

От автора

В этой брошюрке приведены советы для так называемой русской бани, которая используется в истинном понимании этого слова, то есть в тех случаях, когда от бани требуется не просто высокая температура, а хороший и здоровый жар, чтобы во время парки сложилось ощущение комфорта и удобства, когда для банной процедуры отводится необходимое время. В современное время люди в погоне за комфортом и красотой ушли очень далеко от настоящей бани. Рассмотрим этот вопрос чуть-чуть поподробнее.

По способу строительства бани, как известно, делятся на «черные» (дымные, как их еще называют), в которых печь не имеет как такового дымохода, и «белые», когда печь имеет вытяжную трубу. В наше время повсеместно стали строить исключительно так называемые белые бани, то есть бани, в которых дым во время топки не попадает в парную. Чистые стены и потолок – это, конечно, красиво, но мало кто знает, что дым обладает прекрасными антисептическими свойствами, убивая практически все болезнетворные микроорганизмы и вирусы. Горячий дым, нагретый выше ста градусов по Цельсию, проникая во все щели и поры бани, замечательно при этом дезинфицирует баню. В итоге «черная» банька, несмотря на закопченные стены, является самым чистым помещением. Не случайно в старину женщины рожали именно в банях, которые тогда являлись исключительно черными. Таким образом, несмотря на то, что «белая» баня кажется внешне чистой, в ней вероятность подхватить какое-либо заболевание в виде грибка намного выше, чем в «черной». Еще немаловажно то, что во время топки черной баньки прогреваются не только камни, но и сами стены и потолок, что тоже губительно сказывается на всех вредных микроорганизмах. Нагретый стены и потолок поддерживают высокую температуру без дополнительных подливов воды, а, значит, баня не будет страдать излишней влажностью. В «черной» баньке камней порядка 200-300 кг, а в самых лучших до 500 кг. Разогрев такого количества камней хорошо держит жар в парной даже без подлива воды. Для сравнения можно указать, что печи в белых банях имеют не более 100-150 кг камней. За счет общего прогрева всей парной «черные» баньки мало подвержены гниению и всевозможным заболеваниям древесины в виде плесени и различных

паразитирующих мошек с наружной (уличной) стороны бревен. Что же мы видим в современное время? Сложилось твердое мнение того, что хорошая баня – это только белая баня, а черная – это для «бедняков». Таким образом, белая баня – это типичный пример того, как чисто внешняя красота поставлена выше комфорта моющихся.

Другой пример. В подавляющем большинстве случаев баню строят из кирпичей. Кирпичные бани удобны тем, что долговечны, но на этом их достоинства заканчиваются. Кирпичные бани не «дышат», то есть у них нет естественного воздухообмена, а потому очень быстро воздух в кирпичных банях становится спёртым. В таких банях становится очень тяжело дышать, исчезает легкость. Чтобы хоть как-то исправить положение, рекомендуется кирпичные бани проветривать после каждого выхода партии моющихся людей, но так как такие проветривания уменьшают температуру в парной, то либо проветривания не делают (чаще всего), либо делают проветривания, но приходится постоянно подтапливать печь (это реже). Деревянные же бани «дышат», а потому никакие искусственные проветривания не нужны. Сколько бы людей не мылось, в деревянной бане воздух свежий, в нем всегда присутствует особый аромат, что дает дополнительный комфорт моющимся. Подразумевается, как само собой разумеющееся, что в деревянной бане не используются искусственные утеплители (например, алюминиевая фольга). Таким образом, кирпичная баня – это типичный пример того, как долговечность и дешевизна бани поставлены выше комфорта моющихся.

Следующий пример. Очень часто в банях стали использовать электропечи. При всей своей привлекательности электропечи для настоящей бани совершенно непригодны. Дело в том, что электропечи «сушат» воздух, причем под словом «сушат» подразумевается не уменьшение кислорода, как это многими воспринимается, а уменьшение в воздухе отрицательно заряженных ионов. Это примерно похоже на сравнение воздуха в большом городе с воздухом в лесу. И там и здесь концентрация кислорода примерно одинакова, зато в городе отрицательных ионов минимум, а в лесу наоборот избыток. Кстати, именно на увеличении концентрации отрицательно заряженных ионов построен принцип так называемых люстр Чижевского. В отличие от электропечей дровяные печи во время топки не уменьшают, а увеличивают в

парной концентрацию отрицательно заряженных ионов (это одна из причин популярности каминов). Таким образом, не электропечь, не парогенератор (как в городских банях), не газовая печь, а только дровяная печь увеличивает в воздухе количество отрицательных ионов (не кислорода, еще раз заметим), что дает ощущение благодати, легкости и подъема, как после сильного ливня в лесу. В то же время при нагреве бани электропечами или парогенераторами увеличивается концентрация положительных ионов, а потому вроде бы в парилке есть жар, но воздух душный и спертый. Таким образом, электропечь – это еще один типичный пример того, когда удобство топки (возможность непрерывного подогрева печки и минимум расходов на розогрев) поставлено выше комфорта парилки.

