

Кулясов И.П., Кулясова А.А., Тысячнюк М.С. Альтернативные практики питания в объединениях экологической этики // Экологическое движение в России. Ред. Е. Здравомыслова, М. Тысячнюк. СПб: ЦНСИ. 1999. Вып. 6. с. 87-100.



## АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ ПРАКТИКИ ПИТАНИЯ В ОБЪЕДИНЕНИЯХ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ ЭТИКИ

### Введение

В данной статье представлены результаты исследования восьми российских объединений экологической этики, проведённого в 1997 - 98 годах. В настоящее время количество и численность общественных объединений в России постоянно возрастает (Справочник "Общественные культурные организации Санкт-Петербурга" 1996). Исследовательской группой экосоциологов Центра независимых социологических исследований в марте - апреле 1998 года в Санкт-Петербурге выявлено около 160 экологических общественных объединений. Из них 25 выделены в группу под названием объединения экологической этики (Справочник "Негосударственные экологические организации Санкт-Петербурга" 1998). Основной экологической деятельностью этих объединений является распространение идей и практик нравственно-этического совершенствования человека.

В данной работе мы ставим две исследовательские задачи. Во-первых, мы отвечаем на вопрос, можно ли назвать российские объединения экологической этики новыми общественными движениями. Во-вторых, мы реконструируем идеологию и альтернативные практики питания участников этих объединений. Особенностью изучаемых объединений является ориентация на развитие человека, этические и экологические ценности. Участники исследуемых объединений практикуют альтернативное питание, которое является для них одной из ценностей новой идентичности. Практики питания, культивируемые в объединениях экологической этики, мы называем альтернативными потому, что их отличие от традиционно принятых в современном российском обществе закреплено идеологически. Следование этим практикам, их объяснение в идеологии и нарративах рассматриваются как способы формирования новой индивидуальной и коллективной идентичности. К практикам питания мы относим: пищевые предпочтения, технологии приготовления пищи, режим и правила употребления пищи.

Текст статьи построен следующим образом: в начале обсуждается соотношение объединений экологической этики и новых общественных движений. Во второй части анализируются практики питания как механизмы создания идентичности. В исследовании использовались количественные и качественные методы: анкетный опрос участников объединений, проблемно-ориентированное интервью, фокус-группа, участвующее наблюдение. Идеология практик питания исследовалась с помощью дискурсивного анализа текстов, в которых изложены основные доктрины данных объединений.

Анкетный опрос был проведён с лидерами, активистами и рядовыми участниками объединений. Из 100 анкет, выданных на руки, заполнили и вернули 45. Проблемно-ориентированные интервью были взяты у 9-и лидеров и активистов. Фокус-группа проведена с 7-ю представителями Вырицкого центра "Братство Иванов Стотысячных". Интервью и фокус-группа были записаны на плёнку, транскрибированы, занесены в компьютер и кодированы. Метод участвующего наблюдения с ведением полевого дневника использовался в обществе "Знамя Культуры", ассоциации "Макробиотика", клубе "Здравствуйте!" и центре "Здоровая Семья" в течение трёх лет (1995 - 1998); в объединениях "Братство Иванов Стотысячных" и "Соборное соглашение: Земля - планета любви", организации "Община духовного возрождения" в течение года (1997 - 1998); в организации "Радастея" - два раза, на 10-й встрече объединения "Братство Иванов Стотысячных" в п. Новый Иерусалим Московской области.

Исследование проводилось в пяти санкт-петербургских и трёх вологодских общественных объединениях экологической этики. Кроме того, был проведён опрос активистов пяти общественных объединений из других городов, принимавших участие в 10-й встрече общественного объединения "Братство Иванов Стотысячных". Для исследования были выбраны наиболее известные, устойчивые, многочисленные объединения, регулярно организующие встречи, семинары, школы, культивирующие и распространяющие альтернативные практики питания.

### Часть 1. Объединения экологической этики как новые общественные движения

Наш основной тезис заключается в том, что объединения экологической этики имеют много общих черт с западными Новыми общественным движениями, к которым обычно причисляют: экологическое, антиядерное, феминистское, пацифистское, движения альтернативистов и т.п. Отличительные признаки Новых общественных движений сконцентрированы в их идеологии, репертуаре коллективных действий и организационной структуре. Несмотря на то, что эти объединения не занимаются публичной экологической политикой, мы с уверенностью относим их к экологическим движениям, поскольку они организуют экопоселения, эколагеря, экошколы, пропагандируют ценности экологически сбалансированного образа жизни. В экологической деятельности этих групп можно выделить три направления: эколого-оздоровительное, эколого-образовательное и эколого-просветительское.

По классификации О.Н. Яницкого, изучаемые движения относятся к "глубинным" экологам. К ним он, например, относит "рериховцев" и "толстовцев" (Яницкий 1992: 42-43). С Новыми общественными движениями их объединяет в первую очередь ориентация на поиск и обретение новой идентичности, на новые ценности -

ценности постиндустриального общества (Здравомыслова 1993; Cohen 1985). Коллективная идентичность участников новых движений основывается на таких ценностях постиндустриального общества, как установление гармоничных отношений человека с природой, с самим собой и социальным окружением, отличных от утилитаризма, свойственного индустриальному обществу экономического роста.

Идентичность проявляется в специфических формах коллективных действий, организационных структурах и социальном составе общественных движений. Наиболее значимыми среди постиндустриальных ценностей являются индивидуальный стиль жизни, автономия, самореализация (Melucci 1985: 793). В постиндустриальных ценностях конкретизируется планетарный характер сознания участников новых общественных движений, которые на Западе рассматриваются как симптомы возникновения и движущая сила развития постиндустриального общества и развиваются преимущественно в сфере досуга и культуры. Новые общественные движения ориентируются на проблемы экологии, территориальной общности, городской среды, условий жизни человека и человечества, мира человека, его здоровья.

Рассматривая причины возникновения новых общественных движений и их идеологий, американский исследователь Р. Инглехарт утверждает, что в 1960-х годах произошла так называемая "тихая революция", заключавшаяся в изменении системы ценностей общества (Inglehart 1977). Культурный сдвиг, по мнению Инглехарта, осуществляется на фоне роста материального благосостояния и притязаний населения, вызванных длительным периодом экономической стабильности после Второй мировой войны. Возросшее благосостояние способствовало формированию, в том числе, и новой группы потребностей, связанных с улучшением качества окружающей среды. Столкновение этих потребностей с ориентациями на неограниченный экономический рост привело к формированию альтернативных экологических ценностей.

Социально-политический контекст возникновения и развития движений, ориентированных на постиндустриальные ценности, в России и на Западе существенно различается. В отличие от западных новых общественных движений, развивающихся в относительно благополучных социально-экономических условиях постиндустриального общества, подобные объединения в России развиваются в условиях разрушения советских структур, становления институтов демократии и рынка, социально-экономической нестабильности. Исследуемые объединения демонстрируют относительную независимость от "большого" общества, в рамках которого они существуют. Для участников объединений экологической этики принятие альтернативного образа жизни и следование альтернативным практикам питания зачастую является не только воплощением идеологии, но и оказывается эффективной стратегией выживания и построения собственной социальной ниши. Это также и определенная политика отказа от большого общества и тем самым протест против него.

Чтобы доказать, что российские объединения экологической этики можно считать новыми общественными движениями, рассмотрим их ценности, репертуар действий и социальную базу. Ценности российских объединений экологической этики ориентируются на новые ценности, сходные с ценностями западных новых общественных движений. Приоритетными являются так называемые глобально-экологические или космические ценности. Участники объединений озабочены проблемой выживания человечества и планеты в целом. Особое значение придаётся глубинной экологии, или экологии человеческого сознания. Целями-ценностями глубинных экологов является формирование нового Сознания, нового Человека. Для достижения этой цели в рамках движения вырабатываются практики "очищения и преобразования" тела желаний и тела мыслей.

Практики представляют собой действия, результатом которых, по мнению участников объединений экологической этики, является освобождение человека от ценностей большого общества. Они верят в возможности достижения гармоничного внутреннего состояния человека, приведения в равновесие его психического и физического состояний. Множество практик очищения и преобразования человека, рекомендуемых и культивируемых в объединениях экологической этики мы вслед за представителями групп будем называть здоровым образом жизни. Здоровый образ жизни - это самостоятельная ценность и совокупность практик формирования нового человека. Одним из элементов здорового образа жизни являются альтернативные практики питания, чаще всего вегетарианские.

Репертуар действий участников групп распадается на два типа: интра-действия - направленные на совершенствование себя и формирование внутригрупповой общности, и экстра-действия - ориентированные вовне, которые представляют собой политику распространения ценностей и практик объединений экологической этики. Репертуар коллективных действий этих объединений включает проведение бесед, встреч, рабочих групп, семинаров, конференций на экологические темы, организацию эколагерей на природе, акции по очистке территорий от мусора, посадке деревьев. В отличие от экополитических организаций, эти объединения не организуют акции протеста, не применяют методы прямой демократии (демонстрации, митинги, марши протеста, захваты территорий и зданий и т.п.), так как не признают насильственные и политические методы воздействия на человека и общество, считая их противоречащими своим ценностям.

