

Баня — Lurkmore

Эта статья про помещение для мытья; про ограничение свободы пользователя см. [Бан](#).

«— Разве может цивилизованный человек понять, что такое «баня»? Рубленый дом, из которого валит дым. И в этом угаре русские занимаются развратом, вакханалией.

— Сережа, ты говоришь чушь, в банях моются. — **Три** раза в неделю?? Не смей меня.

»

— *шевалье де Брильи о сабже*

Баня (*бояр. мовня*, лат. *бальнеум*, фин. — *sauna*) — традиционная русская (и не только) забава, заключающаяся (в глазах культурного Запада) в том, чтобы в парной исхлестать друг друга веником по голой жопе до полного [астрала](#). В этой стране принято различать православную русскую баню и неправославную финскую сауну (хотя изначально это было одно и то же, но об этом ниже).

Экскурс в историю

• Начало

Всё началось с того, что первобытному человеку захотелось по-человечески помыться, то есть в тепле. Но вот проблема — большой объём воды было нагреть очень сложно — металла-то в то время добывать ещё не научились. И вот кому-то первому пришло в светлую лохматую голову кинуть воду на раскалённые камни очага, вода испарилась и сконденсировалась на теле. О том, что получившуюся кашу можно было с комфортом соскрести палкой-копалкой или веточкой с листиками, люди догадались, предположительно, гораздо позднее, и, что характерно, только в [некоторых евразийских районах земли](#). Также некоторые полагают, что баня в её привычном смысле могла возникнуть в результате вредной привычки селиться внутри ветхих домов/пещер/ям: дескать, во время дождя протекающая крыша и раскалённые огнём камни могли вызвать испарение протёкшего на и последующую конденсацию пара на тушках посетителей, в следствие чего люди и смекнули.

• Греция — Лаконикум

В Греции водичку греть не научились, поэтому просто посреди зала разжигали костер, грелись у него и потом купались в холодном бассейне. Но это для баб. [Настоящие мужьки обмазывались оливковым маслом](#) и занимались физическими упражнениями на солнце, получившуюся смесь из пота и масла соскребали.

• Индейцы.

У ныне искоренённого народа, некогда проживавшего на территории Северной Америки, с банями дела обстояли лучше. Организовывали они их в своих традиционных палатках (вигвамах), куда заносили уже обогретые камни и обливали их водой. Местные учёные утверждают, что именно они и выявили, что банный пар благотворно влияет на состояние человека, а ещё смогли вылечить какие-то там местные болезни. Мексиканские индейцы и вовсе изобрели такой весёлый вид бани, как «темаскаль»: клиент располагается на циновке, разложенной на полу, а парит его лицо исключительно противоположного пола.

• Скифская баня

Согласно Геродоту баня была с травками вроде конопли.

• Древний Рим — термы

Ленивым римлянам было впадлу заниматься физухой в масле на жаре, поэтому они подошли к делу масштабней — под баней стояла огромная печь, которая нагревала пол и воду в бассейнах, а горячий дым грел стены. А римляне



Девайсы



Отгадай, что это такое?

(спойлер: [w:Стригиль](#))

плескались в бассейнах различной степени горячности, или просто грелись на ступеньках.

Надо сказать, что термы были не просто бани, а что-то вроде современных **фитнес-центров** или даже торгово-развлекательных центров. Римлянин мог там тусить целый день.

- **Хамам**

Туркам, захватившим Восточную половину Римской империи, термы пришлось **по нраву**. Правда, за одним исключением — ислам запрещает мыться в стоячей воде, поэтому бассейны пришлось выпилить и заменить их умывальниками с проточной водой. А так всё то же самое — мрамор, тёплый пол, стены, скамейки, 40 градусов и максимальная влажность. Вообще, свою баню азиаты любят, да настолько, что там даже существовал закон о праве жены на развод в том случае, если муж по каким-то соображениям не хочет её туда пускать.

- **В цивилизованном мире**

В Западной Европе же с банями всё было очень плохо вплоть до Нового Времени. Мало того, что вся суть бань сводилась к копиясту с других бань, так их ещё и закрыли в Средних Веках. Впрочем, сия потеря не велика, ведь французы свою потрясающую парфюмерию изобрели как раз-таки потому, что от отсутствия банных процедур жители пахли как стадо коров.

Русская баня

- **Баня по-чёрному**

У восточных славян и прочих чухонцев, бегающих по лесам, мрамора (как у римлян с турками) и горячих источников не было. Зато было полно леса, травы и камней-валунов. Вырывали простую земляночку, укрепляли стены, утеплили пол, делали крышу с лазом, а внутри растапливали костёр. Со временем землянка поднялась из земли и превратилась в избу, очаг превратился в печь, но без трубы. Так появилась баня по-чёрному, когда дым выходит в окошко, а не в трубу. Особо упоротые баняфаги считают, что баня по-чёрному — это **единственно настоящая** баня. Кстати сказать, в бане именно мылись, а не парились. И веники использовали в качестве мочалок и мыла — **2 в 1**, так сказать.

Для отопления использовались в том числе и берёзовые дрова, содержащие в своём составе дёготь. Последний, обладая ярко выраженным бактерицидным эффектом при распылении, превращал сабж едва ли не в современную операционную по уровню стерильности.

С другой стороны, случайно получить в такой баньке весёлый угарный газ СО было не просто, а очень просто.

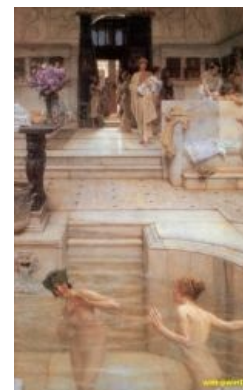
- **Баня по-белому**

До XIX века печка с трубой была прерогативой всяких бояр и прочих местных буржуев, так как чтобы протопить нищевродскую баньку по-чёрному требовалось в разы меньше дров, а в случае боярской бани «по-белому» значительная часть тепла вылетала в прямом смысле в трубу. Но с баней по-белому меньше геморя, а дрова со временем стали дешевле, и они (бани по-белому) стали постепенно захватывать жизненное пространство.

