муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №5»

Проект

# Чайные церемонии в Англии и в России

Выполнила:

Обучающаяся 9б класса

Немцева Анастасия Владимировна

Научный руководитель:

Суворова Наталья Геннадьевна

Торжок 2021г

**ВВЕДЕНИЕ**

Ни для кого не секрет, что в каждой стране есть свои обычаи. Великобритания не исключение. Британцы очень гордятся своими традициями и церемониями. Одна из них – это чайная церемония.

Каждый день англичане выпивают примерно165 миллионов чашек чая. Около 144 000 тонн чая ввозят в страну каждый год. Чайная церемония описана во многих книгах английских авторов: «Алиса в стране чудес» Льюиса Кэрролла, «Мэри Поппинс» Памелы Трэверс и других. В английском языке есть много идиом и шуток, связанных со словом «чай». Например, англичане шутливо говорят, что легче представить Великобританию без королевы, чем без чая. Англичане пьют его, когда холодно, когда жарко, когда они устали, когда они больны. Они говорят, что семь чашек чая разбудят Вас утром, а девять чашек чая уложат Вас спать вечером. Он будет стимулировать вас к работе утором и расслабит Вас днем (Seven cups of tea will wake you up in the morning and nine cups will put you sleep at night. It will stimulate you for work in the morning and it will relax you in the afternoon). Все вышесказанное говорит о том, что чай действительно очень популярен в этой стране.

Жители нашей страны пьют чай тоже на протяжении долгого времени и не могут представить свою жизнь без него. И Англия, и Россия находятся в пятерке стран по потреблению чая на душу населения. Поэтому, нам стало интересно узнать, откуда эта традиция появилась в России и Англии, и есть ли отличия в чайных церемониях в одной и другой странах.

Отсюда, ***цель*** работы: сравнить особенности чайных церемоний в России и Англии.

Для достижения данной цели были поставлены следующие ***задачи*:**

* изучить литературу по изучаемой теме;
* познакомиться с историей появления чая;
* описать особенности чайной церемонии в обеих странах и сравнить их;
* подобрать пословицы и идиомы со словом «чай»;
* описать состав чайного листа и способы проверки его качества.

***Объект***исследования: чайная церемония.

***Предмет*** исследования: особенности чайной церемонии в России и Англии.

***Гипотеза***исследования: традиции чаепития в России и Англии имеют некоторые различия.

***Методы*** исследования: анализ, синтез, сравнение, обобщение, опрос.

***Практическая значимость работы*** заключается в том, что данный материал может быть использован на уроках английского языка и будет интересен и полезен людям, которые интересуются английскими традициями или собираются посетить эту страну.

## 1. История появления чая в Англии

Англия - единственная страна в Европе, где сложилась своя, уникальная традиция чаепития, со своими порядками и правилами. Словосочетание ―Английский чай‖ для многих ассоциируется с качеством, аристократизмом, высшим обществом. Как чаю удалось занять такую позицию в культуре Англии? Каким было историческое шествие чая на родине Шекспира?

[(https://www.liveinternet.ru/users/5936654/post390166923](https://www.liveinternet.ru/users/5936654/post390166923) История появления чая в Англии)

Родиной растения принято считать Китай. Именно здесь выращивали чайные кусты еще в пятом тысячелетии до нашей эры. Сначала чай использовался не для заваривания напитка, а как противоядие. В китайской летописи он был впервые упомянут в 2500 году до н.э.

Долгое время чай запрещалось вывозить из страны, но никакие запреты и закрытые границы не смогли помешать распространению напитка на близлежащие восточные страны. Отдельные смельчаки чай вывозили тайком, рискуя честью и жизнью. И все же продажу чая за границу пришлось разрешить, а точнее говоря – узаконить. Начиная с 5 века и до начала 19 века Китай был единственной страной, поставлявшей чай на Запад. Но сначала экспорт драгоценного напитка охватил Азию: Корею, Японию, покорил Индию и продолжил победное шествие по планете, следуя Великим Шелковым путем через гористый Афганистан в Римскую империю. Чай достиг просвещенной Европы в 17 веке. Чай распространился сначала в

Португалии, затем покорил Голландию и Францию.

