

**ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ,
ПРОЕКТНЫХ И ТВОРЧЕСКИХ РАБОТ ОБУЧАЮЩИХСЯ
«ОБРЕТЁННОЕ ПОКОЛЕНИЕ»**

Направление: Культурология

Тема: Берёза - священное дерево в якутской культуре: современные практики

Соискатель: Руфов Эрэл ученик 10а класса
МОБУ Национальной гимназии «АйыыКыһата»

Научный руководитель: Ильина Кюннэй Анатольевна учитель географии
МОБУ Национальной гимназии «АйыыКыһата»

Научный консультант:
Попова Галина Семеновна -Санаайа к.п.н., профессор кафедры культурологии ИЯКН
СВ РФ СВФУ

Место выполнения работы: Республики Саха (Якутия) город Якутск

Введение

Актуальность.

Издревле наши предки знали, что природа может исцелить человека. Изучение чаги в лечебных целях является актуальной проблемой.

Цель:

Изучение сакрального значения, практической пользы и применения березы в повседневной культуре якутов.

Задачи:

- собрать и проанализировать информацию о березе;
- изучение сакрального значения березы у якутов
- изучение практического применения березы
- сбор и изготовление настоя, настойки, фиточая из березы и чаги.
- изготовление чороно и кытыйа из березы

Основная часть

1. Значение березы для якутов

В каждом аласе и иной местности имеется священное дерево, которое символизирует душу этих мест. Большая часть Якутии занята лесами, около 10% – тундра. Поклонение дереву на всей этой территории очень развито.

Береза – дерево, созданное природой для всего живого. Она – одно из украшений Матери-Земли, её драгоценная дочь. Береза притягивает к себе многих живых существ, в том числе людей испокон веков, поэтому и зовется в народе деревом, связанным с божественными силами Айыы. По якутскому поверию, в берёзе воплощается душа женщины, матери. Поэтому рубка берёзы до сих пор считается большим грехом. [1]

Наши предки сравнивали березу со священным деревом из олонхо Аал Луук мас, в котором воспитывается земная аура человека. Верховная Богиня/Дух местности Аан Алахчын хотун обитает в березе.

Так же береза – это дерево мая месяца, когда пробуждается северная природа. Таким образом, береза связана с женским началом.

Обожествление женского начала отражено во всех мифологиях народов мира. В них олицетворением мужской половины выступает небо, а женской – земля. От этой первой космогонической пары произошли боги. Помимо того, что женщины-божества принимали непосредственное участие в судьбах людей, выполняя роль небесных покровителей, являются также полновластной хозяйкой и властелином всей земли. Тут даже эпические герои подчиняются беспрекословно, обращаются к духу земли как к божественному культу, как к праматери родной земли.

Прообразом матери-земли в эпических памятниках выступает мировое дерево "Аал луук мас". "Главный ствол этого дерева насквозь прошел через нижние слои неба, достигнув последнего небосвода, где властвует Үрүн Аар Тойон со всем племенем айыы и богатством, загибается назад и возвращается в Средний мир. Главный корень дерева насквозь прорастает в землю и выходит в Нижний мир, но из-за дыма костров преисподней загибается назад. Выйдя обратно на землю, он источает влагу, из которой образуется незамерзающее беломолочное озеро" [Приложение 1.[2],[3]]. В этом дереве живет почитаемая всеми почтенная старуха-мать, персонифицированный образ вечно живой растительности. Об этой святой женщине, иногда и преклонного возраста сказители-олонхосуты рассказывают всегда взволнованно, чтобы образ ее в зримых, выразительных чертах остался в памяти народной.

В народном эпосе небесные девы или духи земли пассивно или активно принимают участие в единоборстве злых и добрых сил. Они представляют силы всех трех миров. Мифологические персонажи женской линии многочисленны. В основном, они действуют как небесные удаганки, а также как женщины-удаганки Нижнего мира. Однако они играют подчиненную роль, выполняют поручение Верховного старца, помогают богатырям в единоборстве с противником. Иногда в этих битвах играют решающую роль. Только Дух-хозяйка Земли чувствует себя полновластной божественной владычицей видимого и невидимого пространства. [4]

Священное дерево

Подношения. К священному дереву люди приносят подношения. Подарки разнообразны: разноцветные лоскутки ткани, монеты, еда и т.п. почитаемые продукты народной культуры.

Порядок обновления даров. Май – месяц очищения, поэтому совершается ритуал обновления даров священному дереву. Это значит, что старые подношения, испорченные или оставшиеся от

прежних даров, убираются. После этого увешивается салама. Деньги отдают в Дом Айыы. Из старых вещей оставляют только самые значимые.

Правила поведения возле священного дерева

- На священное дерево пальцем не указывают.
- Рядом со священным деревом не ругаются, не играют, не мусорят.
- Священное дерево не ломают, не портят, ухаживают, оберегают.
- Не загрязняют землю вокруг священного дерева, поддерживают чистоту. Для тех, кто проходит мимо, специально отводят место, куда можно бросать мусор.

Предостережение. Местонахождение собственного священного дерева не разглашают.

Обычно курящие в виде дара преподносят табак, пьющие подливают алкоголь – это у якутов появилось в поздние времена после перенятия традиций от других народов. Подношение алкоголя к священному дереву запрещается. Поднесение алкоголя к священному дереву считается угрозой благополучию земли.

Современный обряд увешивания салама

Что такое салама? Салама – это веревка из конского волоса белого и черного цветов, украшенная травой, лентами, берестяными фигурками скота – символ даров божествам, приносящим счастье и благополучие. Высшие божества (Айыылар) не ступают на землю, они касаются салама. Салама – это знак: «Не губи эту землю, почитай это дерево». Она не приносит вреда и зла, а является символом добрых намерений.

Значение. Обряд увешивания салама – это время, когда якут еще более приближается к природе, общается с ней. Салама призвана оберегать людей.

Цель. Салама призвана принести благополучие от божеств. Салама даёт знак новой жизни и энергии.

Как делают. На длинную веревку из конского волоса, иногда полотняную привязывают различные цветные лоскутки ткани и берестяные фигурки скота и лошади, иногда миниатюрные туяски.

Специальное движение при исполнении обряда. При обряде вешания саламы подходят и уходят не простыми шагами, а пританцовывая, так называемым «битийии», сопровождающим благословителя-алгысчита. [5]

Исполнение обряда Алгыс

Алгыс – это слова блага, желающие добра. Перед вешанием саламы произносят алгыс Аан дойду иччитэ.

Аан Алахчын эбэбит!

