

**НАВЕСЕЛЕ**

**DRUNK**

**HOW WE SIPPED, DANCED, AND STUMBLED OUR WAY  
TO CIVILIZATION**

Edward Slingerland



Little, Brown Spark  
New York Boston London

Эдвард Слингерленд

# НАВЕСЕЛЕ

КАК ЛЮДИ ХОТЕЛИ  
УСТРОИТЬ ПЬЯНКУ,  
А ПОСТРОИЛИ ЦИВИЛИЗАЦИЮ

*Перевод с английского*



Москва, 2023

УДК 663.5(03)  
ББК 36.87г  
С47

Переводчик Наталья Колпакова  
Редактор Ольга Нижельская

**Слингерленд Э.**

С47 Навеселе: Как люди хотели устроить пьянку, а построили цивилизацию / Эдвард Слингерленд ; Пер. с англ. — М. : Альпина нон-фикшн, 2023. — 396 с.

ISBN 978-5-00139-589-8

Автор книги, известный психолог-когнитивист Эдвард Слингерленд, предлагает взглянуть на привычные вещи по-новому. Удовольствия и наслаждения, по его мнению, следует рассматривать с точки зрения эволюционной необходимости. Накопив немало интереснейшего материала по истории алкоголя, ученый рисует всеобъемлющую картину взаимоотношений человека и одурманивающих веществ.

На протяжении тысячелетий люди проявляли чудеса изобретательности, чтобы добиться заветной цели — получить напиток, который сможет развеселить, облегчить общение и, самое главное, помочь адаптироваться к существованию в непростой среде и справиться со всеми трудностями. Но если в малых дозах алкоголь — наш помощник и друг, то в больших — заклятый враг и разрушитель. Почему так происходит? Можно ли максимально использовать преимущества одурманивающих веществ, взяв под контроль их жестокие последствия?

В легкой, шутливой манере Слингерленд отвечает на эти вопросы. Он увлекает читателя в захватывающее путешествие по прошлому, весело рассказывает о традициях питья в современных обществах, а кроме того, объясняет, как человеку в будущем сделать алкоголь фактором общественного прогресса.

УДК 663.5(03)  
ББК 36.87г

*Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу [mylib@alpina.ru](mailto:mylib@alpina.ru)*

ISBN 978-5-00139-589-8 (рус.)  
ISBN 978-0-316-45338-7 (англ.)

© Edward Slingerland, 2021  
© Издание на русском языке, перевод, оформление.  
ООО «Альпина нон-фикшн», 2023

# СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	11
<b>Глава 1. Почему мы напиваемся?.....</b>	<b>27</b>
Мозговой захват: плодовые мушки, помешанные на сексе .....	35
Эволюционные пережитки: пьяные обезьяны, жидкое кимчи и грязная вода .....	39
Сильнее пирожных и порнографии: за рамками теорий пережитка и захвата.....	43
Настоящая загадка эволюции: враг, лишаящий разума .....	47
Генетическая загадка: мы обезьяны, запрограммированные стремиться к кайфу .....	55
Необъяснимая загадка: почему повсюду в мире провалились запреты.....	64
Разносолы для предков.....	73
<b>Глава 2. Как впустить в свою жизнь Диониса .....</b>	<b>76</b>
Экологическая ниша человека .....	81
Креативное животное .....	87

Культурное животное .....	97
Коллективное животное .....	105
Как вернуть себе ум ребенка .....	113
Пьяный ум .....	116
Пространство для Диониса.....	123
<b>Глава 3. Опьянение, экстаз и истоки цивилизации.....</b>	<b>128</b>
Визит музы: опьянение и креативность .....	132
Химические шенки:	
как превратить волков в лабрадоров.....	138
Сотрудничество на химической основе:	
<i>in vino veritas</i> .....	147
Социальные узы и рвота.....	157
Жидкий экстаз и коллективный ум.....	165
Политическая власть и социальная солидарность.....	175
Культурный групповой отбор.....	180
<b>Глава 4. Опьянение в современном мире .....</b>	<b>184</b>
Вискарни, салуны и пик Балмера .....	187
Истина — это синий цвет: современные шаманы и микродозирование .....	197
Почему Skype не покончил с командировками.....	204
Корпоративы: все за и против .....	210
Да здравствует паб на углу! .....	214
Красота в глазах стакан держащего, или Секс, дружба и близость.....	220
Коллективная приподнятость:	
шоты с текилой и Burning Man.....	228
Экстаз: отдых от самого себя.....	233
Это всего лишь рок-н-ролл:	
слово в защиту гедонизма .....	242
Время напиться.....	248

