

ХЭНДЭШЬЕ ХЭРЭГТЭЙ НУРГААЛ ЗААБАРИННУУД



Улаан-Үдэ
Буряадай номый хэбэлэл
2006 он

Бүрэлдэхүүн

Улаан-Үдэ
Буряадай номой хөбүүн
2006

Бүрэлдэхүүн
Улаан-Үдэ
Буряадай номой хөбүүн
2006

ХЭНДЭЭШЬЕХЭРЭЛТЭЙ НУРГААЛ ЗААБАРИИНУУД

Хэвлэлийн талбай: 10000 шт.

ББК 86.391

Д 16

Дамбаев Г-Д.Д. буряадпалба

Д 16 Хэндэшье хэрэгтэй нургаал заабаринууд. – Улаан-Үдэ:
Бурядай номой хэблэл, 2006 он. – 36 нуор.

ББК 86.391

© Дамбаев Г-Д.Д., 2006
© Бурядай номой хэблэл, 2006

ОРОЛТО ҮГЭ

Мүнөө буряад хэлэеэ, ёхो заншалаа, шажан мүргэлөө
һэргээх үе саг өрээд байна. Тиймэхээ эртэ урда сагхаа хойши
үбгэ эсэгэнэрэймний абажа, үеын үедэхи үри хүүгэдтээ дамжуулан
хэлэж ябанан ёхо заншалнууд, нургаал заабаринууд, зүүдэ
болон зүнөө тайлбарилга хүн бүхэндэ хэрэгтэй болохо гэжэ
нанагдана.

Совет засагай үедэ ёхо мэдэхэгүй хүндэ ёро халдахагүй
гэдэг саг байгаа бэлэй. Тийгээд лэ олонхи буряад зомной хэлэ
бэшэгээ, шажан мүргэлөө, ёхо заншалаа, уг гарбалаа мартаан
байна.

Би өөрынгөө ажаглалтанууднаа, мүн аха захатанай
хэлэнэн буряад арадай ёхо заншал, нургаал заабаринууд, боро
болон дом арганууд, ямар уларил болохоёо байнаб гэжэ ан
гүрөөлнүүдэй болон бусад амитадай ая аашануудые шэнжэлжэ,
урид мэдэлгэ тухай материалнуудые суглуулбаб. Гэбэшье,
хүндэтэ уншагшад, энэ ном соо хэрэгтэй олон юумэнэй ороогүй
байбалынь, намайе хүлисөөрэйгты.

Гарма-Доди Дамбаев, уран зохёолши.

Хүндэтэ уншагшад, дутуу дундануудай болон энэ ном соо
ороогүй ёхо заншалнуудай байбалынь, һанамжа дурадхалнуудаа,
ёхо заншалнуудые Бурядай номой хэблэлдэ эльгээбэлтнай,
энэ ном дахин хэблэлгэндэ оруулхабди. Манай хаяаг
(адрес): 670000, г. Улан-Үдэ, ул. Ленина, 30, Бурядай номой
хэблэл.

I. БҮРЯД АРАДАЙ ЁЬО ЗАНШАЛНУУД БОЛОН ҺУРГААЛ ЗААБАРИНУУД

1. Углөөгүүр шанаан сайнгаа дээжье орон дэлхэйдээ үргөөд, эгээн түрүүн гэрэйнгээ эзэндэ аягала.

2. Бусад бэшэшье сагта эдеэгээ шанаадаа, гэртэтнай айлшадай байгаашье һаань, гэрэй эзэн бусаднаа түрүүн эдеэнэй дээжэхээ хүртэхэ ёнотой. **Ушар юуб гэхэдэ, гэрэй эзэн эгээн түрүүн эдеэлхэдээ, бусадга эдээ хоолнай хорогүй гэжэ харуулба гээшэ.**

3. Гэрэй эзэнэй ямар нэгэ хэрэгээр хайшааб даа ошохоео гү, али аян замда ябанан хүн амаржа, танайда ундаа харягаад, аян замаа үргэлжлүүлхээс газаашаа гарахадань, гэрэй эзэн эхэнэр хойноноонь һүн сэргэм үргэдэг юм. **Ушар юуб гэхэдэ, хэрэгтын бүтэсэтий, харгы замынь һүн шэнги сагаан, сэвр байг гэбэ гээшэ.**

4. Гэрэй эзэн эхэнэр нүхэртөө болон айлшадта эдээ хоол баруун гираараа үгэдэг юм.

5. Түгдэрхэн, долорхон, гантанан амнарта соо эдээ хоол, тинмэ аяга соо сай хүндэ үгэжэ болохогүй. **Ушар юуб гэхэдэ, энэ амнарта шүнгээр шүдэншии түүрэг, нааншии богони болог гэхэн удхатай.**

6. Хургануудайнгаа хоорондо хабшуулаад, хүндэ эдихэ хоол, саарха, гуурна, ширия, тамхи болон бусад юумэнүүдые үгэжэ болохогүй. **Ушар юуб гэхэдэ, тэрэ хүниие наанашибшалнаштай адли.**

7. Айлшадтаяа столдо һуухадаа, үхижүүд һуулсадаггүй байгаа. Урдандаа буряд эхэнэрнүүд эрэшүүлтэй хамта столдо һуудаггүй байсан юм.

8. Хутага, халбага, нэрээ болон эритэ юумэнүүдые хүн руу эшээрн харуулаад үгэгты. **Ушар юуб гэхэдэ, дайсаншии бэшеб, энхэ амгаланаар үгэнб гэхэн удхатай.**

9. Эриенэй дээшэнь харуулаад, хутага стол дээрэ табижа болохогүй. Нүхэ болон гар хажуур эриенэй дээшэнь, хюреө болон гар тармуурай шүдэнүүдые дээшэнь харуулжа газарта табижа болохогүй. **Ушар юуб гэхэдэ, хүнүүд болон амитад тэдээнхээ адажа, үүрэжэ болохо.**

10. Айлшадай урда аяга, табаг гэхэ мэтэ амнартануудые амнарын доошонь харуулаад бү табигты. **Ушар юуб гэхэдэ, таанадые хүндэлхэ эдээ хоолгүйбди гэхэн удхатай.**

11. Айлшад заримдаа архи ухаяа болёоб гэжэ хундагаяа уруунь харуулаад табидаг. **Энэ ушар хадаа гэрэй эзэдье хоохорогты гэхэн удхатай.**

12. Залуушуул аха заха болон нанатай хүнүүдтэй хамта столдо һуухадаа, тэдэнэй хөөрэлдөө таалдуулангүй, хөөрэлдөөндэнь оролсонгүй, дуугай һууха хэрэгтэй.

13. Аха захатанхаа, нанатай хүнүүднээ түрүүн үлэгэшэлдэжэ, залуушуулда табагтай эдеэнхээ юушье абажа болохогүй. Мүн тэдэнэр садабал, нанатай хүнүүднээ зүвшөөл эрижэ, һуурихаа бодохо ёнотой.

14. Айлшадые хирмасаар болон гэдэнэ дотороор хүндэлжэ болохогүй. **Ушар юуб гэхэдэ, мяхатай аад, мяханай адаг гэдэнэ дотороор хүндэлжэ, бидэниие баһаба гэхэн удхатай.**

15. Театрай һандали дээгүүр һууhan нанатайшье, залуушье зоной урдуур хүн ууса нюргаараа бэшэ, харин улаан нюураараа, үгы гэбэл – ара талаарнь гараха ёнотой.

Столдо һууhan айлшадай ара талаарнь (хойгуурнь) гараха забнарай үгы байбал, ууса нюргаараа айлшадай урдуур гарагты. **Ушар юуб гэхэдэ, ууса хондолойгоо стол тээшэ харуулаад гарахадаа, хийгээ алдажа, стол дээрэ байсан эдээ хоол бузарлажа гү, али газарта унагаажа болохот.**

16. Ухаагаа һамаржа үвшэлнэн, эрэмдэг, үлэн хоохон гийраншан болон бадаршадые хайрлагты. Арга шадалаараа туналжа, үл залгаха эдээ хоол, бага ехэшье һаань, мүнгэ тэдээндэ үгэбэлтнай, буян болохо.

17. Үгытэй ядуу ба тулуур байдалтай, урдаа хараха түшэг тулгууригүй хүнүүдые болон үншэдые наада бү баригты, бү дормжологты. **Ушар юуб гэхэдэ, өөхөдөөшье иимэ байдалда орожо, хожом хойно тэдээндэ туналуулжа болохот.**

18. Айлда ороходоо, малгайгаа абагты, гэнжэтэй гү, али нур ooхортой хутагаяа бэйнингээ саанахаа абажа, доошонь табигты. **Ушар юуб гэхэдэ, амгалан тайбанаар танайда оробоб, ерэбэб гэхэн удхатай.** Тийгээд бурхантай һаань, бурхан-

дань ошожо мүргөөд, һүүлдэнь гэрэй эзэндэе, гэртэ һуугшадыг мэндэшэлэгты.

19. Хүдөөдэ ажануудаг хүн айлшанай өрхэдэ, угтажа газашаа гараад, унааен (мориин) абажа, нохойгоо хоригты.

20. Айлшанай ябахадань, газаашаа гаралсаад, сэргэхээ үяан мориин асаржа, эзэндэнь үгэгты. Хотод ажануугшад айлшанаа үдэшэж, байрынгаа подъездын талмай дээрэ гарагты. **Ёһо гурим мэдэхгүй хүнүүд айлшанайнгаа гар бариж, үүдэн хүрэтэрөө үдэшэгшэ.**

21. Ухибүүдтээ эхэ эсэгээс хараажа огто болохогүй. **Ушар юуб гэхэдэ, харааны хараалын эхэ эсэгээс сохиже, газаа гаргажантай адли.**

22. Хари гү, али түрэл гаралнуудайнгаа хажууда үхибүүдээ хараажа, сохиже огто болохогүй. **Ушар юуб гэхэдэ, хари хүнүүдийн эшэдэг, гайхадаг боложо, зоригоо мохоро. Хүнүүдэй ибаан хойно үхибүүдтээ ойлгуулжка хэлэхэ хэрэгтэй.**

23. Эхэнэр бүхэн үнээс һампажа, гэр байраяа ариун сэбэр байлгаха ёнотой. **Ушар юуб гэхэдэ, һалан эхэнэрэй һаба соо, баринаан хилээмэн соо үнэниинь байдаг гээшэ. Тиимэхээ найханаар бээс абаад, хубсалаад байбал, өөрынгөө нухэртэ, оржко өрхэн айлшанда һайшаагдаха.**

24. Эрэ хүн нохой морин хоёроо магтажа ёнотой. Муу эрэ эхэнэрээ, эдийнээ магтаба гэдэг буряад сэсэн үгэ бии юм. **Өөрөө бэшэ, харин хүршэнэрын болон ондоо зон һамгыень магтаг гэхэн ухатай.**

25. Айлда амhartын, тулам болон мэшээгыен бусаахадаа, амhartын оёор гэж сахар шабха гү, али эдеэ хоолой амтатай зүйл хэхэ хэрэгтэй. Хооhoop амhartаа бусаажа огтолон болохогүй! **Ушар юуб гэхэдэ, хооhoon амhartадаал адли хооhoогты гэхэн ухатай.**

Айлhaа машина гү, али мори тэргыен эрижэ абаад, түлээ болон үбнээс гэртээ асараад, эзэндэнь унааен бусаахадаа: «Моринойтны шхые, машинийнтнай моторын баярлуулнааб», – гээд, арба-хорин тухэриг үгэхэ ёнотой. **Ушар юуб гэхэдэ, үшее дахин унааетнай эрижэ болохоб гэхэн ухатай.**

26. Бимба гарагай (субботын) үдэр гэрхээ газаашан юумэ гаргажа (хүндэ үгэжэ) болохогүй. Зарим нютагуудтаа гэрэй

эзэнэй шасаа гарагта энэ тэрэ юумэ үгэдэггүй ёһо гурим бии юм. Мүн мийн юрыншье үдэрэй үдэшэлэн хүндэ юумэ үгэдэггүй юм. **Ушар юуб гэхэдэ, үнээн һүэ татаанда, гэрэй эзэн хэшэгээ алдаанда тоологдодог.**

27. Бүнээс орон, стул дээгүүр хаянгүй, бүд һаань, дундуурнь зангидаад, һүр һаань, горьёын түдүүлидэнь хэлыен оруулаад, тэрэнээ үлгэсэдэ үлгэгты.

