эхнэр Найданжав овогтой Банзрагч нь 1972 онд төрсөн. Бид хоёр 1991 онд гэр бүл болсон. Бид гурван хүү, нэг охинтой. Том охиныг минь Бямбахишиг (том охин) гэдэг. 1993 онд төрсөн. Удаа Дармаа маань малчин залуу. 1995 онд төрсөн. Би хоёр ачтай. Манайтай хамт мал маллаж байна. Дунд хүүг маань Даваахүү (удаах хүү) гэдэг. 2000 онд төрсөн. Отгон хүүг маань Бямбажаргал гэдэг. 2002 онд төрсөн. Манай Азарга багийн Азаргын голоор нутагтай. Манай нэг дүү урд голын цаад хөвүүн байдаг. Хадбаатар гэдэг юм.

Хоёулаа хурга хөнгөлөх тухай асуудлаар хөөрөлдье?

Зуны эхэн сарын шинийн гурван, таванд хурга хөнгөлнө. Эхлээд хониноосоо ялгана. Хургаа хөнгөлөхдөө саваа бэлтгэдэг. Түмпэнд цог хийж, дээр аргал тавина. Асаж буй аргал дээрээ арц, өрөм, тавьж уйгуулна. Хөнгөлөх хутгыг “сумч” гэдэг. Сумчаа аргал, арцны утаагаар ариусгана. Мөн “цүү” бэлтгэнэ. Ус дээр сүү эсвэл өрмөөс бага зэрэг хийнэ. Ийнхүү бэлтгэсэн саванд “бөөр” хийнэ. Бөөр гэдэг нь засаагаа нэрлэж буй юм. эхлээд малаа хашна. Тэгээд ууган хургаа хүүхдээр бариулна. Газар унагааж дөрвөн хөлийн хүүхдээр бариулж байгаад хөнгөлнө. Засах газрын үсийг зулгааж аргалын цог дээр тавьж шатаадаг. Бяруу ч ялгаагүй. Адуу ариа жаахан өөр. Газар дээрээ олбог дэвсдэг. Тэгээд засна аа. Үүнийг “бөөр” гэж нэрлэдэг. Бөөрийн авсны дараа авганахын арьсыг сайн хавчаад “төөр төөр түм хүрч өсөөрэй” гэж хэлээд тавина. Бүх хураг, ишгээ нэг бүрчлэн барьж эрийн хөнгөлдөг. Тэгээд гэрт оруулж ирээд тавина. Гараа гэрийнхээ дэвсгэрийг сөхөж байгаад угаана. Хутгаа угаахгүйгээр эвхээд униндаа хавчуулна. Гурван хоног цээр хийнэ.

Хутгаа яагаад угаахгүйгээр хадгалж байна вэ?

Хутгаа гурав хоног цусын угаахгүйгээр хадгална. Учир нь малынхаа хишгийг хутгандаа шингээж байгаа хэрэг юм. Сумчийг зөвхөн засаанд л хэрэглэнэ. Бусад үйлд хэрэглэдэггүй. Сайхан цагаан даавуунд боогоод хадгалчихдаг. Үе дамжуулан хадгалдаг.

Гараа яагаад гэртээ угааж байна вэ?

Хурга хөнгөлөхөөр гар жаахан цус болно. Тэр цус бол малын буян хишиг шүү дээ. Буян хишигийг л гэртээ шингээх буй хэлбэр юм.

Таны зусаалын хутга хаана байгаа вэ? үзэж болох уу?

Миний хутга алга болсон байна. Сумч нь олон жил хураг ишиг зассаар байтал үзүүр мөлийсөн, хор нь гарсан, олон жил хадгалагдсан, маш хөнгөн хутга байдаг. Олон жил мал хөнгөлсөн хутга нь хор гарсан сайн гэж үздэг. Олон жил хадгалагдсан хутгаар засна. Дээр үеийн хутга голдуу модон иштэй хутга байсан.

Яагаад зуны эхэн сарын шинийн гурван эсвэл таван засдаг юм бол?

Малын сүлд хийморь улирлын эхэнд толгойндоо, улирлын дунд сард их биедээ. Адаг сард бөхсөндөө байдаг гэж үздэг. Тиймээс засаа хийхдээ адаг сард хийж болохгүй. Нөгөө талаараа зуны эхэн сард ялаа, өтөөч хөдөлж эхлээгүй үе. Өтөхөөс болгоомжилж буй хэрэг юм.

Та зуны эхэн сараас өөр сард хурга хөнгөлж үзсэн үү?

Үгүй.

Хургаа та засдаг байх уу?

Төл малыг хөнгөн гартай хүн засна. Манай хүү бас хаяа засна. Хэн ч засаж болно доо. Зарим хүн хүнд гартай байдаг гэдэг юм. Хүнд гартай гэдэг зарим хүн мал засахаар хөнгөлсөн малынх нь засаа хүндэрч хавдаж, заримдаа бүр цус алдаж үхдэг. Иймээс хурга засаж байсан туршлагатай хүн засах ёстой. Адуу үхэр дээр мөн ялгаагүй

Шинээр хурга засаж гэж байгаа хүн гарынхаа хорыг яаж гаргадаг вэ?

Ер нь хөнгөн гартай хүн гэж байна. Хэрэв засаа нь хүндрэх маягтай бол нохой засахаар гар хөнгөрдөг гэдэг юм. мал засахад нэгт гар хөнгөн байх ёстой. хоёрт, төл малын бөөрний угийг сайн чимхэж байгааг татаж таслах ёстой юм байгаа юм. тэгэхгүй бол судас татагдаад цус алдаж үхдэг гэдэг.

Та мал засах аргыг хэнээс сурсан вэ?

Би ер мал хөнгөлж байхыг хараад л сурсан доо. Эхнэртэй болоод тусдаа гарсны дараагаас мал хөнгөлж сурсан. Ер нь аав ах нар, нутаг усны ах нарын мал хөнгөлж байхыг хараад мэддэг байсан. Хүүхэд байхдаа нууцаар ганц нэг бяруу хөнгөлж л байсан. Адуу хөнгөлөх их эмзэг байдаг гэдэг юм. Адуу хөнгөлөөд баалахгүй, хүндрэхгүй байвал өөрийгөө хөнгөн гартай хүн гэж үзэж болно. Манай нутагт малаа хүнээр хөнгөлүүлдэг хүмүүс байна. Өөрийнхөө гарыг хүнд гэж үзэж байгаа хэрэг. Хүнд гартай бол мал хөнгөлөөд дэмий дэмий.

Ямар мал хөнгөлөхдөө голдуу хүн урьж залж засуулдаг байх уу?

Голдуу адуу хөнгөлөхдөө хүн урьж, залж байх шиг байна. адуугаа хүндэлж байгаа нэг хэлбэр юм. Нөгөө талаасаа 3 настай морио эндүүлчихвэл хайран шүү дээ. Тиймээс найдвартай хүнээр хөнгөлүүлж байгаа нь тэр.

Жишээ нь би адуугаа хөнгөлүүлэхээр танаас гуйвал хэрхэн гуйх ёстой вэ?

Заа даа. Янз янз байдаг. Хээр яваа улс юун тийм ёс сүр болох билээ дээ. Адуу хөнгөлөх санаатай, хамт явах уу гэж гуйх байхдаа. Би бол дуртай л явна. Адуу барихаар хөөж байхад хавийн амьтан цуглана шүү дээ. Харин хонь хашаад хайчилж байвал цөөхөн хүн цуглан байх.

Арц, аргалтай түмпэнгээ яадаг вэ?

Оруулж ирээд гал руугаа хийчихдэг. Малын буян хишгээ галдаа өргөж байна. мөн галаа тахиж буй хэлбэр юм.

Засаа хэрхэн чанадаг вэ?

Гал дээр тогоо тавина. Борц нүднэ. Борцны өөх хөшиглөнө. Цагаан будаа зэргийг тогоондоо хийж, дээр усаа хийнэ. Дараа нь бөөрнийхөө хялгасыг түүнэ. Бэлэн болсон бөөрөө гал дээр буй тогоотой борцтой, будаатай шөлөндөө хийж чанадаг. Айл саахалт, ах дүү нартаа бөөр ирж идээрэй гэж “хэл” өгдөг.

Мал хөнгөлөх ажилд голлож хэн хэн оролцдог вэ?

Ер нь эрчүүдийн ажил шүү дээ. Мал хаших, энэ тэрд бол хүүхэд эмэгтэйчүүд оролцоно. Мал хөнгөлөх ажлыг эрчүүд л хийнэ дээ. Харин бөөрний үс, хялгасыг түүж чанах ажлыг хүүхэд эмэгтэйчүүд хийдэг. Бид чинь үс хялгас түүх гэх мэтэд маруухан шүү дээ хэ хэ. Хүүхдүүд их чухал үүрэгтэй. Хурга ишиг барих. Наашаа цаашаа явсан мал эргүүлж ирэх гэх мэт ажлыг хүүхдүүд хийдэг. ах хургаа засаад л сууж байна. Манай хүү хурганыхаа хөлийг барина. Жижиг дүү нар нь хурга ишиг барьж ирж өгнө. Манай хөгшин энэ хооронд сааль сүүнийхээ ажлыг амжуулдаг. Олон хурга ишигтэй бол 4-5 цагийн ажил болно шүү. Бас тэрүүхэндээ ажилтай.

Хөнгөлсөн мал хир хугацааны дараа эдгэх үү?

Ер нь гайгүй шүү. Ишиг л ярвага юм болохоор жаахан чарладаг. Хурга бол дугарахгүй. Хөнгөлсөн хурга ишгийг зөөлөн хөдөлгөнө. Хэвтээд байвал хүндэрдэг талтай. Эхний хоногт л хүндрэх эсэх нь мэдэгддэг. Нэг хоногийн дараа бол асуудалгүй. Зарим хүний зассан төл ер тоосон шинжгүй босоод гүйгээд явчих нь бий. Хөнгөн гартай хүн байна л гэсэн үг. Сайн зассаных шүү дээ. Миний багад нэг хурга засалтын улмаас хүндэрч үхсэн. Өвчөөд үзэхээр хундан цагаан байсан юм. Бөөрний судас нь татагдаж тасраад цус алдаж үхсэн байсан. Сайн чимхэж байгаад татаж таслах ёстой юм билээ. Муу чимхвэл бөөрний гол судас нь татагдаж тийм эндэгдэл гардаг. Зарим хүмүүс “хурга чимхэх” гэж ярдаг шүү.

Засаатай холбоотой ямар хорио цээр байдаг вэ?

Мал хөнгөлсөн өдрөөс хойш гурван хоног давс, сүү зэрэг гашуун юм гаргадаггүй. Ер юм гаргах цээртэй. Тийм ч болохоор гараа гэртээ, тусгай цэвэр саванд ус хийж угааж байгаа юм шүү дээ. Бөөрөө хонуулахгүй идэх ёстой. Бас гадаа сууж бөөр идэж болдоггүй. Нохойд өгч болдоггүй. Бөөртэй аягаас юм хаядаггүй. Малын буян хишиг гэж үздэг. Хурганыхаа үсийг хүртэл уйгаж буй аргалын цог дээр тавьж шатаадаг. Бохирлож буртаглаж болдоггүй юм шүү дээ. Адууны бөөрийг бол сүүлэнд уядаг л байсан. Харин одоо залуучууд түүхийгээр л иддэг болж. Бөөрөнд сайн гэх юм. Бас эрчүүдэд сайн л гэх юм. Бидний багад тэгж байсангүй.

Та идэж үзсэн үү?

Би идэж үзээгүй ээ. Залуучууд нурамд булж идэж байна. Түүхийгээр нь устай холиод идчихдэг юм байна. Бөхчүүд ёстой сайн иддэг юм билээ. Тамир тэнхээ сайн ордог л гэх юм. Тэгдэг ч байх. Тэр чигтээ уураг юм болохоор арга ч үгүй биз. Хурга ишиг, бярууныхаа бөөрийг бол жил бүр идчихнэ шүү дээ.

Бөөрөө хэрхэн идэх вэ?

Зочид орж ирээд сууна. Дараа нь цай хийж өгдөг. Энэ үед бөөрөө амсаж үзээд болсон гэж үзвэл гал дээрээс тогоотой нь өргөж аваад гарган даа. Манай эхлээд миний аяганд хийж өгдөг. Дараа нь насныхан эрэмбээр л аяглаад өгнө дөө. Бүх хүнд л хүртээх ёстой. Бүгд гэртээ суугаад аягандаа үлдээлгүй иддэг. Цэвэрхэн, үлдээлгүй идчихвэл засаа хурдан эдгэдэг гэж үздэг. Бид ч аягаа сайхан долоочихдог юм. Хүүхдүүд зарим долоохгүй л байх юм. Зарим нь ч надыг дагаад долоож л харагддаг. Аяга долоох хоолны ангинд сайн гэдэг юм билээ. Хонь саах болчихсон уу?

За. Сайхан яриа боллоо. Дараа дахиад үргэлжлүүлье ах.

- Хэний хэн гэдэг вэ?
- Намайг Цэнд-аюушийн Батжаргал гэдэг. Ах дүү наймуулаа би зургаадах нь 1976 онд бор бургасны гол гэдэг газар төрсөн.
- Ургийн овог?
- Ванчиг, манай өвөг эцгийн нэр л дээ.
- Та айлын хэд дэх хүүхэд вэ?
- Айлын 8 хүүхдийн 6 дахь хүүхэд болж мэндэлсэн.
- Та гэрийнхээ хүнтэй хэдэн онд гэр бүл болсон вэ?
- 1999 онд гэр бүл болсон. Манай хүн чинь Улаанбаатар хотынх. Уртнасан гэдэг. Ах дүү нар дээрээ ирчхээд явж байсан. Тоглож, наадаж яваад гэр бүл болсон доо.
- Та хэрхэн эхнэрээ авсан вэ?
- Таваг тавиад л авсандаа
- Таваг тавсан тухайгаа? Таваг тавих ёсны тухай?
- Хотод таваг тавьсан. Би хамт явсан.
- Таваг тавихаас гадна тал болох тухай зүйл?
- Цусан төрлийн хүмүүс хоорондоо ах дүү болохыг тал болох гэдэг. Шар цавуугаар татаас наагаад, хадаасаар хадаад “шар цавуугаар наасан юм шиг, шалзан хадаасаар хадсан юм шиг. Салж хагацахгүй ах дүү ах дүү явцгаая” гээд л татаасаа татаж салгаад морь бол морь, дээл хувцсаа сольж өмсөөд тал болдог юм билээ. Би нэг тал эгчтэй. Амаар тохирсон. Бид яг ёслол хийгээгүй.
- Шалзан хадаас гэж ямар хадаас хэлж байна вэ?
- Өлмийний жижиг хадаас шүү дээ. Түүнийг хэлдэг.
- Нөгөө наасан юм аа яагаад татаа салгачихдаг юм бол?
- Татаж салгасан татаасаа хоёр биедээ өгдөг. Бие биеэ л хүндэлж явах ёстой юм гэнэ лээ. Дээлээ сольж өмсөөд байх юм билээ. Зарим бүсээ солиод бүсэлдэг. Морио сольж унадаг. Гол нь тангаргаа сахих чухал.
- Та бол тал эгчтэй?
- Бид яг тангараг өргөсөн юм байхгүй. Цаадах чинь айлын отгон охин. Дүүгүй. Намайг дүү хийж авна гээд тэгээд л хоорондоо ам тохироод тал болсон.

- Та хоёр одоо ямар харилцаатай байна.
- Би цагаан сараар орж золгоно. Манай хоёр төв дээр айл аймаг шахуу байгаа. Нэг хашааны наана цаана байгаа.
- Тэр айлын хүүхдүүд хурим хийвэл танд урилга ирэх үү?
- Ирнэ ирнэ.
- Та ямар ямар мал маллаж байна вэ?
- Тэмээнээс бусад нь л байна даа. 4 хошуу мал маллаж байна.
- **Цагаан идээ хийх арга үнээний сүүнээс эхлээд ямар процессоор явж идээ цагаа болж байгаа тухай ярьж өгнө үү?**
- Өглөө 5 гээд л үнээгээ саадаг. Саангуутаа сүүгээ шүүгээд зөөлөн гал дээр хөөрүүлнэ. Хөөрөхөөр нь тогоон дотор нь хөөсөртөл самраад зөөлөн гал дээр жигнээд орхичихоор өрөм нь сайхан загсана. Самарсан хөөс нь буугаад л өрөм нь шаргалтаад загсдаг даа. Нэг хонуулаад маргааш өглөө нь өрмийг нь хамж аваад болсон сүүнд нь жоохон таргийн хөрөнгө хийгээд тараг бүрнэ.
- **Ямархуу хэмжээний хөрөнгө хийх вэ? Хэдэн литр сүүнд ямар хэмжээтэй хийх вэ?**
- 10 литр хүйтэн сүүнд 300-400 грам тараг хийгээд зөөлөн гал дээр самарч хуруу түлэхээргүй бүлээтгээд саванд уудлаад хучаад тавьчихад 2 цагийн дараа бол тараг бүрэлдчихнэ. Таргаа айргийн том савандаа хийгээд бүлээд исгэнэ. Сайн бүлбэл айраг маань ширхэггүй сайхан болно. Архи нь хүртэл сайхан гарна.
- **Исгээд хир удаан байлгах вэ?**
- Тэгээд иссэн айргаа дээрээс нь аваад тогоо нэрнэ. Тогоо нэрэхдээ айргаа гал дээр хийгээд сүүний галаасаа арай ширүүн гал дээр айргаа халаана. Халаад яг их уур гараад эхлэхээс нь өмнө бүрхээлээ тавина. Тосгуурыг нь зүүгээд жалавчаа дээр нь тавина, доторх айргийнхаа халуун уурыг нь гарахааргүй даавуун ороолтоор ороож өгнө. Айрагийн уурт жалавч халах үед нь дүүртэл ус хийгээд халахаар нь жалавчаа аваад архиа бүрхээрээс нь авна.
- **Нэг л удаа усаа халаадаг уу?**
- Айраг чинь хир халснаас хамаараад нэгээс гурван ус халаадаг. Исэлт жаахан муу бол нэг халаагаад л авна. Архины гарч буй амтнаас хамаарна.
- Жалавчинд хир их ус хийх билээ.
- 5-8 л ус хийх байх. За тэгээд айраг буцлахаараа өтгөн шингэн нь ялгарчихна. Өтгөн нь доороо шар шим нь дээрээ тэгээд айргаа өөр саванд хийгээд хөргөөнө. Хөрснийх нь дараа бааданд хийгээд шүүнэ. Гарсан аарцыг нь болсон сүүгээр эсвэл түүхий сүүгээр зуурна. Шингэнийг шар шим. Өтгөнийг нь аарц гэдэг. Ялгахын тулд даавуун уутанд шүүнэ.
- Давуу нь ямар хэмжээтэй байх вэ?
- Хааш хаашаа нэг метр. Болсон сүүгээр зуурна.
- **Хир их сүүгээр зуурдаг вэ?**

- 5-8 литр сүү л ордог байх. Зуурсан аарцаа дахиад баадандаа хийгээд шүүхээр дахиад шар шим гарна. Шар шим нь гараад дуусахаар тэр бааданд нь боогоод хүнд юмаар дарна. Хүнд чулуу байж болно. Ойролцоогоор 6 цаг орчим дарна. Шимийн гарч дуустал. Өглөө дараад орой авдаг. Тэгээд ааруул нарийхан утсаар зүсээд хатаана. үүнийг хурууд ааруул гэнэ. Хурууд ааруул ингэж гардаг.
- Хүнд юмаар дарсан ааруулаа үүрүүлээд хэвд хийгээд дарахаар чихэртэй ааруул болно. Төмөр юм уу модон дэлгэц дээр хатаана.
- **Хатаах үедээ хаана хатаах вэ? Нар тусахад зүгээр үү?**
- Чихэртэй ааруулан дээр нар тусахад жаахан исэх гээд байдаг. Хуруудыг бол нартай газар хатааж болно.
- **Хатах хугацаа нь хир удаг вэ?**
- Бараг арваад хоног чихэртэй ааруул нь, хурууд нь болохоор хориод хоног болдог. Өглөө гаргаад орой оруулж ирнэ. Бороонд бас норгож болохгүй. Норвол буцаад үүрээд уначихна. Элээ хэрээ шаазгай болжмор иднэ сайн хамгаалахгүй бол. Намар хулгана, зурам
- **Өрмөө яадаг вэ?**
- 2-3 хоноод ирэхээр өрөм хүч орно доо. Тийм үеэс өмрөө цуглуулан. Тэгээд өрмөө базаад чигжээд хураахыг зөөхий хураах гэдэг. Зөөхийг гүзээ болон модон хөвд хураадаг. Зөөхийгөө цайтай холиод зөөлөн гал дээр тавиад хутгана. Дээрээс нь жоохон аяганы дундуур гурил хийгээд хайлахыг хайлмаг хийх гэдэг. Гурилан тос ч гэж нэрлэдэг.
- **Цагаан тос шар тос гэдэг нь ?**
- Сойлттой том тогоонд Зөөхийгөө их хэмжээгээр хийгээд доор нь жоохон ус дусааж байгаад хийнэ. Хуурай тогоонд хийхгүй. Зөөлөн гал дээр базаж хайлгана. Хайлсан хойно нь галыг нь бага зэрэг чангалаад шанагаар хутгана. Ингэхээр цагаан тос нь доороо шар тос нь дээрээ хөвөөд гараад ирнэ. Дээр нь байгаа шар тосыг аваад цагаан тосон дээр нь бага зэрэг 1-2 шанага эзгий, элсэн чихэр хийнэ ингээд гал дээр шингэн байгаа тосоо үхэр, хонины олгойнд хийгээд хөргөөнө. Хөрөхөөрөө өтгөрдөг учраас хөрөхөөс нь өмнө бүлээн байхад нь хийдэг. Гадаа гаргаж царцаагаад л цагаан тос.
- **Энийг юунд хэрэглэх вэ?**
- Хүнсэнд л хэрэглэдэг дээ. Шууд идэж болно.
- **Эзгийг яаж хийдэг вэ?**
- Сүүгээ зөөлөн гал дээр хөөрүүлээд, дээр нь айрганаасаа хийгээд хутгаад ээдүүлнэ. Эдэхээр нь доогуур нь зөөлөн хутгаад галыг нь чангалаад ялгарсан шар шимийг ширгэж дуустал буцалгана. Ширгэснийх нь дараа зөөлөн гал дээр хуурна. Ингээд л даавуун уутанд хийгээд гэр дээр наранд хатаана.
- **Бяслаг яаж хийдэг вэ?**
- Зөөлөн гал дээр түүхий сүүгээ хөөрүүлээд айрганаасаа хийгээд ээдүүлнэ. Эдэхээр нь тавиуртаа гаргаж байгаад ялгарсан ээдмээ бааданд шүүнэ.

Бааданд шүүгдсэн ээдмээ боогоод чулуу юм уу хүнд юмаар дарна. 30-40 мин дараад даавуунаас нь задлаад сэврээнэ. Өнгө нь шаргалтаад сэврээд ирэхээр зүсээд утсанд хэлхээд хатаана. Ааруулыг бяслалтай холиод зөөлөн гал дээр хайлмаг хайлж байгаа юм шиг хуурна. Хэвд хэвлээд хатаахад ширгээмэл болно.

- **Тавгийн идээгээ юугаар хийдэг вэ?**
- Ширгээмлээрээ төрөл бүрийн хэвд хийгээд дарахад чинь тавгийн идээ гарч байгаа.
- **Танайх гүү барьдаг уу? Гүүний айргийн тухай?**
- Барина аа
- **Унага татахад сайн өдөр гэж хардаг уу?**
- Ихэвчлэн нохой өдөр бар өдөр унагаа зэллэдэг.
- Барьдаг. Хэдэн адуугаа авч ирээд зэл татаж унагаа уяад 2 цаг болоод л гүүгээ саана. Сүүгээ оруулж ирээд хөргөөд шүүнэ. Том саванд хурааж байгаад орой бүлээд исгэнэ.
- **Хөрөнгө хэрэгтэй юу?**
- Хэрэгтэй одоо тэгээд урд Хотонтоос авдаг.
- **Дээхэн үед яаж гаргадаг байсан бол?**
- Ямааны сүүгээр тараг бүрээд исгээд л тэрэндээ гүүнийхээ сүүг хийж бүлээд исгэдэг байсан.
- **Хэд тоолж бүлдэг вэ?**
- Дор хаяж 5000 бүлж байж л иснэ дээ, иссэнийх нь хойно 1000 орчим л бүлдэг.

За. Сайхан ярилцлага өгсөн танд баярлалаа.

- **Таныг хэн гэдэг вэ?**
- Намайг Ганчимэг гэдэг.
- **Та өөрийгөө жаахан дэлгэрэнгүй танилцуулна уу?**
- Би Архангай аймгийн Цахир суманд 1990 онд төрсөн. Лхагва овогтой Ганчимэг гэдэг.
- **Бид соёлын яамнаас явж байгаа юм ардын уламжлалт анагаах ухаан идээ ундааны асуумж ярилцлага авч байгаа юм та хоол хүнснийхээ талаар ярьж өгнө үү?**
- Малын мах , цагаан идээгээ л хэрэглэдэг дээ
- Танайх сумын төвдөө амьдардаг уу?
- Нөхөр маань малаа маллаад хөдөө байдаг би сумын төвдөө ажиллаж амьдардаг.
- **Та ямар ажил хийдэг вэ?**
- Би сургуульд номын санч хийдэг.
- **Ковид-19 цар тахлын үед ямар хоол хүнс хэрэглэсэн бэ?**
- Аль болох эрүүл хоол хүнс гээд л дархлаагаа дэмжих бүтээгдэхүүн хэрэглэсэн.
- Та өглөө, өдөр, орой юу иддэг талаараа яриач
- Өглөө бол цай уугаад хуурай идэх юм талх боорцог иддэг. Орой ажлаас ирээд л хоолоо хийж иддэг
- **Оройн хоолоо хэдэн цагийн үед иддэг вэ?**
- 8 цаг гээд л
- **Ихэвчлэн ямар хоол хийж иддэг вэ?**
- Шөлтэй хоол, цуйван, бууз, гээд л монгол хоолнуудаа л түлхүү хийж иддэг.
- **Танайх намар хүнс юу юу авдаг вэ?**
- 1 үхэр, 1-2 хонь идшиндээ авдаг.
- **Ам бүл хэдүүлээ вэ?**
- Дөрвүүлээ
- **Хүнсэнд авч байгаа үхрийн махаа хэрхэн жижиглэж хуваарилдаг вэ?**
- 1 гуяар нь борц хийдэг. Үлдсэнийг нь жижиглэж хөлдөөгөөд хоолондоо хэрэглэнэ. Гэдсээ сайхан цэвэрлээд чанаж идэхэд бэлдээд хошноого юуг нь чихээд тавьдаг.
- **Хонины гэдсээ яадаг вэ?**
- Цэвэрлэж хөлдөөгөөд бууз хийж иддэг өвлийн хонины гэдсээр.
- **Жирэмсэн байх үедээ ямар хоол хүнс хэрэглэдэг байсан бэ?**
- Хордлого өгөхгүй бол хоол хамаагүй иддэг дээ.
- **Ямар нэг цээртэй хоол хүнс байхгүй юу?**
- Айхтар өөх тостой юм идэж болохгүй сэвтдэг л гэж ярьдаг.
- **Хүүхдээ ер нь сүүгээрээ хооллодог уу?**
- Тийм. Сүүгээрээ л, тэгээд бантан каш буцалгаж өгдөг.
- **Танай энд цагаан сарын үеэр ямар хоол их хийдэг вэ?**
- Цагаан сараар буузаа л хийнэ. Битүүнд махаа чанаа л аарцаа буцалгаад, буузаа жигнэнэ.

- Битүү гаргах гэж яриад байдаг тэрний талаар яриач. Ямархуу байдлаар танайх гаргадаг вэ?
- Битүүнд махаа чанаа л, гэр орноо цэвэрлээд, оройхон битүүгээ гаргана даа. Цайллага маягаар цай хоол буузаа идээд л
- Нэгэн шинийн өглөө хамгийн түрүүнд хэнийд ордог вэ?
- Аавындаа
- Аавындаа юутай ордог вэ?
- Тавгийн идээ, халуун савтай сүүтэй цай, зул аа авч орж өргөдөг.

Таныг хэн гэдэг вэ? Өвөө

- Намайг Гэндэний Гомбодорж гэдэг. Завхан аймгийн чандмань суманд торж өсөөд энэ хонхорт насаараа амьдарч байна даа. 1944 онд төрсөн 74 настай. Өөрийнхөө бүх амьдралыг мал, хөдөө аж ахуйтай холбон өнгөрүүлж байна даа. 90 оноос өмнө бол хөдөө аж ахуйн энх тайван нэгдэлд ажилласан. 93 оноос хойш хувиараа мал аж ахуй эрхлээд 2006 онд тэтгэвэрт гарсан.
- Танайх ам бүл хэдүүлээ вэ?
- Одоо ам бүл хоёулаа л байна даа. 6 хүүхэдтэй зургуулаа тусдаа гараад явсан.
- Танай гэрийн хүнийг хэн гэдэг вэ?
- Манай хүнийг Сувдын Бурмаа гэдэг.
- Хэдэн онд гэр бүл болсон бэ?
- 1969 онд гэр бүл болсон. Одоо 53 жил болж байна.
- Та 2 яаж танилцсан хэрхэн гэр бүл болсон хурим найрынхаа тухай яриач?
- Монголын уламжлал гэдэг зүйл дээр үед чинь газар газарт өөр өөр байдлаа ш дээ. Би засагт ханы цэцэн сартуул гүний хошуу. Сүй тавьж барьж авдаггүй оргуулаад авчихдаг. Арай хөрөнгө чинээтэй язгууртай улсууд нь тэгж гуйдаг түүдэг хадаг сүйгээ тавьдаг. Бид хоёрын үед чинь бас засаг төр арай өөр 1969 онд гэр бүл болно оо гэдэг чинь нэгдүгээрт социализмын үе улс орон бас хөгжсөн байсан. Цөмөөрөө хөдөө ар ахуй нэгдлийн гишүүн ажилгүй хүн байхгүй. Тэгээд л аав ээжийн уламжлалаар энэ хүнийг аав ээжээс нь гуйгаад тэр үед одоотой адил нүсэр хурим найр гэж хийхгүй. Хүмүүсээ цуглуулаад цайллага хийгээд мориор айлчин хийдэг байсан.
- Бэрээ авахаар очихдоо хэдүүлээ очиж байв
- Надаас гадна 2 эрэгтэй хүн морио унаад очиж байсан. Тэгээд энэ хүнийгээ аваад тоогоо тэгшлээд буцаж байгаа юм. Машин тэрэг гэж байхгүй мориороо л явна.
- Хир холоос очиж авсан бэ?
- Ойрхоон, манай 2 их ойрхон байдаг байсан 10 гаран км явсан байхаа. Одоогийнх шиг лам хараар сайн өдөр харуулна дашням балжиннямтай өдөр гэж мэдэхгүй. Хагас бүтэн сайн л бол их сайн өдөр гэдэг байсан.

- (эхнэрээс нь) таныг нөхөртэйгөө мориор ирэхэд ямар байдалтай угтаж авсан бэ?
- Морьтой хүн нь түрүүлээд явсан энэ хүн намайг дагуулаад гэрийн үүдэнд ирэхэд цагаан эсгий дэвсцэн, хүмүүс нь үүдний хоёр талд зогссон байдаг. Өнөө морь чинь эсгийн дээр гишгэхгүй үргээд л бэргэн нь сүү саалиа барьцан ирээд буулгаж аваад намайг хөтлөөд оруулж байсан. Морь үргэж хулгаад их л айж байсан тэр цагаан эсгийннийх нь наана цаана буучих вий гээд л
- Цагаан эсгийнээс гадна бууж болохгүй юу?
- Болохгүй. Цагаан эсгийн дээр буулгаад цагаан юм гарт нь бариулаад оруулдаг. Тараг зөөхий ч юм уу
- Шинэ бэр гэртээ орж ирээд шинэ бэрийн цай гэж чанадаг тиймээ
- Тийн гэртээ орж хадмууддаа ёслочихоод цагаагаа бариад гэртээ ороод цайгаа чанадаг. Хадмуудын байгаа хүмүүс хүргэж ирсэн хүнээ цайлаад л болчихдог байсан одоохных шиг олон хүн бужигнахгүй ээ. Харин “айлчим” хийн гэж ёс байна. Ёстой л ууцаа чанаад хайрмалаа хийгээд моринд ачаад явж байлаа бид 2 чинь. Бас 2 хүн дагалдан идээ тавьдаг. 18 настай тэгж бэр болж байлаа
- Өвөө та тэр үед хэдтэй байсан
- Би 24 настай. Цэрэгт яваад ирсэн байсан.
- Та цэргийн алба хаана хаасан бэ.
- Би 1965 онд цэрэгт явсан Улаанбаатарт Маршил Чойбалсангийн мотобуудлагийн бригад гэж улиастайд байдаг байсан тэнд 2 жил болоод, 1967 онд Дорнодын Баянтүмэнд очоод 1 жил болсон.
- Социализмын үед та нэгдлийн мал маллаж байв уу?
- Үгүй ээ би бригадын дарга тоо бүртгэгч хийдэг байлаа. Олон жил хийсэн. Нэгдлийн тооцооны нягтлан бодох 7 жил хийсэн. Тэгээд л энэ төртэй уулзаад мал руу орсон доо. 199- онд мал хувьчлаад мал дээр гарсан.
- Хэчнээн тооны ямар мал авч байв?
- 1 хүнд 22 бог, 2 үхэр, 2 адуу өгч байсан тэмээ байхгүй.
- Танай энэ хавьд ер нь тэмээ байдаг юм уу?
- Уг нь байсан одоо л байхгүй болчихоод байгаа юм. Техник хөгжөөд тэмээний хэрэггүй болчихоод
- Тэр үед сургуулийн талаар? Та сургуульд сурсан уу?
- 1967 онд тухайн үеийн дунд сургууль төгсөж байсан 7 жилээр.
- Тухайн үеийн 7 жил бол өндөр боловсрол биз
- Өө өндөр өндөр 7 жил төгссөн хүн тэгээд л дарга болж байсан даа.
- Та мал маллах арга ухаан, туршлагын талаар ярьж өгөөч?
- Малын маллагаа ер нь бид нарын үеэс өөр болжээ. Нэгд гэвэл тэнгэр газар нь хавчиж байна. Өвс ургамал нь ургахаа больж, цаг агаарын дулаарал, цөлжилт гээд яриад байгаа чинь үнэн болж байгаа юм шүү дээ жил ирэх тусам. Тэгээд дээрээс нь ургадаг өвс нь ургахаа болиод өвсийг нь үлийн цагаан оготно идээд мал маллахад бэрх болсон байна. Энд чинь тэгээд

дээрээс нь хараад энийг өсгөө энийг үйлдвэр угсааг нь сайжруулъя гэдэг төрийн бодлого нь дутаад байна аа . зүгээр хаяцан хувь хүн би малаа маллаад чадвал чад, чадахгүй бол тэр гэдэг тийм болсон үе байна. Тийм болохоор өөрийн хэд гурван малаа яаж онд оруулах вэ? Яаж хэдэн төлөө барих вэ гээд л зүтгэж л байна.

- Танайхаас одоо хэдэн хүүхэд нь малаа маллаж байна.
- Манай 3 хүүхэд 2 охин 1хүү мал маллаж амьдарч байна.
- Таныг харж байхад мал аж ахуйн илэрхийлэл болсон хамгаалж хайрлах нутаг бэлчээр танай нутагт хаагуур хаагуур байна? Ер нь нутгийн бэлчээрийн талаар ярьж өгөөч.
- Манай сум бол малын бэлчээрийн хувьд их онцлогтой 4 цагийн улиралд ердөө нэг газраа байчих гээд байдаг. Явах газар их бага. Дөрвөн бригадад хуваагдсан.

Уг нь болдог бол сэлгээд буух нутагтай. Өвөлжөө хаваржаа намаржаатай тэрийгээ хамгаалдаг хамгаалалттай. Ийм байдаг бол газрын гарц, мал хүндээ ч их амар. Даан ч манай энэ нутгийн боломж бага.

- Танай энэ нутаг яг аль улиралд илүү тохирох нутаг вэ?
- Манайхан одоо 4 улирал байгаад байгаа болохоос энэ чинь уг зохилдлогоороо бол зун намрын л нутаг ш дээ. Түүнээс биш хавар өвлийн хахир цагт хоргодох газар бага, өвс ургамал нь тачир, ер нь бэрх. Хамгаалалтад авах уул ус ч байхгүй дээ гайгүй. Ямар сайндаа бэлчээргүй гээд л сууж байх вэ.
- Социализмын үед мал, малын бэлчээрийг яаж зохицуулдаг байсан бэ?
- Манай сум чинь 100,000 малын л даацтай нутаг тэр үедээ энэ тооноосоо илүү гаргадаггүй цаанаасаа зохицуулдаг байсан. Одоо харин айлуудын мал өсөөд даац хэтрээд байгаа юм. Тэр үед бэлчээртэйгээ малаа тааруулаад тэгшлээд бусад сум луу таслаад өгдөг байсан. Одоо хувийн мал болохоор яах ч аргагүй байгаа юм. Зуун мянган малын даацтай сумыг зуун тавь жаран мянган малтай болчихоор бэлчээр дутагдах нь аргагүй байгаа биз.

Өвөл манайхан сувай малаа завхан мандлын говь ялангуяа манай багийнхан шар нуруу гэдгийн тийшээ дандаа оруулдаг байсан. Одоо тэр ч хумигдлаа.

- Социализмын үед хажуу сум руугаа малаа оруулах үед бэлчээрээс болж хэрүүл тэмцэл гарах үе байдаг байсан уу?
- Дээр үед бол тийм юм байгаагүй. Сонгино сумаас тэдэн мал тэдэн хүн отроор очиж бууна гээд Завхан мандлын отор тэжээлийн станц гээд тусгай даргатай хашаа хороотой өвөлжөө Багахайрханд байдаг байсан.
- Таны бодлоор малчдын амьдрал, мал маллах арга ухааны гол гол чухал зүйлс нь юу вэ?
- За ер нь малыг сайн байлгая гэдэг нь малаа гэсэн сэтгэлтэй, отор нүүдлийг сайн хийлгэх, малдаа тарга хүч авхуулж чаддаг бол тэр мал өсөж л таарна. Харин мал аж ахуйн үйлдвэр угсааны нэг зүйлд би их санаа зовж явдаг

боллоо. Зах зээл гараад 30 жил болж байна Монгол адуу устах нь ээ. Ингэж ярьж байна “дэлхийг тамгалсан Монгол морьд, мянганы баатар Чингис хаан” гээд цээжээ дэлдээд байдаг. Тэгсэн мөрт л нөгөө Монгол адуу нь эрлийзжүүлээд, Америк, Араб, Герман азарга ачиж ирээд хөр цас хөлдүү газрыг даадаг Монгол адууг авхуулаад одоо 50% нь эрлийз болсон байна. Дахиад 20 30 жил болоход Монгол адуу Улаан номд орно тахь шиг. Эрлийз нь одоо жоохон хурдтай л юм тэрэнд нь л болоод байдаг юм болов уу? Баяр наадам болохоор л бөөн хэл ам болох юм. Энэ орж ирж байгааг нь хорьж болдоггүй л юм байхдаа.

- Танай суманд хэчнээн ийм цус сэлгэсэн адуу байна.
- Зөндөө наадам болохоор л зөндөө гараад ирнэ. Хэнтий Дорнодоос адуу ачуулахаар шүлхий гээд бөөн юм болдог байж гадаадаас оруулж ирэхдээ тоохгүй юм. Мөнгөндөө байгаа байхгүй юу.
- Өөр мал аж ахуйн салбарт тулгамдаж байгаа асуудлууд байна уу?
- Байлгүй яах вэ? Наанадаж мал маллах залуу хүнгүй болж байна ш дээ. Социализмын үед уг нь бодлогоор дэмждэг байсан. Наймдугаар ангиас нь илгээлтээр мал дээр гаргаад хийсэн ажлын 10% хөлсийг нь өгөөд сайн малчин болоорой гээд хэдэн хонь нэг морь нэг үнээ өгөөд гаргадаг байсан. Одоо залуу малчин гэж байхаа болиод байгаа ганц нэг залууд нь авдаг авгай олдохоо больж. Монголын бүх залуу сайхан хүүхнүүд Улаанбаатар хотод байна. Тэгэхээр тэр залуу яаж хөдөө суугаад ганцаараа мал маллаж байх юм бэ. Тэгээд Улаанбаатарт дөрвөн уулын дунд аманд чихэж ороод багтахаа больж байгаа юм

Энэ дээр төр жоохон анхаараад нэмэгдэл цалин өгдөг юм уу дэмжээд хэсэг мал дээр гаргавал бас тогтворжих байхдаа.

- Хэрвээ танд эрхийн өгвөл та ямар арга хэмжээ авах вэ? Залуучуудыг малжуулах тал дээр ямар шийдвэр гаргах вэ? Яаж зохион байгуулах вэ та?
- Дэд бүтэц дугаад байгаа юм шүү дээ. Гэрэл цахилгаантай л болоод байна. Илүү сайн зам тог интернэт тавиад тэр Улаанбаатарт байгаа юмыг хөдөө орон нутагт бас байдаг бол энд залуучууд тогтоно. Түүнээс нэг уулын мухарт 2 хүүхэд аваачаад хаявал тогтохгүй сайндаа 5 хононо. Замын машинд суугаал шур. Энэ дэд бүтцээ л маш сайжруулмаар байна бодлогоор дэмжээд. Тэгээд жаахан урамшуулал өгмөөр байна. Зээл өгмөөр байна.
- Танай суманд 16-30 орчим насны залуу малчин хир их байна.
- 30 хүртэлх насны малчин бараг байдаггүй ш дээ. 30с дээш л хэдхэн залуучууд байгаа баг бүрд хэд хэдхэн. Ажиллах хүчин гэдэг зүйл бүр эцэстээ хүрч байна.

Дараачийн тулгамдаж байгаа зүйл гэвэл малын эрүүл мэнд байна. Монгол улсад хөдөө аж ахуй хөгжөөд биокомбинат гэж байна, хөдөө аж ахуйн их сургууль гэж байна. Тэгсэн хэр нь сум багуудад хуваарилаад бэлдээд өгсөн малын эмч зоо техникч гэж байдаг юм уу? Манай энд шүлхий гэж

байдаггүй тэгсэн энэ жил гараад вакцин гэж байхгүй. Сая таван сарын дундуур л тарилаа.

- Малын эмч маш дутагдалтай байгаа юм байна тийм үү
- Сумандаа 1 л байдаг юм. Гэхдээ бас яг хөдөө ирж ажилладаггүй.
- Таны бодлоор малчин хүний эрхэмлэж явах ёстой зүйл ер нь юу юу байдаг вэ?
- Их олон байна аа. Хамгийн түрүүнд мал хуй сайн байх чинь уул устай холбоотой. Үүний дараагаар малаа хайрлах ёстой, үүлдэр угсаа чанарыг нь хэвийн хадгалаад малаа зөв сайхан хариулахад мал чинь их буянтай амьтандаа. Мал чинь өөрөө үйлдвэр шүү дээ би хавар 10 ямаагаа самнаад л тушаан, дараа жил дахиад л 10 ямаагаа самнана. Хэт их уурхай үйлдвэрээр яах юм.
- Малдаа хайртай байх гэж байна шүү дээ тэгэхээр малтайгаа хүн ер нь яаж харьцах ёстой вэ?
- Малаа нэг бүрчлэн мэддэг байх хэрэгтэй энэ тарга сайн авдаг, энэ төл сайтай гэдэг ч юм уу. Тэгээд материаллаг бааз хашаа хороо сайтай байх, хадлан тэжээлээ сайн авах,
- Та ямар хоол хүнс хэрэглэж ингэж өндөр сайхан насалж байгаагийнхаа нууцаас ярьж өгөөч
- За мэдэхгүй хүү минь. Зун бол тараг сүү уугаад өглөө босоод эзгийгээ иднэ. Өдөр зөөхий өрөм иднэ. Орой ганц аяга хоол иднэ.
- Намарт юу иддэг вэ?
- Намар чинь цагаан идээгээрээ ш дээ. Шөнийн бор хоногт аяга хоол хийж иднэ. Гурил мах, Борц иднэ. Борц шиг сайхан хоол байдаггүй ш дээ. Одоогийн залуус таргалахаас аргагүй юм арай тансаг юм.
- Өвөл юу идэж байх юм.
- Хүнсээ төхөөрч авна. Өглөө оройдоо аарц буцалгаж ууна, зутан иднэ. Махаа бүхлээр нь чанаж иднэ.
- Хүнсэндээ ямар ямар мал авч байна. Хонь авсан гэж бодоход дотор гэдэс махыг нь хэзээ хэрэглэх вэ? яаж янзлах вэ?
- Хонины шөлгүй бол үхнэ шүү дээ хэхэ. 5 хонь 1 үхэр төхөөрөөд авна. Хонинд бол амьсгалаас өөр хаях юм байхгүй гэж ярьдаг. Сэвс нь бол малын тэжээл хужиртай зуураад тавина. Гэдэс дотор цусыг сайхан янзлаад иднэ. Бүгдийн холиод хөлдөөгөөд ид хүйтэн 3 есөд хярмаг хийж иднэ.
- Хярамцгаа яаж хийдэг вэ?
- Гүзээндээ цусыг нь хийгээд элэг, уушги бусад гэдсээ хийгээд хөлдөөгөөд оруулж ирж хоол хийж иднэ.
- Толгой шийрийг нь хуйхлаад чанаад идчихнэ. Үхрийнхээ 1, 2 хөлөөр борц хийнэ. Өөхтэй аль жаахан гайгүйг нь хавар иднэ гээд үүцэлнэ.
- Малынхаа ясыг яадаг вэ?
- Түлдэг. Хэдэн ясыг нь тараагаад хаячихаар яах вэ дээ. Хог болохгүй буянт малынхаа ясыг тарааж хаяж болохгүй.
- Арьс ширийг яадаг вэ?

- Хөрсөөр нь элдээд дээлээ хийнэ, сураа хийнэ, тах хийнэ.
- Цагаан сараар ямар идээ ундаа хэрэглэж байна.
- Баншаа чанана. Битүүлэн олуулаа цуглаад аль ахмад настай айлдаа очоод хооллож ундлаад өнгөрөөдөг. Өглөө саргүй орой саргүй болохоор битүүлж байгаамшдээ. Шинийн нэгэнд ууц шүүсээ тавина, дал дөрвөн өндөр, шаант чөмөг, уураг сүүл, өвчүүгээ тавина. Өвчүү уг нь дэвсгэр мах гэхдээ их хүндэтгэлийн идээ настай хүндээ өгдөг.

Та хэдэн онд төрсөн вэ?

1972 онд төрсөн. Энэ жил тэтгэвэртээ гарах гэж байна.

Хөөх тийм үү? гавьяаны амралтад гарч байгаа юм байна?

Төрөөс хүүхдийн жил нэмж олгоод тэгээд миний шимтгэл төлөх хугацаа болчихсон. Насаа хүлээгээд л байж байна. төр их харж үзэх юм оо.

Та хэдэн хүүхэдтэй вэ?

Би 3 хүүхэдтэй. Уг нь дөрөв гарсан юм. Нэг нь эндчихсэн. Одоо жирэмсэн эхчүүдийг төр их харж үзэх юм оо. Бидний үеийнхэн хүүхдийн мөнгө гэж авч байсангүй. Жирэмсэн үедээ дикритны мөнгө гэж авч байсангүй. Листний мөнгө энэ тэр гэж авч байсангүй ээ. Залуучууд голдуу дөрвийг гаргаж байна. сарын 400 мянган төгрөг авч байна (нэг хүүхэд сард 400,000 төгрөг авдаг) ээж нь сар бүр 50 төгрөг авч байна. төр их харж үзэж байна.

Танай мал сүрэг энэ жил хэд хүүрч байна вэ?

400-500 орчим хонь байна. үхэр 100 орчим, адуу-100 гаруй. 300 орчим хонь, 100 гаруй ямаа тогтмол жилд төрүүлж байна. Хэмжээнд барьж байна даа. Мянгат малчин болох үе байсан. 700 гаруй мал өсгөж үзсэн. Тооноос илүү чанар луу анхаарч эхэлсэн. Урд аймгаас азарга үрээ, Сүхбаатараас улаан ухан авч ирж тавьсан. Ноолуур тавьсан. Манайхаас хүмүүс азарга үрээ, ухна ишиг их авсан. Манай адуу чанартай талдаа. Хүмүүс мэддэг юм доо. Бид хоёр мал байнга чанаржуулж байна.

Малаа тогтмол тоон дээр барихын ач холбогдол юу байна вэ?

Эрүүл мэнд дээрээ анхаарсан юм уу даа.

Танайх жилд хэдэн мал борлуулдаг вэ?

Жил жил янз янз байна аа. 100 орчим юм уу даа

Идээ ундаан дээр гарч буй өөрчлөлт бий юу?

Юу л байв гэж дээ. Манайх бол хуучнаараа л байгаадаа. Үүцээ гүзээндээ хийдэг.

Үүцээ гүзээндээ яаж хийх вэ? Энэ тухай дэлгэрүүлж ярьж өгнө үү?

Дээр үед үхрийн гүзээг хуулаад аржгар харын аваад цагаан гүзээнд нь үүцээ хийдэг байсан. Ганц том болгоод. Би болохоор гүзээгээ сайхан идэх гээд хонины гүзээнд хоёр хуваагаад хийдэг.

Хонины гүзээнд ямар ямар мах хийдэг вэ?

Үхрийн сээр нуруу гэх мэт хавар идэж болох зүйлсээ л хийнэ дээ.

Үүцээ хаана хадгалах вэ?

Пин дээ л хадгалан даа. Одоо хөлдөөгч гэж сайхан юм гарч ирсэн болохоор махаа хавар хөлдөөгчид хийдэг.

Танайх энэ жижиг хөлдөөгчид хийдэг юм уу?

Үгүй энэ хүч чадал муутай юм. Сумын төвд том хөлдөөгч бий түүнд зөөж аваачаад хийчихдэг. Гуя, ууцаа сумын төвийн хөлдөөгчид хийчихдэг. Цувуулаад авч иднэ дээ. Энэнд мах их удаахаар онц биш. Энэ болохоор хүч муутай болохоор шөнө нь унтраагаад өдөр нь асаадаг. Ямар ч байсан гайгүй ээ. Өнөөдөр та хэдэд мах чанаж өгнө дөө та хэдэд.

Улирлын онцлогтойгоор ямар ямар хоол хийдэг вэ?

Махаа борцолдог. Унинд хэлхчхээд утаанд өгч гурав дөрөв хонуулдаг. Тэгээд уринд өгч хатаадаг. Зарим хүмүүс хавар борцлоод байна. эсвэл гэртээ өвөл шууд хатаадаг. Би болохоор хоёр дамжуулж хийдэг. илүү амттай болоод байх шиг надад санагддаг.

Борц хийх тухай жаахан дэлгэрүүлж болох уу?

Борцыг идэш идсэн оройдоо гуяныхаа махыг жижиглэн, нарийхан нарийхан зүснэ. Ер нь гуяа хааны махаар хийдэг. Нар салхины уриар хатаана шүү дээ. Пингийнхээ дээр өлгөнө. Өлгөөд нэг, хоёр сар болгодог. Хөлдчихсэн мах чинь гадна талаасаа зөөлөрч хатна. Сайхан болдогдоо. Борц бол зуны хоол юм.

Өвөл ямар хоол идэх вэ?

Хөлдүү мах иднэ. Хярамцгаа малын цусаар хийдэг. Малынхаа цусыг үхрийн гэдсэнд гүйлгээд хөлдөөнө.

Яаж иддэг вэ?

Жижиглээд хөшиглөөд иддэг. Цагаригаар нь хатааж болно. Зун борцтой хольж хоол хийж болдог.

Энэ цус нь юуны цус байх вэ?

Ерөнхийдөө үхэр, хонины цусаар хийдэг. хөлдүү махаараа хоо хийж иддэг.

Боорцгийн талаар ярина уу? энэ их сайхан боорцог юм.

Гурилдаа исгэгч, шар тос, жаахан сода, давс, ус хийнэ. Элсэн чихэр заримдаа хийнэ. Заримдаа хийхгүй.

Хэзээ зуурсан вэ?

Өглөө 4 цагт зуурсан.

Үнээндээ хэд гэж гарсан вэ?

5 гээд гарсан. 08:30 гээд дууссан.

Цай өглөө чанасан уу?

Гал түлсэн. 4 цаг цай чанасан. Зуураг зуурсан.

Та юуны тосоор зуургаа зуурсан вэ?

Үхрийн тосоор.

Яаж гаргаж авсан вэ?

Дотор өөхийг нь хайлаад гаргаж авсан.

Энийг юу гэж нэрлэдэг вэ?

“Шөлөн тос” гэдэг.

Шөлний дээр тогтсон тос уу?

Үгүй. Дотор өөх хайлж хийсэн тос юм. Бид ингэж нэрлэдэг.

Өвлийн идэшний гүзээгээ хэрхэн хадгалдаг вэ?

Өвлийн идэшний гүзээгээ аваад аржгарын сайхан үлээгээд хатаана. хатаасан гүзээгээ гадна талын шүршээд чийг өгөхөөр дэвтэнэ дээ. Тэгэнгүүт эвхээд хатаачихдаг. Эвхээд хадгалсан гүзээгээ хэрэглэх үедээ усанд норгоод үлээгээд хэрэглэн. Мах чихээд чихээд гүзээнд хийчихсэн байхын хараагүй юу? Манайх өчигдөрхөн (2022.05.27) нэг үүцээ задалсан. Уг нь одоо дахиад нэг бий. Төв дээр байгаа. Тэрний зургийг авч явуулъя. Хадгалсан гүзээгээ шар шимд дэвтээж болно. Шар шимээ сав суулганд хийгээд тавихаар суулгын дотор тал

сайхан цагаан болдог. Хайч болон төмрийн зэв аргиж байна. хайч хашаан дээр тавиад орхичхож. Тэгсэн битүү зэв болсон байна лээ. Миний хүү шар шимд хийгээд тавьчих гэсэн. Хэд хоногийн дараа цэмбийсэн цагаан юм болсон.

Их олон сайхан зүйлс сурч авлаа. Ялангуяа гүзээ дэвтгээх арга ёстой чухал юм байна. нээрээ би мэхээрийн талаар танаас асууя гэж бодсон юм.

Мэхээр гэдэг бол хулганын идэх дуртай зүйл л дээ. Бид түүнийг аваад байгаа хэрэг.

Яаж авдаг вэ?

Ээжтэйгээ би авахаар явж байсан. Ингээд модоор мун хийгээд авч явсан. Хулганын мэхээр ургасан газар өвсөөрөө танигддаг. Газар тогшоод яваад байхаар хөндий газар дуугаараа мэдэгддэг. Шал өөр авиа гарч дугардаг юм билээ. Яг тэр энд хулгана хөөөгөө цуглуулсан байна гээд л үзэхэд байж байгаа юм чинь. Хулганы хоолыг үлдээж авдаг. Авч ирж хатаагаад хэрэглэнэ. Хүмүүс бол угаагаад байдаг. Би бол угаадаггүй. Сайхан хатаагаад бээлий өмсөөд ингээд үрэнгүүт гадна талын шороо нь уначихдаг. Тоймгүй их хар шороо нь арилна шүү дээ. Мэхээрээ өрмийн цөвдөө хийгээд л мэхээртэй тос болно шүү дээ. Бид өрмийн цагаан тосны тухай дээр ярилцсандаа. заа саальдаа гарах цаг боллоо.

