

Culinaria y cosmovisión

Adriana María González Reza

“El arte de comer y beber es la manifestación
más elevada de la cultura”.

José Fuentes Mares

RESUMEN

Al igual que todos los hábitos que se adquieren socialmente, las costumbres alimentarias demuestran la extensa variedad de concepciones con respecto a la comida que podemos tener los seres humanos. Solemos transformar en comida casi cualquier cosa, por lo que diferentes grupos sociales comen diferentes cosas y de diferente manera. Todos nos sentimos identificados con lo que comemos y lo que no comemos. Es curioso observar cómo no solemos comer todo lo que es comestible dentro de nuestro entorno, sino que nuestras preferencias alimentarias van de acuerdo precisamente con la cosmovisión particular del grupo al que pertenecemos. Aquellos que comen alimentos extraños para nosotros o alimentos similares pero que los consumen de manera muy diferente, los consideramos

como personas muy distintas, incluso, hemos llegado a considerarlas como menos humanas en algún momento de la historia.

OUR VIEW OF THE WORLD AND OUR EATING HABITS

ABSTRACT

Eating habits, as well as other socially acquired habits, show an extensive variety of human concepts respecting food. We are able to transform almost anything into food, which is why different social groups eat different things in different ways. We all identify with what we do and don't eat. It is curious to observe how we don't eat everything edible within our reach, our food preferences are in accordance to the view of the world shared by the group to which we belong. We tend see as "different" those people who eat food which is strange to us, and even those who eat the same things but in a different way. We have even gotten to the point, at some time in history, to consider these differences as less human than ours.

INTRODUCCIÓN

¿Qué es la comida para el hombre? La culinaria está íntimamente ligada con la identidad del hombre civilizado.

El acto de comer, como el de morir, nos iguala a todos. Desde los albores de la culinaria, hombres y mujeres aportaron su experiencia y talento para ir creando un sistema alimentario que sería expresión de cultura, repositorio de tradiciones y de identidad, tanto individual como de grupo. Desde entonces se formó una cosmovisión que marca la pauta de los alimentos que le corresponde comer a cada grupo humano, según su jerarquía dentro del cosmos, de modo que la frase fundamental sería “comemos lo que somos”, o “comemos según somos”, en lugar de “somos lo que comemos”, como se dice actualmente. Esta distinción no se centra solamente en el tipo de alimentos, sino que también son importantes las preferencias sobre sabores, texturas y olores de los ingredientes, manera de combinarlos, e incluso la ocasión en que se aconseja o se permite consumirlos.

Entendemos por cosmovisión el conjunto de opiniones y creencias que conforman la imagen o concepto general del mundo, y como cada cultura tiene sus propias ideas específicas en las que puede detectarse una relación entre comida y universo, la comida es vista como un signo de vida, ya que los muertos no comen, salvo en la otra vida, según algunas culturas. Es un hecho que los enfermos pierden el apetito y los sanos lo conservan; por eso la

comida es signo y símbolo de vida y de pertenencia a una comunidad, a tal grado que si un miembro de la comunidad ha faltado a una norma de convivencia, ya no puede comer con el grupo en tanto no ofrezca disculpas o repare el daño ocasionado.

Lo anterior significa que el modo en que tomamos nuestros alimentos es, ante todo, una práctica cultural, fundada en nuestra capacidad de comprender y transformar nuestro entorno a partir de conocimientos compartidos y adquiridos pacientemente por el conjunto social.

A diferencia de los animales, los hombres preparan sus alimentos de una forma más o menos artificial, lo que significa que usan técnica e incluso arte para prepararlos. Claude Leví-Strauss ha señalado que la preparación de la comida debe considerarse como un acto básico cultural de los seres humanos. En efecto: La preparación de los alimentos representa una forma elaborada de la vida social y del mundo peculiar del hombre.

La cocina es un acto social que implica compartir. Crea la necesidad de reunirse, de repartir tareas, de intercambiar conocimientos y de consumir juntos. Los actos de escoger los alimentos, prepararlos y consumirlos definen a las sociedades. Un gran número de platillos se eligen, preparan y consumen de acuerdo con reglas sociales inculcadas por la observación, la costumbre y el aprendizaje.