Алсо следует отметить, что отдельная баня в деревне была довольно роскошной вещью, и иметь её мог не всякий житель, поэтому люди парились в печи. Происходил сей процесс весьма занятно. Печка растапливалась до нехуёвого состояния, затем из неё выгребалась зола, внутрь напихивалась солома, чтоб не испачкаться и не обжечься, потом человек залезал внутрь и очень осторожно мылся, чтобы не испачкаться сажей со стен печи и не усесться на угли. Вероятно, на Украине из-за этого странного и небезопасного способа мыться баня получила свое сегодняшнее название — «лазня» (от слова «лазать»). Весьма сурово.

«Финская сауна»

На самом деле исторически финская сауна — почти то же самое, что и русская баня, за исключением чуть более низкой влажности, причем, до XX века сложно было держать в бане действительно низкую влажность. Расхождения появились в XX веке, когда ушлые



...

...



...

...



...

...



финны представили миру свою поделку в виде электропечи — зло и со вкусом. Сиди в жарком сухом воздухе, потей и не двигайся. Ленивые и нежные европейцы штуку оценили. Преимущество для получения профита от такой парилки очевидно — печки (в отличие от кирпичных) можно штамповать в промышленных масштабах. Сауны собираются быстро и по стандарту; с трубой, дровами, золой, розжигом заморачиваться не надо, опасность пожара меньше. Быстро включил — выключил, красота. Бабло от таких поделок потекло в чухонские карманы в масштабах прямо-таки космических. Надо сказать, что культ бани у финнов развит как нигде в мире — на пять миллионов жителей пришлось два миллиона саун. Да что уж там говорить, если в 80-х годах финское правительство заседало в бане каждый четверг, и перестало там заседать, лишь когда в нём стало слишком дохуя баб.

Японские бани

- Фурако

Домашняя баня «фурако» появилась в Японии более 2500 лет назад. Она представляет собой какую-то херню, слабо похожую на баню. Приходить сюда принято уже абсолютно чистым, и использовать «баню» полагается лишь для разогрева. По сути, это большая деревянная бочка, которую заполняют водой, нагретой до температуры 45—50 градусов. В бочке устанавливается специальная подставка, сидя на которой, можно принимать полулежачее положение. Для первых разов вода может показаться пиздец какой горячей, но со временем человек адаптируется. Вода в «фурако» покрывает нижнюю часть тела до сердца. Даже при соблюдении этого правила сердцебиение увеличивается в среднем до 120 уд./мин. и повышается артериальное давление, и если уровень воды будет выше сердца, то последствия могут быть плачевными. Верхняя часть брэнного тела находится во время процедуры в водяных парах. Пациент пребывает в бочке 4—5 мин., затем вытирается насухо, облачается в халат и лежа отдыхает на кушетке. Всё. Далее в эту же самую воду и в эту же самую бочку за ним следуют другие пациенты, ведь вода, по идее, чистая.

- Офуро

Это сухая баня, процедуры при этом проводятся в деревянном ящике, который наполнен опилками или галькой, разогретыми до температуры около 45 градусов.

- Сэнто

Это японская версия общественных бань. Они разделены на две части, по одной для каждого пола. Главный элемент сэнто — это бассейн с горячей водой (50-55°C), где одновременно могут держать свои тела несколько человек. До того, как зайти в бассейн, необходимо посетить моечное отделение и хорошенько вымыться, сидя на деревянной скамейке под краном. Японцы очень любят контрастный душ, поэтому и в бане моются, чередуя горячую воду и холодную. Затем приходит очередь бассейна.

Банные локации в России

- Баня общественная

Представляет из себя многоэтажный комплекс с несколькими отделениями. Перед баней имеются в наличии **бабки**, торгующие венниками. Типичное отделение отделано унылым совковым кафелем (который в некоторых заведениях достаточно стабильно обеспечивает травматологов клиентами), в раздевалке стоят крашенные в такой же унылый (зелёный) совковый цвет кресла с вешалками. Краны в душевых разъедаются ржавчиной и готовы упасть на голову. Сама вода в душе саморегулируется от ледяной до кипятка, управлять ей — работа посложнее **оператора АЭС**. Парилка черна настолько, как будто ее топят не газом, а по-чёрному.

Самое дешёвое отделение имеет льготные дни (обычно утро будней), где можно помыться по цене денежного эквивалента поллитра пива



Фрейд, Юнг и какие-то хрены в простынях после сауны



Офуро с правильным наполнением



Русская баня, сферическая в вакууме

за один час. В такое время баня наполняется **бомжами**, пенсионерами, **гастарбайтерами** и прочими **нищербродами**. В остальное время полна **мужиками**, пьющими пиво под воблу, под беседы о **политике** и **рыбалке**. Также каждое отделение имеет своих завсегдаев, которые знают, как правильно париться, сколько лить воды на камни и на стены, и какими именно порциями. Всех нубов, имеющих альтернативное мнение, пытаются поучать громкими командными окриками. Уверенность в своей правоте выше 9000, спорить бесполезно.

В последнее время цены на общественные бани выросли настолько, что стало дешевле снять небольшой компанией среднего пошиба частную сауну, особенно в будни.

• Баня коммерческая

В совке такие бани были прерогативой партийной элиты. В таких банях (не светившихся никакими вывесками) принимали высоких гостей и кидали понты, девочки с водкой прилагались. В **90-е** сауны в принципе стали доступны народу, но у народа не стало денег на них. Поэтому основными завсегдаями стали **новые русские** и бандюки. Собственно парение было делом глубоко вторичным, основные занятия те же — **водка и проститутки**. Да, и, конечно же, в саунах их посетители частенько выпиливали — пользовались тем, что жертвы были в сборе, расслаблены и без оружия (не пойдёшь же с пистолетом в парилку). После 00-х народ стал богатеть, цены на сауны снизились, поэтому сейчас их могут посещать даже **студенты** и работники **Макдака**. Водку и шлюх пользуют по-прежнему, но уже стали интересоваться парением и прочими оздоровительно-банными процедурами.



Всё включено

• Баня частная деревенская

Построена при **дачном** доме или **деревенской** избушке. Такие бани отличаются наибольшим разнообразием конструкций и форм — от будок 3x4 до дворцов для приёмов. Используются, чтобы приятно провести время с семьёй и гостями. В деревнях бани, как правило, используются в утилитарно-помывочных целях.

Баня деревенская вообще подразделяется на дачную и капитальную. Первая по конструкции примитивна (брусовый каркас, обитый доской, печка-буржуйка, обложенная кирпичом), на эксплуатацию в зимнее время не рассчитана и может даже не иметь отдельной парной. Используется только для мытья. Капитальная сурова, хорошо протапливается даже в студёную зимнюю пору и позволяет и мыться, и париться.