<b>Глава 5. Темная сторона Диониса</b> .....	254
Загадка алкоголизма .....	257
Проблема с крепким спиртным: эволюционное несоответствие .....	263
Изолированность: почему опасно пить в одиночку .....	270
Дистилляция и изолированность: двойное зло современности .....	276
Пьяное вождение, драки в барах и венерические заболевания .....	279
«Не бывает некрасивых женщин...» и сексуальное насилие .....	284
Посторонним и трезвенникам здесь не рады: закрепление эксклюзивности мужских клубов .....	287
Утешиться или выбить клин клином? Как укрепить плохие отношения .....	295
Упоение небесами: есть ли средства, кроме алкоголя? .....	298
Укрощение Диониса .....	304
Как ужиться с Дионисом .....	315
Заключение .....	318
Благодарности .....	328
Об авторе .....	332
Примечания .....	333
Библиография .....	367





Это страстное желание употреблять определенного рода жидкости, которые природа окутала покровами, это необычайное влечение к ним, которому подвержены все человеческие расы, во всех климатических зонах... более чем заслуживает внимания философского ума.

Жан Антельм Брийя-Саварен



## ВВЕДЕНИЕ

**Л**юди обожают мастурбировать. Им также по душе напи-ваться и лопать пирожные с кремом — обычно не одно-временно, хотя это дело вкуса.

Наука давно твердит нам, что у всех этих, таких непохожих, наслаждений имеется нечто общее — это ошибки эволюции, коварные уловки, к которым прибегает человек, чтобы быстро получить удовольствие. Эволюция награждает нас каплей удовольствия за то, что мы способствуем реализации ее планов, будь то забота о собственном теле или передача генов потомству. Однако умные приматы обманывали эту систему издавна: изобретали порнографию, противозачаточные средства и фастфуд, а также находили в природе или сами создавали вещества, заливающие мозг дофамином, совершенно не считаясь с изначальными целями эволюции. Мы неисправимые искатели удовольствий, готовые словить свой маленький кайф, едва подвернется случай. Получить заряд эндорфина, проглотив пироженку, опрокинув рюмку «Егермейстера» и самоудовлетворившись под видео для взрослых, — это значит урвать незаслуженную награду. Эволюция, должно быть, в ярости!

Среди эволюционных ошибок есть особая категория — «пережитки эволюции», обременяющие нас поведением, которое было когда-то адаптивным, но больше таковым не является. Наша тяга к пирожным с кремом — классический пример эволюционного пережитка. Мы жаждем «пустых калорий», поскольку эволюция запрограммировала нас любить сахар и жир. Эта стратегия была разумной для наших предков, охотников-собирателей, которым постоянно грозили недоедание и голодная смерть. Однако она совершенно неуместна в современных условиях, где большинство людей имеют беспрепятственный доступ к дешевым сладостям, углеводам и мясным продуктам, нередко соединяющимся в одном блюде — настоящей бомбе для нашей сердечно-сосудистой системы. Кроме того, эволюцию можно обмануть с помощью так называемых захватов\*. Захват происходит, когда мы обнаруживаем недо-зволенный способ включения системы удовольствия, изначально предназначенной для вознаграждения за другое, более способствующее выживанию, поведение. Мастурбация — эталонный захват. Оргазмы призваны наградить нас за секс с целью размножения и тем самым способствовать передаче наших генов следующему поколению. Однако мы можем хитростью выманить у своего тела точно такую же награду множеством диких способов, бесконечно далеких от продолжения рода.

Ученые спорят, чем является наше пагубное пристрастие к спиртному — эволюционным захватом или пережитком. Сторонники теории захвата утверждают, что спиртные напитки доставляют нам удовольствие, поскольку их действующая составляющая, этанол, провоцирует выделение у нас в мозге химических веществ, связанных с механизмом вознаграждения. Это ошибка, заложенная в самой гипотезе. На самом деле эти вещества задумывались эволюцией как награда за подлинно адаптивное поведение, скажем, за то, что вы съели питательный продукт или столкнули ненавистного врага в смо-

---

\* Evolutionary hijacks (англ.).

ляную яму. Однако мозг можно обмануть, и этанол — один из самых простых способов сделать это.

Адепты теории эволюционных пережитков отмечают, что стремление слегка поддаться, возможно, обеспечивало нашим предкам некоторые преимущества в плане приспособления, но утверждают, что в любых современных условиях эта тяга является в высшей степени дезадаптивной.

К какой бы категории ни относились эволюционные ошибки, к пережиткам или к захватам, они сохраняются, поскольку естественный отбор до сих пор не счел нужным от них избавиться. Обычно это объясняется тем, что цена этих ошибок, в чем бы она ни заключалась, относительно невысока или они лишь недавно стали доставлять неприятности. Эволюция готова закрывать глаза на мастурбацию, пока желание получить оргазм заставляет нас передавать достаточное количество генов потомству. Нездоровая пища — современная проблема, известная почти исключительно в развитом мире. Эволюция также могла себе позволить игнорировать и спиртное, по крайней мере вплоть до недавнего времени. Дело в том, что в природе алкоголь, как и сахар, встречается в незначительных количествах. Нужно сильно постараться, чтобы захмелеть от забродивших естественным образом фруктов. Лишь с появлением сельского хозяйства и целенаправленной ферментации в больших объемах — около 9000 лет назад, что для эволюции всего лишь мгновение, — глубокое опьянение стало доступным для многих, и люди, предрасположенные к алкоголизму, очутились на скользкой дорожке, ведущей к массовому пьянству, многодневным запоям и разрушенной печени.

