

Константин А. Богданов

Революция в желудке:

ДИЕТОЛОГИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ И ИДЕОЛОГИЯ «НОВОГО ЧЕЛОВЕКА» В РОССИИ

Konstantin A. Bogdanov

Revolution in the Stomach: Dietary Recommendations and Ideology of the “New Man” in Russia

Константин А. Богданов (Институт русской литературы (Пушкинский Дом) РАН, ведущий научный сотрудник Центра теоретико-литературных и междисциплинарных исследований; доктор филологических наук)
konstantin.a.bogdanov@gmail.com.

Konstantin A. Bogdanov (Dr. Habil.; Leading Researcher, Literature Theory and Interdisciplinary Research Center, Institute of Russian Literature (Pushkin House), Russian Academy of Sciences)
konstantin.a.bogdanov@gmail.com.

Ключевые слова: новый человек, диетологические рекомендации, Мечников, Толстой, Суворин, Чернышевский

Key words: new man, dietary recommendations, Mechnikov, Tolstoy, Suvorin, Chernyshevsky

УДК: 75.041+75.03+94

DOI: 10.53953/08696365_2022_176_4_50

UDC: 75.041+75.03+94

DOI: 10.53953/08696365_2022_176_4_50

Словосочетание «новый человек» (и «новые люди») может считаться расхожим для первых десятилетий XX века. Суждения о том, что человек представляет собой объект и субъект природной эволюции, выражающейся в изменении и возможном улучшении его наследственных признаков, опирались на медицинские, физико-антропологические, психиатрические и евгенические представления о «новом человеке». В 1910-е годы изучение физиологии человека, в частности физиологии пищеварения, становится одним из инструментов улучшения природы человека. Парадоксальным фактом в данном случае стало то, что конкретные исследования, призванные выявить причины болезней, установить методы их профилактики и лечения, легли в основу радикальных мировоззренческих суждений о возможностях человеческого самосовершенствования и изменении его физической организации. Провозвестниками появления физически «обновленного» человека в эти годы — по-разному, но с равной степенью радикализма — выступили И.И. Мечников и А.А. Суворин. В статье речь пойдет о том, каким образом суждения о толстой кишке, кишечной флоре и надлежащей диете вписывались в широкий контекст медицинских и околомедицинских дискуссий о «новом человеке», возможностях антропологической и в конечном счете социальной трансформации.

The concept of the “new man” (and “new people”) could be considered popular in the first decades of the 20th century. The assertion that a person is the subject and object of natural evolution and that hereditary characteristics could be improved were based on medical, anthropological, psychiatric, and eugenic ideas of the “new man.” In the 1910s, studying the physiology of man, in particular digestion, became one of the instruments of improving the nature of man. In this case, the paradoxical fact was that specific studies designed to identify the causes of diseases and establish methods of preventing and healing them formed the basis of radical ideological judgments about the possibilities of man’s self-improvement and *changes* in his physical organization. The ambassadors of the emergence of the physically “renewed” man at this time — in different ways, but with an equal degree of radicalism — were Ilya Mechnikov and Alexei Suvorin. This article examines how ideas about the large intestine, intestinal flora, and the proper diet fit into the wider context of medical and near-medical discussions of the “new man” and the possibilities of his anthropological and, finally, social transformation.

В истории русской культуры словосочетание «новый человек» (и «новые люди») отсылает главным образом к текстам и событиям 1860—1880-х годов — ко времени появления романов И.С. Тургенева «Отцы и дети» (1862) и Н.Г. Черны-

шевского «Что делать? Из рассказов о новых людях» (1863), а также обширной литературной и общественно-политической публицистики последующих лет — произведениям И.В. Омулевского, Н.Н. Златовратского, Н.Е. Каронина-Петропавловского, Н.И. Наумова, Ф.Д. Нефедова, А.О. Осиповича-Новодворского, П.В. Засодимского, В.В. Берви-Флеровского и других писателей и критиков, выразивших общественные настроения и новшества пореформенных десятилетий эпохи Александра II: образы «нигилистов», феминистское движение, деятельность народников и народовольцев и т.д. Представления о «новых людях» (или даже о «новой расе людей», по выражению Берви-Флеровского из автобиографического романа «На жизнь и смерть», 1877) разнообразятся в своем радикализме, но остаются преимущественно дискурсивными: «новый человек» определяется разговорами о нем в терминах сознания и поступков, темами этики, политики, эстетики, религиозной философии¹. Новизна «нового человека» в этих случаях ограничивается, условно говоря, новизной слов и дел. О новизне тела при этом речь как будто не идет — за исключением разве что эпизодического, но яркого и значимого образа революционера-аскета Рахметова из романа Н.Г. Чернышевского «Что делать?», — «особенного человека», добровольно принуждающего себя к гимнастическим упражнениям, продуманной диете, трезвости, сексуальному воздержанию и умению спать на гвоздях.

