

УДК 801.82:821.111-31(73)]392.8(100)

DOI: 10.31471/2304-7402-2025-21(77)-217-225

**ГАСТРОНОМІЧНА КУЛЬТУРА ЯК МІСТ МІЖ ТРАДИЦІЯМИ
НАРОДІВ СВІТУ ТА САМОПІЗНАННЯ (ДО ПИТАННЯ ПРО
МУЛЬТИКУЛЬТУРАЛІЗМ РОМАНУ ЕЛІЗАБЕРТ ГІЛБЕРТ
«ЇСТИ. МОЛИТИСЯ. КОХАТИ»**

Олена Тереховська, Тетяна Максимів

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника;

76000, м. Івано-Франківськ, вул. Шевченка, 57;

e-mail: olena.terekhovska@pnu.edu.ua; t.maksymiv2020@gmail.com

У статті розглянуто гастрономічну культуру як простір духовного єднання різних культур, традицій і ментальностей у романі Е. Гілберт «Їсти. Молитися. Кохати». Доведено, що харчування – це унікальний вимір, де перетинаються індивідуальна тілесність і колективна пам'ять, де формуються нові комунікації та ідентичності. Доведено, що їжа є символічним мостом між людиною і культурним спадком, між різними народами, а також між людиною та її внутрішнім «Я». Аргументовано, що «Їсти» як символ і ключ до самопізнання здатний презентувати різні аспекти життя людини: економіку, історію, символіку, спільну спадщину та особистісне переживання. З'ясовано, що гастрономічна культура завдяки смаковому досвіду, традиції гостинності та утвердженню філософії насолоди від «нічогонероблення» виступає тим містком взаєморозуміння, який може повертати відчуття щастя та духовної цілісності. Також доведено, що гастрономія в творі трактується як мультикультурний феномен, засіб культурної і духовної міжнаціональної інтеграції, що з'ясовує мультикультурний зміст і філософію роману.

Ключові слова: *гастрономічна культура, Е. Гілберт, мультикультуралізм, культурна ідентичність, міжнаціональна інтеграція, самопізнання.*

У сучасній гуманітаристиці поняття їжі набуває дедалі більшого значення, стаючи об'єктом міждисциплінарних досліджень та культурологічних розвідок. Дослідники звертаються до феномену харчування, наділяючи його етичними, релігійними, соціальними й національно-ідентичними конотаціями. Ця тема ставала предметом вивчення у працях різних авторів, зокрема в статтях О. Варипаєва й А. Міносяна, де йдеться про виникнення філософії їжі як окремої галузі гуманітарних наук та її багатовекторний вимір (Варипаєв, Міносян; 2018); у дослідженнях Л. Артюх, що акцентують увагу на історичних

джерелах гастрономічної культури в європейському контексті (Артюх; 2013); у праці О. Плюти, яка вивчає символічну природу їжі у формуванні колективних ідентичностей (Плюта; 2019). Помітним також є внесок зарубіжних дослідників, зокрема італієць М. Монтанарі розглядає історію Європи крізь призму історії харчування (Flandrin, Montanari; 1996).

Усі ці студії свідчать про багатовимірність розуміння харчування, яке здатне слугувати містком між традиціями народів світу та різними модусами самопізнання. Саме такий ракурс – розгляд їжі як потужного культурного феномену – є **предметом цієї наукової розвідки**.

Об'єктом дослідження слугує роман Е. Гілберт «Їсти. Молитися. Кохати».

Метою даної розвідки є довести, що в мультикультурному романі Е. Гілберт «Їсти. Молитися. Кохати» їжа є медіумом взаємодії людини з іншими людьми та національними культурами, а також із власним «Я».

