

М.В. Бондарь

ТРАДИЦИИ И КУЛЬТУРА ПИТАНИЯ НАРОДОВ МИРА

Модуль 1

**КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
В ФОРМИРОВАНИИ ТРАДИЦИИ ПИТАНИЯ**

Учебное пособие

Министерство образования и науки Российской Федерации

Владивостокский государственный университет
экономики и сервиса

М.В. БОНДАРЬ

ТРАДИЦИИ И КУЛЬТУРА ПИТАНИЯ НАРОДОВ МИРА

Модуль 1

**КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
В ФОРМИРОВАНИИ ТРАДИЦИИ ПИТАНИЯ**

Учебное пособие

Владивосток
Издательство ВГУЭС
2016

УДК 02(075.8)
ББК 36.997(0+75.81)
Б81

Рецензенты: *Г.Н. Домбраускене*, д-р культурологии
Бойцова Т.М., д-р техн. наук, профессор

Бондарь М.В.
Б81 **Традиции и культура питания народов мира.**
Модуль 1. Культурологические основы в формировании традиции питания [Текст]: монография / М.В. Бондарь. – Владивосток : Изд-во ВГУЭС, 2016. – 120 с.

Учебное пособие включает разделы, посвященные теоретическим основам культурологии как важного этапа в осмыслении формирования культуры питания народов мира; а также вопросам формирования традиций питания в аспекте материально-бытовой культуры. Особое внимание уделяется знакомству с процессами религиозного влияния на культуру питания, которые сформировали обрядовые и праздничные традиции в мире христианства, ислама, буддизма и многих других вероисповеданий. Изучение материала учебного пособия открывает для молодого специалиста возможности более объективного понимания, прогнозирования и удовлетворения потребностей гостей гостиниц, ресторанов и туристских предприятий.

Для студентов по направлению подготовки 43.03.02 «Туризм», 43.03.03 «Гостиничное дело». Может использоваться в качестве дополнительного материала для изучающих культурологические дисциплины.

УДК 02(075.8)
ББК 36.997(0+75.81)

© Владивостокский
государственный университет
экономики и сервиса, издание, 2016

© Бондарь М.В., текст, 2016

ВВЕДЕНИЕ

О развитии туризма как важной части социально-экономических мировых процессов, всё чаще говорится в области науки и бизнеса. Жизнеспособность туризма во многом зависит от общих законов эпохи глобализации, которые успели нивелировать или размыть границы между ценностями различных культур прошлого и настоящего времени. Требования интеграции и глобализации современной экономики частично или полностью ведут к утрате специфических особенностей материально-бытовой и духовной культуры народов мира. Поэтому на сегодняшний день чрезвычайно актуальными остаются вопросы воспитания и сохранения у молодых специалистов сферы туризма и гостиничного дела знаний и глубокого уважения к традициям и обычаям разных народов. Их профессиональная деятельность требует не только высокой квалификации при решении производственных задач, но и определенного уровня культуры во всех её проявлениях. Последнее особенно важно, т.к. сфера деятельности специалиста находится в области коммуникаций, в том числе межкультурных.

Важным аспектом деятельности в сфере туризма и гостинично-ресторанного бизнеса является понимание, прогнозирование и удовлетворение ожидаемых потребностей клиентов. Поэтому изучение курса дисциплины «Традиции и культуры питания народов мира» поможет специалисту выбирать необходимые и своевременные решения в вопросах сервисного обслуживания гостей и туристов. При этом важную роль выполняет подготовка студента в логике культурологических основ, позволяющих комплексно и объективно понимать специфику национальных традиций с учётом культурных, исторических, религиозных и природно-географических условий. Знания в области культуры способствуют формированию высокой профессиональной культуры и этики в области гостеприимства и питания.

Целью дисциплины «Традиции и культура питания народов мира» является формирование основ комплексного представления о мировой культуре и традициях гостеприимства. Согласно поставленной цели были определены следующие задачи:

- изучить теоретические основы культурологии как важного этапа в осмыслении и формировании культуры питания народов мира;

- рассмотреть феномен традиции питания в аспекте материально-бытовой культуры;
- проанализировать различные факторы формирования национальной культуры питания;
- ознакомиться с процессами религиозного влияния на культуру питания, которые сформировали обрядовые и праздничные традиции в мире христианства, ислама, буддизма и многих других вероисповеданий.

Структурно учебное пособие состоит из 3 глав. В конце каждой даны вопросы для самоконтроля.

Глава 1. КУЛЬТУРА В АСПЕКТЕ ОСМЫСЛЕНИЯ ПРЕДПОСЫЛОК ФОРМИРОВАНИЯ ТРАДИЦИЙ В ПИТАНИИ

1.1. Теоретические основы культуры в системе научных знаний

Прежде чем приступить к изучению процессов формирования и развития культуры питания, необходимо уделить внимание некоторым теоретическим аспектам понятия культуры. Также полезным окажется знакомство с примерами различных концептуальных научных позиций, которые подготовят почву для создания более полной и глубокой картины об одной из важнейших составляющей материальной культуры – питании. Исторически понятие культуры прошло свой путь эволюции. Так, слово «культура» (лат. *cultura*) первоначально означало «возделывание, обработку земли», но уже в Древнем Риме появилось более ёмкое толкование – *culture animi*, что в переводе означало совершенствование души. В трактате известного римского писателя и общественного деятеля Катона Старшего (234–149 гг. до н.э.) говорится о земледелии как о «культуре возделывания почвы, ухода за участком, требующего не только приложения чисто физических усилий, но и любви к земле, к природе, к растениям, возвращенным на обработанном участке. Иначе говоря, *agriculture* уже с самого начала соединяла воедино человека и мир, его окружающий. Изменяя, культивируя природу, человек вносил в неё частицу своей души и тем самым изменял, совершенствовал и самого себя.

Римский философ и оратор Цицерон (106–43 гг. до н.э.) соотносил понятие культуры с разумом. Он утверждал, что «культура ума есть философия» и тем самым подчёркивал, что только в философском знании может быть осуществлено стремление человека к самореализации, к творчеству, познанию, участию в общественной жизни.

В период распада Римской империи, на закате античности, возникло философско-нравственное учение стоицизма, которое провозгласило независимость духовного мира личности от внешних условий и обстоятельств. Сенека, один из основоположников стоицизма, римский фило-

соф, поэт и общественный деятель (ок. 4 г. до н.э. – 65 г. н.э.) отождествлял культуру с неустанным стремлением человека к нравственному самосовершенствованию, с готовностью мужественно переносить все превратности судьбы.

В эпоху Средневековья понятие культуры трансформировалось в понятие культа, которое означало не только преклонение перед Богом, но и почитание нравственных качеств, позволяющих человеку приблизиться в своём совершенстве к Богу. Таким образом, культура соотносилась со способностью человека раскрывать свой собственный потенциал через любовь к Богу.

Наряду со сложившимися представлениями о том, что средневековый культ был обращён к Богу, это всё же относилось именно к человеку, поскольку любовь к Богу выступала своеобразной мерой совершенства самого человека. На этой основе сформировались представления о рыцарстве, олицетворяющие культ таких нравственных добродетелей, как честь, способность восхищаться красотой и поклоняться ей.

В эпоху Возрождения культура ориентировалась на универсальное развитие человека, всесторонность его образования и воспитания, гармонию человека и природы. Возрождались античные представления о культуре как «пайдеи» (греч. *paideia* – всестороннее гармоническое развитие личности и общества), своеобразного, по мысли древнегреческого философа Платона (428 или 427–348 гг. до н.э.), руководства по изменению человеком своей собственной сущности. Мыслители эпохи Возрождения создали культ прекрасного человека, стремящегося к достижению гармонии, физического и духовного совершенства.

Эпоха Просвещения рассматривала культуру через призму духовного становления человека. Например в эпоху Просвещения – Г. Лессинг (1729–1781), И. Гердер (1744–1803), Ж.-Ж. Руссо (1712–1778), Ф. Вольтер (1694–1778), Д. Дидро (1713–1784) –признавали самобытность, уникальность и неповторимость культуры каждого народа и нации и считали, что национальное своеобразие культур не может затмить, а тем более скрыть глубинный смысл общечеловеческой культуры.

Своё дальнейшее развитие в философии культуры получили труды многих немецких классиков, в том числе таких выдающихся, как И. Кант (1724–1804), Г.Ф. Гегель (1770–1831), Ф.Н. Шеллинг (1775–1854) и И.Ф. Шиллер (1759–1805) и др.

Теория культуры К. Маркса подчёркивала необходимость рассмотрения культуры в непосредственной связи с обществом, с производством материальных и духовных ценностей. В процессе трудовой деятельности происходит формирование человека, его физическое и духовное, более гибкой становится его мысль, а формы общения и деятельности – более содержательными и разнообразными.

В конце XIX – начале XX в. на смену рационалистической концепции культуры пришёл иррационализм в лице его наиболее видных и значительных представителей: А. Шопенгауэр (1788–1860), Ф. Ницше (1844–1900), С. Кьеркегор (1813–1855), А. Бергсон (1859–1941). Для Шопенгауэра культура есть одна из возможных форм всеобщей, универсальной воли к жизни, присущей и неживой и живой природе, и человеку. По Шопенгауэру, история человеческой культуры есть смена форм, уровней и способов реализации воли к жизни.

Ф. Ницше ставил задачу переосмысления всех выработанных многовековым развитием человечества культурных ценностей и создания качественно новой культуры, носителем которой должен стать «сверх-человек», выражающий собой всю полноту, завершенность и совершенство космической «воли к власти».

Таким образом, экскурс по эпохам показал, что каждый новый этап многогранного и многозначного исторического процесса развития человечества вносил свои изменения и коррективы по отношению человека и общества к проблемам культуры, а также методам их решения.

Определений культуры, претендующих на раскрытие сущности данного понятия, множество. Вместе с тем, слово «культура», уже давно перешедшее в широкую языковую категорию со своей спецификой, в его современном значении раньше, чем в других европейских языках, утвердилось в Германии в конце XVIII столетия. Тогда оно имело два смысловых оттенка. В первом случае «культура» рассматривалась как вечное, материальное достояние человека (близкое ему по смыслу понятие «цивилизация» ассоциировалось с социальными установлениями, правами и свободами). Второй оттенок – духовное богатство личности – обозначалось чаще словом «билдунг» – образование.

В России многочисленные статьи на философские и исторические темы, опубликованные до середины XIX века, сегодняшнее значение «культуры» передавалось словами «образованность», «гуманность», «просвещение», «воспитанность» и т.п. Круг понимания данного понятия расширялся быстрыми темпами: если до 1919 г. было дано всего 7 определений культуры, к 1950 г. их было уже 150, то к концу XX в. насчитывалось свыше 400 определений данного понятия.

С.С. Аверинцев, В.Д. Губин, В.В. Иванов, Л.Е. Кертман, М.С. Каган, Ю.М. Лотман, Э.С. Маркарян, В.М. Межуев, Г.О. Нодиа, В.И. Полищук и другие представители отечественной литературы в определении культуры подчеркивали либо философско-антропологическую, либо философско-историческую, либо социологическую природу данного феномена. Так, В.М. Межуев утверждал, что «мир культуры – это мир человека», Э.С. Маркарян видел в культуре «внебиологически выработанный способ деятельности», В.С. Стёпин отмечал, что «культура – это

геном социальной жизни», поэтому чтобы возник новый тип общества, «должна возникнуть новая культурная матрица» и т.д.

Несмотря на различные варианты трактовки понятия культуры, всё же их объединяют общие функции: культура хранит, транслирует и генерирует программы деятельности, поведения и общения людей. В жизни общества они играют примерно ту же роль, что и наследственная информация (ДНК, РНК) в клетке или сложном организме. Культура понимается как напряженная связь прошлого, настоящего и будущего. И не случайно, психологи уже давно пишут о кризисе посредничества: нельзя передавать то, чем не владеешь сам.

В качестве «рабочего» определения культуры при изучении учебной дисциплины «Традиции и культура питания народов мира» можно предложить следующее: культура – это исторически определенный уровень развития общества и человека, выраженный в типах и формах организации жизнедеятельности людей, а также в созданных ими материальных и духовных ценностях. Однако обращаем внимание на то, что данную трактовку не принято рассматривать в качестве универсального отражения сущности культуры.

Деятельность человека включает в себя культуросотворческую и культуроросизидательную природу в двух основных формах – материальной и духовной. Материальная культура охватывает всю сферу материально-производственной деятельности человека и её результат: орудия труда, жилище, предметы быта, одежду, транспорт. Духовная культура – сфера духовного производства и его результат: наука, нравственность, воспитание и просвещение, право, философия, искусство, фольклор, религия.

Не менее актуален такой культурологический аспект, как культура и общество, культура и история. В культурологической литературе всё больше размышлений об изначальной враждебности культуры человеческой природе. Эти представления разрабатывают ряд философских направлений (психоанализ, философская антропология, социобиология). Так, современные философские антропологи предупреждают: социальность, точно железный обруч, сковала природные импульсы человека.

Ответы на эти и многие другие вопросы, связанные с анализом культуры, мы можем найти во многих областях научного знания, прежде всего, в социологии, психологии, истории, этнологии, археологии, семиотике. Так, археология изучает памятники культуры: жилища древних народов, их утварь, одежду, погребения; этнология – наиболее характерные особенности и типы культурно-хозяйственной деятельности народов, их обряды, традиции, верования; психология – духовный мир личности, её эмоционально-психологическое отношение к ценностям и идеалам общества; семиотика – язык культуры, его семантическое поле и т.д.

Опора на культурологические основы необходима при изучении такого отдельного научного раздела, как «традиции и культура пита-

ния», поскольку позволяет дать не фрагментарное, а целостное представление. Проследивая исторически складывающиеся типы культур, культурология раскрывает внутренний механизм и закономерности культурогенеза. Акцентируя внимание на системном характере культуры, она не исключает, а подчёркивает её дифференцированность, самобытность и уникальность для каждой исторической эпохи, каждого поколения и каждого народа.

В настоящее время культурология как интегрированная область знания включает в себя историю и теорию культуры. История культуры исследует процесс преемственности в культурном развитии исторических эпох, стран и народов, даёт богатую информацию о многообразии культурных ценностей, о вкладе народов в мировую общечеловеческую культуру, о трудностях и противоречиях культурно-исторического развития общества. Поэтому история культуры характеризуется как концентрированная социальная память людей. В свою очередь теория культуры изучает сущность культуры, закономерности её развития, различные аспекты взаимоотношений природы, общества и культуры, творческий потенциал личности как субъекта культуры.

Кроме основных составляющих частей в теории культуры (таких, как философия, аксиологии и социологии) существует целый спектр вопросов, составляющих проблематику эстетического и этического характера. К примеру, раздел об эстетической культуре личности и общества раскрывает сущность эстетического сознания, многообразие форм, методов и стилей художественного творчества, искусства, духовной культуры. Этика исследует особенности нравственной культуры и нравственного сознания, которые реализуются в таких основных категориях нравственности, как совесть, честь, долг и др.

Структура культуры в качестве термина употребляется для объяснения строения культуры, включающей субстанциональные элементы, которые опредмечиваются в ее ценностях и нормах, функциональные элементы, характеризующие сам процесс культурной деятельности, различные ее стороны и аспекты. Структура включает в себя систему образования, науку, искусство, литературу, мифологию, нравственность, политику, право, религию, сосуществующих между собой и составляющих единое целое. В рамках культурологии сегодня исследуются и такие ее структурные элементы, как мировая и национальная культура, классовая, городская и сельская, профессиональная, духовная и материальная. В свою очередь каждый из этих элементов может делиться на другие, более дробные.

Функции культуры – это совокупность ролей, которые выполняет культура по отношению к сообществу людей, порождающих и использующих ее в своих интересах. Функции культуры социальные, т.е. обеспечивают коллективный характер жизнедеятельности людей, а также

определяют или корректируют почти все формы индивидуальной активности человека в силу его связанности с социальным окружением. Функции культуры могут быть выстроены в иерархическую структуру от наиболее общих до сравнительно частных.

Основная (человекотворческая). Человек живет не в природе, а в культуре, в ней он сам себя познает. Здесь есть моменты миропонимания, формирования, воспитания и социологизации человека. Иначе она еще называется преобразующей функцией, поскольку освоение и преобразование окружающей действительности являются фундаментальной потребностью человека.

Информационная. Обеспечивает процесс культурной преемственности и различные формы исторического прогресса. Проявляется в закреплении результатов социокультурной деятельности, накоплении, хранении и систематизации информации. Особо оценивается представителями семиотического подхода к культуре. Вырабатываются знания о мире и о себе, осуществляется передача знаний, формируется коммуника.

Познавательная функция. Потребность в ней вытекает из стремления любой культуры создать свою картину мира. Существуют как теоретические, так и практические формы познания, в результате которых человек получает новое знание о мире и самом себе.

Коммуникативная функция. Коммуникация – это процесс обмена информацией между людьми с помощью знаков и знаковых систем. Культура продуцирует конкретные правила и способы коммуникации.

Нормативная (регулятивная или защитная функция) является следствием необходимости поддержания определенного сбалансированного отношения человека и окружающей среды как природной, так и социальной. Она обусловлена необходимостью поддерживать равновесие и порядок в социуме, приводить в соответствие с общественными потребностями и интересами действия различных социальных групп и индивидов. Культура создает нормы – юридические, технические, этические, экологические и др., устанавливает табу, позволяет регулировать формы отношений, законы, порядок. История нормативных актов – это часть исторической культуры.

Знаковая. Знаки вербальные и невербальные системы образов культур народов. Их знание и прочтение определяет семиотическая функция.

Ценностная (аксиологическая). Культура показывает значимость или ценность того, что в одной культуре ценно, в другой таковым не является.

Духовно-нравственная – воспитательные роли культуры.

Потребительская (релаксационная). Функция снятия стресса, напряжения. Долгое время эта функция недооценивалась. Форма трансляции познавательного социального опыта.

«Типология» (происходит с греческого *typos* – форма, образец и *logos* – знание) означает учение об образцах или формах культуры. В широком смысле слово «тип» означает совокупность наиболее общих, существенных признаков, характеризующих то или иное явление, или совокупность родственных, идентичных явлений. Применительно к культуре понятие типа означает совокупность наиболее общих свойств, признаков, определяющих место той или иной культуры в мировом культурологическом и цивилизованном процессе.

Считается, что каждому крупному историческому этапу соответствует свой тип культуры. Так, у историков давно выработано и до сих пор действует деление культур на первобытную, культуру древних цивилизаций, средневековую, культуру эпохи Возрождения, Нового времени и современную (индустриальную и постиндустриальную). В основании такого деления, согласно марксистской концепции, находятся различия в характере орудий труда, способах производства и отношениях между людьми, складывающихся в процессе производства (рабовладельческих отношений, феодально-крепостнических, буржуазных и др.). Эти отношения и определяют особенности культур разных типов. Однако такая типология, принятая в истории европейской цивилизации, не учитывает или слабо учитывает региональную специфику культур. Поэтому типологию обычно дополняют делением культур на Западные и Восточные, реже – на культуры Севера и Юга.

Были попытки типологизировать культуры более комплексно, исходя из основных типов хозяйствования (охотничье-собираТЕЛЬские культуры, скотоводческие, земледельческие). В развитие, скажем, древних цивилизаций в разных местах Земли огромную роль играли великие реки (Нил, Тигр и Ефрат, Хуанхэ и др.). На этих реках складывались мощные ирригационные системы (обеспечивающие высокоэффективное земледелие) и возникали речные земледельческие, вертикальные культуры, при всех различиях во многом схожие. Они (Древний Египет, Древняя Индия, Месопотамия и др.) схожи по устремлённости к обожествлению Солнца и Неба, по жёстко централизованному деспотическому характеру управления, по существенной замкнутости, малой продуктивности движения вдаль и вширь. Для всех этих культур характерно, к примеру, развитие архитектуры, устремлённой ввысь, к небу, выражающей сверхчеловеческий масштаб могущества власти божественных правителей.

В то же время культура Древней Греции является морской и торговой, резко отличающаяся от культур речных земледельческих. Она отличается устремлённостью к распространению вдаль и вширь, тяготением к более «демократическим» способам управления, утверждением значимости человека, порой как бы соревнующегося с богами. Архитектура Древней Греции и её искусство ориентированы на человеческий

масштаб. Сами боги вобрали в себя облик прекрасных совершенных людей.

Надо отметить, что единой устойчивой исторической типологии культур не существует. Типологизируют культуры исходя из целей исследования или для удобства описания культурно-исторического процесса. Наряду с историческим подходом к изучению культур человечества важно обращение к этнонациональным, региональным и социальным аспектам. Этнографический подход раскрывает самобытность культур Востока и Запада, Севера и Юга, городской и сельской культур. Применяя социальный критерий в оценке культуры, можно говорить о культуре различных классов, социальных групп, раскрывая сущность таких понятий, как «народная культура», «аристократическая культура», «крестьянская культура», «пролетарская культура» и др. Например, в средневековье выделялась так называемая куртуазная, рыцарская культура.

Этнонациональный критерий выявляет богатейшую палитру культурного развития более двух тысяч этносов, существующих в современном мире. Сегодня в связи со значительным усилением миграционных процессов можно говорить об особенностях культуры диаспоры, когда основы собственной культуры порой чрезвычайно причудливым образом сливаются с элементами культуры тех народов, на территории которой которых живёт данная диаспора. Только на территории Краснодарского края проживает более ста диаспор, самой многочисленной которой является армянская. Свято сохраняя свои культурные корни, историю и содержание национальной культуры, армяне, вместе с тем, ассимилировали многие элементы культуры других народов: русских, адыгейцев, греков, ассирийцев.

Существует также субкультурный подход, при котором в качестве критериев типологизации рассматриваются образ жизни, особенности различных, в том числе и религиозных культов, символика речевого общения и т.д. В данном случае можно говорить, например, о молодёжной субкультуре (культуре хиппи, фанов, панков и пр.), культуре андеграунда, или подпольной культуре (например, культуре фашиствующих молодёжных групп), эзковской, т.е. культуре преступного мира, с особенностями сложившихся в ней традиций, норм и правил общения, языковых штампов и т.п.

1.2. Полисемантическая природа понятия «цивилизация»

Понятие «цивилизация», как и понятие «культура», полисемантически (семантика – изучает знаковые системы как средство выражения смысла) и употребляется в самых различных смысловых значениях. Нередко используются словосочетания «цивилизованное государство»,

«цивилизированный народ», «цивилизированное общество», «цивилизированное поведение», «цивилизированные способы разрешения конфликта», «цивилизированное решение какого-либо вопроса» и т.д., каждый раз придавая слову «цивилизация» конкретный, значимый для той или иной ситуации смысл.

Изначально слово *civis* (гражданин) и однокоренные с ним слова появились в Риме для обозначения и отличия городского жителя от сельского. Позже среди слов этой группы появляются значения, указывающие на принадлежность к городу, отечеству, государству, на соблюдение некой, извне заданной, нормативности. Однако само слово «цивилизация» в языке появилось сравнительно недавно. Как и *культура*, слово *цивилизация* пришло в научный контекст в XVIII в. и долгое время употреблялось как тождественное.

Видный представитель школы «Анналы» Люсьен Февр [35, с. 239] отмечает, что только в 1766 г. мы обнаруживаем это слово в напечатанном виде. Однако до того, как родилось имя существительное в литературе, уже употреблялся глагол «цивилизовать» и причастие «цивилизированный». Декарт в «Рассуждении о методе» явно противопоставляет понятия «цивилизированный» и «дикий».

Введение слова «цивилизация» в научный лексикон связано с именем известного французского учёного Мирабо, который, отвечая на вопрос о сущности цивилизации, писал: «Цивилизация есть смягчение нравов, учтивость, вежливость и знания, распространяемые для того, чтобы соблюдать правила приличий и чтобы эти правила играли роль законов общежития, всё это имеет маску добродетели, а не её лицо. Цивилизация ничего не совершает для общества, если она не даёт ему основы и формы добродетели» [2а, с. 72]. Но если цивилизация лишь маска, то, что такое истинное лицо, скрывающееся под этой маской? По всей видимости, речь идёт о культуре, как первоизданном лике народа, исторической эпохи. Так впервые обозначилось различие между понятиями «культура» и «цивилизация», соответственно, возникла проблема их соотношения.

Впоследствии «цивилизация» становится многозначным понятием. Нередко говорится о человеке – цивилизованный. В этом значении термин впервые появился во Франции в XVIII в. в трудах Вольтера. Стали создаваться различные теории цивилизации. В 1827 г. появились работы «Мысли о философии человечества» И. Гердера и вышли «Принципы философии истории» Дж.-Б. Вико. Но особенно завладел самим понятием «цивилизация» Франсуа Гизо, который писал о том, что человеческая история может рассматриваться только, как собрание материалов, подобранных для великой истории цивилизации рода человеческого.

Гизо был убеждён, что у человечества общая судьба, что передача накопленного человечеством опыта создаёт всеобщую историю челове-

чества. Стало быть, есть цивилизации. Их нужно изучать, анализировать, анатомировать. Но над ними есть ещё цивилизация и её прогресс. Цивилизация, по Гизо, состоит в основном из двух элементов: из некоторого уровня социального развития и уровня развития интеллектуального.

В XIX в. значение этого слова было расширено и помимо обладания воспитанностью и навыками, помогающими достичь «цивилизованного поведения», оно стало применяться и для характеристики стадий развития человечества. Люис Морган выразил эту идею в названии своей книги «Древнее общество, или Исследование путей человеческого прогресса от дикости через варварство к цивилизации» (1877).

Хотя эти два понятия – «культура» и «цивилизация» – достаточно жёстко разграничены, не существует наличия чёткой границы между ними. Чем ближе они соприкасаются и даже взаимопроникают друг в друга, тем с большим основанием мы можем говорить о высоком уровне как культуры, так и цивилизации.

Для выработки более или менее точного определения «цивилизация» необходимо изучение крупных социальных и культурных феноменов, существующих в виде целостностей, т.е. макроисторическое исследование. Н. Данилевский называл такие феномены культурно-историческими типами, О. Шпенглер – развитыми культурами, А. Тойнби – цивилизациями, П. Сорокин – метакультурами. Все эти социальные и культурные суперсистемы не совпадают ни с нацией, ни с государством, ни с какой-либо социальной группой. Они выходят за пределы географических или расовых границ. Однако, подобно глубинным течениям, они определяют характер всех более мелких образований и являются подлинными, целостными единствами в массе социальных и культурных феноменов.

Сегодня проблема цивилизаций ставит перед исследователями новые актуальные задачи, решение которых предполагает научный подход и философскую проработанность. К числу таких проблем относится сущность кризиса в культурах, в частности в западноевропейских. Соответственно этому вытекает вопрос о будущем западного мира. В ряд других проблем вошли такие, как: усиление культурной идентичности и всплеск национализма; отношение современного человека к религии, технике, науке; взаимоотношения Востока и Запада и т.д.

Цивилизация – вполне оправданная, хотя и условная единица трактовки истории, некий условный теоретический конструкт. Однако не следует выдавать этот идеальный тип за безусловную эмпирическую реальность. Подтверждением данного соображения служит тот факт, что никто не может сказать, сколько же цивилизаций на Земле. Один и тот же исследователь может называть разное число цивилизаций. К примеру, А. Тойнби начинал в своём исследовании с 21 цивилизации,

потом увеличил до 26, но к концу своего огромного 9-томника «Постижение истории» теряет восемь цивилизаций, как бы не замечая этого.

Вопрос о том, сколько их было – 100 или 13 – не столь важен. Важнее выделить укрупнённую единицу анализа – культурно-исторический тип цивилизации. Например, определение типов цивилизации можно осуществлять по следующим признакам:

- общность и взаимозависимость историко-политической судьбы и экономического развития;
- взаимопереплетение культур;
- наличие сферы общих интересов и общих задач с точки зрения перспектив развития.

Также в выработке определения понятия «цивилизация» и оценки конкретных цивилизаций многое зависит от позиции исследователя. Любой учёный-эмпирик, например, кавказовед, филиппинист, кореевед, тюрколог и т.п., предлагает свои коррективы к налаженной схеме и тем самым утверждает относительный и наводящий характер категории цивилизации. И каждый по-своему прав.

Необходимо отметить, что существенно новое в интерпретацию термина «цивилизация» внёс О. Шпенглер, который трактовал его как характеристику состояния общества, которое достигло заключительной стадии развития и утратило способность к дальнейшему саморазвитию. Он определил цивилизацию как совокупность норм и правил, выработанных обществом и воспроизводимых в практической деятельности человеком, важнейших элементов быта, технических достижений, направленных на удовлетворение основных жизненных (преимущественно материальных), постоянно изменяющихся потребностей людей. Цивилизация, по Шпенглеру, – это в определённом смысле упадок, деградация культуры, которая выражается не в физических (материальных) разрушениях, а в выхолащивании из неё духовного начала.

Итак, цивилизация функциональна, она полезна, в то время как культура в целом «бесполезна». Возможно, человек вполне может обойтись без слушания гениальной музыки, без чтения интересной книги, но при этом он выполняет хотя бы элементарные требования гигиены, соблюдает хотя бы минимум правил общественного поведения.

Следующая характеристика цивилизации – это единство требований, предъявляемых ко всем членам общества, а это уже усреднение, унификация, стандартизация. Чем в большей степени население какой-либо страны подчиняется существующим в ней законам, тем, соответственно, выше здесь уровень цивилизованности. В противовес этому необходимо подчеркнуть то, что культура – уникальна и неповторима. Здесь ничего не может быть одинакового, копирующего. Так что же возникло раньше – культура или цивилизация?

О. Шпенглер разделяет мнение тех учёных, которые считают, что человек начинает свою жизнь на земле не с цивилизации, а с культуры. Первобытный человек – это творец и изобретатель. Открытие огня, бронзы, даже какой-нибудь костяной иглы – это уже достижения культуры. Однако, когда огнём стали пользоваться все члены семьи, когда началось массовое производство каменных ножей, топоров и т.д., – вот тогда, условно говоря, и началась цивилизация. Культура – это творчество, открытие, уникальность. Цивилизация – повторение, усреднение. Цивилизация как совокупность норм, правил и требований навязывается человеку и он вынуждён их выполнять, если считает себя цивилизованным человеком.

Далее можно сказать о культуре, что это всегда свобода выбора и предпочтений. Конечно же цивилизованный человек обязан уметь, к примеру, читать. Но это ещё не значит, что он обязан любить читать. Культурный же человек любит читать не потому, что обязан это делать, а потому, что получает от этого занятия удовольствие, испытывает в этом потребность (не материальную, а духовную).

Поскольку человек живёт в обществе, то он должен, соответственно, следовать цивилизованным нормам. Заметьте, что приобщение к цивилизации происходит без особого желания со стороны индивида, можно сказать даже принудительно. С другой стороны, приобщение к культуре невозможно без личной заинтересованности. Культурный человек – это человек, добровольно и сознательно выполняющий то, чего можно было и не делать. В свою очередь, выполняя что-либо, он получает радость, духовное обогащение и осознание полноты бытия.

Для уточнения соотношения, которое существует между понятиями *культура* и *цивилизация*, следует ввести понятие *духовность*. Если понимать культуру как совокупность духовного опыта человечества, то логично выглядит такое заключение: духовность является источником культуры. Таким образом, всё начинается с духовности, превращаясь затем в цивилизацию.

Таким образом, учитывая содержательные смыслы разных подходов к постижению специфики культуры, можно предложить ещё одну её трактовку. *Культура – это особый духовный опыт человеческих сообществ, накапливаемый и передаваемый от поколения к поколению, содержанием которого являются ценностные смыслы явлений, вещей, форм, норм и идеалов, отношений и действий, намерений, мыслей, чувств, выраженные в специфических знаках и знаковых системах (языках культуры).*

При сравнении понятия *цивилизация* с термином *культура*, формируется вывод о том, что это достаточно «жёсткое» по содержанию явление, в существовании которого более значительную роль играют внешние факторы. В соотнесении с культурой понятие цивилизации можно

понимать так: *Цивилизация – это особое состояние общества, характеризующееся высокой степенью упорядоченности социальной жизни на основах морали и права, значительного развития науки и техники, комфортности жизни, технологий деятельности и общения.*

Существуют различные теоретические подходы, которые способны приблизить нас к соответствующему решению проблем соотношения таких двух понятий, как культуры и цивилизации. Здесь уместна и актуальна мысль англо-американского философа А.Н. Уайтхеда (1861–1924): «Границы цивилизации неопределенны, о чём бы не шла речь: о географических рамках, временных интервалах или о сущностных признаках» [35а, с. 357]. Действительно, было бы неверным оценивать и сравнивать высоты достижений цивилизации какого-либо народа одного континента от народов, проживающих на других континентах и находящихся неизмеримо далеко от достижений цивилизации.

Так, Ш.Л. Монтескьё (1689–1755), французский философ, в знаменитых «Персидских письмах» поделился своими наблюдениями о жизни людей и народов, проживающих в различных уголках земного шара. Он пришёл к выводу, что образ жизни и даже образ мысли определяются именно географическими условиями, в которых осуществляется их жизнедеятельность. Например, южный климат благосклонен к человеку и благоприятен в вопросах выживания, поэтому южане отличаются ленью, они лишены целеустремлённости и сильной воли. Ими владеют не разум, а буйство чувств, эмоции, темперамент. Народы более северных широт, которых природа никогда не баловала, наоборот, великие труженики. Таким образом, в обоих случаях географические условия диктуют особый уклад жизни. Соответственно, складываются различные типы цивилизаций.

Однако такая концепция, получившая название «географического детерминизма», обнаружилась своей ограниченностью. Так, к началу XX века, когда цивилизованный процесс обрёл достаточно сложившиеся формы, стало особенно наглядным и явным то, что природа не является и не может являться определяющим фактором возникновения и развития различных цивилизаций. Природа лишь создаёт предпосылки для их становления. Существует множество примеров, когда народы, живущие в тождественных географических условиях, находятся на различных уровнях человеческой культуры и цивилизации. И наоборот, народы, живущие в различных географических широтах, имеют между собой много общего в социокультурных параметрах их развития.

