



# СОСЕДИ ЛЕСНЫЕ НЕНЦЫ

## ТРАДИЦИОННАЯ МЕДИЦИНА

Мы продолжаем публикацию фрагментов из книги «Лесные ненцы» (в этом выпуске — материалы Н.А. Чеботаевой и М.И. Гардамшиной), созданной в результате реализации многолетнего уникального проекта по изучению и сохранению материальной и духовной культуры одного из самых малочисленных народов Севера, проживающего на юге Ямало-Ненецкого автономного округа. У читателя есть редкая возможность познакомиться с народной медициной этой малоизученной этнографической группы, сохранившейся до наших дней. Предыдущая публикация (НАУКА из первых рук, 2006, № 2(8)) посвящена укладу жизни, традициям питания и воспитания детей



М.И. Гардамшина, Н.А. Чеботаева,  
Е.В. Калитенко, Г.П. Саерасова  
Лесные ненцы  
Новосибирск: ИНФОЛИО,  
2006. 288 с.: ил.  
ISBN 5-89590-086-0



лесные ненцы      ненцы



Шаман-целитель  
Геннадий Петрович Колоколец  
из фактории Харамтур излечивал лю-  
дей, «высасывая» болезнь из тела человека.  
Лесной ненец Ади Дёхалевич Пяк рассказывает:  
«Камлал Колоколец в темном чуме (без огня). Вы-  
пив настойку из мухомора, взяв колотушку и бубен  
в руки, начал тихо петь. Внезапно он прекратил песню  
и, взяв меня сзади, поставил на носки своих ног. Я по-  
чувствовал, как лезвие ножа ходит по моей груди. Когда  
я понял, что нож отступил, шаман свалился на постель.  
От страха я закричал во весь голос: «Помогите!»  
Мужики открыли полог чума. Перед нами предстал  
бившийся в судорогах шаман. Помощники подхватили  
и подняли его, подпрыгивая и кружась по солнцу  
с криками: «Хов, хов, хов!». После этого шаман  
взял мою голову двумя руками и вытянул  
ртом из темечка мою болезнь.  
Я почувствовал легкость  
в груди»

● Утро на Стойбище Воен-то.  
Костюм, бубен  
и колотушка шамана

**Н**ародная медицина является частью традиционной культуры лесных ненцев и существует как область знаний, связанных с их религиозными и космогоническими представлениями о мире, в основе которых лежит одна из ранних форм религии — анимизм, одухотворение живой и неживой природы.

Главный бог лесных ненцев — Нум, бог неба, создавший лес, зверей и людей. Он наблюдает за своими созданиями, но сам земными делами не занимается. Для этого есть помощники — духи, хозяева земли, рек, озер, ветра и огня. Здоровье каждого человека в недавнем прошлом связывалось с отношением к людям пантеона земных духов. Духи олицетворяют для лесных ненцев две противоположные силы — добро и зло. Болезни, ранения и травмы, по их представлениям, являются порождением сил зла, следствием вмешательства духов природы или же магического воздействия злой воли другого человека. Нарушение табу, обрядов и ритуалов всегда считалось одной из главных причин, позволявших злым духам проникать в тело человека и вмешиваться в его жизнь. Ненцы были уверены, что наказывать болезнями могли не только духи Нижнего мира, но и личные покровители, семейные духи, любые сверхъестественные существа, населяющие Средний и Верхний миры.

Лечение заболеваний, возникновение которых можно объяснить видимой причиной (травма, обморожение, ожог), чаще всего было рациональным. Но при большинстве внутренних и психических заболеваний, причины которых лесным ненцам были непонятны, обращались за помощью к служителям культа, шаманам, выполнявшим наряду с другими функциями и роль врачей-целителей, отпугивающих приносящих болезни духов. Сеанс камлания\* происходил обычно вечером, в полутьме у разведенного очага под звуки бубна и продолжался в течение нескольких часов. Камлание, как правило, сопровождалось вхождением шамана в состояние транса. Очень часто для этой цели шаманы использовали мухоморы, которые сушили на солнце, мелко крошили, а затем размешивали в воде и проглатывали. Чтобы усилить действие мухоморов, кусочки сушеных грибов жевали вместе с табаком, запивая небольшим количеством воды. Для помощи больным шаманы применяли различные средства, при этом основным условием лечения являлось воздействие на психику больного и установление полного доверия к целителю. Для этого использовались ритуальные маски (из дерева, бересты, сукна, металла) и световые эффекты. Ритмичные удары в бубен, заклинания, пение, одурманивающий аромат сжигаемого багульника или чаги должны были помочь отвратить от больного преднамеренные козни злых духов.