Дослідницька методика полягає в екстраполяції методу «практичної критики» (А.А. Річардс, С. Джонсон, М. Арнольд, Т.С. Еліот, Ф.Р. Лівіс) на художній текст роману Е. Гілберт «Їсти. Молитися. Кохати». Зокрема, передбачається, по-перше, «...прочитання тексту, керуючись гідними поваги моральними критеріями і, по-друге, прямий перехід до обговорення проблем змісту (з'ясування моральної настанови автора), без розгляду питань форми, структури, жанру, композиції, символіки тощо».¹

Результати та дискусії

Із розвитком філософії та культурології ХХ століття питання гастрономічної культури вийшло за межі суто біологічного розгляду харчування: тепер воно осмислюється як складний процес, що містить у собі економічні, антропологічні, історичні, етнічні та психоемоційні аспекти (Варипаєв, Міносян; 2018: 38-39). Розмірковуючи над тим, як крізь «гастрономічну призму» можна розкрити зв'язки між культурами, дослідники часто звертаються до прикладів літературних творів. Ці тексти дають змогу найяскравіше простежити, як саме їжа стає медіумом взаємодії людини з іншими людьми, з культурою, а також із власним «Я».

У романі Е. Гілберт «Їсти. Молитися. Кохати» («Eat, Pray, Love») героїня Ліз спочатку вирушає до Італії, відшуковуючи там джерело задоволення від життя. І в цьому контексті гастрономічна культура виступає не лише набором традиційних страв чи кулінарних технік, а й особливим способом світосприйняття. На думку О. Плюти, взаємодія з їжею постає актом, що водночас включає у себе тілесність, чуттєвість та сим-

¹Див. Козлик, І.(2020). Літературознавчий аналіз художнього тексту/твору в умовах сучасної міжнаукової та міжгалузевої взаємодії. 235 с.

волічне осмислення реальності (Плюта; 2019: 217). Що ж до італійської гастрономії – це цілий «театр життя», де кухня є простором і задоволення, і комунікації, і відображенням національного характеру.

У цьому сенсі важливим стає і досвід «dolce far niente», про який говорить і сама романістка Е. Гілберт, і який досліджує, зокрема, С. Мансбах, розглядаючи його як вміння «зупинятися», радіти простим речам на тлі щоденного поспіху (Mansbach; 2022). Саме таке «солодке нічого-нероблення» стає антитезою американському прагматизму, коли Ліз каже: «Generally speaking, though, Americans have an inability to relax into sheer pleasure. Ours is an entertainment-seeking nation, but not necessarily a pleasure-seeking one. Americans work harder and longer and more stressful hours than anyone in the world today. Americans don't really know how to do nothing. This is the cause of that great sad American stereotype – the overstressed executive who goes on vacation, but who cannot relax...» (Gilbert; 2006: 34).

Вона відзначає й різницю між робочою етикою американців та італійців, котрі володіють мистецтвом «il bel far niente» – «the beauty of doing nothing», що відображає ідеал, де навіть тяжка праця урівноважена вмінням насолодитися життям, зокрема й через їжу: «Il bel far niente means 'the beauty of doing nothing.' Now listen – Italians have traditionally always been hard workers. But even against that hard work, il bel far niente has always been a cherished Italian ideal...» (Gilbert; 2006: 34).

На думку М. Монтанарі, така комбінація «трудової» і «гастрономічної» культури сягає корінням у давню історію Середземномор'я, коли розвиток хліборобства, виноробства та інших ремесел унаочнював культурний та економічний розвиток регіону (Flandrin, Montanari; 1996: 14).

Італійці, як і інші європейські народи, виробили унікальний гастрономічний код, базований на принципі поваги до якості продуктів і самостійного, часто повільного приготування страв. Така культура, на думку дослідника, віддзеркалює не лише «переживання смаку», а й загальну історію ідентичності народу (Flandrin, Montanari; 1996: 673-674).

У романі Е. Гілберт один із центральних мотивів – «Їсти» – це меседж про можливість пізнавати світ через смакові відчуття й отримувати насолоду від ритуалу споживання. У багатьох епізодах героїня проходить шлях «відключення» від американського темпу роботи й переходу до італійського світобачення, за яким повсякденні акти – купівля випічки, розмова з баристою, вечірній спокійний похід до ресторану – стають важливими кроками до власного відновлення й самопізнання. Уривок, де Ліз описує свою ранкову рутину: «Here's what's strange, though. I haven't been able to do any Yoga since getting to Rome... I mean, when am I going to do my Yoga stretches? Before my Italian breakfast of chocolate pastries and double cappuccino? Or after?» (Gilbert; 2006: 31).