• Баня походная

Широко известна среди **туристов** и **военных**. Делается просто:

- из подручных природных камней сооружается очаг типа печки — с перекрытием сверху. Для удобства может использоваться заранее заготовленная решетка из арматуры;
- подбор камней для печки отдельное искусство из области прикладной геологии — камни не должны трескаться от резкого перепада температур, иначе есть неиллюзорный риск **травмироваться** отлетевшим вместе с паром осколком;
- печка топится несколько часов подручными природными дровами;
- вокруг очага покамест ставится каркас из подручных природных жердей;
- после чего остатки углей удаляются специально заготовленной **лопатой**, иначе будет не баня, а газовая камера;
- каркас накрывается полиэтиленом или брезентом, и всё — баня готова.



ГОЛЫЙ ЭНТУЗИАЗМ
уместен только в бане

Однако, в славном городе **Новосибирске** группа любителей бани в союзе с инженерами, выкинутыми из закрывшихся НИИ, запилили специализированную мобильную баню с **нанотехнологиями**. Такая баня вместе с печкой (в сложенном виде, естесна) влезает в багажник даже «**Матиза**» и разворачивается за полчаса, еще через полчаса протопки (кроме зимы) готова к использованию. Теперь выезд на шашлычки и рыбалку можно совместить с банькой, ёба!

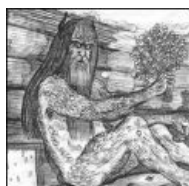
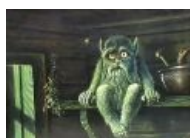
Русские™ традиции

«Вы нередко увидите, как они (для подкрепления тела) выбегают из бань в мыле и, дымясь от жару, как поросенок на вертеле, кидаются нагие в реку или окачиваются холодной водой, даже в самый сильный мороз. »

— Английский дипломат Джильс Флетчер, XVII век

Восточные славяне верили, что в бане обитает **особо злобный нечистый дух** — банник, который может довести людей до смерти, и потому баню, считали местом нечистым, дурным, куда лучше не ходить в одиночестве (очевидно, что если у одного из посетителей бани случается тепловой удар, другой может его хоть как-нибудь выволочь оттуда). Люди считали, что всю нечистоту в банях впитывают банники, и потому характер у них должен быть мерзкий. От бани стремились держаться подальше — не ходили туда без надобности. Отсюда идёт традиция строить баню в отдалении от избы, в дальнем углу двора, на отшибе, а по возможности и вовсе за забором. Тут следует отметить, что по повериям банник терпеть не мог людей с крестами на шее, и потому, если человек шел мыться, крест надо было снять и оставить в предбаннике, а лучше — дома. Но тут, разумеется, был и здравый смысл, ибо металлические предметы в бане сильно раскаляются и начинают жечь кожу. Была традиция, согласно которой на третий или седьмой пар мыться было нельзя. Причиной был страх перед угарным газом, который накапливался в помещении. Но народная фантазия объясняла запрет иначе: на третий или седьмой пар банник моется сам, порой с женой-банницей и со своими детьми, а временами зовёт всю окрестную нечисть — и домашнюю, и лесную. Такие дела.

Помимо прочего, баня была местом для гаданий, и девушки в праздники (в те же Святки) могли бегать туда погадать на суженого. Мол, духи знают многое, в том числе и то, что скрыто, так почему бы и не проконсультироваться? На Святки в полночь тьма, порой собравшись небольшой группой (чтобы не страшно было), подходили к открытым дверям бани, задирали юбки и ждали, когда банник к ним прикоснется. Если тот касался мохнатой рукой — у девушки будет богатый жених, если голой — бедный, а если мокрой — пьяница. Правда, лулз был в том, что не было гарантии, что рука принадлежит именно баннику, а не хулиганящему соседу.



Роды в бане

«Беременная должна строго помнить обычай, что она не должна родить нигде, кроме бани. »

— Староверы

В допотопной Руси, когда ещё не было родильных домов, процесс родов происходил в бане. Тут выбор был очевиден: и крестьяне, и представители царских семей рожали в бане из соображений безопасности. Баню топили по-чёрному, следовательно, она была если и не стерильна, то продезинфицирована точно, плюс наличие вблизи тёплой воды тоже играло свою роль.

Тем не менее, обычай рожать в бане возник не из-за лечебно-гигиенических соображений, а скорее из-за суеверий и ритуалов. В первую очередь, это нежилое помещение, устроенное отдельно, что соответствует представлениям о магических силах, действующих в момент родов. Во-вторых, это связано с представлениями об очищении роженицы водой, а в бане это делать лучше всего, то есть смывать энергию **потустороннего мира**, с которыми женщина неизбежно соприкасается во время родов и накапливает их. Многие родильные заговоры прямо указывают на то, что роды происходят в бане — а в заговорах отражена вековая память народа. Особенно строго придерживались обычая рожать в бане старообрядцы, поморы и странники (народность). Даже в редких случаях, когда роды происходили зимой и баню не успевали натопить, **поциентка** все равно шла туда. Как правило, если в избе была баба на сносях, то баню топили через день, а за несколько дней до родов — каждодневно. Если у женщины начинались схватки, то баню подтапливали и вели ее туда, чтобы «распарить» и «размягчить» ее тело, все жилы, кости и суставы. Плюс ко всему, суеверия и народные поверия о баннике рекомендовали и благоприятствовали тому, чтобы женщины рожали в бане.

Секс и рок-н-ролл



Баня XVII века глазами
очевидца^[1]

«Русские могут выносить сильный жар, от которого они делаются все красными и изнемогут до того; что уже не в состоянии оставаться в бане, они выбегают голые на улицу, как мужчины, так и женщины, и обливаются холодной водой, зимою же, выбежав из бани на двор, валяются в снегу, трут им тело, будто мылом, и потом снова идут в баню. »

— Олеарий

В рашке были популярны не только обычные домашние бани, но и общественные, которые в итоге стали считаться очагом разврата^[2], ибо этих банях люди вне зависимости от возраста и пола также парились и мылись вместе. Особенно любили такие места состоятельные слои населения и ходили туда с [понятными целями](#). Иностранцы путешественники впадали в когнитивный диссонанс от русских банных традиций. Ни один иностранец, посетивший Московию в XV—XVII веках, не обошел молчанием такого интересного явления, как совместный помыв мужчин и женщин, что в принципе было обычным и в Европе того времени, но иностранцев удивляла свобода нравов и отношений при помывке. По мнению стороннего наблюдателя, русские были совершенно лишены всякой стыдливости, что было обычным для каждого цивилизованного (то есть европейского) человека. Олеарий, совершивший путешествие в Московию и Персию, рассказывал, что русские пришли к заключению, что Лжедмитрий — чужестранец, именно потому, что он не любил бани.