Социальная база групп экологической этики еще не изучена. Однако, представляется, что некоторые гипотезы о потенциале участия можно выдвинуть на основе изучения состава объединений экологической этики. Большинство в изученных группах - женщины среднего и пенсионного возраста, с высшим образованием (в объединениях 80% женщин и 20% мужчин, большинство женщин в возрасте за 40 лет, более половины мужчин - до 40 лет, 2/3 участников имеют высшее образование, 1/3 - среднее). По профессии среди них можно встре-

тить учителей, инженерно-технических работников, врачей, экономистов. Некоторые в последние годы получили квалификацию "социальный работник". Мы можем отнести этих людей к низшему слою российского среднего класса. Участники объединений экологической этики оценивают свой уровень материального обеспечения как "достаточно низкий". Почти половина респондентов относит себя к малообеспеченным, остальные - к среднеобеспеченным. Экономическая защищённость участников этих объединений невысока. Логично предположить, что объединения пополняются из групп так называемых "новых бедных".

Посмотрим, какова социальная база западных новых общественных движений. Согласно К. Оффе, ресурсной базой новых общественных движений являются группы нового среднего класса, обладающие следующими характеристиками: высоким образовательным уровнем, занятостью в социальной сфере, экономической защищённостью. Частью социальной базы новых общественных движений являются студенты, безработные, домохозяйки, пенсионеры, находящиеся на периферии рынка труда (Offe 1990). В исследуемых российских общественных объединениях те же группы, выделенные по образованию и профессии, имеют более низкий статус, поскольку уровень их социально-экономической обеспеченности гораздо ниже.

Итак, на наш взгляд, объединения экологической этики можно отнести к группе новых общественных движений, несмотря на различия в контексте существования и социального положения участников. Эти объединения отстаивают право на культурную самобытность, то есть право на формирование новой идентичности. Такая идентичность выстраивается на мировоззренческих основаниях, сформулированных в философских учениях, тексты которых выступают руководством к действию по изменению образа жизни, систем оздоровления и питания, экологизации сознания. Альтернативные практики питания, в том числе вегетарианство, рассматриваются как формы построения новой идентичности. Вегетарианство принимается во всех объединениях как основная практика питания, но реализуется с различными особенностями.

Далее в статье будут анализироваться идеологемы и практики альтернативного питания как способы формирования новой идентичности.

## **Часть 2. Идеология пищевых предпочтений и альтернативные практики питания**

Ранее исследования практик питания в России проводились либо в отдельных этнических группах, либо на отдельных территориях. Предметом таких исследований являлось: воздействие пищи на физиологию человека, разработка научно обоснованного рациона питания, здоровье и питание, питание как способ оздоровления тела и составляющая здорового образа жизни (Методические рекомендации ЛСГМИ 1990; Апанасенко 1988; Григулевич 1996; Цигмор 1996). Ряд исследований зарубежных авторов посвящён вегетарианскому и макробиотическому питанию, историческим традициям питания (Осава 1991; Айванхов 1993; Ар 1993; Мартинус 1994; Ачарья 1995; Куши 1998). В этих работах анализируется взаимосвязь актуального пищевого поведения и историко-культурных традиций питания, прослеживаются связи мировоззрения и практик питания личности, выдвигается ряд аргументов в пользу того или иного типа рекомендуемого питания.

Предметом нашего исследования являются идеологии и практики питания российских объединений экологической этики в период 1990-х годов. Контекст демократических рыночных реформ в России способствовал появлению возможностей легитимации альтернативных практик питания участников объединений. Во-первых, появилась возможность открытого распространения идеологии групп. Во-вторых, на смену товарному дефициту и однообразию пришло насыщение рынка пищевых продуктов, и появилась возможность реализации новых пищевых предпочтений.

Рассмотрим, на какие идеологемы опираются участники движения для обоснования и оправдания альтернативных практик питания, которых они придерживаются.

### ***Идеология альтернативных практик питания в объединениях экологической этики***

Каждое из объединений опирается на идеологию, претендующую на статус философии. Активисты групп - приверженцы философских учений, с которыми они познакомились до создания объединения, по текстам или на встречах сходных объединений. Несмотря на всё разнообразие учений, все объединения опираются на некоторые общие принципы целостного мировоззрения и рисуют постматериалистическую глобалистскую картину мира, которая убедительнее всего выражена в классических для движения текстах российских философов Николая и Елены Рерихов. "В высшем представлении Дух и Материя едины, два принципа слиты и представляют единый элемент. (...) Абсолют вмещает в себе всё конечное и бесконечное, проявленное и непроявленное, зримое и незримое" (Рерих 1992). "Закон Мироздания одинаков, но вибрации его различны, потому так разнообразно мироздание" (Сердце: 175).

Проблематизация отношений человека и природы - смысловое ядро этой философии. Земля и Человек рассматриваются как части Вселенной, развивающиеся согласно космическим законам эволюции, общим для всей вселенной (включая Землю), всех живых существ и человека. "Сущность эволюции заключается в развитии способности различных форм жизни повышать свои вибрации и воспринимать из всевозможных, исходящих из Единого Источника вибраций, всё более и более высокие и тонкие, соответствующие стремлениям данной жизни в данную эпоху" (Клизовский 1991: 77).

Космические законы эволюции распространяются не только на макропроцессы планетарного масштаба, но и на повседневную жизнь отдельного индивида. Индивид - суть микрокосм вселенной. Это означает, что повседневные практики его бытования должны соответствовать общим законам. Среди таких практик практики питания рассматриваются как основные, как регуляторы обмена веществ между космосом и человеком, гарантирующие возможность баланса систем человека и природы. Большинство учений, которым следуют участники объединений (кроме учения Порфирия Иванова и Джорджа Осавы), депривативны относительно философии Рерихов и носят прикладной характер. Так, в текстах Е.Д. Марченко (Марченко 1993) окружающий мир (среда) рассматривается как знаковая система, а употребляемая пища мыслится как элемент этой системы. В учении Порфирия Иванова особый акцент делается на возможности человека обрести здоровье через взаимодействие с природой, большое значение придаётся практике регулярного голодания (Иванов 1993). Учение макробиотики Дж. Осавы и М. Куши (Осава 1991; Куши 1998) фокусируется на формировании здорового образа жизни, в основе которого лежит баланс энергий инь (женской) и ян (мужской), в первую очередь реализуемый через практики питания. В учении А. Сандровой и В. Диминова питание рассматривается как неотъемлемая часть практик, связанных с подготовкой к трансформации физического тела в космическое.

На основе анализа текстов учений, интервью и анкетного опроса активистов и лидеров объединений нами было реконструировано шесть идеологем, обосновывающих и оправдывающих альтернативные практики питания. Данные идеологемы могут фигурировать во всех или нескольких учениях одновременно или работать в рамках одного объединения. В первой части параграфа мы рассмотрим эти идеологемы. Во второй части параграфа мы остановимся на конкретных пищевых рекомендациях как приложениях идеологем. При изложении идеологем, обосновывающих альтернативные практики питания, мы использовали логику "от абстрактного к конкретному", двигались от абстрактных философских построений к эмпирическим теориям.

1. Идеологема "эволюции человека" исповедуется почти во всех исследуемых объединениях. Представления об эволюции человека основываются на учении "живой этики", разработанном Е.И. Рерих и Н.К. Рерихами. "Живая этика", по характеристике самих её создателей, это синтез древней мысли Востока и научных достижений Запада. В основе учения лежит знание о неизбежности трансформации человека в процессе эволюции и вера в необходимость совершенствования душевных и физических качеств человека. "Живая этика" - как философия действующих нравственных правил, способствующих совершенствованию человека, - предполагает следование альтернативным пищевым практикам. Ядром таких практик является вегетарианство, которое рассматривается как предпосылка эволюции личности.

Согласно "живой этике", употребление в пищу животных задерживает эволюционное развитие человека. "Если бы человечество могло воздерживаться от пожирания трупов, то эволюция могла бы ускориться" (Учение Живой Этики 1993). Сторонники учения "живой этики" верят, что растительная пища излучает полезные для человека особые энергетические вибрации. По словам информанта, "...главные принципы, заложенные в системе питания, которые разработаны... Живой этикой, ... повышение качества вибрации, то есть чем выше по вибрациям продукт, тем он более полезен для питания" (м, 48 лет).