Стає очевидним, що для неї нова гастрономічна реальність відкриває спосіб досягнути не лише зовнішню культуру, а й внутрішню динаміку, адже відчуття задоволення від їжі переплітається з відчуттям «зупинки» часу, що є необхідним складником її пошуків балансу.

На думку Г. Редді та Р. М. ван Дам, гастрономічна культура мультикультурних суспільств функціонує як засіб інтеграції (чи, навпаки, розмежування) різних етнічних груп. Вони наголошують, що спільні трапези або обмін кулінарними звичаями здатні налагоджувати соціальні контакти й формувати культурну ідентичність (Reddy, van Dam; 2020: 5-7). У романі «Їсти. Молитися. Кохати» це відображено в епізодах, де Ліз відвідує мовні курси, зустрічає друзів з інших країн і спільно з ними відкриває найкращі локації римської гастрономічної мапи. Так, вона згадує свою приятельку Софі зі Швеції, з якою вони після занять усамітнюють-ся біля Тібру, щоб насолодитися гелато: «Every day after class, Sofie and I go sit by the Tiber, eating our gelato and studying with each other» (Gilbert; 2006: 32).

Цей короткий епізод демонструє принцип поєднання двох важливих чинників: вивчення мови та налагодження комунікації із собі подібними через «солодкий» досвід – споживання морозива. Згідно з А. Матрозі-Марін, їжа може бути «soft power», що об'єднує різні культури, стає підґрунтям кулінарної дипломатії, створює емоційний зв'язок незалежно від мовного бар'єру (Matrozi-Marin; 2011: 122-123). У романі ж сама героїня, попри мовні труднощі на початку, швидко адаптується в Римі через те, що відкриває місцеві гастрономічні заклади, знаходить друзів з різних країн і занурюється в ритуали, де їжа постає універсальною мовою.

Водночас культ споживання італійської піци в романі підкреслює дидактичний смисл такого досвіду: це нагода припинити картання себе за маленькі «слабкості», розібратися зі старими емоційними травмами та дозволити собі віднайти радість у простих дрібних речах. Коли Ліз з приятелькою Софі вирушають до Неаполя в пошуку «найкращої піци в світі», розкривається ще один аспект культурної антропології харчування – ототожнення визначених регіонів з певними стравами, що переходить у своєрідну «гастрономічну паломницьку мандрівку»: «I called my friend Sofie and said, 'Let's go down to Naples for the day and eat some pizza!' Immediately, just a few hours later, we are on the train, and then – like magic – we are there... This is a city that gave the world pizza and ice cream» (Gilbert; 2006: 41).

Варто зауважити, що і М. Монтанарі, і Л. Артюх, і багато інших дослідників (зокрема, в ракурсі школи «Анналів») вважають локальну гастрономічну традицію ідентифікатором певного культурного коду (Артюх; 2013: 2); (Flandrin, Montanari; 1996: 683). Неаполь славиться піцою і демонструє всьому світові концепт «швидкої їжі», яка, попри простоту приготування, залишається носієм глибокої історії й

національної гордості. Ритуал куштування автентичної неаполітанської піци дозволяє героїні не лише посмакувати знаменитим тістом із томатами, а й зануритися в культурну спадщину регіону. У романі ж це захоплення набуває щирого емоційного розмаху, підтверджуючи твердження Г. Редді та інших авторів про те, що через їжу людина відчуває емоційну й культурну близькість з тим, що може здаватись абсолютно чужим (Reddy, van Dam; 2020: 6-7).

