

ПОЛЕЗНАЯ И ВРЕДНАЯ ПИЩА В ПРАКТИКАХ ПИТАНИЯ ПРАВОСЛАВНОЙ МОЛОДЕЖИ ЕКАТЕРИНБУРГА ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ COVID-19

DOI: 10.26907/2079-5912.2022.5.37-41

Аннотация. Пандемия коронавируса сильно повлияла на повседневность людей, в частности, подверглись сильным изменениям практики питания. Часть практик питания изменилась под воздействием мер по предотвращению распространения пандемии, а часть из них трансформировалась в силу актуализированной установки на укрепление здоровья. В православии практики питания, которые регулируются в соответствии календарным циклом и позицией Церкви, также отразились эти изменения. Исследование данных изменений является востребованным, поскольку помогает выявить смену практик питания православной молодежи в сравнении с их представлениями об идеальном питании и основными страхами, связанными с вредной пищей. Цель настоящей статьи – сравнить представления православной молодежи о полезной и вредной пище с их фактическим употреблением. Интерпретация результатов основывается на эмпирическом исследовании, проведенном в 2022 году. Результаты исследования показали, что в своем пищевом поведении православная молодежь придерживается употребления скоромной пищи (молочно-мясной), в то время как постная пища служит для неё идеалом полезной пищи. Однако не весь состав постной пищи используется респондентами для улучшения здоровья. Осуждение Русской православной церковью крепких алкогольных напитков, энергетиков и тоников способствует тому, что православная молодежь считает их опасными и не употребляет. В целом, практики питания православной молодежи Екатеринбурга после пандемии представлены в скорректированном виде, поскольку они отображают современные тенденции практик здорового питания.

Ключевые слова: питание в православии; повседневные практики питания; православная молодежь; постная и скоромная пища.

Классик социологии Г. Зиммель в своем тематическом эссе указывал, что питание маркирует социальную и культурную жизнь человека и даже общества [1]. Помимо этого, процессы питания представляют собой культурные феномены, которые обозначают определённый социальный статус индивида, культурные границы пищевого поведения, а также маркируют важные черты идентичности [2]. Немаловажное место в практиках питания занимает религия, которая посредством предписаний и рекомендаций регулирует пищевое поведение человека. В настоящее время социологическое изучение влияния религии на практики питания начинает развиваться. В отечественной социологии некоторые аспекты данного анализа представлены в монографии «Социология питания и общественное здоровье» [3]. Основной упор при социологическом анализе практик питания сделан на нормирование религией повседневного пищевого поведения. В зарубежной социологии представлены примеры анализа влияния института религии на

практики питания как части социальной жизни индивида в работе К. Канихэн [4], как части телесных практик в труде Д. Лаптон [5] и многих других аспектах. В комплексном исследовании практик питания малайзийцев французского антрополога Ж.-П. Пулэна *Malaysian Food barometer* [6] помимо анализа повседневных практик питания также затронуто мнение респондентов о полезной и вредной пище, однако оно не было подробно освещено. Представления о полезной и вредной пище, как указывал Б.В. Марков [7], относятся к сфере культуры питания и при анализе практик питания указывают на основные пищевые «идеалы» и страхи, риски, которых респонденты стремятся избегать. Социологическая теория Т. Парсонса предлагает удобный инструментарий для осмысления полезной и вредной пищи, которую нормирует религия. По Парсонсу [8] это нормирование предполагает обозначение всеобщих прав и обязанностей, необходимых для каждого члена общины. Сама категоризация пищи и напитков на «полезные» и «вредные»

основывается на представлениях о рациональности, которые укоренены в религиозной традиции, и ликвидации определённых рисков для здоровья людей. Наличие данных представлений у молодежи крупного образования уральского религиозного ландшафта - православия [9] – задает актуальность исследования для выявления их отношения к собственному здоровью и образу жизни в ближайшей перспективе.

