

история русских банных традиций

Целительные свойства бани были известны с древнейших времен. Самый старый из известных медицинских документов, Аюрведа, написанный на санскрите в 568 г. до н. э., рассматривал потение как одно из важных лечебных действий и предписывал парение в качестве медицинской процедуры. О благотворном воздействии бани на организм писали в своих бессмертных трудах древнегреческий историк Геродот и гениальный врач Гиппократ "Дайте мне жар, и я излечу любую болезнь", мудрец Сократ, философ Платон, целитель Авиценна

Культ здоровья существовал ещё в дохристианских цивилизациях. Например, в Древнем Египте был найден папирус "Начальная книга превращения старых в молодых", где давались рекомендации по косметологии, массажу и, конечно, баням.

Поход в баню был настоящим праздником. Сначала делали физические упражнения, затем шли в парную, где парились и сухим и влажным паром, а потом окунались в холодный бассейн. Настоящее таинство начиналось потом, так как в баню с собой приносили всевозможные снадобья, мази, предварительно очищая кожу скребками из дерева и слоновой кости.

В древней Руси с баней была связана вся жизнь человека, так как считалось, что именно в бане можно очистить не только тело, но и душу. Считалось, если больному не помогла даже баня, то никто ему уже не поможет.

Между тем баня в наших широтах появилась задолго до славян. Геродот свидетельствовал, что древние скифы, жившие в давние времена (примерно V—I века до н.э.), уже пользовались баней. Из его описаний нам известно, что они довольно часто устраивали своеобразную походную баню, которая была гигиенической, лечебной и косметической процедурой и просто формой расслабления и отдыха. Они скрепляли вместе несколько жердей, покрывали их войлоком, а внутрь этого шалаша вносили металлический сосуд с раскаленными камнями. На камни скифы бросали конопляное семя, от которого немедленно начинал подниматься душистый пар. Находясь внутри шалаша, человек не только обильно потел, но и вдыхал насыщенный целебными испарениями воздух. Геродот отмечает: «Никакая эллинская баня не сравнится с ней (со скифской баней. - Прим. ред.). Наслаждаясь ею, скифы вопят от удовольствия». Скифские женщины, кроме того, перед баней растирали на шероховатом камне кусочки коры и хвои кедра, кипариса, а также другие ароматические растения. В эту смесь подливали воду так, чтобы образовалась густая паста с очень приятным запахом. По свидетельству Геродота, этой смесью натирали все тело. Когда же смывали ее, то оно становилось чистым и блестело.

Собственно на Руси первые документальные упоминания о бане содержатся в «Повести временных лет» (945 год), составленной летописцем Нестором -монахом Киево-Печерского монастыря. Из текстов Нестора совершенно очевидно следует, что задолго до XII века баня на Руси была абсолютно обыденным явлением.

В этой летописи Нестор описывает путешествие апостола Андрея в землю славян. По преданию, святой Андрей проповедовал Слово Божье на киевском холме на берегу Днепра, а после, спустившись с холма, продолжил путь вверх по течению реки. Так дошел он до северных земель, где находится современный Новгород. В тех краях Андрей стал свидетелем поразившей его картины: люди парились в деревянных избах, хлестали себя вениками и выбегали голыми на мороз. С толпой странников вернулся Андрей в Рим, где и рассказал об увиденных им чудесах: «Видел бани деревянные. И как нажарят их румяно, от одежд

освободятся, и, взяв молодое прутье, так исхлещут себя, что выходят почти бездыханны, и остудят водой истомленное тело свое. И опять оживут. То творят мовенья себе, а не мученья ».

Византийский историк Прокопий Кесарийский, который жил в V веке н.э., пишет, что баня сопровождала древних славян всю жизнь: здесь их омывали в день рождения, перед свадьбой и... после смерти. «И не имеют они купален, но устраивают себе дом из дерева и законопачивают щели его зеленоватым мхом. В одном из углов дома устраивают очаг из камней, а на самом верху, в потолке, открывают окно для выхода дыма. В доме всегда имеется емкость для воды, которой поливают раскалившийся очаг, и поднимается тогда горячий пар. А в руках у каждого связка сухих ветвей, которой, махая вокруг тела, приводят в движение воздух, притягивая его к себе... И тогда поры на их теле открываются и текут с них реки пота, а на их лицах - радость и улыбка.

В банной процедуре как бы сливаются воедино три наиболее сильные природные стихии – огонь, вода и воздух. Древние славяне, как известно, были язычниками по своим верованиям и поклонялись самым различным богам. И наиболее "сильными", следовательно, наиболее почитаемыми были бог Солнца и огня и богиня дождя и воды. Соединяя две эти силы во время банной процедуры, древние славяне как бы привлекали их на свою сторону и таким образом перенимали часть их могущества.

