

DOI:10.26104/NNTIK.2023.90.45.017

Тайиров М.М., Тайирова Г.А.

**ИСФАЙРАМ-САЙЛЫК КЫРГЫЗДАРДЫН САЛТТУУ
ДАН ЭГИНДЕРИН, МӨМӨ-ЖЕМИШТЕРДИ, КӨК ЧӨПТӨРДҮ
ӨСТҮРҮШҮ, ТҮШҮМҮН САКТАШЫ ЖАНА ПАЙДАЛАНЫШЫ
(XIX кылым – XX кылымдын 1-жарымы)**

Тайиров М.М., Тайирова Г.А.

**ТРАДИЦИОННОЕ ВЫРАЩИВАНИЕ, ХРАНЕНИЕ
И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗЕРНОВЫХ КУЛЬТУР, ФРУКТОВ И
ЗЕЛЕННЫХ ТРАВ ИСФАЙРАМ-САЙСКИХ КЫРГЫЗОВ
(XIX век и первая половина XX века)**

M. Taiirov, G. Taiirova

**TRADITIONAL CULTIVATION, STORAGE AND USE OF GRAIN CROPS,
FRUITS AND GREEN HERBS OF THE ISFAIRAM-SAI KYRGYZ
(XIX century and the first half of the XX century)**

УДК: 37

Ата-бабаларыбыз тамак-аш азыктарын, азыркы мезгилдеги азыктарды кайра иштетүүдөн жана сактоодон айрымаланып, кургатылган түрдө гана жылдап сакташып, анан пайдаланышкан. Алар дан эгиндеринен буудай менен арпаны эгин талаасынын четине оюп курулган оролорго куюп сакташкан, ал эми макани болсо кайыңдын же тыттын чыбыгынан (ноодасынан) токулган четенге салышкан. Жердин кыртышына жана аба ырайына жараша ал жерге туура келген дан эгиндеринин жакшы сортторун себишкен. Ошондой эле кайрак жерлерди которуштуруп айдоо жолу менен пайдаланышкан. Мындан сырткары элибиз мөмө-жемиш дарактарынын мөмөлөрүн кургатышып алып сакташкан. Андай мөмө-жемиштердин арасынан биринчи июнь айында бышкан бөдөнө тытты, экинчи саратан мезгилинде бышкан өрүктүн учма кандек, ак кандек деген сортторун, кийин сентябрь айында бышкан жаңгак менен жийдени терип күнгө жайып кургатып алышкан. Ушул эле мезгилде жапайы мөмө-жемиштерден пистени (мистени), долонону, карагатты да кагып, терип, кургатышып, кийин тамак-ашка колдонушкан. Исфайрам-Сай чөлкөмүнүн жаратылышы абдан кеңири болгондуктан, жапайы тоо көк чөптөрүнө бай аймак болуп саналат. Ошондуктан ата-бабаларыбыз тоо көк чөптөрүн суу (өл) учурунда же кургатылгандан кийин тамак-ашка кошуп, анын жагымдуулугун арттыруу жана ден соолукка пайдалуулугун жогорулатуу үчүн пайдаланышкан. Аларга тоо пиязы, кийик от, аркар от, чай чөп, көбүргөн ж.б. кирет.

Негизги сөздөр: тамак-аш, буудай, арпа, өрүк, жаңгак, тоо пияз, чай чөп.

В отличие от нынешней переработки и хранения продуктов питания, наши предки их хранили только в сушеном виде потом употребляли. Из зерновых культур: пшеницу и ячмень хранили в ямах (оро) вырытых на краю зерновых полей, а кукурузу плетеной ограде (четен) из прутьев березы или туютника. В зависимости почвенного покрова и погодных условий выбирали лучшие сорта зерновых культур для посева, а также для богарных земель применяли севооборот. Кроме того наши предки сушили и хранили плоды фруктовых деревьев. Из таких

фруктов сушили первым созревшие в июне туютника, затем в июле абрикосы (урюки), а в сентябре орехи и жийде. В это же время собирали и сушили дикорастущие фисташки, боярышник, барбарис и употребляли в пищу. Природа Исфайрам-Сайского региона очень обширна, поэтому считается богатым краем дикой горной зеленой травой. Наши деды добавляли в пищу свежие или сушеные горные зеленые травы для улучшения вкусовых качеств. К ним относятся горный лук, трава горной козули и архара, зверобой и др.

