

**ВВЕДЕНИЕ**

**В ГАСТРОНОМИЧЕСКУЮ  
ЭКОНОМИКУ**



**ВСЕМИРНАЯ  
ИСТОРИЯ  
ЕДЫ**

**ЮРИЙ ВЕСЕЛОВ**

д. соц. н., к. э. н., профессор, заведующий кафедрой  
экономической социологии СПбГУ

Academia

Юрий Веселов

**Всемирная история еды. Введение  
в гастрономическую экономику**

«Издательство АСТ»

2023

УДК 613.2  
ББК 51.230

**Веселов Ю. В.**

Всемирная история еды. Введение в гастрономическую экономику  
/ Ю. В. Веселов — «Издательство АСТ», 2023 — (Academia)

ISBN 978-5-17-118211-3

Это обширное исследование географических, исторических, политических, экономических и культурных факторов, которые в разные эпохи влияли на выбор блюд наших предков. Что и как ели в Византии? Какие рецепты из средневековых венецианских поваренных книг прославят итальянскую кухню? Как питались горожане в России в начале XX века? Как на режим дня повлияло уличное освещение? Каким был первый ресторан быстрого питания? Автор создал схему эволюции гастрономических традиций, наложив ее на историю мира, экономику и социологию. В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

УДК 613.2  
ББК 51.230

ISBN 978-5-17-118211-3

© Веселов Ю. В., 2023  
© Издательство АСТ, 2023

# Содержание

Введение. К созданию общей социальной науки о питании	6
Социальные науки о питании	9
Социальная теория питания как материалистическая теория	10
Питание с точки зрения теории социальной системы	12
Питание и социальные классы	14
Питание и здоровье	16
Литература	17
Глава первая. Социально-экономические системы питания	18
1.1. Питание в первобытном мире	20
1.1.1. Еда эпохи палеолита	20
Литература	24
1.1.2. Неолитическая революция в питании	24
Литература	27
1.2. Питание в архаических обществах	28
Литература	29
1.2.1. Еда и напитки Древнего Шумера	29
Литература	33
1.2.2. Гастрономическая культура Древнего Египта	33
Литература	36
1.3. Социальное пространство еды Древнего мира	37
1.3.1. Страна вина: Древняя Греция	37
Литература	42
1.3.2. За столом империи: Древний Рим	42
Конец ознакомительного фрагмента.	47

**Юрий Витальевич Веселов**  
**Всемирная история еды. Введение**  
**в гастрономическую экономику**

© Ю. В. Веселов, 2023

## **Введение. К созданию общей социальной науки о питании**

*«Судьба наций зависит от способа их питания»  
Жан Антельм Брилья-Саварен, 1825 год*

Еда и мы, люди, – граница между нами очень подвижна. Представьте на минуту, что вы хотите выпить бокал вина, белого или красного. А может, чашку чая или кофе? Что угодно, но посмотрите: только что вино было в бокале, вы сделали глоток, и теперь вы и вино – одно целое. Оно в вашей крови (так потом, возможно, будет утверждать инспектор дорожной полиции). Вино стало вами, или вы стали вином? Поэтому мы говорим, что еда и мы – одно целое, единая система. Какая? Социальная, потому что, хотя питание и самая первичная, базовая физиологическая человеческая потребность, но она насквозь социальна.

Всякий организм движется, как утверждают биологи. Причем движется вперед. Куда? В направлении еды. Мы, люди, в этом сильно отличаемся от других созданий: наш путь к еде очень сложен и извилист. Мы едим не все подряд, а что положено. Кем же? Другими, значимыми другими. Наши вкусы сформированы не нами, а обществом. Нам остается лишь привыкать к заданным вкусам. Никакой ребенок не полюбит сам, по доброй воле, сложные, горьковатые и терпкие вкусы чая или кофе. Но подождите – пройдет пара десятков лет, и его сложно будет отучить от излишнего количества кофеина. Наш обед – это не просто еда, а целый социальный институт. Но кофе и чай, сахар и соль – не менее значимые социальные институты. Все, что мы едим и пьем, мы едим и пьем по правилам. Есть жесткие табу – то, что никогда есть нельзя, хотя вроде мы уже и не в первобытном обществе. А иногда приходится есть то, что положено в определенных социальных ситуациях – когда, например, кофе уже не просто горький напиток, а кофе-брейк. Часто мы едим не потому, что голодны, а потому что этого требует от нас общество. В ресторане мы всегда вместе с другими, и еда лишь приятный спутник застольного общения. Поэтому еда, наша пища и мы, связаны социально – общество диктует нам, что мы едим, когда, сколько и почему.

Но какое огромное удовольствие – все эти доступные нам разнообразные вкусы и соответствующие им продукты питания. Вот мой пес Арч, горный житель Пиренеев, настоящий аристократ. Он в отличие от меня, простолюдина, жителя здешних озер и болот, ест свою еду из пакета. Сухой корм – функциональное питание, сбалансированное по составу белков-жиров-углеводов и других полезных веществ. И он равнодушно смотрит на свой архиполезный корм. Но если ему вдруг случится повстречать на улице сгнившую рыбу, то вытащить ее из его пасти нет никакой возможности. Таковы его аристократические вкусы. Так что не только люди, но и животные обладают развитой системой вкусов и предпочтений, сформированных у них эволюционно, а у нас еще и социально. В чем же тогда отличие? Человек, отодвигая естественные границы, сам формирует свою природу. Он не приспосабливается к окружающей среде, а активно преобразует ее. И в этом процессе трансформирует и свою собственную сущность. Если посмотреть, чем питаются в условиях дикой природы приматы, то некоторые из них вегетарианцы (например, самые большие – гориллы); а шимпанзе и бонобо, которые по строению ближе всего к людям, включают в свой рацион немного белка – насекомых или мелких животных. Но человекообразные существа изменили природу своего питания, и прав был Клод Леви-Стросс, когда утверждал: «Человечество начинается с кухни». Наши двоюродные братья неандертальцы благодаря огню стали полностью мясоедами, что, возможно, потом их и погубило в период резкого изменения климата, а значит, и кормовой базы. А *Homo sapiens* приспособился к многообразным способам питания. Залог его эволюционной победы – в удивительной гиб-

кости и приспособляемости к разнообразным условиям питания. Где бы он ни оказался – на морском берегу, в степи, в горах или в джунглях, он приспособится к этим условиям, причем даже с комфортом, и наладит устойчивое питание, а потом еще и полюбит продукты своего региона. Даже – представим худшее! – оставшись один на один с гамбургерами из *McDonald's*, человек все же выживет.

Так что, если вы задумаетесь, как быть «ближе к корням», как правильно питаться с точки зрения того, как задумала нас природа, то обнаружите, что в ходе эволюции мы несколько раз существенно поменяли свой способ питания. Сначала – совершив переход к прямохождению и освоив питательную базу зоны саванн. Затем с помощью термической обработки мы перешли к потреблению большого количества белковой пищи. Позднее – переход от охоты и собирательства к земледелию и т. д. Поэтому не существует единственно правильного питания, которое неизменно соответствовало бы природе человека как биологического существа. Человек сам неоднократно в ходе эволюции менял свою собственную природу. Более того, социальная система питания находится в непрерывном процессе изменений, трансформации. Мы меняемся, и меняется наша пища.

Но может ли человек питаться функционально, как космонавты? Оказывается, нет. Нам не нужны просто калории, белки-жиры-углеводы. Нам нужна наша, человеческая еда. В которой оказывается полезно все – не только то, что считается необходимым, но и так называемые балластные вещества (например, пищевые волокна). В начале XX века, когда еще не знали о важности витаминов и минералов, медики утверждали (как всегда, с уверенностью), что фрукты и овощи – это только вода, ничего питательного, а человеку нужны калории: хлеб, мясо, молоко. Но вскоре точка зрения диетологов коренным образом поменялась: теперь они рекомендовали жевать по системе Флетчера, каждый кусок 32 раза; требовали жевать даже воду, чтобы «крепче соединялась со слюной»; и всю эту ерунду поддерживал непререкаемый авторитет – медицинский журнал *Lancet*. Теперь пришла пора признать важность не только овощей и фруктов, но и социальных факторов питания. Нам нужно не только полезное и питательное, правильное и здоровое, но и вкусное питание, эстетически красивое и привлекательное. Нам требуются социальная легитимация и социальное общение в процессе питания. Человек может обойтись без необходимого, но без излишеств – никогда. Поскольку создан он, как утверждал Гастон Башляр, не потребностью, а желанием.

Хотя, если вы настаиваете, то автоматы, начиненные *space food*, космической едой из тюбика, уже встречаются. И не всегда это плохо. Когда готовились к длительным полетам человека в космос, в США проводились эксперименты с исследованием функционального питания. Участников набирали из людей, находившихся в заключении, при этом за участие в эксперименте обещали им досрочное освобождение. И что же? Оказывается, стимул – самая важная вещь, и заключенные прекрасно себя чувствовали на этом функциональном питании. Однако польза функционального питания не подтвердилась в ходе последующих экспериментов с участием обычных добровольцев. Оказывается, главное – настроение, а питание вторично. Кстати, и космонавты на орбитальной станции «Союз» сейчас питаются не сверхфункциональными смесями из тюбика, а обычной земной едой: яблоками и апельсинами, бараниной или говядиной из железной банки, лососем, баклажанной икрой, растворимым в воде пюре, кофе из специальной итальянской кофемашины для космоса (чтобы вода не разлеталась) и конфетами – на орбите, оказывается, нельзя без сладкого.

Итак, первое правило здорового питания: есть надо с удовольствием. С чувством, с толком и расстановкой. Второе правило гласит: правильная еда требует времени. Что как раз и не получается у современного человека, который всегда торопится, питается на ходу и чем попало. Не помогают ему и наши заведения общепита, которые предлагают если вкусную, то зачастую совсем не полезную еду.

Как всякая новая тема, социальная наука о питании, в том числе и гастрономическая экономика, чрезвычайно притягательна; она хорошо представлена в западной науке, а у нас делает только первые шаги. Почему я стал заниматься этой темой? Объясняют интерес к питанию мои путешествия – в Индию, Китай, Японию, Америку и Европу, где я всегда пытаюсь приобщиться к местной гастрономической культуре, к продовольственным рынкам и общественному питанию. Попробовать эти страны «на вкус», чтобы понять, где мы находимся на гастрономической карте мира. Теперь я приглашаю вас совершить путешествие со мной в этот прекрасный мир еды, полный загадок, тайн и удивительных открытий.

Я вижу большой пробел в области знаний о питании как социальной практике не только у обычных людей, но и среди людей, занимающихся питанием профессионально: рестораторов, медиков-диетологов, маркетологов и других. Поэтому моя задача не только научная, но и просветительская. Я бы считал свою задачу выполненной, если бы по прочтении этой книги еда для вас стала не только вкусной, но еще и интересной.

Однако сегодня мало говорить только о социологии питания – первые работы в этой области относятся еще к началу XX века, – или истории питания, или антропологии питания. На мой взгляд, время отдельных социальных наук прошло. Сегодня актуально создание единой социальной науки, которая объединяла бы знания частных социальных наук в рамках определенной предметной области. Поэтому я и пытаюсь в этой книге поставить вопрос о социальной науке о питании и о социальной теории питания, которая объединяла бы знания историков, антропологов, философов, социологов, экономистов, психологов в этой области.

## Социальные науки о питании

Исследованием питания занимаются в основном естественные науки. Главным образом – медицина. Она отвечает на вопрос, что такое правильное и неправильное питание; разрабатывает диетологию (еще Гиппократ написал трактат *«О диете при острых болезнях»*) и анализирует структуру питания – белки, жиры, углеводы, витамины, минералы. В современной медицинской теории питания сформированы концепции гигиены и физиологии питания, сбалансированного и адекватного питания, оптимального и функционального питания. Больших успехов в исследовании и создании индустриальных технологий производства продуктов питания достигли пищевая химия и микробиология. Без них невозможно представить успешное функционирование пищевой промышленности. Очень интересны исследования генетиков в области эволюции питания [5]. Социальные науки о питании в сравнении с естественными не так хорошо развиты, но составляют не менее важную часть общей науки о питании – нутрициологии.

В чем предмет социальной науки о питании? Социальная теория питания занимается исследованием общественных отношений в процессе производства, распределения, обмена и потребления продуктов питания. Потребление еды никак нельзя оторвать от ее приготовления, а приготовление пищи – от производства продуктов питания. Между ними, как правило, стоит обмен (торговля) или распределение, так что в фокусе внимания социальной теории питания оказывается целая цепочка общественных отношений. Таким образом питание как повседневная человеческая практика оказывается в фокусе внимания сразу множества научных дисциплин. В круг социальных наук о питании входят философия питания, антропология питания, культурология и этнография питания, история питания, психология питания, экономика питания, социология питания.

Почему социальные науки должны заниматься изучением питания? Во-первых, потому что питание – как производство продуктов питания, так и собственно их приготовление и потребление – общественная деятельность. Питается не только индивид, в его (скромном) лице также питается все общество. Вкусы отчетливо детерминированы не только индивидуально, но и социально, и сама процедура питания строго структурирована социальными нормами.

Во-вторых, питание не только обеспечивает воспроизводство социальной группы, но и формирует ее социальные границы. В питании каждая общественная группа формирует свою идентичность – отличает себя от других и образует внутреннее единство. Например, нации различают себя по своим характерным чертам гастрономии, кулинарии и питания.

В-третьих, процесс питания – типичное социальное действие (с позиции теории действия Макса Вебера): продукты питания всегда наделяются неким особым смыслом и значением, а их потребление всегда ориентировано не только на себя, но и на других. Хотя, как говорил Поль Рикер, я сам вполне могу выступать как другой [12]. Питание оперирует не только продуктами, но и символами, это символическая деятельность, где часто не просто символ относится к продукту, а один символ ссылается на другой. Так получается, что потребление еды и напитков – символическое потребление, которое питает не только «тело» общества, но и его душу.

В-четвертых, питание – это политическая деятельность; особенно ярко эта способность еды служить классовым маркером проявляется во времена революций – как Великой французской, так и русской. Вспомним «хлеб равенства», который после французской революции символизировал равенство и справедливость: если раньше белый хлеб ели только знатные, а черный – простолюдины, то теперь хлеб равенства изготавливался из смеси пшеничной и ржаной муки).

## Социальная теория питания как материалистическая теория

Питание соединяет материальное и социальное в единую систему. Структуры питания – это основные материальные структуры повседневности, в которые включен человек и которые он воспринимает как данность вне рефлексии и проблематизации. В марксизме была сделана попытка создания материалистической философии и социологии, но она не была до конца последовательной. Например, Карл Маркс всегда подчеркивал, что капитал – это не вещь, а общественное отношение; товар – тоже не вещь, а общественное отношение и т. д. А куда же из социальных наук делись вещи, материальные предметы, техника и технология? Капитал в своей вещественной или денежной форме? Фабрики, заводы или банки? Почему исчез мир товаров и их предметное обращение? Дьёрдь Лукач в работе «К онтологии общественного бытия: пролегомены» (1984) утверждал, что *материализм в марксизме не имеет ничего общего с физическим материализмом: это исторический (то есть социальный) материализм, который лишь подчеркивает связь социальных отношений с экономическими* [15]. Так стремление марксизма создать материалистическую социологию оказалось не вполне состоятельным.

Позитивистская социология со времен Эмиля Дюркгейма также исключала все предметные, вещественные, материальные отношения из социологии, концентрируя социологию только на социальных отношениях людей. Для Дюркгейма разделение труда в обществе – социальный процесс возрастания органической солидарности, процесс создания социально-профессиональной структуры в обществе, а технические средства этого разделения труда (техника и технология) остались за пределами внимания социологии. В понимающей социологии Макса Вебера социальные отношения – это такие отношения, которые наполнены смыслом и ориентированы на других. Они также почему-то разворачиваются в нематериальном, неземном пространстве, в каком-то общественном вакууме. Талкотт Парсонс видел свою задачу в синтезировании веберовского и дюркгеймовского подходов в социологии, помещая социальное действие в систему, где присутствует не только социальная среда действия, но и физическая, и биологическая среда. Человек у него выступает не только как социальная функция, но и как организм (*behavioral organism*), т. е. как материальное биологическое существо. Но дальше системная социология, например, Никласа Лумана, вовсе «изгоняет» человека из социологии и сводит все к миру коммуникации, которому не очень-то необходимы сами живые люди (читая сегодня переписку давно умерших Канта и Моисея Мендельсона, пишет Луман, мы видим разворачивание социальных отношений как коммуникации). Социология повседневности Гарольда Гарфинкеля вращается вокруг рутинных речевых практик, фоновых значений и скрытых смыслов в общении, а в феноменологической социологии Альфреда Шюца реальный мир только конструируется в сознании человека и общества. Все это понятно и правильно с позиции нематериалистической социологии, но куда из повседневности исчезли материальные структуры, которые определяют действие человека? Где то наличное общественное бытие, которое если не определяет, то уж точно воздействует на сознание индивида и общества? Ведь всякое действие происходит и в физической среде, и в определенном физическом (а не только социальном) пространстве.

