

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ДЗ «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ К. Д. УШИНСЬКОГО»

Рада молодих учених та спеціалістів

І С Т О Р І О С Ф Е Р А

Матеріали Вісімнадцятої наукової конференції
викладачів, здобувачів вищої освіти та молодих учених
Південноукраїнського національного педагогічного університету
імені К. Д. Ушинського

Одеса
2023

УДК 300.3+301+930.1; 911.3 (477.74).

Історіосфера. Матеріали Вісімнадцятої наукової конференції викладачів, здобувачів вищої освіти та молодих учених Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського. — Одеса : Ун-т Ушинського, 7–8 квітня 2023 р. — 124 с.

*Рекомендовано до друку
рішенням Вченої ради
Південноукраїнського національного
педагогічного університету імені К. Д. Ушинського*

Протокол № 9 від 30 березня 2023 р.

ISBN 966-7965-01-5

© Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського

Позиція авторів може не співпадати з думкою редакційної колегії.

Відповідальний редактор —
д. філос. н., проф. **Ю. А. Добролюбська**

Редакційна колегія:

- д. філос. н., проф. **Є. Р. Борінштейн** (Ун-т Ушинського);
д. іст. н., проф. **А. О. Добролюбський** (Ун-т Ушинського);
д. іст. н., проф. **С. В. Іванова** (Інститут археології НАН України);
д. іст. н., проф. **А. В. Красножон** (Ун-т Ушинського);
к. іст. н., доц. **О. Є. Ліхачова** (Ун-т Ушинського);
д. філос. н., доц. **В. В. Окорокова** (Ун-т Ушинського);
д. іст. н., проф. **В. А. Савченко** (Ун-т Ушинського);
д. філос. н., доц. **З. М. Агаманюк** (Ун-т Ушинського);
к. іст. н., доц. **О. М. Присяжнюк** (Ун-т Ушинського).

9. Sommerfeld J. Medical Anthropology and Infectious Disease Control. *Tropical Medicine and International Health*. 1998. Vol. 3. P. 993–995.
10. Wolf A. Morality and Indigenous Concepts of Sexually Transmitted Diseases. *Africa Spectrum*. 2001. Vol. 36(1). P. 97–107.

Бровченко Я. В.

Кулінарна філософія Японії

Японська кухня розвивалася під впливом харчових звичаїв інших народів, але прийняла та вдосконалила їх, щоб створити свій власний унікальний стиль приготування їжі та звички харчування. Японці відомі тим, що використовують тільки дуже свіжі інгредієнти для приготування їжі, які купуються в той же день, коли вони будуть приготовлені. Довголіття населення Японії та низький рівень серцево-судинних захворювань пов'язані у тому числі зі здоровим харчуванням. Дослідження досвіду Японії є цікавим з точки зору культурного аспекту, а також важливим для зростання здорових націй інших країн.

Метою статті є спроба теоретично проаналізувати традиційну кухню Японії як частину її життєвої філософії.

Японія залишається однією із найзагадковіших країн Сходу, незважаючи на те, що інтерес до неї не згасає вже давно. Філософія Японії — предмет довгого вивчення сходознавців. У багатьох Японія асоціюється з імператорською владою, самураями, згуртованістю та колективізмом самих японців, різними релігійними течіями від синтоїзму до буддизму [1, с. 122]. І це вірно — всі перераховані вище аспекти формують японську філософію.

Протягом усієї історії Японія потрапляла під вплив континентальної, зокрема, китайської культури, що охоплювала багато сфер життя японського суспільства. У той же час тривалі періоди ізоляції сприяли засвоєнню та осмисленню запозиченого, трансформації його на власний лад та подальшому вдосконаленню.

У сучасній Японії з великою увагою ставляться до традицій, далекого минулого, до пам'ятників старовини. Зокрема, незмінно важливим для японця залишається почуття приналежності до певної соціальної групи (родина, студентська група, робочий колектив) та відповідальності перед нею. Японці — люди ґрунтовні та врівноважені, що проявляється і у відношенні до їжі. Основа кулінарної філософії — лише здорова їжа, причому мінімально оброблена: мають зберегтися корисні властивості та неповторний початковий смак продукту.

Стверджують, що кухні Японії понад 2500 років. Саме тоді, згідно з легендою, бог Інарісама приніс у країну сакури та хризантем рис. Злак одразу ж сподобався місцевим жителям. Японці вважали, що рис, як і людина, має душу, а той, хто поставиться до нього зневажливо, отримає у відповідь різні життєві неприємності. Рис не лише вирощували та вживали в їжу, а й використовували як гроші. Рисом винагороджували самураїв до XIX століття, його запаси говорили про рівень добробуту людини. Зберігався рис у спеціальних коморах — окура. До речі, і сьогодні Міністерство фінансів Японії називають Окурасе, або Міністерство комор [3, с. 67]. Саме самураї запровадили і правила поведінки за столом, завдяки чому вміння правильно їсти перейшло в розряд цілого мистецтва. Звичайно, згодом багато елементів спростилося, проте й сьогодні трапеза в Японії — це ритуал, заснований на дотриманні безлічі традицій. Тут знову ж таки підхід надзвичайно філософський. На чолі — вияв взаємної поваги між господарем та гостями.