(Источник: [http://www.novostioede.ru/article/istorija\_rasprostranenija\_chaja\_v\_mire/)](http://www.novostioede.ru/article/istorija_rasprostranenija_chaja_v_mire/) В Англии чай впервые появился только в середине 17 века. Это было время, когда британцы исследовали мир, привозили с собой товары из других странах и продавали их в Англии. Согласно одним источникам, первым, кто попробовал чай в Англии, был Карл II. В 1664 году одной из индийских компаний ему были подарены сухие листья чайного дерева. Заварив сырье, король был приятно удивлен необычным вкусом и легким ароматом. Через несколько месяцев напиток стали подавать на официальных мероприятиях для аристократов, придворных дам и господ.

Моде пить чай не как лекарство, а для удовольствия Англия обязана жене Чарльза II, португальской принцессе Катерине Брагинской. В качестве приданого она привезла в Англию огромные сундуки с чаем и приучила королевский двор к чаепитию, как светскому времяпрепровождению. (https://infourok.ru/individualniy-proekt-na-temu-tradicii-chaepitiya-v-anglii-irossii-3101498.html)

Согласно другой версии, чай был завезен чуть раньше португальскими поставщиками (в 1659 году). Первым купил чайное сырье Томас Гаравэй, владеющий на окраине лондона кофейней. Он даже дал рекламное объявление, в котором приглашал всех желающих попробовать китайский напиток, который способен излечивать от всех болезней.( https://prochaj.ru/istoriya/anglijskiy-chaj)

Долгое время чай был очень ценным и дорогим напитком, который могли себе позволить только представители высших классов, так как для того, чтобы ввезти в Англию чайные листья, нужно было заплатить огромные налоги. Хранили чай в специальных «чайных сундучках» («caddy»), которые состояли из нескольких отделений для разных сортов чая. Сундучки запирались на ключ, который хранился у хозяйки дома. Чай обычно держали в столовой или гостиной, так как он был дорогим. Богачи также вкладывали деньги в чайные сервизы, чтобы продемонстрировать свое благосостояние.

Обычным людям чай был недоступен еще долгое время.

Источник:<https://prochaj.ru/istoriya/anglijskiy-chaj>© prochaj.ru

Только по прошествии долгого времени было принято решение сделать китайский напиток достоянием общественности. Причиной для этого послужили следующие обстоятельства.

В рабочих поселках имелась проблема антисанитарии. Для того, чтобы хоть немного снизить количество заболеваний, власти стали выдавать антисептик, коим являлся обычный спирт. Естественно, что рабочие стали употреблять его большей частью не наружно, как предусматривалось властями, а внутрь. А нехватка чистой питьевой воды способствовала еще более частому употреблению напитка. В результате, к двум проблемам (антисанитарии и дефицита воды) добавилась третья, проблема алкоголизма. Это привело к падению производительности труда, снижению количества продукции и, соответственно, доходов государства. Такое положение дел заставило правительство Англии искать пути выхода из сложившейся ситуации. Тогдато и предложил кто-то приучить народ к китайскому напитку.

(https://chayguru.info/etnicheskij-chaj/chaj-po-anglijski-osobennostiprigotovlenie-luchshie-retsepty)

Любопытно, что чай появился сначала в кофейнях. Сначала это был зеленый чай, который можно было приобрести наряду с кофе, табаком и шоколадом. Там он стал настолько популярен, что к 1700 году появилось свыше 500 таких кофеен. В 18 веке появились первые чайные магазины, а чай стал потихоньку проникать во все британские классы. В напиток стали добавлять сахар и молоко, что сильно повысило его популярность среди различных слоев населения.. Цены на данные продукты постепенно снижались, что позволило среднему классу употреблять все больше и больше чая, что опять же повысило спрос. Вместе с употреблением чая «средний класс» стал перенимать традиции высших классов, а также их манеры. Появилась так называемая чайная культура. На протяжении 18 века чай проникал из среды буржуазии и мелких предпринимателей в рабочие кварталы. Скоро он стал частью традиционного английского питания. В 19 веке чай могли себе позволить даже бездомные. Чай подходил всем и стал универсальным напитком.