Ключевые слова: продукты питания, пшеница, ячмень, абрикосы, орехи, горный лук, чайная трава.

Unlike the current processing and storage of food, our ancestors stored them only in dried form and then consumed them. From grain crops: wheat and barley were stored in pits (oro) dug at the edge of grain fields, and corn in a wicker fence (cheten) from mulberry birch twigs. Depending on the soil cover and weather conditions, the best varieties of grain crops were chosen for sowing, and crop rotation was also used for rainfed lands. In addition, our ancestors dried and stored fruits of fruit trees. Of these fruits, mulberries, which ripened in June, were the first to be dried, then apricots (apricots) in July, and nuts and jyd in September. At the same time, wild-growing pistachios, hawthorn, barberry were collected and dried and used in food. The nature of the Isfayram-Sai region is very extensive; therefore, it is considered a rich land of wild mountain green grass. Our grandfathers added fresh or dried mountain green herbs to their food to improve their palatability. These include mountain onion, grass of mountain roe deer and argali, St. John's wort, etc. others

Key words: food products, wheat, barley, apricots, nuts, mountain onions, tea grass.

XXI кылымдын I чейрегинде эле адамзат үчүн тамак-аш коопсуздугунун орду канчалык деңгээлде экендиги ачыктан-ачык көрүнүп калды. Ошондуктан тамак-аш азыктарын камдап алуу жана аны сапаттуу деңгээлде сактоо азыркы мезгилдин орундуу маселесине айланды.

Бүгүнкү күндө, илим менен техниканын өнүккүн

заманында, базарларда, азык-түлүк дүкөндөрдө дүйнөнүн төрт бурчунда өндүрүлгөн түрдүү сандагы жана абалдагы тамак-аш азыктары сатылууда. Ал эми ата-бабаларыбыз болсо 1,5-2 кылым илгери, өздөрү жашаган жерлердин аба-ырайына карап, кыртышына жана мүмкүнчүлүгүнө жараша дан эгиндерини, мөмө-жемиштерди жана көк чөптөрдү өстүрүшүп, алардын түшүмдөрүн жыйнап сакташып, зарыл болгон бөлүгүн тамак-аш үчүн пайдаланышкан.

Элибиздин ушул сыяктуу салттуу убакытты өлчөө (календарь) [1,2], мал жандыктардын терисин, жүнүн иштетүү [3], металл (темир, коргошун) жана металл эмес (жыгач көмүр, данакер, дүрмөт) материалдарын [4] өндүрүү жана колдонуу боюнча билимдерин алдын ала изилдегенбиз.

Чоң аталарыбыз тамак-аш үчүн керек болгон дан эгиндерини, мөмө-жемиштерди жана тоо көк чөптөрүнү кургатып алышып зарыл болгон учурга чейин сакташып анан пайдаланышкан. Тамак-аш азыктарынын түрүнө жараша ар түрдүү ыкмаларды пайдаланышып узак убакытка чейин сапатуу сактай алышкан.

Бул макалабызда Баткен областынын Кадамжай районунун Исфайрам-Сай чөлөкөмүндө жашаган кыргыздардын тамак-аш азыктарынын негизги түрү болгон дан эгиндерини жана мөмө-жемиштерди тоо этегинде жана тоолордо кантип өстүргөндөрүнө, кургатып сактаганына жана пайдалангандарына токтолобуз. Ошондой эле тоодогу жапайы көк чөптөрдү колдонгондоруна көңүлүңүздөрдү бурабыз.

Элибиз кургатып алып пайдаланган негизги тамак-аш азыктарынын түрлөрүн төмөндөгүдөй топторго бөлүп, аларды өстүрүүнүн жолдорун, жыйнап алып сактоо ыкмаларын жана жерди иштетүүнүн усулдарын карайбыз:

1. Дан эгиндери;
2. Мөмө жемиштер;
3. Тоодогу жапайы көк чөптөр.

1. Дан эгиндери, аларга негизинен буудай, арпа, мака кирет [5].

Исфайрам-Сай чөлкөмүнүн кайрак дан эгиндерин айдап себишкен кең аймагы болуп Тамаша эсептелет. Ал аймак деңиз деңгээлинен 1,5 миң метрден жогору, ал эми анын, биздин ата-бабаларыбыз пайдаланган айдоо аянты 2 миң гектарга жакын.

