

РУССКАЯ БАНЯ

На Руси бани также известны с давних времен. Например, в уставе великого князя Владимира (966 г.) бани числились как “заведения -для немогущих”. По всей России, в селах и городах на берегах рек, озер и ручьев строили **парные бани**. Русская парная баня представляла собой деревянную избу, в которой расположены два помещения: раздевальное и парильное отделения. В парильне размещалась каменка — печь с камнями.

Русская баня имеет две разновидности: с топкой “**по-черному**” и “**по-белому**”. Топка “**по-черному**” самая древняя, но она сохранилась до наших дней в некоторых областях, например в Сибири. Печь топят без дымовой трубы, дым выходит через открытое окно парильни. Когда каменка хорошо разогрета, топку прекращают, баню проветривают, стены окатывают водой, затем закрывают окна и двери и поддают воду в каменку для образования пара. Такая баня имеет особый дух за счет воздействия дыма на деревянные конструкции сруба.

Баня с топкой “**по-белому**” распространена по всей территории нашей страны. В ней дым из каменки отводится через трубу, благодаря чему атмосфера в парильне не загрязняется, проветривания парильни и обмывки стен не требуется. Такая баня более гигиенична и современна.

У русской бани есть еще одна разновидность, которая встречается в степных и безлесных районах, где нельзя построить бревенчатое помещение. В русской печи после выпечки хлеба выгребают золу, настилают доски и забираются внутрь, куда заранее помещены ведро с водой и веник. При увлажнении горячих стенок печи водой образуется пар.

ИСТОРИЯ РУССКОЙ БАНИ

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 сначала считалась символом преодоления всего дурного, что может окружать человека в земной жизни, а в более позднее время она стала олицетворением гостеприимства и домашнего очага. В русских сказках Иванушка требует от Бабы-Яги сначала попарить его в баньке, накормить, напоить да спать уложить, а затем уже расспросы вести. Эти представления о гостеприимстве сохранились в деревнях вплоть до наших дней, и сейчас гостя, постучавшегося в дом, в первую очередь отведут попариться в баньку, а затем предложат стол и постель.

Непременный атрибут русской бани — березовый веник — хлещет разгоряченные тела во всю мощь. Кажется, что это не баня, а пытка. Так и думали во все времена чужеземцы, попавшие в настоящую русскую баню. В парной под ударами веников им казалось, что «смерть их пришла и стоит на пороге». А вот после баньки иностранцы отмечали, что чувствуют себя превосходно. Удивительные, острые ощущения, связанные с русской баней, запоминались надолго. Слава о русской бане-целительнице распространилась по всему миру.

Устройство бань не претерпевало никаких принципиальных изменений в течение долгого времени, осталось оно таковым и по сей день. Изменилось лишь конструктивное воплощение.

Бани представляли собой небольшую деревянную избушку, срубленную из цельных бревен. Баньки старались ставить около водоемов, чтобы не испытывать трудностей с водой. Внутреннее устройство бани таково: примерно треть всего помещения

занимает печь-каменка. В ее топке разжигается огонь, который нагревает положенные сверху камни, а также отапливает помещение бани. Когда камни раскалятся, огонь гасят, трубу закрывают заслонкой и парятся, поливая камни водой, чтобы образовывался пар. Парятся, взбираясь на полки (ударение на второй слог), которые представляют собой нечто вроде лестницы с четырьмя-пятью широкими ступеньками. Чем выше на полку забирается человек, тем жарче и «ядренее» пар. На верхнем полке, почти под потолком, рискуют париться только самые выносливые и крепкие парильщики, которым нипочем стоградусная жара.

Это так называемая белая баня. Сначала, еще до появления белых бань, наши предки столетиями топили баньки по-черному.

Печь в черной бане была без трубы, так что дым и копоть поступали непосредственно в парилку.

Естественно, после первой же попытки истопить баньку стены и потолок парной становились закопченными, и копоть эта совершенно не поддавалась удалению. Вот за этот черный цвет стен и потолка баня и получила свое название. После того как баня натопится, все окна и двери открываются для того, чтобы дым вышел наружу и воздух в парилке стал свежее. Конечно, никто не начинал париться до тех пор, пока весь дым не выветрится, иначе в такой бане запросто можно было угореть. Проветрив баньку, ее надо подготовить к тому, чтобы можно было в ней париться. Для этого баню «опаривают»: специальным скребком проводят по стенам, смывают лишнюю копоть, окатив стены горячей водой из шайки, и только после этих манипуляций «поддают пару», плеснув воды на каменку. Вот этот способ париться и получил название «черного».

Настоящих знатоков такой бани сейчас осталось мало, но они есть.

«С ЛЕГКИМ ПАРОМ!!!»