Не скрывали своего восторга европейские врачи, когда узнавали о лечебных свойствах бань, и почти все пытались в Европе строить бани по типу рашкинских. Например, врач императрицы Елизаветы Петровны португалец Санчес, уехав из России, способствовал открытию русских парных бань во всех столицах Европы, правда все они позже «успешно» финансово коллапсировали из-за отсутствия у европейцев привычки к банной культуре и строгого отношения к совместным помывкам со стороны официальной церкви и властей.

«Не уповаю я, чтобы сыскался такой врач, который бы не признавал за полезное парную баню. Всяк ясно видит, сколь бы счастливо было общество, если б имело нетрудный безвредный и столь действенный способ, чтоб оным могло не токмо сохранять здравие, но исцелять или укрощать болезни, которые так часто случаются. Я с моей стороны только одну Российскую баню, приготовленную надлежащим образом, почитаю способною к принесению человеку столь великого блага. Когда помышляю о множестве лекарств из аптек и из химических лабораторий, выходящих и привозимых изо всех стран света, то толико кратно желал я видеть, чтобы половина или три четверти оных, всюду великими расходами сооружаемых зданий, превратились в бани Российские, для пользы общества. »

— Врач императрицы Елизаветы Петровны Антониу Нунес Рибейру Санчес

Здесь же, в общем зале, посреди всех работали специально обученные люди — растиральщики. На деле это были обычные проститутки. Для состоятельных клиентов всех сословий имелись отдельные кабинеты и закутки. В обязанности растиральщиц входили не только обмахивания клиентов большими ветвями свежим паром (вениками работали более крепкие мужики), не только полная помывка, но и прочие радости типа растирания чресел не только руками, но [ртом](#), в целях освобождения мужского организма от

избыточной банной энергии и возвращения его к правильному состоянию неги и покоя.

Всё бы и дальше так продолжалось, но в некоторый момент Анна Иоанновна решила покончить с этим банным беспределом и пробовала разделить бани на мужские и женские, но фактически удалось это только [Екатерине Великой](#). В итоге с 1783 года мужикам и бабам старше 7 лет стало запрещено мыться вместе, соответственно, и обслуга в бани подбиралась по соответствующему половому признаку.

Медицина

Баня — один из самых эффективных способов очищения кожи по всей её толщине. Как наиболее эффективно смыть грязь? Пропотеть и потом смыть пот; последний, мощным потоком проталкиваясь по расширившимся кожным порам, прихватывает с собой накопившиеся там сало, грязь и отходы жизнедеятельности. Но это лишь часть пользы банного пара. Что происходит, если подержать березовый веник на пару? Он размягчается. То же самое происходит с сердечно-сосудистой системой человека: значительно облегчается продвижение крови по венам и артериям, на время устраняются застойные процессы в малом и большом кругах кровообращения, ускоряются обменные процессы в клетках, ткани активнее поглощают кислород. А для людей, ведущих [малоактивный образ жизни](#), баня особенно полезна. Воздействие тепла увеличивает кровообращение в мышцах, стимулирует движение резервной крови, питающими клетки организма. Контрастные водные процедуры снимают спазмы сосудов, восстанавливают нормальную циркуляцию крови, помогают при нарушениях капиллярного кровообращения. Помимо прочего после бани в крови увеличивается количество лейкоцитов, являющихся основой иммунитета человека.

С потом большое количество натрия, который в обычном режиме выводится в мочу, выводится через кожу, облегчая работу почек почти наполовину. Через 15 минут пребывания в парной объём выделяемой почками мочи становится минимальным и остаётся таким же на протяжении 6 часов. Обильное потоотделение в парной, вывод лишней жидкости из организма и открытие пор кожи добавляют свою лепту в процессы похудения. У людей, часто посещающих баню или сауну, потеря воды составляет в среднем до 20 грамм на квадратный метр в минуту, а у посещающих баню редко — до 13.

Улучшение кровообращения увеличивает прилив крови к коже и мышцам приводит к понижению кровотока в головном мозге, эмоциональная активность уменьшается вплоть до психической заторможенности. Ослабление психического напряжения сопровождается мышечным расслаблением, что очень важно для отдыха человека. Баня улучшает функциональную способность центральной нервной системы, усиливает её регуляцию. Человек чувствует себя бодрее в том числе и потому, что вместе с потом уходят излишки молочной кислоты, которые накапливаясь в мышцах и усугубляют чувство утомления. Прогрев кожу, мышцы, различные ткани и органы, банный жар вызывает приятную расслабленность и раскованность. Так как нервная система тесно связана с пищеварительной, получив положительный импульс, нервная система передаёт его органам пищеварения. Улучшение кровообращения под влиянием высокой температуры влечёт замедление или исключение застойных процессов в желудочно-кишечном тракте. Улучшенный кровоток обогащает ткани органов пищеварительной системы кислородом, что способствует улучшению моторики.

В отличие от русской бани, финские сауны нуждаются в дополнительной вентиляции. Температура воздуха в них составляет в среднем около 120 °С, но может достигать и до 140 С. Из-за высокой сухости воздуха в ней практически невозможно применять веник и париться, зато эффективно проводить всякие ингаляции, капнув на раскаленные камни какой-либо [травяной настой](#).

Следует помнить, что установленные правила «правильного проведения» банной процедуры частенько являются не совсем правильными. Рекомендации типа «3 минуты в парилке, затем две отдыха» на деле плохо действуют. [На самом деле](#) в русской бане нужно в первую очередь следовать своим ощущениям и самочувствию. Таки да, [в первые разы](#) посещения лучше не сидеть в ней долго, лучше подготовить себя к последующим походам в баню. А после тренировок и привыкания можно уже сидеть в бане до посинения. Что касается распространённой привычки окатить себя холодной водой или окунуться в ледяной бассейн, то тут, наш дорогой друг, следует помнить, что если хорошенько не прогреться, то простуда будет обеспечена. Лучше такие финты делать после второго или третьего захода в парилку, в этом случае обливание принесет пользу.