За сайхан ярилцлаа. Баярлалаа

Төмрийн Алтанхуяг

Танай хэдэн онд төрсөн вэ?

1970 онд Архангай аймгийн Өндөр-улаан сумын Тэл багт. Төрсөн. Тээл гол, азаргын голоор өссөндөө.

Та ах дүү хэдүүлээ вэ?

Би дээрээ 3 ах, гурван эгч, нэг дүүтэй. Ах дүү наймуулаа.

Танах ам бүл хэдүүлээ вэ?

Ам бүл 4.

Бид өчигдөр хурдан морины тухай ярилцсан. Өнөөдөр хоёулаа идээ ундааны тухай ярилцана. Би Жавзмаа эгчээс Цагаан идээний тухай нэлээд дэлгэрэнгүй ярилцсан. Танаас би өвлийн идэшний тухай ярилцах бодолтой байна. Таны хэзээнээс идшээ бэлддэг вэ?

Манай өвлийн тэргүүн сар гараад гол горхи, юм хөлдөөд ирэхийн цагт л авна даа. Тухайн жилийн тарга тэвээрэг зэргээс шалтгаална даа. Хөдөөгийн малчид бид олон жил сааль сүү, шимийн хүртсэн хөгшин, хөвөө малаасаа идшинд авдаг. Зааз малаа л идшинд хэрэглэнэ дээ. Яахав зүгээр тухайн жилийн тарга авсан, нас өндөр, заазлах болсон малаасаа гаргаж иддэг.

Ямар ямар төрлийн малаар хүнс хийх вэ?

Бүтэн жилийнхээ хэрэгцээндээ тулгуурлан хүнсээ авна даа. Цагаан сарын ууцны хониноос эхэлнэ дээ. Ам бүлийн тооноос хамаарна. Ам бүл ихтэй хүн нэг том шиг үхэр тэгээд хонь мал гээд явах байх. Ам бүл цөөн бол баг үхэр, хоёр нэг хонь ч гэдэг юм уу? ууцны хонь морь бэлдэнэ. Зуныхаа борцыг бас бэлдэнэ. Үхрийн мах, ямааны мах борцолно. Бүтэн жилийн идэш шүү дээ. 7-8 сар хүртэл борц иднэ гэж тооцож л бэлдэнэ дээ.

Үхэр хэрхэн гаргадаг вэ?

Монгол уламжлал ёсоор духдах, нугаслах аргаар нядалдаг. Арьсыг нь сайхан яраал арьсаа гэмтээхгүй нь тулд сүхээр цохиж өвчинө. Арьсаа авсныхаа дараа үхрээ задална.

Үхрээ хаанаас нь задлах вэ?

Заваан юм асууж яадаг байна аа (эхнэр Жавзмаа). Эхлээд өвчүүг нь хадаад цоройг нь авна. Гэдэс дотроо дээрээс нь эхэлж авна. Гүзээгээ авна. Гэдэс дотрын авна. Түмпэн саванд авна. Гэдэс авсны дараа. Өрцийг нь элэгтэй авна. Уушги зүрхийг нь голтойн нь авна. Гэдсээ эмэгтэйчүүд цэвэрлэнэ. Бид нар гэдсээ гаргачаад бурхан гэж байдаг түүнийг авна. Бүүр тэр дээр багалзуур богино хавирганы тэнд байдаг. Сээрнийх юм даа. Нурууны хоёр талаар байдаг мах. “Түгшүүр” ч гэдэг. Түүнийг авч бурхандаа тавина.

Үхэр гаргахаасаа өмнө ямар нэг зан үйл хийх үү?

Хийхгүй ээ.

Бурхан махаа авсны дараа яах вэ?

Ууцны гол мах авна. Дараа нь “хаална”. Хавирга хадахгүйгээр хаагаа салгаж авна. Хавиргыг нь үлдээгээд хаа (хуйдар хаа.С.М)-гаа авна. Дараа нь дөрвөн өндөр авна. Хавиргаа хадна. Хадсан хавирга нэг нэгээр жижиглэж зүснэ. Гуялна. Дараа нь сүвээлнэ. Сүвээгээ авна. Уг нь сүвээгээ нуруутай нь гэрт оруулж

ирж байгаад эвдээд, ууцаа үе үеэр нь бүгдийн нугална. Сээр хүзүүгээ оруулж ирж, үе үеэр нь салгана. Сээрийн махтай авна. Хүзүүгээ шулж, үе үеэр нугалаад хүзүүний махаар хөшиглүүр хийнэ. Хөшиглүүр хийхдээ өвчүүнээс цоройгоо салгаж аваад дундуур нь хуваагаад хоёр уут болгоод хөшиглүүрээ хийнэ. Хөшиглүүр гэдэг хөшиглөж хоол хийх мах, дөрвөн булчин, хүзүү, ойр зуурын сүвээний мах зэргээр хөшиглүүр хийнэ. Сүвээний гурван хавирга аваад хатааж болно. Мөн хөшиглүүртээ хийж болно. Цоройнд хийсэн бөөрөнхий цул мах гэсэн үг шүү дээ. Шагайт, харьт энэ тэрээ бүгдийн шулаад хийнэ. Сээр хүзүү бүх зүйлээ үелж, жижиглээд үүцэнд орно. Үүц хийхдээ цагаан гүзээнд хийнэ. Үхэр, Хонины аль алиныхан гүзээнд ч хийнэ. Хавар гурав дөрвөн сард үүцээ задалж иднэ. Хавирга, ууц, нуруу бүхнийг жижиг жижгээр нугалж үүцэнд хийнэ. Үүц бол ястай. Цул мах бол биш. Цул махыг хөшиглүүр гэдэг.

Ер нь ингээд болчихсон уу?

Үүцнээс гадна ах, дүү хамаатнууддаа жимс өгөхөөр бэлдэг. Хавирга, нуруу, сээр, сэвэрхий, бүдэрхий, хошноого, элэг, зүрх, бөөр зэргийг оролцуулан хийдэг. хавирга дээрээ сээр тавиад дээр нь жижиглэн хэрчсэн хошноого, элэг, зүрх, бөөр зэргийг дугуйлан тавьж хөлдөөнө. Жижиг хар хавирга тиймэрхүү зүйлс ордог. Жимснээсээ хөрш ах дүү нартаа өгдөг. Зочинд бас чанаж өгнө. Цагаан сараар жимс мах чанадаг. Ач зээ нартаа ташаан толгой, богино сүүл зэргийг бас дээр нь тавьж өгдөг.

Үхрээс хэдэн жимс мах бэлтгэх вэ?

Айлаас шалтгаална. Жимс өгөх айл хэд байна гэдгээс хамаарч жимс мах бэлтгэдэг. Сүүлд нь бүхлээр чанаж идэх хэд байна гэх мэтээс шалтгаалж тоог тогтооно.

Танайх хэдэн жимс мах хийдэг вэ?

Цагаан сараар ууцанд дээрээ нэг жимс мах чанадаг. Нэг дөрвөн өндөр (өндөр хавирга С.М), нэг сээр, нуруу нэг, элэг, зүрх бөөр, хошноого тавьдаг. Зарим айл жимстээ богино сүүл тавьдаг. Айл өгөхөө нэг тусад нь, өөрсдөө идэхээ тусад нь нийтдээ 7-8 жимс хийж авна.

Үхрийн уушги орох уу?

Үгүй уушгиа бид сугалаад хатаачихдаг. Уушгиараа бантан хийж иддэг.

Адууны жимс гэж байх уу

Тийм. Адууны жимс гэж байна.

Жимс махны дараа юу хийх билээ.

Ер нь болсондоо. Өвчүүний бүдэрхийгээ салгаад авчихна. Бүдэрхийг салгаад засаж тавьдаг. Цагаан сараар тавих зарим айл засаж тавина. Зарим нь бүдэрхийг жимстээ оруулна. Хүүхдийн хувьд явдаг. Үхрийн жимс өгөхдөө ач зээ, хүүхдийн хувь гэж байдаг. Түүнд харьт, шаант чөмөг, бүдэрхий, ташааны толгой зэргийг өгдөг. Жимсний махны хажууд хүүхдийн хувь гэж өгдөг.

Өөр үлдсэн зүйл бий билүү?

Орой идэш идсэний дараа бүхэл мах чанаж иддэг. Бурхан махаа чанаж, бурхандаа тавина. Чанасан махнаас дээжлэн авч галдаа өргөнө. Өөхнөөс дээжлэн галд өргөдөг. Гэрийн эзэн бурханд бурхан мах, зүрх, гургалдай зэрэг мах тавина.

Гүзээний сэвсээ яадаг вэ?

Гүзээний сэвсийг хөрзөн дээр асгана.

Үхрийн цусыг яадаг вэ?

Хярамцаг хийнэ. Гэдсээ арилгаад гэдэс, чацархайндаа цус цутгаад хярамцаг хийнэ. Малаа гаргаад л цусаа хувинд хийж аваад хутгачихдаг. Гэдэстээ хийж цутгадаг. Таван цулаасаа хийж болно. Зарим айл хийдэг. зарим нь хийдэггүй. Одоогийн хүмүүс зарим хийхгүй байна.

Арьсаа яах вэ?

Арьсаа толийлгож тэлж хөлдөөгөөд хөлдөөсөн арьсаа хооронд хавсарч хөлдөөгөөд зарж болно. Арьсаар усанд хийж шүүсийг нь авна. Тэрнийхээ дараа сур бэлдэх олон арга байна. Ганд хийж элдэнэ. Уринд өгч элдэнэ.

Толгойгоо яах билээ?

Үхрийн толгойг өвчөөд эрүүг заагаад хэдийн аваад эрүүг шулаад хөшиглүүрт хийж болно. Булчирхай найлзуурыг аваад хөшиглүүрт ч хийнэ. Толгойгоо өвчөөд юм чинь шууд толгойгоо чанаж иднэ. Чанахдаа дундуур хувааж чанаж иднэ.

Дөрвөн шийр?

Хуйхалж чанаад истүүжин хийж иднэ ээ. Идшээ идсэн орой борц хийдэг. гуяа, хааны цул махаар борц хийнэ. Шүүс нь гоождоггүй сайн. Борцны тухайд би ярьчихсан шүү дээ (Жавзмаа эгч). Чи яг сайн ярсан уу? тэгвэл ч ингээд өндөрлөх үү?

За баярлалаа ах.

- **Таны нэрийг хэний хэн гэдэг вэ?**
- Бямбадоржийн Оргилцэцэг гэдэг.
- **Ургийн овог нь?**
- Гурванбулаг. Би чинь гурван булгийнх энд бэр болж ирээд 15 жил болсон байна.
- **Өвөл хүнсэндээ юу хэрэглэдэг вэ?**
- Махаа л хэрэглэдэг
- **Намар идэшний гэдэс дотроо яаж янзалдаг вэ?**
- Гэдэс толгойгоо хаяхгүй иддэг. Гэдсээрээ бууз хуушуур хоол хийгээд л идчихдэг. Гэхдээ шүүс(цус)ийг нь их бага хийдэг болсон хүүхдүүд ер нь идэх дургүй болоод байгаа. Толгойгоо чанаа л иддэг.
- **Хавартаа юу иддэг вэ?**
- Хавар зун өвлийн хүнсээ намар л бэлддэг ш дээ. Одоо айлууд хөлдөөгчтэй болчихоод борц хийхээ больсон байна лээ. Манайх бол байнга зун идэх борц хийдэг. Үхрийн нэг хөл, ямааны хоёр шулсан махаар ч юм уу. Одоо хөлдөөгчтэй болохоор 6 сар хүртэл бараг нойтон махаа иддэг.
- **Хөдөө танайх малтай юу? Цагаан идээгээ авдаг уу? Хийдэг үү?**
- Манайх нэг цөөвтөр малтай. Манай ахынх гурван булагт байдаг. Би зуны амралтаараа очоод өвөл идэх ааруул аарц тавгийн ааруулаа хийгээд авдаг. Гэхдээ одоо учиргүй нэг их цагаан идээ хийхээ байсан байна л даа.
- **Жирэмсэн байхдаа ер нь юу иддэг байсан бэ? Идэж болохгүй зүйл байдаг уу?**
- Чихэр бага ид хордлоготой хүүхэд гарна л гэдэг байсан манай ээж. Өөр идэх зүйл хорьдоггүй байсан.
- **Хүүхдүүдээ өсгөхдөө голлон ямар хоолоор хооллож байна?**
- Манайх ногоо бага хэрэглэдэг. Мах гурилаа л голлоод зуны цагт тараг ерөм ааруул гээд л...
- Цагаан сарын үеэр танайх ямар идээ цагаа бэлтгэж байна.
- Бурхандаа таваг засна. Гэртээ том таваг засна, золголтын таваг гээд гурван таваг засдаг.
- **Бурханы тавагт нь юу юу тавьдаг вэ?**
- Хэвийн боов, ааруулаар л засдаг. Сүүлийн үед ааруулаар голдуу засдаг болоод байгаа. За тэгээд ууц чанана. Бурхандаа нэг толгой чанаад тавчина.
- **Өвчүү тавьдаг уу?**
- Ууцгүй үедээ үхрийн өвчүү тавьдаг ш дээ.
- **Битүүнд мах чанахдаа ямар ямар мах чанадаг вэ?**
- Бараг л нэг бүтэн хонины мах чанадаг.
- **Хүүхэд угаахдаа чанадаг маханд юу юу ордог вэ?**
- Дөрвөн өндөр харьт чөмөг гээд л багацархан мах чанаад л ойр тойрны хүмүүс ирээд хоол унд хийж өгөөд хүүхдээ угаагаад нэр өгдөг.
- **Та ер нь ангын мах иддэг үү?**
- Тарваганы мах загасны мах л идэж байсан юм байна.
- ковидын үед танайх ямар хоол идэв

- иддэг хоолоо л идсэн нээх зориулж хоол хийгээгүй шүү дээ.
- **Танай найран дээр ямар хоол хийж байсан бэ?**
- Ногоотой шөл бууз нийслэл салат жимсний салат л хийж байсандаа 2007 онд. Одоо тэгээд гахай тахианы махтай хоол моол хийдэг болсон байна лээ.
- **Дээжид юу юу тавьдаг вэ?**
- Цагаан идээ чихэр нэг жижиг тавагт хийгээд бурхныхаа урд тавьдаг тэгээд өглөө болгон чанасан цайныхаа дээжийг хийж тавина.
- **Өглөө цайндаа юу идэж байна?**
- Цайгаа уугаал боорцгоо идээд болчихдог. Оройдоо ажлаа тарж ирээ л хоолоо хийнэ.
- Цаг зав гаргаж ярилцлага өгсөнд баярлалаа.

- Та өөрийгөө танилцуулаач
- Би ч одоо энэ нутгийн хүн биш л дээ. Архангай аймгийн Хангай сумын Чойжилын Чимэд-Үйлдвэр гэдэг.
- Таны ургийн овог?
- Боржигон.
- Нас сүүдэр хэд хүрч байна.
- 61
- Ам бүл хэдүүлээ вэ?
- Ам бүл 5. 3 хүүхэдтэй.
- Та залуу насандаа ямар алба хашиж байв.
- Би 1982 техникум төгсөж ирээд 1991 он хүртэл хангай сумын боловсролын байгууллагад ажилласан. Цэцэрлэгийн багш эрхлэгч хийж байсан. Дараа нь 1991 он чинь яг зах зээлийн шилжилтийн үе шүү дээ. Хөдөө гарсан тэгээд 1996 онд Баянулаан баг гэж байдаг бага сургуультай тэнд багшилж байсан. Тэрнээс хойш бол дандаа хөдөө амьдарсан.
- Та одоо малчин хүн болохоор мэдэж байгаа. Одоо малчдын амьдралд тулгамдаад байгаа асуудал юу байна.
- Миний үед бол шилжилтийн үе болохоор маш хэцүү байсан харин одоо бол харьцангуй сайн болж хүмүүсийн хэрэглээ их өндөр болж. Малчидад тулгарч байгаа юм гэвэл хамгийн эхэнд бэлэн мөнгөний асуудал байна. Малчдад тэр болгон бэлэн мөнгө байх биш нийгмийн даатгалын шимтгэлээ төлөх чадахгүй гэдэг юм уу тэрнээс биш мал маллах чинь сайхан ш дээ. Бэлчээр гэдэг юм их хэцүү болж хүмүүсийн мал их өсөж бэлчээр хүрэлцэхээ больж байна. Энэ л хүндрэлтэй байна даа. За тэгээд махны үнэ айхтар л үнэтэй сонсогдоод байх юм тэр хүмүүс нь малчдаасаа авахдаа их хямдхан авдаг ш дээ. 1кг мах 1000 хүрэхгүй авж байна даа бараг. Тэгсэн хэр нь ээ төв суурин газар очихоороо яахаараа тийм үнэтэй болчдог юм. Тэгээд л тэр хүмүүс нь малчин малаа үнэтэй өгч байна гэж яриад байдаг.
- Малчин хүний эрхэмлэх зүйл гэвэл таныхаар юу вэ?
- Малаа өсгөж ашиг шимийг нь хүртэх, байгаль малын бэлчээрээ хайрлаж гамнах л байхдаа.
- Танай нутагт залуу малчид хэр их байна.
- Их ховордоо. Одоо 40с дээш насны улсууд л байна мал маллаж байгаа хүмүүс чинь. Малчдын залуу халаа гэдэг юм байхгүй болох гээд байна.
- 16-30 насны мал маллаж байгаа залуусын гэрлэлтийн асуудал ер нь их байна уу?
- Тэр чинь их хүндрэлтэй байна. Яагаад гэвэл хүмүүс чинь эмэгтэй хүүхдээ сургууль соёлд явуулаад хөдөө байдаг эмэгтэй хүүхэд ховор. Миний байдаг газар цэргийн алба хаагаад ирсэн 2 3 жил болж байгаа залуучууд байддын тэгсэн ойролцоо насны хөдөө амьдрах охидууд ер байхгүй байна. Тэгээд л ганц биеэрээ л яваад байх юм. Манай үеийхэн тэгээд л өвгөрч хөгширтлөө малаа маллах байх тэгээд тэрнээс цааш

малчдын тоо их буурах байхаа даа. Манай 1 хүү л мал малладаг одоо 40 хүрч байгаа хүн бий. Нэг охиныгоо хотод сургуульд сургаж байгаа хүн хэлэлтгүйдээ бас хэхэ нэг хүү маань гадаадад байдаг.

- Миний бодлоор мал маллах, малын орчин эмэгтэй хүнд халтай байна уу? Тэгээд эмэгтэй хүмүүс малаас холдоод байна уу?
- Мал маллахад хүний биед халтай юм байхгүй. Би малчин айлын хүүхэд малд дуртай. Хавар мал төллөлт дуусаад хэсэг амсхийгээд л сааль сүүний цаг болдог би 5р ангиасаа фермерийн үнээ саасан. Шөнийн 2 цагт үнээндээ гарна. Өглөө 6 цагт ирээд сүүгээ авна. Тэрэг шараар зөөдөг байсан. Сүүлдээ машинаар авдаг болсон. Тэгээд үнээгээ саачхаад наадам хүртэл хонь саана. Тэр бол үнэн халгаатай байдаг байсан. Ээж аав маань тусдаа хөдөлмөрлөдөг байсан болохоор би тэр хөдөлмөрийн хатуу хөтүүг сайн мэднэ. Хонио саачхаад дахиад өдрийн үнээгээ саана сүүгээ машинд өгч явуулчихаад тугалаа яаж хашаад байхав жаахан идүүлээд шөнийн 12 цагт тугалаа хашдаг. 12с өмнө тугал уяад тэр тугал үхэх юм бол саальчнаар төлүүлдэг. Тийм хатуу байсан захиргаадалтын үед одоогийн хүүхдүүд бол үнэмшихгүй. Тэгээд тугалаа уяж явсаар байгаад 12-доо унтахгүйшдээ 1 хүрнэ. Тэгээд л 2 цагтаа босоод үнээндээ гардаг. Наадам өнгөрсний дараа гар тэжээл бэлдэнэ гэж өглөө үнээндээ гарчхаад шуудай хайч бариад голын тохой модон дунд явж өвс хайчилна. Дээр үед панеран цайны хайрцаг гэж байдаг байсан тэрэнд өвсөө хийгээд давсалж даршилж байгаад мушгиа хийж сүүдэрт хатаадаг. 8 сар өнгөрөөд хадланд гарна. Өглөө үнээгээ сааж сүүгээ тушаачаад л мориор явна одоогийнх шиг машин мотоцикл байхгүй очоод өвсөө хадаж байгаад буцаж ирэхэд үхрийн ээлжтэй хүн яг үхрээ аваад ирж байдаг гэртээ ороод нэг хүйтэн бүлээн юм амсав уу үгүй юу үнээндээ буцаад гардаг. Тийм л байсан одоо бол тийм биш ш дээ хөдөө одоо яаж байна малаа төллүүлчихлээ эрэгтэй нь малаа харна. Өглөө дуртай цагтаа босож үнээгээ саана. Ийм тааваараа амьдралд яагаад дургүй байгаад байна гэвэл хамгийн гол нь уур амьсгалын өөрчлөлт. Гэнэтийн аюултай үзэгдлүүд болдог салхи шуурга бороо энэнээс л халшраад байна гэж боддог юм тэрнээс хөдөө бол нэг их эмэгтэй хүний сааль сүүний ажлаас өөр хэцүү хүнд хүчир ажил байхгүй ш дээ. Зуд зурхан болно мал гэдэг чинь барих баримт байхгүй болохоор зудаар үхэж үрэгдэхээр тэр хүн нь ямар ч хөрөнгийн баталгаагүй болчиж байгаа юм иймэрхүү юмнаас халшраад л залуучууд мал маллахаас татгалзаж байна гэж. Би ингэж боддог юм малыг хэт их өсгөхгүй тодорхой хэмжээгээр бүсчлээд өсгөвөл тэр нь дээр хүн ажиллана ш дээ. Хүмүүс одоо хөдөө махны чиглэл сүүний чиглэлийн гээд л үхэр авч ирж байна тэрийг чинь яг эрчимжсэн мал аж ахуйн арга ажиллагаагаар маллахгүй бол амьтны аминд халгаатай махны чиглэлийн бух ирлээ гэж бодоход нөгөө үнээнүүд тугалын гаргаж чадахгүй хээлээ даахгүй үхнэ гээд л зөндөө юм болж байна. Төр засаг орон нутгийн удирдлагууд нь ийм юм хийх гэж байгаа хүнийг шууд эрчимжсэн байдлаар хийлгээсэй. Тэгвэл хөдөө байдаг ч юм уу орон

нутагт ч байдаг юм уу гэрэл цахилгаанаа бараадаад суманд байх хэрэгтэй байх л даа тэгвэл тэрийг нь зохицуулаад өгвөл. Манай энэ хавиар чинь дандаа сарлаг малладаг. Манайх гэхэд 3 жил дарааллаад үнээ тугаллаж чадахгүй үхэж байгаа. Тэр нь махны чиглэлийн буханд гарсан үнээ. Тэгээд ийм юм байдаг болохоор хэрвээ энэ эрчимжсэн мал аж ахуйг дэмжиж туслаад бэлчээрийн мал аж ахуйг бол устгаж байхгүй болгож бол болохгүй яагаад гэвэл экологийн хамгийн цэвэр бүтээгдэхүүн шүү дээ манай монголын бэлчээрийн мал чинь. Гэхдээ одоо мал их өсөж байна уур амьсгалын өөрчлөлтөөр байгаль дэлхийн ургадаг өвс ногоо нь бас хэцүү болоод байна. Өнгөрсөн жил бол сайхан зун болсон энэ жил бол хуурайшилт ихтэй өвөл нь цас бага орсон янзын сайхан өнөтэй өвөл болсон ч гэсэн хавар нь их юм орохгүй болохоор хуурайшилт ихтэй ургалт муутай л байна. Гэхдээ баян хангай дэлхий дэлгэрэх л байх даа.

- Миний бас нэг сонирхож байгаа зүйл бол идээ ундаатай холбоотой. Хүний эрүүл саруул байх урт удаан наслах нь хоол ундтай холбоотой байдаг гэнээ. Тэгэхээр энэ идээ ундааг цаг үеийн байдалтай хэрхэн хослуульж хэрэглэж байх ёстой вэ?
- Монгол хүн чинь өвөл, хавар, намартаа махаа идээд зуны дэлгэр цаг болоод сааль сүүний цагаар намайг бага байхад зун бол мах иддэггүй байсан. Тэр талаараа хүмүүс их эрүүл үгүй наад зах нь шүд ам нь хүртэл бөх бат байдаг байсан юм шиг байна. Одоо бол хөдөө хотгүй л янз бүрийн юм идэж уудаг болж. Орчин цагаа дагалгүй ч яах вэ гэхдээ би бодохдоо хөдөө мал дээр байдаг хүмүүс арай орги хэрэглээтэй байдаг гэж боддог. Бага залуу хүмүүсийн идэх сонирхол өөр байх л даа олон төрлийн янз бүрийн юманд дуртай байх тэгээд ч залуу малчид цөөхөн байдгийн шалтгаан ч байж магадгүй. Би бол мал дээр байх хугацаандаа юу хэрэглэж байсан бэ гэхээр өвөл нь мах гурилаа иднэ, зун нь идээ цагаагаа иднэ, өвөл нь цагаан тосоо иднэ тийм л байдлаар байдаг. Янз бүрийн юм хэрэглэдэггүй болохоор тэгээд ч байх би өдий 61 наслахдаа 3 хүүхэд төрүүлснээс өөр бусдаар эмнэлэгт хэвтэж байгаагүй. Тэгэхэд энэ улсуудын идэж ууж байгаа юмнаас болдог байх янз бүрийн юм орж ирээд л мэдэх мэдэхгүй өвчин гарахын. Би бодлогын энэ хөдөө агаар нь эрүүл хэрэглэж байгаа хоол хүнс нь эрүүл за яах вэ одоо тэр зун цагаан идээгээ идээд мах идэхгүй байна гэдэг бол ёстой шал худлаа хаана ч байхгүй. Бүгд мах гурилаа л идэж байна хөндөөнийхөн ер нь одоо ааруул өрмөө идээд хонолоо гэвэл хоосон хоносон гэж хэлнэ ш дээ. Одоо жоохон хүүхдүүд ч тэгж хонохгүй.
- Таны бодлоор хоол унд бол цөөхөн нэр төрөлтэй идэж дассан зүйлээ л идэх хэрэгтэй гэсэн санаа гэж ойлгож болох уу?
- Тийн, ер нь бол тэр чинь өөрсдийнх нь эрүүл мэндэд хэрэгтэй байхгүй юу? Тэрэндээ бол одоогийн залуучууд дургүй л байгаа
- Та өглөө, өдөр орой ямар хоол идэж байна?

- Зөв хооллолт нь бол биш л байх. Би бол өглөө босоод аяга сүүтэй цайгаа уугаад л болоо. Өдөр бол талх боорцог гурилан юмаа өрөм зөөхийтэйгөө холиол, орой бол махан хоолоо хийж иднэ. Одоо махан хоолоо идэхгүй бол нойр хүрдэггүй ш дээ.
- Ер нь орой хоолоо хэдэн цагийн үед идэж байна та
- 6 цагийн үед иднэ. Тэгээд хөдөө байхын бол орой тараг ууна тэгээд унтаад өгнө ш дээ
- Улирлын байдлаас хамаараад хоол унд цайн дээрээ анхаарах зүйл байдаг уу?
- Зун бол хөнгөн шингэн хооллоод л борц бас иддэгийн тэгээд намар болохоор нойтон мах идье гээд, өвөл хавар хамгийн чанартай хоол идээж байхгүй бол болохгүй гэж боддог. Зун намар бол гайгүй ээ хөнгөн хоолтой байх нь зүгээр санагддаг. Дээр үеэсээ ч тийм байсан юм шиг байгаа юм. Манай аав ээж бол үнээ мал тугаллаад тараг ааруул гараад ирэхээр бид хэдэд махан хоол өгдөггүй байсан. Өөрсдөө бол зун борцтой хоол л иднэ. Хүүхэд байхдаа борцны үнэр аваад л айлд гүйгээд ороход аягатай хоолноосоо нэг савхдаж өгдөг байсан. Тэгээд тэр хэдэн айлаар ороод нэг нэг савх хоол алган дээрээ тосож идээд л өрөм зөөхийгөө идээд л унтдаг байсан даа. Тийм болохоор их эрүүл байсан юм бол уу гэж боддог. Хавар бол хүн их тамирддаг бүх юмны дутагдалд ордог улирал болохоор илчлэгтэй юм идэж байх нь маш чухал
- Танайх одоо хуурай идэх зүйл гэж юу идэж байна?
- Би одоо 2 хүүхдэдээ талх бариад өгнө. Өөхөн тосонд жоохон шар тос өрөм хийж зуураад боорцог чанадаг. Тэрийг чинь одоо манайд байгаа 2 хүүхэд голж байна. Яагаад гэхээр энэ дэлгүүрт янз бүрийн юм байхаар чинь заавал хольж түрхэж иднэ гээд адгийн наад зах нь хоолонд кетчуп хольж иднэ гээд одоо цаг үе нь ийм болсон болохоор яах вэ дээ.
Гэхдээ би хаана ч өөхөн тосондоо боорцгоо чанана.
- Жирэмсэн байх үеийн идээ ундааны тухай, ер нь ураг эхийн хэвлийд байх үед хүн сэтгэл санаа биеийн байр байдал, үйл хөдлөл, явдлаа хэрхэн яаж юун дээр анхаарууштай вэ?
- Ураг бүрэлдэж байна гэдэг чинь маш том үйлдвэрлэл явагдаж байгаа гэсэн үг. Тийм болохоор хоол хүнсэндээ анхаарах нь зүйн хэрэг. Дээр үеэсээ нааш бие давхар хүнд аль болох илчлэгтэй махан хоол идүүлэхийг зорьдог байсан даа. Одоо чинь тэгээд сонин болж жирэмсэн хүнийг чинь хүүхэд нь хөдөлж эхлэх үеэс л бараг хэвтрийн байдалтай хэвтүүлдэг болчхож. Миний үед бол маш сайн хөдөлж бай гэдэг байсан. Хөдөлж л байвал хүүхэд чинь эрүүл саруул зөв бойжилтоор бойжно. Дотроо бүрэлдэхдээ зөвөөр бүрэлдэнэ гэж манай ээж аав бол тэгж хэлдэг байсан. Тэр ч зөв юм шиг байгаа юм уг нь. Одоо жирэмсэн хүн яаж байна гэхээр хоол ундаа бол тохируулж иддэг л байх илчлэг ихтэй байх хэрэгтэй 2 хүн юм чинь. Тэгээд хөдөлгөөн маш сайн хийх хэрэгтэй, хөдөлгөөний дутагдалт орчихно гэж боддог. Тэгээд хүүхэд нь маш томорно тонус өглөө гэж ярьдаг. Хөдөлгөөн

багатай байснаас доошоо суулт өгөөд тонус өглөө гэж ярьдаг гэж ойлгодог. Төрөх гээд өвдөөд бүр яаядаа гээд орохоор л сайн яв гэдэг. Бид нар 45 хоног декрит авна. Амралтаа аваад суувал буруу шүү сайн яв гэдэг байсан.

Б. Хээрийн судалгааны ярилцлагын бичвэр



Таны ургийн овгийг юу гэдэг вэ?

Тутан.

Өөрийнх нь овог нэрийг хэн гэдэг вэ?

Самбуугийн Дүгэржав гэдэг.

Хэдэн онд төрсөн, ямар жилтэй вэ та?

1973 онд төрсөн, хулганатай.

Та хаана төрсөн бэ?

Увс аймгийн Бөхмөрөнд сумын төвд төрсөн.

Одоо үндсэн харьяалал хаана вэ?

Одоо Увс аймгийн Ховд сумын гуравдугаар багийн иргэн.

Гуравдугаар багийн нэрийг нь юу гэдэг вэ?

Хөгжил нэгдэл баг.

Үндэс угсаа юу гэдэг вэ?

Дөрвөд.

Та хэдэн онд Бөхмөрөн сумаас Ховд суманд ирсэн бэ?

1993 онд шилжиж ирсэн. Шилжиж ирээд мал маллаад л. 32 жил мал малласан. Анхандаа ээжийн талын нэг төрөл садан Жумдаан гэдэг хүний тэнд мал маллаж байсан.

Та ямар ямар мал маллаж байв?

Шийр мал голцуу маллаж байсан. Үхэр бас маллаж байсан. Адуу байсан. Тэмээбайгаагүй.

Мал маллахыг хүнээр заалгаж байв уу? Өөрөө л биеэ даагаад маллаж байв уу?

Өөрөө л 1990 хэдэн онд 8 төгсөөд л бие даагаад л малласан. Миний

төрсөн авгачингууд сумын төвд моторчин хийж байсан. Ууган ах нь бол тракторын жолооч хийж байсан. Айлын дээрээсээ гурав дахь хүүхэд юм. Түүнээс эхлээд би аав ээждээ туслаад шийр мал гэдэг юмыг маллаж эхэлсэн дээ. Багын сонирхлоос л маллаж байсан.

Одоо та мал маллая гэж боддог уу? доо Чимэгээ [түүний эхнэр М.П] бид хоёр мал төллөх үеэр нэг сар дэлгүүрээ хаагаад малаа төллүүлээд ирдэг. Одоо миний дүү маллаж байна.

Эндээс хэр хол вэ?

Эндээс Ачит богд хүрэхэд нэг 60 км, тэгээд цаашаа ээжийнх хүрэхэд бол 60 км газар байдаг юм. Голоо бариад буулгах ажилтай байна.

Та энэ жил хэчнээн төл хүлээж авсан бэ?

Энэ жил 80 гаруй ямаа төллүүлээ. Ээж мээжтэй нийлээд 150-аад мал төллүүлсэнбайх аа.

Төлийн эндэгдэл хэр байв?

Энэ жилийн төлийн эндэгдэл их байна аа, яагаад гэхээр хавсраг ихтэй, шуураад мал их муудаад. Хоол их тааруу. Одоо ч мал тааруу байна. Ширэг рүү, гол рууорсон тулдаа нэг юм болсон. Хур бороогүй тийм байна.

Төл өмнө нь ишиг хаяад гэх мэтээр эндэв үү, гараад эндэж байна уу?

Ишиг нь өөрөө гэмгүй төрчихнө. Эхээс гарч байхдаа саатал тийм юм байхгүй. Яах вэ ингээд бага ямаа 7 хоног, 15 хоног хүртэл сүүгээрээ тэжээхгүй, шуураад л голцуу харангадаад үхэж байна. Зарим нэгийг нь угжаад л. 500 гр ундааны саваар 2 ишигт хуваагаад л 250, 250 граммаар угжина.

Үнээний сүүгээр угжих юм уу, үйлдвэрийн сүүгээр угждаг уу?

Үнээний сүүгээр угжина.

Төлийн үеэр үнээний сүү нь хэр элбэг байх юм?

Байхгүй ээ. Тэгээд л 9, 10 дугаар сард хөлдөөгчид хийсэн сүүтэйгээ мал төллөсний дараа гарсан шингэн сүүтэйгээ холиод л хэрэглэж байгаа юм. Энэ өвөл чиньби худалдааны шингэн сүүтэй хольж хэрэглэсэн тулдаа хэдэн төл авлаа.

Жилд та хонь ямаанаасаа хэд хэчнээнийг зарж үрж байна?

Зарна зарна. 30, 40-өөд бол зарна. Хэрэгцээ гарсан үед зарна шүү дээ. Түүгээр л амьдарч байгаа улсууд шүү дээ. Одоо бол хүүхдүүд бага болоод оюутан болоогүй, энийгхадгалаад л, тэгээд л биднээс мөнгө шаардахаар бид цалин өгөх биш, тэтгэврээ өгөх биш. Малаа зараад л, мөнгө хийдэг улсууд.

Цувж увуулж зарах уу? Бөөнөөр нь зардаг уу?

Заа яах вэ, махны ханш судалж байгаад л өгнө. Одоо манай энд нэг сэрх 170,80 мянга хүрч байна. 200 мянга гэж хэлээд байхад 170-д өгч байна аа. Хямдхан. Ирэг бол манай суманд 270 мянга.

*Төхөөрч зарах уу, амьдаар
нь зарах уу?*

Амьдаар нь авна.

Ам бүл хэд вэ танайх?

Ам бүл дөрвүүлээ.

Анх хүүхэдтэй болоод төрсөн эхэд ямар хоол цай өгч байсан бэ?

Эх хонины шөл өгнө. 14 хоног, заримдаа сар ч өгнө. Биеийн байдлаас л болж.

Тэгж асарч биеийг нь тэнхрүүлнэ.

Хүүхдээ юугаар угаадаг вэ?

Хар цайгаар голцуу угааж байна. Гэхдээ хонины төөнө байна шүү дээ, тэрүүнийгчганасан шөлөөр угаана. Тэгээд хонины шөлийг хайлж, биеийг нь тосолно. Дээр үед одоотэр цэвэр загасны тос гэдгийг түрхээд л үдийн 11-12 цагийн хооронд нарлуулдаг байсан. Одоо сүүлийн үед угаадаг л ихэссэн байна лээ.

Эм хонины шөл л өгөх юм уу, иргэний шөл өгч болох уу?

Иргэний шөл болохгүй ээ, эм хонины шөл бол тэр жинхэнэ дом гэдэг юм байна лээ. Эр хонины шөл бол бас их сайн шөл гардаггүй. Эх хонины шөл бол амтлаг шөл гардаг гэж хэлдэг юм.

Хүүхдийн даахь үргээхэд ямар ямар идээ ундаа тавьдаг вэ?

Яг л нэг энгийн үед тавьж байх юм шиг л байна. Даахь авна гэдэг чинь өрөвлөг авнааа гэсэн үг шүү дээ. Бүл, ах дүүдээ хэлээд, тэдэнд хүүхдийн өрөвлөг авах юм байна гээд. Мал гаргадаг нь мал гаргана. Өргөн хүрээтэй хийнэ ээ гэвэл өргөн хүрээтэй хийнэ. Ууц тавихгүй, харцага тавина. Бүх махаа чанана.

Ул боов тавьдаг уу?

Аа яах вэ тавина. Дээр үед ч ул боов гэдэг юмыг авч чаддаггүй, өөрийн гар хийцийн боов тавьдаг байсан. Одоо бол тавиад л байдаг юм байна лээ, ул боов, хэвийн ааруулыг айл болгон л найр болгонд л тавьдаг болсон шүү дээ. Дээр үед бол гар хийцийналгаддаг боов байсан шүү дээ,

Чимэгээ бид хоёр бол ингэж л хийж байсан шүү дээ. Цагаан идээгээ хатаагаад авч ирээд асгадаг байсан байхгүй юу.

Даахинд оруулдаггүй идээ ундаа байна уу?

Даахинд бүгд л ордог шүү дээ, тэр идээ орохгүй, энэ идээ орохгүй гэсэн юм байхгүй.

Архи ордог уу?

Орно. Архиа амсана. Идээний дээж нь архи шүү дээ. Нэрмэл архи, цагаан архи тавина. Уухгүй байж болно, ууж ч болно. Хэмжээтэй.

Та хоёр хэдэн онд хурим хийсэн бэ?

2002 онд л хийсэн байх аа.

Та хоёрын хөшигний найрт ямар идээ ундаа тавьж байв?

Тэр ууц мууц байна шүү дээ, аав ээжид, нагац ахад гээд 2 орж ирнэ. Харцага марцага хүний тоогоор. Хүнийхээ амьдралаас болж л орж ирнэ л дээ. Зарим улсууд нэг ууц оруулаад, доогуур нь харцагаа оруулаад тавина. Яг бүх идээгээ л тавина. Жимс байна. Одоо сүүлийн үед жимс, усан үзэм, чавга голдуу л тавьдаг болчихсон юм байна лээ шүү дээ.

Боов ямар боов тавих вэ?

Энгийн л боов тавина. Тэр ул боовыг тавьчихаар авч идэж чадахгүй хэцүү л юм байна шүү дээ тэр чинь. Яг үзэсгэлэнгийн юм шиг. Энгийн боов тавьчихвал настай хүн чинь нэг боов идэх дур нь байгаа шүү дээ, гэхэд нь айлын таваг нураах уу яах вэ. Тэр бол үзэсгэлэнгийн юм болов уу гэж би дотроо боддог юм.

Хурим найр нь өндөрлөөд идээ будаагаа хуваарилах уу?

Үгүй ээ, одоо яах вэ нэг ууц чанаад тавьжээ. Тэр хадам талын ээжид нэг ууц өгч явуулах ёстой. Охинаа талын ээжид. Нэг ууц цуглаад, тавгийн идээтэй, чанаад бүтнээр нь цагаан ямбуунд ороогоод явуулдаг юм.

Тэр нь ямар учиртай юм бол оо?

Аан ээжийн талыг хүндэлж байгаа юм байхгүй юу. Яагаад гэвэл, охинаа тал манай тал хоёрын цагаан идээ, идээний дээж нэгдэж байгаа юм шиг учиртай.

Тэрийг тусад нь нэрлэх үү?

Үгүй ээ, нэрлэхгүй.

Цагаан сарын шинийн нэгний өглөө та юу хийдэг вэ? Өглөө босоод л?

Овоондоо гарах гээд л бэлдэнэ шүү дээ бид нар чинь. Эрэгтэй хүүхдээ дагуулаад. Би бол нэг хаа шатаадаг юм. Битүү чигт нь чанаад, хавьсыг нь огтолж аваад, тэр махаа цацалд хөшиглөөд тэгээд шатаадаг юм.

Тэр шатааж байгаа идээг ер нь юунд зориулж байгаа юм бэ?

Одоо бурханд л зориулж байгаа юм. Дээр үеэс л гарч байсан юм. Таслахгүйн төлөө л тэгж явдаг.

Индэр дээр гараад тэр хаагаа шатааж байхдаа юу гэж хэлдэг вэ?

Одоо тэгээд аав ээжээс заяасан бүх юм, нутаг, газар нутаг, савдагтаа мөргөж, аавээжээсээ гуйж байх юм шиг тэгж л боддог доо.

Цагаан сараар ямар ямар идээ зоог тавьдаг вэ?

Яг тавьдаг тавьдаг тоотой л тавина. Тэр үед одоо хүүхдийн сонирхол юу байна?, хүүхэд хангалуун байх, хүүхдээ л баярлуулна.

Бурхандаа идээ засдаг уу?

Би засна. Ямар бүх төрлийн идээ байна вэ, тэр бүгдээс оролцуулаад л, мах захныдээжээсээ тавьдаг юм.

Тэр идээг тусад нь өөрөөр нэрлэдэг үү?

Үгүй ээ, бурхны идээ гэж биднүүс хэлдэг юм.

Тэр идээгээ сар хуучрахаар яадаг вэ?

Өөрсдөө идчихнэ ээ. Даллага гэж юм байгаа, тэрэндээ хийнэ. Тэр нөгөө ингэдэг юм, цагаан сараас хойш лам нар авчраад ном уншуулдаг Найдарын [Майдарын?] 15 хоног гэж байдаг юм. Өдөр харахгүй шууд хүчинтэй ном уншуулдаг, тэр хоногт бид наргэр мэрийн засал бүгдийг хийлгээд авдаг. Идээ цагааны даллага авхуулаад тэгээд тэр үедээ 3 хоног цээрлэдэг.

Ямар цээртэй вэ?

Гурав хоногт цагаан идээ, мах, сүү гаргахгүй. Амбаарын хооронд бол болно.

Гадагш юм алдахгүй.

Битүүний орой ямар хоол унд иддэг вэ?

Битүүний орой биднүүд одоо илүү мах зах чанаж идээд л хононо.

Оршуулгын дараа, хүнээ нутаглуулж ирээд ямар хоол унд иддэг вэ?

Манай энэ нутагт бол яг хүнээ байрлуулаад ирнэ шүү дээ, тэгээд бид

нар ариутгалхийж, нүүр гараа угааж оруулаад цагаан хоол иднэ. Тэр сүүтэй, үзэмтэй цагаан будааг лиднэ.

Мах идэхгүй юу?

Үгүй.

Яагаад мах иддэггүй юм бол?

Ховдынхон [Увс аймгийн Ховд сум М. П] бол тэгдэг юм аа. Ховдынхон бол гэрээ хаагаад, янданг нь буулгаад гэрт нь ганцаар нь байлгачихна. Тийм ёстой юм байна лээ. Манай Бөхмөрөнийхөн бол тэгэхгүй, яг амьдарч байх шиг, урд талаар нь нэг хөшиг хаачхаад тэр хүнээ буурилуулаад тавьчихна. Мөнгөө тавьдаг нь хөл дээр нь мөнгөө тавиад, тэгээд биднүүс чинь тэр үед хонь алж мах өгнө. Бөхмөрөн талдаа тийм байхгүй юу. Мал гаргаад, сүүтэй цагаан будаа бас иднэ, төмсний салат, одоо бид нар тэрийг иддэгбид нар. Хүний хажууд иднэ. Гаргадаг өдөр нь хүнээ гаргачхаад тийм махтай хоол идээд гардаг учиртай.

Тэгвэл Ховдынхон мах хэрэглэдэггүйгээ юу гэж тайлбарладаг вэ?

Тэднүүс тэгээд л сурчихсан хүмүүс байгаа байхгүй юу. Махан хоол орж ирэхгүй, сүүтэй цагаан будаа идчихээд л тараад л явчихна. Өшөө юм байхгүй.

Жирэмсэн эмэгтэй хүнийг юу идэж увал сайн, муу гэж хүмүүс ярьж байдаг вэ? Тасонсож байв уу?

Тэр бол лам ламын уншлагаар өөр. Тийм юм идэж болохгүй, айлд орж болохгүйгээд. Чанартай голдуу хоол иднэ, тэр цус төлжүүлэх л юм өгнө шүү дээ.

Ямар хоол хүнснээс их сэрэмжилдэг, идүүлдэггүй байсан бэ?

Тэрийг сайн мэдэхгүй ээ.

Настай хүнийг өргөж тэтгэж байхдаа ямар хоол өгвөл зүгээр вэ? Ямар хоолтохиромжгүй байдаг вэ?

Настай тэр улсууд чинь яг дээр үеийн л хоол иднэ. Амт султай хоол өгвөл уурлана, яг амт нь таарсан тийм л хоол иднэ. Яг л биднүүдтэй адилхан л иднэ. Таарсан хоол бол настай хүн иднэ шүү дээ.

*Танайх өдөрт хэдэн удаа
хоол иддэг вэ?*

Өглөө нэг иднэ. Тэгээд орой 5-аас өмнө идчихээд, орой идэхгүй. 2 хоол иднэ.

Зуны цагт ямар мах, хоол идэх тохиромжтой вэ?

Цагаан будаа бэлэнчлээд иднэ. Борцтой хоол хийж иднэ. Хур бороотой үед бол бэлдсэн хоол идээд л байж байна. Зарим нь айраг уугаал унтчихна. Хоол идсэнээс айрагнь амттай.

Энэ нутагт юуны айраг голчлон хийж байна?

Үхэр, шийр мал голцуу. Гүүний айраг зун 7 сараас гарна.

Айраг ер нь ямар ач тустай хүнс вэ?

Айраг ер нь бүх л юманд ач тустай л гэж ярьдаг.

Өвлийн идшиндээ танай гэр бүл ямар ямар мал, хэд хичнээнийг идэж байна вэ?

Бид хэд нэг үхэр, тэр нь том 6 настай нэг цар иднэ. Түүнээс хойш 6 шийр, 3 хонь, 3 ямаа иднэ. Тэр айлын амьдралаас л зохицуулж иднэ шүү дээ. Би бол хувьдаа яг тэгж иддэг.

Идшээ ийш тийш хуваадаг уу, дангаараа л иддэг үү?

Дангаараа л идчихнэ шүү дээ ер нь. 7 сар гартал идчихнэ.

Идшээ идсний дараагаар хамгийн түрүүнд юу идэж, яаж хуваарилж иддэг вэ?

Толгой шийр иднэ. Тэрийг хуйхалж хамгийн түрүүнд иднэ. Дараа нь шийр малындотрыг бууз боож авна.

Гэдсээ болгоод холих уу, түүхийгээр нь холих уу?

Борлуулаад л гаргаад, сайхан машиндаад амтлагч хийгээд л. Тэгээд л махаа идэжэхэлнэ. Зочин ирж хоновол үхрийн хавьс чанаад л.

Толгой шийр хуйхалж идэх юунд сайн байдаг вэ?

Одоо дээр үед хий хуй дарагддаг гээд л тэгдэг. Одоо амьтан чинь цээж хорсоод таарахгүй гээд байдаг юм байна лээ, хоёр хүүхдийг идэж сургасан, би дээр үед толгой шийрээр л голцуу байсан гээд. Бид нарын аав ээж чинь идүүлдэг байсан, тэр хэвтээ лидүүлнэ. Одоо халиад [хараад М. II] байхад толгой иддэг хүүхэд ховор байгаа юм.

Малаас иддэггүй юу байдаг вэ?

Одоо тэгээд бүх л юмыг л иднэ шүү дээ. Баас шээс, нойр булчирхайг нь аваад л бүх л юмыг нь иднэ.

Хот газар мал төхөөрөөд нэлээд зүйлийг нь хаяад байдаг, тэрийг та юу гэж боддог вэ?

Аа тэр буянаар л тоглож байна л даа. Буян дуусна аа л гэсэн үг

байхгүй юу. Тэр чинь бид нараас аваад, тууж аваад, хариулаад баас шээстэй нь л зардаг юм байна лээ, халиаж байхад. Тэрийг мөнгий нь өгөөд, угаалгаад, цэвэрлүүлээд тэгш биш амьдарч байгаа хүнд өгч болно шүү дээ. Гоё цэвэрхэн угаагаад, цагаан мах захтай нь янзлаад өгчихвөл хоёр гурван хоног идчихнэ шүү дээ тэр чинь.

Та нар цайндаа давс хийдэг үү?

Хийнэ ээ. Цагаан давс хийнэ. Энэ Давстаас ирдэг юм. Тэрнээс голцуу ирнэ. Нуурмуурнаас гардаг.

Тэр давс ямар онцлогтой вэ?

Сүүлийн үед шинжлэх ухаан бол гурван цагаан юм хортой л гэж ярьдаг болсон юм. Одоо тэгээд соль давс сонирхох их дургүй шүү дээ би. Голцуу байгалийн давсыг л идэх дуртай.

Хоолондоо ямар хүнсний ногоонууд голчлон оруулж хэрэглэдэг вэ?

Би одоо төмс их дургүй, голцуу оригоороо л идэх их дуртай. Махаар нь шөлийг нь гаргаад л тэгж идэх их дуртай. Яг хэрэгцээт үедээ л ногоо иддэг.

Ногоо идсэн үед бусад үеийнхээс ялгаатай санагддаг уу?

Ялгаагүй л санагддаг.

Байгалиас зэрлэг ногоо, ургамал түүж иддэг үү?

Ёстой түүж идэхгүй. Мал залд явдаг манай дүү нар бол таана маана амандаа хийдэг. Сонгино маркын юм байдаг. Одоо малд явахгүй болохоор идэхгүй.

Ямар зэрлэг жимс ургадаг вэ, танай нутагт?

Энд одоо шилээр үхрийн нүд л ургадаг гэсэн. Манай тэнд Бөхмөрөнд бол үхрийннүд ургана, тошлой ургана. Залуудаа хааяа нэг идээд, тоодоггүй байсан. Сайнгүй ээ. Нэгсайхан мах идчихээр л хоол болдог юм.

Эндхийн малын мах юугаараа онцлог гэж та боддог вэ?

Ёстой онцлог шүү дээ, хамаагүй сайн. Хужир давс нь сайн. Өвс ургамал нь манайийшээгээ амтлаг. *Мал тарган байхаар л мах нь амттай байдаг юм уу? Эсвэл тарган биш байсан ч амтсайтай байдаг уу? Ялгаа байдаг уу?*

Та нар нэг өөх идчихээр ярвайгаад байдаг шүү дээ. Бид нар чинь тарган мах гуравдөрөв огтлоод идчихээр биед шингэлт болоод гоё болдог байхгүй юу. Малын тарга ихсэхтүсмаа сайн л байдаг юм.

Малыг яаж маллавал тарга сайн авдаг вэ?

Малыг тэр байгаль орчлонгийн аясаар л таргалуулж байгаа. Өвөл нь манай энэ суманд бол тарган орсон. Хавар 2 сараас хаврын хавсарга эхлээд л, мал төллөлтийн үеэс л мал гэдэг чинь бас санаа сэтгэлээр унаад яг төллөлтийн үед өвс муутай, хур бороогүй үед мал муудаад л байгаа. Хур бороо, өвс ногоогоор л мал сайрдаг [сайжирдаг М. П] өнөө жилдээ бол манайхан хүндхэн байна. Ноднин, уржнан жил бол ээжийнх айраг нэрээд гардаг байсан, өнөө жил байхгүй, хөдөө ч өвс байхгүй, ус байхгүй байж байна.

Мал маллахад хамгийн чухал зүйл нь юу гэж та үздэг вэ?

Хөдөлмөр. Малчны хөдөлмөр. Малчид их зовж, хөдөлмөрлөж байж амьдарч байгаа. Тэр чинь одоо унтаж босоод л дагана, унтаж босоод л дагана. Байхгүй болохоорнь хайна, олж авна. Малчид чинь хөдөлж байж л амьдарч байгаа шүү дээ.

Малчин хүн хичээгээд байхад болохгүй байгаа зүйл байна уу?

Байгаа. Цас зуд ихтэй бол хэцүү. Манай энд чинь цас бага ордог. Бодын хар туруутаар орчихвол манай энд чинь зогсчихдог. Цас үзээгүй газар болохоор тэгдэг юм. Тэр үед хадлан тариа гэдэг юмаа л сайн авсан нь л дээр дээ. Бөхмөрөнийхөн бол 1997 оны үед билүү их цас ороод шилийн айлууд гол руу нүүж ороод, нүцгэн гол гэдэг ширэгтэй газар ороод, өвс нь өндөр боловч цас нь адилхан. Дулаан газраас нүүж гараадхүйтэн ширэг рүү ороод мал чинь яаж тэсэх вэ дээ. Цастай газар хэвтэр байхгүй юм чинь, тэгээд хавар их мууддаг юм байна лээ. Малын чинь үе мөч нь хөлдөөд, хавар дулаараад ирэнгүүт тэр мал чинь гэмгүй явж байгаад яг дулаарангуут өөрсдөө шууд хэвтчихдэг юм байна. Үе нь гэсээд, босож чадахгүй, тийм хоёр гурван айлыг би үзсэн юм. Ямар ч найдвар байхгүй, цаар [цааш] л явуулна шүү дээ. Тэр айл хэлж байсан, үе нь дэвтсэн малхавар нь ингэдэг юм байна гээд.

Хүмүүс бузартлаа гэж яриад байдаг, тэр бузар гэдэг ер нь юунд байдаг зүйл вэ?

Бузар гэдэг бол шашны талын л юм. Хойд зүгт нэг тийм байна, тийм хүнээс бузартаж магадгүй, тийм хүнтэй архи ууж болохгүй, доголон моголон хүнтэй архи ууж болохгүй гээд.

Ер нь архинаас бузартдаг байх нь ээ?

Тэгж байна.

Өөр юунаас бузартаж болох вэ?