\*Камлание — обряд, который совершает шаман

Как правило, шаманы в своей практике использовали знания физиологии и анатомии человека, лекарственные средства различной природы и приемы врачевания: прижигания, массаж, психотерапию. При этом главным терапевтическим фактором являлось гипнотическое внушение, применяемое шаманами в различных формах, способствовавшее мобилизации защитных сил организма больного, укрепляющее его веру в выздоровление.

При легких недомоганиях присутствие шамана не требовалось, и злое начало (болезнь) могло быть изгнано из тела человека другими средствами, например жертвоприношениями в святилищах. В случае болезни часто прибегали и к помощи *дянь, ката* («бабушка земли») — куклам-идолам, которые и сейчас есть у ненецких женщин: они считаются покровительницами женщин, деторождения и материнства, им поклоняются и бережно хранят. У лесных ненцев бытовало поверье, что без *дянь, ката* роды могут закончиться трагедией. Во время родов роженица держала куклу на животе, обеими руками сжимая ее при болях и прося об облегчении. Когда начинались сильные схватки, рожавшая женщина вставала на четвереньки, а та, которая принимала роды, брала в руки *дянь, ката* и прикладывала к спине роженицы. Такую куклу клали тяжелобольному в изголовье. По тому, легкой или тяжелой казалась *дянь, ката*, предсказывали выздоровление либо смерть.

Рождение и смерть человека, смена времен года, все виды хозяйственной деятельности сопровождалась у лесных ненцев выполнением специальных обрядов. Для этого шаман выбирал специальное место, считавшееся священным: возле камня необычной формы, на вершине сопки или на берегу озера. К священным местам также причислялись места «вспучивания» почвы, образующиеся под влиянием геологических процессов. Посещать священные места без надобности категорически запрещалось.

По рассказам лесной ненки Г. И. Сергеевой, однажды в детстве они с братом забрались на священную сопку, хотя знали, что этого делать нельзя. Вечером самочувствие детей резко ухудшилось. Мать, узнав, что дети побывали на священной сопке, быстро позвала шамана. Он совершил обряд и велел привести оленя для жертвоприношения. Наутро детям стало лучше.



Для проведения обряда  
очищения от скверны  
и окуривания чума используют  
кусочки шкуры с передней  
лапки выдры



Особая роль в излечении от болезней отводилась собаке. Отношение к собаке у лесных ненцев двойное: с одной стороны, она оберегает человека от злых духов, служит хорошим пастухом для оленей, с другой — сама является порождением бога Нижнего мира — Нга. По преданиям, у собак есть дух-хозяин, который обитает в лесу и против которого шаманы бессильны. Этот дух может приносить болезнь, от которой у человека пропадают силы, он худеет и умирает. Часто для излечения от болезней те лесные ненцы, у которых не было оленей, приносили в жертву собаку, отправляя ее в Нижний мир в качестве откупа от болезней. Нос жертвенного оленя или собаки прикладывали к больному месту. Для избавления от болезни (например, цинги) полозья нарты или двери чума смазывали кровью жертвенной собаки или оленя. Если дух цинги приходил во сне, нужно было громко крикнуть: «Цинга,

*Лесные ненцы выводили бородавки с помощью... Луны. По описанию А. В. Головнева, для этого в самом конце июля, когда от луны остается лишь последняя «царапина», нужно было намазать их утиной кровью, выйти на улицу, вытянуть руки к луне и сказать: «Лунный Старик, возьми эти кусочки мяса себе...». П. С. Алиуллина вспоминает, как в детстве бабушка учила ее выводить бородавку на руке: нужно было вытянуть руку к убывающей луне из-под полого чума и сказать: «Луна, кто из вас быстрее исчезнет?». Об этом нельзя было никому рассказывать. Девочка так и сделала, а через месяц обратила внимание, что бородавка исчезла*

ты меня убиваешь!», затем немедленно надрезать ухо собаки или оленя и кровью намазать себе лицо, чтобы предотвратить появление болезни в будущем.

