**Оздоровление с помощью конского волоса в культуре народов Саха**

Иванова К. Г.,

библиотекарь

Алексеева Е. Г.,

преподаватель ГБПОУ РС(Я)

«Якутский медицинский колледж»

Гордостью любого народа является его богатая культура. Гордость якутского народа- это лошадь. Разведение лошадей с давних времен было основным занятием якутов. Наши предки, забивая скот, использовали всю продукцию по назначению, ничего не выбрасывали: из выделанной шкуры лошади шили одежду, из шкуры конских ног шили торбаса, из конского волоса и гривы делали стельки для обуви. Лечебное свойства якутской лошади огромные. Например, конское мясо и жир обладают рядом лечебно- профилактических свойств. Введение конины в рацион людей, страдающих различными болезнями, способствуют оздоровлению. В V- IX веках якутские шаманы использовали кровь лошади для лечения головных болезней и опухолей. Жеребятина защищает от воздействия радиации.

В наше время распространенными является болезни суставов, причем болеют не только пожилые люди, но и молодые. Мы знаем, что если постоянно употреблять различные лекарства, их действие снижается. Принимая во внимание вышесказанное, можно сказать, что изучение и применение методов лечение и оздоровления наших предков в настоящее время является актуальным.

Известно, что белый конский волос у якутов имеет оберегающее значение. Им пользовались во время проведение якутских обрядов.

По рассказам пожилых людей конский волос и гривы перед использованием особо не чистили. Перед мытьем в воде со щелком (солох), основную грязь выдергивали на приспособление виде граблей. В наше время перед использованием конский волос и гриву обрабатывают. Сначала постриженный волос складывают в отдельные кучки по цвету и оттенку. Потом эти кучки моют в теплой воде с мылом, 4-5 раз опаласкивают холодной водой и сушат.

В старину женщины плели конский волос и гриву на коленях. Это был самый простой и результативный способ плетения. Есть различные способы плетения и ссучивания (хаты арааhа) конских волос и гривы:

1. Плетение из нескольких прядей.
2. Плетение комышового коврика
3. Изготовление сито.
4. Изготовление невода.
5. Изготовление махалки.
6. Ручное ткачества- гобелен.
7. Плетение макраме.

Два приема плетения веревки

Получение витой волосяной веревки:

-вымытый конский волос и гриву смешивают, отделяя несколько штук волос и разбрасывая в разных направлениях (тыытабыт);

- окончательно отделывают (нарылыыбыт) до получения направления волос в одну сторону;

-отделанный конский волос и гриву разделяют на тонкие пряди и плетут веревку.

Получение плетеной веревки из нескольких прядей:

-при плетении из нескольких прядей отбирают крепкие и длинные волосы;

- сначала выбирают количество прядей, потом разделяют на пряди и плетут как косу.

В настоящее время есть два способа плетения: на ручном плетельном станке на базе ручной точилки и на электрической плетельной машине.

Применяя эти приемы плетение веревок, можно изготовить разные приспособление для лечения и оздоровления. Например, мастера чаще применяю способ получения веревки из одной пряди. Из такой веревки можно вязать крючками спицами любое изделие: подстилки для обуви, массажеры, половики, жилеты.

Из рассказов пожилых людей мы узнали, что наши предки лечились конским волосом и гривой. Мы наблюдали воздействие этого метода лечения на себе, маме, бабушке и на других пожилых людях.

Оздоровление с помощью конского волоса и гривы применяют при различных болезнях. У мамы были постоянные головные боли, поэтому ей посоветовали приобрести тонкий ободок (бастына) для массажа височной части головы. Когда начинала болеть голова, мама надевала ободок. В течении года головные боли наступали примерно 5 раз реже.

Моя бабушка Анна из конского волоса и гривы сама изготавливает различные приспособления для оздоровления и применяет при болях в суставах, головной боли, повышение артериального давления, в результате постоянного применения этих изделий значительно сократились посещения врача.

У бабушки Евдокии хронический полиартрит, она многие годы применяла различные медикаменты- мази, растворы, таблетки. Но от постоянного применения этих лекарств снизилось их воздействие. Поэтому она обратилась к приспособлениям из конского волоса. Сплели веревки из волоса и связали массажеры, стельки для обуви, чулки для суставов ног.

В заключение следует отметить, что скотоводство играло очень большую роль в жизни наших предков. Лошадь служила не только пищей и одеждой, но и была прекрасным средством лечения от различных болезней. По нашему наблюдению, здоровье людей, которые лечились с помощью конского волоса, значительно улучшилось по сравнению с теми, кто применял сильнодействующие, дорогостоящие препараты. Хотелось бы, чтобы этот метод знали не только люди старшего поколения, но и молодежь.