Изменение тела в этом случае подчинено революционной практике и этическому совершенствованию — хотя само представление о телесной аскезе как опыте духовного обновления очевидным образом отсылало к истории христианства. Давно замечено, что и сам роман Чернышевского, поповича по происхождению, учившегося в Саратовской духовной семинарии, полон библейских аллюзий. Характерно, что тот же Рахметов, приутопляя себя к грядущей революционной деятельности, весьма строг в выборе необходимых для этого книг, и одной из этих книг для него служит комментарий Ньютона на Апокалипсис «Замечания о пророчествах Даниила и Апокалипсисе св. Иоанна» («Observations on the Prophecies of Daniel and the Apocalypse of St. John»), польза которого определяется здесь тем, что это «классический источник по вопросу о смещении безумия с умом», а это «вопрос всемирно-исторический» [Чернышевский 1939: 197].

В том же контексте заслуживает внимания и диета Рахметова. Читатель встречается с Рахметовым, когда тот съедает большой кусок ветчины с куском черного хлеба (Чернышевский уточняет: «в сумме это составляло фунта четыре») и выпивает полграфина воды. Далее сообщается, что Рахметов специально

принял боксерскую диету: стал кормить себя — именно кормить себя — исключительно вещами, имеющими репутацию укреплять физическую силу, больше всего бифштексом, почти сырым, и с тех пор всегда жил так [Там же: 200].

Впрочем, рацион героя знает свои исключения: «По целым неделям у него не бывало во рту куска сахара, по целым месяцам никакого фрукта, ни куска телятины или пулярки», из чего, однако, следует и то, что иногда-таки он их ел.

1 Литература о «новых людях» в русской культуре достаточно обширна, см., например: [Володина 2003; Гончарова 2011; Карякина 1957; Ицкович 2010; Никольский 2012; Новикова 1985; Brower 1975; Confino 1990; Pietrow-Ennker 1999; Stites 1989].

Узнаем мы и то, что «когда он обедал у кого-нибудь за чужим столом, он ел с удовольствием многие из блюд, от которых отказывал себе в своем столе», руководствуясь при этом тем рассуждением, что «при случае» можно есть, что, пусть и редко, но ест простой народ, например: яблоки и паштеты, но не абрикосы и сардинки. При этом апельсины можно есть только в Петербурге, а в провинции нельзя, потому что «в Петербурге простой народ ест их, а в провинции не ест». Меню Рахметова не дает покоя Чернышевскому и дальше — в описании чаепития, где аскетичный герой «выпил пять стаканов чаю, с ними опростал половину огромного сливочника и съел страшную массу печени» [Там же: 211].

Многочисленные детали революционной диеты, разбросанные на протяжении десяти страниц главы о Рахметове, можно было бы счесть очередным курьезом романа, дававшего его критикам не один повод для недобрых шуток². Повышенное внимание автора «Что делать?» к вопросам правильного питания, возможно, было окрашено автобиографически: Чернышевский, как известно, длительное время хворал желудком и прибегал к различным способам тогдашнего врачевания — курению, английской соли, горячему маслу золототысячника [Чернышевский 1928: 442, 452, 454]. Но для нас это внимание представляет тот интерес, что в романе оно появляется в результате нарочитой детализации жизнестроительной программы «нового человека», каким его рисует Чернышевский. Выясняется, что путь к социальному переустройству подразумевает не только умственное, но также физическое самосовершенствование. Склонность Рахметова к бифштексам при отказе от абрикосов и сардинок важна как декларация определенной рефлексии, в которой диете отводится по меньшей мере немаловажное значение.

В истории прочтения романа Чернышевского, как покажет будущее, значимость сказанного не определялась художественными достоинствами текста³. Роман, по известному признанию Ленина, «перепахавший» его уже в юности (см.: [Валентинов 2017: 104]), а позднее на долгие десятилетия вошедший в канон советского школьного образования, отсылал к традиции, для которой сама идея социальных преобразований вписывалась в широкий контекст научных, и в частности медицинских, размышлений о природе человека.

Авторитетами нового знания, открывающего горизонты естественнонаучного прогресса, слывут, в частности, зоологи и физиологи, в ряду которых особой известностью пользуются Карл Фохт, Якоб Молешотт и Людвиг Бюхнер — авторы сочинений, заложивших основу философских представлений о человеке и обществе, в которых интеллектуальная и духовная жизнь виделись принципиально подчиненными «животному» происхождению и строению человека, особенностям анатомии, физиологии, характеру пищеварения и т.д. Многочисленные сочинения Молешотта (большинство из которых в 1860—1870-е годы будет переведено на русский язык) напрямую связывали диетологические рекомендации с вопросами социального и идеологического прогнозирования. Афоризм Людвиг Фейербаха «Человек есть то, что он ест» («Der Mensch ist, was er isst») характерно появляется в его рецензии на книгу Молешотта «Физиология пищевых продуктов» (1850); впоследствии Фейербах ис-

2 Среди ранних откликов такого рода см.: [Фет 1936].