Много преданий у ненцев связано и с растительным миром. Они верят, что местом своего пребывания духи часто избирают определенные — священные — деревья. По убеждению ненцев, они помогают людям, особенно в исцелении от болезней. На ветви таких деревьев в знак признательности вешались лоскуты яркой ткани и черепа жертвенных животных, стволы деревьев обматывались платками, материей, шкурами и т. д. Ненцы были уверены: тот, кто осмелится срубить священное дерево, навлечет на себя гнев духов, что сулит всевозможные несчастья и даже смерть.

Источником рациональных средств лечения лесным ненцам служила дикая природа: растения, животные, минералы, причем многие проверенные веками рецепты и способы лечения и профилактики заболеваний широко используются и в настоящее время. Лечение детей с использованием традиционных методов практически не отличается от лечения взрослых, но в соответствии с возрастом лекарственные средства дают в меньших дозах.

## Зеленая аптека

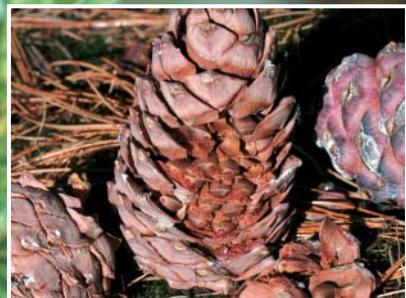
В традиционном лечении очень широко применялись (и применяются) дикорастущие растения в виде отваров, настоек и порошков. Их используют не только для приема внутрь, но и для наружного применения — растираний, примочек, полосканий, ванн, присыпок. Из распаренных в кипятке растений делают компрессы. Смешивая растительное сырье с животным жиром, получают мази. Самое почитаемое дерево у ненцев — береза. Из березовой древесины изготавливают предметы быта, березовые дрова согревают чум, издавна известны целебные свойства березового сока и настоя почек, которые пьют в качестве общеукрепляющего средства при простудных заболеваниях. В лечении многих заболеваний лесные ненцы используют чагу — гриб из семейства трутовиковых, образующийся в виде нароста на стволе берез. В прежние времена, когда не было привозного чая, ненцы делали из нее отвар, обладающий, по их мнению, многими целебными свойствами. Чага считалась и прекрасным средством от зубной боли, для чего ее высушивали на огне, смешивали с табаком и водой, а затем клали за губу и держали во рту до тех пор, пока боль не утихла. Так же ее употребляли для подавления чувства голода при длительной перекочевке.

У некоторых родов лесных ненцев священными считаются хвойные деревья — символ бессмертия и долголетия; по поверьям, они обладают магическими свойствами. К таким деревьям относится лист-

венница, из которой в прежние времена вырезали культовые скульптуры. Из хвои лиственницы ненцы готовили противочинготный настой, при воспалении легких — настой из шишек, а для лечения гнойных ран и абсцессов — настои хвои и коры. Для лечения ран использовали и лиственничную смолу, для чего ее сначала разогревали над огнем, а затем, теплую и мягкую, прикладывали к ране и не убирали до тех пор, пока она сама не отпадала от затянувшейся поверхности. Иногда к лиственничной смоле добавляли медвежий жир. Гнойные раны лечились также мазью со смолой ели, для чего последнюю смешивали в равных пропорциях с жиром окуня или щуки и варили. При ранениях для обезболивания и остановки кровотечения лесные ненцы пользовались и другим средством. В ступке толкли табак, смешивали его с равным количеством пепла, полученного при сжигании табака, а затем добавляли воду в таком количестве, чтобы порошок оставался рассыпчатым. Получившуюся смесь накладывали на раны и прижимали березовой стружкой. Популярным народным лекарственным средством при многих заболеваниях служит багульник — вечнозеленый кустарник с сильным дурманящим запахом. В прошлом при эпидемиях лесные ненцы окуривали стойбища и жилища

- Мухомор
- Вожак оленьего стада

*В традиционном лечении лесные ненцы широко используют дикорастущие растения для приема как внутрь в виде отваров, настоек, порошков, так и для наружного применения — растираний, примочек, полосканий, ванн, присыпок, компрессов и мазей*