Тамаша аймагы тууралуу элибизде төмөнкүдөй уламыш азыркы күнгө чейин айтылып келет. Мык паашанын доорунда Мык пааша өзүнүн үй-бүлөсү, кызматкерлери, аскерлери, чарбачылыгын жүргүзүү үчүн атайын көп паксалуу, калың коргон-чеп салдырган. Ал коргон-чептин урандылары азыркы күндө деле Кадамжай районунун Айрыбас (Марказ) айылынын түндүк тарабындагы Өзбекстанга караган жерде турат. Анын аянты 10 гектарга жакын, убагында баскынчы Хан Мык паашаны жеңе албасын билгенден кийин, коргондун ичине тыңчы киргизет. Ал Мык

паашанын токолуна көптөгөн белектерди (соогаларды) Хандын тартуу кылаарын айтып Мык паашаны жеңүүнүн жолун сурайт. Дүнүйөгө алданган Мык паашанын токолу кабарды жаанын жебесинин учуна жазып коргон-чептин сыртына жебени атып жеткирет. Көрсө Мык паашанын коргонуна сууну Исфайрам-Сайдан жерге көмүлгөн сапал түтүк менен алып барышкан экен. Эгер Мык паашанын коргонуна суу барбай калса, анда коргондун жашоочулары үчүн топтолгон суу 40 күнгө гана жетет деп Мык паашанын токолу жазат. Суунун жолун таап, аны тоскон болсоңор Мык пааша коргондун дарбазасын аргасыздан ачат, ошол мезгилде кол салсаңар болот деп кеңеш берет экен. Исфайрам-Сай суусунун башынан саман агызып анын айланган жеринен суу түтүктөрүнүн оозун бекитишет, 40 күн өтүп дарбазаны өздөрү ачкандан кийин Мыктын коргонун бастырып кирип, Мык паашаны өлтүрүп, Мыктын токолуна айткан белегин берип жатып Хан, андан Мык пааша сени кантип баккан эле деп сураса, ал мени күнүнө 40 кара козунун чучугуна аш демдеп берүүчү эле деп жооп берген. Анда Хан ушинтип баккан күйөөңө жасаган мамилең ушундай болсо, анда сенден жакшылык күтүүнүн кереги жок деп айткан экен. Исфайрам-Сай чөлкөмүнүн эң чоң эгин талаасы жайгашкан жана салыштырмалуу эл көп отурукташкан Тамаша аймагына Мык паашанын токолун алып барып, кысыр калган байталдын куйругуна байлап мындай токолдун өлүмүн “**тамаша**” кылгыла деп байталды бошотуп жиберилген деп айтышат. Ошентип кең талаалуу, жайыттуу, айдоо аянты көп жерибиз **Тамаша** деп аталып калган.

Элибиз Тамашада негизинен буудай менен арпаны гана жаздык кылып себишкен [5]. Буудайдын 2 гана сортун өстүрүшкөн. Алар “Тамашанын кара калтырыгы” жана “Тактектин сарымагызы”. Анткени алар түшүмдүү болуп, наны да жакшы болгон. Арпанын да 2 гана сортун эгишкен, алар эки катар арпа жана чаркыра (4 катар) арпа. Бул арпалардын да түшүмү жогору болгон.

Дан эгиндеринин негизги оорусу болуп кара көө эсептелет. Ошондуктан данды мындай оорудан арылтыш үчүн дайыма уруктук данды жерге себер алдынан күнгө жайып, жакшы кургатышкан.

Ата-бабаларыбыз кайрак эгилген эгиндерди, буудай менен арпаны, дайыма жер которуштуруп себишкен б.а., эгинди 3 жыл катары менен бир жерге себишип, кийинки жылы кысыр калтырышкан. Кысыр калтырып жерди отоо чөптөрдөн арылтуу үчүн жылдын жаз, жай мезгилдеринде жок дегенде 2 жолу, көп учурларда 7 жолуга чейин айдап турушкан. Мындан сырткары жаан жааган мезгилде камгырдын тамчысы менен Жердин атмосферасыдан кошо түшкөн азот айдалган жерге жакшы сиңген. Ошондуктан мындай кысыр калтырып, анан айдалып дан себилген жерлер 3 жыл катары менен жакшы түшүм берген.