В последнее время только Бруно Латур возвращает внимание социальных наук к материальным объектам. Вещи ошутимо «дают сдачи» в его социологии. Вещи, объясняет он, как и отношения, сами являются социальными конструкциями. Социология питания, как и социология вещей, возвращает социологию к самым важным материальным потребностям и процессам жизнедеятельности человека и общества, к тем первичным материальным структурам повседневности, в которых и разворачивается социальное действие. Фернан Бродель, будучи представителем как теории материализма (но не марксизма), так и системного подхода, в своих

замечательных работах «Материальная цивилизация, экономика и капитализм» и «Что такое Франция: люди и вещи» лучше всех показал, как структуры повседневности – структуры обитания (города и деревни, дома и квартиры), структуры производства (дом или работа), структуры питания (еда и напитки) – формируют поведение людей и их общественные отношения [16]. Именно эту методологию (но не только ее) мы и применяем в описании современной социальной системы питания в этой книге.

Материалистический метод также связывает социологию питания с экономикой питания. Бессмысленно говорить о питании (потреблении еды) вне его связи с экономическим способом хозяйствования, – утверждает британский антрополог Джек Гуди [17]. В обществах, основанных на присвоении продуктов природы (это общества охотников и собирателей), своя система питания. Она в отличие от производящего хозяйства малоэффективна, в том смысле, что может прокормить наименьшее число людей на единицу территории, но зато довольно сбалансированна: позволяет не разрушать серьезным образом экосистемы и сохранять биоразнообразие природных видов, наименьшим образом воздействует на окружающую природную среду. Производящее хозяйство, сформировавшееся примерно 10 000–15 000 лет назад, основано на активном преобразовании человеком окружающей природной среды и гораздо более экономически эффективно (может прокормить в десятки раз больше людей, чем хозяйство охотников и собирателей), но отрицательно воздействует на окружающую среду. Как правило, несбалансированное сельское хозяйство (использование земли под пашни) ведет к истощению почвы и впоследствии к образованию пустыни. Так, Испания когда-то была покрыта лесами и лугами – но козы съели всю растительность, леса были вырублены под пашни, и теперь иберийский пейзаж все больше напоминает лунный.

Однако наибольшую эффективность имеет современная индустриальная система сельскохозяйственного производства. Не более 5 % всех трудовых ресурсов развитых стран заняты в сельском хозяйстве, но они могут гарантировать устойчивое и разнообразное обеспечение продовольствием всего общества. Подчеркну, что только современная система способна вне зависимости от погодных условий и природных катастроф стабильно обеспечивать поставки еды. Все предыдущие системы питания были крайне неустойчивы, а голод был частым гостем во всех странах. Но современная экономическая система питания все же сильно зависит от социальных потрясений – революции, войны, кризисы опять, как и в прежние времена, ставят целые народы на грань голодной смерти.

## Питание с точки зрения теории социальной системы

Если рассматривать питание как социальное действие, то, согласно теории структурно-функционального анализа, мы можем поместить его в систему координат действия. В системе действия выделяются четыре подсистемы: личностная, биологическая, культурная и социальная. Питание представляет собой действие, которое определенным образом соотносится с этими подсистемами. Индивидуальные предпочтения в питании формируются системой личности, зависят от специфических условий и конкретной истории социализации индивида. Биологическая система рассматривает индивида как биологический организм, а питание является важнейшей функцией организма и обеспечивает его воспроизводство (адаптацию к физической окружающей среде), обеспечивает энергией действия индивида. Культурная система – это система коммуникации, в ней еда и напитки всегда связаны определенным значением, с помощью питания люди обозначают типические социальные ситуации и кодируют социальные отношения. Социальная система определяет питание как социально нормированную и структурированную деятельность: общество незаметно для человека регламентирует практики потребления пищи, с их помощью социальные группы объединяются, интегрируются в единое целое, отделяют себя от других социальных групп (например, нации определяют себя во многом через национальные кухни) и тем самым воспроизводят свою идентичность. Социальные процессы питания не только объединяют, но и разделяют: социальные классы различаются в практиках питания и своих вкусовых предпочтениях.

С точки зрения теории социальной системы (в методологии структурно-функционального анализа это подсистема системы действия) питание рассматривается несколько иным образом. В социальной системе в свою очередь можно выделить четыре подсистемы: политика, экономика, культура и социетальное сообщество (*societal community*). Питание в обществе всегда связано с политическим регулированием и властными отношениями: государство ставит так называемый продовольственный вопрос, и изначально его главная задача (в эпоху ранних империй) заключается в обеспечении продовольственной безопасности. Конечно, сегодня государства полагаются в основном на рыночный и индустриальный механизмы обеспечения продовольствием и не вмешиваются в процессы непосредственного регулирования питания, как было раньше (вспомним хотя бы римские законы против роскоши – в них скрупулезно перечислялось, сколько можно потратить на обед и какое количество гостей допускается приглашать). Но, как и во времена фараонов, сегодня государственный запас полон продуктов, а правительства в большей или меньшей мере поддерживают сельхозпроизводителя, но также и регулируют или следят за ценами на базовые продовольственные товары (в новейшей российской политической риторике это так называемое «обоснованное» и «необоснованное» повышение цен). Но в целом обеспечение питания сегодня в меньшей мере регулируется распределительными механизмами (как «раздачи хлебов» пролетариям Древнего Рима) и отдано во власть экономических механизмов.

Питание в современном обществе определяется и обеспечивается экономической подсистемой (с определенной точки зрения, питание – часть именно экономической подсистемы, о чем говорил еще основоположник социологии Герберт Спенсер, называя экономическую систему системой питания общественного организма). Экономическая подсистема включает в себя: производство продовольствия (сегодня это массовое индустриальное сельскохозяйственное производство на базе машинной техники и переработка продуктов на базе передовой технологии); мощную систему обменов – национальные и международные рынки продовольствия, а также систему торговли, где «играют мускулами» крупные сетевые супермаркеты, в которых продаются уже полуфабрикаты (мясо разделано, а молоко разлито в бутылки и пастеризовано, хлеб выпечен, а крупа уже прожарена, пропарена и расфасована). За хозяином, или все же

чаще – за хозяйкой, остается необременительная функция приготовления уже частично приготовленного продукта – полуфабриката.

## Питание и социальные классы

Феномен социальной дифференциации в социальной системе питания в современном мире связан не только и не столько с классовым и экономическим расслоением, но и с культурным неравенством (так соприкасаются социальная и культурная подсистема в социологии питания). Пьер Бурдьё в книге «Различение» (1979) описывает, как разделяется пространство питания в зависимости от объема экономического и культурного капитала [19]. Он подчеркивает, что при росте доходов у рабочих классов (так называемая рабочая аристократия) их вкусы и предпочтения не изменяются, они питаются так же, как и раньше. А вот те, кто обладает большим запасом культурного капитала при относительно низких доходах (например, профессора или работники культуры), формируют совсем иные предпочтения в питании. При возрастании экономического капитала движение в этом «пространстве еды» (как называет его Бурдьё) идет от комплекса соленое – жирное – тяжелое – крепкое – тушеное к утонченному – нежирному – легкому – деликатесному, от хлеба и зерновых (углеводы) к мясу и рыбе (белки). При росте культурного капитала предпочтения отдаются «культурному потреблению» – блюдам этнической кухни, так называемым полезным продуктам (свежие овощи, фрукты, соки, йогурт). Из мяса предпочтение отдается говядине и баранине, в отличие от свинины и курицы на столе рабочих классов. Меняется и способ приготовления – от тушения к обжариванию на гриле (что Клод Леви-Строс называл «аристократическим» способом приготовления в противовес «плебейскому»). К рыбе добавляются морепродукты и другие деликатесы. При одновременном росте культурного и экономического капитала питание переносится в сферу дорогих ресторанов (обладателей «мишленовских звезд»), ценится так называемое здоровое питание, различные редкие и дорогие продукты, хотя отдадим должное нынешним богатым – их пищевые капризы не идут ни в какое сравнение с экстравагантной кухней римских вельмож (павлиньи языки, молоки мурен, рис с жемчужинами – как на пирах римского императора Гелиогабала).

Что касается собственно культурной подсистемы в современной системе питания, то социологи, особенно структуралистского направления, подчеркивают, что еда сегодня все больше представляется знаковой деятельностью и способом коммуникации. Якобы раньше еда удовлетворяла собственно биологическую потребность в питании, а теперь это больше потребление знаков. Я не соглашусь с этим: как раньше, даже в первобытном мире, еда обозначала нечто для человека и общества, так и сегодня еда не просто продукт, а символ и знак. Только означаемое и означающее в ходе истории существенно менялись. Ничто не могло разубедить первобытных людей, что мужество и отвага животного передается им при поедании его мяса, ничто не могло заставить правоверного съесть «нечистую» пищу. Но и современный человек имеет свои строгие убеждения и предубеждения в питании – он заботится о «правильном» и «здоровом» питании, обеспокоен наличием «химии» и «консервантов» в продуктах (упуская из виду, что соль и сахар такие же консерванты) и стремится не превышать допустимую норму калорий (переедание ведь объявлено вредным). Так что меняются сами мифы в отношении еды и питания, но знаковая их сущность остается без изменений.

Кстати, и пищевые табу в современном мире никуда не исчезли: люди спокойно относятся к потреблению мяса домашних животных при одном условии, что это не их домашние животные (так, повсеместно распространен запрет на питание «другом человека» собакой, за исключением Кореи). Существенный сдвиг в религиозном отношении к еде как к символу произошел при переходе к христианству: еда вдруг перестала играть роль жертвы богам (что было обязательным в религиях политеизма); в отличие от ислама и иудаизма, христианство отрицает само сакральное отношение к пище (чистая и нечистая) и технологиям ее приготовления (халляль и кашрут), всякая пища – всего лишь пища, то есть нечто профанное, в отличие

от священного. Сохранились в христианстве лишь посты с их ограничениями в питании, но и они потом были отвергнуты в протестантизме.

Однако очень быстро роль религии в отношении к пище взяла на себя наука. Возникли представления о «правильном питании», о диетах (широко пропагандируемая так называемая средиземноморская диета отражает давний спор о питании между варварами и римлянами: сливочное масло против оливкового; свинина против говядины и рыбы; пиво против вина; «тяжелые» овощи против зелени и т. д.). Питание стало научно обоснованной процедурой, в которой решающую роль отдавали медицине: она стала считать калории («математизация» питания), указывать на правильное сочетание продуктов и их полезность для здоровья, предписывать способы приготовления пищи (вареное или паровое против жареного или запеченного). Так постепенно все «правильное» и полезное как-то стало невкусным, как будто полезно только то, что невкусно. Но в самое последнее время роль медицины как науки в обосновании «правильного» питания вытеснила псевдонаука – различные школы и направления немедицинской диетологии. Именно их мифологизированными рецептами и пользуется широкая публика в своем стремлении к «научности» питания. Эта «диетология» часто объявляет и возросшую среднюю продолжительность жизни людей своим достижением, хотя очевидно, что люди просто стали лучше питаться, ушли в прошлое голод и недостаточное питание. Но на их место встали переизбыток и, как следствие, – избыточный вес и связанные с ним болезни. Современная публика теперь не боится голода, но панически боится переизбытка и лишнего веса, стройность стала навязчивой идеей, которая (как раньше голод) не оставляет сознание и подсознание людей современного общества.

## Питание и здоровье

В XX веке многие считали, что проблема здоровья заключается в недостаточном экономическом развитии. Если будет изобилие товаров (например, продуктов питания) и услуг (например, медицинских), то люди будут здоровыми и богатыми. Оказалось, что в экономическом развитии заключается только необходимый, но не достаточный фактор создания общественного здоровья.

Во-первых, индивидуальное здоровье человека зависит от общественного здоровья (нельзя быть здоровым в больном обществе). Если в обществе воспроизводится высокая степень социального неравенства, то в разной степени, но подвержены заболеваниям все члены этого общества. Даже в мировом масштабе в условиях глобализации неравенство стран приводит к высокому уровню заболеваемости (очень быстро новые виды инфекций, например, из трущоб индийских мегаполисов, распространяются через постоянное авиасообщение не только в соседние развивающиеся, но и в богатые страны). Поэтому не всякое, а только равномерное и справедливое экономическое развитие приводит к улучшению состояния общественного здоровья.

Во-вторых, возрастающее количество благ также может негативно воздействовать на общественное здоровье. Особенно это заметно в развивающихся странах: как только отступает проблема голода, она сразу же сменяется проблемой избыточного веса и ожирения. Оказывается, даже в условиях пищевого изобилия необходимо следовать рациональным нормам здорового питания, сверхпотребление продуктов питания так же губительно, как и их недопотребление. Правильное, нормальное питание не призвано максимизировать удовлетворение потребности в пище, а должно обеспечивать оптимальное функционирование человеческого организма, способного успешно адаптироваться к изменениям внешней среды.

Таким образом, вряд ли можно рассчитывать, что развитие экономики и рынка автоматически наладит как стабильное обеспечение продовольствием, так и хорошее общественное здоровье. Для этого необходимы усилия и государства, и всего общества. Именно в изменении сознания людей, в их рациональном отношении к своему питанию, в создании культуры здорового питания я вижу главное условие совершенствования общественного здоровья.

## Литература

1. Веселов Ю.В. Экономическая социология: история идей. СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского университета, 1995; Экономическая социология: теория и история. Под ред. Ю.В. Веселова и А.Л. Кашина. СПб: Нестор-история, 2012.
2. Веселов Ю.В., Капусткина Е.В., Синютин М.В. и др. Экономика и социология доверия. СПб: Социологическое об-во им. М.М. Ковалевского, 2004.
3. Веселов Ю.В. Доверие и справедливость: Моральные основания современного экономического общества. М.: Аспект-Пресс, 2011.
4. Цзинь Цзюнькай. Социально-экономические механизмы функционирования китайского ресторана в Санкт-Петербурге // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. 2018, № 11(2), с. 212–227.
5. Боринская С.А., Козлов А.И., Янковский Н.К. Гены и традиции питания // Этнографическое обозрение. 2009. № 3, с.117–137; Козлов А. Пища людей. М.: Век 2, 2005.
6. Рикёр П. Я-сам как другой. М.: Издательство гуманитарной литературы, 2008.
7. Веселов Ю.В. Повседневные практики питания // Социологические исследования. 2015, № 1, с. 95–104.
8. Бродель Ф. Материальная цивилизация, экономика и капитализм, XV–XVIII вв. М.: Прогресс, 1986. Т. 1 «Структуры повседневности: возможное и невозможное»; Монтанари М. Голод и изобилие: история питания в Европе. СПб.: Alexandria, 2008; Капатти А., Монтанари М. Итальянская кухня: история одной культуры. М.: НЛО, 2006.
9. Лукач Д. К онтологии общественного бытия: пролегомены. М.: Прогресс, 1991.
10. Бродель Ф. Что такое Франция? М.: Изд-во им. Сабашниковых, 1995. Кн. 2. «Люди и вещи».
11. Goody J. *Cooking, Cuisine and Class: A Study in Comparative Sociology*. Cambridge: Cambridge University Press, 1982.
12. Положение дел в области продовольствия и сельского хозяйства. Доклад продовольственной и сельскохозяйственной организации ООН. Рим, 2013.
13. Bourdieu P. *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste*. Cambridge: Harvard University Press, 1984, p. 186. «The food space».

## Глава первая. Социально-экономические системы питания

*Пища – это материя нашего существования.  
Кейти Кауфман*

В ходе истории человек постоянно менял свое пищевое поведение. Менялись социальные и экономические условия жизни общества и вместе с ними менялись способы и виды питания, продукты и технологии их приготовления, вкусы и предпочтения. Так, система питания в первобытных обществах охотников и собирателей претерпела кардинальные изменения с переходом к оседлому образу жизни и созданием ирригационного земледелия. В самых развитых обществах Древнего мира – Греции и Риме – кухня и гастрономия достигают таких вершин, которых, может быть, уже не достигнут никогда. Но легко увидеть и обратное влияние: система питания в Средние века, с ее стремлением к замещению вкусов и невероятной тягой к пряностям, способствовала развитию морских путешествий и географическим открытиям. Кроме того, европейские Средние века с их системой питания – наглядный пример трансформации питания в эпоху монотеизма (многочисленные и разнообразные посты, установленные христианами). Очень интересен ранний торговый капитализм XVI–XVII веков, который закладывает начало процессов глобализации, в том числе и с помощью глобализации продуктов питания. Именно тогда американские продукты (кукуруза, томаты, картофель и др.) начинают свое победное шествие по всему миру, меняя повседневное питание не только богачей, но и самых простых людей. Наконец, современная индустриальная система производства продуктов также революционно изменила и все еще продолжает менять нашу систему питания.