(https://pikabu.ru/story/o\_kulture\_chaepitiya\_v\_anglii\_i\_o\_chae\_v\_obshchem\_655 3853)

## 2. История появления чая в России

Документальная история русского чая начинается 5 сентября 1638 года, когда русский царь Михаил Федорович Романов направил своих послов с богатыми дарами к монгольскому Алтан-хану. Тот встретил их с почестями и за званым обедом поил терпким горьковатым напитком, называемым чаем. Провожая русских посланников, хан подарил русскому царю 200 пакетиков с надписью «бах-ча». Возвратившись в Москву, послы вручили царю пакеты с сушеными листьями, ссылаясь на утверждение монголов об их целебной силе. Лекарь попробовал отвар на больном придворном, который подтвердил, что ему полегчало. Вот и стали лечить этим питьем царя и его приближенных. А потом чай настолько пришелся по вкусу, что его пристрастились пить в царских хоромах и богатых домах каждый день. (журнал)Известно, что второй царь из Романовых, Алексей Михайлович, в январе 1665 года, простудившись, лечился заваренным чаем. В конце XVII века чай уже продавался в аптеках Москвы именно как лекарство и тонизирующее средство.

В 1689 году Россия заключила первый договор с Китаем, из Москвы в Пекин стали отправляться казѐнные караваны с пушниной, которую меняли на товары Поднебесной, в том числе на чай. Систематическая караванная торговля с самым тогда населенным и богатым государством мира рассматривалась в Москве как важнейший источник дохода государственной казны. Уже к концу царствования Петра I из Китая в Россию ввозилось примерно 3 тысячи пудов (48 тонн) чая ежегодно.

В 1727 году Россия и Китай подписали соглашение о беспошлинной пограничной торговле. К концу столетия чай прочно вошел в быт верхних слоѐв русского общества, дворянства и купечества. В начале царствования Александра I самые дорогие сорта чая продавались в России по цене 10-12 рублей ассигнациями за фунт – то есть полкило китайских листьев стоило как две-три крестьянских коровы.

Широкие слои народа приучились пить чай сначала в городах Сибири, затем в поселениях Поволжья и Москве. Как писал один очевидцев начала XIX века: *«Другие города, строго преданные дедовским обычаям, нескоро знакомились с роскошью, довольствовались сбитнем, отваром мяты, липового цвета или другой какой скромной доморощенной травы с медом.*

*Петербург пробавлялся кофеем, а Москва деятельно пристращалась к чаю».* 31 декабря 1821 года выходит императорский указ Александра I «О дозволении производить продажу чая в трактирных разного рода заведениях с 7 часов утра до 12 часов пополудни и держать в ресторациях чай». С этого момента в крупных городах страны, особенно в Москве, начинается настоящий бум чайных и чайного потребления.

В 1840 году в Москве насчитывается уже 46 специализированных чайных магазинов. В 1842 году в Россию ввезено чая 6 миллионов фунтов, т.е. почти две с половиной тысячи тонн. Уже к 1846 году в Москве работает более 200 чайных трактиров.

Именно Москва становится проводником и рассадником моды на чай в остальной России, а царствование императора Николая I становится временем, когда чай пьют уже все слои русского населения – от богатейшей аристократии до беднейшего крестьянства. [(https://teaway.ru/blog/istiria/istoriya/](https://teaway.ru/blog/istiria/istoriya/) История чая в России).

Для чая на Руси существовали специальные коробочки, которые назывались бахча. Из них насыпали чай в самовар и пили ароматный свежий чай.

## 3. Чайные традиции в Англии

Для англичан чай имеет такую же огромную роль, как кодекс самурая для японцев. Чай всегда присутствует в каждом доме, кроме того в любом доме вы встретите несколько сортов чая: черный чай, зеленый чай, чай из трав. В британском обществе чаепитие включено в распорядок дня и имеет свои характерные особенности.

Согласно английским обычаям чай пьют несколько раз в день:

**1 и 2 раз:** Утро всегда начинается с чашки крепкого, богатого кофеином чая, который имеет название «English Breakfast Tea» или «Английский завтрак». Сперва его пьют, чтобы взбодриться и проснуться, в промежутке времени между 6-7 утра, а потом уже за первым завтраком (около восьми утра), при этом добавляя в него молоко.

**3-й раз:** Приблизительно в полдень у англичан наступает ланч. Это следующий прием пищи, который также не обходится без чаепития. Во время ланча принято пить «English Tea №1» или «Английский чай №1». Это сочетание кенийских сортов и цейлонских листьев. Чаепитие по-английски – это не только аромат и вкус бодрости чая, но и богатство стола, здесь множество разнообразных закусок: и бисквиты, и хлеб, и сваренные вкрутую яйца, и сливочное масло, и тосты с корицей, и ячменные лепешки, а также джем, миндальное печенье, сладкие и душистые тартинки, желе и сдобные булочки.

