

Е. Е. Богатырёв

ВСЁ О БАНЕ

Москва, 2017

УДК 379.8
ББК я92
Б73

Богатырёв, Е. Е.

Б73 Всё о бане / Е. Е. Богатырёв. – М. : T8RUGRAM / Научная книга, 2017. – 266 с.

ISBN 978-5-519-62319-3

Баня – неотъемлемая часть русской культуры. Мы позволяем себе расслабиться и душой, и телом, снимаем стресс после тяжёлых трудовых будней, ну и, конечно же, паримся ароматными вениками. Банные процедуры помогают нам не только поддерживать чистоту своего тела, но и укрепляют наше физическое здоровье.

Из этой книги вы узнаете всё о бане: как её построить, истопить, как правильно подобрать веники, а также найдёте полезные советы и рекомендации по уходу за телом и волосами, рецепты банных напитков и много другой полезной информации.

Приятного отдыха!

УДК 379.8
ББК я92
BIC WND
BISAC CRA000000

ISBN 978-5-519-62319-3

© T8RUGRAM, оформление, 2017
© ООО «Литературная студия
«Научная книга», издание, 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

ГЛАВА 1. ОТКУДА ЕСТЬ ПОШЛА БАНЯ РУССКАЯ	5
ГЛАВА 2. БАНИ РАЗНЫЕ НУЖНЫ, БАНИ РАЗНЫЕ ВАЖНЫ.....	24
ГЛАВА 3. СТРОИМ БАНЮ САМИ.....	50
ГЛАВА 4. В СКАФАНДРЕ ИЛИ В ТУЛУПЕ?.....	68
ГЛАВА 5. БАНЯ БЕЗ ВЕНИКА — НЕ БАНЯ.....	75
ГЛАВА 6. ПАР КОСТЕЙ НЕ ЛОМИТ.....	100
ГЛАВА 7. ЗДОРОВОМУ ТЕЛУ — ЗДОРОВЫЙ ПАР.....	109
ГЛАВА 8. БАНЯ: КОМУ — ДА, А КОМУ — И НЕТ.....	122
ГЛАВА 9. ДА ЗДРАВСТВУЕТ МЫЛО ДУШИСТОЕ.....	133
ГЛАВА 10. НА СТРАЖЕ МОЛОДОСТИ И КРАСОТЫ.....	178
ГЛАВА 11. БАНЯ ВМЕСТО ТРЕНАЖЕРА.....	188
ГЛАВА 12. КОСА — ДЕВИЧЬЯ КРАСА.....	203
ГЛАВА 13. А ПОСЛЕ БАНЬКИ.....	212

ГЛАВА 1. ОТКУДА ЕСТЬ ПОШЛА БАНЯ РУССКАЯ



Итак,

уважаемый читатель, мы начинаем разговор о русской бане, этом поистине уникальном явлении в жизни каждого человека. Вероятно, кто-то из вас не согласится: «Ну, баня! Это просто место для коллективного мытья. И что из этого? Непонятно, в самом деле, что в ней находят? Ведь гораздо легче, удобнее принять ванну или сполоснуться под душем, слава Богу, в каждой современной квартире имеются для этого все условия». К сожалению, очень многие считают, что баня нужна была только в древности, когда гораздо проще было построить, скажем, одно помещение на несколько десятков человек, чем соорудить каждому индивидуальные «коммунальные» удобства.

Это мнение, на наш взгляд, не совсем правильное. Если бы речь шла только о мытье в бане, как это понимают сейчас, с мочалкой и мылом, чтобы смыть верхний слой грязи с кожи, не стали бы наши предки строить специальные мыльни, парильни и прочие сооружения подобного рода; не предписывали бы специальными указами обязательное посещение бань «всякому люду, разного чина и сословия», не разрабатывали бы в тонкостях режимы парения, отдыха, принятия контрастных процедур, пользования разными банными атрибутами. Все не так просто, и предыдущие поколения были не настолько глупее своих потомков, чтобы можно было напрочь отринуть все их находки, изобретения и традиции. «Мы наш, мы новый мир построим...», — все это, конечно, привлекательно, но новое здание частенько строят на старом фундаменте, который оказывается настолько прочным, что выдерживает века.