О. Шпенглер положил начало противопоставлению культуры и цивилизации как понятий несовместимых и несоизмеримых друг с другом. Культура, вытекающая из внутренних, духовных потребностей народа, пройдя очередные этапы развития и исчерпав заложенный в ней потен-

циал, естественным образом склоняется к закату и умирает, уступая своё место цивилизации.

Возникает вопрос: почему Шпенглер с его пытливым умом не смог увидеть тех несомненных благ и преимуществ, которые приносит с собой цивилизация, сообщая жизни людей комфорт и благоустроенность? Почему наступление цивилизации знаменует собой гибель культуры? Разве цивилизация уничтожает её завоевания? Казалось бы, она, напротив, организуя, реализуя все формы жизни народов и государств, тем самым создаёт наиболее благоприятные условия для сохранения и даже приумножения всего того, что было создано предшествующей культурой.

Однако у Шпенглера иная логика – логика признания исключительности культуры, олицетворяющей живую и неповторимую душу народа. С наступлением цивилизации, когда мысли людей переключаются с ценностей культуры на иные ценности, – комфорта, удобства, благоустроенности, пользы, – развёртываются тонкие нити сокровенной связи между культурой и человеческой душой. То, что наполняло душу человека восторгом, гаснет в суетности жизни, быта, повседневных забот. Человек уже не ощущает, например, богатейшей палитры красок непревзойдённого в своём художественном совершенстве рембрандовского «Автопортрета с Саксией»; он не замирает безмолвно при первых аккордах чарующей музыки Моцарта. А что такое Рембранд или Моцарт вне созданных ими великих произведений? Лишь имена, обычные среди множества других. Что значат произведения, созданные ими для людей, но в какой-то отрезок времени оказавшиеся невостребованными? Что остаётся от упоительного восторга, который щедро дарит нам подлинное искусство, являющееся высшим и наиболее совершенным выражением культуры? Ответ прямолинеен и однозначен: остаются лишь никому ненужные холст и нотный лист с непонятными, не имеющими никакого смысла значками. Это и есть настоящая, а не придуманная смерть культуры.

Всё, что пишет Шпенглер в «Закат'e Европы», достаточно логично и обоснованно. И если у Уаутхеда культура и цивилизация предстают в образе лица и маски, то у Шпенглера это противопоставление становится ещё более жёстким, достигает самой немыслимой высоты эмоционального накала: «Культура и цивилизация – это живое тело душевности и её мумия». (Шпенглер О. Закат Европы. Т. 1. С. 538).

В отличие от Шпенглера, А.Дж. Тойнби не противопоставляет культуру и цивилизацию. Напротив, он рассматривает цивилизацию как естественный и закономерный результат развития и совершенствования культуры, как целостное историческое образование, своеобразное социокультурное пространство, в котором осуществляется взаимодействие и взаимовлияние различных культур. Если культура рассматривается как субстанциальный носитель всех возможных циклов «вызовов» и

«ответов», то цивилизация соотносится лишь с плодотворными или, по терминологии Шпенглера, «удачными» «ответами» на исторический вызов, а также способностью общества к созданию благоприятных условий для реализации такого «ответа». Если не удаётся найти «ответ» адекватный «вызову», цивилизация не состоится. Но и в случае «удачного» «ответа», в наибольшей степени соответствующего исторической значимости «вызова», народу может не хватить воли, целеустремлённости в сохранении и укреплении возникшей цивилизации. Жизнь такой цивилизации значительно сокращается, период надлома, разложения и гибели наступает значительно быстрее. И Тойнби приходит к выводу о необходимости осознания каждым человеком личной нравственной ответственности не только за судьбы конкретной, но и за будущее мировой, общечеловеческой цивилизации.

Этот гуманистический призыв английского учёного оказался чрезвычайно созвучным с русской философской и культурологической мыслью в трудах Н.А. Бердяева, С.Н. Булгакова, П.А. Флоренского, С.Л. Франка

Если Шпенглер пишет о «закате Европы», то Бердяев характеризует техногенную цивилизацию XX в., как «конец Европы». Здесь дело не в терминологических нюансах, а в существе вопроса. В отличие от Шпенглера, Бердяев не ограничивался лишь констатацией глубокого кризиса в европейской культуре. Он пытался выяснить именно глубинные истоки этого кризиса.

Бердяев достаточно чётко разграничил культуру и цивилизацию. Главное на чём акцентирует своё внимание философ, что «культура есть явление глубоко индивидуальное и неповторимое. Цивилизация же есть явление общее и повсюду повторяющееся ... Культура имеет душу. Цивилизация же имеет методы и орудия» [За, с. 325].

Бердяев, подчёркивая благородное происхождение культуры, усматривает истоки этого благородства, сообщающего культуре особую аристократическую утончённость, изысканность, которые выражались в самом характере преемственности. Основу преемственности составляет не просто уважительное, а поистине трепетное отношение к прошлому. Именно благодаря культуре не прерывается духовная связь времён. Устремлённая в будущее культура высоко ценит настоящее и преклоняется перед прошлым. Разрушительная власть времени над ней не властна. Вечность – её стихия. Истинная культура не знает тления и смерти. Цивилизация, в отличие от культуры не только не дорожит прошлым, но и не задумывается о нём, растворяясь в неудержимом ритме современности: «У неё нет предков. Она не любит могил. Всё в ней новое, всё приспособлено к удобствам сегодняшнего дня...» [Там же].

Вместе с тем возникает вопрос: почему из всей совокупности проблем, столь значимых для европейской культуры XX в., акцент был сде-

лан именно на проблеме преемственности? Бердяеву были понятны идеологические установки большевизма, основанные на нигилистическом отношении ко всей предшествующей культуре. Во многих его работах и выступлениях звучит мысль о том, что большевизм не столько уж значительное, сколько преходящее явление, своего рода болезнь, которую история, так или иначе, преодолеет. Вывод Бердяева масштабный: не только большевизм, но и любой революционный дух, ориентированный на утилитарно-практические завоевания цивилизации, на решение экономических программ и удовлетворение материальных потребностей, несёт в себе неизбежную угрозу культуре.

Особый интерес для понимания концепции Бердяева относительно соотношения культуры и цивилизации представляет его статья «Предсмертные мысли Фауста», которую с полным основанием можно рассматривать как аранжировку «Заката Европы» Шпенглера. В судьбе Фауста, в мятежности его духа, в амбициозности его творчески изысканий, в осознании трагичности союза с дьяволом Бердяев увидел судьбу всей европейской культуры.

Образ Мефистофеля здесь также символичен, поскольку олицетворял собой бесконечную власть материи над духом, приземлённого над возвышенным. Духовный путь Фауста – это путь от религиозной культуры к безрелигиозной цивилизации. Подобно тому, как никнет и увядает, истощается творческая энергия Фауста, точно так же истощается духовность европейской культуры, с неизбежно сменяющей её бездуховной цивилизации. Парадокс по Бердяеву был в том, что человек, являясь единственным виновником гибели культуры, оказываясь на разломе истории, впервые, как бы пробуждаясь от сна, начинает задумываться над тем, что же происходит с культурой, в чём смысл её истории и его собственного существования. Но осознав угрозу, которую несёт с собой бездуховность, он уже не в состоянии её предотвратить.

Рассматривая, вслед за Шпенглером, цивилизацию, Бердяев принципиально не согласен с его представлениями о культуре как простой совокупности замкнутых монад. В отличие от Шпенглера, он не утрачивает оптимизма. Бердяев верит в то, что культура преодолеет «варварскую цивилизацию» и откроет для человечества новые радужные перспективы и светлые дали. Надежды Бердяева и многих других русских мыслителей связаны, прежде всего, с Россией, стоящей на пересечении исторических судеб восточной и западной культур, призванной не только возродить, но и значительно приумножить лучшие традиции и достижения отечественной и мировой культуры.

Наряду с проблемой соотношения культуры и цивилизации не меньший интерес для науки представляет проблема возникновения той или иной цивилизации. Для русской религиозной философии являются религиозные и мистические представления, опирающиеся на особенно-

сти религиозного сознания, эзотику духовных устремлений человека, экзистенциальные состояния человеческой психики и т.д. Так, существовали объяснения богоизбранности еврейского народа, «колена Израилева», или особая мессианская роль русского народа в борьбе за сохранение христианской религии.

С точки зрения русских учёных (В.И. Вернадского, А.Л. Чижевского, Л.Н. Гумилёва), источник всех особенностей развития культуры и цивилизации находится в Космосе. Так, в книге «Земное эхо солнечных бурь» Чижевский показывает, что все сильные общественные потрясения: революции, эпидемии, войны и другие массовые социальные катаклизмы – происходят под непосредственным воздействием физико-химических процессов, протекающих на Солнце. Гумилёв в своих работах пытается обосновать идею космизма, согласно которой всплеск космической энергии, сконцентрированной в сравнительно небольшой земной области, формирует народ, этнос, способствуя его высокой социальной активности примерно в течение тысячелетия. После этого наступает угасание активности, гибель этноса, крушение созданной им цивилизации или растворении её в новых, пришедших её на смену цивилизациях.

1.3. Основные тенденции развития современной культуры

В развитии материальной и духовной культуры XX века наиболее ярко проявили себя две противоположные тенденции – локализация и интеграция различных национально-государственных культур. Локализация культур основана на традициях, выражающих самобытность совершенствования какой-либо общности: появление самостоятельных производств, создание новых технологий, подготовка кадров, строго следящих за сохранением технологических, информационных и финансовых тайн. Локализация культур представлена особой инфраструктурой хозяйства страны, ориентированной на определённый вид производства или определённый ассортимент товара.

Интеграционное развитие культур в свою очередь сопровождается процессами глобализации. Многие страны развивают свою культуру как материальную, так и духовную, с явно выраженным предпочтением. Вследствие этого интеграционные процессы в мировой культуре в какой-то мере восполняют недостающие культурные звенья, возникшие в процессе локализации. Например, при формировании Азиатско-Тихоокеанского региона, объединившего 21 государство в Азиатский экономический союз (куда входит и Дальний Восток России), лидером стала Япония. Научно-технические идеи разрабатываются в Японии, а заводы вынесены за её пределы. Этим она подтолкнула другие страны

АТР к активному процессу обучения своей молодёжи в лучших университетах мира. При этом культурная идентичность (язык, менталитет, религия, этические принципы взаимоотношения людей и пр.) сохраняются.

Сохранение культурной самобытности в условиях интеграции можно рассмотреть на примере Парижской Хартии (принятой в 1993 г. в Париже), созданной Европейским Союзом, в которой было зафиксировано, что «единое экономическое пространство» создаётся в числе 26-ти западно-европейских государств. Граждане этих государств обеспечиваются единым паспортом, единым денежным знаком («евро»), единым дипломом о среднем и высшем образовании, одной визой и т.д. Однако было отмечено и то, что каждый народ, добровольно вошедший в ЕС, сохраняет свой язык, традиции, обычаи, литературу, искусство и т.п.

Но есть и негативные моменты в интеграционных процессах. Так, на ДВ России в царское время проживали более 30-ти народов, а сегодня насчитывается 5-6 народностей. Произошла ассимиляция так называемых «народов Севера», которые утратили знание своего языка, мастерство оленеводства, собственный фольклор и другие элементы традиционной культуры.

В общей характеристике развития мировой культуры можно выделить следующие положения:

- развитие культурно-технического и научно-технического прогресса;
- формирование информационной культуры;
- постепенное усиление гуманизации общества;
- сочетание нескольких тенденций: традиционных, модернистских и постмодернистских;
- возникновение массовой культуры;
- усиление влияния религии на мировоззрение людей;
- возникновение и обострение проблем, носящих глобальный характер.

Для мировой материальной культуры XX века характерно усиление роли научно-технического прогресса, результаты которого выражены в огромном количестве предметов и форм материального творчества, а также в сфере духовной деятельности человека. Однако создание более совершенных орудий труда, чистых и высокотехнологических производств, разработка передовых технологий принесли с собой опасность непредвиденных разрушительных процессов для человека и окружающей среды. Материальная культура всё больше зависит от характера природопользования. Современные взаимоотношения между природой и человеком свидетельствуют о сбросе неочищенных вод, нерациональном использовании почв, неэффективном освоении космоса, технических катастрофах на нефтепроводах и газопроводах, атомных электро-

станциях и химических производствах, расточительной добыче природных ископаемых – всё это создаёт глобальные экономические и экологические проблемы.

В XX в. была рождена массовая, популярная культура как самостоятельное, быстро распространяющееся явление. Это культура с использованием современных записывающих и воспроизводящих технических средств; это всё то, что приносит высокий доход. В ряде случаев возможно использование массовой культуры при психологической обработки человека. В свою очередь получила существенное развитие и элитарная культура, удовлетворяющая самые изощрённые и эстетически сложные потребности общества более узкого интеллектуального круга.

Известный американский ученый Д. Макдональд предложил явление массовой культуры именовать «масскультом», так как «в действительности это вовсе не культура. Масскульт – это пародия на высокую культуру». Здесь нет места искусству, а потому не стоит говорить ни о нравственном очищении посредством искусства, ни о собственно художественном наслаждении. Нет смысла рассуждать о «художественном качестве», «эстетической ценности» и тому подобном. Сегодня кто-то может считать масскульт «фольклором промышленной эпохи». Но фольклор, народное искусство потому и зовется «народным», что всегда зарождается в низах общества, в народных глубинах. Напротив, масскульт создается и навязывается сверху специалистами-мастерами, профессионалами (эстрадные композиторы, текстовики, певцы, теле- и кинорежиссеры и сценаристы, менеджеры и т.д.). И если народное искусство имеет собственное художественное достоинство, то масскульт лишь пародирует высокую культуру и паразитирует на ней.

Для современной культуры характерны, прежде всего, такие процессы, как индустриализация и институционализация. Индустриализация релятивизировала¹ культуру как среду. К этому привели немало явлений таких, как ускоренное обучение, распространение больших тиражей прессы, спутниковое телевидение, новые системы аудиовизуальной техники и т.д. Существует немало примеров, когда индустриализация влияет на размывание границ культуры как среды. Например, попробуем ответить на вопрос: сильно ли будут отличаться так называемые «спальные районы» различных российских городов (от Москвы до Владивостока), в которых невозможно найти архитектурные построения, имеющие историческую ценность и самобытность. Панораму таких

¹ Релятивизм (от лат. *relativus* – относительный) (науч.). 1. Философское идеалистическое учение, отрицающее возможность объективного познания и существование абсолютных истин и считающее все знания относительными (филос.). 2. Приверженность к «принципу относительности», к учению Эйнштейна.

районов представляют совершенно однотипные «пятиэтажки» или «свечки», похожие друг на друга магазины, рыночные площадки, автобусные остановки, поликлиники, школы, окраины с заводами и фабриками и т.д. Как выражается здесь культура? Какая здесь ценность или самобытность? Однако это тоже культура, но особая – это лицо нашей современной индустриальной культуры.

По мнению бывшего Генерального директора ЮНЕСКО Фредерика Сарагосы, «установление подлинного культурного плюрализма – единственный путь, позволяющий противостоять растущему единообразию, которое несет в себе экспансия технической цивилизации». Этот путь должен рассматриваться как фактор мирового равновесия и творчества. Международное сотрудничество, обеспечивающее сближение людей и идей, расширение взаимопонимания и солидарности, параллельно способствует укреплению культурного аспекта развития.

Содействовать многообразию культур – одна из общих целей мирового сообщества (ООН)¹, что зафиксировано в первой статье Устава ЮНЕСКО. В ней говорится, что цель сотрудничества – способствовать «сближению и взаимному пониманию народов путем надлежащего использования аппарата коллективного осведомления, рекомендуя для этого заключение международных соглашений, которые она (ЮНЕСКО) сочтет полезным для свободного распространения идей словесным и изобразительным путем». Однако культурное разнообразие не есть что-то само собой разумеющееся, его необходимо сохранять и развивать.

На диалектический характер взаимосвязи единства и многообразия культур накладывают свой отпечаток процессы космизации и экологизации, охватившие познание и практику второй половины XX в. Космизация и экологизация стимулируют бурное развитие фундаментальных и появление новых научных дисциплин (космической биологии и медицины, космической химии, космической психологии, астрогеологии, химической экологии, космической антропоэкологии и др.), способствуя развитию других сфер культуры (искусства, права, философии и пр.).

Процессы экологизации и космизации человеческой деятельности способствуют сближению представлений о внешнем мире и внутреннем мире человека. Это в свою очередь приводит к пониманию целостного характера современной культуры, к формированию глобального взгляда на мир.

Все более актуальным становятся положения этики благоговения перед жизнью, изложенные мыслителем и врачом, лауреатом Нобелевской премии А. Швейцером в его книге «Культура и этика», а именно: «священна жизнь как таковая; этика есть безграничная ответственность

¹ ООН – международная организация, созданная в 1945 году для поддержания и укрепления международного мира и безопасности, развития сотрудничества между государствами и поощрения социального прогресса.

за все, что живет; благоговение перед жизнью наполняет меня таким беспокойством, которого мир не знает; этика благоговения перед жизнью ставит большую ставку на повышение чувства ответственности человека». Только человек, освоивший все достижения мировой культуры и обладающий высокой нравственностью, может решить проблему экологического кризиса.

Таким образом, из представленных рассуждений можно сделать вывод, что культура XX в. начала XXI в. многогранна и представляет собой результат опыта колоссального труда многих поколений, народов и государств. Многие современные общества способны признать, что без культуры не может быть подлинной свободы. Исследователи (Ф. Сарагоса, А. Швейцер и др.) убеждены в том, что основные проблемы возникают в сфере культуры и их решение – в развитии культуры. Согласно О. Шпенглеру, в основе развития цивилизации лежит именно культура как внешнее проявление внутренней сущности данного народа.

При рассмотрении глобализации в сфере культуры часто проводят аналогии с экономической сферой, в которой сформировался единый рынок, с политической сферой, где международные отношения развиваются в одном пространстве и существует универсальный мировой порядок. Глобализация культуры имеет свои позитивные и негативные стороны. Расширение культурных контактов в современном мире, общение и познание способствуют сближению народов, однако чрезмерно активное заимствование опасно потерей культурной самобытности. Например, молодое поколение перенимает друг у друга моду, привычки, пристрастия, обычаи, в результате чего они становятся похожими. Культурная самобытность утрачивается по мере усиления ассимиляции – более крупная культура поглощает малую, национальное меньшинство растворяется в культуре большой нации, при массовой эмиграции основы и традиции отечественной культуры уходят в забвение и т.д.

Открытость границ для культурного влияния и расширяющееся культурное общение могут привести, с одной стороны, к обмену положительным опытом, обогащению собственной культуры, подъему ее на более высокую ступень развития, с другой – к ее культурному истощению за счет унификации и стандартизации, распространения одинаковых культурных образцов по всему миру.

Особую актуальность приобрели проблемы взаимоотношений национальных культур, западной и «не-западной» культур, центра и периферии, господствующей и зависимой культуры, культурного империализма, культурной идентичности, аккультурации и т.д. В сложившейся ситуации Франция выступила с проектом «культурного исключения», согласно которому законы рынка и конкуренции не должны распространяться на все культурные ценности. Некоторые из них следу-

ет выводить из-под действия рыночных законов. В самой Франции данный проект осуществляется с начала 1980-х гг. Эта идея находит понимание и поддержку среди стран Европейского союза.

Глобализация, затрагивающая самые важные сферы жизни – экономику, политику, культуру, экологию и безопасность, является важнейшим признаком нашего времени. С экономической точки зрения понятие глобализации означает превращение мирового хозяйства в единый рынок товаров, услуг, капиталов и рабочей силы [22а, с. 98]. Особая роль в глобализации экономики принадлежит технологическому прогрессу. Появление таких элементов информационной инфраструктуры, как Интернет и электронная почта позволили существенно снизить транспортные расходы, затраты на поиск, обработку и использование информации. Возрастает роль Интернета в торговле, культуре, политической пропаганде.

Либерализация торговли и другие формы экономики привели к тому, что были значительно снижены тарифные и нетарифные барьеры, препятствующие свободной торговле товарами и услугами, свободному передвижению капитала, а также других факторов производства. Процесс либерализации экономической деятельности, безусловно, способствует углублению взаимозависимости различных государств, что является главным признаком глобализации.

XX в. породил феномен конгломератной культуры¹. Иными словами, современная научно-техническая культура представляет собой своеобразный набор культурных микрокосмов, которые синтезировались в единое целое. Так, к примеру, в конгломерат азиатской сети производства компании «Хёндей» вошли различные направления производства: автомобили, электронная техника, сеть ресторанов и др.

Одним из методов развития международной деятельности компаний, оказывающих влияние на процесс глобализации, является *франчайзинг*. Тот факт, что большинство ведущих мировых франчайзеров имеют свои отделения более чем в 30 странах мира, говорит о многом. Только в США и Канаде оперируют 3200 компаний, которые имеют 600 тыс. операторов по всему миру [5а]. Франчайзинг представляет собой передачу одним предприятием (далее – франчайзер, головная фирма) в пользу другого предприятия (далее – франчайзи, оператор, партнер) торговой марки, фирменного наименования, ноу-хау, технологий или

¹ *Конгломерат* (от лат. *conglomeratus* – скученный, уплотнённый) – механическое соединение чего-либо разнородного (предметов или их частей, понятий, суждений и пр.); в мире бизнеса – 1) это организационное образование, в котором под единым финансовым контролем сосредоточены предприятия (компании) технологически не связанных отраслей производства и торговли, страхового дела, научных исследований, проектирования и консультаций, издательского дела, киноиндустрии и т.д.; 2) холдинговая компания.

патентов. При этом франчайзерами являются крупные компании, имеющие «раскрученную» торговую марку и прочное место на рынке, а франчайзи – мелкие предприятия или бизнесмены, начинающие свою предпринимательскую деятельность. Таким образом, франчайзинг представляет собой взаимовыгодные партнерские отношения между крупными и мелкими предприятиями.

Современный франчайзинг является относительно новым явлением в экономике мировой культуры. Впервые франчайзинг появился в США еще в XIX веке, который применила компания по производству швейных машинок «Зингер». Именно эта компания ввела франчайзинговые контракты, которые являются прообразом современных. В то время денег для реализации швейных машин у компании не было, поэтому возникла проблема создания дилерской системы сбыта. Предприниматель Зингер решил эту проблему так: франчайзи платили производителю 60 долларов за 1 швейную машинку, а продавали ее за 125. Таким способом было реализовано огромное количество швейных машин, и бизнес Зингера начал процветать. Завоевав успех на рынке США, компания распространила франчайзинговую сеть на внешние рынки. К началу XX века здание этой компании, расположенное в Нью-Йорке, составляло 48 этажей и считалось самым высоким в городе.

Однако расцвет франчайзинга начался с момента появления на свет компании «Дженерал Моторс» в конце XIX века. Стратегия развития этой компании сводилась к увеличению числа дилеров без вложения инвестиций. При этом дилер не имел права продавать машины других производителей. Сегодня франшизная компания «Дженерал Моторс» состоит из 11 тысяч операторов в разных странах мира.

В начале XX века получили распространение известные во всем мире безалкогольные напитки «Пепси», «Кока-Кола» и «Севен-Ап». Производители этих напитков поставляли операторам концентрат или сироп для производства и сбыта полученного напитка в определенном регионе. При этом франчайзер требовал точного соблюдения технологии производства.

Развитие современного франчайзинга экономисты связывают с появлением ресторана быстрого питания «Макдональдс», который был открыт двумя братьями. Предприниматель Рей Крок, который когда-то работал продавцом молочного коктейля на франчайзинговой фирме «Баскин Робинс», выкупил кафе и создал целую империю ресторанов «Макдональдс», применив франчайзинговую форму развития бизнеса. Сегодня гигантская сеть ресторанов по всему миру насчитывает 12 000 предприятий. Первопроходцем франчайзинга в России можно считать фирму «Кодак», которая в 1988 году открыла в России первый фотоматгазин. Сегодня их более 500.

Процессы глобализации повлияли на франчайзинг тем, что значительно упростили торговлю товарами и услугами между различными регионами мира. К примеру, не взирая на политические барьеры, компании «Холидей Инн» и «Кентуки Фрайд Чикен» открыли свои франчайзинговые филиалы в Пекине. В свою очередь франчайзинг оказал влияние на процессы глобализации, так как насыщение рынков развитых стран вынуждает предпринимателей искать новые возможности реализовать свою продукцию или услуги, результатом чего является экспансия на международные рынки. Можно сделать вывод, что, с одной стороны, франчайзинг является необходимым условием развития глобализации, с другой – сама глобализация создает все условия для успешного развития франчайзинга.

1.4. Питание как компонент материальной культуры

Наряду с кулинарными традициями в состав понятия материальной культуры достаточно емко вошли различные её компоненты: жилище, утварь, оружие, предметы быта, одежда, обувь и т.д. Однако именно искусство приготовления пищи является одной из самых древних составляющих частей материальной культуры. У каждого народа сложились свои традиции питания, связанные с историческими условиями развития нации, с географическими, природными и климатическими условиями обитания, с социальным и экономическим укладом, религиозными верованиями.

Традиции – это своеобразная народная память. Культура питания любого народа находится в прямой связи с традициями, которые складывались веками и даже тысячелетиями. В силу этого кулинария является объектом интереса не только специалистов в области питания, но и в равной мере историков, этнографов, социологов, медиков, археологов. Благодаря стараниям последних были проведены исследования о том, как жили наши предки: чем питались, как обрабатывали сырье, готовили пищу, на каких очагах, какую при этом использовали посуду и утварь. Доказанным считается тот факт, что среда обитания человека во многом определяет его гастрономические привычки, пристрастия и антипатии, способы приготовления пищи и ритуал ее потребления.

Виды пищевого сырья, его специфичная обработка, особые ритуалы и приемы приготовления блюд, оформление блюд, сервировка стола, эстетическое восприятие пищи и другие элементы относятся к категории «культура питания». Культура питания каждого народа весьма специфична. Однако некоторые элементы культуры питания являются общими для различных народов мира: изготовление муки из зерновых, тепловая обработка, виноделие. Некоторые элементы (блюда), созданные одной нацией, в ходе исторического развития получили своё миро-

вое распространение: итальянские пицца, спагетти; французские майонез, шампанское, коньяк; немецкие колбасы, сосиски; русские водка, икра и др.

Пища – одна из фундаментальных основ нашего существования. Её объём, состав, качество – показатели благосостояния страны и народа. Умение превращать сырые продукты в высококачественную еду называют кулинарным искусством, которое является показателем общего уровня цивилизованности нации, её таланта, оригинальности национального мышления, а также уровня изобретательности и приспособленности к природным условиям среды обитания.

Национальная культура питания (кухня) является критерием психического склада той или иной нации. Состав пищи, особенности его обработки и технология готовой продукции любого народа помогают понять особенности исторического развития общества. Об этом немало размышлял Монтанари Массимо, автор книги «Голод и изобилие. История питания в Европе». Его книга преследовала амбициозную цель – показать связь истории народов с формированием традиций и культуры питания. Через историю еды, способов производства и моделей потребления мы соприкасаемся с более широкой темой – историей всей нашей цивилизации, многие аспекты которой (экономические, социальные, политические, культурные) всегда имели непосредственную и первоочередную связь с проблемами питания. Иначе и быть не может, ведь скоро ежедневное поддержание жизни – первейшая и неизбежнейшая из человеческих потребностей [24]. Еда и наслаждение: между этими двумя полюсами и расположена наша непростая и запутанная история, в огромной мере обусловленная отношениями власти и социальным неравенством. История голода и изобилия, в которой решающую роль играет также образный мир культуры. История питания тесно переплетается с «другими» историями, определяет их и сама определяется ими.

Приведем примеры из книги М. Массимо, в которых даны описания характерного питания в определённые отрезки исторического времени:

– фрагмент из главы о «Голодных временах»: «Трагедий, конечно, было предостаточно: обильные дожди, заморозки или засуха уничтожали урожай; отряды вооруженных людей рыскали по полям и забирали все, что попадалось под руку; падеж скота лишал людей и пищи, и помощи в труде. Когда продуктов не хватало, приходилось что-то придумывать, прибегать к каким-то иным средствам: травам и кореньям, которые обычно не употребляются в пищу, хлебу «с добавками», мясу самых разных животных – то же самое мы видели совсем недавно, в страшное военное время»;

– фрагмент из главы об «Обжорстве и постах» (начало Средневековья): «Напротив, кельтская и германская культурная традиция воспри-

нимает «великого едока» как положительного героя: он много ест и много пьет и именно через такой тип поведения выражает свое чисто животное превосходство над себе подобными. Не зря в таких обществах распространена ономастика, взятая из животного мира, особенно из мира прожорливых хищников: вспомним, сколько Медведей и Волков заполняют архивные документы и литературные памятники. Идеал умеренности не встречается понимания среди правящей верхушки новой Европы, особенно там, где было сильно «варварское» влияние, где образ отважного воина – это и образ человека, способного поглотить огромное количество еды и питья: такого героя описывают германские мифы и рыцарские поэмы, такой тип потребителя пищи – сильного, прожорливого, ненасытного – предпочитается и ценится»;

– другой фрагмент: «Когда Карл Великий заметил, что один из его сотрапезников, словно дикий зверь, объел и разгрыз великое множество костей, высосав из них мозг и сбросив их под стол, он без колебаний признал, что перед ним «храбрейший воин», и выяснил, что это – Адельгиз, сын короля лангобардов. «Он ел, как лев, пожирающий добычу», – говорили о молодом воине, и нескрываемое восхищение присутствующих показывает, что именно это тогда и понималось под «мужеством». В конце концов, был прав Аристофан: «Варвары считают тебя мужчиной, только если ты способен сожрать гору»;

– фрагмент из глав об «Гастрономии и голоде»: «Трудно понять такие излишества, руководствуясь разумными соображениями, – их диктуют прихоти и фантазии. А еще необходимость выставлять роскошь напоказ: цена пряностей, недоступная для большинства, уже достаточная причина для того, чтобы они стали объектом вожделения. Почему мы хотим икры или копченой семги? Недаром в кулинарных книгах, адресованных городской буржуазии (например, в книгах, выпущенных в Тоскане в XIII–XIV вв.), предписывается еще более обильное употребление специй, чем в кулинарных книгах, бытующих в придворно-аристократической среде (при дворе Анжуйской династии в Неаполе или, еще раньше, во Франции). Буржуа более, чем вельможа, испытывает необходимость в том, чтобы подчеркнуть свое богатство, показать всем, как высоко он поднялся по социальной лестнице»;

– фрагмент из главы «Наслаждение. Здоровье. Красота»: «Модель питания, связанная с эстетическим идеалом худобы и, как всегда, обогащенная соображениями здоровья, широко распространяется в Европе в первой половине XX в., но еще в 50-е гг. в женских фигурах на рекламных щитах преимущественно запечатлен традиционный образ цветущего, «полного» тела. Только в последние два-три десятилетия идеология худобы, кажется, одержала победу, хоть и не без бросающихся в глаза противоречий: «диетам» не столько следуют, сколько их обсуждают – и предпочтительно за столом». Монтанари Массимо отметил,

что, несомненно, в культурном плане отношение к еде поменяло знак: мы боимся переизбытка, как наши предки боялись голода. Подумайте, как изменилось значение слова «диета»: изобретенное греками для обозначения ежедневного режима питания (жизнедеятельности вообще), который каждый индивидуум должен выстроить согласно собственной природе и качествам, теперь оно стало обозначать – в общепринятом понимании – ограничение, изъятие еды». Таким образом, автор книги «Голод и изобилие» показал, что особенности питания всего народа или отдельных слоёв способны охарактеризовать национальные черты, склонности и характер общества.

Многие люди могут не замечать или не считать важным: приготовление пищи, преобразование пищевого сырья в блюда, многообразные изменения в составе на протяжении эпох, изменения в формах её предложения потребителю, технологической обработке в пищевой промышленности и в разных национальных кухнях. Вместе с тем, всё это отнимает массу времени у любого общества, даёт работу большому количеству людей, обеспечивает их существование, формирует их настроение. Область питания, как часть материальной культуры, не менее важна, чем литература, религия, мораль. Без еды нет беседы, мысли, вдохновения, нет жизни. В период социальных потрясений всё общество испытывает дефицит продовольствия и основной проблемой становится добытие пищи любой ценой.

В благородной сфере сервиса в гостинице, туризме и ресторанном комплексе используются сразу несколько взаимосвязанных понятий: «пища», «питание», «кулинария», «традиции», «быт». Так, пища является одной из фундаментальных основ человеческого существования, при этом ее объем, состав, количество – это показатели благосостояния страны и народа. Пища – это совокупность неорганических и органических веществ, получаемых организмом из окружающей среды и используемых для питания. Питание – процесс поступления в организм и усвоения им веществ, необходимых для построения и возобновления тканей тела, а также регуляции функций. Следовательно, к понятию «культура питания» можно отнести следующие характеристики: это виды пищевого сырья, его специфичная обработка, особые ритуалы и приемы приготовления блюд, оформление блюд, особая сервировка стола, эстетическое восприятие пищи.

Понятие «национальная культура питания» является критерием психического склада той или иной нации, отражающейся в культурных вкусах или безвкусице, в их направленности, их заданности, в пищевых пристрастиях и пищевой моде.

Понятие «кулинария» означает область человеческой деятельности, непосредственно связанной с разнообразной пищей из продуктов растительного и животного происхождения. Отсюда и кулинарное искусство

во – это огромная часть материальной культуры народа, показатель общего уровня цивилизованности нации, ее таланта, оригинальности и особенностей национального мышления, уровень изобретательности и приспособленности к природным условиям среды обитания.

Далее, приведем примеры основных понятий, совокупность и связь которых может дать полное представление о питании как компонента материальной культуры:

Быт – это обычное протекание жизни в ее реально-практических формах. Быт определяет тот строй жизни, который устанавливает распорядок дня, время различных занятий, характер труда и досуга.