Любая трактовка употребления алкоголя или другого одурманивающего вещества как ошибки эволюции имеет принципиально важную, хотя часто и не декларируемую напрямую, особенность. А именно склонность напиваться или торчать рассматривается — подобно мастурбации или злоупотреблению фастфудом — как безусловный *порок*. Порок — это привычка, доставляющая кратковременное удовольствие, но в конеч-

ном счете вредная для самого человека и для окружающих. В лучшем случае пустая трата времени. Даже самый страстный поклонник мастурбации вынужден будет признать, что при прочих равных имеются и более продуктивные способы скоротать воскресный вечерок. Предаваясь подобным занятиям, мы, может, и чувствуем себя отлично, но ничего хорошего нам — и никому другому — они *не приносят*.

Однако не все пороки созданы по единому шаблону. Если дело доходит до фильма о свингерах, эволюции следовало бы бить тревогу не из-за него, а из-за рюмки «Егермейстера». В конце концов, нет особой беды в том, чтобы потратить немного рабочего времени на мастурбацию. Но, напротив, спиртное может быть по-настоящему опасно. Алкогольная интоксикация — это ненормальное состояние психики, отличающееся сниженным самоконтролем и определенной степенью эйфории либо депрессии, вызываемой временным нарушением деятельности значительной части головного мозга. Сам термин «интоксикация» указывает на попадание внутрь *токсина* — вещества, настолько вредного для человеческого организма, что у нас имеется сложный многоуровневый физиологический механизм для его скорейшего расщепления и выведения из наших органов. Даже если не мы сами, то наше тело, безусловно, считает алкоголь серьезной угрозой.

Большинство спиртных напитков калорийны, но обладают низкой питательной ценностью и изготавливаются из зерна или фруктов — традиционно дефицитных продуктов, но чаще применяемых для других целей. Употребление алкоголя плохо сказывается на мыслительных способностях и двигательных навыках, разрушает печень, убивает клетки головного мозга и заставляет нас плясать, флиртовать, драться и совершать еще более одиозные поступки. В маленьких дозах он может нас развеселить и упростить общение, но, если продолжить пить, мы быстро скатимся к невнятной речи, ожесточенным ссорам, слезливым изъявлениям любви, распусканию рук и даже пению под караоке. Хорошенько упоровшись, можно

словить экстатическое переживание самозабвения и социальной общности, но часты и другие результаты: рвота, травмы, потеря памяти, опрометчиво набитые татухи и серьезный имущественный ущерб. Я уж не говорю о похмелье.

С эволюционной точки зрения употребление определенных наркотических веществ имеет смысл. Кофе, никотин и другие стимуляторы — это, по сути, допинг, благодаря которому мы можем идти к своим естественным эволюционным целям более упругим шагом, не жертвуя при этом ни своими физическими возможностями, ни способностью адекватно воспринимать реальность<sup>1</sup>. Наша склонность к *токсическим* психотропным веществам, прежде всего алкоголю, — вот что поразительно. Едва попав в кровоток, токсические вещества начинают вредить нам, замедляя рефлексy, притупляя восприятие и мешая сосредоточиться. Дело в том, что они прежде всего поражают префронтальную кору головного мозга, наш центр когнитивного контроля и целенаправленного поведения. Таким образом, интоксикация в том смысле, в котором данное понятие используется в этой книге, включает не только серьезные с юридической точки зрения состояния опьянения, но и легкий приятный шум в голове после первой пары глотков вина. Какой бы безобидной ни казалась легкая социально приемлемая нетрезвость, даже она подрывает способность, которая, пожалуй, и делает нас людьми, — способность осмысленно управлять своим поведением, не отвлекаться от стоящей перед нами задачи и сохранять четкое самосознание.

Именно префронтальной коре головного мозга человек как биологический вид обязан своим успехом, поэтому употребление любого количества спиртного или другого токсичного вещества представляется полнейшей глупостью. Префронтальная кора достигает полного развития значительно позже 20 лет, это физиологически дорогостоящая часть мозга, созревающая последней. Поэтому странно, что обычный способ отпраздновать совершеннолетие — это одурманить ее химическим воздействием. Потенциальные издержки ослабления

наших когнитивных способностей колоссальны, выигрыш как будто отсутствует. Почему же людям, несмотря ни на что, нравится себя отравлять? Почему трудоемкое превращение питательного зерна и вкусных фруктов в горькие нейротоксины малой концентрации или собирание одурманивающих растений в своем биоме — повсеместная практика, независимо от культуры и географии?