**4-й раз:** Четвертое чаепитие у британцев наступает довольно поздно. Посреди рабочего дня делается перерыв, который и получил одноименное название «tea break» или «небольшой перерыв на чай»

[(https://daochai.ru/blog/kultura-chaepitija/english-tea.html)](https://daochai.ru/blog/kultura-chaepitija/english-tea.html).

**5-й раз:** В промежутке между четырьмя и пятью часами наступает всемирно известный «five-o’clock tea» или по-другому «English Afternoon Tea» («Английский полдник»). Обычно к чаю подают хлеб, масло, сэндвичи с огурцами или лососем, а также пирожные и сконы со сливками. Говорят, что появление «Afternoon Tea» связано с именем герцогини Анны Бедфордской Седьмой. В начале 1800-х годов у нее появилась мысль восполнить большой промежуток времени между ланчем в 12:00 и ужином в 20:00 еще одним приемом пищи (который впоследствии назвали «Английским полдником»), чтобы утолить голод чашкой ароматного напитка.

«Cream tea» похож на «Afternoon Tea», но к нему не подают сэндвичи и пирожные. На стол обычно ставят свежевыпеченные фруктовые сконы, масло и земляничный джем.

**6-й раз:** Около 19-20 часов после работы приходит время так называемого «высокого чая» («high tea»). Он больше напоминает типичный ужин, так как к нему подают пироги с мясом, рыбу, колбаски, тушеные овощи, запеченное мясо. Овощные блюда, такие как запеченный картофель, вареная кукуруза и зеленый горошек подают в качестве гарнира. Кроме того, не обходится без десерта: фруктовых пирогов, шоколадных пирожных и т. д. Во время такого чаепития в доме создается ощущение уюта и отличного настроения. Самый лучший для такого времяпрепровождения сорт Earl Grey Tea («Эрл Грей»). Перед тем, как отправиться спать, англичане могут выпить кружку чая, следуя своим предпочтениям, но этот чай уже не должен содержать кофеин. Таким образом, англичане пьют чай утром и в течение всего дня, так как они полагают, что он освежает их и делает здоровыми.

Чаепитие – это не только церемония в Англии, но и произведение искусства. Оно подразумевает не только утонченное сочетание скатерти, салфеток, цветов в вазе и чайного сервиза, но и определенную манеру поведения и ведения беседы. Традиционно английское чаепитие протекает возле камина в атмосфере домашнего уюта и тепла. Сам стол сервируется так, чтобы каждый мог расслабиться и получать удовольствие от мероприятия. Его накрывают белой скатертью, ставят чайные пары – это кружка с блюдцем, чайник с одним видом чая или несколько чайников с различными сортами чая, чайник с кипятком, сахарницу, молочник и ситечко, а также подставку под него. Чайный сервиз стараются ставить белый. Это так называемый «Posh tea», т.е. «дорогой чай». Согласно статистике, 98% англичан пьют чай с молоком. Трудно сказать, откуда пришла эта традиция. Возможно, она зародилась в 17 веке, когда люди наливали чай в хрупкие фарфоровые чашки, которые были очень дорогими. И чтобы не разбить их, англичане сначала наливали в них теплое молоко и только потом горячий чай. Но в китайский черный чай и в зеленый чай молоко обычно не добавляют. В противовес этому в эти напитки любят добавлять лимон, который нарезают дольками и подают на тарелочке, ведь он делает вкус более мягким и приятным. (https://daochai.ru/blog/kulturachaepitija/english-tea.html)

Англичане также пьют «Builder's tea» или «Чай строителя», когда они на работе или спешат. Такой чай пьют из кружек, на которых очень часто можно увидеть какие-нибудь забавные надписи. В этом случае используются чайные пакетики, много сахара, и к напитку подают сухое печенье. Для проведения настоящей чайной церемонии необходимо соблюдать несколько правил. Сконы, сэндвичи, пирожные и печенье – все угощения раскладывают на традиционной трехъярусной «этажерке». На нижнем уровне выкладывают сэндвичи, на среднем – сконы, а на верхнем — пирожные или печенье.

Чаепитие может проходить как за высоким, так и за низким столиком. Если чай пьют за низким столиком навесу, то блюдце держат в левой руке на уровне груди, чашку в правой, при этом указательный палец не проходит в ушко, а мизинец не «оттопырен» — это дурной тон. Если чаепитие проходит за высоким столом, блюдце находится на столе.