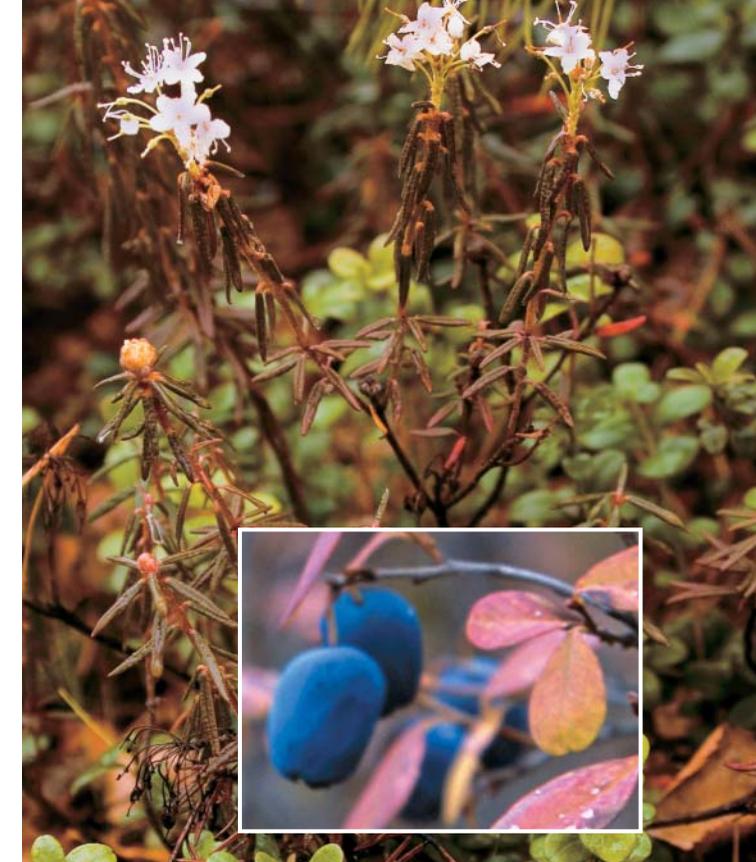


дымом этого растения. Свежие или сухие ветки и сейчас используют в чумах, чтобы отпугивать мошек, комаров и других насекомых, в отваре купают новорожденных. Не менее популярное лекарственное сырье — чемерица, очень ядовитое растение. Из небольшого количества корня лесные ненцы делают отвар, очищающий кишечник от глистов, листья прикладывают к ранам в качестве антисептического и кровоостанавливающего средства. При чесотке применяется смесь из листьев багульника, корней чемерицы и оленьего жира. Чтобы избежать цинги, лесные ненцы в качестве свежей зелени ели ложечную траву, несмотря на ее горький вкус. В народной медицине сок из этого растения до сих пор считается хорошим средством для «очистки крови». Используют и обычный олений корм — ягель, который в виде компресса прикладывают к больным суставам, а также к спине и груди при простуде. Для компрессов лесные ненцы собирают и мухоморы, которые затем настаивают на водке.

После появления русских поселенцев лесные ненцы переняли у них некоторые способы траволечения, в том числе ягодными дикоросами. Ягоды черники и черемухи стали использовать при расстройствах желудка, отвар листьев голубики — как отхаркивающее, отвар листьев брусники и морошки — как мочегонное. Ягоды морошки, широко распространенной в тундре, ели в качестве общеукрепляющего, мочегонного и потогонного средства, а также для уменьшения головных болей. Коренными северянами всегда ценилась и шикша — стелющийся вечнозеленый кустарник с черными сладковатыми плодами, порой ее даже предпочитали другим ягодам, возможно потому, что она совершенно не содержит кислоты. В народной медицине лесных ненцев ее ягоды употребляются при заболеваниях желудка, как мочегонное и кровоочищающее средство, настоем побегов лечат боли в суставах.

Обычно настои из трав лесные ненцы готовят только летом. Сбор и высушивание лекарственных растений впрок не практикуется. Исключением является лишь заготовка кедровых орехов — ценного пищевого продукта, обладающего большим количеством полезных веществ. Технология приготовления лекарственных средств несложна: точная дозировка сырья обычно отсутствует, не используются сложные сочетания трав, специальная посуда для приготовления и хранения лекарств также не требуется.