Традиции – это явления, которые перешли от одного поколения к другому, т.е. то, что унаследовано от предшествующих поколений.

Обычай – это унаследованный стереотипный способ поведения, который воспроизводится в определенном обществе или социальной группе и является привычным для их членов.

Обряд, ритуал, церемония, церемониал – совокупность условных традиционных действий, лишённых непосредственной практической целесообразности, но служащих символом определенных социальных отношений, формы их наглядного выражения и закрепления.

Ритуал – вид обряда, исторически сложившаяся форма поведения.

Церемония – установленный порядок совершения какого-нибудь обряда, торжества, правительственного приема и т.д.

Церемониал – распорядок проведения церемонии.

Этикет – установленный порядок поведения, форм обхождения (в дипломатических кругах или переговорах глав государств, правительств, руководителей фирм, приемах).

Вкус – а) одно из пяти внешних чувств, воспринимающим органом которого служит слизистая оболочка рта;

б) чувство – понимание изящного «одеваться со вкусом», «входить во вкус», «развитие вкуса» – т.е. результат эстетического восприятия;

Эстетика (от греч. – чувствующий, чувственный) – наука, изучающая два взаимосвязанных круга явлений: сферу эстетического как специфическое проявление ценностного отношения человека к миру и сферу художественной деятельности людей.

Эстетика – наука о прекрасном. Понятия элегантной и красивой посуды, высокохудожественная сервировка стола, изысканно оформленное блюдо – всё пробуждает не только аппетит, но и рождает мысли о красоте земной.

Кухня – отдельное помещение с печью, плитой для приготовления пищи. Кухни различают по территориальным, религиозным и национальным признакам: русская, французская, итальянская, кавказская, стран Магриба, мусульманская и т.д.

Несмотря на то, что каждый народ готовит себе пищу из сырья, получаемого со своей земли, и имеет свои традиции питания, связанные с климатом, историей и образом жизни, в настоящее время стали стираться различия между народными традициями. Этому причина – индустриализация, быстрый темп жизни, развитие пищевой промышленности, принципов рационального питания, международные связи – всё это способствует тому, чтобы огромный ассортимент блюд разных народов стал достоянием международной кухни.

Контрольные вопросы

1. Раскройте смыслы понятия «культуры» в его прямом и переносном значении.
2. Приведите примеры многообразия культурологических концепций.
3. Обозначьте сходства и различия между понятиями «культуры» и «цивилизации».
4. Дайте общую характеристику мировых тенденций в развитии современной культуры.
5. Объясните, почему питание является важной частью материальной культуры?
6. Дайте комментарий следующим понятиям: культура питания, быт, традиция, ритуал, обычай, кулинария, этикет, этика, вкус.

Глава 2. ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ПИТАНИЯ

2.1. Примеры влияния историко-культурных факторов на вкусы и традиции питания

Ещё в прошлом XX веке немецкий философ Карл Ясперс предложил теорию «осевого времени». Характеризуя различия древних культур Востока и Запада, ученый не противопоставлял их. Напротив, в отличие от О. Шпенглера, который придерживался позиции о невозможности культурного диалога между различными народами, К. Ясперс обнаружил культурное сближение с времен первого тысячелетия до нашей эры [41, с. 37]. Согласно его теории, «ось мировой истории» относится ко времени около 500 лет до н.э., к тем духовным событиям, которые происходили между 800 и 200 гг. до н.э. Исторический поворот произошел именно в тот период. Появился человек современного типа. Пришёл конец мифологической эпохе и началась борьба рационального опыта с мифом, вырабатывались основные понятия и категории, которыми человечество пользуется до настоящего времени, были заложены основы религии. В Индии в это время возникли Упанишады, жил Будда, в Китае получили развитие мощные философские школы (Лао Цзы, Конфуцзы и др.), в Иране учил Заратустра, в Палестине выступали пророки, в Греции – «это время Гомера, философов Парменида, Гераклита, Платона, трагиков, Фукидида и Архимеда» [Там же, с. 32]. Происходившие почти одновременно изменения в культурах являли собой духовное озарение. Многие нормы, традиции и ценности прошлого стали пересматриваться, основываясь на индивидуальной рефлексии, осознании и этим открывая в человеке новые возможности и пути совершенствования.

Ученый XX века Арнольд Тойнби, как и Шпенглер, подчёркивал уникальность и самобытность каждой культуры, но считал принципиально неверным и недопустимым рассмотрение культуры как обособленного и замкнутого в своей жизнедеятельности организма. Тойнби в книге «Постижение истории» показал примеры, когда культуры вступали в многообразные формы диалога, которые порой приобретали чрезвычайно острое звучание [34]. Автор считал, что процесс диалога культур неизбежен: культуры общаются, соприкасаются между собой, принимая или отторгая друг друга.

Обращаясь к вопросам исторического и культурного влияния в питании различных народов, следует подчеркнуть общую мировую тенденцию – главным пищевым продуктом являлся хлеб. Мировая история сохранила до наших дней свидетельства о том, что впервые вкус хлебных злаков люди узнали примерно 15 тыс. лет назад. Примерно 8 тыс. лет назад вавилоняни, египтяне, ассирийцы, евреи и другие древние народы стали возделывать пшеницу, ячмень и просо. В период неолита (3000–500 лет до н.э.) человек научился возделывать злаки и выращивать домашних животных. Изобретя глиняную посуду, люди овладели различными способами приготовления пищи.

Изначально люди ели зерна в сыром виде, а затем стали растирать зерна камнями, получая муку грубого помола. Они ее варили и делали своеобразную кашу, включая зерновые в ежедневный рацион. Иными словами, первый хлеб был в виде похлёбки. Следующий этап – пресные лепёшки, которые сохранялись длительное время (их брали с собой в дорогу). Многие историки и археологи считают, что мысль запекать хлеб на огне пришла людям благодаря случаю. Во время приготовления каши часть смеси попала в огонь и получилась лепешка, которая очень привлекла людей своим поджаристым вкусом и запахом. Поэтому люди стали не варить хлеб, а выпекать.

Позднее египтяне научились готовить хлеб из дрожжевого теста. Это открытие также носит совершенно случайный характер. Согласно преданию, по воле случая, замешенное рабом тесто было оставлено им на долгое время, в результате чего оно скисло. Однако раб не стал говорить об этом хозяевам, боясь быть наказанным, поэтому все же спек лепешки. Они на удивление получились очень ароматными, вкусными и воздушными. Таким образом, 4 тыс. лет до н.э. был открыт способ брожения в Древнем Египте, а затем о нём узнали греки, далее римляне, от них – народы Европы. Люди, изготовлявшие хлеб, пользовались в былые времена большим уважением. Хлебу поклонялись как солнцу, его сравнивали с золотом. Его воспевали в гимнах, изображали на картинах и считали его одним из основных блюд на столе господ.

Долгое время хлеб считался не только деликатесным блюдом, но и лекарственным средством, которое излечивало людей от многих болезней того времени. Знахари рекомендовали нюхать свежее испеченный хлеб, если человек жаловался на какие-либо простудные заболевания, например насморк. Люди также заметили, что подсохший черствый хлеб являлся прекрасным лекарством от заболеваний желудочно-кишечного тракта.

Хлебные злаки происходят из различных районов земного шара. От древности до наших дней их возделывают на всех континентах нашей планеты. В мировом земледелии зерновые хлебные культуры занимают основные посевные площади. Самые распространенные: пшеница, рожь, ячмень, овес, рис, кукуруза, сорго, просо. Например, основными зерновыми культурами на Руси издавна считались пшеница, рожь, ячмень, просо, овёс. Ис-

куство выпечки хлеба было высоким, этому способствовало развитие мукомольного дела. Лучшие пекари и калачники так преуспели в своём мастерстве, что нередко послы других государств отправляли российский хлеб в качестве лакомства к европейским дворам. Особой любовью на Руси пользовались калачи. Гиляровский вспоминал о филипповских изделиях: «Их как-то особым способом горячили. Прямо из печи замораживали, везли за тысячу верст, а уж перед самой едой оттаивали – тоже особым способом, в сырых полотенцах, и ароматные, горячие калачи где-нибудь в Барнауле или Иркутске подавали на стол с пылу с жару».

На протяжении поколений белый хлеб считался предпочтительным для богатых, тогда как беднота ела серый и чёрный (ржаной) хлеб. Однако в XX веке среди некоторых слоев населения предпочтения стали обратными – серый и чёрный хлеб стали есть больше из-за более высокой питательной ценности, тогда как белый хлеб стал ассоциироваться с игнорированием питательности, что считалось присущим низшему классу.

Как вырабатывались вкусы людей разных цивилизаций? Это происходило вместе с культурными традициями каждого народа. Противоположность вкусов была так ощутима, что пища одних людей вызывала у других презрение и усмешку. Классическим примером влияния традиций на питание является расхождение скотоводческого населения Азии и Европы во взглядах на молочные продукты. Например, народы Центральной и Южной Азии, народы индоевропейской и семиотической групп всегда потребляли молоко, зачастую служившее основным продуктом питания. С другой стороны, к молоку и молочным продуктам относились с отвращением китайцы, японцы и народы Юго-Восточной Азии. И оно возникло не в результате незнания, а именно по причине традиции в питании.

Сыр, как молочный продукт, был известен задолго до нашей эры. Гомер рассказал в «Одиссее» о том, как путники, попав в пещеру, нашли в корзинах множество сыров. А про циклопа Полифема пишет:

Коз и овец подоил, как у всех это принято,
Белого взял молока половину, мгновенно заквасил,
Тут же отжал и сложил в сплетённые прочно корзины.

Процессы свёртывания молока и приготовления сыра описывал Аристотель в IV веке до н.э. У римлян появились свои сорта сыра – «лунный сыр». В Англии первый записанный рецепт приготовления сыра был найден в поваренной книге 1390 года, принадлежавший шеф-повару короля Ричарда II. Интересно, что почти все сыры имеют географическое название, другие названы по способу производства.

Пушкинские строки из «Евгения Онегина»:

...И Страсбурга пирог нетленный
Меж сыром лимбургским живым
И ананасом золотым.

Поэт назвал сыр живым, потому что в лимбургском сыре имеется плесень. Название сыра произошло от Лимбургского герцогства. Следует обра-

тить внимание, что многие сыры получили свои названия исключительно от географической принадлежности своего происхождения:

Эдамский – г. Эдам Нидерланды,

Чеддер – городок в графстве Сомерсет,

Мюнстер – французский сыр родом из Эльзаса,

Эмментальский сыр – твёрдый сыр, приготовленный в долине Эмме в Швейцарии,

Пармезан – король сыров. Итальянцы называют его Пармеджано Реджано. Первый пармезан был получен в окрестностях Пармы в XIV веке,

Грюйер – местность Фрибур (грюйер) в Швейцарии,

Рокфор – патриарх французских сыров. Местечко Рокфор-сюр-Сузлон около развалин горы Камбалу,

Горгонцولا – Милан, Италия,

Камамбер – фр. Нормандия. Сыр был создан 200 лет назад французенкой Марией Арель. Она назвала свой сыр в честь весёлого капрала Камамбера – героя популярной детской сказки,

Фета, Моццарелла, Бри, Сулугуни, Рассольные сыры, Русские сыры, Тофу и этот список видов и названий сыров далеко не полный.

Таким образом, материальная культура питания сформировалась на основе традиций в бытовой сфере, сложившихся на протяжении веков, и новых черт, обусловленных изменением социально-экономических условий жизни народов мира. Многовековая история развития цивилизаций теснейшим образом связана с процессами развития земледелия, скотоводства, ремесел, передачей из поколения в поколение навыков по возделыванию сельскохозяйственных культур, производству скота и птицы, рыболовству, переработке и хранению зерна, муки, овощей, фруктов и другого пищевого сырья. Однако, несмотря на устойчивую природу традиций того или иного общества, большинство национальных культур так или иначе испытало на себе влияние со стороны культуры другого народа. Менялась и улучшалась технология производства продуктов питания, совершенствовалась техника, оборудование и способы обработки сырья и хранения готовой продукции. Минули в прошлое секреты производства чая, фарфора, консервирования и хранения продуктов. Переселение и компактное проживание на новой родине выходцев из Индии, Индокитая, арабских стран, Турции, Китая привело к появлению в местных районах ресторанов национальных кухонь.

Национальные кухни ведущих стран мира, развиваясь на протяжении веков, неизбежно оказывали влияние на кулинарные вкусы различных народов как соседних, так и отдаленных. Очень часто влияние имело не только кулинарный характер, но и как результат определенного социально-политического или социально-экономического воздействия одного государства на другое. Например, влияние французской кухни среди русского дворянства не могло бы иметь места не будь в конце XVIII – начале XIX века французской буржуазной революции и наполеоновских войн,

вынудивших эмигрировать в Россию не только французских монархистов, но и их парикмахеров, поваров.

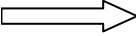
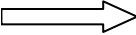
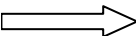
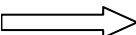
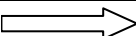
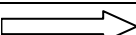
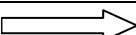
Постоянно развивающиеся международные связи и торговые отношения России после Второй мировой войны со странами Восточной Европы, Азии и Африки познакомили нас с некоторыми специфическими для этих стран продуктами, полуфабрикатами – токаной, говяжем; приправами – лютеицей, кетчупом, соевым соусом.

Восток продемонстрировал Западу не только умеренное, но и разумное питание. Пища подается таким образом, что ее не следует разрезать ножом. Вскоре некоторые специи, лапша и сама техника приготовления пищи достигла западных границ. Но в свою очередь Запад привез на Восток апельсины, орехи, лук, горчицу, помидоры и сахар. В наши дни это выгодный обмен продолжается. Многие страны тепло приняли и полюбили китайскую, тайскую, индонезийскую и японскую кухни, в то время как страны Востока направляют своих поваров во Францию, Испанию, Германию, Россию, Северную Америку изучать кулинарное искусство.

Влияние различных культур и стран на традиции и культуру питания других народов хорошо видны на исторической взаимосвязи России с ее ближайшими соседями, а особенно с Францией, Германией, Ближним Востоком, странами Средиземноморья.

Набеги на соседей и походы в дальние страны способствовали взаимному проникновению культур. Путь из варяг в греки, походы Афанасия Никитина в Индию, связь Руси с западными соседями и ее продвижение к Тихому океану и к Центральной Азии несомненно сказались на культуре и разнообразии русской кухни. В таблице 1 представлена схема основных иноземных влияний на русскую кухню.

Таблица 1

Культурный обмен со скифами и греческим Причерноморьем		– Дрожжевое тесто, обработка зерна
Торговля с Византией		– Рис (сарацинское пшено), гречневая крупа, пряности, вина
Тюркское влияние		– Шашлыки, кефир, лапша, многие сладости, арбузы
Восточные соседи		– Чай, пельмени, кофе
Западнославянское влияние		– Борщи, голубцы, зразы, блюда с тушеной капустой и т.п.
Французское влияние на придворную и ресторанную кухню XIX века		– Соусы, салаты, сложные блюда из птицы
Немецко-голландское влияние XVIII века		– Шницели, бифштексы

Рассмотрим табл. 2 – дневной рацион современного российского бизнесмена – представителя так называемого среднего класса, относящегося к ее верхней части этой социально-экономической прослойки нашего общества.

Таблица 2

Завтрак	Второй завтрак
Кефир Бекон Яйцо-пашот Равиоли с сыром Гарнир (свежие овощи) Горячий шоколад	Салат “Оливье” Шпроты Эскалоп с картофелем Кофе со взбитыми сливками
Обед	Ужин
Икра китовая Фаршмак Овощи Жульен Борщ с ватрушками Осетрина по-русски Котлеты куриные Кисель Кофе по-турецки Напитки: водка Фрукты: апельсины, груши	Свежие овощи Семга Буженина Лимон Ростбиф Горячие блюда Трепанги в тесте Котлеты из телятины Мороженое Кофе Водка, вино, коньяк
Вечерний чай	
Йогурт Сыр Чай Фрукты (инжир, изюм, курага) Сухое печенье	

Отдав должное вкусу и заботе этого коммерсанта о собственном здоровье, проанализируем содержание в общем-то не очень изысканного дневного рациона (с точки зрения влияния на русскую кухню ряда стран и народов).

При всей привлекательности этот рацион, в общем-то приемлемый для жителей Европы, США, Канады, не годится для некоторых народов. Турки и арабы отвергнут блюда из свинины, китайцы не употребляют молоко и продукты из него, евреи не будут есть не только осетровую рыбу, но и верующие евреи не станут употреблять некошерную пищу,

индусы – спиртные напитки. Как тут не вспомнить поговорку: «что для русского здорово, то для немца (условно) – смерть».

Таблица 3

Родина продукта, зарубежная кухня	Наименование блюд и напитков
Продукты	
Австрия	кофе со взбитыми сливками, котлеты из телятины
Англия	бекон, ростбиф
Болгария	йогурт
Германия	эскалоп
Италия	равиоли с сыром, горячий шоколад
Израиль	форшмак
Китай	трепанг, чай, пельмени (равиоли)
Польша	борщ с ватрушкой
Россия	овощи, семга, икра кетовая, осетрина по-русски
Турция	кефир, кофе по-турецки
Франция	салат «Оливье», сыры, яйцо-пашот, котлеты куриные, соус бешамем
Эстония	шпроты, кисель со взбитыми сливками
Напитки	
Грузия	Цинандали
Испания	Херес
Россия	водка, мускат Степная Роза
Франция	коньяк
Фрукты	
Афганистан	курага, изюм, инжир
Венгрия	яблоки
Греция	лимон
Морокко	апельсины
Никарагуа	бананы

Почти все указанные закуски и блюда у всех на слуху, они стали привычными в меню наших ресторанов на десятки лет, а некоторые и на столетия и всегда воспринимались как русская кухня. Многие поколе-

ния жителей России знали вкус и особенности подачи этих блюд и изделий, в то же время в этой кухне видно влияние стран-соседей. Кофе и картофель – со времен Петра I из Голландии; бекон на завтрак – влияние Англии; шницели, котлеты из телятины – из Германии и Австрии; любимый нами борщ – Польша, Украина. Равиоли, макароны, вермишель – из Италии, хотя их родина Китай, чай – Китай, Индия. И это еще не все, ведь для приготовления блюд используются специи, пряности (Индия, Португалия, Испания).

Кулинарное искусство каждого народа складывалось под воздействием определенной среды, классов, сословий и порой зависело от моды, насаждаемой определенным общественным слоем, престижа или привычек. Вместе с тем оно неизменно базировалось на местных, национальных кухнях, тесно связанных с природными условиями той или иной страны, с историческими достижениями и религиозными предписаниями.

Таким образом, традиции питания народов мира формируется благодаря:

- местным природным ресурсам;
- поступлениям из ближайших стран;
- поступлениям из далекого зарубежья (специи, пряности, чай, кофе);
- климатическим особенностям;
- научным достижениям, способам обработки и хранения пищевого сырья;
- влиянию религии;
- национальным особенностям;
- культурам народа и государственным связям.

В большинстве стран мира люди редко задумываются, как попали в меню в их рацион те или иные продукты. В основном люди достаточно консервативны в еде. Здесь сказываются и национальные особенности, и религия, и семейные традиции, и уровень жизни. Так, англичанин не представляет завтрак без порриджа (овсяная каша), бекона, чая с молоком, а в промозглый вечер – без глинтвейна, грога или виски; немец и австриец – без шницеля, сосисок с пивом, сдобной булочкой и кофе; поляк – без карпа и борща. Француз будет озадачен, если на столе нет сыра, шампиньонов, трюфелей, лукового супа, вина и любимых соусов. Для русских мило сердцу холодец, заливное из рыбы, рыбные копчености, щи, борщи, рассольники, каши, блины, пирожки, баранки, квас, чай. Скандинавы большие любители молока и блюд на его основе, а вот китайцы молоко, напротив, не приемлют. Корейцы и китайцы готовят блюда из собаки, что вызывает не лучшие эмоции у европейцев, равно как и не каждый русский с наслаждением будет употреблять блюда из лягушек, которые вызывают восторг у французов и части жителей США. Предложить блюда из свинины – значительное оскорбление му-

сультанину. Зажиточный европеец с благодарностью воспримет угощение из осетровой икры и осетрины по-русски, но при этом самый богатый еврей не прикоснется к осетрине из-за религиозных убеждений. У индусов корова – священное животное и говорить о приготовлении блюд из говядины излишне, в основе своей индусы вообще вегетарианцы.

Смена экономических формаций, развитие техники и технологии, рост культуры и образованности общества самым благоприятным образом сказались на методах обработки продовольственного сырья и получения готовой продукции. Развитие криогенной технологии позволило обеспечить хранение свежих ягод, фруктов, мороженого, овощей, мяса и рыбы до 2–3 лет. Современная тара дала возможность не только избежать потери при транспортировке, но и обеспечить сохранность изначальных потребительских качеств молока, чая, специй и т.д.

Широкое использование биотехнологии в сельском хозяйстве, перерабатывающей промышленности, новых, нетрадиционных способов приготовления пищи (СВЧ, ультразвук) компьютерной техники способствовали определенной интернационализации культур питания.

Многие ученые не только не считали зазорным, наоборот, даже престижным приложить свои знания и умения для развития новых технологий и создания оборудования для переработки продуктов и изготовления ресторанной продукции. Так, известный физик сэр Бенджамен Томсон Ремфорд предложил способ варки кофе. Он сконструировал кофейник и написал труд «О конструкциях кухонных очагов и утвари с замечаниями и наблюдениями, касающимися разных способов стряпни и с приспособлениями по усовершенствованию этого полезнейшего искусства». Принципы кофеварки Ремфорда используются и в наши дни.

Всем известны работы Пастера, которые позволили спасти французских виноделов и пивоваров от разорения. Способ пастеризации широко используется в пищевой промышленности и ресторанном деле. Князь Голицын прославил Россию способом получения игристых вин (шампанского), морской офицер, инженер Верещагин организовал производство сыров в России. Известный миру химик Менделеев запатентовал способ производства водки в России и много внимания уделял возобновлению и пропаганде производства кваса на родине. Русские профессора Н. Козин, Е.П. и Н.П. Козьмины, А.Н. Вышелесский, Чижевский, академики А.И. Рогов, Н.Н. Липатов своими работами способствовали внедрению современных технологий и созданию новых поколений продуктов питания.

Исторический путь развития человечества, смена формаций оставили на земле нетленные памятники материальной культуры. Закрепленные свидетельства жизни эпох мы видим в пирамидах, развалинах Коллизея, сведениях о садах Вавилона, крепостях средневековья, древних манускриптах, в скифских курганах, в произведениях древних фи-

лософов и поэтов, которые давали описания жилищ, одежды, священных ритуалов, пиров и быта того времени. Исторический путь совершенствования питания хорошо прослеживается на примерах отдельных продуктов и напитков (мясо, рыба, сыр, чай, кофе, вино, квас, пиво). На основе этих продуктов создавались рецепты приготовления блюд и кулинарные шедевры. Появились первые поваренные книги, источники кулинарного искусства и знаний.

- Создание во Франции в 1375 г. первой поваренной книги.

- В XV в. появилась поваренная книга (Добродетельное удовольствие) в Италии, в Ватикане, которую через 150 лет инквизиция заклеила как способствующую греху чревоугодия.

- В 1508 г. появилась первая английская поваренная книга, которая предназначалась для влиятельных лордов, вассалов-рыцарей, дворян.

- В США первая кулинарная книга появилась в 1772 г., но это была переизданная английская книга, и только в 1798 г. была издана первая «Американская книга».

- Первая национальная книга «Русская поварня» была издана только в 1816 г., то есть почти спустя тысячелетие с момента основания Руси.

Знатоки своего дела фиксировали народный опыт в монастырских записях, трудах ученых, поэтов, писателей, энтузиастов. Благодаря Феофану Прокоповичу (1681–1736 гг.) до наших дней дошел «Кулинарный словарь». Елена Молоховна создала книгу «Подарок молодым хозяйкам», в ней 4161 рецепт. Книга до революции переиздавалась более 20 раз. Серьезный вклад внес Василий Алексеевич Левшин (1746–1826) – видный деятель Вольного экономического общества, крупный ученый в области организации сельского хозяйства, политэкономии, учета, переработки и консервирования пищевых продуктов. Он же автор кулинарной книги «Словарь поваренный, кондитерский и диетиллаторский» (1795 г.). В этом словаре Левшин дал обзор русской национальной кухни, описание блюд многих зарубежных стран и их диетологическую оценку. История блюд русского стола хорошо изложена в книге Д.В. Каншина «Энциклопедия питания». Именно Каншиным была основана первая в России школа по подготовке поваров и кондитеров, организована сеть столовых для студентов, шефство над которыми осуществляли профессора Эрисман, Андриевский, Доброславин (они же создали журнал «Наша пища», издававшийся с 1892 по 1896 годы). Д.В. Каншин явился основоположником научной кулинарии.

В наши дни очень глубокие исследования по истории пищевых продуктов и кулинарии осуществили В.В. Похлебкин и Н.И. Ковалев. Так, Вильям Васильевич Похлебкин – профессиональный ученый, историк, преподаватель ВГИМО – является автором книг: «Чай» (1981 г.), «Тайны хорошей кухни» (1979 г.), собрания избранных произведений в пяти томах (1996 г.). Николай Иванович Ковалев, профессор, член ку-

линарного совета России, автор ряда учебников по кулинарии для техникумов, автор энциклопедии гурмана (1996 г.). Таким образом, известные и неизвестные кулинары, историки, ученые, поэты донесли до нас прекрасное из многих искусств – кулинарию народов мира.

Вышеприведенные примеры истории культуры питания во взаимодействии с различными национальными вкусами показали богатую перспективу для рождения новых и новых кулинарных диалогов в мире. Традиции питания сформировали целый ряд рецептов, которые нашли своё отражение в литературных источниках от древности до наших дней. На фоне климато-географических факторов или экономических важное значение остается и за историко-культурным фактором. Именно ход исторических событий вносил свои коррективы в укоренившиеся обычаи и традиции питания, порой абсолютно вытесняя прежние кулинарные методы.

2.2. Очаги как фактор формирования традиций питания

На протяжении многих веков в каждом народе складывались свои гастрономические привычки и пристрастия. В основу каждой национальной кухни легли два важных фактора: набор исходных продуктов и способ их обработки. Исходные продукты во многом определились тем, что даёт природа и материальное производство – земледелие, животноводство, разнообразные промыслы. На особенности национальных кухонь оказывают влияние географическое положение страны, её климатические и экономические условия. Несмотря на похожий набор исходного сырья, существуют различные технологии и приёмы тепловой обработки, своеобразные сочетания продуктов. Эти различия и будут определять характер той или иной национальной кухни.

Важное значение в формировании культуры питания приобрело использование огня. Человек приручил огонь не менее двух миллионов лет назад. Сначала он использовал огонь степных и лесных пожаров, возникавших от молнии. Затем научился его поддерживать, сохранять, переносить с места на место. Это изобретение позволило людям расселиться в более холодные районы Земного шара и пережить ледниковые периоды. Огню поклонялись как божеству, считали живым, так как его надо было постоянно кормить дровами. Жить нашим предкам стало гораздо легче, когда они изобрели технологию получения огня с помощью трения сухой деревянной палочки о сухую деревянную дощечку. Позднее изобрели огниво для высечения искр, от которых зажигали сухой трут – мелкую сухую стружку. Человек умелый мог такими способами развести костер в течение получаса.

Человек догадался «загнать» огонь в свое жилище – это был обычный костер посреди жилища. Назывался он очаг или комелёк. Такие

комельки и сегодня используют в чумах и ярангах жители Крайнего Севера. Очаг по кругу обкладывается камнями, которые, нагреваясь, долго хранят тепло, когда костер уже погас. На таких камнях дольше не остывает чайник или котелок, в котором приготовлена еда. Такой очаг у всех народов считался и считается священным. К примеру, в тундре Чукотки кочевники-оленоводы, приходя на место старой стоянки, ставили ярангу на то же место, где она стояла в прошлый раз и обязательно использовали камни прежнего очага. Камни очага у каждого рода были свои и считались священными.

В различных климатических зонах сформировались свои виды очагов, что повлияло на способы тепловой обработки исходного сырья, виды посуды и вкусовые качества готовых блюд. Самый древний способ тепловой обработки – это жарка, выпекание хлеба на раскалённых огнях. До сих пор этот способ используют кочевники Центральной Азии. У тюркских народов используется *садж* – слегка выпуклый железный круг вроде щита, который ставится над огнём на ножки.

Почти 3000 лет тому назад возник предшественник *русской печи*. Эта печь отапливала и вентилировала солод, сушила одежду, за печью хранили припасы, а под ней – кухонную утварь и топливо. Русская печь определила характерные черты русской национальной кухни: выпеченные изделия, тушёные, пареные и варёные блюда, жарка мяса крупными кусками или целыми тушками. Наши предки бережно хранили традиции своих мест, типы жилищ, конструкцию печи, способы приготовления и её характер. Во времена феодальной раздробленности князья, переселяясь в свои уделы, вместе с дружиной и книжниками брали с собой своих мастеров: печников, гонгов, бондарей, квасоваров и поваров. Печь распространилась по всей территории Руси. Особенность её строения повлияла на форму посуды и на конструкцию кухонного инвентаря: глиняные горшки, кочерга, латки, сковороды, ухваты, сковородники, половники с длинной ручкой и др. Форма славянского горшка пластически выразительна и удобна и для приготовления пищи, и для её подачи на стол.

Устройство русской печи достаточно простое: это костёр, помещённый в специальную камеру, топливник, приподнятый над полом избы. Варочная камера русской печи уникальна: в неё одновременно помещается больше десятка варочных горшков и чугунков. Утренняя стряпня оставалась горячей до вечера. В печи готовили пищу, и она получалась удивительно вкусной и питательной. Секрет заключается в том, что жар печи распределяется равномерно, и температура долго не меняется. Посуда с пищей не имеет прямого контакта с огнём, позволяя содержимому прогреваться со всех сторон равномерно, не пригорая. Русская печь многофункциональна: она обогревает дом, в ней готовят завтрак, обед и ужин, пекут блины, оладьи, хлеб и пироги, готовят корм

(пойло) для домашнего скота, греют воду. На ней сушат зерно, травы, грибы и другие дары леса и огорода. В лютые морозы возле печи согревают новорожденных домашних животных. На самой печи спали постоянно мерзнувшие, старики, а на пристроенных сбоку голбцах и полатах спали дети [7а].

Народы южных стран (Тайланд, Бирма, Малайзия и др.) создали очаги, в которых для приготовления пищи используют открытый огонь (жарение на вертеле, решётке). Такой очаг располагается вне жилища, так как благодаря теплomu климату оно не нуждалось в обогреве.

Наиболее известный в мире очаг – тандур (тандыр, тонир). Тандыр – печь-жаровня, мангал особого вида для приготовления пищи у народов Азии. Распространён в Азербайджане, Армении, Казахстане, Кыргызстане, северо-западном Китае (Восточный Туркестан), Монголии, России, Таджикистане, Туркмении, Индии, Узбекистане, Японии и Крыму. Тандур – это вытянутый резервуар с расширением внизу и отверстием наверху, прикрытый крышкой. В глубине тандура разводят огонь. В качестве топлива используют дрова, уголь и другой горючий материал в зависимости от местных ресурсов. Когда огонь разгорится, крышку закрывают, чтобы тандур раскалился. В тандуре выпекаются лепёшки, готовят цыплят, мясо, замаринованное в йогурте со специями, кебабы, нанизанные на шпакки, коптят мясо, сушат на зиму фрукты.

Использование тандыра в различных странах:

- в Армении *тонир* устанавливается в земле. С 2012 года в Армении проводится фестиваль тонира «Тонратон» – кулинарный фестиваль блюд приготовленных в тонире (тундыре);
- в Индии в тандыре (в стране произносится *тандур* (англ. *tandoor*) готовят мясные блюда, например, «цыплята тандури» (англ. *tandoori chicken*);
- в Средней Азии в тандырах выпекают лепёшки, а также самсу;
- на Кавказе и в Иране в тандырах пекут лаваш.

Многие века очаг *тонир* был основной частью крестьянского жилища, им же обусловлено шатрообразное перекрытие туна (дома), вершина которого имела дымовое отверстие – «ердик», оттуда выходил дым и в то же время в жилище проникал дневной свет. Тонир – это глубокая круглая яма в земле, стены которой выложены камнем. В тонире пекли лаваш и другие мучные изделия, варили, жарили и тушили мясную, молочную и растительную пищу. В тонире коптили мясо и сушили фрукты. В древности тонир согревал жилище. Холодным зимним вечером, когда ужин был готов, тонир накрывали крышкой, чтобы сохранить тепло. Вокруг стелили матрасы, а после ужина члены семьи садились на матрасы, вытянув ноги под одеяло, которое накрывало крышку тонира. Так не только согревались, но и лечились больные. Старики и дети засыпали там же, у тонира.

В поселениях, где отсутствовали церковные сооружения, священнослужители имели право перед тониром проводить церемонию бракосочетания. В дохристианские времена тонир у армян был символом Солнца. Считалось, что, наклонившись над тониром при выпечке хлеба, армянские женщины кланялись Солнцу. Постепенно тонир перешел в отдельное помещение – ацатун («хлебный дом» – дословный перевод с армянского).

Очаг китайской кухни – плита с вырезами огромных конфорок, в них до половины погружают котлообразную сковороду с полусферическим дном котлы и кастрюли. Печь чаще всего топят углем. Конфорки раскалены докрасна или почти добела. На сковороду, которую повар постоянно шевелит, кладётся жир в тот самый момент, когда сковорода соприкасается с нагретой плитой. Жир закипает сразу, в него тут же опускается мелко нарезанный продукт. После молниеносной жарки готовое мясо перекладывают в дуршлаг, а затем на тарелку. Вся процедура занимает не более полутора минут, и блюдо готово. Скорость приготовления блюд обеспечивается заблаговременной подготовкой полуфабрикатов и наличием специальных плит. На одних конфорках пламя выбивается на высоту 30–40 см, температура огня достигает 300–400 градусов, а на других конфорках пламя выбивается на небольшую величину, в третьих – почти не выбивается. В зависимости от вида тепловой обработки продуктов используется пламя той или иной силы. При таких скоростных методах в продукте сохраняется всё ценное, в том числе и минеральные соли и витамины. Отсюда и неповторимый запах и вкус китайских кушаний, с которыми не могут сравниться никакие другие.