Еще один пример. Современные печи имеют, как правило, открытую каменку, то есть каменку, которая во время топки не закрывается. Камни в такой каменке нагреваются за счет передачи тепла от железа самой каменки. Каменки открытого типа удобны тем, что не дымят, но мало кто знает, что температура камней в таких каменках всего лишь около 200 градусов по Цельсию, максимум 300. В то же время в черных баньках камнигреваются непосредственно огнем. В некоторых белых банях в качестве альтернативы используют печи с закрытыми каменками – в таких каменках камни нагреваются тоже огнем, но дым в парную не попадает за счет того, что каменки закрываются дверцей (отсюда и название, хотя часть дыма во время топки всё же проникает, поэтому такие бани постепенно все «чернеют», и как следствие такие печи все реже используются). При нагреве камней непосредственно огнем температура камней доходит до 600-700 градусов, а при интенсивной топке нижние камни нагреваются и до 1100 градусов по Цельсию, приобретая характерный малиновый цвет. При поливе воды на такие горячие камни вода не шипит долго и продолжительно, а как бы всхлипывает, давая максимум жары при минимуме влажности. Такой пар является как раз самым полезным не только из-за показателей температуры и влажности, но из-за того, что при поливе воды на горячие камни увеличивается концентрация отрицательно заряженных ионов. К сожалению, при всем удобстве и красоте дизайна современные печи с открытой каменкой никогда не дадут того жара и комфорта, как черные баньки или белые бани с закрытой каменкой.

Немного о расположении бака с водой. Во многих случаях ради быстроты разогрева бак с водой располагают прямо над топкой (топливником). Разогрев воды в этом случае происходит очень быстро, но вода, как правило, доходит до кипения, и баня становится чересчур влажной. Печь, в которой бак с водой находится над топливником, хороша тем, что очень компактна, так как занимает мало места, но из-за повышенной влажности настоящего комфорта такая баня не даст. Поэтому бак с водой надо расположить таким образом, чтобы даже при самой сильной топке вода в ней не доходила до кипения.

Таким образом, самая лучшая баня бывает лишь двух типов:

1. «Черная» бревенчатая банька с каменкой в 300-500 кг камней.

2. Белая баня с дровяной печью с каменкой закрытого типа и количеством камней хотя бы на 200 кг.

Рассмотрим другие важные аспекты бани. Немаловажным фактором хорошей бани является умение моющихся правильно замачивать веники и грамотно парить друг друга. Как ни странно, но большинство людей не умеют замачивать веники – при правильном замачивании листья веников должны быть мягкими и легкими одновременно (при недомачивании веники жесткие и легкие, а при перемачивании наоборот мягкие и тяжелые). И, конечно, неплохо каждому моющемуся научиться грамотной парилке – удивительно, но сложился четкий стереотип, что чем сильнее хлестать вениками, тем лучше человек парит. Дело в том, что веники предназначены вовсе не для того, чтобы хлестать человека, а для того, чтобы с помощью них нагнетать горячий воздух. Делать это надо плавно и постепенно, заменяя легкие хлестки поглаживаниями и компрессорами. В любом случае умению грамотно парить надо учиться, а не надеяться на свою смекалку.

Все сказанное относится лишь к истинным ценителям бани. Но ведь есть люди, которые используют бани либо для приготовления горячей воды, либо в качестве своеобразного душа или помещения, где можно быстро вымыться после тяжелой работы. Как правило, в таких случаях от бань требуется не высокий жар, а минимальное время на разогрев при минимуме затрачиваемых средств. Для таких случаев, разумеется, вышеперечисленные требования можно опустить.

Если подытожить, то настоящая баня – это обязательно бревенчатая без искусственной теплоизоляции, дровяная печь с каменной закрытого типа. Можно построить белую баню, но самым лучшим вариантом, как ни крути, является «черная» банька. Именно строительству таких бань уделена эта книга. Деревянная баня, как правило, располагается отдельно от других зданий, поэтому вопросам строительства бань в составе жилого дома, которые из-за экономии территории стали очень популярны в городских коттеджах, тоже не рассмотрены.

В заключении отметим, что по условиям климата в парной бани делятся на четыре главных типа:

- русская (температура 60-80⁰ С, влажность 40-65%);
- финская (температура 90-120⁰ С, влажность 5-10%);
- турецкая (температура 30-50⁰ С, влажность 100%);
- японская (деревянная бочка, которая заполняется горячей водой с температурой около 45°).

В этой статье рассмотрена только русская баня, так как, по мнению автора, для российских граждан она является самой полезной хотя бы потому, что только в ней можно пользоваться вениками. В финской бане из-за высокой температуры веником можно обжечься, в турецкой бане наоборот из-за недостаточно высокой температуры веник не дает лечебного воздействия (в турецкой бане главное – как следует пропотеть), а японская баня – это фактически современная ванная, где веник в принципе не нужен.

СОДЕРЖАНИЕ

От автора.....	1
Банный жаргон.....	3
1. Выбор бани	
1.1 Виды бань.....	4
1.2 Расположение бани.....	5
2. Выбор бани	
2.1 Выбор деревянного сруба.....	
2.2 Строительство деревянной бани.....	6
2.3 Как избежать трещин на бревнах.....	7
3. Отделка бани	
3.1 Рекомендации по строительству помещений.....	14
3.2 Внутренняя отделка.....	16
3.3 Типичные ошибки при внутренней отделке.....	17
3.4 Вентиляция.....	18
3.5 Советы по улучшению дизайна.....	20
3.6 Кровля.....	21
4. Печка	
4.1 Виды печек.....	23
4.2 Способы разогрева печек.....	24
4.3 Выбор камней.....	26
4.4 Используемые дрова для печи.....	27
5. «Черная» банька.....	29
6. Пожарная безопасность.....	31
7. Фундамент.....	34
8. Общие советы	
8.1 Общие правила топки.....	36
8.2 Этика бани.....	37
8.3 Советы для повышения комфорта.....	37
8.4 Общие правила мытья.....	39
9. Веник	
9.1 Общие сведения.....	41

9.2 Срез веников.....	41
9.3 Связка веников.....	43
9.4 Сушка веников.....	44
9.5 Запаривание веника.....	46
9.6 Виды веников.....	47
10. Ароматотерапия.....	55
11. Как париться.....	56
12. Пословицы.....	61
Основная библиография.....	67