З цього погляду, гастрономічна подорож героїні в романі Е. Гілберт стає містком між різними національними світоглядами: від американського (прагнення жити швидко, без зайвих церемоній, із винятковим фокусом на виконанні роботи) до італійського (культ сім'ї, спокою, довготривалих трапез, творчості задля смаку). Згідно з висновками О. Варипаєва, «культурна ідентичність переважно пов'язана з символічною функцією їжі» (Варипаєв, Міносян; 2018: 45). У романі це також підтверджується епізодом святкування Дня Подяки разом із друзями з різних країн, коли всі, незалежно від мовних обмежень, усвідомлюють роль спільної трапези для вираження вдячності й підтримки: «I lose count of how many bottles of Sardinian wine we drink before Deborah introduces to the table the suggestion that we follow a nice American custom here tonight by joining hands... This montage of gratitude comes forth... while I am saying all this I am crying and each one is crying, too» (Gilbert; 2006: 52).

Саме цей епізод доводить, як зазначає і О. Плюта, що процес споживання їжі є актом соціальної комунікації, який може бути просякнутий символічними сенсами, об'єднуючи людей у досвіді розділеної емоції (Плюта; 2019: 218). Харчування виходить далеко за межі біологічного задоволення – воно стає ритуалом, що містить аспекти гостинності, мови подяки та близькості.

Роман Е. Гілберт пропонує також розуміння того, наскільки тіло реагує на зміну гастрономічного оточення та дозволяє людині відчути внутрішній перехід. Героїня іронічно згадує про можливе збільшення ваги, утім наголошує: «But my body is so patient. It says, 'OK, kid, live it up...' ... I see a bright-eyed, clear-skinned, happy and healthy face. 'Thank you,' I whisper» (Gilbert; 2006: 42).

Тут з'являється мотив сприйняття їжі як тимчасового «подарунку собі», акту самоприйняття. У культурі, орієнтованій на безперервний контроль і продуктивність, такий підхід може бути особливо цінним. Адже, як зазначає А. Матрозі-Марін, поняття «гастрономічної дипломатії» чи «глобального поширення кулінарних традицій» сприяє пошуку нових сенсів: їжа більше не обмежена домінуючими кордонами, а стає способом віднайти індивідуальну рівновагу та водночас відкрити для себе інші культури (Matrozi-Marin; 2011: 124-125).

Крім того, варто підкреслити, що практика «dining together» (спільного прийому їжі) виступає дійовим інструментом інтеграції – як у

сучасних мегаполісах, так і в міжособистісному просторі героїв літературних творів. За спостереженнями G. Reddy, коли люди виходять за межі власної моноетнічної традиції й звертаються до «чужих» рецептів, вони відкривають собі розширене розуміння ідентичності (Reddy, van Dam; 2020: 5). В Е. Гілберт можна побачити: героїня легко вбирає італійські традиції споживання еспreso, корнетто, піци чи пасти, але при цьому не зрікається власних уявлень, а радше синтезує обидві системи цінностей – американської та італійської.

Разом з тим італійська кухня в романі Гілберт постає водночас і традиційною, і універсально привабливою. Ось, як пише авторка в епізоді про Софі: «Sofie is Swedish... only because she wanted to come to Rome and learn how to speak beautiful Italian. Every day after class, Sofie and I go sit by the Tiber, eating our gelato...» (Gilbert; 2006: 32).

Той факт, що герої з різних країн звертаються до ритуальних деталей італійської гастрономії (від морозива до святкового вина), підтверджує думку Л. Артюх про те, що харчування може ставати універсальним полем комунікації, витісняючи мовні бар'єри (Артюх; 2013: 23). При цьому Е. Гілберт не ідеалізує культуру італійського столу, а швидше засвідчує, що гастрономічний досвід – це передусім відкритість до нового, уміння довіритися емоціям, відчуттям і налаштуватися на «повільний» ритм життя.

