

А

Г.Э. Настинова



**ЧАЙ, МОЛОКО
В ЖИЗНИ
КАЛМЫЦКОГО ЭТНОСА**

А

РОССИЙСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ НАУЧНЫЙ ФОНД

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАЛМЫЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Г. Э. Настинова

**ЧАЙ, МОЛОКО
В ЖИЗНИ
КАЛМЫЦКОГО ЭТНОСА**

**Элиста
2014**

ББК 63.5
УДК 392.8 (397.4)
Н 32

Рецензенты:
Долгосурэн Ж.,
доктор филос. наук, профессор (МГУКИ, Улан-Батор)
Цатурян Л.Д.,
доктор мед. наук, профессор (СКФУ, Ставрополь)

Издание осуществлено при финансовой поддержке совместного гранта
Российского гуманитарного научного фонда
и Министерства образования, науки и культуры Монголии
в рамках научно-исследовательского проекта (№13-23-03002):
«Культурная самобытность монголоязычных народов»

Настинова Г.Э.

Н 32 Чай, молоко в жизни калмыцкого этноса. — Элиста: ЗАОр «НПП
«Джангар», 2014. — 128 с.: цв. ил.

Монография написана на основе анализа документальных источников, научных публикаций, периодической печати и воспоминаний. В работе представлен также фактический материал исследований автора. В монографии предпринята попытка рассмотреть отдельные аспекты проблемы традиционного питания калмыцкого этноса, а именно использование чая и молока, с точки зрения нутрициологии. В работе широко используются материалы по этнографии, биологическим и медицинским аспектам использования чая и молочных продуктов в традиционном рационе. При написании книги автор учитывал научность изложения, сбалансированное сочетание фактического и аналитического материала, что позволило наиболее выразительно и полно представить рассматриваемые вопросы.

Издание может быть полезно ученым, специалистам в области истории, этнографии, этнологии, студентам и преподавателям вузов. Представляет интерес для широкого круга читателей, интересующихся историей Калмыкии, вопросами национального питания, здорового образа жизни и долголетия.

В работе представлены фото из личного архива автора монографии, а также из фондов Российского этнографического музея и Национального музея Республики Калмыкии им. Н.Н. Пальмова, находящиеся в свободном доступе.

Выражаю благодарность К.Ц. Эрдни-Горяевой, Н.Б. Бошеву за помощь и консультацию при подготовке данного издания.

ISBN 978-5-94587-600-2

© Настинова Г.Э., 2014

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
Глава I. ОСОБЕННОСТИ ХОЗЯЙСТВЕННО-КУЛЬТУРНОГО ТИПА КАЛМЫЦКОГО ЭТНОСА	8
1.1. Номадизм как особая модель хозяйственно-культурного типа	9
1.2. Периоды и границы этнического пространства калмыков	17
1.3. Система жизнеобеспечения калмыцкого этноса	23
1.4. Историография традиционного питания калмыцкого этноса	38
Глава II. ЧАЙ В ПИТАНИИ КАЛМЫЦКОГО ЭТНОСА	55
2.1. История культурного чая	56
2.2. Чай в России	60
2.3. Обработка чая	64
2.4. Зеленый кирпичный чай и его свойства	65
2.5. Чаепитие и чайная культура калмыков	71
2.6. Биологическая полноценность калмыцкого чаепития	85
Глава III. МОЛОКО И МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ В ПИТАНИИ КАЛМЫЦКОГО ЭТНОСА	92
3.1. Пищевая ценность и химический состав молока и молочных продуктов	92
3.2. Этническое своеобразие молочных продуктов калмыков	97
3.3. Биологическая уникальность базовых молочных продуктов калмыков	112
ЛИТЕРАТУРА И ИСТОЧНИКИ	118

ВВЕДЕНИЕ

Питание – одно из основных и извечных проблем человечества. С этнографической точки зрения, пища – важнейшая неотделимая составная часть материальной культуры разных народов.

В комплексе систем жизнеобеспечения любого народа одно из ключевых мест принадлежит пище, которая составляет самую первую, основную и повседневную витальную потребность человека. Длительное время сохраняются ее национальные формы, а именно: состав блюд; способы заготовки, хранения продуктов, приготовления блюд и их потребления; исторически сложившиеся традиции в характере питания; этническая специфичность пищи; праздничные и обрядовые кушанья; нормы и правила этикета питания; предпочтения и запреты, и многое другое.

Обширная область народного питания до сих пор остается одной из наиболее выразительных сторон бытовой культуры разных народов. Несмотря на смену нескольких социально-экономических формаций, национальное своеобразие ей придают многочисленные и стойко сохраняющиеся на протяжении истории народа традиции.

Еще Лев Гумилев писал в 70-е годы XX века, что «любой этнос максимально адаптирован к кормящему ландшафту». Любой



народ выживает только благодаря адаптированному к природным условиям и сезонам питанию, и даже дневной режим питания решает очень многие проблемы здоровья. Он утверждал, что сохранение оригинальных культур невозможно без сохранения традиционного хозяйственного комплекса – систем жизнеобеспечения, куда входит, соответственно, культура традиционного питания.