Для анализа процессов исторического развития питания я применяю системный подход, который в рамках социальных наук был разработан в XX в. американским социологом Талкоттом Парсонсом. Система питания включает в себя как единое целое производство, распределение, обмен и потребление продуктов питания. Функционально система питания предназначена для адаптации социальной системы к окружающей внешней среде, она обеспечивает жизнедеятельность общества (в этом ее сходство с экономической системой у Т. Парсонса; в первобытных обществах собственно система питания почти полностью совпадает с экономической; а в развитых обществах является ее подсистемой). Она взаимодействует с культурной подсистемой (значения и смыслы, придаваемые продуктам питания и самому процессу питания, например, мифологизация питания у первобытных народов); с политической системой (например, в эпоху ранних государств – создание общих запасов, зернохранилищ, здания для которых могли выполнять и религиозные функции, это свидетельствовало о том, что подсистемы культуры и политики еще не дифференцированы). Также система питания соприкасается с собственно социальной системой (что у Парсонса называется *societal community*); в процессе этого взаимодействия социальные нормы, правила и ограничения, принятые в обществе, переносятся на процессы питания. Например, разнообразные пищевые табу в первобытных обществах (зачастую абсолютно бессмысленные) – это и есть социальное нормирование; воспроизводство социальной солидарности механического типа (в категориях Э. Дюркгейма).

Для удобства изложения и чтения мы выделим условно пять таких социально-экономических систем питания в истории человечества: примитивная, архаическая, древняя, средневековая, современная. Хотя их намного больше (например, системы питания в шумерском и египетском обществе я объединяю в одну систему, но строго говоря, они во многом не совпадают. Все эти системы не равны по значению друг другу; их протяженность во времени различна, однако системный подход остается удобным методологическим инструментом, в определен-

ной мере отражающим реальные процессы и их трансформацию. Очень многие как отдельные исторические события, так и фундаментальные социальные процессы можно объяснить исходя из трансформации систем питания.

В истории развития питания легко выделить четыре самых важных сдвига, так называемые продовольственные революции, оказавшие огромное влияние на продолжительность жизни и здоровье людей:

- переход к мясной пище в эпоху палеолита (система питания первобытного мира на основе охоты и собирательства);
- неолитическая аграрная революция – переход к земледелию и скотоводству (древняя система питания на основе крестьянского хозяйства);
- постепенное формирование после 1500 года благодаря географическим открытиям и морской транспортировке грузов мировой системы производства продуктов питания (перекрестное освоение американских, европейских и азиатских агрикультур, начало формирования современной системы питания);
- создание, благодаря рынку и капитализму, массовой индустриальной системы производства и потребления продуктов питания.

## 1.1. Питание в первобытном мире

Большую часть своей истории человечество находилось в неподвижном, неизменном, первобытном состоянии. Такой тип общества мы называем примитивным – простым, неразвитым, неизменным. Это не значит, что никаких преобразований не было – например, переход к прямохождению; активное использование средства коммуникации – языка; использование огня для защиты, обогрева и приготовления пищи; приручение диких животных (доместикация); производство орудий труда (лук и стрелы для охоты); создание устойчивой формы социализации – семьи, формы религиозного сознания (например, анимизма) и эстетического отношения к действительности (наскальная живопись), все это крайне важно. Все эти революционные по характеру, но эволюционные по форме изменения растянулись на десятки и сотни тысяч лет, в отличие от современных изменений, которые охватывают всего-то не более 10 000 лет. Но все же сначала давайте рассмотрим питание наших предшественников – древних приматов и человекообразных существ, а затем первичных человеческих сообществ.

### 1.1.1. Еда эпохи палеолита

Возраст Земли 4,54 млрд лет. Не больше, но и не меньше, чем у других планет. Однако жизнь (появление бактерий) зародилась только на Земле 4–3,7 млрд лет назад. 1,2 млрд лет назад появляются первые водоросли, а первые позвоночные животные – 525 млн лет назад. 145 млн лет назад, в меловой период, на Земле господствовали динозавры, но появились и первые млекопитающие. Первое известное из древних приматов млекопитающее – пургаториус (*Purgatorius*). Это было существо размером с мышь, обитавшее на деревьях, питалось оно насекомыми и, возможно, листьями деревьев (ближайшие родственники – летучие мыши). 33–20 млн лет назад, в эпоху олигоцена, появились предки современных приматов – с объемом мозга 27 см<sup>3</sup>, длиной тела 40–50 см и массой 2–3 кг, они были всеядны: насекомые (до 4 % всей пищи), растения, плоды. Продолжительность их жизни – до 10 лет.

В миоцене, 20–10 млн лет назад, появились дриопитеки – вероятно, общий предок шимпанзе, бонобо, горилл и человека. Объем мозга у них составлял около 150 см<sup>3</sup>, масса тела – 15 кг, а длина тела более 1 м. Питание их было полностью растительное, продолжительность жизни более 10 лет. В плиоцене, 5 млн лет назад, появляются первые гоминиды – австралопитеки. У них существенно, до 400 см<sup>3</sup>, вырос объем мозга, что и понятно – они уже вели наземный образ жизни, продвигаясь на двух ногах. В связи с этим возрастало количество возможных врагов, требовалось быть начеку (вероятно, так закрепилась мутация гена, связанного с прямохождением: те, кто мог смотреть дальше, был в большей безопасности и имел более высокие шансы оставить и вырастить потомство). В пустыне Афар в Эфиопии был найден скелет, получивший имя Люси (антропологи назвали его так в связи с популярной в то время песней «Битлз» *Lucy in the sky with diamonds*), его изучение доказало, что австралопитеки были прямоходящими; днем они бродили по саванне небольшими группами, а ночью возвращались на ночевку на деревья. Питание их составляли растения саванны (возможно, и переход от зоны тропического леса был связан с принципиальным расширением возможностей питания – клубни растений давали большее количество растительного белка; но все же очень долго австралопитеки предпочитали питаться продуктами леса, а не саванн). Охота добавляла немного животного белка. Вес их уже составлял от 30 до 70 кг, а длина тела достигала 150 см. Продолжительность жизни около 20 лет (таков был и возраст Люси, которая умерла своей смертью).

В палеолите около 2,5 млн лет назад появляются первые *Homo* – сначала *Homo habilis*, «человек умелый», который назван так, потому что умел изготавливать каменные орудия труда. Объем его мозга увеличился вдвое по сравнению с австралопитеками, достигнув уже 800–1100 см<sup>3</sup>, масса тела увеличилась до 75 кг, а рост – до 180 см. Если «человечество начинается с кухни», то с какой именно? Вот что говорят археологи: в 1913 году в Танзании было обнаружено Олдувайское ущелье, стоянка *Homo habilis*. Результаты исследований этого ущелья доказывают, что древние люди умели разделывать туши животных; им, возможно, была знакома термическая обработка пищи [1, 2, 3]. Не только археологические данные говорят нам о том, что ели эти древние люди. Анализ микроскопических остатков пищи на зубах *Homo habilis* также дает нам точные и объективные данные о питании в то время. Интенсивность накопления изотопов азота и углерода в костях также позволяет палеоантропологам реконструировать диету древних людей.

*Homo sapiens* обладали еще большим объемом мозга, до 1400 см<sup>3</sup>. Видимо, для обеспечения работы такого большого мозга и потребовалось перейти с преимущественно растительного питания к всеядности, то есть существенно увеличить долю животного белка. Действовала и обратная зависимость: увеличенное потребление белка меняло строение костей черепа (жевательный аппарат становился все менее мощным), что высвобождало пространство для большего объема мозга. Постепенно совершенствуется техника коллективной охоты, *Homo habilis* выходит из Африки в Азию и Европу. Первыми примерно 150 000–100 000 лет назад из Африки вышли неандертальцы – *Homo neanderthalensis*. Их специализация питания – исключительно белковая пища, связанная с охотой на крупных животных (на практически полное отсутствие углеводов в их диете указывает отсутствие кариеса – всего лишь 1 %, что было бы чудом для современного человека).

*Homo sapiens* были меньше по размеру, чем неандертальцы, и отправились в Европу и Азию гораздо позднее. Их пищевая специализация – максимальная всеядность. Там, где были крупные животные, *Homo sapiens*, как и неандертальцы, переходили на белковое питание (именно животные, а не растения сакрализировались древним человеком, именно они изображены на наскальных рисунках); если же их не было, в пищу использовались рыба и морепродукты, растения и клубни. Такая всеядность помогла выжить в конкуренции с неандертальцами, которые, видимо, вынуждены были мигрировать вслед за животными, а как только пищевая база в связи с временным похолоданием сократилась, неандертальцы не смогли приспособиться к новым условиям. Тем не менее, очевидно, что древние *Homo sapiens* жили в условиях постоянного пищевого стресса – изобилие неминуемо сменялось голодом. Не очень они заботились о порядке и чистоте: раскопки древних стоянок показывают, что там, где они жили и ели, оставлен и мусор.

Что касается вкусов эпохи палеолита, то они скорее всего сильно отличались от современных. Прежде всего, подчеркну, что они объективно существовали. Некоторые ученые отказывают древним людям в наличии вкуса: якобы питание – только для утоления голода. Это, конечно, не так – вкусовые рецепторы всегда выполняли очень важную функцию в жизни человека, позволяя отличать съедобное от несъедобного. Горькие вкусы свидетельствуют о возможной опасности продукта. У детей всегда формируется предпочтение сладкого, потому что таково на вкус грудное молоко. Но у древних людей не было ни знакомого нам сладкого вкуса (ни сахара, ни меда они не добывали), ни вкуса молока; соленый вкус был обеспечен солью сырого мяса и крови, но соленой также была зола, попадавшая на жареное мясо. Известно, что неандертальцы уже различали горький вкус (вариация соответствующего гена у них была, как у современных людей; да и анализ остатков на керамике возраста 6000 лет свидетельствует, что древние люди знали, что такое горчица). Кислый вкус давали фрукты и овощи; но я полагаю, что самым притягательным был вкус ферментированных продуктов – это несколько протухшие мясо и рыба; забродившие напитки на основе фруктов и ягод. И до сих пор этот древ-

ний вкус в ходу. Например, шведы – любители сюрстрёмминга (квашеной селедки) – уверяют: то, что отвратительно пахнет, на самом деле очень вкусно. В Китае вкус ферментированного соевого соуса – это вкус номер один, в Таиланде рыбный соус нам-пла один из самых популярных. Похожие вкусы и у нас, на севере России, – например, так называемый «печорский засол» рыбы. Но и в целом в России вкус ферментированных продуктов очень распространен – например, кислый вкус квашеной капусты (в ней витаминов больше, чем в свежей); ржаного хлеба или кваса.

Все примитивные общества по экономическому способу производства – общества собирателей и охотников; такой вид экономической деятельности ближе всего к адаптации под окружающую природную среду – то, что в политической экономии называют «присваивающим хозяйством». Оно очень близко к естественной деятельности любого биологического организма по поиску питания и обеспечению воспроизводства индивидуального организма и группы (например, кормление у животных), но все же и отличается от него. Ведь собирательство и особенно охота – сложное коллективное предприятие, обучение навыкам которого передается из поколения в поколение. Примитивный человек обладал огромным богатством знаний о природе, о животных, о растениях. Все, что подлежит собирательству, не просто сразу же потребляется, а сначала проходит установленный (институционализированный) процесс распределения и последующего перераспределения согласно социальным нормам, принятым в конкретной группе. Археологические данные говорят, что уже 500 000 лет назад примитивный человек использовал системы хранения продуктов питания на временных стоянках. Характер распределения в примитивной группе был равнообеспечивающий – то есть не равный, но все же предполагающий, что каждому индивиду в группе достается некоторая часть общего распределяемого продукта. В примитивном обществе действовали отношения социального типа – симметричные отношения реципрокности, как считал Карл Поланьи, основанные на взаимной поддержке и помощи со стороны всех членов группы. Чужие не представляли никакой значимости для группы, господствовал этноцентризм, признающий только свой род, группу, племя и исключаяющий возможности для интеграции чужого. Так, непосредственно наблюдавший жизнь аборигенов Австралии Ф. Роуз пишет, что они (племя ваниндильяугва) крайне изолированы друг от друга, в течение всей своей жизни средний представитель племени знает около 1000 человек, при этом из них 650 его соплеменники [4].

Способ экономического производства – охота и собирательство – создает и соответствующие социальные формы жизни. Обмен возможен только как дарообмен или обмен людьми (поскольку обмен женщинами является непременным условием экзогамии) [5]. Те, кто участвует в системе распределения, – свои; те, с кем обмениваются, – чужие: на языке папуасов Новой Гвинеи «те, кто делят мясо» – родственники, «те, кто обменивают мясо» – чужие. В еще более развитых охотничьих общинах африканских бушменов, где уже существуют устойчивая семья и домохозяйство, добыча распределяется так: 2/5 туши добытого животного – семье охотника (тому, чье копьё или стрела первыми попали в животное), 3/5 – родственникам. Потребление выступает как магический процесс, у папуасов Новой Гвинеи свинину готовят на священных камнях, через них священная сила переходит в людей, а самому мясу приписывается целебная сила.

Образ жизни примитивных народов – кочевой, предполагающий лишь временные стоянки. По мнению Герберта Спенсера, именно такой образ жизни и не позволял активно развиваться коллективному сознанию, культуре и обществу. Религия не поднималась выше мифологии, магии и тотемизма; культура не знала письменности и литературы; формы социализации были не выше локальной социальной группы (не более 25–50 человек) и племени (как соединения нескольких групп в одно целое). Строгому неэкономическому распределению и закреплению в монопольную «собственность» подлежало основное «средство производства» – территория охотничьего и собирательского хозяйства. Эта территория в силу специфики хозяйства

могла быть весьма велика (до 750 км<sup>2</sup> для первобытных охотников палеолита) и тщательно охранялась от посягательства представителей другого племени. В крайних случаях разрешался проход по территории племени – например, за священной охрой у австралийских аборигенов. Собственность на территорию рассматривалась не как приобретенная или завоеванная, а как священная и неотчуждаемая по своей природе. Даже представители соседской общины одного племени должны были спрашивать разрешения охотиться на территории другой общины, обычно это осуществлялось через родственников, и их наличие как бы легитимизировало это нарушение границ. Собственность на территорию имела религиозный характер, рассматривалась как тотемическая и, в силу этого, неотделимая от представителя этого тотемического рода. Даже при продаже территории американскими индейцами европейцам они продолжали охотиться на ней и использовать ее как ни в чем не бывало. Собственность на территорию и собственность на орудия труда рассматривались как неотъемлемое свойство человека – представителя данной социальной общности. Поэтому эта собственность была монопольной по своему характеру, не участвуя в экономических отношениях между племенами и общинами. Только в период крупных природных катастроф система территориального деления полностью разрушалась (например, в период сильной засухи африканское племя каримойя переходило границы своей территории, но здесь уже нарушался весь привычный уклад хозяйства). Семейная собственность на землю возникает гораздо позже, только при индивидуальной обработке земли, но и она считается неотчуждаемой и не подлежит продаже (по законам Древней Греции собственность на землю принадлежит роду и не может выйти из него, а общинные земли, разделенные между домохозяйствами, подлежат периодическому переделу для обеспечения справедливости).

Распространенная гипотеза о том, что человек палеолита был падальщиком, не находит достаточных подтверждений в палеоантропологии, скорее он конкурировал с хищниками. Растительная пища, моллюски и рыба, насекомые – как правило, преимущественно женское питание, а мясо – мужская пища. Необходимость приготовления пищи привела к существенно новой, более высокой роли женщины в семье и социальной группе. Собственно, приготовление пищи и стало основой создания семьи в рамках локальной группы – семья связана прежде питанием, а только потом половыми отношениями и рождением потомства (при полигинном браке возраст вступления в брак девушек, например, у австралийских аборигенов 8–10 лет, молодая жена берется в дом – хотя дома нет, значим, образно выражаясь «в дом» – для целей ведения хозяйства и обучения приготовления пищи, а не для секса и рождения детей, и только через 6–8 лет ей предстоит выполнять репродуктивную функцию). Никакой существенной разницы в питании индивида в зависимости от его социального ранга в примитивной группе не наблюдается (этому есть свидетельства [6]).