- Ель, брусника, черника, чага, кедровые шишки, морошка
- Багульник, чемерица, голубика, шикша





«Когда кто-то из родственников болеет, всегда зовут бабушку. Она залечит болячку медвежьей желчью, ожог — медвежьим салом. Рану она промывает настоем ягеля. Если рана загноилась, у нее раствор багульника припасен. А если фурункул вскочил, бабушка прикладывает лепешку из внутреннего оленьего сала со смолой лиственницы. И все проходит. Подстрелит отец глухаря — бабушка желудок его высушит и истолчет. Это — лекарство для желудка»  
(М. С. и О. Б. Приходько, «Хомани»)

### Муравьиные «бани»

Начало использования средств животного происхождения в качестве лекарственного сырья у ненцев совпало с развитием и совершенствованием оружия и приемов охоты. Например, свежее мясо оленей или кровь только что убитых животных, которые лесные ненцы употребляют без термической обработки, оказались прекрасным противогрибковым средством из-за большого содержания в них аскорбиновой кислоты и других витаминов. В качестве лекарственных средств нашли применение также внутренние органы животных, жир, желчь.

Гусиный, медвежий и рыбий жир применяется при обморожениях и ожогах. Жир растапливают и хранят в прохладном месте. Ценится жир диких гусей, черной утки, которым залечивают раны, различные кожные заболевания (чесотку и лишай), внутренний жир щуки. Рыбий жир применяют с профилактической целью: им мажут открытые участки лица при длительных переездах на оленьих упряжках или снегоходах, чтобы избежать обморожения. Для лечения обморожений и ожогов используют мази: жиры смешивают со смолой хвойных деревьев. В качестве перевязочного материала ранее применялись тонкие волокна, нащипанные из березовой коры.

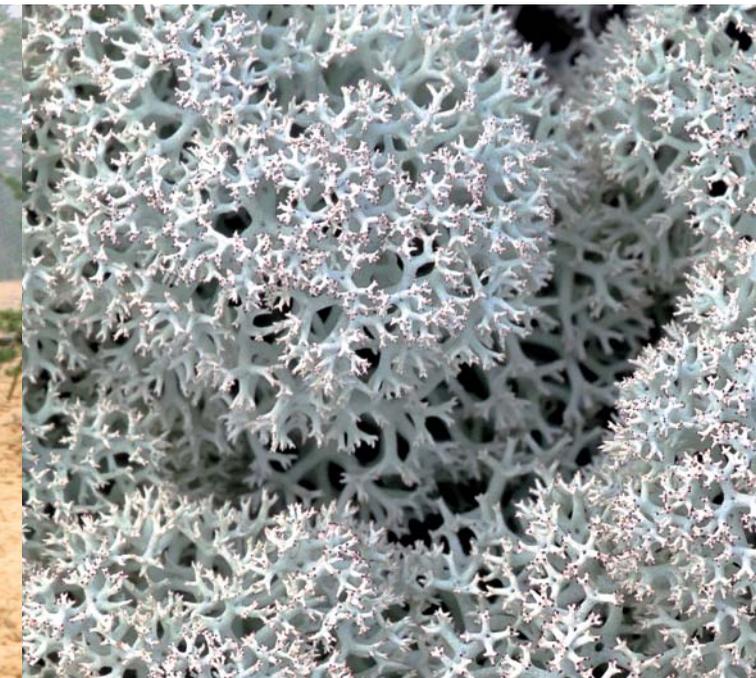
Медвежий жир считается лучшим средством от простудных заболеваний, а медвежья желчь — универсальным средством от многих других заболеваний. Порошок, соскобленный с вареных медвежьих костей или приготовленный из высушенных щучьих челю-

- Лиственница
- Муравейник
- Олени с молодыми рогами
- Олени на пастбище.
- Стойбище Хадутей
- Ягель

тей, признается целительным для кровоточащих и гноящихся ран. При ушной болезни закладывают в ухо тампоны, скрученные из ниток фабричного производства, пропитанные песчовым или медвежьим жиром.

Настойки из свежей медвежьей или оленьей желчи применяют в качестве растираний при ломоте в суставах и мышечных болях, пьют их небольшими дозами при кашле, одышке, болях в желудке, коликах, сердечных приступах, желтухе. Для профилактики различных заболеваний рекомендуют употреблять щучью желчь

головокружениях. При язвенной болезни использовали наполненный ягелем желудок оленя, забитого после утреннего выпаса на ягельных пастбищах. Желудок клался под раскаленную печь на железный лист, по мере обжаривания его поверхности запеченная часть снималась и употреблялась внутрь в качестве лекарства. Для лечения ушной боли применялся растопленный костный мозг оленя наряду с грудным молоком и теплым рыбьим жиром. До появления современных перевязочных материалов большие раны, сопровождавшиеся обильными



по одной капле в день. При длительном воспалении век их края смазывают желчью медведя или птиц, используя в качестве кисточки утиное перо.