Языческий праздник Ивана Купалы тоже, кстати, уходит корнями в глубь древних славянских верований. Прыгая через огонь, наши далекие предки старались "сжечь" зло и болезни, очистить свою душу. А ночные купания в речке или озере олицетворяли единение с матушкой-природой и приобщение к ее жизненным силам. Практически во всех былинах и сказках мы можем заметить отголоски древних верований в целебную и очистительную силу воды. Наши предки знали, что здоровье связано с чистотой. Баня считалась хранилищем "живой", очищающей воды и здоровья, поскольку она как бы усиливала и направляла жизненную энергию человека в нужное русло.

Баня в жизни русского человека всегда играла настолько важную роль, что в древних летописях X-XII веков, в которых рассказывается о нравах русичей, сплошь и рядом мы находим упоминания о "мыльнях". Бани назывались "мыльнями", "мовницами", "мовью", "влазнями" и "мовнями". В первой половине XII века на Руси проживала известная целительница и врачевательница Евпраксия, внучка киевского князя Владимира Мономаха. О бане Евпраксия говорила, что она «предохраняет от болезни и укрепляет тело». Еще в договоре с Византией (относится к 907 году) русичи специально оговаривали; что русские послы, прибывшие в Константинополь, будут "творити мовь" когда только захотят.

Бани упоминаются и в уставе Киево-Печерского монастыря (966 год). Монахи Киево-Печерской лавры изучали древние греческие трактаты, которые появились на Руси после византийских походов. Они пытались использовать целебные свойства воды и пара, описываемые греческими врачами, для лечения различных недугов, именно греческая медицина впервые обратила внимание на пользу парной бани. Стремясь проверить полученные из античных источников сведения, монахи стали строить бани и наблюдать за тем целебным эффектом, который банные процедуры производили на больных и страждущих.

В 1091 году епископ Ефрем, впоследствии - Киевский митрополит, повелел «заводить строение - банное врачевое - и всех приходящих безмездно врачевать». В эти же годы монах Киево-Печерского монастыря Агапий, прославившийся как искусный врачеватель, исцелял больных травами и баней. По монастырскому уставу больных полагалось мыть в бане три раза в месяц. Однако бани строили

при этом не по образцу греческого лаконикума, а по образцу народной русской курной избы.

Баня непременно была в каждой деревне, к тому же своя отдельная баня имелась почти во всех домах. Постройка ее разрешалась всем, у кого имелось достаточно земли. Указ 1649 года предписывал «мыльни строить на огородах и на полых местах не близко от хором». Домашние бани топились всего один раз в неделю, по субботам, а потому субботы считались банными днями и по ним не работали даже присутственные места.

Петр I при возведении Петербурга разрешил строить в новом городе бани всем и без всяких ограничений, в частности, за строительство бани в Петербурге не нужно было платить пошлину, как в других местах России. Позднее Петр учредил специальную банную канцелярию, в ведении которой находились бани Петербурга. Стоимость входа была низкой, чтобы каждый желающий, даже самый бедный, мог посетить баню без ущерба для своего кошелька. В государственном архиве сохранилась интересная запись о том, что 11 мая 1733 года от медицинской канцелярии получено разрешение завести в Москве лечебную баню, хозяина которой строжайше обязывали «...пользовать в той бане только наружные болезни и трудных операций без ведома и совета докторского не чинить. И за труд свой цену брать настоящую и без излишеств, дабы на него жалоб не происходило». В этих лечебных банях, запрещалось продавать горячительные напитки.

Русскую баню не сравнить ни с европейскими, ни с азиатскими купальнями. Русская баня, в отличие от них, гораздо сильнее воздействует на человека. Удивительные, острые ощущения, связанные с русской баней, запоминались надолго. Слава о русской бане-целительнице распространилась по всему миру.

Никакая баня в истории не описана иностранцами столь подробно, как русская. В более поздние времена говорить о ней почитали своим долгом едва ли не все мастера русского слова. Европейские путешественники, а позже и журналисты, попадая в Россию, считали баню одной из главных составляющих российской экзотики. Публикуя свои впечатления на Западе, приезжие европейцы способствовали тому, что образ русских неразрывно связывался с любовью к парной. Карамзин в «Истории государства Российского» приводит свидетельство иноземных путешественников, побывавших на Руси в древние времена: «Житель полуночных земель любит движение, согревая им кровь свою. Привыкает сносить частые перемены воздуха и терпением укрепляется... Презирает непогоду, свойственную климату северному... Закаляется своей огненной баней».