Las sociedades tradicionales estaban firmemente convencidas de que su orden social, exclusivo de ellas y dife-

rente del de otras culturas, era el único ontológicamente posible, porque representaba un orden cósmico o divino prefijado. Existe una estrecha relación entre conducta alimenticia y orden social. Por esta razón, la conformación de las relaciones sociales encuentra su expresión en cómo, con quién y con qué objetivo social los hombres preparan los alimentos, los toman y los disfrutan.

Un aspecto característico en todas las antiguas civilizaciones es que las clases altas tienen mayor ingesta de proteína animal de mejor “calidad”; es decir, tienen preferencia por el consumo de carnes firmes y jugosas que suelen consumirse en asados, acompañadas de lujosas salsas. El consumo de carbohidratos es menor, ya que la abundancia de carne, muestra de opulencia, sacia el apetito. En contraste, el pueblo come vísceras y despojos o cortes mucho más grasosos y menos suaves que requieren de una ebullición prolongada para poder comerse. Por ello precisan acompañar las carnes de abundantes granos y cereales para saciar el apetito y aumentar su rendimiento.

Pero, además, transformar el producto para poder cocinarlo y consumirlo implica una gran variedad de utensilios, técnicas o maneras de proceder. Los ingredientes y los gustos se mezclan y complementan. Al alimento base esencial se agrega lo superfluo, el sabor y el placer visual. La forma de presentar un plato lo hace apetecedor y despierta el apetito. Los condimentos, hierbas, especias y demás modificadores del sabor transforman la necesidad en un placer que se espera renovar en cada ocasión.

ANTIGUA MESOPOTAMIA

En la remota antigüedad, la culinaria fue humanizadora, ya que en Mesopotamia tenían la convicción de que no era posible llamar a alguien “hombre” si no comía alimentos cocinados.

En la Epopeya de Gilgamesh, personaje mitológico de la antigua Mesopotamia, se consigna el siguiente episodio en el que se pone de manifiesto cómo hay ciertos alimentos que DEBEN comer los hombres para devenir tales. A continuación expongo un resumen del relato:

Era Gilgamesh un gobernante que llevaba muchos años al servicio de su pueblo. Había sido muy amado por todos sus súbditos, por su gran sabiduría y por su conocimiento del mundo. Sin embargo, un buen día, dióse en él un súbito cambio que lo hizo volverse paulatinamente más y más tirano y cruel con su pueblo. Al ver el sufrimiento de los hombres, unos sacerdotes acudieron a la diosa Ishtar, su madre, para que pusiese remedio a tan dolorosa situación. La diosa les dijo que no estaba en sus manos el someter a su propio hijo, pero que, sin embargo, era posible acudir en busca de su hermano Enkidú, su otro hijo, quien vivía solo y apartado en la estepa conviviendo con las fieras y alimañas y sin tener trato con hombre alguno. Partieron, pues, los sacerdotes en busca del semidiós y lo encontraron abrevando en un arroyo rodeado de bestias. Al resultarles imposible atraer su atención para llevarlo ante su hermano, el rey Gilgamesh, recurrieron a una sa-

cerdotisa, Astarté, para que valiéndose de sus malas artes lo atrajera hacia sí. Efectivamente, así sucedió, y una vez que Enkidú se hubo interesado en ella, ésta le manifestó sus verdaderas intenciones. Le dijo que su hermano el rey Gilgamesh lo buscaba para que juntos gobernasen a su pueblo. Así pues, al aceptar Enkidú tan interesante propuesta, estuvo dispuesto a partir de inmediato. Fue entonces cuando Astarté le advirtió:

“Para ello, es preciso que te conviertas, antes, en un Hombre de verdad. Será necesario que aprendas a comer pan y cerveza, alimentos propios de los hombres, y dejes de nutrirte de la leche que mamas de las hembras”.

A continuación, Astarté ofreció a Enkidú un succulento banquete de cordero asado con aceitunas, dátiles y nueces que debía acompañar necesariamente con pan y cerveza.

