



## **МАГИЯ ФИНСКОЙ САУНЫ**

## Саун в Финляндии больше чем автомобилей



Саун в Финляндии больше, чем автомобилей. Они есть в каждом жилом доме, офисе, правительственном здании. Если для россиян поход в баню - событие, то для финнов - такой же ежедневный ритуал, как почистить зубы или выпить кофе

«Русская баня и финская сауна - это одно и то же, Хелена Аутио-Мелони, советник по вопросам культуры Посольства Финляндии в Москве, разом развенчивает все мифы. - Сухой финской сауны, как ее себе представляют русские, попросту не существует.

Когда в семидесятые годы на рынке появились первые электрические камины, то сначала они вытеснили из саун дровяные печи в Финляндии, а позже стали продаваться и в

России. Русские с удовольствием покупали их, но, наверное, не читали инструкцию или не слушали продавца. Ведь на эти электрические печки можно и нужно лить воду, чтобы образовался пар. Какая же сауна без löyly! Так на финском языке называется главное в сауне - пар, который возникает, если плеснуть водой на раскаленные камни. Влажность и высокая температура - вот это настоящая финская баня!»

Художник, большой любитель сауны Сами Хюрскюлахти тоже смеется над российским заблуждением: «Вы думаете, что только у вас есть уникальная баня с парной, с битьем вениками, с последующим нырянием в прорубь или в снег. Финны же верят, что такой вид бани придумали они. А сухую сауну я видел только один раз - в Швеции». Единственное отличие русской бани от финской сауны, по мнению Сами, в том, что финны в бане все делают быстро, а русские сидят часами: «В Финляндии сауна - еженедельный, а для многих и ежедневный ритуал. В России же поход в баню воспринимается как праздник. Вот русские и парятся по пять часов кряду. Между прочим, это вредно. Могут волосы выпасть».

### Чувство родины

Финская поговорка гласит: **«Сначала построй сауну, а потом дом»**. По данным Ассоциации финских саун, на 5,5 миллиона жителей страны приходится 1,6 миллиона бань. Они есть в каждом доме, в офисных центрах, правительственных зданиях, а также в финских дипмиссиях. Даже в местах дислокации военных есть сауна. Например, во время миротворческой миссии ООН в Эритрее финны отдыхали в собственной бане. А в Косово для 800 финских солдат было возведено 20 саун.

### Правило сауны: без политики

Карита Харью, глава Sauna from Finland association, учит правилам поведения в бане.

1. Приглашение в сауну - большая честь. Для отказа нужна веская причина.
2. В компании друзей мужчины и женщины парятся по очереди, а члены семьи - вместе. Об этом договариваются предварительно.
3. В традиционной бане должно пахнуть только березовым веником и дегтем. Перед сауной полагается смыть с тела следы парфюма.
4. Финны ходят в сауну обнаженными. На скамью стелют полотенце или специальное бумажное сиденье - не из гигиенических соображений, а чтобы не получить ожог.
5. Сауна и березовый веник - неразделимые понятия. Правда, во многих современных общественных банях при бассейнах пользоваться веником запрещено.
6. Старое правило, что в сауне следует молчать, действует уже далеко не везде. Правда, одно негласное правило все же осталось - никаких разговоров о политике.
7. В Финляндии в ответ на просьбу часто можно услышать слово saunanjalkainen («после сауны»). Это хорошее объяснение своего нежелания суетиться и что-то делать. Ощущение физической и духовной чистоты после сауны хочется максимально продлить. И окружающие отлично понимают вас.

«Это очень давняя культура. У наших людей любовь к сауне в крови. Она передается от отца с матерью, — объясняет менеджер по туризму из Хельсинки Лииса Ренфорс. Мое первое детское воспоминание: мы всей семьей в сауне: мать, отец и старшие брат с сестрой, мне года три, и отец моет мне голову...»

Сейчас Лииса живет в обычном многоквартирном доме в Хельсинки. На 100 жильцов дома приходится всего две сауны, расположенные в подвале, поэтому время посещения нужно бронировать заранее на год вперед. «Я заняла время по четвергам между 19:00 и 20:00», - рассказывает Лииса. Такие сауны построены во всех жилых домах. Их называют talosauna. Есть еще одно популярное название - lenkkisauna, от слова lenkki («пробежка»). Попариться тут можно по-быстрому, после занятий спортом. Многие финны так и делают.

## Обряд очищения

Юхани Раинтинпяя, директор фирмы по производству и установке окон и балконных дверей, живет на девятом этаже 12-этажного дома в Лаппэнранте. Бронировать сауну на год вперед он не стал. Банька топится там ежедневно, при этом во вторник - общий женский день, в среду - мужской. Среда Юхани устраивает, но истинное удовольствие он получает только в бане с настоящей дровяной печкой, в лесу, у озера. «На даче у моей сестры у озера собираются все члены семьи - 10 человек. Мы с сестрой с детства привыкли к такому отдыху. Когда были маленькими и жили с родителями в Тампере, в сауну тоже ходили всей семьей. Терли спины друг другу, а после шли на хахвит - так финны называют кофепитие после сауны. Детям - сок, взрослым - кофе. И все были счастливы».

Десятилетиями сауна была местом не только физического, но и духовного очищения, освобождения от суеты. «Для нас сауна - это святое место, где смываются грехи. Все плохое уходит, люди парятся в бане в том виде, в каком их создала природа, поэтому все равны перед Богом, - продолжает Юхани. - Я считаю, что сауна - единственное по-настоящему демократичное место в мире. Место для решения мировых конфликтов, что, кстати, активно используют наши политики. Сауна хорошо воздействует на психику. Особенно если совместить с купанием в озере».

«В бане я чувствую связь с природой, с высшим, духовным, - говорит Юхани. - У нас принято брать с собой в парную детишек. И эти шалуны сидят на полу спокойно, не шумят и не капризничают. Им не надо объяснять, как вести себя в бане. Душой чувствуют».

Лииса Ренфорс считает, что в сауне главное - сконцентрироваться и соблюдать тишину. «Философия сауны в том, что там каждому должно быть хорошо и спокойно, как в церкви. Нужно делать так, как чувствуешь. Некоторые приходят в церковь на долгие службы, а кто-то зайдет тихо, помолится в углу и выйдет. Так и в сауне. Я сижу в парной в тишине 10 минут, расслабляюсь после напряженного дня. И этого достаточно, чтобы побыть наедине с собой. А есть люди, которые проводят в бане час, парятся в несколько заходов».



Сауна в Финляндии – это институция, обладающая собственной мифологией, философией, магией. Это - один из фундаментов идентичности финского характера и культуры. Песни, припевы, поговорки, мифы и мистику сауны ребенок впитывает с рождения. Раньше утверждалось, что финн рождается в сауне, ибо это место, где всегда чисто и постоянно была горячая вода.

Во время войны между СССР, в котором в то время население составляло 180 млн человек, и Финляндией, в которой тогда проживало 3,5 млн человек, в частях финской армии были походные, сборные сауны. Они помогали финским воинам стойко защищать родные земли, выстоять и давали чувство тепла родного дома. Финская сауна победила советские танки. Ни одной походной сауны финны не дали захватить противнику, с гордостью говорили ветераны. Образцы этих саун сейчас хранятся в военных музеях страны.

В штате Миннесота на границе с Канадой, где селились финские переселенцы в XIX веке, возникали целые поселения финнов: там были озера, леса, дичь, что напоминало родные места. Там до сих пор ходят легенды, как во время частых бурь и ураганов все дома американцев разрушались. Финские же дома-срубы и сауны, поднимались в воздух и, после окончания бури, опускались целыми на землю.