В начале XVII века немецкий ученый Адамус Алеариус (Олеарий) побывал в России и оставил свое свидетельство о поразившей его народной русской бане: «В России нет ни одного города, ни одной деревни, в которых бы не было парных бань. Русские могут выносить чрезвычайный жар. Ложась на банных полках, велят себя бить и тереть свое тело разгоряченными березовыми вениками, чего я никак не мог вынести. От такого жару русские делаются красные и обливаются холодной водой. Зимой же, выскочив из бани, валяются на снегу, трут им тело, будто мылом, и потом снова входят в жаркую баню. Такая перемена противоположных действий благоприятствует их здоровью».

Благодаря впечатлительным европейским путешественникам баня начала сперва робкое, а впоследствии триумфальное шествие по Европе. Среди первых очевидцев, оставивших свои записки, кроме уже упоминавшегося Алеариуса, - Джакомо Казанова, Вильям Тук (член Петербургской академии наук), английские путешественники Портер Кокс и множество других. Относительно Казановы известно, что в 1774 году он посетил Москву в компании девицы Заиры. Казанова писал: «В мае Заира сделалась исключительно прелестна. Я решил взять ее с собою в Москву. В субботу, как это принято у русских, мы отправились с нею в знаменитые русские бани. Там уже находилось около 30 человек, и все они были нагие. Однако поскольку никто ни на кого здесь не смотрит, то

никто и не чувствует себя неловко. Такое полное отсутствие чувства стыда, очевидно, свойственно людям невинным и целомудренным, какими и являются от рождения русские».

Но гораздо больше, чем простота нравов, иностранцев поражала невиданная закаленность и телесное здоровье русских.

Врач Вильям Тук, член Императорской Петербургской академии наук, писал в 1779 году в английских заметках: «Среди русских распространено всего лишь несколько болезней, и большинство они умеют лечить простыми домашними средствами и диетой. Женщины здесь рожают легко, и очень часто роды проходят в бане. Количество мертворожденных детей здесь по сравнению с другими странами исключительно малое... В целом русские знают лишь несколько медицинских снадобий. При этом очень часто вместо них русские употребляют парную баню, которая оказывает воздействие на весь организм человека. Вне всяких сомнений, тем исключительным здоровьем и долголетием, которое мы наблюдаем у русских, во многом они обязаны бане». Позже другой английский врач, Эдвард Кентиш, отмечал, что многие смертельные болезни для русских не столь фатальны, как для других народов. Он относил такую стойкость к болезням только на счет частого посещения паровой бани. Такого же мнения придерживались и многие другие иностранные врачи того времени. Так, например, врач императрицы Елизаветы Петровны испанец Санчес утверждал, что баня помогает русским от оспы, заболеваний внутренних органов, от простуды, хронических болезней, вызванных чрезмерным питьем и едой. «Не уповаю я, чтобы сыскался такой врач, который бы не признавал за полезное парную баню. Всяк ясно видит, сколь бы счастливо было общество, если б имело нетрудный, безвредный и столь действенный способ, чтоб оным могло не токмо сохранять здравие, но исцелять или укрощать болезни, которые так часто случаются. Я с моей стороны только одну Российскую баню, приготовленную надлежащим образом, почитаю способною к принесению человеку столь великого блага. Когда помышляю о множестве лекарств из аптек и из химических лабораторий, выходящих и привозимых изо всех стран света, то толику кратно желал я видеть, чтобы половина или три четверти оных, всюду великими расходами сооружаемых зданий, превратились в бани Российские, для пользы общества». В конце жизни, уехав из России, Санчес способствовал открытию русских парных бань во всех столицах Европы.

Баня вернулась в Европу лишь в XVIII веке. Петр I, посетивший Амстердам и Париж, велел соорудить там бани для сопровождавших его солдат. А после 1812 года оставшиеся в живых участники наполеоновского похода привезли вест о бане во Францию. В 1818 году в Берлине открылась первая баня по типу русской. Вскоре после этого германские врачи проявили к последней академический интерес. Было опубликовано несколько научных работ, посвященных этому новшеству. В последующее десятилетие открылось множество банных заведений в более чем 20 германских городах, а также в Вене, Лионе, Париже, Праге. Популярность русской бани была велика, несмотря на начавшуюся индустриализацию, появление в XIX веке таких удобств, как домашний душ и ванная.

Историки подсчитали, что в первой трети XIX века в Москве было 1 500 частных и 70 казенных бань. Перед революцией в Российской империи насчитывалось около тысячи больниц и других лечебных учреждений, и при каждом имелась баня, ее назначали для лечения и профилактики в соответствии с рекомендациями ученых- физиологов. Парную назначали для лечения многих болезней: хронического, мышечного и суставного ревматизма, подагры, ожирения, водянки, некоторых болезней костей. Некоторые исследователи отмечают, что если бы не трагические события начала XX века, надолго отгородившие русскую народную культуру от всего остального мира «железным занавесом», то нарицательным понятием во всех языках мира стала бы именно «баня», а не «сауна».