3 О популярности романа Чернышевского среди русских читателей см.: [Скабичевский 1928: 249, Стеклов 1928: 135].

пользует его в названии статьи «Тайна жертвы, или Человек есть то, что он ест» («Das Geheimnis des Opfers, oder Der Mensch ist, was er isst», 1866). За два года до выхода романа Чернышевского Дмитрий Писарев в энтузиастической рецензии на «Физиологические эскизы» Молешотта (1861) формулирует ту же идею проективно: «Измените пищу человека, и весь человек мало-помалу изменится» [Писарев 2001: 159]. Правильный выбор питания и надлежащих специй стимулирует мыслительную деятельность:

Употребление разных приправ: перца, гвоздики, лаврового листа, мускатного ореха, употребление сахара, старого сыра, вина и ликера — основано также на требованиях нашего желудка; если пользоваться всеми этими приправами с благоразумною умеренностью, то все они могут содействовать пищеварению, ускорять в нашем теле обмен соков и передвижение частиц и, следовательно, усиливать действие нервов, воспринимающих впечатление и вырабатывающих мысль [Там же: 162].

По логике Молешотта и Писарева, связывавшей поглощение еды с выработкой мысли, последняя оказывалась, таким образом, определенным итогом физиологического процесса, результатом отправления организма. В «Физиологических письмах» Фохта (1846) об этом говорилось и вовсе без обиняков: «Мысль находится в почти в таком же отношении к головному мозгу, как желчь к печени или моча к почкам» [Фохт 1864: 335].

Фохту вторил Бюхнер — автор еще одного «физиологического бестселлера» эпохи, «Сила и материя» (1855), заявлявший на страницах этого сочинения, что «не существует желчи без печени, мочи без почек... мысли без мозга» [Бюхнер 1907: 178]. (В «Отцах и детях» Тургенева именно это сочинение «нигилист» Базаров рекомендует читать братьям Кирсановым вместо Пушкина.) И Фохт, и Бюхнер не были в данном случае оригинальны, перефразируя давнее рассуждение французского врача и физиолога Пьера Кабаниса о необходимости рассматривать мозг в качестве органа, так же предназначенного к производству мысли, как желудок и кишки предназначены к пищеварению, а печень — к очистке желчи [Cabanis 1830: 171]. Сочинения Кабаниса будут опубликованы по-русски в 1865—1866 годах [Кабанис 1865—1866], но радикализм медико-физиологических деклараций о настоящей и будущей природе человека в сознании современников Чернышевского прочно и надолго связываются с именами Молешотта, Фохта и Бюхнера. Спустя десять лет после публикации романа «Что делать?» эта связь осознается все еще настолько актуальной, что заставляет Достоевского в пылу антинигилистической критики вывести в «Бесах» (1872) спятившего подпоручика, изрубившего топором и выбросившего из своей комнаты иконы и разложившего вместо них «на подставках, в виде трех налоев, сочинения Фохта, Молешотта и Бюхнера», перед каждым из которых «он зажигал восковые церковные свечи» [Достоевский 1975: 269].

В историко-научной ретроспективе размышлениям о первично физиологической природе человека будет суждена долгая жизнь. Важным фактором на этом пути стало становление физической антропологии в качестве дисциплины, выделившейся из смежных исследований в области сравнительной анатомии и физиологии, археологии и этнографии («народоведения»).

В 1860-е годы физическая антропология переживает нечто вроде научного бума: созданное в 1859 году Парижское антропологическое общество положило начало активной организации антропологических институтов в Лондоне

(1863), Москве (1864), Мадриде (1865), Флоренции (1868), Берлине (1869), Вене (1870). В 1871 году выходит в свет «Происхождение человека и половой отбор» (1871), а в следующем году — «Выражение эмоций у человека и животных» (1872) Дарвина, давшие старт научным и общественно-политическим дискуссиям о природе человека, а также о механизмах его физической, исторической и социальной эволюции. В 1874 году ревностный последователь Дарвина Эрнст Геккель публикует «Антропогению, или Историю развития человека» («Anthropogenie oder Entwicklungsgeschichte des Menschen»), ставшую на десятилетия самой популярной концепцией эволюции человека как вида. Социальная и культурная антропология возникнет позже, но их проблематика опосредованно связана с тем научным и общественным дискурсом в изучении человека и общества, который складывается начиная с середины 1850-х годов. В общем виде такой дискурс может быть определен как дискурс редукции — сведения социального и культурного многообразия к закономерностям физиологического и психологического порядка.