Настоящее исследование представляет анализ представлений специфической части молодых людей – православной молодежи, чье пищевое поведение регулируется предписаниями христианства. Предписания христианства отображают специфику практик питания на Ближнем Востоке, отдавая предпочтение рыбе и растительной пище, чем молочно-мясной [10]. Практики питания в православии регулируются рядом предписаний, которые основаны на устоявшейся интерпретации священных текстов (Библия) и священного писания. В христианстве пища понимается двояко: существует пища земная, которая может быть различной и многообразной, и есть «пища духовная», «пища души», которая считается более благословенной и научающей человека разумным делам (Сир. 36:20). К благословенной пище в христианстве и православии относится хлебная лепешка и особенно вино, поскольку оно считается сакральным напитком (Ис. 62:8). В православии основные предписания пищевого поведения сконцентрированы преимущественно в постах – временных воздержаниях от пищи перед или после праздников (от 192 до 216 дней в год). Посредством постных предписаний пища разделяется на две категории: малозначимую скоромную (молочно-яично-мясную), употребление которой менее регламентировано, и считающуюся полезной постную (рыбно-зернобобово-грибную) [11].

Нами предполагается, что респонденты в своих повседневных практиках питания, соответственно тому, как пища нормируется в православии, будут ориентироваться на полноценное употребление пищи, близкой по структуре к постной, отвергая в то же время ту пищу и напитки, которые относятся к категории скоромной пищи.

Для характеристики практик питания православной молодежи Екатеринбурга использованы результаты эмпирического исследования православной молодежи, проведенного в 2022 году (N = 386, целевой вид отбора). Распределение респондентов по полу составило 73,2 % – женщины, 26,8 % – мужчины, основная возрастная группа, представленная в выборке – молодежь (18-25 лет). 37,4 % опрошенных идентифицировали себя как представителя среднего класса, каждый третий указал, что финансовых средств им хватает только на покупку одежды и еды.

В опросном листе были выделены 4 крупных блока вопросов: режим питания, социальная организация при-

емов пищи, состав практик питания респондентов, представления о полезной и вредной пище. При построении анкеты использовались апробированные эмпирические индикаторы, представленные в работах Ж.-П. Пулэна, Е. Ганскау, В. Мининой и О. Д. Фаис-Леутской [6, 12, 13], в которых освещаются результаты масштабных эмпирических исследований.

Исследование режима и социальной организации питания респондентов указало на качественно новую ситуацию в пищевом поведении респондентов, вызванную во время пандемии мерами по самоизоляции и ограничению социальных контактов населения. 44% православной молодежи предпочитают трехразовое питание, 41% опрошенных употребляют пищу четыре раза в день, более пяти раз совершают приемы пищи 16% респондентов. Православная молодежь в большинстве предпочитает дома завтракать (77%) и ужинать (62 %), вне дома большая часть респондентов принимает обед (60%), но не завтрак (23 %) и ужин (38%). Предпочтение принимать пищу дома объясняется и тем, что часть молодежи находится временно на иждивении старшего поколения (24 %) или работает удаленно. 49% опрошенных готовят пищу самостоятельно. Поскольку большая часть молодежи в данном возрастном интервале только начинает строить партнерские отношения и создавать семьи, проживая вместе с родителями дома или в общежитии, соответственно, 61% молодежи принимает завтрак в одиночку, 45,2% обедают тоже одни, ужинают таким образом 43 %. Думается, что данная индивидуализация практик питания православной молодежи является временной и будет уменьшаться по мере того, как респонденты будут создавать семьи.

Полученные данные показывают, что состав практик питания для православной молодежи после пандемии изменился в сторону здоровой пищи. Обычно православная молодежь ежедневно употребляет мясные продукты (14%), кондитерские изделия (13%) и кисломолочные продукты (12%). Среди напитков молодые православные ежедневно употребляют бутилированную воду (35%), чай (29%) и кофе (12 %). Православная молодежь употребляет мало энергетиков (6%) и алкогольных напитков (2%), данный факт объясняется влиянием Церкви, которая отрицательно относится к данным напиткам и не рекомендует их употреблять [14].