Өө яах вэ, хүнээс бузартаж болно, нялх хүүхдэд шалтагтай хүн ч

байна. Тэр чиньбас хэцүү шүү дээ. Ламд очихоор тэднээс бузартаж гээд. *Эсрэгээрээ ариун гээд шороон дээр байсан ч зүгээр авч байдаг тийм зүйл байдаг уу?*

Одоо энэ нялх хүүхэд л тийм шүү дээ. Нялх хүүхдийн идсэн юмыг шууд амандааваад хийдэг, бузар байхгүй.

Монгол хүний хишиг буян нь юунд байдаг гэж та боддог вэ?

Хөдөлмөр л хийж чадвал тэр хишиг буян тогтоно. Малтай хүн бол малаа маллаадамьдарвал хишиг буян нь тэр.

Малын буяныг яаж тогтоодог гэдэг вэ?

Төлийг нь үхүүлэхгүйн төлөө зүтгээд байвал малын буян хийж байна аа л гэсэн үг. Удам судрыг нь халиана шүү дээ. Тэгээд эдний аав нь баян байсан, энэ барчихсан шиг гээд л. Ядуу хүнд өгөх юм уу, хүнд юм өгөхдөө сайнаас нь л өгч байвал буянаа цацсан залуу байна лээ гээд. Надаас хүн мал авбал би нэг гайгүй мал өгнө шүү дээ, тэгтэлхүн өө тэр сайн мал өгчихсөн гээд. Аль болох сайнаасаа л өгөх хэрэгтэй. Энэ улсуудыг халиаж байхад хөгшин мал залаа өгдөг л юм байна лээ. Тэр ч бас хэцүү шүү дээ.

Танай суманд хэчнээн цайны газар ажиллаж байх шиг байна?

Манай энд гурван гуанз ажиллаж байна.

Энэ гуанзнууд голдуу юуны махаар хоол хийдэг юм бол?

Голдуу шийр малаар. Сэрх голцуу.

Өвлийн цагт ч сэрхийн мах идэх үү?

Үгүй ээ, гуанз дагнадаг улсууд бол үхэр алаад, хөлдөөгчид хийгээд хэрэглэдэг.

Ногоо, материалаа хаанаас татдаг гэж сонсогддог вэ?

Ногоогоо манай аймгаас л авдаг байх. Улаангемоос байх. Манай аймаг бол газрын ургамал ургаж байгаа, Баян-Өлгий, Ховдоос бас ногоо татдаг шүү дээ. Увсын ногоо бол чанартай л гэдэг юм байна лээ.

Махыг тусгай бодист хийж хадгадаг байжээ гээд Улаанбаатарт ид яригдаж байнашүү дээ, энэ тухай та сонсоод юу гэж бодсон бэ?

Аа тэр одоо аймшгийн л юм болж байна даа, Болохгүй тэр ч одоо. Одоо хотод хоол цай идэхэд бэрх болж байна аа. Тэрнээс хөдөө гадаа санаа амар хоол идэж байна шүү дээ. Баян-Өлгийд ч ороод ирсэн байж болно гээд дотроо бодож байгаа юм.

Та хот орохоороо цайны газар хоол иддэг үү?

Явж явж байгаад эгчийн хүүхдүүд байдаг юм, тэднийд л голцуу хоол иднэ.

Та нар гахай, тахианы мах хэрэглэдэг үү?

Үгүй ээ, тэрийг хэрэглэхгүй. Бид нарт хэрэггүй, яг өөрсдийнхөө махыг л иднэ шүү дээ.

Загас хэр иддэг вэ?

Загас бол их иднэ ээ. Голоос барьдаг юм, хар хайрс гээд загас барина, шар загас барина, олон янзын загастай.

Яаж боловсруулж иддэг вэ?

Тэрийг чанаад, шөлийг нь уугаад идчихнэ. Шөл нь ядаргаанд сайн.

Та ан хийж байв уу?

Ёстой үгүй ээ. Явж үзээгүй.

Ангийн мах иддэг үү?

Тарваганы мах тааралдвал идчихнэ, тааралдахгүй бол идэхгүй ээ.

Тарваганы махнаас хүний эрүүл мэндэд сайн зүйл байдаг уу?

Сайн л гэдэг шүү дээ. Би одоо хөлөө хугалаад. Тэгээд тарваганы дөрвөн хөл байнашүү дээ, мөч. Тэрийг зарим нь чанаж иднэ. Би бол шатааж идсэн. Шатааж идхээр тэр 4 хөлний яс нь хүний кальцийг нөхдөг юм байна. Би бол хэсэг тарваганы хөл түлж идсэн. Хөх аргал байдаг даа, тэрэн дээр тавиад шатаагаад тэгээд сайхан нүдээд нунтаглаад, цэвэр сокны шилд хийгээд. Тэгээд амны халбагаар идээд, араас нь цэвэр усаар даруулаадуудаг байсан.

Өдөрт хэд уух уу?

Өдөрт хоёр, гурав ууж болно. Хүний сонирхлоор л болно. Хугарсан хөлөө би хадуулсан юм. Хадуулчхаад хадаасаа авалгүй гурван жил яваад авхуулсан. Тэгсэн чиньтэр Батсүрэн эмч бол хэлж байсан. Чиний энэ хөл бол яг кальци гэдэг юм хамгийн сайн, гоё болсон байна. Бэхжилт сайн болсон байна гээд. Надтай хамт хадаасаа авхуулсан нөхдүүд өвдгөөр өвдөөд байна аа гээд. Надад бол одоо ч гэмгүй, өвдөнө гэж байхгүй, хугараагүй юм шиг явна. Одоо би улсуудад хэлдэг юм. Чадвал нэг тарваганы 4 мөч шатаагаад ид ээ гээд. Кальци нөхдөг сайн.

Өөр ямар амьтны мах шөлийг эмчилгээнд хэрэглэдэг вэ?

Хойлог гээд шувууны махыг хагалгаанд орохын өмнө хоёр гурван урьд л идэх ёстой юм байна. Чадвал зургаан сар, жилийн өмнөөс идэх ёстой

гэж хэлдэг. Шууд тулгамдаад идчихвэл сайн нөлөө гарч чадахгүй. Тэгэхээр тэгж идэж болохгүй. Жилд нэгүдээ идчихэд хэрэгтэй. Хагалгааны шархыг л хурдан бүтээдэг юм байхгүй юу.

Өөр ямар шувууны мах иддэг вэ?

Цагаан шувуу гэж байдаг. Ядаргаанд сайн. Тэр шувууг байна шүү дээ, өвлийн нөхцөлд цав цагаан өнгөтэй шувуу болдог. Тэрийг буугаар буудаад ална. Эндээс үүдэн дайны нисдэг шувуу байхгүй юу, нисээд буухад л буудчихна. Тэрийг идсэн хүн бол ходоод, ядаргаанд хамгийн сайн.

Тэр шувууг сумынхан алж байна уу?

Захиж л алуулна. Би бол яг худалдаж аваагүй, амьтан бол зардаг л юм байна лээ. Хайсан явж байдаг юм. 2011 онд миний ходоод муудаад Ховд аймаг руу шинжилгээнд яваад ирсэн юм. Дөрөв, таван сарын үед байсан юм. Ховд аймгийн баруун бүсийн эмнэлэгт. Ходоод чинь шархлалтай, улайлттай байна гээд. Эмчилгээ тариа хийлгэ гээд. Тэр хугацаанд идээгүй юм байхгүй. Хамгийн сүүлд би 9 цагаан шувуу идсэн. Миний найзууд намайг ингээд ходоод өвдсөн гэхээр 10 цагаан шувуу өгч явуулсан юм. Нэгийг нь эхнэр идээд, 9-ийг нь би идсэн юм. Тэгээд жилийн дараа Ховд аймагт очиж дурандуулсан. Тэгэхэд миний ходоод яг эхээс гарсан шиг болсон байсан. Тэгэхэд тэр эмч намайг гайхаж байсан, яахдаа ингэв гээд. Урьд нь бол цээж хорсоод, хар цай уухаарзогоод, хоол идэхээр зураад байдаг байсан. Хавдар арай болоогүй эхлэл нь тавигдсан байсан.

Та 9 цагаан шувууныхаа махыг ямар үед, яаж боловсруулж идсэн бэ?

9 цагаан шувуугаа идэхдээ, нэг цагаан шувууг гурав хоног иддэг юм. Сайн ходоод гэж байдаг, муу ходоод гэж байдаг юм. Сайн ходоодыг нь аваад ялгах хэрэгтэй. Би тэр 9 шувууны ходоодыг бүгдийг тусгай авсан юм. Хатаасан. Махыг нь бол сайхан хөшиглөөд нэг литрийн вараны шилэнд буцалсан ус хийгээд, махаа хийгээд орхино. Тэгэхээр хүрэн улаан өнгөтэй болдог байсан. Тэрийг би жижиг аягаар авч уудаг байсан. Өглөө өлөн элгэн дээрээ, өдөр, унтахын өмнө гээд 3 удаа ууна.

Дараалж бүх шувууны махаа идэх үү, зайтай идэх үү?

Үгүй, 9 хоног л идчихсэн. Тэрний дараа нөгөө сайн ходоодоо усанд үйрүүлээд хийнэ. Өөрөө уусаад байхгүй болчихдог. Тэрийг нь уудаг байсан. Нэг шувуунаас нэг хагас аяга л мах гарна. Тэрийг нь буцалсан усан дээр хийгээд л таглаад тавина. Нэг газарамттай, [шороо шиг М.П] тэрийг нь л цээрлэлгүй, өвчнөөсөө салъя гэвэл иднэ. Хөшиглөсөн мах нь халуун усандаа борлоод ирэхээр нь махтай нь л иднэ.

Ходоодонд өөр амьтны эд эрхтэн сайн байдаг уу?

Зэрлэг гахайн элэг л хүний элгэнд сайн гэж ярьдаг юм байна лээ.

Бөхмөрөний зэрлэг гахай бол 10 хэдэн янзын ургамлын үндэс идэж байгаа. Тэгээд элэг өвдөж байгаахүнд өгдөг гэдэг. Улсууд идээд авмаар байна аа гээд л байдаг.

Хавдар энэ тэрээ болсон хойноо идвэл ашигтай юу?

Үгүй ээ яах вэ, сэтгэлийг нь л дагуулаад өгдөг байх. Урьд нь л идвэл сайн шүү

дээ.

Хүмүүс их жингийн илүүдэлтэй байгааг та юунаас болж байна гэж боддог вэ?

Хоолоо л сайн барь. 6-аас өмнө хоолоо идэх хэрэгтэй. Би бол өвөл 10 цагт идэж байсан. Хоёр жилийн өмнө 100 дотор очоод, унтахын өмнө ч иддэг байсан. Манай ахын охин чадвал 6-аас өмнө хоолоо ид гээд. Их цадталаа идэхгүй. Дэглэм барьж л чадвал жинг барих юм байна гэж би боддог болсон.

Жин ихсээд ирэхээр хүний бие яаж өөрчлөгддөг вэ?

Зүрхэнд асар ихээр нөлөөлнө. Жин ихсэж байгаа үед зүрхэнд нөлөөлөөд, цус өтгөрнө, хөдөлгөөн их мууддаг байна. Цус шүүлгэсэн, 500 гр цус авхуулаад сайжирсан.

Хөдөлгөөн нь яаж байна?

Хөдөө байхад хөдөлгөөн сайхан. Би өглөө 6-д босоод л ээжид туслаад л. Ээж тэрийг авч аль, энийг авч аль гээд хөдөлж л байвал надад сайн. Хавар төл дээр 2 сар очиход сайхан болно. Энэ монгол үхрийн шар тос гэдэг чинь жин барихад хамгийн сайншүү дээ. Би бол тэрийг цайнд хаяад ууна. Гэдэс дотор цэвэрлэдэг юм. Ээж нэг 3, 4 кг шар тос өгсөн, одоо дуусаж байна. Оройдоо шимийн монгол архи байна шүү дээ, нэг аяга архинд 1 халбага шар тос хаяад, гурван ширхэг сахар хаяад уугаад унтхад сайхан болно. Сайхан халуун бүлээн ууна. Бүтэн биеэс ууранд суусан юм шиг хөлс гардаг юм. Усан хулгана болтол.

Шимийн архиа та 2 өөрсдөө хийдэг үү?

Хийдэг. Одоо ингээд 7 сарын 1 гээд дэлгүүрээ хаачхаад нэг сар мал дээр гараадл цагаан идээгээ хийнэ дээ.

Өвөлдөө хэдэн литр архи нөөцөлдөг вэ?

20 литрийг нөөцөлсөн. Цагаан сар хүргээгүй ээ. Цагаан сараар шимийн архигүй л байсан. Корона гээд байсан болохоор өөрсдөө уучихсан.

Таны ургийн овгийг юу гэдэг вэ? Оготор.

Таны овог нэрийг хэн гэдэг вэ? Хүгдээн Цэвээн.

Та хэдэн онд төрсөн бэ? 1956 онд төрсөн.

Ямар жилтэй вэ? Бич жилтэй.

Үндсэн харьяалал хаанахынх вэ? Увс аймгийн Тариалан сумын гуравдугаар баг Мянган гэж явдаг. *Үндэс угсаа юу гэдэг вэ?* Хотон.

Ам бүл хэдүүлээ вэ? Хоёулаа, өвгөнтэйгээ.

Хэдэн хүүхэд төрүүлсэн бэ? Найман хүүхэд төрүүлж өсгөсөөн.

Хотон дотроо элкинээрээ юу гэж явдаг вэ? Манайх Оготор. Манай хөгшин Шалбаг. Долоон элкин байдаг юм шүү дээ.

Оготор, Шаавай, Шалбаг, Бүрдэлкэн, Хольдог, Хаснууд, Хочгэлд гээд.

Хүүхэд төрөнгүүт угаах зан үйл хийдэг үү? Арцтай усаар угаачихдаг. Отгонтэнгэрийн арцаар.

Та нярай биетэй байхдаа ямар хоол иддэг байсан бэ? Шөл уугаад л, мах идээд л, тасалбар идээд л, ногоотой, ногоогүй хоол идээд ламьдраад байна.

Тасалбар гэж ямар хоол билээ? Гурилтай шөл л.

Хөхөнд нь сүү орохгүй байвал юу иддэг вэ? Шар будаа л иддэг байх. Миний хөх сүүтэй байсан. Хийцтэй цай уугаад л шарбудаа идээд дээр үеийн улсууд.

Хүүхдийн даахь үргээхэд ямар ямар идээ ундаа тавьдаг вэ? Ааруул, боорцог, башлаг [бяслаг М.П], чихэр үзмээ бүгдийг л тавина. Будаа чанана, хоол хийнэ. Гурилтай хоолоо, бууз баншаа хийнэ.

Ууц тавьдаг уу? Үгүй ээ, одоо ч хэрэглэдэггүй.

Та хоёр хэдэн онд хурим хийсэн бэ? 1977 онд хийсэн.

Хуриман дээр нь ямар ямар идээ ундаа тавьж байсан бэ?

Тэр үед бид нарын найр гэж их шог юм болж байсан юм аа. Зүгээр нэг л энгийн хүн цайлуулж байгаагаас доошоо л юм хийж байсан шүү дээ. Гурилтай шөлөө уугаад л, махаа идээд л. Одоогийнх шиг чимж байгаагүй, сахараа тавиад л. Цагаан ааруул тавиадийм л юмаар хурим хийж байсан.

Хуримынхаа ёсны тухай дэлгэрэнгүй ярьж өгөөч?

Хүүхнээ ил ирдэг, авдаг охин нь болохлоор цагаан даавуугаар бүрхээд ирж байсан юм. Далд нь ирдэг нь яах вэ, оргоод бултаад ирнэ. Араас нь хөшгийг нь тайлна, болоо. Хөшиг тайлна гэж нэг 20, 30 хүнтэй л хөшиг

тайлдаг байсан юм л даа. Одоо ч 30,
40 машин зогсоод тайлж байна. Охиноо галдаа мөргүүлнэ. Ахиад хүргэнээ
галдаамөргүүлнэ. Одоо ч тэр чигээрээ байж байна.

*Хүмүүс хотонгуудыг олон аав ээжтэй байдаг гэж ярьдгийн учрыг та
тайлбарлажсөгөөч?*

Тэр одоо хамаатан, төрөл садандаа охин хөвгүүн болно оо. Өөрийн
төрөл саданд. Би бол авга ахдаа болно. Надыг авсан нөхөр бол авга ахдаа нэг
бол нагац ахдаа болно. Ингэж охин хөвгүүн болдог. Тэр бол хуулийн
асуудал, заавал болдог.

Энэ нь хурим хийхээс өмнө болдог юм уу? Хуримын үеэр болдог юм уу?

Хуриман дээрээ болдог. Нихаа хийнээ гээд нөгөө 2-ыг суулгаад, 4
аав ээжийг нь суулгачихаад ном уншаад нихаа гэдэг юм хийнэ ээ. Молдаа
хүн хийнэ. Залж ирнэ, морьунуулаад. Нихаагаа хийчихээд л хөшгөө тайлна,
тэгээд цай цүүгээ уугаад л, хоолоо идээдл.

Хөшиг тайлна гэдэг нь ямар зан үйл хийх вэ?

Хоёр талд нь хоёр бэргэн зогсоод дээр нь мөнгө төгрөгөө овоолоод
хөшгийг нь тайлж унагаана аа. Орны урдуур татсан хөшгийг, нэг торгон
хөшиг л унжуулж байсан юм л даа. Тэгээд охин хүү хоёрт хуваагаад өгнө.

Хуриманд ирсэн зочдод хуримын идээ будаанаасаа хуваадаг уу?

Үгүй ээ хуваадаггүй, зүгээр өөр өөр бэлэг өгөөд явуулчихна. Өөрийн хүндээ бол
хуваана. Одоо манай нэг хүүхэд найр хийсэн бол энэ хөгшний хамаатанд, миний
хамаатанд бүгдийг нь тэнцүү хуваагаад өгнө.

*Цагаан сараар нөгөө аав ээждээ эхэлж золгох уу? Төрсөн аав ээждээ эхэлж
золгох уу?*

Ойрхон байх юм бол тэрүүндээ очно, хамаа байхгүй ээ. Төрсөн аав
ээжээ орхичихоод. Хол байх юм бол төрсөн аав ээждээ очно.

Тэр авгыгаа та юу гэж нэрлэх үү?

Аав л гэнэ. Адилхан л аав.

Цагаан сараар хамгийн түрүүнд ямар идээ ундаанд түрүүлж хүрдэг вэ?

Боов боорцог, чихэр үзмийг л амсана.

Цагаан сараар ямар идээг хотончууд илүүтэй хэрэглэдэг вэ?

Хавтгай зүссэн башлаг тавина аа. Тэрний төлөө 4 тугал уячихсан л
байна одоо. Эртхэн бэлдэж авна. Би 8 хүүхэдтэй, 6 нь төв газар амьдардаг,
тэр 6 хүүхдэдээ хувааж өгнө. Жил болгон л. Энэ жил төв дээр зусаж байна,

чаддаг үгүй бүү мэд ээ, цуглуулж л байна. Сүүлийн үед чихэр үзэм зөндөөн юм тавьж байна, ууц тавьж байна аа.

Та хоёр ууц тавьдаг уу?

Тавина аа, хонины ууц.

Ул боовоор идээ засаж байна уу?

Засаж байна. 5 үеэр засаж байна. Худалдаад авчихдаг, Улаангомын гандангаас.

Тэгээд бас тэрийгээ 8 хүүхдэдээ хуваана шүү дээ.

Та хоёр ам бүл дээрээ ямар ямар мал тоолуулж байна?

Сарлаг байна, ямаа байна, хонь байна. Ийм л малтай байна. Малаасаа идээд л, хонио хүүхдэдээ тавьчихдаг.

Айраг хийдэг үү та?

Хийнэ, айраг хийгээд шар тосоо авна. Үнээний айраг. Өнөөдөр 5 литр сүү саагаад хийлээ гэхэд маргааш 5 литр айраг ууж барахгүй шүү дээ, тэгэхээр уугаад л илүүг нь хадгална. Бүлүүрээр бүлээд л, одоо цахилгаан бүлүүрээр бүлж байна аа.

Айргийн саваа юу гэж нэрлэдэг вэ?

Архад гэдэг юм. Одоо битонд л бүлж бна. Архад гэдэг нь үхрийн арьсыг утаад, улаан шир болгож байгаад хийсэн юм байдаг юм. Сарлагийн ноосоо алгадаад оёно.

Битонд айраг хийх, архадад айраг хийх хоёр амт чанарын ялгаатай юу?

Ялгаатай, архдын айраг гоё амттай болдог юм аа. Битон яахав 40-д гайгүй, пиворсав бол сонин амт гараад байна шүү дээ.

Хэзээнээс цахилгаан бүлүүрээр бүлдэг болсон бэ?

Ноднин авсан юм. Зүгээр юм байна лээ, биед гамтай. Энүүгээр нэг цаг, хоёр цаг бүлчихээд өөрөө гараараа бүлдэг юм. Тосоо хатууруулж авах гээд. Тос нь дээр нь хөвж гарч ирдэг.

Айргийн тосоороо юу хийдэг вэ?

Юм бүхнийг хийнэ ээ. Хайлмаг хийнэ. Ул боорцогтоо хийнэ, гэрийн боорцогтоохийнэ. Зарна аа. Би ч бараг хүүхдүүддээ хуваагаад өгчихнө.

Ингэний айраг, гүүний айраг энэ тэр уудаг уу танайх?

Ууна аа, худалдаад аваад ууна.

Алинд нь дуртай вэ та?

Гүүний айраг сайхан л эд байдаг юм билээ. Ингэний айраг бөөрөнд сайн, гүүний айраг ханиаданд сайн. Хатгаа авахгүй, угаана, хүүхдээ оруулна.

Оршуулгын дараа та нар ямар хоол хүнс иддэг вэ?

Цагаан буяар [?] явдаг хүнд цагаан хоол иднэ. Цагаан буяар явдаггүй хүнд махтайхоол иднэ. Хотонгууд цагаанаар бага явдаг юм аа, гэхдээ ганц нэг явж л байна л даа. Махчанаад л идчихнэ, нэг молдаа авчраад л номоо уншуулчихна.

Ил тавьдаг уу? Булж оршуулдаг уу?

Булна.

Та хоёр өдөрт хэдэн удаа хоол иддэг вэ?

Нэг л хоол идэж байна. Ингэсгээд л 5 цаг гээд л иднэ. Гурилтай шөл, хуурай хоол, цуйван, цагаан будаатай хуурга хийнэ.

Зуны улиралд ямар хоол биед таарамжтай байдаг вэ?

Зуны цагт сүүтэй хоол идвэл эрүүл мэндэд зүгээр шүү дээ, сүүтэй будаа, айраг тараг, цагаан идээгээ идвэл зуны нөхцөлд илүү сайн.

Зун та 2 ямар мах иддэг вэ?

Хонь, ямааны мах л иднэ, гэхдээ завсарлаж иднэ ээ. Айргаа уучихаад л, тараг бүрээд уучихна аа.

Өвлийн идшиндээ танайх юу идэж байна вэ?

Нэг үхэр иднэ ээ. Гунан юм уу дөнөн үхэр иднэ. 10-аад шийр иднэ, 8 шийр л ер нь иднэ дээ. 11 сард идээд л 6 сар хүртэл хэрэглэнэ. Борц идээд байж байна. Борцыг зунжин идээд дунд нь ганц нэг хонь ямаа иднэ.

Хонь болон ямааны мах хоорондоо ямар ялгаатай вэ?

Ямааны мах хөнгөн, бие заваараад нозоороод байдаггүй, хонины мах жаахан хүн нозооруулдаг.

Хүнсний ямар ямар ногоо иддэг вэ?

Лууван, байцаа, манжин, огурцы махтай хольж иднэ. Лууван, манжингаа ногооныталбайд тариад л түүж авна. Манай хүүхдүүд тарьдаг юм. Төмс бага зэргийн иддэг.

Тариалан суманд бүх төрлийн ногоо тарьдаг уу?

Бүх төрлийн ногоо тарьж байна аа. Тэрүүнээс л бүгдээс нь

шаардлага гарахаараваад идээд байна. Хөнгөн гоё шүү дээ, ногоотой хоол.

Жимс, жимсгэнээс ямрыг идэж байна вэ?

Гүзээлзгэнэ авч иднэ. Варианы шилтэй зөндөө байдаг. Нэг шил нь 5000-гаас нэмэгдсэн байна лээ.

Самар байдаг уу энд?

Самар бас энэ араар байна аа.

Эмэгтэй хүн цайныхаа дээжийг өргөхдөө юу гэж хэлдэг юм бэ?

Хангай дэлхийдээ залбираад л, ээж аавдаа залбирна аа.

Цайны дээжээ өөр хаана тавьдаг вэ?

Ээж аавынхаа зургийн өмнө тавина. Тэгээд л гаргаад сацчихдаг.
Зулаг өргөнө

гээд.

Аав ээжийнхээ хөргийн өмнө цайны дээжээс өөр юу тавьж байдаг вэ?

Тавгийн идээ тавина аа. Ааруул, боорцог, чихэр үзмээ бүгдийг тавиад л хүнд өгөхгүй, өөрсдөө идчихнэ ээ.

Цайны дээж гэдэг шиг өөр идээг ингэж дээжилж өргөдөг үү?

Үгүй ээ, цай л өргөнө. Шөл өргөшгүй, мах өргөшгүй ээ.

Ангийн мах иддэг үү?

Тарваганы мах л иднэ шүү дээ. Таарахлаар нь л иднэ. Одоо ангийн махыг хүн болгон л идэж байна. Тарвага идэж байна, туул [туулай М.П] идэж байна. Туулай ханиаданд сайн гээд битүү шөл хийж ууна. Туулай маш их хэрэгтэй амьтан шүү.

Шувуу агнаж иддэг үү?

Ятууг алж иднэ, ядаргаанд маш сайн. Ингээд л намар тийшээ алж иднэ. Хориотой шувуу шүү дээ наадах чинь. Цагаан шувуу агнаж иддэг юм байна лээ, ходоод өвдсөн хүмүүс. Ёстой нууцаар иддэг амьтан наадах чинь. Хойлог гэдэг бор цоохор шувуу байдаг юм. Бас нууцаар алдаг. Бас л ходоодонд сайн. Наадах чинь гар хөл хугарахлаар бас хойлог иднэ. Хойлгийн мах үнэтэй. Нэг хойлог гэхэд лав 250 мянган төгрөг.

Тарвага ч гэсэн хориотой биз дээ?

Тийм. Зундаа ганц нэг тарвага л иднэ. Ялз чанаад иднэ. Өнөөдөр чанасан бол маргааш өглөө иднэ. Сайн хөргөөж идэхгүй бол аюултай шүү

дээ. Халуун дээр нь идвэлхалуурна, цөсөрхөнө [цөс өвдөнө М.П], ангийн мах бас идэхэд тийм амар биш ээ.

Танайх ангийн махнаас цээрлэдэг үү?

Манайх оруулаад л тогоондоо хийгээд чаначихдаг, хүүхдүүд аваад ирэхлээр. Хөгшин бас алдаг байсан юм, одоо алахаа байчихсан. Зарим айл хориглодог юм байна лээ, манайх идчихээд л байж байдаг.

Жирэмсэн хүн юу идвэл сайн, муу талаар та охидууд, бэрүүддээ хэлдэг үү?

Үгүй хэлдэггүй, хамаагүй хаячихдаг юм. Өөрсдөө мэдэг гээд л хаядаг. Давс султай хоол ууж идэг гээд л хаядаг.

Ангийн мах өгдөг юм уу?

Идэх дуртай бол аваад л иднэ ээ. Би ер нь хориглодоггүй шүү дээ.

Танай нутагт тэмээ төхөөрч иддэг үү?

Иддэг шүү дээ.

Тэмээнээс иддэггүй зүйл байдаг уу?

Мэдэхгүй, би тэмээ идэж үзээгүй шүү дээ. Зүгээр махыг нь айлд идэхээс гэртээ идэж үзээгүй. Хонины махан хэвтэй л юм байна лээ.

Болсон гурилаа яаж хийдэг вэ?

Тариагаа цохилуурт хийгээд цохино. Одоо цахилгаанаар цохиж байна шүү дээ. Тариагаа тарина, манайх энэ доошоо тарина. 10 айл нийлээд нэг тарианы талбайтай, манайх хүүхдүүдтэйгээ нийлээд нэг талбайтай. Тэгээд тогоондоо хийгээд хуурна. Жижиг жижгээр хуурна. Цогноод хальсыг нь малд өгнө. Тэгээд тээрэм рүү хийгээд татна. Тэгээд гурил болно. цайн дээр хөвүүлж иднэ, сахар маслотоу зуурч иднэ. Ямар нэг дуртай юмандаа л зуурч иднэ.

Энэ гурил хүний эрүүл мэндэд ямар ач холбогдолтой вэ?

Их сайн л гэсэн шүү дээ, идээд сурчихсан болохоор идээд л байна.

Жилд танайхан хэдэн кг болсон гурил бэлтгэдэг вэ?

2 шуудайг иднэ ээ. Манайхан 8 өрх иднэ гэхэд нийт 15, 16 шуудай гурил гарна аа. Дуртай өдрөө л хийнэ. Манайх одоо дуусчихсан байна. Тариагаа хадгалж байгаад л хийнэ, нэг дор хийхгүй.

Тарианаас өөр тариалдаг ургамал бий юу?

Манай хүргэчүүд сонгино тарьдаг юм байна лээ, яаж тарьдаг юм мэдэхгүй ээ.

Хашаандаа тарьчихдаг юм байна лээ, огурцы төрөл бүрийн ногоо тарьдаг.

Шимийн архи хийдэг үү?

Хийдэг. Тэр архийг айргаа бүлээд, үхэр ямаа хоёрын айргаа холиод. Тэгээд л тосыг нь аваад л маргааш нь нэрнэ. Тогоонд хийгээд бүрхээр жалавчаа тавиад гарна. Бознь ааруул нь болно. Ээрмэг гэж гоё юм гарна.

Энэ шимийн архийг эмэгтэй хүн уудаг уу?

Уудаг нь ууна, уухгүй нь уухгүй ээ.

Таны хийсэн архийг эхлээд хамгийн түрүүн танд өгдөг үү?

Өгвөл уухгүй шүү дээ, их согтохоос болохгүй, тааруулаад л ууна.

Архийг идээний дээж хэлдэг үү?

Хэлнэ ээ. Тэрийг ер нь эрэгтэй хүн орж ирэхлээр ууцгаана аа, найр наадамд уунааа, айл бүхэн л хэрэглэнэ.

Орчин үед архийг яаж хэрэглэж байна вэ? Хуучин цаг шиг байна уу?

Монгол архийг хуучин цаг шиг л хэрэглэж байна. Найр наадам бүхэнд хэрэглэдэг.

Спирт авдаг уу? Авдаггүй юу?

Бараг авдаггүй, өөрсдийн хийсэн архиараа болчихдог.

Халуун ногоотой хоол иддэг үү?

Би иддэггүй, хөгшин ч бараг иддэггүй.

Тахиа, гахайны мах иддэг үү?

Иднэ шүү дээ, дуртай. Тахианы мах маш гоё байдаг, гахайн мах бүүр гоё. Хэрсэнгн идэхэд зөөлөн. Сургууль, соёлд байхад идэж байсан. Цайны газар орохлоор тахиан мах байдаг, гахайн мах олддоггүй юм байна лээ.

Танай суманд гахай, тахиа үржүүлдэг газар бий юу?

Байна аа, гахай байхгүй, тахиа байгаа. Авч иднэ шүү дээ, тогоонд чанаад л хоол хийгээд иднэ, өндгийг нь авч иднэ. Тахиа сайн идэж байгаа юм.

Загас идэх үү?

Загасны мах авч л иднэ. Нэг чанасан загас айлд идлээ, гоё л байдаг юм байна лээ.

Хяргас нууранд, Увс нууранд байна.

Та хоёр гурилаа яаж сонгодог вэ? Дээд, дунд, хоёрт гээд?

Их цагаан нь хоол муутай байдаг шүү дээ. Гэдэс их сэнгэнээд байдаг юм. Бор гурил хааяа авч боорцог хийж иднэ, дундын гурил их иднэ.

Хүмүүс их илүүдэл жинтэй болж байгааг та юунаас болдог байх гэж боддог вэ?

Зарим хүн яаж ингэж их таргалж байна аа. Хэтэрхий их нам байснаас, зүгээр суугаад идчихээд уучихаад л тэгдэг болов уу гэж бодож байна. Аймар аймар тарган хүмүүс байна. Халуун ууранд таргалж байгаа. Жишээлбэл, гал тогоонд тогооч хийдэг хүн таргалдаг юм байна лээ, Миний нэг ач охин сургуулийн тогооч хийдэг. Аймар тарганамьтан амьтан байна аа, тэрийг би ууранд тэгээд байна гэж бодсон. Яг миний гарсан хөвүүний охин нарийн боорцгонд ажиллаж байсан юм, одоо худалдагч хийж байна. Аймар таргалсан. Тэгээд би ажлаа солиод хийгээд үзээч гээд. Бид нар шиг хоол иднэ ээ, тэр хүүхэд. Тэгсэн мөртлөө таргалаад байдаг юм.

Та пивор сав хэр их хэрэглэж байна?

Бараг хэрэглэдэггүй юм аа, ганц нэг жижиг саванд шийр мал саадаг л юм, орос пивор саванд. Хоол хийдэггүй юм аа, ганц нэг ус мус хийдэг юм. Удааж болохгүй. Муул гэсэн шүү дээ, энэ телевизер эд нараар хэлээд л байна.

Танайх давстай цай ууж байна уу?

Сулхан давстай уудаг, давс нэг их хэрэглэдэггүй ээ. Иоджуулсан давс манайх ерцай хоолондоо хийдэггүй, нуурын давс л иддэг.

Орчин үеийн бага насны хүүхдүүдийн идэж, ууж байгаа зүйлсийг харж ажигладаг уу? Юу гэж хэлмээр байдаг вэ?

Энэ орчин үеийн хүүхдүүд бэлэн хоол гэж их юм авч идэж байна аа. Би муу болов уу гэж бодож байна. Эрүүл мэндэд ер нь муу гээд байгаа юм байна лээ, бага идээч гэж хэлээд л байгаа юм, манай хүүхдүүд авч идээд л байгаа юм. Хааяа ганц идэхэд яах вэ, үргэлж идээд байж болохгүй ээ. Хүүхэд дурлаад тэрэнд чинь, мянган цаасанд авч идээд. Дошира л гэнэ ээ, ямар ямар юм гэнэ вэ.

Та ямар ямар эмийн ургамал түүж, бэлтгэж авдаг вэ?

Халгайг 4 хуруу ургасныг хатаагаад хоолонд хийнэ. Даарч царцсан үед хоолонд хийвэл сайн. Таван салаа түүж иднэ, усанд чанаж ууж болно. Зажлаад шүүсийг нь залгина. Наад таван салаа чинь элэг, цөс, ходоодонд сайн. Наадхыг чинь идээд би эдгэлээ. Айлын буурин дээр ургадаг шүү дээ. Шархны шар цэцэг түүж усанд чанаж ууна. Өндөр өндөр шар цэцэг байдаг юм. Бас элэг цөс, ходоодонд сайн. Гоёо ургана. Бас л царцмаг, янз бүрийн юманд чанаж ууна, бөөр мөөрөнд. Чихэр уяа өвс гэдгийг чанаж ууна. Ханиасан хүн л чанаж ууна.

Эдгээр өвсийг байнгын бэлэн байлгаж байдаг уу?

Тийм. Ганга гэдэг өвс байдаг, түүнийг түүж аваад толгойгоо угаахад маш сайн. Өвдөхгүй болно, дэр хийж авна аа. Бэлэн л байлгаж байхлаа сайн. Хүүхдүүд олж ирээд өгдөг л юм даа.

Энд зэрлэг чацаргана ургадаг уу? Худалдаж авдаг уу? Талбай руу ороод л авчихна. Худалдаж авбал 5000 гэнэ. Чацарганаа улс хураасныдараа идэж болно оо.

Таны ургийн овог юу вэ?



Юүжингүүд.

Таны өөрийн овог нэр?

Шавганцын Намсрай

Хэдэн онд төрсөн бэ та?

1960 оных.

Ямар жилтэй вэ?

Хулгана жилтэй.

Үндэс угсаа юу гэж явдаг вэ?

Дөрвөд.

Ам бүл хэдүүлээ вэ?

Одоо хоёулаа. Өвгөнтэйгөө л хамт.

Төрсөн газар нь хаана байдаг вэ?

Олон нуур. Халиунбулаг багт байдаг.

Одоо үндсэн харьяалал нь хаана гэж явдаг вэ?

Увс аймгийн Ховд сумын Ховд баг. Нэгдүгээр баг.

Та хэдэн онд тэтгэвэрт гарсан бэ?

57 нас хүрч гарсан шүү дээ би, 2015,6 оны үед л юм.

Залуу наснаасаа та ямар ажил хөдөлмөр хийж байв?

Тогооч, тэгээд л дайрснаа л хийж байсан даа. Малчин байсан.

Танайх сумын төвд цайны газар ажиллуулж байна уу?

Үгүй ээ, манай нэг охин л ажиллуулдаг юм. Энэ хавар саяхнаас л хийж байгааюм. Бас ажил байхгүй, дайрсан юмаа хийгээд л, сургуульд бас орж үзээд л.

Тогооч мэргэжилтэй юм уу?

Ер нь тогооч, нарийн боовч мэргэжилтэй. Ажил олдохгүй байна. Одоо 32-той, хамгийн бага охин.

Одоо өвөл зунгүй л ажиллуулна гэж байх юм уу?

Аа энэ зун ямар ч байсан ажиллуулна гэсэн. Дандаа хуушуур хайрна. Тэгээд захиалгатай хоол хийдэг гэж байна лээ.

Юуны махаар хоолоо хийж байгаа юм бол?

Үхэр, ямаа хоёроор л хийнэ. Ер нь төрөл бүрийн махаар л хийнэ. Малаа худалдаж авна. Ашигтай л юм байлгүй дээ.

Нэг хонийг хэдэн төгрөгөөр худалдаж авах вэ?

Бүдүүн эр хонийг 270 мянга гэж байна гэсэн. Сайн хонь л тэгэх байх л даа.

Зун цагт үхэр худалдаж авах уу?

Дайрвал аваад л жижиглээд л хөргөгчинд хийгээд л хэрэглэдэг байх. Шар үхэраваад хийнэ. 5 настай эр үхэр чинь 1 сая 500 мянга гэдэг гэнэ ээ.

Та хоёр хэдэн онд хурим хийсэн бэ?

1980 онд. 42 жил болж байна аа. 5 хүүхэд гарсан юм, 3 нь байгаа. 2 хүү, 1 охин байна аа.

Та нарыг хурим хийх үед ямар идээ ундаа тавьж байсан бэ?

Мах л тавьж байсан юм байлгүй, мэдэхгүй. Махаар л годож байсан. Тэгэхэд салатчихэр жимс ховор байсан шүү дээ. Зүгээр цагаан идээ тавиад л.

Ууц тавьж байсан юм уу?

Тавина тавина. Ганц тавьдаг юм нь ууц биш үү. Нэгээс хоёр ууц тавина. Ууцтавихгүй бол амьтан ёстой үг хэлэх байлгүй.

Хуримаа өндөрлөөд ууц болон бусад зүйлийн идээгээ тарааж хуваарилдаг уу?

Өөрсдөө л иднэ. Нааш цааш нь хуваахгүй ээ. Ойр зуурын гарын бэлэг мэлэг л өгнө.

Та хоёрын хурим, хүүхдүүдийн чинь хуримын хооронд идээ будаа нь ямар ялгаатай байна?

Өө ялгаатай, бэлэг сэлт энэ тэр чинь шал бөөр шүү дээ. Бид хоёрын хамгийн томбэлэг тэр орос толь байсан. Нагац ах маань өгсөн юм. Халуун сав, орны бүтээлэг жижигсажиг юм өгч байсан.

Цагаан сарын шинийн нэгний өглөө айлын эзэгтэйн хувьд та юу хийдэг вэ?

Хүн хүлээж авна. Дээр мөргөнө гээд ярьдаг шүү дээ, тэрнийхээ цайг бэлдэнэ. Хүнхүлээж авна, цувж өгнө дөө. Дээж өргөнө, мөргөнө, залбирна.

Дээжээ юунд хандаж өргөдөг вэ?

Одоо үр хүүхдүүддээ сайн сайхан яваасай, бурханд байгаа аав ээждээ залбираад л. Эрүүл энх, сав саруул, үр хүүхдээ сайн сайхан явуулахын төлөө залбираад л. Жирийнүедээ ч өргөнө. Дээж барина, манай энэ хүүхэд ууна дээжийг.

Та хоёр нэр дээрээ хэдэн тооны мал тоолуулж байна вэ?

Үхэр цөөхөн тооны, цөөхөн тооны хонь ямаа байна. Млаа хүүхдүүддээ хуваагаад өгчихсөн. Хотынхоо хүүхдэд л ганц үхэр өвөл явуулдаг юм. Хотын хүүхэд бид нарын дутуу эм тариа юмыг явуулна.

Цагаан сараар бурхан шүтээндээ хэн нь идээ засаж тавьдаг вэ?

Манай хөгшин засна аа. Ер нь хоёулаа л засна. Манай хүн гал тогооны ажилд тааруу.

Бурхны идээгээ дараа нь яадаг вэ?

Өөрсдөө л иднэ.

Шинэ төрсөн хүүхдийг угаахад юугаар угаадаг вэ?

Хар цай, ясны шөл тиймэрхүү юмаар л угаана. Тэгэлгүй их удлаа, бага хүүхэд 30хэдтэй юм чинь, хүүхдээс төсөөрсөөн.

Хүүхдийн даахь үргээхэд ямар идээ ундаа тавьдаг вэ?

Тавьдаг бүх юмаа л тавина даа. Мах чанана, ууц тавихгүй ээ. Манайхан тавьдаггүй л юм. Сүржигнэж нээх сүйд болдоггүй шүү дээ. Манай энэ хүүхдийн даахийг харин нэлээн олон хүнтэй хийсэн шүү. Хүүхэд харахгүй амар байна аа, хүүхэд харахаарядарна, толгой тархи өвдөнө.

Жирэмсэн хүнийг ямар хоол идээрэй, ямар хоол хүнс битгий идээрэй гэдэг вэ?

Өө байхгүй байхгүй, даралт ихэснэ, хаван ихэснэ, хордлого өгнө гэж байхгүй байсан. Одоо үед шинжилгээ өгнө гээд аймаг энэ тэр яваад, 5 сартай шинжилгээ гээд л яваад л. Жимс л иддэг юм биш үү. Бидний үед тийм юм байгаагүй. Одоогийн хүмүүс чинь хийх юм байхгүй, чихэр жимс идэж, хэвтэж байгаад л төрдөг юм биш үү. Хөдлөхгүй байна. Би одоо хүүхдүүдээ гаргаад л сайндаа л 14 хононо, гам барина гэж тийм юм байдаг байсан шүү дээ, тэгээд л ажлаа хийгээд л.

Төрөнгүүт нь нялх биетэй эхэд ямар хоол унд өгөх вэ?

Бид нар боов боорцгоо идээд л, гурилтай шөлөө идээд л, хааяа зав гарвал шөл хийж уугаад, тэрнээс нэг их тухалж байгаагүй. Одоо тэгэх юм бол бэрээчүүд уурлана шүү дээ, нялх биетэй байхад хүн хаялаа гээд загнавал яана вэ. Манай хүүхдүүд чинь тэгээд бас аймар уйлдаг. Би одоо соёлын төв гэдэг юмыг үзэлгүй арван хэдэн жил болсон байсан. Жил

дараалан 5 хүүхэд гарсан юм. Одоо зүгээр хаячхаад явлаа шүү, хүүхэд хараарай гээд л яваад өгөх юм байна шүү дээ. Айлын цайнд явлаа, төрсөн өдөрт явлаа гээд.

Уйлдаг хүүхэдтэй байхдаа гаднаас хоол хүнс авч идэх үү?

Идэхгүй, улаан юм иддэггүй айлд. Идчихвэл уйлна. Чи тэгж тэднийд тийм юм идэж, улаан идээний бузар болж гэдэг байсан шүү дээ.

Бузар гэдэг зүйл нь улаан идээнд байна гэлээ, цагаан идээнд байх уу?

Байна. Тийшээ явсан байна, тийм юм идсэн байна гээд.

Өөр хоол хүнсний дотроос бузартаг юм юу байх вэ?

Архины бузар гэж байдаг байх аа.

Идээний дээж гээд байдаг, бузартаг юм байжээ?

Өө тэр худлаа, архи шиг муухай юм байхгүй.

Архины хэрэглээ танай нутагт ямар хэмжээнд байна?

Өө байна байна, бага бага авгай нар их уудаг шүү дээ, ажилтай ажилгүй бүгд л ууна. Төрсөн өдөр тэмдэглэнэ гэнэ. Манай өвгөн тэгдэг юм, үгүй ээ төрөөгүй хэн байгааюм, бүгд л төрөө биз дээ, бүгд л аав ээжтэй, бүгд төрсөн байгаа биз дээ. Манайхны хүүхэд чинь тэдний төрсөн өдөрт явлаа гээд л. Манай энэ охин өчигдөр төрсөн өдөрт яваад ирсэн байна аа. Сая босоод явлаа, би ороод загнаад, чи одоо яасан юм, шоудчихсан юм уу гээд. Тэгээд сая загначхаад ирсэн чинь босоод явчхаж.

Олон баярын өдөртэй болсноор архи их ууж байна гэж ойлгож болох уу?

Харин тийм, баяраа таслахгүй. Манай хотын банди тэгдэг шүү дээ, манайхерөөсөө баяр тэмдэглэдэггүй юм аа гэдэг. Хөдөө байдаг хоёр нь баяр алгасахгүй, ёстой аймшигтай тэмдэглэнэ. Манай охин, хүү хоёрынх. Эмэгтэйчүүдийн баяр, цэргийн баяр юу юу гэнэ үү, бид нар бол төрсөн өдрөө муу мэдэж байгаа юм чинь. Архи уух жинхэнэганц шалтгаан.

Архи уух мөнгө төгрөгөө юугаар олоод байх шиг байна?

Хүүхдийн 100 мянган төгрөг, ноолуур гарахаар л уудаг. Ер нь их ууна. Бид нар тийм айлд очиж архи уух зав гарахгүй, хааяа нэг цай ууна, тэгэхээрээ нөгөө үхэр тугалаасаах юм сан, гараад явчих ви гээд зовсоор байдаг.

Та хоёр сумын төв дээр үхэр хариулдаг юм уу?

Тийм. Хориод юм маллаж байна аа. Сувайтайгаа нийлээд. Сая 3 тугал гарсан, одоо нэг хоёр тугаллана. Идээ арай эхлээгүй байна, энэ

хүүхдүүдэд ааруул хийж өгнө өө, хот руу хүүхдүүдэд явуулна. Тараг бүрнэ, айраг хийнэ, шимийн архи хийнэ, шар тос гаргана.

Үнээний айраг ер нь юугаараа онцлог байдаг вэ?

Тос их гардаг. Айргийнхаа шар тосыг цайнд хаяна, ханиад хүрсэн үед халааж ууна. Ихэнхдээ л хотын банди руу явуулна. Шимийн архин дээр жаахан шар тос хаяад халааж уувал ядаргаанд сайн гэнэ ээ, нойтон ааруул бас явуулна. Улсууд бол айраг, шартосоо зарна аа, шар тос нь 15 мянга гэдэг юм шиг байна лээ.

Сумын төв дээр мал маллахад хэцүү зүйл юу байдаг вэ?

Өө хэцүү хэцүү, өвс тоос байхгүй, энэ хавар бол ёстой хэцүү байна.

Та хоёр өдөрт хэдэн удаа хоол иддэг вэ?

Болж өгвөл хоёр иднэ ээ, болохгүй бол нэг иднэ ээ. Тэгээд заримдаа айраг тараг уучихна аа. Манай өвгөн хоосон хонодоггүй юм аа. Залхуураад хоол хийсэнгүй гээд, бибол цай май уучхаад унтчихна.

Оройны хоолоо хэдэн цагт иддэг вэ?

Заримдаа эртхэн иднэ ээ, заримдаа оройтчихно оо. Янз бүрийн л.

Өглөөний цайнд юу иддэг вэ?

Боов боорцгоо л иднэ. Өөрсдөө хийгээд л идчихнэ. Үйлдвэрийн боорцог авахгүйээ. Нэг их идсэн юм шиг болдоггүй, цул чихэр учраас.

Сард хэдэн удаа боорцог хийдэг вэ?

Хүүхдүүд байхаар 7 хоног тутам л хийнэ шүү дээ. Одоо дуусчихсан л байна. Түүрүн 13-ын төмпөнгөөр хийсэн чинь 4 хоноод л дууссан. Манай хүргэнийх орж ирж цай ууна. Өөрсдөө цай май чанахгүй юм. Заримдаа загнаад хаячихдаг юм би.

Гахай, тахианы мах иддэг үү?

Идэхгүй, ёстой идэхгүй. Манай хотын банди гахайны мах явуулдаг юм, жаахан. Гахай, тахианы маханд дургүй ээ, ходоод өвдөнө, хиам миам идэхээр бас ходоод өвдөнө. Хааяа нэг өндөг авна, өндөгнд дуртай. Өндөгний салат хийнэ.

Та хоёр ямар ямар салат хийж иддэг вэ?

Өндөгний салат, төмсний салат, жимсний салат хийнэ ээ.

Загасны мах иддэг үү?

Идэхгүй ээ, нэгдүгээрт, миний ходоод өвддөг юм, хоёрдугаарт, аймар

үнэтэй шүүдээ. Авч идэхгүй. Манай хүргэний банди барьдаг л юм хааяа. Аав ээж нь цагаан сараар шалз чанагчинд хийгээд гоё л болдог юм байна лээ. Амтлагч ихтэй болохоор бас би идэж чадахгүй ээ, би ходоод муутай.

Ангийн мах иддэг үү?

Хааяа нэг тарваганы мах иднэ ээ. Манай хүргэн банди хоёр зунд хааяа нэг тарвага алдаг. Тэрийг л иддэг. Айгаад байдаг юм бас, элдэв хангай өвчнөөс нь.

Тарваганы махыг чанаж иддэг үү? Шарж иддэг үү?

Өө чанаж иддэг, тэр боодог моодог чинь муухай юм байна лээ.

Өвлийн идшиндээ та хоёр хэчнээн мал төхөөрдөг вэ?

Нэг үхэр иднэ, таван шийр мал иднэ. Үхрийнхээ 4 хөлийг борц хийчихнэ.

Хамгийн эхлээд идэшинээсээ юу идэж эхэлдэг вэ?

Одоо болж өгвөл дотор, толгой шийр л идэх санаатай. Тэгтэл нөгөө ходоод бас хүч хүрдэггүй ээ. Гэхдээ хаялтай биш, дотроор нь бууз боогоод иднэ. Одоо энэ хөргөгчин дотор идэхэд бэлэн болгосон хоёр толгой байна аа, одоо идэж чадахгүй л байна бас.

Толгой шийр хуйхалж идэх юунд сайн юм бэ?

Одоо ходоод дийлэхгүй юм даа, түүнээс биш гоё хоол шүү дээ. Одоогийн хүүхдүүд хоол голдог гэж нөхцөлгүй юм аа, бараг идэхгүй, их дур муутай иднэ ээ. Тэгвэлта нар худалдааны гулууз авч ид, дотор, толгой шийрт дургүй юм бол гэдэг юм би.

Дээр үед та нар хоол голж байсан уу?

Загнана шүү дээ бид нарыг чинь, бид нар чинь долоо, наймуулаа байсан. Тэгээд голохгүй шүү дээ, одоогийн хүүхдүүд аюултай хоол голно.

Одоо цагт мал төхөөрөөд олон зүйлийг нь идэхгүй хаях болсныг та юу гэж боддог вэ?

Нядалгаа гээд нэг их юм болно оо. Дотор, толгой шийрийг нь чиргүүл тавиад л ачаад, хогийн цэг дээр аваачиж асгаж байна шүү дээ. Цэвэрлэхгүй. Үнэгүй ав аа гэхээр авдаггүй гэж байна лээ.

Хүнсний аюулгүй байдал гэж ярьдаг шүү дээ, та үүнийг юу гэж ойлгодог вэ?

Одоо тэр хотын мах үнэн болов уу. Хэцүү байна. Та нар одоо мах чинь дуусвал наашаа яриарай л гэсэн, гэхдээ одоо зун болохоор хэцүү. Хүүхдийн үдийн цай энэ тэрт очсон юм биш үү. Өчигдөр орой манай хотын

банди ярилаа. Махаа 7 сард дуусна аа л гэж байна. Өвөл нэг үхрийн мах явуулсан юм, банш, бууз ч боож явуулна, ажилтай хүмүүст гээд. Манай зарим хүүхдүүд бас юм болгоныг нь бэлдэж өглөө гэдэг юм. 50-ийн тороор нэг банш хийж явуулна, хайлмаг хийж явуулна. Зүсэн зүйлийн юм бэлдэж байна аа, сүртэй юм гэж манай хүргэн тэгдэг юм.

Танай нутагт эмчилгээний зорилгоор амьтны эд эрхтэн хэрэглэж байна уу?

Өө мэдэхгүй, хэрэглэдэг юм болов уу, үгүй байх аа.

Шувуу агнадаг уу?

Хориотой шүү дээ, бүгдээрээ. Хойлгийн мах ч шарх сорви, элдэв хангай юманд сайн гэж байна лээ.

Та хоёр хавар хэр их ноолуур самнаж байна даа?

Шалихгүй нэг 20 кило ноолуур л авдаг юм. Тэрийгээ нөгөө гурил будаагаа аваадл дор нь л дуусаж байна.

Малаас олсон орлогоороо малдаа эргүүлж юм авах уу?

Өө авна, тэжээл авна. Тэрийг их авна. Тэжээл их үнэтэй. Нэг хорголжин 40 мянгахүрнэ. тэгээд өвс авна. Тэтгэврийнхээ хэдийг хайрлахгүй авна шүү дээ. Манай хүүхдүүдээс мал маллаж байгаа хүүхэд байхгүй, бид хоёрын хэдэн хонь ямаа айлд байдаг. Төлийн үеэр тусалж чадахгүй ээ, нэг хүүхэд нь манайд байдаг юм, хүүхдийг нь хараад л, хооллоод, хичээлд нь явуулаад л байдаг.

Айлд тавьсан мал өсдөггүй гэж үнэн үг үү? Худал үг үү?

Үнэн байлгүй яах вэ. тэр үхлээ, тэрийг чоно идлээ, 10 ямаа төрөх байсан бол 5 ньтөрсөнгүй ээ гээд л байдаг.

Сүүлийн үед залуу хүмүүс малчин болох дуртай байна уу? Дургүй байна уу?

Дургүй ээ. Сумын төвд л байх сонирхолтой. Сумын төвд ажилгүй л, танхай нэг танхайраад, архи уух нэг нь архиа уугаад л.

Тэмээний мах иддэг үү?

Идэхгүй ээ, эргэн тойронд тэмээ иддэг айл манайханд байхгүй. Тэрнээс иднэ шүүдээ, гуанзанд иднэ шүү дээ.

Тэмээний мах ямар онцлогтой мах вэ?

Хөнгөн гэлээ, ямаатай адилхан, шингэх нь амархан. Тэмээнээс дотрыг нь бараг бүхлээр нь хаядаг юм биш үү. Бөөр зүрхийг нь авдаг юм уу үгүй юм уу. Тэмээний мах иддэггүй хүмүүс байдаг л юм байна лээ.