Вопрос об антропологической эволюции обнаруживал в этом контексте и свою этическую проблематику: что считать естественным для человека и общества, а что нет? Установление сходств, роднящих, с одной стороны, человека и животное, а с другой — людей друг с другом, представляло отныне не спекулятивным, но как бы «физиологически обоснованным» аргументом не только в объяснение, но и в оправдание того, что им соприсродно. Дальше других в этом оправдании пошел Ницше, выводящий в «Генеалогии морали» (1887) хищного, но и прекрасного в своей природной свободе «человека-зверя», склонного к насилию и добивающегося господства над более слабыми и уже поэтому менее благородными сородичами. Современная мораль — это рабская мораль, потому что она превозносит аскезу и самоотречение, осуждает жестокость, эгоизм и эксплуатацию, хотя эксплуатация — и здесь Ницше характерно прибегает к естественнонаучной терминологии антрополога — является не наследством испорченного общества, а органически основной функцией самой жизни.

В определенном смысле Ницше шел вслед за Руссо, желая видеть в надлежащем социальном строе возвращение к «естественному состоянию». Но если для Руссо, поставившего веком ранее знак равенства между понятиями «естественное» и «хорошее», в возвращении к природе виделось обретение гармонии и торжество справедливости, то для Ницше природное начало в человеке находится «по ту сторону добра и зла» и не нуждается в морализаторстве — уже потому, что мораль, которая призывает к справедливости, сама по себе является моралью рабов. Демонстративный аморализм Ницше вызывал негодование многих: Макс Нордау настаивал в «Вырождении» (1892), что вся философия Ницше есть плод умопомрачения; так же думал и Толстой, обозвавший в одной из своих статей идеи Ницше «бредом» «ненормального немца» [Толстой 1950: 184]. Но интересно, что в своем убеждении, будто природа может служить своего рода критерием социального порядка, тот же Толстой оказывался близок не только к Руссо, но и к Ницше — в том дидактическом отношении, что переустройство общества подразумевает искоренение пороков цивилизации. В протесте против современной культуры и науки и в доверии к природе Толстой, в сущности, повторял тот ход мысли, что следовать прирожденным свойствам человека является условием не только социального, но также физиологического прогресса. Последнее обстоятельство вызвало ехидную реакцию Ильи Мечникова, будущего лауреата Нобелевской премии (1908), заметившего, что,

с точки зрения учения Толстого, следует развивать и движения стопы, так как они составляют прирожденное «свойство» человеческого организма и поэтому совершенно «естественны». «Обувь же, которая сковывает стопу, мешая движению ее частей, является, таким образом, противоестественным изобретением культуры, которое необходимо устранить» [Мечников 1954: 140].

Важным аргументом Мечникова было указание на то, что в процессе эволюции «рядом с прогрессивным развитием лишь немногих органов совершается регресс в области гораздо большего количества аппаратов» и что «весь организм человека переполнен органами, которые хотя и могут еще действовать, тем не менее клонятся к явному упадку» [Там же: 141, 142]. Органические атавизмы человека — остатки хвоста, лишние ребра, ушные и затылочные мышцы, отросток слепой кишки, зубы мудрости — все это, по Мечникову (ссылавшемуся в данном случае на книгу анатома Роберта Видерсгейма «Строение человека» [Wiedersheim 1887]), позволяет утверждать, что человек примыкает «не столько к взрослым обезьянам, сколько к неравномерно развитым их зародышам» и что с естественно-исторической точки зрения его «можно бы было признать за обезьяньего “урода” с непомерно развитым мозгом, лицом и кистями рук» [Мечников 1954: 140, 141]. Позже в публичной лекции «Миросозерцание и медицина» Мечников вспомнит об афоризме Руссо, которым начинается «Эмиль»: «Все хорошо, выходя из рук творца; все испорчено руками человека», — с тем чтобы противопоставить ему свой собственный тезис: «Природа дурно создала человека; только своими руками может он усовершенствовать себя» [Там же: 198]. Задача науки состоит при этом как раз в том, чтобы создать «правильную жизнь» — «ортобиоз», как окрестил на греческий лад эту задачу сам Мечников, дать человеку возможность для преодоления природной дисгармонии, наследником которой он все еще является.