Тамашанын айдоо жерлерине кайрак буудай менен арпаны март-апрель айларында, аптап таразы (21-март) [2] өткөнгө чейин 1 гектарга 80 кг дан себилет, андан кийин Үркөр батканга (11-майга) [2] чейин, күн өткөн сайын 1,5 кг дан кошуп олтуруп 150 кг уруктук дан чачышкан. Ошондуктан элибизде “Үркөр батты, кош жатты” деген сөз азыр да айтылат. Эгинди оруп жыйноо саратан чыккандан (31 июлдан) кийин башталган б.а. буудай менен арпа 100-110 күндө бышып жетилген.

Элибиз дан эгиндеринин дагы бир түрү болгон маканин 2 сортун пайдаланышкан:

1. Чилги мака;
2. Жайдари мака.

Чилги мака 70 күндө бышат, анын сотосунун бою да, кучактаган баласынын өлчөмү да кичине болуп, түшүмдүүлүгү да аз болот. Андыктан чилги макани тоодогу айылдарга эгишкен. Ал эми тоо этектериндеги айылдарга болсо жайдари макани себишкен. Себеби ал 100-110 күндө бышып, түшүмү чилги макага салыштырмалуу жогору болот. Бул макалар суулуу гана жерге эгилген.

Буудай менен арпаны кайрак эгишип, бышкандан кийин оруп жыйнап алышып, кырманга топтошкон. Аны чапар байланган аттар менен жанчышып, шамал жүргөн мезгилде сапырып самандан буудайды да, арпаны да бөлүп алышкан.

Тазаланган буудайды, арпаны жакшы кургатып алып, анын негизги бөлүгүн оролорго куюп коюшуп 10 догон жылдар бою сакташкан. Оро эгин талаасынын четирээк бөлүгүнө, кырманга жакын жандама жерге болжол менен 3x3x3 метр куб өлчөмүндө оюп курулган жөртөлөнү элестетсек болот. Анын түндүгү менен эшиги гана болот. Ородо сакталган данга мите түшкөн эмес. Анын далили катары элибизде айтылып жүргөн төмөнкү икаяга токтолобуз. “Тамашанын эгин тааласында Пирандин ойу деген 15-20 гектардай жерге Пиранбай деген чоң атабыз буудай эгип анын түшүмүн оролорго куюп койгон экен. Бир топ мезгилден кийин жергебизде кургакчылык болуп, эгин жакшы болбой элибиз ачарчылыкка дуушар болуп турган учурда Пиранбай элине оролорунда сакталып турган данын ачып таратып берген. Ороңу ачканы барышкан адамдар, оронун үстүнө өсүп чыккан табылгынын ноодасынын камчы саптай болуп калганын көрүшкөн”. Табылгынын мынчалык чоңойуп калганынын өзү орого 10 догон жылдар мурун куюлган дандын, бузулбай сакталып тургандыгын айгинелейт.

Ата-бабаларыбыз көп өлчөмдөгү буудай менен арпаларыны негизинен оролордо сактаган, ал эми аз өлчөмдөгүсүн болсо, башка аймактын кыргыздары сыяктуу эле, мойнуна чейин жерге көмүлгөн, көлөмү 100 литрден кем болбогон сапал карапаларда сакташкан.

Ал эми макани оруп алгандан кийин, анын

кучактаган баласын кайрып алып кабыгынан тазалашкан. Кайыңдын же тыттын чыбыгынан (ноодасынан) токулган четенге кабыгынан тазаланган почогунан ажыратылбаган макани салышып, бир нече жыл сакташкан. Четен бул диаметри 1-1,5 метр, бийиктиги 2 метр болгон бочка формасында чыбыктан токулган идиш. Почогунан ажыратылбаган макага мите түшкөн эмес. Зарыл өлчөмдөгү макани четенден алышып, почогунан тазалашып, кургатышып, андан кийин тегирменге тарттырышып алып тамак-ашка пайдаланышкан.

Уруктук мака үчүн чоң, тегиз, жылмакай болгон макаларды кабыгынан ажыратпай тазалап, кабыктары менен бири-бирине байлашып кургак жерге илип коюшкан. Бул макаларды негизинен келерки жылга урук үчүн пайдаланышкан.