Помимо всего прочего, баня улучшает способность к акклиматизации, в результате чего, приехав в более жаркие места, человек не помирает от высокой температуры спустя несколько минут.

Банные срачи

Финская сауна vs Русская баня

Сразу оговоримся, что традиционная финская сауна ничем от русской бани не отличается. Здесь идет речь о т. н. современной или, ещё правильнее, суховоздушной финской сауне. Что из себя такая сауна представляет: электрическая печка, где на ТЭНы (нагревательные элементы) сверху навалено мала-мала (килограмм 20-40) камней. Печка экранирована металлическим экраном, нагретый воздух поднимается вверх, снизу на его место подсасывается холодный — конвекция, одним словом. В такой сауне температура самая высокая — 90 и выше, а влажность низкая — 15% и ниже. Такие сауны расставлены во

всех гостиницах, фитнес-клубах и бассейнах. За что же их так не любят?

1. Сухой горячий воздух вреден для лёгких, так как выжигает эпителий дыхательных путей. В итоге у финнов, с их культом саун, заболеваемость раком лёгких оказалась выше в 2,5 раза, чем у соседей-скандинавов, при схожих уровне курения и экологических показателях.
2. Хера с два попаришься веником, потому что веник при влажности ниже 50% высыхает на раз-два. А при влажности 50% и температуре в 90 градусов человек сваривается нахуй. Что и произошло с участниками печально известного финала по сауна-спорту, где погиб наш участник. Люди фактически добровольно сварились на глазах у зрителей, врачей и телекамер.
3. Горячая печка дает неприятное инфракрасное излучение, которое ощущается как то, что «горит лицо и колени».
4. Камни нагреты максимум до 200 градусов, масса маленькая, с их помощью воды испарить можно немного и пар получается «тяжёлый». О тяжёлом и лёгком паре поговорим ниже.
5. Конструкция полоков (не полок, блять, на полках книги стоят, а парятся на полоках) обычно настолько уебищна, что парить другого на них можно, лишь согнувшись в три погибели.

В настоящей же русской бане с кирпичной печкой имеем следующее:

1. Кирпичный массив нагревается градусов до 80, такая температура дает приятное, мягко греющее инфракрасное излучение.
2. Температура воздуха градусов 50-70, а влажность около 60%, что является естественной влажностью обычного воздуха. В таком климате веник не сохнет и дышать приятно.
3. Камни лежат в закрытом пространстве и не охлаждаются, и их несколько сотен кг, так что пара с них можно получить дохуя и больше.

Следует отметить, что высокая влажность затрудняет использование русской бани больными с заболеваниями сердечно-сосудистой системы. Однако простому народу настолько похуй, где водку пить и шлюх трахать, что они этими вопросами не заморачиваются. Подробнее об этом можно почитать [здесь](#). Оно и понятно — русскую баню делать дороже и дольше, эксплуатировать сложнее.

На том же форуме Русбани, который считается основным баннным форумом Рунета (хоть и начал скатываться в сраное говно), за одно только упоминание о сауне в положительном или нейтральном ключе закидают какашками по самую макушку и поставят на ту же макушку клеймо непроходимого банного быдла.

Однако следует отметить, что с появлением денег у населения вектор предпочтений сместился на русскую баню.

ТруЪ русская баня

В интернете на эту тему сломали не одну тысячу копий, IRL в пылу спора оторвали не один десяток пуговиц, но так пока что и не пришли к единой версии. Причем, у простых людей представления о русской бане самые различные. Кто-то считает, что русская баня — это обязательно сруб на берегу озера, кто-то считает, что печка на дровах, для иных только Чорная баня — ТруЪ, а для кого-то просто достаточно возможно подливать воду на камни. На самом деле, русская баня — это, прежде всего, температурно-влажностные характеристики. В Настоящей русской бане температура колеблется от 50 до 70 градусов, а влажность — от 70 до 50% соответственно. Все остальное вторично!!! Также из важного:



1. Соотношение полоков, чтобы было элементарно удобно парить. Высота полока, на котором стоит парильщик должна быть меньше высоты полока, на котором лежит тело, где-то на 70 см.
2. Голова парильщика должна быть на расстоянии 40-50 см от потолка, не меньше! Потому что горячий пар устремляется вверх, занимает припотолочный слой и окутывает вашу кочерыжку, что не есть хорошо для нее.
3. Вентиляция должна быть залповой, то есть в парной должно быть изолированное окошко на улицу, которое после парения открывается одновременно с дверью и образовавшийся мощный сквозняк выдувает отработанный пар, пот и углекислый газ.
4. Внешний корпус печи должен быть не горячим, то есть до него можно дотронуться рукой хотя бы на 2-3 секунды без последующего ожога. В противном случае жёсткое инфракрасное излучение от раскалённого предмета обосрёт вам всю малину. Таким условиям удовлетворяет кирпичная печка и экранированная кирпичом (или другим камнем) металлическая печь. Но подробнее о печкосраче ниже.
5. Камни в печке должны быть раскалены до 300—400 градусов, и их должно быть от 80 килограмм и более. Соответственно, они не должны контактировать с воздухом, иными словами, каменка (пространство, где укладываются камни) должна быть закрытой.

Печкосрачи

Основной темой печкосрача является трушность печи для русской бани. А поиск идеальной печи для

русской бани сравним с поиском философского камня в Средние века.

Есть группа любителей, которые не признают электропечей в качестве перспективы для русской бани вообще. Хотя есть [неплохие экземпляры](#). Но упорность отдельных экземпляров не позволяет объективно взглянуть на правду.

Конечно, идеальной печкой является кирпичная. Но стоит такая печка от 250 тыс. руб., требует качественного мастера-печника, а топить такую печь до готовности парной надо 6-8 часов.

Поэтому основной срач умельцев разворачивается вокруг металлических дровяных печей, и здесь полное раздолье. Российские производители штампуют огромный ассортимент дровяных печей, и разобраться в нем без поллитра сложновато. Как бы то ни было, большинство считает, что каменка должна быть закрытой, и печь нужно дополнительно изолировать кирпичом или каменными плитами. Под камнем подразумевают различные стеатиты (мыльный камень): талькохлорит, талькомагнезит, талько кварцит, змеевик.