Однако обо всем по порядку. Как следует из названия, в главе речь пойдет об истории возникновения русской бани. С удовольствием расскажем о тех давних временах, «когда еще и прадед нашего прадеда не жил на белом свете».

Стоит начать с тех дней, когда человек только-только встал с четверенек и научился добывать огонь. Так вот, как это ни удивительно для современника, но уже в то время человек знал о целительном воздействии горячего пара. И это не голословное утверждение. Археологи нашли на стоянках первобытного человека неопровержимые свидетельства того, что камни очагов неоднократно подвергали охлаждению с помощью воды. Полученный этим примитивным образом пар служил для обогрева, а также лечения первобытных людей. Нередко в воду подмешивали и травы, и наши предки старались напитать свои тела этим ароматным паром. Считалось, что такой пар изгоняет злых духов, которые насылают болезни, — и действительно, многие больные и раненые охотники выздоравливали от такой процедуры. Вы, наверное, помните высказывание знаменитого русского поэта А. Блока: «Да, скифы мы, да, азиаты мы...» А знаете ли вы, что у скифов уже существовали прообразы современной бани? Описание их сохранили для нас сочинения древнегреческого историка Геродота. Из них можно понять, что у скифов бани представляли собой некое подобие юрты, в которой три длинные жерди наклоняли друг к другу верхними концами, а на них натягивали войлок. Посередине «бани» ставили огромный чан, до половины наполненный горячей водой, а в него бросали раскаленные камни. На камни сыпали семена конопли. И поднимался такой сильный и душистый пар, какого, по мнению Геродота, «...никогда не бывало в греческой паровой бане».

Неоднократно в древних восточнославянских мифах, а также в летописях упоминалась русская баня. В них же есть упоминания, что баней пользовались древнеславянские боги, черпая там свою волшебную силу; и даже происхождение человека, по представлениям древних русичей, тесно связано с баней. Отрывок из одной летописи мы можем здесь представить. Датируется она V—VI вв., называется «Повесть временных лет» и написана тогда, когда у древних славян еще не было городов. В ней идет речь о путешествии апостола Андрея из Синопа в Рим через Киев и Новгород. «...бани древены, и пережгут их рамяно, и совлукуться, и будут нази, и облекуться квасом уснянным, и возьмут се прутье молодое и бьют ся сами и того ся добьют едва слезут, живи, и облеются водою студеною, и тако оживут, и то творят во все дни, и то творят себе мовенье, а не мученье». Не правда ли, даже сквозь не совсем понятные древнеславянские слова ощущается огромное удивление автора такому способу «мовенья»!

Вот еще один документ: когда в 907 г. Русь посылала своих послов в Византию, одним из условий приема было: «И да творят им мовь елико хотят». Это означало, что русичам позволялось вволю пользоваться константинопольскими банями (в следующей главе расскажем о них подробнее).

Как уже известно, парные бани появились в разных странах почти одновременно, и даже неизвестно, кто у кого перенимал опыт. Тем более что в результате бани разных народов оказались такими своеобразными по способам мытья, отделке, температуре пара... Например, сохранилось интересное свидетельство, что монахи, обитавшие в Печерском

монастыре, задумали построить бани по принципу древнегреческих и с соблюдением лечебных процедур, которые были приняты в Греции. Такие бани стали называться заведениями «для немогущих» и это название отразилось в Уставе великого князя Владимира в 966 г. Немного позже, в 1091 г., по тому же принципу в Перяславле епископ Ефрем добился постройки «греческих» лечебных бань, в которых самолично «пользовал» страждущих.

