

Эмма Кан

**СЕКРЕТЫ ЖИЗНИ**  

---

**В КОРЕЙСКОМ СТИЛЕ**  

---

Рецепты счастья



Издательство АСТ  
Москва



고려시대 불탑의 정수리

고려시대 불탑의 정수리

## — Оглавление


- 4 Введение
- 10 Глава 1. С самого начала
- 30 Глава 2. О чудесах
- 52 Глава 3. Американка в Сеуле
- 72 Глава 4. Пали-пали — да побыстрее!
- 86 Глава 5. Сколько тебе лет?
- 104 Глава 6. Больше работать, меньше отдыхать
- 122 Глава 7. Расслабьтесь!
- 140 Глава 8. О мужчинах, женщинах и детях
- 160 Глава 9. Красота по-корейски
- 184 Глава 10. Ты поел?
- 202 Вместо эпилога...

# ВВЕДЕНИЕ









Не так давно я написала книгу, посвященную корейской системе ухода за собой и вообще теме красоты в Южной Корее. И с тех пор меня постоянно спрашивают о самых разных вещах как мои знакомые, так и читатели (в письмах). Вопросов очень много. Неужели корейцы правда спят на полу — разве им не жестко? Правда ли, что нельзя называть своего мужа по имени? Как корейцы могут есть собак и почему правительство ничего с этим не делает? Правда ли, что корейцы всегда спешат и поэтому все успевают? А как им удалось совершить свое экономическое чудо? Они и в самом деле такие трудоголики и работают без отпусков?

В общем, я поняла, что Южная Корея очень интересна людям, и это касается не только красоты, но и в целом корейской культуры и стиля жизни. Поэтому я решила рассказать все, что знаю об этой стране и о том, как живут здесь люди, в уже привычной мне форме — на страницах книги.

А знаю я о Южной Корее немало — просто потому что живу здесь уже девять, почти десять лет. Так случилось, что, приехав работать в Сеул, я встретила здесь своего будущего мужа, и теперь сразу две страны являются для меня родными: Соединенные Штаты, где я родилась и выросла, и Южная Корея, где я нашла свое счастье и где сейчас живу. Живу уже столько лет, но до сих пор не перестаю удивляться своей новой родине. Например, тому, как здесь берегут свои традиции и при этом постоянно создают новые технологии. Как придерживаются консервативного уклада, но ищут самые новые и эффективные решения во всех сферах жизни: образовании, экономике, косметологии и медицине. Но, пожалуй, самым вдохновляющим для меня остаются поразительное трудолюбие и целеустремленность

корейцев. Эти люди действительно совершили настоящее чудо: всего за несколько десятилетий превратили Южную Корею из экономически и социально отсталой страны, в которой люди не понаслышке знали, что такое голод, в процветающую державу с очень высоким уровнем жизни. И произошло это не благодаря какому-то волшебному вмешательству извне, а, прежде всего, благодаря самим корейцам, их невероятному трудолюбию, умению достигать поставленных целей и добиваться успеха любой ценой. Именно об этом качестве своих теперь уже соотечественников я хотела бы в первую очередь рассказать в этой книге.

Нас с вами ждет немало интересного, увлекательного, а порой и удивительного: обычаи и традиции, история и совсем чуть-чуть экономики (согласитесь, деньги всегда имеют значение), привычки, особенности повседневной жизни и, конечно же, знаменитая корейская кухня. Боюсь, не смогу удержаться от рассказа и о своей любимой корейской системе по уходу за собой. Одним словом, мы поговорим о том, что принято называть стилем жизни — о тех привычках и понятиях, из которых складывается образ жизни корейцев. Но самое главное — мы попробуем вместе раскрыть секрет успеха этих людей, понять, как именно им удается достигать поставленных целей и все успевать. Надеюсь, что наше путешествие по Южной Корее будет не только увлекательным, но и полезным, что оно поможет вам, как в свое время помогло и мне, научиться быть более эффективными и достигать поставленных целей.

Конечно, не все в Южной Корее так уж радужно — наверняка в нашем путешествии будут моменты, которые шокируют вас (или даже покажутся неприемлемыми и несправедливыми), но важно помнить, что здесь у людей совсем другой менталитет. В любом случае даже те, кто, как и я, живет здесь или просто очарован этой культурой, не должны принимать ко-







рейцев за образец для подражания во всем. Давайте возьмем все нужное и оставим в стороне то, что нам не подходит. А нужного и интересного нас ждет немало!


В конце каждой главы я буду подводить небольшие итоги, для того, чтобы, увлекшись повествованием, не пропустить то полезное, что нам с вами пригодится в повседневной жизни, то, чему стоит поучиться у жителей Южной Кореи. Сразу скажу, что все выводы — это только мои личные наблюдения и только мое мнение. Возможно, вы сделаете какие-то другие выводы, и это будет просто чудесно, ведь мне бы очень хотелось, чтобы вы вместе со мной открыли для себя Южную Корею и смогли найти то, что будет важным и интересным именно для вас.

# ГЛАВА 1. С САМОГО НАЧАЛА









Начнем с начала. Причем с самого начала в прямом смысле — то есть с того времени, когда появилась Корея.