Мечников не ограничивался общими рассуждениями на тему «правильной жизни», но и прямо призывал улучшать человеческую природу за счет устранения физиологических атавизмов. Особая роль при этом отводилась кишечнику, изучение работы которого важно, как он полагал, не только для понимания этиологии различных болезней, но и для проектирования нового человеческого организма, в котором отсутствие физических страданий приведет к психологическому и социальному изменению самого человека. В «Этюдах о природе человека» (1903) Мечников подробно рассматривает вопрос, в чем, на его взгляд, состоит «главное препятствие к прохождению “нормального” цикла жизни» [Мечников 1956а: 29] и дает на него совершенно определенный ответ — это отравление организма гнилостными бактериями толстой кишки. Клинические данные о болезнях, вызываемых действием кишечного гниения, и случаи, когда пациенты с резекцией толстого кишечника вполне могли без него обходиться, доказывали в его глазах, что «этот орган бесполезен для человека», относится к разряду органов «даже вредных для здоровья и жизни», так как является «излюбленным местом злокачественных опухолей» [Там же: 86, 87]. Самым простым, но и самым радикальным способом в предупреждении болезней и, в частности, в борьбе с преждевременным старением организма, по его мнению, было бы удаление толстого кишечника:

Теперь уже нет ничего дерзновенного в утверждении, что не только слепая кишка со своим придатком, но даже все толстые кишки человека излишни в нашем организме и что удаление их привело бы к очень желательным результатам [Там же: 85].

И возможно, предполагал он, «в отдаленном будущем и пойдут по этому пути. Но пока рациональнее действовать непосредственно на вредные микробы, населяющие наши толстые кишки» [Там же: 206].

В поиске такого рационального — пусть и паллиативного — действия Мечников предложил создавать благоприятную кишечную флору за счет бактерий молочнокислого брожения. Экспериментальные доказательства того, что «микробы молока последовательно производят большие количества кислоты, которая и мешает развитию действия гнилостных бактерий» [Там же: 207], ученый подкреплял статистическими данными: обобщив материал о количестве долгожителей, достигших столетнего возраста, по тридцати шести странам Мечников указывал, что их больше всего в Болгарии (четыре человека на тысячу), и связывал этот факт с привычным для болгар потреблением молочнокислого йогурта («кисло мялко»). Предложенная Мечниковым диета в общем сводилась к следующему:

...лучше всего употреблять кислое молоко, приготовленное при помощи чистых культур молочнокислых бактерий, а также эти культуры в виде мягкой мази, которую можно смешивать с вареньем. Среди молочных бактерий лучше других «болгарская палочка» и «стрептобациллы». Недавно введена в употребление новая бактерия (*Glicobacter peptoliticus*), способная производить сахарные вещества на счет крахмала и тем обуславливающая размножение бактерий в таких глубоких частях кишечного канала, куда не проникает непосредственно поглощенный сахар [Там же: 208].

Диетические рекомендации Мечникова важны тем, что их прицел был не только терапевтическим, но также мировоззренческим. Здоровая микрофлора кишечника или даже отсутствие толстой кишки — это путь к обществу, в котором забота о теле служит предпосылкой к новому «оптимистическому» мировоззрению — всеобщему и безграничному доверию к науке, большей сплоченности людей, полноценной жизни и преодолению страха смерти. В 1907 году эти надежды Мечников с нажимом повторит в своей следующей книге, «Этюды оптимизма». В предисловии к ее третьему русскому изданию (1913) ученый выражал уверенность в том, что

Недостаточность гигиенических данных и часто непреодолимые затруднения в борьбе против болезней, старости, смерти и других зол способны подчас привести в отчаяние и самого закоренелого оптимиста; но не следует забывать, что эти бедствия преходящи. Наука преодолет их в более или менее отдаленном будущем, которое увидит торжество ортобиоза в его приложении к личной и общественной жизни [Мечников 1956б: 29].

«Этюды оптимизма» завершаются призывом к видоизменению человеческой природы для превращения «ее дисгармоний в гармонии» [Там же: 262]. Интересно, что многолетний оппонент Мечникова Лев Толстой, отказывавшийся медицине в какой-либо социальной и нравственной пользе, совпадал с ним в том пункте, что «правильная жизнь» соотносится с пропагандой надлежащего питания — в его случае вегетарианского⁴. Вегетарианство Толстого (продиктованное к тому же не научными, а морально-нравственными соображениями) было

4 Подробно об истории вегетарианства в России, и в частности о вегетарианстве Толстого, см.: [Бранг 2006].

Мечникову чуждо, но совпадение это само по себе характерно: забота о теле и забота о душе сопутствуют друг другу. Новый человек и новое общество, какими они рисуются у Мечникова и Толстого при всех различиях их деклараций, должны стать результатом также и физического изменения, отказа от того, что, по мнению большинства, является для человека естественным и соприродным. Толстая кишка естественна для человеческого организма, но, по Мечникову, лучше бы ее удалить или паллиативно, путем определенной диеты, устранить ее вред. Мясоедение по меньшей мере традиционно, но, по Толстому, духовно предосудительно.