В английском этикете чай размешивают ложкой осторожными движениями по прямой линии. Эти движения называются 12-6-12-6. Можно представить, что чашка — это циферблат часов, и ложечку необходимо вначале вести к цифре 12, а потом к цифре 6. Проделывать это можно 3-4 раза, стараясь не стучать. Когда чай размешан, ложку нужно вынуть из чашки и буквально одним-двумя движениями стряхнуть капли в чашку. Далее ложку кладут за чашку на блюдце таким образом, чтобы ручка оказалась с правой стороны. Чай пьют небольшими глотками, бесшумно.

Трапезу на английском чаепитии начинают с нижнего яруса этажерки и постепенно движутся к верхнему. Сэндвичи поднимают щипцами, перекладывают на свою тарелку, берут руками и едят в несколько укусов, не используя приборы. Сконы можно сразу брать руками и разламывать, не используя приборы. Джем и сливки принято класть на свою тарелку сервировочными ложками. На край одной половинки наносят сливки, затем джем (или в обратном порядке) и откусывают от нее. Разломленный скон нельзя намазывать целиком, делая из него сэндвич. Пирожные едят десертной вилкой в правой руке. Английское чаепитие никогда не проходит в полной тишине. (https://www.westwing.ru/zhurnal/obraz-zhizni/anglijskoe-

chaepitie-sekrety-tradici/)

## 4. Чайные традиции в России

Русское чаепитие у многих ассоциируется с блестящим самоваром, обилием сладостей и выпечки на столе. Гостеприимность русского народа, широта души, не позволяет подавать гостям только чай. Для дорогих гостей к чаю подаются и ароматные плюшки, и варенье, и пироги.

Как только чай прочно вошел в жизнь высших слоев общества, начали формироваться традиции чаепития на Руси. В купеческих семьях было принято пить чай из блюдечек, считалось, что так он быстрее остывает. Гостей стали приглашать на чашечку чая. Конечно, чашечкой никто не обходился. На стол ставили начищенный до блеска самовар, выставляли лакомства, и за душевной беседой чаепитие на Руси продолжалось несколько часов. За чайным столом не разрешалось курить, петь, было не принято громко смеяться, разговаривать, спорить. Тяжелые темы за столом не поднимались. Все было чинно и спокойно. Можно было тихо общаться, читать, разгадывать шарады.

Чай в доме разливала хозяйка. За столом было самое почетное место — под образами, туда садились хозяева или оно отводилось самым дорогим гостям. Чашки чая гостям передавались со словами «На здоровье», в ответ получали «Благодарю». Дети были полноправными членами чайной церемонии, только они должны были соблюдать правила: не толкаться, не болтать, не перебивать старших. Они должны были учиться вести себя степенно.

Чаепитие в России трудно себе представить без некоторых вещей:

1. Самовар. Он является главной фигурой на столе. Пузатый, начищенный до блеска. Когда-то его раздували при помощи сапога, потом он стал электрическим, но так и остался самым важным элементом чайного застолья.
2. Заварочный чайник с куклой-грелкой. Чайные листья насыпали в маленький заварочный чайник, а сверху надевали тряпичную куклу, которая исполняла роль грелки для распаривания чая. Полученную заварку разливали по чашкам и разбавляли кипятком. Каждый мог выбрать крепость напитка.
3. Посуда. В зажиточных домах использовалась фарфоровая посуда для чаепитий. В домах бедняков пили из того, что было в доме. В советские годы чай стали пить из стаканов. Главным изобретением того времени стал подстаканник. Он позволял не обжечь руки, наслаждаясь горячим напитком из стакана. Подстаканники изготавливали из медно-никелевого сплава для обычного люда и из серебра для людей побогаче. Особое распространение подстаканники получили на российской железной дороге. До сих пор чай в поездах подается в таких стаканах.
4. Сладости. Подают к чаю варенье, джем, конфеты, сдобные изделия. Обязательно подается сахар в вазочке, чтобы каждый мог положить в чашку столько, сколько нужно, используя при этом свою чайную ложечку. Хотя раньше сахар был только кусковым, специальными щипчиками его кололи на маленькие кусочки, каждый брал такой кусочек, обмакивал в чай и ел, запивая чаем. Такая церемония называлась «пить чай вприкуску». В особо бедных семьях чай пили «вприглядку», только посматривая на вазочку с сахаром, поскольку он был доступен только по праздникам.

Каждое сословие на Руси неоднозначно относилось к чаю, поэтому традиции чаепития складывались у них по-разному.