28. Дэгэл болон самсаяа донооонь эхилжэ, дээшэнь шагтаяа шагталагты, тобшоёо тобшологты. Хубсанаяа тайлахадаа, дээрхээ доошонь шагтаяа тайлладаг. **Ушар юуб гэхэдэ, энэ ёһо гурим ута нахатай болгог гэхэн ухатай.**

29. Малгайнгаа амнарые дээшэнь бэшэ, харин доошонь харуулаад, дээгүүрхи таг дээрэ табигты. **Ушар юуб гэхэдэ, амнарын дээшээ хараад байбал, үгырхэ, малгайгаа тодоод, гуйраншалха гэхэн ухатай.**

30. Галдаа муу муухай юумэ, шорой шохойгоо хэжэ бу галда. **Хэрбээ галдаа муухай юумэ хэжэ галдаа һаа, яртажа, бузартажа болохош.**

31. Хүниие доромжолжо, баажа, дээрэлхэжэ огто болохогүй. (Үмдэгүйн үбдэг соорхойдоо өөдэрхэбэ. Өөрынгөө толгойн буга хараагүй аад, хүнэй толгойн бөөһэ хараба гэлсэдэг үгэ бии юм). **Ушар юуб гэхэдэ, хожом хойно тэрэ доромжилж, дээрэлхэхэн хүндөө туналуулжа болохош.**

32. Унажа ябанан моринойнгоо, һаажа байлан үнээнэйнгээ, адуулжа байлан хонинойнгоо толгойе бу сохигты, гэдэхэ болон сами руунь бу үдхэлэгты. Эдэ амитадай богони нахатайшье һаань, тэдэниие хайрлаха, дүмэхэ хэрэгтэй. **Ушар юуб гэхэдэ, ажамидархынши түла бурхан эдэ амитадые бии болгоо. Толгойгоо сохиулжан мал эрьюу үвшэнтэй болодог. Толгойгоо сохиулжан морин хазага, харгыгаа мууса харадаг болохон тута ходол будхадаг. Гэдэхэ болон самияа үдхэлүүлжэн мал сагнаа урид түрэжэ, түлөө дутуу гаргадаг.**

33. МОРИ ШЭЛЭЛГЭ. Хурдан хайн морин болохо үреэгэй хойто хоёр хүл алсагар, урда хоёр хүлэйн хойто хүлнүүдэй хоорондуур харагдадаг, сээжэ үргэнтэй, мундаань нюрганһаа үндэр байха. Гүйхэдэө тиимэ морин шандаган гүйдэлөөр гүйхэ. Муу мориной хойто хоёр хүл хобигор, мундаань набтар байха.

34. Захын сагдуул modo отолжо болохогүй. Ушар юуб гэхэдэ, тэрэ модон эзэтэй байжа, отоллон хүн усал тодхорт орожо болохо.

35. Хэрэггүйдэ газар малтажа, шулуу урбуулжа огтолон болохогүй. Ушар юуб гэхэдэ, тэндэ сохо хорхойн, шоргоолжоной, хулганын байра гэр байжа болохо.

36. Тэрэнги, улаалзай болон бусад сэсэгүүдье найшаагаад гү, али юрэл баглаа болгож бү таанлагты. Ушар юуб гэхэдэ, тэдэ сэсэгүүд хүрьштэ газараймний гоёлто шэмэг, үхэр малай болон ан гүрөөлиүүдэй бээс эмшэлдэг эм домтой ургамалнууд гээшэ.

37. Ой соо гү, али хээрын харгыгаар ябахадаттай, һүхэ, хутага болон бусад эритэ юумэд дайралдаха. Эшэ тээхээнь ерэбэл, абегты. Үзүүр болон эри тээхээнь ерэбэл, зүгыене нөөргэн харуулаад: «Хожом эндэхээ ерэхэдээ абаахаб даа» – гээд, тэндэнь орхигты. Ушар юуб гэхэдэ, үзүүр ба эри тээхээнь ерээд абибал, усал тодхорт орожо болохот.

38. Хото хорёгийн наднаг болон столбнуудые малтажа абаа хаа, нүхыене бүтүүлэн, газарыене жэгдэлэгты. Ушар юуб гэхэдэ, үхэр мал болон ан гүрөөл тэрэ нүхэн руу хүлөө хэжэ хүшөөд, хухалжа болохо.

39. Бууса шадар гү, али хаанашье архиин шэл, шаажан амнарта бү тэхэлжэ хаягты. Ушар юуб гэхэдэ, шэлэй тэдэ бутардаанхаа үхэр мал хүлөө адажа, наранай элшэхээ түймэр гаража болохо.

40. Сагаалганай һүүлээр ан агнажа, алажа болохогүй. Ушар юуб гэхэдэ, ан гүрөөл хээлитэй болоод ябаха.

41. Хоёр хоёроороо ябадаг нугаан, ангир, хүхэ дүглы, тоодог, тохориун гэхэ мэтэ бусад шубуудай нэгыене бү алгагты. Ушар юуб гэхэдэ, эхэ найхан нюотагтаа ерээд, нэгзээ алуулхадаа гансаардажа, гунигтайгаар болон голхоролтойгоор бархиран, алагша хүниие хараана. Алагша хүн тэрэ шубуунай хараалда хүртэжэ болохо.

42. Намартаа үргэншын уута үргэн нээбэл, бүхын тибныене абангүй, заримыене нөөргэн тэрэ нүхэн руунь хээд, шоройгоор булагты. Ушар юуб гэхэдэ, тэрэнэй үбэлдөө эдихээс суглуулжан бүхын хоолын гээшэ.

43. Гол мүрэнэй, худагай, булагай болон нуурай уха руу муухай юумэ бү хаягты. Заримашуул һү гү, али бусад юумэ хэхэн хүнэггөө болон бусад амнартануудаа зайлажа, зайладаанаа тэрэ уха руу адхадаг. Ушар юуб гэхэдэ, али нэгэ амитан, хэн нэгэ хүн тэрэ үнанхаа уужа болохо.

44. Паршагтай голой үнанда бү орогты. Ушар юуб гэхэдэ, бээтнай зохолхо.

45. Хэрэггээр гү, али айлшалжа айлда ерэхэдээ, зүүн хойто зүгнөө бэшэ, харин тээ холуур тойрожно, урда зүгнөөнь ерэгты. Ушар юуб гэхэдэ, мууе тэрэ айлда һанан сэдыхэжэ, зүгэй муу (үхэлэй) зүүн-хойто зүгнөө ерэбэ гэлсүүлхэт.

46. Үүдэнэйнгээ сэхэ урдань сахатай («П» үзэг мэтээр гурбан ута modo табиан) айлда орожо болохогүй. Ушар юуб гэхэдэ, энэ айлайхи халдабарита үвшэнгөөр үвшэлэнхэй (хэжэглэнхэй) гү, али нялха нарайтай гэж ерэхэн хүн мэдэхэ ёнотой. Урдандаа нялха нарайн хэжэг болон халдабарита үвшэнгөөр үбдэхэгүйн (тоохорхогүйн) тула хоёр нара сахатай байдаг байгаа.

47. Улай хэхээз байгаагүй аад, хутагаяа бү бүлуюдэгты. Ушар юуб гэхэдэ, үхэр малтнай гарзалжа болохо.

48. Хилээмэн табагнаа (хилээмэн табагта хилээмэн, печени, бообо, конфетэ гэхэ мэтэ юумэнүүд дээрэ үрмэн болон тонон байдаг) хүртэхын урда хургаараа тононхоо догоодожо, тэрэнээ тэрэ айлай галдань үргөөд, табагай оройноо бэшэ, харин дунданаань дүмүүхэнээр һуулин һугалжа, зүнэм хилээмэ болон бусад эдихэ зүйлнүүдье абаходаа, тиимэ табагта ородог бусад юумэнүүдье унагааха ёногүй. Ён гурим мэдэхэгүй хүн табагай оройноо абадаг. Ушар юуб гэхэдэ, табагай оройноо абаходаа, өөригөөшье, мүн тэрэ айлынешье үгырэгты гэхэн удхатай.

49. Эдеэлнэн амнартынгаа (улхан, табаг, аяга гэхэ мэтэ юумэнүүдэй оёортонь нэгэ балга ууха, нэгэ халбага эдихэ эдээ хоол) оёор үлээдэг юм. Оёор үлээлгэ хадаа, амнартатнай хододоо хонон бэшэ байг гэхэн удхатай.

50. Хүндэ юумэ үгэхэдөө, хүннөө юумэ абаходаа хододоол баруун гараараа үгэгты, абегты.

51. Урдандаа буряадууд мяханай бүлхи үхибүүдтээ үгэхэдөө: «Бүлхи эди, бүхэ болохош» – гэдэг байгаа. Үхибүүд

түргөөр томо боложо, бүхэ болохо дуратай байгаа ааб даа. **Ушар юуб гэхэдэ, үхибүүдтэ бүлхи эдюулжэ, шүдьенъ хурсадхадаг, бүхэлдэг байгаа.**

52. Нахатайшуул үхибүүдтэ сахар болон конфетэ эдюулээд, хилээмэнэй хатуу хальха жажалуулдаг байгаа. **Ушар юуб гэхэдэ, шүдэнэй дээрэнь болон забнаруудта шэглэн иялданан сахар болон конфедэй үлэгдлийнүүдые хилээмэнэй хальха жажалуулжа сэбэрлүүлдэг байгаа.**

53. Олон хүн байгаа haа, тэдэнэр «та, та баригты» гэлдэдэг ён гурим байгаа юм. Тэдэнэй эгээ ахань хилээмэн болон мяхан табагууднаа эдихэ эдээ хоол абаха эрхэтэй байгаа. Эгээ аха хүн тэдэ табагууднаа айлай галда юумэ үргэдэг юм. (Ородууд эдеэлхынгээ урда бурхандаа хэрээнхэлэн мүргэдэг гээшэ).