С русской баней связано не только понятие о русском характере и русской душе, но и множество обрядов, обычаев, верований. Многие из них уходят корнями в далекое дохристианское прошлое. Дух бани - банник - это разновидность домового. Если банник показывается на глаза - что-то неблагополучно в доме или же его обидело поведение того, кто парится. Считалось, что в бане нельзя говорить громко, клясться, ругаться и вести себя непристойно. В бане, где сходятся вместе три стихии - огонь, воздух и вода, - непременно водится нечистая сила. Здесь ворожили, гадали, творили заговоры, изгоняли хворь, лечили от сглаза.

Без бани не обходилось ни одно важное событие в семейной жизни. Как уже говорилось, в деревнях роды женщин часто происходили здесь. Накануне свадьбы подружки невесты обязательно парили ее в бане. Кое-где в XIV-XVII веках существовал обычай отправлять в парную жениха и невесту вместе на второй день свадьбы. Это должно было обеспечить им счастливую совместную жизнь и многочисленное потомство. Даже на поминках - и то нашлось место бане. Друзья умершего, принимавшие участие в похоронах, шли сюда после похорон и на сороковины. На могиле умершего иногда оставляли банный веник: это должно было символизировать очищение его души перед Богом.

Существует три основные разновидности русской бани: «по-черному», или курна, «по-белому», а также баня в русской печи - лазня, влазня.

Баня по-черному самая древняя. Из-за отсутствия дымохода ее стены бывали дочерна закопчены, откуда и произошло такое название. Баня по-черному представляла собой маленькую бревенчатую избу с очень низким потолком. В предбаннике ставились лавки для отдыха и вешались крюки для одежды. В парной имелаась печь, полки высотой метра полтора и лохань с водой. Печь-каменка располагалась в углу и топилась дровами. Над печью имелось маленькое окно. Когда баню топили, дым шел непосредственно в комнату, заполнял парную и выходил в открытое окошко. После того как дрова сгорали и выветривался весь угар, окошко закрывали и мокрым веником обтирали стены и потолок, удаляя лишнюю копоть. От распаренного дерева, достигшего температуры воздуха, шел специфический банный аромат. На камни плескали воду, и помещение наполнялось отменным жаром. После этого можно было париться лежа на полке, хлестая себя веником, время от времени выбегая на свежий воздух, окунаясь в воду или в снег. Мылись обычно в самой бане, стоя на полу в лохани и поливая себя из ковша. Баня «по черному» была распространена от западных границ России до Крайнего Севера. Она очень легко строилась, поэтому при освоении нового места во время постройки дома семья иногда долго ютилась в бане, которая возводилась в первую очередь и в считанные дни.

В некоторых районах России получила широкое распространение баня... в печи. Печные устья в старинных русских домах имели очень широкие своды: полметра в высоту и полтора метра в глубину. В этих печах пекли хлеб или варили в больших чугунных котлах щи. Когда кулинарный процесс был окончен, угли из печи полностью выгребались, стены обтирались от сажи и копоти мокрой тряпкой, и все, парная готова! Человека, желающего принять баню, засовывали внутрь на специальных досках или на широкой лопате и закрывали за ним заслонку. С собой купальщик брал лоханку с водой и веник. Плеснув водицей изнутри на стены, можно было поддать хорошего жару! До повсеместного распространения мыла для мытья использовали щелок - разведенную золу. Им же стирали белье.

Позднее появилась и баня «по-белому», которая обладала более совершенным устройством печи и наличием дымохода. Во время топки дым в помещение парной уже не попадал, а выходил через печную трубу наружу. Когда дрова прогорали и превращались в угли, заслонку в печи закрывали, и можно было непосредственно приступить к банной процедуре. На раскаленные камни из ковшика плескали воду, квас или травяные настои. В городах в основном строилась бани «по-белому». По этому же принципу возводились и

общественные бани которые отличались от индивидуальных только размерами.

Сначала баню строили только из бревен, но потом появились бани из кирпича. Первое упоминание о кирпичной бане мы находим в летописи 1090 года, а построена она была в городе Переяславле.

Считается, что баня «по-черному» оказывает более сильное воздействие на организм человека, чем баня «по-белому». Во-первых, это связано с тем, что температура в первой выше, а жар держится дольше. Кроме того, существует убеждение, что дым, который окуривает стены, содержит антисептические вещества.