Охота и собирательство, уровень и технологии хранения продуктов не обеспечивали устойчивого питания в примитивном обществе, так что голод был частым спутником человека в то время. Тем не менее, на примере тасманийцев, которые живут охотой и собирательством, мы видим, что питание в целом стабильно обеспечивает выживание группы [7]. И вместе с тем, как доказывал Маршал Салинз, не все время человека и группы посвящено обеспечению питанием; охота и собирательство по эффективности обеспечения продуктами питания дают возможность сохранять хороший баланс рабочего и свободного времени: взрослому индивиду в группе необходимо работать для обеспечения своего пропитания не более 4 часов в день – существенно меньше, чем уровень занятости в современном мире. Однако и уровень развития потребностей – в том числе и потребление продуктов питания – гораздо ниже [8]. Опыты по выживанию современного человека в группе шимпанзе показывают интересный факт – человек не может есть так мало и передвигаться в день так много, как взрослые шимпанзе. Такая же ситуация могла назреть, если бы современный человек вдруг оказался в группе первобытных людей.

Постепенно и очень медленно способы производства примитивного общества меняются. Собирачество может переходить в специализированное собирачество – то есть собирачество не всего того, что может идти в пищу, а собирачество какого-то отдельного вида растений. Для его добычи часто применяются специализированные орудия (типа копалки или мотыги), для хранения часто используется только часть растения (зерна или клубни). Все это создает явные возможности перехода к культивированию растений – так рука об руку с собирачеством возникает агрикультура. Так же и охота вполне может трансформироваться в охоту за стадом, когда племя или локальная группа следует за миграцией животных и добывает ровно столько животных, сколько необходимо для пропитания. В этом случае может развиваться и скотоводство (например, африканское племя каримойя в основном не питается мясом, в пищу идут только молоко буйволиц и кровь буйволов, откачивать можно до 3 литров, не нанося какого-либо особого вреда животным) [9]. Однако эти процессы перехода к культивированию растений и одомашниванию животных идут только вместе с сохранением собирачества и охоты как все еще главных способов производства продуктов питания.

Итак, палеолитическая революция в питании заложила основной принцип питания человека: максимальное разнообразие питания и всеядность. Рацион питания человека теперь состоял не только из углеводов, но также белков и жиров, что существенно улучшило здоровье общества и значительно повысило продолжительность жизни – до 30 лет. Превысить эту планку нам удалось с точки зрения исторического времени только вчера (в России конца XIX века средняя продолжительность жизни составляла 32 года).

## Литература

1. Добровольская М. В. Эволюция питания рода Номо // Вестник Московского университета. Серия XXIII Антропология, 2009, № 4, с. 56–64; Добровольская М. В. Человек и его пища. М.: Научный мир, 2005.
2. Козловская М. В. Система питания верхнепалеолитических сообществ. Номо *sungirensis*. Верхнепалеолитический человек: экологические и эволюционные аспекты исследования. М.: Научный мир, 2000, с. 411–420; Козловская М. В. Феномен питания в эволюции и истории человека. Диссертация на соискание ученой степени доктор исторических наук по специальности 07.00.06 Археология. М., 2002.
3. Козлов А. И. Пища людей. Фрязино: Век 2, 2005.
4. Роуз Ф. Аборигены Австралии. Традиционное общество. М.: Прогресс, 1989.
5. Мосс М. Очерк о даре. Форма и основание обмена в архаических обществах // Мосс М. Общества. Обмен. Личность: Труды по социальной антропологии. М.: Восточная литература, 1996.
6. Добровольская М. В. Особенности питания человека позднего каменного века и некоторые вопросы поведения // Этология человека и смежные дисциплины. Современные методы исследований. Под ред. М.Л. Бутовской. М.: Ин-т этнологии и антропологии, 2004, с. 88–111.
7. Кабо В. Тасманийцы и тасманийская проблема. М.: Наука, 1975, с. 113; Кабо В. Р. Первобытная доземледельческая община. М.: Наука, 1986.
8. Салинз М. Экономика каменного века. М.: ОГИ, 1999.
9. Stinchcombe A. L. *Economic Sociology*. New York: Academic Press, 1983.

### 1.1.2. Неолитическая революция в питании

Термин «неолитическая революция» предложил (по аналогии с промышленной революцией) австралийский археолог Гордон Чайлд в 1923 году. Под ней он подразумевал произошедший примерно за 10 000–15 000 лет до н. э. переход к принципиально иному способу жизни

человека – от кочевого к оседлому. С этим были связаны возникновение поселений – деревни и города и увеличение объема социальных групп; переход к иной экономике – от присваивающего к производящему хозяйству; от охоты и собирательства к сельскому хозяйству [1]. В отличие от Г. Чайлда, мы теперь знаем, что переход к земледелию осуществлялся постепенно, а не сразу, так что «революция» растянулась во времени на 10 тысяч лет. Растениеводству предшествовало специализированное собирательство, а животноводству охота за стадом [2]. Первые следы культивирования растений относятся к 17 000 лет до н. э., а одомашнивание животных к 10 000 лет до н. э., но вместе с этим сохранялись и собирательство, и охота на диких животных.

Что произошло с питанием в эту эпоху? Теперь мы точно знаем, что сначала питание существенно ухудшилось: оно стало менее разнообразным, снизилось количество белковой пищи, при этом не слишком увеличилось потребление углеводной пищи [3]. Зато питание становилось более стабильным, первые земледельцы по-прежнему зависели от капризов погоды, но появилась возможность делать запасы (зерна). Что не в последнюю очередь обусловило возникновение политической власти – именно ей поручалось делать запасы, хранить их и распределять. Хлеб стал основой питания, в разных регионах мира практически одновременно появились пшеница, рис и кукуруза. Тем не менее, здоровье людей неолита серьезно ухудшилось – продолжительность жизни опять откатилась на уровень в среднем 20 лет.

Примерно 10 тысяч лет человек осваивал разные культурные растения: пшеницу (полба) и ячмень выращивали за 10 000 лет до н. э.; рис – 9000; гречку, картофель и кукурузу – 5000 лет; тогда же появились культивируемые имбирь, огурцы, цикорий; за 4000 лет до н. э. – виноград и бобы; 3000 – чеснок, морковь, соевые бобы; относительно поздно – за 1000 лет до н. э. – появились овес, сахарный тростник, капуста. Одомашнивание коз и овец относится к периоду 10 000 лет до н. э., однако прошло еще 5000 лет до того, как научились изготавливать сыр и йогурт; за 7 500 лет – стали одомашниваться буйволы и туры (предки современных коров); 5000 лет – лошадь; 3000 лет – куры, гуси и утки.

Что послужило причиной перехода к новому способу хозяйства – от присваивающего к производящему? Конечно, это не новые вкусы. Ведь вкус всегда следует за производством и техникой (в том числе и хранения продуктов) и лишь изредка ведет за собой экономику (как случилось в Средние века, когда жажда пряностей напрямую привела к географическим открытиям и связанным с ними изменениям). Но что заставило бросить устойчивый способ производства ради нового и неизвестного?

В социологии принята точка зрения Эмиля Дюркгейма, который утверждал, что охота и собирательство требуют огромной площади угодий для обеспечения пропитания одного члена группы, группы одинаковы и ревностно охраняют свою территорию, при гомеостатическом равновесии численность групп (сегментов) и плотность населения регулируется локальными конфликтами и войнами [4]. Так существовали североамериканские индейцы, австралийцы и тасманийцы и многие другие народы, живущие на относительно замкнутой территории. Но как только увеличивается плотность населения, а вместе с ней и частота общения с другими людьми (Дюркгейм называл это моральной плотностью населения), тут же создается иная возможность – не конкурировать с другими группами, а найти новый способ существования, измениться для выживания и приспособления к новым условиям. Так наряду с механической солидарностью возникает солидарность органическая, когда на одной ограниченной территории в единое целое соединяются разные по своей социальной природе группы (более подробно об экономической социологии первобытного общества см. [5]).

В экономической науке принята другая точка зрения: новый способ производства – земледелие, пришедшее на смену собирательству и охоте, оказалось более эффективным, обеспечивало более устойчивое пропитание и так постепенно закрепилось в качестве основного. Есть и культурологическая точка зрения: развитие религии (культ предков как основа оседло-

сти), языка, сознания и знания, счета и образности мышления – в совокупности способствовали восприятию нового, возможности эксперимента и закрепления новых практик. У людей появился и закрепился новый вкус – к продуктам земледелия [6]. Что привело и к трансформации всей системы вкусов. Продукты земледелия были пресными, они требовали вкусовой добавки – так соль стала тем, что придает вкус новым продуктам. Именно соль, соленый вкус стал свидетельством цивилизации. У Гомера в «Одиссее» народы, не знавшие соли, называются варварами: «Странствуй... пока не придешь в страну смертных, которые моря не знают и никогда не пробовали пищи, приправленной солью...» [7].

В действительности, наверное, все эти факторы вместе – социальные, культурные, экономические – способствовали изменению способа производства. Удивительно, что переход к земледелию осуществился независимо в долинах различных рек (на Ближнем Востоке в дельте Иордана, между реками Тигр и Евфрат, в Африке в дельте Нила, в Азии в бассейне Инда, в Китае в дельте Хуанхэ и Янцзы и в Америке, в Мексике и Перу), однако это объяснимо: дельты рек с их разливами предоставляют не самую плодородную, но самую легкую для обработки почву. Именно эти регионы всегда были богаты и изобильны для охоты, рыболовства и собирательства. Видимо, нужда и лишения все-таки не лучшие условия для изменений, напротив – только там, где имеются наилучшие условия для охоты и собирательства, возникает новый и пока еще неустойчивый тип производства продуктов питания.

Не все согласны с такой точкой зрения. Наш замечательный ученый Н. И. Вавилов, директор Всесоюзного института растениеводства, считал, что лучшие условия для зарождения земледелия предоставляли горные районы. Вавилов выделял семь основных центров происхождения земледелия.

- Южноазиатский тропический центр (Индия, Южный Китай, страны юго-восточной Азии дали более 50 % всего количества культурных растений – рис, огурец, цитрусовые, манго, кокосовую пальму, сахарный тростник, банан, черный перец, хурму);
- Восточноазиатский центр (Китай, Япония, Корея; очень важные растения – соя, гречка, чай);
- Юго-Западноазиатский центр (Иран, Афганистан, Пакистан, Кавказ, Турция, где здесь в диком виде растут пшеница, рожь, морковь, горох, бобы, чеснок);
- Средиземноморский центр (оливки, виноград, капуста, свекла);
- Эфиопский центр (кофе, ячмень, пшеница);
- Центральноамериканский центр (кукуруза, фасоль, картофель, тыква, батат, авокадо, какао, томат);
- Южноамериканский центр (кока; ананас, папайя, маниок и фейхоа) [8].

Вавилов пришел к таким выводам в результате многочисленных экспедиций и исследований. Но его погубило то, что он был сторонником генетики. На последней встрече со Сталиным, в 1939 году тот сказал Вавилову: «Ну что, гражданин Вавилов, так и будете заниматься цветочками, лепесточками, василёчками и другими ботаническими финтифлюшками? А кто будет заниматься повышением урожайности сельскохозяйственных культур?» В 1941 году Н. И. Вавилов был арестован НКВД, приговорен к расстрелу и умер в тюремной больнице в 1943 году.

Итак, тенденция налицо: примерно 15 000–10 000 лет назад независимо друг от друга, на разных континентах, в 7–10 регионах мира произошла так называемая «неолитическая революция», сформировались земледельческие культуры, которые вместе с новым способом производства приобрели новые продукты питания и новые вкусы. Как считал Гордон Чайлд, эта революция в способе производства привела вскоре к «урбанистической революции»: новый способ производства создал оседлые поселения, что кардинальным образом изменило общественный порядок. Возникли не только деревни как соседские поселения, но и города, а в них – социальные классы, государство, разделение труда, обмен (сначала только внешняя торговля),

наука, искусство, образование. Все то, что характеризует понятное и знакомое нам общество. Новая цивилизация требовала новых форм сознания, так постепенно вместо магии и тотемизма формировался политеизм, а сами боги и их сообщества антропоморфизировались. Первоначально как питание, так и общественное здоровье ухудшились. Это и понятно: питание стало хотя и более стабильным (археологи имеют много данных о создании хранилищ зерна), но все же очень однообразным. А средняя продолжительность жизни временно снизилась. Но вскоре неолитическая революция принесла свои плоды – наступила настоящая демографическая революция.

## Литература

1. Чайлд Г. У истоков европейской цивилизации. М.: Издательство иностранной литературы, 1952.
2. Шнирельман В. А. Происхождение скотоводства (культурно-историческая проблема). М.: Гл. редакция восточной лит-ры, 1980.
3. Cohen M. N. The Food Crisis in Prehistory: Overpopulation and the Origins of Agriculture. New Haven, CT: Yale University Press, 1977.
4. Дюркгейм Э. О разделении общественного труда. М.: Канон, 1996.
5. Веселов Ю. В. Экономико-социологическое исследование примитивного хозяйства // Вестник Санкт-Петербургского университета, 1996, вып. 1, сер. 6, с. 48–58.
6. Павловская А. В. От пищи богов к пище людей. Еда как основа возникновения человеческой цивилизации. М.: ЛомоносовЪ, 2018, с. 38.
7. Соль: история и факты. Человек узнает соль. <http://www.o-soli.ru/istoriya-soli/chelovek-uznaet-sol/>
8. Вавилов Н. И. Пять континентов. М.: Мысль, 1987.

## 1.2. Питание в архаических обществах

Неолитическая революция была комплексной: изменилось не только питание (главным, в питании земледельцев стали зерно и хлеб, который теперь по праву назывался насущным); производство (от охоты и собирательства перешли к земледелию); религия (от анимизма и тотемизма к сложному и многообразному политеизму), но изменился весь повседневный образ жизни. Безусловно, самой значимой и определяющей чертой того времени, в отличие от жизни примитивных народов, стала оседлость. Все примитивные общества – это кочевые общества, у них есть только временные стоянки, а в архаическом мире (задолго до появления античного мира греков и римлян 10 000–15 000 лет назад) появились постоянные поселения – сначала деревни, потом города, а затем и целые государства-империи.

Хотя непосредственной социальной единицей архаического и древнего хозяйства является домашнее (семейное, родовое) хозяйство и родовая, а затем и соседская община, но в социальной организации хозяйства в Древнем мире возникают и новые акторы: это государство с его собственностью, налогами, бюрократическим аппаратом; это храмы и их хозяйство – зачастую именно они были центрами сосредоточения денежных ресурсов (то есть эти храмы и были банками эпохи античности); это города с их рынками и торговыми организациями, их настоящие (а не мифологические) герои – купцы с новым видом собственности, с движимой собственностью (корабли, товары и пр.). Наличие государства с его бюрократией и налогами дает основание Карлу Поланьи считать перераспределение основным принципом социальной организации древнего хозяйства в противовес реципрокности примитивного хозяйства [1].

В этом новом пространстве деревень, поселков и городов появилось небывалое для примитивного (то есть одинакового по своему строению) мира явление – социальные различия. Какие? Социальное разделение труда – земледельцы и скотоводы; территориальное различие – жители протогородов отличались от жителей деревень; социально-экономические различия – богатые и бедные; социально-правовые – свободные и несвободные и т. д. Вот где настоящий социальный прогресс – движение от одинаковости, от сегментарной структуры (где общество состоит из одинаковых групп), от механической солидарности к дифференциации, различию и различению, к иерархической социальной структуре и органической солидарности.

В Древнем мире возникает и иной принцип социальных взаимоотношений. Земледелие и скотоводство, в отличие от собирательства и охоты, как более эффективные виды хозяйства, могут прокормить большее количество людей, поэтому есть экономическая возможность для использования дополнительной рабочей силы – рабской силы. Карл Маркс считал античный способ производства рабовладельческим, то есть в рабстве он видел основополагающую черту этой социально-экономической формации. В этом есть резон: именно рабство, или рабовладение, можно назвать самым удивительным социальным изобретением античности. Почему? Потому что рабство означало для человека, которого раньше точно убили бы (пленников-рабов в Древнем Египте поначалу и называли «живыми убитыми»), драгоценную возможность сохранить жизнь (сначала в рабство брали только женщин, потом дело дошло и до мужчин); потому что рабство представляло собой ассимиляцию чужого и часто чуждого человека обществом и семьей – представьте, чужой человек (зачастую бывший враг) становился членом семьи, его римское название *famulus*. Рабство, которое появилось сначала вследствие долговых отношений, а потом и военных завоеваний, носило патриархальный характер – раб становился членом семьи и выполнял те же виды работ, что и остальные. Патриархальность служила принципом и семейной, и политической, и экономической организации. Раб был в Греции самым дорогим орудием – о нем следовало заботиться, а умелый, приносящий доход раб – и вовсе стоил целое состояние. Да и в I в. н. э. рабу было обеспечено сносное пропитание – 1,5 кг хлеба и вино [2]. Уровень развития рабства в архаическую эпоху был не таким высоким, как принято считать.