Бэттэх көрөн

Мичик гын.

Антах көрөн

Ымах гын.

Уйгуну олохтоо,

Быйаны төлкөлөө.

Нарын-наскыл,

Күөгэл-нусхал! [Приложение 2 [6]]

2. Описание березы.

Береза белая, или пушистая. Уруҥ хатыҥ, хатыҥ.

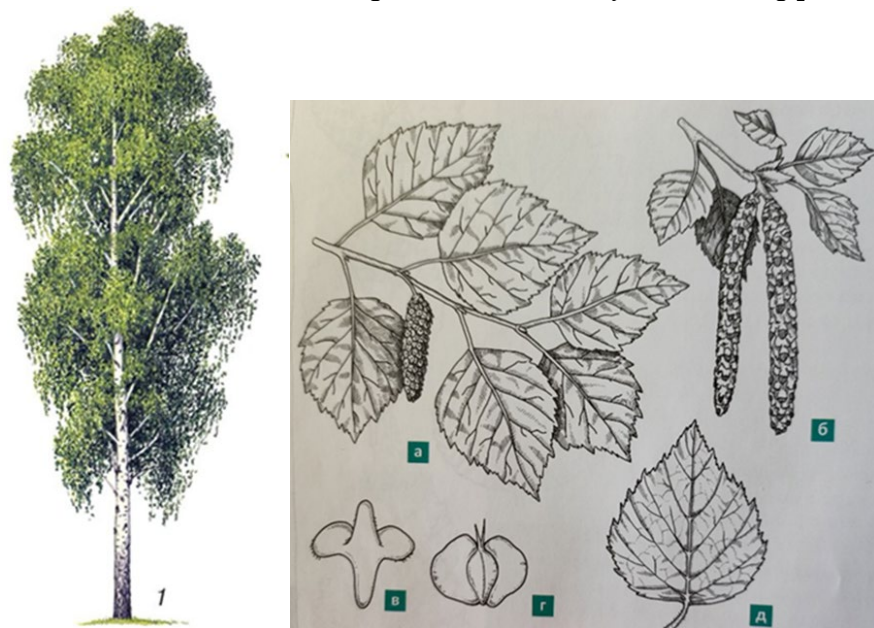


Рис.1.

1.Белая береза: а) часть ветки с листьями и пестичной (женской) серёжкой; б) верхушка ветви с тычиночными (мужскими) серёжками; в) кроющая чешуя пестичного цветка; г) плод – орешек с крыльями; д) отдельный лист с коротко-опушённым черешком

Дерево высотой до 20 м, листья длиной до 7 см, шириной до 6 см, цветки раздельнополые собраны в серёжки. Тычиночные (мужские) серёжки цилиндрические, длиной 5-6 см, с 2 тычинками. Пестичные (женские) серёжки цилиндрические, длиной 2-5 см, толщиной 7-10 мм, по 3(2) в пазухах трёхлопастных прицветных чешуй с оттопыренными округло-ромбическими боковыми лопастями. Плод – односемянный, сжатый с боков орешек, крылья орешка большей частью шире самого орешка. Листья осенью приобретают жёлтую, тёмно-жёлтую, оранжевую окраски.

Биология, экология и распространение

Цветёт в конце мая – начале июня до развёртывания листьев. Семена созревают в конце августа – сентябре и осыпаются с конца февраля следующего года. Размножается семенами, первое цветение с 6-7 лет. Произрастает в смешанных лесах, как примесь к хвойным породам, особенно по сыроватым долинным, прирусловым лесам, берегам озёр, на гарях и вырубках, окраинах аласов и болот. Образует чистые насаждения – чаран. Встречается в Колымском, Центрально-Якутском, Верхне-Ленском, Алданском флористических районах. На севере заходит дальше Берёзы повислой.

Ботаническое описание березы

Семейство: Березовые включает 6 родов и около 200 видов, распространённых преимущественно в умеренных областях Северного полушария. Во флоре России 6 родов и около 90 видов. Некоторые виды березы и ольхи доходят до тундры, при этом представлены карликовыми формами. В Якутии 2 рода, объединяющих 8 видов.

Род: Береза. Род Береза насчитывает в мировой флоре около 100 видов, в России около 65 видов, в Якутии 6 видов. В Якутии произрастают 2 рода, объединяющих 8 видов

- 1 род Ольха в Якутии 2 вида

- 2 род Береза в Якутии 6 видов: береза белая, береза повислая, береза кустарниковая, береза растопыренная, береза карликовая или тощая

Общие и отличительные признаки рода Береза

Во флоре Якутии род Береза представлен древовидными и кустарниковыми видами, которые образуют межвидовые гибриды. Гибриды могут обладать различными комбинациями признаков родительских видов. Листопадные деревья и кустарники с белой, тёмно-коричневой, серовато-бурой корой. Сердцевина побега на поперечном срезе неправильно треугольная. Почки сидячие, у основания слегка зеленоватые, с бальзамическим запахом, усиливающимся при растирании.

Многие виды берёз - пионеры заселения после вырубок, лесных пожаров и свободных пространств. Морозоустойчивые, светолюбивые, не требовательные к почвам. [7]

3. Применение березы

Человек использует практически все части растений. Древесина является хорошим топливом: берёзовые дрова считаются одними из лучших; древесина используется также в строительстве; береста – для берестяной посуды, различных сувениров, поделок. Широко используется в озеленении. Из древесины получают метиловый спирт, уксус, дёготь, краски для кожи, мехов и тканей, из листьев – эфирные масла, из сока берёзы – квас, уксус, вина и сиропы. Ветки и почки в зимнее время служат кормом лесным животным, из веток делают метлы и веники.

Листья берёзы (*Betulae folia*) и почки берёзы (*Betulae gemmae*) применяются внутрь в качестве мочегонного средства при отёках сердечного и почечного происхождения слабой и умеренной выраженности. Дёготь берёзовый – наружно при различных кожных заболеваниях. Чага (гриб берёзовый) в виде настоя – в качестве вспомогательного средства в комплексной терапии заболеваний желудочно-кишечного тракта.