2. В основе идеологемы трансформации физического, эфирного, астрального и ментального тел лежит представление о множественности тел человека, которые функционируют как индивидуальные энергетические проводники космического сознания (Сандрова, Диминов 1996). Сознание мыслится как всеобщая космическая энергия. Тела человека - проводники - способствуют трансферу космического сознания в индивидуальное. Как правило, различают четыре тела человека: физическое, эфирное, астральное и ментальное. Физическое тело видимо и ощущаемо в повседневности. Эфирное тело представляет собой энергетическую составляющую физического тела, которая регистрируется такими приборами биоэлектрографии, как "Корона". Эфирное тело исчезает после смерти физического тела человека. С помощью астрального тела, или тела желаний, человек действует в контексте сновидений; оно продолжает жить после смерти физического тела. Ментальное тело, или тело мысли, действует как проводник грёз, фантазий, воспоминаний, мысленного планирования будущих действий; оно не прекращает действовать и в бодрствующем состоянии.

Согласно учениям, тела их последователей постепенно трансформируются и радикально преобразуются. Суть преобразования, по учению А. Сандровой и В. Диминова, в достижении состояния космического или святого тела, смысл которого в том, что физическое тело - тело ощущений - исчезает. Преобразование возможно лишь при следовании вегетарианским практикам питания. Данная идеологема наиболее распространена среди участников "Братства Иванов Стотысячных". По мнению участников этой группы, вегетарианство способствует физическому сокращению в объёме органов пищеварения, уменьшению их функциональных возможностей. Этим они объясняют предписываемое в учении "осознанное малоедение" и питание исключительно экологически чистыми продуктами. Первым симптомом трансформации физического тела является возникновение так называемых параспособностей - в виде видений (зрительных и слуховых). Этот этап также должен сопровождаться изменением пищевого поведения. По словам одной из респонденток, "для тех, кто начал слышать Учителя, дают фруктовую диету и небольшое количество блюд из круп и пшеницы" (ж, 40 л.). Данная идеологема отличается от первой жёсткостью предписаний альтернативных практик питания как средств достижения идеального человеческого состояния.

3. Идеологема ритмологии, или питание как сонастройка с окружающим миром (как процесс познания), лежит в основе практик питания объединения "Радастея" (Марченко 1993). Учение ритмологии создала и проповедует Евдокия Марченко. Создаваемые ею ритмы – на первый взгляд лишённые смысла стихообразные тексты - представляют собой мантры или молитвы, которые человек должен начитывать, чтобы достичь совершенного состояния. Мантры - постоянный фон повседневных действий, одним из которых является питание. Через питание личность настраивается на окружающий мир. Каждый продукт питания содержит информацию. "Еда становится средством познания мира. Это как знаки... знаковая система... подсказки", - отмечает одна из информанток (ж, 42 г.). Другая активистка отмечает: "Я к продуктам питания подхожу не с точки зрения здоровья моего, то есть я не забочусь о том, чтобы было максимум полезно, а подхожу с точки зрения влияния мира на меня и как поглощаю в себя мир" (ж, 21 г.). Последователи ритмологии утверждают, что решению каждой конкретной жизненной задачи соответствует определенный продукт питания, способ его приготовления, цвет пищи. Так, например, пища красного цвета способствует оздоровлению; пища оранжевого цвета рекомендуется для активизации творческой деятельности; пища желтого цвета способствует гармонизации отношений с людьми; пища зелёного цвета хороша для развития интуитивного познания и т.д.

По мнению информантов из объединения "Радастея", человек должен реконструировать смысл, содержащийся в продуктах как знаках, и использовать полученное знание в альтернативном питании. Через питание происходит настройка человека на понимание другого. "...Для того, чтобы нас окружающая среда слышала, мы вынуждены есть и яйца, и рыбу" - утверждает активистка объединения (ж, 42г.). В данном случае яйца и рыба рассматриваются как наиболее грубые, с точки зрения энергетических вибраций, виды пищи, которые все-таки допускаются к употреблению (в отличие от мяса) и способствуют развитию межличностной коммуникации.

4. Идеологема "право животных на жизнь" основана на учении "Живой этики" или на библейских текстах (Кн. Бытия, гл. 1 - 29). Эта идеологема близка респондентам из различных объединений. В данном случае аргументация строится следующим образом: для человека как высшего существа неестественно убивать и поедать животных. Человек не должен лишать животных жизни раньше отпущенного им естественного срока. Таким образом, обосновывается отказ от охоты на диких животных; производства научных опытов, приводящих к страданиям и смерти животных; производства предметов потребления, для создания которых необходима смерть животных (кожаные и меховые изделия). Информанты верят, что, убивая и мучая животных, человек уподобляется хищникам. Сторонники этой позиции выдвигают следующие лозунги: "Братьям нашим меньшим нужно жить", "У животных идёт эволюция, мы тут ни при чём, без нас обойдутся". Вывод тезиса о праве животных на жизнь - отказ от мясоедения как практики питания, недостойной человека.

5. Идеологема "культура здоровья и человеческого бытия" особенно значима для респондентов из рериховского объединения "Знамя Культуры", клуба "Здравствуйте!", центра "Здоровая семья". Эта идеологема реконструирована нами на основе анализа текстов учения П.К. Иванова и его учеников, разработавших систему закаливания-тренировки, состоящую из регулярных оздоровительных процедур (Иванов 1993; Бронников 1995; Орлин 1997, 1998). Практики оздоровления способствуют формированию вокруг личности "культурно-оздоровительного пространства" (Орлин 1997, 1998). Это пространство создается и поддерживается посредством сознательного выбора человеком практик ухода за телом, пищи, одежды, жилища, с точки зрения их полезности для здоровья. Высшая ценность здоровья в такой практике предполагает культивирование альтернативных практик питания. К ним относятся: оздоровительные технологии приготовления пищи, умение длительное время обходиться без еды или хотя бы без привычных её компонентов, например, мяса. Данная идеологема в одном из интервью была интерпретирована так: "Я начала отдавать предпочтение "живой" пище, отказываюсь от всего "мертвого" (ж, 38 л.). Под "живой" пищей подразумевается вегетарианское питание.

6. "Макробиотика". - ещё одна идеологема, которая основана на идеях философии даосизма (Осава 1991; Куши 1998). Согласно даосизму, мир построен на сочетании и взаимодействии двух принципов пола, мужского - ян и женского - инь. Сочетание этих принципов-начал должно быть гармонично. Основатель этого учения - Джордж Осава, японец по происхождению, большую часть жизни прожил в США, где вместе с учениками Мицио Куши и Эвелин Куши создал Институт и Международную ассоциацию макробиотики. Эта идеологема близка участникам объединений "Макробиотика", "Здоровая семья", которые убеждены, что все продукты также содержат два типа энергии полов, в разных сочетаниях. Лишь в некоторых продуктах сочетание этих энергий сбалансировано; к ним, например, относят все цельные злаки (пшеницу, рожь, ячмень, гречиху, просо, бурый рис). В других продуктах одна энергия доминирует, а другая находится в дефиците; так, например, в бахчевых преобладает энергия инь, а в горьких перцах - ян. Человек, чтобы быть здоровым, должен так строить своё питание, чтобы основу его рациона составляли сбалансированные или близкие к сбалансированным, а также экологически чистые продукты и выращенные в местных условиях.

К экологически чистым продуктам относят продукты растительного происхождения, выращенные своими руками. Они предпочтительнее продуктов, выращенных в крупных хозяйствах, с использованием техники, химических удобрений, пестицидов и гербицидов. Продукты животного происхождения считаются чистыми, если они получены от животных, выращенных на естественных, природных кормах в незагрязненном районе. К ним относятся: молочные продукты, яйца птиц, продукты пчеловодства и другие, полученные без убийства

животных. Необходимо также питание продуктами местной флоры: "Доктрина здесь одна: лучше всего питаться местными растениями, готовить своими руками", - отмечает один из информантов (м, 43 г.). Ориентация на локальное растениеводство объясняется тем, что человеческий организм адаптирован к местным условиям, а значит и продукты, выращенные в этих условиях, наиболее предпочтительны для его успешного функционирования. Идея питания местными продуктами растениеводства популярна среди энвайронменталистов во всем мире.

Исследование показало, что идея здорового образа жизни пронизывает весь дискурс, присутствует во всех идеологемах. Здоровое сбалансированное питание считается необходимым условием достижения здоровья. Участники объединений рассматривают здоровье как ценность, в соответствии с которой строятся их практики жизни. Здоровье рассматривается как комплексная категория, характеризующая гармонию духовного и физического в человеке, гармонию человека и космоса. Таким образом, альтернативно трактуемое здоровье становится аналогом новой идентичности, а здоровое питание - средством утверждения и реализации новой идентичности.

Проблематика здорового, или сбалансированного, питания является предметом диетологии - науки о "физиологических нормах питания человека, лечебном и рациональном питании" (Покровский 1981: 6). Диетология рассматривает баланс питания как оптимальное сочетание пяти основным компонентов обмена веществ: белков, жиров, углеводов, витаминов, микроэлементов. В отличие от диетологии, все участники объединений экологической этики наделяют питание, кроме физиологического действия, дополнительными символическим, информационным, мистическим значением. Предпочтительной практикой правильного питания во всех случаях считается питание растительной пищей, которая способствует формированию человека нового типа.

