

¿Y el pan de cada día?*

Igor de Garine

RESUMEN

En el presente las sociedades económicamente poderosas imponen una dieta omnívora a sus miembros, y una complejidad gastronómica a sus comidas, que hace perder la noción de pan de cada día. En este texto se discute esta perspectiva de frente a lo que podría ser una verdadera mutación cultural contemporánea: el hot dog o el hamburger.

Según un mito de los *serer* de Senegal, durante las lluvias, estación de penuria alimentaria, Rog, el dios principal de la mitología, estaba en la bóveda del cielo en compañía del milo candela temprano Mbot (*Pennisetum gambicum*) y del milo candela tardío Matye (*Pennisetum pychnotachym*), miró la tierra y exclamó: "Mis hombres tienen hambre". El milo candela temprano dijo: "Voy a bajar a la tierra inmediatamente para salvarlos". El milo candela tardío le respondió: "Baja rápido, pero soy yo quien llenaré sus graneros".

Este tipo de discurso parece incongruente en nuestras sociedades occidentales modernas, industrializadas y urbanizadas, donde la alimentación es pletórica. Es posible consumir cualquier cosa en la cantidad deseada, sin importar el lugar ni el momento, a condición de que se disponga de los recursos financieros necesarios.

La alimentación se ha vuelto un aspecto fundamental en el discurso contemporáneo, que oscila entre dos polos: la extrema complejidad de los recursos ofrecidos a los consumidores, los matices sutiles de un hedonismo

* Traducción del francés por Dulce María Zúñiga.

que la gastronomía se esfuerza en fijar¹ y la preocupación por realizar una alimentación científicamente apropiada, garantía de salud y longevidad.² Pero no ha pasado lo mismo en la mayoría de las sociedades rurales, incluso en el Occidente, hasta el siglo pasado. Tampoco en las numerosas sociedades contemporáneas de países en vías de desarrollo, ni en los grupos menos industrializados o adinerados de nuestras civilizaciones occidentales.

Cada cultura posee uno o varios alimentos de base y uno de éstos polariza la atención, la afectividad y el discurso. Se trata de eso que los cristianos llaman "el pan de cada día". Passim y Bennett³ evocaron esta noción en uno de los primeros esquemas que ilustran los sistemas alimentarios. Son alimentos centrales con un fuerte valor simbólico y que con frecuencia proporcionan lo esencial de la ración calórica del régimen, pero no siempre. Entre los *tmang* y los *ghalé* de las colinas medias de Nepal, el maíz es básico, pero también se cultiva el taro, la cebada, el trigo y el arroz. Este último entra en los rituales aunque no constituya la cosecha principal. Se trata pues, un poco en todas partes, de un hidrato de carbono, un glúcido de origen vegetal. Ahí se encuentra la marca de las civilizaciones neolíticas promotoras de la agricultura. Pero, incluso en las culturas depredadoras (a excepción de los *inuit* de un medio ártico donde nada crece y entre quienes las proteínas animales representan 45% del valor energético del régimen), una parte significativa del aporte calórico es provisto por vegetales. Es el caso, por ejemplo, de los *san* de Kalahari, donde la nuez de Mongongo (*Ricinodendron rautanii*) tiene ese papel, como entre los pigmeos del bloque de los bosques pluviales africanos que utilizan con abundancia los ñames silvestres. También se puede observar en las sociedades de pescadores con técnicas de captura de peces muy sofisticadas; sin embargo, su alimento de base es casi siempre el arroz (en Asia) y los tubérculos (en Polinesia y Melanesia).

El alimento de base es el hilo conductor que permite descifrar un sistema tradicional. Monopoliza lo esencial de la actividad técnica en la mayoría de las sociedades agrícolas. Es el caso del sorgo, y en particular del

¹ M. Guérard, *La grande cuisine minceur*, París, Robert Laffont, 1976.

² B. Santich, *What the doctors ordered: 150 years of dietary advice in Australia*, Melbourne, Hyland House Publishing Pty Limited, 1995.