Применение березы в народной медицине

Береза популярное растение в якутской народной медицине. Препараты из неё применяли: отвар из распускающихся почек - при язве желудка и других желудочных заболеваниях; отвар из почек с добавлением берёзового сока - при болезнях почек и мочевого пузыря; отвар из бересты - при малярии и маточном кровотечении; настой из листьев - при ревматизме и венерических заболеваниях; отвар из тоненькой плёнки, отстающей от бересты - при кашле. Растение применялось и в качестве наружного средства: настойкой листьев на 70% спирте промывали раны и делали втирание; тонкий слой бересты прикладывали для ускорения нарывания, а листья - при изъязвлениях, ссадинах, трещинах; мазь из золы сухих листьев на сливочном масле употреблялась при ожоге, дёготь - при чесотке; свежими листьями обкладывали больные места при ревматизме и радикулите. При ссадинах якуты прикладывали берёзовые листья; молодые листья в виде «берёзовой ванны» - при ревматизме, радикулите и др. [8]

Советы о применении березы в народной медицине Ирины Петровны Прокопьевой, жительницы села Бетюнг Вилюйского улуса, травницы, народной целительницы, по использованию берёзы.

Таблица 1. Советы травницы Ирины Петровны Прокопьевой [9]

Листья	Весна – самое целебное время для берёзы. Листья наиболее целительны, когда достигают размера рыбьего языка. Это бывает в начале июня. В другое время листья также можно собирать.
Почки	Собирают в любое время года. Но они наиболее целебны после оттаивания земли, когда набухают.
Кора (береста)	Во время сбора бересты снимают тонкий внешний слой. Если бересту прокипятить в чугунной посуде, получится чёрная смола, её называют «берёзовый дёготь», по-якутски будет "түөн" (тюен). Деготь используют как народную жвачку «ыас».
Берёзовый уголь	Чтобы получить уголь от березы, очистив очаг, кладут сухую берёзу и разжигают огонь. Выходит крепкий уголь, его собирают, остужают и толкут в мелкий порошок до состояния муки. Этот порошок смешивают со свежими сливками. Получившаяся смесь очищает организм. Для этого

	надо принимать один-два раза в неделю, при необходимости три раза. Берёзовый уголь называют «корвален».
Берёзовый сок	Примерно с 20 мая можно собирать берёзовый сок.
Чага (чэрии)	Якуты делают из чаги чай. В хорошем качестве чага хранится полгода, а если хранить в оптимальных условиях, то можно сохранить для использования до трёх лет.
Древесина	Из древесины берёзы делают различные предметы: ложки, чашки, ковши, рукоятки якутских ножей и топориче. Из бересты делают различную посуду.
Энергия берёзы	Если вы устали, чувствуете себя больным, нужно выйти в лес и подержаться за ветки берёзы в течение 20 минут или обнять дерево. Это придаст вам сил и очистит вас. Но сначала нужно подойти к осине, которая впитывает всё плохое. В течение 15 минут надо постоять у осины и отдать свою негативную энергию, и только затем подойти к берёзе.

Применение древесины берёзы у якутов.

1. Домашняя утварь - стол, берестяная столешница без ножек (сандалы), мас сандалы, стул, табуретка.

Стол – низкое, чем у русских, деревянное изделие с круглой или четырехугольной столешницей на высоких опорах, копытообразных ножках.

Берестяная столешница без ножек (сандалы) - полотно стола имеет круглую форму диаметром в один метр. Весь круг состоит из четырех отдельных частей, скрепленных тонкими волосяными веревками (шнурками) так, что его можно сложить в одну четвертую часть. Приставкой к берестяному кругу служат крестообразно скрепленные друг к другу деревянным стержнем, рейки квадратной формы.

Мас сандалы – низкий стол с круглой столешницей на четырех ножках, на нем ставили горячие чаны с мясом, чайники, поэтому они стояли возле шестка.

Стул, табуретка – изделие из дерева или тальника для сиденья со спинкой или без спинки. [10]

2. Посуда из берёзы - атыйах, сиэлинсэ, балхах, бэһиэйэх, кытах, көнкөлөй, кытыйа, кэлии, матаар, матаарчах, маарчах, маллаах иһит, сиксиир, сиидэ, уһаайах, удьаа, уһаат, хомуос, хамыйах, ымыйа, ытык, эт хоторор иһит, чороон (харыйа, балхах, бэлкэй, дьорохой, бырыдаах, үс атахтаах) и т.д.

Атыйах – берестяное или деревянное лукошко, предназначенное для воды или хранения, содержания рыбы.

Сиэлинсэ – сельница, корытце для муки, корытце для мяса.

Балхах – деревянная выдолбленная посуда, стакан, в роде деревянной кружки или стойки.

Бэһиэйэх – мутовка для размешивания кумыса.

Кытах – самая большая деревянная чаша, из которой есть вся семья, миска.

Көнкөлөй – пустой насквозь. Дыхательное горло хабарба. Деревянная втулка (труба), вставляемая в отверстие шейки (моой) кумысного меха (симиир) или квашни при приготовлении кумыса. Воронка кумысного меха.

Кытыйа - большая деревянная чаша, деревянная чаша средней величины, миска.

Кэлии – деревянная ступа, ступка из цельного бревна. **Матаар** – большой деревянный кубок с богатым узором, изготовленный из ствола молодой березы, предназначенный для питья кумыса.

Матаарчах – деревянный кубок средней величины, без ножек для хранения кумыса и других молочных продуктов.

Маарчах – род деревянной посуды с украшениями, в которой якуты держат кумыс и масло.

Маллаах иһит.

Мал иһитэ – ящичек для хранения мелких бытовых принадлежностей.

Малла иһит – берестяная коробка для хранения швейных принадлежностей.

Маллаах иһит – ящик с принадлежностями шитья.

Сиксиир. Сиидэ.

Сиксиир – сеять ситом.

Сиидэ – сито для просеживания пищи (свежего молока, брусничной каши).

Уһаайах – ковш, из березовой щетки, с узорчатой ручкой, для разливания кумыса.

Удьаа – большой деревянный ковш с длинной рукояткой для разливания кумыса, средний по величине между хомуос и хамыйах.

Уһаат – деревянная бочка.

Хомуос – ковш для черпания жидкости, имеющий длинную ручку и округлую форму.

Хамыйах – большая ложка для еды, обычно сделанное из березы.

Ымыйа – большой деревянный сосуд из гнутой березовой доски с сосновым дном, шитый лиственничным корнем бадья.

Ытык – посуда для битья масла.

Эт хоторор иһит – посуда для перекладывания еды из одной посуды в другую.

Чороон – деревянная цилиндрическая посуда для кумыса, разных размеров, на одной или трех ножках украшенная резьбой. **Чороон айах** – большой одноногий сосуд для кумыса, вырезанный из толстой березы и вмещающий от 8 до 31 л жидкости.