54. Углөөнэй шүүдэр соо хонидоо болон үхэрнүүдээ бэлшээридэ гаргадаггүй юм. **Ушар юуб гэхэдэ, үхэр мал балшаруутажа (ногоон томо сохонууд хоротой баанаяа гаргадаг юм), тагалсагайнь һалаа эдээрлэн хабдажа, туруунудын унадаг байгаа.**

55. Үхибүүдтэ пеэшэнэй үүдэндэ согоор гү, али галаар наадажа болохогүй. **Ушар юуб гэхэдэ, өөхэдөө галда шатажа, мүн түймэр гаргажа болохо.**

56. Муу муухайгаар ама алдажа огто болохогүй. **Ушар юуб гэхэдэ, һүүлдэнь тэрэ хүн хэлэгшэ, ама алдагша үгээс эдлэдэг юм.**

57. Харгыда гү, али аян замда абажа ябанан эдээ хоолноо орон дэлхэйдэ, хада уулын эзэндэ үргэхэ ёнотой.

58. Эхэнэрнүүд үглөөгүүр шанаан сайнгаа, һанаан һүнэйнгөө дээжэнүүдые, эрэ хүн архиин, эдээ хоолой дээжэнүүдые орон дэлхэйдэ үргэдэг ён заншал бии юм. **Боро хараанаар гү, али үдэшэлэн ямаршье юумэнүүдэй дээжэ үргэжэ болохогүй.**

59. Хүнтэй золгоходоо, дүүнъ аха хүнэйнгөө хоёр тохоног дороноо дүнгэн баридаг.

60. Амнаартын гү, али тогооной обортго үлэхэн эдихэ юумэ хангир янгир хюнажа, тэрэнэх хүндэ бү табаглагты. **Ушар юуб гэхэдэ, хэлэтэй аматай, улаан хэлэтэй хүниие урдаа**

оруулдаггүй хүндэ: «Нохойдоо үлөөхэн үлэгдэлөө намда хээгүш?!» – гэжэ хэлүүлжэ болохоши.

61. Эмээлэйнгээ урда бүүргые урагшань, хойто бүүргыень хойшонь харуулаад таби. **Ушар юуб гэхэдэ, хэзээ нэгэтэ урда болон хойто бурядууд нэгэдэх ёнотой гэхэн удхатай.**

62. Харгыешни хүндэлэн (энгэр сээжэ рууш) ан арьятанай, мориной, аянай шубуудай болон хамбын гараа haа, аян замдаа хайн, хэрэгшни бүтэсэтэй ябахаш. Хэрбэээ тэдэ бүхы амитад баруун гар рууш харгыеш хүндэлэн гараа haань, аян замшни уршагтай, хэрэгшни бүтэсэгүй байха. (Баруун гар тээшэш гараа haань, Ногоон Дара-Эхын тарни унша).

63. Хэрбэээ үхэхэн хүниие хүдөөлүүлжэ ябагшад урданааш ерээ haань, хэрэгшни бүтэсэтэй байха. Харин харида үгтэхэн басагые хүргэжэ ябагшадай урданааш ерээ haань, хэрэгшни бүтэсэгүй байха. Тийхэдээ үхэхэн хүниие хүдөөлүүлэгшэдэй үнгэртэр малгайгаа абаад зогсох ёнотойш. **Ушар юуб гэхэдэ, наха барагшье таниха мэдэхэгүйшье haа, тэрэниие хүндэлбэ гээшэш.**

64. Хүгшэн малай мяханай өөхэн шара, залуу малайхи сагаан байдаг.

65. Боро хараанаар гү, али үдэшэлэн гэрхээ хог шорой болон бусад юумэ гаргажа, газаанаа тулеэ, уha гэртээ оруулжа болохогүй.

66. Үхибүүдэй шүдэнэй унахадань, тэрэниие өөхэндэ орёогоод, нохойдо үгүүлэгты. Үхибүүн унаан шүдөө нохойдоо үгэхэдөө, «Муу шүдьемни абаад, орондоон өөрынгөө hайн шүдэ үгөөрэй» гэжэ хэлэхэ ёнотой.

67. Газаа шаазгайн шаханахада, «Муу юумэ бэшэ, hайн юумэ дуулга. Пайхалай – hайхалай» гэжэ хэлэгты.

68. Үдэшэ орой үхибүүдые бархируулжа болохогүй. Тиймэхээ али болохо аргаар аргадагты.

69. Үбшэлөөгүй аад, наанаа бү алдагты! **Ушар юуб гэхэдэ, өөрөө гү, али дүтүнши түрэл үбшэлжэ, наха баража болохо.**

70. Жэл бүхэндэ бэшэ, харин олон жэлэй үнгэрхэн хойно: «Нютагаа, тоонтоёо hанааб» – гээд, тоонтодоо ошонон хүн хүхээ ногоон дээрэнь хульбэрөөд, архиин сэргэм үргэдэг гээшэ. Энэ

ёхо заншал тон буруу. Тоонтоёо хүндэлхэ гээ haа, хараани холын газархаа сэргжэм үргэгты. **Ушар юуб гэхэдэ, тоонтоны тэрэ хүнниие (газар дороо) татахаа абадаг.**

71. Сагалганай болоходонь, хүнүүд болон залуушуул түрэл гаралайнгаа, нютаг нугынгаа болон тосхон huуриайнгаа эгээл үндэр нахатай хүнүүдые золгодог, бэлэг үгэдэг юм.

72. Ухибүүд хоёр наратай болотороо нэрэгүй байдаг. Заримдаа гэртэхинийн болон түрэлхидын шэхэндэ хажар, наангдаа дуулдаагүй, «Нэрэгүйб», «Хэншие бэшб», «Баахата» гэхэ мэтэ нэрэнүүдые үхибүүдтэ үгэдэг. **Ушар юуб гэхэдэ, иимэ нэрэнүүдые үгэдэг ёхо заншал байнаан юм.**

73. Ухибүүндээ нэрэ үгэхэдөө, гэртэхинийн дасан ошожо, үзэл үзүүлээд, ламын үгэхэн түбэд нэрэнүүдые үхибүүндээ үгэдэг гээшэ. Зарим ушарта түрэл гаралайнь гү, али нютаг нугынь үндэр нахатай үбгэн болон хүгшэн нарай нялхада нэрэ үгэхэдөө: «Минии ута наха нахалхынши тула нэрээ шамда үгэнб» – гэдэг юм. **Ушар юуб гэхэдэ, үхибүүд нэрэдээ таараха, таарахагүй гэжэ байдаг. Ехэнхидээ үхибүүн өөрынгөө ирье бэедээ даажа, иэрингээ удухаар ябадаг гээшэ.**

74. Урдандаа эхэнэрнүүд болон эрэшүүл дүштэгэй болотороо архи болон тамхи амандаа хэдэггүй байгаа. **Ушар юуб гэхэдэ, иимэ айлай үхибүүд үбшэндэ дарагдахагүй хүдэр бэетэй, хурса болон һонор ухаатай хүн болодог.** Мүнөө үедэ залуушуул тамхи татана, архи ууна. Хүнэй болон эхэнэрэй умай соо бии боложо байнаан нялхын бэе тамирта, органуудта архийн ба тамхинай хоронуудай нүлөө үлэжэ муудхаадаг тухай нургаал заабари хэлэхэн талын хүн тэдээндэ шортоол хараалгаад үлэгшэ. Тиймэхээ гэртэхидын, багшанарын болон эмшэд тэдээндэ энээн тухай ойлгуулхаа байгаа.

75. Худын болон худагын түрүүнүүдэй урдань бүхэлээр шанаан түрүү мяхануудые (төөлэй болон ууса) табидаг гээшэ. **Ушар юуб гэхэдэ, үгэхэдээ бэрхэ тэдэнэр түрүү мяхануудые хүндэ яагаад залахаб гэжэ ёхо заншал мэдэх ёнотой.**

76. Ухэр мал, хони болон ямаа гаргаха, шарууналхадаа, мүнөө мяхатай яныень һүхөөр таһара сабшадаг болонхой. Урдандаа һүхөөр таһара сабшалга хорюултай байгаа.

77. Айлнууд хадамда гараан түрэлэйнгөө басагадта үүсынгээ уусье үлээдэг, айлшалхадань, тэрэнээ бусад мяхантай хамтаа бэлэглэдэг байгаа.

78. Гэртэхидэйнгээ хуримдаа бэлдэтэр, хадамда гарааха гэжэ байнаан басаган хани басагадтаа болон түрэл гаралнуудтаа хоногоор айлшалжа, шарууна гаргуулжа хүндэлүүлдэг, харида яжаа бээс абаажа ябаха тухай гэрэй эзэдэй хэлэхэн заабари нургаалнуудые шагнадаг, мэдэхэгүй юумэнүүдээ тэдээнхээ нуража абадаг байгаа.

Хадамда гаражаяа байнаан басаганай нааданда хани басагадын болон залуушуул сугларжа, түүдэг носоогоод, найр наадаа хэдэг ёхо заншал буряад арадта байнаан юм.

Хадамда гаражаяа байнаан басаганай хурийн болон харида мордолго онсо тусгаар ёхо гуримаар үнгэрдэг байгаа.

79. Эхэнэр, эхэ хүн эрэ хүнэйнгээ архидалга, хаарта наадалга болон муу ябадалыен дурдажа, үхибүүдэйнгээ хажууда үбгээс хараажа болохогүй. **Ушар юуб гэхэдэ, ямар хэмэршье һаань, үхибүүдэйнгээ хажууда түрэхэн эсэгыен, гэрэйнгээ эзэнни хүндэлхэ ёнотой.**

80. Эхэ хүнхөө бүхы юумэн дулдыдадаг гээшэ. Тиймэхээ хүбүүдэйнгээ хажууда бэринуудээ, бэринүүдэйнгээ хажууда хүбүүдээ, басагадайнгаа хажууда хүрьгэдээ муушалжа огто болохогүй. **Ушар юуб гэхэдэ, хэрбээс муушалбал, тэдэнэйнгээ эбыен болон харилсааень таналхаш.**

81. Унаган нүхэрыеш, түрэл гаралыеш хүдөө табилганд, мүн гэр бүлүнгөө түрэ наранда, түрэхэн үдэрыен тэмдэглэлгэндэ уряалгүйгөөр өөрөө ошоод хамналаса, эдээ хоол бэлдэлсэ. **Ушар юуб гэхэдэ, дүтүн түрэлдэ уряал хэрэггүй юм.**

82. Бороотой жэлдэ үбнэ һүрилхэдээ, набшанатай нарин уляанануудые һүрилжэ байнаан үбнэйнгөө хоорондо утаашань, мүн хүндэлэн табигты, һүриин оёорт онгэ метр үндэртэй, бүхы үбнэ тээгээд байха тээг хэгты. **Ушар юуб гэхэдэ, набшанатай уляананууд хатажа яданан ногооной шийг бэедээ татажа абаха. һүриин доогуур һэвшээ һалхин үлеэжэ, бүхы үбнэ буритуулхагүй.**

83. Ган гасуур жэлдэ хунаанай болон уляананай набшанатай мүшэрнүүдые сабшан суглуулаад, тэдэнээ малайнгаа байра, дал

болон кошара соо дээгүүр үлгэгты. Үбэлдөө үхэр малаа тэрээгээр хооллуулхат.