Айргаа та ширэн саванд хийдэг үү?

Нөгөө цэнхэр саванд хийдг шүү дээ, жарт энэ тэрт. Төмөр саванд ихэнхдээ хийж байна. Дөчийн битонд. Цэнхэр сав нь хоолны зориулалтын саванд хийдэг. Нэг удаа тогоо тавихад нэг литр 500 грамм архи гаргаж авдаг. Гурван тогоо бараг өдөрт тавина. 4литр архи өдөрт авна. Боз гарахыг нь чулуугаар шахаад ааруул хийнэ.

Хуванцар саваа өөр саваар сольж чадаж байна уу?

Бараг чадахгүй байна аа, одоо энийг солих юм сан. Солих хэрэгтэй л гээд байгаа. Бодоод байдаг. Пивор юманд юм хийх муу л гэж байна лээ, төдөн номертой саванд хүнсхийж болно гээд тэгээд л байж байна.

Таны залууд ажиллуулж байсан цайны газар, одоогийн цайны газар хоёрт ямар ялгаа байна вэ?

Одоо мэдэхгүй, ялгаа байдаг л байх даа. Дээр үед тийм гоё янз бүрийн жимс ногооирж байсангүй, одоо бол янз бүрийн ногоо ирдэг юм байна лээ. Бид нар гурилтай шөл, хуушуур, бууз, цуйван, цагаан будаатай хуурга хийнэ.

Хүүхдүүдээ малчин болгоё гэж бодож байсан уу та?

Бодож байсан, санаагаа хэлээгүй ээ, тэгээд нэг их малтай биш болохоор.

Давс хэр их хэрэглэж байна вэ?

Ялгаагүй их л идэж байсан. Би бол багасгаад эмч зөвлөөд байна гээд. Тэгэхээр энэ хүүхдүүд таны цай яасан амтгүй вэ гээд байдаг юм. Нуурын давс л хэрэглэдэг.



Таны ургийн овог юу гэж явдаг вэ?

Дархад.

Таны овог нэрийг хэн гэдэг вэ?

Батхуягийн Мөнхнайрамдал.

Таны ургийн овог ямар учиртай вэ?

Ямар жилтэй вэ?

Бар жилтэй.

Энд төрсөн үү та?

Манай аав Хөвсгөлийнх, тэгээд ээж эндийн Бигэрийнх.

Та хэдэн онд төрсөн бэ?

1998 онд төрсөн Говь-Алтай аймгийн Есөнбулаг суманд төрсөн.

Одоо үндсэн харьяалал хаана амьдардаг вэ?

Говь-Алтай аймгийн Бигэр сумын дөрөвдүгээр баг Ихбулагийнх.

Ам бүл хэдүүлээ вэ?

Ганцаараа л байна.

Та аль хийдийн лам бэ?

Бигэр номун хааны хийдийнх.

Та хийдийнхээ үүх түүхийг ярьж өгөөч?

2018 оны 10 сарын 18-нд байгуулагдсан. Тэрнээс хойш тасралтгүй үйл ажиллагаа явуулж байна.

Та хийддээ ямар албан тушаалтай лам билээ?

Хамба гэж явж байна даа.

Та өөрөө хэдэн онд лам болсон бэ?

Би 2012 онд суралцаж эхэлсэн. Говь-Алтайд нэг жил суугаад, Өвөрхангайд Эрдэнэзууд 2018 он хүртэл суралцаад хийд байгуулагдахаар энд ирсэн.

Танай хийд хэдэн ламтай вэ?

Надаас гадна нэг лам байгаа. Их умзад гэдгээрээ явдаг юм.

Та сурч байхдаа хоол идэх ямар дэг ёстой байсан бэ?

Манай сургууль болохоор цаанаасаа тогоочтой. Тэгээд өглөө 9 цагаас цай ууна. Цайндаа болохоор 2 боорцог өгнө. Өдөр болохоор заавал шөлтэй хоол өгнө. Орой болохоор хуурай хоол өгнө. Гэхдээ нөхцөл байдлаасаа өөр өөр. Хуралтай, том том хуралтай үед болохоор цагаан хоол иднэ. Бэрээс энэ тэр иднэ гэсэн үг. Хамгийн чухал хоол гэвэл гүнцэг барина гэж чухал хоол байгаа. Гүнцэг гэдэг нь битүү хоол байдаг байхгүй юу. Гүнцэг гэдэг хоолыг чинь болохоор заавал авгай аваагүй сахилтай лам нар идэх ёстой. Битүү хоол нь бууз, хуушуур гэсэн үг. Ам нь задархай биш, битүү хоол гэсэнүг. Хамгийн хүндтэй хоол. Ном уншуулаад гүнцэг барина гэдэг. Гэлэн, гэцэл нь авгай авдаггүй.

Гэлэн лам нар өдөр 14 цагаас хойш юм идэхгүй. Тэрнээс хойш хоолыг “цаг бусынхоол” гээд идэхгүй.

Яагаад “цаг бус” гэж нэрлэж байгаа юм бол?

Яах вэ, ном зом үзэхэд садаа болдог. Зарим гэлэн лам нар өглөө 9 цагаас өдөр 14 цаг хүртэл цагаан хоол иддэг. Тэр хооронд бүх юмаа идэж уусан байх ёстой. 14 цагаас маргааш өглөөний 8 цаг хүртэл зөвхөн шингэн юм л уух ёстой. Цай, тараг тийм л юм хэрэглэнэ.

Тухайлсан чухал хурлын үед юу идэх вэ?

Маанийн бүтээл гээд хурал байдаг. Тэр үед бол 4 өдөр, 3 шөнө цагаан хоол иддэг. Зөвхөн мани уншдаг, хоорондоо юм ярихгүй, зөвхөн Ум мани бадмэ хум маанийг тоолдог. Тэгээд дандаа цагаан хоол иднэ. Өдөрт 3 иднэ. Хүн чинь өдөр шөнөгүй ном уншаад байж чадахгүй учраас амарна шүү дээ. 7,7-оор нь суулгаад шөнө ээлжилж сууна. Гэхдээ чанга биш амандаа уншина. Тэр Ум мани бадмэ хум тарнийг тасалдаггүй байхгүйюу. Өдөр бол бүгдээрээ уншина. Маанийн бүтээл гэдгийн гол учир нь тэр.

Дүйчин өдрүүдэд хоолны ямар дэглэм барьдаг вэ?

Нэг удаагийн сахил Сожин гэдгийг авна. Өглөө нар мандахаас өмнө авна. Энэ өдөр болохоор бүх муу муухай юмыг тэвчинэ. Тэгээд өдөр 2 цагаас өмнө хоол идэх ёстой. Тэгээд өглөө нэг удаагийн сахил авч байхдаа боддог юм л даа, өнөөдөр махан хоол иднэ ээ гэвэл 2 цагаас өмнө махан хоолоо идээд, цагаан хоол иднэ ээ гэвэл 2 цагаас өмнө цагаан хоолоо идэх ёстой. Тэгээд 2 цагаас хойш юу ч идэхгүй, маргааш өглөө нар мандтал шингэн юм л идэх ёстой. Тараг ч юм уу, архи энэ тэр ууж болохгүй. Ус юм уу, цай юм уу ууна. Маргааш нар мандангуут “мацаг тайлна” гэдэг. Хамгийн эхлээд цай уугаад, бага багаар дасгана, арван хэдэн цаг хоол идээгүй учраас. Хамгийн чухал барьдаг юм чинь наадах чинь, дүйчин хурлуудад ийм сахил авна аа.

Танай хийд гал тогоотой юу?

Байгаа.

Тогооч ажилладаг уу?

Энд бол би өөрөө л хоол ундаа хийгээд идчихнэ.

Танай хийдийн нэр дээр жасын хөрөнгө мал бий юу?

Байхгүй ээ.

Таныг сум орноос урив уу? Та өөрөө хийдтэй болонгуут сууя гэж бодов уу?

Сум орноос ирж суугаач ээ гээд урьж залсан. Суухгүй бол энэ чинь зүгээр л нэг балгас гэсэн үг шүү дээ. Хүний сайхан эвлүүлж өгсөн юмыг авч явахгүй бол болохгүй.

Бигэр номун хаан гэдэг маань ямар хүн байв аа?

Хувилгаан хүн байсан юм. Хамгийн сүүлийн дүр нь 1985 онд жанч халсан. Тав билүү зургаадугаар дүр нь байсан.

Лам хүний хоолны дэглэм жирийн ард иргэдийнхээс илүү ач холбогдолтой байдаг гэж ойлгож болох уу? Урт наслах боломж олгодог уу?

Олгоно. Лам нар чинь 14 цагаас хойш цаг бусын хоол иддэггүй нь ой ухаан сайтай байхын тулд иддэггүй. Яагаад гэхээр хүний бие чинь хоол идэхээр их ядардаг учраас юм ойлгох, юм тогтоохдоо маш муу байдаг. Тэгэхээр заавал 2 цагаас өмнө хоолоо идээд биен хөнгөрчихвөл номоо үзэхэд чөлөөтэй болдог. Махан хоол чинь өөрөө маш хүнд шүү дээ. Манайхан чинь орой 9, 10 цагаас иддэг, тэгээд шингүүр муутай.

Та 14 настайгаа лам болоод, өмнө нь жирийн хүүхэд байгаад чихэр жимс идээд л явж байсан байх. Тэгээд лам болоод дэглэм бариад эхэлхэд ямар байсан бэ?

Яахав, шууд дэглэм бариулахгүй шүү дээ. Бага багаар дасгаад л байна. Хүнийг шууд ингэ гэвэл ямар ч хүн чадахгүй.

Аливаа хурим, баяр ёслол юм уу оршуулгын үеэр лам хүний идэхгүй цээрлэдэг гол зүйл юубайдаг вэ?

Би бол цагаан хоолыг нь л ихэвчлэн идчихдэг юм. Махан хоолыг нь идэхгүйгээр.

Яахав зүгээр өдөржингөө явбал хүн чинь махан хоол иднэ шүү дээ.

Энэ нутагт ямар ямар шүтлэгтэй уул хайрхад байдаг вэ?

Буудай уулыг шүтнэ. Мянгай гээд уул байгаа. Сан тавиач гээд уул

байгаа. Хөх сэрхий нуруу байна. Сумаас нэгдсэн журмаар заавал жилд 2 өдөр тойрч тахьдаг юм. Хүмүүс сумаас гаргаж өгөөд.

Уул овоо тахисны дараа хишигээс нь ламд тусгайлан өгөх юм бий юу?

Манай нутгийнхан бол дээжийг нь өгдөг юм. Адилхан л хуваагаад авна шүү дээ.

Хувь хүнийхээ хувьд танд барьдаг зоогнуудаас хамгийн дуртай иддэг хоол юу вэ?

Би ер нь будаатай хоолонд их дуртай. Хуурай будаатай хоол, хөц будаа эд нарт лих дуртай даа.

Ямар төрлийн будаа иддэг вэ?

Ямар ч хамаагүй, тэр хүний мөнгө төгрөг хүрэхгүй бол хэцүү шүү дээ, тэр хүнийсэтгэлээсээ өгснийг л иднэ.

Лам хүн ер нь хоол идэхдээ юу бодож, юу санаж байдаг юм бэ?

Их хүнд л гэдэг юм. Одоо ам руугаа гал хийсэнтэй л адил гэдэг юм. Хүмүүст буянүйлдэхээр дараа нь үр дагавар гарна шүү дээ, тэрийг үүрч байгаа болохоор иддэг. Би болбодохдоо хамаг амьтны тусын тулд би энэ хүмүүсийг сайн сайхан болгохын төлөө ингэж байгаа юм шүү л гэж лам гурван эрдэнэдээ залбирдаг. Тэгж идвэл бүр сайн. Хүний тусынтулд яваад энэ хоолыг идэж байгаа юм шүү гэж бодвол арай гайгүй гэсэн үг.

Эх болсон хамаг амьтны төлөө залбираад, эсрэгээрээ тэдний хэсэг болох хонь, ямаанымахыг идэх тохиол гарч байгаа шүү дээ. Энэ дээр ямар бодол сэтгэлтэй байх ёстой вэ?

Мал иднэ ээ гэдэг чинь бид амьдрахын тухайд идэж байгаа байхгүй юу. Жаргахын тухай, ямбалахын тухай идэж байгаа биш. Амьдрахын тухайд идэж байгаа бол тэр нүгэл биш. Өөр утгаар авч үзвэл, энэ ямар гоё амттай юм бэ, ямар гоё харагдаж байна аа гэж идвэл цэнгэл болоод өөр болно. Нүгэл болно. Өлсөхгүй, цангахгүй, ангахгүйн тухайд л идэж байна аа.

Айраг уудаг уу? Архи уудаг уу?

Би тийм спиртлэг юманд дургүй, уудаггүй.

Багаасаа тийм байсан уу? Би лам учраас болохгүй гэж боддог уу?

Багаас манай гэрт архи уудаг хүн байгаагүй. Тэгэхээр хүн дагаад л сурчихдаг.

Ангийн мах иддэг үү?

Ерөөсөө амсахгүй.

Ангийн мах идэх тухай юм уу, ан агнах тухай бурхны номд юу гэсэн байдаг юм бэ?

Манайхан ч одоо ангийн махыг дандаа цэнгэж наргихын тухай иддэг. Энэ чинь гоё амттай гээд л нүгэл болж байгаа юм. Ангийн мах идэхгүй, адууны мах идэхгүй гээдсахил авчихдаг. Лхам бурхан тахьдаг хүн адууны мах иддэггүй ээ гэдэг юм.

Танай хийдийн гол шүтээн ямар бурхан байдаг вэ?

Лхам сахиус.

Сахиусаа жилд хэдэн удаа тахьдаг вэ?

Багадаа нэг удаа, тэгээд хоёр гурав ч тахина. Битүүний орой заавал тахина. Өөр газраас лам нар ирвэл бас тахина.

Өдөр тутам хоол идэхдээ ар гэрээсээ мал төхөөрч идэж байна уу? Хүмүүс танд өргөжбайна уу?

Өөрөөсөө тэгээд л идэж байна. Аав ээж хувиараа юм хийдэг. Би өөрөө хэдэнмалтай. Бигэрт байдаг юм. 100 хүрэхгүй шийр мал байна.

Өвлийн идэш гэж та иддэг үү?

Бага шүү дээ, хоёр гурван мал хийгээд л болчихно доо. Шийр мал. Нэг их юм идэхгүй. 10 сард хийнэ.

Таны лам болсон шалтгаан өөрөө хүсэв үү? Удамд нь лам хүмүүс байв уу?

Яг өөрөө хүсээд л болсон доо. Сургууль хийдээр явсаар байгаад л, багштайгаауулзаад л болсон доо.

Дунд боловсролтой. 7-р ангиас гарсан.

Ямар ажил хийж байна даа?

Гадуур халтуур хийгээд л, байшин бариад л, хүн туслаад явж байна даа.

Гэр бүлтэй болсон уу?

Болоогүй ээ, дөнгөж 21-тэй.

Ам бүл хэдүүлээ вэ?

11-үүлээ. Ээж, аав, ах, эгч, дүү нартайгаа.

Танайх ямар ямар малтай вэ?

100 гаруй шийр мал бүртгүүлсэн. Бод байхгүй.

Зуны цагт ямар малын мах иддэг вэ?

Хонины мах иддэг, намар ямаа иднэ. Үхэр, адууны мах худалдаж авч иднэ.

Өвлийн идшиндээ юу юу иддэг вэ?

Нэг үхэр иднэ, хэдэн хонь иднэ, нэг ямаа иднэ. 10-аад тоотой юм иднэ ээ.

Хэдэн насны үхрийг хэдэн төгрөгөөр худалдаж авах вэ?

Одоо нэг дөнөн үхэр авахад 700 мянган төгрөг л болж байна. Мал үнэд орсон.

Хонь ямааг өөрсдөөсөө маллаж байгаа болохоор.

Жилд хонь ямаанаасаа хэдийг зарж, амьдралдаа хэрэглэж байна?

Төл мөлөөсөө шалтгаалаад зарна. Зарим нь өвөлдөө муудна, үхэж барина. Эх хонь 150 мянга, эх ямаа 100 мянга гэдэг юм. Банкнаас бас хэдэн төгрөг авчихсан, хүү мүүнд нь өгнө. Дүү нар хөдөө гарчихсан, мал дээрээ байгаа. Ямаагаа саагаад, цагаан идээ хийж байгаа.

Хонь ямааныхаа сүүгээр ямар ямар цагаан идээ хийж байна вэ?

Хүнээсээ л шалтгаална даа. Хэчнээн хонь, ямаа сааж байгаагаас л болно.

Хөөрүүлнэ, тараг дарна, ааруул хийнэ.

Айраг хийдэг үү?

Сүү ахиухан бол хийнэ ээ.

Цагаан сараар ямар ямар идээ ундаа тавьдаг вэ?

Ууц тавина, өөрсдөө бэлтгэнэ. Тавгийн идээ худалдаж авна. Чихэр боов, цайны сүү авна. Ул боов энэ жил 3800 гэж байна нэг ширхэг нь, өнгөрсөн жил 2100-тай байсан шүү дээ. Юунаас шалтгаалдагийг сайн мэдэхгүй.

Өглөөний цайндаа юу иддэг вэ?

Өглөө цайгаа чанаад л боорцог идээд л, ажилдаа явдаг нь яваад л, хөдөө явдаг ньхөдөө яваад л. Тоснуудаа ялгаад, малынхаа тосоор, гурил худалдаж аваад хийнэ. Боорцгийг 5 хоногтоо л дуусна, нэг хийхдээ 10 кг гурилаар хийнэ. Баяр ёслолоор бол үйлдвэрийн боорцог худалдаж авч тавина.

Гахай, тахианы мах иддэг үү?

Томчууд их хэрэглэдэггүй, бид нар л иднэ. Боломжоороо цалингаа авсан үедээ энэ тэр авч иднэ.

Загасны мах иддэг үү?

Загасны маханд би дургүй, манайхан зарим нь дуртай л даа.

Чиний өдөрт ажил хийж алдсан эр хүчийг хоол хүнсээрээ л нөхдөг үү?

Чадна л даа, хоол муутай өдөр ядарна.

Ядарсан үед юу идвэл хүч тамир ордог вэ?

Сайхан сүүтэй цай уугаад л, боорцог энэ тэр идчихвэл гайгүй шүү дээ.

Залуу хүмүүс жингийн илүүдэл ихтэй байгааг хараад юу гэж боддог вэ?

Би өөрөө багаасаа хар ажил аймар их хийсэн. 12 наснаасаа хар ажил хийсэн. Сагстоглодоггүй, турник татдаггүй, тэгэхээр өсдөггүй би, нуруу доороосоо өсдөггүй.

Хөдөө байгаа шийр малаа хэн малладаг вэ?

Аав байгаа. Одоо манай 2 дүү оччихсон.

Одоо цаашидаа амьдралын ямар төлөвлөгөөтэй байна вэ?

Намар би цэрэгт явна. Тэгээд цэрэгтээ яваад боломж байвал, цэргийн хүн болж үлдчих юм сан гэж бодож байгаа.

Цайны газар хэр их хоол иддэг вэ?

Бараг байхгүй дээ, өөрсдөөсөө мөнгө төгрөг гаргаж худалдаж авна шүү дээ.

Идвэл юуг нь анхаардаг вэ?

Амттайг нь л идэх байх, бараг л нэг гоё харагддаг л юм байлгүй дээ.

Улаанбаатар хотод махны тухай яриа гарч байна. Үүнийг сонсоод чи юу гэж бодсонбэ?

Хиам идэж болохгүй, ходоодонд муу. Өмнө нь л тэгж боддог байсан. Одоо 21 хүртлээ хиам, чихэр, зайрмаг идэж үзээгүй. Ааруул, бор ааруул, сүүтэй цайгаа л ууна. Уламжлалт хоолоо идэхээр биед гайгүй, орой таргаа уугаад унтана. Ихэвчлэн цагаан идээгээ л иднэ. Боорцгоо иднэ.

Ингээж уламжлалт хоолоо байнга идсэнээр чиний биед ямар сайн талууд бий болсон бэ?

Шүд гайгүй, дотор эрхтэн ч гэсэн сайн байх. Ходоод бол зүгээр. Тамхи татахгүй, архи уухгүй, миний үеийн найзууд дунд бол аандаа байна шүү дээ. Архи дарс яаа л даа, шоудъя л даа гээд. Би тэгээд харьж унтмаар байна гээд л. Нөгөөдүүлээсээ илүү бодлоготой байх хэрэгтэй. Яаж аргалах вэ гэдгээ сайн бодох хэрэгтэй.

Архи уухгүй, тамхи татахгүй болохоор найз нөхөдгүй болдог гээд хүмүүс тэгдэг дээ?

Тэгнэ, чи архи уухгүй, тамхи татахгүй, хүүхэн эргүүлэхгүй. Тэгэхээр чамаас хүүхэн холдоно, олдохгүй гээд тийм юм зөндөө байдаг. Найзууд зөндөө л хэлдэг. Одоохондоо би тийм юмыг тоодоггүй.

Сард гадуур ажил хийгээд биеэ даагаад сард хэдэн төгрөгний орлоготой байдаг вэ?

Заа бараг 500 л даа. Доод тал нь. Хүн чинь бас хувцсаа авна.

Банкинд хадгалж чадаж байна уу?

Хадгаламж байгаа, боломжоороо хадгална. Би бас амраад байгаа. Намар хүртэл жаахан амарчихъя гэж бодож байгаа. Намар 10 сараас цэрэгтээ явчихъя гээд. Бие хаагаажаахан бэлдээд, манай ах бас цэрэгт яваад ирсэн. Манай ах заагаад л байгаа. Биеэ сайханавч яв, эрүүл бай, цэрэгт очвол ингэж тэгэж битгий дага, зарим нь оргоно, тамхинд оруулна. Чадахгүй гэж хэл. Түрүүлж битгий хүн цохь, одоо түрүүлж хүн цохисон бол хэцүү гээд манай ах зөндөө л хэлдэг юм.

10 жилийн сургуульд суралцаж байхдаа ямар урлаг, спортоор хичээллэдэг байсан бэ?

Би дунд сургуульд байхдаа үндэсний бөхөөр хичээллэдэг байсан. Өөрөө зодог шуудагтай. Хааяа нэг ноцолддог гэх юм уу. Нуруу сайн өсөхгүй удлаа. Жижигхэн биетэй болохгүй гээд гэрийнхэн.

Ан хийж үзсэн үү

Буу барьж, тарвага агнаж байсан. Тарваганаас өөр ан хийж байгаагүй, тарвага элбэг. Тарвагаа өвчөөд чанаж иднэ, тэр дор нь идэхгүй бол муудна, амархан мууддаг.

Тарваганаас эмчилгээнд хэрэглэдэг юм бий юу?

Бараг үгүй дээ.

Шувууг эмчилгээнд хэрэглэдэг үү танайхан?

Тэрийг сайн мэдэхгүй байна аа, сонсож байгаагүй.

Ангаас цээрлэдэг үү?

Оруулж идээд л иднэ. Цээрлэдэг айл сайн мэдэхгүй.

Цайгаа давстай ууж байна уу?

Хийнэ шүү ээ, давс, цай хоёрыг сардаа 2, 3 авна шүү дээ. Одоо зун болохоор их цай ууна. Орос давс хэрэглэдэг, нунтаг цагаан давс.

Өөх иддэг үү?

Иднэ. Эрүүл мэндэд сайн шүү дээ.

Бэлэн гоймон иддэг үү?

Үгүй, ерөөсөө иддэггүй. Хааяа нэг тохиолдлоор идэж байсан.

Архи уудаг найзуудаа хараад юу гэж боддог вэ?

Жаахан өрөвдөлтэй, хайрладаг найзуудыгаа. Найзууд юм чинь ингэж явах гэж гээд. Заримдаа согтуу тааралдвал гэрт нь хүргэж өгнө. Архиа битгий уу гэж хэлдэг байсан, гэхдээ миний үгийг тоох биш. Эрүүл мэндэд нь өөрчлөлт гарах байлгүй дээ. Тамхи татаж байгаа найзууд бол ил шүү дээ, та бид хоёр тамхи татлаа гэж болоход бид хоёрын амнаас заавал үнэр гарч байгаа шүү дээ, үнэр чинь аймар, архи ч гэсэн ялгаагүй.

Архи уухгүй, тамхи татахгүй байхад юу нөлөөлсөн бэ?

Өөрөө өөрийгөө бодоод биеэ зөв авч явахад болно шүү дээ. Өвөө тэр талаар сайнсургана аа. Маш сайн хэлдэг. Тэрийг нь сайн ойлгодог.

Малчин найз байгаа юу?

Малчин найз бараг байхгүй дээ, сургуулий андууд л байгаа. Тэр хүмүүс чинь дажгүй ажилладаг. Заримдаа нэг буруу явчихгүй бол. Буруу явна гэдэг нь өөр залуучуудыг дагаад л архи дарс уугаад сагсуураад зодоон хийгээд байдаг явдал байна. Баар саваар ордог ч юм уу.

Сур хийдэг үү?

Сур харвадаг. Сур хийж чадахгүй. Арьс элддэг. Хонины арьсыг муудсан тааруу айрганд хийгээд 7 хонуулна, тэгээд гаргаж ирээд зөөлөн болно, тэгээд элдээд л бэлэн болно. Элдсэн арьсаараа мак хийдэг.

Цагаан сарын шинийн нэгний өглөө юу хийдэг вэ?

Босоод л балиндаа гарна. Тэнд гараад идээ өргөөд л, цай май сацаад л, хадгаауяна. Өвчүүгээ шатаана. Тэгээд л настай хүмүүстээ золгоно.

Өвчүүг хэнд юунд зориулж шатааж байгаа утгатай юм бол оо?

Тэрийг нь сайн мэдэхгүй, одоохондоо дагалдах байдалтай. Заавал

эрэгтэй хүмүүсгардаг гэсэн.

Цагаан сарын шинэ өнгөрөөд идээгээ хуваадаг уу?

Хуваана л даа, хөдөө жаахан юм авч яваад, хот руу юм явуулна.

Архийг идээний дээж гэдэг шүү дээ, үүнтэй санал нийлдэг үү?

Уг нь бүтэхгүй л дээ, гэхдээ хүмүүс чинь архигүй бол бүтэхгүй гээд байдаг шүү

дээ.

Эмэгтэй хүн архи уудаг уу, танай нутагт?

Ер нь амсахгүй.

Ирээдүйд монгол залуучууд мал маллах нь зөв үү? Орчин үеэ дагаад хот орон бараадсаннь дээр үү?

Уг нь залуучууд орчин үеэрээ явсан нь дээр л дээ. Хүний сонирхол шүү дээ. Хувьхүний эрх чөлөө.

Тэгвэл монголд байгаа олон сая малыг хэн маллах вэ?

Одоо малчин хүн л маллана шүү дээ (инээв).

Танай ангиас гэхэд хэдэн хүүхэд малчин болсон бэ?

5 гаран л байх. Бусад нь ажлаа хийгээд л.

Тэд нар олон малтай болоод гарсан уу? Яасан бэ?

Тэд нар бол сурах дургүйдээ л гарсан байх. Бас сонирхол байгаа шүү дээ, аваргаэнэ тэр авах ч юм уу.

Хээрээс зэрлэг ургамал түүж иддэг үү?

Ёстой мэдэхгүй. Ямар юу сайн байдаг юм.

Хүнсний ямар ногоо байнга хэрэглэдэг вэ?

Төмс лууван хоёрыг л авч хэрэглэнэ. Байцайнд бол дургүй.

Танайх хоол хийж идэхдээ ямар нэр төрлийн хоол хамгийн их иддэг вэ?

Ихэвчлэн цуйван иднэ. Тэгээд шөлтэй хоол иднэ. Ээлжлээд л иднэ. Хөдөө харинсүүтэй цагаан будаа их иддэг.



Ямар үндэс угсаатай вэ?

Урианхай

Таны ургийн овог юу вэ?

Цагаан соён.

Таны овог, нэрийг хэн гэдэг вэ?

Насанбатын Эрдэнэбаяр.

Та хэдэн онд төрсөн бэ?

1988 онд төрсөн, луу жилтэй.

Хаана төрсөн билээ?

Баян-Өлгий аймгийн Өлгийд төрсөн.

Танай ам бүл?

Дөрвүүлээ. Эхнэр, 2 хүүхэдтэйгээ амьдардаг.

Өлгийд ямар ямар угсаатны бүлгийнхэн байна вэ?

Ерөнхийдөө Баян-Өлгий аймгийн газар нутаг чинь Алтайн Урианхайн 7 хошуу гээд байсан, дөрвөдүүд бол 1940 онд Увс аймгийн Бөхмөрөн, Завхан, 11, 12, 13 дугаар багийг Баян-Өлгийд нэгтгэчихсэн. Тэгэхээр энэ нутгийн уугуул иргэд гэхээр урианхай, тува, дөрвөдүүд юм. Суугуул гэхээр 1860-аад оноос казакууд нүүдэллэж, Шинжааны нутгаас ирсэн.

Өлгийд урианхайчууд гэхэд хэдэн хүн ам байна вэ?

Нарийн тоо гаргахад хэцүү байдаг юм аа. Статистикийн тоо нь жаахан буруу тообайгаад байдаг юм. Тухайлбал, 2020 оны тоогоор тува нь 739, дөрвөдүүд нь 639, урианхайчууд нь 3800 орчим гэсэн тоо, тэгээд бусад гээд тавьчихсан байна лээ, тэрэнд нь буриад, торгууд энэ тэр байгаа. Бид нар судлаад үзэхээр, яг тувачуудын тоо нь 1900 орчим байдаг юм, 320 өрх, урианхайнууд нь бол яалт ч үгүй 5000 орчим, дөрвөдүүд нь 840 орчим байгаа юм. Албан ажлын шугамаар шилжиж ирсэн, хүн амьтантай суусан халх, торгууд угсаатны бүлгийнхэн нь нийлээд 500 гаруй байдаг юм. Баян-Өлгий аймгийн орчимд өөрсдийгөө нуудаг угсаатны бүлгийнхэн байдаггүй, статистикийнхны нь багцаагаар аваад, газар газар дээр нь очдоггүй. Баян-Өлгий аймгийнхны хувьд 108 мянган хүн амтай гэсэн байгаа, энэ дээрээс нийт монголчуудын тоо нь 9 мянга орчим л гэж гараад байгаа юм.

Урианхайнууд уламжлалт бүхий л зан үйлийг монгол уламжлалаар хийж

чадаж байгааюу?

Бид нар 2019, 20 онд “Баян-Өлгий аймаг дахь урианхайнуудын нийгэм, соёлын төлөв байдал” гэсэн судалгаа хийсэн, яах вэ бүх урианхайнуудыг хамруулж чадаагүй л дээ. Ингэхэд та бүхэн одоо уламжлалт баяр ёслолоос аль алийг тэмдэглэдэг вэ? гэхэд яалт ч үгүй “Цагаан сар”-ыг тэмдэглэж байна, хүүхдийн даахь үргээх юм уу угаалга хийх зан үйлүүд нь гол төлөв хөдөө, малчны гэр бүлд илүү түгээмэл ажиглагдаж байна лээ. Зулын 25-ыг тэмдэглэдэг газрууд нь Алтай, Буянт, Булган чиглэлийнхэн тэмдэглэж байна, бусад сумынхан бол Наадам, Цагаан сар гэдэг хоёр дээрээ л төвлөрөөд, хүүхдийндаахь 3 дээрээ л үлдсэн. Суурин хүмүүсийн хувьд бол аав ээж, өвөө эмээ нар нь хэлээд хийлгэдэг юм шиг бнйа лээ. Харилцан адилгүй л байна.

Наурызын баярыг бүтэн өдөр амарч тэмдэглэдэг үү?

Яг хуульдаа бол Наурызын баярыг амралтын өдөр гэж заасан заалт байхгүй. Орон нутгаас тухайн өдрийн ажил хичээлийг өөр өдөр шилжүүлээд зохицуулдаг тал байдаг.

Наурызын баярыг Өлгийд байгаа бусад тува, урианхай, дөрвөд хүмүүс тэмдэглэж байнауу?

Наурызын баяр нь өөрөө талбай дээр нээлттэй болдог. Манай цагаан сар шиг гэргэрээрээ биш шүү дээ. Эхлээд нээлт хийдэг, парад хийж, зочид гийчид ирдэг. Энэ дээр нь нутгийн ард иргэд бүгдээрээ л очдог, казак найз нөхөд, хамт олонтой хүмүүс гэрт нь очиж, “көжө” буюу дайллагын идээг нь иддэг. Манайхнаар бол бууз шүү дээ. Ерөнхийдөө хүндэтгэлийн байдлаар оролцоно. Цагаан сараар ч гэсэн энд байгаа казакууд монгол дээл өмсөөд, монгол ахан дүүсдээ баярын мэнд хүргэе, бид нар казак найзынхаар ороход тэд нар монгол дээл хувцастай, золгох жишээний. Яг л ийм харилцанадил бидний нэг баяр л гэж үздэг. Бид нар ч гэсэн наурызын баярыг энд амьдарч байгаагүй л хүний баяр л гэж үздэг. Нэгэнт л усыг нь увал, ёсыг нь дага гэдэг шүү дээ. Минийхувьд л лав тийм. Ер нь судалгаагаар үзсэн ч нээх Наурызын баярыг үгүйсгэж барьсан судалгаа гарч ирдэггүй юм.

Цагаан сараар казах найзуудаа урьвал хоол хүнсэн дээрээ юу анхаарах вэ?

Ерөөсөө л байгаа, бэлдэж зассан идээгээ л засна. Казах түмэн маань урьд нь ёс алдах юм бол байсан. Хаа хамаагүй дээжний юманд хүрэх ч юм уу. Одоо бол цагаан сарыг ёс горимтой мэддэг болчихсон, ихэнх залуучууд хөөрөгтэй болчихсон. Тэгэхээр казах хүнд зориулсан ийм хоол, монгол хүнд зориулсан тийм хоол гэсэн юм байхгүй. г тухайн тэр айлын зассан идээг амсаад л гарна.

Энд байгаа урианхайчууд хээрээс ямар зэрлэг ургамал түүж хэрэглэдэг вэ?

Манай эхнэр бол Цэнгэлийн тува хүн л дээ, Алтай таван богдын эхээр нутагладаг. Сая ковид гарлаа шүү дээ, тэгэхэд бол тэрийг тэр Цагаан голын хүмүүс бол тэнд ургадагшар дэлбээтэй цэцэг байдаг. Тэр цэцгээр эмчилсэн. Ахмад буурлууд нь бага балчраасаа ханиаданд уудаг байсан юм аа л гэж байгаа юм. Ерөнхийдөө бол гишүүнэ, алтан гагнуур, нутгийн хэллэгээр шар цэцэг, таван салаа гэсэн ургамлуудыг хэрэглэж байна. Гэхдээ голтөлөв 45-аас дээш насны хүмүүс хэрэглэдэг. Жишээ нь, 70 настай нэг өвгөн нойр булчирхай нь өвдлөө гэхэд харганын унги гэдэг, манайхаар бол үндсийг 3 хоног буцалгаад уугаад эдгэж байх жишээтэй. Ходоодны нарийн өвчинд гэхэд улир шувуу гээд, хойлог шувууны баасыг хатаагаад хандлаад, цайг нь 3-аас 4 давхар маарлаар шүүгээд өлөн элгэн дээрээ уухад сайн гэж, ан амьтны эд зүйлс сайн гээд бас байдаг. Тэр бол нээх түгээмэл биш. Чононы тархи тархинд сайн гэдгийг би л лав ахмад буурлуудтай уулзаж явж байхад сонсоогүй. Манайхан болохоор Алтайн уулсаа шүтэж, Алтайн уулаа шүлэглэдэг. “Баяны арыг маажихаар байгалийн арыг мааж” гэдэг үг байдаг. Тэртүгээр байгальд хэрэгтэй ийм эмийн ургамлууд байгаа, энийг л таньж мэдвэл эрүүл энх, урт удаан насална аа гэсэн үг. Товчхондоо бол Монгол Алтайн ургамал, Монгол Алтайн бүх ус булаг эм гэж үздэг л дээ. Аль ч хүн тэгж ярьдаг. Тэгээд тухайн тэр нутаг дэвсгэр дээрх ургамлуудаа тухайн ард түмэн таньж мэдээд хэрэглэдэг л байсан. Одоо энэ бол их бүдгэрч байна. Яагаад гэвэл, шинжлэх ухаан хөгжчихлөө, нээх тэнд очоод ургамал түүгээд хандлаад уугаад байхаар эмнэлэгт очсон нь дээр нэгдүгээрт, хоёрдугаарт, тэр ургамлыг хайж явах цаг зав байхгүй. Хөдөө амьдарч байгаа хүмүүс нь дэргэд нь эмийн сан байхгүй болохоор дэргэдээсээ л ургамал хэрэглэнэ. Тэглээ гээд нээх буруудсан юм байхгүй л байгаа.

Монгол Алтайн барагшун гээд алдартай зүйл байдаг. Тэр зүйлийн эмчлэх чадвар өндөр гээд байна, тэр хаагуур ургадаг вэ?

Барагшун бол ургамал биш л дээ. Хөх хулгана гэж манайхан ярьдаг үхэр огдойнбаас байхгүй юу. Тэр чинь уул, их хад асгатай газраар тэр баасаа хураадаг. Тэрийг нь цуглуулж аваад боловсруулдаг л байхгүй юу. Би судалгаагаар явж байхад барагшун тийм юманд сайн гэж хэлж байгаагүй. Харин тэр улир шувуу буюу хойлог шувууны баасыг хандлаад ууж эдгэснийг маш ойрын хүнээс сонсож байсан.

Монгол Алтайн ус, ургамал эмийн чанартай гэлээ, тэгэхээр тэдгээрээр хооллодогмалын махны чанарын тухай та ярьж өгөөч?

Тухайлбал би Шинжаан руу зөндөө явж байсан, тэгэхээр тэндээс яагаад наашаа нүүх болов? гэдэг учиртай. Тэнд би бас хоол унд идэж байхад нэлээн зузаан хонины сүүлхэрчээд л өгөхөд би идэж чадахгүй дээ, юутай ч хүн өгч байгаа юм чинь идье дээ гэхэд зүгээр нэг хөөсөн чихэр идэж байгаа юм шиг огиулах барих юу ч байхгүй. Монгол Алтайн махнаас жаахан

идэхэд л шал өөр шүү дээ. Манай хуучин Нийгэм, эдийн засгийн судалгааны төв гэж байхад Байгаль, экологийн сектор гэж байсан юм. Тэр сектороос “Монгол Алтайн нурууны эмийн ургамал” гээд төсөл хэрэгжүүлсэн юм. Тэр дээрээс үхэр ямар ургамал идэх үү, хонь ямар ургамал идэх үү?, ямаа ямар ургамал идэх үү гээд судалсан юм. Тэгээд ер нь яалт ч үгүй цаанаа өөр. Цэнгэл сумын хонины мах, идэш дууслаа шүү дээ, тэгээд зах дээрээс өөр сумын хонины мах авхад усан амт амтагддаг л даа.

Гахай, тахианы махыг жишээ нь танайх хэр өргөн хэрэглэж байна вэ?

Казакууд бол гахай, тарваганы махыг иддэггүй. Монголчууд бол орчин үеэ дагаад тахианы мах шарж идэж байгаа. Нэг супермаркетад явж байгаад харангуугаа авдаг ч юмуу, манай гэр бүлийн хувьд бол тогтмол биш. Уламжлалт мах бэлэн байхад заавал тэрийг яахав гээд.

Төрсөн өдөр тэмдэглэх их нэмэгдсэн гэж ахмадууд ялангуяа ярьж байна. Энэ талаар Баян-Өлгийд ямархуу байх шиг байна?

Энэ баруун тал, казах, дөрвөд, урианхай хүмүүс гэхэд баярыг их хүндэтгэж тэмдэглэдэг. Хүүхдийн үсэглэлийн баяр гээд нэгдүгээр ангид ороход цай уудаг, хүүхэд төрөхөд бас цай уудаг, насны ойнууд хийдэг. Энийг би ойлгохдоо казахуудын хувьд энэ газар нутагт нүүж ирснээс хойш зовлон, жаргал бүгдийг л үзэж байгаа шүү дээ. Тэр утгаараа цөөнх ард түмний хувьд итгэл үнэмшилтэй байх, өөрийгөө үнэлэх нэг шалтгаан нь баяр ёслол юм байгаа юм. Ах дүүс тэр нэг баяраар очиж, бэлгэ дэмбэрэлтэй үг хэлж, цаашдын болох бүтэх тийм юмыг л бэлгэддэг. Би казакуудын олон л найр хуриманд очиж байсан, айхтар тэгж тасарч унатлаа согтож байсныг хараагүй, эсрэгээрээ манай монголчууд бол нэгэнт л бид нар чинь өргөн дэлгэр тал нутагтаа найрлаж наадамладаг ард түмэн шүү дээ. Гэхдээ архигүйгээр төрсөн өдөр болно оо, архи гаргахгүй шүү гэвэл тэр төрсөн өдөрт ирдэг хүн ховор. Миний төрсөн өдөр 11 сарын 16 гээд л тэр үеэр идэшний үе болдог. Тэгээд л над руу утасдаж байгаа юм шүү дээ, төрсөн өдрөө тэмдэглэхгүй юм уу гээд. Тэгээд л манайд тэмдэглэх үү, би идэшнээс ирж байна, мах чанах уу гэхэд, яах юм бэ бааранд л, пабд л тэмдэглэе л дээ гэж. Баяр ёслол гэхээсээ илүү архи уух сайхан шалтгаан болж байна. Надад ч гэсэн тохиолдож л байна, хүний төрсөн өдөр гэхээр машинаа тавьчхаад очдог ч юм уу, одоо уух л байх гээд.

Урианхайчууд мал маллахаас гадна ан агнуур хийдэг үү?

Урианхайчууд ер нь амьжиргааны гол нэг эх үүсвэр нь ан агнуур шүү дээ. Түүхэндээ ч тийм байсан. Тэр байтугай, Грумм Гржимайлогийн “Баруун Монгол ба Урианхайн хязгаар” номд хэлж байгаа юм. Урианхайчууд ер нь ангаар л амьдарч байна, ангийнхаа арьсыг борлуулаад л нэг амь зууж байна. Ан агнууртай холбоотой болсон шалтгаан нь эртнээс сур харвадаг. Сур харвадаг хэрэгцээ нь Манжийн хаанд бас хэрэгтэй. Манжийн хаан булга, үсний алба бариулж байхын тулд нум сумтай нь үлдээсэн гэж. Орчин цагт бол ганц хоёр тарвага тоншчих, өвлийн цагт хот эргээд байгаа боохой агнах жишээтэй л байна, учиргүй хууль бусаар ан

агнаад бол байхгүй.

Урианхай анчид ямар ямар аргаар ан агнадаг байсан бэ?

Сааль л байсан, одоо хавх л юм даа. Модонд жадтай, оньс л гэсэн үг. Дээр нь нумсум, дүүгүүрдэх гэх мэт. Янз бүрийн аргууд байгаа л даа. ХХ зууны эхэн үед яалт ч үгүй Алтайн бүс нутгийн цастай газруудад “хөл цана”-аар ан хийж байсан юм байна лээ. Ёстой бусад угсаатны бүлгээс ялгардаг хамгийн сонгодог арга. Цанаар доошоо гулгаж давхиж ирээд, олон хүн нөгөө буга, хандгай эд нарыг чинь тал талаас нь жадаар дүрэх, том ан агнах гэсэн үг. Нэг том ан агначихсан учраас овогт нь хүрэлцээтэй шүү дээ, өвлийн цагт янгирыг ялангуяа алдаг. Янгир чинь хүнд гүйцэгдэхгүй шүү дээ. Би яг энэ судалгаагаар Шинжааны Алтай аймагт очсон. Тэнд нэг зураг байдаг юм, 9 цанатай хүн янгир агнаж байгааг харуулсан. Яг монголд бол Ойгорын эхний хадны зурагт цанатай анчин дайчны зураг байдаг юм. тэрийг нэрт археологич Д. Цэвээндорж гуай олсон байдаг. Тэгээд “Монголчуудын цанын соёл” гээд жижигхэн өгүүлэл бичсэн байдаг юм. Маш жаахан, ганц хуудас хэртэй. Одоо тэрийг өвлөж үлдсэн нь Шинжаанд байгаа урианхайчууд байгаа юм, монголын урианхайчууд бол байхгүй, цас байхгүй учраас мартсан гэсэн үг. Шинжааны тал чинь цас айхтар өндөр ордог. Тэр нь Шинжаандаа аялалжуулчлалын брэнд болчихсон.

Одоо тэр хөл цаных нь хуучин үлдэгдэл ч болох нь ээ байна уу?

Цэнгэл сумын Олонбаяр гээд нэг өвгөн цасан доороос нэг цана олсон юм байна лээ. Яг хэрэглэж байгаа хүн монголд бол байхгүй ээ.

Загасны махыг хэр их хэрэглэж байсан бэ?

Загасны махыг хэрэглэж байсан, гэхдээ дэг журамтай. Ялангуяа эмэгтэй хүн, жирэмсэн хүнд загасны мах өгөхгүй, хүүхэд нь хэлгүй болдог гээд. Би ойлгоход ер нь загасны махыг хаврын ядаргаанд л их өгч байсан юм шиг байна лээ, хүмүүст. Тэгээд нөгөө талаар хавар мал туранхай, тэр болгон гаргах боломжгүй учраас загасаар нэмэлт бүтээгдэхүүн хийж байсан байх. Ер нь байгалиас хэрэглэж болох бүх ан амьтан, ургамлаас хэрэглэж байсан.

Танайх албан ёсоор улсад тоолуулсан мал хэр зэрэг вэ?

Би бол аймгийн төвд өссөн. Малгүй гэсэн үг. Манай эхнэр бол Таван богдын малтай айлын охин. Хурим найр хийхэд угаасаа мал хувааж өгдөг шүү дээ. Тэгээд манай эхнэрийн өмчийн 100 дотор тоологдох шийр мал байгаа. Таван хошуу малаасаа нэг нэгийг тасалж өгдөг байхгүй юу. Зарим нь өсөөд, зарим нь зуд турханд яваад, тэгэхдээ ямар ч байсан идшээ хадмын талаас авч иддэг гэсэн үг.

Тэгэхээр танайх өвлийн идшиндээ хэдэн тооны үхэр, шийр мал иддэг вэ?

Манай аймгийн ард түмэн бол их махсаг гэж хэлдэг. Нэгдүгээрт энэ ам бүл олонтой, хүүхэд олонтой. Хоёрдугаарт, махгүйгээр амьдарна, махгүй байна гэдэг Улаанбаатарын соёл манайд нэвтрээгүй байна. Тэр утгаараа бид нар өнгөрсөн жил гэхэд, 1 адуу, 6 хонь, 4 ямаа гаргасан.

Одоо энэ идишээ хэдэн сар хүртэл идэх вэ?

Ганцаараа идэхгүй, манай хажууд ээж байна, манай ах дүү нар хотод байдаг, явуулна. 6 сарын 15 хүртэл идэх төлөвлөгөөтэй. Түүнээс хойш борц идэхээр хүний ходоодонд их муу байдаг. Ганц хоёр хонио борцолдог. Зарим айл борцонд их дуртай байдаг. Манайх л лав миний цөс өвддөг, манай эхнэрийн цөс өвддөг учраас борц их хэрэглэдэггүй.

Намартаа борцоо дуусхаар дахин юу иддэг вэ?

Хөдөөнөөс хонь аваад идчихдэг. Манай эхнэр хүүхдүүд 6 сарын 15 гээд хөдөө явчихдаг юм, би тэгээд ганцаараа зохицуулаад идчихдэг.

Танайх өглөөнийхөө цайнд юу идэж, уудаг вэ?

Янз янз. Ажил эрт шаардлагатай үед усаа буцалгаад л, талх малх бэлэн юм идчихээд л явна.

Боорцог хайрдаг уу? Үйлдвэрийн боорцог, гэрийн боорцог хоёрын идэх хувь хэмжээ хэрээрэг байна?

Тэр эдийн засагтай л холбоотой. Ерөнхийдөө гэртээ хайрсан боорцог, талх жигнээд байхаар залхана. Бас тэр болгон боорцог хайраад, гурил зуураад, хиншүү гаргаад байх цаг зав гардаггүй учраас харилцан адилгүй. Миний анзаарснаар бол цалин буусан эхний 7 хоногт дэлгүүрийн бараа бүтээгдэхүүн аваад байдаг юм шиг байгаа юм. 7 хоногийн сүүлээр бол 2000 төгрөгийн талх авч байснаас гурилаа зуураад талх барья чгэдэг юм уу, хүн ерөөсөө эдийн засагтаа л захирагдана шүү дээ.

Урианхайчууд давстай цай уух уу?

Янз янз, тухайн тэр хүний эрүүл мэндээс л шалтгаалж байна даа. Одоо бас нэг үедавсгүй цай чаначихлаа гэж загнуулдаг бэрээчүүд нь, давсгүй цай уусан хүнийг өө чинийажил бүтэхгүй нь гэж хэлдэг ч юм уу. Орчин үеэ дагаад давсгүй цай уудаг ч айлууд байна, бидний хувьд бол айхтар гашуун биш ч жаахан давстай ууна.

Давс нь гэртээ нуурын давс, иоджуулсан давс хэрэглэж байна уу?

Бид нарыг бага байхад амьдралын боломж, хангалт ч муу байсан юм уу, Увсаас ирдэг том том нүддэг давс хэрэглэдэг байсан. Одоо бол савлагаатай давснуудыг л хэрэглэж байгаа шүү дээ.

Тэгэхээр тэр савласан давс маань таны багадаа иддэг байсан нуурын давснаас сайн болов уу, муу болов уу?

Тэрийг одоохондоо хэлж мэдэхгүй. Тэр давсны үеийн би, одоо давс хэрэглэж байгаа би хоёр чинь өөр шүү дээ. Тэгэхээр хэлж мэдэхгүй. Савлагаатай давс нь бол хүнийхөдөлмөрийг хөнгөвчилсөн л эд шүү дээ.

Монгол хүний хувьд “Идээний дээж” гэж юуг нэрлэх вэ?

Заа тэрийг бол эмэгтэй хүнээс асуувал сайн хэлэх байх. Би товчхон хэлэхэд бол, тухайн тэр гэр дотор цайнд ч тэр, хоолонд ч тэр хамгийн эхний амсаж болох зүйлийг өрхийн тэргүүнд барихыг л хэлээд байна гэж боддог. Тухайлбал, манай аав 2014 онд өөдболсон, манай ээж одоо ганцаараа байдаг л даа. Би одоо хот явж ирээд нэг ууттай чихэрөгөхөд манай ээж дээжийг нь аавын зургийн өмнө тавьдаг, орой болгон манай ээж хоолхийсэн ч нэг жаахан шөл нь ч бай аавын зургийн өмнө тавьдаг. Тэгэхээр тэр өрхийн тэргүүнийг хүндэтгэсэн л хэрэг байх.

Бурхны өмнө, эцэг эхийн зургийн өмнө тавьж байгаа идээг юу гэдэг вэ?

Дээжийн хоол л гэнэ. Жишээ нь, цагаан сараар бид нар “дээжийн таваг” засна гэжхэлдэг л дээ. Дээжийн таваг засахдаа яг бурхан шүтээний өмнө тавина. Орчин үед манайурианхайчууд хонь гаргалаа гэхэд хонины зүрхийг бол байнга тавьдаг шүү дээ. Чанаад цагаан махны төгсгөл хэсгийг аваад, тэр завсар хавчуулаад тавиад, маргааш өглөө нь айлын отгон хүүхэд иддэг. Яагаад гэвэл голомт залгах учраас.

Дээжийн идээнээс өөр тэр идээнд хүрэх эрхтэй хүн хэн байдаг вэ?

Өрхийн тэргүүн. Өрхийн тэргүүн байхгүй тохиолдолд тэр айлын эмэгтэй бага хүүхдэдээ өгдөг.

Хоол хүнс дотроос хамгийн бузар юм юу гэж та боддог вэ?

Заа одоо манай урианхайнуудын хувьд хамгийн бузар хоол гэж би сайн мэдэхгүйбайна. Юутай ч таван хошуу малын баас, шээснээс бусдыг л иддэг. Казахууд бол тарвага,гахайн махыг бузар гэдэг. Хамгийн бузар юм гэвэл, хүний махыг л хэлэх байх даа. Гэхдээмонголчууд хэзээ ч хүний мах идэж үзээгүй болохоор тийм юм байхгүй. Шавж хорхой эд нарыг л бузар гэх байх.

Бузартчихлаа гэвэл яасан гэж ойлгох вэ?

Тэр бол дом шившлэгтэй холбоотой. Жишээ нь, улаан махны бузар гэж байна. Тэр бол очих ёсгүй цагт, очих ёсгүй айлд, хүртэх ёсгүй идээ хүртсэнээс улаан махны бузар боллоо гэж үздэг. Эрдэнэбаяр гэж нэг хүн айлд очлоо, нөгөө айлд очихоор эзэн ньмахаа зүсэхдээ гараа шалбалчихсан ч юм уу, цустай. Тэгэнгүүт би тэрийг сэжиглээд цээрлээд юм бодох. Юм бодох нь бол амнаас элдэв яр гарах энэ тэр байхгүй юу. Улаан махны бузар бол амь насанд зэд эргэдэг, тэрийг ихэвчлэн хэн нэг хүн хэн нэг хүнийг

хорлохын тулд 7 огтолсон махыг хөшиглөж хоол хийж өгөх ч юм уу ийм нэг хараал жатгын юм л даа. Тэр байтугай бие организм нь өвдөөд, үхэх гэж байгаа хүнд лам, бөө нар засал хийхдээ, заа энэ 7 огтолсон махыг тэр зүг рүү хая, тэр зүгээс эрлэгийн элч нь ирсэн юм байна гэх мэт хэлж байсныг би сонсож байсан. Энийг би сонирхдоггүй болохоор, хэн л одоо бузар хоол, хараал жатга судлаад чвж байх вэ дээ. Хэнд ашигтай гэж судлах юм бэ.

Хамгийн ариун идээ гэж юуг хэлэх вэ?

Цагаан зүйлийг л, цагаан идээг л хэлнэ. Хүн идэж байсан махаа газарт шороотой унагаахад хаядаг байхгүй юу. Идэж байгаа ааруулаа тэр чигт нь хаясан хүн ховор байдагбайх аа. Монголчуудын цагаан идээний бүх сүв чинь сүү шүү дээ, тэр сүү гэдэг зүйл чинь өөрөө мал амьтныг тэжээдэг ариун ундаа. Тийм ариун ундаагаар бүтсэн зүйлийг хаяж чадахгүй. Бид нарыг ундааны саваар сүү хийх гээд асгахад загнадаг шүү дээ.

Цагаан идээ ариун бол цагаан идээнээс ер бузартаддаггүй гэж ойлгож болох уу?

Бузартахгүй. Заа яг мал маллаад, цагаан идээ боловсруулаад, таргийн хордлого авчихлаа, сүүний хордлого авчихлаа гэсэн хөдөөгийн хүүхэд хараагүй. Хотод бол савлагааны тараг ийм тийм байдаг байх. Би яг тэр цагаан идээнээс болоод хордлого авчихсан гэсэн юмыг мэдэхгүй. Нэг зүйлийг бардам хэлэхэд манай хоёр хүүхэд чинь 5, 6 настай хүүхдүүд. Ерөөсөө л ухаан орсон цагаасаа тэр Цагаан голд өссөн. Одоо манай 2 хүүхдийн тэр бие бялдар, дархлаа энэ аймгийн төвд байгаа хүүхдүүдээс чанарын бүр ялгаа гарч байна. Ядаж өнөөдөр шүд нь унаагүй байна.

