

NO SOMOS LO QUE COMEMOS

Comida: un mundo de significados por descubrir

De acuerdo con Massimo Montanari, la cocina es un lenguaje que permite la comunicación. Así, implica y expresa la cultura de quien la practica. La comida es depositaria de las tradiciones y la identidad de un grupo humano.



El ser humano es un consumidor natural de alimentos que le permiten subsistir. Sin embargo, es el único animal que ha desarrollado la capacidad de dotar a los alimentos de un significado simbólico, compartiéndolos en la mesa para forjar identidades y darle fuerza al pensamiento y emociones. Esta forma de actuar lo convierte en un ser cultural que, al comer, no solo se nutre en lo corporal, también en lo emocional e intelectual logrando reconocerse a sí mismo en su comida. Aunque la frase “somos lo que comemos” ha sido válida por mucho tiempo en el ámbito de lo alimenticio, ¿podrá ponerse a prueba en nuestros días, desafiándola a abarcar la visión gastronómica cultural que hoy usamos para estudiar nuestra comida, la forma de construirla y compartirla?

Por: Alberto Peralta de Legarreta



La comida ajena nos parece *exótica* porque carecemos de los medios culturales para interpretarla. No es nuestra, no es *nosotros* y, debido a esto, nos acercamos a ella con curiosidad y precaución. Está escrita en otra lengua; es decir, pertenece a otro sistema de interpretación, de manera que, sin conocer la sabiduría que la envuelve, la cultura y las emociones con que fue creada

y compartida, simplemente no nos sabe.

A lo largo de los últimos dos mil cuatrocientos años de historia occidental hemos dado por buena la máxima —atribuida a Hipócrates, el padre de la Medicina— “Uno es lo que come”. Hipócrates era seguidor de la doctrina alimenticia de la *Diaitia*, serie de consejos prácticos encaminados a mejorar la salud de los enfermos por medio de la modificación en la cantidad y calidad de alimentos que ingerían. La *Diaitia* o cambio de actitud, incluía ejercicios físicos, paseos por el campo, baños termales, medicación por infusiones, lectura y alimentos sanos. Tanto Hipócrates como sus seguidores administraban diferentes dietas a sus pacientes de acuerdo con sus necesidades personales. En pocas palabras, la terapia se basaba en la idea de que si al cuerpo se le alimentaba mal, éste se quejaba enfermando, mientras que, si la alimentación era sana y balanceada, su rendimiento racional y físico resultaban óptimos.



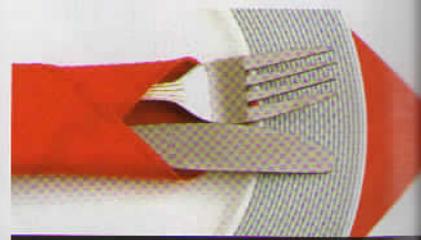
Del cuerpo a la cultura

Hipócrates y otros médicos de la Antigüedad también estaban movidos por el conocido adagio, de moda en la época: "Mente sana en cuerpo sano". Convencidos de que un cuerpo equilibrado, armónico y en uso pleno de la razón resultaba más humano y civilizado, sus enseñanzas estaban dirigidas a atletas o personas cuyo comportamiento decadente había dejado sus cuerpos en mal estado y deseaban recuperar la humanidad perdida.

En aquel tiempo la frase "Eres lo que comes" tenía mucho sentido, pues provenía de un enfoque físico, médico y estético. Sin embargo, hoy en día habría que cuestionarla porque el hombre es mucho más que un cuerpo. Su humanidad es consecuencia de su naturaleza cultural.

Aunque todavía seguimos sujetos a criterios estéticos que buscan, como hace siglos, meter al cuerpo dentro de estándares a veces imposibles de alcanzar, hoy la preocupación de los estudiosos se inclina hacia el desciframiento del carácter simbólico de los alimentos y la manera en que cada cultura los construye y comparte.

Nuestra comida es una expresión cultural que nos ayuda a construir identidades y forma parte de la manera en que interpretamos el mundo que nos rodea como parte de un grupo humano. Bajo estos parámetros, administramos los productos de nuestras tierras y los utilizamos en forma exhaustiva para crear objetos culinarios únicos, cuyos sabores reconocemos de manera inmediata.