Например, пирамиды в Гизе строили свободные наемные рабочие, а вот Колизей в Риме – уже рабы. В римскую эпоху всякая патриархальность исчезла, и рабство приобрело почти капиталистический характер, собственно, оно и погубило потом античную экономику – свободные граждане больше не считали труд своим занятием.

Однако первые государства в истории цивилизации так сильно отличались от Древней Греции и Рима, что Египет времен фараонов сам был уже седой древностью для греков. Между ними лежали так называемые средние, или темные века самой Античности, поскольку примерно в XII веке до н. э. наступила настоящая катастрофа, практически сопоставимая по значимости с крушением Римской империи, когда природные катаклизмы (климатические изменения) и мигрировавшие «народы моря» полностью разрушили крито-микенскую цивилизацию, огромное Хеттское царство и другие. Кроме того, все самые древние цивилизации были ирригационными государствами; у них не было ни полиса, ни демократии; их устройство было для греков и римлян архаическим. Поэтому я использую термин «архаические общества» для обозначения самых первых государств земледельцев, чтобы подчеркнуть их ранний характер (Карл Поланьи называет их *early empires* – первые империи). Этот термин также, например, применяется для периодизации истории Греции: ее делят на архаический (750–480 годы до н. э.); классический (480–323 годы до н. э.) и эллинистический (323–30 годы до н. э.) периоды. Хотя в нашем случае этот термин носит скорее технический, служебный характер, а не содержательный; вместо него вполне можно использовать обозначение «ранние государства древности».

## Литература

1. Trade and market in the early empires: economies in history and theory / Edited by Karl Polanyi, Conrad M. Arensberg, and Harry W. Pearson. Glencoe: Free press, 1957.

2. Кузищин В. И. Античное классическое рабство как экономическая система. М.: МГУ, 1990, с. 224.

### 1.2.1. Еда и напитки Древнего Шумера

Примерно 6000 лет назад в Месопотамии (от греч. Μεσσηποταμία – «междуречье») возникла письменность в виде клинописи. Никто из исследователей XIX столетия не придавал клинописи значения, воспринимая ее как странный орнамент. Но оказалось, что это тексты. Сначала появилось иероглифическое письмо (например, знак ноги означал глагол «идти» – как у египтян), а затем и слоговое. Шумерский язык не родственен ни одному из известных языков, поэтому мы не знаем, откуда шумеры пришли. Сами себя они называли «черноголовые». Шумеры первоначально были народом гор («страна» и «гора» звучат в их языке одинаково), но каких именно гор – иранского или армянского нагорья – неизвестно. Следы культуры шумеров обнаруживаются в Бахрейне, но там, скорее всего, была их колония.

Именно письменность британский антрополог Джек Гуди считал основным условием, без которого невозможна развитая кулинария и гастрономия [1], и шумеры это условие выполнили на отлично. Возможно, города Шумера были не самыми первыми в истории человечества (например, город Иерихон в Израиле – 10 000 лет на одном месте, или города Хараппской цивилизации, Мохенджо-Даро на территории современного Пакистана), а культура Шумера была, вероятно, не самой развитой; можно допустить, что не они первыми изобрели письменность (заимствовав ее у народов убейдийской культуры). Но вот что важно: их технология письменности была так технологически устроена (клиновидными палочками на сырых глиняных табличках, которые потом затвердевали на солнце), что отлично сохранилась до сегодняшнего дня. Чем сильнее был пожар, тем лучше закалялась глина. Поэтому благодаря этой тех-

нике письменности мы точно знаем – как жили шумеры, что ели и пили, как было устроено их общество, в каких богов они верили, и даже сохранились их оригинальные литературные произведения. Вот почему так важно рассмотреть цивилизацию Древнего Шумера – она открывает нам секрет кухни Древнего мира. Кроме того, на пользу науке пошло и то, что шумерские бюрократы были не только грамотными, но еще и очень дотошными, даже мелочными (например, они записывали не только кто пришел на свадьбу и что подарил новобрачным, но и кто, чего и сколько съел и выпил на этой свадьбе).

Шумеры освоили мореплавание, что существенно расширяло их кругозор – и это второе, после письменности, условие создания высокой развитой кухни: шумерам были знакомы культуры и кухни разных стран. Их двумя крупнейшими городскими центрами были Киш на севере и Ур на юге. И, наконец, поселившись в долине Евфрата, шумеры освоили ирригационное земледелие. Хотя, возможно, они еще раньше знали основы земледелия в своих горных районах (не исключено, что именно в горах Загроса впервые появилось разведение коз). В этом регионе находился основной ареал произрастания дикой пшеницы, ее и начали выращивать шумеры. Сэмюэл Крамер высоко оценивает шумерские сельскохозяйственные орудия – мотыгу (добрая помощница простых тружеников) и плуг (он, скорее, любимец царей – ведь в него запрягают пару быков, а для мотыги достаточно пары рук); их знание природы и ее циклических явлений – именно шумерам принадлежит первый в истории земледельческий календарь [2]. Быки у них служили только тягловой силой, лошади еще не были одомашнены (поэтому в военные колесницы шумеры запрягали ослов).

Вообще шумеры совершили много открытий – в частности, колесо для повозки, до которого не додумалось множество цивилизаций (например, ни одна из мезоамериканских), и парус для лодки. Но для нас важны их открытия в питании. Основной культурой земледелия шумеров был ячмень (хотя выращивали и пшеницу, и полбу), его выращивали на заливных полях, для чего и понадобилась ирригационная система. А ее поддержание требует согласованной работы многих людей (слаженность доставки воды зависит от тех, кто выше и ниже по каналу), а следовательно, централизованной сильной (государственной?) власти. Так возникло первое ирригационное государство, объединявшее много людей на относительно компактной территории, появились институты государства: управление, налоги, законы, учет. Но первое государственное предназначение – формирование и хранение запасов зерна.

Еда шумеров более чем простая. Основа питания – хлеб, из ячменя делали пресные лепешки на кунжутном масле. Главное пищевое открытие шумеров – пиво («жидкий хлеб»). «Сохранились таблички с нормами выдачи продуктов женщинам и детям, жившим и работавшим в специальном «лагере» при царском хозяйстве города Уммы в 2062 году до н. э. Рабочие получали только зерновой ячмень – примерно от 8 до 32 литров на человека... в рационе появилось еще и пиво: взрослым наливали по 16 литров в месяц, детям – по 8» [3]. Да и другие категории «служащих» питались не более разнообразно: лепешки типа нашего лаваша, пиво и немного фиников. Чистая вода была в дефиците, поэтому пили пиво – дешевое ячменное, для тех, кто побогаче – финиковое, а виноградное вино только для самых знатных. Как видите, ни кофе, ни чая, ни других напитков; вода не может долго храниться в жарком климате, вот и остается пиво – и для взрослых, и для детей.

Шумеры создали также садоводство – вспомните легенду о висячих садах Семирамиды в Древнем Вавилоне. Если Рай, согласно Библии, находился примерно там, где жили шумеры, то Ева никак не могла предложить Адаму яблоко – это придумали в Средние века художники, размышлявшие, что же именно, какой плод могла предложить Ева Адаму. Но яблони появились только у хеттов и гораздо позже, так что остается одно: деревом познания была финиковая пальма. Шумеры стали совершенными специалистами в их культивировании – научились искусственно опылять пальмы и собирали не только урожай сладких фиников, но также из

ствола пальмы делали муку и масло. Побег пальмы тоже вполне съедобны, и в кухне многих народов это блюдо до сих пор в ходу.

Шумеры стали мастерами и в огородничестве, им принадлежит заслуга в культивировании огурцов – а ведь даже сегодня в жарких странах огурцы растут плохо, а вот шумеры преуспели. Из овощей также выращивали лук и чеснок, тыкву, чечевицу и бобы; из фруктов – финики и инжир, гранаты и фисташки. И совершенная новинка: десертный сладкий напиток – «сикару» (или «сикера» – нечто типа медовухи). Сласти тоже были уже известны, готовились из муки и финиковой патоки – но большого распространения не имели. Из мяса популярной была баранина, но ели ее только по праздникам и никогда по будням. На кухне использовались разнообразные птицы, голуби, однако еще не было курицы [4]. Из мяса также использовались газели и прочая дичь. Отчет о провизии на одной свадьбе показывает, что меню было обильным по количеству блюд, но однообразным. Да и богам пища подавалась одинаковая (в храме Урука еда богам подавалась два раза в день, состояла из первого и второго блюда, но меню было одинаковое).

Из овечьего молока делали сыр, из коровьего – масло, распространенным в жарком климате было топленое масло (как потом в Индии масло гхи). Для сервировки стола и хранения продуктов шумеры изобрели горшки, тарелки и кувшины из обожженной глины, все это стало возможно благодаря изобретению гончарного круга. Кувшины и посуда украшались орнаментальной живописью. Но ели, конечно, шумеры руками – телесность, непосредственная материальность их пищи еще не отделялась от собственной телесности. Столов и традиции застолья еще не было, сиденьями служили маленькие стулья или подушки, еду давали каждому прямо в руки, пиво пили из общего кувшина через отдельные тростниковые или глиняные соломинки. Женщины редко ели вместе с мужчинами, разве что в узком семейном кругу.

Основой приготовления была круглая глиняная печь во внутреннем дворе дома или костер; хлеб выпекали примерно так же, как сейчас лаваш – тесто размещалось внутри на раскаленных стенках печи. Распространены были и металлические жаровни, но в основном готовили в том, что сейчас в Средней Азии называется тандыр, а у шумеров называлось «тинуру» (в Индии «гандур»). Шумеры не только ловили рыбу, но и впервые в истории специально разводили рыбу в прудах. Из техники консервации использовали сушение, соление, копчение, засахаривание (фрукты в меду).

Вот текст песни, в которой представлен спор земледельца и пастуха, в ней перечисляются все эти шумерские продукты:

Чем землепашец меня превосходит?  
Если он даст мне муки своей черной –  
Дам землепашцу овец своих черных.  
Если он даст мне муки своей белой –  
Дам землепашцу овец своих белых.  
Если он даст мне лучшего пива –  
Дам землепашцу молока я густого.  
Если он даст мне сладкого пива –  
Дам землепашцу моей простокваши.  
Если он даст мне цеженого пива –  
Дам землепашцу молока я парного.  
Если он даст мне легкого пива –  
Молока землепашцу дам с целебной травой.  
Если он даст мне плодов своих сладких –  
Дам землепашцу молоко итирида.  
Если он даст мне хлебов своих вкусных –

Дам землепашцу сыров я сладчайших.  
Если он даст мне мелкой фасоли –  
Дам землепашцу я сыров своих мелких.  
Больше, чем съест, больше, чем выпьет,  
Масла дам я ему в избытке!  
Молока дам я ему в избытке!  
Чем землепашец меня превосходит? [5]».

В этом перечислении шумерских продуктов поражает богатство кулинарии – ее история (в Шумере) только начинается, а уже почти все наши современные продукты представлены на столе. Почему это изобилие возникает так быстро? Видимо, накопление всех этих кулинарных навыков и знаний, технологий производства, приготовления и хранения шло в течение достаточно долгого промежутка времени (несколько тысячелетий), а шумеры просто вдруг представили нам о всех этих продуктах и технологиях письменные свидетельства.

Карл Поланьи настаивал, что экономика древней Месопотамии существовала главным образом на основе администрирования и перераспределения, отношений обмена почти не было. Теперь эта точка зрения вызывает сомнения. Похоже, рынки, в том числе и продуктов питания, все же существовали, хотя обмен, конечно, был преимущественно натуральным (как между скотоводами и земледельцами). Также существовал рынок наемной рабочей силы, и наконец, на базар привозили продукты и товары из других стран [6].

Сохранившиеся шумерские кулинарные книги, рецепты блюд сегодня хранятся в Йельском университете (*Yale culinary tablet*). В них очень много различных супов, похлебок, все они с мясом или рыбой, но обязательно с добавлением муки или прожаренных (и/или толченых) зерен. (В русской кулинарии это называлось «мучной подболткой».) Мясо реже жарили, а в основном варили и тушили, и такая технология в отличие от вертела – свидетельство более высокой культуры. Из специй использовались знакомые нам кориандр (кинза), зира (кумин), лук-порей, чеснок, но также и непонятные нам сегодня приправы – например, некую «андашу» (возможно, из луковиц тюльпанов) [7]. Похоже, что шумеры уже знали знаменитый перебродивший соус «сикку» (у римлян – «гарум», или «ликвамен»), незаменимый источник аминокислот, самый древний усилитель вкуса. Существовали и пищевые табу, носившие религиозный характер, самое известное из которых – запрет на употребление свинины (оформился только после 2400 года до н. э.). И, конечно, еда мифологизировалась как основа общения с богами; им первым всегда приносилась жертва в виде хлеба, мяса или пива.

Итак, шумерская земледельческая и пастушеская культура создала, как мы теперь знаем благодаря их письменности, новый рацион питания: он так же, как и в предшествующем обществе, сочетал белки и углеводы, но баланс был смещен: углеводам доставалось все, белкам почти ничего. Единственная компенсация – это молочный белок (в 100 г молока содержится 4–5 г чистого белка), который моментально усваивался. Но рацион питания был не так важен, как выигрыш в количестве пищи. Все земледельческие культуры оказались экономически более эффективными, они оказались в состоянии прокормить не только свое население и даже не только свои непроизводительные классы (например, многочисленных жрецов и царскую власть), но и военнопленных. Их превращали в рабов, пропитание которых было скудным, но все же дающим им жизнь.

Количество пищи пока еще не переходит в ее качество, шумерские блюда просты, и даже праздники не обеспечивают разнообразия, но нет пока и резкого социального разделения в питании – свободные и рабы едят одно и то же, только в разных количествах. Все изменится в эпоху господства Вавилона, культура которого была сформирована шумерским наследием. Хотя государство Шумера и было завоевано аккадцами во главе с царем Саргоном, а те в свою очередь – ассирийцами, но культура их, в том числе культура питания, никуда не исчезла.

Шумерский язык вышел из повседневного обихода, но оставался языком религиозных церемоний. Наконец, самой вершины развития культура Месопотамии достигла в эпоху Вавилонского царства. Геродот считал, что Вавилон – самый красивый и большой город древности. Население его достигало 500 000 человек, только Рим в эпоху империи мог превзойти его по численности. Вавилон как поселение, а не сама крепость и дворец, занимал огромнейшую территорию – гораздо большую, чем равные ему по населению современные города. Дело в том, что в мегаполисе древности органически сочетались черты городского и сельского поселения – улицы перемежались не только большими садами, но и полями, пастбищами и пахотными землями. Во времена ассирийского владычества пиры царей Ашшурбанипала и Ашшурнацирпала поражают своей пышностью: присутствуют 50 000 человек, съедают 14 000 баранов, 2200 быков, 20 000 голубей и т. д. [8]. Во второй половине IV век до н. э. Вавилон становится столицей мировой державы Александра Македонского; его захватывает волна распространения эллинистической культуры (государство Селевкидов); потом он входит в состав Парфянского царства; Римской империи; а затем попадает под власть арабского халифата, и только в X веке н. э. всякие упоминания о нем как о городе исчезают. Но культура питания, заложенная в Месопотамии, живет в Ираке и соседних государствах до сих пор.

## Литература

1. Goody J. *Cooking, Cuisine and Class: A Study in Comparative Sociology*. Cambridge: Cambridge University Press, 1982.
2. Крамер С. *История начинается в Шумере*. М.: Наука, 1965.
3. Ивик О. *Еда Древнего мира*. М.: Ломоносовъ, 2012, с. 31.
4. Bottéro J. *The Cuisine of Ancient Mesopotamia // The Biblical Archaeologist*, Vol. 48, No. 1 (Mar., 1985), p. 37.
5. Емельянов В. В. *Древний Шумер. Очерки культуры*. СПб.: Петербургское востоковедение, 2001.
6. Silver M. *Redistribution and Markets in the economy of ancient Mesopotamia: updating Polanyi // Antiquo Oriente*, V. 5, 2007, pp. 89–112.
7. Павловская А. В. *От пищи богов к пище людей. Еда как основа возникновения человеческой цивилизации*. М.: ЛомоносовЪ, 2018, с. 128.
8. Ивик О. *Еда Древнего мира*. М.: Ломоносовъ, 2012, с. 39.