У древней русской бани существовало много названий: мовь; мовня; мовница; мыльня; мыльница; влазня. Название «баня» — более позднее, пошло оно от латинского наименования. Русская баня, конечно же, отличалась от подобных ей восточных заведений, что не преминул заметить арабский писатель Абу-Обейд-Абдаллахал Бекри, посетивший в то далекое время древних русичей. В своих путевых заметках он довольно подробно описывает «дом из дерева», проконопаченный «некой материей, которая образуется на деревьях» (читай: мох или пакля). Печь, по его словам, это «очаг из камней», который русичи «раскаляют» и «поливают водой». Березовый веник — «связка сухих ветвей, которой... приводят в движение воздух и притягивают его к себе». И тогда «...открываются их поры, и исходит излишнее из их тел, и текут из них реки». Как видите, восточный путешественник довольно точно описал простейшую деревенскую баньку, а также способ париться веником и даже «результат» этого действия: «и текут из них реки».

Кстати, поговорим о русских реках, а также об отношении древних русичей к воде. Издавна вода считалась очищающим началом. В русских сказках мы неоднократно встречаем упоминания о «мертвой» и «живой» воде, которой лечатся занедужившие богатыри, герои. Самой почитаемой рекой у древних славян считалась, конечно же, Волга-матушка. Если поточнее вспомнить древние былины, мы увидим, что богатыри после смерти превращались не во что иное, как в... реки: Дунай, Дон. Реки были главным действующим лицом и при проведении древних языческих праздников, например Ивана Купалы. Во время этого праздника происходило двойное очищение человека: через огонь и через воду.

Но о традициях и поверьях, связанных с русской баней, мы еще поговорим, сейчас же предлагаем проследить дальше путь развития бани. Со временем их стали строить и из камня. Так, существует летописное свидетельство, что первая каменная баня была построена в Перяславле. На дворе был уже 1090 г. Русь сохранила свою приверженность бане и в те трудные времена, когда войска монголотатар стремились поработить вольных русичей. Как по-своему ни были сильны татары, но и они не могли не подивиться выносливости «уруситов», которые без малейшего вреда для своего здоровья из жара деревянной срубленной избенки-бани ныряли в прорубь в ледяную воду.

Особенно интересно время великого русского преобразователя царя Петра I. Известно, что сам он весьма уважал русскую баньку и был большим охотником попариться. Много своих сил положил царь-реформатор на возведения Санкт-Петербурга — первой русской столицы, которая должна была отвечать европейским стандартам. Так вот, за постройку бань в Петербурге государственная казна не брала пошлин! Мало того, построить баню мог всякий желающий, предписывалось только строить их «по возможности каменными и

подалеже от жилых кварталов». Время Петра I отражено и в многочисленных архивных документах, и в литературных произведениях. Например, сохранился устный рассказ современника о том, как Петр I, находясь с войском гренадеров в Париже, приказал построить на берегу Сены русскую баньку, мотивируя это тем, что его солдаты «от парижского воздуха ослабли». Приказ был выполнен, и парижане с удивлением и страхом наблюдали, как разгоряченные русские мужики, вываливаясь гурьбой из банного пара, кидались в воду Сены, ныряли и оглашали воздух радостными криками. Как-то довелось наблюдать эту картину королевскому гофмейстеру Вертону. Испуганный, он поспешил сообщить Петру I, что его солдаты от этого неразумного занятия могут простудиться и умереть. На что царь с улыбкой отвечал: «Привычка — вторая натура. Не беспокойтесь, это им же на пользу, будут еще крепче и здоровее, чем были». С тем и остался королевский гофмейстер, подумав, наверное, еще раз про себя, что все-таки русские — это непостижимый народ.

Кроме строительства бань, Петр Великий уделял внимание и лечебным природным водам. В то время среди русской интеллигенции и среднего сословия было модным ездить лечиться за границу, «на воды». Об этом есть немало упоминаний в художественной литературе. Бывал и Петр I в Баден-Бадене, Карлсбаде, Пирмонте. Вернувшись оттуда, повелел и в России разыскать подобные лечебные источники. Одним из первых таких «открытий» стали железистые «марциальные» воды в Карелии, возле огорода Олонца. При источнике открыли лечебницу. Сохранились изданные в те годы брошюры о правилах лечения этими водами: «Правила дохтурские, как при оных водах поступать».