84. Хабартaa хони малаа ногоонhoo түрүүн гаранhан мангир болон түргэн сагаандад адуулхада hайн. Гэбэшье энэл сагта ургадаг хорон набшаha (дэлбэгэр ногоон набшанатай ургамал. Энээниие хатаажа, талхан болотор үйрүүлээд, үхэhэн малай мяхан соо хэжэ, үнэгэ болон шоно аладаг) огто эдюулжэ болохогүй. Хэрбэээ эдээд бөөлжөөгүй haань, хотононь хэды дахин гаратарнь uha шудхагты.

85. Хонид нарин эштэй ногоондо тогтосотой, голой үлэн ногоондо тогтсогүй байдаг.

86. Ухэр малаа болон хонидоо үглөөнэй болон үдэшын һэриундэ адуулхада hайн байдаг.

87. Намартаа таргалhан үхэр малаа болон хонидоо түргэн туужа, намнажа огто болохогүй. **Ушар юуб гэхэдэ, бүхэли үбэлдөө бээс тэжээхэ гэхэн өөхыен гамнаагты.**

88. Зунай ааяма халуунда унажа ябанhан мориёо бү гүйлгэ. **Ушар юуб гэхэдэ, халуунда амияа хаагдан үхэжэ болохо.**

89. Пайн моритой болохо гээ haa, үдэш болон үглөөнэй һэриундэ 300-500 метр үгсүүр өөдэ хатаруула, угы гэбэл – гүйлгэ. Харин хадын гү, али гүбээгэй оройhoo моринойнгоо ябадалаар буу.

90. Үбэлэй хүйтэндэ үхэр малаа дулаасуулха гэбэл, зундаа үхэр халаахай сабшад, сабшажа абанhан үбнэнтээ холи.

91. Зунай сагта үхэр малдаа болон хонидтоо долёолгуулха томо дабнаагүй байбал, хужартай газарта адуула.

92. Хонидойнгоо болон үнээнэйнгээ түрэхэдэнь, түрүүшын тохолиг хурса уурагыен haажа абаад, тэрэнээ гурилтайгаар зууржа, алаади шара. Угы гэбэл, газарта haa. **Ушар юуб гэхэдэ, түрүүшын уурагhaа түлын шэшэжэ болохо.**

93. Хурьганай гү, али тугалай толгой дээрэ – эбэрэйн ургаха газарта бү маажа. **Ушар юуб гэхэдэ, томо болоходоо тэрэш хүниие мүргэдэг болохо.**

94. Үбэлэй сагта унahan мориёо гүйлгөөд, газаа удаан уябал, өөрынгөө хүлнэнhее сэн бүгтэ хушуулж даараад, бүхы бээс һалгануулан шэшэрхэ. Тийгэхэгүй тула нюрган дээгүүрн нэмэргээр хушагты.

95. Үдэшэлэн, боро хараанаар үхибүүдтээ арhan дэгэльиень урбуулуулжа үмэдхөөд, гүлгэн нохойгоо гааруулан намнуулагты. **Ушар юуб гэхэдэ, тэрэ гүлгэн томо болоходоо, хотошо – хусадаг нохой болохо.**

96. Нүриин урда талахаа үбhэ шаргада ашаалхада бэлэн байдаг. **Ушар юуб гэхэдэ, һалхинай болодог хойто талахаа эхилжэ, һүриин оройе нюруулдаг юм.**

97. Үмсэдөө томо бухал табяад, тэрэнээ үбэл болотор тэндээ байлгаха гэбэл, орой дээрэхээнь ута гасуу газарта хүрэтэр зоогты. **Ушар юуб гэхэдэ, һалхинда бухалай орой хиидэжэ урбалдахагүй.**

98. Хара нэрhэн, алирhan, үхэр нюдэн, хүхэ нэрhэн гэхэ мэтэ жэмэс түүхэдээ, гүлмэр нарин эшьеиень хуха нуга бү гэшхэгты. **Ушар юуб гэхэдэ, хойто жэлын үшөө дахин тэрэ газартаа жэмэс түүхээ ерэжэ болохот.**

99. Ой соо гү, али хээрэ талада түүдэг носоогоод сайгаа шанабал, һүүлдэнь тэрэ түүдэгэйнгээ сусал болон бурмада uha адхажа унтараагты, угы гэбэл шорой болон газарай ногоотой хурьhеер хушан булагты. **Ушар юуб гэхэдэ, унтаргаагүй түүдэгтиэ түймэр гаража болохо.**

100. Машинынгаа ябадалда тамхилаад, галыиень унтараангүй, тамхинайнгаа үлэгдэл газаашань бү хаягты. **Ушар юуб гэхэдэ, ууяжа байhан тамхинай үлэгдэлhее уула хадын модод, уужам талын хагда шатажа болохо.**

101. Дабаанай гү, али гүбээгэй оройдо, хээрэ талын харгынуудай уулзуур дээрэ байhaц табиса, оббо болон үlyн хажууда суухаяа дундалжа, хооhон шэлээ, эдеэнэйнгээ үлэгдэлнүүдье, саapha болон хэрэглэгдэхээ болиhoн хэрэгтэ хэрэгтүй юумэнүүдье орхиж болохогүй.

102. Уйлажа бархиржа ябажа, тугалаа болон хони хурьгадаа бү тогтоо. **Ушар юуб гэхэдэ, дотортонь (өөхэндэнь) уйлхайнууд бин болохо гэжэ хүүгэдээ хара багаhaань ажал хүүлэжэ һургадаг байгаа.**

П. БУРЯАД ЭДЕЭ ХООЛНУУД БА БОРО АРГАНУУД

1. Ямаанай мяха, мойно эдээд, хүйтэн уна уужа болохогүй. **Ушар юуб гэхэдэ, санхатажа болохот.**
2. Айраг, сэгээ болон тараг уугаад, зөөхэй эдээд, һүүлээрнь уна уужа болохогүй. **Ушар юуб гэхэдэ, гэдэхэ дотороо худхуулжа, уруу һуухат.**
3. Үбэлэй сагта малшад бэлшээридэ, ангуушад агнуурида гарахынгаа урда тээ адуунаай мяха, гахайн өөхэ эдээд, абаад гарадаг гээшэ. Эдэ эдээ хоолнууд халуун шанартай юм. Тиимэхээ хотоёо үбдэдэг хүнүүдтээ эдээ эдээ хоолнууд огтолон хорюултай.
4. Нула бэетэй, халтад гэхэдэ үбдэдэг үхибүүдтээ болон бүдүүн хүнүүдтээ бугын гү, али боро гүрөөхэнэй халуун шунаанхаа хахад аяга уухада, бэе тамир һайжардаг.
5. Хэрмэнэй хотые шанаад эдихэдэ, хото болон бэе тамир һайжардаг юм.
6. Хониной, адуунай, боро гүрөөхэнэй халуун ба түүхэй эльгье халта дабнааад эдихэдэ, шунаа хайн болгодог.
7. Урдандаа буряадууд зунай сагта мяха эдихээ болёод, һү болон айраг уудаг, айрна болон хоймог гэхэ мэтэ сагаан эдээ эдидэг байгаа. Сагаан эдээн хүнэй бэедэ, эльгэ доторто болон бөөрэдэ ехэл хайн юм.
8. Урдандаа үхибүүд зунай сагай үедэ тарнаа, дааган шэхэ, гоогол болон шагша мангир, гэшүүгэнэ болон тибхэ эдидэг байгаа. Мүнөө огородой эдээн элбэг болонхой гээшэ ааб даа. Гэбэшье хээрэ, арюун агаарта ургадаг эм домтой эдэ ургамалнууд хүнэй бэе тамирта ехэл хайн байха.
9. Нямняя сэсэгэй эшье хахад болгожо шуулаад, тэрэнээ аман соогоо хэжэ, «ням-ням нямняахан» гэжэ үхибүүд ябахадаа, нэгэдэхеэр, хэлзээ нугалдаг, хоёрдохёөр, шүдэнэйнгөө муйлье бүхэлдэг, мүн шэнгэн сагаан шүүхьиень үүндээ түрхижэ үгы болгодог бэлэй.
10. Хунаанай, улянаанай, нохойн хоншиорой эшэ болон набшаануудые, шэнэхэнэй шэлбэхэнүүдые бусалгаад, торходо (ваннада) ороходо, яншадаг, шархирдаг хүл гарта, үе мүсэдэ болон бэедэ хайн байгаа.

11. Аарса ороохонтой гү, али талха (турил) һамаржа шанаад, халуугаар уухада, шээхэ хүргүүлжэ, хотын болон бөөрын үвшэнүүдые эмшэлдэг юм.

12. Толгойгоо үбдэдэг, шунаанай дарасатай хүн хониной хуухалжан гү, али арьиенъ үвшэнээн толгой шанажа, һула шүлүиенъ уудаг.

13. Хүл, гараа хухараад, һүүлдэнь яншадаг, шархирдаг үвшэнөө аргалхадаа, хүл болон гараа үхэрэй гү, али хониной халуун һэбхэн соо хэдэг юм.

14. Ная гарганаан хониной, ямаанай гү, али алаан баабгайн арха һүүлдэнь галда дулаасуулаад, тэрээн дээрэ досоогоо халуунтай, һула бэетэй, эдээ хоол дурагүйгөөр ба багаар эдидэг, халтад лэ гэхэдэ үбшэлшэдэг, хии һудалай үвшэнтэй хүниие хэбтүүлээд орёоходоо, эльгэн дээрэнь эльгьеенъ, бөөрэ доронь бөөрьиенъ табидаг юм. Тиихэдэнь ная гарганаан гү, али галда дулаасуулжан баабгайн архан, түүхэй эльгэн, бөөрэ гурбан тэрэ хүнэй бүхы үвшэ татажа абадаг гээшэ.

15. Ушханай гү, али хии ханяадатай хүниие сэгээ, хонин тараг уулгажа эмшэлдэг.

16. Шунаанай үсхэрэлгэ гэхэ гү, али һуданай соо залхаг бии боложо, шунаанай муугаар гүйдэг болоходоњь, өөхтэй мяха, хурса эдээ хоол болон тохи эдижэ болохогүй. Иимэ үвшэнтэй хүн сарбуудаа, хүлэйнгөө шэлбэдэ зэд бугааг зүүгээд, (шунаанай дарасатай болонон нэгэ хүнэй хүзүүндэ зэд бугааг хараа һэм), үдэшэлэн абаха ёнотой. Бугааг зүүхэн газарта хүхэрөөд, ногоороод байнаан газар болон бугааг сэбрэлэхэ хэрэгтэй. **Ушар юуб гэхэдэ, зэд бугааг шунаанай һуданай болон шунаа сэбрэлдэг юм.**

17. Бэрхэ ламанар болон эмшэд шунаанай дарасатай болонон хүниие танажа, шунаанийн шэнгэртэр хара бүлин гаргадаг юм.