Чанактуу өсүмдүктөрдүн ичинен буурчактарды (лоя, орусчасы фасоль) гана суулуу жерлерге өстүрүшкөн. Буурчакты өстүрүүнүн эки максаты болгон:

а) Буурчактын түшүмүн кургатып алышып, тамак-ашка пайдалануу үчүн;

б) Арыктаган айдоо жерди семиртүү б.а. азотту топтоо үчүн. Элибизде “Арыктаган жерге буурчак эгүү керек” - деген сөз бар.

2. Ата-бабаларыбыз өстүрүп, мөмөсүн кургатышып пайдаланышкан мөмө-жемиштерге негизинен өрүк, жаңгак, жийде, тыт ж.б. кирет [6,7].

Өрүктүн 4 гана сортун пайдаланышкан, алар учма кандек, ак кандек, көк пышар, ак пышар болгон. Өрүктөр көп жылдык дарак болуп апрель айында (жазгы аптап таразыдан б.а. 21-марттан кийин) гүлдөгөн саратан мезгилинде (31-июльга чейин) ал эми тоолуу айылдарда болсо август айында бышкан [2].

Бул өрүктөр кыйыштырылган эмес, данектен гана өсүп чыккан. Өрүктөр бышкандан кийин мөмөсүн кагышып, терип жыйнашып алып, күнгө жайып кургатышкан. Кургатылган кандек өрүктөр өтө таттуу болушат. Ал эми көк бышар, ак бышарлар кычкылыраак болуп суу (өл, свежий) мезгилинде жештүү болот. Анын кагы начар болгондуктан, аларды элибизде шалтак өрүк деп коюшат.

Кургатылган өрүктөр көп витаминдерге ээ болгондуктан ачарчылык учурунда нандын ордун баскан б.а. бир-экиден өрүктүн кагын шимип жүрүшүп элибиз өлбөй аман калышкан деп аксакалдарыбыз азыр да эскеришет. Көбүнчө элибиз өрүктөн чүлү жасап ичишкен. Өрүктүн кагын бир нече жылга чейин сакташып, пайдаланышкан. Ал үчүн бир жыл мурун кургатылган өрүктү саратан мезгилинде эртеден кечке чейин күнгө жайып ысыгы менен ороп коюшкан. Бул учурда өрүккө түшкөн көпөлөк курттар толугу менен өлгөн. Ошентип кийинки саратанга чейин өрүк таза бойдон турган.

Ушундай ыкманы ачык турган дан эгиндерини жана кургатылган башка мөмө-жемиштерди да көп

жыл сактоо үчүн пайдаланышкан.

Исфайрам-Сай чөлкөмүндө 2 түрдүү жаңгак өсөт. Алар ак магыздуу жана кызыл магыздуу болушат. Жаңгак негизинен сентябрь айында бышат. Бул жаңгактар дагы өрүк сыяктуу данегинен өсүп чыгат. Жаңгактын мөмөсүн кабыгынан ажыратышып, күнгө жайып кургатышып алып сакташкан. Тоолук кыргыздар жаңгактын магызынан жаңгак майын казандын жардамында эритип алышып тамак-ашка пайдаланышкан.

Өрүк менен жаңгактан башка мөмө-жемиштердин арасынан жийде менен тытты да кургатышып, аларды да тамак-аш катарында пайдаланышкан. Исфайрам-Сай чөлкөмүндө жийденин 2 түрүн жыйнап, кургатышкан. Алар нан жийде (чоң жештүү) менен чылан жийде (данеги кичирээк, эти калың, ширин). Жийде сентябрь айында бышып, терилген.

Ал эми тыттардын арасынан бөдөнө тытты (чоң ак түстө) гана кургатышкан. Бөдөнө тыт июнь айында бышкан. Жийде менен тыт да данегинен өсүп чыккан.

Тоолук кыргыздар тоодо өскөн жапайы мөмө-жемиштердин кээ бир түрлөрүн б.а. адамга жагымдуусун бышкан учурда теришип кургатышып алышкан, алар писта (мисте), долоно (боярышник), карагат (барбарис) ж.б. Писта менен долонону жешкен, ал эми карагаттан сок жасап ичишкен.