Нас поразительно мало занимает тот факт, что на протяжении тысячелетий одной из главных точек приложения человеческой изобретательности и целенаправленных усилий был вопрос о том, как бы напиться. Даже малочисленные человеческие сообщества, которым постоянно грозит голод, готовы выделять существенную часть ценного зерна или плодов на производство алкоголя. Племена, населявшие территорию Мексики до колонизации, преодолевали огромные расстояния, чтобы изготавливать спиртной напиток из плодов кактуса в краткие периоды созревания, — и это была единственная известная им форма организованной сельскохозяйственной деятельности. Переселенцы, изведя весь свой запас алкоголя, в отчаянии сбраживали обувную кожу, траву, местных насекомых — все что угодно. Кочевники Центральной Азии, почти не имевшие возможности раздобыть крахмал или сахар, дошли до изготовления спиртного из забродившего кобыльего молока. Представители современных обществ тратят устрашающе большую долю семейного бюджета на алкоголь и другие токсические вещества. Даже в государствах, где действует сухой закон, огромное число людей расплачиваются мучительной смертью за попытки захмелеть, употребляя чистящие средства или парфюмерию.

Редкие культуры, не производящие алкоголь, в обязательном порядке заменяют его другими одурманивающими веществами, скажем *кавой*\*, пропитанным галлюциногеном таба-

---

\* Кава — опьяняющий напиток из корней одноименного растения, распространенный в Полинезии. — *Прим. пер.*



ком или марихуаной. Если в биоме, где обитает традиционное общество, имеется хотя бы что-нибудь с психотропными свойствами, можно не сомневаться — местные жители используют этот источник кайфа тысячелетиями. Как правило, такое зелье имеет ужасный вкус и чудовищные побочные эффекты. Например, *аяуаска*, галлюциногенный отвар из растущей в Амазонии лианы, невыносимо горька на вкус и неизбежно вызывает жестокую диарею и рвоту. В некоторых племенах Южной Америки даже *лижут ядовитых жаб*. Повсюду в мире, где бы ни жили люди, они делают отвратительные вещи, платят немислимую цену и тратят несуразно много ресурсов и усилий с одной-единственной целью — словить кайф<sup>2</sup>. Стремление к дурману настолько значимо для человеческого существования, что предложение археолога Патрика Макговерна переименовать наш вид в *Homo imbibens* («человек пьющий») лишь отчасти может показаться шуткой<sup>3</sup>.

Желание изменить состояние сознания имеет древние корни, которые можно проследить вплоть до истоков цивилизации<sup>4</sup>. На раскопках в восточной Турции найдены остатки, как удалось установить, пивоваренных чанов с изображениями сцен веселья и танцев — этим предметам около 12 000 лет. Следовательно, люди собирались вместе, сбрасывали зерно или виноград, музицировали и в конце концов напивались вдрызг еще до того, как создали сельское хозяйство. Археологи даже высказывают предположения, что различные виды спиртного были не просто побочным продуктом изобретения земледелия, а, напротив, стимулом этого открытия: первые земледельцы жаждали пива, а не хлеба<sup>5</sup>. Неслучайно древнейшие, связанные с человеком археологические находки по всему миру обязательно включают огромное количество специальных, сложной формы сосудов, предназначавшихся исключительно для производства и потребления пива и вина.

В шумерских мифах само происхождение человеческой цивилизации тесно переплетается с возлияниями (и продолжительным сексом). В эпосе о Гильгамеше (около 2000 г.

до н. э.) — вероятно, древнейшем дошедшем до нас литературном памятнике — дикаря Энкиду, бродившего со зверями, приручает и делает человеком храмовая блудница. Прежде чем предложить ему целую неделю умопомрачительного секса, она насыщает его с помощью двух важнейших основ цивилизации — хлеба и вина. Ему особенно приходится по вкусу пиво: выпив семь кувшинов, Энкиду «становится общительным и поет в веселье»<sup>6</sup>. Древние арии, переселившиеся где-то между 1600 и 1200 гг. до н. э. из степей Центральной Азии на Индийский субконтинент, основали свою религиозную систему на идее таинственного опьяняющего напитка — сомы. В научной среде не утихают ожесточенные споры о том, что же представляла собой сома. Согласно теории, преобладающей в настоящее время, это была жидкость из галлюциногенного мухомора<sup>7</sup>. Очевидно, что это средство обладало невероятной силой. Вот что говорит бог Индра в гимне из «Ригведы» (созданном примерно в 1200 г. до н. э.), когда сома ударяет ему в голову и его мысли начинают нестись, лишая его рассудка, но и наполняя мощью, способной сокрушить Вселенную:

Пять племен для меня не более, чем соринка в глазу.  
Или не пил я сому?