При изучении представлений об идеальной, здоровой пище православной молодежи было выявлено противоречие, что в отличие от фактических практик питания, по мнению респондентов, полезной пищей считаются ими в первую очередь овощи и зернобобовые (30,7%), затем мясо, которое православная молодежь употребляет ежедневно, (21 %) и фрукты с ягодами (19,2%). Из напитков православные молодые считают полезной для здоровья негазированной

ную воду (38, 2%), кисломолочные напитки (20,6%) и различные сиропы, соки и отвары (19, 5%). В число полезных блюд респонденты отнесли различные каши (44 %), супы (29,6%) и салаты (18,5%). Зная, что для здоровья полезны в том числе рыба и яйца, православная молодежь практически не включает эту пищу в свой рацион. Как было установлено, православные молодые люди также хорошо осведомлены о пользе кисломолочных напитков и различных соков, сиропов и отваров, тем не менее, эти напитки также редко встречаются в рационе православной молодежи (табл. 1).

Особенно вредны для организма, по мнению молодых православных, сладкие кондитерские изделия, которые ре-

спонденты употребляют почти ежедневно (30 %), полуфабрикаты (27 %) и хлебобулочные изделия, бакалея (22 %). Среди напитков православная молодежь считает нежелательным употребление газированных безалкогольных напитков (39,5%) и крепкого алкоголя (26,3%). 16 % ответивших считают кофе вредным для здоровья (табл. 2).

Среди блюд считаются наиболее вредными чипсы (37 %) и майонез (26%). Опасными категориями пищи названы «жирное, жареное в масле» (54 %) и фастфуд (37%). Определённые страхи молодежи перед употреблением вредной пищи в некоторой степени преувеличены, в частности, они считают газированные безалкогольные напит-

Таблица 1

Фактическое потребление пищи и напитков и мнение респондентов о полезной и вредной пище
(ответы на вопросы: Укажите, какую пищу Вы обычно принимаете каждый день?
На Ваш взгляд, какая пища является самой вредной и нездоровой?
На Ваш взгляд, какая пища является наиболее полезной для здоровья? %)

Пища	Фактическая	Полезная	Вредная
Консервы и пресервы	1,5	0	4
Яйца	6	5,7	0
Рыба и рыбопродукты	3	15,4	0
Кисломолочная	12	6,2	3
Полуфабрикаты	4	0	27
Сахарные и кондитерские изделия	13	0	30,4
Фрукты и ягоды	11	19,2	0
Хлеб и бакалея	11,5	2	22
Мясо и мясопродукты	14	2,1	17,3
Макароны	8	0	13
Овощи, бахчевые и зернобобовые	12	30,7	0

Таблица 2

Фактическое потребление пищи и напитков и мнение респондентов о полезных и вредных напитках
(ответы на вопросы: Укажите, какие напитки Вы обычно принимаете каждый день?
На Ваш взгляд, какие напитки являются самыми вредными и нездоровыми?
На Ваш взгляд, какие напитки являются наиболее полезными для здоровья? %)

Напитки	Фактические	Полезные	Вредные
Вода	35	38,2	0
Чай	29	17,6	0
Кофе	12	3	15,7
Кисломолочные	6	20,6	2
Энергетики, тоники	7	0	7,9
Безалкогольные напитки, газировка	7,6	0	39, 5
Пиво	2	0	5
Сиропы, соки	1,5	19,5	3
Вино	0	0	5,4
Наливки и ликеры	0	0	0
Крепкие алкогольные напитки	2	0	26,3

ки (39,5 %) и крепкие алкогольные напитки (26, 3 %) более вредными по сравнению с пивом (5%) и энергетиками (7,9 %), злоупотребление которыми оказывает неблагоприятное воздействие на здоровье человека [15, 16]. Неприятие жирной, масляной пищи и фастфуда, наиболее вероятно, является следствием ориентации пищевого поведения респондентов восстановить и улучшить здоровье, которое подверглось деструктивным процессам во время пандемии.