Лесные ненцы широко пользуются лечебными средствами, получаемыми от оленей, в первую очередь пантами — молодыми растущими рогами оленей, наполненными кровью и покрытыми сверху небольшим плотным волосом, напоминающим бархат. Панты обжигают над костром, соскабливают острым ножом остатки волоса и употребляют в пищу мягкую хрящевую верхушку. Киселем, сваренным из оленьих рогов, ненцы поят больных истощением и малокровием, отвары употребляют для лечения пролежней и других вялотекущих инфицированных повреждений кожи. Особенно полезными считаются панты для детей, как средство, способное укреплять костные ткани. Важными лекарственными средствами являлись у лесных ненцев и другие части оленьей туши. При простуде, сильном кашле, заболеваниях печени пили растопленный костный мозг из оленьих ног; головной мозг оленя употребляли при

кровотечениями, перевязывались свежизвлеченным оленьим легким — этот прием напоминает применение гемостатической губки в современной медицине.

Занятия охотой способствовали изучению повадок диких животных, в том числе их способности к инстинктивному самолечению. Например, раненый медведь старается набросать на рану снег или прилечь к глыбе льда; чтобы избавиться от кишечных паразитов, птицы и животные поедают мухомор и чемерицу; пользуются для лечения «муравьиными банями». Лечебные средства из лесных муравьев нашли широкое применение и в народной медицине лесных ненцев. При болях в суставах больные конечности погружают на 10–15 минут в муравейник. Из муравьев, настоянных на спирте, готовят мазь для растирания суставов и обработки краев загноившихся ран. С этой же целью собирают «муравьиное масло» — тягучую жидкость желтоватого цвета, появляющуюся на муравейниках ранней весной. Встречается оно довольно редко и очень ценится.



Лето  
у ненцев всегда  
считалось самым  
подходящим временем  
для избавления  
от больших  
и малых недугов

## Металл, камень, огонь...

С лечебной целью ненцы производят прижигание, иглоукальвание и надавливание точек на поверхности тела. Сначала иглоукальвание делали при помощи костяных игл, позднее стали использовать обыкновенные швейные иглы. Рассказывают, что иглоукальвание раньше применяли, если ребенок рождался с асфиксией. Иголкой производили быстрые поверхностные уколы в кончики пальцев рук до появления крови. Если эффекта не наступало, то делали уколы в кончики пальцев ног или в центр подошвенной поверхности стопы. Иногда использовали точки, расположенные на носу, губах, кончике языка.

При лечении артритов наряду с прижиганием делали иглоукальвание несколькими иглами одновременно, для чего их связывали в пучок или забивали в кусочек дерева так, чтобы острые концы выступали над поверхностью на 3–5 мм. Кожу над больным местом предварительно натирали пеплом чаги, а затем ударили по ней этим своеобразным игольчатым штампом. На коже появлялись капельки крови, а пепел проникал под кожу. У больных, лечившихся таким способом, навсегда остаются несмываемые пятна татуировок.

Одним из самых архаичных способов лечения является прижигание. При прямом прижигании определенные точки на коже раздражают комочком тлеющей чаги с последующим ожогом и образованием пузыря. По рассказам лесных ненцев, такие точки прежде знали практически все, особенно старики. Процесс прижигания протекает следующим образом: сначала щепочкой или спичкой нащупывают болевую точку на теле, накладывают на нее

кусочек бумаги с заранее вырезанным небольшим отверстием, чтобы не обжечь тело вокруг выбранного места. Для лечения брали небольшое количество чаги, размером со спичечную головку, поджигали на кончике ножа, а затем прикладывали к выбранной точке. Сухая чага легко воспламеняется, равномерно тлеет, выделяя при этом большое количество тепла. Длится прижигание обычно две-три минуты. Чтобы чага тлела, над ней слегка машут ножом, не позволяя погаснуть. Считается, что если точка выбрана правильно, то горящая чага должна отскочить с легким треском от образовавшегося пузыря. Затем бумагу убирают. Процесс повторяют до тех пор, пока чага не перестанет отскакивать. Тогда пепел прижимают кончиком ножа и оставляют. Кожа перед прижиганием не обрабатывалась, а после образования ожога повязка не накладывалась. Лесная ненка Светлана Пяк рассказывала, что в детстве у нее сильно

болела рука. С помощью чаги в двух местах в области запястья ей сделали прижигание. С тех пор рука не болела, но следы от ожогов сохранились.