Рассмотрим теперь каково конкретное преломление этих идеологем в практиках питания, культивируемых в объединениях экологической этики. Нами выделены следующие составляющие практик питания: пищевое поведение - рекомендуемые и не рекомендуемые продукты питания и их мифологизация; правила приготовления пищи; режим питания, правила приёма пищи. Перейдём к подробному анализу этих аспектов пищевых практик, а затем рассмотрим, каким образом участники движения связывают их с формированием новой индивидуальной и групповой идентичности.

### ***Рекомендуемые и не рекомендуемые продукты***

Учения, которым следуют участники объединений, содержат подробные рекомендации по пищевому поведению. Эти рекомендации являются предметом постоянного обсуждения среди участников объединений в беседах, на лекциях. Как правило, пищевые предписания носят не директивный, а рекомендательный характер и их нарушение не санкционируется. Несмотря на различия учений, в рекомендациях по питанию во всех объединениях больше сходства, чем различий. Многие респонденты верят, что люди в будущем отойдут от привычного питания, и постепенно готовят к этому свой организм.

В объединениях принято различие рекомендованных и не рекомендованных - основных и не основных продуктов питания. Продукты растительного происхождения, прежде всего неочищенные злаки рекомендуются как основа пищевого рациона участников объединений (греча, бурый рис, пшеница, рожь). Почти во всех объединениях полностью отрицается употребление мясных продуктов. Исключение составляет клуб "Здоровствуйте!", опирающийся на учение Порфирия Иванова, где допускается употребление мяса в ограниченном количестве. Участники клуба в процессе коллективного обсуждения пришли к общему выводу, что недопустимо обострять отношения в семьях в связи с отказом от мяса. В связи с этим возможен, так сказать, двойной стандарт в практиках питания: отказ от употребления мяса на встречах членов клуба и употребление мяса в семьях. По словам одного из информантов: "... нет и отрицания мясоедства, так как отрицание в семьях порой вызывает агрессию во внутрисемейных отношениях" (м, 43 г.).

В объединениях "Знамя культуры" и "Братство Иванов Стотысячных", кроме растительной пищи, рекомендуемыми продуктами питания являются молоко, молочные продукты и продукты пчеловодства. В соответствии с пищевыми рекомендациями "живой этики", рыба исключена из пищевого рациона, а яйца можно употреблять "самые свежие и в жидком виде" (Учение Живой Этики 1993). В объединениях "Макробиотика" и "Радастея", напротив, молочные продукты не рекомендованы. Считается, что употреблять их можно только в ограниченном количестве. Рекомендации макробиотики исключают из рациона яйца, допускают употребление в пищу рыбы, притом основными продуктами считаются продукты моря и цельные зерновые и зернобобовые.

Исследование показало, что участники движения хорошо знакомы с пищевыми рекомендациями, соответствующими учениям, принятым в объединениях. Некоторые прислушиваются к рекомендациям врачей. В связи с переходом на вегетарианство, несмотря на рекомендации, употребляется много новых продуктов питания не из региона проживания. Часто упоминаются тропические и субтропические фрукты и овощи, морская капуста, дикорастущие травы, продукты из пшеницы цельной или грубого помола. Из новых продуктов питания, вошедших в рацион в последнее время, чаще всего упоминается соя и соевые продукты как мясозаменители. Из напитков наиболее часто упоминается чёрный листовой чай и травяной, сок и кофе. Участники объединений достаточно часто пьют молоко и воду. Из напитков, вошедших в рацион в последнее время, наиболее час-

то упоминается чай из трав, цветов и ягод. Список употребляемых в пищу растений расширяется, наблюдается тенденция перехода на чаи из растений региона проживания.

В списке рекомендованных продуктов на первом месте по частоте упоминания продукты растительного происхождения. К ним относятся, прежде всего, зерновые, зернобобовые, фрукты, овощи, соки, отвары трав. На втором месте оволо-лакто-вегетарианская пища, в которую входят молочные продукты, мёд, яйца птиц. Практически не упоминаются рыбные и мясные продукты.

Респонденты назвали следующие не рекомендуемые для употребления участниками объединений экологической этики продукты питания: мясные продукты (упоминаются наиболее часто), яйца, мучное, молочные продукты, алкоголь, кофе, сахар, соль, картофель, шоколад. В отдельную категорию выделены импортные продукты, которые также не рекомендованы в пищу, поскольку не соответствуют природному балансу между человеческим организмом и средой проживания. У респондентов сформированы стереотипы положительных и отрицательных продуктов. Происходит мифологизация продуктов и определенных технологий и способов приема пищи. Мифологизация продукта, в нашем представлении, - это наделение образа продукта особыми свойствами, иногда мистического характера, на основе научно не подтвержденных сведений. Уместно различение положительных и отрицательных мифов продуктов.

Приведем несколько примеров. В некоторых объединениях культивируется положительный миф о молоке. Считается, что молоко должно быть "одним из главных продуктов питания, ввиду того, что является носителем жизненной энергии, то есть жизнедателем" (м, 48 л.). В других объединениях формируется отрицательный миф о молоке, как тормозе жизненной активности. Считается, что "...молоко влияет и замедляет время. И если я куда-нибудь иду, или я знаю, что мне нужно будет помыслить или быстро сориентироваться в ситуации, я молоко пить не буду" (ж, 21 г.). Парапсихическими потенциями наделяется мёд: "Прием мёда усиливает яснослышание, ясновидение", - утверждает активистка "Братства Иванов Стотысячных" (ж, 48 л.).

Радикально отрицательный миф формируется в отношении мяса и мясных продуктов. Считается, что мясо "понижает опорные частоты мозга" (ж, 40 л.). Часто мясоедение представляется как трупоедение, а мясо представлено как труп (человека или животного). Так, одна из респонденток предлагает следующее обоснование её личного отказа от употребления в пищу мяса: "Когда у нас в начале 90-х были перебои с мясом, я как раз вошла в обычный продуктовый магазин. Туда только что привезли мясные туши. Почему-то их выгрузили прямо в торговом зале и накрыли какой-то тканью, из-под которой виднелись части туши. Я врач по образованию, и у меня сразу прошла аналогия с анатомичкой, куда мы студентами приходили для того, чтобы вскрывать трупы. Они лежали так же. Мне стало плохо" (ж, 50 л.). Другой респондент считает, что мясо может задерживать духовное развитие индивида: "Каждый человек чувствует... потребность прекратить употребление мясных продуктов, но если сила духа не столь велика, то изначально мясные продукты могут... усилить сдерживание духовного развития человека" (м, 48 л.). Мясоедение, таким образом, рассматривается как противоестественная и антигуманная пищевая практика.

### **Правила приготовления пищи (технология)**

В отличие от диетологии, некоторые рецепты приготовления пищи в объединениях экологической этики ритуализированы - это означает, что они включают дополнительные действия, призванные улучшить качество пищи, но не связанные напрямую с технологией приготовления блюд. Например, в рецепте предлагается во время приготовления пищи сосредоточить мысль на благих пожеланиях тем, для кого она готовится. В практике общественных объединений принято делиться рецептами приготовления пищи. Описывая устойчивые формы взаимодействия в объединениях, один из респондентов рассказывает: "В клубе же идёт постоянный обмен рецептами салатов, оригинальных блюд, кулинарными изобретениями... лучше всего... готовить своими руками" (м, 43 г.).

Для тех, кто придерживается альтернативных практик питания, символическое значение приобретает самостоятельное приготовление продуктов питания, обычно покупаемых в магазинах, прежде всего хлебопечение. Хлеб считается сакральной пищей, которая десакрализируется массовым производством. Предлагаются две альтернативы технологий хлебопечения. Первая из них - самостоятельное приготовление традиционного хлеба в домашних условиях. Рассказывая о ней, информант вспоминает: "Начал печь хлеб в духовке. Получилось. Гораздо более сытно, чем хлеб из магазина" (м, 43 г.). Вторая альтернатива - самостоятельное изготовление заменителей традиционного хлеба по следующему рецепту: "Проросшая пшеница, 1 мм, прокручивается через мясорубку. В это тесто добавить соду, специи, немного сметаны, мёд и [поставить] в слабую духовку". Эти лепёшки, по словам участницы объединения, по своей энергетической ценности гораздо выше хлеба, потому что "сохраняется [витамин] В12, необходимый для работы мозга. После длительного употребления лепёшек пшеничных хлеб обычный кажется пустым, неэнергетичным. Ощущение, что наелся опилок" (ж, 42 г.).