### 1.2.2. Гастрономическая культура Древнего Египта

Египтяне делят с шумерами первенство в использовании письменности. Если шумерская литература сохранилась на почти вечных глиняных табличках, то египетская еще более монументальная – она дошла до нас в камне. Египтяне просто виртуозы обработки камня. Мы видим разнообразные рисунки, в том числе трапезы и кухни; деревянные макеты – все это в огромном количестве выставлено в Каирском музее древностей. В чем принципиальное отличие культур Шумера и Древнего Египта? Ведь культура (и в том числе кухня) Древнего Египта не менее древняя, чем земледельческая культура Шумера. Но шумеры как народ растворились в соседних семитских народах (аккадцы, амориты, арамеи и др.). А вот египтяне живы до сих пор: сравнение ДНК египетских мумий и современных египтян свидетельствует о том, что египтяне за последние 50 веков мало изменились, только немного увеличился процент африканской крови. Поэтому и сегодня в кулинарии Египта используются рецепты времен фараонов [1]. Например, *ful medames* – блюдо из бобов с добавлением масла, лимона и пряностей. Пожалуй, только Китай еще может похвастаться сохранением кулинарных традиций в течение такого долгого времени.

В египетской кухне много всего необычного. По дороге из Каира к пирамидам Гизы тут и там в мясных лавках сегодня видишь то, что в европейской кухне не встречается вовсе – подвешенную тушу верблюда. Современная кухня Египта очень богата и разнообразна, она не ограничивается сохранением собственных традиций, но полна и внешних заимствований (от нубийцев, арабов, турок). Все блюда сытные – похоже, что, как и во времена фараонов, калорий здесь никто не считает. Особенно удаются египтянам десерты и разнообразные сладости, что ведет к избыточному весу и ожирению среди египтян (32 % взрослого населения страдает ожирением) [2]. Не способствует здоровому питанию и стремительное распространение фастфуда.

Но обратимся вновь к истории. Еще в архаическую эпоху (додинастический период) древние египтяне, сформировавшиеся из смешения северо- и восточно-африканских, ливийских племен (древнеегипетский язык был родственен сомалийскому и ливийскому) и семитских народов, умели обрабатывать землю и культивировали дикорастущий ячмень. По мере опустынивания Северной Африки долина Нила заселялась пастушескими племенами, которым ничего не оставалось, как переходить к оседлому земледелию. Раскопки в Меридме Бени-Саламе показывают, что жители там уже в период неолита занимались сельским хозяйством (обнаружены деревянные серпы с каменными зубьями, хорошо развита керамика и производство сосудов различной формы). У этих племен еще господствовали родовой строй и родовая община (предшествующая соседской общине), но уже был развит заупокойный культ предков, что говорит об оседлости.

В эпоху фараонов Египет поражает своей кухней и развитой гастрономической культурой: «Египтяне были большими чревоугодниками и не забывали о еде при любых обстоятельствах» [3]. В отличие от шумеров, египтяне уделяли большее внимание мясу, специально выращивали быков – это африканский бык «иуа», – причем раскармливали его до таких размеров, что бык уже не мог ходить. Тогда его приносили в храм в жертву богам, а специальный служитель проверял качество мяса и крови. Что удивительно, египтяне никогда не ели коров, это был самый распространенный пищевой запрет. Они не употребляли в пищу также баранину и, как и шумеры, свинину. В одно время, в отличие от шумеров, страшным оскорблением царского стола было предложить рыбу (кстати, многие морские народы вообще не признавали рыбу – например, греки гомеровского периода; а другие наоборот, мяса – например, японцы).

Мясо вдруг находит хорошую пару – тесто, так рождается распространенный в Египте вид блюда – пирог или маленькие пирожки. Помимо скотоводства источником мясной пищи была охота – на газелей, антилоп, ориксов (и на гиен, которые считались деликатесом). Ловили птиц – перепелов и уток, и даже солили их впрок. Делали яичницу, но из утиных яиц. А самым любимым мясным блюдом был гусь, жаренный на вертеле, а вот домашние куры появляются только во II тысячелетии до н. э.

Из овощей, кроме знакомых шумерам лука, огурцов и чеснока, добавляется папирус (стебли для еды), корни и клубни лотоса), салат латук, редис, бобы, горох, нут. Из ягод и фруктов – инжир, арбузы (завезенные с юга Африки), гранаты, виноград, финики, плоды сикомора, плоды мимозы, ююбы (жужуба), персеи (родственник авокадо) и других неидентифицированных растений. Миндаль и кокосы были большой редкостью, подавались как деликатесы. Оливковые деревья были привезены в Египет только в эпоху господства гиксосов, их масло использовали для освещения, а в пищу шло в основном кунжутное масло. В перечне пряностей были такие: кориандр (кинза), тмин, розмарин, сельдерей, укроп, петрушка; но еще никакого перца. Что касается сладкого, то египтяне в отличие от шумеров научились хорошо работать с пчелами, их сладости были не только из финиковой патоки, но с медом и плодами рожкового дерева. В этих плодах содержится 50 % сахара, иероглиф «неджем» (сладкий) имел вид стручка рожкового дерева. Рожковое дерево широко распространено по всему Ближнему Востоку (например в Израиле), и мы до сих пор используем камедь плодов рожкового дерева в качестве пищевой добавки. Почти что деликатесом считались молочные изделия – само

молоко, сыр, простокваша. Основным напитком египтян так же, как и у шумеров, оставалось пиво, но теперь уже больше стало виноградного и финикового вина, которые конкурировали друг с другом.

Основу питания древних египтян составляли злаки: пшеница разных видов (в том числе полба и эмер), ячмень и другие культуры. Египтяне, как и шумеры, не изобрели мельниц, а использовали зерновые каменные терки, в них добавляли песок, чтобы быстрее смолотить зерна в муку (поэтому в хлебе оставался песок). Тесто в крупных хозяйствах месили ногами, и вот новость: египтяне уже в эпоху Нового царства пользовались дрожжами, выпекая до 30 сортов хлеба. Выпекали хлеб в специальных металлических формах, но могли печь и лепешки, на горячем песке, как сейчас умеют печь хлеб бедуины. Кухонная утварь включала глиняную печь, различные жаровни и мангалы, котлы и казаны, глиняную посуду, столы для разделки. В строгом согласии с «кулинарным треугольником» Клода Леви-Стросса (более подробно о нем см. в гл. 2) египтяне различали два вида приготовления: «песи» – варить, «ашер» – жарить; а ферментация использовалась для приготовления пива. У каждого едока был свой маленький стул (до 30 см высотой) и отдельные маленькие круглые столы для каждого (до 20 см). Но в бедных домах вместо стульев довольствовались циновками, посуда была разнообразная и самая долговечная, каменная [2]. Ели в основном руками (во время еды служанки обносили гостей кувшинами и тазиками для ополаскивания рук после каждой перемены блюд), но известны были вилки (возможно, их использовали только на кухне), ножи и ложки.

Застолья с приглашенными в дом гостями были излюбленным развлечением древних египтян, и эстетика питания была на высоте: трапеза украшалась цветами (лотоса), курились смолистые благовония, на вечеринку нанимались музыканты (флейта и арфа появились уже в эпоху пирамид), мужчины приглашались с женами, но были и одинокие женщины-жрицы, дети также присутствовали на праздниках, распространены были различные развлечения и игры. Так постепенно разделялась «высокая» и «низкая» кухни, но все же в ту далекую эпоху они были гораздо ближе, чем сегодня. Египтяне не оставили нам своих кулинарных книг, кулинария еще не превратилась в литературное искусство, хотя гастрономия уже ценилась достаточно высоко.

Однако если говорить в целом о повседневном рационе обычных египтян, то он так же, как и у шумеров, оставался скудным и однообразным: хлеб, пиво, овощи и мясо далеко не каждый день. Египтяне и шумеры не были избалованы острым, горьким, терпким, сладким вкусом. В основном пища была нежирной, пресной или подсоленной по вкусу (в питании земледельцев соль была первым средством придать вкус пище – можете сами провести небольшой эксперимент, в кашу у вас пойдет гораздо больше соли, чем при жарке мяса). Невысока была в культуре египтян санитария, древние (как и современные) египтяне страдали от шистосомоза – паразитарного тропического заболевания. Египтяне и шумеры, естественно, не были знакомы со всеми заокеанскими продуктами – картофелем, томатами, перцами, кукурузой; не знали они индийских и китайских продуктов – риса, гречки, сахара (а значит, не знали и чистого сладкого вкуса – мы сейчас потребляем в 25–30 раз больше сахара), бананов, ананасов, апельсинов, мандаринов, лимонов (значит, и кислого вкуса, как мы его понимаем, древние тоже не знали). Персики, груши, вишни появились здесь только в эпоху Птолемеев. Но, что важно, Шумер и Египет в эпоху архаических империй уже наладили общественное производство продуктов питания, ирригационную систему, централизованное государственное распределение продуктов (уменьшившее вероятность голода в неурожайные годы), что позволило говорить об устойчивом снабжении продовольствием, а рыночные механизмы торговли продовольствием, пусть еще слабые, также помогали этому нелегкому делу. Основная экономическая (соединявшаяся с религиозной) задача государства и фараона – обеспечить запасы, которые накапливаются и во дворцах, и в храмах. С этим улучшенным продовольственным снабжением связаны демографический рост и создание огромных империй.

Земледельческий способ производства, основанный как на труде свободных крестьян и работников, так и на труде рабов, основательно закрепился и доказал свою эффективность по сравнению с охотой и собирательством. Египтяне и шумеры, конечно, противопоставляли себя, как потом греки и римляне, «варварам» (*barbari* – «берберы»), диким народам, которые живут плодами природы. Для египтян культура и цивилизация начиналась с кухни, с культурных растений, с традиций и обычаев застолья – еды и питья, а варварам приписывались пугающие и отталкивающие черты, в частности то, что все они якобы каннибалы, что они едят собственных детей и т. п. Но посредством кухни – этой значимой части культуры – цивилизация выделяла и отделяла себя от дикости, воспроизводила свое собственное единство и достоинство. Египтяне вдали от родины, не имея доступа к своим традиционным продуктам и напиткам, чувствовали себя потерянными. Кухня варваров, может, и была не менее интересной, а может, – и более разнообразной, но они не оставили нам никаких письменных источников. Поэтому победила (как и потом, в случае с римлянами) точка зрения, выраженная письменно. Но все-таки питание египтян и шумеров не могло считаться полноценным – соотношение углеводов, жиров и белков сильно склонялось в пользу первых в ущерб вторым и третьим. Обратная картина наблюдалась у варварских кочевых скотоводческих племен (например, скифов): там баланс белков и углеводов был сильно сдвинут в сторону белковой пищи, что также не способствовало здоровью и долголетию. Идеальный баланс в питании, как мне кажется, нашли греки и римляне.

### Литература

1. Hassan-Wassef H. Food habits of the Egyptians: newly emerging trends // *Eastern Mediterranean Health Journal*, Vol. 10, No. 6, 2004, pp. 896–915.
2. Obesity, adult prevalence rate, World. IndexMundi // [https://www.indexmundi.com/egypt/obesity\\_adult\\_prevalence\\_rate.html](https://www.indexmundi.com/egypt/obesity_adult_prevalence_rate.html).
3. Монтэ П. Египет Рамсесов: повседневная жизнь египтян во времена великих фараонов. М.: Наука, 1989.
4. Котрелл Л. Во времена фараонов. М.: Наука, 1982, с. 239.

## 1.3. Социальное пространство еды Древнего мира

Древний мир для нас – это Древняя Греция и Римская империя. Хотя для китайцев, или тайцев, или других жителей Дальнего Востока и Юго-Восточной Азии это совсем не так. Но для европейцев Греция и Рим заложили все социальные, культурные (в том числе кулинарные), экономические и политические основания. Два греческих философа, Платон и Аристотель, сформировали каноны нашего мышления. Мы чувствуем и мыслим совсем не так, как древние египтяне или шумеры, китайцы или индийцы, а как греки и римляне. Господствующая религия европейцев все еще монотеизм в виде христианства, заложенный в Римской империи и ставший государственной религией в Византии. И в то же время мы совсем другие в социальной организации и понимании собственной личности: вместо древнего коллективизма, где «мы» всегда прежде «я», в нас сформирован (тоже обществом) индивидуализм, где только «я» может прожить свою собственную жизнь. Например, у греков дружба – социальное качество, общественная добродетель, а у нас – всего лишь личное дело. Но, тем не менее, мы наследуем кулинарные традиции Греции и Рима, мы принимаем их систему питания как правильную и здоровую (называя ее средиземноморской диетой), хором повторяем за ними, что то, что едят и пьют «варвары» (ржаной хлеб, сливочное масло, пиво), ужасно и вредоносно. Стала ли кухня римлян и греков мировой? Если вспомнить, что в свое время Римская империя включала в себя половину цивилизованного мира (точнее, 20 % всего населения планеты), и учесть современное значение итальянской кухни, то ответ должен быть положительный. Но, конечно, у римлян не было ни спагетти, ни томатов, ни поленты – всего того, что сегодня составляет итальянскую кухню. Хотя, возможно, нечто похожее на пиццу все-таки было в ходу. Зато какого расцвета достигает высокая кухня, как много издается гастрономических книг и кулинарных рецептов, какое изобилие продуктов и приправ! Рассмотрим же подробнее вершину гастрономии Древнего мира.

### 1.3.1. Страна вина: Древняя Греция

Египетская и шумерская цивилизации – это цивилизации пива. Они уже были древностью в ту эпоху, когда на сцену выходят греки: сначала появляется крито-микенская цивилизация (традиционно изучаемая в совокупности, хотя географически разделенная: Микены на материке, а Крит – остров), а затем Афины, Спарта и громадная империя Александра Македонского. Сначала греки старательно копируют «старшие» цивилизации (весьма примечательно их подражание египетскому искусству – все как у египтян, только лица европейского типа). Так же и пантеон богов еще неразвитого греческого демократического общества копирует царский двор высокоразвитых цивилизаций. Но вскоре греки уверенно превосходят своих учителей, они (на пару с финикийцами) были удивительными изобретателями. Например, финикийцы примерно между 1500 и 1200 годом до н. э. стали чеканить металлическую монету, изобрели первый алфавит – он, правда, состоял только из согласных, но греки добавили в него гласных. Греки ввели в обиход такие институты, как демократия и законность. «Греческий гений, – писал Поль Гиро, – это стремление все увидеть и все познать, они ставили вопросы всему, где только можно получить ответ» [1]. К IV веку до н. э. греки создали наиболее развитую экономику в регионе; средняя дневная заработная плата в Афинах достигла небывалой в мире величины, примерно эквивалентной 12 кг пшеницы.

Египтяне были чрезвычайно консервативны. Их экономика до Птолемея была откровенно натуральной, хотя деньги уже существовали, но использовались только для того, чтобы давать сдачу, когда сложно было подобрать точную пропорцию натурального обмена. Налоги также платились натурой. Обмен хоть и существовал, но не мог противостоять распределению

тельной государственной системе. Интересно сравнить египетскую и греческую живопись. У египтян все просто и схематично: лицо удобно изображать в профиль, торс – анфас, а ноги опять в профиль (и ничего, что получаются две левые) – вот и готов портрет. Греки же научились передавать перспективу – точку зрения, то есть пропорционально изображать человека. Правда, у них все мужчины Аполлоны, а женщины – Афродиты, все идеально сложенные красавцы, и только римляне научились рисовать конкретного человека, с его самобытностью и выразительностью, что и отражает в их понимании красоту человека. Так и в кухне египтяне были довольно консервативны, а вот греки сумели поправить дело и построить другую – новую, более сбалансированную кухню. Прежде всего, они подняли на недостижимую прежде высоту вино, которое с тех пор не сходит с пьедестала.

Дело в том, что у греков не было идеальных почв для земледелия, как у шумеров и египтян, – никаких разливающихся рек с их плодоносным илом. Поэтому греки, сначала как пастушеские племена, умеренно занимались земледелием. В крито-микенскую эпоху выращивали ячмень и пшеницу (и вот новое соотношение в отличие от Шумера и Египта: впервые пшеницы выращивали больше, чем ячменя; самой распространенной едой стала каша из полбы), виноград и оливы, фисташки и инжир, чечевицу и бобы. Пастухи пасли стада быков, коров, овец, коз, лошадей, поэтому достаточно было и белковой пищи, а особым лакомством считались запеченные козы желудки, с жиром и кровью [2]. Еще одно новшество: наконец свинина вне запретов, и на вертелех аппетитно подрумяниваются молочные поросята. Пища всегда воспринималась греками как жертвоприношение, поэтому первый кусок мяса всегда в огонь – считалось, что боги наслаждаются запахом сгоревшей пищи (а вот мертвым другая пища – кровь и мясо, в архаический период греки еще приносят человеческие жертвы).