В Шотландии существует сложный специфический очаг – *кэйл-пот*, который представляет собой большую котлообразную ёмкость с вогнутым дном на трёх ножках. В результате длительного приготовления на торфяном очаге получаются прекрасные супы и тушённые блюда.

Таким образом, исходя из климатических условий, строения, размещения очага национальные очаги кухонь разных народов претерпевали определённые видоизменения. Очаги прошли несколько этапов в эволюции:

1 этап – зарождение огня и накаливания камня (неолит – каменный век).

Возникновение саджа – выпуклый железный круг, установленный на «ножки» (кочевники Центральной Азии – каменный век).

Тандур – цилиндр или усеченный конус в земле со стенами из обожженной глины или металлического покрытия (народы Индии – каменный век)

2 этап – возникновение русского классического очага (глинобитная печь: XI век до настоящего времени).

3 этап – западноевропейская плита для приготовления только пищи (Франция, Англия – XVI век).

4 этап – примус – портативный очаг (изобретатель швед Ф.В. Линдквист – в 1892 г.).

5 этап – газовая плита (появилась впервые в СССР в 1932 г., а во Франции была изобретена в 1837 г.).

Бытовая электроплита – электроплита с термостатом – электрогриль – скороварка – тиховарка – микроволновая печь – микроволновая печь с компьютером и т.п.

2.3. Искусство и традиции напитков в культуре питания

На протяжении многих веков разные народы создавали различные напитки, приспособленные к условиям их стран, связанные с местным пищевым сырьем. Например, в России традиционной основой для напитков стали меды, на Среднем Востоке – шербееты, в степных районах Азии – айраны, в пустынях – чал. И повсюду – от Запада до Востока – чай. Все перечисленные напитки во многом схожи между собой в силу их питательности и жаждоутоляемости. Искусственные же напитки (на синтетических эссенциях) не содержат в своем составе протеинов, натуральных углеводов, разнообразных ферментов и т.д. К ним относятся, к примеру, газированные напитки Пепси или Кока-кола, энергетические напитки и многое другое.

Следует отметить, что у разных народов существуют свои оригинальные способы и традиции приготовления напитков, которые они стремятся сохранять и совершенствовать. Напитки – большая и разнообразная группа пищевых изделий, которые могут употребляться к закускому, мясному горячему и десертному столу. В середине XIX века напитки разделялись по принципу приготовления, а затем их стали распределять по характеру сырья. В современных условиях все напитки классифицируются на две группы: опьяняющие (алкогольные) и жаждоутоляющие (безалкогольные).

Неслучайно напитки, являясь результатом труда человека как творца, считаются хранителями природной энергии. Особое место в истории напитков заняли так называемые одурманивающие напитки или алкогольные. Например, употребление вина ранее использовалось в религиозных обрядах в качестве символа божественного проявления. История развития алкогольной культуры насчитывает не одно тысячелетие. О «похитителе разума» люди узнали за 8000 лет до нашей эры. Основой тому послужило изобретение керамической посуды. Первоначально одурманивающие напитки получали из меда, плодов и ягод. С тех древних времён стало постепенно развиваться виноделие. Древние греки и римляне употребляли алкоголь, независимо от слоя общества. В средние века виноделием занимались в основном в европейских монастырях. А там, где развитие виноградарства было затруднено климатическими условиями,

занимались пивоварением, используя зерно, а позже – хмель. Родоначальниками пива считаются кельтские и германские племена.

XII веком датируются первые упоминания о водке. В те времена ее использовали в качестве лекарственного средства. В середине XV века в Шотландии и Ирландии появляется виски. В XVI веке в районе Шампань был открыт способ получения игристых вин. Еще через 200 лет научились крепить столовые вина. Все это время спиртные напитки хранились в сосудах или кувшинах, а в конце XVIII века появились стеклянные бутылки.

Для того чтобы стало возможным перевозить вино с собой, его стали дистиллировать, разбавляя перед продажей водой. Винные концентраты перевозили в бочках, как правило, дубовых, что тоже играло немаловажную роль во вкусовых свойствах напитка. Именно так появился прародитель бренди. Приблизительно к этому же периоду относится первое упоминание о роме, когда обнаружилось, что патока – побочный продукт сахарного производства – при сбраживании становится алкогольным напитком. Прародителем этого напитка считают Древнюю Индию и Древний Китай.

Сегодня алкогольные напитки поражают своим разнообразием. Они всегда пользуются спросом. Их употребляют как в домашней среде, так и в деловой, на встречах и в ресторанах, по праздникам и не только. Для того чтобы правильно употреблять алкогольные напитки, недостаточно знать об их существовании. Нужно иметь элементарные представления об их разнообразии, а также знать этикет употребления алкоголя.

Принято делить алкогольные напитки на три группы: крепкий алкоголь, вино, пиво.

1 группа – крепкий алкоголь. Основой его производства является перегонка (дистиллят) сброженного сырья. Практически из любого вида фруктов или зерновых источников углеводов получают питьевой (этиловый) спирт, в котором содержатся летучие вещества, придающие напитку вкус и запах исходного сырья: водка, виски, бренди, ром, абсент, текила, ликер и саке.

2 группа – вино, которое является не только увеселяющим напитком. Вино стало частью культуры, особенно агрокультуры, а также оно стало выражением особенности колорита той или иной местности. Этот алкогольный напиток получают путем сбраживания (полным или частичным) виноградного сока. Виноградное вино считается традиционным. Плодово-ягодные вариации появились значительно позже и считаются более дешевым вином. Уникальность напитка состоит в том, что сок винограда уже содержит в себе все необходимое для брожения: сахар, воду, минеральные вещества, дрожжи.

Существует четыре типа вин, различаемых по методам изготовления: тихие, игристые, крепленые и ароматизированные.

К распространённым винам мира относятся:

херес – крепкое вино, главной особенностью которого является процесс производства: виноградное сусло ферментируется под пленкой хересных дрожжей;

токай – вино из белых сортов винограда, пораженного особым грибом *Botritis Cinerea*;

портвейн – крепленое вино, которое после ферментации спиртуется при помощи бренди;

мускат – изготовлен из мускатных сортов винограда, отличающихся особым вкусом и ароматом;

марсала – вино с добавлением корабельной смолы или уваренного виноградного сусла, что придает ему отличительный вкус;

кагор – красное вино, при изготовлении которого к частично сброженному мезге и суслу добавляют спирт, а мезгу подвергают тепловой обработке;

шампанское – игристое вино, получаемое при вторичном сбродивании вина.

При классификации вина, в зависимости от способа производства, делят на натуральные и специальные виды, которые могут быть ароматизированными. А по содержанию сахара и спирта вина подразделяются: на *натуральные* – сухие, сухие особые, полусухие, полусладкие и *специальные* вина – сухие, крепкие, полудесертные, десертные и ликерные.

В зависимости от качества и сроков выдержки вина делятся на молодые, без выдержки, выдержанные, марочные и коллекционные. По цвету вина бывают белые, розовые и красные. По содержанию спирта и сахара вина должны в соответствии с межгосударственным стандартом отвечать требованиям.

Таблица 4

Классификация вин в зависимости от содержания спирта и сахара

Группа вин	Объемная доля этилового спирта, %	Массовая концентрация сахара
1	2	3
Натуральные		
Сухие	9–13	Не более 3
Сухие особые	14–16	Не более 3
Полусухие	9–13	5–25
Полусладкие	9–12	30–80

1	2	3
Специальные		
Сухие	14–20	Не более 15
Крепкие	17–20	30–120
Полудесертные	14–16	50–120
Десертные	15–17	140–120
Ликёрные	12–16	210–300

Современная медицина применяет **энотерапию** (винолечение), поскольку вина обладают лечебными и диетическими свойствами. Так, во Франции широко используется энотерапевтический кодекс доктора Било. Для поддержания ослабленной сердечной деятельности хороши легкие белые вина и особенно шампанское. При расстройстве желудка полезны красные с большим количеством дубильных веществ – Саперави, Каберне.

Красные столовые вина рекомендуют при анемии, а при атеросклерозе назначают сухие белые вина с минеральными водами. Авитаминозы, переломы, заболевания костного аппарата лечат винами, богатыми минеральными веществами, а грипп, бронхит, воспаление легких – глинтвейном – горячим красным вином с сахаром.

Даже разбавленное наполовину водой виноградное вино может уберечь от кишечной инфекции, оно убивает холерные вибрионы, кишечные палочки и возбудителей тифа. При обострении туберкулеза полезно красное столовое вино в небольших дозах: оно не только губительно для бактерий, но и возбуждает аппетит.

Истощенным и слабым больным дают несколько ложек в день портвейна или мадеры. Платон говорил, что вино – молоко для стариков, т.к. оно помогает от бессонницы: четверть или полстакана виноградного вина обеспечит здоровый сон, даст приятный покой, рассеивает страхи, волнения.

Длительное время, а именно до XVII века, вино являлось единственным целебным напитком. В те времена из Центральной Америки по миру отправился шоколад, из Аравии – кофе, чай – из Китая, а во Франции был изобретен перегонный аппарат, с помощью которого были созданы прославленные марки вин.

3 группа – пиво, которое является слабоалкогольным напитком. В основе технологии производства пива лежит спиртовое брожение солодового сусле с помощью хмеля и пивных дрожжей. Пиво, как и вино, –

это древнейший продукт цивилизации. Этот напиток не знает ни географических, ни социальных границ. Его с глубокой древности пили и короли, и простолюдины, мужчины и женщины на всех континентах мира. В древности люди овладели тайнами дрожжей, а затем научились приготавливать солод и превращать крахмал в сахар. Появилась возможность использовать зерновые продукты для приготовления хмельных напитков, и первыми были пивные напитки. Произошло это в разных частях земного шара в разное время. Во все времена начиная с Вавилона и Древнего Египта, оно активно конкурирует с вином. Пиво принято различать по цветам: белое, красное, светлое, темное. Но можно разделить пиво и по способам брожения:

эль – сбраживание происходит при температуре 15–25 градусов, что считается высокой, имеет повышенное содержание спирта;

лагер – сбраживается при температуре 5–15 градусов, далее выдерживается при 0 градусов;

ламбик – сбраживание ведется без использования культурных дрожжей;

пшеничное пиво – дображивание происходит уже в бутылке;
гибридные сорта.

Подача пива

В старину были широко распространены деревянные жбаны и кружки для пива. Затем появились керамические и стеклянные кружки разной емкости. Делали их цилиндрической формы или сужающейся кверху емкостью от 0,5 до 1,5 л. Кружки большой емкости часто снабжались крышками.

Одним из показателей качества и прелести пива является пена с характерной устойчивостью. Напиток пива во многих странах подают к самым различным блюдам. У чехов, жителей Моравии, немцев и поляков есть блюда, к которым обязательно подают пиво. Это, к примеру, могут быть сосиски или сардины с квашеной капустой, свиные ножки с тушеной капустой, бигус и другое. В некоторых традициях принято подавать к пиву речные и морские продукты: раки вареные по-польски и по-немецки, рыба вяленая, рыба холодного копчения (лещи, окуни) и т.п.

2.4. Культура горячительных напитков различных стран мира

Существует множество религиозных, национальных, семейных, личных традиций употребления алкогольных напитков. Так, ислам, глубоко проникающий во все сферы жизни своих последователей, налагает запрет на употребление вина и на азартные игры. Употребление горячительных напитков у буддистов входит в пять первых запрещений наряду

с убийством, воровством, супружеской изменой и ложью. В свою очередь, индуизм, раздробленный на множество сект, не имеет однозначного отношения к вину. Так, приверженцы некоторых сект непременно используют вино и мясо в своих обрядах как культовый символ. Вину посвятили немало поэтических строк, восторженных или вакхических (А.С. Пушкин, Джордж Байрон, Пьер Беранже, Вольтер, Расул Гамзатов, У. Шекспир). Вдохновляющая сила вина воспевается во множестве музыкальных произведений или живописи.

Вином освещаются такие традиции и обычаи, как венчание, свадьба, рождение человека. Некоторые церкви также широко используют вино (например, при освещении Престола – главного места в православном храме, при совершении таинства елеосвящения или соборования). Католическая христианская церковь не использует в таинстве причащения мирян вино, однако в повседневной жизни католиков вино не подлежит запретам и употребляется с благодарением как дар Божий.

История виноделия показала оригинальные примеры производства и продажи вин, которые стали уже традиционными. Одно из первых мест в мире по производству и продажам занимают французские вина, шампанское, коньяки. Во Франции установлен жесткий контроль за изготовлением вина, поэтому каждая надпись на бутылке вина является гарантией качества. Наиболее существенны данные: регион, год урожая, классификация качества и место разлива. Самые известные регионы Франции, которые дали миру высококачественные «великие» напитки: Бордо, Шампань, Бургонь, Эльзас, Кагор, Жура.

Италия – ведущая винодельческая страна мира. Она занимает второе место в таблице грандов мирового винопроизводства. Здесь вырабатываются разнообразные белые и красные вина от обычных марочных, крепостью 10–11% до высококачественных, различных сроков выдержки крепостью 12–13%. Наиболее известные вина Пьемонта, венецианские и тосканские, вина фриули и Умврии.

По производству вина Испании занимают третье место после Франции и Италии. Вырабатываются ординарные, высококачественные столовые и специальные вина. Специальные вина включают крепкие «женеро», ликерные «женеро», вермуты и аперитивы на базе вин. На протяжении многих столетий Испания являлась единственной страной, производившей херес, который и теперь признается лучшим в мире. Известные вина Фаустино, Кампилио, Маркес Де Касерес, Сарда, Малага.

Культура виноградарства в Германии известна с древних времен. В настоящее время виноград выращивается в 11 регионах, расположенных в бассейне Рейна и его притоков. В республике производят в основном высококачественные белые вина, а также красные вина среднего качества. Наиболее известные вина: Кайзерштул, Руландер, Швацрисминг, Лимбергер, Сильванер, Мюллер и другие.

Виноделие в Греции и на Кипре наиболее древнее на Европейском континенте. Оно насчитывает не менее трех тысячелетий. О кипрских винах, их высоком качестве и целебных свойствах упоминали еще Гомер, Сенека, Гиппократ и Плиний-старший. В настоящее время на острове выращивают 150 сортов винограда.

Вина Португалии пользуются заслуженной славой в течение многих столетий. Уже в XII веке страна экспортировала вина в Англию, а с XVIII века – в другие страны мира. Португальские вина носят названия по местностям происхождения. Наиболее известные вина – Порто (портвейн) и Мадера. Порто – одно из самых известных вин мира, лучшие его образцы выдерживают по 10–15 лет.

Венгрия входит в десятку мировых производителей вина. В 12 регионах Венгрии перерабатывается виноград на замечательные вина, отличающиеся гармоничностью компонентов, полнотой, приятным и тонким ароматом и букетом. Наиболее известны вина: это легендарные Токайи (Самородни, Фурмит, Асу), Абашар и, Бадачони Эгерская Бычья кровь, Уникум (лечебный венгерский бальзам).

Болгария производит преимущественно столовые вина – белые и красные, но известны также болгарские десертные, игристые и ароматизированные. Наиболее известные белые сухие столовые вина: Карловски миский, Димят, Ризлинг, Пино, Ркацителы, Лудогорско и другие. Среди красных сухих столовых вин популярны Гымза, Каберне, Загоре, Тракия, Памид и другие. Лучшие белые десертные вина – Бисер, Варна, Мадера, Славянка, Порто; красные десертные – Тырново, Рубинидо.

Австрия занимает восьмое место в мире по потреблению вин и шестнадцатое по их производству. Лучшие австрийские вина – белые (десертные, ароматизированные, жемчужные и игристые). Несмотря на сравнительно небольшое количество производимого вина, австрийская винопродукция выдерживает рыночную конкуренцию. Она экспортирует вина в 70 стран мира. Наиболее изысканные вина Австрии: Вайсбургундер, Гринцинг, Зиверинг, Каленберг, Нойштифт, Рустер Соц, Совиньон, содержание спирта в которых от 8,5 до 12,5 %.

С древних времен для горячительных напитков использовались бокалы и фужеры. В настоящее время существует широкое разнообразие форм и видов бокала (уникальной формы и необычных размеров) для определенного сорта вина. В некоторых случаях два и более бокала предназначены для одного и того же напитка. Сложилось целое искусство в использовании бокалов.

Так, стакан *хайбол* имеет цилиндрическую форму и прямые стенки, используется для подачи сложных коктейлей на основе крепких спиртных напитков, а также для любых безалкогольных напитков.

Бокал для мартини треугольной формы с длинной тонкой ножкой также используется для фуршетных коктейлей, в которые не требуется добавлять лед.

Бокал для коктейля (Hurricane Glass) – чаша которого внизу сужается к середине, а наверху расширяется к краю. Он предназначен для красиво оформленных экзотических коктейлей большого объема. Ножки таких бокалов обычно выполнены оригинальным образом: в виде кубика, шарика или другой геометрической фигуры.

Существует несколько видов бокалов для ликера и крепких спиртных напитков. В ликеры-кремы часто добавляют кубики льда или воду, поэтому их подают в высоких бокалах или стаканах для виски. Крепкие ликеры подают в обычных коньячных рюмках. Десертные ликеры подают в маленьких ликерных рюмках для питья ликеров в чистом виде. Следует отметить, что одно из основных различий между этими бокалами – их размеры и объемы. Однако они должны быть достаточно вместительными, чтобы средняя порция вина наполняла их только на одну треть или на половину.

Бокал из хрусталя или простого нецветного стекла необходим для того, чтобы доминировала окраска вина. Вкус хорошего вина напрямую зависит от стеклянной посуды, в которую его наливают. В этом можно убедиться, попробовав одно и то же вино из лимонадного стакана, рюмки и винного бокала. Аромат и вкус будут очень разными.

Основным фактором, влияющим на выбор бокалов для вина, является сорт напитка. В идеале нужно иметь девять или десять разных наборов, но в домашних условиях можно ограничиться всего двумя наборами под белое и красное вино.

Винные бокалы обязательно должны быть на высокой ножке, это придает эстетичный вид бокалу, к тому же рука, держащая бокал, не нагревает вино. Бокал должен немного сужаться кверху, для накопления ароматических веществ. От диаметра ободка зависит, насколько сильно будет концентрироваться аромат на выходе из бокала. Чем меньше диаметр, тем выше будет концентрация аромата. От высоты чаши зависит насыщение вина кислородом.

В искусстве изделия бокалов для красных и белых вин появились свои разделения на типы. Так, бокалы для красного вина бывают двух типов: «Бордо» и «Бургундия». Формы «Бордо» напоминают тюльпан – широкое основание, сужающееся к краю. В таких бокалах вино вступает в связь с кислородом и полностью раскрывает свой букет, а узкий край не позволяет распыляться аромату. Чаша «Бордо» должна иметь объем не менее 600 мл, в противном случае некоторые богатые виды красных вин не полностью раскроют свой аромат.

Формы бокалов типа «Бургундия» напоминают шар, который еще называют «баллоном». Они идеально подходят для вин с умеренно вы-

раженными танинами и высокой кислотностью, предназначены для сортов «Пино-нуар», «Бароло», «Барбареско» и других. Объем бургундских бокалов обычно составляет 700–750 мл. Бокалы «Бургундия» часто используют дегустаторы-профессионалы, так как с их помощью можно быстро определить слабость вина или его непрочную структуру, то есть низкое качество напитка. Есть и десертные вина, которые подаются в маленьких бокалах, объемом не более 65 мл. Это «уменьшенный» бокал для красного вина.

Бокалы для белого вина по форме напоминают тип «Бордо» (тюльпан), но имеют меньший объем (до 350 мл). Они позволяют сохранить оптимальную температуру напитка. Из маленького бокала вино пьют быстрее, и оно не успевает нагреться (температура подачи белых вин обычно ниже, чем красных). Белое вино подают слегка охлажденным и в небольших бокалах. Чаша бокала широкая внизу, к верхнему краю слегка сужается, что не дает улечься тонкому аромату вина.

Бокалы для шампанского и других игристых вин имеют вытянутую форму, называемую «Флют». Традиционно шампанское подают в высоких бокалах из тонкого и прозрачного стекла на длинной ножке. Форма такого бокала позволяет увидеть игру пузырьков и раскрыть вкус и аромат напитка. Существует и другой вид бокала для шампанского, совершенно не похожий на бокалы «флют», низкий широкий бокал, больше напоминающий креманку, только на длинной ножке, чтобы рука не касалась чаши и не согревала ее.

Любой бокал необходимо правильно держать за ножку и заполнять вином лишь на треть, чтобы не сильно влиять на его температуру. Вино можно дополнительно насыщать кислородом, медленно вращая бокал. Самые легкие ароматы всегда концентрируются в верхней части, это цветочные и фруктовые тона. Земляные и растительные тона сосредотачиваются в средней части, а самые тяжёлые ароматы (дерева и кожи) ощущаются возле поверхности дегустируемого вина.

Таким образом, история горячительных напитков показала примеры искусства виноделия разных народов, которые внесли существенный вклад в развитии культуры питания. Сформировалось большое разнообразие религиозных и национальных традиций употребления алкогольных напитков. В сфере оказания сервисных услуг сложилась своеобразная культура выбора бокалов для напитков и их подачи к столу. Форма, объемы бокалов и материалы, из которых они изготовлены, несут не только эстетическое значение. Они во многом влияют на раскрытие характерного вкуса напитка.

2.5. Жаждоутоляющие безалкогольные напитки в культуре питания (квас, чай, кофе, фруктовые соки)

Древние источники свидетельствуют, что квас возник одновременно с пивом. Около 8 тысяч лет назад квас готовили египтяне. Геродот, Плиний Старший, Гиппократ оставили описание напитков, близких по характеристике квасу. Был он знаком европейцам и нашей эры, но, как только люди научились готовить более крепкие напитки (пиво, брагу), квас уступил им место: начиная с XI века о нем в Западной Европе забыли. В России же квас остается национальным напитком и по сей день.

История чая неразрывно связана с национальной культурой, хозяйством и традициями многих народов. Родиной чая является Китай, первые упоминания о чае относятся к 270 году нашей эры. В XVI веке с чаем познакомились и европейцы. Впервые в Россию чай попал из Монголии. Царский стольник Василий Старков в 1638 г. привез царю Михаилу Федоровичу богатые подарки от Алтын-хана, среди которых оказались и коробочки с чаем. Хан буквально навязал его русскому дипломату в обмен на соборы. Поначалу терпкий и горький напиток не понравился царю и боярам, однако было замечено, что он «отвращает от сна» во время долгих церковных служб и томительного сидения в Думе боярской. Вскоре весь чай был выпит, и вкус его стали забывать. Вновь свою роль сыграли дипломаты: посол России – грек Сапфариус привез чай из Китая, а уже в 1679 году был заключен договор с Китаем о поставке этой удивительной сушеной травы.

Русские покупали самый лучший в мире чай и понимали в нем толк. Эта безграничная любовь к чаю и вылилась в потребность появления чисто русского заведения – чайной. Обязательный атрибут чайной – огромный самовар, который по традиции украшал буфетную стойку. В меню чайной обязательно включались бублики, баранки, сушки, блины, оладьи, пироги, кулебяки. Держать спиртные напитки в чайных категорически запрещалось.

При всем многообразии сортов чая они делятся на четыре основных типа: черный, зеленый, красный и желтый. Наибольшее распространение получили четыре типа рассыпчатого байхового чая. Название «байховый» происходит от китайского «бай хоа», что означает «белая ресничка» (так называют едва распутившиеся почки, придающие чаю утонченный аромат и вкус). Чем выше процент типсов (почек), тем выше его сорт, тем он ароматнее, вкуснее, ценнее. Русские чаоторговцы, не знавшие китайского языка, перенесли слово «бай хоа» на слово «байховый» для обозначения всех рассыпных видов чая.

Издревле в Китае, Индии и Японии чай ароматизировали. Древнейший способ, применяемый до сих пор, является ароматизация сухого готового чая с помощью различных душистых цветов и других частей

растений (корней, семян), которые в различных пропорциях равномерно перемешивают с сухим готовым и, как правило, еще теплым после сушки чаем. В течение нескольких часов чай пассивно вбирает запахи этих ароматических растений, после чего их изымают из чая, а сам чай подсушивают. Наиболее распространены такие цветы-ароматизаторы, как жасмин самбак, душистая маслина, флоридская гардения, аглая одората, мюррея экзотическая и хюрант.

Наряду с чайными традициями в различных странах мира возникла целая культура выращивания, приготовления и употребления кофе. Родиной кофе является Африка и, в частности, Эфиопия. Свое название кофе получил от названия южно-эфиопской провинции Каффы. Спустя некоторое время кофейное дерево было завезено в Аравию, нынешний Йемен. Лучшими сортами кофе принято считать арабские, которые получили групповое название от наименования порта Мокка. Вся последующая история кофе связана с Южной Америкой и, прежде всего, с Бразилией, поскольку бразильский порт Сантос называют «кофейной столицей» мира.

В Европе кофе стал известен в 1592 году, после того, как итальянский врач и ботаник Проспер д' Альпино, сопровождавший венецианское посольство в Египет, описал напиток кофе как лекарственное средство. Имеются сведения, что и в России с кофе были знакомы в качестве лекарства в 1665 году при дворе царя Алексея Михайловича.

Аромат и достоинство напитка волновал сердца и умы многих людей мира. В XVII веке открылись первые кофейни в Венеции, Лондоне, Франции. Например, во Франции в 1660 году было открыто знаменитое кафе «Прокопио», которое впоследствии посещали Дидро, Руссо, Вольтер, Виктор Гюго, Бальзак и другие. Это кафе существует и в наши дни.

В России широкое распространение кофе получил во времена Петра I. Но только в начале XIX века кофе вошел в моду.

Для варки кофе создавалась специальная посуда и приборы. Переворот в способе варки кофе произвел сэр Бенджамин Томпсон Ремфорд (1783–1814), известный своими открытиями во многих областях физики. Граф был не только физик-теоретик, но и оставил ученый труд на 300 страниц «О конструкциях кухонных очагов и утвари с замечаниями и наблюдениями, касающимися разных способов стряпни и с приспособлениями по усовершенствованию этого полезнейшего искусства». Ему же принадлежит работа «О великолепных качествах кофе и об искусстве наиболее совершенного его приготовления». В основу действия изобретенного им кофейника положен принцип, который ученый-физик сформулировал так: «Применяйте кипящую воду, дайте ей медленно просачиваться через свежемолотые кофейные зерна и сохраняйте жидкость горячей, но без кипячения». Как бы в дальнейшем ни совершенст-

вовались кофейники, в любом из них заложен принцип, предложенный Ремфордом.

Приготовление кофе – это целое искусство. Правильно сваренный кофе чрезвычайно ароматный и приятный напиток. При этом имеется в виду, что напиток готовится из только что размолотых на кофемолке подсушенных, предварительно обжаренных зерен. Существует огромное разнообразие способов приготовления напитка: кофе по-арабски, кофе по-турецки, два вида кофе по-итальянски (кофе по-неаполитански и кофе-эспрессо), западноевропейский и русский кофе с молоком, кофе по-варшавски, кофе по-венски, кофе-гляссе, кофе «Фери» и другое. Например, кофе по-арабски варят в турках-джезвах, медных луженых изнутри сосудах с длинной ручкой. Кофе по-итальянски – это обычно очень крепкий, густой напиток. В Западной Европе, а затем и в России широко распространен обычай пить «кофе с молоком», который смягчает терпкий вкус напитка, повышает его питательность, но совершенно изменяет вкус.

В готовый черный, процеженный кофе-гляссе добавляют сахар, охлаждают до 8–10°C, разливают в фужеры или высокие стаканы, сверху кладут шарик мороженого. Пьют через соломку. А кофе «Фери» готовится с добавлением корицы, гвоздики, цедры лимона и апельсина, рома, коньяка и сахара. Всё смешивается, разогревается в сосуде, а затем заливают горячим кофе.

2.6. Национальные факторы развития кухни (на примере русской культуры)

Славянские народы были расселены на обширной территории Южной и Восточной Европы вплоть до Дальнего Востока России. Принято выделять:

- западные славяне (поляки, силезцы, словинцы, чехи, словаки, кашубы, лужичане);
- восточные славяне (русские, белорусы, русины, украинцы);
- южные славяне (болгары, сербы, хорваты, боснийцы, македонцы, словенцы, черногорцы).

Вместе с тем главенствующую роль в развитии славянской культуры питания играла именно русская кухня. Русская культура питания неотделима от понятия «русские гулянья» и является одной из самых колоритных кухонь в мире. Редкий гурман при упоминании о русской кухне не вспомнит ароматные дымящиеся борщи со сметаной, румяные блины, аппетитные пироги, расстегаи и кулебяки, маринованные грибы и хрустящие соленые огурчики. Каждое блюдо русской кухни – это особый шедевр кулинарного искусства.

Русская кухня на протяжении своего многовекового существования впитала и творчески переработала кулинарные традиции многих поколений и народов: от татар до французов. На формирование национальной кухни влияли многие факторы: климат, образ жизни населения, политика и религия. Принято различать шесть этапов в развитии русской кухни:

- древнерусская кухня (IX–XVI вв.);
- кухня Московского государства (XVII в.);
- кухня Петровской и Екатерининской эпохи (XVIII в.);
- Петербургская кухня (кон. XVIII в. – 60-е гг. XIX в.);
- общерусская национальная кухня (60-е гг. XIX – нач. XX вв.);
- современная русская кухня (с 1917 г. по настоящее время).

Древнерусский этап развития русской кухни длился почти 500 лет. О своеобразии кухни того периода можно узнать из древнего письменного памятника – «Домострой», написанного советником царя Ивана IV Грозного Сильвестром. «Домострой» стал первой кулинарной книгой на Руси, в которой автор составил список блюд и напитков своей современности.

Кухня того времени отличалась строгими правилами и традициями, которые соблюдались в каждой семье. Самым лучшим кушаньем считалось то, которое сделано по рецепту, полученному от матери или бабушки. Всегда было принято внимательно присматриваться, как готовится одно и то же блюдо у разных хозяек. Древнерусская кухня требовала четкого следования рецептуре, а кулинарные фантазии не особенно приветствовались. Еда была простой, не очень разнообразной, но подаваемые блюда и напитки должны были быть многочисленны, особенно на праздничном столе. Своеобразие древнерусской кухни определялось как продуктами, которые использовались, так и способами их приготовления. Блюда в старорусской кухне разделялись на мучные, молочные, мясные, рыбные и растительные.

К кушаньям, приготовленным из муки, относился в первую очередь хлеб. Наиболее характерным и распространенным был ржаной хлеб. Пшеничный хлеб оставался изделием для праздника. Он подавался в особых случаях и пекся в виде калачей.

Особое место среди мучных продуктов по праву занимали пироги. Пироги по способу приготовления были «пряжные» (жареные на масле), и «подовые» (выпекаемые в печи). Подовые всегда готовились из кислого теста, на дрожжах, а пряжные могли быть приготовлены и из постного. Пироги имели продолговатую форму и разную величину. Большие назывались пирогами, а маленькие – пирожками. Все пироги, за исключением сладких, подавались к горячему.

К другим видам блюд, выпекаемых из теста, относился каравай. Он представлял собой сдобный хлеб, приготовленный различными спосо-

бами. Так, тесто для «битого» каравая взбивалось в отдельной посуде на масле, для «ставленого» – на молоке, для «яицкого» – на яйцах. Наряду с разнообразным перечнем изделий из теста свою популярность получили курник, оладьи, котлома, сырники, блины, хворосты и висели. К мучным блюдам относились также кисели, которые по традиции заваривали мукой.

Молочные кушанья были представлены, прежде всего, лапшой с подливом из свежего или топленого молока; молочными кашами и всеми видами молочных продуктов: творогом, сметаной, кислыми сырами.

В период Древней Руси мясо ели вареным или печеным. Вареное мясо подавалось в первых блюдах: щах, ухе, рассолах или под взварами (соусами). Запекали мясо в печи. Принято было употреблять баранину, говядину и птицу (кур, уток, гусей). Готовили и мясо дичи: оленину, лосятину, зайчатину; мясо дикой птицы: уток, гусей, лебедей, рябчиков и перепелов.

Русь всегда изобиловала рыбой как морской, так и речной. Ее вялили, сушили, солили, готовили под взварами и на пару. Рыба подавалась и в первых блюдах: рассольниках, ухе, солянках (селянках). Ее ели печеной. Особым лакомством всегда считалась икра, особенно свежая зернистая – из осетра и белорыбицы. Икру употребляли с уксусом, перцем и луком, ее варили в уксусе или маковом (миндальном) молоке или жарили.

Особое значение в технологии приготовления русских национальных блюд имел очаг – русская печь, которая служила и для отопления жилища и одновременно для пищи. В русской кухне издавна процесс готовки сводился к варке или выпеканию продуктов в русской печи. Позднее русские повара заимствовали у татар способ жарения. Вареная пища только отваривалась, а то, что было предназначено для печения, только пеклось. Таким образом, старинная народная русская кухня не знала ни соединения продуктов, ни их комбинирования, ни двойной тепловой обработки.

Вся технология горячего приготовления сводилась к нагреву. Тепло печи могло быть трех степеней: «до хлебов», «после хлебов», «на вольном духу». Всегда пища готовилась без непосредственного контакта посуды с огнем, нагреваясь только через толстый слой раскаленных кирпичей. При этом температура могла быть либо все время постоянной, либо падающей, если печь постепенно остывала, но никогда не бывала возрастающей, как это принято при современном приготовлении на плите. Другими словами, главная особенность русской печи – равномерный, устойчивый жар, который держится очень долго и после того, как печь уже закончили топить. В зависимости от температурного режима в печи каждый раз готовилось разное кушанье. При температуре 200°C пекли знаменитые русские пироги: кулебяки, расстегаи, курники

и шаньги; запекали целого поросенка или гуся. В остывающей печи можно было томить молоко, варить рассыпчатые каши, готовить жаркое. Вкус пищи, приготовленной в русской печи, оставался совершенно особым за счет того, что кушанья получались томленными или полутомленными.