Сүүлийн үед илүүдэл жинтэй хүн их байна, үүнийг та юутай холбоотой гэж боддог вэ?

Манай эхнэр их, дээд сургууль төгссөн ч ажилгүй. Тэгээд энэ 2 хүүхдийг яг эхийн сүүгээр тэжээж өсгөсөн. Тэгээд тэр хүүхдүүдийн гар хөлийг барихад мах нь арай өөр юмбайна лээ. Яг нөгөө нэмэлт тэжээлээр өссөн хүүхдүүд их памбагар. Манай хүүхдүүд тэднарын хажууд туранхай харагдах болов чиг яг тэр хөдөлгөөн, юм ярьж байгаа, сэтгэж байгаа, ялангуяа тэр хөдөлгөөн дээр харахад адилхан 4 бидонтой ус өргүүлэхэд тэр махлаг хүүхэд амьсгаадаад явж чадахгүй байгаа юм. Дээр нь манай уламжлалт цагаан идээг мэдэхгүй, чихэрлэг зүйл их идэх, амтанд дурлах, эцэг эх нь зүгээр л амттай юм өгөөд байдаг, би тэрэнтэй л холбоотой байх гэж бодож байна.

Аяга угаадаг шингэнийг хэрэглэдэг үү, бодисоор угаах ямар санагддаг вэ?

Хоёр талтай юм аа. Бид нарыг бага байхад Fairu гэх зүйл байхгүй байсан шүү дээ, орчин үед л гарч ирсэн. Тэр үед хоол идсэний дараа аяга тавганд тос үлдэнэ, тэгтэл хөдөөний зарим хүмүүс бол усаар зайлаад л

тавьчихдаг байсан. Буян хишиг нь эндээ байна аа гээд л. Бодвол тосыг нь арилгахад их ажиллагаа ордог байсан байх. Нөгөө талаар, тэр үед амнаас ам, аяганаас аяга дамждаг өвчин байхгүй байсан байх. Орчин үед нийтийн хэрэглээг л дагаж байна. Хэн л одоо тос болсон аягаа хишиг буян гээд суугаадбайх вэ дээ. Аймгийн төв газар боломжгүй шүү дээ.

Хотод дуулиан болоод байгаа махны асуудлыг сонсоод, хараад хувь хүнийхээ хувьд юу гэж бодсон бэ?

Би хувьдаа Улаанбаатар очих их дургүй хүн. Би яг сургууль төгсөөд л энчээ ирсэн. Улаанбаатарт ямар нэгэн хурал семинар гэхээр онцын шаардлагатай бол очно. Яагаад гэхээр Улаанбаатарт очоод нэгдүгээрт хамгийн их бухимддаг юм маань тэр хоол. Аль ч ресторанд очсон, амт шимт нь хамаа байхгүй. Шөл уухад нэг хөлс мөлс гардаг даа, бүр ямар ч тийм юм байхгүй, хэзээний хаанаас ирсэн мах, хэзээний төмс, хэзээний лууван юм, хэлж мэдэхэд хэцүү. Дээр нь Улаанбаатарын тэр мах бол яалт ч үгүй л бид нар тэр хэдэн малчдаа мартсаны л гай байхгүй юу. Яагаад том том хөргөгчтэй машинууд малчны гадаа очоод, малчнаар нядлуулаад, гулууз болгуулаад, хөлдөөгчинд хийгээд. Малчид чинь чааваас энд ирж амьдаар нь малаа маш хямдхан зардаг шүү дээ. Тэгээд энд чинь гарал үүслийн бичиг гэж хаанаас яасан юм гээд баахан юм болдог, яг тэрэн шигээ Улаанбаатарт очиж байгаа махыг тэгж л шинжлэх ёстой байхгүй юу. Тэгэхээр энэ бол надад шулуухандаа хэлэхэд энэ их хорт хавдруудын, манай ээж хэлдэг юм, бид нарыг залуу байхад ийм залуу хүүхэд хорт хавдартай гэдэг юм ерөөсөө байдаггүй байсан, одоо энэ үе чинь юу болчихсон юм гэж хэлдэг л дээ. Тэгэхээр бид нарын ууж идэж байгаа зүйлээс л шалтгаалаад байх шиг байна.

Монгол хүн нийтээрээ нэг үнэт зүйлтэй байх ёстой байх. Тэр үнэт зүйлийг та юун дээр олж хардаг вэ?

Уламжлалт өв соёл. Яагаад гэвэл уламжлалаа мэддэг ард түмэн маш их үнэ цэнтэй болчихдог байхгүй юу. Өчигдөр би хальт зурагт харсан чинь NTV телевиз дээр Босогч гэдэг солонгосын кино гарч байна. Тэр дээр ганц л асуудал үүсэж байна. Түүхчдийг хааны эсрэг бичсэн түүхчийг устгаж байна, түүхийг хаанд тааруулж бичих ёстой гээд. Гэтэл нөгөө түүхч яг болсон явдлыг бичиж байгаа юм. Гэтэл бидний өвөг дээдэс бол түүхийг түүхээр нь бичсэн шүү дээ. Чингис хаан үнэхээр амин хувиа бодсон хүн байсан бол Бөртэг хулгайлагдсаныг, ээжийгээ мэргэдээс булаалгаж ирснийг, Хасарыг зодсоныг ч юм уу бичих шаардлагагүй. Итгэл үнэмшилтэй ард түмэн бол үнэт зүйлтэй, үнэт зүйлтэй ард түмэн өөрөө дархлаатай.

Монгол хүний хувьд харахад Казак хүний үнэт зүйл юу байдаг вэ?

Монголын Казакууд гэж яривал эдний туулсан амьдрал. Яагаад вэ гэвэл, наад захнь тэгж зовоод, урианхайчуудын боол барлаг хийгээд, газар нутаггүй, газар нутаг авахын

тулд хэрэлддэг, зодолддог, хасаг хүн болохоор чимээгүй байх ёстой гээд 1990 он хүртэлявж байсан. Энэний дараа яасан бэ гэхээр бидний амьдрал ийм шүү дээ, бид энэнээс илүүамьдрах ёстой гэсэн үнэ цэн байдаг байхгүй юу. Наад зах нь 12 овгийн шаштир гээд 12-уулаа гарчихсан. Өвөг дээдэс нь яаж яаж явж ирснийг бүгдийг нь биччихсэн байгаа. Хоёрдугаарт тэр ислам шашин. Ислам шашны мөн чанар нь эв нэгдлийг, ариун байдлыгилэрхийлсэн байгаа шүү дээ. Гэхдээ бол үнэт зүйл нь тийм. Яг исламын шашнаа 100% даган биелүүлж байгаа нь ховор болоод байна. Жишээ нь, архи ууж болохгүй, эмэгтэй хүн нөхөрт гартлаа энгэр зөрүүлж болохгүй гэдэг, тэгэхэд одоо бол тодорхой хэмжээгээрөөрчлөгдөөд байгаа л даа.

Яг энэ цаг үед урианхай хүн казак хүн хоёрын хооронд, эсвэл дөрвөд казак хоёр хүний хооронд ямар төрлийн зөрчил үүсэж байна вэ?

Яг хувь хүний үүднээс ярих боломжгүй юм, би чинь одоо нэгэнт л судлаач хүн юм чинь. Миний тархи оюунд баахан факт материалууд л байгаа учраас. Тэгэхээр судалгаагүй яривал сэтгэл хөдлөлийн шинжтэй болох гээд байдаг. Өнөөдөр казак, монгол гэлтгүй халх буриадаараа, чи приус унасан би ланд унасан гэдгээрээ хэрэлддэг шүү дээ. Гэхдээ яг түүхэн үүднээсээ энэ 2 ард түмний дунд нэг л зөрчил байсан. Энэ болгазар нутгийн зөрчил. Яагаад гэвэл, бэлчээр гэдэг бол мал аж ахуйн үндэс. Казахад иймүг байгаа шүү дээ, зуслангүй бол, бэлчээр үгүй бол малгүй, малгүй бол хоолгүй гэж. Орчин цагт ямар асуудал үүсэж байна гэхээр албан тушаал, эрх мэдэл, кареер. XX зуундгазрын маргаан байсан бол, XXI зуунд эрх мэдлийн маргаан байна. Яг монгол, казах гэхээсээ илүү, казакууд 12 овог дотроо ч тийм. Манай Каракасчууд засаг дарга болох ёстой, гэтэл эндээс нэг нь манай Этил болох ёстой гээд алалцдаг. Яахав амьдрал баян учраас казак, монгол хүмүүс үл ойлголцох юм гарна. Бие биенээ хасаг гэж дуудах ч юм уу. Тэр нь айхтар үндэстэн угсаатны нийтийн зөрчил биш. Би нэг юманд гайхдаг юм. Орон нутагт нь асуудал байхгүй байхад сошиал дээр асуудал байгаад байдаг байхгүй юу. Тухайн тэр нэг сайт олны хандалт авахын тулд тухайн нийгмийн эмзэг сэдвийг хөнддөг. Үндэстний цөөнх байгаа тохиолдолд аль ч онолынхоо хувьд дотоод ухамсартай байдаг шүү дээ. Энэнийг өмчилчихье гэсэн юм байж л байдаг. Ховдын Булганд казак, торгууд хүүхдүүд хоорондоо зодолдсон нэг мэдээ гарсан шүү дээ. Тэгтэл Цэнгэлд байгаа манай нэг дүү, Юун сүртэй юм, бид нарын өдөр болгон л болдог асуудлыг нэг их интернэт, зурагтаар яриад байж гэнэ гэж. Энэ чинь тэгэхээр хүүхдүүд казак монголоороо ингээд байж л байдаг. Уулын мод урттай богинотой гэдэг шиг. Тэр нь нээх их үндэстний аюулгүй байдалд нөлөөлөх асуудал байхгүй, угаасаа л нүүдэлчид чинь омголон хүмүүс шүү дээ.

Ажлын шаардлагаар та казакаар ярина, таны эхнэр ярина гэх мэт. Үүнийг зүгээр л сурчихсан гэж боддог уу, хэтдээ монгол хүн казакжиж байна гэж харах уу?

Тухайлбал бид хүсээд казак хэлийг сураагүй. Нэг мэдэхэд л казак

хэлтэй болчихсон байсан, казак найз нөхөдтэй тоглоод, харилцаанд ороод. Одоо яг надтай адилхан монголоор ярьдаг казак залуучууд бас зөндөө байгаа шүү дээ. Тухайн хэлийг ньсураад, тухайн хүнтэй нь харилцах, өөр хэлээр тэр хүнтэй харилцах хоёр лав судлаач хүний хувьд өрөөсгөл санагддаг. Хөдөөний малчин казак залуутай судалгаагаар уулзлаа

гэхэд учир утгагүй монголоор юм асуугаад байвал, тэр чинь монгол хэл мэдэх үү мэднэ, гэхдээ бүрэн төгс хариулж чадахгүй гэсэн айдас байдаг учраас тухайн надад миний хүсэж байгаа мэдээллийг өгч чадахгүй. Харин казакаар асуувал тэр хүн өөрийн төрөлх хэлээрээ илүү чөлөөтэй сэтгэж, илүү хариулт өгөх боломжтой. Хэл сурахад нэг их бурууном байхгүй гэж би боддог. Манай хүүхдүүд сурахад татгалзахгүй, угаасаа Таван Богдодочоод тувагаар ярьдаг. Тэнд байдаг яг тува төрөлх хэлтэй хүүхдүүд манай хоёртой тоглосоор байгаад монголоор чөлөөтэй ярьдаг болчихсон. Тэгэхээр хэл сурахыг би чөлөөтэй гэж хардаг. Гэхдээ хэлийг бол бусад хэлийг сурахаасаа илүү өөрийн төрөлх хэлийг гайхамшигтай сурахыг илүүд үздэг. Нэг Судан хар жаал монгол хэл сураад дуулжл байгаа биз дээ, тэгснээрээ тэр хүүхдийн хар царай арилаад монгол хүүхэд болоогүй биз дээ. Эхийн сүү амлаад л сонссон тэр дуу нь л хүнд суурь инсталл болдог гэж би боддог. Яагаад гэхээр манай урианхайчууд чинь туульч ихтэй. Аав нь туульч учраас тэр 3 настай хүүхдэд туулийн хөг аялгуу тархинд нь суучихаад байгаа юм. Тэгэхгүй бол 20, 30 мянган бадаг шүлгийг цээжлэх ямар ч боломжгүй байхгүй юу. Манай Баян-Өлгийд нэг туульч байдаг юм, би тэрэнд -Та бол туульч биш гэж би хэлдэг. Яагаад гэвэл та хүүхэд наснаасаа тууль сонсож өсөөгүй, харин Жилкэрийн удмын, Чойсүрэнгийн удмын туульчид бол жинхэнэ туульчид.

2025 оноос Монгол улс хос бичигтэн болох зорилго тавьсан. Үүн дээр Өлгийд ямархуу байна вэ, биелэгдэх шинж байна уу?

Казак хүн гэлтгүй, бид нар өөрсдөө монгол бичгээ сайн мэдэхгүй шүү дээ. Би түүхч хүн гэхэд архивын баримтыг чадан ядан л уншиж байгаа. Тэгэхээр казак хүний хувьд ямар хүлээлт ирэхийг мэдэхгүй. Нэг л юмыг ойлгоод л “Усыг нь уувал ёсыг нь дага”-х хэрэгтэй. Түүнээс биш чи казак хүн учраас чамд тааруулаад өөрчилж өгье гэхгүй, нэгэнт хууь нь гарсан учраас дагах л ёстой. Бид нар ч гэсэн монгол бичгээр гоц гойд, алдаа мадаггүй бичдэг биш. Монгол хүнээс илүү монгол бичгийг эзэмшсэн казак хүн байна, казак хүнээс илүү утга зохиол, шүлгийг нь уншдаг монгол хүн ч байна, тэгэхээр хэл бол эрх чөлөө л юм даа.

Гудамж талбай, газар усны нэрийг монголоор нэрлэх тухай энд яригддаг юм байна лээ, энд дийлэнх нь монголоор байна уу, казакаар байна уу?

Энийг ингэж хармаар юм байна лээ, тухайн тэр төр барьж байгаа ИТХ-ыншийдвэрээр гардаг шүү дээ. Тэрэн дээр бид нар улс төрийн сонголт буруу хийгээд, огт мэдлэг чадваргүй, төрийн хууль мэдэхгүй хүн сонгохлоор тэр хүн чинь дураараа юм хийдэг. Нөгөө талаар, улс дотор байгаа цөөнх өөрийнхөө үнэ цэнийг аль болох төвийлгөхийг боддог. Одоо Увс, Ховд, Говь-Алтай руу очоод харахад Баян-Өлгий аймаг шиг энэний нэрэмжит гудамж, энэ тэр гэсэн хөшөө дурсгалтай газар байхгүй. Энд яадаг вэ гэхээр, Жантекейн нэг хүн гараад Жанибек баатрын хөшөөг босгодог,

Каракас юм уу Этил овгийн хүн гараад ирэхээр Эркей баатрын хөшөөг босгодог. Өрсөлдөөн, зүгээр л өрсөлдөөн. Гэтэл ХХ зууны монголын уран зохиолын домог, амьд архив байсан БөхийнБааст гуайн хөшөө байдаггүй шүү дээ, Өлгийд. Кино урлагийн од, жүжигчин Дамчаа гуайн хөшөө байхгүй шүү дээ, бүр хуучны түүхийг яривал сүбээдэй, Зэв баатрын хөшөө байхгүй шүү дээ. Бид нарын буруу байхгүй юу. Бид асуудлаа тавьж чадахгүйд л байгаа юм.

Цаашдаа Казах, Урианхайчуудын нийгэм, соёлын асуудлыг аль талаас нь илүү судлаачид судлаасай гэж боддог вэ?

Би энэ “Монголын казакууд” гэдэг сэдвийг сонгож авахдаа гану онгорхой сэдэв нь энэ юм шиг санагдсан юм. Казах хэлтэй монгол түүхч байдаггүй юм. Баян-Өлгий аймаг дахь казах, монголчуудын нийгмийн харилцааг судалхад нэг хоёр хоног, нэг хоёрсараар суухад гарахгүй. Ирж нэгээс хоёр жил амьдарч, бүхий л түвшний хүмүүстэй уулзаж байж л мэднэ. Суурин судалгаа зайлшгүй хэрэгтэй.



Таныг хэн гэдэг вэ?

Бадааны Даапүрэв гэдэг.

Ургийн овог юу гэдэг вэ?

Дармаа.

Та хэдэн онд төрсөн бэ?

1978 онд төрсөн, морин жилтэй.
Одоо 44-тэй.

Үндсэн харьяалал хаана вэ?

Одоо энэ Шивэр баг гээд. Манай Ховд сумын 4 багийн Шивэр багт харьяалагддаг. Хөдөөний баг, 2-р баг.

Сургуульд суралцав уу?

10 дугаар анги төгсөөд л, тогоочийн курсэд сураад л, айлын бага нь болохоор аавээждээ тусалсан. Манайхан бүгдээрээ л сургууль соёл төгссөн, би тийм сургуулиар яваагүй ээ.

Ямар ажил хийдэг вэ та?

Би хааяа гуанзанд тогооч хийнэ, оёдол эрхэлнэ. Одоо бол хувиараа ажил хийгээд явж байна. Хүний гуанзанд л тогооч хийнэ.

Суманд гуанз ажиллуулахад хэцүү зүйл юу байдаг вэ?

Хүн багатай, үйлчлүүлэгч багатай. Одоо харин гайгүй болоод байна аа. Манай сум чинь 1990 хэдэн он өнгөрөөд зах зээлд ороогүй, одоо л сүү ааруул зарж байна. Урьд нь бол өө яана аа, тэднийх сүү зарж байна гэнэ, тэгж байна гэнэ гээд муулах жишээтэй. Манай энэ баруун аймгийнхан чинь захын хүн ороод ирэхээр хамаг юмаа тавьчихдаг, танайд хоноё гэвэл хөлс авалгүй хонуулчихдаг тийм шүү дээ. Тийм утгаар нь тэднийх хүн хонуулаад тэдэн төгрөг авч гэнэ ээ гэвэл, пүү яана аа, ямар хачин юм, зүгээр л хонуулаад явуулна биз гээд тэгэх жишээтэй. Зах зээлд орох гэж нэлээн удсан. Одоо харин хүмүүсийн сэтгэлгээ өөрчлөгдөөд байна.

Хэдэн оноос хойш ер нь хөлс мөнгийг нь авалгүй яах вэ гэсэн үзэл бодолтой болцгоов?

Одоо ер нь 2015 оноос хойшоо л энд тэнд төв газар нь тиймэрхүү болж байна даа.

Сүүлийн нэг 5 жил бол бүр тэгж байна.

Танайх ам бүл хэдүүлээ вэ?

Ам бүл 4. Хоёр хүүхэдтэй. Охин хотод 2-р курсэд оюутан. Анагаахын сургуульд.

Хөвүүн наймдугаар ангид сурдаг.

Танай гэр бүлийн гол амьжиргааны эх үүсвэр юу байна вэ?

Манай нөхөр нэг машинтай. Тэрүүгээр л одоо ТҮЦ-ний улсуудын бараа зөөж, 50 төгрөг унагааж авах тиймэрхүү л байна. Хүн амьтан тээвэрлээд л, орлого ерөөсөө тэр л дээ.

Өлгий рүү нэг удаа фургоноор яваад ирэхэд та хоёрын хувьд цэвэр ашиг нь хэд байдаг вэ?

Одоо бензин нэмэгдчихээд ёстой аймар хэцүү байна аа. Аймар. Баян-Өлгий рүү 200 гаран мянган төгрөгөөр явж байна шүү дээ. Урьд нь болохоор нэг 80 мянган төгрөгөөр ороод гараад ирдэг байсан. Увс чинь нэг 120 мянган төгрөгөөр явчихдаг байсан. Одоо тэгээд зардал дээрээ нэг 5, 5 мянган төгрөг нэмсэн.

Та юм оёдог уу?

Би нэг ноос ноолуураар юм хум хийгээд л тав, арван төгрөгөөр өгөөд л. Ноосон эдлэл хийхийг манай Шивэр багт ирвэс, ан хамгаалах тийм нөхөрлөл байдаг юм. НҮБ-аас санхүүждэг нөхөрлөлийн гишүүн юм. Тэгээд малын ноос аваад, цаанаас нь загвар, өнгө, хэмжээ ирдэг. Тэгээд дүрс бүтээгдэхүүн оёдог. Гадаадын муур, нохой тоглуулдаг чихмэл. Тэгээд тэр нь стандарттай. Шалгаж авна. Сүүл мүүл нь тасарвал муур нь хахаад үхчихдэг гээд. Тиймэрхүү юм хийлгэж, тэд нар өөрсдөө аваад явчихдаг. Тоо ёсоор аваад явдаг, стандарт хангавал мөнгийг нь газар дээр нь өгдөг. Сумын хүмүүст хааяа захиалгаар 10, 20 хүн ирэх гэж байна аа, тийм юм байна уу гээд дурсгал болгоод өгчихъегээд, хааяа л даа.

Үстэй дээл оёж, хурганы арьс элддэг үү?

Оёно оо.

Хурганы арьсыг яаж элддэг вэ?

Айраг эсгээд, тийм юмаар савиас хийгээд, 3-7 хонуулдаг. Тэгэхээр жинхэнэ цав цагаан, гоё үнэртэй арьс болдог байхгүй. Өөр нөгөө шар будаагаар эсгэж чадахгүй. Тиймцагаан идээний аргаар элддэг.

Танайх өрх дээрээ хэд хичнээн мал тоолуулдаг вэ?

Зарж үрээд л 100 хүршгүй шийр мал л байна. Энэ жил бас зарсан, охин оюутан болоод. 20-оод үхэртэй. Шийр мал 60-аад байна. Адуу, тэмээ байхгүй. Манай төрсөн ах малчин, тэднийд манай мал байдаг, тэгээд нүүлгэнэ, тусална. Зундаа манайх байшин саваа цоожлоод, саяны гэрээ

аваад гарчихдаг юм. хөдөө гарах яахав, энхний ээлжинд хоёр хүүхдээ амраана, үхэр мал дээр очоод цайгаа сүлээд. Хөдөө гарахаар бас тогны мөнгө төлөхгүй, байгалийн гоё ус ууна. Утаснаас хол, гэрт цаг байхгүй. Цаг хэд болж байна гээд энд чинь, хөдөө бол 2 сар сайхан болдог. Одоо бас хаа яагүй сүлжээтэй болоодхэцүү. Утас л битгий ноол л гэж, ганц л үг хэлж байна.

Зундаа юу иддэг вэ?

Борц л иднэ. Зунд ганц хоёр ямаа иднэ. Голцуу борц иднэ.

Танай гэр бүл ковид туссан уу?

Тусаагүй.

Тусахгүйн тулд ямар ямар сэргийлэх аргууд хэрэглэсэн бэ?

Эхний ээлжинд дөрвүүлээ вакцин хийлгэсэн, хоол хүнсээ тохируулаад.

Үйлдвэрийн боорцог, гар хийцийн боорцог хоёрын ялгаа юунд байна вэ?

Үйлдвэрийн боорцог чинь цав цагаан, хөвсгөр, аймаар сонин. Энэ гэрийн боорцогчинь цайнд дүрлээ гэхэд амт нь хэвэндээ. Дэлгүүрийн боов чинь цайнд хийвэл ямар ч амтгүй. Дэлгүүрийн зарим боорцог гоё л доо. Заримдаа бүхэл үрийн боов, шанзтай еэвэн энэ тэр гоё л доо. гэрийн боорцонд шөлний тос аваад л хийчихэд маслоос илүү шүү дээ.

Хүүхдээ юугаар угааж байсан бэ?

Хар цайгаар, шөлөөр угааж байсан. Сүүлний тосоор тосолж байсан. Манай 2 хүүхэд памперс хэрэглэж байгаагүй. Цацлага гээд л цайны тулам мааралд шигшээд л аяганд аймар нунтаг хар юм авчирч өгдөг байсан, манай 2 ээж. Ямар ч тэр харшил маршил өгөхгүй. Ерөөсөө цацлага чинь тийм байсан шүү дээ. Одоо их гоё гоё юм байналээ. Одоо хүүхэд гаргавал сайхан л юм шиг санагдаж байна. Дээр үед чинь бид нар хүүхэд гаргавал айлд ордоггүй ээ, айлд хонодоггүй. Одоо бол баяр наадам гээд л сайханбайгаа юм чинь.

Жирэмсэн байхдаа юу голлон идэж, юуг идэж уудаггүй гэдэг байсан бэ?

Гайгүй. Төрсний дараа л манай хүүхэд жаахан уйлдаг байсан. Айлд ордоггүй, хоол иддэггүй байсан. Баяр болж байсан ч явж чаддаггүй байсан. Хаалган дээрээ улаан өнгийн бөсөөр зээг татчихсан, хүн ч оруулдаггүй, гадагшаа ч гардаггүй айлууд байсан шүү дээ. Дээр үеийн лам нар чинь аймар. Манай нэг эгч хүнтэй суугаад 3 хүүхэд гаргасанчинь манай өөрийн аавынд бараг 10 жил хоол иддэггүй, ирдэг, тэгээд юм иддэггүй. Хүүхэд нь айна гээд манай ээж шар тос мосоор гамбир хайрч өгдөг байсан. Хоол иддэггүй.

Төрхөм талдаа иддэггүй гээд цээртэй. Тухайн гэр бүлийн л үзэл. Хувцас хунарч гэсэн, манай эгч ирээд аваад явдаг. Маргааш нь очихоор өө хүүхэд айлгаад тэгээд хаячихсан гээд л. Дээр үеийн лам нар чинь гайтуулдаг.

Та 2 хэдэн онд хурим хийсэн бэ?

Бид хоёр 2001 онд айл болсон. Одоо 22 жил болж байна. Манууст чинь аав ээж нь гэр бүрж өгдөг.

Хурим дээрээ ямар идээ ундаа тавьж байсан бэ?

Одоо тэр үед чинь мах чанаад л, замбараагүй. Жинхэнэ л мах ерөөсөө. Бараг ногоо жимс ховор байх оо. 5, 6 ууц тавьж байсан. Ул боов байхгүй, гар аргаар алгадаад боовоо. Ундаа байхгүй, цай, айраг, шимийн архи л байсан.

Хуримаа өндөрлөөд идээ будаагаа хуваах уу?

Хуваарилдаг. Одоо ч гэсэн өгдөг шүү дээ. Охины ээжид “эхийн сүү” гээд мал ч юм уу, цэнхэр өнгийн торго даавуу өгч явуулдаг. Дээр үед чинь яг цэнхэр өнгийн торго, даавуу өгдөг байсан. Одоо бүр аймаг их юм өгдөг болсон. Бэлэг чинь ихдээд байгаа шүүдээ.

Хот газрын хуриманд очиж байсан уу?

Очиж байсан, гоё л юм байна лээ. Хөдөө чинь охиноо авна, найраа хийнэ, тараана гээд 3, 4 хоног үргэлжилдэг. Хотод болохоор хуримын ордонд зургаа авхуулаад л, ресторанд хоолоо идчихээд л, гэртээ хүн ирэхгүй. Мөнгө нь ч гэхдээ хот, хөдөөгүй адилхан. Жимсгүй мянган юм тавьсан байсан ч өө тэр айл жимсгүй байсан гээд л. Заавалхан боргоцой тавих дээр гоё харагдаж байна гээд л хэцүү шүү дээ. Олны жишгийг дагаад л. Миний бодлоор бол даварч байна шүү дээ. Хямрал гээд байдаг, тэгсэн хэрнээ хэцүү. Хөдөө газар чинь хүү, тэр айл тэгж байна, тэгчихсэн байна гээд л цөөхүүлээ болохоор хэцүү шүү дээ.

Цагаан сарын шинийн нэгний өглөө босоод юу хийдэг вэ?

Өглөө дээр мөргөнө гэж юм хийдэг. Эрэгтэй хүмүүс гардаг, эмэгтэй хүүхэд бас гарч болно, хүнтэй суугаагүй бол гарч болно. Ааваа дагаад, идээ тавгаа аваад, өвчүү түлнэ гээд чанаад, түлээд, дээр нь арц марц тавиад мөргөдөг. Эмэгтэй хүн нь цайгаа чанаад гадаа гарч зулаг дээжээ өргөөд орж ирнэ. Тэгээд нөхөр хүүхдээ ирэхээр хүүхдүүд нь ээжтэйгээ золгоно. Дээр мөргөсөн хүмүүс нь хоорондоо золгочихсон орж ирдэг байхгүй юу. Настай айлдаа бэлгээ барьж аваад л орно доо.

Цагаан сараар айлд ороод идээ ундаанд нь яаж хүрдэг вэ?

Оронгуут цай хийж өгнө. Тэгээд өнөө “цацлын мах” гэж хэлдэг,

жилийн цээр тайлдаг. Улаан идээ гэдэг чинь. Өө тэгье, цацлын мах л идчихье гээд л. Айл бүхэн жижиглээд хөшиглөчихсөн мах бэлдчихсэн байдаг юм. Хүүхэд гараад юм иддэггүй хүнбайвал тэрийг иддэг гэдэг ч юм уу, дээр үеэс тэгдэг байсан.

Зулаг дээжээ өргөхдөө юу гэж бодож, хэлж өргөдөг вэ?

Аав ээждээ залбираад л, байгаль дэлхийдээ залбирдаг. Уул хангай, төрсөн нутгаа хэлнэ шүү дээ. Дөрвөн ээж аавдаа залбираад, үр хүүхэд биднийг сайн сайхан явуулж өгөөрэй гээд л, өөрөө бодоод л хэлнэ.

Настай хүнийг өргөж тэтгэхдээ хоол хүнсэн дээр нь юуг анхаардаг вэ?

Манай ээж асрамжинд байна. Аав 85 хүрээд өнгөрсөн хавар бурхан болсон. Ээж маань даралт харваад 2 жил хэвтэж байна, одоо 83-тай. Босож явдаггүй. Өөрөө бариад хоолоо иддэг. Ямар ч байсан их настай хүмүүс цайг бага бага цөгцөөр 3, 4 өгнө, тусгайлан боов боорцог хийж өгнө. Хоол ундыг аягын хагас, хагас л иднэ. Монгол лапшал иднэ. Хуурай хоол жаахан иднэ. Ногоо жимс ч гэсэн манай ээж идчихдэг.

Оршуулгын дараа ямар идээ унд иддэг вэ?

Цагаан хоол. Ерөөсөө мах иддэггүй, дээр үеэсээ л тийм байсан. Одоо бас гайгүй мах чанаад, хоол хийж өгөөд байна. 50%-тай. Сүүлийн 5, 6 жил зарим айл мах өгөөд эхэлчихсэн байна шүү дээ, тэрнээс дандаа ногоо жимс, цагаан хоол л өгдөг. *Өмнө нь мах иддэггүй байгаад одоо зарим айл махан хоол өгөхөөр хүмүүсийн хандлагаямар байх юм бэ?*

Бас ер нь жаахан сэжиглэж байж магадгүй. Зарим нь бол ёстой хамаа байхгүй гээд 50%-тай л байх. Манай аав бурхан болоод бид нар чинь гарсан хүүхдүүд, хүргэн бэр нийлээд манайд тусад нь махтай хоол хийгээд, зочин ирлээ гэхэд өгөхгүй, тэр гэрт хоолбайгаа, хоол идэх үү гээд. Өө би салат идчихье гэвэл тэгээд өгөхгүй. Зарим айлууд мал зал гаргаад тэгж байна гэнэ лээ, миний бодлоор 50%-тай л байх шиг байна.

Хичнээн хоног гашуудал үйлддэг вэ?

Дөрвөд ёсонд бол 49 хоног гэж хэлдэг юм. Зул бариад, дээж тавиад, гэр нь байдагбол заавал сахиж өнгөрөөнө. 49 хоног дээрээ буян үйлдэж байна гээд бэлэг түгээж, цагаан хоолоо өгнө. Мэдээж 7 юм уу 14 хоног дээрээ махан хоолондоо орно л доо. хүн амьтан ирвэл цагаан хоол хийж өгөөд л, айл айлаас л болж байх шиг байна.

Шимийн архийг эмэгтэй хүнд түрүүлж өгдөг үү? Эрэгтэй хүнд түрүүлж өгдөг үү?

Эрэгтэй хүнд өгнө.

Бурхандаа тавьдаг идээ ундааг юу гэж нэрлэдэг вэ?

Дээж л гэдэг шүү дээ. Зарим тавьдаггүй, залуу хүмүүс байна, дунд наснаас дээшээтал чихэр өгсөн ч тавьж байдаг айл байна.

Архийг идээний дээж гэж ярьж байна уу?

Манай аав, ах нар архи уудаггүй, би их архинд дургүй, идээний дээж гэхэл хэцүү.

Дээж гэвэл хоол хүнсийг л, бас цагаан идээ л байх даа.

Монгол хүн идээ ундаан дотроос юунаас бузартдаг вэ?

Архинаас л бузартчихаж гэж дээр үеийн лам нар хэлдэг шүү дээ. Идээний дээж гээд их гоё хэлчхээд, тэгээд “хар ус” гээд гай болохоор муу нэртэй. Их сонин л идээ байгаа юм ер нь. Дээр үеийн нэрмэл архи чинь согтоод унаад, тэгж гэнэ ээ гэсэн юм байхгүй шүү дээ.

Шимийн архи ямар сайн чанартай вэ?

Дээр үед аавынд зочин ирээд л мах чанаж өгөөд л, тэгээд л яг хоёрхон аяга архи хийж тавьдаг. Шанага шиг юманд халаагаад л, амны халбага шар тос хаяад, нэг сахар хийгээд, тэгээд манай аав, зочинтойгоо нэг нэг аяга уугаад л болоо, дахиад ууна гэж байхгүй. Тэр чинь их сайн л гэдэг байсан. Шилтэй архи бол мэдэхгүй.

Шилтэй архи авч тавьдаг уу? Баяр ёслолоор?

Тавьдаггүй. Манай нөхөр бас архи уудаггүй.

Гурвуулаа та хэд өдөрт хэдэн хоол хийдэг вэ?

Өдөр, орой хоёр хийнэ. Заримдаа нэг ч хийнэ. Янз янз. Өглөө бол боорцог боов л

иднэ.

Хэд хоноод боорцог хийдэг вэ?

5-7 хоноод л хийнэ. 5 кг гурилаар л хийнэ.

Ангийн мах иддэг үү?

Хааяа нэг зуны үед таарахаар идчихдэг. Манай хамаатны хүн ан хийдэг, тэрийг лиддэг. Хаа хамаагүй иддэггүй ээ, бас сэжиглэнэ. Бохир байвал.

Тэмээний мах иддэг үү?

Манайхан ер нь өөрсдөө иднэ. Манай суманд тэмээ ховор. Манай нэг хүргэн ах тэмээний махаар бууз хийсэн байдаг, тэрийг бол тоохгүй идчихнэ

ээ.

Тэмээ төхөөрөөд идэхгүй зүйл байдаг юм болов уу?

Мэдэхгүй. Хоёр бөхнөөс нь л лав олон литр боорцогны тос гардаг юм байна лээ шүү дээ. Нэг тэмээ идэхээрээ 3 жил иддэг гэдэг юм байна лээ.

Танайх өвлийн идиинд юу иддэг вэ?

Монгол үхрээсээ нэг үхэр, шийр мал ганц хоёр иднэ. Хамгийн сайн нь монгол үхрийн мах л болоод байна. Борц хийнэ ээ бас.

Цайны газарт өөрсдөө менюгээ зохиодог уу, хүмүүс санал болгодог уу?

Захиалгыг авч байгаад л болно. Хуурай хоол л их иднэ. Бууз, хуушуур, хуурай хоол л их иднэ. Гадны явж байгаа хүмүүс болохоор сайхан монгол лапша хольцгүй хийгээд өг гээд тэгдэг шүү дээ. Сум орон дотор бол лапша авахгүй ээ гээд л. Бид нар ч бас энд тэнд явахаараа нэг сайхан шөлтэй хоол идье гээд л тэгдэг шүү дээ.

Монгол хүний биед хамгийн тохиромжтой хоол хүнс юу гэж боддог вэ?

Өвлийн нөхцөлд бол хүмүүс чинь дан мах л иддэг шүү дээ.

Сумын төвд цайны газар ажиллуулахдаа ямар малын махаар хийдэг вэ?

Хонь, ямаа. Өвлийн үед бас нэг үхэр гаргаад авчихдаг. Жинхэнэ цэвэр махаар лхийнэ. Мал авчирч төхөөрөөд л хийдэг.

Цайны газар гаргасан мах, будаа, гурилаа сумын төвд ажиллуулж байгаа учраас нөхөжчаддаг болов уу?

Чадна чадна. Нөхдөг шүү дээ.

Цайны газар ажиллуулж байгаа хүмүүс өөрсдөө малтай болохоор ажиллуулдаг уу, эсвэлбайнга махаа худалдаж авдаг уу?

Авна, зарим нь өөрсдөөсөө гаргана. Хоёр гурван малтай айлтай гэрээ хийгээддандаа мал авдаг шүү дээ.

Хотод гарч байгаа махны тухай яриаг хараад та юу гэж бодсон бэ?

Их хэцүү юм байна лээ. Маханд янз бүрийн бохир юм хийгээд. Гудамжинд тавьчихсан мах угаад цэвэрлээд иднэ гэхээр хэцүү. Зарим нь шууд аваад цэвэрлэхгүй иддэг байх.

Гахай, тахианы мах гэртээ иддэг үү?

Хааяа аймгийн төв яваад, баяр ёслолын үеэр шараад иддэг.

Загасны мах хэр иддэг вэ?

Иднэ ээ иднэ.

Давс хэрхэн хэрэглэж байна вэ?

Цайнаасаа эхлээд давсгүй ууж байна. Өмнө нь давстай уудаг байсан. Толгой, нуруу өвдөөд, бие шохойжилттой гээд л тэгээд багасгасан. Эмч хэлээд л. Энэ 3 сард биеөвдөөд, тэгсэн чинь цусны өтгөрөл гээд л. Давсгүй цай таарвал 2 аяга уугаад л авна. Давстай цай таархаар арай гэж ганц аяга зүрхшээж ууна. Даралт ихэсдэг хэрнээ хэлсэн хэр нь том том аяганд давс ихтэй цай уухаар хэцүү.

Хөдөө гараад яг ямар төрлийн цагаан идээ хийх вэ?

Хатуу ааруул, гэр бүлийнхээ хэмжээнд тараг бүрнэ. Өөрийнхөө л хэрэгцээгхангана. 5, 6 үнээ тугална. бид нар чинь 2, 3 литр сүүгээр цайгаа сүлээд уучихна аа, одообол ховор болохоор нь бага сүлдэг. Амьтан ах дүүд уутлаад өгчих юм хийнэ ээ.

Цагаан сарын тавгийн идээгээ хураадаг уу?

Намарт л хийнэ. 9 сард ул боов шиг хэвлэдэг ааруулаа хийнэ. Одоо бол хатахгүй, хөгцөрнө. Сахар ч юм уу, молоко ч юм уу холиод л машиндана. Гаргасан ааруулаасаа болно оо, зарим нь шимийн архинаасаа арзгар гарна, зарим нь аймар гоё нягтралтай гарна. Айрагнаас гарсан баз дээрээ л молоко, сахар хийгээд л хийнэ. Амттай болохоор хүмүүс их иднэ, ул боов чинь байж л байгаа юм чинь. Нэг ширхэг нь 1000-тай, 1500-тайл байдаг шүү дээ, хэвийн ааруул чинь.



Та хэдэн онд төрсөн билээ?

1971 онд.

Ямар жилтэй вэ?

Гахай.

Үндсэн харьяалал хаана вэ?

Таны овог, нэрийг хэн гэдэг вэ?

Оросын Туул.

Таны ургийн овог юу вэ?

Хантайшир.

Таны аав яагаад ийм өвөрмөц нэртэй юм бэ?

Хүүхэд нь тогтдоггүй айлын хүүхэд. Өргөжавсан юм.

Говь-Алтай аймгийн Есөнбулаг сумын Рашаант баг. Тавдугаар баг. Сум маань 10багтай.

Мэргэжил гэвэл?

Малчин. 1990 оноос хойш мал маллаж байна. Эцэг эхтэйгээ мал маллаж байгаадл 1991 онд гэр бүл болоод.

Ам бүл хэдүүлээ вэ?

Одоо хоёулаа л байна. 2 хүүхэд тусдаа гарчихсан.

Ямар ямар мал маллаж байна вэ?

Хонь, ямаа, үхэр малладаг.

Хэд хичнээн төрлийн цагаан идээ хийдэг вэ?

Ааруул л хийнэ дээ. Чихэргүй, чихэргүй, тавгийн идээ айлууд захиад л. Одоо захиалга нь ирчихсэн л байгаа. Одоохондоо 4, 5-ыг л хийх гээд байна. Эд нар хуучин зуныхыг авдаггүй юм. тэгэхээр захиалгыг нь намар 9 сард хийдэг. Өдий үед хийгээд өгөхөөр эрт хийсэн ааруул чинь исдэг. Чихэргүй ааруул өдийд хийгээд л хүүхдүүддээ өгнө. Чихэртэй ааруул нь янз янз. Дугуй, гонзгой байна, чипсэн хийнэ. Бас зефирний хошуугаар хийнэ.

Чипсэн ааруул хэдийнээс эхэлж хийв ээ?

Махны машины үзүүрт архины шилний бөглөө хийгээд хийдэг. 2019

оноос хойшл хийж байна. Хурдан хатдаг, идэхэд амттай.

Өрөм хурааж байна уу? Өрмөө зөвхөн өөрийн хэрэгцээнд л хэрэглэнэ. Ааруулаа л хийнэ. Жилдээ одоо 5айлд тавгийн идээ зарахад 1 сая 500 мянган төгрөг болчихдог шүү дээ. Тэр мөнгөөрөө цагаан сарынхаа хэрэгцээг хангадаг.

Танай малын тоо толгой хэд хичнээн байна вэ?

6, 7 үхэртэй. 200 гаруй ямаатай, 100-аад хоньтой. Ямаагаараа л цагаан идээгээ хийнэ. Ямаагаа ингээд өдий цагт 1 саана, намаршаад ирэхээр ишгээ ялгаж байгаад 2 саана.

Ямааны сүү бусад малын сүүнээс ямар онцлогтой байдаг вэ?

Өтгөн, тослог ихтэй, намрын ямааны сүү бүр өтгөн. Нэг ямаанаас 300, 400 граммсүү л гардаг байх. Үнээнээсээ өвөл л цайны сүү авдаг. Дээр үеэсээ үхэр, хонио саадаг байсан чинь, саахгүй байсаар байгаад хонь нь дошгироод. Ямаагаа л саадаг болсон.

Айраг хийх үү?

Би уул нь хийдэг байсан юм. ойрын хоёр жил хийсэнгүй. Төв рүү ойрхон болохоороо заримдаа сүүгээ аваачаад зах руу борлуулчихдаг. Түлээ түлш нь хүртэл хэцүү байдаг юм аа. Энд чинь түлээ олдохгүй шүү дээ. Аргалаа байнга түүнэ. Сүүгээ бол аргалаар хөөрүүлнэ. Тэгэхгүй бол түлэгдэнэ.

Та нялх биетэй байхдаа ямар хоол хүнс иддэг байсан бэ?

Өөх тосгүй л юм иднэ. Мах голдуу хоол өгөөд л.

Ямар хоол идүүлэх муу вэ?

Шарсан, хуурсан хоол л муу даа. Нүүр аманд нь сэвх толбо тогтоно. Дотор эвгүйболно л доо. Хөхөнд нь сүү орохгүй бол гүзээгээр чанаж бууз хийж өгнө, шар будаагаа нүдээд нунтаг болгоод цай хийж өгнө.

Хүүхдийн даахинд ямар идээ будаа тавьж байна вэ?

Ааруулан идээ тавина, хавсай боовоо тавина. Ууц тавина. Айраг, ундаагаа тавина. Бид нарыг бага байхда хэвийн боов, ууцтай л байлаг байсан. Сүүлийн үед цагаан идээ их засдаг болсон. Цагаан идээний хэрэгцээ их ихэссэн. Намайг залуу байхад цагаан идээ хэрэглэдэггүй байсан гэхэд болно. Хэвийн боовоор л найр наадмаа хийчихдэг. Ингэж ааруулан идээ тавьдаггүй болсон. Хүн болгон хэрэглээд байхаар хүн хэрэглээд байх юм. хүүхэд идээд шүд энэ тэрт нь сайн л даа. Ходоодонд сайн. Тараг кальци ихтэй, хөл мөл өвдөхгүй.

Зуны улиралд ямар мах голлон иддэг вэ?

Хонь, ямаа л иднэ. Өдөрт нь хоол хийгээд л, оройдоо тараг иднэ.

Өглөө босоод юу идэж уудаг вэ?

Боорцгоо өрөмтэй иднэ. Бас тэгээд ааруул, таргаа иднэ. Боорцгоо өөрсдөө хайрна. Үйлдвэрийн боорцог авдаггүй, хааяа нэг аймаг явбал л авчирна. Тэр манай хөгшин болохоор үйлдвэрийн боорцог идэхээр цээж гашуун оргиж байна гэдэг. Хөөлгөгч энэ тэрдээ байдаг байх. Заримдаа гэрийн боорцгоо 7 хоногт 2 хийнэ шүү дээ, хүүхдүүд ирсэнүед. Эд нарыг ирээгүй үед бол нэг л хийнэ. Ихээр нь хийхээр хатчихна шүү дээ.

Шар тос хэр их авдаг вэ?

Өөрийнхөө хэрэгцээнд л авна даа. Зун хүүхдүүд иднэ, дүү нар ирэхээр өгчихнө.

Намартаал 10- 20 кило шар тос авдаг. Өдөрт 3 тогоо сүү хөөрүүлдэг.

Цагаан сарын шинийн нэгний өглөө та юу хийдэг вэ?

Цайгаа чанаад л, дээжээ өргөнө. Хангай дэлхийдээ л өргөнө. Дээлээ өмсөөд, алчуураа боогоод л, заавал бооно. Толгой нүцгэн өргөж болохгүй, хөгшчүүд л заавал толгойгоо боо гэдэг. Хоол цайныхаа дээжийг бурхандаа тавина. Дараа нь маргааш өглөөнь босоод өргөчихнө.

Танайх өвлийн идишинд хэдэн мал иддэг вэ?

Нэг бод, арваад бог гаргана даа. Нэг бод нь үхэр. Өөрсдөө л иднэ. Ийш тийш нь явуулахгүй ээ, хүүхдүүддээ тус тусад нь гаргаад явуулчихна. Борц хийнэ. Борц нь 6 саргээд дуусгахгүй бол их удхаараа гашуурчихдаг юм. үхэр, ямааныхаа махаар борц хийнэ. Хонины махаар борц хийдэггүй, хуучраад идэж болдоггүй гэдэг.

Жилдээ хэдэн тооны мал хэрэгцээндээ зарж үрдэг вэ?

Нэг их зардаггүй ээ, хориод, гучаадыг л зарна. Амьдаар нь зарна. Ноднин бол үнэлгээ гайгүй байсан шүү дээ. Төлөг 150 мянгатай, эр хонь 200 мянгатай байсан. Энэ жил үнэтэй л болсон дуулдаж байна. Цувуулаад л зардаг, хүн авна гээд ирхээр нь. Сургууль соёлын хүүхэд байхгүй болохоор болдог юм оо.

Оршуулгын хоолонд ямар хоол иддэг вэ?

Сүүтэй, үзэмтэй будаа л иддэг. Махан хоол иддэггүй, дургүй байдаг. Өгөх нь өгдөг юм аа. Талийгаачийн ар тал дургүй байдаг, улаан юм гээд тэгдэг байх. Цагаанаараал байдаг. Намайг хүүхэд байхад будаа л өгдөг байсан, одоо улсууд янз бүрийн хоол өгдөг. Тэр бол найр наадам болж байгаа юм шиг эвгүй л юм байна лээ.

Жирэмсэн эх юу идэж уух тохиромжтой вэ, юуг цээрлэдэг вэ?

Өө тийм юм мэдэхгүй шүү дээ, бид нар бол хөдөлсөөр байгаад л төрнө. Одооны хүүхнүүд бол сууж байгаад л төрдөг. Цаанаас нь суу л гэдэг юм байна лээ.

Тэмээний мах иддэг үү?

Идэхгүй, энэ нутагт байхгүй. Дээр үед байсан, тэмээгээр нүүдэг байсан, одоо бүгд машин тэрэгтэй болсон болохоор үгүй хийчихсэн. Зарчихсан. Тэгээд манай энд чинь тэмээ байхаар хулгай авчихдаг. Наймаачдад л зарсан даа. Дээр үед жирэмсэн хүн идэхээрсэтэрхий уруултай хүүхэд гардаг л гэдэг байсан.

Настай хүн өргөж байхад хоолон дээр нь юуг анхаардаг вэ?

Бантанд л их дуртай. Зөөлөн хоолонд л их дуртай. Хуурай хоол тохиромжгүй байдаг. Шөлтэй голцуу хоол л өгдөг.

Хээрээс зэрлэг ургамал жимс түүдэг үү?

Манай энд сонгино ургадаг, тошлой байна. Таана хөмүүлийг бас хүмүүс даршилжиддэг. Тошлойг түүгээд л идчихнэ, варень хийж иднэ. Таана хөмүүл сайн, мал их таргалуулна. Хүний биед бас сайн, сонгино л гэсэн үг.

Та нар гахай, тахианы мах хэр их иддэг вэ?

Ер нь хэрэглэхгүй шүү дээ. Тохиолдлоор идэхэд идэж чаддаггүй ээ. Нэг сонин, гахай шувуу гэхээр л сонин санагддаг. Загасны мах ч иддэггүй. Хөндөөнийхөн ч өөрсдийнхөө хотноос л махаа иднэ.

Өдөр тутамдаа ямар хоолыг их давтамжтай иддэг вэ?

Шөлтэй хоол, цуйван л иднэ. Хонуулсан хоол нэг их идэхгүй. Сүүлийн үед л идэхгүй болоод байна, залуудаа хүүхэд бага байхад иддэг байсаан.

Өвлийн өдөр ямар хоол унд иддэг вэ?

Өвлийн өдөр чинь өглөө босоод боорцог боовоо л голцуу иднэ дээ, хонинд ааруулиднэ. Өлсөхгүй.

Ариун идээ гэвэл та юуг нэрлэх вэ?

Цагаан идээ л байна даа, махыг бол улаан идээ гээд байдаг.

Ангийн мах иддэг үү?

Манай хөгшин ёстой ан хийдэггүйдээ л иддэггүй. Айлд бол иднэ. Тарвага иднэ шүү дээ.

Эмчилгээний зориулалтаар шувуу агнадаг уу?

Шувуу ёстой агнадаггүй. Би нэг хагалгаанд орохдоо хойлгийн мах гээд хүнээс нэг жийхэн юм аваад идсэн, тэрийг идсэн чинь ердөө цус гардаггүй л юм байна лээ. Хагалгаанд орохоос нэг хоногийн өмнө л уусан, шархаа боолгоход цус гардаггүй юм байна лээ, хурдан анина.

Орчин үед малын махан дотор бодис холилоо гээд ярьж байна аа, тэрийг сонсоод ямарсэтгэгдэл төрсөн бэ?

Мөнгө олох гээд л янз бүрийн арга сэдэх юм. Бид нараас бол эд нар чинь зүгээр эрүүл мах авдаг шүү дээ. Тэгээд л аваачаад муутгахгүй гэдэг юм уу яадаг юм. одоо тэгээд махан дээр л Мэргэжлийн хяналт л сайн ажилламаар юм биш үү.

Малчид ер нь өвчнөөр үхсэн, зуданд үхсэн малаа борлуулах тохиолдол байна уу?

Үгүй шүү дээ. Өгөхгүй шүү дээ. Тийм муухай юмыг чинь яаж өгөх юм, тураад үхсэн, ямар ч махгүй, зүгээр л нэг яс, арьс хоёр.

Аймаг, хот ороод цайны газар, ресторан эд нарт ороод ямар хоол авч идэх дуртай вэ?

Хоол авч идэх дуртай, гэхдээ махнаас нь жаахан айгаад байдаг юм. Сэжиглэнэ ээбас. Үхрийн махтай хоол л голдуу авч иддэг.

Оторт явдаг уу танайх?

Явна, хоёулаа л явчихна. Хоол хүнс нь иддэгээрээ л явна. Дээр үед бол замбаа гурил гэдгийг шар тостой авч явдаг. Хоолныхоо хажуугаар, өглөө, өдрийн цайндаа хэрэглээд л. Энэ эрүүл мэндэд сайн шүү дээ, үнэтэй болчихсон одоо. Хөх тариаг тариад, тээрэмдээд, хуураад л иддэг. Уг нь хийдэг байсан чинь одоо бэлэнчлээд л авдаг болсон. Энэ жил үнэтэй болчихсон байна лээ, 9000 болчихсон байна лээ.

Нүүдлийн цайны ёс байна уу? Танай нутагт?

Байна байна, байгаагаа л өгнө. Тэр айл нүүж ирж байгаа гээд мэдвэл хоол бэлдэнэ.

Танайх давстай цай чанадаг уу?

Давстай чанана аа. Уг нь давсгүй хоол цай ид, уу гээд л байх юм. сурчихсан болохоор ууж чадахгүй юм. сулруулсан тал байхгүй, хэрэглэдэгээрээ л хэрэглэж байна. Нуурын давс хэрэглэнэ ээ, иоджуулсан давсыг хортой гээд байх юм.

Давснаас эхлээд эрүүл мэндийн тухай, хоол хүнсний тухай зүйлсийг зурагтаар хардагуу, сум орон нутгаас зориуд хэлж ярьдаг уу?

Дандаа зурагт радиогоор л сонсоно. Эрүүл мэндийн нэвтрүүлэг сайн үзнэ, гэрт байгаа нөхцөлд.

Ус, айргаа ямар саванд хийж байна?

Пивор саваа 1, 5 эд нарт л хийж байна. Уг нь солих боломж байгаа л даа. Амт нь өөрчлөгддөггүй шүү дээ.

Монгол хүнд хамгийн тохирсон хүнс юу вэ?

Өөрсдийн гараар хийсэн хүнс л байна даа. Боорцог боовоо өөрсдөө хийх, гурилаанухаад хоолоо хийх гээд.

Өөх иддэггүй залуучууд байдаг шүү дээ, тэрийг юу гэж боддог вэ?

Дээр үеийн хүмүүс чинь өвчингүй байдаг нь өөхөндөө л байгаа байх, манай хүү иддэггүй байж байгаад иддэг болсон шүү дээ, өөх сайн гээд. Малын дотор талын өөх муу, гадар талын өөх сайн гэдэг юм. Дотор өөхөө боовондоо хэрэглэнэ. Хайлуулж, тос гаргана. Өөх идэхгүй хүнийг амныхаа хишгийг хаяад гэдэг, арчаагүй. Амны хишиг гэдэг чинь юм юмтай байна гэсэн үг л дээ. Сүүлийн үед хүмүүс гэдэс, толгойгоо идэхгүй байна, тэр чинь амны хишиг л шүү дээ. Малаас хаядаг юм байхгүй, баас, шээсийг нь л хаях байх даа.



Таны овог, нэрийг хэн гэдэг вэ?

Данзангийн
Гүнчин.

*Таны ургийн
овог юу вэ?*

Чангас.

