

УДК 620.2:663.95

ИСТОРИЯ ПОЯВЛЕНИЯ ЧАЯ НА НАШЕМ СТОЛЕ И ЕГО ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА

Александр Сергеевич Рязанцев

студент

Ольга Михайловна Блинникова

кандидат технических наук, заведующий кафедрой

o.blinnikova@yandex.ru

Ирина Михайловна Новикова

кандидат технических наук, доцент

tditv2012@yandex.ru

Мичуринский государственный аграрный университет

г. Мичуринск, Россия

Аннотация. В статье рассматривается история появления чая в России, значение употребления данного напитка в питании для организма человека. Анализ литературных источников по данной теме показывает множество целебных свойств удивительного напитка по названию «чай», который имеет свою интересную историю.

Ключевые слова: чай, напиток, легенда, история, целебные свойства.

Чай - это продукт, приготовленный из сортового чайного листа ручного или механизированного сбора. Его можно назвать самым главным напитком в мире, напитком номер один. Высокие вкусовые качества, изысканный аромат, хорошее стимулирующее и лечебное действие на организм человека нашли признание в разных странах мира. Более двух третей населения земного шара употребляют тот или иной вид чая. Ежедневно население земного шара заваривают около 3 млн. кг. чая [2, 3, 6].

О чае сложены стихи и поэмы, он был предметом особых церемоний. В некоторых уголках земного шара, например, в Японии, этот обычай сохранился до сих пор.

Родиной культурного чайного растения является Китай. Известный всем напиток не всегда так назывался. В сочинениях древних китайских философов он упоминается под разными наименованиями: «ТСЕ», «ТОУ», «ЧУНГ», «МИНГ», а также «ЧА», что переводится как молодой листок [1, 7, 9].

Из Монголии пришло слово «цай», которое стало более привычно для русского слуха. Затем его переименовали в «чай».

Первое дошедшее до нас упоминание о чае относится к 770 году до н.э. В это время о нем писал китайский автор Чжон Гун в своей книге "Эрья". Где-то в III веке н.э. в письме одного из китайских аристократов чай упоминался как заменитель вина [9-10].

«Одна из легенд гласит, что одержимый чаем правитель Хуи Цунг до такой степени увлёкся напитком, что даже не заметил прихода татаро-монголов, уничтоживших его империю. Правда это или вымысел, судить не нам, но совершенно очевидно одно: легенды и мифы никогда не возникают на пустом месте».

Интересный факт: оказывается, чайная культура в России начала свое существование еще раньше, но не все об этом знают. Первыми в России чай попробовали казаки в незапамятные времена, покоряя Сибирское ханство. Скорее всего, это был Бурятский плиточный чай, пришедший в Сибирь из того же Китая [9-13].

В 1567 году казачьим атаманы Петров и Ялышев побывали в Китае, где им удалось, и описать местный напиток. Таким образом, первое в России письменное упоминание о чае относится к середине XVI века [9].

В прошлом Китай и Япония были основными поставщиками чая, но ныне утратили свою главенствующую роль. Сейчас Индия является самым крупным производителем и экспортом чая в мире, где выращивают собственную ассамскую разновидность чайного растения, дающую более ароматный и вкусный чай. В 1870 г. остров Цейлон стал превращаться в чайную плантацию.

Когда-то в России обсуждалось, насколько вредно употребление чая, однако сама жизнь доказала - те, кто любит чай и пьют его много, живут дольше. Известны долгожители Средней Азии, Востока, немало их и в Англии, где чаепитие очень популярно. В настоящее время Англия находится на 1 месте по уровню потребления чая – 2530 г на душу населения в год. Россия же входит в первую десятку стран по потреблению чая – 600 г на душу населения, опережая США – 340 г.

Сейчас в России производство чая незначительно (только в Краснодарском крае), поэтому более 90% потребляемого в нашей стране чая импортируется. Россия является единственным чаепроизводителем в Европе [3-4, 6].