## *Дворянское чаепитие*

Дворяне одними из первых начали пить чай. Они копировали обычаи, принятые у англичан. В дворянских семьях к чаю стол накрывался два раза в день, обязательно покрывали стол белой скатертью. На столе присутствовала дорогая фарфоровая посуда, чтобы подчеркнуть изысканность церемонии. Часто чай пили на открытых летних террасах. За чаем гости общались на утонченные темы.

## *Чаепитие у помещиков и купцов*

Культура чаепития у этих сословий известна всем. Это чаепитие с самоваром и большим количеством еды, так, чтобы стол ломился от пирогов, пирожков, кренделей, бубликов и баранок. Чаепитие представляло собой фееричное зрелище без намека на дворянскую изысканность. Стол накрывали цветастой скатертью, старались показать всю свою роскошь. Пили чай из блюдечка, вприкуску с сахаром, да калачами. Считалось, что за таким богатым столом купцы проводили по несколько часов, общались, заключали сделки, выпивали по 20 чашек чая.

## *Простой народ и чай*

До революции не в каждой семьей был самовар, а о настоящем чае и помышлять люд не думал, дорогой он был. Заваривали травяные чаи из мяты, зверобоя, иван-чая, душицы. Очень популярен был сбитень на основе пряностей и меда. Пили квас, приготовленный на ржаных корочках. После 1917 года чай стал доступнее, но по-прежнему простые люди экономили, заваривая чай, они разбавляли заварку до бледно-желтого цвета.

Чтобы не выглядеть полной невеждой на русском чаепитии, нужно знать и придерживаться определенных правил

* Нужно следить, чтобы края чайной чашки оставались чистыми, не допускается оставлять на ней следы помады, жирной пищи.

Необходимо перед началом чаепития промокнуть губы салфеткой.

* Бисквиты, которые часто подают к чаю, нужно есть ложечкой. Если подан песочный или слоеный торт, необходимо использовать вилку и нож. С помощью этих приборов едят и пироги со сладкой начинкой. Ножом аккуратно отрезают небольшой кусочек, с помощью вилки отправляют его в рот. Пирожные едят ложечкой.
* Если к чаю подан сахар-рафинад в общей вазочке, необходимо использовать специальные щипцы, с помощью которых необходимое количество кусочков можно положить себе в чай или на блюдце.
* Раньше, чтобы показать, что чаепитие окончено, гость переворачивал свою чашку на блюдце. Сейчас можно просто положить ложечку в чашку, это воспримется хозяином, как отказ от чая.
* Не следует дуть на чай, даже, если он очень горячий. Тем более что нельзя пить чай из ложечки, это признак дурного тона. Пройдет всего несколько минут, и чай остынет, нужно просто немного подождать.
* В купеческих домах пили чай из блюдечек, но сейчас эта традиция ушла в историю, поэтому так делать за столом не нужно.
* Чайную ложку после размешивания чая не следует оставлять в чашке или класть на скатерть, для этого есть блюдце.
* Не стоит оттопыривать мизинец, держа чайную чашечку.
* Чайная чашка всегда подносится ко рту, наклоняться, чтобы отхлебнуть глоток, не нужно.
* Пить чай нужно беззвучно, громкие прихлебывания, чавканье неуместно.

https://chayexpert.ru/chay/russkoe-chaepitie.html

### 5. Чай и его влияние на здоровье человека

Что же делало и делает чай таким популярным напитком во многих странах? Все дело в том, что он обладает многочисленными полезными для здоровья эффектами: нормализует сахар в крови, удерживает в рамках гормоны стресса и депрессии, и, на самом деле, помогает безопасному и здоровому сну в ночное время. Чай — одна из причин, почему китайцы жили и живут так долго.

Рассмотрим составляющие чайного листа. Созревший чайный лист весьма сложен по своему химическому составу, но есть среди них «три кита», определяющие основные качества сырья – кофеин, танин, эфирные масла. От этих трех слагаемых зависят главные достоинства чайного напитка – бодрость, вкус, аромат.

*Теин (кофеин)* положительно действует не только на нервную систему, но и на мышечную – в малочисленных дозах снимает сонливость и усталость, повышает общую работоспособность, стимулирует сердечную деятельность, ускоряет обмен веществ, является натуральным антидепрессантом. *Танин* придает напитку специфическую терпкость, укрепляет стенки кровеносных сосудов, снижает риск возникновения атеросклероза, тромбоза, инфарктов и инсультов, благоприятно влияет на уровень сахара в крови, обладает антибактериальным свойством, губителен для паратифозных бактерий.