На семейные торжества и православные праздники во всех семьях, независимо от достатка и сословия, принято было готовить одни и те же определенные блюда. Уже в древнерусский период большое значение приобрела обрядовая кулинария, которая в формате традиции сохранялась очень долгое время, практически до наших дней. Наиболее показательным примером обрядовой кулинарии является празднество Масленицы в преддверье Великого поста. Главным отличием этого праздника являлось разгульное веселье и обилие блинов. Каждая хозяйка старалась угостить своих домашних и гостей на славу. На лакомки, то есть в среду Масленной недели, тещи приглашали «на блины» зятьев с дочерьми, отсюда и пошло выражение «к теще на блины». Особенно этот обычай соблюдался в отношении молодых, недавно поженившихся. Как правило, в этот день собиралась на гулянье вся родня. В пятницу (в ответ) на тещины вечера зять угощал блинами тещу с тестем.

У русских людей самые разнообразные поверья и традиции связаны с блинами. Существовала примета, что на поминальном столе блины были обязательным кушаньем, символизируя, с одной стороны, замкнутый круг земного бытия, а с другой – бесконечность существования жизни духовной. Никто не знает, когда блины впервые появились на русском столе, но известно, что они были ритуальным блюдом еще у славян-язычников.

Разделение русских блюд на постные и скоромные произошло очень рано и оказало большое влияние на формирование дальнейших традиций. С одной стороны, строгое разграничение постного и скоромного стола привело к некоторому однообразию используемых продуктов и блюд, но, с другой стороны, обогатило русскую кухню грибными и рыбными блюдами, кушаньями, приготовленными из лесных ягод и трав (крапивы, сныти, лебеды и др.).

Постное меню было представлено жидкими кушаньями: похлебками, полевками, солодухой, кулагой, толокном, овсяным киселем с постным маслом, а также квашеной капустой, солеными грибами, грибными кушаньями, кашами из ячневой, овсяной, пшенной, перловой, гречневой круп, намного позже – печеным картофелем. Одной из распространенной постной едой считалась «тюря» – холодная подсоленная вода с кусочками хлеба и репчатым луком.

Часто во время поста готовили толокно из овса, обжаренного, точнее выдержанного в течение ночи в уже не слишком горячей, но достаточно теплой печи. Мука, полученная из такого зерна, теряла способ-

ность образовывать клейковину, хорошо набухла в воде и быстро загустевала. Толокно замешивали на охлажденной кипяченой воде, которую слегка подсаливали. Оно было любимым лакомством детворы. Из загустевшего толокна дети лепили рыбок, петушков, зайчиков – и забава, и вкусно, и голод прогоняет. Толокном обычно полдничали или ужинали перед сном.

Полевка – это жидкая похлебка, которую приготавливали из заквашенного ржаного теста – расчины. Расчину ставили закисать накануне. Когда она достаточно закисала, в горшочке кипятили воду, добавляли соль, лавровый лист, репчатый лук, расчину и «заколачивали» колотовкой (приспособление, которое вырезали из молодого, тщательно оструганного соснового деревца, на котором оставляли веерообразные тонкие сучки длиной 3–4 см). Полевку заправляли луком, сушеными грибами, а в некоторые дни поста сельдью или вяленой рыбкой.

За Великим постом следовал самый главный православный праздник Пасха, или Воскресение Христово. Пасхальный стол отличался праздничным великолепием, обилием и красотой. Хозяйки запекали поросенка, барашка или окорок, жарили телятину. Цветами украшали блюда, а также стол, иконы и дом. Для пасхальной трапезы до сих пор пекут сдобные куличи, готовят творожные пасхи и красят яйца. По древней традиции яйца красили и укладывали на блюдо среди специально пророщенной зелени овса и пшеницы.

Рождество Христово – один из самых светлых христианских праздников. Вечер накануне Рождества – Рождественский сочельник или сочевник получил название от слова «сочиво» – ритуального кушанья, которое готовили из макового сока с медом и каши из красной пшеницы или ячменя, ржи, гречихи, гороха, чечевицы, позже – риса. Сочивом начиналась трапеза в Рождественский и Крещенский сочельники, а также на родинах, крестинах, поминках, с той лишь разницей, что эта каша, чаще называемая кутья, была разной по составу.

Так, рождественскую кутью готовили постной. Ее приготавливали с маковым, миндальным, ореховым, конопляным соком с добавлением меда и измельченных ядер грецких, лесных орехов, миндаля. На второй день Рождества готовили бабью кашу, или бабкину кутью. В древности был обычай навещать дом, в котором появился новорожденный, а в числе даров приносить бабкину кашу и бабкины пироги. На поминках подавали постную поминальную кутью – «коливо». Кстати, ржаную или пшеничную соломину, стебель и колос в древности тоже называли «коливо». Отсюда, возможно, и название кутьи, так как старообрядцы, например, готовили ее только из красной пшеницы. Этот обычай сохраняется и по сей день.

Среди семейных праздников, на которые было принято готовить специальные блюда, можно выделить свадьбу и поминки. Традицион-

ную русскую свадьбу обычно играли осенью, а подготовка к торжественному дню могла длиться около двух месяцев и состоять из нескольких этапов, ни один из которых нельзя было пропустить, это считалось плохой приметой. Что касается свадебного обеда, то на этот счет существовал целый свод правил и установлений. На русском свадебном столе кушанья были глубоко символичны. Тесто всегда было символом благополучия и плодородия. Поэтому на свадьбу в первую очередь готовили каравай. В некоторых губерниях словом «каравай» называли саму свадьбу, а каравайником – специальный свадебный чин.

На свадьбу обязательно пекли и пироги. Руководить выпечкой могла только женщина, живущая с мужем в любви и согласии и имеющая добрых детей: считалось, что семейный лад через пирог передается молодым. Каравай украшали цветами и веточками калины (символ любви). Тот из молодых, кто откусит самый большой кусок пирога, и будет хозяином в доме. При этом новобрачным за праздничным столом не разрешалось есть то же, что ели остальные гости. Жениху можно было отведать немного карава с сыром и выпить вина, невесте чаще всего не дозволялось и этого, но свадебный стол должен был ломиться от яств.

В центре стола ставили каравай в окружении медовых пирогов и калачей, саяк, ватрушек, пряных коврижек. К свадебному пиршеству готовился специальный пирог – «курник» с запеченными внутри яйцами и украшенный куриной головой из теста. С древних времен дошел до нас обычай кормить новобрачных курицей перед праздничным ужином втайне от всех. Курицу непременно подавали и гостям. Еще одно обязательное для русской свадьбы угощение – свинина. Блюда из свинины должны были обеспечить молодым богатство и благополучие. Надо сказать, что до XVII в. на Руси не знали ни танцев, ни оркестров, так что единственным развлечением на свадьбе было застолье. Когда съедались закуски, вносили жареного лебедя (у простого народа лебедя заменял жареный петух). Жених должен был дотронуться до птицы рукой и велеть ее резать. Поест жених и невеста могли только по окончании общего застолья в своей опочивальне.

Очень важным застольем, наполненным многочисленными символическими блюдами, была поминальная тризна или поминки. Непременными кушаньями на обеде после похорон бывали кутья, мед и овсяный (клюквенный) кисель, в некоторых районах – рыбный пирог, блины. Кутья, как правило, варилась из цельных, нераздробленных зерен, чаще всего пшеницы. Кутья, как и зерно, из которого она приготовлена, знаменует собой постоянство возрождения жизни, невзирая на смерть. Готовили кутью обычно сладкой, с медом или патокой. Говорили, «чем слаще кутья, тем жальче покойника». Кутью следовало взять ложкой три раза.

Помимо ржаного, овсяного или клюквенного киселя, обязательной на столе была чаша с медом, разведенным водой или брагой. Полагали,

что ими «торили дорогу покойнику». Как правило, блины подавались на 9-й и 40-й день, а в день похорон блины на стол не ставились. В некоторых местностях подавали еще муковню – заваренную кипятком муку с молоком, или кулеш – кашу с салом. Ели ложками (ножами и вилками за поминальным столом не пользовались очень долго), а пирог разламывали руками. В дни поста поминальный стол должен был быть постным.

Важно обратить внимание, что в традициях старинной русской кухни не принято смешивать продукты, и даже постный стол поначалу представлял собой блюда, в которых каждый вид овощей, грибов или рыбы приготавливался отдельно. Овощи – капусту, репу, редьку, горох, огурцы – ели сырыми и солеными или парили, варили, пекли.

Такие блюда, как салаты никогда не были свойственны русской кухне и появились в России уже в XIX в. как одно из заимствований с Запада. И даже тогда они поначалу делались преимущественно с одним овощем, отчего и назывались «салат огуречный», «салат свекольный», «салат картофельный». Грибы и рыбу тоже не смешивали. Их варили и солили отдельно друг от друга. Рыбную уху варили из одного сорта рыбы. Чтобы разнообразить вкус блюд, употребляли специи. Использовались лук и чеснок, причем в весьма больших количествах, а также петрушка, анис, кориандр, лавровый лист, черный перец и гвоздика, которые появились на Руси с X–XI вв., позднее, в XV – начале XVI вв., этот набор был дополнен имбирем, корицей, кардамоном, айром и шафраном. Блюда готовились и с добавлением различных масел: конопляного, орехового, макового, деревянного (оливкового), значительно позднее – подсолнечного.

В средневековый период начинают употреблять жидкие горячие блюда, получившие общее название «хлёбова» – это уха и щи, изготовленные на растительном сырье, а также различные виды мучных супов. Молоко и мясо поначалу употребляли достаточно редко. Причем некоторые виды мяса были совсем под запретом, например телятина. Мясо варили, добавляли в щи и каши, но почти не жарили. Из молока делали творог и сметану. Главными сладостями в старорусской кухне считали мед и ягоды, из которых варили варенья. Ягоды также сушили, смешивали с мукой и яйцами и делали пряники.

Традиционный обед в России представлял собой трапезу, которая состояла из трех блюд. Первое – суп из мяса с овощами и крупами (борщ, солянка или щи), второе – рыба или мясо с гарниром (рис, гречневая каша, картофель, макароны, тушеная капуста), третье – напиток: компот, морс, кисель или сок. Каждая трапеза имела свой определенный час. Особенно строго соблюдалось время обеда и ужина. Вся семья собиралась за столом, где у всякого было свое место. Во главе стола сидел хозяин дома, он же первым садился за стол, за ним – все остальные домочадцы.

Тарелки заменяли большие ломти хлеба. Гости клали на них, как на тарелку, густую пищу, куски мяса, рыбы и др. После обеда такие «хлебные тарелки» обычно съедались. Правила поведения за столом были довольно строгими: нельзя было стучать или скрести ложкой о посуду, бросать остатки пищи на пол, громко разговаривать, смеяться. Перед тем, как сесть за стол, каждый должен был перекреститься. Все это лишний раз подтверждает то почтение и даже благоговение, которое русские люди испытывали по отношению к хлебу насущному. Русских всегда отличало исключительное гостеприимство. Еще в древности стол в избе накрывали белой скатертью, на которую клали хлеб и соль. Это означало, что в доме всегда рады гостю.

Основное отличие кухни старомосковской кухни XVII века от древнерусской состояло в том, что появилось осязаемое различие в меню разных сословий. Раньше стол знати отличался от стола простолюдина лишь количеством блюд. Дополнительно для знати за границей закупали только вина и сушеные фрукты. С развитием внешней торговли, введением монополии на ряд товаров (водку, икру, красную рыбу, рыбий клей, мед, соль, коноплю) и заменой натурального обмена денежным началось разграничение в ассортименте продуктов. Продукты разделялись на те, которые поступали на стол высших сословий, и те, что имелись в наличии у крестьянина. Это же привело к тому, что стали складываться русские региональные кухни.

Кулинарные пристрастия московских царей и знати оказывали большое влияние на всю русскую кухню в целом. Это происходило потому, что все продукты питания и специи, как бы они ни были дороги и экзотичны, имелись в свободной продаже и могли быть приобретены любым, кто пожелает. А огромный штат прислуги активно распространял сведения о рецептах и способах приготовления различных блюд.

В то время как народная кухня с XVII в. все более упрощается и обедняется кухня дворянства и особенно знати становится все более сложной. Состоятельные господа составляют себе «рописи кушаний» на целый год. Признаком богатого стола того времени являлось большое количество блюд и их перемен: для боярской кухни до 50, а за царским столом их число возрастает до 150–200 в течение одного обеда. Необыкновенную праздничность и помпезный вид придают столу и сами размеры блюд. Рыбу и птицу выбирают самую крупную, порой размеры блюда становятся такими, что его с трудом доносят до стола несколько человек. Трапеза длилась до 8 часов, включая десятки перемен блюд, состоявших из двух десятков однотипных закусок, горячего и сладостей.

Уже достаточно развитое к этому времени постное меню обогащается астраханским балыком, черной икрой в двух ее разновидностях (паюсная и зернистая), соленой и заливной красной рыбой, кольской

семгой, сибирской нельмой и белорыбицей, байкальским омулем. Кухня высшего сословия того времени объединяет и обобщает опыт предшествовавших столетий и создает на его основе новые, более сложные варианты старинных блюд. Впервые происходит заимствование иностранных блюд, преимущественно восточного и балканского происхождения, и способов их приготовления. Входит в обиход жареное мясо, которое подразделяется на печеное, шестное (жареное на вертеле), скородное и верченое.

В XVII в. окончательно оформляются все основные типы русских супов, причем появляются неизвестные для средневековой Руси солено-пряно-кислые супы – калы, похмелки, селянки (солянки), рассольники, – обязательно содержащие квашения, лимон и маслины.

В этот период в состав Русского московского государства входили новые земли и народы – Казанского и Астраханского ханств, Башкирии и Сибири. Это не могло не оказать влияние на кулинарию со стороны восточной, в первую очередь татарской, кухни. В русскую кухню проникают такие продукты, как изюм, урюк, инжир, дыни, арбузы, заморские лимоны и чай. Их употребление постепенно становится традиционным. Важным событием для кулинарии, особенно для развития кондитерского искусства, стал завоз в XVII в. в Россию тростникового сахара.

Русский стол этого периода изобилует вареными, квашеными и солеными блюдами, которые готовились без использования масел. Продукты пока не смешивали и не перемалывали. Особенно это относится к мясным и рыбным блюдам. В пирогах рыбу и мясо запекали целиком. Даже грибы и ягоды для начинок не резали, а специально выбирали маленького размера. Идеалом кушанья было блюдо, приготовленное из целого животного, птицы или растения.

Новый этап в развитии русской кухни наступил при Петре I и длился до начала XIX в. Царь-реформатор внес большие изменения в жизнь русского народа и они не могли не коснуться национальной кухни. Любитель экспериментов во всем Петр активно пробовал новые блюда, новые продукты, некоторые из которых самолично привозил из своих путешествий. Петр первым ввел моду на приглашение в богатые дома иноземных поваров. С середины XVIII в. выписка иностранных поваров стала настолько регулярной, что вскоре они почти полностью вытеснили в домах аристократии русских кухарок и поваров. Вполне естественно, что иностранные повара готовили свои национальные блюда. Таким образом в русскую кухню были привнесены не только рецептура, но и посуда, технология и комбинации продуктов, характерные для немецкой, голландской, шведской, английской и французской кухни. Большие изменения в технологии приготовления блюд происходят с появлением специальной кухонной плиты. Многие из тех блюд, которые впервые

начали на ней готовиться в то время, постепенно трансформировались и стали неотъемлемой частью русской кухни. Процессы европеизации русской кухни продолжались при Екатерине II, оказавшие большое влияние на развитие кулинарии в России со стороны французской и немецкой кухни. Тогда же окончательно изменился традиционный способ подачи блюд.

Одним из новых кулинарных обычаев, появившихся в это время в русской кухне, стало употребление закусок как совершенно самостоятельных блюд. Пришедшие с Запада немецкие бутерброды, сливочное масло, французские и голландские сыры были объединены со старинными русскими блюдами (холодной солониной, студнем, ветчиной, бужениной, а также икрой, балыком и просоленной красной рыбой) в единую подачу. Появился особый прием пищи – завтрак.

В это же время входят в моду роскошные столовые приборы. Если раньше, за боярским столом, еда была значительно дороже столовых приборов, которые были сделаны из олова, дерева и меди, то во времена Екатерины появляются дорогая фарфоровая посуда, столовое золото и серебро. Сервировка стола становится важной частью культуры застолья.

С последней четверти XVIII в. законодателем мод в области кулинарии становится Петербург. При этом все кулинарные новинки проникают из царского дворца сначала в столичную дворянско-чиновничью среду, затем в провинциальную дворянско-помещичью, а далее и в другие сословия. С 90-х гг. XVIII в. появляются многочисленные поваренные книги.

Новый всплеск интереса к национальной кухне происходит в связи с общим подъемом патриотизма после войны 1812 года. Но попытки начать собирать утерянные рецепты традиционной кухни натолкнулись на то, что описываемые по памяти рецепты блюд не только не были точны, но и ассортимент далеко не отражал всего богатства русской кухни. Первые национальные кулинарные книги не могли соперничать с французскими и немецкими поваренными книгами.

Кухня господствующих классов и на протяжении первой половины XIX в. продолжала развиваться изолированно от народной, под сильным влиянием французской кухни. В России в этот период работает целый ряд блестящих французских поваров, которые творчески перерабатывают рецепты традиционной русской кухни. Центром этой реформации был Петербург и, поскольку отсюда влияние нового кулинарного направления распространялось по всей империи, русская кухня этой эпохи получила название петербургской, в отличие от продолжавшей существовать старомосковской кухни.

Французские повара реформировали и способы подачи блюд к столу. Воспринятая в XVIII в. «французская» подача, когда все блюда выставлялись на стол одновременно, была заменена старинным русским

способом – с переменной блюд. При этом в одну перемену стали подавать одно, а не несколько блюд, как в XVII в. Вместе с тем, количество перемен блюд сильно сократилось, была введена такая последовательность в сервировке обеденного стола, при которой тяжелые блюда чередовались с легкими и возбуждающими аппетит. На стол стали подавать уже не целое животное или птицу, а готовую нарезку.

«Русские» французы выступали также за замену блюд из толченых и протертых продуктов, занявших большое место в кухне господствующих классов в XVIII в., натуральными, более отвечающими характеру русской национальной кухни. Так появились всевозможные отбивные (бараньи и свиные) из целого куска мяса с косточкой, натуральные бифштексы, антрекоты, эскалопы. Одновременно старания французов были направлены на то, чтобы некоторые русские блюда получались более легкоусвояемыми. В гарнирах чаще стали использовать зелень и картофель, появившийся в России в 70-х гг. XVIII в. Для пирогов предложили вместо ржаного теста дрожжевое из пшеничной муки. В это же время появляется безопасный способ приготовления теста на прессованных дрожжах, благодаря этому процесс приготовления теста сильно сократился и стал занимать всего 2–2,5 часа.

Особое внимание кулинары уделили закускам, сделав из них одну из самых специфических особенностей русского стола. Если в XVIII в. преобладала немецкая форма подачи закусок – бутербродами, то теперь французы стали сервировать закуски на специальном столе, красиво оформляя каждую на особом блюде. Они настолько расширили ассортимент закусок, включив в их число целый ряд старинных русских мясных, рыбных, грибных и квашеных овощных блюд, что изобилие и разнообразие русского закусочного стола до сих пор вызывает удивление у иностранцев. В этот период благодаря французским поварам входит в моду комбинирование продуктов в виде винегретов, салатов, различных смешанных гарниров.

Вводится точная дозировка продуктов в рецептах блюд, что не было принято ранее в русской кухне. Прочно занимает свое место новое кухонное оборудование: на смену русской печи и приспособленных к ней горшков и чугунков пришли плита с духовкой, кастрюли, сотейники и т.п. Вместо сита и решета стали использовать дуршлаги, шумовки, мясорубки.

Общерусская национальная кухня получила своё дальнейшее развитие, когда параллельно с процессом облагораживания и рафинирования кухни господствующих классов, происходившим «сверху» и сосредоточенным в дворянских клубах и ресторанах Петербурга и Москвы, шел и другой процесс – собирания и восстановления забытого старинного русского кулинарного искусства. Этот процесс протекал стихийно в провинции, в помещичьих усадьбах, вплоть до 70-х гг. XIX в. Источ-

ником рецептов была народная кухня, в развитии которой принимало участие огромное число безымянных и безвестных, но талантливых крепостных поваров. После отмены крепостного права в 1861 г. и ускорения расслоения крестьянства, одним из результатов которого было образование кулачества и рост мелкого и среднего купечества, народная кухня стала усиленно культивироваться в этих социальных слоях, а ее национальный характер получил новое развитие.

В 70-х гг. XIX в. железнодорожное строительство в России приближало далекие окраины к центру, и многие региональные старинные русские блюда быстро стали общенациональными. Таковы были уральские и сибирские пельмени, донские пироги-курники и блюда из крупной степной дичи, дальневосточная горбуша и кетовая красная икра, мурманская оленина, башкирский мед и кумыс. В совершенствовании русской национальной кухни в 70–80-х гг. XIX в. приняли участие и многие рестораны России, привлекавшие талантливых поваров из народа. В результате в последнюю четверть XIX в. русская кухня приобрела обновленный вид не только по неповторимому ассортименту блюд, но и по изысканности и тонкости. Русская кухня заняла одно из ведущих мест в Европе, поднявшись на такую же высоту, как и французская. Вместе с тем, несмотря на все изменения, новшества, иностранные и региональные влияния, основа русской кухни, ее сущность оказалась неизменной в течение веков, сохранив наиболее характерные национальные черты.

Первенство в русской кухне сохраняли хлеб и супы. Среди хлебов основную роль играл черный ржаной хлеб. Существовали некоторые сорта ржаного хлеба, которые выпекались по специальному заказу на большие праздники. Например «Боярский» хлеб, который готовился из муки особого помола и самого свежего масла и молока. Хлеба назывались в зависимости от предварительной обработки муки, из которой хлеб готовился. Хлеб «ситный» пекли из муки, просеянной через сито, он был намного вкуснее «решетного», мука для которого просеивалась через решето. Хлеба, пекущиеся из непросеянной муки, считались низкогокачественными, их называли «мякиной». Самым лучшим считался хлеб из высококачественной пшеничной муки.

В конце XIX в. сельские жители пекли хлеб сами в русских печах, а городские обычно покупали хлеб у булочников. В булочных с лотков продавали подовый (высокие толстые лепешки) и формовой (в форме цилиндра или кирпича) хлеб. Помимо хлеба, выпекали и другие изделия: баранки, бублики, крендели.

Московские булочники достигли в выпечке хлеба большого мастерства, а самым известным из них стал Иван Филиппов. Филипповские булочные были полны покупателей. Публика сюда приходила самая разномастная – от учащейся молодежи до старых чиновников в дорогах

шинелях, от шикарных дам до бедно одетых рабочих женщин. Филипповские хлебобулочные изделия пользовались большим спросом не только в Москве. Его калачи и сайки ежедневно отправлялись в Петербург к царскому двору. Обозы с филипповскими булочками и хлебом шли даже в Сибирь.

Ассортимент национальных русских супов – щей, похлебок, ухи, рассольников, солянок, ботвиний, окрошек, тюрь – продолжал пополняться с XVIII по XX вв. различными видами западноевропейских супов, вроде бульонов, супов-пюре так называемых заправочных супов с мясом и крупами. Новые супы хорошо приживались благодаря любви русского народа к горячему жидкому первому блюду. Нашли свое место многие национальные супы народов нашей страны – украинские борщ и кулеш, белорусские свекольники и супы с клецками, молдавские супы с курицей и овощами, среднеазиатские супы с бараниной.

Окончательная утрата такого способа тепловой обработки блюд, как приготовление в русской печи привела к тому, что многие старинные кушанья потеряли свое своеобразие при приготовлении в иных условиях. Ухудшился вкус блюд народной кухни, целый ряд кушаний исчез из обихода. Несмотря на все поварское искусство и самое скрупулезное следование классическим рецептам, невозможно преодолеть различие во вкусе между русскими блюдами XIX в. и современными русскими блюдами, приготовляемыми на плите.

Современная русская кухня (в период с 1917 г. по настоящее время) складывалась постепенно. Период современной русской кухни можно разделить на советский и постсоветский. Значительный толчок развитию русской кухни дала Первая мировая война, но особенно сильное влияние оказали Революция 1917 г. и Гражданская война. Началась миграция населения, которая была вызвана социально-экономическими причинами. В новом месте люди соприкасались с совершенно иным бытом, новой кухней и неизвестными продуктами. Началось проникновение провинциальных кулинарных особенностей в общероссийскую кухню, привнесение в нее чужеродных традиций. Значительно изменился и пополнился ее ассортимент. В Москве появились пельмени и шаурмы из Сибири и с Урала, свиное соленое сало с Украины. Из Новороссии в русские города пришел обычай готовить куриный суп с лапшой, который через некоторое время стал одним из самых распространенных блюд советского общепита. Из Прибалтики в повседневную кухню русских областей попали сырники и другие молочные блюда, с Украины – вареники и особенно борщ, кое-где вытеснивший среднерусские щи. Наконец, большинство яичных, молочно-мучных и молочно-растительных (так называемых диетических) блюд пришло в общественное питание страны из немецкой (прибалтийской) и особенно из ев-

рейской кухни, что было связано с широким расселением евреев на восток от прежней черты оседлости.

Складывались новые кулинарные привычки и нравы, обусловленные социальными обстоятельствами. Например, в годы Гражданской войны, несмотря на тяжелое продовольственное положение и вынужденное нормирование продуктов, центральные власти располагали значительными запасами китайского чая. Его конфисковали у крупнейших частоторговых фирм, а позднее, в 1919–1920 гг., запасы пополнились из отбитых у белых войск чаехранилищ на Урале. Это привело к тому, что появилась возможность регулярно и бесплатно снабжать чаем Красную армию и флот, рабочих. Значительные массы трудящихся, которые прежде смотрели на чай, в известной степени, как на предмет роскоши, за годы Гражданской войны привыкли к нему, как к предмету первой необходимости. В начале 20-х гг. родилась и закрепилась привычка употреблять чай в течение всего дня, связывать с ним прием любой пищи.

В 1921–1931 гг. значительное развитие получили в городах частные столовые, иногда совсем небольшие – всего на 10–15 человек. Их многочисленность, конкурентоспособность, а также профессиональные навыки и экономические возможности их содержателей значительно повысили требования людей к качеству и вкусу пищи. Другой тенденцией этого периода было сведение меню к стабильному составу из десятка «проверенных», устойчиво-популярных блюд. Эта тенденция долгое время преобладала в общественном питании. Расширение его масштабов в 30-е гг. и строительство целых фабрик-кухонь на сотни посадочных мест привели не только к упрощению меню, но и к упрощению композиции и технологии приготовления блюд. Все, что казалось слишком сложным, отсекалось, экзотические компоненты (особенно пряности, приправы) просто-напросто исключались. В конце концов, победившим технологическим приемом оказалась варка – первоначальный прием древнерусской кухни. В результате, несмотря на революционные изменения и нововведения, основы русской кухни остались незабываемыми, хотя об их сознательном сохранении в то время, конечно, никто не помышлял. Капустные щи, отварная говядина, гречневая каша со сливочным маслом, клюквенный кисель или чай с вареньем и лимоном составляли наиболее распространенное советское меню 20–40-х гг., которое практически повторяло традиционное русское меню.

Домашняя еда в целом продолжала сохранять национальные черты, особенно в восточных районах страны и на Кавказе, а также там, где в семьях все еще жили рядом несколько поколений. Большое влияние на дальнейшее развитие советской кухни оказала Великая Отечественная война, которая не только приучила десятки миллионов людей к общественной кухне, она породила особое доверие к ней. В годы войны все профессиональные поварские кадры, в том числе высококвалифициро-

ванные, были призваны в армию и на флот. Это обеспечило в ряде частей приготовление пищи на таком высоком уровне, что она для большинства солдат оказалась не хуже, а даже лучше домашней. Поэтому сразу после войны услугами общественного питания стало пользоваться неизмеримо больше людей, чем в довоенные годы, а к началу 60-х годов общественное питание почти победило домашнее.

После войны, особенно в 1960–1970-х гг., уровень поварского искусства в общественном питании значительно снизился. Из меню постепенно были исключены традиционные русские продукты, например, соленья и варенья, грибы, ягоды, живая рыба. Исчезли и специфические блюда старой русской кухни, приготавливаемые из них. Одной из характерных особенностей советской кулинарии стало очевидное преобладание мясных блюд. В меню столовых и ресторанов прочно вошли западноевропейские блюда: котлеты, лангеты, эскалопы, бифштексы, шницели, рулеты и другие изделия с фаршем. В это же время широко распространяются маринады и консервированные овощи и фрукты. Домашнее консервирование стало развиваться под влиянием национальных кухонь Болгарии, Венгрии и Югославии. На советский рынок поставляли овощные и фруктовые консервы, где уксус, перец, да и сама стерилизация использовалась в качестве консервирующих средств, вместо обычного для нашей кухни заквашивания и соления в открытой посуде. Вкус и состав этих овощных консервов, применяемых сегодня в гарнирах (помидоры, перец, зеленый горошек, стручковая фасоль и другие), значительно отличается от вкуса блюд традиционной русской кухни.

В этот же период резко увеличилось потребление яичных блюд, домашней птицы (особенно бройлеров, кур, индеек, уток) и колбасных изделий. В домашнем быту на протяжении 1960–1980-х гг. упрощались состав и технология приготовления блюд, главным образом из-за нежелания горожанина долго заниматься приготовлением пищи.

По мере роста благосостояния советских людей возникла новая тенденция в развитии советской кухни – интерес к древнерусской и московской кухне XVII в. к русским национальным традициям, а также к наиболее самобытным национальным кухням народов СССР: к закавказским и среднеазиатским. В общественном питании широко распространились такие блюда, как шашлык, цыплята-табака, лагман, плов, правда, в сильно упрощенных вариантах и часто без учета традиционного пищевого сырья (например, свинина вместо баранины в шашлыке).

Плановая экономическая политика привела к дефициту продуктов питания. Дефицит тоже оставил свой след в развитии советской домашней кухни. С одной стороны, упростилось приготовление ежедневной еды: готовые пельмени, сосиски с макаронами или картофельным пюре, котлеты из кулинарии – в эпоху тотального дефицита уже представляли собой хороший обед или ужин. С другой стороны, наличие в доме вкус-

ных и разнообразных домашних блюд, приготовленных из дефицитных продуктов, стало своеобразным показателем положения в обществе. Речь в это время уже не идет о правильном и полноценном питании или о сохранении традиций. Стол должен быть изобильным и обязательно должны присутствовать дорогие и редкие продукты: икра красная и черная, белая и красная рыба, крабы, ананасы и апельсины. Все это привело к некоторому однообразию меню, особенно, праздничного. До сих пор некоторые праздники, например Новый год, прочно ассоциируются с такими кушаньями, как салат «Оливье», селедка под шубой, заливное и икра. В то же время дефицит развивал кулинарную фантазию. Попытки приготовить большее количество блюд из небольшого набора исходных продуктов привели к появлению многих новых рецептов, а традиционные и известные блюда упрощали, обедняя их состав или изменяя входящие в него ингредиенты (колбаса вместо мяса в составе салата «Оливье»).

Сохраняя характерные черты традиционной русской и советской кухни, кухня сегодняшнего дня динамично и творчески развивается. На это развитие большое влияние оказывают некоторые важные тенденции, которые обозначились после начала перестройки. Русскую кухню 90-х годов XX несколько потеснили западноевропейская и восточная. При этом домашнее, ежедневное приготовление западноевропейских, а уж тем более восточных блюд, представлялось в это время достаточно сложным в связи с использованием в рецептах некоторых ингредиентов или продуктов, которые до сих пор редко встречаются в отечественных магазинах. Поэтому их популярность свелась в конечном итоге к появлению многочисленных французских, итальянских, немецких, китайских и японских ресторанов. Возродилась и мода к приглашению на работу в эти заведения высокопрофессиональных поваров из соответствующих стран. Домашняя же кухня в этот период необыкновенно обогатилась новыми продуктами (соусами и специями, некоторыми видами рыбы и мяса), а наличие и огромное разнообразие кухонных бытовых приборов – пароварки, высококачественные плиты и духовки, хлебопечки, грили и фритюрницы и т.д. – дают возможность современной хозяйке готовить дома довольно сложные блюда.

На развитие современной русской кухни повлиял возросший интерес к нашей стране, ее истории и традициям со стороны иностранных держав. Возрождение православия и церковных традиций внутри страны вернуло людей к соблюдению постов с соблюдением меню в соответствии с церковным календарем. Таким образом, современная русская кухня – это соединение богатых традиций тысячелетней истории и современных мировых тенденций развития кулинарного искусства. Многовековая история русской кухни и ее творческое развитие продолжают.

Контрольные вопросы

1. Дайте характеристику историко-культурным факторам, повлиявшим на вкусы и традиции питания народов мира
2. Каким образом очаги стали одним из факторов формирования национальных блюд?
3. Перечислите основные виды алкогольных и безалкогольных напитков.
4. Приведите примеры, как искусство виноделия оказало влияние на традиции питания.
5. Как и где исторически возникли жаждоутоляющие безалкогольные напитки: квас, чай, кофе, фруктовые соки?
6. Перечислите исторические периоды развития русской кухни.
7. Опишите факторы (природно-географические, исторические, духовные и социо-культурные) в процессах развития русской национальной кухни.