Специфика кочевой культуры и та важная роль, которую номады играли в истории не только соседних оседлых народов, но нередко и гораздо более обширных областей земного шара, позволяют некоторым исследователям говорить об особой кочевой цивилизации. Одной из характерных черт этой цивилизации является высокая степень ее адаптированности к условиям окружающей среды, достаточно бережное обращение людей с природой, одушевление и сакрализация природных объектов и явлений. Феномен центрально-азиатского номадизма представляет не только академический интерес. Происходящее в последние 15-20 лет возрождение национальных культур сопровождается попытками восстановления традиционного хозяйства, более гармонично сосуществующего с природной средой. Поэтому внимание исследователей к так называемым «экологическим традициям» кочевников закономерно возрастает.

Основные традиционные особенности пищи калмыков, как представителя монгольских народов, восходят к глубокой древности. Формирование их в первую очередь связано со специфической направленностью хозяйственной деятельности, во многом определяется природными условиями мест обитания этих народов. Кочевой образ жизни монголоязычных народов вызвал необходимость приспосабливать материальную культуру к постоянным передвижениям, благодаря чему возник уникальный тип кочевого жилища – юрта, сформировался мобильный состав стад с преобладанием лошадей

и овец, выработались определенные годовой и суточный хозяйственные циклы, соответствующий этим циклам календарь, специфическая модель питания.

Именно пища – самый устойчивый хранитель национальных традиций, вбирающий самые специфические черты культуры народов.

Пищевой рацион и традиционная модель питания этноса зависят от характера основных видов хозяйства, хозяйственно-культурного типа (ХКТ), который, в свою очередь, в какой-то мере обуславливается исторически сложившейся моделью питания. Развитие промышленности повлекло за собой существенную модернизацию традиционных форм жизнеобеспечения этносов. В процессе урбанизации распространяющаяся городская культура всё чаще диктует некую унифицированную («деэтнизированную») модель питания.

И не случайно изучение традиционных систем питания народов мира привлекает все большее внимание исследователей, не только этнографов, но и специалистов других наук. Изучение традиционной пищи монгольских народов имеет и практическую значимость: для дальнейшего сохранения, изучения и популяризации традиций народной культуры, органичного включения их в современную социокультурную ситуацию.

Необходимость обратиться к традиционному питанию калмыков возникла в надежде, что оно благотворно скажется на здоровье и продолжительности жизни, как отдельных людей, так и этноса в целом. Мы надеемся, что популяризация научных основ традиционного питания калмыцкого этноса принесет пользу и укрепит здоровье людей.

Данная работа посвящена роли чая и молочных продуктов в жизнеобеспечивающей подсистеме культуры питания калмыцкого этноса, имеющей много общего со всеми монголоязычными народами. Имеющаяся в нашем распоряжении

и излагаемая в монографии информация представляет собой результат фактического материала многолетних исследований автора, а также анализа довольно разобщенных материалов по указанной проблеме.

В нашу задачу не входило представление лексикографии наименований традиционного питания калмыков. Лишь в отдельных случаях мы приводим основные термины, представленные Г. Ц. Пюрбеевым в «Толковом словаре традиционного быта калмыков». 1996.

ГЛАВА I.

**ОСОБЕННОСТИ
ХОЗЯЙСТВЕННО-
КУЛЬТУРНОГО ТИПА
КАЛМЫЦКОГО ЭТНОСА**

Каждый народ воспринимает материальный и культурный мир по-своему, специфично, что создает предпосылки для развития этнологии, которая включает в себя отношения этносов к природным ресурсам.

«Этническая экология» – научная дисциплина, формирующаяся на стыке этнографии с экологией человека (социальной экологией) и имеющая зоны перекрытия с этногеографией, этнической демографией и этнической антропологией. Ставя в центр своего внимания, как и общая экология, изучение взаимодействия организма и среды. Этническая экология, как и вся экология человека, учитывает особенности человека как социально-биологического существа, прежде всего, ведущую роль социальных факторов формирования этнопопуляционных групп, важность специфики культуры, являющейся основным средством внебиологической адаптации к среде обитания, огромное значение хозяйственной деятельности в жизнеобеспечении человеческих коллективов и во все растущем преобразующем влиянии на природу».¹

¹ Козлов В.И. Этническая экология. // Этногра-

В современной этноэкологии получает свое развитие, имеющая давнюю историю, идея о связи культуры того или иного народа с географической средой его обитания. Особенно отчетливо географический и климатический детерминизм, предполагающий, что личностные особенности и видение мира непосредственно определяются природными условиями существования монгольских народов, проявляется в системе питания народности. Поэтому большой интерес при рассмотрении культуры питания того или иного народа представляют исторические сведения, где описаны система жизнеобеспечения, процессы адаптации к природной среде, проблемы становления и функционирования хозяйственно-культурных типов и хозяйственных комплексов.

1.1. Номадизм как особая модель хозяйственно-культурного типа

Монголы – один из древнейших народов Центральной Азии, имеющий богатую историю и внесший свой вклад в развитие мировой цивилизации.

У всех монгольских народов была общая древняя культура, своими корнями, уходящая в центрально-азиатскую цивилизацию, ценности которой складывались в течение многих веков.

Современное хозяйственно-культурное разнообразие народов – результат исторического развития хозяйственно-культурных типов. Одни из них восходят ко времени древнего переселения людей – к периодам позднего палеолита, мезолита и неолита, остальные появились позже – в эпоху разложения первобытнообщинного строя и становления раннеклассовых обществ, рабовладения и феодализма.