Но самое главное новшество античной кухни – пришедшее на смену пиву и полностью вытеснившее его виноградное вино (именно за вином, виноградниками, последует частная собственность, а за ней демократия). В архаическую эпоху греки не разбавляли вино водой [3]. Лишь потом это стало хорошим тоном. Финики на Крите и в Микенах не росли, заменителем сладкому стал мед. Уже была и своеобразная письменность (см., например, Фестский диск – мы до сих пор не знаем, что на нем написано, вполне возможно, кулинарный рецепт), но потом на четыре века о ней забыли. Почти та же история повторилась в Средние века в Европе (многие тексты Аристотеля на греческом были утрачены и потом переводились с арабского на латынь).

Поначалу греки в архаическую эпоху питались очень просто: мясо на вертеле, хлеб, вино, оливковое масло, сыр. А вот сливочное масло греки однозначно относили к дикости, презрительно называя варваров «маслоедами». И знатные, и простолюдины в гомеровском эпосе едят одну и ту же пищу (как и царские особы в «Одиссее» выполняют ту же работу, что и рабы). Греки в то время еще ели сидя – это потом придет восточная мода есть и выпивать лежа (которую еще позже почему-то заимствуют римляне). Женщины не участвовали в застольях и беседах – даже свадебный пир мог происходить без невесты (место ее и подружек – в отдельной комнате). Но вот гетеры специально предназначались для застолья и развлечения в компании мужчин (два вида удовольствий – еду и секс – греки, по-видимому, часто соединяли вместе в общем публичном пространстве). Рабыни – танцовщицы, флейтистки, фокусницы – тоже часто присутствовали в мужской компании. А в холодную зимнюю пору (этих холодов не знали египтяне и шумеры) греки согреваются по-другому:

Греть у угольков орешки  
И поджаривать каштаны,  
И служанку целовать,  
Если дома нет жены [4].

В классическую эпоху кухня превращается в кулинарию, а стремление сытно поесть – в гастрономию. В конце V века до н. э. выходят первые кулинарные книги, и начинается целая эпоха еды в литературном искусстве [5]. Авторы описывают рецепты, особенности приготовления тех или иных блюд в разных регионах, способы приготовления блюд и принципы сочетания продуктов. И вот, наконец, происходит настоящее рождение высокой кухни – появляются профессиональные повара. Ремесло повара признается особым видом искусства (действительно, некоторые изысканные способы приготовления блюд полностью утеряны – например, половину поросенка жарят, а вторую варят, а желудок его начиняют дроздами, свиными матками, яичными желтками и т. д.). В Сибарисе (где и жили сибариты) поварам на блюда выдают временные патенты – только они, и никто другой, могут готовить таким образом. Возникает и специализация поваров: теперь одни готовят только рыбу, а другие – колбасы, а третьи, как боги, умеют поджарить яичницу. Как реакция на это изобилие пищи возникают разного рода аскетические философские течения. Диоген призывает есть просто и довольствоваться малым. Животных убивать и есть нельзя, ведь они, как люди, имеют душу. Пифагорейцы почему-то запрещают бобы (утверждая, будто у них вкус человеческой крови), но также и крапиву, отдельные виды рыб и т. п. Впервые еда превращается не только в религиозную проблему (о разделении пищи на чистую и нечистую Геродот писал, что египтянка никогда не поцелует грека в губы, так как он ест нечистую пищу), но и в моральную проблему – роскошь в еде осуждается, а простота поддерживается.

Еда, видимо, так сильно владела сознанием греков, что даже во сне они видели продукты питания. Знаменитый сонник «Онейрокритика» (II век н. э.) описывает, что значит видеть во сне те или иные овощи или другие продукты. Вот как расшифровывается символика хлеба: если бедный вдруг видит во сне, что ест дорогой «провеянный» хлеб, то это не к добру; так же плохо, если богатый видит, что ест хлеб не по чину – нарушен порядок вещей. Попутно заметим, что в этом примере уже явно видно социальное разделение в еде (несколько похоже Мишель Фуко трактует в своей «Истории сексуальности» другой греческий сонник – если греку снилось, что он овладевает рабом, то это к добру, ведь социальный порядок, иерархия не нарушается, а вот если наоборот – тогда жди беды). И далее: «пироги без сыра к добру», «пироги с сыром» означают хитрости и козни, зато пироги с толченым сезамом и медом – к добру для всех, «но особенно у кого дела в суде»; а яблоки весенние и сладкие во сне означают любовные утехы, а кислые – ссоры и раздоры [6]. Итак, еда у греков не только насыщает, но уже и становится знаком, превращается в пищу для ума, в искусство и праздник. Например, вино не просто продукт, а священный напиток, который приближает смертных к богам, а при неумеренном потреблении отдаляет от богов.

Теперь разберем, как эти все греческие новшества в еде привносили новое и в социальную структуру общества. В отличие от Шумера и Египта, у греков не было необходимости в централизованном государстве с полной государственной собственностью земли (ведь никто не был выше или ниже по течению канала – не было и самого канала, нечего распределять). Поэтому основной производственной единицей был небольшой участок земли (3–5 гектаров), возделываемый трудом членов семьи (может быть, плюс немного рабов). Эти участки еще могли принадлежать общине и ради справедливости по жребию ежегодно переходить от одной семье к другой, но вот появились виноградники – а это уже совершенно другая агрикультура. Для пшеницы как раз требовалось переходить с поля на поле (оставляя землю под паром), а для виноградников требовалось обратное: кропотливо из года в год ухаживать за лозой, и именно от длительно вложенного труда зависела урожайность. Вот так появилась у греков объективная необходимость в закреплении собственности рода на участок земли – образовался институт частной (но пока еще родовой) собственности. Землю еще нельзя было отчуждать, она считалась собственностью не человека (индивида), а рода.

Вместо централизованного распределения продуктов, как в Древнем Египте и Вавилоне, греки (а еще раньше финикийцы) постепенно изобретают торговлю и обмен. Создаются локальные рынки, которые снабжают города провизией, устанавливается разделение труда между городом и деревней. Сам город уже не должен заниматься сельским хозяйством – там занимаются политикой, культурой, образованием, искусством и, конечно, войной. Как ни странно, война для греков дело не политическое, а экономическое. Это то, что мы сейчас назвали бы предприятием, но только военным, – и вот рынки продовольствия создаются для снабжения армии (на пути к месту назначения). В связи с развитием рынка возникает целая социальная группа – торговый класс (сначала он обслуживает только внешнюю торговлю, и для него характерен новый вид собственности – движимая собственность, корабли). В Вавилоне торговцы представляли только маргинальный класс, а у греков в противовес старой земельной родовой аристократии возникает новая торговая аристократия – «новые люди». Эти новые люди, как потом и буржуазия, должны были отличаться кухней и вкусами, ведь они не понаслышке знакомы с другими культурами еды (особенно восточными). Но, конечно, экономический обмен нелегко входил в повседневную жизнь греков. Аристотель говорил, что плох тот хозяин, который что-либо покупает на рынке – ведь все должно производиться в рамках домохозяйства, а рынок предназначен только для заморских товаров или для предметов роскоши, или для рабов. Но шаг за шагом рынки продовольствия становятся неотъемлемой чертой греческих полисов. Первые рынки в Европе все же не греческие, а финикийские. Самым старым городом Европы можно (с некоторой долей условности) считать испанский Кадис, основанный финикийцами еще в XI веке до н. э. Там и были первые продовольственные рынки Европы. Они и до сих пор там, хотя большинство потомков финикийцев, как показывает анализ ДНК, теперь живут на Мальте.

Обмен меняет форму: вместо натурального (вспомните спор пастухов и земледельцев у шумеров) налаживается денежный обмен. Возникает ценообразующий рынок – еда получает независимое от ее материальной формы экономическое содержание. Это совершенно новый способ оценки – потребительная стоимость отделяется от стоимости, и последняя получает свое собственное существование. Мы вслед за греками теперь тоже оцениваем еду и как продукт потребления (то есть ее потребительские качества), и как предмет стоимости (сколько стоит тот или иной продукт). И тогда предметы получают единую шкалу сравнения – бык стоил в VI веке до н. э. 5 драхм, а баран – 1 драхму, блюдо дроздов – тоже 1 драхму (видимо, деликатес), сойка – всего один обол (серебряная монета, составлявшая 1/6 драхмы), а ворона – чуть подороже, 3 обولا [7]. Так формируется не только чувственное представление о еде, но и ее рациональная оценка.

Вкус влияет на цену продукта – спрос на тот или иной продукт определяет его относительную цену, а не только затраты труда на его производство. На рынке теперь можно купить и закуски (готовый продукт) – соленую рыбку, лепешки, фрукты и овощи. Очень скоро, когда Афины становятся мощным городом-государством с большим населением, они начинают полностью зависеть от привозного хлеба, и задачей государства опять становится снабжение продовольствием, или по крайней мере – поддержание низких цен на хлеб (о древнем рынке вообще и о зерновом рынке и фиксированных ценах на зерно см. [8]). Рынок у греков перемещается в центр города – на агору (где порядок поддерживают агораномы). Если в Вавилоне рынок был за стенами города или у ворот, то греки ему придают важное место в своем социальном пространстве. Но рынок существует еще не сам по себе, он у греков (а еще больше в Риме) соединяется с механизмом перераспределения – раздачей государством продуктов гражданам. Только Перикл придумал в Афинах раздавать гражданам-горожанам не продукты, а небольшое дневное содержание – так он ввел привычку ходить на рынок.

Распорядок принятия пищи у греков был таков: два завтрака – первый завтрак (аристон) состоял из ломтика хлеба и вина; второй завтрак – более плотный: хлеб, сыр, вино, оливки,

птица; обед был отнесен на вечер (греки не любили обедать в одиночку, обычно приглашали друзей, иногда обед был вскладчину – каждый приносил свое). Каждый приглашенный грек имел право взять на обед двух неприглашенных – они-то и назывались паразитами. Хотя для греков слово «паразит» имело и другое значение: *sitos* – «основное блюдо», а *parasitos* – «гарнир». Нам сложно представить, что было основным блюдом, а что гарниром – у греков основным блюдом был хлеб, а мясо к нему было гарниром (так же и у китайцев рис был основным блюдом, а что-то к нему – гарнир; и у японцев в суши – главное рис, а остальное дополнение), мы же мыслим структуру блюда по-другому. Мы едим не хлеб, а с хлебом в качестве дополнения; основное блюдо – мясо или рыба, а гарнир составляют овощи. Нам трудно представить и манеру еды греков: вот новое расположение за обедом – греки переняли восточный обычай обедать лежа (высокие лежа в форме подковы ставились вокруг низкого круглого стола, на каждом ложе возлежали по двое, спиной друг к другу). По правую руку от хозяина было самое почетное место и дальше по убыванию; гости снимали обувь, входя в помещение, рабы обмывали ноги всем гостям, подавали воду для мытья рук (раба для прислуживания принято было брать с собой). Ели руками, ни скатертей, ни салфеток не было, вытирали руки о хлеб.

Обед – дейпнон – начинался с закусок, холодных и горячих, далее следовало основное блюдо – мясо, рыба, зелень. Затем столы уносились и начиналась вторая часть трапезы: там были и птица, и десерты, и фрукты, и сласти (печенья и пирожные), и сыры (которые, как считалось, запечатывают желудок). Именно в этой второй части было принято щедро выпивать вина. Для возбуждения жажды (как и сегодня в немецких пивных) подавались соленые булочки, кренделя или пирожки. Но вкусы греков заметно отличались от наших: популярными блюдами у них (как и сегодня в Азии) были жареные кузнечики, цикады (вкус к ним сохранился и у римлян, но они добавили еще и улиток), акриды (саранча).

В гомеровскую эпоху греки готовили сами, даже знатные не считали зазорным готовить и тем самым выказывать уважение гостям. Но с V века до н. э. афиняне заводят обычай держать большой штат прислуги на кухне. Повара сначала занимались только выпечкой хлеба, но потом блюда все более усложнялись. Кулинарное дело первым было отдано подневольным слугам, поэтому поварами были рабы, которые стоили больших денег и иногда привозились из далёких стран, Сицилии или Византии. Не всякой семье по карману было содержать повара, поэтому повара можно было запросто нанять на агоре, с собственными инструментами и поварятами-помощниками. Очень часто в комедиях они изображаются как хвастуны и плуты, но профессия повара ценилась, ей обучались несколько лет у мастеров, кулинария несомненно стала родом высокого искусства. Задачей повара было придать вкус обычному продукту, своим искусством изменить натуральный вкус. Искусство состояло и в смешении базовых вкусов – сладкое с кислым, острое и терпкое, соленое с пресным. Как показатель вкуса мы сегодня к мясу подаем красное вино, а к рыбе – белое, а вот греки поступали ровно наоборот. Почему? Считалось правильным соблюдать баланс вкуса: к тяжелому мясному блюду подавалось только легкое белое вино, а к легкой рыбе – тяжелое красное сладкое вино.

В основе вкуса древних лежат законы гармонии, соблюдение баланса стихий. Всякая вещь, и пища в том числе, состоит из четырех стихий: огня, воды, земли и воздуха. Поэтому в приготовлении, считали греки, должно, уравнивая друг друга, соединяться противоположное: огонь против воды, земля против воздуха, холодное и горячее, сухое и влажное (а дальше – кислое и сладкое, пресное и острое, соленое и горькое). Например, рыба «холодная» по своей сущности, ее нужно сбалансировать «горячим», и поэтому рыбу готовят с солью и перцем. Но это еще не все: рыбу готовят с уксусом (греки знали настоящий кислый вкус – это был виноградный уксус, но он не такой резкий, как наш). Что противостоит кислому? Конечно, сладкое. Поэтому рыбу готовят с уксусом и медом (я решился однажды повторить это древний рецепт, получилось не очень вкусно, слишком резко, все-таки это не наш современный, рафинированный, чистый, дифференцирующий вкус). Этот принцип смешения стихий-вкусов

объясняет пристрастие греков к разбавленному водой вину – ведь вино, стихия огня, должно соединиться с водой, так получается правильный – сбалансированный – вкус (неразбавленное – это для варваров, «пить по-скифски» означает пить без знания порядка вещей и допьяна, не зная меры). Только старикам греки советовали пить неразбавленное вино – их холодной крови требуется чуть больше огня. А вот детям не советовали давать много вина: сами дети представляют собой быстрое и подвижное, они сами стихия огня, значит, не надо давать огню (детям) еще больше огня (вина), это будет нарушение баланса веществ. Очень странное объяснение с нашей современной точки зрения – ведь мы считаем, наоборот: дети представляют слишком слабый (еще не сформировавшийся) организм, поэтому им нельзя вина как слишком сильного средства.

Клавдий Гален пишет, что основа здоровья – соблюдение баланса «горячего» и «холодного», поэтому детям, принадлежащим стихии огня, вредны фрукты (тоже огонь) [8]. Между тем Гален был выдающимся врачом древности, именно он первым доказал, что по артериям движется кровь, а не пневма, что головной и спинной мозг, а не сердце, отвечают за чувствительность нервов и т. д. (его труды изучались в медицине до XIX века). Как видите, греки мыслили свой вкус по принципу баланса (единства) противоположностей; мы же, современные люди, по критерию дополнения (подобное к подобному, соблюдая принцип рациональной классификации). Но есть и общее между нами: греки ссылались на науку, и мы тоже ссылаемся на научные представления. Только у них речь идет о балансе огня, воды, земли, воздуха, а у нас – о сочетании белков, жиров, углеводов и витаминов. Очень похоже, не правда ли? После походов Александра Македонского греки быстро познакомились с восточной и индийской кухней (попробовали диковинные фрукты, в индийском походе даже объедались бананами, поэтому пришлось их запретить; из Индии стали доставлять перец и корицу).

Поначалу греки потешались над высокой кулинарией изнеженных персов, но постепенно переняли их обычаи готовить, их технологии, их продукты. Так состоялась интеграция восточной и европейской кухонь, впервые кухня стала по-настоящему международной, что вскоре привело к окончательному разделению высокой кухни и кухни повседневной. Но греческой кухне в ее развитии было далеко до римской. Именно в римской империи кухня достигла таких высот, каких, может быть, уже больше и не достигала.