Глава 3. ВЛИЯНИЕ РЕЛИГИИ НА СТАНОВЛЕНИЕ КУЛЬТУРЫ И ТРАДИЦИИ ПИТАНИЯ

3.1. Религиозные основы в культуре питания иудаизма

Иудаизм – одна из немногих религий мира, сохранившаяся до наших дней практически без изменений. Это монотеистическая религия, которая сложилась среди евреев в XIII веке до н.э. Иудаизм является национальной религией евреев и насчитывает более 20 млн последователей в различных странах мира. Священными книгами иудаизма являются Тора (указания, руководство к действию) и Талмуд (свод канонического комплекса иудаизма). Тора – сводное название пяти первых книг Ветхого завета: Пятикнижие; Бытие (Берешгий), Исход (Шемот), Левит (Вайикра), Числа (Бемидвор), Второзаконие (Дварим).

Один из внешних символов иудаизма с XIX века шестиконечная Звезда Давида. Более древним символом иудаизма является семисвечник Менора, который, согласно Библии и традиции, стоял в Скинии и Иерусалимском храме.

В основе иудаистского вероучения лежат идеи богоизбранности еврейского народа и мессианства. Идея монотеизма является главным догматом иудаизма и воплощается она через культ Яхве. Богоизбранность еврейского народа легко просматривается в Пятикнижии: «Я, Господь, Бог Ваш, который вывел Вас из земли Египетской, чтоб дать Вам землю Ханаанскую, чтобы быть вашим Богом». Ожиданием Мессианства (приход миссии в мир и конец света) наступления конца света и царства справедливости пронизано все мировоззрение верующего еврея. Оно символизирует надежду на лучшие времена и одновременно является одним из важнейших стимулов праведной жизни. Все религиозные праздники связаны в основном с фактами священной истории евреев.

Еврейский народ на протяжении многих столетий был лишен национальной территории и общности экономической жизни, к тому же рассеян по различным странам мира. Но, несмотря на это, народ сохранил свой язык, культуру, национальные обычаи. Причина национальной стойкости обусловлена религиозной обособленностью евреев, которая к тому же поддерживается религиозными лидерами. Еврейские религиоз-

ные догматы закреплены не только в духовной сфере, но и отражаются в организации всего быта и, в первую очередь, питания, сохранении религиозной ритуальности национальной кухни.

Национальная кухня евреев стойко сохранялась веками и исторически оказывала сильное влияние на поддержание обособленности евреев во всех странах, на превалирование национальных и особенно религиозных мотивов в пищевом отборе и системе питания. У евреев сохранились многие чисто религиозные, ритуальные блюда и черты. Вместе с ритуальными блюдами сохранились и исторически-традиционные, возникшие как иллюстрации к событиям еврейской истории. Все еврейские праздники подвижные, т.е. их даты ежегодно меняются, т.к. еврейский национальный календарь относится к календарям лунного типа. Месячная периодичность календаря устанавливается на основе смены фаз луны.

В иудействе существует множество обрядов, предписаний, праздников, постов, значительная часть которых связана с питанием. Продукты делятся на дозволенные (кошерные) и недозволенные (трефные). Кошер – это комплекс правил, которым должны отвечать продукты, употребляемые верующими в пищу. Однако даже разрешенное в питании, то есть кошерное, может стать трэфным при следующих отклонениях от пищевых предписаний. Например, можно питаться мясом разрешенных животных и птиц, но зарезанных по правилам *шехиты* – ритуального убоя. Если эти требования нарушены, то пища считается трэфной – нечистой с точки зрения иудейской религии. Предусмотрены и специальные правила и приемы приготовления кошерной пищи.

Иудейские пищевые запреты идут с библейских времен и отражены, прежде всего, в Торе. В первой книге («Бытие Ветхий Завет») сказано, что вначале для пропитания человека Богом была дана растительная пища, а употребление мяса было разрешено только после потопа: «Все движущееся, что живет, будет вам в пищу». Однако впоследствии оно было разделено на разрешенное и запрещенное.

Разрешены: жвачные домашние и дикие животные с раздвоенным копытом – волы, овцы, козы, буйвол, олень, лань и др.; рыба, имеющая чешую, плавники и развитый спиной хребет; домашняя птица (куры, гуси, утки, голуби). Запрещены: хищные звери, свинья, заяц, тушканчик, крот, мышь; осетровые, угорь, акула, скат, осетровая икра; хищные птицы (орел, коршун, ястреб, сова и т.д.), лебедь, цапля, чайка; пресмыкающиеся, земноводные и насекомые. В Торе сказано: «И мяса, растерзанного зверем в поле, не ешьте, псам бросайте его». Исключительное внимание обращено на кровь и правила убоя животных и птиц. В библейском слове употребление «кровь и плоть» были синонимами живого существа, поэтому кровь запрещалась употреблять в пищу.

В Талмуде можно найти актуальные и в наше время назидания по правильному приему пищи: «Неспешная еда продлит твою жизнь... На-

полни треть желудка пищей, вторую – питьем, а последнюю треть оставь пустой... После еды нужно двигаться, иначе будет плохое пищеварение». «Кто растит свой живот, растит болезни... От переедания умирает больше людей, чем от голода».

Поваренная соль отнесена в Талмуде к продуктам жизненной потребности, но одновременно сказано, что «соль, как и дрожжи, прекрасны в малых дозах и плохи в больших количествах». Запрещалась вода и напитки, которые оставались на ночь в сосудах с незакрытыми крышками. Запрещалось есть молочное в течение шести часов после мясного. Запрет на свиное мясо сохранил свою непререкаемость и в наши дни. К пищевым запретам относится одновременное употребление мясной пищи и молока, т.к. в заповеди Торы («Левит. Ветхий Завет») написано: «не вари козленка в молоке его матери». Это предписание сохранилось до настоящего времени.

В Торе немало сведений о том, что виноградное вино было распространенным напитком у древних евреев. В Талмуде вино включено в число продуктов, составляющих главные пищевые потребности, но указано, что пить вино нужно только в праздничные дни. Вино как элемент ритуала включено в иудейские праздничные трапезы: по субботам (Шаббат), в Пурим, Суккот-Куцци, пасхальный Седар.

По традиции за столом глава дома сначала произносит благословение (браха) над хлебом и солью. Вино во время еды принято пить после брахи благословения. При этом пожелание счастья и здоровья (типа «Лехаим!») произносят только после первого глотка, а не непосредственно после брахи. Традиция запрещает употреблять неиудейское вино (с применением дрожжей, ферментов, ароматизаторов, красителей, вкусовых добавок). В Польше компания «Польнискошер» выпускает несколько сортов кошерной водки, что зафиксировано печатью и подписью раввина и надписью на этикетке.

В иудаизме сложилась своя культура обрядового питания. Каждый седьмой день недели после захода солнца в пятницу наступает субботний день Шаббат. Это день покоя и отдыха. Первая трапеза Шаббата – это ужин вечером в пятницу. К столу подают все лучшее, что есть в доме, но главным украшением считается халы – особо сделанный пшеничный хлеб из дрожжевого теста с добавлением яиц, растительного масла, соли и сахара по вкусу. Перед выпечкой халы посыпают семенами мака или кунжута.

Традиция запрещает в Шаббат какую-нибудь работу, в том числе зажигание огня и приготовление на нем пищи. Но блюда, приготовленные заранее до субботы, можно сохранить в теплом месте. Так родился чолнт (цолнт) особое субботнее блюдо. Слово *чолнт/чулнт* предположительно провансальского происхождения, как и значительный слой средневековой религиозной лексики идиша. Идея чолнта заключается в

приготовлении горячего блюда при соблюдении религиозного запрета на разжигание в субботу огня. Чолнт готовят из разных продуктов, но основу его составляют фасоль или бобы, мясо, ячмень, лук, чеснок, перец и другие пряности. Вместо крупы можно взять картофель. Продукты заливают водой, около 4 часов тушат на малом огне. Готовое блюдо держат на электроплите или в другом теплом месте. Традиционным кушаньем в Шаббат является рыба, особенно фаршированная.

Рассмотрим несколько примеров ритуального питания в иудейской культуре.

Ритуальные дни *Рош Ха-Шана* (день Нового года) и *Йом-Кипур* «Судный день» (последующий через неделю после Нового года). Эти два праздника наряду с еврейской Пасхой занимают главное место в иудейском культе.

Рош Ха-Шана празднуется два дня в месяц Тишрей (сентябрь) и с него начинается еврейский Новый год. Этот праздник называют «Днем трубного звука», так как вначале он был праздником новолуния и отмечался звуками труб. В Судный день – Йом-Кипур – в древности совершался магический обряд перенесения грехов верующего на жертвенного «козла отпущения». Это выражение широко используется в наши дни. По традиции это дни духовного очищения и покаяния. Как решит Бог в эти дни, зависит счастье, благополучие и здоровье людей на весь предстоящий год.

Традиционные блюда:

- Рыба – символ плодородия.
- Голова (баранья или рыбы) – быть «во главе, а не в хвосте» жизни.
- Морковь кружочками – по форме и цвету она должна напоминать золотые монеты, то есть удачу в делах, богатство.
- Праздничная хала – круглый пшеничный сладкий хлеб с изюмом, посыпанный маком или кунжутным семенем. С хлеба как символа здоровья начинают трапезу.
- Плоды и овощи – знак надежды на будущий хороший урожай.
- Яблоки и мед. Кусочки яблока, обмакнув их в мед, съедают в начале трапезы после халы, чтобы год был сладким.

В Йом-Кипур запрещено употребление пищи и питья. Накануне поста обед делают сытным, но не тяжелым. Не подают жареных, очень соленых и очень сладких блюд. Принято есть куриный бульон с «креплах» (типа пельменей), начиненных куриным мясом, отварную курицу с гарниром, салат из свежих или вареных овощей, компот, чай с печеньем, кексом или морковью запеканкой.

Песах. Песах отмечается в течение 8 дней месяца Нисан (март-апрель). Этот важнейший иудейский праздник установлен в память исхода евреев из Египта, где они были в рабстве. Определен пищевой ритуал праздника. Вечером следовало заколоть агнца – козленка или яг-

ненка, а пасхальная трапеза – Седар (древнеевр. – порядок) начинается вечером, после захода солнца. Ритуал Седара предписывает выпить четыре рюмки вина, есть хлеб бедности – мацу и кусочком мацы закончить трапезу. Запрещается употреблять и даже хранить в доме любую пищу, содержащую закваску (обычный хлеб, яичные изделия на дрожжах, пиво и т.п.) во все праздничные дни.

Маца (печенье) – это тонкие ломтики, пластинки, приготовленные из пшеничной муки и воды без соли. Тесто для мацы раскатывают до толщины 1–1,5 мм и затем выпекают на специальной жаровне по типу вафельницы. Из размолотой мацы делают муку – мацemel. Ее используют для приготовления различных пасхальных блюд и мучных изделий, например, обжаренные на сковороде шарики с различными начинками, заварное тесто для печенья и бисквитов.

Во время трапезы читают Агаду (древнеевр. – рассказ), которая повествует о сути праздника, при этом еда вплетается в этот рассказ.

Обязательная ритуальная посуда и продукты в Песах:

- трехъярусная горка, на которую кладут три листа мацы, покрытые салфеткой;

- овальное большое блюдо, символизирующее исход евреев из Египта, на котором раскладывается ритуальная пища:

- зроа – кусок жареного мяса, чаще куриное горлышко, символизирующие шею жертвенного ягненка,

- бейца – одно некрашеное сваренное вкрутую яйцо. Символ начала нового периода еврейской истории – выход из рабства, который подобен цыпленку и который вылупился из яйца, сбросил скорлупу и освободился,

- марор – кусочек хрена, как символ горечи,

- харосет – смесь тертого яблока, молотых орехов, корицы – символ глины, из которых евреи делали кирпичи для построек фараонов,

- хазерет – тертый хрен, при взгляде на который должны потечь слезы. Символ печали о египетском рабстве;

- карпас – зелень, овощи, как символ прихода весны, обновления надежды нового посева,

- пиала с соленой водой – символ слез, пролитых евреями в египетском рабстве,

- красное виноградное вино – символ благославения.

Традиционные блюда на Песах: фаршированная щука, жареная курица, жареная козлятина, цимес.

Шавуот – праздник, который справляется через семь недель после Песаха, отсюда его название Шавуот (евр. – «недели»). В течение двух дней праздника принято есть молочную, молочно-мучную пищу с медом (молочные суп, сырники или блинчики с творогом и медом и т.п.).

Посты. Посты в иудаизме соблюдаются с вечера до вечера, или с утра до вечера и характеризуются полным воздержанием от пищи и всех чувственных удовольствий. Нельзя поститься по субботам и в дни праздников. В современном иудаизме фактически строго соблюдается только пост в Судный день – Иом Кипур

3.2. Христианская религия в формировании обрядового питания

Ценности христианской религии, объединившей свыше миллиарда верующих, легли в основу обрядового или праздничного питания. Христианство возникло в I веке н.э. в восточных провинциях Римской империи и складывалось из ряда сект иудаизма. Религия христианства получила распространение и привлекательность для многих народов того времени благодаря тому, что она провозглашала людей всех национальностей равными перед Богом. Основоположником был Иисус Христос. В IV веке император Константин признал христианство и способствовал превращению его в господствующую религию.

Христианство позиционирует себя религией «гармонии матери и духа», безупречной и идеалистичной. Эта вера призывает человека к достижению духовного богоподобного совершенства. В основе христианства является знание от Иисуса Христа Сына Божьего, который сошел с неба на землю. Он, чтобы спасти людей от первородного греха, принял страдания и смерть, затем воскрес и вознесся на небо. Основным догматом христианства является вера в единство Бога-Отца, творца всего видимого и невидимого.

Христианство со временем разделилось на три основные направления: католицизм, православие, протестантизм. К важным обрядам в христианстве относятся таинства. Православная и католическая церкви признают семь таинств, но совершают их по-своему.

После развала Римской империи православие становится религией Византии. Сам термин «православие» означает правильное вероисповедание, правильное прославление Бога. Православное вероучение базируется на Библии, а также на решениях вселенских соборов IV-VIII веков и трудах церковных авторитетов. К законоположительным книгам Библии отнесены пять книг Ветхого Завета (пятикнижие Моисеево) и четыре книги Нового Завета (от греч. – «благая весть») от апостолов Матфея, Марка, Луки и Иоанна.

Сам же Завет воспроизводится как договор (союз) между Богом и людьми. Само имя Иисус означает Спаситель (древнеевр.), Христос (греч.) или Мессия (древнеевр.) означает помазанник – лицо, посвященное Богом на служение ему. По Ветхому Завету Бог перенес на человечество ответственность за грехопадения Адама и Евы. Своей смер-

тию Иисус Христос освободил людей от этой ответственности, предоставив им возможность отвечать лишь за свои личные прегрешения и указав путь избавления от грехов – подражание Богочеловеку. Ежегодный христианский праздник – воскресенье. Первоначально христиане, как и иудеи, праздновали субботу. По Новому Завету Иисус воскрес на следующий после субботы день, который христиане называли воскресеньем и стали считать праздником.

В христианской культуре сложилась традиция питания в дни праздников и постов. В повседневные периоды у христиан нет абсолютных запретов на употребление некоторых продуктов и постоянного их деления на одобряемые и порицаемые. Однако в период постов действуют указания на дозволенность ряда продуктов и на воздержания от определенных видов пищи вплоть до голодания. В этом главное отличие христианской религии от многих других.

В подходе христианской религии к питанию прослеживается разумный принцип умеренности с отказом от крайностей. Святой Максим Заповедник подчеркивал: «Не пища зло, а чревоугодие». Не менее поучительны высказывания о сущности поста писателя-богослова Иоанна Златоуста (350–407 гг.): «Ошибается тот, кто считает, что пост лишь в воздержании от пищи. Истинный пост – есть удаление зла, обуздание языка, отложение гнева, укрощение похотей, прекращение клеветы, лжи и клятвопреступления...». Таким образом, говоря о постах, внимание уделено, прежде всего, на духовное воздержание, а не только воздержание от той или иной пищи.

Следует обратить внимание, что в культуре питания протестантизма (христианского направления, возникшего в Европе в XVI–XVII вв.) нет деления пищи на постную и скоромную, нет регламентации питания, указаний на запрещенные и рекомендуемые пищевые продукты или методы их кулинарной обработки. Поэтому во время религиозных праздников различия в питании верующих протестантизма отражают в основном национальные пищевые традиции. И лишь у адвентистов, квакеров имеются специальные пищевые предписания. Например, адвентистам запрещается есть мясо «нечистых» животных (свинины), кофе, чай, алкогольные напитки и употреблять табак.

Пост или воздержание в питании присущ католической и православной культурам. Например, в православном христианстве поститься – значит, подчинить в себе то, что «мне хочется» тому, что «я должен». В православном календаре более 200 дней занято постами и было естественное стремление в рамках требований расширить ассортимент блюд. Отсюда и обилие в старинной русской кухне грибных и рыбных блюд, всевозможные каши, овощи (капуста, репа, редька, свекла, огурцы), травы (крапива, сныть, лебеда), лесные ягоды, горох. В качестве

масел использовалось конопляное, ореховое, маковое, оливковое, а с середины XIX века – подсолнечное.

По пищевым предписаниям православные посты можно разделить на пять категорий:

1. Строжайший пост – запрещена любая пища, допустима только вода. В медицине это соответствует полному голоданию.

2. Пост – с «сухоядением» – разрешена невареная растительная пища. В медицине это близко к понятию о строго вегетарианском питании в форме сыроедения. В дни этого поста едят и хлеб.

3. Пост с «ядением сварения» – разрешено употребление растительной пищи, подвергнутой тепловой кулинарной обработке, но без постного (растительного) масла. Этот тип питания почти полностью соответствует строгому вегетарианству.

4. Пост с «ядением сварения с елеем» – соответствует предыдущему, но допустимо использование постного масла в натуральном виде и для приготовления пищи из растительных продуктов (елей – это оливковое масло, но можно использовать любое растительное масло).

5. Пост с «ядением рыбы», когда растительная пища в любой кулинарной обработке дополняется рыбой и рыбными продуктами, а также постным маслом. Посты существуют однодневные и многодневные. Еженедельные постные дни – среда и пятница. Среда – в память предания Христа на страданиях и смерти.

В православном календаре 4 многодневных поста: Великий, Успенский, Святых апостолов (Петров) и Рождественский.

Великий пост – самый главный и строгий пост по пищевым предписаниям, который длится семь недель перед Пасхой и делится на две части. Первая часть длится первые шесть недель и называется «Святая Четырехдесятница», т.к. длится сорок дней.

Вторая часть – последняя неделя перед Пасхой – Страстная неделя – в память о страданиях Иисуса Христа, называемые «Страсти Господни».

Полное воздержание от пищи требуется для трех дней: понедельник и вторник первой недели и Великой Пятницы на Страстной неделе. В остальные будничные дни первой части поста полагалось есть хлеб и овощи, варенье один раз в день – вечером.

Постятся и в первые четыре дня Страстной недели, и в Великую Субботу (только без овощей). По субботам и воскресеньям – в дни памяти наиболее почитаемых святых – дозволена вареная растительная пища с постным маслом, а также вино. Вино разрешено и в дни торжественных воспоминаний.

Рыба и рыбные продукты разрешаются в праздники Благовещения и Входа Господня в Иерусалим (Вербное воскресенье).

Пост Святых апостолов (Петров) начинается через неделю после дня Святой Троицы и продолжается до праздника Святых первоверховных апостолов Петра и Павла – 29 июня (12 июля). Установлен в память апостолов, которые постились перед тем, как выйти в мир проповедовать христианство. Длительность его колеблется от 8 дней до 6 недель, т.к. зависит от переходной даты Пасхи и Святой Троицы.

Запреты такие же, как на Рождественский пост. Если день праздника после поста выпадает на среду или пятницу, то он переносится на следующий день, а в этот день можно есть рыбу.

Успенский пост в честь Пресвятой Богородицы, кончина (Успение) Божьей Матери отмечается 15 (28) августа. Длится он две недели – с 1(14) по 14 (27) августа. В этот пост предписания такие же, как в Великий пост. Рыбу можно есть в праздник Преображения Господня – 6(19) августа, а если праздник выпадает на среду или пятницу, то разрешено есть рыбу.

Рождественский (Филиппов) пост начинается в день памяти апостола Филиппа и продолжается 40 дней перед Рождеством Христовым – с 15(28) ноября по 26 декабря (6 января). В понедельник, среду и пятницу нельзя есть рыбу и постное масло. Рыба разрешается в субботу и воскресенье после праздника святителя Николы – 6(19) декабря. С 20 декабря (2 января) перед Рождеством начинаются строгие дни поста.

Сочельник – это канун праздника Рождества. Именно Сочельник является торжественным застольем, у которого неизменно определен ритуал, сохраняемый по традициям до настоящего времени. Сочельник начинается, когда все собравшиеся приступают к еде только после появления первой звезды. По церковному предписанию в этот день следует употреблять сочиво – хлебное зерно, размоченные в воде, меду, бульоне. Это символически отражает обряд проращивания зерна перед посадкой как прием, способствующий зарождению. В качестве зерна у христиан для этой цели употреблялись чечевица (сочиво), затем вместо чечевицы стали использовать пшеницу, рис, черные бобы и т.д. В православном сочельниковом застолье должны быть еще: печеная рыба целиком, густой компот-взвар или кисель из ягод.

Символика ритуальных блюд в Сочельник представлена значениями рождения и смерти. Так, размоченное зерно – символ прорастания, начала жизни; а зрелые плоды и ягоды, превращенные в жидкий кисель, – символ полного созревания жизни и ее окончания.

В православный Сочельник едят строго ритуальные и постные блюда: кашу, рыбу печеную и фрукты. В католической и лютеранской церкви в Сочельник допускается печенье, кофе, которые в православной церкви отнесены к скоромным блюдам.

Настроение праздника в Сочельник скромное, тихое, проходящее в благовоспитанной беседе. На другое утро (у православных христиан

25 декабря по новому стилю или 7 января по – старому) начинается праздник Рождества Христова, который, в отличие от Сочельника, шумный, радостный и задорный. В традициях православия со дня Рождества начинаются 12-дневные святки, которые заканчиваются на Крещение Господнее (19 января). Многие святочные обряды (пение колядок, гадание) стали рождественскими атрибутами, хотя отношения к христианству не имеют.

Рождество Христово является одним из наиболее почитаемых праздников христиан, а для католиков и протестантов Рождество является главным праздником в году. Поскольку в Рождество празднуется день рождения Христа – маленького ребенка, то и главные действующие лица – дети. Рождественский стол не ритуальный, церковью никогда не устанавливался, но вместе с тем он традиционен, так как выдерживается в соответствии с многолетними обычаями.

Во-первых, требуется использовать три рода мяса: млекопитающих, птиц и рыб, то есть обитающих в трех стихиях: на суше, в воздухе и в воде.

Во-вторых, следует использовать блюда, для приготовления которых применяется три вида кулинарной обработки: варение, жарение и печение (или тушение), в результате чего получается три консистенции готовых кушаний: мягкая, умеренная и жесткая (хрустящая).

В-третьих, на рождественском столе должны быть два сладких блюда: одно – сочное, естественное (ягоды, фрукты), а другое – сухое (печенье, конфеты). Таким образом, видна гармоничность, сбалансированность набора блюд.

Питание и национальная кухня в христианской культуре тесно связаны с традиционными блюдами праздника Пасхи, которые уходят корнями в древнейшую историю еврейской Пасхи или Песах. У евреев этот день празднуется в память Исхода из Египта. Название праздника Песах – «проходящий мимо» – связано с событием, в котором Ангел истребил в Египте первых по старшинству детей во всех семьях, кроме иудейских. Он различил жилище евреев по условному знаку (крови агнца) и прошёл мимо.

Непосредственно Песахом называлась жертва ягнёнка (реже козлёнка): *«в десятый день сего месяца пусть возьмут себе каждый одного агнца по семействам, по агнцу на семейство; ...и пусть он хранится у вас до четырнадцатого дня сего месяца: тогда пусть заколет его всё собрание общества Израильского вечером... и ешьте его с поспешностью: это – Пасха Господня»* (Библия, Исх.12:2,6,11). В память об этих событиях в Иерусалиме предписывалось совершить ритуальное заклание однолетнего ягнёнка мужского пола, без порока, которого следовало испечь на огне и съесть полностью, не преломив костей, с опрёснками (мацой) и горькими травами в семейном кругу в течение

пасхальной ночи (Исх. 12:1-28, Чис. 9:1-14). После разрушения Храма в Иерусалиме ритуальное заклание стало невозможным, поэтому иудеи в Песах едят только опресноки. Опресноки – это то же самое, что маца – лепёшки из пресного теста.

Вместе с тем христианская Пасха, берущая корни от еврейской, сопровождалась своей историей, в которой главным участником был Мессия – Иисус Христос. Последние евангельские события произошли в пасхальные дни. По древнему иудейскому преданию, Мессия – Царь Израилев – должен быть явлен на Песах в Иерусалиме.

Поскольку христианская Пасха связана с воскресением Иисуса Христа, на праздничном столе главным символическими блюдами стали: творожная пасха, кулич и крашеные яйца. Символами Пасхи становятся всё, что выражает Обновление (Пасхальные ручки), Свет (Пасхальный огонь) и Жизнь (Пасхальные куличи, яйца, зайцы). Практически все пасхальные традиции возникли в богослужении. Даже размах пасхальных народных гуляний связан с разговением после Великого поста – времени воздержания, когда все праздники, семейные в том числе, переносились на празднование Пасхи.

Рассмотрим несколько этапов празднования Пасхи:

Пасхальное богослужение. В Пасху совершается особо торжественное богослужение в Церкви ночью (или в некоторых странах, например в Сербии, ранним утром, с рассветом).

Пасхальное приветствие. Начиная с пасхальной ночи и последующие сорок дней (до отдания Пасхи) принято христосоваться, то есть приветствовать друг друга словами: «Христос воскрес!» – «Воистину воскрес!», при этом троекратно целуясь. Этот обычай идёт с апостольских времён: «Приветствуйте друг друга с целованием святым».

Пасхальный огонь. Пасхальный огонь играет большую роль в богослужении, а также в народных празднествах. Он символизирует *Свет Божий*, просвещающий все народы после Христова Воскресения. В Греции, а также в крупных городах России в православных храмах до начала пасхальной службы верующие ждут Благодатного огня от Храма Гроба Господня. В случае успешного прибытия огня из Иерусалима священники торжественно разносят его по храмам города. Верующие тут же зажигают от него свои свечи. После службы многие уносят лампаду с огнём домой, где стараются поддерживать его в течение года. В католическом богослужении перед началом пасхальной службы зажигают Пасхал – особую пасхальную свечу, огонь от которой раздают всем верующим, после чего начинается служба.

В дореволюционное время в России, а на Западе и по сей день на прихрамовой территории разжигается большой костёр. С одной стороны, смысл костра как и у пасхальной свечи – огонь есть Свет и Обновление. Пасхальный костёр также разводят для символического сожже-

ния Иуды (Греция, Германия). С другой стороны, около этого огня могут греться те, кто вышел из храма или не дошёл до него, поэтому он является также символом костра, у которого грелся Пётр. В дополнение к световой иллюминации костров и фейерверков используют всяческие хлопушки и «шутихи» для торжественности праздника.

Пасхальная трапеза. В течение Великой Субботы и после пасхального богослужения в храмах освящают куличи, творожные пасхи, яйца и всё, что приготовлено к праздничному столу для разговения после Великого поста.

Пасхальные яйца верующие дарят друг другу как символ чудесного появления на свет – Воскресения Христова. По преданию, когда Мария Магдалина поднесла в подарок императору Тиберию яйцо как символ Воскресения Христа, император усомнился, сказав: как яйцо из белого не становится красным, так и мёртвые не воскресают. Яйцо в тот же миг стало красным. Хотя яйца красят в разные цвета, традиционным является красный – как цвет жизни и победы. В иконописной традиции воскресший Христос, а также при Преображении окружён сиянием в форме овала. Эта фигура, близкая по форме яйцу, у эллинов (греков) означала чудо или загадку, в отличие от правильного симметричного круга.

В православной традиции на Пасху освящается артос – кислой хлеб особого освящения. Те, кто не мог причаститься на Пасху, могли ощутить единство через вкушение общего хлеба. Сейчас артос раздают верующим для хранения дома в течение года, его принято вкушать натощак при болезнях. Символ единства перешёл к куличам.

Кулич – главное украшение пасхального стола. Его выпекают из сдобного дрожжевого теста разных размеров, высоким и круглой формы. Главные составные части кулича – пшеничная мука высшего сорта, сливочное масло, молоко, яйца, сахарный песок, дрожжи, соль. В него кладут ванилин, шафран, кардамон, изюм, цукаты, орехи. Хозяйки, когда пекут куличи, одевают самую чистую одежду, подчеркивая значимость процедуры.

На творожной паске или пасхе (которую так называли в честь праздника «Пасха») вырезают печати с буквами «ХВ» – Христос Воскрес, стебли или цветы, растущие из креста, виноградные листья. Главный компонент изделия – протертый творог, в который добавляют сливочное масло, сметану или сливки, яйца и сахар. С учетом вкусов и возможностей в пасху кладут изюм, орехи, цукаты, лимонную цедру. Творожные пасхи традиционно делали в виде четырехгранной пирамиды, которая олицетворяла Голгофу – горную возвышенность в Иерусалиме, на которой распяли Христа. Подготовленную пасху выкладывали в специальную форму – пасочницу и оставляли в холодном месте на сутки, чтобы стекла сыворотка. Пасочница представляет собой четыре дере-

вянные или металлические дощечки с резьбой на внутренней стороне, символизирующей смысл праздника.

Символом Пасхи является агнец, в форме которого в России обычно пекут пирог. В южных странах – Болгарии, Италии, Балканах на Пасху обязательно закалывается ягнёнок. Приготовление пасхального стола стараются закончить в Великий четверг, чтобы ничто не отвлекало от служб Страстной пятницы, дня выноса Святой Плащаницы и молитвы.

Пасхальный крестный ход. Непосредственно перед Пасхой православные собираются в храме, откуда в полночь начинается крестный ход с громким пением стихир праздника (гимнографические тексты строфической формы). Затем шествие подходит к дверям храма и начинается богослужение пасхальной утрени.

В Римско-католической церкви крестный ход также совершается в богослужение на вечер Пасхи, однако не перед Литургией, а после неё. Крестный ход на Пасху не следует путать с богослужением Крестного пути, особым католическим великопостным богослужением воспоминание Страстей Господних.

Пасхальный звон. В России, а также других православных странах после молчания колоколов во время Страстных дней на саму Пасху особенно торжественно звонится «благовест». Всю Светлую седмицу любой желающий может подняться на колокольню и позвонить в честь Христова Воскресения.

Народные обычаи. Пасхальным вечером прямо на церковном дворе начинаются народные гуляния. В России народные гуляния с хороводами, играми, качелями продолжались в разных местностях от одного дня до двух-трёх недель и назывались Красная горка.

Также на Пасху дети устраивали «покатушки» – у кого яйцо дальше укатится. Пасхальные яйца в России катали по земле, чтобы она была плодородной. В некоторых странах Европы и Северной Америки существует обычай утром в Пасху прятать пасхальные яйца. Дети по пробуждению тут же бросаются обыскивать весь дом. В итоге малыши обнаруживают «гнездо» пасхального кролика с множеством разноцветных яиц.

Пасхальный заяц как символ плодородия и богатства стал символом Пасхи в Германии с XVI века и с тех пор распространился по всему миру. В виде зайчиков делают игрушки и сладости, а также сувениры, составляющие порой целые семейства или разные профессии.

Задолго перед Пасхой на главных площадях европейских городов открываются Пасхальные ярмарки, где можно купить вещи, сделанные своими руками. Мосты и фонтаны украшаются зеленью и разноцветными яйцами, символизируя Пасхальные ручьи – Обновление и Весну Ра-

дости. Во многих дворах можно увидеть кусты и деревья, украшенные яйцами и разными персонажами, наподобие Рождественской ёлки.

Пасхальные торжества длятся целую неделю – Светлую седмицу, но главные торжества празднества совершаются в первый день – Светлое Воскресение. У зажиточных хозяев на столе были куличи, разные пасхи, жареные и фаршированные поросята и ягнята, окорока ветчины, буженина, свиной желудок, начиненный кусочками грудинки с чесноком, луком и перцем, несколько сортов колбас, рыбные блюда, зелень. Многие блюда и закуски обкладывались крашеными яйцами. И, конечно, несколько сортов кваса, водки, настоек

Ритуальный характер пасхальных блюд, столь четко и строго сохранившийся в культуре православия, в меньшей степени соблюдается у католиков. Это связано с тем, что в католицизме главным и почитаемым празднеством является всё же Рождество, в отличие от православных христиан. В католической пасхе преобладают в основном национальные модификации ритуального стола, связанные с особенностями местной, региональной народной кухни. Общим для всех католических стран (Франция, Италия, Испания, Португалия, Ирландия, Австрия, Венгрия, Польша, Литва, Чехия, Словакия, Бразилия, и славяноязычные страны Южной и Центральной Америки) ритуальным объектом пасхального стола являются яйца, которые традиционно окрашиваются в красный, каштановый, зеленый и желтый цвета. В некоторых странах яйца покрывают национальным орнаментом. Во Франции, наряду с крутыми сваренными яйцами, делают яйца из сахара, шоколада, зефирной массы.

Традиционные блюда французского пасхального стола составляют очень простые блюда: омлет и запеканка из мясного котлетного фарша, сосиски холодного копчения, луковый пирог, пасхальный паштет. Крайне редко и только у богатых людей присутствует на пасхальном столе ранее бывшем обязательным ритуальное блюдо «баранье жиг» – запеченная задняя баранья нога с фасолью, абрикосами, яблоками, морковью. В Польше на пасху преобладают свиные блюда: свиная голова, поросенок фаршированный, бигос, буженина, краковская колбаса.