Заключение

Таким образом, результаты исследования показали, что в своем пищевом поведении православная молодежь придерживается употребления скоромной пищи (молочно-мясной), в то время как постная пища остается для православной молодежи более полезной, но при этом далеко не весь рацион постной пищи используется респондентами. С точки зрения теории Т. Парсонса здесь наблюдается неполное осуществление Церковью контроля над практиками питания паствы, православная молодежь использует

далеко не полный репертуар здоровой пищи для улучшения здоровья после пандемии. Влияние Церкви на рациональное пищевое поведение респондентов отображается в их употреблении напитков: осуждение Русской православной церковью крепких алкогольных напитков способствует тому, что православная молодежь считает их опасными и не употребляет. Употребление пива православная молодежь считает менее рискованным, хотя оно и вызывает зависимость. В этой части употребления напитков наблюдается противоречие между стратегией Церкви ликвидировать опасные риски для здоровья паствы и стремлением последней подвергнуть себя рисковому пищевому поведению. Наиболее гипертрофированным страхом в практиках питания респондентов представлены газированные, безалкогольные напитки, которые часть респондентов, тем не менее употребляет. В целом, практики питания православной молодежи Екатеринбурга отображают современные тенденции практик здоровьесбережения

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Зиммель Г. Социология трапезы // Социология, теория, маркетинг. – 2010. – Вып. 4. – С. 187–192.
2. Антонова Н.А. Конструирование тела: социологический анализ пищевых практик в условиях современного общества // *Primo aspectu*. – 2018. – Вып. 1. – С. 19–24.
3. Социология питания и общественное здоровье / под ред. Ю. В. Веселова. СПб: Скифия принт, 2018. – 324 с.
4. Counihan C.M. *Around the Tuscan Table. Food, Family, and Gender in Twentieth-century Florence*. – London : Routledge, 2004. – 248 p.
5. Lupton D. *Food, the Body and the Self*. – NY: Sage Publications, 1998. – 192 p.
6. Poulain J.P., Tibere L., Laporte C., Mognard E., Ragavan N. A., Zadeh A.A., Noor I.M. *Malaysian Food Barometer (MFB): a study of the impact of compressed modernization on food habits* // *Malaysian Journal of nutrition*. – 2020. – Vol. 26 (1). – Pp. 1–17.
7. Марков Б.В. *Культура повседневности*. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.
8. Парсонс Т. *Система современных обществ*. М.: Аспект-Пресс, 1998. – 269 с.
9. Мониторинг межэтнических отношений и религиозной ситуации в регионах Урала, Сибири и Дальнего Востока России. Экспертный доклад за 2019 год / Ред. Смирнова Т.Б., Степанов В.В., Старченко Р.А. – М.-Омск: «Издательский центр КАН», 2020. – 183 с.
10. Фурцев Д.О. Возникновение и развитие систем пищевых запретов в авраамических религиях (сравнительный анализ). Дисс ... канд. филос. н. – Москва: МГУ, 2021. – 137 с.
11. Похлебкин В.В. *Национальные кухни наших народов*. – М.: Пищевая промышленность, 1981. – 304 с.
12. Ганскау Е.Ю., Минина В.Н., Семенова Г.И., Гронов Ю.Е. Повседневные практики питания жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области // *Журнал социологии и социальной антропологии*. – 2014. – Том XVII, Вып. 1 (72). – С. 41–58.
13. Фаис-Леутская О.Д. Напитки как социальные маркеры в Сицилии: традиции потребления и предпочтения // *Этнографическое обозрение*. – 2019. – Вып. 4. – С. 114–130.
14. Выдумкин А. Святые отцы о грехе винопития / *Pravoslavie.ru* [Электронный ресурс]. – URL: <https://pravoslavie.ru/32523.html> (дата обращения 20.07.2022)
15. Кущёв Д.В., Кущёва Н.С. Особенности индивидуально-личностных свойств больных с алкогольной зависимостью // *Академический журнал Западной Сибири*. – 2011. – № 3. – С. 30–31.
16. Трофимов Н.С., Кутя С.А., Кривенцов М.А., Мороз Г.А., Гафарова Э.А., Эннанов Э.Х., Никитина О.В., Алексеев М.А., Андреева О.В. Влияние энергетических напитков на здоровье человека // *Крымский журнал экспериментальной и клинической медицины*. – 2019. – Т. 9. – Вып. 3. – С. 75–82.

Информация об авторе

Латышев Дмитрий Михайлович, аспирант, Уральский федеральный университет, Департамент политологии и социологии, кафедра прикладной социологии.