## Литература

1. Гиро П. Частная и общественная жизнь греков. Репринт с издания 1913 г. М.: Ладомир, 1994, с. 5.
2. Ивик О. Еда Древнего мира. М.: Ломоносовъ, 2012, с. 112.
3. Grimm V. The Good Things That Lay at Hand: Tastes of Ancient Greece and Rome. In: Freedman P.H. (ed.) Food: The History of Taste. Berkeley and LA: University of California Press, 2007, p. 63–99.
4. Ивик О. Еда Древнего мира. М.: Ломоносовъ, 2012, с. 120.
5. Kaufman C.K. Cooking in Ancient Civilizations. Westport: Greenwood Press, 2006, p. 73.
6. Гиро П. Частная и общественная жизнь греков. Репринт с издания 1913 г. М.: Ладомир, 1994, с. 56.
7. Веселов Ю. В., Кашин А. Л. (ред.) Экономическая социология: теория и история. СПб: Нестор-История, 2012, с. 442–454.
8. Fernandez-Armesto F. Near a Thousand Tables: A History of Food. NY: Free Press, 2004, p. 34.

### 1.3.2. За столом империи: Древний Рим

Римская империя была поистине огромной: ее население достигало примерно 50 млн человек; в эпоху Траяна ее площадь превышала 5 млн кв. км. Что важно – это была городская цивилизация, с уровнем урбанизации 25 % (чуть меньше, чем современная Индия с ее 33 %). Самые экономически развитые провинции Рима – Италия, Анатолия (территория современной Турции); Галлия (Франция) и Испания; а самые бедные – Британия и Лузитания (нынешняя Португалия). Но вот что примечательно: ВВП на душу населения был во всех провинциях, кроме Италии, примерно одинаков. Следовательно, общий ВВП зависел в основном от количества населения в провинциях. Уровень социального расслоения довольно высокий: у 1,5 % населения концентрировалось 20 % всех доходов. Еще 10 % населения, условный римский средний класс, зарабатывали еще 20 % доходов. Однако такое расслоение характерно и для современного мира. Экономика хоть и оставалась по преимуществу аграрной, но была почти полностью монетизирована (все измерялось в деньгах). Налоги были по нашим меркам невысокие – примерно от 2 до 5 % в год.

Римляне, как и греки, сначала довольствовались простой кухней. Но образцом для них стала греческая культура периода максимального расцвета, все греческое казалось им высшим достижением развитой цивилизации (примерно так американцы относятся к Европе сегодня). И римляне переняли у греков обычаи кулинарии и гастрономии. Причем во времена империи ее территория была так велика, что вкусы и пищевые привычки одной провинции не совпадали со вкусами другой – ведь были такие регионы, где нельзя выращивать оливы, значит, масло использовалось сливочное, а если жители не выращивали виноград – значит, пили пиво, и т. д. Наладилась и система разделения труда в производстве продуктов питания: сам Рим выращивал оливки и виноград; африканские провинции – пшеницу; из Галлии везли свинину и ветчину; кроликов – из Испании; кур для гурманов – с Родоса; финики и груши – из Сирии и т. д. Но в целом структура питания простых римлян не отличалась от питания греков: основа еды – это хлеб (причем пшеница, как и у греков, – главная культура, а полба, эмер, ячмень только как вынужденная замена пшеницы, овес только на корм скоту, а рожь вообще считалась сорняком). Хлеб выпекали пекари – здесь впервые появились общественные пекарни, и не надо было печь хлеб дома. Вино для питья (так же, как и у греков – разбавленное водой), но римляне в отличие от греков и галлов полюбили белое вино; оливки для масла (но соленые и маринованные хороши и для закуски); зелень и овощи (популярной стали капуста, спаржа, щавель); молочные продукты – сыр, творог, простокваша (сыр был дешев, бедняки готовили из соленой рыбы и сыра специальное блюдо – *tyrotarichum*); мясо – курица, а также яйца (отсюда выражение *ab ovo* – иносказательно «с начала», потому что каждый завтрак начинался у римлянина с куриного яйца и заканчивался яблоком – *ab ovo usque ad mala*); свинина, баранина и в меньшей степени говядина. Ели римляне более часто, чем греки: завтрак из сыра и хлеба; второй завтрак – хлеб с холодным мясом, фрукты и овощи; обед (вечером) разделялся на закуски (салаты), основное блюдо и десерты. Римляне очень ценили и любили рыбу и морепродукты, но они были дороже самого дорогого мяса. Поэтому рыбу во множестве искусственно разводили в прудах.

Однако вскоре перечень продуктов на столе римлян, особенно зажиточных, расширяется: «Я назову только дичь, домашнюю птицу и рыб, которые вошли в «столовый обиход» первого века империи: дрозды, славки, иволги, горные курочки, куропатки, фламинго, фазаны, журавли, рябчики, лебеди, дикие козы, африканские газели, олени, онагры (особенно вкусным считался онагр-жеребенок), гусиная печень, каплуны, камбала, устрицы из Лукринского озера, раки, форель, морские ежи, морские окуни, осетры, какие-то нильские рыбы» [1]. Гурманы ценили все необычное и экстравагантное: огромную печень специально откормленного гуся (то, что сегодня во французской кухне называется фуа-гра), которую сочетали только с инжиром; паштеты из петушиных гребешков; языки фламинго; мозги павлинов; слоновьи хоботы; молоки мурен; страусиные яйца – все, что стоило огромных денег, что трудно было достать,

стало вдруг считаться изысканным и утонченным. В связи с этим уже в эпоху Республики невоздержанность в еде и гурманство осуждались, неоднократно вводились законы против роскоши. Например, *Lex Orchia de cenis* (закон Орхия об ужинах, 182 год до н. э.) ограничивал количество гостей на ужине до трех человек; *Lex Fannia* (закон Фанния, 161 год до н. э.) запрещал подавать блюда из птицы, за исключением кур; в праздники разрешалось потратить 100 ассов, в обычный день – до 10 ассов, определялась дневная норма потребления мяса. Но кулинарию и гастрономию было уже не остановить, законы легко обходились, а запреты нарушались.

Римляне активно стали экспериментировать со смешением вкусов, и помогали им в этом пряности: перец, имбирь, корица из Индии (там уже появилась специальная контора, которая заведовала экспортом пряностей); кумин из Сирии; анис из Египта, бадьян из Азии; привозные травы – петрушка из Македонии, тимьян из Фракии, сильфий из Ливии (ныне вкус сильфия утерян – он больше нигде не растет), асафетида из Персии. Самым распространенным соусом у римлян был гарум, или ликвамен. Его вкус нам мало знаком и, попробуй мы его, был бы неприятен – это чистый вкус того, что у Клода Леви-Стросса называется *rotten* («тухлый»). Лучший гарум производили в Новом Карфагене в Испании (современная Картахена). Изготавливался этот соус так: в огромных чанах оставляли ферментироваться на солнце воду с мелкой рыбой (анчоусы), добавляли соль, уксус, вино, пряности. Видимо, наиболее похож на него современный соус «нам-пла» в тайской кухне. В принципе, при добавлении в готовящийся на огне продукт он теряет свой запах и вкус, а просто усиливает вкус блюда (то есть это был первый в истории усилитель вкуса, что так распространено сегодня в индустриальной кухне). Но римляне добавляли этот соус и в салаты, и даже в сладкие блюда. Во всех рецептах самой известной кулинарной книги Марка Габия Апиция содержится этот соус. Апиций, самый знаменитый гастроном Рима, написавший дошедшую до нас книгу «О кулинарии», ввел в обиход сладко-соленый вкус. Но поскольку сахара не было, то вкусом сладкого был мед – им обмазывали при приготовлении и рыбу, и птицу, и кролика.

Итак, вкусы римлян заметно отличались от наших, они активно практиковали смешение вкусов: кисло-сладких (в мясо часто добавляются фрукты или мед и уксус); острых и сладких (добавляется перец, имбирь и мед – что и сегодня можно попробовать в имбирных пряниках); соленых и сладких; горьких и сладких (мед добавляли в супы, а перец в вино). Римляне (как и китайцы, и тайцы сегодня) в кухне ценили замещение вкусов – умелыми считались повара, которые из свиного вымени сделают блюдо, похожее на рыбу, а из ветчины – курицу и т. д. Хоть римляне и ценили гастрономию, но повар оставался рабом на кухне; повар не мог еще быть гастрономом – он лишь исполнял, что ему говорил господин. Да и кухня в римских домах занимает самое непривилегированное место – маленькая каморка, подальше от главных комнат; зато столовая – триклиний – одно из центральных мест дома.

Плебеи и пролетарии питались просто: выращенные в огороде овощи (лук, чеснок, капуста, бобы, редьку, зелень – не было только редиски и тыквы, ну и, конечно, всех американских овощей, не знакомы были и баклажан, кабачок цуккини, шпинат); хлеб или каша (работнику или рабу полагалось не менее 1 кг хлеба в день и 0,5 л вина) и соленая рыба (свежую рыбу и мясо они позволить себе не могли). Голодом считалось отсутствие хлеба. В эпоху империи обычным делом были раздачи хлеба: «В жизни Рима даровая раздача хлеба бедному населению (*plebs urbana*) была явлением первостепенной важности. Со времени Августа и до Северов даровой хлеб получают 200 000 человек; зерно для них и для всего города поставляют Египет – 20 млн модиев и Африка – 40 млн (60 млн модиев – 1 750 000 л). Одной из главных забот императоров было снабжение столицы хлебом» [2]. По праздникам к раздачам хлеба добавляли вино. Тем не менее, рыночное хозяйство Рима поражает своими масштабами. В городе были специализированные рынки: мясной (*forum Boarium*), овощной (*forum Holitorium*), рыбный (*forum Piscatorium*) и деликатесный (*forum Cuppedinis* – фрукты, мед, цветы). Например,

рынок Траяна до сих пор сохранился (в то время как от форума осталась только колонна Траяна). На рынке продавали всевозможные товары – ведь население имперского Рима достигало миллиона человек; до сих пор сохранилось название улицы *Via Biberatica* – улица, где продавали *biber*, перец, и, видимо, все прочие колониальные товары. Из мяса римляне первые ввели в обиход свинину – ее продавали на рынках повсеместно в свежем и копченом виде; римляне освоили искусство изготовления колбас. Излюбленный способ приготовления мяса – зажаривание, вареное мясо – пища простолюдинов.

Даже питание армии во многом было не централизованным, а частным делом. Каждый легионер получал гарантированное довольствие (примерно на 3000 калорий в день) и нес его в походе сам – 40 кг в основном сухого провианта (он легче): бобы, чечевицу, зерно, сухофрукты. Но вот нечто необычное для современной армии – стоимость гарантированного питания вычиталась из жалованья легионера. Каждая палатка (8–10 человек) сама молола муку, пекла хлеб, готовила и завтрак, и ужин. В основном (примерно на 75 %) питание состояло из углеводов: хлеб, зерно (каши, знаменитый *puls* из полбы), бобы, горох, овощи. Оставшиеся 25 % составляли белки – мясо, птица, рыба. Причем устав обязывал есть мясо или рыбу только в жареном или вареном виде. Но часто мясо или рыба были «консервированными»: солеными и сушеными (особенно в походе).

Даже сегодня можно попробовать нечто из рациона легионеров. В Мурсии до сих пор готовят тунца по старой римской технологии. Его вылавливают в *Mar Menor* (соленая лагуна, лиман в Средиземном море); затем на пару дней оставляют просаливаться в целой горе соли, а потом высушивают на солнце. Получается очень твердый, завяленный тунец, который может храниться несколько месяцев. Я пробовал это блюдо в Мурсии, оно называется *mojama* – вкусно, но все-таки очень солоно. Видимо, его добавляли в кашу и разваривали, тогда и каша становилась соленой. А вот полбу (спельту) из рациона легионера в Италии или Испании не найдешь, зато в большом количестве ее производят у нас, например, под названием «крупа алтайская»).

В дополнение к гарантированному довольствию легионер мог покупать что-то из провизии на местных рынках (местное население обязывали продавать продукты под страхом реквизиции), а еще – вместе с армией всегда шли маркитанты, снабжающие легионеров дополнительным продовольствием за деньги. Корм для лошадей заготавливали сами легионеры; воду доставляли в лагерь тоже солдаты (аквитарии). Каждый легионер должен был нести с собой кружку, ложки, ножи, котелок (а вот вилок не было). В целом военная машина римлян работала исправно, во многом благодаря хорошему снабжению продовольствием.

Обычным делом в Риме стало общественное питание, *thermopolium* – самый первый фаст-фуд в истории. Причем как раз для бедных и рабов – это они не могли себе позволить в городе держать кухню. Закусочные располагались вдоль римских дорог через каждые 60 км и, конечно, в городах (в Остии Антике, портовом городе около Рима, куда можно доехать на электричке прямо из римского метро, реконструирована такая закусочная, сохранились они и в Помпеях). Как и в наших пивных барах (или ирландских пабах), вместе с едой практиковались игры в кости, туда приглашали певцов и танцоров, а официантки были не такими уж недоступными (об этом свидетельствуют надписи в Помпеях). Часто прилавки закусочных выходили на улицу, там можно было купить вина (его иногда подавали и с теплой водой); на гриле жарилось мясо; на потолке висели сыры и колбасы; оливки, фрукты, хлеб и пироги были в ассортименте. Ресторанов в нашем понимании слова не было, знатные люди даже в путешествии останавливались у знакомых и родственников, там же и обедали. В таверны и закусочные аристократы ходили только там, где их никто не знал.

В области санитарии у римлян дело было поставлено прекрасно: везде термы, бани, бассейны, культ чистоты. И еще одно существенное достижение – акведуки, а значит, вода доставлялась в города чистая и пригодная для питья. Вина римляне пили не так много, как принято

сегодня. Крепкого алкоголя не существовало, но старое, выдержанное вино римляне ценили больше, чем греки. «Некоторые, желая придать вину более сложный вкус, прибавляли к нему лепестки роз или фиалок, листья алоэ или мирта, можжевельник, лавровые листья, полынь или даже благовония (нард или мирру). Использовались также различные винные напитки: пассум (вино из сушеного винограда), дефруктум или сапа (проваренные виноградные морсы), лора (вино из виноградных выжимок), мультум (напиток темно-красного цвета из свежего виноградного сока и меда в пропорции 4:1)» [3]. Иногда к вину подмешивали совсем неожиданные для нас добавки: муку, или тертые бобы, или ячменную крупу. Похоже, как утверждают специалисты, римлянам не понравилось бы даже самое лучшее современное вино.

Поначалу пить вино могли только мужчины (в ранние времена действовало даже право мужа убить жену, если та пьет), но потом постепенно пить стали все. В среднем потребление вина достигало 150 л в год на человека (это больше, чем сейчас пьют пива). Женщинам разрешалось присутствовать на обедах – сначала замужним, а в эпоху империи и незамужним, но если мужчины возлежали на пиру, то женщинам дозволялось сидеть [4]. И в целом роль женщины в римском обществе и семье существенно изменилась – в отличие от Греции и Востока, женщина здесь получила практически равные права с мужчиной (в пространстве еды и любви). Самым привлекательным занятием для женщин стал поход по магазинам (хотя само это слово арабское: «махазин» – хранилище; у римлян были рынки и лавки).

Теперь обратимся к тому, как кулинария римлян влияла на их экономику. В отличие от греков, римляне перешли к крупному сельскохозяйственному производству с большим количеством рабов (Макс Вебер называет этот тип римского хозяйства плантационным). И производили только высокоценные продукты (масло, вино и др.), то есть именно «предметы гастрономии могли производиться внутри страны для сбыта с устойчивым доходом» [5]. Так вкусы и гастрономия создавали рыночное сельское хозяйство в Римской империи.

Техника производства мало изменилась по сравнению с греками, но появились мельницы для помола зерна (в «помпейской» мельнице силу людей сменила сила животных, ходивших по кругу; но появилось и революционное техническое открытие – первые водяные мельницы). Наконец, изобрели и стали использовать колесный плуг; галльская жатка (ставится впереди тяглового животного) могла ножами жать пшеницу, хотя качество оставляло желать лучшего. Существенные технические усовершенствования были мало кому нужны – ведь использовался труд рабов (в том числе и колодников), а какую же технику можно было им доверить? В области использования тягловых животных тоже ничего принципиально не изменилось: упряжь, сбруя и стремя появятся только в Средневековье. Новшество, введенное римлянами в агрикультуре, – система трехполюя, которая выглядела как чередование пшеница – бобы – овес – вновь пшеница и так далее, что существенно повышало урожайность. Этому предшествовала научная дискуссия (а науку о сельском хозяйстве считали частью философии). Прежде считалось, что земля, существо женского пола, устав от возраста, изнуренная старостью, уже не способна рожать. Римский автор Колумелла в работе «О сельском хозяйстве» утверждал обратное: «Причина скудных урожаев... не от усталости и старости, а от нашего собственного нерадения...» [6], он доказывал, в том числе и на собственном опыте, необходимость смены культур и важность удобрений.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.