Una vez que Enkidú saboreó por primera vez los nuevos alimentos y terminó de comer, Astarté procedió a cortarle el pelo y asearlo, para llevarlo ante la presencia de su hermano.

Queda aquí pintorescamente demostrado a qué grado se consideraba, en aquel tiempo, que los alimentos de “hombres civilizados” podrían obrar semejante cambio en una persona.

MUNDO GRECORROMANO

Para los antiguos griegos, un sinónimo de hombre era “comedor de pan”. Tal aseveración se encuentra consignada en la *Ilíada* y en la *Odisea*.

Los romanos pensaban de manera semejante: la palabra “compañero” (de *cum*, “con” y *panis* “pan”) significa “aquél con quien se comparte el pan”. De allí vienen también las palabras “acompañar” y “compañía”.

La dieta del hombre mediterráneo estaba basada en la tríada de trigo, uva y oliva, que eran no sólo los alimentos básicos en la comida cotidiana, sino que también eran sagrados. Los dioses y diosas que habían proveído estos alimentos eran venerados, y los alimentos en sí eran la sustancia de ceremonias religiosas, ya fueran politeístas, como griegos y romanos, o monoteístas, como los judíos y los cristianos.

Entre griegos y romanos el cerdo era una carne muy popular, pues se consideraba que su crianza era económica, ya que el animal podía comer desperdicios de comida e incluso basura. Y aquí vienen muy al caso las disposiciones *kosher*: éstas no son unos rituales tribales atávicos, sino medidas que promueven la salud, protegen el medio ambiente, y contribuyen a la preservación de las especies. En otras palabras, son indicaciones orientadas a la preservación de la Creación. En esta cosmovisión judía, que se manifiesta en las disposiciones *kosher*, se hace patente el amor a los animales: no matar al ave y a sus polluelos al

mismo tiempo, ni sacrificar a la vaca y al ternero a la vez. Asimismo, el sistema de degüello de los animales es específico, para que no sufran al ser sacrificados.

La prohibición de comer cerdo –común al judaísmo y al Islam- puede también derivarse del hecho de que dicho animal es un competidor directo del ser humano en cuanto a la alimentación, ya que se trata de un animal omnívoro. Su crianza, además, resulta más cara que la de las cabras, camellos y ovejas. Por último: como el puerco no suda, le gusta revolcarse en el lodo o en el agua para refrescarse, cosa que para la vida del desierto resulta un lujo inaceptable.

El Islam y el judaísmo siempre se plantean si una determinada conducta está en armonía con la voluntad de Dios, y la comida no podía ser la excepción!

ANTIGUA CHINA

El Estado Chino se concibe a sí mismo como proveniente de un origen agrícola; por lo tanto, la comida es considerada como uno de los principales atributos del gobierno. Según la leyenda, el fundador de la dinastía Shang (1766-1122 a.C.) designó a su cocinero Yi Yin como primer ministro, quien tuvo al perol de cocinar como el primer símbolo del estado. Los emperadores llevaban a cabo complicados sacrificios rituales para conjurar a los dioses y a los ancestros con el fin de asegurar buenas cosechas.

Tanta importancia tenían los alimentos de origen agrícola, que la dinastía Zhou (1040-771 a.C.) cimentó su legitimidad para gobernar clamando ser descendiente del dios del mijo; por lo mismo, no es de extrañar que durante esta dinastía la regulación de los alimentos pasara a ser un asunto prioritario para el Estado.

En las *Analectas* (charlas de Confucio con sus discípulos 571-479 a.C.) se describe la actitud particular del sabio a la hora de tomar los alimentos:

“El maestro no gusta de alimentos mal cocidos, ni tampoco de alimentos servidos en momentos impropios. No le gusta comer la carne que no está apropiadamente porcionada, y si no tiene la salsa apropiada, tampoco la comerá”.¹

Confucio consideraba que era indispensable una comida bien planeada para tener un Estado bien gobernado. Mencio (372-289 a.C.), su discípulo, similarmente aconsejaba que el primer deber de un gobernante era el de asegurar que sus súbditos estuvieran bien alimentados.