Треба визнати, що правила поведінки за столом у Японії сильно змінилися з початку реставрації Мейдзі у 1867 році. І продовжують змінюватись, залишаючи традиційному устрою все менше простору. І все ж таки корисно знати деякі основи традиційного японського етикету за столом. На офіційних обідах сидіти необхідно на колінах із прямою спиною, ноги підібрані під себе. Ця поза називається «сейдза» [4, с. 28].

За столом користуються паличками для їжі «хасі». Їх кладуть на підставку «хасіоки», яка, у свою чергу, розміщується на підносі праворуч від гостя. Традиція забороняє паличками малювати, показувати на що-небудь, колупатися і вибирати шматочок смачніше, наколювати на палички їжу, передавати шматок іншій людині, втикати в рис. Згідно з легендою, почесні громадяни в імператорському палаці, що знаходиться в Китаї, використовували для їжі палички з срібла, проте потім було з'ясовано, що це небезпечно. Тим часом використання паличок — це ціла наука, що має масу тонкощів.

Починається трапеза з подачі гарячої вологої серветки «осиборі», щоб витерти руки. Далі всі кажуть: «Ітадакімас». Фраза вислобне подяку за трапезу (у тому числі й тим, хто виростив їжу, доставив її в магазин, приготував, загалом усім учасникам цього процесу). При цьому важливо вклонитися. Першим починає трапезу господар будинку чи людина, яка запросила до ресторану. Зазвичай спочатку подають рис і суп, без рису взагалі зрідка обходиться трапеза. Суп треба випити з миски, що лишилося — дістати паличками. Якщо п'ють алкоголь, то на початку застілля говориться один тост — Кампай! Що у перекладі означає «до дна». Далі треба підливати сусідам по столу, але не собі [2, с. 41].

У Японії їжу можна брати руками (але лише чоловікам, жінки завжди їдять паличками), а отже, руки мають бути ідеально чистими, як, втім, й думки. Страви виставляються всі відразу: морепродукти посередині, ліворуч рис, праворуч суп, навколо салати. Причому порції невеликі. Тут діє, з одного боку, принцип помірності: переїдання і шлунку шкодить, і знову ж таки відводить думки від важливого до миттєвого; з іншого — принцип різноманітності: можна скуштувати різні страви. Але у будь-якому разі рис гості повинні з'їсти повністю; залишити недоїденим — виявити неповагу як мінімум до господаря, а то й до богів. І покласти палички на підставку. Це означає, що людина більше не користуватиметься ними. Після цього подають чай.

Дві унікальні японські страви — це суші (свіжі сирі морепродукти з рисом) і сашими (свіжі сирі морепродукти з соєвим соусом); обидві виготовляються із щойно спійманої риби чи морепродуктів. Суші у своєму первісному вигляді (наре-дзусі) сильно відрізнялися від того, що ми знаємо сьогодні [2, с. 64]. Спочатку це було способом зберігання риби протягом тривалого терміну. Іншими унікальними та дуже популярними стравами в Японії вважаються Набемоно (страви, приготовані в горщі на кшталт фондю), сукіяки (страва з тонких шматочків яловичини або іноді курки, овочів і кубиків тофу, приготовлених у бульйоні), шабу-шабу (яловичина та овочі, що готуються в бульйоні самостійно і тут же вживаються). Кожен регіон має власний набір унікальних страв. Люди, які живуть на холодному північному острові Хоккайдо, віддають перевагу стравам на основі картоплі, кукурудзи та м'яса на грилі. Їжа в західній Японії, як правило, витонченіша, ніж на сході [1, с. 93].

Таким чином, Японії вдалося створити унікальну культурну традицію, де чітко простежується взаємозв'язок минулого та сьогодення. Японську кухню, як і саму країну сонця, можна по праву назвати однією з найдивовижніших і незвичайних. Закони ґрунтуються на тісній взаємодії з природою, підпорядкуванні їй, створенні гармонії у кожному моменті життя. Залучення до культури японської кухні та регулярне вживання національних страв — це перший крок на шляху до довголіття та внутрішньої рівноваги.

1. Альхабаш О. А., Тумко І. М. Кулінарна подорож. Найкращі кухні світу. Харків: Віват, 2014. 192 с.
2. Етнічна кулінарія: навч. посіб. / Гурова К. Д. та ін. Х.: Харків, 2018. 264 с.
3. Ростовський В. Кухні народів світу: підручник. Київ: Кондор, 2016. 502 с.
4. Саніна І. Л. Смак країни. Східні солодоші. Харків: Аргумент Принт, 2014. 72 с.