Рекомендуется отказ от технологий, связанных с брожением, консервированием, стерилизацией, копчением, приготовлением на огне, поскольку все эти процедуры делают пищу мертвой, подобной мясу. Не рекомендуется также использование острых пищевых добавок, поскольку считается, что они способствуют выходу жизненной энергии вовне, а для формирования нового человека необходима концентрация на внутреннем духовном развитии. Предпочтительными являются сыроедение и технологии запаривания пищи. Предлагается



множество рецептов приготовления блюд из зерновых и сои. Соя - как белковый продукт и его производные - является для многих участников объединений основным заменителем мяса. Рецепты блюд из сои имеют те же названия, что и названия мясных блюд. Приведем фрагмент из интервью: "У меня, вот, в этой коробке лежат 20 пакетов сои: шницеля, гуляш, фарш, лапша. И очень вкусные блюда я могу вам дать продегустировать. Есть сейчас гуляш в наличии, всем могу по кусочку мяса дать, и всем рекомендую, кому вы будете сообщать нашу беседу, тем рекомендую включить в рацион соевые продукты. Очень вкусно и быстро приготавливаются, и полезно" (ж, 52 г.).

Ритуально-религиозный характер приготовления пищи подчеркивается включением вербальных и музыкальных элементов молитвы в предлагаемые кулинарные рецепты. Один из респондентов представляет следующий рецепт изготовления гречневой каши: "Замочить гречку в холодной воде, с мантрами, через 2 часа добавить соль, масло, перемешать, предложить богу: гречка в таком виде выводит из организма радионуклиды, даёт организму большое количество энергии ян, массу сексуальной энергии" (ж, 26 л.). Другой пример - рецепт овощного борща: "Овощной борщ. Сами выбираем продукты для него в магазине, готовим под музыку - жизнеутверждающую, духовную, читаем над ним молитвы Господу, Владыкам, предлагаем им первыми вкусить наше блюдо, благодарим элементалов (гномы - элементалы земли, ундины - воды, эльфы - воздуха, саламандры - огня) за создание продуктов, произносим: "Учитель, из твоих рук..." (м, 33 г.). Ритуализация способов приготовления пищи связана с приписыванием питанию сакрального смысла, пониманием его как способа формирования нового человека и регулирования состояния души и тела.

### **Режим питания**

В диетологии под режимом питания подразумевается устойчивое расписание приема пищи и воздержания. Участники объединений особое внимание уделяют такому аспекту режима питания, как воздержание от пищи и питья. Тема голодания и его инструментальные и символические функции рефлексированы в учениях и рассказах информантов. В разных объединениях рекомендованы разные режимы питания. Так, в объединениях "Здравствуйте!", "Здоровая семья" и "Братстве Иванов Сотысячных" рекомендуется регулярное полное воздержание от пищи - еженедельно на 42 часа, с 18 часов пятницы до 12 часов воскресенья. Эта практика введена на основе рекомендаций, сформулированных в письменном источнике учения Порфирия Иванова "Детка". Конец недели рассматривается в текстах Иванова как период, наиболее благоприятный для воздержания, поскольку природа в это время помогает человеку терпеть воздержание, необходимое для обретения и поддержания здоровья человека.

Некоторые из участников объединений дополнительно воздерживаются от пищи и воды в течение ещё одних суток, в среду. Среди участников объединений распространен двухразовый или одноразовый режим питания, причем завтрак рассматривается как "дурная привычка" (ж, 38 л.). В данном случае голодание рассматривается не только как оздоровительная процедура очищения организма от шлаков и закаливание, но и как жертва, которую человек приносит природе за то, что она обеспечивает его пищей. Жёсткий режим питания обосновывается не только необходимостью оздоровления организма и ориентацией на совершенствование человека, но и экономической необходимостью. Альтернативные практики питания представляются более "дешевыми", чем массовые.

В объединении "Макробиотика", наоборот, не рекомендуется полное воздержание от пищи. Учителя считают любые голодания вредными для организма, поскольку, по их мнению, они приводят к ненужному физическому и психологическому стрессу. Рекомендации по режиму питания ограничиваются указаниями на многократность и устойчивую периодичность приёма пищи по часам. В остальных объединениях оптимальным режимом считается двухразовое питание и периодическое голодание, регулируемое желанием и самочувствием человека, необходимое для формирования нового человека.

### **Правила приема пищи**

Правила приема пищи в объединениях, так же как и технологии, носят ритуальный характер. В результате исследования нам удалось реконструировать следующие правила приёма пищи: совместные трапезы, сочетание молитвы и трапезы. Совместные трапезы - один из важных ритуалов групп, способствующих формированию коллективной идентичности. Они наделяются несколькими смыслами. С одной стороны, через совместную еду осуществляется материальная поддержка участников групп: "Поскольку у нас трудности с деньгами. Мы все... наши члены Вырицкой группы... всё-таки стараемся, вот... на наши встречи, когда мы собираемся вместе 2 раза в неделю или 3 раза... приносить фрукты для того, чтобы как бы пополнить наш жизненный потенциал. Применяем фрукты, бананы, травяные чаи, бульоны овощные, варенье, орехи, мёд, печенье" (ж, 56 л.). С другой стороны, совместные трапезы выступают как возможность ощутить и подтвердить свою принадлежность к новой общности. Совместные трапезы становятся способом выражения коллективной идентичности.

Большинство респондентов отмечало, что они не придерживаются особых ритуалов питания, однако постоянно рефлексировали процесс приготовления и употребления пищи: "Особого ритуала нет, но люблю всё делать неспешно, мысленно предворяя свои действия" (ж, 42 г.). Итак, исследование альтернативных практик

питания показало, что участники объединений экологической этики ориентированы на вегетарианство. Большинство из них, однако, не выполняет полностью рекомендаций по приёму пищи.

### ***Объяснения отклонений от альтернативных практик питания***

Отвечая на открытый вопрос, информанты представили несколько объяснений (мотивов) отклонения от альтернативных пищевых практик. Наиболее часто информанты оправдывали это возникновением у них проблем коммуникации, повседневного общения в публичной и приватной сфере. Так, например, один из информантов утверждает, что "большие психические нагрузки в связи с духовно-просветительской деятельностью" препятствуют выполнению рекомендаций. Другая подчеркивает, что отклонение от диеты необходимо для того, чтобы "заземлиться, прийти в равновесие с низкими сознаниями" непосвященных. Третий рассказчик отмечает, что он употребляет в пищу мясо не чаще двух раз в месяц, "из чувства обязанности не напрягать дочь и жену" (м, 43 г.).

Вторая группа объяснений нарушения практик питания - морально-психологическое несовершенство личности респондента, описываемое в таких терминах, как "лень", "слабая воля", "скепсис", "распущенность", "отсутствие фантазии", "искушение", "старые привычки". Информантка сообщает о своих нравственных страданиях, связанных с переходом на новую диету, в следующих выражениях: "год страдала, мимо курочки своей любимой совсем не могла пройти. Я уже не ем ни кур, ни мяса; иногда, крайне редко, позволяю себе рыбу - это уже балую себя, а потом обычно переживаю" (ж, 54 г.).

В-третьих, приводились объяснения экономического характера, как-то: отсутствие в продаже рекомендуемых продуктов, нехватка ресурсов времени для следования сложной диете. Интересно отметить, что, несмотря на низкую материальную обеспеченность, ни один из респондентов не назвал в качестве причины невыполнения рекомендаций нехватку денежных средств. Напротив, нужда становится дополнительным аргументом в пользу вегетарианского питания. Одна из участниц фокус-группы объясняла легкость, с которой она отказалась от мясоедения следующим образом: "От мяса уходим мы единственно потому, что у меня нет денег, естественно. Но никто не страдает. Никто не скажет: мама, почему нет мяса? Все довольны, всё идет естественно, и никто голодный не ходит" (ж, 42 г.).

### ***Распространение идеологии и практик питания***

Важным направлением деятельности движения является распространение пищевых идеологий и альтернативных практик питания. В результате исследования были выделены индивидуальные и коллективные формы распространения новых диет. Среди индивидуальных форм можно выделить пропаганду новых практик питания в среде общения - в семье, среди друзей и коллег по работе. Для каждого участника объединения основным объектом пропаганды является семья. В ряде случаев члены семьи с легкостью воспринимают и воспроизводят новые практики питания, что наши респонденты объясняют общностью ценностей. Вот как говорит об общности пищевого поведения одна из респонденток: "У нас так - кто что приготовил, все потом едят. Вот если я готовлю, то у меня есть возможность выбора. Мама, папа и я придерживаемся одних принципов в питании. Напряжений в семье в связи с питанием не возникает" (ж, 21 г.).

Однако, попытки изменить стиль питания в семье, инициированный глубинными экологами, может вызывать напряженность и конфликты в семье. "Нет ни одной семьи, где мне было бы известно, чтобы проблем не происходило. Самые милые, самые воспитанные, самые интеллигентные люди не находят общего языка с теми, кто уходит от обычного питания", - утверждает один из респондентов (м, 48 л.) В некоторых семьях происходит поиск компромиссов: "Образец урегулирования домашнего питания предложила Н.В. У неё на кухне висят списки любимых блюд, составленные каждым членом семьи. И готовятся уже только любимые блюда, по справедливо составленному графику. Влияние традиций клуба на семейные предпочтения очевидно" (м, 43 г.).