Обе половины мира не равны одному моему крылу.  
Или не пил я сому?

В величии своем я попираю небо и великую землю.  
Или не пил я сому?

Да, я помещу землю здесь или же тут.  
Или не пил я сому?

Я громко сотрясу землю в этом месте или же в другом.  
Или не пил я сому?

Одно мое крыло в небесах, другое свисает вниз.  
Или не пил я сому?

Я велик, велик! Лечу к облакам.  
Или не пил я сому?<sup>8</sup>

Почему один из главнейших ведических богов мыслился не просто набравшимся сверх всякой меры, но буквально черпающим свою силу из сока чудесного гриба? Это тем более поразительно, что реальный наркотик, о котором идет речь, скорее сделает вас недвижимым и беспомощным, сузит зрачки и отключит координацию движений, и вы вряд ли будете способны «громко сотрясти землю». Разве не разумнее было бы изобразить Индру отдающим должное основательной трапезе и питательному молоку перед тем, как тронуться в путь, чтобы завоевать Вселенную или сокрушить врагов?

Научный подход к оценке поведения человека обладает огромным преимуществом — он позволяет выявлять глубокие тайны человеческого существования, которые иначе остались бы незаметными, хотя и находятся у всех на виду. Если начать глубоко и системно мыслить о древности, повсеместности и мощи нашей страсти к опьянению, привычное представление о ней как о своего рода эволюционной случайности станет сложно принимать всерьез. Цена опьянения огромна, и, казалось бы, генетическая эволюция должна была бы действовать таким образом, чтобы как можно быстрее удалять случайно возникшую тягу к алкоголю из нашей системы мотивации. Если так вышло, что этанол взламывает наши неврологические замки на пути к удовольствию, эволюция должна была бы «вызвать слесаря», чтобы решить эту проблему. Если бы наша тяга к выпивке была «эволюционным похмельем», эволюции следовало бы давным-давно прибегнуть к аспирину. Она этого не сделала, и объяснение причин этого представляет не только научный интерес. Не понимая эволюционной динамики потребления психоактивных веществ,

невозможно ясно или эффективно рассматривать вопрос о том, какую роль они могут или должны играть в нашей сегоднешней жизни.

Об истории алкоголя и других одурманивающих веществ написано множество развлекательных книг, однако среди них пока нет ни одной, которая давала бы исчерпывающий и убедительный ответ на фундаментальный вопрос: почему мы в принципе хотим напиваться?<sup>9</sup> Сама популярность спиртного, его неизменное присутствие и значимость на всем протяжении человеческой истории заслуживают объяснения. На последующих страницах я постараюсь его дать. Через плотную завесу городских легенд и исторических преданий, которыми обросло наше понимание алкогольного опьянения, я доберусь до данных археологии, истории, когнитивной нейробиологии, психофармакологии, социальной психологии, прозы, поэзии и генетики, чтобы выстроить неопровержимое, научно обоснованное объяснение нашего желания напиться. Моя главная мысль такова: алкогольное или наркотическое опьянение, любое другое измененное состояние сознания должны были на протяжении эволюции помогать людям выживать и процветать, а культурам — сохраняться и распространяться. Представление об опьянении как об ошибке не может быть верным. Мы напиваемся по очень веским с точки зрения эволюции причинам<sup>10</sup>. Из этого следует, что большая часть того, что мы считали знаниями об опьянении, ошибочна, непоследовательна, неполна или грешит всеми этими недостатками одновременно.

Давайте начнем с моего первого аргумента. Эволюция не тупа и действует намного быстрее, чем кажется большинству из нас. Скотоводы генетически приспособлены к употреблению молока во взрослой жизни, тибетцы — к жизни на больших высотах. Живущие на лодках народы Юго-Восточной Азии за несколько поколений адаптировались к нырянию и задержке дыхания<sup>11</sup>. Если бы алкоголь или наркотики лишь взламывали центры удовольствия в мозге или способствовали приспособлению много тысячелетий назад, но сейчас превратились

всего лишь в пороки, эволюция очень быстро выяснила бы это и решительно положила бы конец бессмыслице. Дело в том, что, в отличие от порнографии или фастфуда, алкоголь и другие психотропные вещества чрезвычайно дорого обходятся нам как в физиологическом, так и в социальном отношении. Наши гены несут минимальные издержки, когда позволяют нам потратить немного времени на мастурбацию или набрать пару килограммов, поедая пирожные. Риск спяну въехать на автомобиле в столб, скончаться от разрушения печени, лишиться средств к существованию или семьи из-за алкоголизма намного серьезнее, и эти опасности непосредственно угрожают благополучию наших генов. Целая культура также может себе позволить предаваться безобидным грехам, особенно таким, которые делают людей более смиренными и покорными. Маркс никогда не называл порнографию опиумом для народа — хотя и мог бы, имея он возможность хотя бы раз заглянуть в интернет. *Реальный* опиум, однако, грозит культурам ужасными разрушениями, как и любой другой химический дурман.