*Эфирные масла* же издавна подрывали здоровье людей. Рабочие, постоянно находившиеся в помещениях, где обрабатывался чайный лист, часто страдали от головокружения и головных болей. Источником этих недугов были эфирные масла, но именно они придают напитку своеобразный и неповторимый аромат.

Качественный чай отличается особенным ароматом и полезен для здоровья. Но как среди множества разных сортов чая определить натуральный чай высокого качества?

Для проверки чая в домашних условиях можно прибегнуть к простому эксперименту. Если натуральный чай поместить в холодную воду, то он даже после многочасового простоя не заварится. Вода будет оставаться прозрачной или слегка изменит цвет.

Если же чай заваривается в холодной воде, то это 100% использование красителей в его составе. Такой чай не только подделка, но и вещество опасное для здоровья.

Также проверить качество натуральных чайных листьев можно с помощью молока, добавив его в чашечку с заваренным чаем. Напиток, приготовленный из высококачественных чайных листиков, окрасится в розовый или оранжевый цвет. Если же при приготовлении чайного напитка использовалось сырьѐ низкого качества, тогда он приобретѐт грязно-бежевый оттенок. [https://www.matsestatea.ru/all-about-tea/how-to-determine-the-qualityof-tea/](https://www.matsestatea.ru/all-about-tea/how-to-determine-the-quality-of-tea/)

Чтобы сохранить полезные качества чая необходимо соблюдать следующие рекомендации при его приготовлении:

* Для заварки используют только чистую питьевую воду.
* Англичане не разбавляют чай кипятком. Поэтому заваривать нужно сразу такое количество, чтобы хватило на всех присутствующих.
* Напиток должен настояться минут 5. За это время сухой чайный лист отдаст весь свой вкус и аромат. Заваривать дольше не стоит, так как чай станет невкусным. А чтобы за время настаивания чай не остыл, чайник ставят на водяную баню.
* Насыпают сухую заварку с помощью специальной ложечки.
* Прежде чем заваривать чай, посуду, предназначенную для этого, прогревают кипятком.
* Англичане никогда не станут заваривать уже использованный чай во второй раз.
* Для чаепития предпочтительно использовать фарфоровую посуду.
* Сначала в чашку наливают молоко, затем в него добавляют заварку.
* Когда чай разливают из общего заварочного чайника, на каждую чашку устанавливается ситечко для процеживания.
* Если чай заваривается чай из пакетиков, то их кладут в каждую чашку, заливают кипятком, настаивают, а перед употреблением вынимают.



### 6. Пословицы и идиомы со словом «чай»

Чай настолько популярный напиток, что в разных языках существует много пословиц, поговорок и идиом с эти словом. Вот лишь некоторые из них:

**Английские чайные пословицы и поговорки**

Not smb.'s cup of tea - "не его чашка чаю" - не входить в чью-либо сферу интереса

To take tea with smb. - "пить чай с кем-либо" - иметь с кем-либо отношения, вести с кем-либо дела

Нusband's tea - "мужнин чай" - очень слабый чай, "водичка"

Not... for all the tea in China - "ни за весь чай Китая" - ни за что на свете; "ни за какие коврижки"

Read the tea leaves. - "Читать по чайным листьям" - предсказывать наобум,

"гадать на кофейной гуще"

Kiss the cup – пригубить чашку (шутл.)

One’s cup of tea - увлечение

Seven cups of tea make you up in the morning; nine cups will put you to sleep at night. - Семь чашек чая заставят тебя проснуться утром, девять чашек - усыпят тебя вечером.

If you are hot, tea will cool you off, and if you are cold, it will warm you up. -

Если тебе жарко, чай остудит тебя, если ты замерз, он согреет тебя.

Tea must be strong, hot, and sweet like woman’s kiss. -

Чай должен быть крепким, горячим и сладким, как поцелуй женщины.