Виды чороон: харыйа чороон, балхах чороон, бэлкэй чороон, дьорохой чороон, бырыдаах чороон, ус атахтаах чороон. [11]

3. Конское убранство - дуга, седло, сани и т.д.

Дуга – приспособление для соединения оглобли с хомутом, обычно изогнутое и изготовленное из березы.

Седло – специальное приспособление, предназначенное для езды верхом.

4. Земледелие, сенокос - плуг/суха, вилы, грабли и т.д.

Суха - орудие для вспахивания земли. Суха сложена из двух лиственничных корневищ, связанных у основания толстыми тальниковыми прутьями.

Вилы для соломы - орудие для метания соломы из вороха. В дугообразную колодку вставлялись четыре зубца длиной 80 см, а пятый располагался посередине и являлся продолжением рукоятки. Вся длина вил достигала 206 см.

Применение коры березы в быту. Береста (Кора березы)

В прошлом береста занимала большое место в жизни народа саха. Широко ее использовали почти на всей территории республики. Без бересты невозможно представить себе быт наших предков.

Из коры изготавливали: утвари и посуды, берестяное окошко, детские люльки, игрушки, берестяные намордники для телят (томторук), смоляная жвачка (ыас), вар для просмаливания деревянных лодок и посуды для хранения жидкости. Из бересты строили юрту (ураса). Известны

три разновидности берестяной урасы: дала, ходол, могол. Бересту также использовали в охотничьем снаряжении. Берестяной поплавок цилиндрической формы для сети и невода. Берестяная лодка легка, прочна и удобна при использовании.

1. Постройки и жилища якутов - берестяная ураса. Берестяная ураса - летнее жилище из бересты. Ураса постоянного типа была летним жилищем. Обработка бересты, шитье и украшение берестяных покрышек были исключительно женским делом. Для прочности бересту вываривали в воде, затем соскабливали ножом верхний слой и сшивали волосяным шнуром в полосы. Береста внутреннего покрова окрашивалась в красно-коричневый цвет. Во избежание попадания в жилище дождевой воды эти полотнища располагались так, чтобы верхний край нижнего закрывался нижним краем верхнего. Берестяные якутские шалаши строились настолько фундаментально, что на зиму не разбивались.

Виды берестяной ураһа:

Сандама ураһа - название древней урасы (светлая).

Моҕол ураһа - самая большая ураса. Они достигали больших размеров - до 12 м высоты и 10 м в диаметре. Богачи покрывали урасу берестой, украшенной узорами и резьбой. В урасе внутри было три обруча: один - внизу, другой - посередине, третий - вверху.

Ураса невесты - ураса приданое для невесты, которую она привозила с собой.

Далла ураһа - ураса средних размеров по высоте.

Строили такую урасу средние богачи.

Ходьол ураһа - небольшая, простая ураса без украшений.

2. Туос туннук - берестяная рама со вставленной слюдой. В зимнее время вставляли прозрачный кусок льда. Такие окна требовали ежедневной чистки специальным инструментом - кыһыах.

3. Утварь - берестяная столешница без ножек (сандалы), детские люльки, игрушки, берестяные намордники для телят (томторук)

4. Берестяная посуда - быдараах, мэһэмээн, мээрэй, куйаабыл, туос маллаах иһит, тордуйа, тууйас, тымтай, тымтака, холлоҕос, чабычах, ыаҕас, ыаҕайа.

5. Охотничьи снаряжения - Лук, лодка, берестяной поплавок цилиндрической формы для сети и невода (хотоҕос). [12]

Выше представлен собранный нами информационный материал о березе. Далее приступим к практической части работы.

Практическая часть

Изготовление кытыйа и чороон. Кытыйа - большая деревянная чаша, деревянная чаша средней величины, миска. Чороон – деревянная цилиндрическая посула для кумыса, разных размеров, на одной ножке украшенная резьбой. Этапы изготовления: весной вырубается береза, пилим по частям, сушим, на токарном станке из бруска вытачиваем цилиндр, стамесками убираем внутреннюю полость, шлифуем, делаем узоры на стенке кытыйа и чороно (узоры для кытыйа и чороно разные), пропитываем маслом.

Изготовление салама с берестяными фигурками скота, лошади и миниатюрными туясками. Этапы изготовления: изготовить из конского волоса белого и черного цвета ситии, из бересты вырезать фигурки скота и лошади, вырезать детали туяска из бересты, шить конским волосом туясок, вырезать ленточки разного цвета и завязать в изготовленные фигурки, ленточки в ситии.

Применение березового капа удьурхай

Кап (капокорень) — нарост на дереве с деформированными или хаотичными направлениями роста волокон древесины. Обычно встречается в виде округлого выроста на стволе или ветке, наполненного многочисленными мелкими древесными узелками спящих почек. Капы в Якутии используют для изготовления рукояток ножей, предметов интерьера, бижутерии, рам картин, хозяйственных предметов, и т.д.

Корнепластика – изготовление скульптур из корней, капов березы, направление декоративно-прикладного искусства. Скульптура созданная природой и подчеркнутая до определенного образа. Главная сложность и ценность корнепластики является умение увидеть образ в корне дерева, подчеркнуть его и предоставить зрителю. Посетили музей народного мастера Дьячковского Валерия Моисеевича – Сиэн Харах в селе Бердигестях Горного улуса, который изготавливает из капа и корня березы героев шедевра устного и нематериального наследия человечества олонхо, признанного в 2005 г. ЮНЕСКО.

Якутский нож незаменимая вещь в суровых условиях Севера. Универсальное орудие труда, необходимый предмет для повседневного использования в каждом доме, «продолжение руки» истинного северянина, спутник на всю жизнь. Хранитель светлой души, ограда от темных сил. Поэтому всякий уважающий себя мужчина должен иметь собственный, изготовленный мастером нож. Рукоять якутского ножа прямая, гладкая, традиционно изготавливают из березового капа или березы. Ее особенность в том, что нож с такой рукояткой не относится к категории «холодного оружия» и потому к нему не требуется специальное разрешение.[13]

Изготовление якутского ножа в кузнице мастера Слепцова Виталия Архиповича собственного якутского ножа с черенком из березового капа. Этапы изготовления: ковка клинка, формирование дола и профиля, термообработка, черновая обработка, изготовление рукояти, придание формы рукояти, изготовление ножен, сборка.

Применение чаги (березовый гриб) чэрии

Чага – удивительное творение природы. Вырастая из маленькой споры до огромных размеров, тело гриба напитывается полезными веществами благодаря берёзовому соку и различным компонентам, присутствующим в дереве, на котором он развивается.