В процессе обработки многие содержащиеся в свежих зеленых листьях вещества изменяют свои качества или вовсе утрачиваются, а вместо них появляются другие. Например, в процессе ферментизации полностью исчезает горький вкус танина и чайный лист обогащается ароматическими соединениями с цветочными и фруктовыми запахами. Еще с незапамятных времен благодаря наблюдательности люди потихоньку начали открывать целительные свойства чая [5].

«Существует одна древняя китайская легенда, которая не хуже реальных исторических событий подтверждает этот факт. Согласно этой легенде, некий буддийский монах, исполнял обряд, не выдержал и заснул, а проснувшись в отчаянии отрезал свои веки и бросил их на землю. На этом месте и вырос первый

чайный куст, из листьев которого китайцы приготовили напиток, придающий необыкновенную бодрость».

Значение слов «бодрость» и «чай» в китайском языке почти одинаково, так как они обозначаются одним иероглифом. С тех пор все монахи начали употреблять чай во время исполнения религиозных ритуалов [9].

Не всякий из нас задумывался, благодаря чему чай так возбуждающе действует на нервную систему. Так вот, происходит это за счет кофеина, который содержится в чайных листьях в очень больших концентрациях (4-5 %). Даже зерна кофе содержат меньше вещества. Но не стоит беспокоиться, это не вредно для здоровья человека. Благодаря кофеину чай положительно отражается на деятельности мозга, повышает умственную активность, поэтому можно пить чай в любых количествах [12].

Чай снимает усталость, стимулирует обмен веществ, нормализует деятельность сердца, кровеносных сосудов, пищеварительной системы [4, 6].

Чай эффективно предотвращает кариес. По результатам исследований, проведенных в Англии, у детей, регулярно пьющих чай, заболеваемость кариесом снижается на 60%.

Можно сказать, что чай – «аптека в стакане», который положительно влияет на все системы нашего организма. Крепкий настой не только прогонял сон, но и помогал отрешиться от ненужных мыслей и сосредоточиться на главном. С этим наверняка связана, и традиция сопровождать чашкой чая сложные и деликатные дипломатические переговоры [9].

Ни в коей мере не заменяя пищи, чай в то же время помогает человеку выдерживать довольно длительное время её недостаток, причём при употреблении чая во время скудного питания не только замедляется потеря массы, но и, главное, в значительной степени сохраняется работоспособность. Это свойство чая – замедлять или уменьшать изнашиваемость человеческого организма – издавна обеспечило ему славу идеального напитка для путешественников, моряков, геологов, охотников и людей других профессий,

которые вынуждены работать в полевых условиях, часто менять обстановку, испытывать физические и нервные нагрузки, перенапряжения.

Современные представления и физиологическом действии чая, и его лечебных свойствах открывают перспективы активного использования чая как оздоровительного средства.

Недавно трудами наших учёных были экспериментально установлены бактерицидные и бактериостатические свойства танина, т. е. способность убивать или подавлять не только бактерии гниения, но и более специфические микробы вроде дизентерийной палочки Флекснера, тифопаратифозных палочек «А», гемолитического золотистого стафилококка и патогенного стрептококка [12, 13].

Чай благоприятно действует на пищеварительный тракт человека также в силу своей способности адсорбировать вредные для организма вещества, поэтому чай не только «очищает» органы пищеварения от микробов, но и выполняет своеобразную химчистку всего содержимого нашего желудка, почек и отчасти печени.

Наконец, другие свойства чайного танина делают чай превосходным профилактическим и лечебным средством от атонии (ослабления тонуса) пищеварительного тракта. В целом чай способствует усвоению пищи, чрезвычайно облегчает процесс пищеварения, создаёт условия для его правильного течения, предотвращая тем самым заболевания пищеварительных органов. Вот почему столь полезно пить чай после еды, особенно после жирной, мясной и тяжёлой пищи спустя некоторое время.