У разных народов Европы пасхальные блюда несколько различаются. Так, в Англии, где преобладающей является англиканская церковь, близкая к католицизму, на стол выставляется пять блюд: круглые булочки, покрытые глазурью, нога барашка под мятным соусом, яблочный пирог со сливками, пасхальное печенье, кексы, наверху которых делается одиннадцать шариков из марципана, которые символизируют одиннадцать верных Иисусу Христу апостолов.

Вышеперечисленные примеры являются лишь частью христианских постов и праздников, на которых особое значение занимает ритуальное питание. Западные и восточные христианские традиции соблюдения постов и празднеств имеют свои оригинальные особенности и

различия. Поэтому специалисты по оказанию сервисных услуг в сфере гостеприимства и туризма должны учитывать исторические и национальные нюансы христианских религий. Знание идеи, заложенной в том или ином религиозном празднестве, поможет грамотно организовать ряд мероприятий не только для зарубежных гостей-туристов, но и поддерживать культурные потребности местных жителей.

3.3. Религия ислама в этике питания мусульман

К VII веку произошло национальное и религиозное объединение арабских кочевых племён. В результате завоевания ряда стран под флагом Ислама Арабский халифат стал значительно больше, чем Римская империя (от Испании до Китая). На растущей в масштабах территории образовывалась новая культурная традиция, в которой ведущую роль выполняла идеология *ислама*. Арабы стали наследниками таких великих государств, как, например, Византия и Персия. Ислам открыл новую историческую эпоху, возникла единая, хотя и состоящая из множества народов, крупная «мусульманская общность».

В то время, когда на Западе философия, искусство и наука на определённое время задержались в своём развитии, на Востоке благодаря заслугам арабских мыслителей происходил их рассвет. И хотя в своём развитии Возрождение Востока не достигло западного уровня более позднего времени западного Возрождения (XI–XII века), но именно достижения арабо-мусульманской культуры были переданы Западному миру и в какой-то мере подготовили почву для такого перехода.

Ислам (араб. – *покорность*) или мусульманство – третья, самая поздняя по времени возникновения мировая религия. Основателем ислама был арабский пророк Мухаммед, получивший от Бога ряд откровений, записанных в священной книге Коран. Согласно истории, гонения на мусульман вынудили их переселиться в Йасриб, где Мухаммед был признан пророком и назначен правителем. Год его переселения – 622-й – положил начало мусульманскому летоисчислению по лунному календарю. Йасриб стал называться Мединой и отсюда началось завоевание Мекки и всей Аравии (под знаменем освобождения Каабы от языческих идолов). Триумфальное шествие ислама создавало государство – огромную общину, объединённую не кровным родством, а верой. Характерная особенность мусульманства состоит в том, что эта религия целиком подчиняет культурный уклад народа религиозным законам – шариату.

Наряду с этим, существенным элементом арабо-мусульманской культуры является *арабский язык*, неразрывно связанный с Кораном. Священная книга ислама, по мнению правоверных мусульман, была дана пророку Мухаммеду в «откровении» именно на арабском языке.

Пока Мухаммед был жив, он управлял мусульманской общиной. Но когда пророк умер, оказалось, что содержащихся в Коране предписаний далеко не достаточно для разрешения всех государственных и общественных вопросов – инструкций на все случаи жизни он оставить не мог. В связи с этим в исламе возникли два течения: *суннизм* и *шиизм*, различающиеся толкованием сунны. В широком значении *сунна* – свод обычаев и правил поведения древней общины – означала практику и теорию мусульманского правоверия. Она передавалась устно и служила дополнением к писаному закону. Правоверные мусульмане, которые считали, что Коран не может обойтись без сунны, получили название «люди сунны» или сунниты. Шиизм же был основан на авторитете имама (наследника миссии пророка). До сих пор весь мусульманский мир разделен на шиитов и суннитов.

В исламе существует множество различных течений и сект – более 73. Отсюда, религиозные представления мусульман не имеют четкой догматической завершенности. Различные направления в исламе по-разному понимают те или иные принципы, заложенные в священных книгах (Коран, Сунна). Однако всеми мусульманами признаются пять религиозных правил: исповедание веры (аш – шахада), молитва (ас – салот, намаз), пост (ас – саум), налог в пользу бедных (закят) и паломничество (хаджж).

Откровения Аллаха записаны и собраны в священную книгу – Коран («то, что читают»). Сунна (араб. – образец действий) является мусульманским священным преданием, она дополняет и разъясняет Коран. Сборники Сунны были составлены в IX веке. Шариат (араб. – правильный путь) – это комплекс религиозных (юридических) норм, принципов и правил поведения, жизни и поступков.

По мусульманской доктрине, люди, не исповедующие ислам, – «неверные», среди них иудеи и христиане выделяются особо как «люди Писания» (Библии). Согласно Корану, Аллах уже направлял им своих посланников, но эти люди не приняли или исказили слова Аллаха. Среди предшественников Мухаммеда Коран называет Мусу (Моисея) и Ису (Иисуса). В Коране выделен Ибрахим (в Ветхом Завете – Авраам), праотец арабов и евреев, первый, кто, вероятно, стал проповедовать веру в Аллаха.

Разнообразие мусульманского мира отразилось на питании верующих: выбор продуктов и блюд, с одной стороны, подчиняется пищевым предписаниям ислама, с другой стороны, зависит от национальной кухни, сформированной природными и историческими условиями жизни. Пища мусульман разных стран мира зависит от образа жизни (кочевой или оседлой), климатических условий и наличия тех или иных продуктов. Но есть для всех единое правило – не употреблять в пищу запрещенных исламом продуктов. Пищевые запреты в исламе включены в

понятие «харам». Многие шииты не едят осетровых рыб. Нельзя питаться мясом некоторых рептилий – лягушек и змей, но можно употреблять в пищу саранчу и ящериц. Не рекомендуется есть сырой чеснок или лук, а есть конину, мясо мула, осла порицается, но не запрещается.

Безусловно запрещено употреблять в пищу свинину, кровь животных и птиц, мясо павших или растерзанных хищниками животных. Запрещено мясо животного, которое заколото не по правилам шарията – без произнесения имени Аллаха и с неспущенной кровью, мясо жертвенного животного, не доеденного в трапезу и если этого мяса коснулся иноверец. В целом, мясо хищных животных и птиц относится к категории запрещенных. Запрещена рыба, лишенная чешую (осетровые), арабы и персы почти не едят конины и не пьют кумыса.

В исламе не принято употреблять напитки и пищу с опьяняющими и одурманивающими свойствами. В книге «Кодекс приличий на Востоке» сказано, что пищу следует вкушать умеренно, не допускать пресыщения и лучше не есть досыта. Не следует также есть мясное постоянно, но и нельзя оставаться без мяса 40 дней подряд. В этом сочинении предписывается, что после физической работы не следует пить молока, вареное мясо не надо мешать с жареным, сушеное или вяленое – со свежим. Коран запрещает употребление вина, так как объявляет вино греховодным продуктом. «...Они спрашивают тебя о вине... Скажи: «В нем – великий грех и некая польза, но грех – больше пользы».

В исламе сложились свои традиции ритуального питания. В религиозном календаре ислама праздников не очень много и отмечаются они по лунному календарю и поэтому каждый год смещаются. К главным праздникам ислама относятся праздники жертвоприношения – *Ид ал-адха* и разговенья – *Ид ал-фитр*, остальные праздники – это *Лайлат ал-кадр*, *Ид ал-мирадне* и *Маулид ан-Наби*. Особняком стоит праздничный день в пятницу – *Джума*.

Джума (араб. – день собрания) – пятница, праздничный, но не обязательно нерабочий день у мусульман. Джума считается днем отдыха и празднуется еженедельно, как у христиан воскресенье, а у иудеев – суббота. В большинстве мусульманских стран пятница – официальный выходной день, хотя в Турции, где религия отделена от государства, выходной день – воскресенье.

Ид ал-фитр (араб.), или *Ураза-байрам* (тюрк.) – праздник разговенья в честь завершения поста в месяц рамадан. Праздник начинается в 1-й день месяца шаввала (10-го месяца мусульманского лунного календаря) и длится три дня. Это второй по значению праздник ислама. Обряд праздника заключается в специальной общей молитве, за которой следует праздничная трапеза, затягивающаяся на много часов.

Ид ал-адха (араб.) или *Курбан-байрам* (тюрк.) – праздник жертвоприношения – один из главных и наиболее почитаемых праздников му-

сультан. Он отмечается 10-го числа месяца зул-хиджа через 70 дней после окончания поста месяца рамадан и продолжается 3–4 дня. Ислам связывает этот праздник с библейским преданием о пророке Аврааме, который хотел принести в жертву Богу своего сына Исаака (в исламе – соответственно Ибрахим и Исмаил). В последнюю минуту Бог послал ангела с барашком и спас Аврааму (Ибрахиму) сына. В память об этом событии каждый мусульманин должен принести жертву (тюрк. – «курбан»): зарезать при произнесении специальной молитвы и просьбы к Аллаху принять в жертву барана, овцу, быка, корову или верблюда. Животные должны быть однолетки и без пороков. По обычаям треть мяса идет на праздничную трапезу семьи, а остальное раздается. Ритуальное закалывание животных происходит во все дни праздника, но оставлять мясо на послепраздничные дни запрещено. Праздничный стол включает разнообразные блюда из всех разрешенных пищевых продуктов, но прежде всего из мяса.

Ноураз – один из самых больших новогодних праздников, который традиционно торжественно отмечается как праздник весеннего обновления природы. Ко дню Ноураза проращивают пшеницу или чечевицу. В ночь перед праздником освещают весь чисто убранный дом, надевают новую одежду и готовят стол, который по-персидски называют «хафт-син». На стол ставят зеркало, по обе стороны от него – светильники с горящими свечами, число которых должно соответствовать числу членов семьи. На столе должны быть: Коран, большой хлеб, чашка с водой, на поверхности которой плавают зеленый лист, сосуд с розовой водой, молоко, простокваша, сыр, крашенные в зеленый цвет яйца, блюда из петуха и рыбы, фрукты, орехи, миндаль. На подносе подают семь продуктов, название которых начинается с персидской буквы «син» (отсюда и название «хафт-син»): пророщенное зерно, зерна или косточки плодов черного цвета, шпинат, чеснок, малина, яблоки, уксус. Все члены семьи должны в ночь перед праздником находиться за столом хафт-син, чтобы весь год не пришлось скитаться по свету. Зажженные свечи должны гореть, на них нельзя дуть, чтобы не укоротилась жизнь кого-либо из членов семьи. Так встречают весной Ноураз мусульмане в Иране, Ираке, Ливане и ряде стран.

Мусульманские праздники и торжества не обходятся без угощения. Праздничная кухня должна быть вкусной и разнообразной, а красиво накрытый стол, изящная посуда, аромат горячих блюд и яркие краски сочных фруктов и восточных сладостей придают общей трапезе особую радость. Специальных блюд, приготавливаемых к праздникам, у народов, исповедующих ислам, нет. Исключение составляет лишь *Науруз*, во время которого готовят специфические обрядовые блюда.

Подобно другим религиям, в исламе разработаны собственные нормы в области соблюдения правил и ритуалов во время принятия пи-

щи. Основные нормы исламской этики (адаба) во время трапезы очень специфичны. До и после еды надо обязательно мыть руки, при этом гости не удаляются в специальное помещение для мытья рук, а моют их, не вставая с места, над тазиком из изящного кувшина. Как правило, подают воду и поливают на руки гостям дети хозяина, а иногда, в знак особого уважения, и сам хозяин.

Хозяин первым приступает к еде и заканчивает есть последним, перед началом трапезы все собравшиеся произносят: «Во имя Аллаха милосердного и милостливого» или же «О Аллах, благослови эту пищу и упаси нас от ада».

Есть полагается правой рукой. Брать пищу можно ложкой, вилкой или руками, тремя или большими пальцами, но не двумя. Едой необходимо наслаждаться, нельзя торопиться, заглатывать пищу не пережевывая. Если несколько человек едят из одной тарелки, еду нельзя выбирать из всего блюда, а каждый должен брать пищу с ближайшей стороны. Но если подано блюда со сладостями или фруктами, гости могут выбирать любые из них. Не рекомендуется употреблять одновременно холодную и горячую пищу.

Во время трапезы можно беседовать, но разговор должен быть сдержанным, надо избегать острых и неприятных тем. Нельзя говорить с полным ртом. На тарелках нельзя оставлять остатки пищи. Закончив трапезу, мусульмане благодарят Бога, говоря: «Благодарение Аллаху, который послал нам пищу, питье и сделал нас мусульманами».

В отношении питья также установлены определенные правила. Рекомендуется воду пить медленными глотками, аккуратно всасывая ее. Перед началом питья следует сказать «Бисмиллах» («Во имя Аллаха»), а по окончании «Альхамду Ллилах» («Слава Аллаху»). Сосуд для питья следует держать правой рукой. Не следует пить из горла бутылки или кувшина. Не положено всасывать воду ртом из реки, ручья или другого водоема, лежа на животе. Воду для питья в этих случаях надо зачерпнуть ладонями. Не рекомендуется пить воду стоя и после жирной пищи. В последнем случае пьют чай, что соответствует гигиеническим требованиям. На очень горячий чай не принято дуть, следует подождать, пока он остынет. Чтобы чай быстрее остывал, пиалы обычно не наполняют доверху.

Порицается также во время еды следующее: нельзя пить и есть из золотой и серебряной посуды. Порицается ждать чего-либо после того, как подали хлеб. Как только лепешки или лаваш очутились на столе, их начинают не спеша есть, не дожидаясь обеда. Это связано с тем, что у мусульман хлеб считается священным и во время обеда его подают в первую очередь. Лепешку или лаваш разламывают руками, резать их ножом нельзя, т.к. на Востоке бытует поверье, что у того, кто режет

хлеб ножом, Бог урежет пищу. Хлеб нельзя класть по тарелку. Если кусок хлеба упал на землю, топтать его – грех.

Таким образом, общие правила, которые следует соблюдать в традициях в мусульманской семье:

Не спешите – ждите, пока другие начнут есть.

Во время трапезы следует разговаривать.

Не смотрите, как и что едят другие.

Не делайте ничего, что могло бы вызвать отвращение.

Правила требуют, чтобы любое дело начинали, если нет особых причин, правой рукой. Предполагается, что дело, начатое правой рукой, окажется легковыполнимым и даст больше положительных результатов. Правой рукой берут хлеб, подают чашку с чаем, возвращают чашку тому, кто ведаёт чайной церемонией. При входе в помещение порог переступают правой ногой. Понятие «правый» и «правильный» выражаются одним словом; напротив, слово «левый» может означать «неправильный».

3.4. Философия буддизма в основе культуры питания

Попытки сравнить и проанализировать понятия Востока и Запада как типов культуры обычно приводят многих к утверждению о том, что «Восток есть Восток», а «Запад есть Запад». И это потому, что чаще всего для человека, рождённого и воспитанного восточной культурой, оказываются совершенно чуждыми и непонятными западный образ жизни и мысли. Здесь не срабатывает даже гибкий и пластичный механизм адаптации. Сколько бы не прожил индеец или китаец на Западе, по своей внутренней природе и сути будет всегда оставаться восточным человеком. Вместе с тем, рождённый в западной стихии не способен в полной мере постичь культуру Востока, воспринимая её как нечто диковинное, экзотичное и бесконечно далёкое. Такой парадокс различия типов культуры в соотношении «Запад-Восток» возник в самые ранние вехи человеческой истории. И одним из ярких примеров культурных истоков, лежащих в основе восточного мышления, является собой *Индия*, вошедшая в число древнейших очагов человеческой цивилизации.

С одной стороны, для Древней Индии было характерным множество региональных, религиозных, кастовых, этнических различий, что создаёт впечатление разрозненности. С другой, – структура индуистской цивилизации основана на взаимодействии между различными группами и уровнями. Ведущую роль в культуре Древней Индии сыграла религия буддизма, возникшая ещё в VI веке до н.э. Основателем буддизма признан принц Сиддхартха Гаутама (Шакьямуни – мудрец из рода Шакья), получивший впоследствии имя Будда («просветлённый»). Религия буддизма представляет собой своеобразный синтез брахмизма и джайнизма. В основе учения лежат «Четыре благородные истины»:

1) жизнь – это страдание; 2) источник страдания – желание; 3) спасение от страданий возможно; 4) путь спасения от страдания – отказ от мирских соблазнов.

Буддизм, как и индуизм, сохранил некоторые темы ведийской культуры, но значительно преобразуя их, выделив особую роль человеку в иерархии живых существ и выдвинув в качестве основного вопрос о его жизненном пути и избавлении от страданий. Ранний буддизм обращается непосредственно к индивиду – от него самого зависит «освобождение». Человек поставлен в условия выбора, выбора пути, рефлексии, самоуглубления. Это составило так называемый «восмеричный путь» или праведный «срединный» путь: праведная вера, праведное решение, праведное слово, праведное дело, праведная жизнь, праведное стремление, праведное воспоминание, праведное самоуглубление.

Таким образом, буддизм сформировал особый тип культуры психической деятельности, особого отношения к миру, главным следствием которого выступает терпимость, не-нанесение вреда окружающему. Так, в учении Будды есть понятие *metta*, переводимое на русский язык как любовь, отсутствие ненависти. Это состояние, которое человек достигает, преодолев в себе вражду и чувственную привязанность к миру. Это ещё и состояние, реализуемое в одинаково благосклонном отношении ко всем живым существам. В этом отношении есть ещё и такое понятие, как *ахинса*, т.е. абсолютное не-причинение вреда окружающим, протекающее из общей мягкости, доброты, чувства совершенной удовлетворенности. В целом, об учении Будды можно сказать, что оно нацелено на прекращение человеческих раздоров через внутреннее самосовершенствование личности.

К священным книгам буддистов относится – Трипитака – свод буддийских священных текстов, составленный вскоре после смерти Будды. «Трипитака» в переводе означает «три корзины», что соответствует разделению священных книг на три раздела: Винайя-питака, Сутра-питака и Абхидхарма-питака. Название питака («корзина») традиционно объясняется тем, что свитки из пальмовых листьев, на которых были написаны тексты, хранились в трёх плетёных корзинах. Однако нельзя исключить и того, что ещё до письменной фиксации Трипитаки слово питака употреблялось в санскрите и пали в переносном смысле для обозначения собрания, коллекции чего-либо.

В период расцвета буддизма Индии – середина 1-го тысячелетия до н.э. до начала 1-го тысячелетия н.э. – буддизм утвердился также на Цейлоне, в Индонезии и Индокитае, в первые века н.э. начал проникать в Китай, Тибет, в IV–VI веках – в Корею, Японию, в XVI–XVII веках – в Монголию, а в XVIII веке – в Бурятию. Культ быстро охватил все стороны жизни верующих, начиная от семейно-бытовых и заканчивая всеобщими праздниками.

Ведущей особенностью кулинарных традиций в Индии является отношение к животным. Индуизм неоднороден (специалисты выделяют брахманизм, бхагаватизм, вишнуизм, шиваизм и др.), но идея перерождения в индуизме – одна из центральных, она и определяет отношение человека к животным.

Считается, что в одном из последующих перерождений человек может явиться на землю в облике коровы, козы, обезьяны, буйвола или другого животного, или птицы, т.е. индуист относится к животным, как к священным существам, и ни при каких обстоятельствах не может причинить им вред, за исключением ритуала. Поэтому индуисты являются строгими вегетарианцами. Традиция не есть мясо объясняется отчасти и климатическими условиями: на большей части страны жаркий климат, мясо здесь быстро портится. Вместе с тем, в некоторых районах собирают по три-четыре урожая овощей за год.

Аюрведа (означает «знание о жизни» или, в более полном переводе, «знание о продолжительности человеческой жизни») является системой медицинской профилактики и заботы о здоровье, возникшей в Индии более 5000 лет назад. В учении Аюрведы вопросам рационального питания придается исключительное значение. Считается, что основная причина болезней – плохое пищеварение. Вот основной тезис учения: способность эффективно усваивать пищу позволяет даже от яда получать пользу, в то время как лечебный бальзам при нарушенном пищеварении может нанести непоправимый вред (и даже привести к смерти). Поэтому нет пищи хорошей или плохой, все зависит от способности организма усваивать пищу и извлекать из нее необходимые вещества. Эта способность усваивать и извлекать определяется интенсивностью пищеварения.

Система питания Аюрведы необычна, в ней не рассматриваются привычные понятия. Например, вообще не говорится о жирах, углеводах, белках и витаминах. Считается, что для построения правильной диеты необходима лишь информация о пище, организм сам обладает необходимыми инструментами для получения этой информации: первичная информация о пище заложена в ее вкусе. Аюрведа различает шесть вкусов: сладкий, кислый, соленый, горький, острый и вяжущий. Сочетание и представительство вкусов определяют питательную ценность пищи. Сбалансированное блюдо должно содержать все шесть вкусов, тогда происходит оптимальное расщепление компонентов пищи и их усвоение организмом.

Система йогов, также известная благодаря Индии, пропагандирует внутреннее очищение с помощью чистой пищи. Йоги, как и в Аюрведе рекомендуют свести к минимуму или исключить все продукты животного происхождения (мясо, рыбу, яйца, птицу и все изделия из них), за исключением молока и меда. Мясная пища вызывает гниение в кишеч-

нике. Употребление мяса, по их мнению, способствуют преждевременному половому созреванию, но и способность к половой жизни исчезает у мясоедов раньше, чем должно быть. Однако йоги не считают вправе навязывать свои правила другим людям, в частности европейцам.

Также йогами рекомендуется наименьшая (щадящая) кулинарная обработка продуктов, в идеале – сыроедение. Хотя допускается использование печеных и вареных, но не жареных и копченых продуктов. Посуда и для приготовления пищи, и для еды в идеале должна быть глиняной, фарфоровой или стеклянной. Йоги не рекомендуют есть чаще 2–3 раз в день, последний раз – в 18 часов. Завтракать утром нужно легко, после физической зарядки, следуя общему правилу – есть тогда, когда испытываете чувство голода. Неправильно запивать пищу жидкостью, нужно хорошо жевать. Очень вредным считается переедание, лучше недоесть, а из-за стола нужно вставать с чувством легкого голода. Важно знать правильное сочетание пищевых продуктов. Молоко же (преимущественно кислое) распространено довольно широко.

В культуре Индии сформировалась своя кухонная философия. Наследие «матери всех цивилизаций» богатейшее, и еде уделяется немалая роль. Пища освящена традицией, которую чтят до сих пор. Согласно Ведам, все блюда делятся на три группы, соответствующие трем состояниям материальной природы: благодати, страсти и невежеству. Невежество предполагает пережаренную, очень острую пищу, слишком холодную или слишком горячую. Пища страсти – это очень острая пища, перенасыщенная сильными возбуждающими веществами. Пища благодати – та, в которой все в меру. Блюда не слишком острые и не слишком соленые, не слишком холодные, не слишком горячие, не слишком жирные. Иными словами, по законам ведической кухни это и есть правильное, энергетически сбалансированное питание.

Как уже говорилось выше, Индия имеет старейшую, наиболее изощренную и сложную технику приготовления пищи, которая обеспечивает присутствие всех основных вкусовых качеств: сладкого, соленого, кислого, острого, горького и вяжущего. Например, сладкий вкус – дает чувство насыщения. Компоненты кислого вкуса – означают наличие витаминов и минералов. Специи (острый вкус) – имеют целебные качества. Компоненты, придающие пище вяжущий вкус, помогают избавиться от продуктов метаболизма и уменьшают образование жира в организме человека. Далее индийские блюда классифицируются на «охлаждающие» и «нагревающие», так как важно поддерживать правильный температурный баланс и избегать избыточного нагревания в теле человека. Эта классификация основана на аюрведе, древнеиндийской медицинской науке.

С точки зрения индусов, еда – это дар богов людям. Именно поэтому приготовление блюд требует уважения и внимания и довольно сложной подготовки. Женщины по несколько часов толкут, рубят, просеивают и отмеряют. Кроме того, они высчитывают, какая еда сегодня полезна, какая запрещена, что лучше готовить в это время года и даже в какой фазе находится Луна. В полнолуние всякая пища хороша, а вот в темные фазы луны во многих районах Индии выдерживается строгий пост.

Учитывая то, что индусы в большинстве вегетарианцы, пост для них – это не отказ от мяса, а переход на другие продукты. Тем, кто любит рис, приходится довольствоваться плодами саговой пальмы, любители хлеба выпекают его из другой муки, например из муки «водяного каштана». Иногда под запретом бывают и пряности. Орехи, бананы, картофель заменяют все остальное. Стол во время поста остается таким же калорийным, хотя и состоит из «альтернативных» продуктов.

Множество тонкостей должна знать индийская хозяйка. Принимается во внимание и состав едоков, и их возраст, и здоровье. В жару считается полезным йогурт, для улучшения обмена веществ – чеснок, при воспалениях и простудах – имбирь и кукуруза. Важен порядок подачи блюд, вернее, их размещение на круглом металлическом подносе – тхали, на котором в маленьких чашечках – катори – обед будет подан каждому индивидуально. А количество едоков в индийских семьях не маленькое: в Индии все братья со своими семьями живут в одном доме с родителями.

Когда в Индии приглашается на обед иностранный гость, скорее всего, ему не удастся найти в помещении стол. Семья садится, скрестив ноги по-турецки, прямо на застеленный ковром или циновками пол возле разложенной белой скатерти. Перед едой нужно хорошенько вымыть руки, так как овощи и другие блюда, щедро политые соусом, нужно есть только руками и свернутой в трубочку печеной лепешкой «чапати» или кусочком масляной лепешки «пуди». При этом нужна большая ловкость, чтобы соус не капал на платье и не стекал по подбородку и чтобы, выпрямляя затекшие ноги, не попасть ими на скатерть или не толкнуть соседа. На столе обязательно ставится чашка с ароматизированной водой для обмывания рук после еды.

Особое отношение у индусов к мясу и молоку. Сейчас в основном жители являются вегетарианцами по принуждению, а не по собственному желанию. В связи с существованием культа священных коров употребление говядины в Индии запрещено. С другой стороны, большой популярностью пользуются молочные продукты, особенно йогурт (дахи). Во многих индийских домах трапеза без дахи считается неполной. Это имеет достаточно простое объяснение. Казеин, который со-

держится в молочных продуктах, хорошо утоляет жажду, которую вызывает очень острая пища.

Коровы в Индии защищены не только индуистскими законами, но и парламентскими. Убийство коровы в индуизме больший грех, чем убийство человека, так как считается, что в корову вселились все индийские боги. Употребление в пищу говядины индусу абсолютно запрещено. Все продукты, которые дает корова, считаются священными, поэтому здесь съесть немного коровьего масла или молока означает очищение от грехов. Доить корову мужчины считают своей почетной обязанностью, никогда не позволяя делать это женщинам. В последнее время в городах стали создавать пансионы для престарелых коров.

Кулинарные традиции народов, населяющих многомиллионную Индию, настолько разнообразны, что говорить о единой национальной кухне не приходится. На севере – свои блюда, южане любят совсем другое. Есть регионы, в которых распространено употребление мяса. Так, мясные блюда готовятся на севере: роган-джош (баранина карри), гуштаба (острые тефтели в йогурте) и вкуснейший бирияни (курица или баранина с рисом в апельсиновом соусе). Это объясняется тем, что наряду с буддистами в Индии существуют народы среднеазиатского происхождения, а также те, кто исповедует ислам. Из северных районов происходят знаменитые тандури (курица, мясо или рыба, маринованные с травами и запеченные в глиняной печи) и кебаб. В районе Гоа население употребляет в пищу много свинины; рис и свинина – основная пища гоанцев во все времена года. Особенностью северо-индийской кухни является непременно использование пшеницы и топленого масла.

Из традиционных рецептов юга можно перечислить бхуджиа (овощи карри), доса, идли и самба (рисовые лепешки, пельмени с начинкой из маринадов и чечевица с карри) и раита (йогурт с тертым огурцом и мятой). Основным ингредиентом южно-индийской кухни является кокос. На юге рис обязателен, в то время как на севере его часто дополняют или заменяют разнообразные пресные лепешки – пури, чаппати, нан и другие. Общим для всей Индии является дал (похлебка из разных видов бобовых с овощами) и дхай (простокваша или йогурт, который подают с карри). Кроме того, что это очень вкусное блюдо, в жару оно освежает лучше, чем сладкие газированные напитки.

Существует одна особенность индийской кухни, объединяющая северян и южан, – это обилие бобовых и овощных блюд. Белки бобовых культур обладают высокой пищевой ценностью, а растения в отличие от мяса не содержат холестерина.

В кухне западного побережья широкий выбор рыбы и морепродуктов. В водах Индии водится много различных рыб, любимых индийцами: от макрели и сардин до красного лютпануса, королевских креветок и нежных лакриц. Рыбу тушат, жарят на сковороде и рашпере, маринуют. Бомбейская утка (тушеная в карри или жареная рыба бомило) и лакричная рыба (индийский лосось) – только два названия из обширного меню. Рыба присутствует и в бенгальской кухне, например: в дахи-маач (рыба карри в йогурте, приправленном имбирем) и майлаи (креветки карри с кокосом). Еду запивают исключительно водой. А для улучшения пищеварения принято заканчивать трапезу жеванием пана. Пан – это листья бетеля, в которые завернуты дробленый бетелевый орех и специи.

История питания показала примеры зарубежного влияния на индийскую кухню. В течение столетий многочисленные поселенцы вносили свои коррективы в традиционную индийскую кухню. Португальцы, к примеру, завезли перец, который великолепно прижился на территории всей Индии, французы подарили рецепты суфле и багетт. Оставили след в истории кулинарии страны и англичане, благодаря чему для многих индийских поваров нет секретов в приправлении пудингов, бутерброда с анчоусами, студня из бараньих голов. Сильнее всего сказалось на индийской кухне влияние Великих Моголов, в течение нескольких веков правивших Индией. До сегодняшнего дня дошли такие блюда, как жирный плов из риса, бирияни, хлебцы с начинкой из миндаля, сухофруктов и сладких сливок. Они же привезли с собой тандур – большую стоячую духовку, в которой готовят хлеб и мясо.

Индия создала свою кулинарную эстетику, являясь родиной огромного числа специй, которые в далекие времена продавались на вес золота. Именно ради пряностей Христофор Колумб отправился искать новый путь в Индию, а открыл Америку. Пряности придают индийской кухне присущий только ей особый колорит. Индийцы используют общеизвестные кориандр, тмин, гвоздику, кардамон, корицу, куркуму, красный и зеленый чили, шафран, мускатный орех, имбирь, анис и многие другие, а также очень много экзотических пряностей, например, порошок манго или асафетиду.

Особенной популярностью среди специй пользуется карри. Название этой приправы происходит от индийского слова *karī* (соус), но здесь она не встречается в виде привычного для жителей других стран порошка. Это тонкая и нежная смесь черного и красного перцев, муската, корицы, гвоздики, имбиря, орехов, горчицы, мяты, майонеза, петрушки, укропа, чеснока, шафрана, лука, помидоров и ряда других приправ. Из других соусов распространены острый соус

ачар, сваренный из фруктов со специями и красный острый соус мас-сала.

Все национальные индийские кушанья готовятся с луком, чесноком и большим количеством перца. Таким образом, специи и пряности – это то, что объединяет регионы Индии и одновременно разнообразит их кухню. Как краски на палитре художника, индийский повар держит под рукой около 25 специй, обязательно свежемолотых, из которых он составляет свой неповторимый вкусовой букет.

Самый распространенный напиток в Индии – нимбу панч (лимонный напиток). Не уступают ему ласси (взбитое кокосовое молоко) и кокосовое молоко прямо из ореха. Но самым настоящим предметом национальной гордости в Индии является чай, который пьют по несколько раз в день с молоком, сахаром или пряностями. В лучшие сорта чая – типа «дарджилинг» – предпочитают ничего не добавлять, чтобы насладиться истинным вкусом и ароматом. В жару пьют охлажденный чай со льдом и лимоном.

Индусы пьют много натуральных соков – в них добавляют различные пряности, специи, но они не обязательно сладкие. Например, намкин-ласси – это соленый напиток из йогурта. Есть некоторое сходство между индийским чаепитием и нашим: к чаю на столе появляются различные сладости. Индийские сладости делают из молочных продуктов, свежих фруктов, злаков, нутовой муки и орехов. Вместо сахарного сиропа лучше употребляют нерафинированный сахар или мед. Интересно, что очищенный сахар появился в Индии только в период правления Великих Моголов, до этого использовали гур (неочищенный тростниковый сахар) и джаггери (пальмовый сахар) – оба являются замечательными заменителями рафинированного сахара.

Молочные сладости вкуснее всех остальных. Существует великое множество традиционных способов приготовления сладких блюд на основе молока. Кхир и бурфи получаются в результате уваривания молока на сильном огне. Снадеш и расгулла делаются из панира. Сгустив йогурт, можно получить изумительный молочный десерт – шрикханд, а поджарив шарики из сухого молока во фритюре и пропитав их густым сиропом, получают одну из самых вкусных сладостей – гулаб-джамуны. Другие сладости, к которым относятся Дварак – бурфи, луглу и ладду, – готовят из поджаренной нутовой муки и сухофруктов. Кроме того, одной из традиционных индийских сладостей является халава, которая не имеет ничего общего с турецкой, индийскую халаву готовят на основе свежих фруктов, орехов, моркови и манной крупы.

3.5. Древние учения о кухне в единстве и многообразии духовной мудрости конфуцианства, даосизма, синтоизма

Конфуцианство также является одной из ведущих религий Китая, возникшей в V веке до н.э., т.е. приблизительно 25 веков тому назад. Основатель – Конфуций (в китайском произношении звучит как Кунцзы, или Кунфуцзы, – мудрец Кун). Священным источником конфуцианства стала книга Лунь-юй (Беседы и суждения), написанная учениками Конфуция из высказываний и бесед учителя (VI в. до н.э.). В концепцию конфуцианства вошло многогранное учение Конфуция. Оно представляет собой совокупность духовных и социальных норм, которые передаются из поколения в поколение. Основные добродетели в конфуцианстве – это уважение к родственникам, умершим и живым. Главное в учении – это то, что в обществе действует закон «жень», ниспосланный небом. Для усвоения этого закона человек должен соблюдать «ли» – нормы общественного поведения, традиционные обряды, поступать согласно своему общественному положению. Кроме Китая, конфуцианство исповедуется также в Японии, Корее, Вьетнаме, Сингапуре (хотя и не имеет там столь же широкого распространения). До 1913 года учение Конфуция в Китае оставалось официальной идеологией. Конфуций во всем проповедовал принцип умеренности, «золотой середины» и сам на практике придерживался этих принципов.