Сбор чаги: любое время года, летом в дождливую погоду.

Свойства настоя чаги: мощное антиоксидантное действие, гармонизирует работу желудочно-кишечного тракта, выводит токсины и шлаки, омолаживает организм.

Изготовление фиточая из чаги. Рецепт фиточая: 1 чайная ложка измельчённой чаги, 1 стакан воды (200 мл), 1 чайную ложку чаги помещаем в термос со стеклянной колбой. Заливаем водой (температура 50*С), плотно закрываем крышкой. Настаиваем в течение 10-12 ч. Процеживаем через три слоя марли. Чистыми руками отжимаем содержимое марли. Объём настоя доводим до 200 мл. Остатки сырья выбрасываем. Рекомендуемая дозировка: по ½ стакана 2-3 раза в день. [14]

Березовый сок

Свойства: обладает глистогонным, мочегонным, противоопухолевым действием, стимулирует обмен веществ, оказывает положительное влияние на работу желудка, способствует расщеплению камней в мочевом пузыре и почках и ускоренному выведению токсинов из организма. Помогает при авитаминозе, усталости и депрессии, повышает сопротивляемость организма к простудным, инфекционным и аллергическим заболеваниям.

Сбор: с первыми оттепелями и продолжается до распускания почек, с берёзы получают 1—2 литра сока в сутки. Крупное дерево может дать в сутки около 4-5 литров сока.

Применение:

- 1. Употребление в свежем виде.** 1 стакана березового сока в день на протяжении 2-3 недель.
- 2. Изготовление кумыса с березовым соком.** По техническому условию изготовления кумыса добавляют в кобылье молоко 30% воды, вместо воды можно добавить берёзовый сок.
- 3. Березовый сок с лимоном.** Освежающий напиток с приятной кислинкой прекрасно утоляет жажду. Вам понадобятся: 3 л березового сока, 200 г сахара, половина лимона, 0,5 ч. л. лимонной кислоты. Приготовление. Сок процедите в кастрюлю. Добавьте сахар, кислоту и порезанный на ломтики вместе с кожурой лимон. Помешивая, доведите до кипения. Горячий сок разлейте по банкам и закатайте.
- 4. Квас из березового сока с медом.** Из березового сока можно приготовить превосходный освежающий квас. Вам понадобятся: 10 л березового сока, 200 г меда, 3 лимона, 50 г свежих дрожжей, 30 шт. изюма. Приготовление. Процеженный в эмалированную кастрюлю сок доведите до кипения и прокипятите пару минут. Охладите и добавьте выжатый из лимонов сок, невымытый изюм, мед и дрожжи. Перемешайте, прикройте кастрюлю марлей и поместите в теплое место бродить на 2-3 дня. Затем разлейте квас по бутылкам и охладите перед употреблением или поместите на хранение в холодильник.
- 5. Уксус из березового сока.** В большую стеклянную банку залить березовый сок, добавить водку, мед. Все это поставить в теплое место, плотно не закрывая. Уксус будет готов через 2 месяца. Продукты: сок березовый 2 л, водка 100 г, мёд 40 г.

Березовые листья

Свойства: применяются внутрь в качестве мочегонного средства при отёках сердечного и почечного происхождения слабой и умеренной выраженности.

Сбор листьев делят в 2 периода:

1. Для наружного применения собирают молодые листья. Листья заготавливают в начале цветения, в мае, когда они душистые и клейкие.
2. Для внутреннего применения собирают после распускания листьев с 10 июня до 10 августа.

Рецепт настойки из свежих листьев. Для приготовления настойки применяют свежие ростки или летние листья. Сначала сушим, затем измельчаем 30г сухих и свежих березовых листьев, разливаем по банкам. Наливаем 300мл 40% - го спирта (бок) и перемешиваем. Плотнo накрываем крышкой и ставим в темное место на 14 дней. Настойку время от времени берем и перемешиваем. Процеживаем через трехслойную марлю. Полученную настойку измеряем. Добавляем 300 мл водки. В течение суток оставляем в холодильнике. Разливаем в темную бутылку. Плотнo закрываем крышку. Срок хранения: 2 года.

Фиточай из листьев березы. В один стакан (200-300 мл) кипяченой горячей воды добавляем одну столовую ложку измельченных листьев. Накрываем крышкой и ставим на 20 -25 минут. Процеживаем через марлю. Измеряем полученное лекарственное средство, настой должен получиться в 200 - 300 мл, если не хватает воды, заливаем кипяченой и охлажденной водой. Рекомендуемая доза: 1/4 или 1/3 стакана принимаем трижды в день. [15]

Изготовление жвачки из коры березы (ыас)

Свойства: улучшает обмен веществ, помогает пищеварению, лечит изжогу, помогает снять стресс. **Сбор:** с середины июня по середину июля.

Изготовление: для приготовления березовой жевательной резинки расщепленную бересту поместить в чугунную посуду и сжечь прямо в чугуне, береста плавится, в это время надо тщательно помешать бересту до однородной массы. После этой процедуры надо плотно закрыть крышкой. Затем на костре надо доваривать постоянно перемешивая. Получается черная тягучая масса (деготь), которая застывая, превращается в жевательную резинку. Делим и раскатываем ее в шарики, заворачиваем в целлофановый мешок. Из застывающего дегтя закручиваем прутик чтобы, потом нарезать на ровные части. Домашняя жевательная резинка из бересты храним в стакане с водой, а если затвердеет, капля сливочного масла вернет прежнюю эластичность.

Берёзовый дёготь

Свойства: противомикробное, противопаразитное, антисептическое действие. Деготь березовый – маслянистая, темная, характерно пахнущая жидкость.

При лечении кожных заболеваний: чесотки, экземы, чешуйчатого лишая, псориаза, различных язв и сыпей – применяется чистый деготь. Он также входит в состав Мази Вишневского, **дегтярного мыла, шампунь и т.д.**

Изготовление дегтярного мыла. Расплавить водяной бане 100 г детского мыла, добавить 1 столовую ложку воды или любого масла, 1 столовую ложку дёгтя.

Березовый уголь

Свойства: очищает организм, при лечении холецистита

Изготовление: привозишь с собой поваленную старую березу. Почистив печь, кладем дрова и поджигаем. Березовый уголь – это твердый уголь, берешь уголь и помещаешь в закрытую кастрюлю охладиться, а после охлаждения измельчаешь как муку.

Применение: угольную муку соединяем со свежими сливками, получается смесь черного цвета.

Нужно употреблять в неделю 1-2 раза, она очищает организм. Березовый уголь называется «корвален».