³ H. Passim y J. W. Bennett, "Social process and dietary change", *National Research Council Bulletin*, núm. 108, pp. 113, ss, 1943.

sorgo rojo de temporal (*Sorghum caudatum*) entre los *masa* de Camerún. Las actividades relativas a su cultivo influyen en el ritmo del ciclo anual. Los meses se nombran según las tareas que se realizan. Su inserción en el tiempo es una de las características esenciales.⁴ El sorgo constituye la mayor parte de la reserva de grano, y el valor simbólico más elevado; Jelliffe⁵ tuvo razón en calificarlo como “súper alimento cultural” (*cultural superfood*). Cuando el demiurgo Zondonkreo bajaba flotando por el Logone, lanzaba semillas de sorgo rojo a la población *masa* de orillas del río. Con este cereal, el grano crudo, se efectúan las principales ofrendas cuando inician las cosechas; en la mayoría de los rituales se prepara un caldo crudo (*donga*), con el que se elabora la “bola” (*funu*), caldo espeso cocido que acompaña los festines comunales y la mayoría de las comidas ordinarias. Con este cereal también se preparan las cervezas rituales. Se trata de una comida que evoca, otra vez, el “pan de cada día” de los cristianos. Sin duda, simboliza el cuerpo de Cristo al que no se puede faltar al respeto.

Esta noción de consustancialidad entre el cuerpo humano y el pan de cada día se observa en otras culturas. Leenhardt escribe a propósito del ñame, pan cotidiano de los *canac* de Nueva Caledonia: “El ñame requiere el tacto que requiere un niño [...] porque el ñame es cosa humana. Nacido en la tierra donde los ancestros están disueltos y como en estado difuso, el ñame es la carne de nuestros ancestros. Forma la carne del hombre, su fuerza, su virilidad”.⁶ Y aquí nos vemos tentados a recordar el mito del eterno retorno. El pan de cada día es el producto misterioso de la tierra nutricia local, con la cual⁷ mantiene un lazo profundo, una especie de homología. Es un placer remitirnos a la antigüedad griega. Démeter, la Madre Tierra, que no cesa de regresar a la vida a su hija Corea o Perséfone, homóloga del grano de trigo que crece. Podríamos también referirnos a la soledad de Osiris, desmembrado y hundiéndose en las aguas fecundas del Nilo y renaciendo simbólicamente después en forma de espiga de trigo.

Entre las poblaciones tradicionales de las planicies del norte de Camerún

⁴ I. Garne y G. Koppert, “Social adaptation to Season and Uncertainty in Food Supply”, en G. A. Harrison y J. C. Waterlow (eds.), *Diet and Disease in Traditional and Developing Countries*, Cambridge, Cambridge University Press, 1990, pp. 240-289.

⁵ D. B. Jelliffe, “Parallel Food Classifications in developing and industrialised countries”, *American Journal of Clinical Nutrition*, núm. 20, 1967, pp. 279-281.

⁶ M. Leenhardt, *Do Kamo (Le mythe de la personne dans le monde mélanésien)*, París, Gallimard, 1947, p. 83.

y de Tchad no es posible expoliar a un grupo de su Madre Tierra sin la intervención ritual de los primeros pobladores: el alimento local se convertiría en un veneno para los invasores.

"Dime lo que comes y te diré quién eres." Este aforismo de Brillat Savarin, que se refería a la condición socioeconómica del consumidor del siglo XIX, podría parecer venial en relación con la consustancialidad de la que acabamos de hablar. Resulta una profunda confianza frente al pan que se come cada día. Está exento de toda polución mágica; es bueno, en el sentido propio y en el figurado; es moral, ya que es proporcionado por las potencias protectoras. Se consume con plena seguridad. Es, por otro lado, la razón de que sea el primer alimento que se da al niño pequeño. Es para él simbólicamente íntimo y no podría hacerle daño.

Esta relevancia del pan de cada día como alimento infantil, si bien es satisfactoria desde el plano psicológico y social, puede acarrear ciertos inconvenientes nutricionales. En la sociedad donde el primer alimento es un cereal, éste contiene proteínas vegetales y numerosas sales minerales. En el caso de un tubérculo como la mandioca (*Manihot utilissima*), que no los contiene, la situación nutricional posterior a la lactancia materna se vuelve menos satisfactoria.