A partir de la dinastía Zhou se consideraba que el primer paso en la preparación de una comida adecuada consistía en balancear granos básicos con condimentos

¹ Perry Schmidt-Leukel (2002). *Las religiones y la comida*, p. 222.

tales como la carne (véase que consideraban a la carne como un condimento, no como el ingrediente principal) y los vegetales. Debido a la necesidad, los pobres consumían grandes tazones de arroz o papilla de mijo, completados con frijol de soya; sin embargo, los cánones de la comida (las guías dietéticas) aconsejaban a los ricos no comer cantidades excesivas de proteína animal. Confucio, una vez más, ponía la pauta:

“Aunque hubiera suficiente carne, no habría de permitir que ésta superara el poder vitalizador del arroz”.²

Los patrones para combinar sabores y para picar los ingredientes, que son todavía muy característicos de la cocina china moderna, ya se habían establecido desde entonces. De hecho, la habilidad del cocinero para combinar los cinco sabores (salado, amargo, dulce, ácido y picante) viene a reflejar el balance cosmológico de los cinco elementos o Wu Xing: tierra, madera, fuego, agua y metal.

La cocina, asimismo, contribuyó a la formación de las jerarquías sociales. Se publicaron varios documentos sobre el número apropiado de platillos de carne y vegetales de acuerdo con el rango y con la edad. Los chinos eran conscientes que cocinar requería de una especialización,

² *Ibid*, p. 224.

de una habilidad técnica con implicaciones artísticas.

Los médicos chinos, aplicando el principio taoísta del yin y el yang a las comidas, aconsejaban a sus pacientes mantener la buena salud balanceando los alimentos calientes y fríos.

Los estadistas chinos también emplearon la cocina como un estándar de civilización para distinguirse a sí mismos de los nómadas que vivían más allá de la gran muralla. Los hombres considerados “salvajes” supuestamente comían carne cruda y no consumían granos, violando así las reglas de los comedores civilizados.

HINDUÍSMO

Con justa razón se puede hablar de una filosofía de la alimentación y de la ingestión de alimentos, propia de la India, que se remonta a tiempos antiquísimos. Se cree que entre los dioses y los seres humanos tiene lugar un constante y necesario intercambio de bienes que, formando un círculo, sustenta tanto la vida de los hombres como la existencia de los dioses. Los hombres dependen de la lluvia y del sol para que puedan producir alimentos, y los dioses dependen de las ofrendas de alimentos y bebidas que presentan los hombres.

En esta cosmovisión, los alimentos propios para ofrecer a los dioses son:

Leche, mantequilla, arroz, cebada, sésamo,
lentejas y legumbres.

En textos indios antiguos, de diversos géneros y épocas, existen prescripciones y prohibiciones referentes a la alimentación, detalladas al extremo:

Se especifica qué se puede comer y qué no
Quién puede comer qué y qué no
Con quién puede comerse y con quién no
De qué modo debe o no debe comerse
Cuándo y dónde puede comerse o cuándo no

Asimismo se explica con qué fines específicos se ha de comer.

Aún en nuestros días, con respecto a la manera de tomar los alimentos en la India, la mano derecha se considera pura y se reserva para actividades importantes como la comida; la izquierda es impura y se utiliza para la limpieza del cuerpo. Tradicionalmente, se comía en el suelo con las piernas cruzadas, y aunque actualmente se pueden sentar a la mesa, los más tradicionalistas siguen sin utilizar cubiertos para llevarse los alimentos a la boca.