Березовый веник

Свойства: Березовый веник рекомендуется применять людям с болезнями почек и опорно-двигательного аппарата. Его также рекомендуют к использованию для лечения растяжек и ссадин. Традиционным для бани используют березовый веник. Он эффективно избавляет кожу от акне и имеет высокие антиоксидантные свойства, что позволяет выводить токсины, шлаки и соль из организма. Березовые листья впитывают в себя вредные вещества и делают кожу упругой и бархатистой. Полезно использовать березовый веник людям, страдающим бронхиальной астмой, поскольку он способствует отхождению мокроты.

Сбор: Заготовку веников проводят со второй половины июня до середины июля. В это время листья максимально насыщены эфирными маслами, фитонцидами и флавоноидами, благотворно влияющими на человеческий организм. Размеры веника: длина 50-60 см, ширина кроны 30-35 см, диаметр ручки 2,5-3,5 см, длина ручки 10-12 см.

Биоэнергия березы

Общение с березой полезно людям с расстроенными нервами, находящимся в состоянии депрессии. Это дерево снимает усталость, нейтрализует негативные последствия повседневных стрессов, способствует восстановлению душевной гармонии.

Береза нежна и сострадательна, обладает очень мягким, ласковым и в то же время сильным влиянием. В противоположность дубу к березе стоит обращаться больным, ослабленным, выздоравливающим людям. Она облегчит страдания, поможет вернуть утраченные силы, легче перенести болезнь, ускорит процесс выздоровления.

Изготовление авторского фиточая из березовых листьев, чаги

Изготовили фиточаи «Чаран чэй», «Чэрии чэй», «Блас чэй», «Чэгиэн чэй», «Ийэм чэйэ», «Эрэл чэйэ».

Таблица 2. Соотношение компонентов в фиточаях

	Название фиточая	Компоненты			
		Березовые листья	Чага	Кипрей узколистый	Тимьян обыкновенный
1	Чаран чэй	+40%		+60%	
2	Чэрии чэй		+10%	+90%	
3	Блас чэй		+28,50%	+70%	+1,50%
4	Чэгиэн чэй	+14,50%	14,25%	+70%	1,50%
5	Эрэл чэйэ (2)	+20%	+10%	+50%	+20%
6	Ийэм чэйэ (1)	+25%	+10%	+30%	+35%

Таблица 3. Органолептическая оценка фиточаев из березовых листьев и чаги

№	Названия фиточая	Прозрачность настоя	Крепость настоя	Цвет	Аромат	Вкус	Время настаивания
1	Чаранг чэй	Прозрачный	Средний	Светло-коричневый	Приятный	Терпкий	7 минут
2	Чэрии чэй	Прозрачный	Средний	Коричневый	Приятный нежный	Слабо-кислый, приятный	5 минут
3	Бас чэй	Прозрачный	Средний	Коричневый	Пряный, нежный	Терпкий	5 минут
4	Чэгиэн чэй	Прозрачный	Средний	Светло-коричневый	Резкий	Терпкий	5 минут
5	Эрэл чэйэ (2)	Прозрачный	Средний	Светло-коричневый	Приятный	Терпкий	7 минут
6	Ийэм чэйэ (1)	Прозрачный	Средний	Светло-коричневый	Приятный	Терпкий	7 минут

Заключение

Выполнив запланированное исследование, получаем следующие результаты:

1. Установили сакральное значение березы. Поклонение дереву у якутов сохранено по сей день и имеет очень сильное действие. Наши предки называли березу священным деревом и сравнивали с Древом мира из олонхо Аал Луук мас, в котором вращивается земная аура человека. Дух местности госпожа Аан Алахчын Хотун обитает в березе. Березу якуты связывают с женским началом.
2. Проанализировали информацию о березе, ознакомились с ботаническим описанием березы – убедились в соответствии народных знаний предков саха с научными знаниями.
3. Изучили применение древесины, коры берёзы (бересты), капа и чаги в быту.
4. Изучили применение березы: сок, листья березы, березовый гриб – чагу, капакорень, кору/бересту, уголь, веник.
5. Собрали почки, листья, чагу березы и изготовили настой из листьев березы, настойку из свежих листьев березы, фиточая из березы и чаги, дегтярное мыло. Изготовили авторские чаи «Чаран чэй», «Чэрии чэй», «Ыас чэй», «Чэгиэн чэй», «Эрэл чэйэ», «Ийэм чэйэ».
6. Собственноручно изготовил чорон и кытыйа из древесины березы и якутский нож с черенком из березового капа, салама с берестяными фигурками скота, лошади и миниатюрными туясками.

Использование результатов:

1. Мастер класс по обряду увешивания салама для школьников перед проведением школьного ысыаха и изготовлению салама с фигурками из бересты.
2. Реализуем продукцию из березы в школьной ярмарке и школьном фитобаре. Реализуется продукция: высушенные листья березы, почек, чага, березовый веник, салама с берестяными фигурками скота, лошади и миниатюрными туясками, авторские чаи «Чаран чэй», «Чэрии чэй», «Ыас чэй», «Чэгиэн чэй», «Ийэм чэйэ», «Эрэл чэйэ».
3. Работаем над разработкой методического пособия для сбора и применения березы, популяризации полезных свойств березы. Пособие будет предназначено для широкого круга потребителей народных знаний.

Таким образом, в работе произведено совмещение теории с культурной практикой. Береза широко и многообразно применяется. Оно самое полезное дерево, обладающее лекарственными свойствами, которую используют полностью. Береза оздоравливает, продлевает жизнь человека.