*Та хэдэн онд
төрсөн бэ?*

1950 оны бартай.

Таны үндсэн харьяалал хаанахын хүн бэ?

Увс аймгийн Улаангом сумын Хархираа 2-р баг.

Үндэс угсаа юу вэ?

Дөрвөд.

Та шимийн архийг эхлээд эмэгтэй хүнд өгдөг болсон тухай ярьж өгөөч?

Ноён хүнийг явж хулгай хий гэж гэнэ. Ноёны найман зурхайч, амь нас даадаг найман зурхайч лам байсан байна л даа, тэгээд одоо ийшээ явж хулгай хийхгүй бол маргааш өглөө ноён үхнэ шүү гэж зурсан гэж байгаа юм. тэрний амаар байдаг учраас сөө[шөнө] морио тохож аваад явж байсан нэг хүн дайрч. Тэр хүнтэй уулзаад, тэд хоёулаа хулгай хийдэг гэж явна аа. Ямар юм хулгай хийх нь вэ гэтэл, ноёны сэтэртэй цагаан цар[шар үхэр] тарган, тэрийг авч алж иднэ ээ гэж хэлж л дээ. Тэгсэн ноён аваад ир гэж хэлжгэнэ ээ. Ноён гэдгийг нь мэдэхгүй юм чинь, аргагүй шүү дээ. Тэгээд аваад ир гэсэн яваадяваад байж байж ирсэн хоосон хүрч ирсэн. Яагаад авчирсангүй вэ гэхлээр, тэдний хатантан байна аа, ноён алдаг гэж байна аа, хор найруулж байна аа. Өглөө бас нэг хуралцуглаан болдог гэж байна, түүгээр архи амсуулж, ноёноо алдаг гэж байна, сэтэртэй цагаан царыг нь авч би чадахгүй юм байна аа. Би бас ямар хулгайч боловч ноён алагдахгэж байхад сэтэртэй цагаан царыг нь авч чадахгүй ээ гэж гэнэ. малгайгаар нь өглөө нэгнээ тания аа гээд малгайгаа солиод ирээд хэвтчихсэн гэж байгаа юм. Тэгээд л одоо өглөө найр болоод л сөн эхэлчихсэн, тэгээд л хамгийн түрүүнд ноёнд ирсэн гэж байгаа юм л даа. Тэгэхээр нь “ирэг сүүлээ танихгүй, идээ эзнээ танихгүй” та амсчих даа гэж эмэгтэйд хэлсэн. Хор гэдгийг нь тэр чинь мэдэж байгаа болохоор дөнгөж уруулдаа хүргэв үү хийсэж байсан гэж. Түүнээс хоор л [хойш] энэ архийг амсдаг болсон гэж манайаав тэгж ярьж байсан даа.

Манай аав бол ноёны найман зурхайчийн шавь байсан хүн. Данзан гэдэг хүн байсан. Малчин л байсан. Зурхай зурдаг лам хүн байсан, одоо номын тал манайд байна л даа. Тийм учиртай түүх юм гэлээ. Одоо тэгээд гэрийн эмэгтэй хүнд заавал амсуулж байдаг, нэгэн бодлын хүндэлж байдаг, хоёрон бодлын хортой байдаг үгүйг шалгаж байдаг юм гэж хэлж байсан. Тэгэхэд цагаан архи байхгүй, шимийн архи л гэж байсан. Манай Монгол улсад Оросоос л орж ирсэн цагаан архи гэдэг юм.

Одоо та айлын нагац хүн байна шүү дээ, ямар ямар зан үйлд нагацын хувьд оролцожбайна?

Найр хурим энэ тэр болохлоор юм болно шүү дээ. Хүндэлнэ хүндэлнэ, ямар ч байсан, орж ирэхээр нэг цай чанаж өгөөд, хоолтой байвал хоол хийж өгөөд л гаргана шүү дээ, хүчээр. Дом болох дээр хүүхдэд нь нэг чимх арц хийж өгөх жишээтэй, тэр аавынхаа судраар нэг толгой дээр нь цохих, тийм л юм байхгүй юу. Болно оо тэр. Эднүүдхүрч ирдэг нь ирдэг.

Гэр бүрэлгэнд ямар ажил хийх вэ?

Гэр бүрэлгэнд хажууд ирээд суух жишээний л байхгүй юу. Энд л лавтай голлож сууна. Ээж аав шиг л хүндэлнэ. Манай энд “хүний эх нь нагац, усны эх нь нагац” гэдэг нэг домог байдаг юм. Тэхдээр бараг ээж ааваас нь илүү хүндлүүлдэг юм байхгүй юу.

Нагац хүн чинь бөөр мөөр иддэггүй, нагац хүндээ тавьдаггүй гээд байна шүү дээ. Хоол тавилаа, дотор тавина, гэхдээ бөөр тавихгүй, зүрх тавина. Тийм учиртай. Нагац ахын хажууд дал барихгүй. Нагац хувхайрна гэж дал барьдаггүй гэж байгаа юм. Нагац ахаан хүүхэд өөтвөл өмднийх нь өлх гэж байдаг, тэрнийг барьж очоод дом хийдэг. Хонийг хулгайлж аваад авчирч домнодог гэдэг юм. Бэр хүн чинь нагац ахын хажууд хамаагүй юм хэлдэггүй ээ, толгой нүцгэн суудаггүй ээ, ер нь аюултай. Тэр нагац ах ирж хонох дээр энэ бэр хувцсаа тайлахгүй байж байгаад лаа гэрлээ унтрааж байгаад тэгээд хувцсаа тайлна. Тэр нь нагац ахаан хүндэлнэ ээ гэсэн үг.

Та одоо өвлийн идшиндээ ямар мал иддэг вэ?

Хой, ямаа, үхэр идчихнэ. Адуу иднэ, тэмээ иднэ.

Эндхийн адууны махны үнэр амт ямар вэ?

Хүчтэй, хүчтэй. Учиргүй хүчтэй. Таанууд манай эндхийн махан гэдэг ямар хүчтэй гэж боднов. Би Эрдэнэтэд 4 жил боллоо, манай хүүхдүүд мах ирээд буцалж байхад надад мэдэгдэхгүй байгаа юм, тэд нар -пий Увсын махан ирээд байна уу гэж тэндхийн улсууд тэгж байгаа юм шүү дээ. Манай эндхийн адууны мах шар өөхтэй, тэндэхийн адууны мах хувхай цагаан өөхтэй. Тэр өвснөөсөө болж байгаа юм. Чанар нь алдсан, олон жил болсон өвснөөс болж байгаа юм, эндхийн өвс бол чанартай. Манай хужир давс ихтэй. Зуны улиралд адууны мах иддэггүй гэж дээр үед хэлж байсан юм, өвлийн улиралд иддэг гэж хэлж байсан юм. Хуршсан мах идвэл цөсөнд хүрнэ ээ.

Ан хийдэг байв уу та?

Бүх төрлийн ан хийдэг байсан. Хөдөлгөөнтэй, манай нутагт байсан бүх амьтнаасалж байсан. 800-ийн буу авч байлаа, калиабр буу авч байлаа, тийм тийм буутай байлаа шүү дээ. Буга, тураг гөрөөс, янгир, аргаль, зүр [бор гөрөөс], чоно, тарвага, гахай, ирвэс байна. Хоршоо бас ан авч байсан. Махыг нь тушаадаг. Тэрүүгээр нь сургуулийн хүүхдэдхоол өгдөг байсан. Төлөвлөгөөтэй, төдөн аргаль, төдөн буга гээд хуваарилаад анчдад өгнө.

Тийм ажлыг хамгийн сүүлд хэдэн онд хийсэн бэ?

Өө одоо 20, 30 жил өнгөрсөн. 30 жил болж. 1980 хэдэн онд л тэгэж байсан. 3 гахайалсан. Хүн болж 3 гахай алсан. Аймгийн музейд байсан гахайг би алсан юм. Яг тэр зурагт

таарсан гахай алж ир гээд. Бямбажав гээд музейн дарга явуулсан. Надад 200 цаас өг лүүяалаа, нэг бичиг өгсөн чинь бичиг нь гээгдчихсэн байна лээ.

Ангийн эд эрхтнээс эмчилгээнд юу юу хэрэглэдэг вэ?

Янгир гөрөөсний элкэн чинь элэг цөсөнд сайн. Хаврын яргуй идсэн гөрөөсний цусыг уудаг. Гахайн элгийг элэг муутай хүн иддэг юм гэсэн.

Ан хийгээд өөрсдөдөө юм авдаг уу, шууд тушаадаг уу?

Дээд, доод талаас нь иддэг махыг нь авдаг л байсан. Килолуулаад л өгдөг байсан.

Буга алаад тусгайлан ямар нэг зан үйл үйлддэг үү?

Бугыг дөрвөн хөлөөс нь мөргөдөг л юм. Хүндэлж байгаа нь тэр. Буга ер нь эр хүний алаад байдаггүй амьтан. Хамгийн аюултай. Бугын махыг иднэ, гөрөөсөнд хаядаг юмбайхгүй, монгол мал шиг л иднэ. Намар яг тэх угалз ороо нь орохоос өмнө ална гээд л тэдэн угалз ирлээ, төдөн буга ирлээ гээд л.

Тэр үед тоотой агнаад болж байжээ. Одоо үед хууль дүрэм гараад агнуулахгүй байхаартоо толгой нь өсөж үржээд олон болоод байгаа гэсэн үг үү? Хулгайн ан байна уу?

Одоо алдаг хүн байхгүй. Ан дууслаа шүү дээ. Тарвага бол би жилдээ муудлаа гэхэд 100-гаад, сайн аллаа гэхэд 200 хүргэж алж байлаа. Хоршоо авч байлаа, нэг дугуй арьс 17 цаас байсан гэдэг чинь үнэтэй байсан байгаа биз дээ. Хамгийн муу мөндөл гэхэд 95 мөнгөн байлаа шүү дээ. Одоо тэгээд тарвага нь дууслаа, тарвага байхгүй. Алахаа байгаад хэдэн жил болов? Бараг 20-оод жил болж байна. Одоо үзэгдэхгүй. Тарвага цусаадагаж өсдөг гэж урьд настнууд хэлж байсан. Цусаа үзээд өсдөг амьтан гэж. Агнахгүй байхаар бүр байхгүй болоод байдаг. Өвчин гарна, алаад байвал өвчин гарахгүй. Зурмыг 200, 300 хүргэж алж байлаа, одоо зурам нүдний гэм боллоо.

Одоо ясан эвэр авах хориотой гээгүй юу, өдийд унаад дуусаад байгаа байх. Хориотой, унасныг нь авсан ч хориотой. Лав унаж байсан эврийг авч байсан. Нэг явж байсан харгай тачигнаад л, ийгээд л халиахаар баас нь байна аа, дахин мөрдөөд явсан нэг бүдүүн эвэр мөр дээр унаад, цус нь гоожоод унадаг юм байна лээ. Тэгсэн 4 буга ташгайгаар явж байсан чинь 2 нь эвэртэй, 2 нь эвэргүй байсан. Тэр 8 килограмм болсон, 50-аад мянган цаас болсон.



Та хэдэн онд төрсөн бэ?

Таны ургийн овог юу гэж явдаг вэ?

Яргай.

Таны овог, нэрийг хэн гэдэг вэ?

Жодовын Янжив.

Үндсэн харьяалал хаана вэ?

Увс аймгийн Завхан сумын Хяргас нуур баг.
Гуравдугаар баг, хөдөөний баг. 1962 онд төрсөн, үхэр жилтэй.

Үндэс угсаа юу вэ?

Дөрвөд.

Та энэ сумын уугуул хүн үү? Хаана төрсөн бэ?

Уугуул уугуул. Гилбэнийхээ ард Хамар өтөг гэдэг газар төрсөн.

Та хэдэн оноос хойш сумын төвд амьдарч байна вэ?

2006 оноос хойш. 8 жилийн сургууль төгсөөд л, хөдөө мал маллаад л, хүүхэд сургуульд сургаад л төвд орж ирсэн. Би тэгээд дээл хувцас оёдог, ганц нэг арьс хөрс элдэнэ.

Дээл оёхоо хэнээр заалгасан бэ?

Манай ээж уран хүн байсан, 4-р ангиасаа дээл оёж эхэлсэн. Сургуульд байхдаа орны тор хатгах гээд янз бүрийн л юм хийж сурсан. Хонины, хурганы арьс элдэнэ. Хониныхоо ноосоор утас ээрнэ, юм ширнэ, гэр орныхоо юмыг оёно.

Дөрвөдүүдийн өмсдөг хувцсыг юу юу гэдэг вэ?

Дээр үед цэгдэг тэрлэг, ямааны арьсан гутал энэ тэр өмсөж байсан. Сүүлийн үед зүгээр л дээл хувцас өмсдөг болсон. Сүүлийн үед картын бараа мараанд орж байх үед бид нар чинь малынхаа илгийг элдээд оёод тоохуу гутал оёод өмсөж байлаа. Анх тэгэж тоохуу гутал хийж байлаа.

Тоохуу гутал нь ямар онцлогтой гутал вэ?

Дулаахан эсгий ултай. Өвлийн цагт хөл даардаггүй, өвөлд л өмсдөг. Зун өмсвөл зуныхаар хийж болно шүү дээ. Усан дотор өмсөж болохгүй. Арьсаа элдээд морины хомоолоор утаад шав шар өнгөтэй болгоод хийдэг. Бас хар модны холтос будаг болдог юм, тэрүүгээр бас будна. Буцалгаад байхаар хүрэн бор сайхан өнгөтэй болдог. Архад гээд айргийн хөхүүрийг

тийм өнгөөр будчихсан байдаг.

Цэгдэг тэрлэгийг та хийдэг үү?

Хийж үзээгүй. Их л гоё юм байдаг юм билээ. Наранбулаг талдаа тэр Эргэл баяны хүүхдүүд телевизээр сурталчлаад байна лээ шүү дээ. Юүдэн малгайг манайхан ерөөсөө оёж чадахгүй байна. Бид нар тэр эсгүүрийг мэдэхгүй хаягдсан байна лээ. Эрэгтэй улсуудхонины арьсыг элдээд, цагаанаар нь хар юмаар кантлаад эмжээд тэр их гоё дээл байдаг байсан. Цагаан нэхий дээл гэж. Би бас оёж үзээгүй. Би ер нь сүүлийн үеийн монгол дээлл оёж сурсан.

Арьсыг яаж сайхан элдэх вэ?

Хужир, давстай цагаагаар эхлээд сайхан идээлнэ. Гурав идээлчихээд тэгээд махлаад, тэгээд сайхан гараараа нухлаад. Модоор элдээд, модонд хөрөө шиг шүд гаргачихдаг юм. тэрүүгээрээ элдээд янзын гоё зөөлөн болдог. Манайхны арьсанд тос гэжих юм байна, тэр тосыг нь гаргах гэж бөөн ажил болдог. 7- 14 хоног болно оо, морины хомоолоор сайхан утаад тосыг нь гаргана. Аль болох зөөлөн бол гоё болно. Эр хонины арьс чинь хэцүү тос ихтэй, хөрс ихтэй.

Үйлдвэрийн аргаар элдэх, гар аргаар элдэх хоёрын хооронд ямар ялгаа байдаг вэ?

Ялгаа маш их байгаа. Үйлдвэрийн элдэлт нь ер нь усанд л сойгоод байх шиг байх юм. Ноднин ховдын нэг авгай зүйчихсэн арьс аваачаад надаар хайчлуулсан юм, тэгсэн нэг л хатуу жигтэйхэн хачин юм байна лээ. Цагаан идээнд хөхүүлнэ гэдэг чинь хамгийн сайн байдаг байхгүй юу, тэднүүс чинь одоо усанд л хийгээд байдаг юм.

Хонины арьс элдээд та хэдэн төгрөгөөр зардаг вэ?

Хонины элдсэн арьс 30 мянга, хурганы арьс 25, 30 мянгатай байсан юм. Үстэйэлхийгээд зарах юм бол эрэгтэй хүний дээлэнд хонины арьс 8 ширхэг орно, 700, 800 мянгад зарна. Хурганы арьс бол 25, 30 ширхэг орно, сая гараад 200, 300 мянгад л өгчихнө. Тэгээд би ганц хоёр дээл оёод зардаг юм аа, арьсаа цуглуулаад, заримдаа нэг, заримдаа хоёр дээл хийдэг. Ноднин манайд 20-оод хонины арьс байсан юм, би 8-аар нь нэг дээл хийгээд тавьчихсан. Одоо 8 арьс байгаа, элдчихсэн. Дахиад нэг дээл оёно доо.

Хөдөө байхдаа ямар ямар цагаан идээ хийдэг байсан бэ?

Бүх л цагаан идээг хийнэ ээ. Таргаа бүрээд, айргаа бүлээд л. Богийн айраг л хийнэ, ямаагаа саана. Тогоо нэрнэ, архиа гаргана. Айргаа бүлээд шар тосоо авна. Эзгийбуцалгана, бяслаг хийнэ. Манайхан дөрвөд талдаа тараг бүрэх ховор, айраг хийх нь их. Тос авах нь их. Одоо сүүлийн үед жартад хийгээд л бүлээд л.

Хүүхэд угаахад юугаар угаадаг вэ?

Хүүхдийг гарчихаар нь тойг, борвины яс хийгээд л хар цайгаа чанаад л тэгээд хүүхдээ угаагаад л тослоод л. Гурав хоноод л угаадаг байсан. Чанасан цайн дотроо борви, тойгны яс хийгээд угаадаг. Тэгээд л хамгийн сайхан бойжилттой болно. Тэр борвитойг чинь байна шүү, хүүхдийн ядаргаа тайлна. Хий ядаргаа юманд л сайн гэж дээр үеэсхэлдэг. Дөрвөдүүд чинь бүр дээр үед хонины сүүлээр амлуулдаг байсан гэсэн, эмнэлэгт биднийг чихэртэй усаар амлуул гэдэг байсан, одоо бол өөрийнх нь сүүгээр амлуулдаг болсон гэнэ лээ. Хөхөөрөө амлуул гээд.

Хүүхдийн даахь үргээхэд ямар идээ ундаа тавьдаг вэ?

Цагаан идээ, мах шөлөө тавина. Ууц тавьдаггүй манайхан чинь. Зүгээр мах чанаад л амьтан, ах дүүгээ цуглуулаад л. Чихэр жимс тавиад л. Архи амсуулна. Архи гэдэг юм чинь бүх л юманд явж байдаг.

Хэдэн онд хурим хийсэн бэ та?

1979 онд хийсэн.

Хуриманд ямар ямар идээ ундаа тавьж байсан бэ?

Ууц тавина. 2 ууц тавина. Тэгээд л тавгаа өрөөд л, урт боов, мушгимал боов, алхадсан боов байдаг байсан. Дээр үед хэвийн ааруул ёстой мэддэггүй байсан. Би нэг өөрөө хэв хийгээд, зөөлөн модыг хутгаар малтаад. Ул боовны матигар хэв ч хийсэн, дотор нь жижигхэн хээтэй хэвнүүд хийсэн. Би гарын дүйтэй. Манай аав тийм хүн байсан юм, манай ах нарыг гэрлэж барьж байхад бүх юмыг нь өөрөө хийчихдэг байсан. Ах дүүнар, хажуу талын айлуудтайгаа идээгээ хуваагаад л идчихнэ.

Цагаан сарын битүүнд ямар идээ ундаа иддэг вэ?

Битүүнийхээ бузыг жигнээд л, зул хүжээ өргөнө. Хажуу талын айл хүүхдүүд оржирэхээр бууз баншаа өгөөд л, битүү хоол л идэх ёстой.

Шинийн нэгний өглөө эмэгтэй хүн юу хийдэг вэ?

Эмэгтэй хүн яах вэ гал бурхандаа зулаг дээжээ өргөөд л, гадаа гаргаж өргөөд л. Бид нар эмэгтэй хүн овоон дээр очдоггүй. Эрэгтэй хүмүүс овоон дээр очдог. Өглөө болгон л ер нь цайныхаа дээжийг өргөнө. Баян хангай минь дэлгэрч хайрла, хур бороогоо хайрла, олон түмэн, үр хүүхдийг минь өршөөлдөө авч хайрла гээд л аав ээждээ залбирчөргөхийг л дээж өргөх гэнэ дээ.

*Бурхандаа ямар
идээ тавих вэ?*

Ширээндээ тавьсан бүх юмныхаа дээжийг бурхандаа тавина. Зарим улсууд шагайт чөмөг их тавьдаг шүү дээ. Шагайт чөмгийг малын тулгуур л

гэдэг. Богино хавьсыг галдаа өргөдөг.

Танайх галаа тахьдаг уу? Хэзээ тахьдаг вэ?

Тахина. Эмэгтэй хүн л өөх тосоо хийгээд л тахина. Эрэгтэй хүн оролцохгүй ээ. Лам номоо уншина. Үхрийн аргалан дээр сүүлний өөх тавиад, сүүлний өөхөн дээрээ арцаа унгасгаад хэрэглэдэг.

Оршуулгын дараа ямар хоол иддэг вэ?

Цагаан хоол л иддэг юм, махан хоол иддэггүй л гэдэг юм. Сүүтэй цагаан будаа лиднэ. Одоо сүүлийн үед хамаагүй болчихсон байна лээ. Улаан идээ, хар идээ ерөөсөө гаргадаггүй, цээртэй байсан. Найрлаж байгаа юм уу, гэрээрээ нэг юм өрөөд. Эвгүй, одоохсэний найр хийгээд байгаа юм шиг. Зарим улсууд уурлаж байна гэсэн. Дээр үед чиньманай энэ дөрвөд ёсонд нэг гэр бариад тусдаа орчихдог байсан чинь одоо бол тэр хүнтэйгээ хамт, жаахан тусгаарлаад байдаг болсон. Хөшиг мөшиг татаад, тиймболчихсон байна лээ. Дээр үед манай дөрвөд ёсонд тийм юм байгаагүй.

Өдөр тутамдаа хамгийн их давтамжтай ямар хоол иддэг вэ?

Гурилтай шөл. Шингэц сайтай. Гэхдээ тэгээд бууз, хуушуураа иднэ ээ. Өглөөдөөцайгаа уугаад л, бэлэн хоол байвал идээд л. Орой л нэг хоол иднэ. Өдөрт хоол идэж сураагүй, тийм зав ч байхгүй. Өглөө нэг сайн цай уувал бүтэн өдөржин л дагаж байгаадирнэ. Хонь малдаа явахдаа юм авч явахгүй ээ. Ерөөсөө авч явахгүй, тамхиа л татчихвал болоо. Одооны хүүхдүүд ундаа, усаа аваад л, бараг хоол авч явах нь хол байна шүү дээ. 5 цагийн үед л нэг эртхэн хоол идчихдэг.

Та хоёр хэдэн хүүхэдтэй вэ?

Манайх 9 хүүхэдтэй. 7 эрэгтэй, 2 охин хүүхэдтэй. Дээр үеийнхээ аргаар л зодох цагтаа зодно. Хамгийн бага нь л дураараа. Эмч хийдэг юм, эмнэлэгт. Суданд нэг явна, Японд нэг залуу явна. Хотод нэг залуу явна.

Өвлийн идшинд ямар ямар мал төхөөрдөг вэ?

Нэг адуу юм уу нэг тэмээ, эсвэл хоёуланг идээд, 5,6 бог идээд л, хот хорооныхоохүүхдүүдтэйгээ хувааж иднэ. Борц хийнэ, 3, 4 ямааг борцолдог. Манайх үхэр байхгүй, тэгээд үхэр иддэггүй ээ. Ямааны борц өөх тос багатай байдаг юм. хотын хүүхдүүдийг худалдааны мах идүүлэхгүй гээд эндээс хайрцаглаж савлаад л явуулна.

Загас иддэг үү?

Манай хүүхдүүд ганц нэг загас шарахаар идчихдэг. Тэр тахианы мах зүгээр л юмбайна лээ. Манайхны нуурнууд чинь загас ихтэй. Тэр загас чинь гоё юм аа. Хяргас нуур, Айраг нуураас их загас барьдаг.

Загасны мах юунд сайн юм бэ?

Ядаргаа, бүх л юманд сайн гэсэн. Залуучууд чинь ажилгүй, бараг бүгд л загасанд явж байна. Захиалгаар хэдэн тонн энэ тэр гээд гэрээ хийчихдэг, гаднаас, аймаг, хотоос ирээд авчихдаг. Тороор бариад түүгээд авчихдаг.

Дээр үед энэ нууруудаас загас барьдаг байсан уу?

Үгүй, үгүй. Тэр мал идээтэй болоод тэр юм уу, завтай чөлөөтэй хүн байхгүй болоод тэр юм уу, ерөөсөө загас иддэггүй байсан. Загастайг нь мэддэг л байсан байх даа. Тэр үед чинь ажилгүй хүн гэж байхгүй, бүгд л завгүй. Хашаа худаг, барилга байшин гээд бүгд ажилтай. Сандалай гэдэг нэгдэлд ажиллаж байсан. Давс шүүдэг тийм нуурын нэр. Улаан, цагаан давстай. Би болохоор үнээ саана, 20 гаруй үнээ. Сүүлд нь хүүхдүүддээ тараагаад утсан. Манай сумынхан чинь үхрээ 2000 онд бараг дууссан шүү дээ. Манай энд үхрийн бэлчээр байхгүй, тэгээд үхэр дууссан. Түүнээс биш Говь-Алтай, Завхан үхэртэй.

Тэмээ төхөөрөөд юуг нь иддэггүй вэ?

Тэмээг бид нар саана. Би хөдөө байхад 10-аад ингэ төрдөг. Тэмээг тэгэхэд хонь шиг л хариулдаг байсан. Одооны энэ залуучууд маллахгүй байсаар догшин зэрлэгамьтан шиг болгочихсон.

Тэмээний мах ямар онцлогтой вэ?

Тэмээний мах чинь хамгийн сайхан мах. Шингэц сайтай. Дотор талаас нь элэг, уушиг, бөөр, дэлүү, гүзээг нь идэхгүй. Зөвхөн зүрхийг нь л иддэг. Бас сүүлийн үед уушигэнэ тэрийг нь идээд байгаан биш үү. Бөх нь өөхтэй, гоё шүү дээ. Тэрийг чинь бор махтайгаа хольж бариад иддэг юм. Хиам энэ тэрд тэр бөхийг хийнэ. Толгойны махыг ньшулаад авахаар 60 буузны мах гардаг. Тэмээний мах чинь хөнгөн чанарын, бууз, хуушуурт хамгийн гоё тохиромжтой.

Жирэмсэн үедээ юу иддэг байсан бэ? Одоо үед энэ талаар хэлж захидаг уу?

Бидний үед чинь жирэмсэн боллоо гэж нэг эмчид хэлнэ. Төрөөд ирээд нэгөвдөхөөр эмчид хэлдэг байсан. Янз бүрийн юм ерөөсөө хэрэглэж үзээгүй. Заримыг гэртээ ч төрүүлж байсан. 2 хүүхдийг маань манай ээж эх барьж авч байсан. Одооны улсууд жирэмсэн болохоор эмнэлэгт л орон дээр л хэвтэж байх юм байна шүү дээ. Дээрүед аргал түүдэг байсан. Еээ одоо доошоо гарлаа гээд л ямбатай одоо. Тэгээд эмнэлэг чинь янз бүрийн витамин өгөөд л, 3 сартай, 5 сартай гээд л эмнэлэгт үзүүлж байх юм. Бибол 9 хүүхэд төрүүлэхэд тэгж байгаагүй, нүдгүй сохор, дүлий хүүхэд гараагүй л дэг. Хоол унднаас л болдог юм байлгүй дээ. Ямар эмзэг болчихдог юм, хөөрхий. Энэ янз бүрийн ундаа ус, жимсэнд байна уу, тэрнээс биш малын

маханд байхгүй.

Төрөөд нялх биетэй эмэгтэй юу идэж, уудаг вэ?

Төрөөд 7 хоног хонины шөл ууна, давсгүй цай ууна. Гурилан юм их иддэггүй байсан.

Хөхөнд сүү оруулахад юу өгдөг байсан бэ?

Шар будаатай цай уулгадаг л гэдэг байсан. Тарианы гурил хэрэглэдэг, сайн л гэдэг байсан. Тэр үед улсууд чинь тариагаа өөрсдөө тариад иддэг байсан, тэр их сайн байсан шиг байгаа юм, дээр үеийн улсуудын хөл, гар ердөө өвддөггүй байсан.

Давстай цай уудаг уу танайх?

Давстай цай ууна. Төрөхөд л 7-14 хоног уудаг байсан, биед сайн гээд. Ер нь давсыг бид бага хэрэглээд байгаа юм аа. Дээр үеийн улс бол чанга давстай уудаг байсан. Янз бүрийн юм, цөс өвддөг энэ тэр гээд давсаа сулруулаад л байгаа. Иоджуулсан давс идэхгүй бол болохгүй гээд л нэг хэсэг тэгсэн. Одоо бас хаяад л.

Хээрээс та нар ямар зэрлэг ургамал, жимс түүж хүнсэндээ түүдэг вэ?

Хээрээс гоёо гэж түүдэг юм, суль, сулхир түүнэ. Сулхир гэдэг юм чинь гурил энэтэр нь элэгний вируст сайн гэсэн. Чанаад шүүсийг нь уухаар элэгний вирус арилдаг. Гоёо бас элэг, цөсөнд их сайн. Гоёо гэж элсэнд ургадаг юм.

Архи, тамхины хэрэглээ танай нутагт хэр байна вэ?

Байлгүй яах вэ, хүүхдүүд их тамхи татаж байна. Хөдөө манай 4 залуу байна. Тэр4 ерөөсөө тамхи татахгүй. Хотод сургууль дамжсан нөхдүүд тамхи татаад байх юм. Би бүр гайхаад. Та нар яахлаараа татдаг юм, сургууль соёлд сурсан байж гээд.

Архийг идээний дээж гээд байдаг шүү дээ, одоо тэр утгаа хадгалж байна уу?

Баяр ёслол дээр байх ёстой л идээ юм гэсэн. Тэрийг хэтрүүлж хэрэглээд байх юмбайна шүү дээ.



Хаана төрсөн билээ та?

Цагаан түнх.

Таны ургийн овгийг юу гэдэг вэ?

Тайж овогтой.

Алдар нэр тань хэн гэдэг бэ?

Наян овогтой Орлом.

Хэдэн онд төрсөн бэ, та?

1949.

1949 он гэхээр ямар жилтэй вэ?

Бар жилтэй.

Аль багийн нутагт байдаг вэ?

I баг.

Одоо үндсэн харьяалал хаана вэ?

IV баг, сумын төвийн оршин суугч. Шар булаг баг.

Та тэгээд насаараа сумандаа ажиллаж хөдөлмөрлөсөн үү?

Би чинь 19 настайгаасаа эхэлж улсад хүчээ үнэлүүлсэн. Манай энэ хөгшин чинь багш хүн. Тэгээд анх энэ Наранбулаг суманд айл хунар болоод тэндээс ажлынхаагараагаа эхэлсэн байхгүй юу. Тэнд арван жил ажиллаад. Тэгээд энэ сумандаа ирээд ажиллаж байгаад дахиад Өмнөговь суманд сургууль дамжаад л, тэгээд эргэж ирээд сумандаа ажиллаж байгаад тэтгэвэртээ гарсан. Тэр хооронд яахав, сургуульд л ажил хийж байгаад Соёл урлагийн дунд сургуулийн номын сангийн анги төгсөөд, тэгээд тусгай дунд боловсрол олж аваад тэгээд тэрүүгээрээ ажиллаж байгаад тэтгэвэрт гарсан.

Хэдэн онд тэтгэвэрт гарсан бэ Та?

Өөө көк тэнгэр, одоо хэдэн он бол доо. Одоо энэ чинь 2022 юм чинь одоо бараг чодоо 20-оод жил болж байгаа л даа.

Тэтгэвэрт гараад та юу хийв?

Тэтгэвэрт гараад яахав жоохон жуухан наймаа хийдэг байсан. Дэлгүүртэй байж байгаад жоохон наймаа энэ тэр хийж байгаад сүүлдээ хувийнхаа малыг өсгөх гээд мал дээр гараад үзээд л тэгээд яахав. Яадаг юм дээ чадал чансаа доройтоод ирэхээр нь тэгээдл суурин амьдралд шилжихгүй юу даа. Угаасаа жоохон энд ажиллаж байсан болохоор. Гэр орон, хашаа,

суурин амьдрал энд байсан. Тэгээд яахав өөрөө ингээд хүүхэд мүүхэдтэйгээ нийлж хөдөөгүүр яваад тиймэрхүү маягаар тэгж явж байсан.

Одоо тэгээд өвөө та хоёр ямар, ямар малтай вэ?

Эээ көк тэнгэр одоо тайлаг хэдэн үхэр л байна. Тэгээд өөр юм байхгүй.

Ерөнхийдөө тэтгэвэртээ гараад тэр үхрүүдээ л өөрсдийн гараар малласан уу? Өө тийм, өөрсдийнхөө гараар маллана. Тэгээд мах сүү юм хум худалдаж авахгүй. Тэгээд өөрөө тэрнээсээ хэрэгцээгээ хангачихна.

Жилд тэгээд ерөнхийдөө ямар, ямар төрлийн бүтээгдэхүүн хийж байна?

Би одоо тэгээд ямаа мамаа гэж байхгүй. Байх ч гэж дээ саахгүй. Тэгээд голдуу үхрийнхээ сүүгээр ааруул, ээзгий, бяслаг, айраг хийгээд л хүүхэд шуухдадаа.

Нөгөө үхрийн айраг гэдгийг хийдэг үү?

Тийм, яг үнэн. Үхрийн энэ ч одоо тэгээд үхрээ саалаа, тэгээд үхрийнхээ сүүг би түүхийгээр нь хийдэг байхгүй юу, шүүгээд ямар нэгэн газар ингэний айрагны ч юм уу, жаахан иссэн эх авч байгаад тэгээд тэрэн дээрээ үхрийнхээ түүхий сүүг хийгээд, хутгаадтэгээд гоё айраг гарна шүү дээ. Нээх тэгээд гашуун биш, яагаав нөгөө түүхий сүүнийх учраас амтлаг байдаг байхгүй юу. Одоо бид нар чинь заримдаа аарцтай ундаа ууж байна шүү дээ. Тэрнээс одоо илүү л гоё байхгүй юу, тэгэхдээ хүүхдүүдийнхээ хэрэгцээ, өөрийнхөө хүүхэд шуухад, ойр тойрныхоо хүмүүсийн хэрэгцээг хангачихдаг л байхгүйюу.

Эрүүл мэндийн хувьд ер нь юу, юунд хэрэгтэй вэ?

Тэр чинь эрүүл мэнд гэж мэдээж олон талын юманд хэрэгтэй байгаа шүү дээ. Хүүхдүүд чинь ханиалгаад ирнэ. Тэгээд жоохон бие мие нь сульдчихдаг юмуу, хот хүрээнээс ирсэн хүүхдүүд чинь янз бүрийн чихэрлэг юм голдуу идээд л тэр мэрийг чиньбас тэрнээсээ хойш нь тавиад идэхгүй юм тохиолдоно л доо. Өгөхөөр зэрэг шал өөр хурдан сэхдэг байхгүй юу, тэгэхээр тэр одоо хүмүүсийн хэлдгээр ориг гэдэг юм байна тээ. Яг малын сүү, ямар нэг хольцгүй. Ус ямар нэгэн гадны биет, хольц байхгүй. Дан ийм гоёороо байгаа учраас хүний биед их ашигтай байна шүү дээ. Манай хөгшин ч оройдообид нар чинь буцалгаад л уугаад унтдаг шүү дээ.

Одоо зургаан сарын эхээр гэхэд үнээнийхээ айргийг хийгээд эхэлсэн юм уу?

Яг одоо эхлээгүй. Манайх одоо сумын төвөөс бас нэг 2, 3 километр лагерь гардагюм. Хааяа үхэр малаа туугаад, одоо үхрээ түр тавьсан байгаа. Одоо гараад үхрээ барьж аваад л, тэгээд л одоо 6 сар, 7 сар, 8 сар, 9 сар гээд л тэгж л хэрэглэдэг.

Цагаан идээнээс гадна одоо өөрийнхөө амьдралд, өөрийнхөө гараар ямар, ямар төрлийн идээ ундаа хийж хэрэглэж байна?

Манай нутаг сулхир гэж ургадаг юм миний дүү. Байгалийн юм. Тэгээд одоо тэрийг их ургасан, намарт л аяндаа жимс боловсорно шүү дээ. Тэрийг одоо намарт бид нар өвс мөвс хаддаг шиг хурааж аваад тэгээд нөгөө гар аргаар боловсруулна. Эхлээд гар аргаар боловсруулаад, хольцыг нь салгаад хийсгээд, ууталж авна. Тэгээд дараа нь одоо чиний хэлдгээр гурилаа хийх үү, одоо манай энд чинь манай сумынхан, одоо манай сумын брэнд л гэж яриад байгаа юм. Тэр сулхирын ногоон цай гэдэг юм хийдэг байхгүй юу. Уг нь ч чөлөөтэй бол, одоо би та нарт ингээд хийгээд өгмөөр л байна. Ингээд ногоонцай хийнэ, сулхирын гурил гэж та нар сонссон л байлгүй, шар гурил байдаг юм. Бидний гол хүнсний бүтээгдэхүүн. Ямар ч одоо юу байхгүй гадны ямар нэгэн юм байхгүй. Хор шар байхгүй.

Тэгэхээр та хэд Улаанбаатар гурил эд нарыг бүүр авахгүй байна уу? Эсвэл зэрэгцүүлээд хэрэглэж байна уу?

Тэрийг чинь бид нар иднэ шүү дээ. Сулхирын гурилыг чинь болохоор тэр ухаан нь цуйван муйван ямар хоол унданд хэрэглэхгүй шүү дээ. Тэрийг чинь тээрэмдээд л одоо нэг тарианы гурил гэж байдаг даа. Тарианы гурил шиг тээрэмдээд тийм гурил хийж, тэр шар гурилыг зүгээр иддэг байхгүй юу. Тостой сахартай юутай ч байдаг юм. Хүнд тавьжөгнө, за тэгээд тэр үхрийнхээ саасан сүүнийхээ өрмийг байлгаж байгаад заримдаа шинээр өмтэй иддэг ч юмуу, тэгж л иддэг байхгүй юу. Манайхан чинь тэр ногоон цайгаар сүлэхээрээ одоо хаанаас л ямар гоё хүндтэй дарга марга улсууд ирнэ, сонирхуулж хамгийн түрүүнд барьдаг шүү дээ.

Тэрийг цайгаа одоо цай шиг ингээд хийчих юм уу? Эсвэл одоо пакеттай цай эд нар шиг хийх юм уу?

Үгүй ээ, яахав одоо бас юм юм чинь өдөр, өдөрт бас харьцангуй боловсронгуй болоод байгаа байхгүй юу. Яахав бид нар чинь тэр сулхирээ сайхан цэвэрлэж байгаад. Тэгээд ногоон цай хийх материалаар хуураад, тэгээд нүднэ гараар. Нүдээд ингээд гоё нунтагшсан юмаа ногоон цай хийх байхгүй юу, хэдэн сүүл мүүл хаяж байгаад. Зүгээр яахав сүүлийн үед бол хүмүүс бас тэр ногоон цайны юмыг чинь пакетлаж зарж байгаа юм. Нунтгаа одоо ухаан нь 50, 100 грамм 200 грамм юманд хийгээд тэгээд face энэ тэр юман дээрээс харсан чинь ингэж, ингэж хийдэг гээд хэлэхээр за бас энийг чинь үзье, ийм гоё юм байдаг юм байна. Ингээд нэг талдаа сурталчилгаа болоод хийж л байгаа байхгүй юу.

Ногоо тарьдаг уу та?

Ногоо тарихгүй.

Хүнсний ногоогоо хаанаас авах вэ?

Манай суманд бол хүнсний ногоо тарьдаггүй.

Тэр юутай холбоотой вэ? Газар зүйн онцлог уу?

Тэр бол за яахав, ургуулья гэвэл болох л байх. Гэхдээ манай сумын тухайд бол хар шороон биш зүгээр цул элсэн хөрстэй. Одоо энд ингээд энэ албан газрын үүдээр модургацан байна тээ. Тэгэхдээ энэ моднууд руу бол одоо илүү манай суманд бургас л байсан гэж байгаа байхгүй юу, он цагийн эрхээр байгаль ч хүний буруу үйл ажиллагаанаас болоод тэр Завхан гол гээд яриад байсан даа, тэр Завхан голын наад талаар битүү байсан бургас устсан байхгүй юу. Тэгээд одоо сүүлийн үед бас байгаль ч бас өөрийгөө нөхөн төлжүүлж байна, хүмүүс ч ургуулах, тарих янз бүрийн юм хийгээд байна шүү дээ бас. Чадах ядахаараа одоо албан байгууллагууд чинь мод зод тарихаар энэ шороонд бургас л хамгийн түрүүнд гоё ургадаг байхгүй юу. Бургас чинь нэгдүгээрт хөрс нээх голоод байдаггүй амьтан юм байна. Бургасан мод гэдэг чинь тэгэхээр одоо хараад байхад хамгийн түрүүнд гоё болоод өндөр болоод байгаа байхгүй юу. Тэгээд яахав, энэ хүмүүс чинь бас аргыг нь олоод хар шороон хөрс авчирч хийж байгаад бас өөр төрлийн мод тарьж байна л даа. Дажгүй л ургаж байна шүү дээ.

Услаад байхаар гайгүй ургаад байна уу?

Тийм, одоо нэг хүчээ авсан мод чинь дажгүй л юм байна лээ шүү дээ. Айл өрхүүдч гэсэн гаднаа ганц хоёр мод тарьчихсан л байж байна. Сүүлдээ энэ бас ерөнхийлөгчийн нөгөө нэг тэрбум мод гэдэг юмаар чинь бас янз бүр хөөрхөн ийм модон төгөл тариадбайгууллагууд хийгээд байна болж байна.

Сүүлийн үед аньсны мод, чацаргана, алим эд нар улсууд их тарьдаг болоод байгаа юмбайна лээ шүүдээ, тэдгээрийг тарьдаг айл байна уу?

Байгаа шүү дээ. Зөндөө олон айл байна шүү дээ. Одоо саяхан танай энэ авч яваа залуу энэ айл руу явлаа гэдэг, тэр айлын чинь нөхөр чинь энэ дээр харвал ногоон юм байж байна, энэ чинь чацарганын талбай байхгүй юу. Тэр айл.

Тэгээд сумандаа зарж борлуулаад, та нар авч хэрэглэдэг үү?

Хэрэглэлгүй яахав, килограмм нь 5000 гээд зардаг. Чацарганыг яахав эхлээд одооингээд л тодорхой хэмжээний хөлс өгч байгаад түүлгээд, тэгээд дараа нь бол аймагт ч гэсэн манай нэг хүүгийнх ч бас чацарганы талбайтай. Ер нь зүгээр ингээд бүхлээр нь нэгбиш шахаад шүүсийг нь цэвэр шүүсийг нь аваад тэгээд тэрүүгээр нь одоо хөлдөөнө, хөлдөж болно, хөлдөхгүй байсан ч болно. Өвөлжин ханиад томуу, янз бүрий болоход өөтэрийгээ буцалгаж ууна даа. Ингээд л тэгээд тэр бол одоо ханиад томуунд ч хэрэгтэй, хүний дархлаа сэргээхэд ч хэрэгтэй тийм л юм болоод хэрэглээд байгаа шүү дээ.

Хүүхэд төрөхөд угаалга хийдэг үү? Угаалгад ямар ямар идээ ундаа ордог вэ?

Манай сум чинь болохоор халх, дөрвөд хоёр үндэстэнтэй байхгүй юу. Би бол өөрөө халх үндэстэн, аан тэгээд миний аав ээжийн, миний барьж яаж байсан бол жааханөөр. Нөгөө дөрвөд талдаа бол бас нэг өөр. Яг миний тухайд бол одоо бид хоёр найман хүүхэд төрүүлж өсгөсөн. Бид нар одоо угаалга энэ тэр хийх бол мэдээж хэрэг эхээсээ гараад ирсэн хүүхдийг бол одоо угаадаг л биз дээ тээ. Тэгээд нэр усаа хайрлана, тэр чиньодоо бас тэр гэр бүлд чинь томхон үйл явдал болж байгаа байхгүй юу тээ. Тэгээд тэр эхэд нь яг манайхны тухайд бол тэр эх мэндэллээ, шинэ шөл уулганаа гээд ингээд хониогаргачихсан. Эхлээд одоо эмнэлэгт хэд хонодог юм 3 уу? Тэгээд бид нарын үед бол 4, 5хонож байсан. 7 хоног дотроо хүүхдээ угаая гэсэн ийм тоймтой байхгүй юу. Одоо гэр бүл өдөр судраа шийдээд, за одоо хүүхдээ угаана, хүүхдэдээ нэр хайрлана.

Заа ийм ийм мах чанана. Эхлээд шагай чөмгөө аваад хадагт ороож байгаад шагайтчөмгөө чанаад, эхэд нь өгөөд шөлийг нь уулгаад махыг нь идүүлээд бас учиртай байгаа биз. Зүгээр нэг өөхтэй мах биш, шагайт чөмгийг. Тэгээд сайхан мөлжүүлээд нөхрөөр ньмөлжүүлж байгаад хадагт ороогоод авдарт хийлгэдэг. Яаж байгаа юм бэ гэхээр хүүхдийн чих хатгадаггүй. Хүүхдийн чих булагтана гэж юм байдаг шүү дээ тээ. Тэгээд тэр шагайнчөмгийг авдартаа хийгээд хадгалсан тохиолдолд хэрдээ хүүхдийн чих хатгадаггүй гэнэ ээ. Хэрвээ магад чих хатгах юм бол тэр шагайн чөмөгнийхөө дотроо чөмөгтэй байна аа даа тэрийг гаргаж ирж байгаад дусааж домнох нь байна. Хэрвээ хатгавал ер нь хатгахгүйгэж байгаа байхгүй юу. Тэгээд тэр бусад мөч махнуудаа ямар ямар чанах юм, тэрийгээ зохицуулж чанаж байгаад. Тэр чинь бас хүндтэй хүн хүрдэг юм. Ухаан нь одоо би хүүхдийнхээ угаалга хийлээ гэж бодоход, манай ээж аав хоёр гэр бүүр хол байсан бол ямар ч байсан нэгийг нь ирүүлнэ. Аан тэгээд тэр хүүхдийнхээ ээж аав ирж чадахгүй болхүүхдийнхээ жил устай харшлахгүй нэг хүнээр хүүхдээ угаалгана. Хүүхдээ угаалгаад, дараа нь хүүхдэдээ нэр өгнө. Тэгээд гэрт хэдэн хүн байдаг юм, 4 байдаг юм уу, 5 байдаг юмуу, хүмүүс хүүхдээ угаагаад өлгийдөөд авлаа, тэгээд дараа нь хүүхдэдээ нэр хайрлана. Ерөөхөөр зэрэг хүүхдэдээ нар зөв эргүүлнэ тэр, тэр гээд чихэнд нь шивнээд эрэгтэй хүүхэд бол баруун чихэнд нь, эмэгтэй хүүхэд бол зүүн чихэнд нь гээд ингээд дамжуулаад. Тэгээд тэр хүн ээжээс гарсан муухай юмаа хаяад л, гоё нэр аваад, одоо ингээд цэвэр болоод тийш нь тавиад, тэр ард үлдсэн хүмүүс нь хоол ундаа идэж уугаад л, ингээд одоо хүүхдээ угаах ажил дуусдаг байхгүй юу.

Тэгээд анх эхэлж, одоо хүйгээ дарчихсан аймар хачин улаан юм байгаа шүү дээ, тийм юмыг чинь хоёр гартаа барьчихаад амандаа ингээд бүлээн бор цай авч байгаад, өөрөө угаана шүү дээ, өөр хүн хүргэхгүй. Дараа нь бол тэр хүнийг бас ёсыг бодоод баярлана, гарыг нь цайлгана. Тийм л байсан.

Хүүхдийн даахины ёслолд ямар, ямар хүнс хэрэглэдэг вэ?

Хүүхдийн даахинд болохоороо тэгж цагаан сар шиг ууц энэ тэр гэсэн юм байхгүй. Лав л манай нутагт тэрийг хүндэднэ гэж үздэг, тийм юм байхгүй. Юманд чинь бас хэрэглэх юм, хэрэглэхгүй юм гэж байна. Тэр ууцыг бол тэгж тавихгүй. Зүгээр сайхан одоо хэдэн хүн байдаг юм, арван хүн, хорин хүн ирсэн бол тэр хүмүүст одоо чинь махнаас илүү сайхан юм байна шүү дээ. Гоё гоё юм, жимс жимсгэнэ битүү өрөөд тэгээдсайхан цагаан идээгээр таваг засаад, хажууд нь том жижиг тавагтай махаа тавиад л салат энэ тэр, огурцы энэ тэрээ тавиад л, зууш тавих юм байна шүү дээ. Цагаан сар энэ тэр шиг нүсэр биш. Тэгэхдээ болбол, ер нь хүүхдийн даахинд чинь бэлгэшээж ирдэг юм. Бас нэгхурим найр биш, хүүхдийн даахинд чинь маш гоё бэлгэдэлтэй ирдэг байхгүй юу. Дор бүрдээ тэр хүүхдэдээ зориулсан бэлэг татаасаа өгнө. Дандаа сайн сайхныг ерөөнө, сайнсайхныг магтсан дуу хуур, ерөөл айлдана.

Тавгийн боовыг тавьдаг уу? үгүй юу?

Үгүй, ёстой тавьдаггүй.

Даахь үргээхэд хэрэглэхгүй идээ ундаа байна уу?

За одоо хэрэглэхгүй идээ ундаа ч одоо ёсыг бодоод архи амсуулж байна билээ. Ингэний айраг юмнуудыг бол зүгээр тавиад л, ам дамжуулаад ууцгааж л байна. Аяндаамахаа чанаад идчихнэ, дараа нь ногоотой махтай янз бүрийн шөлтэй хоолоо идчихнэ. Тэгээд одоо хичнээн хар гэлээ идээний дээд гэдэг утгаараа архи амсуулдаг. Гэхдээ хамгийн гол нь хүүхдийн даахь гэдэг утгаараа эхнэр нөхрийн найр ч юмуу, тийм юм биш. Тэгээд балайртал согтож барина гэсэн юм байхгүй зүгээр сайхан дуугараа гүйцээгээд балгах нь балгана, балгахгүй нь балгахгүй. Тэр хүүхдэд, хүүхдийн ээж аавд сайн сайхныг бэлгэдсэн дуу хуур хийгээд л.

Та сая архийг идээний дээж гээд хэллээ шүү дээ. Архи идээний дээж юм чинь юм болгонд, ёс болгонд хэрэглэнэ гэсэн үг үү?

Ер нь тийм. Ингээд хээр овоо мовоо сэргээх, овоонд гарахад чинь хүмүүс архи авч явж байгаа. Харахад хүний нэг яльгүй жаахан мухар сүсэгтэй холбоотой байхгүй юу, овоон дээр бол нэг юм харсан юм байдаг. Жоохон жуухан идээ ундаа өгч байх ёстой. Тэгээд тэр дөрвөн зүг, найман зовхист бас нэг юм өргөж байх ёстой. Сүүгээ өргөнө, цайгаа өргөнө, нарандаа залбирна. Тэгээд тэр бүх юмаа гүйцсэний дараа архиа бас сөгнөнө. Аан тэгээд ажаад байхад тэнд очоод хүмүүс нэг тэрийг уух гээд илүү дурлаад согтоод байгаа ч юм байхгүй, ер нь зүгээр ёс төр гүйцээдэг юм байна лээ.

Тэгэхээр тэр архиыг идээний дээж гээд бүх юмны ёс төрд оруулаад байгаа нь эрэгтэй хүнтэй холбоотой юу? Эмэгтэй хүнтэй холбоотой юу? Эмэгтэй хүн ер нь архинд ойртдог уу?

Манайх хоёр үндэстэн байна. Ингээд манайд хүн ирлээ гэж бодоход би зочиндоонэг хоол цай хийгээд архиар дайлна аа даа. Тэгэхээр тэр хүн надад барьдаг байхгүй юу. Архиныхаа дээжийг. Одоо энэ яаж байгаа юм гэхээр манайхан тэгдэг юм аа гэж. Манайхан гэдэг нь дөрвөд.

Дөрвөдүүд архиныхаа дээжийг эхлээд эмэгтэй хүнд барьдаг юм уу?

Тийм, манайхан болохоор эр хүндээ амсуулдаг, үгүй ээ мөн хачин шүү. Тэгээд чяахав дээр үеийн ёс байсан байх л даа. Тэгээд тэр яагаад ингэдэг юм гээд бас нэг хүнээсасуусан чинь тогоо нэрдэг шүү дээ, манайхан чинь одоо монгол архи гаргадаг. Тэгэхээр архины эх нь бол эмэгтэй хүнтэй холбоотой.

Эмэгтэй хүн тэр ажлыг хийдэг учраас эмэгтэй хүнд дээжийг нь барьж байгаа юм уу?

Оо тийм, үндсэндээ тэгж байна. Бас нэг хүндэтгэл байхгүй юу. Одоо чи ингээд архи нэрээд гаргалаа, би эрэгтэй хүн чинь зүгээр чиний гаргасан архи сайхан гарч гээд уугаад байх биш. Тэр жинхэнэ эзэн нь чи. Тэгээд идээг нь тэр хүнд барьж байна. Одоо энэ чинь бас овоо хүндэтгэл байгаа биз дээ. Одоо тэгдэг юм байна лээ шүү дээ.

Та цай, сүүнийхээ дээжийг өдөр болгон өргөдөг үү?

Тэгнэ шүү дээ, тэгнэ.

Тэгээд дээжээ хэнд хандаж, ямар байдалтай өргөдөг вэ?

Тэр цай сүүнийхээ дээжийг ямар нэгэн хүнд хандана гэсэн ойлголт байхгүй. Тэр чинь бүхэл бүтэн өргөн дэлхий байхгүй юу. Нөгөө бурхны номон дээр байдаг, хамаг амьтны тусын тулд, эх болсон зургаан зүйл амьтны тусын тулд. Тэрнээс ганц Орломыг л сайхан явуулаарай, ганцхан бид нарыг л сайхан явуулаарай гэж тийм байхгүй шүү дээ. Бид нар ганцхан хавтгай дээр, нэг дэлхий дээр, нэг нартай, нэг сартай бүгдээрээ л чинийх минийх биз. Тэгэхээр хамаг амьтан өвчин зовлонгүй, ган гачиггүй, энэ дэлхий сайн сайхан, янз бүрийн одоо үзэх муухай юмгүй, тийм л юм шивнэнэ. Тэрнээс босчихоод нэгдүгээр ангийн хүүхэд шиг шууд уншаад байна гэж байхгүй. Сэтгэлдээ бол тийм л юмхэлж өргөнө. Тэгээд нэг бас манай энд бас нэг хүүхэн ирсэн. Тэгсэн чинь нэг их гоё нэгмундаг цээж хүн ирлээ. Бурхны ном, соёлын төвд ирсэн асар олон хүнд үзүүлсэн. Агуу нэг цээжтэй хүүхэн ирсэн. Тэгээд тэр хүүхэн хамгийн сүүлд нь юу гэж хэлсэн гэхээр, Танар тэнгэр бурхандаа одоо дээжээ өргөхдөө толгой дээрээ ерөөсөө юм тавьж болохгүй. Толгой нүцгэн өргөөрэй гэж хэлсэн бүх хүнд. Бид нар

анхандаа эхлээд тэр хүнийг тэгж хэлэхээс өмнө ямар нэгэн юм толгой дээрээ тавиад, юу ч байдаг юм толгой дээрээ тавиад, толгой нүцгэн өргөхгүй гээд. Тэгээд тэр хүнийг хэлснээс хойш би дандаа толгой нүцгэн өргөдөг шүү дээ.