Диета в этих случаях — прием физического (само)контроля, работающего на социальную трансформацию. В России начала XX века убеждение в том, что путь к социальным переменам лежит, условно говоря, через желудок, разделялось не многими. Но, как это часто бывает, тем радикальнее были адепты новых «революционных» диет. Одним из них был Алексей Алексеевич Суворин (1862—1937), сын всероссийски знаменитого издателя Алексея Сергеевича Суворина, писавший под псевдонимом Алексей Порошин. Филолог по образованию, Суворин пошел по стопам своего отца — стал предприимчивым и амбициозным издателем и автором ряда книг по истории русской культуры. Судя по воспоминаниям, весьма неуравновешенный по характеру, Суворин удивлял своих знакомых мешаниной политических и религиозных убеждений — «путаницей либерализма, славянофильства, терпимости, отрицания, прозорливости и тупости» [Дон-Аминадо 1991: 167]. К 1910-м годам главным его увлечением становится диетология, замешанная на индийской мудрости, йоге, христианской и восточной эзотерике и прежде всего — практике оздоровительного голодания. Собственный опыт голодания Суворин изложил в ряде сочинений, вышедших в основанном им издательстве с характерным названием «Новый человек»: «Новый человек» (1913, 1914), «Здоровый человек и его тело» (1914), «Оздоровление голодом и пищей» (1931), «Лечение голоданием» (1931) и др. Голодание, по Суворину, очищает кишечник, но главное — приближает человека к Богу и астральному миру. Происходит это так: человеческий организм есть связь трех субстанций — физического тела, сознания (нашего «я», контролирующего поведение организма в физическом мире) и подсознания (контролирующего внутреннее состояние организма и его связь с астральным миром). Заполненный кишечник заставляет тело обрабатывать какофоническое множество сигналов, посылаемых подсознанию, в панической обработке которых связь с астральным миром слабеет или прерывается. Для восстановления этой связи голодание необходимо, чтобы не отвлекаться на телесные позывы. Голодающий ставит «ставит свое тело под угрозу уничтоженья и смерти», но как раз тогда «в тело притекает из мировых глубин новая жизненная сила, достаточная для избавления человека от всех болезней и обновления душевного» [Суворин 1931: 172].

Избавление от болезней дарует долголетие (здесь Суворин, как и Мечников, напоминает о библейских старцах), но вкпе с душевным обновлением — во всемирном масштабе — предreshает перерождение человечества:

Все убеждает, что в организме человека вложен и действует огромный аппарат в с е ц е л о г о очищения его, который теперь до того загружен, замусорен и искажен главным образом неправильностями питания человека за последние, вероятно, десятилетия, что долголетие человека на земле из тысячелетия,

как он жил еще во времена библейских патриархов, переменялось в скромное семидесятилетие, как удается ныне прожить далеко не всякому из людей. Голодание с неодолимой стихийностью распечатывает этот ныне запечатанный процесс всецелого очищения в человеке, без которого не может совершиться возрождение человечества. Первое, что сделал Христос по крещении в Иордане, в евангельском своем посланничестве — он ушел в пустыню и голодал 40 дней. Это было первое, что было нужно Ему в Его миссии перерождения человечества — Ему, совершенному человеку, который был и совершенным Богом [Там же: 95].

В широком общественном контексте и дискуссиях первых десятилетий XX века диетологические рекомендации ученых и адептов новых практик «заботы о себе» и пропаганда «здорового образа жизни» интересны в своих футурологических и этических импликациях. Поглощающий бифштексы Рахметов (воображаемое альтер эго Чернышевского), умеренный мясоед Мечников, вегетарианец Толстой и голодающий Суворин обнаруживают здесь то общее, что целью их столь различных диет является не (само)терапия, но «новый человек». Роль диетологии, как покажет ее последующая история, в этих дискуссиях остается значимой и сегодня — особенно в тех случаях, когда пропаганда тех или иных диет объявляется не только средством профилактики и лечения заболеваний, но также радикальным условием антропологического и социального совершенствования.