**Русские пословицы и поговорки о чае**

* Чай пить — не дрова рубить.
* Горячая вода не мутит ума.
* По чаям ходить — добру не быть.
* Такой чай, что сквозь него Москву видно.
* Утром чай, в обед чаек, вечером чаище.
* Чай — не водка, много не выпьешь.
* Чай не пил, какая сила, чай попил, куда девать!
* Чай пить, не дрова рубить!
* Пусть чай извозчики пьют, а нам что покрепче.
* Чай бодрит — вино дурит.
* Господа балуются кофейком, а мы чайком.
* Приходите на чай, не обеднеем, чай.
* Чаю накачаю, кофею нагрохаю.
* К самовару приглашаем со своим сахаром и чаем.
* Нету чаю — не скучаем, кипяточком угощаем.
* Чай, примечай, куда чайки летят

# ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучив обширный материал из разных источников информации по теме работы, мы описали и сравнили особенности традиций чаепития в Англии и России.

Во-первых, мы изучили и описали историю чаепития в двух странах: когда чай впервые был привезен в Англию и Россию, как проходило знакомство жителей с этим чудесным напитком, какова была судьба чая в двух странах на протяжении нескольких веков. Так, мы выяснили, что в Англию чай впервые попал в 17 веке, а в Россию– в 16-ом.

Таким образом, традиции чаепития как в Англии, так и в России насчитывают не одну сотню лет, однако, как оказалось, история знакомства двух народов с чаем, а также судьба этого любимого всеми напитка на протяжении времени различна.

Во-вторых, мы изучили и сравнили особенности традиционного чаепития в Англии и России, а именно: значение, которое имеет чаепитие для англичан и русских, смысл, который в него вкладывают оба народа, что должно непременно находиться на столе и почему, чем традиционно угощают хозяева своих гостей и т. д. Проанализировав изученный материал, можно сделать следующие выводы в сходстве и различии чайных традиций:

**Сходство:**

*Составляющие чайной церемонии:*

* Выпечка: печенье, пирожки и пирожное.
* Сладости: конфеты, сахар.

Для лучшего заваривания чая и медленного остывания в Англии используется чехольчик-tea-cosy, родственник русской «чайной бабы» - «грелки» из плотного материала.

**Различия:**

* Англичане и русские по-разному понимают значение чаепития. Так, в России чаепитие – это прежде всего форма общения людей, чайный стол объединяет всех присутствующих. Во время чаепития в России не принято молчать, люди должны общаться, обмениваться мнениями, делиться новостями, отдыхать и радоваться. Важна атмосфера душевности и непринужденности. В Англии же прежде всего важен стиль: то, как накрыт стол, как подан чай, как разговаривают люди, важна и обстановка дома в целом. Главное в английском чаепитии – это произвести хорошее впечатление, показать, что дом уважаемый и приличный.
* По-разному проходит в России и Англии само чаепитие. Так, различается сервировка чайного стола. Например, непременным атрибутом русского чаепития в отличие от английского всегда был самовар. Без него сложно представить себе настоящее чаепитие по-русски. Различна и традиционная форма чайного сервиза: в Англии предпочитают вытянутые формы, а в России больше любят пить чай из «*пузатых*» чашек. В России часто пьют чай из стакана в подстаканнике, тогда как в Англии такой предмет чайного стола отсутствует.
* Существуют различия в сортах чая, подаваемых к русскому и английскому чайному столу. В России традиционно пьют черный чай, а в Англии, согласно чайному этикету, непременно нужно предложить гостю несколько сортов чая на выбор.

Обязательное правило для англичан - для каждого времени существует свой сорт чая:

* English Breakfast и Irish Breakfast на завтрак;
* English Tea №1 из верхних листочков днѐм;
* English Afternoon (Английский полдник – файф-о-клок).

Ear l Grey или Darjeeling («Дарджилинг») для вечернего стола;

Традиционный чай также различен. В Англии принято пить так называемый «белый» чай, т. е. чай с молоком (причем сначала в чашку нужно налить молоко и только потом – чай), в России же молоко не добавляют, предпочитая класть в чай ломтик лимона.

Имеет свои неповторимые особенности и угощение, подаваемое к чаю в Англии и России. В целом, английский чайный стол весьма сдержан на угощение по сравнению с русским чайным столом, который, как правило, «*ломится*» от всевозможных угощений, что говорит о широкой русской душе.

Особенностью русского чаепития является так называемая «*двухчайниковая*» заварка, когда заварка разливается из заварочного чайника по чашкам, а затем разбавляется кипятком из другого чайника. В Англии такой способ заваривания чая отсутствует.

Таким образом, несмотря на то, что чаепитие – это питье чая, традиции чаепития в Англии и России имеют свою историю и свои неповторимые особенности.

Источник:<http://kivahan.ru/26-faktov-o-chae/>