Нам удалось выделить несколько вариантов сопротивления распространению альтернативных пищевых практик в семье. Одни респонденты отмечали скепсис членов семьи в отношении новой диеты: "при ухудшении самочувствия считают, что причина в ограничении употребления мясных продуктов". Другие - указывали на ироническое отношение в семье к их пищевым практикам: "посмеиваются, но не перечат, не мешают". Третьи - констатировали выраженное неприятие родственниками их рациона питания: "...родственники относятся к растительному питанию крайне отрицательно, все разговоры при встрече сводятся к тому самому наиболее болезненному вопросу: А не съесть ли вам кусочек мяса?". Некоторые респонденты - рассказывали о конфликте и расколе в семье, связанных с их альтернативными практиками питания: "Пришлось разделить в питании с матерью, что повлекло за собой разделение материальных средств", "Семья разделилась по питанию на два лагеря: первый - жена и я не употребляем мясных продуктов, второй - наши дети, которые употребляют, но умеренно".

Изменение практик питания, и, прежде всего, вегетарианство, становится формой проявления и утверждения новой идентичности. Ориентация на новую идентичность часто приводит к непониманию и напряженности со стороны людей, ориентированных на общепринятые ценности. Вот почему многие из респондентов исследуемых объединений испытывают трудности при изменении практик питания, если в семьях нетерпимо относятся к личностной автономии.

### ***Коллективное распространение альтернативных практик питания***

Участники общественных объединений используют разнообразные коллективные формы распространения альтернативных практики питания: они развивают инфраструктуру пищевых точек и магазинов, прямо распространяют рекомендованные продукты среди населения, проводят лекции и семинары, агитирующие в пользу новой диеты. Организации учреждают вегетарианские кафе, столовые, столы заказов, магазины. Так, например, вегетарианское кафе при "Общине духовного возрождения" в г. Вологде практикует льготную систему питания в виде благотворительных талонов, распространяемых среди активистов и сторонников объединения. В результате такой практики в кафе появился постоянный контингент посетителей. Информантка отмечает эффективность такой формы распространения альтернативных практик питания: "Людям нравится наша кухня. Постепенно привыкают к вегетарианскому питанию. На витрине есть рецепты, как готовить, их раздавали желающим. Многие люди заинтересовались" (ж, 25 л.).

Другой пример - распространение и продажа соевых продуктов на предприятиях и среди населения в посёлке Вырица представителями объединения "Братство Иванов Стотысячных". Еще один пример, активисты объединения "Макробиотика" ежемесячно устраивают не менее трёх открытых семинаров по макробиотическому питанию. Кроме того, в помещении организации "Макробиотика" распространяются разнообразные и редкие макробиотические продукты (соя и соевое мясо, молоко, мука, соус и т.д.), экзотические продукты (бобовые: маш, нут; цельные злаки: пшеница, рожь, ячмень, бурый рис, кунжут), морские водоросли, различные специи и чай (кроме чёрного чая, который не рекомендован макробиотической доктриной).

Коллективные практики распространения альтернативного питания через кафе, магазины при объединениях, столы заказов приводят к распространению нового стиля жизни, в том числе и вегетарианского питания среди тех, кто не является участником данных объединений. Так создается ресурсная база движения.

Итак, исследование продемонстрировало множественные изменения привычных пищевых практик в среде участников объединений экологической этики. Продукты, рекомендуемые в пищу, рецептура приготовления блюд, практики приема пищи и режим питания - все эти аспекты пищевого поведения рефлексировались, обосновывались и ритуализировались, становясь, таким образом, значимыми для формирования стиля жизни и идентичности участников движений. Рассмотрим, каким образом сами участники движения представляют изменения, происходящие с ними в результате перехода на новые пищевые практики.

### ***Презентация преобразования личности в результате перехода на новые пищевые практики***

Участники движения описывают произошедшие с ними личностные изменения в категориях состояния здоровья, психологического состояния, межличностных отношений, изменения стиля жизни. Рассмотрим подробнее каждый из этих аспектов преобразования "я" участников движения. Как считают информанты, следование альтернативным пищевым практикам приводит через некоторое время к улучшению физического состояния организма. Отмечались случаи излечения болезней поджелудочной железы, почечно-каменной болезни, камней в почках, остеохондроза: "...питание в соответствии с требованиями исключения мясной пищи, улучшил состояние здоровья: отсутствуют тяжёлые формы болезней, несмотря на возраст (мне 48 лет)" (м, 48 л.). Информанты утверждали, что в результате правильного питания они обрели чувствительность "к природным, энергетическим и космическим явлениям". Некоторые связывали изменение питания с омоложением организма: "В теле чувствую легкость, подвижность, соответствующую юношескому возрасту, и это несмотря на то, что не занимаюсь никакой физкультурой, даже зарядкой; выносливость намного превосходит показатели молодых лет жизни".

На фокус-группе одна из респонденток представила следующий нарратив о преобразении личности своей знакомой вследствие изменения питания: "У меня есть соседка Л., ей 72 года. Она стройная, симпатичная женщина с 65 кг, цветущая и, на мой взгляд, без единой морщины. Когда ей было 62 года, она была 107 кг, больная женщина, к которой постоянно подъезжала "скорая помощь", по 3 раза в день. Один раз она услышала о Шаталовой и о макробиотике, и встала на этот путь правильного питания, исключив мясо, рыбу, яйца, молочные продукты, не нарушая режим питания, то есть последний прием пищи не позже 19 часов. Она стала из 107 кг той женщиной, о которой я сказала вначале. Как экспонат, я могу её привести сейчас. Это очень симпатичная, приятная женщина. Более того, через год правильного питания она стала заниматься бегом, и через год стала получать призы марафонского бега Санкт-Петербург - город Павловск. Слава женщинам и мужчинам, кто встает на правильное питание и приобретает такую красоту!". В данном рассказе фактически прославляется преобразование личности, описанное в категориях внешней привлекательности, спортивных достижений, здоровья, отказа от услуг медицины, омоложения, похудения.

Большинство информантов отмечали улучшение психического состояния, которое описывается как обретение внутреннего комфорта, уравновешенности, терпимости к людям. Самодиагнозы следующие: "психологически и морально - внутренний комфорт"; "эмоционально стала уравновешенная"; "стала менее раздражительной, терпимой, глубже задумываюсь, стараюсь познать истину и глубже понимать Природу". Изменение стиля жизни в результате перехода на новую диету описывалось через изменение системы ценностей, отход от внешнего мира и сосредоточение на своем внутреннем мире. Так, например, информантка описывает свои но-

вые ориентации в сравнительной перспективе, противопоставляя свою нынешнюю жизнь и ориентацию с прежней: "...Меньше хочу получить что-то, более спокойна, если не получается что-то получить; лекарства не принимаю; меньше хотеть - больше думать, перестала смотреть TV, слушать сумасшедшую музыку, бегать в гости, более спокойное отношение к работе, не хожу в театр, на стадионы, не смотрю спортивные передачи, не читаю газет, не читаю художественную литературу, полюбила одиночество, не говорю много по телефону" (ж, 50 л.). В этом фрагменте рефлексировается отказ от достижительных, экстравертных и коммуникативных практик и ориентаций в пользу психологического эскапизма, интерпретированного как "уход в себя", "самоуглубление".

Многие информанты подчеркивают уменьшение значимости питания в их жизни по сравнению с прежним опытом, на фоне роста творческой рефлексии. Так, одна из информанток говорит об изменениях, которые с ней происходят, в следующих выражениях: "[появилось] чувство радости, широта взглядов на мир, интерес познания и творчества, уход от бытовой мелкой суеты и возни вокруг еды. Еда стала занимать меньше мыслей и времени, еда как необходимость, чтобы чувствовать себя хорошо, не более". На наш взгляд, подобная интерпретация противоречит целенаправленной политике альтернативного питания, которая внедряется и распространяется движением. Можно предположить, что, говоря о понижении ценности "еды", респонденты имеют в виду подчинённость питания генеральному проекту формирования нового человека.

Многие респонденты отмечали не только приобретение психического равновесия, но и улучшение межличностных отношений в результате перехода на новое питание. Так, одна рассказчица утверждает, что её "мысли стали чище" и она "смогла справиться с комплексом неполноценности (почти), изменилась сама, изменились отношения с окружающими". Другой отмечает, что "стал более терпимым к людям, исчезла злость". Некоторые высказывали своё стремление стать лучше: "Хочу и стараюсь быть лучше, чем я есть на самом деле, получается не всегда, но сдвиги в лучшую сторону есть".

Тенденция улучшения физического, психического, эмоционального состояний, коммуникативных отношений, изменения стиля жизни прослеживается через все интервью. Однозначно и единодушно информанты позитивно оценивают новые практики питания, уверяя себя и других в их преобразовательной силе.