Факт остается фактом: наша страсть к алкогольным и наркотическим веществам, возникшая якобы случайно, не была искоренена генетической или культурной эволюцией, даже при наличии просто идеальных «решений» этой проблемы, как я продемонстрирую далее. Этот факт означает, что случайностью дело не исчерпывается. Издержки потакания этому греху должны компенсироваться конкретными, очевидными выгодами. В этой книге утверждается, что тяга к опьяняющим веществам — далеко не ошибка эволюции и что опьянение решает ряд специфических для человека проблем: стимулирует творческие способности, снимает стресс, формирует доверие и чудесным образом побуждает приматов с узким племенным мышлением кооперироваться с чужаками. Желание напиться, а также личные и социальные блага, которые обеспечивает опьянение, сыграли принципиальную роль в возникновении первых крупных обществ. Без опьянения у нас не было бы цивилизации.

Отсюда следует второй аргумент. То, что выпивка способствует социальным связям, не тянет на откровение вселенской значимости. Однако без понимания специфических проблем совместной деятельности, с которыми люди сталкиваются в условиях цивилизации, невозможно объяснить, почему на протяжении всей истории во всем мире алкоголь и подобные ему вещества являются практически универсальным решением. Почему мы объединяемся за распитием токсичного, разрушающего наши органы и отупляющего ум химического вещества, а не за партией в нарды? Не ответив на *этот* вопрос, мы не сможем рационально взвесить аргументы за и против идеи заменить посиделки в пабе после работы прохождением квестов или вылазками на лазерный пейнтбол. Многие из нас специально выпивают один или два стакана вина, чтобы расслабиться после трудного рабочего дня. Нельзя ли заменить вино вечерней поездкой на велосипеде? Или пятнадцатиминутной медитацией? Ни на один из этих вопросов невозможно ответить, не понимая опьянения с точки зрения биохимии, генетики и нейробиологии.

Древняя мудрость гласит, что поэтическое вдохновение обретается на дне бутылки. Почему это должна быть бутылка спиртного, а не чашка чая? Какое действие оказывает на нас употребление алкоголя, как он может способствовать креативности и какая доза обеспечивает наибольший эффект? (Подсказка: креативность достигается задолго до того, как вы увидите дно бутылки.) Насколько хорош алкоголь в качестве музыки по сравнению с псилоцибином или самой обычной прогулкой в парке? Употребление опьяняющих веществ порождает бесчисленные загадки, требующие объяснения, и на данный момент исчерпывающего объяснения не существует. Одни люди могут пить (и пьют) спиртное как воду, других развозит и тошнит после нескольких глотков некрепкого пива. Большинство успешно встраивает спиртное в свою жизнь, но у некоторых развивается опасная зависимость и нетрудоспособность. Какие гены отвечают за эти реакции и как объясняется их рас-

пределение в мире? Если учесть все обстоятельства, то выглядят разумными те культурные нормы, которые запрещают потребление одурманивающих веществ. Почему же подобные нормы вводятся не повсеместно, а на практике их и вовсе, как правило, обходят? Какое значение это имеет для современности, в частности, в таких вопросах, как роль алкоголя в профессиональной жизни и возраст, с которого разрешено потреблять спиртное? Обычно мы замалчиваем подобные вопросы, поскольку абсолютно незнакомы с необходимыми научными результатами, а это должно вызывать обеспокоенность. В своих суждениях мы опираемся в лучшем случае на разрозненные факты или обрывки научных знаний, без учета более общей эволюционной точки зрения.

Я рассматриваю и другие способы одурманивания, но сосредотачиваюсь главным образом на алкоголе, чему есть веские причины. Алкоголь — некоронованный король среди одурманивающих средств. Его можно встретить практически всюду, где есть люди. Если поручить разработчикам создать вещество, которое бы максимально повышало творческие способности как отдельного человека, так и группы людей, то они придумают что-то очень похожее на алкоголь. Это простое химическое соединение. Его легко получить практически из любого углевода. Его удобно употреблять. Оно хорошо хранится. Его можно точно дозировать. Оно оказывает сложное, но предсказуемое и умеренное влияние на мышление. Оно быстро выводится из организма. Его употребление легко поддается влиянию социальных норм. Его можно включить в «систему доставки». Оно прекрасно сочетается с едой. Возможно, сома или экстаз, вызванный танцевальным угаром, и имеют свои преимущества и функции, но они не отвечают всем вышеперечисленным требованиям, а кроме того, обладают еще и значительно более серьезными побочными эффектами. Трудно добиться подписания договора, закинувшись грибами, а если протанцевать всю ночь без пищи и сна, то будет очень трудно явиться утром на работу. Значительно легче выдержать похмелье после

пары коктейлей. Поэтому, оказавшись в условиях новой для себя культуры, алкоголь обычно вытесняет другие психотропные вещества, постепенно превращаясь в «самый популярный наркотик в мире»<sup>12</sup>.