E-mail: dmitry.latyshhev@urfu.ru

USEFUL AND HARM FOOD IN NUTRITIONAL PRACTICES OF THE ORTHODOX YOUTH
IN EKATERINBURG IN PANDEMIA COVID-19

Abstract. Pandemia Covid-19 was impacted on everyday practices, particularly, the feeding ones were changed strongly. Some of them transformed with conditions to non-spread of this disease, a part of them did that with tendency to improve a health. In Orthodox feeding practices, that regulated with calendar and feast cycles, Church inscriptions, these changes were also implemented. To study this question is actual because fact that helps to research nutrition transformations of Orthodox youth comparing it with their opinions about the ideal nutrition and the main fears linked with harm food. The main task of this investigation is to compare the Orthodox youth opinions about harm and useful food with its factual consumption. Results interpretation based on the empirical study in 2022. They showed that Orthodox youth in their feeding practices keep to consumption of meat-milk food ("skoromnaya"), but the lean food is an ideal of useful and healthy food. As it was found out not all lean food repertoire is used to improve health by young people. Russian orthodox church opinion to prohibit usage of alcohol, tonic and energy drinks impact on that Orthodox youth thought them dangerous and did not consume them. In a whole vision Orthodox youth feeding practices in Ekaterinburg were corrected, because they represent modern tendencies of health nutrition in time of pandemia.

Keywords: nutrition in Orthodox church; everyday feeding practices; orthodox youth; lean and milk-meat food.

Literature

1. Zimmel' G. Meal sociology // Sociology, theory, marketing. – 2010. – Vol. 4. – P. 187–192.
2. Antonova N. L. The body construction: a food practices sociological analysis in the context of modern society // Primo aspectu. – 2018. – Vol. 1. – P. 19–24.
3. Sociology of food and social health. Saint-Peterburg, 2018. – 324 p.
4. Counihan C.M. Around the Tuscan Table. Food, Family, and Gender in Twentieth-century Florence. – London : Routledge, 2004. – 248 p.
5. Lupton, D. Food, the Body and the Self. – NY: Sage Publications, 1998. – 192 p.
6. Poulain J.P., Tibere L., Laporte C., Mognard E., Ragavan N.A., Zadeh A.A., Noor I.M. Malaysian Food Barometer (MFB): a study of the impact of compressed modernisation on food habits // Malaysian Journal of nutrition. – 2020. – Vol. 26 (1). – Pp. 1–17.
7. Markov B.V. Everyday life culture. – Saint-Peterburg, 2008. – 352 p.
8. Parsons T. System of modern societies. Moscow, 1998. – 269 p.
9. Interethnic relations and religious situation monitoring in Urals, Siberia, and Farther East. Expert relise for 2019. Moscow-Omsk, 2020. – 183 p.
10. Furtsev D.O. Feeding obligations emerging and development in Abrahamic religions (comparative analysis). Theses. Moscow, 2021. – 137 p.
11. Pohlebkina V.V. National cuisines of our nations. Moscow, 1981. – 304 p.
12. Ganskau E.Yu., Minina V.N., Semenova G.I., Gronou Yu.Ye. Everyday feeding practices of citizens in Saint-Peterburg and Leningrad oblast // Journal of sociology and social anthropology. – 2014. – T. XVII, Vol (72). – P. 41–58.
13. Fais-Leutskaya O. D. Drinks as social markers in Sicilia: consumption traditions and preferences // Ethnographic review. – 2019. – Vol. 4. – Pp. 114–130.
14. Vydumkin, A. Holy fathers about the winedrinking sin. [Electronic resource]. URL: <https://pravoslavie.ru/32523.html> (handling data 20.07.2022)
15. Kushev D. V., Kusheva N. S. Patients with dipsomania dependence individual and personal peculiarities // Academic journal of Western Siberia. – 2011. – Vol.3. – Pp. 30–31.
16. Trofimov N.S., Kutya S.A., Kriventsov M.A., Moroz G.A., Gafarova E.A., Ennanov E.Kh., Nikitina O.V., Alekseev M.A., Andreeva O.V. Energy drinks impact on human health // Crimean journal of experimental and clinical medicine. – 2019. – T. 9. – Vol. 3. – Pp. 75–82.

Author

Latyshev Dmitrii Mikhailovich, graduate student, Urals Federal University, Department of Political science and Sociology, chair of applied sociology.

E-mail: dmitry.latyshev@mail.ru