18. Зэд гүсэ гү, али амхарта соо бусалгаан сайн уhan, досоо газаагүй мүнгөөр бүрихэн модон аяга соо хэхэн сай болон бусадшье шэнгэн юумэд арюудхагдадаг. Мүнгэн рюмкэ (хундага) соо хэхэн муу шанартай архи арюудхагдадаг.

19. Муу шанартай гэхэ гү, али үвшэн малай мяха шанаахадаа, тэрээн соогоо зэд болон хэдэн зэд мүнгэ хэжэ

бусалгахадань, хүнэй бэе тамирта хоро хүргэдэг хорото бодосууд үгы хэгдэдэг.

20. Толгойнгоо үbdэхэдэ, хүнүүд урданай зэд мүнгэнүүдье сабиргайдаа табижа, үбшэнгыенъ болоулдаг байнаан юм.

21. Урдандаа үхэр малай гү, али хүнэй хүлөө хухархадань, зэд хуурайгаар үйрүүлэн талхан болгоод, тэрэнэе уулгахадань, хухарhan янанайнь ган зэдтэй бүрилдэдэг (гагнагдадаг) байгаа.

22. Хий болон хүхэ ханяадатай ба халуурhan хүнүүд зэд толи үбсүүндээ табижа, үбшэнөө эмшэлдэг байнаан юм.

23. Хүхэ болон хий ханяадануудые эмшэлхэдэ ямаанай hу уулгадаг, үхэрэй hу бусалгаад, тэрээн соогоо зүгын бал (мед) хэжэ худхаад, уудаг байгаа.

24. Санхаталганда долоотой үхибүүнэй (олдоогүй haань, өөрынгөө) үлэн шээхэ уухада hайн байдаг.

25. Үдэшэлэн орой газаагаа hуугаад, одо мүшэдые харахада, нюдэнэй хараада гэрэл ородог, бэе тамирта элшэ хүсэ нэмэдэг.

26. Нюрга hээрээ үbdэдэг хүн хабтагай болон хатуу юумэн дээрэ унтадаг.

27. Нюрганай нугарhanай хий hудалай хабдарые (радикулидые) зүгыгөөр хадхуулжа аргалдаг.

28. Хүл, гарсаа хухарhan хүн борогшоной баана гэхэ гү, али шулуунай дабирхай (мумие) эдьхэжэ, харыенъ уужа, сагааниенъ хухарhan газартаа түрхижэ эмшэлдэг.

29. Яра болон шархада шасарганын тоho гү, али hүнэй сүсэгти түрхижэ, тэрэнэе нохойдо долёолгуулжа, тиимэ үбшэнөө түргэн эдэгээдэг.

30. Үхибүүд гэшхэжэ, нюрга hээрэй хуян гэхэ гү, али асагадалгые тараадаг.

31. Хуhanай үнэхэ бусалгаад, тэрээгээрээ толгойгоо угаажа, зээгээ үгы болгодог, хуhanай үнэхэ буруунай бужууда түрхидэг.

32. Таба hалаа шулгарhan, адаан шархада няахада, шарха болон холонгир түргэн эдэгэдэг.

33. Бүдтэ шээхэеэ шэнгээгээд, хабдартада жэн табихада, хабдар үгы болодог.

34. Шаалгаад, нюдэндөө гү, али унаад, үbdэгтөө хүхэ бала болобол, хүйтэн uha бүдтэ шэнгээжэ жэн хээд, тэрэ газартань табихада, хүхэ бала түргөөр үгы болодог.

35. Зүгыдэ гү, али могоидо хадхуулбал, хадхуурыенъ абажа, тэрэ газарыенъ хүхөөд нэлбогты.

36. Дабhанhan гахайн өөхэ үbdэhэн шүдөөрөө хазаад байхада, үбшениниь буурадаг.

37. Шүдэнэйнгөө дээшэ доошоо хүдэлхэдэ, саарhа монсогойлоод, хүдэлдэг шүдөөрөө аргааханаар хазаад байхада, шүдэн hууридаа ородог.

38. Нюдэндэ юумэнэй оробол, хүндэ хэлэнэйнь үзүүрээр долёолгуулжа аххуулдаг. Заримдаа нюдэнэйнгөө дээдэ, доодо хоёр зубхинуудые хоёр тээшэнь тэртэдээд, дохоншоожо байжа турьяхада, нюдэн соо орохон юумэн гарадаг.

39. Гурил дабhатай uhanда зууража үдхэрүүлээд, тэрээгээрээ хадъхада (шииханда) жэн табидаг юм.

40. Углөөнэй шүдэртэй ногоон дээгүүр бүд (простыни) шэрэжэ норгодаод, hула бэетэй, халтад гэхэдэ үбшэлшэдэг, мууса эдеэлдэг хүниие тэрээгээрээ, үшөө дээрэхээнь зузаан юумээр орёожо, бэеынъ дулаасатар хэбтүүлхэдэ, бэеынъ бүхы муу үбшье татажа гаргадаг. Үгы гэбэл, хүйтэн uhan соо бүд хэжэ норгодаод, тэрэнэйнгээ хататар орёолтотоёо хэбтэхэ ёнотой.

41. Хургануудайнгаа мэдэрэлгүй болоходонь, хургануудайнгаа үзүүрhээ дээшэ доошонь эльбэн нидхэрхэдэ, гансата мэдэрэл оруулдаг.

42. Хоёр нидхын хоорондо, мүн шэлэ хүзүүнэй дээрэхи толгойнгоо түнтэгэр тойе эрхы хургаараа дарахада, толгойн үбшэн буурадаг.

43. Үхибүүнэй бархиржа, хүйhэнэйнь гаражада, дээрэнь зэд (урданай гурба гү, али таба) мүнгэ табядад, няалтаар няахада, hайн байдаг.

44. Шанаан сагаан барайгарай (рисэй) үдхэн шүлөөр шэшэнгир болоулдаг.

45. Айраг, тараг уулгажа, үхибүүнэй хоргоонондоо хаталгые эмшэлдэг.

46. Хүлэй шүрбэхэнэй татахадань, тэрэ хүлөө хүдэлгэнгүй (гарайнгаа хүрөөгүй ha), нүгөөдэ хүлэйнгөө улаар аргааханаар таталдагша газар эльбэгты.

47. Саһаар үрэжэ, хүлдэхэн хасараа, хүйтэн уhan соо хэжэ, хүлдэхэн хүл гарса дулаасулагты.

48. Хүлэйнгөө һүеын хатуу дарабал (шпоры), шанаahn хартаабхын хальhan соо хатуу дараahn һүеыгөө хэжэ, үгы гэбэл, бухын һүлдэхэн шэнгээхэн жэн табижа аргалагты.

49. Шэлэ хүзүүнэй болон далын хуянтахадань, хүндэ тэрэнээ нюхуулагты, үгы гэбэл, хуянгай зөөлэлтэр тохигор modoор нюхан дарагты.

50. Нюдэндөө үbdэгэй гаражадань, хурьган сай үдхэнөөр эдеэшүүллээд, тэрээгээрээ нюдэндөө жэн табигты. Үгы гэбэл, үbdэгөө үbdэгтөө няагаад, аргааханаар дүмэн нюхахадаа: «Үbdэгни үbdэгтын эмшэлүү», – гэжэ хэлэхэх хэрэгтэй. Үгы гэбэл, үглөөгүүр үлэн шүлнээс гү, али хүлэрнэн сонхын шэлэй уha үbdэгтөө түрхигты.

51. Үхэр малай нахалтахадань, сэбэр набагшатай зүүнэй үзүүр галай дүлэн соо барика арюудхаад, мориной гү, али үхэрэй доодо зубхи соонь бии болонон бүлсэрүү мяхье тэрэ зүүгээр хадхажа, набагшаяа оруулаад, тэрэнээ татажа гаргамсаараа, бүлсэрүү мяхьень отолжо хаягты.

52. Эрэ түлгэнүүд суухаяа дүүрэхэдээ, ябажа, шээжэ шадахаяа болёод, байра дээрээ бэгзылдэн байшадаг. Тийхэдэнь тэрэ түлгые унагаажа, шээгьең узуурлаань түлхижэ гаргаад, шээгэйн үзүүртэ байhan жэжэхэн шулуу шэмхэн агадаг.

53. Таряанай поли дээрээ адхарhan обоохой орооho гү, али хуряагдаагүй таряа ехээр эдиhiэн хониной, үхэрэй гэдэхэн пэсхүгээд, ябажа шадахаяа болишодог. Тийхэдэнь хүниие гү, али мал таридал зүүнэй үзүүрье галай дүлэн соо барика арюудхаад, гүзээ руунь хадхажа, досохи хииен гаргагты.

54. Аршаан гэртээ залахадаа, томо бидон, хэдэн хайрсаг болон сүүмхээр дүүрэн хоонон шэлнүүд соо аршаан хэдэг гээшэ. Тийгэхын орондо аршаан соо байhan шулуунуудай дээрэхи улаан, хүрин болон сагаан хаг хюнаажа суглуулаад, гэртээ абаашажа, уудаг уhan соо байлгаад уугты. Курортдо ошонон хүнүүд графинай болон бусад шэл амhartын оёортог тунаан

улаан, хүрин үлэгдэлнүүдье хаядаг гээшэ. Тэрэ ton буруу. Ушар юуб гэхэдэ, хүнэй бэедэ эгээ хэрэгтэй эм дом эгээл тэрэ гээшэ.

55. Хүн нюдэнэйнгөө няагаahn тахадань гү, али улайржа үбшэлхэдэнь, хүхөөр (нарай үхибүүтэй) эхэнэрэй хүхэнhөө hу нюдэндөө haалгажа дуhaалгуулхада hайн.

56. Хирмасын шүлэ гү, али үхэр малай гэдэхэ дотор шанажа эдихэдэ hайн. Ушар юуб гэхэдэ, иарин болон бүдүүн гэдэхэнэй гү, али гүзээнэй залхаг элдэб ургамалнуудай эмтэй домтой юумэнүүдээ бүридэдэг юм.

57. Тарагай, айрагай, аарсын шара шүүhэ (найба) уухада, хото болон гэдэхэ дотороо үбдэдэг хүндэ hайн. Урдандаа найба уужа, ундаа харядаг, толгойнгоо болон элдэхэн арhanай үhэ nooho угаажа сэбэрлэдэг байгаа.

58. Үлбэр үбшэн хүндэ ямаанай, тэмээнэй, тэжээмэл хандагайн һүн болон хонин тараг ехэл hайн байдаг.

59. Хоолойгоо газаа тээhээ хабдадаг гэхэ гү, али булшархайн хабдахадань, голой шийгтэй эрье дээгүүр ургадаг таба налаа болон тангалай үбнэндэ адли аад, набшанаануудын газар дээрэ хэбтэжэ ургадаг гэдэгэннын (улаан хорхойн байдаг) хара шорой үхибүүнэй шээhэнтэй зуураад, жэн табижа, хабдараа болюулдаг.

60. Долоогонын, гүжөөлжэргэнүүн (зэдэгэнүүн), нохойн хоншиорой жэмэс бусалhан uhan соо эдеэшүүллээд уухада, бээ тамирта болон шуhанай дарасые доошонь оруулганда hайн.