Всем, кто знаком с чайным напитком, приходилось испытывать его воздействие на деятельность мозга. Чай благодаря кофеину снимает головную боль и придаёт душевную бодрость, прогоняет сон и даёт возможность работать ночью, помогает раскрытию творческих сил мозга, увеличивает способность мозга перерабатывать полученные впечатления, располагает к более углубленному и сосредоточенному мышлению. Многие учёные отметили, что именно под влиянием чая творческий процесс идёт лучше, но в то время

внимание человека не рассеивается, как при действии других стимуляторов, например, алкоголя, а, наоборот, с ещё с большей лёгкостью сосредоточивается на определённом вопросе [4, 6, 8].

В результате комплексного положительного действия чая на нервную, дыхательную, сердечно-сосудистую систему и другие внутренние органы создаётся известный «моральный» эффект от чая: после его принятия улучшается общее расположение духа, люди делаются более благодушными и миролюбивыми. Этот эффект также был известен с древнейших времён, и он дал повод к обычаю вести деловые, а особенно дипломатические переговоры за чаем [11, 12].

В заключение следует отметить, что работая над данной темой, мы узнали много полезной и интересной информации о чае. Получается, что чай – это богатейшая аптека, которая в любой момент может прийти на помощь. Правильно употребляя, храня чай, мы можем принести своему здоровью большую пользу. А также, зная ценные свойства чая, можно смело использовать его в быту.

Список литературы:

1. Бармина И. Чай. М.: Издательство Жугульского, 2002. 126 с.
2. Бессмертник В. Чай: целебный напиток, чудесный бальзам. М.: Центрполиграф, 1997. 117 с.
3. Блинникова О.М. Товароведение и экспертиза вкусовых товаров: Учебное пособие. Мичуринск: Изд. МичГАУ, 2007. 234 с.
4. Вытовтов А.А. Товароведение и экспертиза вкусовых товаров: Учебник. М.: НИЦ ИНФРА-М, 2013. 576 с.
5. Вэй Синь У. Энциклопедия целебного чая. СПб: Издательский дом «Нева», 2005. 320 с.
6. Герасимова В.А., Белокурова Е.С., Вытовтов А.А. Товароведение и экспертиза вкусовых товаров: Учебник. СПб.: Питер, 2005. 416 с.

7. Донченко Л.В., Надыкта В.Д. Продукты питания в отечественной и зарубежной истории. М.: ДеЛи принт, 2006. 296 с.

8. Елисеева Л.Г., Родина Т.Г., Рыжакова А.В. Товароведение однородных групп продовольственных товаров: учебник для бакалавров. М.: Дашков и К, 2014. 930 с.

9. Иофина И.О. Чай и кофе: секреты выбора, покупки и употребления. М.: РИПОЛ классик, 2004. 192 с.

10. Любин О.А. Чай. М.: АСТ; СПб.: Сова, 2005. 94 с.

11. Ольшевская, Н. Зелёный чай. М.: АСТ; СПб.: Сова, 2006. 93 с.

12. Похлебкин В.В. Чай. Его типы, свойства, употребление. М.: «Центрполиграф», 1997. 378 с.

13. Похлебкин В.В. Чай. М.: Издательство Э, 2019. 172 с.

UDC 620.2:663.95

THE HISTORY OF THE APPEARANCE OF TEA ON OUR TABLE AND ITS HEALING PROPERTIES

Alexander S. Ryazantsev

student

Olga M. Blinnikova

Candidate of Technical Sciences, Head of the Department

o.blinnikova@yandex.ru

Irina M. Novikova

Candidate of Technical Sciences, Senior Lecturer

tditv2012@yandex.ru

Michurinsk State Agrarian University

Michurinsk, Russia

Annotation. The article discusses the history of the appearance of tea in Russia, the importance of drinking this drink in nutrition for the human body. An analysis of literary sources on this topic shows many healing properties of an amazing drink called "tea", which has its own interesting history.

Key words: tea, drink, legend, history, healing properties.

Статья поступила в редакцию 29.03.2022; одобрена после рецензирования 11.04.2022; принята к публикации 12.05.2022.

The article was submitted 29.03.2022; approved after reviewing 11.04.2022; accepted for publication 12.05.2022.