Список литература:

(оформляется в порядке упоминания в статье)

1. Афанасьев Л.А. Наша повседневная жизнь. – Якутск: Бичик, 2011 – 96 с.
2. Попова Г.С. Триединство в духовной культуре этноса (на примере саха): монография. - Санкт-Петербург: Астерион, 2010 – 346 с.
3. Ойунский П.А. Якутский героический эпос олонхо “Ньургун Боотур Стремительный” – Якутск, 1975 -430 с.
4. Уткин К.Д. Культура народа Саха: этнофилософский аспект. – Якутск: Бичик, 1998 -368 с.
5. Попова М.А., Павлов А.Н. Основные понятия якутских традиций. – Якутск: Бичик, 2000 – 80 с.
6. Федоров А.С. По священной дороге предков. – Якутск: Бичик, 2011 – 448 с.
7. Кривошапкина Л.Г., Кривошапкина В.С., Кривошапкин И.М. Иллюстрированный определитель лекарственных растений Якутии. – Тверь:ООО “ИПК Парето-Принт”, 2018 – 640 с.
8. Макаров А.А. Растительные лечебные средства якутской народной медицины. – Якутск, 1974 -64 с.
9. Проковьева И.П. Айылҕалыын алтыһан. – Якутск: Алаас, 2018 - 104 с.
10. Алексеев Э.А. Деревянные постройки народа саха. – Якутск: Бичик, 2016 – 272 с.
11. Егоров – Баайаҕыын Н.И. Саха иһитэ. Якутск: Алаас, 2024 – 192 с.
12. Неустроев Б.Ф. Изделия из бересты. Якутск: Бичик, 1996 – 96 с.
13. Егоров – Баайаҕыын Н.И., Неустроев Б.Ф. Якутский нож. - Якутск: Бичик, 2015 – 204 с.
14. Кривошапкина Л.Г. Готовим дома лекарства из трав. Комплект из 24 открыток. – Санкт-Петербург: ПИПХ, - 2022.
15. Кривошапкина Л.Г. Лекарственные растения при простуде. Комплект из 24 открыток. – Москва: Андоба пресс, 2022.

Приложения

Приложение 1. Отрывок из олонхо

Гештальтом картины мира саха выступает Древо Мира Аал Луук Мас. Образ мира человек саха, как и представители многих народов мира, воспринимает в образе дерева. В образе дерева он воспринимает и родовое древо, и родовую (корневую) культуру в целом. В олонхо говорится, что дерево Аал Луук мас прорастает насквозь Срединный мир Орто дойду через его верх и низ и связывает его и с Верхним, и с Нижним мирами. Корни этого дерева стремятся прорасти в нижний мир, но боясь того, что прогниют в смраде и нутре Нижнего мира Арсан Дуолай аймаҕа, прогибаются вверх и возвращаются в Срединный мир. Притом, корни эти приносят на землю благоухание и плодородие, произрастая в виде араҕас илгэ — в буквальном смысле масла, вечной зелени и живности. Ветви же этого дерева стремятся прорасти в Верхний мир, но боясь того, что засохнут в нестерпимом жару рода Улуу Тойона, возвращаются опять же на землю и приносят ей благодать и жизненную силу в виде молочной благодати – үрүн илгэ [2]. Про все это сказывается в олонхо одним большим куском (олук) текста. Приведем русский текст этого куска целиком:

В долине ее золотой,
На широком ее хребте,
На лоне блистающем белизной,
Вырос некогда сам собой,
Вспучился из-под земли
Глинистый высокий курган;
На округлой вершине его
Поднялись еще три холма.
За девять суток пути
Седловина его видна.
На вершине кургана того,
Между тремя холмами его,
Посреди седловины крутой
По велению неба —
В начале времен —
Раскинув пышные восемь ветвей,
Выросло древо Аал-Луук.
Так высоко оно поднялось,
Так широко разрослись
Могучие ветви его,

Что осенили землю они,
Заслонили солнце они.
У прекрасного древа того
Тонкие ветки из серебра
Звонко поют на ветру;
На могучем его стволе
Темная золотая кора...
Круглый год оно
Зеленеет, цветет.
Как огромные кубки для кумыса,
Как большие чороны
С резной каймой,
Золотые орехи зреют на нем,
Срываются с высоких ветвей,
Разбиваются у корней,
От удара паденья своего
Раскалываются они,
Проливая созревшую в них
Желтую благодать.
Широкие листья его,
Словно конские чепраки
Из шкур молодых кобылиц,
Широко под ветром шумят;
Если ветра нет —
Все равно они,
Как живые,
Кольшутся, шелестят ...
В древе том обитает
Хозяйка Земли,
Дух великий деревьев и трав,

Аан Алахчын,
Манган Манхалын,
Дочь Юрюнг Аар Тойона,
Владыки небес,
Посланная жить на земле,
Одарить щедротами
Средний мир,
Украстить, обогатить
Долину жизни грядущих людей,
Деревом-матерью быть
Племенам уранхай-саха...
Шелестело древо густою листвою,
Будто говорило само с собой:
- Если б вольно я
В высоту росло,
Я до неба
Дорасти бы могло,
Поднялись бы верхние ветви мои
Выше стремительных
Белых небес,
Восемь моих могучих ветвей
Раскинулись бы в высоте,
Как восемь густых лесных островов,
Над становьем,
Где грозный живет
Улуу Суорун Тойон...
Там несметное племя его,...
Свирепые верхние абаасы,
Чьи завистливы огненные глаза,
Чьи железные клювы остры,
Отведали бы моих плодов,

Взялись бы хвалить, клевать
Золотые орехи мои,
Стали бы пожирать
Желтую благодать мою,
Стали бы жадно пить
Белую благодать мою;
Привязался б ко мне
Их лютый дух,
Прилипла б ко мне
Их лютая страсть,
Выпила бы соки мои...
И высокие ветви мои
Сохнуть начали бы тогда,
Рухнул бы могучий мой ствол,
Перестала бы к людям сходить
Ийиэхсит Йиэ хотун —
Пошатнулось бы счастье Средней земли...
Если бы восемьдесят восемь моих
Могучих толстых корней
Прямо вниз росли
В глубину земли,
То проникли бы корни мои
В страшный подземный мир;
Через его дождливую пасть
Высунулись бы корни мои
В середине алааса Алып-Ньяхсаат,
Где владыка Нижнего мира живет —
Родившийся в облезлой дохе
Исполин Арсан Дуолай...
Несметное племя его,

Чьи медные клювы остры,
Припали бы к белым моим корням,
Стали бы корни мои сосать,
Высосали бы сок из меня,
Высохли бы корни мои;
И без опоры в земле
Рухнуло бы я с высоты
Грузным своим стволом...
Беззащитным остался бы Средний мир,
Перестала бы к людям сходить
Благодатная Айыысыт;
Некому было бы разводить
Тучный молочный скот,
Запустели бы стойбища мирных людей,
Опустели бы их дома,
И пришел бы жизни конец!.. –
Вот поэтому, говорят,
Великое древо Аар-Лууп,
Широко раскинув ветви свои,
Не проникает верхушками их
За край ненасытных небес,
А простирает зеленую сень
Над простором средней земли.
Восемьдесят восемь его
Толстых столбов-корней
Не прорастают в Нижний мир,
А распластываются в толще земли;
Густые ветви его
Куполом высятся над землей
На семьдесят дней пути,

Изгибаются плавно вниз...
Пышно красуется и цветет
Исполинское древо-мать;
Счастье белое падает на него
С трехъярусных белых небес,
Тяжелые золотые плоды,
Как чороны огромные для кумыса,
Срываются с отягченных ветвей,
Раскалываются пополам,
Ударяясь о корни свои,
А могучие корни,
Взрастившие их,
Впитывают все соки земли.
Верхняя древа часть
Орошает долину
Млечной росой,
Нижняя древа часть
Источает щедро вокруг себя
Божественную желтую влагу свою

(Ойунский П.А. Нюргун Ботур Стремительный: олонхо. Песнь Вторая). [3]

Приложение 2.