61. Дабналжа дараahn гү, али шэнэ хапуусын дэльбэ набшанаар хүлэй болон ехэ хабдарье татуулан үгы болгодог. Дабналhан хапуусын шүүhэн хоргоонондоо хаталгье, мүн бусад гэдэхэ доторой үбшэнүүдье эмшэлэн аргалдаг.

62. Эдиhiэн хоолоо буйлуулхын тула эгээн түрүүн огородой эдеэнэй (морхоб, хапууса, свекло, редискэ гэхэ мэтээр) салат (шансай) эдеэд, удаань мяханай зүйлнүүдээр хэhэн эдеэ хоол эдигты. Урдандаа буряадууд шүлэ угаад гү, али бүхэлеэр мяха эдеэд, һүүлдэнь айраг, шанаahn аарса уудаг байгаа. Айраг болон шанаahn аарсан хото соохи эдеэ хоол буйлуулдаг гээшэ. Гэбэшье, досоогоо хийтэй хүн ехээр огородой эдеэ хоол эдижэ болохогүй. Ушар юуб гэхэдэ, уруу hуулгахаа hanahn юм шэнги

досоотнай мушкан түглыхэ. Хэрбээс һэхэрүүлээ гү, али хий гаргаа haa хайн. Хэрбээс хийн гараагүй haa, зобоох.

63. Хэршэн нонгинын гашуун үнэрхөө нюдэнхөөтнай нулимсын гарабал, хайн. Ушар юуб гэхэдэ, нулимса гараж, нюдьстнай угаахадаа, нюдэнэй элдэб үвшэнүүднээ уридшалан эмшэлбэ гээшэ.

64. Хүйтэ abажа хадхаляатабал, 200 г гү, али 500 г шэл баанха нюргандаа табиулагты. Тийхэдээ багахан воронко саархаар хээд, шумбэгэр талаанаань бариж, дэлбэгэр амнаартай таладань гал носоогоод, тэрэнээ шэл баанха соо хэмсээрээ, үвшэнхэн хүнэй нюрганда табигты. Шадамар бэрхэ хүн табиан баанха абангүйгөөр (массаж хэжэ), нюрган дээгүүрнь аалиханаар һолжоруулан ябуулдаг. Иигэжэ хабануудай хоорондохи болон дала мүрэй хуян тараадаг юм.

65. Агаар хамараараа ута гэгшээр һорожо, тэрэнээ досоогоо удаан бариж, гурба дахин таһалдуулан, алиханаар удаашаруулан амаараа гаргагты. Таһалдуулха бүхэндөө үлэгшэ агаараа досоогоо барид гэгты. Иигэжэ уушхаяа сэбэрлэдэг юм. Илангаяа иимэ упражнени гол мүрэнэй эрьеэдэ, хүвшэ ой соо гү, али хээрэ талада (сэбэр агаарта) хэхэдэ бэе тамирта ехэл хайн байдаг юм.

66. Архи уугаад манглабал, өөрынгөө үлэн шээхэ уугты. Зарим арадууд шээхээрээ нюураа угаажа, шэг шарайгаа залуу болгодог юм. Газарта шээнгүй, харин тэрэнээ ходол уужа байхада, хүн бүхэндэ хайн байдаг гээшэ. Үвшэн үлбэр бээтэй хүнүүд шээхээе уу уухаар хайжардаг юм. Хэрбээс үвшэн хүн шээхээе ууха гэблэ, аяга гү, али шэл баанха соо шээгээд, тэрэнээ 10-15 минута байлгаад уухадаа, баанхын оёортон тунанан юумэ уужа болохогүй. Хүнэй үвшэн байхадань, тэрэнэй шээхэн ямар байгааб, хайжархадань ямар болооб гэжэ жэшэмээр ондоо болодог юм.

Зарим арадууд шээхээрээ нюураа угаажа, шэг шарайгаа залуу болгодог юм. Газарта шээнгүй, харин тэрэнээ ходол уужа байхада, хүн бүхэндэ хайн байдаг гээшэ. Үвшэн үлбэр бээтэй хүнүүд шээхээе уу уухаар хайжардаг юм. Хэрбээс үвшэн хүн шээхээе ууха гэблэ, аяга гү, али шэл баанха соо шээгээд, тэрэнээ 10-15 минута байлгаад уухадаа, баанхын оёортон тунанан юумэ уужа болохогүй. Хүнэй үвшэн байхадань, тэрэнэй шээхэн ямар байгааб, хайжархадань ямар болооб гэжэ жэшэмээр ондоо болодог юм.

III. ҮХИБҮҮДЭЙ АБАРИ ЗАНГААР СААШАНХИ ХУБИ ЗАЯАЕНЬ МЭДЭЛГЭ

1. Гуталаа буруу үмдэдэг байбал, томо болоходоо, үхин haa – оло дахин хадамда гараха, хүбүүн haa – оло дахин намга абаха.

2. Үхибүүдтэй бэлэгээрээ (конфетэ, саахар, амталуур гэхэ мэтэ юумээс) хубаалдаггүй үхибүүн харуушаг хүн болохо. Харуу хүн зөөри бариха, хатуу хүн засаг бариха гэжэ урданай сэсэн үгэ бии юм.

3. Үхибүүдтэй бэлэгээ бултынэ тараагаад, өөртөө юушье үлээдэггүй үхибүүн томо болоходоо, олон нүхэдтэй болон танилтай, тэдэнэртэй түнхалхал гэжэ ябадаг хүн болодог.

4. Халтад гэхэдэ бархирдаг, уйладаг үхибүүн томо болоходоо, эльгэ нимгэн гэхэ гү, али хүн зоние, түрэлхидөө, гэртэхинээ хайрладаг хүн болохо.

5. Бэлэг абаан саахар шабгаяа нүхэдтөө худалдадаг гү, али нэгэ юумээр андалдажа абадаг үхибүүн томо болоходоо, өөрөө баяжаха гэжэ аралжаа наймаа хэдэг, хүниие болон хажуудахияа яажа шадахаб, мэхэлхэб гэжэ сэдьхэдэг, наананаа гү, али бодожо ябананаа бэлүүлхые оролдодог хүн болодог.

6. Ехэшүүлэй болон багашуулай хоб-жэб хөөрэлдэхье шагнаад, тэрэнээ эхэ эсэгэдээ хөөрэдэг үхибүүн томо болоходоо, хоб-жэбтэ дуратай, өөрөөшье хоб-жэб тараадаг хүн болодог.

7. Нааданхайнуудаа суглуулжа, хадагалдаггүй үхибүүн томо болоходоо, зөөри бариж шадахагүй, налан хүн болодог. Мүнгэтэйшье болоо haa, тэрэнээ зөөри болгожо шадахагүй.

8. Гэртээ болон газаа үхибүүдые суглуулаад, үгөө дуулгуулжа, наадаа эмхидхэдэг үхибүүн томо болоходоо, али нэгэ ажал хүдэлмэриин гү, али үйлдэбэриин дарга ноён гү, али багша болодог.

9. Үхибүүдтэй наадажа байхадаа, бирагүйхэн юумэнхээ сухалдаад, эрхээд, гэртээ ерэдэг үхибүүн томо болоходоо, нэгэ ажалда удаан хүдэлдэггүй, хүнүүдтэй үгээс ойлголсодоггүй, тогтууригүйшэг хүн болодог.

10. Эн тэрэ юумэ гэртэхинхээ болон хүршэнэрхөө нурангүй абаад, тэрэнээ ноохой гү, али далда газарта нюужа хадагалдаг

үхибүүн томо болоходоо, **хулгайша гү али хамаг бүхы юумээс нюусаар хэдэг хүн болодог.**

11. Шэнэ нааданхай абхуулаад, тэрээгээрээ нэгэ-хоёр үдэр наадахадаа һонёо бууража, үшвэе ондоо нааданхай абхуулдаг үхибүүн томо болоходоо, түрүүшээр гоёшоогоод, хубсаана хунаар болон элдэб **хэрэгтэ хэрэггүй юумэ агадаг, суглуулдаг хүн болодог.**

12. Нааданхайгаа гамнажа, сэбэрлэжэ наададаг, хубсаанайнгаа шорой шохойе алгаараа эльбэжэ сэбэрлэдэг үхибүүн томо болоходоо, **хамаг юумээс гамнадаг, сэбэрлэдэг, нарин нягта хүн болодог.**

13. Нааданхайгаа эбдэжэ наададаг үхибүүн томо болоходоо, яагаашье үгы юумээс задалдаг, досохи и юумэнүүдьең һонирхожо харадаг **һонюуша хүн болодог.**

14. Хэлэндэ ороходоо, өөрынгөө болон хүршэнэрэйнгөө бүхы үхэр малнуудые зүхөөрнь хэлэдэг үхибүүн томо болоходоо, **малша хүн болохо.**

15. Хоёртойдоо гү, али гурбатайдаа хэлэндэ орохон үхибүүн томо болоходоо, **сэсэн ухаатай хүн болохо.**

16. Ехэшүүлые мэндэшэлдэг, тэдэнэй урда хойнонь орожно туналхые оролдодог, өөрхөө багашуулда дээрэлхэдэг үхибүүн томо болоходоо, **хоёр нюуртай гэхэ гү, али ноёд һайдта һаймнаардаг, юрын хүнүүдгээ дээрэлхэдэг хүн болодог.**

17. Үенхөө (нэгэ жэлтэй болоогүй) хүрөөгүй аад, түргөөр ябадаг болохон үхибүүн томо болоходоо, **шуран шударгы ба холын газарнуудые үзэхэ, гэрхээ холо газарта ажаллаха хүн болохо.**

18. Үенхөө үни үнгэрөөд (2-3-тайдаа), хүлдэ орохон үхибүүн томо болоходоо, даруу **номгон зантай, гэр болон нютаг тойронгоо ажанууха.**

19. Үенхөө нураггүй урда хэлэндэ орохон үхибүүн томо болоходоо, шуран шударгы, улаан хэлэн байнаал гэжэ **хүниие зүршэн дуугардаг хүн болохо.**

20. Хоёртой, гурбатайдаа хэлэндэ орохон үхибүүн томо болоходоо, даруу **номгон зантай, хамаг юумэ түрүүн бодожо, шүүжэ үзөөд, һүүлдэнь дуугардаг хүн болохо.**

21. Ехэнхидэ үхибүүд ямар жэлдэ түрөө һэм, тэрэжэлэйнгээ амитанай абари зан агадаг юм.

IV. ЭДЕЭ ХООЛОО ХЭХЭ, ХАДАГАЛХА АРГАНУУД

1. Гашалдан һү гү, али тараг (кефир) 2-3 долоон хоногто дулаан газарта байлгахада, айраг болодог. Тэрээгээрээ аарса шанажа уухада болоно.

2. Хэрбээ шудхаан шуна болон эреэлжэ шанаха гээд, нарин гэдэхэгүйдөө haa, 500 г шэл амнарта соо жэжэхэнээр хэршэн өөхэ, мангир болон шуна хэжэ, дабналан худхаад, тэрэнэ хууха хабхаглахаар хабхаглаха, шүбгөөр дээрэн хэдэн нүхэ гаргаад, ондоо амнарта соо хүйтэн үнэ хэжэ, тэрэ үнан соо баанхатай шунааяа гү, али эреэлжээс нуулгаад, болоторь шанагты.