3. Тоо жапайы көк чөптөр. Исфайрам-Сай чөлкөмү тоолуу, суулуу, бадалдуу, жайыттуу болгондуктан, ата-бабаларыбыз тоодо жапайы өскөн көк чөптөрдү көп пайдаланышкан, алар тоо пиязы, кийик от, аркар от, чай чөп (зверобой), көбүргөн ж.б. [8]. Бул көк чөптөр менен катар зире чөбүнүн уругун терип алып колдонушкан.

Азыркы мезгилде да тамак-ашка зире, кийик от, чай чөп, салыштырмалуу көп пайдаланылат. Тоо көк чөптөрүн баарын уруктагандан кийин жыйнап, кургатып алышып жыл бою тамак-ашка колдонушат. Анткени бул тоо көк чөптөрү тамактын даамын жакшыртат жана аны адамга жагымдуу кылат.

Мына ошентип бул макалабызда ата-бабаларыбыздын жашоосунун негизи болгон тамак-аш коопсуздугунун кепилдигин кантип камсыз кылгандарына токтолдук б.а. дан эгиндери болгон буудайды, арпаны, макани кайрак жана суулуу жерлерге себишип, түшүмүн жыйнап, жылдар бою бузбастан сапаттуу

сактоо ыкмасын билгендерине; мөмөсүн кургатып сактоого мүмкүн болгон мөмө-жемиштерди (өрүктү, жаңгакты, жийдени, тытты) мөмөлөрүн кургатып көп убакыт бою сактап, колдонгондоруна, жапайы мөмөлүү өсүмдүктөрдүн (писта, долоно, карагат) мөмөлөрүн кургатып пайдалангандарына, ошондой эле тоодогу жапайы көк чөптөрүнүн ичинен кургатылган тоо пиязынын, кийик оттун, аркар оттун, чай чөптүн, көбүргөндүн, зиренин тамак-ашты даамдуу жана адамга жагымдуу кылгандарын түшүнгөндөрүнө.

Бул макаланын материалдарын орто мектептердин 7-классынын ботаника сабагына, жогорку кесиптик билим берүүдөгү биология адистигинин ботаника жана систематика предметтерине кошумча материал катары, ошондой эле кыргыз элинин салттуу билимдерине кызыккан тараптарга сунуштайбыз.

Макаланын материалдарын жыйноодо көрсөткөн чоң салымы үчүн Мурат уулу Абдикабыл агайга ыраазычылык билдиребиз.

Адабияттар:

1. Тайиров М.М. Тайиров А.-С.М. Тоо текелеринин жашоо цикли – жыл мезгилдеринин барометри жана тоо теке календары, Вестник КНУ им.Ж.Баласагына, спецвыпуск (S), Бишкек, 2020, 19-23-бет.
2. Тайиров М.М. Тайиров А.-С.М. Кыргыз элинин салттуу астрономиялык билимдери жана алардын турмушта колдонушу, Вестник ОшГУ 1. / Серия “Физика, математика, информационные технологии, экономика, технические науки”, Ош, 2020, 50-61-бет.
3. Тайиров М.М. Тайиров А.-С.М. Кыргыз элинин салттуу мал-жандыктарынын терисин, жүнүн, сөөктөрүн иштетүү жана колдонуу технологиясы, Наука, новые технологии и инновации Кыргызстана, Бишкек, 2022, №1, 32-36-бет.
4. Тайиров М.М. Тайиров А.-С.М. Кыргыз элинин темирди, коргошунду иштетүү жана жыгач көмүрдү, данакерди, дүрмөттү өндүрүү технологиясы, Известия вузов Кыргызстана, Бишкек, 2019, №11, 20-25-бет.
5. Ибраимов Н.И., Ибраимов А., Насиров Т. Тоолуу райондордо дан эгиндерин өстүрүүнүн алдыңкы ыкмалары, Фрунзе, Кыргызстан, 1978, -40 бет.
6. Гареев Э.Г. Кыргызстандын мөмө бактары, Фрунзе, Киргосиздат, 1959, -134 бет.
7. Турганбаев К.Т., Турдиева М.К., Шалпыков К.Т., Аалиев С.А. Кыргызстандагы мөмө-жемиш өсүмдүктөрү жана аларды өстүрүү, Бишкек, Авторский коллектив, 2012. - 120 бет.
8. Алтымышев А. Лекарственные богатства Киргизии. - Фрунзе, Кыргызстан, 1976. - 351 стр.