Как правильно парить

Отдельный раздел срача, который бушует в интернете и IRL. Каждый признанный гуру парения (да-да, есть уже такие) двигает свою манеру и свою школу, и обычно считает манеры и школы большинства других гуру дерьмом на палочке. Никто об этом напрямую не заявляет — на просторах сети все друг друга любят, но стоит слегка выпить на общем застолье — и начинают вылезать мнения друг о друге. Для того, чтобы прийти к общему знаменателю в этом вопросе, были организованы различные первенства и чемпионаты по парению, есть даже чемпионат мира (на котором, правда, участвуют участники Украины, России, Белоруссии, Прибалтики, иногда Финки, просто потому что в Европе и США о парении имеют весьма смутное представление).

Веники

Веник — расово русский™ девайс для бани. Представляет собой пучок побегов/веток произвольного растения/дерева связанных специальным образом, в целях подвержения тела [пациента](#) воздействию высоких температур и выбивания всякой дури из межущного ганглия. Побеги искомого растения собираются на ближайшей и не очень локации. В целях усиления целебных свойств сумрачный гений может делать вставки внутри веников с различными травами типа душицы или зверобоя; впрочем, никто не мешает делать веники и с более интересной [начинкой](#).

• Берёзовый

Самый распространённый тип веника. Если говорят о венике, то почти всегда подразумевают именно берёзовый. Плюсы определяют его распространённость: веник мягкий и удобен для процесса парки, а исходный материал широко распространён и легко доступен. Минус, конечно, есть, но он несущественен, веник быстро теряет товарный вид, для серьёзных усердных любителей париться берёзовые веники де-факто одноразовые, иногда доходит до того, что за один поход в баню расходуется до 2-3 веников. С другой стороны, частая смена веников — это несомненный плюс в плане гигиены и санитарии.

• Дубовый

В отличие от березового, дубовый веник почти не впитывает пот и почти не размягчает кожу, а наоборот уплотняет, препятствуя обильному потовыделению. Зато данный тип веника незаменим для людей с жирной кожей, с кожными заболеваниями. В дубовых листьях и коре много дубильных веществ, эфирных масел, под их воздействием кожа приобретает матовый оттенок, становится эластичной, упругой, хорошо очищается. Плюс наличествуют бактерицидные свойства. Кроме того, парение с таким веником оказывает сильное противовоспалительное действие, хорошо помогает гипертоникам, сердечникам, успокаивает нервную систему.

В отличие от почти одноразового берёзового дубовый веник значительно прочнее и почти не осыпается в парилке. Листья у него плотные, широкие, и работают как веер, лучший вариант для любителей сильного жара. В противоположность берёзовому венику, который обычно заготавливают в июне-июле, дубовый веник заготавливают обычно августе-сентябре, но самый прочный веник получается из «зимнего» дуба (он не сбрасывает на зиму листья) и из дуба, возле которого растут большие широколиственные лопухи.

• Из крапивы

Крапиву можно использовать разными способами: как лекарство от всевозможных [болезней](#), как



Берёзы, зелёные и ароматные, скоро они будут порублены и станут вениками

косметическое средство, еще её добавляют в нямку, а также вяжут из крапивы лечебные веники для бани. Но перед тем, как пользоваться крапивным веником в бане, его нужно специально подготовить. Если ожоги не нужны, то перед использованием веник нужно положить в холодную и горячую воду, то есть чередуя охлаждение и нагревание, но в этом случае целебные свойства веника минимизируются. Но суть крапивного веника — это именно его ожоги, в таких случаях веник опускают только на одну минуту в очень горячую воду и сразу же начинают им париться, при этом тело нужно хорошенько разогреть в парилке. Жгучие волоски крапивы содержат муравьиную кислоту. Она улучшает кровообращение, является прекрасным антисептическим, ранозаживляющим средством, кроме того, обладает тонизирующими, возбуждающими, общеукрепляющими свойствами.

При изготовлении веника важно не спутать крапиву двудомную с глухой крапивой. Вторая совершенно не жжется (поскольку является ясноткой белой, то есть ни хуя не крапивой), хотя похожа на первую. А есть ещё третий вид крапивы — жгучая крапива, она хотя и отличается от двудомной более низким ростом, но для веника вполне годится. Подобно берёзовым веникам, крапивные веники тоже одноразовые.

• Пихтовый

На первый взгляд может показаться, что он колючий, но это не так, ибо его маленькие иголки мягкие и плоские. Веник хорош в первую очередь огромным количеством эфирных масел, содержащихся в маленьких иголочках. Эти же масла дают охуенный аромат, который способен не только улучшить психическое состояние, но и стать отличной профилактикой любых простудных заболеваний.

... и прочие кошерные вещи

Из бани в снег. С головой в СУГРОБ !!!

Если вы ещё не охуели от всего вышеописанного, то, пожалуй, настало время перейти к водным процедурам. Итак, возьмем за аксиому: баня — место общественное, ибо нормально попариться можно при наличии минимум двух человек. Лупить самого себя

веником, конечно, можно, но не лучший выход, два уединившихся в бане мужика выглядят подозрительно, ну а где трое — там найдётся и стол, и выпивка.

Итак, решаем с кем идти в баню. Лучше всего с проверенными друзьями, ибо стесняться и прикрывать задницу, наклоняясь за упавшим мылом или расхаживать по парилке в трусах — ну его нафиг. Также нет смысла прикрывать срамоту, если с вами в парилку увязалась женщина, если это шлюха — то вопросов вообще нет, если подруга или жена, то нужно заранее на пальцах объяснить — ты мол, если хочешь, заматывайся в полотенце или хоть в шубе сиди, а мы будем в чём мать родила — и точка. Впрочем, ради лулзов можно раздеться без предупреждения, однако будь готов, что твоя подруга тоже разденется и будет щеголять рядом с твоими же друзьями, мало того, она может попросить когонибудь из них, чтобы он её попарил. Подумай, оно тебе надо? — жаба ведь не только ночами душит.

Алкоголь

Если ты думаешь, что употреблять алкоголь в малых дозах полезно в любых количествах, то никаких проблем с выпивкой не возникнет. Ну разве что твоя мёртвая тушка вдруг окажется дополнением к всеобщему веселью. Вся проблема в том что в бане и без алкоголя возникает высокая нагрузка на сердечно-сосудистую систему, а тут ещё принятый депрессант, итог — с одной стороны увеличивающаяся нагрузка на сосудистую систему, с другой торможение нервных импульсов, плюс к этому алкоголь ухудшает снабжение тканей кислородом, вызывая патологические изменения в сосудах. В таких условиях риск остановки сердца увеличивается в разы, возможно развитие инсульта.