El alimento de base, preparado según las normas culinarias de la cultura, contribuye a formar el gusto de los miembros de una sociedad desde la primera infancia. Es sabroso, es lo que forja la expectativa de las satisfacciones organolépticas específicas de cada grupo humano, en la medida en que más o menos en todos lados es una papilla de cereales, de consistencia diversa; pero, cuando se trata de sociedades donde con frecuencia hay fluctuaciones en la disponibilidad de los víveres de las diferentes estaciones, la textura es un elemento importante. La aptitud para aportar la saciedad prima sobre la estimulación gustativa buscada en las gastronomías contemporáneas.⁷ A decir verdad, lo esencial de las cocinas tradicionales, en su mayoría, consiste en la preparación de alimentos de base y en particular del pan cotidiano. Entre los *wolof* y los *serer* de Senegal, el milo penicilario (*Pennisetum*), alimento diario y que se puede consumir entero, es por lo general convertido en material culinario de consistencia diversa.⁸

⁷ L. Garine, "Food preferences and taste in an African Perspective: A word of caution", en H. Maebeth (ed.), *Food Preference and Taste: Continuity and Change*, Providence, EUA, Bergham Books, 1997, p. 195.

⁸ L. Garine, "Usages alimentaires dans la Région de Koumbé (Sénégal)", *Cahiers d'Etudes Africaines*, núm. 10, Mouton, 1962, pp. 218-266.

Harina burda, harina fina, sémola gruesa, sémola calibrada por combinación con los diferentes tipos de cocción —asada en la lumbre, hervida, cocida al vapor y, recientemente, frita en aceite—, constituyen los platos fuertes casi siempre acompañados de salsa sávida, que varía según la estación. Se pueden señalar algunas constantes. Entre los *masa*, el alimento de base (*Sorghum caudatum*) es consumido en 90% de las comidas: se trata de una papilla espesa de harina no cernida, difícil de digerir y que da con facilidad una sensación de saciedad. En 80% de los casos se acompaña con una salsa en la que se aprecian gombos (*Hibiscus esculentus*), hojas verdes y pescado seco.

La elaboración de los alimentos de base engendra una cocina fundada en la comida familiar y reconfortante. Ésta, que permaneció incluso en la Europa rural hasta el siglo XIX, se aleja de las sutilezas de la gastronomía contemporánea, reservada hasta estos últimos decenios a las categorías socioeconómicas privilegiadas.

¿Qué sucede hoy con los alimentos de base? El maíz sigue siendo uno de los alimentos principales de la cocina guatemalteca. Miguel Ángel Asturias no se equivoca cuando nombra al campesino maya "hombre de maíz", y uno piensa en la mitología de los mayas. El arroz es aún el centro de los sistemas culinarios asiáticos; el milo y el sorgo, de las cocinas africanas de la sabana; los tubérculos, en la zona forestal. En Europa y en el Oriente cercano, el trigo permanece como un elemento importante del régimen, pero ya no constituye necesariamente el plato fuerte.

La fidelidad de la cultura italiana a la pasta, servida con una variedad innumerable de salsas, actualiza un esquema tradicional: plato fuerte glúcido que provoca repletitud; salsa que contiene numerosos elementos —proteínas, lípidos, sales minerales realzadas con especias—, contribuyen al interés sávido. En la mayoría de las cocinas europeas, desde la Edad Media se efectuó una inversión: el trigo es consumido al lado del platillo fuerte (de origen animal), sobre todo en forma de galleta o pan. En la Edad Media, el pan era utilizado como plato y daba soporte a la carne.

En las cocinas europeas rurales se ha vuelto difícil discernir la importancia de los alimentos de base efectivos —si es que aún se pueden localizar— en los sistemas alimentarios pletóricos, en los que, si bien subsisten algunos rastros culturales, el régimen es dejado ampliamente a la iniciativa

individual influenciada por numerosos factores externos cambiantes, entre otros, los medios masivos de comunicación. No puedo evitar la tentación de citar aquí *En busca del tiempo perdido*, de Proust,⁹ en el que el consumo de una magdalena lleva al héroe a invocar su pasado. Cuando un *masa* toma su comida diaria, cuyo plato fuerte es el sorgo —su pan cotidiano—, lo hace en silencio, se sacia y no busca una aventura organoléptica. El placer gastronómico le llega más bien de la familiaridad con el alimento que ingiere con plena seguridad. Estaríamos tentados a decir que come sin sobresaltos ni preocupaciones, “tal como respira”.