Салама ыйааһынын сиэрэ-туома

Салама ыйааһына диэн сахаларга биир ытыктанар сиэр-туом буолар. Өйдөбүлэ – «Үөһээ Айыыларга тахсар далаһа» ол аата айыылар саламаҕа кэлэн түһэллэр. Сиэр-туом хайдах барарын туһунан бэлиэтээһиннэр С.В. Ястремскай, А.Е.Кулаковскай, Г.И. Эргис, Г.Е. Федоров уо.д.а. үлэлэригэр бааллар.

Былыр салама ыйаммыт сирэ «ытык сир» дэнэр эбит. Ону мээһэ тыгыты, алдыаты, үрэйи суохтааххын. Салама дьону харыстыыр, көмүскүүр уонна киһиэхэ санга тыыны биэрэр аналлаах. Бу – сахалар төрөөбүт айылҕаларын кытта ситимнэрэ.

Саламаны саас от-мас тыллыгыта, хатын сэбирдэҕэ собо тылын саҕа буолуута, айыылар, иччилэр саамай кэтэспит, сылаанныйбыт кэмнэригэр ыйыылар. Сылга биирдэ, эбээһиттэ иккитэ, ыйыахха сөп. Үгэс быһыытынан, саламаны сайылыкка көһөн тийэн баран халдыайыга тахсан хатын маска баайаллар. Сорох сиргэ салама дэнэр, сорох сиргэ – дэлбиргэ. Дэлбиргэ өссө булка ананан оноһулар.

Нам ыйын 22 күнэ сахаларга улахан суолталаах кэм. Бу кэми кинилэр, кыстыгы этэннэ туораан, санга дьылы көрсөр күннэринэн ааҕаллара. Христианскай күн-дьыл ыйынныгынан Ньюкулун күнэ диэн аатырар. Итэҕэл быһыытынан сахаларга бу күн Үрдүк Айыылартан Иэйэхсит хотун сиргэ түһэр. Ол иһин Иэйэхсит хотуну көрсүү сиэрэ-туома ыытыллара. Бу күн өбүгэлэрбит айылҕа тахсан, сир-дойду иччитин Аан Алахчын хотуну алҕаан, ытыктаан, хатын маска салама ыйыылар.

Дьахталлар сылгы сиэлинэн эриэн ситии хаталлар. Уһуна уон, уон икки, уон сэттэ миэтэрэ буолуон сөп. Туостан ынах, ат кырыйаллар, ыаҕайа, томторук онороллор. Салама өрүллэригэр манан сиэл кыбытыллыахтаах уонна айылҕа биэрбит үүнээйилэрин өннөрүөн танас кырадаһыннарын тэн гына тутан баайыллыахтаах. Саламаҕа хара өн киирбэт.

Салама ыйааһынын сиэрин-туомун тэрээһинин туһунан эрдэтээҕи бэлиэтээһиннэргэ араастык суруйаллар. Холобур, А.Е. Кулаковскай «Научнай үлэлэр» диэн кинигэтигэр суруйарынан, сир-дойду иччитин маанылыыр, аһатар-сиэтэр суолталах дэлбиргэ ыйааһынын тыа саҕатыгар ыраас, көнө ньуурдаах сиргэ тэрийэллэр эбит. Онуоха сэттэ чэчир анһаллар: үһэ титирик, түөрдэ хатын буолар. Бу чэчирдэргэ салама ыйыылар. Дэлбиргэҕэ үс туостан тигиллибит кыра торбос томторуктары, үс кыра ыаҕайаны, үрүн сылгы сиэлин чөмөхтүү тутан сэттэ сириэн иилэллэр.

Дэлбиргэни ыйаан баран биирдэ алгыс туома оноһулар. Алгысчыт аал уотун арыылаах саламаатынан айах тутар уонна бу курдук этэр:

Атааннаах-мөңгөннээх
Аан ийэ дойдум,
Иитиллибит ийэ сирим,
Төрөөбүт төрүт буорум,
Аналлаах Хотун иччитэ
Аан Алахчын Хотун эбэм,
Аал уотунан
Айах тутаммыт
Аһатан-сиэтэн эрэбит,
Кэччирэйбэт кэскилбитин тэрий,
Уларыйбат дьолбутун түстээ,
Уҕараабат уйгубутун ууһат диэн

Көрдөһөн, үнгэн-сүктэн эрэбит.

Уруй! Уруй! Уруй!

Алгысчыт этэн бүтэрин кытта кыргыттар, дьахталлар битийэн киирэн хатын маска салама ыйышлар:

Иэйэхсит Хотун,
Аһа! Аһа! Аһа!
Иэримэ дьизбит
Иччилээх буоллун!
Ийэ сайыммыт
Илгэлээх буоллун!
Сылгы айыыта –
Күрүө Дьөһөгөй Тойон,
Аһа! Үөр-көт!
Ынах-сүөһү айыыта
Ынахсыт Хотун,
Аһа! Үөр-көт!

Бүтэй туйахтаабы араарыма,
Өрөбөр көбүллээби үөрдээ,
Сыспай сиэллээби салай,
Манган түүлээби бааралаа!
Хоробор муостаахпытын
Ороһону тускулаа,
Элэмэни элбэт,
Саадьаҕайы салай,
Түү тиэргэни дьүөрэлээ,
Сыа тиэргэни ситимнээ!
Уруй! Уруй! Уруй!

Алгысчыт эбир хамыйабынан чороонтон кымыһы баһан ыла-ыла, сирин-уотун аһатар. Салама ыйаммыт хатыннарар тийэн кымыһы ыһар. Ол кэнниттэн ынах сүөһү мэччийэр сыһыларын, алаастарын, биир-биир аатты-аатты, кымыһынан айах тутар:

Аан Ийэ алаастарым,
Сырдык сылаас сыһыларым,
Аһаан турун,
Бары маппакка аһаан –
Уруй! Уруй! Уруй! [6]