При дворе Петра I был некий камер-юнкер Берхольц. Как иностранцу, ему, конечно, было любопытно испытать на себе то русское удовольствие, которое зовется баней. Не удержавшись от искушения, камер-юнкер как-то посетил баню и всласть под руководством опытного русского банщика попарился. И вот что он впоследствии записал в своем дневнике: «...Нашел, что она мне очень полезна, и положил себе впредь чаще прибегать к ней». В диковинку показалось ему использование в бане веника для массажа: «...необыкновенно приятно, потому что открывает поры и усиливает испарину», и далее: «...по окончании всех операций чувствуешь себя как бы вновь рожденным». Не правда ли, весьма лестная оценка? И в дневнике следует вывод, что русский народ так силен духом именно из-за телесной закалки, подобной нырянию «из огня да в полымя».

Начатое Петром I повсеместное распространение русских бань получило развитие и в дальнейшем. Так, например, в царствование императрицы Елизаветы Петровны придворный врач, испанец по происхождению, Антонио Нуньес Рибера Санчес начал писать специальную книгу о российских банях. Издал он ее в 1774 г. в Париже, где прожил последние годы своей жизни. Книга называлась «О парных российских банях, поелику споспешествуют оне укреплению, сохранению и восстановлению здоровья». Эта книга была переведена во многих странах и конечно же в России. В этом сочинении явно сквозит предпочтение автора именно российских методов врачевания через банные процедуры, причем даются для сравнения традиции и греческих, и римских, и турецких заведений подобного рода.

Как пишет автор, хоть в российских банях гораздо меньше роскоши, чем, скажем, в тех же римских термах, но «россияне производят в одной комнате то, что римляне делали, а турки и восточные жители и поныне производят в четырех или пяти». Очень большое значение при этом автор придает качеству банного пара и способу его подачи: «Сие возобновление паров чинится, каждые пять минут. В римских, турецких банях пар идет оттого, что поливают горячий пол, под которым идут трубы. Но как они не переменяются свежим воздухом, то и легко заключить можно, что эти бани имеют недостатки, каковые в российских совсем отвращены».

И далее следует просто ода русскому пару: «...не расслабляет твердых частей тела, как пар древних римских и нынешних турецких бань: ибо... будучи составлен стихийными частицами огня и воздуха и возобновляем по произволению, смягчит и не расслабляет его; он расширяет орудия дыхания, боевые и другие жилы, оживляет и восстанавливает оные части тела в то состояние, в коем оне были прежде». Интересно и замечание автора о том, что гораздо лучше было бы для общества, если бы все усилия, которые тратятся на изобретение, изготовление и транспортировку различных химических лекарств, на сооружение аптек и больничных зданий, «превратились бы в бани российские для пользы общества». Да, можно позавидовать масштабности планов этого далекого от нас испанского медика, а также его влюбленности в иноземные русские бани.

Но последуем дальше. В предыдущем трактате велась речь о том, что российские бани могли бы послужить «для крепости и здоровья тела» не только в России. И ведь так оно и произошло в более поздние времена — в дни нашествия и бесславного отступления войск Наполеона из России, а также после вступления русской армии в страны Западной Европы. Эти события послужили толчком для того, что бани по русскому образцу стали строиться и во Франции, и в Германии, и в Швейцарии. Такие парилки можно было встретить впоследствии и в Лондоне — столице Англии, и в Нью-Йорке — в Соединенных Штатах Америки.

Однако каков же путь развития бань на родине, в России? Как мы уже упоминали, со временем в городах, таких крупных, как Петербург, Москва, бани каменные и просторные стали потихоньку вытеснять маленькие бревенчатые срубы. И это было вполне естественно, так как прирост населения требовал, чтобы все граждане могли воспользоваться услугами этих санитарных и лечебных заведений. В той же Москве крупных бань было около 60. Причем они имели свой постоянный круг посетителей. В каждой собиралась постоянная публика, которая предпочитала традиции именно этой бани и ни за что не променяла бы свой «банный клуб» на какой-либо другой.