3. Талхан болотор уур соо нюдэжэ бутарганаан мойно, тибнэ, хилээмэ бусалгахада, **амтатай үрмэн болодог.**

4. Эльгэ, бүлин шуна, өөхэ болон һонгино хоёр хутагаар татажа, тэдэнээ нарин гэдэхэн соо хээд шанахада, **эрээлжэ болодог юм.**

5. Уураг тархи, өөхэ болон һонгино хутагаар татажа, тэрэнээ нарин гэдэхэн соо хээд шанахада, **эрээлжэ болодог юм.**

6. Талхан болотор нюдэхэн мойно зөөхэй соо худхаада, **амтатай эдеэн болодог юм.**

7. Нарииханаар хониной уушха, гүзээ, ташаргай болон үрсын мяха зүхөөд, тэдэнээ нарин гэдэхэнэр орёогоод шанахада, **ормог болодог гээшэ.**

8. Багаханаар һү хэхэн шунаан соо өөхэ, һонгино хэжэ, тэдэнээ дабнаалаад, хониной хото соо шудхаад, амнарыене нарин модоор тэртэдэжэ (сүмэлэн хадхажа, амнарыен хумин агашаажа), тэрэ модоёо һэмжээр болон нарин гэдэхэнэр орёогоод шанахада, **хототой шунаан болодог юм.**

9. Хухалангуйгөөр, мяхатайн абанан хониной хабна дабнаалаад, гоогол (чеснок) мангир хэлсэжэ, тэрэнэ хошхоног руу түлхижэ оруулаад, хоёр тээхээнь бүхөөр уяд, шанагты.

10. Татахан мяха хэршэн һонгинотой худхажа дабнаалаад, хошхоног руу түлхижэ оруулаад, хоёр үзүүрийн нэгэдхээд гү, али ами аминдань бүхөөр уяд шанахада, **амтатай эдеэн болодог.**

11. Шанаан сагаан барайгар (рис) дабналаад, һонгино болон багаханаар халуун үбнэ (перец) худхаад, өөхэтэй хошхоног соо хэжэ шанагты.

12. Нээрэй бүхэй байхын (бэлээр хухархагүйн) тула дутуу шанажа (буурабшалулаад), мяхынен шулагты.

13. Нарин гэдэхэ, уушха, ташаргай (өөхэтэй нарин гэдэхэ зүнхэжэ, досохи шабааныен арилгаад), үрсын мяха, гархинсаг зүнхөөд, тэдэнээ гүзээгээр орёогоод хүргэхэдэ, **хирмаса** болодог.

14. Бууза болон бансаа эдеэгүй, хээгүй хүн үсөөн байха. Гэбэшье буузын тэхэрхэ, хахархагүйн тула талха (гурил) зуурахадаа, тэрээн соогоо ехэшэгээр дабна болон үндэгэ, шүүнхэтэй (шүлэйтэй) байхын тула унаа татаан мянгандаа хэгты.

15. Урдандаа буряадууд шара тохонойнгоо хуршахагүйн тула шара тохноо үхэрэй сууха соо гү, али бүдүүн гэдэхэн соо хэжэ хадагалдаг байгаа.

16. Урдандаа буряадууд орой намар үүсээс гаргахадаа, нари хэдэг байгаа. Тэрэ нари соо хошхоног, зүрхэн, эльгэн болон хабнан гэхэ мэтэ мянганууд ордог юм. Үйнэн торхо гү, али модон боошко соо хэхэн мянгануудайнгаа хагшахагүйн тула (агаар болон һалхинай орохогүйн тула) хабхагынен болон забнаруудынен үхэрэй нойтон шабаанаар нүхэгүй болотор шабагша бэлэй. Мүн үүсынгээ мянганда унаа сасажа мульхэтүүлдэг, саанан доро буладаг байнаан юм.

17. Саг сагтаа хүхэдөө дээрэ гэжэ үгэ бии гээшэ. Харин мүнөө үүсээс гаргахадаа, илангаяа адуунанай мяха яланханань шулажа абаад, тэдэнээ цэллофан мэшээгхэнүүд соо хэжэ, амнарынен бүхөөр уяд, газаашье, холодильник соошие хадагалдаг болонхой юм. Иигэжэ хадагалнаан хүсөөг мянганууд ерэх намар болотор шэнэ зандаа байдаг юм.

18. Зарим айлнууд намар гахайгаа үүсэлхэдээ, мяхынен арнатайнь орхидог болонхой. **Ушар юуб** гэхэдэ, **һалхинда** хэдышье үлээлгээ **хаа**, **арнатаяа** байнаан мяхан хагшадаггүй юм. Тиймэхээ үбэлдөө хэрэгтэйгээ һүхөөр таараа сабшаад, хабшуураар татажа, арнынен бэлэхэнээр хууладаг юм.

19. Холын харгыда абаад ябахада, хальхатайнь шанаан хартаабха, дабнаан гахайн өөхэн, шанаан адуунай мяхан хайн.

20. Хэрбээ холодильник үгы байбал, халуун зун мяхаяа үжөөхэгээ гээгүй **хаа**, мяхаяа хэршээд, шүүнхэн соонь шанажа, тэрэнээ хооюн баанханууд соо хээд, дээрэхээнь өөхэнэй тохон хэжэ хадагалагты.

21. Мянханингаа үтэжэ, үжэхэгүйн тула тэрэнээ борсо болгожо нарииханаар зүнхөөд, дабнатаай унан соо халта байлгаад, тэрээндээ талха (гурил) үбэнүүлээд, һүүдэртэ үлгэгты.

22. Халуун зун мяха нэгэ-хоёр хоногий газартад абаашаха гэбэл, тэрэ мяхаяа үхэр халаахайгаар орёогты.

23. Шэнийисын орооюу хууража, тэрэнээ уур соо нюдөөд, багахан шара тохон соо үшвээ дахин халта хууража, **замбаа** хэгты. Холын харгыда ябахадаа, хара сай соо тэрэнхээ хэжэ худхаад уугты, үгы гэбэл улхан гү, али аяга соогоо ехэшэгээр хээд, дээрэхээнь бусалнаан халуун унаа хэжэ хааша болгод болихэдэ, ехэл үлтэй эдээн болохо.

24. Хатааны мангир борсо хоёрые уур соо нюдэжэ талхан болгод, тэрэнхээ 3-4 халбага талха хахад литр унан соо хэжэ, 10-15 минутын туршада бусалгаад уухада, амтатай шүлэн болодог.

V. ЗҮН БОЛОН ЗҮҮДЭНЭЙ ТАЙЛБАРИНУУД

1. Баруун шэхэн ханхинахадаа, баруун нюдэн дороо татахадаа, *hайн* – баяртай мэдээсэл дуулаха.
2. Зүүн шэхэн ханхинахадаа, зүүн нюдэн дороо татахадаа, муу – муу мэдээсэл дуулаха. «Үм пад сууха» гэжэ тарни уншагты.
3. Зүүн альган зохолходоо, мүнгэ алтанай болон бусадшье гарзада орохо.
4. Баруун альган зохолходоо, зол жаргал, аза талаан тудаха, танилтаяа гү, нүхэртээ гү, али холын түрэлхидтээс уулзаха.
5. Баруун хүлэй ула зохолходоо, тон *наяд* холын аян замда гарака.
6. Зүүн хүлэй ула зохолходоо, ошохо гэхэн гү, али ошожо ябаан аян замын урагшагүйдэхэ.
7. Гэрхээ нохой болон миисгэй арилаа *haa*, муу байдаг. **Ушар юуб гэхэдэ, гэрэй эзэдэй хэн нэгэндэ аюул тодхор болохонь гэжэ ойлгуулдаг. Тиймэнээ заал хүүлэх хэрэгтэй.**
8. Улэгшэн нохойн гү, али миисгэйн гэртэтнай эрьелдээ *наань*, бү үлдэгты. **Ушар юуб гэхэдэ, тэрэ гэрэй эзэндэ *hай наажа* ерээ.**
9. Боро гүрөөхэн, буга болон хандагайн хадаанаа буужа танайда ерэбэль, миинтэ мяхан өөрөө ерэбэ гээд, бү алагты. Харин тэрээндэ туналагты. **Ушар юуб гэхэдэ, ан арьяатаннаа тэргээжэ гү, али *hай наажа* ерээ гээшэ.**
10. Урхөөр, сонхоор гулабхаяа (хараасгайхаа бэшэ) бусад шубуудай гэртэтнай оробол, осол тодхор дүтэлөө гэхэн тэмдэг үгэдэг. **Ушар юуб гэхэдэ, түргэн заал хүүлэгты.**
11. Хамарай үзүүрэй зохолходонь, айлшан ерэжэ, архи уулган гү, али гэр бүлэ соонь хэрүүл хэрэлдээн болохо.
12. Хорто шарын гү, али зүгын гэрэйтнай хушалтын нарабша доро, мүн балкон дээрэ үүрээ (гэрээ) барибалнь, тэрэ айлда ехэл *hайн* байха.
13. Уяанда байхан хазаар морин заадахадаа: «Эндэ удаашаржа байнабди, нютагаа, гэртээ бусаябди», – гэжэ эзэндээ хэлэнэ.

14. Хайшаа хараад, миисгэй нюураа угаанаб, тэрэ зүгнхөө танайда айлшан ерэхэ.
15. Бөөхэ хаража зүүдэлбэл, алта мүнгэтэй болохот, угы гэбэл гэр бүлэдэтнай нэмэлтэ бии болохо.
16. Шэнэ гэр барибал – үбшэлхэт.
17. Шэнэ гоё хубсаа үмдэбэл – үхэлэй үүдэн нээгдээ. Түргэн заал хүүлэгты.
18. Шүдэн унабал – муу зүүдэн. Үбшэлхэ дүтэлөөт, угы гэбэл үхэлэй үүдэн нээгдээ. Түргэн заал хүүлэгты.
19. Ордон байшан харабал – ноёд *hайдтай* уулзахат.
20. Бугааг харабал, олобол – хадамда гаракат, намга абахат.
21. Хашархан мүнгэ олобол – олзо олохот.
22. Алта, мүнгэ олобол – үхибүүдтэй (аша, зээнэртэй) болохот.
23. Гутал харабал – холын харгыда гарацат.
24. Нохойдо зуулгабал – үбшэн хурэхэ.
25. Аргамжа олобол – хэрэг бүтэсэгүй байха.
26. Улаан бургаана харабал – ажалдаа амжалта туйлахат.
27. Шонотой уулзабал – дайсантаяа гү, али хардадаг хүнтээс уулзахат.
28. Хирээ харабал – уйдхар гунигта абтагат.
29. Аса, тармуур харабал – ажалдаа дийлдэхэт.
30. Ургэн сэхэ харгы – амжалта; муу харгы – үгырэлгэ.
31. Луу харабал – гэнтэ баяжалга, шүүбэри.
32. Утаан – аюул тодхор гү, али хэжэг хүрэлгэ.
33. Жэргэмэл харалга – ажалдаа амжалта туйлалга, хаартын болон лотерейн шүүбэри.
34. Намга абалга – дурлаан эхэнэртээ урбалга; намгагүй хүн эхэнэртэ голуулха.
35. Сохо харалга – үри шэрэдэ оролго.
36. Тохориун – гэр бүлэдэ нэмэлтэ хүн бии бололго.
37. Сай шаналга – айлшан ерэхэ.
38. Наранай оролго – хүби заяандатнай ехэ жаргалтай хубилалта болохо.
39. Тамхи таталга – хэрэгтнай амжалтатай *hайн* байха.