При головных болях делали прижигание в области шеи, при заболевании почек – в области поясницы. Для подавления мучительного кашля прижигали точки на тыльной поверхности кисти между основными фалангами безымянного пальца и мизинца, а также над ключицами. Однако прижигание не применялось при кровохаркании, болях в сердце и при беременности.

Для оказания неотложной помощи при обморочных состояниях используют еще один древний способ – надавливание кончиков пальцев рук или ног пострадавшего.

При простуде или болезнях суставов лесные ненцы прикладывали к груди, спине, суставам компрессы из прокаленного песка, насыпанного в мешочек. При



● Проверка рыболовных снастей  
Женщина разделывает рыбу.  
Стойбище Воен-то

желудочно-кишечных расстройствах пили размешанный в воде порошок. Для остановки кровотечения использовали белемниты — окаменевшие ракушки, которые скоблили ножом или напильником и засыпали в ранку. Этот же порошок использовался в качестве антисептического средства при болях в горле.

При переломах лесные ненцы пользовались медью: считалось, что она способствует срастанию костей. Кусочек меди скоблили наждаком, разводили полученный порошок в воде и принимали внутрь. Согласно народным поверьям, при заболеваниях суставов кистей рук следовало надеть на палец медное кольцо. По его цвету определяли, наступило выздоровление или нет: если внутренняя поверхность кольца светлела, то считалось, что больной скоро пойдет на поправку.

### Народная гигиена

К важнейшему разделу традиционной медицины следует отнести народную гигиену и методы профилактики заболеваний. Так, лесные ненцы надевают традиционную меховую одежду, сшитую мехом внутрь, прямо на голое тело. Благодаря особенностям кроя тепло концентрируется внутри и греет область спины, груди, плеч, а за счет вырезов для головы и прорезей для рук регулируется тепловой режим внутри одежды.

Мех оленя, из которого сшита одежда лесных ненцев, обладает особыми гигиеническими свойствами: при контакте с кожей он хорошо впитывает влагу, во время движения мех постоянно массирует кожу, способствуя кровообращению. Волос оленя внутри полый, благодаря чему мех надежно держит тепло: даже грудных детей ненцы заворачивают в оленьи шкуры.