Тэр хүн тэгээд юу гэж хэлсэн юм бэ?

Одоо тэр чинь 4, 5 жилийн өмнө тэр хүн тэгж хэлж байсан. Заавал одоо толгой дээрээ юм тавьж гарах малгай өмсөх ёс байхгүй. Тэр хүн тэнгэр бурхандаа хандаад өөрийгөө илэрхийлж, сүсэглэж чадвал тэр бүх зүйл чинь тэндээ очно. Тийм учраас харин заавал нүцгэн байж болохгүй гэж байгаа байхгүй юу, тэрний толгой нүцгэн байх нь зөвэсвэл байхгүй нь зөв гэсэн юм өнөөдрийг хүртэл уншаагүй л байна.

Та зориудаар хэрэг зориг болгож ямар, ямар үед дээж өргөж байна вэ? Өдөр тутам өргөхөөс гадна, бүр нэг сүү тусгайлан өргөдөг тохиолдол байдаг уу?

Оо өргөнө шүү дээ. Сар гарна, шинэ сар гарна, шинийн 3-нд од сар тохионо. Тиймүү, тэгээд одоо долоон бурхандаа өргөнө.

Долоон бурхандаа өргөнө гэхээр орой од түгсэн хойно өргөнө гэсэн үг үү? Харанхуйд гэсэн үг үү?

Үгүй ер нь би чамд ер нь нэг муухай юм хэлчих үү? Би бас нэг тийм юм сонссон юм. Одоо бид нар чинь өглөө босоод л цайгаа чанахаар гэрэлтэйд л наранд юм өргөж байна шүү дээ. Тэгсэн чинь надыг нэг хүн хэлэхгүй юу, болж л өгвөл өдөр нар сарандаа өргөхгүй юу, тэгэхдээ шөнө л өргөл барьцыг хийдэг гэнэ л дээ гэж хэлэхгүй юу. Яагаад гэвэл сар шөнө гарна. Энэ түмэн одод шөнө гарна. Тэгээд одоо ингээд хүний чинь амьдрал дээр доороо ороод л, нэг хэсэг нь тэнгэрт дэвшээд, нэг хэсэг нь дороос нь гарч ирээд тэгээд яваад байна уу, тэгэхээр тэр бурхан гэдэг юм чинь шөнө их явдаг гэнэ. Тэгээд шөнө их явдаг, тэгээд тэд нарт зориулж, тэгээд дээр сүнс сүүдэр гээд яриад л байна шүү дээ, бид нар. Нэг өөр ертөнц байна гээд. Би одоо ямар энэ явдаг юм байна шүү дээ гээд бариад авах биш, би зүгээр хүмүүс ном сонинг уншихад тийм л байгаа байхгүй юу. Тэгээд тэр бурхдууд тэгж явдаг. Сүнснүүд бас шөнө хооллодог, тэгээд тэр юманд дандаа одоо шөнө ингэж ялангуяа сар мандсан үед юм уу, харанхуй байсан ч хамаагүй би одоо шөнөдөө заримдаа хэдэн үхрийнхээ сүүг баргийг нь өргөчихдөг шүү дээ. Сар нарандаа өргөнө, дөрвөн зүг найман зовхистоо яахав өргөчихдөг. Яахав ёстой тэгээд юм хооллож үнэхээр чадаж байгаа бол над, миний хүүхдүүдэд буян болно биз дээ. Хамаг амьтанд тэгж л байдаг шүү дээ. За одоо манай хөгшин чалчиж байна гэх байх даа.

Хурим найраа өвөө та хоёр жишээ нь дөрвөд ёсоороо хийсэн үү? Эсвэл халх ёсоор хийсэн үү?

Халх ёсоор хийлгүй яах вэ. Тийм, халх ёсоор хийнэ.

Та хоёрыг хуримлаж байх цагт ямар, ямар идээ ундаа тавьж байв, тэр одоо та хоёроосхойш хүүхдүүд чинь хурим хийхдээ юу нь өөрчлөгдсөн байна?

Намайг хуримлаж байх үед миний муу ээж аав хоёр яахав гайгүй байсан чааваас. Зун л хийж байсан. Тэр үед чинь ямар одоотой адилхан биш шүү. Хуримын ордон гэж байсан биш, хөдөө газар юм чинь. Тэгээд л би заримдаа боддог юм. За хадмынх нэг дээлхийж өгсөн тэгээд л нэг, хоёр хүн хуримын юм гээд морь эмээлтэй ганзагалчихсан, одооцаана чинь байгаа машин гэж байхгүй, эмээлэн дээр жоохон юм уутанд хийгээд ганзагалчихсан, тэгээд бид хоёр авгай нөхөр хоёр нэг, нэг морь уначихсан, дөрөвтавуулаа очиж байсан. Тэгээд манай аав, ээж хоёр гэр дүүрэн улс цуглуулсан байсан. Тэгээд суулгаад идээ усаа өргөөд байсан байх даа одоо. Одоотой адилхан салат янз бүрийн юм гэж байсангүй шүү дээ.

Цөөн хэдэн төрлийн идээ л байсан уу?

Цөөнөөр барах уу, ул боов ч байхгүй. Манай аав өөрөө тийм урт боов хийдэг байхгүй юу. Энэ ул боов гарахаас өмнө манайхан дандаа тийм боов хийж цагаан сар хийдэг байсан байхгүй юу. Тэгээд ийм уртаа боовоор таваг засаад, нэг мал алаад л тэгжхурим найр хийж байсан даа. Тэгээд тэр үед нэг цагаан архи чинь 26-тай байсан. Одоотой адилхан эрэгтэй, эмэгтэй архи гэж байхгүй. Тэр үедээ бас хүмүүсийн идэж хэрэглэж байсан юм гоё ориг л байсан байхгүй юу. Тэгээд л хурим найр хийж байсан. Тэрнээс хойш сүүлд энэ хүүхдүүдийнхээ юмыг хийхээр зэрэг өөр болж байна билээ. Өөр бололгүй яах юм бэ.

Та хоёрын хуриман дээр ууц шүүс тавьж байв уу?

Үгүй ээ одоо ууц байсан байлгүй дээ. Мах чанасан л байсан, ууц байсан байлгүй. Тухайн үед чинь дөнгөж 18, 19-тэй хүн чинь ангалзаад л, хүн амьтан хараад л юу байгаагнь бараг анзаардаггүй байсан байлгүй.

Одоо хүүхдүүдийнхээ хуриманд юу, юу бэлдэж байна? Идээ ундааных нь хувьд?

Оо асар их, асар их.

Гол хүндэтгэлийн уламжлалт идээ нь гэж юу байх вэ?

Одоо гол уламжлалт гэхээр, за хамаагүй бэлнээр нь ул боов авчраад тавьчихна. Тэгээд өөрөө нэг жижигхэн хэвийн ааруул хийгээд нэг таваг заслаа. Тэгээд яахав дахиадтаваг хэрэгтэй бол дахиад ах дүү нар бас хурим найр хийх гэж байгаа юм гээд сэлбэг өгнө шүү дээ, өрөм, гоё хугасласан өрөм ааруул, эзгийг энэ тэр өгнө. Нөгөөдүүлээр чиньтаваг засаад, за хоймор нэг таваг, дахиад шүүс, баруун, зүүн таваг, хажууд нь нөгөө чихэр мэхэр гээд янз бүрийн юм хийдэг юм байгаа биз дээ. Хотод манай нэг хүүхэд Чингис зочид буудалд найр хийсэн. Нүсэр юм байна лээ, бид нар шиг

хүмүүс тахилыг нь даахааргүй л байдаг юм билээ. Тэн дээр харж байхад тэр дугуй ширээ нэг хүн наймаарсуучихсан, тэгээд цаанаас нь юмыг нь мөнгийг нь өгчихөөр цагтай минуттай байхгүй юу. Манай хүүгийн тал нэг ууц тавиад л, нөгөө охины тал нэг ууц тавиад л хоёр том бандгар юм авчраад тэр хойно тавьсан л байна билээ. Тэгээд ч ямар монгол гэрт байгаатай адилхан нэг дамжуулаад л зүсээд л нэг их идээд байхгүй юм. Ширээн дээр байгаа юмаа ууж идээд л тэгээд юунаас чинь бас дахиад юм өгчих юм. Тэгээд л хамгийнсүүлд нь хоёр ээж нь гараад л нэг нэг архи амсаад л, сүүлд нь ууцанд хүрэхгүй, цааш ньөгсөн чинь хүмүүс жижиглэж бариад л тавган дээр хийгээд өгч байна лээ. Төвлөрсөн газрын найр бол тиймэрхүү л болдог юм шиг байна лээ. Манай хөдөө бол ёстой уусан шиг ууна, дуулсан шиг дуулна, гүйцээж авна.

Хөдөө тэгээд найр тарсаны дараа найранд ирсэн хүмүүст ч юмуу, эсвэл хүү охины аав, ээж эмээ, өвөөд найрын идээнээс хувааж өгөх үү?

Өгөлгүй яах юм бэ. Тэр яахав, хүн чинь яльгүй юманд баярладаг байхгүй юу, яльгүй юманд баярлана. Тэр чинь дррр гээд явчихгүй шүү дээ, малаа саах ажилтай, янз бүрийн хүмүүс цуваад явна. За одоо найр сайхан боллоо шүү ах нь, эгч нь дүү нь явъя эгч нь явъя гэдэг ч юм уу. За тэгэлгүй яахав, сайхан боллоо, баярлалаа гэдэг ч юмуу. Чиний хэлдгээр нөгөөдхөө хуваахгүй юу даа. За зөндөө чанасан махнууд байгаа шүү дээ, тэр чинь одоо идэж барагдахгүй. Тэгээд нөгөө бяслагаасаа хийгээд махнаасаа хийгээд жоохон өрөм хийгээд нэг боов хийгээд тэгээд нөгөө хүнээ тусад нь гарыг нь цайлгана, хуримын бэлэг гээд тэгээд явуулна.

Тэр юмыг тэр хүнд өгч болохгүй шүү, тэр хүнд нь заавал тийм юм өгөөрэй гээд тийм чухал онцгойлж анхаардаг тохиолдол байдаг уу?

Үгүй, тийм юм байхгүй. Шинэ гэр бүрэх гэж байдаг шүү дээ. Тэр энэ хуримаас ондоо. Би эрэгтэй хүн гэж бодоход би авгай авахаар боллоо, гэр бүрнэ. Би шинэ гэр бүрэхэслөлд авгайгаа аваагүй ч гэсэн шинэ гэр бүрж байгаа гээд манай аав ээж хоёр хүмүүс цуглуулна. Ах дүүгээ, тэгээд одоо гэрийнхээ мод зодыг тааруулаад, одоо оргүй байсан юман дээр гэр босголоо. Тэгэхээр тэр чинь бас идээ шүүс орж ирнэ, ууц орж ирнэ, толгойорж ирнэ, гэхдээ толгой нь ах нь малын мөчний сүүлд нь найрын төгсгөлд идэж уугаад дуусаад ирэхээр зэрэг хамгийн ах хүндээ толгойгоо ганзагалуулж явуулна. Хамгийн ахмад хүнд хамаатны ахмад хүнд 70-тай байдаг юмуу, 80-тай байдаг юмуу эрэгтэй хүндтолгой өгч явуулна. Дараа нь гэрийн мод тааруулсан хүн байх нь байна шүү дээ. Унь мунийг хөрөөдөөд. Тэр хүнд ууцаа өгч явуулна. Тэрийг чинь хуваагаад баруун зүүнээр нь бүүр аймар хонхойтол нь биш, ингээд гоё тал талаас нь жигдхэн аваад улсуудад хүртээгээд тэрнээс нэг хүний хажууд ууц байгаад л, шүлсээ залгиад сууна гэж байхгүй. Тэгээд сүүлд нь тэр мод тааруулсан хүндээ ууцаа өгөөд явуулчихдаг. Мөч эдрээ тэгээд идэж уугаад явуулчихна. Аан хуриман дээр бол тэгж ууц мууц, толгой ганзагалуулахгүй. Зүгээр тавгийнхаа юмнаас хувьчилж өгдөг.

Та ингээд 70 хүрээд харж байхад хуучин цагийн ёс юмыг бодвол орчин цагийн

хурим амарболсон харагдаж байна уу?

Өө тэгэлгүй яахав. Зүгээр багачууд юм болгон бэлэн зэлэн, одоо үндсэндээ хүмүүсийн амьдрал гоё дээшилсэн байна шүү дээ. Одоо үндсэндээ хүүхэндээ ч юмуу, бэрдээ ч юмуу бүтэн хэдэн жил идэх юмыг нь бүгдийг нь бэлдээд, хувцсыг нь бэлдээд, унах унааг нь бариад -май гээд өгчихөж байна. Ялгаа байлгүй яахав, би ямар сайндаа мориор очоод мориор ирсэн. Манайх 1968 онд айл болсон, 69 онд би Наранбулагт очооданх ажилд орж байсан. Хэцүү амьтан байсаан, бүжгэнд явах гээд л айлын авгай байж, бүжгэнд явахаас өөр юм мэдэхгүй.

Танайх Наранбулагт хэдэн жил болсон юм бэ?

10 жил болсоон. 4 хүүхэдтэй Завханд ирсэн.

Цагаан сараар ямар, ямар идээ тавьж байна вэ?

Манайх уу? Заа нэг ланжгар ууц тавина аа. 250, 350-аар худалдаж аваад ланжгарууц тавьж байна. Ах дүү нар бол ах эгч хоёрын ууцны хонь өгнө гэвэл аваад ирнэ. Өгөхгүй бол хоёулаа худалдаж авна.

Хамгийн сүүлд та хоёр хэдэн төгрөгөөр ууц авсан бэ?

250-аар, сумаасаа авсан.

За тэгээд өөр юу, юу тавих уу?

Хоймрынхоо боовны тавган дээр хотоос боов авхуулчихна. Дандаа гүрмэл боов тавина. Цагаан сар өнгөрнө өө, цагаан сарын дараа хатахгүй, нэг нэгээр нь цувуулж идэхэд гоё байдаг юм гүрмэл. Тэгээд 7 үе засна. Манайх чинь одоо настай өндөр таваг, тэгээд тэрнийхээ хажууд ууцаа тавина. Тэгээд баруун зүүн хоёртоо хоёр тавгийн идээ засна. Жижигхэн жижигхэн ааруулаар. Тэгээд хоймор хөгшчүүлийнхээ зургийн наана зөгий (зүгийн?) таваг гэж тавьдаг юм, манайх.

Одоо бурхандаа юу?

Тийм, бурхандаа гэсэн үг. Манайхан зөгий таваг гэж ярьдаг.

Тэр нь юу гэсэн үг юм бол?

Тэр нь одоо манай аав ээж бурхны оронд байгаа хүмүүс, бид нарын тэр их идээ будааг ингээд зүгээр хараад байхгүй, тэр хүмүүсийг саатуулж байна нэг талдаа. Юм тавиад өгчихнө шүү дээ. Мах зах, цайныхаа дээж, тавагныхаа дээж бүгдийг нь тавиад хамт хооллочихож байна.

Зөгий гэж амьтны нэр шиг хэлж байна уу?

Аа тийм, одоо манай халхуудын л нэршил. Тэгээд л цагаан сар болохоор өглөө нарнаар одоо нарандаа юм өргөдөг шүү дээ. Манайхан чинь

гадаа том дэвсгэр тавьчихаад айлуудаараа цайгаа, тавга авч гарч тэндээ тавиад. Тэгээд тэрнээсээ шанагандаа хийгээд дээрээс нь чихэр сахар бүх юмнаасаа хольж хугтаж байгаад одоо нөгөө дөрвөн зүг, найман зовхистоо өргөдөг байхгүй юу. Тэрийгээ л манайхан “зөгийн цай” гэж нэрлэдэг юм, зөгийн идээ гэж нэрлэдэг байлаа.

Цагаан сар дууссаны дараа ойр дотны хүмүүстээ хувь хишиг тараах уу?

Үгүй, одоо шинийн 10 болтол ёстой тараахгүй. Шинийн 14, 15 болтол манайхаарчинь айлчин гийчин тасрахгүй шүү дээ. Яахав “тонодог” байхгүй юу, муухай юм хэлж байна уу би. 7 үе байсан юмаа 5 үе болгоод тэгэхээр чинь бас хэдэн гүрмэл гарч ирнэ дээ. Тэгэхээр нөгөө талаасаа гоё хайрцагтай байдаг байхгүй юу, тэрийгээ бас манай хүргэнийх бас байдаг. Тэд нар чинь нөгөөдхийг чинь авч иддэг байхгүй юу, Улаангомд манай нэг хүүгийнх байна, тэд нар чинь бас ирж золгоно. Тэгэхээр нь нөгөөдхөөсөө хийгээд ёстой нэг хувьчилж хийж байгаа юм.

Ерөнхийдөө хүүхдүүддээ л голчилж тарааж байна уу?

Тэгнэ шүү дээ, тэрнээс одоо гэр мэрийн юм шиг хүн болгонд юм өгнө гэсэн юм байхгүй. Хүүхдэдээ л өгнө.

Залуу байхдаа аав ээждээ өгдөг байсан уу?

Аан тийм, тэгэлгүй яахав өгнө, өгнө.

Танай хүүхдүүд ч гэсэн та хоёрт идээнийхээ дээжийг авчирч өгөх үү?

Өгнө шүү дээ, өгөлгүй яахав. Одоо манай хол нь бол тэгж чадахгүй шүү дээ, хотоос бол тэгж чадахгүй. Улаангомд байгаа манай хүү бол аваад ирдэг юм.

Тэрийг өгөхгүй мартсан байвал жсоохон гомдох уу?

Гомдоно шүү дээ. Бэр хүн бол бодно шүү дээ. Яанаа энэ одоо аавынх яаж байгааюм бол, таваг мавагнаасаа өгсөнгүй гэдэг ч юмуу. Яагаад гэвэл өгөөд байдаг болохоор нэг тал нь сурсан байна шүү дээ. Нээх аваад идээд байхгүй ч гэсэн сурчихсан, тэгээд нэгхэдэн хоногийн дараа айраг майраг юухан хээхэн байдаг юм, хүний ээж л юм чинь өгөхюмаа өгнө шүү дээ.

Айраг нь та нар үнээнийхээ айргийг уудаг уу?

Үнээний айраг ч байна, ингэний айраг ч байна.

Ингэний айргийг сумандаа хийж байна уу?

Сумандаа хийлгүй яах вэ, ингэ саагаад. Одоо яг өдийд болохоор бэсрэг болчихдог. Бэсрэг гэдэг нь богийн сүү, ингэний сүү хоёр нийлэхээрээ бэсрэг болчихно, эсрэг тэсрэг хоёр нэгдэж байна уу? Тэрийг чинь “бэсрэг айраг” гэдэг байхгүй юу. 9 сараас эхлээд бог мал ширгээд ирнэ ээ дээ. Ямаа,

хонь сүү нь муудаад, дан тэмээгээ саагаад айраг нь эхэлдэг байхгүй юу. Тэгээд л манайхан есөн сараас эхлээд л уугаад хадгалаад л цагаан сарын айраг.

Ингэний айргийг ер нь яаж хадгалдаг вэ? Жирийн нөхцөлд хадгалдаг юмуу? Хүйтэн газар тавьдаг юмуу?

Хөлдөөчихдөг юм байна
лээ.

Тэгээд таны ярьж байгаагаас үнээний айраг гэж байна. Монголчуудыг гүүний айраг хэрэглэдэг л гэдэг шүү дээ ихэвчлэн, тэгээд дээрээс нь энэ нутагт ингэний айраг байна, энэ гурван төрлийн айрагт ялгаатай юм байна уу?

Үгүй ээ яахав, зүгээр сэрүүн халуун чанар гэдгээрээ л ялгаатай байх. Тэрнээс зүгээр бол манай мал чинь нэг л бэлчээр дээр бэлчээд байгаа шүү дээ. Тэрнээс ямар нэг ийм дөрвөлжинд хийгээд тэжээчихсэн мал биш, тэгэхээр адууных бол адуу чинь халуунчанарын махтай амьтан, ингэ тэмээ бол хүйтэн сэрүүн чанарын махтай амьтан, аан зөв үхэр бол халуун чанарын махтай тэгээд энүүгээрээ л ялгаатай.

Та одоо айргаа тийм удаан юманд хадгалхад, жишээ нь, ингэний айраг хадгалхад ямарсав суулганд хийж хадгалж байна вэ?

Эээ көк тэнгэр, одоо яахав тэрийг чинь хэрэглэж болохгүй л гээд байгаа пивор саванд л хийчихдэг шүү дээ.

Тэгвэл зун сүү, ааруул, эззгийгээ пивор хувинд хийж, хэрэглэж байна уу?

Манайх өөрөө айраг исгэдэг 40-ийн битонтой. Тэрэндээ хийчихдэг, аминдаа бас тийм пивор сав маваа солих гээд шанагаа хүртэл цагаан шанага болгоод. Тэгтэл одоо энэцагаан шанага чинь хүртэл хортой болоод байна. Одоо тэгээд хоргүй ч юм алга, ер нь тэгээд дунджийг л барихаас.

Хэдэн оноос хойш ер нь пивор бүтээгдэхүүнээ төмөр, хөнгөн цагаанаар сольж байна вэ?

Ээ бурхан минь короно гээд бараг хоёр жил болчив уу? За тэр хоёр гурван жилээс л өмнө юм байна даг. Зөндөө л пивор сав хэрэглээд л хугараад л уначихдаг. Пивор хувианаад л ирдэг.

Та л ганцаараа эрмэлзэж байна уу? ерөнхийдөө ажиглаж байхад сумаараа солих хандлагатай байна уу?

Сумаараа солих хандлагатай байна. Ер нь энэ Facebook гэдэг юмаар чинь ярьж байна. Тэгээд энэ дэлгүүрт харж байхад чинь дандаа л хөнгөн цагаан байна. Том жижигсав дандаа хөнгөн цагаан, тэгээд паалантай сав байна.

Дээр үед аав ээжээс нь уламжилж ирсэн модон савнууд байдаг уу? Танайд?

Манай энэ дөрвөд талд л байж магадгүй. Манай талд бол юу ч байхгүй.

Короногийн үед та нар гайгүй байв уу? Короно туссан уу?

Короногийн үед чинь юу билээ. Манай нэг бэр гавьяат жүжигчин болсон байхгүйюу, одоо хоёр жил болно, тэгээд найр хийх гэж байна гээд ноднин. Тэгээд эндээс чинь хөгшин бид хоёр очдог мундаг баатар болоод очлоо тэгсэн чинь 2020 оны 11 сард очсончинь 13 нд байсан юм чинь, 8-нд шууд короногийн хорио гарчихдаг байхгүй юу, тэгээд бүтэн жил байж байгаад ирсэн л дээ.

Тэгээд короногийн үеийн хоол хүнс гэж юу идэж ууж байв?

Өө тэгээд хоёулаа коронодсон тэгээд. Тэгээд яахав гайгүй туссан нэгдүгээрт. Хоёрдугаарт тэгээд тэр үед короно туссан хүмүүсийг сүрхий овоо анхааралдаа аваад эмчлээд тэгж байсан. Бид хоёр Олимпийн байранд хүүхдүүд дээрээ байсан байхгүй юу. Тэгсэн чинь жоохон настай, хүндэрчихэж магадгүй гэсэн. Тэр үед жоохон аюултай л байсан. Хүмүүсүүд тэдэн хүн тэглээ ингэлээ гээд. Тэгээд бид хоёрыг чинь Монгол- Японы эмнэлэгт аваачсан юм, их гоё эмнэлэгт очсон. Бид хоёр шинээр барьсан, том эмнэлэгт 14 хоног эмчлүүлсэн ёстой янзтай. Ёстой “чесний” байсан.

Тэгээд эм тариа хийгээд, та хоёр өөрсдөө уламжлалтын ямар нэгэн юм хэрэглэжбайсан уу?

Үгүй ээ үгүй. Адууны мах эд нар гэж юм хэрэглээгүй ээ. Тэгээд эхлээд л ингээд одоо жоохон би чинь голдуу л жоохон хөл мөл өвддөг болохоор юугаар явдаг байхгүй юу, уламжлалт үе мөчний эмнэлгээр. Батбаатар гээд эмч тэднийд би хэвтэж байгаад арван хэд хоног бид хоёр хоёулаа хэвтэж байгаад гараад, би тэр дээр л жаахан асуудал, халдвар авсан юм л даа. Тэгээд гараад би ганцхан хоноод дахиад эмнэлэгт очиж байгаа байхгүй юу, тэгээд яахав би харьцангуй эмчилгээ хийлгэж байсан учраас би гайгүй байсан болов гэж бодож байна. Тэгээд гэртээ нэг, хоёр хоносон хүүхдүүд ийм ч эмч сайн, тийм ч эм сайн гээд, бас нэг хоёр гурван хоног эмчилгээ хийлгэж байгаад. Тэгээд хүндэрч магадгүй гэж бодсон байлгүй дээ бид 2-ыг. Тэгээд аваачаад эмнэлэгт хэвтүүлсэн юм.

Одоо бол ерөнхийдөө нутагт чинь вирус энэ тэр гэж байхгүй болоод байна уу?

Үгүй ээ яахав, одоо тэгж хүнд хэлэх юм тун алга, миний дүү. Одоо дээрээ ч гэсэн короно гэж ярихаа байлаа шүү дээ, тэгэхэд чинь одоо короногийн тоо ихсээд байна, нэмэгдээд байна гээд мэдээгээр яриад байгаа байхгүй юу. Манай энд болохоор яаж байнагэхээр оо ёстой аюултай том хүний ханиад аюултай байна. Тарианд орохоос нааш эдгэхгүй байна гээд. Бүүр энэ чинь короногийн нэг төрөл гэж байна шүү дээ. Хүүхдэд ёстой

аюултай байна гээд яриад байгаа байхгүй юу. Бид нар чинь короно гэдэг юм яаж хувьсаад ямар юмтай нийлээд яаж байгааг бид нар мэдэхгүй шүү дээ, зүгээр ер нь яахавхүн амын дунд тийм өвчлөл байна. Ханиад л гэж бодоод хүмүүс цагаахнаар яриад байгааболохоос биш, салдаггүй, хоолой барьдаг заавал ч үгүй тариа хийлгэж байж нэг юм тэрчинь бас нэг юм хэлж байна аа даа.

Хүмүүс энэ ханиаданд уламжлалт ямар арга хэрэглэж байх шиг байна вэ?

Одоо ерөөсөө антибиотик уухаар тус болохгүй байна гэж байна билээ. Тэгээд энэаарц, аарц бас гараагүй байгаа, чацаргана буцалгаж өгч байна гэж байна лээ. Ер нь халуун юм л сайхан өгмөөр юм билээ. Ялангуяа хүүхдэд халуун юм буцалгаж өгөөд оронд нь юу яахад их зүгээр намдаж байна гээд. Түүрүү би бас аймагт хэд хоногийн өмнөбамбайны шинжилгээ өгөх гээд явсан хойгуур манай хөгшин гурав хоногийн тариатай болсон чинь дөрөв дэх өдөр нь болсон чинь хоолой ам нь бүүр аймар болоод. Ханиалгаад халуураад болохоо байсан гэнэ ээ. Тэгээд манай охин ярьдаг байхгүй юу, энэ сургуулийнзахирал хийдэг юм. Яана аа одоо аав ингэчихлээ гээд. Би энэ ч одоо хэнтэй явж байлаа, одоо энэ чинь хоёр талд үхэх юм болдог юм болов уу, би явдаг юм билүү тэгсэн чинь нэг гайгүй. Энд ахмадын шугамаар бариач ирсэн байж гэнэ. Үзүүлж гэнэ, тэгсэн чинь өөби нар таныг сайхан бариад өгье. Тэгээд очоод аяга сайхан шимийн архи халааж уугаад орондоо ороод хэвтчих, хөлөрнө. Тэгээд ёстой таных нам болно гэжээ. Өө ёстой Бурмааминь тэгж хэллээ шимийн архи байна уу? гэнэ. Өө ёстой байхгүй, яанаа байсныг нь хүндөгсөн шүү дээ яана гэсэн. Тэгсэн манай хүргэнийг хэлдэг юм, Азаагийн шимийн архи байж. Тэгээд авч уугаад би ёстой хөлөрч байна гэсэн. Тэрнээс хойш харьцангуй өөр болчихож байгаа байхгүй юу. Тэгэхээр бас уламжлалын юмыг сэргээж, ууж хэрэглэнэ гэдэг чинь буруу юм байхгүй байгаа биздээ. Буруу юм байхгүй байна, тэгээд дахиж уугаагүй юм шиг байна лээ, шимийн арха.

Оршуулгад ямар ямар идээ хэрэглэх үү? Бас юу хэрэглэж болохгүй талаар та надад хэлж өгөөч?

Нас барсан хүнийг сүүлчийн замд нь үдэж байгаа юм чинь ёс төртэй, яг л одоо амьд хүн байгаа юм шиг л харьцана шүү дээ. Тэр хүний одоо хэрэглэж байсан эд хогшил, бүх юмыг нь авахыг нь аваад өгөхийг нь өгөөд. Тэгээд одоо манайхан л тэгэх юм, би бастэрийг учрыг нь олохгүй юм. Нэг ийм ганц ширхэг дугуй хийх юм, тэмдэггүй. Боовыг чинь эд нар одоо хутганы үзүүр хүргэдэг тээ. Тэгсэн чинь тэмдэггүй, тэр дугуйгаа хийчих юм. За тэгээд хонхтой шагай чөмөг, дөрвөн өндөр, хонхтой шагай чөмгөө салгахгүй, тэгээд тэрийг аваачаад тэр боовтойгоо цуг хүний нөгөө бурхан болоочийнхооажуу талд хувцас хунартай нь цуг тэрийг шатаадаг.

Хөдөөлүүлж ирчихээд шатаах юм уу?

Үгүй ээ үгүй, тэр хүнтэйгээ хамт явахгүй юу, нэг хэсэг хүмүүс бас ингээд тэр хүнийг байрлуулна шүү дээ. Тэгээд нэг хэсэг хүн нь тэр хүнийг бас зайлшгүй галд өргөхюмыг авч явна шүү дээ, бас тэрнийхээ хажууд дал, хонхтой чөмөг тэр боовыг шатаадаг. Тэгээд үндсэндээ ямар учиртай гэхээр тэр хүнийг одоо идэх юмсан, хэрэглэх юмсан гэсэн далдын ямар нэгэн хүслийг гүйцээж байна гэсэн үг гэнэ ээ.

Одоо яваад ирлээ, манайх ингээд шургуу гээд нэг юм хийдэг байхгүй юу, хоёр талдаа хаалгатай. Одоо ингээд машин орж ирэх зайтай юм хийнэ. Хоёр талдаа хаалттай машин энэ дундуур орно. Аа гэхдээ нэг тал дээр нь хүмүүс байна. Нөгөө ирсэн хүмүүс бүгдээрээ бууна. Тэгээд гар хөлийг нь ариутгаад, арц хүжээр ариутгаад, тэгээд машиндаа суугаад тэр шургуун дундуур гарна. Өөр газраар гарахгүй, муу муухай юмыг тэнд нь үлдээгээд тэгээд явж байна гэсэн утга санаа, тэгээд л дараа нь тэр айлдаа очно. Идээ будаагаа иднэ.

Идээ ундаандаа юу, юу идэх үү?

Өөө көк тэнгэр гэж, тэр энэ гэх юм байхгүй. Манай дөрвөд тал болохоор улаан мах чанадаггүй шүү дээ. Манай халхууд болохоор “ясыг нь тосолж байна” гээд заавал мал алдаг байхгүй юу, сонин хоёр үзэлтэй байгаа биз. Одоо тэр хүнийг ясыг тосолж байна гэж аминдаа л одоо яаж байгаа юм, юм л хүртээж байна гэсэн санаа. Ясыг тосолж байна гэж ялангуяа настай хүнд бол заавал ч үгүй мал алдаг байхгүй юу. Тэгээд тэр алсан малаа заавал ч үгүй чанана. Бүгдийг нь чанаад тэр оролцсон бүх хүн идэж ууна. Тэгээд дараа нь идэж уугаад бүх хүмүүсийнхээ явдал мавдал, бурхан болоочийгоо тэр хүнд бол эсвэлхалуун шүдтэй адуу бэлэглэнэ, дараа нь болохоор халзан цагаан хонь бэлэглэнэ. Тэгээд одоо мөнгөөр гарыг нь цайлгаад оролцсон бүх хүнд гар хөлийг нь цайлгаад өгнө. Хүүхэд шуухадгүй. Тэгчихээд дараа нь лам залж ирсэн байна. Тэгээд ерөөл авхуулна.

Оршуулгад хэрэглэдэггүй идээ гэж байх уу?

Архи л байдаг. Архи яах вэ, зүгээр ганц нэг явж байхыг харсан, тэгээд юу яадаг юм билээ. Тэгээд тэр нөгөө юугаар нь одоо газрыг ариусгаж байна уу? үгүй юу. Тэгээд бөглөөг нь аваад уучихдаг юм билээ. Одоо газар дээр очоод газар гуйгаад, цай хадгаа тавиад гуйчихдаг байхгүй юу. Хүмүүс тэгээд дараа нь нөгөөдхөө талийгаачтайгаа цуг явна шүү дээ. Тэгэхдээ зэрэг тэр хавийг ариулж байгаа байхгүй юу. Архиа ингээд тойруулаад зүгээр шингээчихдэг. Архи ууна гэсэн бодолгүй. Манай дөрвөд тал болохоор мах хэрэглэхгүй. Их сонин тэгээд бас хэцүү.

Махгүй, хөшиглөө махтай хоол ч өгдөггүй гэсэн үг үү?

Үгүй.

Ерөөсөө л дан будаа цай өгдөг юм уу?

Харин тийм. Нэг жил одоо манай сумын нуур голлоод машин усанд орсон байхгүй юу. 9 хүнтэй машин усанд ороод 3 нь амьд үлдээд, 6 нь өнгөрсөн юм. Тэгээд тэрний нэг хүн нь 69-ний жолооч байсан байхгүй юу. Манай аймаг дээр байгаа хүү засагдаргын орлогч хийж байсан чинь чааваас. Би ажилтай л байсан л даа, би тэтгэвэрт гараагүй байсан юм чинь. Тэгээд намайг тэр айлд хуваарилдаг байхгүй юу. Манай хүү тэгээд захиргааны талаас нэг айлын оршуулгад явсан. Өвлийн нэг сар шүү. Өө их хүйтэнд оршуулганд яваад л, хөөрхий. Тэгсэн цагаан будаа л өгдөг. Бэрээс хийчихнэ, тэгээд цагаан будаатай. Бас хэцүү л юм билээ, тэр ч одоо цагаа олоогүй л юм байна лээ. Цайны оронд шингэн цагаан будаа аягалаад өгдөг, хоолны оронд бэрээс өгдөг. Одоо хэвээрээ. Дээр үеэсээ уламжилж ирсэн нэг заншил л байгаа байх л даа.

Жирэмсэн хүн юу идэж увал сайн гэдэг вэ? Юу идэж болохгүй цээртэй вэ?

Жирэмсэн хүн аль болохоор илчлэг чанартай, одоо ч анагаах ухаан хэлж байгаа шүү дээ. Цагтаа хооллох ёстой, цагтаа амрах ёстой гээд. Бид нарын үед чинь тийм юм байхгүй ээ. Ядарсан амьтан л, тэр үед чинь одоотой адилхан хоёр өдөр амрахгүй, хагас сайн өдөр сонин уншлагатай, бүтэн сайн өдөр хэдэн хүүхдийнхээ хирийг мушгижугаана. Бид нарын ээж аав ч эрүүл саруул байсан, бид ч эрүүл саруул байсан байна. Жирэмсэн байхдаа ямар нэг зовсон барьсан ангийн мах, чоно нохойд баригдсан малын мах, хонож өнжиж муудсан мах, хол газраас найр хуриманд ирсэн идээ идэхийг цээрлэнэ. Бултыг нь бол хүн өөрөө зохицуулаад л явна. Хүмүүс цаг үеэ, иддэг уудаг юмаа дагаад бие муутай болчихсон. Дархлаа султай, дутуу төрнө, дутуу хүүхэд гаргана. Арай гэж нэг юм ядарч зовж төрчихөөд хөх нь сүүгүй байна. Би 8 хүүхэд гарахад энэ муу хөгшнөө сүүнд гүйлгэж үзээгүй. Бид нарын амьдарч байгаа цаг үе ч өөр байна, одоо бол 8, 9-өөр нь цувуулахгүй шүү дээ. Чадахгүй хөөрхий, бие нь ч гүйцэхгүй. Багачуул сүүлийн үед бас сайхан төрөөд, дэмждэг болчихсон байна лээ.

Төрсөн нялх биетэй эхэд ямар хоол өгдөг вэ?

Маш хурц биш, давс султай, нээх сүүтэй биш, хар бор цай голдуу. Аяндаа хоёр, гурав хонож байж хөхөнд сүү ордог. Эхний нэг хоёр өдөр эмнэлэг чихэртэй ус өгөөд л байдаг байсан, тэрнээс цаашаа бол ердийн хоолондоо ороод явчихна шүү дээ. Хэзээ ч бид нар чинь нэг сар хүртэл хиншүү үнэртэхгүй, хиншүү үнэртвэл хүний хоёр нүд, хамарэмзэг гэнэ. Энд ямар нэг гаднын хурц үнэр үүсвэл тэр хэмжээгээр л муугаар нөлөөлдөг, тэгээд л дээр үед хоёр гурван сар болохоос нааш боов хайрахгүй, аав ээжийнд очоод хайрна. Хуурай гамбир жигнээд идэх ч юм уу л байна. Дугуйлж байгаад л тогооныхоо ёроолд хайрч байгаад л идчихдэг байсан. Тэр үед мах, гурил хоёр л байсан нь одоо бодоход их эрүүл сайхан байжээ. Төрсөн хүн гээд л нэг их өөхтэй, бууз банш идээд байхгүй байсан чинь л дараа дараагийн төрөлтөд сайнаар нөлөөлж байсан байна лээ шүүдээ.

Та хоёр өдөр тутамд ямар хоол ихэвчлэн иддэг вэ?

Ээ хөх тэнгэр, одоо хоёулаа шүд муутай болохоор заримдаа бууз хийж иднэ, заримдаа далан давхар хийж иднэ, заримдаа цуйван хийнэ. Заримдаа ээж аав хоёр орж ирж хоол ид гэнэ, шүд муутай болохоор зөөлөн юм л иднэ.

Та хоёр ямар салат хийж идэх дуртай вэ?

Хааяа баяр маяраар хийж иднэ ээ, манай хөгшин болохоор өндөгний салатанд дуртай. Алимны салатанд дуртай. Би ч нэг их салатанд дургүй ээ.

Гахай, тахианы мах иддэг үү?

Өө яах вэ, хааяа манай хүүхдүүд иднэ ээ, загас ч гэсэн авчраад л шараад иддэг.

Шингэц сайтай, хөнгөхөн амьтан шүү дээ, ямааны мах л гэсэн үг.

Гахай, тахианы аж ахуй танай суманд байдаг уу?

Байхгүй ээ, Увс, Ховдоос л авчраад сард нэг удаа тиймэрхүү юм иднэ ээ.

Зуны цагт ямар мах иддэг вэ?

Хонины мах идэхгүй, халуун чанарын махтай. Тэгээд амархан мууддаг, хөргөгчинд хийгээд идэж болно л доо. Ямааны мах сэрүүхэн чанартай, ямаа идээд л гоёсэврээгээд борцлоод, ялаа батгана байхгүй. Бүр их халуун болоод ялаа шавах гээд байвалморины хомоолоор утаад янзтай гоё болно. Утаа цохисон махыг бас сүүлийн үед яриадбайна шүү дээ, монгол арга л даа. Хомоолоор утаад байхаар ялаа сууж чаддаггүй байхгүйюу.

Махгүй хоол идэх үү?

Иднэ, одоо бид нар чинь сүүтэй будаа нэг орой идчихнэ. Олон талын ач холбогдолтой шүү дээ. Хүний ходоод чинь яг чонын ходоод шиг өмхий байдаг гэж байгаа юм, байнгын махан хоол иддэг болохоор. Нэг ч орой ч гэсэн өөр юм хийчихвэл ходоод бас амрах байлгүй. Заримдаа бас мах шөл тасрах үе гарна шүү дээ.

Танайх өвлийн идшиндээ ямар мал идэж байна?

Нэг үхэр л унагаана. Том үхэр иднэ. Эсвэл 4, 5 тугалсан үнээ ч юм уу. 11 сарын 20-доос хойш идээд өдийд идэж л байна. Зарим жил борцолно, зарим жил борцлохгүй. Их сайн нунтаглаж байгаад идэхгүй бол бид хоёр даахгүй.

Улаанбаатарт маханд бодис хийж хадгалж байсан тухай ярьж байна, энэ тухайсонсоод юу гэж бодогдсон бэ?

Минийх, чинийх ч ялгаагүй. Монгол хүн амын гуравны хоёр нь

Улаанбаатарт байна. Бүлтэй чадалтай орон сууцанд амьдардаг нь бас гайгүй л байх, гайтай тэр гэр хорооллоор амьдардаг нь хэцүү л байх. Зөндөө байгаа. Тэгэхээр энэ бол бас яг монгол хүний тухайд харамсмаар мэдээ байгаа юм. Бид нарын гол юм чинь хэдэн мал шүү дээ, тэгээд хэдэн малаа зүгээр идчихэж чаддаггүй. Тийм юм хольж гэнэ гээд л. Үнэн ч юм уу, худлаа ч юм уу, таагүй сэтгэгдэл төрөөд байгаа юм. Муусайн хүүхдүүдээ эжий аав дээрээ аваад ир ээ гээд байгаа юм. Бэлчээрт яваа тэр малаа алаад идлээ гэхэд тэрүүнд бол ямар нэг юм байхгүй шүү дээ. Буруутайг нь нэг тийш нь болгоод тэгдэг л байлгүй. Маш олон арван хүний эрүүл мэнд яригдаж байна шүү дээ. Яг эндээс бол бас боломж алга байна шүү дээ, өнөөдөр нэг хоёр ямаа явуулчихъя гээд нэг хононо, маргааш нь нэг машинд тавина аа, хоёр гурав хоночихно. Өөрсдөө л шалгаж байх хэрэгтэй.

Өвлийн идшинд хот руу ямар ямар хүнс явуулдаг вэ?

Зарим нь их сонин сонин юм сонирхоно. Цустай гэдэс чинь гоё юм байна лээ ээжээ гэнэ, хуйхалсан толгой шийр чинь гоё юм байна аа гэнэ. Тэгээд боломжоороо явуулна аа. Бүтэн бүтэн үхэр явуулж чадахгүй, өрөөлдөж явуулна.

Настай хүн ямар хоол унданд дуртай байдаг вэ?

Байгалийнхаа жамаар өтлөөд хөгшрөөд ирэхээр идэж чадахгүй юмтай болно. Бибас боддог юм, би ээж аавыгаа тэр тал дээр хайхардаггүй л байж дээ гээд. Одоо ингээд би өөрөө хөгшрөөд л энэ хоол ээж аавд маань хатуудаж байж дээ гээд бодоод байдаг юм. Манай хөгшин чинь бантан их иддэг, хар шөл хоёрт их дуртай. Тэгээд бодохоор өдрөөсөдөрт хэмжээ нь багасна, нэр төрөл нь багасна.

Тэмээний мах иддэг үү?

Идэлгүй яах вэ, тэмээний мах идэхгүй бол нойр хүрэхгүй шүү дээ. Тэмээ чинь ихарвилаг махтай амьтан байхгүй юу, заримдаа тэмээ алаад хоёр гурав хуваагаад иднэ. Багал иднэ л дээ. Намар сэрүүн унаад л өвлийнхөө идшинд хэрэглэнэ. Амтлаг, яагаад гэвэл хужир мараатай, гашуун шорвог өвстэй, тэрэндээ амтлаг байдаг байхгүй юу. Цээрбайхгүй иднэ.

Танай суманд ан гөрөө иддэг үү? Агнадаг уу?

Бөхөн байна, цагаан зээр байна, тэхдээ ерөөсөө иддэггүй. Манай сумын хүмүүсийн амьдрал харьцангуй өөр.

Танай нутагт хэдэн цайны газар ажиллуулдаг вэ?

Гурав, дөрөв байдаг байх аа. Одоо махаа дуусчихсан, маргаашнаас наашгүй гэсэнгэнэ лээ.

Танд залуу хүмүүст захиж хэлмээр юу байдаг вэ?

Ер нь зүгээр багачууд болбол дэг жаяг, ёс хаягдаж байна. Маш багаасаа архи уужбайна. Заа яах вэ, баяр ёслолын үе боллоо. Хүн хоёр гурав цай уулгалаа, хүндэтгэлийн идээ юм чинь гаргана. Одоо тийм биш ээ, ойрын хоёр жил ноолуур их ч үнэтэй гарч байна, тэрийгээ дагаад архи их ууж байна. Хүмүүс чинь жаахан оюуны хоосролд ороодбайна, хөдөөнийхөн. Ном сонин уншихгүй, үздэг юм нь фэйс. Энд гарч байгаа юманд итгээд, өдөр шөнөгүй маажаад л, ховоо ч хөөцөлдөөд, хороо ч найруулаад. Яагаа ч үгүй багацуул бидний хажууд архи ууна. Хүмүүс бас ах, адиа хоёрын хажууд архи уухгүй гээд ёс суртахуунтай нь тэгэхгүй. Архи идээний дээж гэдгээ алдчихаад байна. Чи минийархийг аваад л мөнгө нь орж байвал хамаа байхгүй. Чи цаашаа ууна уу, хэнтэй зодолдоноуу, хөл гараа хөлдөөнө үү ямар ч хамаа байхгүй, хүн нэг нэгнээ хайрлах юм байхгүй. Үхэж үрэгдэнэ, гэр бүлийн самуун маргаан гарна. Манайх чинь 2000-аад хүнтэй газар тэгж байхад, олон хүн амтай газар яах вэ. Манай хөгшин, манай хүүхдүүд тамхи татдаггүй, манай хөгшин удирдах ажил хийдэг гээд архи уудаг байсан, одоо бие нь гүйцэхгүй болсон. Тамхи татаад согтох биш, тамхи татаад гэр бүлийн маргаан гарах бишяах вэ гэдэг юм би. Цаанаа тэр хүний бие махбодод хор хүргэж байгаа, мэдсээр байж татаад байна. Архийг бодвол нийгэм дэх хор хөнөөл нь тамхи татаж яваад хүн дайраад алчихжээ гэхгүй, гэхдээ архи бол хэцүү байна. Хэвлэл захиалаад л бид чинь уншаад л, маажих юм байхгүй байсан тэрнээс болсон ч байж магадгүй.

Ажилтай хүмүүс, ажилгүй хүмүүс ялгаатай ууж байна уу? Бүгд л уух хандлагатайбайна уу?

Ажилгүй гэхээсээ хөдөөний малчид. Тэрийг чинь би заримдаа зөвтгөх юм. Жилийн 4 улиралд мал дагаад л, энд нэг орж ирхээрээ дарвиад ганц нэг юм уучихмаар болдог байх. Тэгээд гол нь цаашилдаг байхгүй юу. Заавал энд хоёр гурван хоног уугаад, согтоод, цагдаад баривчлагдаад, заавал хэдэн төгрөгөөр торгуулж аваад явна аа. Тэр л буруу байхгүй юу.

Монгол хүний биед хамгийн тохиромжтой хүнс гэвэл та юуг нэрлэх вэ?

Одоо бид ч архи гэж хэлж болохгүй шүү дээ. Архинаас өөр хүн юу хэрэглэж байжболох вэ. Сахартай л гэнэ, вирустэй л гэнэ, хеликобактертэй л гэнэ, монгол хүн ч одоо өвчин нэрлэж байна шүү дээ, тэр өвчнөө сэдрээхгүйгээр сайхан хоол ундаа зөв хэрэглээд, сайхан ориг мах шөлөө идээд уугаад, тэгээд байвал архи уух шаардлага байхгүй.

Архи ууж байгаагийн шалтгааныг хүмүүс баяр их болсонтой холбоотой гэж хэлж байхюм аа, та санал нийлэх үү?

Тэр чинь бас хүмүүсийн ухамсрын асуудал. Эмэгтэйчүүдийн баяр уулаа л гэнэ, эрэгтэйчүүдийн баяр уулаа л гэнэ. Дээр үед ардын хувьсгалын ганцхан баяр байхад болоод л байдаг байсан. Морио уралдуулаад. Одоо дээрээсээ энэ баяруудыг болиулах хэрэгтэй. Тэгэхгүй тохиолдолд хүмүүс

чинь төрсөн өдөр тэмдэглэж байна гэнэ, тэгээд заавал ч үгүй л ууна, дуулна, асуудал гарна. Би 3 сарын 8-нд төрсөн, хүүхдүүд миний төрсөн өдрийг тэмдэглэнэ шүү дээ. “Хайрт ээждээ зориулав” 3 сарын 8 гэсэн бичигтэй бялуу хийгээд авчраад өгсөн шүү дээ. Тэгээд яахав, хүүхдүүд хоол унд хийж өгөөд тэмдэглэсэн. Надад гарын бэлэг өгөөд. Би ч яг 3 сарын 8-нд төрөөгүй л юм байна лээ. Паспорт солиход л тэгсэн юм байна лээ.

Ургийн овог нь юу вэ?



Борлууд.

Таны овог, нэрийг хэн гэдэг вэ?

Ольвооны Нямсүрэн.

Та хэдэн онд төрсөн бэ?

1984 оны хулгана жилтэй.

Үндсэн харьяалал хаана вэ?

Увс аймгийн Улаангом сумын Хархираа
2-р баг.

Таны төрсөн газар хаана вэ?

Би Увс аймгийн Тэс суманд төрсөн.

Үндэс, угсаа юу вэ?

Баяд.

Хүүхэд угаахад юугаар угаадаг вэ?

Хар цайнд угаадаг юм, малын ясны шөлөнд угаана. Хонь малын ясны шөлөнд л угаана.

Төрсөн эх ямар хоол хүнс идэх вэ?

Голдуу хонины мах л иднэ дээ.

Хүүхдийн даахинд ямар ямар идээ ундаа тавьдаг вэ?

Одоо чинь бүр аймар дэлгэрэнгүй болчихсон шүү дээ. Мах шөлөө тавина, чихэр жимс тавина. Хүүхдийн юманд ууц тавихгүй. Ул боов, боорцог тавина аа.

Та хоёр хэдэн онд хурим хийсэн бэ?

2005 онд хурим хийсэн, 4 хүүхэдтэй. Одонгоо саяхан авсан. 2020 онд авсан юм байна. Бид хоёрыг гэр бүл болоход ууц тавиад л. Нэг ууц л лав

тавьсан байсан. Хонцог гээд л дараагийн улсуудад л тавьдаг. Нагацаас доош ирсэн хүмүүст л өгдөг. Янз бүрийнмах чанаад л. Эмэгтэй талд бол өвчүү тавьдаг байх.

Хурим найраа өндөрлөсний дараагаар зоог шүүсээ хуваадаг уу?

Яг ойрын ах дүү нартаа идээгээ таваг тавгаар нь өгнө. Боорцог, мах шөлнөөсөө тасдаад явуулна. Ойролцоо байгаа айлуудад бас өгнө өө.

Гэр бүрэхэд ямар идээ тавьдаг вэ?

Тавина аа, бас л ууцаа тавиад, тавгийн идээгээ тавиад л.

Цагаан сарын шинийн нэгэнд юу хийдэг вэ?

Цагаан сарын зулаг өргөх цай, цагаан идээгээ бэлдэнэ. Эрэгтэй хүмүүс эндэр дээр гараад юм өргөдөг. Сүү, сахар холиод цагаан идээгээр өргөнө. Сүүтэй цай бас өргөж болно. Эмэгтэй хүн бэлдээд явуулна. Эд нарыг буцаад ирэхээр нь би цайгаа чанана.

Та дээж өргөх үү?

Өргөнө өө, гэртээ аяганд хийж тавиад, гадаа гарч бас зулаг дээжээ өргөнө. Бурхан шүтээндээ. Дээжийн цай л гэж хэлдэг. Шинэ мал хар цэвэрлэхээр бас бурхандаа тавина.Хавар мал төллөх үеэр уураг чанасан ч дээж гэж тавина.

Үнээний уургаас гадна бүх малын уургийг буцалгах уу?

Хийнэ, ямааных байна, хонь бас хийнэ. Найрлага нь ижилхэн. Уургийг малаа саасан сүүгээ тогоонд хийгээд буцалгаад хутгана. Тэгэхээр ээрмэг шиг болоод шүүслэгболно. Тэгээд л тэрийг уураг гэж нэрлэдэг.

Уураг ер нь юунд сайн бэ?

Хүний бүх уургийг нөхдөг гэсэн. Алдсан уургийг.

Битүүний орой юу иддэг вэ?

Битүүний орой “сацлын мах” гэж чанана. Юуных мах байсан хамаагүй, жижиглээд бас зулаг өргөдөг юм. Бууз бас жигнэж иднэ. Ойр байгаа айлууд нэгнийдээ ороод битүүлнэ. Банш бууз иднэ. Баншийг болох дээр усанд чанаж иддэг. Усанд чанаадшүүгээд гаргана. Чанасан баншийг хонины сүүл мүүл хийгээд чанахаар гоё болдог юм.

Цагаан сараар айлаар ороод ямар идээ эхлээд хүртдэг вэ?

Эрэгтэй хүнд архиа барьж орно. Өөрийнхөө аав ээжид бол тусгайлан зассан тавгийн идээтэй орно. Ээждээ шар цай, торго дурдан өгнө.

Оршуулгын ёсонд ямар идээ иддэг вэ?

Дандаа цагаан хоол иддэг. Сүүтэй будаа иднэ. Цай өгнө. Мах л орохгүй хоол иднэ. Улаан идээний бузар болчихно гээд хийдэггүй юм байна лээ. Идэж байгаа хүмүүснь бузар болчихно гээд.

Жирэмсэн эмэгтэй хүн юу идэж увал сайн гэдэг вэ?

Бид нар чинь хөдөөний улсууд болохоор хонины мах л идчихнэ. Миний хувьд бол боорцог идэж чадахгүй болчихдог, жимс жимсгэнэ бас иддэг. Мах л их иддэг. Тарваганы мах идэж болохгүй гэдэг, тэмээний мах идэж болохгүй гэдэг юм байна лээ. Тарваганы мах идвэл хүй солигддог, тэмээний мах идвэл сэтэрхий уруултай хүүхэд гарна, удаан төрж, илүү тээлттэй болдог гэдэг.

Та хэдэн үнээ сааж байна, зундаа?

Одоо 13, 14 үнээ сааж байна. Ааруул хийнэ, өрөм, масло хийнэ. Сүүгээ чанаад өрөм аваад, өрмөө гараараа базна. Тэгээд аймар гоё авцалдаад хатуураад ирнэ, тэр нь масло болно. Шүүс гарна, тэрийг нь айраг руугаа хийнэ.

Үнээний айргаа яаж хийдэг вэ?