40. Архи уулга – найр наадан, хэжэг хүрэлгэ.
41. Одо мүшэд – хайн мэдээсэл дуулалга.
42. Газарай хүдэлөөн – ондоо орон нютаг руу зөөлгэ.
43. Үнэгэн – хүндэ мэхэлүүлгэ.
44. Гэрэл – мэхэшэ муу нүхэртээз уулзалга.
45. Эбэртэй буха – гэмэлтэлгэ.
46. Тэбэнэ болон зүүн – нүхэрэйнгөө муу һанаатайе ойлголго.
47. Бойпуур (кадило) – нүхэрэйнгөө үхээн тухай мэдээсэл дуулалга.
48. Хүбэриг хилээмэн – ажалдаа амжалта туйлалга.
49. Хутага, һүхэ ололго – хүбүүтэй бололго.
50. Үхээриин (булашын) газар – ута наха наһалалга.
51. Үхэл – ута наха наһалалга.
52. Таяг, тулгуур – бэрхэшээлтэй холын харги.
53. Минсгэй гү, али гүлгэдүйн – үнэн сэхэ гэжэ һанадаг хэдьдэшье мэхэлжэ болохо нүхэртээз уулзалга.
54. Хоонон сүүмхэ – үгырэл; мүнгэтэй сүүмхэ – баяжалга.
55. Хүхы – гэр бүлүн гү, али дүтын түрэл хулгайшантай уулзалга.
56. Саахар шабга – айлшанай ерэлгэ.
57. Морин – амжалта гү, али илалта туйлалга.
58. Тарган үнеэн – баяжалга; туранхай үнеэн – үгырэлгэ.
59. Носоогоотой дэн (зула) – ажалдаа амжалта туйлалга; бүхээн дэн – үгырэлгэ, муу тулюур байдалда оролго.
60. Загаһа хахуулидалга – һанаан хэрэгын бүтэхэгүй.
61. Халбага – хотоёо үбдэлгэ.
62. Гэшхүүрээр дээшээ гаралга – амжалта; гэшхүүрээр доошоо буулга – амжлтагүй.
63. Пара – хэн нэгэндэ дурлалга, инаглалга.
64. Баха – гэнтэ олдонон гэхэ гү, али хулгайн юумэн.
65. Орден, медаль – хуурмаг алдар, нэрээз бузарлалга.
66. Сахилгаан – гэнтэ баярлалга.
67. Өөрын бэри – аюул тодхор; хүнэй бэри – уйдхар гашуудал.
68. Үүлэн – ажалдаа дарагдалга.

69. Хонин – хэнэн хэрэг амжалтатайгаар бүтэхэ.
70. Гал – һанаан юумэнтнай бүтэхэгүй.
71. Эрдэни зэндэмэн – хуби заяандаш хубилалта болох.
72. Далай – алдар соло ба баяжалга.
73. Мориной таха – ехэ олзо ололго, бүхы юумэндэ амжалта туйлалга.
74. Түймэр – хүйтэ абалга, үвшэлэлгэ.
75. Полонго – дэмыдэ айлалга.
76. Баярлал – гуниглал, уйдхар үзэлгэ.
77. Хабан – гэр бүлэдэ нэмэлтэ хүн бии бололго.
78. Буу болон һурша номон – хэрэлдээн, арсалдаан, аюул тодхор.
79. Горхон – баяртай мэдээсэл дуулалга.
80. Шарга – хүхилгэ, сэнгэлгэ.
81. Заан – гэр байра худалдажа абалга.
82. Табаг – ходол ерэдэг айлшан ерэхэ.
83. Малгай – холын харгыда гаралга.
84. Дэгэл – баялиг ба амжалта туйлалга.
85. Мяха эдижэ зүүдэлбэл – хэжэг үвшэн хүрэхэ.

VI. УРИДШАЛАН УЛАРИЛ МЭДЭЛГЭ

1. Хэрбээс урда зүгтэй үеийн эхийн болох.
2. Хараасгай болон гулабхаанууд үүрэглэжээ дээгүүр нийдэбэл, бороо хура орох.
3. Баруун хойто зүгтэй үүлэн харбажа гарабал, бороо гү, али саан орох.
4. Наран арюунда оробол, углөөдэр сэлмэг үдэр болох.
5. Наран бүрхэгтэй оробол, углөөдэр бороотой гү, али бүрхэг үдэр болох.
6. Углөөгүүр наран хүреэтэбэл (задарбал), хүйтэржэ, бороо гү, али саан орох.
7. Углөөгүүр шүүдэргүй гү, али манатай байбал, сэлмэг үдэр болох.
8. Манан гол уруудан ошобол, ута унжагай бороо орох.
9. Манан гол үгсэжэ, хүнды өөдэ ошобол, тэнгэри сэлмэх.
10. Полонго гол уруудан татабал, үнөөржэ, бороотой үдэрнийд эхилхэ.
11. Баха болон мөгийнуудай голноо холодожо, хада гү, али гүбээ дээрэ гарабал, үер болох.
12. Хүхинүүдэй донгodoхоёо болижо, дужаганалдаа haan, хур бороо орох.
13. Ухэр мал мөөрэлдэхэ, нохойн хусаха, поездын хуугайлха холоноо дуулдаа haan, хүйтэржэ, саан гү, али бороо орох.
14. Гахайн modo, шулгуу зуугаад, тэдэнээ бамбаахайдаа абаашабал, хагсүү хүйтэн болох.
15. Хирээнүүдэй хаагалдабал, хагсүү haalхин болох.
16. Хулгананууд болон охотнууд үбнэ (үбэлдөө эдихэ набша намаагаа) суглуулжа, үндэрөөр обоолон хатаабал, хүйтэн үбэл, бороотой намар болох.
17. Бахануудай бүхэли үүниндөө бархиралдабал, бороо оржо, үнеэд үтэй болох.
18. Гэнтэ хулгананууд, алаг дааган болон газар доро байрладаг амитад нүхэндээ гаража, иишэ тишишээ гүйлдэбэл, газар хүдэлхэ.

19. Хабартаа боро жэргэмэлнүүдэй нютагаа бусабал, бороотой зүн, сагаан жэргэмэлнүүдэй нютагаа бусаа haan, ган гасуур болох.
20. Шэнэ haaryn үзүүрын нарин байбал, тэрэ hara соо хүйтэн, хэрбээ үзүүрын бүдүүн байбал, тэрэ hara соо дулаан байха.
21. Одо мүшэдэй тохёолдоходо, заабол хүйтэрхэ, haalхи шуурган болох.
22. Шоргоолжонуудай бутаяа шобхойлгон оройлбол, бороотой зүн болох.
23. Бимба гарагай (субботын) үдэр бороо гү, али haalхи шуургатай саан оробол, нэгэ долоон хоног соо үргэлжэлхэ.
24. Наранай ороходонь, тэнгэриин баруун хойто хаяа улайрбал, углөөдэрын дулаан үдэр болох.
25. Дулаан байхадань, пеэшэндэ гү, али дулаан газарта миисгэйн хэйтээ haan, хүйтэрхэ.
26. Пеэшэн соо носож байhan шэнэхэн түлээнэй аяятайгаар тас-нияс гэбэлнэ, хүйтэрхэ.
27. Пеэшэн дээрэхээ горшоог абахада, хөөтэй оёортонь жэжэ улаахан согуудай байбал, хүйтэрхэ.
28. Трамвайн элюур шударуулай шаршаганажа, утаандань зайн галай хүхэ саганаар сахилзабал, хүйтэрхэ.
29. Дулаан байхада, үхибүүдэй дулаан хубсааа үмдөө haan, газаа хүйтэрхэ.
30. Намартаа галуунуудай доогуур ниидэжэ, дулаан ороноо бусаа haan, ута ба дулаан намар болох.
31. Тэрэнги болон ургын хоёрдохиёо сэсэглээ haan, ута ба дулаан намар болох.
32. Намартаа набшаанай шарлаад унаха үедэ хунаанай, бургаанаанай болон улянгирай шара ногоон набшаадай шэлбэ эшэдээ үлөө haan, дулаан үбэл болох.
33. Наранай орохын урда тээ борбилоонуудай наранда игаажа дуржаганалдаа haan, углөөдэрын дулаан үдэр болох.
34. Хэрмэнүүдэй үбэлдөө эдихэ harxяагуудаа олоор модоной шэлбэ болон мүшэрнүүдтэ хадхажа, хабшуулжа хатаагаа haan, хүйтэн үбэл болох.

35. Зумбараан, доргон болон бусад амитадай эртэ намар эшээндээ оробол, **хүйтэн үбэл болохо.**

36. Орой соорхой тэнгэри үхээ **бороотой байдаг**, хаяа соорхой тэнгэри **сэлмэдэг**.

37. Эртэ үглөөгүүр тугал болон буруунуудай һүүлээ үргөөд, гэдэгэнээрхэлдэн гүйлдэбэл, **үдэртөө халуу шатаха, ужаг халуун болохо.**

38. «Дуутай тэнгэри бороогүй, суутай басаган хадамгүй» гэжэ үгэ бии юм. Гэбэшье хүнэгөөр адхарhan мэтэ ехэ унатайгаар аадарлабал, **үер боложо магад.**

ГАРШАГ

Оролто үгэ	3
Буряад арадай ёho заншалнууд болон һургаал заабаринууд	4
Буряад эдеэ хоолнууд ба боро арганууд	16
Үхибүүдэй абари зангаар саашанхи хуби заяаень мэдэлгэ	23
Эдеэ хоолоо хэхэ, хадагалха арганууд	25
Зүн болон зүүдэнэй тайлбаринууд	28
Уридшалан уларил мэдэлгэ	32

Дорогие читатели! Уважаемые коллеги!
Благодарим вас за интерес к нашему изданию.

Мы стараемся, чтобы это издание было полезным для вас.

Благодарим вас за интерес к нашему изданию!

Мы стараемся, чтобы это издание было полезным для вас.

Мы стараемся, чтобы это издание было полезным для вас.

Полезные советы и народные приметы

Составитель Гарма-Доди

Дамбаевич Дамбаев

Издательство "Бурятское книжное издательство"

Компьютерная верстка: А. Смирнова

Компьютерная верстка: А. Смирнова

Сдано в набор 16.01.06 Подписано в печать 20.01.2006.

Формат 60x84 1/16. Гарнитура Times.

Усл.п.л. 2,25. Тираж 500 экз. Заказ №3

Бурятское книжное издательство,
670000, г. Улан-Удэ, ул. Ленина, 30