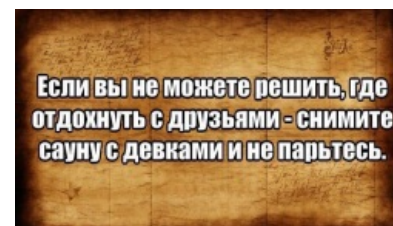
Вообще-то вещества в бане употребляются, причем на пользу здоровью, такие, как мёд и ароматические масла. По большому счёту, хороший веник — не только массажный инструмент, но и комплекс ароматических веществ, которые если и не оказывают прямого оздоравливающего эффекта, то уж на нервную систему действуют очень даже благотворно.

Половая ебля

Многое располагает для секса в бане: проблема раздевания решается сама собой и решается проблема раскрепощения, ибо в бане все одинаково голы и расслаблены. Соответственно, баня с проституткой хороший вариант для нищевродов-хикки-девственников, которые хотят лишиться своего драгоценного цветка невинности. Более чем «теплая» атмосфера хорошо располагает к интиму, нервные окончания в нужных регионах тела становятся более восприимчивы к ласкам. Плюс ко всему, пар отрезвляет. Даже если, не обладая врожденным чувством меры, ты вольешь в себя пару лишних галлонов пива или чего покрепче, что приведёт к невозможности нормально трахнуть своего партнёра, то парная и веники сделают свое дело, и через 20 минут ты снова будешь готов к труду и обороне.



Ну а вообще заниматься сексом в парилке



Советы из [ракопабликов](#)

Британские Ученые выявили новое половое

настоятельно не рекомендуется, ибо этот «аттракцион» может привести в случайному [принятию ислама](#) для совокупляющихся, ибо во время данного процесса резко учащается сердцебиение и повышается кровяное давление, что в сочетании с высокой температурой может привести к непредсказуемым последствиям. Половая ебля в бане именно в парной требует отдельной подготовки, а вообще лучше не ебаться в помещении, если в нём температура выше 60 градусов. Хотя умереть во время полового акта — это, безусловно, красиво.

Приколы

Небольшой тест на суеверность: необходимо ночью, после полуночи, не включая освещения, в одиночку зайти в деревенскую баню, нагнуться под полок и крикнуть погромче: «Кто в бане хозяин?!» Говорят, что в ответ иногда можно услышать [кое-что очень любопытное](#).

Если мощность каменки позволяет, можно троллить окружающих, плеснув на нее двойную или тройную дозу кипятка, а потом под предлогом — чё-то мне вдруг домой захотелось, выйти наружу или расположиться с видом знатока на полу. Более толстый метод — бросить незаметно на каменку же щепку или лист от веника.

Как правило, в парную заходят и выходят толпой, при этом, доказывая стойкость характера, сидят пока кто-нибудь первый не направится в предбанник на отдых (а иногда и к [большому начальству](#)). Выждав момент, когда все созреют, можно спровоцировать массовый исход, но слегка притормозить товарищей у выхода: забавно наблюдать, как люди, ожидающие, что через секунду-другую вдохнут свежего воздуха, толпятся возле двери.

Баня — одно из немногих мест, где мужчина может увидеть, какого размера член у других мужчин и сравнить его со своим. Думаешь, ты свободен от этих комплексов? Иди в баню!

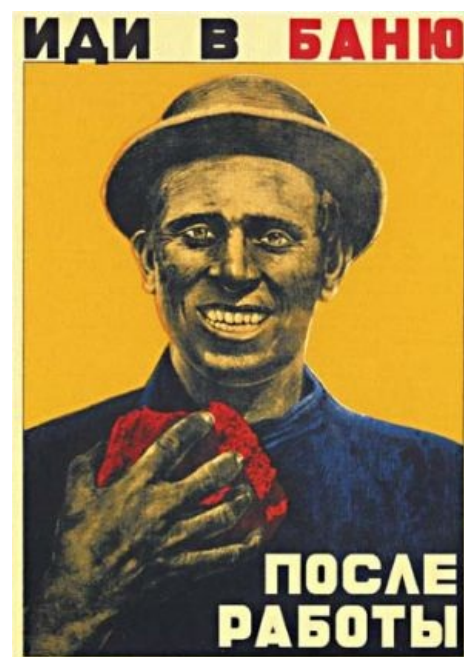
Банные мемы

- [Как говна за баней](#)
- [Иди в баню!](#)
- Кто про что, а вшивый всё про баню
- Спешит, как голый\вшивый в баню
- Пристал, как банный лист

В искусстве

- «[А зори здесь тихие](#)» — с банным эпизодом потом было много проблем. После первого просмотра картины начальство потребовало вырезать откровенную сцену. Но Ростовскому каким-то чудом удалось её отстоять. Уговаривая актрис сняться обнажёнными в эпизоде в бане, Станислав Ростовский говорил: «Мне нужно показать, что убивают не просто людей, а женщин, красивых и молодых, которые рожать должны, продолжать род». Алсо, была и другая сцена, где девочки-зенитчицы загорают голышом на брезенте. Режиссёру пришлось её убрать.
- «[Ирония судьбы, или С лёгким паром!](#)» — вся история началась именно после похода в баню 31 декабря.
- У [Владимира Высоцкого](#) есть две песни про сабж — «Банька по-белому» и «Банька по-черному».
- «[Иду из бани, морда — во — красная!](#)» — цикл охуительных историй от покойного ныне Михаила Евдокимова.
- Книга расового еврейского писателя Эфраима Севелы (настоящее имя Ефим Евелевич Дабкин, уроженец Бобруйска) «[Мужской разговор в русской бане](#)». Три пришедших к успеху олдфага бухают в бане и травят кулстори из своей жизни, связанные с бабами. Может доставить.
- «[Алепа Бесконвойный](#)» Шукшина — «Суббота еще не кончилась, но баня уже кончилась».
- У расового американского тру-писателя Марка Твена есть рассказ «[Эта невообразимая русская баня](#)».
- Также доставляющий рассказ «[Баня](#)» есть у Михаила Зощенко.