Повертаючись до загальнотеоретичних засад, доречно згадати й думку О. Плюти про міфологічну й символічну роль їжі: у різних культурах вона може уособлювати не лише набір продуктів чи смакових прийомів, а й певний морально-соціальний код. Коли в творі Гілберт героїня приєднується до обряду вшанування дня народження свого друга Луки (а це перетворюється на багатомовний вечір подяки з вином, спільними піснями й символічним обміном переживаннями), одразу можна побачити, як саме їжа (і вино, і святкові страви) виступає провідником у поле емоційної близькості (Плута; 2019: 220). Ба більше, у контексті філософії їжі, яку окреслюють дослідники, можна відзначити трансцендентну складову: їжа не лише задовольняє потребу в поживі, а й торкається метафізичних питань задоволення, вдячності, пізнання себе. На думку М. Монтанарі, історія харчування демонструє, що кожен культурний простір наділяє їжу власними смислами, а отже, трапеза в певному сенсі є сумою символів, які несе в собі нація, релігія чи окремий регіон (Flandrin, Montanari; 1996: 851-852). У ситуації Ліз очевидним є зсув від суто американського погляду на гастрономію (де нерідко переважає уніфікація та швидкість у приготуванні) до більш автентичного, локального підходу, втіленого в традиційній італійській кухні, котра потребує часу, уваги, наявності «маминих рецептів» та передбачає спільне колективне застілля.

Показовим є й те, що в романі «Їсти. Молитися. Кохати» увага до простих страв (піца, паста, гелато, випічка) поєднується з ідеєю гармо-

нійшого проживання кожної миті. Це стає своєрідним ключем до звільнення від депресивних станів, які мучили героїню до приїзду в Італію. Як пише С. Мансбах, італійці «розкрили секрет довгого і щасливого життя» саме завдяки філософії «Il Dolce Far Niente» – цінуванню «солодкого нічогонероблення» без почуття провини (Mansbach; 2022). У свою чергу, це резонує з тими ідеями, котрі висловлює італійський друг героїні Лука Спагетті: відпочинок і насолода їжею розглядаються як щось природне, заслужене важкою працею.

Отже, гастрономічна культура виявляється тим простором, де зливаються історичні, релігійні й антропологічні пласти, а також постає інструментом, що дає змогу налагодити діалог із власною ідентичністю. Саме через єднання тілесного й духовного аспектів (як убачають багато сучасних гуманітаріїв) їжа в романі Е. Гілберт «Їсти. Молитися. Кохати» набуває виміру самопізнання. У цьому плані є слушними і висновки О. Варипаєва, який підкреслює, що будь-яка кухня – це насамперед унаочнення «культурного коду» (Варипаєв, Міносян; 2018: 40), і за рахунок спільних трапез, обрядів і рецептур відбувається не лише обмін калоріями, а й обмін сенсами.

Якщо узагальнити весь досвід героїні роману на італійському етапі, то можна виділити кілька важливих «кроків» самопізнання через їжу:

- зміна темпу життя – від відсутності можливості чи бажання розслабитися до «програмного» рішення дозволити собі насолоджуватися ранковим капучино та круасаном;
- відкритість до інших культур і спільнот, зокрема через участь у традиційних трапезах, знайомство з неаполітанською піцою, італійським вином, святкуваннями;
- переоцінка власного ставлення до тіла – від переживань через можливий набір ваги до прийняття нового образу й відзначення покращення емоційного стану;
- формування нових дружніх і романтичних зв'язків, де їжа стає точкою взаєморозуміння, «м'якою силою», яка дозволяє зблизити різнонаціональних друзів.

Висновки

Таким чином, можна підсумувати, що роман Е. Гілберт «Їсти. Молитися. Кохати» виразно демонструє одну з ключових ідей сучасних культурологічних досліджень: харчування – це унікальний вимір, де перетинаються індивідуальна тілесність і колективна пам'ять, де формуються нові комунікації та ідентичності. Їжа стає символічним мостом між людиною і культурним спадком, між різними народами, а також між людиною і її внутрішнім «Я». Відповідно до міркувань О. Плюти, вона здатна кодувати норми поведінки, розкривати соціальні міфи і робити їх близькими кожній людині (Плута; 2019: 217). У романі Е. Гілберт тра-

диційна італійська кухня переростає свій локальний характер, стає втіленням універсальної здатності культури через кулінарну практику відроджувати й відновлювати особистість.