Кухня Китая, с конфессиональной точки зрения, представляет собой синтез предписаний даосизма, конфуцианства и буддизма. С одной стороны, согласно известной китайской пословице «Для жизни необходимо семь предметов: дрова, рис, масло, соль, соя, уксус и чай», кухня китайцев проста, с другой – для приготовления блюд китайцы используют самые разнообразные, в том числе и экзотические, продукты.

Наряду с крупами, овощами, мясом, рыбой и птицей китайские повара готовят блюда из морских беспозвоночных животных, водорослей, побегов бамбука. А вот молоко и молочные продукты в Китае традиционно не употребляются. Главным продуктом питания является рис; без него не обходится практически ни одна трапеза. Рисовая каша готовится повсеместно и самыми различными способами, по существу заменяя хлеб. Основных видов рисовой каши две: сухая рассыпчатая и очень жидкая, составляющая основу китайского завтрака. Также популярны каши из кукурузы и проса. Основным источником белка служат бобовые и продукты из них; распространены соевое масло, соевое молоко, соевый творог (его существуют сотни рецептов), соусы и паста из соевых бобов. Популярны в Китае

мучные изделия – лапша, лепешки разных видов так называемые пампушки – паровые хлебцы, пельмени, печенье.

Овощи играют большую роль в китайской кухне: капуста, картофель, лук, чеснок, помидоры, перец, шпинат, множество сортов редьки, зеленые стручки фасоли. Среди овощей наиболее популярна капуста. Молодые ростки бамбука едят вареными. Мясо не является самым популярным в Китае продуктом питания; большинство мясных блюд готовится из свинины, говядина и баранина пользуются меньшим спросом.

Более широко китайская кулинария использует домашнюю птицу, прежде всего, уток и кур, их яйца, а также рыбу и морепродукты – крабов, креветок, различных моллюсков – кальмаров, осьминогов, каракатиц, трепангов. Наиболее распространенный напиток в Китае – чай, который пьют повсеместно.

Конфуций оказал большое влияние на развитие гигиены питания. В трактате «Лунь юй» (Беседы и суждения), составленном его учениками, есть большой отрывок, посвященный питанию. В нем говорится: «[Конфуций] испытывал уважение лишь к хорошо промытой крупе и мелко нарезанному мясу». Иными словами, он считал, что зерно должно иметь как можно меньше примесей, а мясо – тщательно обработано. Это способствует лучшему усвоению пищи кишечником и желудком. Конфуций предлагал не употреблять в пищу некоторые продукты: «[Он] не ел испортившуюся и прокисшую пищу, протухшую рыбу и гнилое мясо; не ел, если пища была плохого цвета; не ел, если пища имела дурной запах; не ел, если пища неправильно приготовлена; не ел, если пища неправильно нарезана; не ел, если к ней не подан надлежащий соевый соус; не потреблял купленное на рынке вино и сушеное мясо; редко ел пищу, не приправленную имбирем; на жертвоприношениях у князя не оставлял мясо на ночь; жертвенное мясо своей семьи не оставлял более чем на три дня; если прошло три дня, – не ел». Самым важным в приведенном отрывке следует считать то, что не следует есть испортившуюся и протухшую пищу. Конфуций исследовал цвет и запах пищи и если пища была плохого цвета и имела дурной запах, он и не ел.

В древности существовало много способов определения испорченной пищи. В книге «Ян шэн чжи» (Записи о питании жизни) говорится: «Всякую пищу, цвет которой без причины изменился, есть нельзя». В книге «Ши цзин» (Канон питания) также говорится: «Если приготовленная пища имеет не надлежащий ей запах, она ядовита», то есть, следует проявлять осторожность к пище с нехарактерным запахом, чтобы не отравиться. В этой же книге говорится: «Когда в пище есть пчелы, осы и мухи, она ядовита». Такую пищу лучше не есть.

Кроме того, в древности уделяли большое внимание выяснению происхождения продуктов, в особенности мясных и рыбных. Во многих древних книгах указывалось, что не следует есть мясо диких животных, умерших естественной смертью, на теле которых нет следов ран или тело которых покрыто язвами, так как эти животные возможно умерли из-за болезни и, съев их мясо, можно заразиться самому.

Ни в коем случае не следует есть упавшие на землю плоды и сырое мясо. Вредны для здоровья и могут вызвать болезнь объедки и грязное мясо. В древности существовал ряд способов определения пригодности мяса и рыбы в пищу. Например: «Если мясо имеет дурной рыбный запах и ярко-красный цвет, есть его нельзя»; «Если сырое мясо походит на приготовленное, внутри есть кровь, во всех случаях смертельно для человека»; «В животе рыбы не должно быть желчи. Есть ее смертельно для человека». Очень часто сырое мясо сомнительного качества давали собаке. Если собака понюхала мясо и не стала его есть, такое мясо в пищу не употреблялось. Указанные выше способы определения пригодности продуктов в пищу являются первичными, некоторые из них не совсем совершенны.

Во времена Конфуция люди могли полагаться лишь на собственный опыт. Торговцы на рынке в погоне за прибылью часто наносили вред здоровью покупателей, продавая некачественный товар, поэтому Конфуций «не потреблял купленное на рынке вино и сушеное мясо», считал, что безопаснее эти продукты готовить у себя дома.

Требования к качеству продуктов были описаны во многих древних книгах. Так, в книге «Шань фу цзин» (Поварской канон, 1056 г.) говорится, что нельзя есть сушеную рыбу и вяленое мясо, оставленные с лета на осень. Следует избегать есть продукты, которые неправильно хранятся. Когда накладывают горячее мясо в медную посуду, мясной сок вступает во взаимодействие с медью. Если съесть такое мясо, на теле могут появиться нарывы и фурункулы. Когда мясной бульон всю ночь хранится закрытым в кастрюле или горшке, мясо может испортиться. Если человек съест такое мясо, он может заболеть. Эти древние запреты в действительности не всегда соответствуют современным условиям, однако из них можно почерпнуть множество истин. Если последовательно придерживаться этих принципов, сочетая их с современными условиями, то можно избежать нанесения вреда организму некачественными продуктами.

Конфуций имел следующие привычки в питании: «Ел вовремя, ... во время еды не разговаривал». Есть вовремя – очень хорошая привычка. При трехразовом питании селезенка и желудок приспосабливаются к режиму питания. Когда наступает время приема пи-

щи, они готовы к нормальному пищеварению. Люди, которые лакомятся легкими закусками, в надлежащее для приема пищи время совсем не испытывают чувства голода. Многочисленные призывы питаться таким образом совершенно необоснованны и влекут за собой вред для пищеварения. Не разговаривать во время еды у китайцев считается образцом высокой нравственности. Болтовня во время еды негигиенична и мешает нормально есть как самому говорящему, так и окружающим.

В книге «Шань фу цзин» (Поварской канон, 1056 г.) также говорится: «Во время еды никогда нельзя сильно радоваться или гневаться. Во всех случаях возникнет сто болезней». Основным среди этих «ста болезней» является отрицательное воздействие на функции селезенки и желудка. Определенное влияние может быть оказано на психику: «Если во время еды сильно раздражаться, потревожится душа, сон ночью будет беспокойным».

В другой книге – «Ян шэн яо цзи» (Важный сборник о вскармливании жизни) -говорится: «Нельзя есть, очень устав; нельзя двигаться, очень наевшись; нельзя пить, очень вспотев; нельзя есть, очень вспотев; нельзя есть, очень разгневавшись; нельзя гневаться, очень наевшись; нельзя есть, очень опечалившись; нельзя печалиться, очень наевшись». Все эти требования относятся к физическому и психическому состоянию человека до и после еды. Слова «нельзя есть, очень устав» означают, что нельзя сразу же есть при очень сильной усталости, следует немного отдохнуть и лишь потом садиться за стол. Слова «нельзя двигаться, очень наевшись» вовсе не указывают на то, что после еды надо неподвижно сидеть. Речь идет о резких движениях и тяжелой физической работе.

Слова «нельзя пить, очень вспотев» означают, что нельзя сразу же много пить, когда человек сильно вспотел. По утверждениям современной медицины, если в это время напиться воды, резко увеличится объем крови, усилится нагрузка на сердце. «Нельзя есть, очень вспотев». При сильном потении жидкости организма выходят наружу, обезвоживается желудок. Если в это время поест, переваривание пищи будет затруднено. Слова «нельзя есть, очень разгневавшись; нельзя гневаться, очень наевшись» указывают на то, что следует избегать резкого гнева до и после еды. Традиционная китайская медицина считает, что гнев повреждает печень. Печень тесно связана с селезенкой и желудком, нарушение гармонии между печенью и желудком может вызвать расстройство функций пищеварения. «Нельзя есть, очень опечалившись; нельзя печалиться, очень наевшись». Печаль также может повлиять на аппетит и пищеварение. Все эти требования очень справедливы и заслуживают того, чтобы им неукоснительно следовали в повседневной жизни. Соблюдение ги-

гиены питания и правильных привычек очень благотворно для сохранения здоровья и долголетия.

Даосизм также оказал влияние на развитие китайской кухни. Учение даосизма возникло в IV–III века до н.э., основателем которого был Лао Цзы. Основополагающим трактатом философии даосизма стала священная книга «Дао-дэ-цзин». Лао Цзы резко порицал социальный гнёт, поборы, жестокость властей, чем и заслужил популярность в общинах. Поэтому в *концепцию его вошла идея* возврата к естественному (первобытному) состоянию и общинному равенству. Дао – путь природы. Суть учения Лао Цзы – весь мир идёт предначертанным путём (дао), и мудрость состоит в том, чтобы не вмешиваться в ход бытия, а лишь угадывать в нём своё место. Даосизм не поощрял активных действий, направленных на изменение существующего общественного строя.

Даосизм не относится к мировым религиям и распространен только в Китае. Даосизм выработал свои представления о диете в питании. Современной китайской медициной используются принципы даосской диеты с лечебной и профилактической целями, а также для оздоровления организма. Важнейшее место в этом занимает пост (чжай). Отличительной особенностью поста даосизма является отсутствие единых, строго расписанных правил. Пост – это система самых различных предписаний и ограничений, касающихся не только пищи; это строгое соблюдение ритуалов, сдерживание эмоций и страстей («ограничения сердца») и воздержание от многих мыслей, желаний, слов, действий.

Чрезвычайно своеобразным является метод «девяти форм пищевого поста». В целом метод представляет собой путь совершенствования даоса (исповедующего даосизм), состоящий из 9 этапов. Общее правило питания, относящееся к его количеству, – переедание, ненасыщение до конца, следование «золотой середине».

Древние врачи считали: «Бурное проявление сотни болезней, преждевременная смерть часто происходят из-за неправильного питания. Болезни из-за питания встречаются намного чаще, чем болезни из-за музыки и женской красоты. Без музыки и женской красоты можно обходиться годы, без питания не обойтись и дня». Эта истина подробно описана в книге «Хуанди ян шэн цзин» (Канон Желтого императора о питании тела): «Если не есть пол дня, – недостаток в кишечнике и желудке, слабость Ци пищи; если не есть весь день, – недостаток и утомление в кишечнике и желудке, Ци пищи становится мало; если не есть два дня, – недостаток и слабость в кишечнике и желудке, нехватка квинтэссенции Ци, помутнение; если не есть три дня, – недостаток и иссушение в кишечнике и желудке, сильное сердцебиение, беспорядочный ток Ци, шум в ушах; если не есть че-

тыре дня, – недостаток и иссушение в кишечнике и желудке, истощение жидкостей тела, иссушение шести фу-органов; если не есть пять дней, – большой недостаток в кишечнике и желудке, иссушение в Сань-цзяо, иссушение пяти цзан-органов; если не есть шесть дней, – катастрофический недостаток в кишечнике и желудке, беспорядок внутри и снаружи, заболевают душа и разум; если не есть семь дней, – большой недостаток и истощение в кишечнике и желудке, уходит дух пищи, зрачки затвердевают и жизнь заканчивается». Наносимый голодом вред очевиден, поэтому в повседневной жизни следует придерживаться закономерностей приема пищи.

Даосизм предложил понятие «неправильного питания», которое включает в себя два аспекта: во-первых, сама пища (ее токсичность, испорченность и т.д.); во-вторых, нарушающие привычные нормы действия людей во время приема пищи, наносящие вред организму. Сюда можно отнести время и скорость приема пищи, количество пищи. В классической литературе по китайской медицине имеется немало записей, посвященных этому вопросу. Здесь содержатся достаточно всесторонние комментарии относительно гигиены и привычек питания.

Следующим направлением духовных учений на Дальнем Востоке является национальная религия в Японии – *синтоизм*, возникший в I–III в. н.э. В IV веке синтоизм становится государственной религией Японии. Нет сведений о существовании основателя этой религии. Синтоизм принято считать национальной религией, сложившейся на основе местных верований древности. Синто, как называют его сами японцы, мирно уживается с буддизмом, пришедшим на острова с юга.

Источники синтоизма уходят в культ природы, в колдовские обряды первобытного населения остров Японии. На формирование синтоизма оказали верования древних китайцев, корейцев, мигрировавших в Японию в начале I в. н.э. Синтоизм терпимо относится к иным религиям, допуская поклонение как «своим», так и иным богам. Японцы обычно не вникают в суть происхождения синто. Для них синто – это традиция, сама жизнь.

Цель и смысл синтоизма состоят в утверждении самобытности древней истории Японии и божественного происхождения японского народа. В отличие от других религий в синтоизме нет системного вероучения. В синтоистском мировоззрении нет разделения на живое и неживое. Для синто все живое – и животные, и растения, и вещи. Вероучение синтоизма направлено на укрепление национального единства народа. Вместе с тем, синто не удерживает японца от приверженности к любой другой религии. К настоящему времени насчитывается около 120 миллионов последователей.

Исконно японская религия синто («путь богов») утверждает, что все в мире одушевлено и наделено святостью: огнедышащая гора, лотос в болотной трясине, радуга после грозы, снежные вершины гор. Перед каждым синтоистским храмом непременно высится торий – ворота с двумя поперечными перекладинами. Торий считается национальным символом Японии. Торий означает насест, который напоминает о легенде, рассказывающий, как Аматераса обиделась на своего брата и укрылась в пещере. Никто не мог уговорить богиню солнца выйти оттуда и рассеять мрак, в который погрузился мир. Тогда перед пещерой соорудили насест, посадили на него петуха, а рядом поставили круглое зеркало. Когда петух прокукарекал, Аматераса решила, что пора вставать и, выглянув наружу, увидела в зеркале собственное отражение, приняв его за незнакомую красавицу. Это задело самолюбие богини, и она вышла из пещеры, чтобы посмотреть, кто посмел соперничать с ней в красоте. Мир тут же снова осветился, а жизнь на земле пошла своим чередом. В сущности синто – это обожествление природы. Синто не требует от верующего ежедневных молитв – достаточно лишь присутствия на храмовых праздниках и приношений за исполнение обрядов.

В Японии средняя продолжительность жизни одна из самых высоких, поэтому интерес к особенностям питания японцев носит не просто познавательный характер. Используемые для приготовления пищи продукты отличаются разнообразием: прежде всего, это растительные и морепродукты, разнообразные овощи, зелень, рыба морская и речная, птица, икра, яйца, сладости.

Как и в Китае, рис у японцев является любимым и самым распространенным продуктом. В то же время японцы больше употребляют мясных блюд из говядины и свинины. Широко используют на островах капусту, в том числе морскую, и различные овощи – огурцы, баклажаны, репу, редис. Популярны соя и другие бобовые культуры, в том числе пророщенные. Первое блюдо принято готовить на основе специальным образом приготовленных соевых бобов. Такой суп едят с вермишелью, мясом и зеленью. Основой второго блюда японцев чаще всего служит рыба, которую готовят чрезвычайно разнообразно или употребляют сырую, нарезав ломтиками. Особенностью национальной кухни японцев является широкое использование различных острых приправ, которые готовят из редиса и зелени. Также на столе японцев постоянно присутствуют соленые и квашеные овощи, маринованный чеснок, соленые огурцы. Для приготовления блюд японской кухни применяются растительное масло и рыбий жир. В Японии принято пить зеленый чай.

Следует обратить внимание, что в Японии религия буддизма принадлежала знати, в то время, как философское учение синтоизма

широко использовалось у так называемых простолюдинов. Однако и буддизм, и синтоизм – обе религии – мирно ужились и продолжают существовать в Японии до настоящего времени. И если новорождённого японца всегда несут в синтоистский храм, то ритуалы, связанные со смертью, проводились в буддийских помещениях. Японцы, как и китайцы, народ малорелигиозный. Но, если китайцам религию во многом заменяет этика, то у японцев в подобной роли выступает эстетика, что особенно наглядно видно в традициях питания этих народов.

Контрольные вопросы

1. Дайте характеристику основам иудаизма и его значению в обрядовом питании.
2. Что такое Кошер: какие продукты разрешены и какие запрещены для употребления?
3. Дать характеристику главным культовым праздникам – Рош Га-Шана и Йом-Кипур – в иудаизме .
4. Праздник Песах и Шавуот: какие существуют виды ритуальных блюд и посуды?
5. Религиозные ценности ислама в мусульманских традициях питания.
6. Перечислить мусульманские праздники и дать характеристику исламской кухни.
7. Каким образом философия буддизма отразилась на традициях питания?
8. Охарактеризуйте древние учения о кухне в культурах, проповедующих конфуцианство, даосизм или синтоизм.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Деятельность в социокультурной сфере и туризме находится в области коммуникаций и требует от специалиста не только высокой квалификации при решении производственных задач, но и определенного уровня культуры во всех её проявлениях. Так, системообразующей частью туристской деятельности являются услуги питания, с помощью которых удовлетворяется физиологическая потребность туристов в пище. При организации питания иностранных туристов следует учесть их исторически сложившиеся особенности питания и гастрономические предпочтения, обусловленные географическим положением, историей страны, экономикой, народными традициями и вероисповеданием. Предприятия питания предлагают туристам разнообразные дополнительные услуги: организацию торжеств, питание в номере, сервис на этаже, мини-бары в номере. Туристы обеспечиваются питанием не только в местах пребывания, но и во время переездов на воздушном, водном, железнодорожном транспорте, а также в автобусах. Поэтому важным условием для успешного выполнения туристских услуг является понимание, прогнозирование и удовлетворение ожидаемых потребностей гостей гостиниц, ресторанов, туристских предприятий.

В настоящее время в мире получили широкое распространение культурный и событийный туризм. Такие виды туризма предлагаются и потребляются в виде культурных впечатлений, памятников, обрядов, ритуалов, быта и традиций и культуры питания народов мира. Специалисту по сервису и туризму постоянно требуется осуществлять контакты с соотечественниками и зарубежными гостями, что обязывает его к пониманию и терпимому отношению к иным культурным укладам. Чрезвычайно важно умение позиционировать русскую культуру и ценности таким образом, чтобы у иностранного гостя остались самые положительные впечатления о России.

При завершении изучения курса «Традиции и культура питания народов мира» ожидаемым результатом со стороны специалиста хочется видеть достойный уровень знаний в области культуры с точки зрения её духовной и материальной составляющей. В учебном пособии была представлена объективная картина формирования той или иной традиции в питании с учетом основных характеристик этического, эстетического, исторического и национального содержания.

Тематика для подготовки устных докладов или написания рефератов

1. Питание как компонент общечеловеческой материальной культуры.
2. Понятийный аппарат материальной культуры: культура, культура питания, быт, традиции.
3. Обычай, обряд, церемония, церемониал, ритуал в материальной культуре человека, общества и их роль в развитии туризма.
4. Пища, питание, кулинария, кухня народов мира – компоненты материальной культуры.
5. Этикет, прием, вкус, этика, эстетика и их роль в развитии туризма.
6. История и этапы развития традиций питания.
7. Современные взгляды на потребление пищи и питание человека.
8. Основные факторы формирования национальных культур и традиций питания человека.
9. Иноземное влияние на русскую культуру питания (XI–XIX вв.).
10. Христианство, его сущность, догматы и основные направления.
11. Православие: сущность, догматы и питание.
12. Обрядовое питание в православии: Пасха, Рождество.
13. Иудаизм: сущность, догматы.
14. Основные принципы питания иудеев.
15. Обрядовое питание в иудаизме.
16. Исламизм: сущность, догматы и питание.
17. Обрядовое питание в исламизме.
18. Этика питания мусульман.
19. Буддизм и синтоизм: сущность религий и питание.
20. Индуизм и питание.
21. основополагающие принципы формирования культур и традиций славянских народов.
22. Культура питания русского народа: историко-национальные факторы, влияющие на традиции питания.
23. Особенности пищевого сырья, его обработки, репертуар блюд в русских традициях питания.
24. Характерные знаковые блюда русской культуры питания и их характеристика.
25. История формирования культуры и традиций питания украинского народа. Знаковое сырье и кулинарные символы украинцев.
26. Процессы формирования традиций питания белорусов и поляков. Особенности и отличия от русской культуры питания.
27. Особенности пищи и питания болгар, сербов, словенов.

28. Французская культура питания: ее история и влияние на традиции питания народов мира.
29. Факторы формирования французской традиции питания.
30. Основное пищевое сырье в питании французов и способы его обработки. Репертуар блюд Франции.
31. Особенности формирования культуры питания немцев и австрийцев. Пищевой набор сырья, его обработка. Кулинарные символы.
32. Традиции питания в Англии и Шотландии и их использование в развитии туризма.
33. История формирования традиций питания Италии.
34. Особенности пищи и питания народов Скандинавских стран. Общие признаки.
35. Традиции и культура питания народов Финляндии, Швеции.
36. Основные факторы формирования традиций питания жителей Америки. Принципы питания.
37. Народы Аргентины, Мексики и Перу. Особенности развития культуры питания и сырьевого набора. Национальные блюда и напитки.
38. Формирующие факторы питания жителей Испании и особенности традиций питания.
39. Климато-географические условия – фактор набора пищевого сырья и особенности питания жителей стран африканского материка.
40. Национальные особенности питания народов Египта, Эфиопии, Алжира, Марокко и их характеристика.
41. Роль азиатских стран в формировании культур и традиций питания народов мира.
42. Исторические особенности кулинарного искусства Китая и его роль в формировании культур питания народов мира.
43. Основные принципы кулинарного искусства питания народов мира.
44. Сырье и особенности его обработки в китайской культуре питания.
45. Национальные школы кулинарного искусства и их характеристика.
46. Японская культура питания: пищевое сырье, обработка, национальные блюда.
47. Современные тенденции в питании японцев.
48. Основные признаки индийской культуры питания.
49. Национальные особенности обработки пищевого сырья и блюда в культуре питания индусов.
50. Корейская культура питания: история развития, пищевое сырье, обработка. Национальные блюда.
51. Традиции кулинарного искусства стран Индокитая.

52. Особенности культуры питания народов Австралии и Новой Зеландии.
53. Напитки, характеристика и их роль в питании человека и развитии туризма.
54. Вина стран мира и их характеристика.
55. Чай и его исторические корни.
56. История проникновения чая на территорию России.
57. Национальные традиции приготовления и подачи чая.
58. Кофе: история происхождения и распространения в культуре питания народов мира.
59. Национальные традиции варки и подачи кофе.
60. Пиво: история возникновения напитка и способы подачи.
61. Туризм и современные тенденции в сохранении и развитии национальных культурных традиций.
62. Традиции и культура питания народов мира – фактор формирования туристских ресурсов.
63. Гастрономические туры – основа сохранения традиций народов мира.
64. Кулинарные фестивали.
65. Посты в мировых религиях и их сущность.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ И РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ*

1. Арутюнов, С.А. Народы и культуры: Развитие и взаимодействие / С.А. Арутюнов. – М.: Наука, 1989. – 275 с.
2. Архангельская, М. Бизнес этикет, или Игра по правилам / М. Архангельская. – СПб.: Питер, 2011. – 240 с.
- 2а. Бенвенист, Э. Общая лингвистика / Э. Бенвенист. – М., 1974.
3. Библия: Т. I. – Л.: АККА, 1990. – 567 с.
- 3а. Бердяев, Н.А. Философия творчества, культуры и искусства: в 2 т. / Н.А. Бердяев. – М., 1994. Т. 1.
4. Библия: Т. II. – Л.: АККА, 1990. – 613 с.
5. Волощук, Г.А. Особенности кухни народов мира / Г.А. Волощук, Л.В. Нечипоренко. – Киев: Реклама, 1984. – 128 с.
- 5а. Герчикова, И.Н. Международное коммерческое дело И.Н. Герчикова. – М.: ЮНИТИ, 2001.
6. Джум, Т.А. Организация и технология питания туристов: учеб. пособие для студентов вузов / Т.А. Джум, С.А. Ольшанская. – М.: Магистр: ИНФРА-М, 2015. – 320 с.
7. Дубко, Е.Л., История европейской этики: учеб. пособие для студентов вузов / Е.Л. Дубко. – М.: Гардарики, 2007. – 254 с.
- 7а. Галинин, А.В. Русская печь / А.В. Галинин [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://jupiters.narod.ru/history3_pech.htm
8. Голубчиков, Ю.Н. Питание как зеркало земледельческой культуры / Ю.Н. Голубчиков // Энергия. – 2002. – № 9. – С. 69–73.
9. Гусейнов, А.А. Этика: учебник / А.А. Гусейнов, Р.Г. Апресян. – М.: Гардарики, 2000. – 472 с.
10. Дунцова, К.Г. Этикет за столом / К.Г. Дунцова, Г.П. Станкович. – М.: Экономика, 1990. – 78 с.
11. Ерасов, Б.С. Культура, религия и цивилизация на Востоке (очерки общей теории) / Б.С. Ерасов. – М.: Наука. Главная редакция восточной литературы, 1990. – 196 с.

* Литература, выделенная в списке жирно, является обязательной к изучению.

12. Жоголева, Е.Е. Китайская кухня / Е.Е. Жоголева, Е.А. Жоголев. – М.: Агропромиздат, 1991. – 87 с.
13. Завьялова, О. Что, где и когда едят японцы: Заметки этнографа / О. Завьялова // Азия и Африка сегодня. – 1989. – № 11. – С. 57–60.
14. Козлов, А.И. Пища людей: курсы лекций по экологии и антропологии питания / А.И. Козлов. – Фрязино: Век 2, 2005. – 272 с.
15. Ковалёв, Н.И. Энциклопедия гурмана: О продуктах и блюдах, посуде и утвари, их названия и истории / Н.И. Ковалев. – СПб.: Фламинго, 1996. – 467 с.
16. Ковалёв, В.М. Традиции, обычаи и блюда русской кухни / В.М. Ковалев, Н.П. Могильный. – М.: Русская книга, 1996. – 256 с.
17. Кузнецов, И.Н. Современный этикет / И.Н. Кузнецов. – 7-е изд. – М.: Дашков и К, 2013. – 496 с.
18. **Кулинарные традиции мира: Современная энциклопедия / ред. Е.А. Тома, Л. Ананьева. – М.: Аванта+, 2003. – 429 с.**
19. Культура питания: Энциклопедический справочник / под ред. И.А. Чаховского. – Минск, 1993. – 541 с.
20. Лотман, Ю.М. Беседы о русской культуре: быт и традиции русского дворянства (XVIII – начало XIX века) / Ю.М. Лотман. – 2-е изд., доп. – СПб.: Искусство-СПБ, 1999. – 398 с.
21. Мартышенко, Н.С. Профессиональный этикет и протокол: учеб. пособие для студентов вузов / Н.С. Мартышенко. – Владивосток: Изд-во ВГУЭС, 2013. – 244 с.
22. Метель, С.Н. Меню иностранного гостя / С.Н. Метель. – М.: Экономика, 1992. – 366 с.
- 22а. Мировая экономика: учебник / под ред. А.С. Булавина. – М.: Юрист, 2012.
23. Моисеева, Л.А. История цивилизации: курс лекций / Л.А. Моисеева. – Ростов н / Д.: Феникс, 2000. – 411 с.
24. Монтари, М. Голод и изобилие. История питания в Европе / М. Монтари. – СПб.: Издательский дом: Александрия. 2009. – 286 с.
25. Мусульманские праздники. – М.: Корона, 1990. – 364 с.
26. Надежин, Н.А. Современный ресторан и культура обслуживания: учеб. пособие / Н.А. Надежин, В.А. Красильников, Н.А. Красильников – М.: Экономика, 2006 – 128с.
27. **Похлебкин, В.В. Кухня века / В.В. Похлубкин. – М.: Полифакт: Итоги века, 2000. – 612 с.**
28. Похлебкин, В.В. Из истории кулинарной культуры. Кушать по-дано! / В.В. Похлебкин. – М.: Центрполиграф, 2002. – 540 с.
29. Ревель, Ж. Кухня и культура: литературная история гастрономических вкусов от Античности до наших дней / Ж. Ревель; пер. с фр. А. Луцанова. – Екатеринбург: У-Фактория, 2004. – 334 с.

30. Ресторанный сервис. Основы международной практики обслуживания для профессионалов и начинающих / С.и Л. Зигель, Х. и Р. Ленгер, Г. Штиклер, В. Гутмайер; пер. с нем. Ю.О. Бема. – М.: ЗАО изд-во Центрполиграф, 2002. – 288 с.
31. Ресторанный сервис: основы международной практики обслуживания для профессионалов и начинающих / С. и Л. Зигель, Х. и Р. Ленгер, Г. Штиклер и др.; пер. с нем. Ю. О. Бема. – М.: Центрполиграф, 2003. – 288 с.: ил.
32. Соколова, М.В. Мировая культура и искусство: учеб. пособие для студентов высших учебных заведений / М.В. Соколова. – 3 изд. испр. – М.: Изд. Центр «Академия», 2007. – 365 с.
33. Теория культуры / под ред. С.Н. Иконниковой, В.П. Большакова. – СПб.: Питер, 2008. – 592 с.
34. Тойнби, А.Дж. Постигание истории: сб. / А.Дж. Тойнби; пер. с англ. Е.Д. Жаркова – М.: Рольф, 2001. – 640 с.
35. Февр, Л. Бои за историю / Л. Февр. – М. 1991.
- 35а. Уайтхед, А.Н. Избранные работы по философии / А.Н. Уайтхед. – М., 1990.
36. Шпенглер, О. Закат Европы / О. Шпенглер. – М., 1993. – 666 с.
37. Щеникова, Н.В. Традиции и культура питания народов мира: учеб. пособие для студентов вузов / Н.В. Щеникова. – М.: ФОРУМ: ИНФРА, 2015. – 296 с
38. Эвенгштейн, З.М. Еврейская кухня: Кулинария, рациональность, диетика / З.М. Эвенгштейн. – М.: Интерпринт, 1994. – 168 с.
39. Этика и ритуал в традиционном Китае. – М., 1988. – 336 с.
40. Энциклопедия изысканного стиля. 400 лет этикета за столом / под ред. Ф. Гленвилль, Х. Янг. – СПб.: Питер, 2009. – 144 с.
41. Ясперс, К. Смысл и назначение истории / К. Ясперс; пер. с нем. – М.: Политиздат, 1991. – 527 с.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
Глава 1. КУЛЬТУРА В АСПЕКТЕ ОСМЫСЛЕНИЯ ПРЕДПОСЫЛОК ФОРМИРОВАНИЯ ТРАДИЦИЙ В ПИТАНИИ	5
1.1. Теоретические основы культуры в системе научных знаний.....	5
1.2. Полисемантическая природа понятия «цивилизация»	12
1.3. Основные тенденции развития современной культуры	21
1.4. Питание как компонент материальной культуры	28
Глава 2. ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ПИТАНИЯ	34
2.1. Примеры влияния историко-культурных факторов на вкусы и традиции питания	34
2.2. Очаги как фактор формирования традиций питания	44
2.3. Искусство и традиции напитков в культуре питания	48
2.4. Культура горячительных напитков различных стран мира.....	52
2.5. Жаждоутоляющие безалкогольные напитки в культуре питания (квас, чай, кофе, фруктовые соки)	57
2.6. Национальные факторы развития кухни (на примере русской культуры)	59
Глава 3. ВЛИЯНИЕ РЕЛИГИИ НА СТАНОВЛЕНИЕ КУЛЬТУРЫ И ТРАДИЦИИ ПИТАНИЯ	76
3.1. Религиозные основы в культуре питания иудаизма.....	76
3.2. Христианская религия в формировании обрядового питания	81
3.3. Религия ислама в этике питания мусульман.....	90
3.4. Философия буддизма в основе культуры питания.....	95

3.5. Древние учения о кухне в единстве и многообразии духовной мудрости конфуцианства, даосизма, синтоизма	103
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	111
Приложение 1. Тематика для подготовки устных докладов или написания рефератов	112
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ И РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	115

Учебное издание

Бондарь Марина Владимировна

**ТРАДИЦИИ
И КУЛЬТУРА ПИТАНИЯ
НАРОДОВ МИРА**

Модуль 1

**КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
В ФОРМИРОВАНИИ ТРАДИЦИИ ПИТАНИЯ**

Учебное пособие

Редактор Л.И. Александрова
Компьютерная верстка М.А. Портновой

Подписано в печать 28.06.2016. Формат 60×84/16.
Бумага писчая. Печать офсетная. Усл. печ. л. .
Уч.-изд. л. . Тираж 200 экз. Заказ

Издательство Владивостокского государственного
университета экономики и сервиса
690014, Владивосток, ул. Гоголя, 41
Отпечатано во множительном участке ВГУЭС
690014, Владивосток, ул. Гоголя, 41