расстройство в половой сфере человека — аквафилию, которое может быть отнесено к ложным формам импотенции. И городские слои населения часто трахаются в бане, в итоге у некоторых особенно увлекающихся этим процессом пациентов возникает чёткая зависимость между звуками воды, повышением окружающей температуры и состоянием сексуального возбуждения. В итоге у человека хуец тупо не стоит в постели. Лулз ещё состоит в том, что у больших аквафилией может возникнуть спонтанная эрекция при звуках льющейся воды



Советские плакаты

Алсо

- **Баня** — это место, где находятся забаненные модераторами пользователи.
- «Баня» — пьеса [Маяковского](#).
- «Баня» — знаменитый эротический рассказ начала XX века, авторство за которым приписывается Алексею Толстому.
- «**Сауна**» (**ну или «Баня»**) — расово финско-чешский исторический хоррор про сабж, про Русь-матушку и про нечисть. Одним люто доставляет, другие не впечатлены.
- «**С лёгким паром**» — педерача, на тогда ещё канале ОРТ с 1999 по 2002 год, в которой был ведущим ныне [принявший ислам](#) Михаил Евдокимов.

Гойлерейя



Просто места
знать надо!



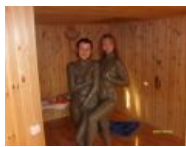
По-нашински.



Фап-фап-фап!



[Суровый
челябинский
Диоген](#)



Грязевая.



[Армейка.](#)



Шпагат, баня,
веники... О чём
это я?

Видео

[Из бани в сугроб
из бани да в сугроб](#)

См. также

- [Русская деревня](#)
- [Рыбалка](#)

Ссылки

Примечания

- ↑ На самом деле, рисунок 1928 года.
- ↑ Публичные дома еще отсутствовали, а проституция была бытовой, военной и банной.



IRL

1 апреля 1 сентября 8 марта 9 мая Deadline IRL Алкотур Алые паруса Армия Баня
Биржа Букмекерская контора Бюджетники Ванкувер 2010 Вписка Выпускной вечер

Гей-парад Говнодавы Дед Мороз День ВДВ День святого Валентина День святого Патрика
Детская железная дорога Детский сад Дурдом ИБД Иван Купала Игровые автоматы
Кадровые агентства Каникулы Корпоративная культура Крайний Кредит Маршрутка
Масленица Метод кнута и пряника Молодая, динамично развивающаяся компания
Московская Олимпиада Новый год Облысение Олимпиада Офлайн Показуха Похороны
Праздник Прокуратура Просрочка Пятница Работа
Работать в нашем банке — большая честь Работать за еду Рыбалка Рынок Свадебная мафия
Свадебное видео Свадьба Силумин Скорая компьютерная помощь Супермаркет
Тимбилдинг Тюрьма Университет Феминизм Шахсей-вахсей Школа



СССР

1000 мелочей 101-й километр 28 героев-панфиловцев 3,62 Red Alert Russian Reversal S-90
Vnovodvorskaya Ёжик в тумане АК-47 Александр Солженицын Алиса Селезнёва Алкоголик
Антарктида Афганская война Аэрофлотовская курица Бандеровец Баня Беломор Берия
Бесконечное лето Блат Брежнев Брежневка В мире животных В СССР секса нет Варёнки
Ведро компрессии Великая Отечественная война Вентиляторный завод
Ветеран Куликовской битвы Винни-Пух Владимир Высоцкий Власовцы Восьмидесятые
Вписка Вражеские голоса Всё прогрессивное человечество Гагарин
Генеральная линия партии Гитара «Урал» Глобус Украины Гоблин Граждане СССР
Гражданская война в России ГрОб Гутник Давид Черкасский
Дважды еврей Советского Союза Дембельское фото Детская площадка Детский лагерь
Дефицит Дирижабль Киров До чего Сталин страну довёл Добровольно-принудительно
Дотянулся проклятый Сталин Ежов Железный занавес Жить стало лучше, жить стало веселее
Жуков Журнал «Крокодил» Загнивающий капитализм Закручивать гайки
Зато мы делаем ракеты Звёздочка Зоя Космодемьянская И немедленно выпил
И примкнувший к ним Шепилов Иван Васильевич меняет профессию Игорь Тальков
Игрушки, прибитые к полу Ирония судьбы Как я провёл лето Карлсон
Квадратно-гнездовой способ мышления Кин-дза-дза Клюква Книга о вкусной и здоровой пище
Ковёр Кола Бельды Колыма Комбинат «Маяк» Комедии Гайдая Коммуняки
Корейский Боинг Космическая гонка КТ315 Кузькина мать Ламбада Леваневский Ленин
Либераст Лысенко Мавзолей Ленина Максим Калашников Мао Цзэдун Марш авиаторов
Мессинг Ми-24



Эта страна

228 282 статья 9 мая Adidas Encyclopedia Dramatica/Russia M4 Роман Абрамович Адыгя
Астрахань Байкал Баня Бессмысленный и беспощадный Биробиджан Бирюлёво Бичпакет
Бутик Ватник Владивосток Воркута Воткаят Вписка Генерал Мороз
Георгиевская ленточка Главная проблема музыки в России ГЛОНАСС Горбушка
Горжусь Россией! Горячие финские парни Госдума Грудинин Двойники Путина Десятые
Диггеры Дороги России Древнерусские мемы Духовность Европейцы ли русские?
Евроремонт ЕГЭ Единая Россия Екатеринбург Жлоб За Абрамовича Завод Заводы стоят
Закопанные дома Замкадьё Зеленоград Золотая медаль Зюганов ИТМО
Кавказские Минеральные Воды Калининград Киров Ковёр Коктейль Лужкова Колыма
Комбинат «Маяк» Компьютерный клуб Коробка из-под ксерокса Красная ртуть Краснодар
Красноярск Кронштадт Крым Куда ты денешься с подводной лодки? Курильские острова
Левиафан Люби Россию, пидор! Магадан МГИМО Медведев Милиция Мордовия Москва
Москвичи зажрались Мухоморанск Мытищи Нанотехнологии Национальная идея Наше всё
Нижний Новгород НМУ Новосибирск Норильск Ночные Волки Нургалиев разрешил
Общежитие Общепит Омск Операция «Неформал» Оскорбление чувств верующих
Особенности национальной охоты Откат Охрана Пельмени Перепись населения Пермь
Петербург Пипл хаает