Отже, «Їсти» як символ і ключ до самопізнання здатний презентувати різні аспекти життя людини: економіку, історію, символіку, спільну спадщину та особистісне переживання. У романі Е. Гілберт все це знаходить яскравий вираз. Гастрономія стає простором діалогу між американською й італійською ментальностями, пом'якшує можливі конфлікти (мовні чи психологічні), дарує відчуття розслаблення й дає змогу героїні віднайти себе.

Зрештою, як пише сама Е. Гілберт, кожен сумнів або страх може бути поборений за спільним столом, адже: «But Giovanni and I, we only talk. Well, we eat and we talk. We have been eating and talking for many pleasant weeks now...» (Gilbert; 2006: 3).

І це коротке речення виявляє глибину – іноді, аби відкрити власні думки і вгамувати свій біль, потрібно лише знайти того, з ким можна їсти й говорити водночас. Саме так гастрономічна культура стає містком взаєморозуміння: через смаковий досвід, традиції гостинності та насолоду «нічогонероблення» може повертатися відчуття щастя та духовної цілісності.

Література

1. Артюх, Л. (2013). Погляд на Європу через їжу (роздуми про книгу Массімо Монтанарі «Голод і достаток. Історія харчування в Європі»). Народна творчість та етнологія. № 1. С. 63-66.
2. Варипаєв, О.М., Міносян, А.С. (2023). Філософія їжі як маніфестація національної ідентичності. // Слобожанські гуманітарії. С. 37-48.
3. Козлик, І.(2020). Літературознавчий аналіз художнього тексту/твору в умовах сучасної міжнаукової та міжгалузевої взаємодії. 235 с.
4. Плюта, О.П. (2019). Їжа та кухня в системі ціннісно-ментальних символів культури. // Питання культурології. № 35. С. 215-226.
5. Flandrin, J.-L., Montanari, M. (1996). Histoire de l'alimentation. Paris: Fayard. С. 673-859.
6. Gilbert, E. (2006). Eat, Pray, Love. New York: Viking Press. 179 p. (Електронна версія).
7. Mansbach, S. (2022). Il Dolce Far Niente: An Italian Mentality. URL: <https://medium.com>
8. Matrozi-Marin, A. (2011). Food and language as means of communication and markers of social and cultural identity. In esse: English Studies in Albania. No. 1. P. 120-135.
9. Reddy, G., van Dam, R. M. (2020). Food, culture, and identity in multicultural societies: insights from Singapore. Appetite. 2020. Vol. 149. P. 1-12.

**GASTRONOMIC CULTURE AS A BRIDGE
BETWEEN TRADITIONS OF THE WORLD'S PEOPLES
AND SELF-KNOWLEDGEMENT (TO THE QUESTION
OF MULTICULTURALISM IN E. GILBERT'S NOVEL
"EAT. PRAY. LOVE"**

Olena Terekhovska, Tetyana Maksymiv

Vasyl Stefanyk Precarpathian National University;

76000, Ivano-Frankivsk, Shevchenko St., 57;

e-mail: olena.terekhovska@pnu.edu.ua; t.maksymiv2020@gmail.com

The article examines gastronomic culture as a space for the spiritual unity of different cultures, traditions, and mentalities in E. Gilbert's novel «Eat, Pray, Love». It is demonstrated that food represents a unique dimension where individual corporeality intersects with collective memory, and where new forms of communication and identity are formed. Food is shown to serve as a symbolic bridge between a person and cultural heritage, between different peoples, and between an individual and their inner self. The study argues that "Eat," as a symbol and key to self-discovery, reflects various aspects of human life: economy, history, symbolism, shared heritage, and personal experience. It is revealed that gastronomic culture – through taste experiences, the tradition of hospitality, and the affirmation of the pleasure in "doing nothing" – acts as a bridge for mutual understanding that can restore a sense of happiness and spiritual wholeness. The novel portrays gastronomy as a multicultural phenomenon and a means of cultural and spiritual interethnic integration, underscoring its multicultural essence and philosophy.

Key words: *gastronomic culture, multiculturalism, cultural identity, interethnic integration, self-knowledge.*