Библиография / References

- [Бранг 2006] — *Бранг П.* Россия неизвестная. История культуры вегетарианских образов жизни с начала до наших дней / Пер. с нем. А. Бернольд, П. Бранга. М.: Языки славянской культуры, 2006.
- (*Brang P.* Ein unbekanntes Russland: Kulturgeschichte vegetarischer Lebensweisen von den Anfängen bis zur Gegenwart. Moscow, 2006. — In Russ.)
- [Бюхнер 1907] — *Бюхнер Л.* Сила и материя / Пер. Г и С. Сониных. СПб.: Вестник знания, 1907.
- (*Büchner L.* Kraft und Stoff. Saint Petersburg, 1907. — In Russ.)
- [Валентинов 2017] — *Валентинов Н.* Встречи с Лениным. М.; Берлин: Директ-Медиа, 2017.
- (*Valentinov N.* Vstrechi s Leninyim. Moscow, 2017.)
- [Володина 2003] — *Володина Н.* Словоформа «новые люди» в русском художественном сознании // *Studia Rossica Posnaniensia.* 2003. Vol. XXXI. С. 9—17.
- (*Volodina N.* Slovoforma "novye lyudi" v russkom khudozhestvennom soznanii // *Studia Rossica Posnaniensia.* 2003. Vol. XXXI. P. 9—17.)
- [Гончарова 2011] — *Гончарова О.Н.* «Новые люди» эпохи 1860-х: идеи — тексты — социопрактики: Лекции. СПб.: РГПУ, 2011.
- (*Goncharova O.N.* "Novye lyudi" epokhi 1860-kh: idei — teksty — sotsiopraktiki: Lektzii. Saint Petersburg, 2011.)
- [Дон-Аминадо 1991] — *Дон-Аминадо.* Поезд на третьем пути. М.: Книга, 1991.
- (*Don-Aminado.* Poezd na tret'em puti. Moscow, 1991.)
- [Достоевский 1975] — *Достоевский Ф.М.* Полное собрание сочинений: В 30 т. Т. 12. Л.: Наука, 1975.
- (*Dostoevsky F.M.* Polnoe sobranie sochineniy: In 30 vols. Vol. 12. Leningrad, 1975.)
- [Ицкович 2010] — *Ицкович М.А.* «Новые люди» 1860-х годов в исторической памяти конца XIX — начала XX века // *Известия Самарского научного центра РАН.* 2010. Т. 12. № 2 (34). С. 235—242.
- (*Itskovich M.A.* "Novye lyudi" 1860-kh godov v istoricheskoy pamiati kontsa XIX — nachala XX veka // *Izvestiya Samarского nauchnogo tsentra RAN.* 2010. Vol. 12. № 2 (34). P. 235—242.)
- [Кабанис 1865—1866] — *Кабанис П.* Отношения между физической и нравственной