Бид нар чинь намарт айрагны эх гээд тавьчихдаг юм. Тэрийгээ жаах жаахан дэвтээгээд байгаад тэгээд айраг гаргана. Бид нар чинь бас шимийн архи гаргана. Мөнгөтөгрөгөөрөө цагаан идээ авахгүй, өөрсдөө л авчихдаг.

Та нар зуны улиралд ямар хоол иддэг вэ?

Хонины мах иддэг, бас хонины махаар борц хийнэ. Нарийлаад аргалын зөөлөн утаагаар утаад, амтлаг гоё болно.

Өдөрт танайх хэдэн хоол хийх вэ?

Нэг л удаа орой хийнэ. 5-6 цагийн хооронд. Түүнээс хойш 10 гээд амарцгаана, юмидэхгүй. Өглөө сүүтэй цай, боов боорцог иднэ. Орой айргаа уугаад унтана. Айраг уухаархоол шингээнэ, кальци ихтэй. Өглөө хүүхдэдээ сүү хөөрүүлж өгнө.

Өвлийн идшиндээ танайх ямар ямар мал иддэг вэ?

Нэг үхэр иднэ. Хонь ямаа нийлсэн арваад шийр иднэ. 11 сарын 20-доор идээд 4 сарын 20-д, 5 сарын 1 хүртэл иднэ. Тэгээд борцоо иднэ. Хаврын мал алах муу, тэр дотроосоо соргог сайнаа цэвэрлэж иднэ. Мал гаргахаа цэвэрлэж иднэ гэнэ. Би бол барагбаяд гэдгээ мартаад байна оо, дөрвөд хүнтэй суучихсан. Цэвэрлэж иднэ гэдэг маань дөрвөд яриа.

Цайндаа давс хийж байгаа юу?

Хийдэг. Манайх ер нь давс багатай ууна, хар цайг давсгүй уучихна. Цаанаасаа давсаа багасгая гэсэн бодолтой. Увс нуурын давс бид нар авч

хэрэглэдэг. Аймгийн төв дээр боловсруулаад зардаг. Янз бүрийн амт байхгүй. Цэвэр. Хойшоо энэ Давстаас чулуун давс гэж орж ирдэг. Тэнд давсны уурхай байдаг юм гэсэн. Тэрийг бас авч иддэг.

Настай хүнийг өргөж тэтгэхдээ ямар хоол идүүлбэл сайн бэ?

Манай хадам ээж одоо настай. 68-тай хүн байдаг. Ихэвчлэн шөлтэй монгол лапшаиддэг. Бэртэн хааяа хийж өгдөг. Гурилаа бэртэгнээд хийдэг бантанг хэлж байгаа юм. Настай хүн хуурай хоолонд дургүй байдаг. Цуйван, будаатай хуурга энэ тэр гээд. Маханхоолыг дандаа машиндаж идэх дуртай болчихдог.

Гахай, тахианы мах иддэг үү?

Тийм юм авч хэрэглэхгүй ээ. Одоо сүүлийн үед иддэг. Малын махыг гүйцэхгүй лдээ. Тахианы мах авчирч шарж идэж байсан. Хүүхдүүд бол дуртай, бид нарт бол амт муутай, амтлагч их хийхээр гоё болдог юм байна лээ.

Зэрлэг ямар ургамал хэрэглэдэг вэ?

Зэрлэг сонгино иддэг. 8 сарын 10-наас хойш түүж аваад хатаадаг. Тэгээд бүтэн жилжингээ хэрэглэдэг. Сонгиноос өөр хааяа тошлой түүж иднэ. Манай ийшээ баруун зуслан руу ургадаг. Ууланд ургадаг. Нохойн хошуу түүж аваад цайндаа нунтаглаж хийнэ. Бөөрөнд бас сайн гэсэн.

Эмийн чанартай өвс ургамал хатааж хэрэглэдэг үү?

Гишүүнэ хааяа ууна, янз бүрийн хаван буулгадаг, хорт хавдарт сайн гэдэг юм байна лээ. Гангыг ханиад томуунд буцалсан ус хийгээд хандлаад л ууна. Чихэр уяа гээдөвс байдаг юм. Газарт байдаг, энэ нь эмэгтэйчүүдийн савны өвчинд сайн. Бас ханиаданд сайн.

Ковидын үеэр ямар эмчилгээ хийх, сэргийлэх арга хэрэглэж байсан бэ?

Хүмүүс ганга их ууж байна лээ. Бас тарваганы цөсийг аваад хатаагаад тэгээд усанд дэвтээгээд уудаг юм байна лээ. Эмийн журмаар хандалж ууна. Элгийг нь бас авч хэрэглэдэг гэсэн. Өвчин намдаадаг гэсэн. Ясыг нь бас яс сийрэгжилтэд сайн гээд усанд хийж уудаг. Тарваганы сүүлийг [сүүлний ясыг] дутуу гардаг эхэд уутанд хийгээд гэдсэндоогуур нь зүүж өгдөг.

Ургамлын тосыг юунд хэрэглэж байна вэ?

Их хэмжээгээр хэрэглэхгүй, хуурай хоолонд л хийдэг юм. Бид нар чинь нөгөөмаслоороо бас их юм хийдэг.

Хүнсний бүтээгдэхүүний үнэ нэмэгдэж байна гээд ярьж байна? Энэ талаар ямар бодолтой байна вэ?

Биднүүсийн худалдаж авч байгаа юмны үнэ ёстой аймар байна шүү дээ, тэнгэрт хадаж байна. Боломжоороо аваад л хэрэглээд л байна.

Болсон гурил хэрэглэдэг үү?

Цайндаа хаяж ууна. Эрүүл мэндэд сайн гэсэн. Гэдэсний өвчинд сайн гэсэн. Чийгбамын юманд бас хэрэглэдэг гэсэн.

Чацаргана хэрэглэдэг үү?

Өвөлдөө авч шүүс хийж өгнө. Үхрийн нүд, аньсны шүүс авч хэрэглэнэ. Чацаргана дархлаанд их сайн.

Илүүдэл жингийн тухай их ярьж байна? Энэ юутай холбоотой байдаг юм бол оо?

Хөдөлгөөн, идэж байгаа хоолноосоо болж байгаа байх. Хүмүүс гурилан хоолыг муу гээд байдаг юм билээ.

Идээний дээж архи гэдэг, энэ утгаа хадгалж байна уу?

Аймар замбараагүй хэрэглэж байна шүү дээ. Худалдааны архийг.

Та монгол архи уудаг уу?

Нэг их уудаггүй ээ. Халуун нартай үед халааж уухаар ядаргаа тайлдаг юм.

Сэрүүсэхгүй, биед л сайн.

Өдөр тутамдаа ямар хоол хамгийн их иддэг вэ?

Шөлтэй хоол их иддэг. Хуурай хоол бас иднэ ээ, гуляш энэ тэр. Манай хүүхдүүд хуурай хоолонд дуртай, бууз хуушууранд дуртай.

Төрсөн өдөр их тэмдэглэдэг үү?

Тэмдэглэнэ. Янз бүрийн салат хийнэ. Байцааны салат, өндөгний салат, хүрэн манжингийн салат, төмсний салат хийдэг. Өөрөө л хийгээд сурсан.

Цагаан сараар хэрэглэх ул боовоо худалдаж авдаг уу?

Худалдаж авна. Хажууд нь заавал алгадмал боов хийж тавина. Одоо гэхдээ ул боов гэхээсээ илүү ааруулаа хэвлэж тавьж байна шүү дээ. Намар яг цагаан сарын урьд хийсэн ч болно. Нойтон бузаа [шүүсэн аарц] хадгалж байгаад, дэвтээгээд сахартай холиод базаж байгаад хэвлэнэ.

Үнээний айрагнаас гадна гүүний айраг хийдэг үү?

Хийдэг, зундаа. Ийшээ тэмээ саадаггүй, тэгэхээр ингэний айраг хийдэггүй.

Тэмээний мах ямар байдаг гэдэг вэ?

Булчин шөрмөс ихтэй. Гэхдээ гоё мах байдаг. Амттай. Тэмээний мах ер нь бүгдийг нь иднэ. Тэмээний элэг уушгийг иддэггүй юм аа, зүрхийг нь иддэг. Толгойг нь цэвэр газар аваачаад тавьчихдаг. Бөхийг нь хэрэглэнэ, хайлж боорцогны тос хийж авна.

Хоол хүнсээ ямар сав суулганд хийдэг вэ?

Жишээ нь пивор саваар архад хийдэг байсан бол үхрийнхээ арьсаар архад хийж байна. Сольж чадаж байгаа, төмөр саваар.

Хэдий үеэс сав суулгаа сольж эхлэв?

2015 оноос л хойш байх. Төмөр сав чинь ус мус амар муудахгүй, пивор сав чинь сүү амархан гашилдаг. Айрагны архдыг малын арьсаар хийхээр шар тос сайн гардаг. Айргийн шар тосоо цайнд хаяж ууна. Даарч хөрөөд царцсан хүний бие дээр түрхээд галдээхээр сайн байдаг.

Хорхог боодог жилд хэр их хийдэг вэ?

Хол ойроос хүн амьтан ирсэн үед хийнэ ээ хийнэ. Хаварт бас хийнэ ээ. Хониор хийдэг. Ямаагаар ч хийж болно л доо. зүгээр бид нар болохоор тогооны хорхог хийдэг. Чулуугаа халаагаад л махаа хийгээд л хийчихдэг. Хонио хайчилчих дээрээ хорхог хийдэг юм, мал өсдөг гэж тэгж хийдэг юм.

Хурга, шшигний засааг иддэг үү?

Иднэ ээ. Янз бүрийн уураг нөхнө. Бөөр мөөрөнд сайн. Шөл нь ядаргаанд сайн гэсэн.

Төв газар ороод цайны газар орохдоо юуг нь анхаардаг вэ?

Мах нь зүгээр болов уу л гэж боддог. Сайн мах бол өөхтэй, өнгө нь сайхан байна.

Муу мах бол улаан ч юм шиг сонин байдаг. Махыг нь л хардаг.



Та ам бүл хэдүүлээ вэ?

Ам бүл 4.

Таны ургийн овог юу вэ?

Ноён
Цорос.

*Таны овог нэрийг хэн
гэдэг вэ?*

Хайдавын
Өлзийсайхан.

Та хэдэн онд, хаана төрсөн бэ?

1969 онд Ховд аймгийн Жаргалант суманд төрсөн.

Үндэс угсаа юу билээ?

Би таниар цэргийн хоол хүнс, хангамж, орцны талаар жаахан зүйл яриулах гэсэн юмаа. Энэ маань бас нууцад хамаарах уу?

Одоо хүний хэрэглэдэг л хоол хүнсийг хэрэглэнэ. Гэхдээ нэр төрлийг нь олшруулчихсан. Манай салбарын хоол хүнс дотроо жаахан ялгаатай л даа. Нормын хангалтаар явна. Өдөрт нэг цэрэг 550 грамм мах идэж байна. Будаа, гурил бүх юмтайгаанийлүүлнэ. Өдөрт 4 хоолтой. Хоолны илчлэг гээд тусдаа. Манайх бол ийм. Гэтэл заримгазар чинь Оросод гэхэд хамгийн гол нь цэргийг өлсгөхгүй байх гол зарчим гэж байгаа юм шүү. Өлсөхгүй байх, өвдөхгүй байх чухал, юу өгөх нь хамаагүй гэж байгаа юм. Манайх бол хэт нэр төрлийг нь олшруулаад байна. Нэг бодлын зөв ч юм уу, буруу ч юмуу бүү мэд. Орчин үед цаг үетэйгээ яагаад олон л юм хэрэглээд байна л даа. Одоо чинь бараг 25 нэр төрлийн хүнс хэрэглэж байна аа даа манайх чинь.

Дээр үед зах зээлд бол гурил, будаа, мах л юм чинь. Одоо бол гоймон гэхэд 3, 4 төрлийн гоймон байна шүү дээ. Будаа гэхэд л энэ цагаан будаа, шар будаа, бор будаа, хөц будаа гээд, гурил гэхэд нэгдүгээр, хоёрдугаар дээд гээд явчихаж байна. Тэгээд л сүү, сүүн бүтээгдэхүүн, цуу, цагаан гаа хэрэглэхгүй юм алга байна шүү дээ, дэлгүүрт байгаагүй л юмыг хэрэглэж байна. Зарим нь сонголттой хоол моолтой болчихсон. Сайхан л болчихсон байна. Манай хилийн цэрэг чинь өөрсдөө мал маллана, тэндээс сүү, цагаан идээ, айраг гарч байна. Ногооныхоо байцай, манжин, лууван гараагүй үед цагаан идээгээр орлуулчихдаг. Орлуулалт хийгээд явчихдаг.

Таны тэтгэвэрт гарсан цэргийн анги гэхэд хэд орчим малтай вэ?

Харилцан адилгүй. Одоо тэр Эрдэнэцагааны хил дээр гэхэд хэдэн

мянган малтай. Бэлчээр сайтай газар болохоор бараг 10 мянган адуутай гэсэн байх. Мянган мал бол юуч биш. Тэгээд зарим газар хонь, үхэр гээд янз янз. Манайх бол цөөхөн тооны малтай.

Махны хэрэгцээгээ маллаж байгаа малаасаа хангаж чаддаг уу?

Чадахгүй, яагаад ч тэгж чадахгүй. Туслах аж ахуйгаасаа хангадаггүй гэсэн үг. Нэгхүн өдөрт 500 гр мах иднэ гэдэг чинь, бид хэд 6 хүн байна, 3 кг мах өдөрт иднэ гэсэн үг. Гэтэл хилийн цэрэгт хэдэн хүн байх вэ. Тэгээд үүрэг гүйцэтгэж байгаа бүрэлдэхүүн гэхээр чинь махны хэрэгцээ маш их гарч байгаа юм. Намар ингээд санхүүжилт ирнэ, малмахаа худалдаж авна шүү дээ гаднаас. Малчдын суурин дээрээс гар дээрээс худалдаж авна. Чадалтай бол хямдхан бөгөөд олон мал худалдаж авна. Амьдаар нь, арчаагүй бол муухан мал авна. Тухайн үеийн ард тал, хүнсний дарга нарын л овсгооноос болно.

Авсан малаа цэргийн ангийнхан өөрсдөө төхөөрөх үү?

Хавар гайгүй худалдаж аваад зун байж байгаад намар 10 сард нэгдсэн бой хийнэ шүү дээ. Тэрүүнийхээ арьсыг зарна. Нэг бодлын ард иргэд юу хийдэг вэ, яг тийм, олон хүүхэдтэй айл л гэсэн үг шүү дээ. Бэлдэнэ, гулуузаар нь хадгална. Малчид яг идшээ бэлддэг шиг л. Сайн овсгоотой юм мэддэг даргатай бол цус мус дайвар бүтээгдэхүүн байна шүү дээ, яг л сайхан цусыг нь аваад л сонгино, саримс, амтлагч хийгээд олгой, ходоодонд нь хийгээд бэлдэнэ. Зарим жаахан арчаагүй нь тэр чигээр асгаад хаяна. Янз янзын дарга хүнээс л шалтгаалж байна.

Хил дээр ажиллаж байгаа хүнд хамгийн тохиромжтой хоол нь ямар хоол байдаг вэ?

Ер нь манайхан зүгээр хилийн застав манаа гэдэг чинь харуулаар гардаг байхгүй юу. Би ахлаад та хэдийг аваад гарна гэсэн үг. 7 хоног, 15 хоногоор гараад явчихна. Манайхны хамгийн хэрэгтэй иддэг хоол цуйван л байдаг юм шүү дээ. Шөлтэй хоол иднэл дээ. Хилийн цэргийн хамгийн алдартай, ганц брэнд бол цуйван л байдаг юм даа. Монгол цуйван. Хил дээр шинэ юм идэж чадахгүй шүү дээ, Помидор, огурцы энэ тэр. Тэгээд сүүлдээ бүр монгол арга руугаа шилжээд шар тосонд багсарсан гурил энэ тэр вакуумдаад өгч явуулдаг болсон.

Хуучин шөнийн манааны нэмэгдэл гээд печень, 24-ийн чихэр эд нар өгдөг байсан юм. Одоо тэрийгээ болиод ааруул тийм юм өг гээд. Тэр бол болж л байгаа байхгүй юу. Шөнө ганц ийм чихэр идэж байснаас 2 ийм ааруул амандаа хүлхээд байхад арай өөрт нь хэрэгтэй биз дээ. Одоо янз бүрийн гарал үүсэл нь мэдэгдэхгүй чихэр мэхэр, хугацаа ньч ямар байгаа юм, хэн мэдэх вэ дээ тээ.

Цэрэг хүнийг хамгийн эрүүл хоолтой, хамгийн бие сайтай хүн гэж үзэж

болох уу? Цэргийн хүн байснаараа би эрүүл мэндийн хувьд арай өөр шүү гэж хэлэх боломжтой юу?

Ерөнхийдөө бол давуу тал байна аа. Тэгээд бас байнгын хөдөлгөөнтэй байна. Таргалах асуудал бас байна л даа, жаахан суугаа ажил таарчихлаар таргалчихдаг. Би чинь бас жингээ бариад л байдаг, тэгээд жаахан суугаа ажил хийгээд. Тэгээд бас хувь хүнээс шалтгаалж байна. Бичиг цаас гээд компьютер дээр суугаад байхаар гүйдэг харайдаг нь багасаад л. Явахлаараа машинтай яваад л. Тэгээд л жаахан тиймэрхүү болоод ирнэ. Гэхдээ хичнээн тэглээ ч багын юм гэж байна, яснаасаа. Тэр чиглэл дээр болхичнээн таргаллаа ч бэлтгэл хийхэд маш хурдан формондоо ордог байхгүй юу. Гүйж харайхгүй байж байгаад 7 хоног бэлтгэл хийхэд л хүрэх түвшиндээ хүрнэ. Тийм учраас байнгын хөдөлгөөнтэй байгаа нь давуу тал, зөвхөн хоол хүнсэндээ биш.

Цэргийг анх татахдаа эрүүл мэндийн үзлэгт оруулдаг шүү дээ. Гэхдээ ирсэн хойноо ямар төрлийн өвчлөл ихтэй юм шиг ажиглагддаг вэ?

Яахав тэгээд эрүүл мэндийн үзлэгт ороод татдаг шүү дээ, зарим нь сайхан эрүүл цэргүүд байна. Зарим нь суурь өвчтэй цэргүүд байна. Урьд нь аваарт орж байсан байж магадгүй, татдаг барьдаг, зарим нэг унаж тусдаг цэргүүд байна, зүгээр байж байгаад. Янзбүрийн л юм гарч ирнэ. Одоо бол цэргүүдийг маш сайн үздэг болсон байна лээ. Зүгээр гэж ирчихээд цэргийн газрын ачаалал даахгүй уначихдаг, голд нь няцдаг нөхдүүд байна. Жаахан ядархаараа шөнө зүүдэлдэг, харайдаг, хашгирдаг. Тэгээд нөгөө гэртээ нэг л төрлийн хоол идэж байсан хүн чинь 4 төрлийн хоол идэхээрээ тухайн хүн чинь төдий чинээний ачаалал гаргаж байж, калорио нөхөх гэж идэж байгаа шүү дээ. Шинжлэх ухаанаар. Дасгал сургуулилт нь багадаад, идэш ууш нь ихдээд. Унтах нь ихэднэ, няцна. Юу ч хийж чадахгүй. Жорлон морлон дүүргэх ажил их гарна аа. Зарим цэргүүд ч алдахбарих зөндөө юм байна шүү дээ. Хүн амьдарч байгаа газар чинь. Одоо чинь цэрэг бол ирж л байдаг, явж л байдаг шүү дээ гэдэг бодол төрж байна аа. Нэг жилийн цэрэг чинь. Одоо маш сайн, хөдөлгөөнтэй цэрэг үлдэнэ, нэг бол жинхэнэ гоожуур үлдэнэ. Тэр аймгийн тэр сумын нөхөр гээд бүтэлгүй, нүдэнд харагдаад байдаг байхгүй юу.

Увс аймгийн Тэс сумын Жигдэн гэж нэг нөхөр байсан юм. Жигдэнгийн онигоо их л дээ. Манай нэг ахлагч цана бэлтгэхгүй юу. Манаанд явах гээд, хэдэн өдөр бэлдлээ хөөрхий амьтан. Би ангиас хэдэн цана өгөөд, бэлдэж, бэлдэж, туршилтад гарахгүй юу. Уулнаас Жигдэн тэргүүтэй манаа ирж байгаа байхгүй юу, Жигдэн тэргүүтэй. Харж байсан чинь манай хүн ирж байна аа. Тэгсэн Жигдэн шууд цохиод эхэлдэг юм. Цанын урд талын хошуу байдаг даа. Олон цэргүүд цанатай хажуугаараа яваад л ахлагч нартай мэндэлж байгаа байхгүй юу. Жигдэн урдаас нь ирж байна гэж байна шүү дээ, шрх гээд гишгээд л хугалаад л, бэлдэж бэлдэж байгаад 6 цэрэг бэлдсэн. 6 дахь нь Жигдэн. Цанынурд талын хошуу шархх

гээд л хугалаад л мэндэлж байна гэж байна шүү дээ.

Холбооны засварын бүлэг яваад, өгсүүр газар 66 машин эвдэрчихэж байна гэж байгаа юм. Жигдэн чулуу тавьчихаарай гэсэн гэж байгаа юм. Заа мэдлээ гээд буугаад, тавьчихлаа ахлагч аа гэсэн, ингээд харсан чинь дандаа урд талд нь тавьчихсан, ард нь биш. Хэрвээ машин ухарсан бол, Жигдэнд итгээд араараа гүйвэл тэгээд л алга болно. Одоо ч ингээд санагдаад байж л байна. Хэдэн жил болов? 1990 хэдэн оны цэрэг. Одоо манай энд Жигдэнг мэддэг хүн байхгүй. Тэгээд машин зогсоод эвдэрч байж гэнэ. Доогуур нь ороод юм хийгээд байж байсан чинь Жигдэн: -Яав ахлагч, машаан чинь хамхарч одов уу гэсэн гээд. Эвдэрчихлээ гэсэн чинь: -Тэгнэ ээ тэр, миний суусан машаанзаавал хамхардаг юм гэж байсан гээд. 1996 оны цэрэг шүү дээ, одоо хүртэл толгойд явжбайна шүү дээ.

Цэргийн хүмүүсийг архи нэлээн уудаг гэж жирийн хүмүүс ойлгоод байдаг. Үнэхээр тиймөндөр хэрэглээтэй байдаг уу, дэгсдүүлж байна уу?

Тэр одоо хувь хүнээсээ л болно шүү дээ. Цэргийнхэн архины хангалттай хүмүүсбиш шүү дээ. Дээр үед чинь усны дашмаг энэ тэрд чинь зориг оруулж байсан байх л даа. Спирт өгдөг байсан, дэлхийн 2-р дайнд яасан бараг спиртийн хүчээр л ялсан юм гэдэг. Тэр хүйтэн мүйтэнд. Цэргийн хүн архи уудаг уу гэвэл хувь хүнээсээ л яг шалтгаална. Хилийн уулзалтад бол бид нар Хятадуудтай уулздаг байсан. Оростой уулздаг байсан. Тэнд бол нэг хэсэг жинхэнэ хэнийгээ ялах вэ гэдэг маягаар үздэг байсан. Яагаад гэвэл, тэр архины чинь цаана хэн хэнээсээ мэдээлэл авах гээд байгаа юм. Хятадууд болж өгвөл манайхнаас архи сайн шахаад согтуугаар нь юм асуухыг боддог. Бид нар ч гэсэн тийм юм боддог, ер нь тэгээд архиар өрсөлддөг тал байсан л даа. Одоо бол тийм юм биш болчихож. Аль аль талдаа.

Цэргийн хүний хувьд, ахмад хүний хувьд харахад монголчуудын архины хэрэглээ ямархуубайна вэ?

Увсын наад талын хэдэн сум байна, Ховд, Бөхмөрөн, Өмнөговь гээд, Ховд аймагбайна, хааяа нэг Говь-Алтай авч байгаа юм. Тэгэхээр одоо ийм л хэрэглээ байна шүү дээ. 100 мянган хүнтэй газар дор хаяж 7 шалаанз байна.



Таны ургийн овог юу вэ?

Яргай.

Таны овог, нэрийг хэн гэдэг вэ?

Гансүхийн Гомбо-Очир.

Хэдэн онд төрсөн бэ? Ямар жилтэй вэ?

1997 онд төрсөн, бар жилтэй.

Үндсэн харьяалал хаана вэ?

Увс аймгийн Ховд сумын Шивэр.

Хоёрдугаар баг.

Хүүхэд угаах найранд оролцож байсан уу?

Тэрийг сайн мэдэхгүй байна, тийм найранд оролцож байгаагүй.

Хүүхдийн даахь үргээхэд очиж байсан уу?

Очиж байсан.

Хүүхийн даахинд ямар хоол унд бэлтгэдэг вэ? Танай нутагт?

Найртай л адилхан идээ ундаа ууц тавина, ул боов тавих нь тавиад, тавихгүй тавихгүй. Зарим нь заавал ул боов тавихгүй, орлуулсан дөрвөлжин ааруулаар таваг засдаг.

Шинийн нэгний өглөө юу хийдэг вэ?

Манай нутагт бол дээр мөргөнө, индэр дээр гарна гэж ярьдаг. Гэрийнхээ зүүн өмнө талын өндөр дээр гараад овоо шиг юм босгоод, хонины өвчүүгээ түлээд идээ ундаагаа хангай дэлхийдээ өргөөд нар тусахаас өмнө орж ирнэ. Орж ирэхэд гэрийн эзэгтэй цайгаа чанасан байгаад, орж ирээд л золгоно доо. Индэрт тэр гэрийн эрэгтэй улсууд л гардаг.

Анх хэдэн настай байхдаа индэрт гарсан бэ?

Дөрөв, таван настайгаасаа л эхлээд индэрт гарч эхэлсэн. Манай нутгийн айл болгон л гэрийнхээ зүүн өмнө талд индэр босгосон байдаг. Шинээр босгоод байхгүй нэг л газраа байна. Зүүн өмнөд зүг чинь аз хийморийн зүг гэж бэлгэддэг.

Битүүний орой ямар хоол хийж, ямар ажил хийдэг вэ?

Мал хуйгаа хотлуулаад индэрээ засна. Битүүний өдөр чинь айлд хонодоггүй гэдэгшүү дээ, гэртээ байна. Хоол унд бол бууз, банш битүү хоол

иддэг гэдэг. Бууз нь том, банш жижигхэн болохоос амт нь адилхан.

Цагаан сарын дараа идээ тавгаа ямар ямар айлд хуваадаг вэ?

Хамгийн түрүүнд хотод байгаа хүүхдүүд рүүгээ явуулаад, ойр дотныхоо хоёр, гурван айлд өгдөг.

Танайх ямар бурхан шүтээнтэй вэ?

Манайх Алтангэрэл бурхнаа шүтдэг, зарим бурхныхаа нэрийг сайн мэдэхгүй. Цагаан сараар өвөө, эмээгийнхээ зурагны өмнө бүх идээнийхээ дээжээс л тавьдаг. Зассанбүх идээнийхээ дээжээс л “бурхны таваг” гээд засдаг. Бурхны тавгийг аав л засдаг. Гэрийнхээ том идээг аав засаад бусад жижиг идээгээ ээж засна.

Оршуулгын ёслолд оролцож байсан уу?

Үгүй ээ аав, ээж л явдаг. Оршуулгын ёслолын идээ, ундаа сайн мэдэхгүй, ажил явдал гарсан айлаас ирсэн юмыг иддэггүй л гэдэг, сайн мэдэхгүй.

Сүүлийн үеийн хүнсний бүтээгдэхүүн, өөрийнхөө гэрийнхээ хоол хүнс хоёрын алинд нь дуртай вэ?

Ер нь уламжлалт гэрийнхээ хоол унданд л дуртай. Дэлгүүрийн ундаа, худалдааныюмыг нь чинь идээд яваад байх хэцүү шүү дээ.

Танай аав ан хийдэг үү?

Хийдэггүй. Манайх ангийн мах гэртээ оруулдаггүй, иддэггүй. Өөр айлаар бол тарваганы мах идэж л байдаг, мах шөл нь ханиаданд сайн л гэж ярьдаг.

Ангийн мах эмчилгээнд хэрэглэж байсан уу?

Гахууна (Ахууна М. П) гээд шувууны мах идэж байсан. Тэр нэг цагаан шувууг сахар, шихрийн шижинд сайн гээд хүнээс худалдаж авч идсэн. Нэг хүнийг агнаад өг гээд л авч байсан. Манай нутгийнхан өөр шувуу агнадаггүй байх.

Гахай, тахианы махаар хоол хийж иддэг үү танайх?

Манайх, гахай, тахиа загасны мах иддэггүй, хааяа төв газар орохоор жаахан иддэг.

Сүүлийн үед давс яаж хэрэглэж байгаа вэ? Хэмжээ нь?

Яаж хэрэглэж байсан хэвээрээ иддэг, манайхан чинь нуурын чулуун давс гээд Давст сумаас ирдэг байх, аймгаас худалдаж авдаг. Янз бүрийн амт

байхгүй байсан сайхан давс.

Сүүлийн үед залуу хүмүүс их илүүдэл жинтэй байгааг юутай холбоотой гэж боддог вэ?

Хүмүүс их тарган байгаа нь хөдөлгөөнгүй байна л гэж боддог.

Ер нь өглөө босоод ямар ямар ажил хийдэг вэ?

Өглөө босоод хонио эргүүлнэ, мориндоо явна. Одоо бол (хавар М. П) ойрхон, өвөл бол босоод л хоёр гурван км морь руугаа явган шүү дээ. Морио авчирч эмээллээд л хониндоо явна. Хонинд явахгүй өдрөө адуундаа явна. Манайх хонь, ямаа, адуутай л байдаг. Үхэр өөр айл дээр цөөхөн үхэр байдаг.

Гол саалийн мал нь ямаа байх уу?

Тэгнэ, ямааныхаа сүүгээр голдуу ааруул хийгээд хураадаг. Ааруулаа зарахыг нь зараад л, ийш тийшээ хүнд өгнө, хот руу явуулна. Ямааны ааруул нэг кг нь 20-30 мянгантөгрөг л байдаг.

Тэмээний мах идэж үзсэн үү?

Үзээгүй ээ, гэхдээ манай ард талд тэмээтэй айл байдаг. Манайхан тэмээний мах идэхийг ер нь бол цээрлэдэг. Тэмээний мах идэж байгаа айлтай нэг их таараагүй, аав тэмээний мах битгий идээрэй л гэдэг.

Танай үеийн залуучууд архи хэрэглэж байна уу?

Хааяа даа хэрэглэнэ, идээний дээж гээд эрхэмлээд тааруулаад уудаг хүн байна, замгүй уудаг хүмүүс бий. Тэр улсууд нь архиндаа донтсон улсууд байдаг байх, хамар ньулайчихсан байдаг.

Хонь мал гаргаад хүнсэндээ бүгдийг нь хэрэглэдэг үү?

Тэгнэ, толгой шийрээ би өөрөө хуйхлаад иднэ, аавын дэргэд дал идэхгүй гэдэг. Адууг иднэ, төхөөрөөд толгойг нь дөрвөн шийртэй нь авдрынхаа урт тал руу эхлээд тавьдаг. Адууны толгойн мах иднэ, бага махтай л байдаг. Зуны цагт хонины мах, цагаанидээтэй л хэрэглэнэ.

Танайх өвлийн идшиндээ ямар ямар мал төхөөрдөг вэ?

Манайх өвлийн идшинд хязаалан соёолон үхэр, нэг адуу, арваад бог мал иддэг. Гэхдээ бүгдийг нь манайх идэхгүй л дээ. Хот руу эгч рүүгээ, дүүдээ явуулна. Өвлийн идэш арван нэгэн сарын сүүлээр хийгээд арван хоёр сараар хийгээд дуусдаг. Хавар бол үхрийнхээ борцыг идэж байгаад л бараг зуныг дуусгаад хонь гаргана.

Танайх өдөр тутамд ямар хоол хамгийн их иддэг вэ?

Манайх өдөртөө нэг л хоол иднэ. Гурилтай шөл л голдуу хийнэ. Гурилтай хоол шингэц сайтай. Шарсан хуурсан юм нэг их идэхгүй.

Хэзээ айл болох санаатай байгаа вэ?

Гуч хүрэхээс өмнө л эхнэр авах санаатай байгаа. Манай эгч, дүү нар сургууль соёлд суугаад явсан. Аав, ээжийнхээ малч удмыг залгуулах ёстой л гэж боддог. Манай үеийнхэн ихэнх нь л сургууль соёл төгсөөд, ажил төрөл гээд явсан манай ангиас гэхэд мал маллаад явж байгаа гурав дөрөвхөн л хүн байгаа. Мал маллаж байхад чинь цас, бороо, төлийн үед хэцүү шүү дээ.

Танайх хэд хичнээн орчим мал тоолуулж байна вэ?

Манайх хоёр зуу гаруй хонь, долоо найман зуугаад ямаатай байгаа. Энэ жил өвөлнь хүйтрээд хээл хаясан, өвс ногоо жаахан оройхон гарсан болохоор төлийн хорогдол ихтэй байсан. Хоёр зуун жараад ямаа ишиглээд зуун наяд л ишиг бойжуулсан.

Одоо ямаагаа бараг самнаад дууссан. Энэ жил гурван зуугаад килограмм ноолууравсан. Анхан манай нутагт ноолуур 120, 30 мянгаар авч байснаа одоо бол ерээд мянгаар л авч байгаа. Мал маллаж байгаа улсууд хөдөлмөрлөж чадвал ашиг шимийг нь хүртэнэ шүү дээ. Манай суманд мал маллахгүй залхуу улсууд их байгаа. Манайх гэхэд хүн хөлсөлж ямаа самнуулдаг. Нэг сэрх бүдүүн ямаа 6 мянга, борлон 3 мянгаар самнуулдаг. Хөлсөөр ямаа самнуулна гэхээр хүмүүс ирдэг.

Мал маллахад ямар асуудал хамгийн их тулгарч байна вэ?

Мал маллахад байгаль дэлхий л хур бороотой байвал асуудал байхгүй гэж боддог. Энэ жил гэхэд хөдөөдөө ногоо байхгүй, голын зүлэг л жаахан ногоорсон. Зүлэг ногоо чинь малын тарга авахад сайнгүй байдаг. Уулын шил газраар ургадаг хөх борон гэж малдхар суулгадаг өвс байдаг. Манай нутгийн малын махны амт өөр газрын махнаас шал ондоо л доо. Би хотод сурдаг байхад гэрээс мах ирэхгүй тасраад, заримдаа худалдааны малын мах аваад идэхээр нэг л амт муутай санагдаад байдаг. Сэлэнгийн Орхонтуулаас мал аваад хоол хийгээд идэхэд чинь шөл нь бараг цагаан шөлтэй байдаг, ондоо л доо.

Манай нутагт бол малд хөдөө ногоо идүүлэх сайн гэдэг. Хөдөө ногоолуулчихаадшилийн борон өвсөнд гаргадаг. Намар буцаад найм, есөн сард голын хүрээнд ороод ирэхэд малд тарга сайн авдаг гэж хэлдэг. Таргалсан мал чинь шинэ үс нь ургаад, аядуу тайван болсон байдаг. Таргалсан малыг чинь ширүүн туухгүй, сайхан тогтоогоод л маллана.

Манайх чинь адуу оторлоно гэж бараг явдаггүй. Дээшээ шил рүү гарах болохоорхамт авч яваад буцаад л намар оруулаад ирнэ. Өвөлдөө Их буурал гэдэг ууландаа шахчихдаг. Цасгүй жил л адуу ус бараадаад

холдохгүй, усанд цуваад хэцүү байдаг. Их цастай жил адуу ууландаа л байна.

Айраг хийдэг үү?

Гүү барьсан үедээ гүүний сүүгээр ямааны сүүгээр голдуу хийдэг. Айргаа одоо цахилгаан бүлүүлээр бүлээд байгаа, ноднин жилээс хойш хэрэглээд байгаа. Манай нутгийнхан чинь худалдаж аваад л эхэлсэн. Цахилгаан айрагны бүлүүр 40 мянган төгрөгбайдаг.

Мал ахуйн соёлд өөр ямар ямар өөрчлөлт гарч байгаа вэ?

Малын эдлэл хэрэглэл их өөрчлөгдөж байгаа. Эмээл хазаар гээд сураа хэрэглэх хүн байхгүй болоод байна. Сураараа хазаар, ногтоо хийхгүй болохоор малдаа муу. Сураар хийсэн эдлэл чинь их бөх. Манай үеийнхэн бүгдээрээ л цагаан эрмээн хэрэглэж байгаа, сураа залхуураад хийхгүй л байна. Сур хийхэд чинь сур, давс, хужир, гурил, ус хийгээд арван хэд хонуулахад үс нь зулгараад гараад ирдэг. Уснаас нь гаргаж ирээд гараараа барьж эврээгээд тээрэмд хийгээд элдэнэ. Нэг сурыг нь тээрэмд хийгээд элдэхэдөдөртөө л болно. Тэрнийгээ адууны хомоолоор утаад ирэхээр сайхан шар болдог. Сурыгчинь эдэлж байхдаа хааяадаа хонины сүүлний тоосоор тосолдог. Адуу эдлэх чинь том соёл шүү дээ. Манайх голдуу л мориор хониндоо явдаг.

Танайх хүнсэндээ ямар бүтээгдэхүүн нийтлэг хэрэглэж байна вэ?

Цагаан гурил, Ургац гурил гэдгийг иддэг. Цагаан будаа, гоймон иднэ. Хааяадаа сумын төв орсон үедээ алим, мандарин авч иддэг. Хээрээс чацаргана түүнэ, Ховд гол дагаад ургадаг.

Хүнсний ногооноос ямар ямар ногоо иддэг вэ?

Төмс, лууван иддэг. Байгалиас бол сонгино түүж иднэ. Манай нутагт зэрлэг сонгино зуслангийн шил хэсгээрээ ургадаг. Манай нутагт бол тариа тарихгүй, тариаг ньхудалдаж аваад боловсруулдаг юм байдаг.

Бэлчээрийн даац хэтэрч байна гэж боддог уу?

Мал олон болж байвал уг нь сайн. Гэхдээ олон мал бэлчээр талхлаад байвал хэцүүл дээ. Ямаа их өсгөх буруу л гэж боддог. Үндэстэй иддэг амьтан чинь ноолуур нь ашигтай болохоор өсгөхөөс өөр арга байхгүй.

Ноолуураас өөр ямар байдлаар мөнгө олдог вэ?

Малаа л зардаг. Намрын намарт л хонь ямаа нийлүүлээд дөч, тавиад мал зардаг. Оюутны төлбөрт өгнө, малчны зээл авсан байвал тэрэндээ өгнө. Манайх аймаг руу оруулж өгч чаддаггүй. Сумын ченж нар ирээд л авдаг. Уг нь малыг гаргаад зарвал арай ашигтай ч бид нар тэгж чаддаггүй, хүн дуудаад л өгдөг.

Адуу жилдээ нэг хоёрыг л зарна. Дэл сүүлнээс буян хишгийг нь аваад үлддэг.

Хонь, ямааг бол дотоод хормойгоороо хошууг нь арчаад явуулдаг.

Ямааны сүүгээр уураг хийдэг үү?

Сайхан уураг болдог. Хавар төллөж байх үеэр л их уураг гарна. Хаврын яг төллөхүед л гоё уураг болдог. Уурагаа өөрсдөө л иднэ, зарж болохгүй. Сүү шимний дээж л гэж ярьдаг. Хоол цайны дээж гэж байна, тэрийгээ аавдаа л барьдаг.

Монгол хүнийхээр хишиг буян гэж юу юм бэ?

Хишиг гэдэг нь адуу байлаа гэхэд тэрэн дотор чинь муу мал байлаа гэхэд тэрэнд л адууны хишиг явдаг гэж ярьдаг. Тарганд нь байна гэж байхгүй, хишиг байгаа гээд тэрмуу малаа зарахгүй байлгаад л байна. Хонь, ямаа зарахад чинь мууг нь өгөхгүй, малын хишиг гэдэг. Монгол хүний хишиг чинь мал л байна даа.

Идээ ундааны бузар, бузартах гэж байх уу?

Монгол хүнийг их бузартуулж байгаа эд чинь архи л байх. Улаан махны бузар гэж байна, айлд сэжиглээд идчихсэн махыг л улаан махны бузар гэж ярьдаг байх. Сэжиглэсэн бол идэж болохгүй, идсэн бол битгий сэжиглэ. Шороон дээр унасан ч ариундээ бол цагаан идээ л байна даа.

Голын усанд цагаан сүү дөхүүлж оруулдаггүй, тэгвэл догширно. Усыг нь лус гэж ярьдаг. Цагаан идээ оруулчихвал лус уурлана гэж ярьдаг. Манай нутагт ус ойрын хэдэн жилдээ гайгүй. Суманд бол Ховдын гол урсаж байна. Манайх бол Шиврийн голоос ундаалдаг, рашаан л гэж ярьдаг.



Таны алдар нэрийг хэн гэдэг вэ?

Гомбожавын Янжмаа.

Ямар ургийн овогтой вэ?

Монгол гэж явдаг.

Хэдэн онд төрсөн бэ?

1975 онд төрсөн, туулай жилтэй.

Үндсэн захиргаа хаана гэж явдаг вэ?

Нэгдүгээр багаар явдаг. Би сумандаа л төрж өссөн. Бигэр сумандаа.

Ам бүл хэдүүлээ вэ?

Нөхөр, дөрвөн хүүхдийн хамт амьдардаг.

Та ямар ажил хийдэг вэ?

1994 онд тогооч болоод тэрнээсээ хойш л ажиллаж байна даа. Одоогоор бол сургуулийн тогооч хийж байна, анхнаасаа л тэндээ ажиллаж байсан. Тогооч мэргэжил чинь сайхан шүү дээ, хүний ходоодыг баясгаж байгаа болохоор.

Сургуулийн гал тогооны хүнсийг яаж цуглуулж авдаг вэ?

Хоол хийх хүнсээ өөрөө л сонгож авахгүй бол хүн янз бүрийн юм авчирч өгөөд болохгүй. Сургуулийнхаа үдийн цайны хүнсийг гэхэд өөрөө л авна.

Ажлын өдөрт хэдэн хүүхдийн хоол хийдэг вэ?

Би болохоор сургуулийн дотуур байрны тогооч. Манай байр 70 хүүхэдтэй. Өглөөхүүхдүүддээ цайнд нь өгөөжийн гурилан боов, сүүтэй цай өгнө. Өдөр 2 цагаас нэгдүгээрхоол өгнө. Хуйцаа өглөө гэхэд 3 кг гурилаар мантуу хийнэ. Хуйцаанд чинь 4 кг мах, 1 кгбайцаа, 2 кг манжин 1 кг, лууван 1 кг, байцай 1 кг орно. Орой нь ногоо байхгүй гурилтайшөл 19:30-д өгнө. Бас 3 кг гурил, 3 кг мах, манжин луувангаа 0.5, 0.5 гээд орно. Энд байцай оруулахгүй. Хүүхдүүд чинь байцаанд бас их дургүй ээ. Хүүхдүүд хоолондоо янзын гоё цадна. Амралтын өдөр ч гэсэн гэр рүүгээ явахгүй, айлд ормооргүй байна гээдбайрандаа л байж байдаг.

Байрны хүүхдүүдийн хоолны махыг яаж бэлтгэдэг вэ?

Сумаасаа л бэлтгэнэ. Тэмээ, үхэр гээд мал болгон л хэрэглэнэ. Тэмээний мах 8 мянга 600 орчим байдаг. Үхрийн мах 9 мянгаас 10 мянгын багцаанд байна. Олон хүүхэдбайдаг болохоор бага мал нэг их идэхгүй. Нэг тэмээний мах авлаа гэхэд 6 хоног болно, дөрвөн зуугаад кг болдог. Үхрийн

мах заримдаа авна, гэхдээ үнэтэй байдаг. Хэрвээ үхрийг авбал нөгөө ногоо эд нараасаа хасаад авдаг байхгүй юу бас. Стандарт нь бол үхрийн мах гэж байдаг ч бид нар бол тэмээгээ л иддэг. Үхэр чинь үнэтэй, үнэтэй.

Намар 9 сараас хавар тарх болтол хэдэн мал хэрэглэдэг вэ?

Нэг бодоор арваад хононо гээд бодохоор гараад ирнэ дээ. Тэмээ чинь их сайхан чанартай махтай мал. Хэдэн жил хадгалсан ч гэсэн чанараа алддаггүй. Тэр мал нийлүүлж байгаа газар нь л малаа гаргаад, аваад ирнэ. Малын чинь гэдэс дотроос хаях юм байхгүйшүү дээ. Уушгийг л хааяадаа нохойд өгдөг байх. Манай нутгийнхан бол адуу идшиндээ иднэ. Байрны хүүхдүүд олон болохоор зарим адууны мах иддэггүй хүүхэд байна, байранд адуу авдаггүй. Тэмээний мах бол идэхгүй хүүхэд байхгүй ээ, бүгдээрээ л зүгээр иднэ. Уушгийг нь иддэггүй юм байна лээ.

Байрны хүүхдийн хоолонд ямар гурил хэрэглэдэг вэ?

Сард гэвэл хэцүү. 7 хоногоор авна. Дөчин кг-ийн гурил авдаг. 2 кг бор гурилтай 7 кг цагаан гурил холиод хоол хийдэг. Энүүгээр боорцог хийнэ. Цуйванд болохоор 5 кг цагаан гурил, 2 кг бор гурил авна. Холихгүй бол болохгүй. Цагаан гурил цардуул ихтэй учраас бор гурилаар дараад дарамтлаад байгаа байхгүй юу. Би чинь сургалтад суучихсан. Бор гурил заавал оруулна. Одоо 7 хоногт 6 кг цагаан будаа идэхэд би 1 кг бор будаа заавал холино. Эрүүл мэндэд л анхаараад байна. Энэ 7 кг будаа маань нэг удаагийнл хоолны будаа. Будаагаар будаатай шөл, будаатай хуурга, гуляш, тефтель хийнэ. Бантандээр болохоор 1 кг цагаан гурил, 1 кг бор гурил хийдэг. Тусгай хуваарилалттай.

Усаа яаж авдаг вэ?

Манай гал тогоо чинь гүний худагтай, шууд аваад л хийнэ. Хонож өнжихгүй, пивор саванд хийхгүй. Би өөрөө галаа түлээд хийнэ. Пивор материал хүүхдийн тухайд байхгүй.

Сургуулийн хүүхдүүдэд ковидын үед ямар нэмэлт бүтээгдэхүүн өгч сэргийлдэг вэ?

Яг ковидын үед би коронотсон. Тэгээд л би чинь хүүхдүүддээ санаа зовоод л. Тэгээд аарц өгсөн, чацаргана өгсөн. Витаминлаг хоол өгсөн шүү дээ. Угаасаа тэр үеэр тэр менюг гаргасан. Үдээс хойш 5 цагийн үед аарц өгнө ч гэдэг юм уу. Тэгээд бүх хоолнуудаа шар сонгинотой өгсөн. Шар биш ээ, улаан сонин өнгөтэй сонгино байдаг даа, тэр сайн гэсэн. Тэгээд ганц ч гараагүй шүү дээ, дотуур байр бол эрүүл байсан. Харинамарч байх үед нь би ковид туссан. Манай эмч ч гэсэн өглөө болгон ариутгаад сайн ажилласан.

Танай гэр бүл өвлийн идшиндээ ямар ямар мал иддэг вэ?

Нэг тэмээ, нэг адуу, 2, 3 ямаа ална. Одоо дууссан байна. Одоо ямаа

худалдаж аваад идэж байна. Эр ямаа 150 мянга гэж байна, өчигдөр аваад ирлээ.

Танайх өдөрт хэдэн хоол хийдэг вэ?

Хоёр хоол иднэ. Шөлтэй хоол идэх их дуртай. Манайх л лав гахай, тахианы мах иддэг. Би гахай үржүүлэх гээд байгаа шүү дээ. Уураг ихтэй болохоор үржүүлэх гээд байна. Санаа байна. Ногоогоо бол худалдаагаар л авна.

Ангийн мах иддэг үү?

Иддэггүй, тарвага хааяа манай нөхөр иддэг, би иддэггүй. Би чаддаггүй. Би тарваганы мах идэхгүй мөртөө адууны мах иддэг.

Танайх өрх дээрээ хэд хичнээн тооны малтай вэ?

2 үнээтэй, 10 бог малтай. Өөр юм байхгүй.

Цагаан идээ хийдэг үү?

Үгүй, одооноос л хийх гээд байгаа. Гэр зуслан гээд сургуулийнхантайгаа тавгийнидээ хийе гэж бодоод байгаа юм. тэр чинь худалдааных болохоор 300 мянгатай байгаа, өөрөө амьхандаа хийх гээд байгаа юм л даа.

Танай сургуулийн мал гэж байдаг уу?

Байхгүй.

Сургуульд мах зарж байгаа хүмүүсийг яаж шалгаруулдаг вэ?

Тендерээр шалгаруулна. Хувь хүмүүс байдаг. Гэхдээ хоршоолол гэсэн нэртэй явдаг. Мянгат малчид энэ тэр бол орохгүй. Зусланд л тэд нар хамрагдана. Хандиваар малаа өгөөд.

Танай нутгийнхан айраг уудаг уу?

Гүүний айраг ууна аа. Архи дарсны хэрэглээ аймар байна. Архины үйлдвэрийн архиа уухгүй хэрнээ дэлгүүрүүд аймар архи авчраад ууна. Хувийн байгууллагад ажил хийлгэх гэхээр ажил хийх хүн олдохгүй, тэгсэн хэрнээ архи уугаад л байх юм, залуучуудчинь. Дандаа залуучууд.

Би бүр гомдоод байгаа шүү дээ. Харахаар зэрэг гайхаад, архи уухаар ажил хийгээсэй л гэж боддог. Үр хүүхдэдээ тэгээд хэлдэг шүү дээ, залуу насандаа сайхан юм бүтээгээсэйл гэж боддог.

Архи идээний дээж гэдэг утгаа алдаад байна уу?

Алдагдаж байна л гэж бодож байна. Идээний дээж биш ээ. Тааруулж уухгүй байна, цаашаа яваад. Идээний дээж гэвэл сүүг л хэлнэ.

Танай сумынхны хийдэг архи ямар үйлчилгээтэй байдаг вэ?

Манай үйлдвэрийн архи бол дагнаад явбал тэгэхгүй шүү дээ. Энэ үйлдвэрээр бахархана. Бигэрийн дарс, Бигэрийн виски бүх юм нь өвөг дээдсээс уламжлаад ирчихсэн. Өнөөдөр бид нар чинь 50 хэдэн жилийн түүхтэй, би ч гэсэн кинонд нь тоглоод л явж байна. “Жаргалтай бага нас” гэдэг кинонд тоглоод жимсийг нь түүгээд л явж байсан. Энийг бол зөв л хэрэглэх ёстой, залуучууд. Ерөөсөө л дуусгах гээд байхгүй. “Жаргалтай бага нас” гэдэг баримтат кинонд чинь буурцаг түүгээд би чинь 1986, 7 онд л юм даа гарч байсан. Манай аав чинь худалдаа бэлтгэлийн ангид ажилладаг байсан болохоор би дагаад л. Г. Жигжидсүрэн найруулагчийн хийсэн кино байх гэж бодоод байдаг юм.

Хүүхдүүд таны хийсэн хоолны завсар зайгаар өөр юу идэж байна?

Идэхгүй, намайг Янжмаа эгч ээ та хэзээ гарах уу гээд л. Өөр юм идэхгүй, таны хоолыг л идье гэж ярина. Та хэзээ гарах вэ гээл, би аягүй сэтгэлээрээ хийдэг байхгүй юу.

Таны ажил хортой мэргэжил гэж явдаг уу?

Хортой нөхцөл гэж явдаг бол би болчихсон. Би ууранд байсаар байгаад фэйс харахаар юу ч харахгүй. Би бол өөрөө юу ч мэдэхгүй байсан байхгүй юу. Гэнэтхэн л ингээд нүд юу ч харахаа байсан. Тэгэхээр зэрэг уурын л юм байх. Судлаагүй би, 49-ний жил орох гэж байна. 4 хүүхэдтэй болохоор 50-тай тэтгэвэрт гарах гээд байна. Бас энэ жил өвдгөөр хатгаад суулгахаа байсан. Юу ч хэлдэггүй би, суухаар босож чадахгүй, босохоор сууж чадахгүй. Хортой нөхцөлийн нэмэгдэл энэ тэр гэж байхгүй, гал тогооныхоо л цалинг авна. Манай өмнөх тогооч нар тэгдэг байсан юм. Та нар эртхэн хэлээрэй, наадуул чинь болохгүй юм байна лээ шүү гээд. Би дуугай л яваад байсан чинь 50 насандаа хөл муутай, нүд муутай болчихлоо.

Улаанбаатарт махны тухай яриа их газар авч байна. Тэр тухай та сонсов уу?

Би дөнгөж сая сонссон. Манай хөдөөд бол тийм юм байхгүй. Тэрийг сонсоод ёстой хэцүү байна. Манай дүү нар хотод байдаг хэр нь тэрийг сонсоод тэгээд хөдөөгөөс авсан шүү дээ. Бид нар хиам бол ер нь хэрэглэхгүй. Тухайн үедээ нэг их гоё хоол өгөх гэж байна гэж хэлээд л байцай, луувангаа хөөрхөн тавиад л өгчихдөг. Манайх 3 оюутантай. Би тогооч болохоор манай хүүхдүүд гаднаас хоол идэхгүй, мэддэг.

Идэх юмнаасаа бузартчихлаа гээд байдаг даа? Тэрийг та монгол хүн юунаас бузартдаг гэж боддог вэ?

Тэрийг одоо өөрийн сэтгэл санааных байх даа. Өнөөдөр ингээд хоол идэж байснаа гэнэт нэг сонин санагдаад л явчихвал өөрөөсөө л болно. Тэрнээс би бол тэгж боддоггүй. Хүн бүр аймар сонин. Өнөөдөр махан хоол идэхгүй өдөр гээд, тэгээд махан хоол идчихвэл болохоо байдаг ч юм уу, би

бол өгье л гэж боддог.

Монгол хүний хувьд хамгийн ариун нандин хүнсний зүйл юу вэ?

Сүү л байх. Шороон дээр хутгалдсан ч би бол аваад л иднэ. Сүүтэй л хоол гоё.

Та олон жил хоол хийсэн тогооч хүний хувьд хүмүүсийн идэж ууж буй хүнсийг хараад юу хэлмээр байдаг вэ?

Би бол янз бүрийн химийн бодис орчихсон, есөн жорын юм битгий хэрэглээрэй, сүү махаа хэрэглэ. Гурилдаа бүхэл үрийн гурил хэрэглэ, будаандаа бор будаа хольж хэрэглэ ээ, дандаа хольж хэрэглэ. Өнөөдөр хар аа, дандаа цагаан будаа идэж байхаар холиод хэрэглэ, өөрт чинь л хэрэгтэй. Би тогооч хүн болохоор тэрийг л ярьдаг шүү дээ. Та нар гэдэс идэхгүй байж болно оо, гэдсээ гүзээгээ хэрчээд цуйван хийхээр идчихнэ. Шууд будаатай хуурга хийгээд өгөхөөр идэхгүй. Тэгэхээр нь би будааг нь хажууд нь тавиад бүгдийг нь сайхан нарийхан хэрчээд нарийн махан хуурга хийгээд өгдөг, тэгэхээр идчихдэг. Гоё зөвлөгөө өгч чадав уу.