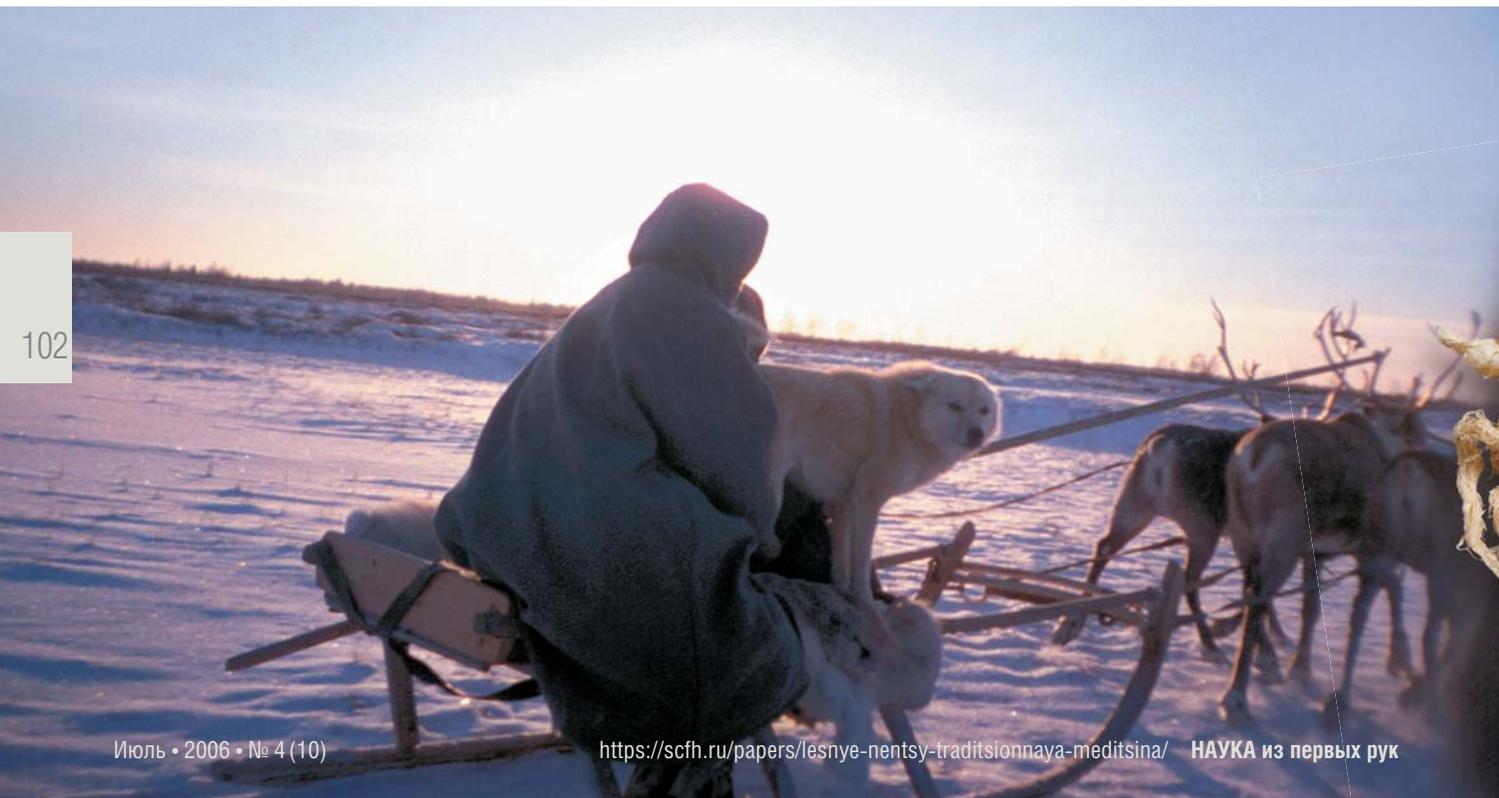
В тундре у малышей никогда не бывает опрелостей. Лесная ненка Светлана Пяк рассказывала, что когда к ней в гости из тундры в поселок приехала сестра, вырастившая десять детей, то очень удивилась, увидев опрелости у ее ребенка, завернутого в пеленки фабричного производства, — раньше жительнице стойбища такого видеть не приходилось. Для колыбели ненки используют труху из полусгнившего ствола березы, хорошо впитывающую влагу. Перепревшая труха не только обладает гигроскопичностью, но и выделяет тепло, поэтому ребенку в люльке не холодно даже в сильный мороз. Этот веками проверенный способ содержания ребенка в колыбели очень практичен в суровых климатических условиях севера.

Труху из сгнившего ствола березы также используют в качестве гигиенического порошка. Ее насыпают в кисы\* и рукавички, так как она хорошо впитывает пот. Кроме того, для гигиенических целей используют порошок или отвар из чаги, а также березовые стружки, заготавливаемые обычно в конце февраля.

*\*Кисы — зимняя меховая обувь коренных жителей Севера.*



- На охоту с верным другом — собакой
- Сборы на охоту.
- Стойбище Нибы-яха
- Стружка березовая
- Шкура взрослого оленя



● Игра в оленя.  
Стойбище Рычи-яха  
Зимняя мужская  
одежда «малица»  
Просушка оленьих  
шкур в чуме.  
Стойбище Воен-то



В статье  
использованы фото-  
графии А. Мариничева  
(в том числе предметов  
из фонда Губкинского  
музея освоения Севера),  
а также фотографии,  
полученные в процессе  
«самодокументирования»  
лесных ненцев



«Благодаря своей жесткости и трубчатости, он [мех] нашим предкам и нам заменил баню, освободив человека от ее строительства в суровых климатических условиях. Правда, об этих качествах и достоинствах оленьего меха никто из наших предков не сказал нашим дедам и нам. Да и наука молчала. Поэтому мы не догадывались о том, что невысокий волосок на оленьей шкуре освобождает наше тело, как в бане, от всех нечистот. И лишь со временем мне стал понятен механизм очищения нашего тела с помощью одежды из оленьих шкур: каждая ворсинка вбирает в себя из пор все потовые отложения и под их тяжестью обламывается. Поэтому у наших предков выработалась привычка не носить одежды из разных тканей. Кроме всего сказанного, олений мех может оказывать и психотерапевтическое воздействие на нервную систему...» [Сусой, 1994, с. 124]