Опасность химического отравления очевидна. Алкоголь разрушил много жизней и продолжает губить людей и общества во всем мире. Мало того, что наша культура в целом осуждает удовольствие ради удовольствия, — утверждая, что от алкоголя может быть польза, вы рискуете навлечь на себя гнев людей, которые с полным на то основанием боятся огромных издержек от употребления спиртных напитков. Однако если понять эволюционные причины нашего желания выпить, то можно будет с опорой на факты обсуждать вопросы, в отношении которых мы до сих пор в своем невежестве с точки зрения науки и антропологии действовали вслепую.

Наш анализ не только станет источником ясных и практических рекомендаций для повседневной жизни, но и поднимет более сложные или неоднозначные стратегические вопросы, в частности: имеются ли какие-то плюсы в употреблении алкоголя на рабочем месте или в университете. В эпоху, когда мы все больше обеспокоены тем, что способствуем неподобающему поведению, велик соблазн ответить: никаких, но это не единственно возможный вариант. Нам также следует переосмыслить историческую пользу опьянения как для индивида, так и для группы в свете беспрецедентных угроз со стороны психотропных веществ в современном мире. Относительно недавние явления — распространение технологии дистилляции и социальная разобщенность — полностью изменили ситуацию, нарушив баланс спиртных напитков на тончайшей грани между порядком и хаосом и породив невиданные прежде угрозы, которые мы не вполне осознаем.

Для того чтобы психотропные вещества могли просуществовать так долго и остаться настолько важными в социальной жизни человека, их преимущества должны были на протяжении истории человечества перевешивать самые очевид-



ные отрицательные последствия их употребления. Мы можем должным образом осмыслить выводы из этого анализа выгод и издержек для современного мира, невероятно сложного и меняющегося с беспрецедентной скоростью, только если максимально широко подойдем к вопросу в историческом, психологическом и эволюционном отношении. Совершенно очевидно, что пирожные вредны, а от мастурбации вы не ослепнете, хотя общественной пользы от нее мало.

Вопрос о необходимости алкоголя менее однозначен. Объяснение стремления человека одурманить себя само по себе, по выражению французского кулинара начала XIX в. Брийя-Саварена, «заслуживает внимания философского ума». Ответ на вопрос о том, почему мы напиваемся, решением каких проблем или задач является спиртное, представляет, однако, далеко не только философский или научный интерес. Понимание функциональной стороны нашей тяги к опьянению поможет нам лучше понять истинную роль алкоголя и других психоактивных веществ в нашей сегодняшней жизни. С учетом потенциальных издержек ошибки ставки слишком высоки, чтобы можно было и дальше блуждать вслепую, ориентируясь лишь на народную мудрость, слабо понимаемые меры социальной политики или пуританское предубеждение. История способна рассказать нам, *когда* и *чем* мы опьянялись, но лишь соединив историю с наукой, мы наконец начнем постигать не только то, *почему* мы вообще стремимся напиваться, но и какую пользу можем в действительности получить, время от времени прибегая к спиртному.



## ГЛАВА 1

# ПОЧЕМУ МЫ НАПИВАЕМСЯ?

**Л**юдям нравится выпивать. Антрополог Майкл Дитлер замечает: «Алкоголь — абсолютный лидер среди психоактивных веществ в мире, его потребляют повсеместно и в огромном количестве. На сегодняшний день число его активных потребителей во всех странах оценивается более чем в 2,4 млрд человек (это около трети населения Земли)»<sup>1</sup>. Такое положение дел не ново: люди напиваются уже очень давно<sup>2</sup>. Сцены возлияний и празднеств преобладают в древней археологической летописи точно так же, как и в соцсетях XXI столетия. Например, на каменном рельефе, который находится в юго-западной Франции и которому 20 000 лет, женщина, вероятно богиня плодородия, подносит ко рту рог. Можно было бы подумать, что она использует рог как музыкальный инструмент — дует в него, чтобы заставить звучать, если бы не одна деталь: рог обращен ко рту широким концом. Она что-то пьет, и трудно себе представить, что это простая вода<sup>3</sup>.