### **Заключение**

Исследование позволяет нам отнести объединения экологической этики к категории новых общественных движений, поскольку они не только декларируют приверженность постиндустриальным ценностям новой идентичности, но и следуют альтернативным практикам образа жизни, в том числе и в повседневном питании. Для новых движений наиболее значимы ценности автономии, независимости и индивидуального стиля жизни. И западные, и российские новые движения отрицают доминирующие ценности модернизации, построенной на принципах экономического роста. Представители движений считают, что выход из глобального экологического кризиса лежит на пути принятия новых ценностей, отличных от идеологии экономического роста, и формирования соответствующего им типа личности. Новые движения на Западе и российские движения объединяет планетарный характер сознания участников.

В учениях объединений экологической этики сформулированы идеологемы и рекомендации по альтернативным практикам питания. Идеологемы альтернативного питания становятся основой конструирования новой идентичности участников объединений. Они изменяют свой стиль питания в соответствии с рекомендациями, данными в учениях и принятыми в объединениях. Несмотря на различия в идеологемах, подавляющее большинство рекомендаций по питанию ориентировано на переход к вегетарианству. Вегетарианство является, с одной стороны, одной из ценностей глубинных экологов, а с другой - рассматривается как способ достижения особого парапсихического состояния гармонии с Миром, Космосом и Природой.

Именно с вегетарианскими пищевыми практиками одни связывают физическое здоровье, а другие - нравственное совершенство человека. Убийство животных для использования их в пищу считается антигуманным и безнравственным. Почти все участники движения обсуждают альтернативное питание в перспективе создания мировой гармонии, единения человека с единым идеальным Началом, которое может выступать под разными именами, формированием нового человека, стремящегося уйти от суеты современного мира. Вегетарианство становится одной из необходимых практик достижения этой гармонии и единения, неотъемлемой частью альтернативного образа жизни, приобретает символический смысл.

Участники объединений мифологизируют свойства некоторых продуктов, создавая отрицательные и положительные образы. Питание ритуализируется и сопровождается практиками молитвы и совместной трапезы. Режим питания часто включает нормированное голодание. Участники объединений отмечают эффекты преобразования "я", связанные с переходом на новую диету: по их оценкам, происходит улучшение здоровья, психологического состояния, отношений с окружающими. В качестве барьеров следования альтернативным практикам питания называются: коммуникативные сложности (конфликты в семье, с родственниками и друзьями, ближайшим сетевым окружением), дефицит ресурсов времени и продуктов, прежние привычки и традиции питания.

Проект создания новой идентичности через альтернативные практики питания включает индивидуальные и коллективные стратегии распространения новой диеты. Изменение идентичности и проявление её через изме-

нение питания приводит к напряженности в тех семьях, где не признаются ценности новой идентичности. Коллективные стратегии в виде организации вегетарианских кафе, столов заказов, магазинов способствуют активному распространению новых практик за пределами объединений.

Исторический и культурный контекст возникновения и развития новых движений в России и на Западе значительно различается. В отличие от западных новых движений, развивающихся в относительно благополучных социально-экономических условиях постиндустриального общества, подобные объединения в России развиваются в условиях социальной трансформации, становления институтов демократии и рынка, постоянных социально-экономических и политических кризисов. Однако, как и все движения, ориентированные на совершенствование личности, объединения экологической этики относительно независимы от политических и экономических потрясений. Это связано с тем, что их цели не в такой степени требуют привлечения финансовых и других материальных ресурсов, как движения политической направленности, и ориентированы на интенсивную мобилизацию. Кроме того, для участников объединений экологической этики принятие особого образа жизни и питания зачастую является не только воплощением идей в жизнь, но и помогает физически выжить в условиях экономической нужды.

Формирование движений экологической этики и распространение альтернативных практик питания - свидетельство дифференциации российского общества и формирования ценностей нового типа - экологически ориентированных постиндустриальных ценностей. Устойчивость групп экологической этики будет свидетельствовать об укоренённости этих ценностей в современном российском обществе.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Аберкоромби Н., Хилл С., Тернер Б. Социологический словарь. Ред. С. Еровеев. Казань: Казанский университет, 1997.
2. Абульханова-Славская К. Деятельность и психология личности. М.: Наука, 1980.
3. Айванхов ОМ. Йога питания. М.: Извор, 1993.
4. Аксёнов А., Морозов Д. Зелёным о лесе и лесном хозяйстве. М.: СоЭС, 1998.
5. Апанасенко И.П. Будущее нашего питания. Минск: Ураджай, 1988.
6. Ар Э. Трактат о питании. Комсомольск-на-Амуре: СПб педагогический университет, 1993.
7. Ачарья А.А. Пища для мыслей; философия вегетарианства. Хабаровск: Издательская компания «А и М», 1995.
8. Бергер П., Лукман Т. Социальное конструирование реальности. М.: Медиум, 1995.
9. Борисов С. Третий сектор - НН. Каталог-обзор общественных объединений Нижнего Новгорода и Нижегородской области. Нижний Новгород: Евразия-фонд, 1996.
10. Бронников А.Ю. Учитель Иванов: Я жизнь предложил людям. Проза. М.: Аделиз, 1995.
11. Григулевич Н.И. Этническая экология питания: традиционная пища русских старожилов и народов Закавказья. М.: ИЭА РАН, 1996.
12. Гуцин В.А., Лустберг А. Э. Молодежное экологическое движение Ленинграда - Санкт-Петербурга. Исторические этапы, культура и субкультура // Подростковые и молодёжные инициативы. СПб., 1997.
13. Доусон Д., Цепилова О. Мобилизация экологического движения в Ленинграде // Социология общественных движений: Эмпирические наблюдения и исследования. Ред. В. Костюшев. Кн. 2. М.; СПб.: СПбФ Института социологии РАН, 1993. С. 132-154.
14. Забелин С. И. Время искать, и время терять. М.: СоЭС, 1998.
15. Заварзин Г. Смена парадигмы в биологии // Вестник Российской Академии наук, т. 65. № 1. 1995. С. 8-23.
16. Здравомыслова Е. Мобилизация ресурсов демократического движения в Ленинграде (1987-1990гг.) // Социология общественных движений: Эмпирические наблюдения и исследования. Ред. В. Костюшев. Кн. 2. М.; СПб.: СПб институт социологии РАН, 1993.
17. Здравомыслова Е. Парадигмы западной социологии общественных движений. СПб.: Наука, 1993.
18. Зелёный Петербург. Информационный бюллетень «зелёных» организаций Санкт-Петербурга. Пробный выпуск. № 1. СПб.: Агат, 1996.
19. Иванов П.К. Избранное. М., 1993.
20. Иванова А., Иванов В. Изображение Майтрейи. Слоним: Росток, 1996.
21. Клизовский И.А. Основы миропонимания новой эпохи, Рига: Виеда, 1991.
22. Коротко К.Г., Тейлор Р. Крашеник А.И. От эффекта кирлиан к биоэлектрографии. СПб.: Ольга, 1998.
23. Кузьмина А.А. Риск-рефлексия в идеологии российского экологического движения // Россия: риски и опасности «переходного» общества. Институт социологии РАН. Ред. О. Яницкий. М.: Институт социологии РАН, 1998.
24. Куши М. Макробиотика - путь к здоровью и долголетию. М.: Крон-Пресс, 1998. Мартинус. Идеальная пища. М.: Яхтсмен, 1994.
25. Марченко Е.Д. Законы радуги. Свердловск, 1993.
26. Методика изучения питания и показатели пищевого статуса // Методические рекомендации ЛСГМИ. СПб.: ЛСГМИ, 1990.