Имелись свои бани для каждого сословия: для дворян, московской интеллигенции, купечества, среднего сословия и, наконец, для простонародья. В последних за всю процедуру рабочий платил пятак и на эти деньги мог вволю париться и мыться, а также пить в буфете квас, чай и заказывать сытные недорогие закуски. В простонародных банях можно было бесплатно, и подлечиться: такая традиция пошла еще со времен Петра I. Существует документ от 11 мая 1733 г., где написано, что от медицинской канцелярии дано разрешение «завести в Москве лечебную баню». В этом документе хозяину будущей бани

предписывалось «пользовать... только наружные болезни и трудных операций без ведома и совета докторского не чинить», также не велено «держатъ горячие вина, водки и всякий заповедный напиток». В заключение хозяин обязывался не поднимать чересчур цену за банные услуги, «дабы на него жалоб не происходило».

Описание московских бань можно найти в книге В. А. Гиляровского «Москва и москвичи». «Москва без бань — не Москва», — так утверждал знаменитый в то время «дядя Гиляй». Этот человек имел обширные знакомства по всей Москве, причем общался и с простонародьем, из которого он сам когда-то вышел, и с самыми знатными и известными людьми, писателями и актерами. Описания быта Москвы, данные в этой книге, не раз понадобились и историкам, и исследователям. Возвращаясь к его рассказу о банях, хочется привести такие слова: «Единственное место, которое ни один москвич не миновал, это баня». Как говорил автор, в Сандуновских банях бывала и грибоедовская, и пушкинская Москва, их посещали те же люди, которые собирались и в Английском клубе, и в салоне Зинаиды Волконской.

Что же представляли собой известные и сейчас Сандуновские бани, которым уже около 200 лет? История их такова. Самыми большими и престижными считались две бани: Центральные и Сандуновские. Кстати, название пришло к ним много позже, а тогда бани, расположенные на этом месте, называли банями Ламакиной — их хозяйки и устроительницы. Обе бани стояли у реки Неглинной, были деревянными. В Центральных мылось и лечилось простонародье: мелкий торговый люд, грузчики, возчики, кузнецы. Публика в банях Авдотьи Ламакиной была «родовитее». Бани отличала интересная особенность: каждый мог сам для себя брать из Неглинки воду для мытья при помощи специального «журавля». Во время большого пожара, случившегося в 1737 г., бани для простонародья, стоявшие возле Кузнецкого ряда, на противоположном берегу Неглинки, полностью сгорели. Бани же Ламакиной уцелели, так как их расположение было выгоднее — между двумя прудами, на пустыре. Естественно, лишившись одной бани (а также многих маленьких деревянных, пострадавших от большого пожара), весь московский люд устремился в уцелевшую.

И вот, прикинув выгодность банного дела, знаменитые в то время актеры Сандуновы, получившие богатое наследство, решили отстроить свои собственные бани на месте сгоревших. И в 1806 г. осуществили свой замысел. Актеры не пожалели денег при строительстве. Отделка помещений поражала роскошью, доселе невиданной в банных помещениях: ковры, огромные зеркала, мягкие диваны. Обслуживали Сандуновские бани лучшие банщики, которых собрали по всей Москве, хорошо обученные и получающие по тем временам большое жалованье. Естественно, богатая обстановка привлекла к себе и соответствующих посетителей, и в скором времени Сандуновские бани превратились в некое подобие аристократического клуба. Кстати сказать, сами Сандуновы в дальнейшем банными делами не занимались, а сдали свои бани в аренду все той же Ламакиной.

Сандуновские бани приносили своим владельцам немалый доход, прославляли их имя и обеспечивали уважение в обществе. И вот некий, в то время богатый и известный фабрикант Хлудов решил также заняться выгодным банным делом. Так как средства