Древнейшее непосредственное свидетельство целенаправленного производства спиртных напитков, относящееся примерно к 7000 г. до н. э., было обнаружено в долине реки Хуанхэ в Китае. Глиняные черепки, найденные при раскопках деревни периода раннего неолита, имели химические следы присутствия подобия вина — вероятно, не слишком вкусного по современным стандартам, — изготовленного из дикого винограда и других плодов, риса и меда<sup>4</sup>. На территории современной Грузии имеются свидетельства одомашнивания винограда в период около 7000–6000 гг. до н. э. Судя по фрагментам керамики из того же региона с изображениями человеческих фигур, радостно вскидывающих руки над головой, виноград разводился ради изготовления напитков, а не употребления в пищу<sup>5</sup>. Химические признаки наличия виноградного вина, запечатанного сосновой смолой (этот способ до сих пор применяется в Греции и других странах виноделия\*), были обнаружены на керамике с территории современного Ирана, датируемой периодом от 5500 до 5000 г. до н. э. К 4000 г. до н. э. изготовление вина стало одним из важнейших коллективных производств. Огромная пещерная стоянка в Армении, очевидно, служила древней крупной винокурней, где имелись давяльни для винограда, бродильные чаны, кувшины для хранения вина и сосуды для питья<sup>6</sup>.

Люди эпохи неолита проявляли изобретательность и в отношении сырья для своей выпивки. На Оркнейских островах, на севере Британии, археологи обнаружили громадные керамические сосуды периода неолита. Оказалось, в них когда-то находилось спиртное, изготовленное из овса и ячменя с добавлением различных вкусовых добавок и слабых галлюциногенов<sup>7</sup>. Неукротимое желание человечества производить алкоголь впечатляет как в смысле изобретательности, так и древности.

---

\* Необходимость запечатывать сосуды смолой, предохраняя содержимое от контакта с воздухом, осталась в далеком прошлом, но вкус «смоляного» вина — рицины — так понравился, что сейчас смола специально добавляется на стадии брожения, по завершении которого удаляется. — *Прим. пер.*



Рис. 1.1. «Венера с рогом из Лассея»  
(Музей Аквитании; VCG Wilson / Corbis via Getty Images)

Жители Тасмании выбирали дерево из числа гладкокорых, вырезали в стволе дыру у его основания и ждали, когда скопившийся сок сбродит в спиртной напиток. Люди племени коори, жившие испокон веков на территории нынешнего штата Виктория (юго-восток Австралии), сбраживали смесь цветов, меда и древесной смолы, получая крепкое спиртное<sup>8</sup>.

Хотя алкоголь всегда был предпочитаемым наркотиком в большинстве мировых культур, существование древнего галлюциногенного пива свидетельствует, что люди, как правило, были крайне неразборчивы в вопросе о том, чем отравляться, дополняя спиртное другими одурманивающими веществами или находя ему замену там, где его не было<sup>9</sup>. Галлюциногены, обычно получаемые из лиан, грибов или кактусов, — фавориты, иногда приобретающие особый статус, ставящий их выше алкоголя. Ведические племена Древней Индии, например, знали алкоголь, но относились к нему с некоторым подозрением, считая опьянение, которое он дает, сомнительным в нравственном отношении. Первое место в культуре и религии занимала

мада — особое психологическое состояние, вызываемое галлюциногеном сомой. Слово «мада» имеет тот же корень, что и английское madness — «безумие», но в санскрите означает скорее духовный подъем или блаженство, желанное состояние религиозного экстаза.

В пещерах на северо-востоке Мексики были найдены кругляши пейота и содержащие мескалин бобы. Метод радиоуглеродного анализа позволил установить дату их происхождения — приблизительно 3700 г. до н. э.<sup>10</sup> Колоссальные каменные рельефы с изображениями псилоцибиновых грибов, включающими человеческие лица или животных, а также керамика с нарисованными животными, участвующими в шаманских обрядах, например ягуарами, увенчанными мескалиновыми кактусами, имеют древние датировки, вплоть до 3000 г. до н. э. Из этого следует, что галлюциногены издавна играли важную роль в религиозных ритуалах по всей Центральной и Южной Америке<sup>11</sup>. В Новом Свете встречается более ста разновидностей галлюциногенов, и все они тысячелетиями активно использовались людьми. Пожалуй, самый удивительный галлюциноген — кожные выделения некоторых ядовитых жаб, обитающих в Центральной Америке. Чтобы его употребить, нужно высушить шкуру и выкурить или добавить в жидкую смесь<sup>12</sup>. Если же вы сильно спешите, можно просто прижать жабу к земле и лизнуть ее.

В Тихоокеанском регионе культуры, никогда не использовавшие алкоголь, — вероятно, потому что он давал бы негативные эффекты в сочетании с токсинами, поступающими в организм при употреблении в пищу здешних морепродуктов, — в конце концов сделали своим излюбленным психотропным веществом каву<sup>13</sup>. Кава изготавливается из корня широко одомашненного растения, возможно первого, которое люди научились разводить на островах Вануату. Это растение так давно выращивается человеком, что утратило способность воспроизводиться самостоятельно<sup>14</sup>. Кава оказывает как наркотическое, так и гипнотическое действие и является мощным миорелак-