En la época de los Upanishads (a partir del siglo V a.C.) la alimentación se entiende como una sustancia de la que todo depende, una sustancia que actúa en la misma medida en el individuo y en el cosmos: “La alimentación es inspiración y expiración, es la muerte y al mismo tiem-

po una sustancia que da vida, es responsable del envejecimiento y de la creación de los seres”.³

“Del alimento surgen las criaturas. Todos los que viven en la Tierra viven realmente por el alimento. Y al final van a acabar en el alimento. El alimento es el más antiguo de todos los seres, y por eso se le llama el-que-todo-lo-sana”.⁴

El alimento consumido se divide en tres partes: su elemento más grosero es expelido por el cuerpo, el elemento medio viene a conformar la carne y su elemento más fino el espíritu. Lo mismo ocurre con la bebida. El elemento más grosero es eliminado por el organismo, el elemento medio conforma la sangre, y el elemento más fino la respiración.

Lo que alguien puede o no puede comer está determinado por la pertenencia a una casta, a una familia o a una religión y también por el estadio de la vida en que se encuentre una persona. Aunque la idea de “eres lo que comes” no perdió su validez, a ella se ha añadido la concepción “comes lo que eres”, como comentamos al principio de este artículo. Así entre los brahmanes se impuso progresivamente el vegetarianismo, ya que promueve la fuerza espiritual, mientras que los guerreros siguieron consumiendo carne para conseguir la fuerza física que

³ *Ibid*, p. 104.

⁴ *Ibid*, p.105.

necesitan, y los miembros de las castas inferiores consumían alimentos impuros, como el perro.

MESOAMÉRICA

La cosmovisión mesoamericana tuvo como fundamento central el medio ambiente y su interacción constante con él. Esto se debió a que fue una sociedad que basó su subsistencia en la agricultura, lo que la hacía altamente dependiente de los fenómenos naturales. De ahí se deriva que un humilde producto de la tierra, como el maíz, fuera sacralizado y se le considerara un alimento específico de los hombres.

Los dioses mesoamericanos se alimentan de la “sangre de los hombres” para poder seguir viviendo. Los hombres fueron creados por los dioses, y éstos esperan de aquéllos una correspondencia: su sangre preciosa para seguir viviendo. Éste es el fundamento del sacrificio humano. Sin embargo, era preciso que el sacrificado fuera consumido en un platillo específico, preparado con normas determinadas: el “tlacataoli” cocimiento a base de chile y maíz, ique es el origen de nuestro actual pozole!

Lo cierto es que, sea la época que sea, los hombres siempre han tenido un imaginario con respecto a la cocina. El comer, acto tan cotidiano, imprescindible y tan ligado al ser humano, siempre dará de qué hablar. Por cierto que los mexicanos somos uno de los pueblos que más

habla de comida -ies parte de nuestra cosmovisión!-, y es un hábito que llama la atención a los extranjeros, incluso latinoamericanos, que viven entre nosotros. Y para los que dicen que “en gustos no hay nada escrito”, seguirán escribiéndose bibliotecas enteras, como dice José Fuentes Mares, siempre que siga habiendo seres civilizados interesados en los placeres gastronómicos.

FUENTES DE CONSULTA

- Broda, Johanna y Gámez, Alejandra, (Coord.) (2009). *Cosmovisión Mesoamericana y Ritualidad Agrícola*. Puebla: Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.
- Fuentes Mares, José (1983). *Nueva Guía de Descarriados*. México: Joaquín Mortiz
- López Austin, Alfredo. *Cosmovisión, Identidad y Taxonomía Alimentaria* (conferencia). UNAM. Noviembre 2010.
- Musée de l'homme de París. *Culturas y Cocinas*. Exposición en el Museo Amparo de Puebla (1998).
- Pilcher, Jeffrey, M. (2006). *Food in World History*. New York: Routledge.
- Schmidt-Leukel, Perry (2002). *Las Religiones y la Comida*. Barcelona: Editorial Ariel.
- Whitehouse, Ruth y Wilkins, John (2007). *Los Orígenes de las Civilizaciones*. España: Ed. Folio. Col. Arqueología e Historia. Grandes civilizaciones del Pasado.
- González Álvaro, Juan *et al* (1998). *Diccionario de las Religiones*. Madrid. Espasa.

Copyright of Hospitalidad ESDAI is the property of Universidad Panamericana and its content may not be copied or emailed to multiple sites or posted to a listserv without the copyright holder's express written permission. However, users may print, download, or email articles for individual use.