27. Новодержкт Ю.П. (ред.) Гигиенические аспекты охраны окружающей среды: вопросы питания // Сборник научных трудов. Ростов-на-Дону: Ростовский медицинский институт, 1987.
28. Орлин В.С. Культура последователей П.К. Иванова. Закаливание огнём. Вологда: ОКО, 1998.
29. Орлин В.С. Философия здоровья Порфирия Иванова. Вологда: ОКО, 1997.
30. ОсаваДж. Макробиотический дзен. М.: Книжная Палата, 1991.
31. Покровский А.А., Самсонов М.Л. (ред.) Справочник по диетологии. М.: Медицина, 1981.
32. Сандрова А., Димиров В. Иван-воин, СПб.: Росток, 1995.
33. Сандрова А., Димиров В. Щит Братства, СПб.: Росток, 1996.
34. Сердце // Агни Йога. СПб.: Объединение Всесоюзный молодёжный книжный центр (филиал), Васильевский остров, 1992. С. 601-780.
35. Справочник «Негосударственные экологические организации Санкт-Петербурга». Ред. Е. Кобец, Э. Лахти. СПб.: Нотабене, 1998.
36. Справочник «Общественные культурные организации СПб». СПб., 1996.
37. Столманкова А.И., Мартынюк И.О. (ред.) Биосфера, питание, здоровье. Львов: Виша, Львовский Университет, 1982.
38. Темкина А., Григорьев В. Динамика интерпретативного процесса: трансформация в России / Социальные исследования в России. Немецко-русский мониторинг. Берлин, Москва, 1998. С. 232-267.
39. Устав Всероссийского общества охраны природы. М., 1991.
40. Учение Живой Этики. Самара, 1993.
41. Фомичев С.Р. Зелёные: взгляд изнутри // Политические исследования. № 1-2. 1992. С. 238-245.
42. Фомичев С.Р. Крайне зелёные // Социологические исследования. № 8. 1995. С. 36-41.
43. Цепилова О.Д. Экологические движения: предпосылки, тенденции, идеологические парадигмы, организационные структуры // Образ мыслей и образ жизни. Ред. Я. Гишинский. М.: Институт социологии РАН, 1996. С. 62-65.
44. Цигмор А. Живая пища: путеводитель по естественному образу жизни. М.: Кронн-Пресс, 1996.
45. Шубин А. Экологическое движение в СССР и вышедших из него странах (вступительная статья) // Экологические организации на территории бывшего СССР. Справочник. М.: Рау-Пресс, 1992.
46. Яницкий О.Н. Человеческий фактор и социально-воспроизводственные процессы // Рабочий класс и современный мир. № 4. 1986. С. 33-48.
47. Яницкий О.Н. Экологическое движение и контекст: становление гражданского общества в посттоталитарной среде // Социологические исследования. № 12. 1992. С. 40-51.
48. Яницкий О.Н. Двенадцать гипотез об альтернативной экополитике // Социологический журнал. № 4. 1994. С. 109-119.
49. Яницкий О.Н. Экологическая социология // Социология в России. Ред. Ядов В.А. М.: На Воробьёвых горах, 1996 а. С. 541-570.
50. Яницкий О.Н. Экологическое движение в России. Критический анализ. М.: Институт социологии РАН, 1996 б.
51. Яницкий О.Н. Модернизация в России в свете концепции «общества риска» / Куда идёт Россия?.. Общее и особенное в современном развитии // Ред. Т.И. Заславская. М.: Аспект-пресс, 1997 а. С. 37-48.
52. Яницкий О.Н. Экологическая политика в «обществе всеобщего риска» // Евразия. Природа и люди. № 2-3. 1997 б. С. 2-6.
53. Яницкий О.Н. Экологические движения в «переходном» обществе: проблемы теории // Социологические исследования. № 10. 1998. С. 22-33.
54. Cation W., Dunlap R. A New Ecological Paradigm for Post-Exuberant Sociology // American Behavioral Scientist, Vol. 24, No. 1. 1980. P. 15-47.
55. Cohen J. Strategy or Identity: New Theoretical Paradigms and Contemporary Social Movements // Social Research. Vol. 52, No. 4. 1985. P. 663-716.
56. Duka A., Kornev N., Voronkov V. and E, Zdravomyslova. The Protest Cycle of Perestroika: The Case of Leningrad // International Sociology. Vol. 10, No. 1. 1995. P. 83-99.
57. Dunlap R.E. Paradigmatic Change in Social Science. From Human Exemptionalism to an Ecological Paradigm // American Behavioral Scientist, Vol. 24, No. 1. 1980. P. 5-15.
58. Fomichov S. Local and Regional Nature Protection Authorities' System // The Third Way. No. 8. 1995. Pp. 11-16.
59. Gamson W. The Strategy of Social Protest. Belmont, CA: Wadsworth, 1975.
60. Hjelmar U.F. The Political Practice of Environmental Organizations. Great Britan: Avebry Ashgate Publishing limited, 1996.
61. Inglehart R. The silent revolution. Changing Values and Political Styles Among Western Publics. Princeton, 1977.
62. Jenkins J. Resource Mobilization Theory and the Study of Social Movements // Annual Review of Sociology. Vol. 9. 1983. P. 527-553.
63. Johnston H., Larana E, and J.R. Gusfield. Identities, Grievances, and New Social Movements / New Social Movements. Ed. by H. Johnston, E. Larana and J.R. Gusfield. Philadelphia: Temple University Press, 1994. P. 3-35.

64. Khalyi J. The Environmental Movement in Russia: Contemporary Trends // *On the Other Hand*. Vol. 1. No. 3. 1993. P. 5-13.
65. Knoke D. *Political Networks. The Structural Perspective*. Cambridge: Cambridge University Press, 1990.
66. Kriesi H. The Political Opportunity Structure of New Social Movements. Its Impact on Their Mobilization / *The Politics of Social Protest. Comparative Perspectives*. Ed. by J.C. Jenkins and B. Klandermans. Minneapolis: University of Minnesota Press, 1993. P. 167-198.
67. Lynch K. *The Image of the City*. Cambridge, Mass.: The M.I.T. Press, 1960.
68. McAdam D., McCarthy J., and Zald M. *Social Movements // Handbook of Sociology*, Ed. by N.J. Smelser. Newbury Park: Sage Publications, 1988. P. 695-737.
69. McCarthy J., Zald M. *The Trend of Social Movements in America: Professionalization and Resource Mobilization*. Morristown, N.J.: Generak Learning Press, 1973.
70. McCarthy J., Zald M. Resource Mobilization and Social Movements: A Partial Theory // *American Journal of Sociology*, Vol. 82, No. 6. 1977. P. 1212-1241.
71. Melucci A. The symbolic Challenge of Contemporary Movements // *Social Research*. Vol. 52, No. 4. 1985. P. 789-815.
72. Melucci A. *Nomads of the Present*. Philadelphia: Temple University Press, 1989.
73. Milbrath L. *Environmentalists: Vanguard for a New Society*. Albany: State University of New York Press, 1984.
74. Obershall A. *Social Conflict and Social Movements*. Englewood Cliffs, N.J., Prentice-Hall, 1973.
75. Offe C. New Social Movements: Challenging the Boundaries of Institutional Politics // *Social Research*, Vol. 52. No. 4. 1985. P. 817-868.
76. Offe C. Reflections of the institutional self-transformation of movement politics: a tentative stage model / *Challenging the political order*. Ed. by R. Dalton, M. Kuchler. N.Y., 1990.
77. Rucht D. Themes, Logics and Arenas of Social Movements: a Structural Approach // *From Structure to Action: Comparing Movement Participation across Cultures*. International Social Movement Research. Vol. 1. Ed. by B. Klandermans, H. Kriesi and S. Tarrow. Greenwich, Conn.: JAI Press, 1988, P. 305-329.
78. *Swedish Forest Industry Goes East - a Report on the Swedish Forest Industry's Involvement in Russian Forest Sector*. Stockholm: SSNC, 1997.
79. Tarrow S. *Struggle, Politics and Reform: Collective Action, Social Movements and Cycles of Protest*. Cornell Studies in International Affairs. Western Societies Papers, No. 21, 1991.
80. Tilly Ch. *From mobilization to revolution*. Reading, Mass.: Addison-Wesley, 1978.
81. Tilly Ch. *Social Movements and National Politics / State making and Social Movements*. Ed. by Ch. Bright and S. Harding. Ann Arbor: University of Michigan Press, 1984. P. 297-319.
82. Touraine A. *The Voice and the Eye: An Analysis of Social Movements*. Cambridge: Cambridge University Press, 1981.
83. Touraine A. An Introduction to the Study of Social Movements // *Social Research*. Vol. 52, No. 4. 1985. P. 749-785.
84. *The Taiga Trade - a Report on the Production, Consumption and Trade of Boreal Wood Products*. TRN, 1995.
85. Tysiachniouk M. *Sustainable Development in Russia and the USA*. Magister Dissertation. N.Y.; Bard College, 1997.
86. Yanitsky O. Social Interpretation of Ecological Knowledge // *Social Sciences (Moscow)*, Vol. 34. No. 3. 1983. P. 214-226.
87. Yanitsky O. Towards Creating a Socio-Ecological Conception of a City // *Cities and Ecology. The International Expert Meeting, Suzdal, the USSR, September 24 - 30, 1984*. Moscow: Nauka Publishing House, 1988. P. 54-57.
88. Yanitsky O. The Ecological Movement in Post-Totalitarian Russia: Some Conceptual Issues // *Society and Natural Resources*, Vol. 9, 1996. P. 65-76.
89. Yanitsky O. Modernization and Globalization from the Perspective of a Transition Society / Paper presented at the International Conference «Sociological Theory and Environment», Woudschoten, the Netherlands, 1997, March 20-23.
90. Yanitsky O. Environmental Movement in a Hostile Context: the Case of Russia // *International Sociology*. Vol. 14, No. 2, forthcoming. 1999.
91. Zabelin S. *People's Land*. M.: Centre for documentation and information, 1994.
92. Zald M., McCarthy J. (eds.) *Social Movements in an Organizational Society. Collected Essays*. New Brunswick and Oxford: Transactions Books, 1987.