Тетя моего мужа всегда говорит: «Хочешь узнать что-то будущее — загляни в его прошлое». Конечно, на ее мнение влияет профессия, ведь невероятно уважаемая мной Чхун Гу по образованию и по призванию историк. Она страстно увлечена всем, что касается истории родной страны, а также ее культуры и традиций. Именно от моей любимой родственницы я узнала так много интересного о Корее.

Хотя тетя моего мужа и немного пристрастна, все же я с ней абсолютно согласна. Наше прошлое, наши корни имеют огромное значение, неважно, идет ли речь об отдельной семье или о целой стране. Ну а на Востоке вообще почти все, что мы видим, так или иначе связано с многовековыми традициями, все уходит глубоко в прошлое страны.

Но прежде чем приступать к рассказу о событиях, которые здесь происходили, давайте поближе познакомимся с местом действия. Не знаю, как у вас, а у меня школьные уроки географии благополучно выветрились из головы. Думаю, что будет полезно вместе освежить эти знания.

Корея расположена на полуострове, который (никакой интриги) так и называется — Корейский. Что касается природы, то в Южной Корее все решают море и горы. И это неудивительно, ведь сразу с трех сторон эту страну омывают моря — Желтое, Восточно-Китайское и Японское (в Корее их называют по-другому — Западным, Южным и Восточным морями). От материка Южную Корею отделяет единственная страна, с которой она имеет сухо-

путную границу. Это Северная Корея. Помимо материковых земель, в состав Южной Кореи входят более трех тысяч островов — от знаменитого Чеджудо с его чудесными пляжами до маленьких клочков скал, на которых никто не живет и ничего не растет.

А еще есть горы! Они здесь не очень высокие, зато покрывают почти семьдесят процентов площади страны. Даже столица, Сеул, находится на гористой территории — из большинства районов этого города можно увидеть какую-нибудь красивую вершину.

Самая высокая вершина — Халлисан (1950 метров в высоту). Когда-то она была вулканом (который, к счастью, вовремя потух), так что теперь это место стало Национальным парком. На втором месте по высоте — гора Чирисан. Кстати, частичка «сан» в названии как раз и означает «гора» по-корейски, так что некоторое однообразие в названиях гор вполне понятно.

На свете множество красивых стран и завораживающих пейзажей, но лично для меня сочетание гор и морей — самое удивительное и прекрасное, именно поэтому мне так нравится в Южной Корее. Но у горных пейзажей и морских побережий есть и недостатки, а именно капризный и довольно суровый климат. Летом здесь очень тепло, даже жарко, но при этом влажность очень высокая, так что жара воспринимается тяжело и порой лето в городах у большинства жителей состоит из перебежек от одного помещения с кондиционером до другого. Добавьте к жаре по-настоящему тропические ливни, и у вас получится корейское лето. А зимой, наоборот, сухо, но при этом холодно, так что все здесь кутаются в шарфы и теплые пуховики, а порой вообще хочется остаться дома и не выходить в «кусачий» холод. Зато весна здесь прекрасна и удивительна, особенно когда начинают цвести деревья. Хороша и осень — прозрачная и солнечная, нежаркая и нехолодная.

Но я обещала рассказать, с чего, собственно, начиналась Корея, так что давайте обратимся к истории,

а вернее, к легендам и мифам. Первое государство на Корейском полуострове — это Древний Чосон, основанный корейским героем Тангуном. По легенде Хваннун, сын Властителя Неба, спустился на землю, чтобы основать там божественный город Синси и научить людей ремеслам, медицине, умению обрабатывать землю. Услышав о том, что небесный принц спустился на землю, двое животных — тигр и медведица — стали обращаться к нему с молитвами и просить превратить их в людей. Хваннун внял их просьбам, но, как часто бывает в сказках и мифах, придумал им испытание: наказал избегать солнечного света в течение ста дней, а также посадил на оригинальную «диету» — дал по двадцать долек чеснока и священный куст полыни и сказал все сто дней питаться только этой более чем скромной пищей.

Тигр и медведица так хотели стать людьми, что без колебаний удалились в пещеру, однако всего через двадцать дней тигр не выдержал и вышел на солнечный свет. А вот медведица оказалась более стойкой, ее не остановили ни жесткая диета, ни отсутствие солнечных ванн, так что по истечении срока она превратилась в женщину по имени Унне. Однако оказалось, что быть человеком в одиночестве не так-то весело, поэтому женщина-медведица отправилась к священному дереву Синдансу и снова обратилась с молитвой и просьбой к Хваннуну. Теперь она просила о муже и о сыне. Терпеливая, спокойная и, думаю, что после такой диеты, весьма стройная — Хваннун подумал, что такая жена нужна ему самому, поэтому, недолго думая, взял Унне в жены. Вскоре она родила сына, которого назвали Тангуном. Сын божества и женщины-медведицы по легенде основал королевство, которое назвал Чосон. Сам Тангун прожил более тысячи лет, а после смерти превратился в духа гор (по другой версии легенды он просто отрекся от престола и переселился в горы уже в роли божества).