La persistencia *de facto* de un alimento de base en las culturas contemporáneas es difícil de discernir. Los regímenes más simples se volvieron complejos. Recurren a una gama ilimitada de ingredientes. ¿Cuál es el alimento de base del perpetuo consumidor de *snack* en Estados Unidos?

Una reminiscencia de los alimentos de base persiste, sin embargo; es lo que Bourdieu¹⁰ llama “la alimentación de necesidad” de las clases trabajadoras, dependientes en gran medida de los recursos monetarios que delimitan un campo dietético restringido, si se le compara con la alimentación de lujo de las categorías sociales privilegiadas. En éstas, reina el hedonismo y la percepción de las sutilezas gastronómicas de una vasta gama de platillos, a veces “exóticos”, que se ha vuelto un elemento de “distinción”.

Lo que se ha conseguido en materia de sutileza gastronómica, elemento de distinción, fue perdido en términos de comodidad psicológica y de bienestar. La seguridad aportada por una alimentación que se funda en el pan de cada día ofrecida por los dioses, dejó su lugar a un régimen infinitamente complejo, en el cual es difícil trazar el origen de los alimentos; tal vez sujetos a la polución y que provocan ansiedad, a la que se hace referencia de manera constante.¹¹ La monotonía placentera de los alimentos de base se sustituye por un campo móvil condicionado por los recursos socioeconómicos y la moda. Los esfuerzos del Consejo Nacional Francés de las Artes Culinarias por despertar los sentidos a una percepción justa del gusto por los alimentos, en el contexto francés —claro— y de conformidad —según las declaraciones atribuidas a Puisais— “a una sabiduría instintiva

⁹ M. Proust, *A la Recherche du Temps perdu*, París, Gallimard, 1954.

¹⁰ P. Bourdieu, *La distinción Crítica social del juicio*, París, Éditions de Minuit, 1979, p. 196.

¹¹ P. Aïmez, “Psychopathologie de l'alimentation quotidienne”, *Communications*, París, 1978, pp. 93-107.

del cuerpo",¹² no pueden sino dejarnos escépticos. Por eso la mayoría de los grupos de inmigrantes luchan contra la nostalgia y restauran su equilibrio psicológico consumiendo en comunidad platillos emblemáticos cuyo centro lo constituye el alimento de base.¹³

Ni el pollo conmemorativo de la batalla de Marengo y tampoco el pato en salsa de sangre del restaurante parisiense la Tour d'Argent, o las recreaciones parsimoniosas y coloridas de los chefs de la Nouvelle Cuisine, podrían pretender alcanzar el estatuto de pan de cada día. Éste se forjó a lo largo de innumerables generaciones en un marco espacial y temporal determinado alrededor de un grupo humano definido. El proceso mundial de globalización aplicado al terreno de la alimentación hace posible cualquier régimen. Autoriza una exacerbación del carácter omnívoro del hombre y constituye una verdadera mutación. Si el conocimiento científico puede originar una nutrición de mayor calidad, difícilmente se perciben las resonancias afectivas profundas del pan de cada día, las que pueden ser esenciales para el bienestar alimentario de nuestros congéneres. Tal vez no se puede excluir que la omnipotencia económica de ciertas civilizaciones llegue a imponer algunos platillos, como el *hot dog*, la hamburguesa o la pizza, en calidad de platos de base de nuestra especie.

¹² J. R. Pille, *Gastronomie française: Histoire et géographie d'une passion*, París, Fayard, 1991, p. 216.

¹³ M. Calvo, "Migration et alimentation", *Informations sur les Sciences Sociales*, vol. 21, núm. 3, París, 1982, pp. 383-446; L. Harbottle, "Taste and Emboliment. The food preferences of Iranians in Britain", en H. Machbeth (ed.), *Food Preference and Taste: Continuity and Change*, Providence, EUA, Bergham Books, 1997.