Alrededor de la comida

Más allá de las convenciones sociales —que en ocasiones resultan arbitrarias— la comida está rodeada de rituales que inician en la cocina: cómo se prepara cierta receta, qué ingredientes y utensilios específicos se usan, qué día y momento así como quiénes deben prepararla. Los ritos continúan en la mesa: en qué orden comer los platos, cómo se sirven, cuándo comenzar a ingerirlos, qué hacer antes y después, cómo llevar los alimentos a la boca o de qué manera asearse son algunos de los factores que se toman en cuenta con respecto a la alimentación en muchos grupos culturales, no solo en el día a día, también en celebraciones específicas con significados más conscientes e incluso históricos o religiosos.



El lenguaje de la comida

En opinión de Massimo Montanari, la cocina y la comida —como productos culturales— son lenguajes que se deben conocer para poder comprender. De no hacerlo, nuestra experiencia ante los alimentos ajenos será meramente estética o supeditada a lo sensorial y, en consecuencia, solo seremos capaces de dictaminar superficialmente si lo que comemos es bello, agradable o malo, sin importar de dónde provenga o qué grupo humano lo construyó.

El sentido de otredad se refiere a la consciencia de las diferencias que hay entre los grupos en cuanto a sus convenciones, como la gastronomía.



Cocina exótica

¿Qué sucede con aquellos alimentos ajenos —exóticos— que de repente invaden nuestro esquema gastronómico y culinario? Solemos pensar que un bocado nunca antes visto e irreconocible, es digno

de cierta precaución, no porque nos pueda matar o hacer daño, sino porque no contamos con ninguna forma de interpretación adecuada para apreciarlo.

Los seres humanos no solo consumimos comida, sino toda la cultura que viene alrededor de ella. Si no

conocemos el significado de un platillo ajeno (las maneras en que sus usuarios lo comparten o sirven, el momento correcto para consumirlo, los instrumentos de mesa que requiere), no nos sabrá a lo que debe, no nos sabrá a nada, o quizás hasta lo evitemos. Durante esta experiencia, la sabiduría y el sabor se encuentran íntimamente ligados.

Cada quién prefiere sus propios alimentos, que forman parte de su entorno e identidad, que sabe interpretar, juzgar y comer. Eso explica que, por ejemplo, el mejor pozole siempre sea el de nuestras madres o abuelas; se trata de un símbolo que, a fuerza de haber sido consumido durante años,

tiene un significado propio aportado por la sazón de la cocinera y las emociones que nos causan tanto la cocinera como la mesa familiar.

Cuando los alimentos que ingerimos son símbolos cuyo significado conocemos, se convierten en auténticas e incomparables delicias. Por el contrario, si lo que llega a nuestra boca posee formas, olores, texturas o ingredientes desconocidos o fuera de lo común, podría no ser tan disfrutable o siquiera comestible. En esas condiciones, ese alimento no sería otra cosa que un símbolo carente de significado, una especie de texto que, sin contexto, es incapaz de comunicar absolutamente nada.

La otra comida

Si retomamos la frase "Uno es lo que come", desde el punto de vista gastronómico cultural (no solamente relacionado con la salud o belleza corporal, como los antiguos griegos), concluiríamos que, si alguien consumiera cotidianamente la comida del otro, terminaría convirtiéndose en parte del grupo de aquél, o bien, en el mismo otro.

Esto es imposible, significaría suprimir la formación cultural y social que moldeó su paladar y dio el conocimiento compartido de discernir entre lo comestible y lo no comestible. En otras palabras, quien lo hiciera requeriría la reconstrucción total de su sistema de símbolos

y significados. De este modo, es posible que alguien que consuma la comida ajena pueda adquirir el conocimiento necesario para disfrutarla y aun juzgarla, pero ni comerla hasta el fin de sus días lo convertirá en el otro.

No obstante, si conocemos la historia del platillo, el conocimiento de sus técnicas de cocción, la religión, el inventario de ingredientes disponibles y la manera en que sus creadores manejan las emociones, puede convertirse en una experiencia cultural llena de sabor.

Basta con modificar la comida del otro levemente

con algún ingrediente identitario o una técnica propia para que adquiera el significado suficiente que la haga no solo aceptable, sino deliciosa; hasta es posible que la secuestremos y lleguemos a considerarla nuestra. Será en ese momento cuando, llena de nuestro saber y de lo que somos, la comida adquiera por fin nuestro sabor.

Resulta que en realidad no "somos lo que comemos", sino que "comemos lo que somos". Por eso nuestras propias gastronomías nos parecen sublimes y compartibles; porque somos expertos en sus significados, repletos de identidad y emociones. ☺