- природою : В 2 т. СПб.: Тип. И.И. Глазунова, 1865—1866. Т. 1—2.
- (*Kabanis P.* Otnosheniya mezhdru fizicheskoyu i npravstvennoyu prirodoyu cheloveka: In 2 vols. Saint Petersburg, 1865—1866. Vol. 1—2.)
- [Карякина 1957] — *Карякина А.В.* К вопросу о создании образов «новых людей» в демократической литературе 2-й половины 1860-х годов. Л.: Б.м., 1957.
- (*Kariakina A.V.* K voprosu o sozdanii obrazov "novykh lyudey" v demokraticheskoy literature 2-yu poloviny 1860-kh godov. Leningrad, 1957.)
- [Мечников 1954] — *Мечников И.И.* Закон жизни. По поводу некоторых произведений гр. Л. Толстого // Мечников И.И. Академическое собрание сочинений: В 16 т. Т. 13. М.: Медгиз, 1954. С. 133—158.
- (*Mechnikov I.I.* Zakon zhizni. Po povodu nekotorykh proizvedeniy gr. L. Tolstogo // Mechnikov I.I. Akademicheskoe sobranie sochineniy: In 16 vols. Vol. 13. Moscow, 1954. P. 133—158.)
- [Мечников 1956а] — *Мечников И.И.* Этюды о природе человека // Мечников И.И. Академическое собрание сочинений: В 16 т. Т. 11. М.: Медгиз, 1956.
- (*Mechnikov I.I.* Etyudy o prirode cheloveka // Mechnikov I.I. Akademicheskoe sobranie sochineniy: In 16 vols. Vol. 11. Moscow, 1956.)
- [Мечников 1956б] — *Мечников И.И.* Этюды оптимизма // Мечников И.И. Академическое собрание сочинений: В 16 т. Т. 12. М.: Медгиз, 1956.
- (*Mechnikov I.I.* Etyudy optimizma // Mechnikov I.I. Akademicheskoe sobranie sochineniy: In 16 vols. Vol. 12. Moscow, 1956.)
- [Никольский 2012] — *Никольский С.Н.* Русское мировоззрение. «Новые люди» как идея и явление: опыт осмысления в отечественной философии и классической литературе 40—60-х годов XIX столетия. М.: Прогресс-Традиция, 2012.
- (*Nikol'skiy S.N.* Russkoe mirovozzrenie. "Novye lyudi" kak idea i yavlenie: opyt osmysleniya v otechestvennoy filosofii i klassicheskoy literature 40—60-kh godov XIX stoletiya. Moscow, 2012.)
- [Новикова 1985] — *Новикова А.А.* «Новые люди» в творчестве П.В. Засодимского конца 70-х — начала 90-х годов XIX века: Автореф. ... канд. филол. наук. М., 1985.
- (*Novikova A.A.* "Novye lyudi" v tvorchestve P.V. Zasodimskogo konca 70-kh — nachala 90-kh godov XIX veka: Abstract of PhD thesis. Moscow, 1985.)
- [Писарев 2001] — *Писарев Д.И.* «Физиологические эскизы» Моляшотта (Physiologisches Skizzenbuch von Jac. Moleschott. Giessen 1861) // Писарев Д.И. Полное собрание сочинений и писем: В 12 т. Т. 3. М.: Наука, 2001.
- (*Pisarev D.I.* "Fiziologicheskie eskizy" Moleschotta (Physiologisches Skizzenbuch von Jac. Moleschott. Giessen 1861) // Pisarev D.I. Polnoe sobranie sochineniy i pisem: In 12 vols. Vol. 3. Moscow, 1962.)
- [Скабичевский 1928] — *Скабичевский А.М.* Литературные воспоминания. М.; Л.: Земля и фабрика, 1928.
- (*Skabichevskiy A.M.* Literaturnye vospominaniya. Moscow; Leningrad, 1928.)
- [Стеклов 1928] — *Стеклов Ю.М.* Н.Г. Чернышевский. Его жизнь и деятельность, 1828—1889: В 2 т. Т. 2. М.; Л.: Гос. изд-во, 1928.
- (*Steklov Yu.M.* N.G. Chernyshevskiy. Ego zhizn' i deyatel'nost', 1828—1889: In 2 vols. Vol. 2. Moscow; Leningrad, 1928.)
- [Суворин 1931] — *Суворин А.А.* Практика голодания. Белград: Новый человек, 1931.
- (*Suvorin A.A.* Praktika golodaniya. Belgrad, 1931.)
- [Толстой 1950] — *Толстой Л.Н.* Что такое религия и в чем сущность ее? // Толстой Л.Н. Полное собрание сочинений: В 90 т. Т. 35. М.: Гослитиздат, 1950.
- (*Tolstoy L.N.* Chto takoe religiya i v chem sushchnost' ee? // Tolstoy L.N. Polnoe sobranie sochineniy: In 90 vols. Vol. 35. Moscow, 1950.)
- [Фет 1936] — Неизданная статья А.А. Фета о романе Н.Г. Чернышевского «Что делать?» / Вступ. ст. Ю. Стеклова; публ. и коммент. Г. Волкова // Литературное наследство. Т. 25/26. М.: Журналино-газетное объединение, 1936. С. 477—544.
- (*Neizdannaya stat'ya A.A. Feta o romane N.G. Chernyshevskogo "Chto delat'?"* / Introd. by Yu. Steklov; publ. and comment. by G. Volkov // Literaturnoe nasledstvo. Vol. 25/26. Moscow, 1936. P. 477—544.)
- [Фохт 1864] — *Фохт К.* Физиологические письма (1845—1846) / Пер. Н. Бабкина, С. Ламанского). СПб.: Тип. А.С. Голицина, 1864.
- (*Vogt C.* Physiologische Briefe (1845—1846). Saint Petersburg, 1864. — In Russ.)
- [Чернышевский 1928] — *Чернышевский Н.Г.* Литературное наследие: В 3 т. Т. 1. / Под ред. Н.А. Алексеева. М.: Гос. изд-во, 1928.
- (*Chernyshevskiy N.G.* Literaturnoe nasledie: In 3 Vols. Vol. 1. Moscow, 1928.)
- [Чернышевский 1939] — *Чернышевский Н.Г.* Полное собрание сочинений: В 15 т. Т. 11. М.: Гослитиздат, 1939.
- (*Chernyshevskiy N.G.* Polnoe sobranie sochineniy: In 15 vols. Vol. 11. Moscow, 1939.)
- [Brower 1975] — *Brower D.* Training the Nihilists: Education and Radicalism in Tsarist Russia. Ithaca; London: Cornell University Press, 1975.
- [Cabanis 1830] — *Cabanis P.J.G.* Rapports du physique et du moral de l'homme. Paris: Au bureau de la Bibliothèque choisie, 1830.

- [Confino 1990] — *Confino M.* Révolte juvénile et contre-culture. Les nihilistes russes des «années 60» // *Cahiers du monde russe et soviétique*. 1990. Vol. 31 (4). P. 489—538.
- [Pietrow-Ennker 1999] — *Pietrow-Ennker B.* Rußlands „neue Menschen“. Die Entwicklung der Frauenbewegung von den Anfängen bis zur Oktoberrevolution. Frankfurt am Main; New York: Campus, 1999.
- [Stites 1989] — *Stites R.* Revolutionary Dreams. Utopian Vision and Experimental Life in the Russian Revolution. Cornell: Cornell University Press, 1989.
- [Wiedersheim 1887] — *Wiedersheim R.* Der Bau des Menschen als Zeugnis für seine Vergangenheit. Freiburg: Mohr (Siebeck), 1887.