

ALIMENTAȚIA NATURALĂ ÎN CONTEXT ISTORIC

Daniela Dumitrescu

Actul alimentar – un act cultural

Pe parcursul istoriei umanității alimentația a fost determinată de mediul natural, de structura socio-economică a comunităților, de concepțiile religio-spirituale. Actul alimentar bazat pe dimensiunea fiziologică și metabolică a evoluat în funcție de cadrele geografice și cele culturale, dimensionându-și semnificații și conotații specifice. Comunitățile au oferit dintotdeauna indivizilor coduri și modele culturale variabile în funcție de factori economici și sociali, precum și în funcție de perioadele istorice.

Antropologul Claude Levi-Strauss relevă faptul că acolo unde există reguli, norme, practici, credințe, la nivelul comunităților începe Cultura, iar prezența automatismelor „spontane” evidențiază Natura. Factorii culturali influențează comportamentul omului, iar sistemul alimentar se integrează acestui comportament. La rândul său, Mircea Eliade a identificat coduri și valori religioase în acele acte fiziologice ale nutriției, sacralități care „devin la primitiv un rit a cărui intermediere îl ajută pe om să se apropie de Realitate, să se insereze în ontic”. Pentru omul culturilor arhaice acestea reprezintă „ceremonii prin intermediul cărora se face comunicarea cu forța pe care Viața însăși o reprezintă”¹. Prin codurile sale rituale, alimentația semnifică punerea în acțiune a simbolurilor cunoscute de întreaga comunitate. Modul de preparare a alimentelor, integrarea acestora într-un cod cultural reflectă nivelurile complexe ale variabilei care se manifestă în mentalul colectiv al grupului respectiv și prin care se definește așa-numita personalitate de bază, determinată de condițiile de mediu, de condițiile biologice, tehnologice și economice, precum și de sistemul de credințe. În întreaga istorie a umanității interdependența dintre modurile și sistemele de alimentație și complexitatea universului culturii apare ca evidentă.

Utilizarea focului a reprezentat un moment important în dezvoltarea civilizației umane și al tuturor aspectelor ce privesc problematica alimentației. După cum afirma Claude Levi-Strauss, perioada trecerii de la „crud la gătit” în prepararea hranei a însemnat inventarea unor tehnici, practici și reguli legate de acest proces. Etnologul Fernand Braudel, analizând acest fenomen, consideră că în evoluția alimentației umane au existat două momente relevante – unul la sfârșitul paleoliticului, care a însemnat trecerea la consumul de carne „gătită”, trecerea la „marele carnivorism”, iar

1. Mircea Eliade, *Tratat de istorie a religiilor*. Ed. Humanitas, București, 1992, p. 47.

al doilea în perioada neoliticului, în urma apariției și extinderii culturilor cerealiere, când s-a făcut trecerea către consumul de alimente fierte și către prepararea pâinii².

Producerea alimentelor, care a luat locul culesului natural, este clasificată de către antropologi în trei nivele care, deși sunt distincte, interferează între ele: horticultura, agricultura și păstoritul³. Agricultura a solicitat treptat o muncă mai intensă decât în primele sale forme arhaice și, de asemenea, folosirea continuă a pământului. Ea necesita, în plus; domesticirea animalelor și utilizarea acestora în obținerea produselor agricole, irigarea și terasarea solului.

Alimentația și contextele culturale

Întemeierea „gastronomiei” rituale s-a realizat o dată cu apariția civilizațiilor din jurul templelor; sacerdoții erau sacrificatorii care ofereau zeilor ofrande animale sau vegetale, pe care apoi le consumau și ceilalți participanți la ritual. Fenomenul sacrificiului este considerat „act ritual întemeietor” sau ca un „eveniment fondator al civilizației umane”⁴. Dintre animale erau alese întotdeauna cele mai valoroase pentru utilitatea lor, cele mai blânde, mai inocente și mai legate de om prin instinctul și obiceiurile lor.

Etnologia modernă aduce confirmarea acestui fapt: în anumite comunități pastorale care practică sacrificiul, animalele sunt strâns asociate cu existența umană. Această diviziune a sacrificiului în două mari categorii, umanul și animalul, au un caracter sacrificial, într-un sens riguros ritual; ea se bazează de fapt pe o judecată de valoare, pe ideea că anumite victime, oamenii, sunt prin excelență improprii sacrificiului, în vreme ce animalele sunt sacrificabile. Există astfel un principiu universal de selecție, criteriu după care se efectuează alegerea oricărei victime, întrucât sacrificiul a fost întotdeauna definit ca o mediere între un sacrificator și o divinitate.

Alimentația naturală în istorie

Dacă vom căuta printre descrierile diverselor sisteme și stiluri alimentare făcute de istoricii de profesie, legate de obiceiurile și tradițiile culinare ale diverselor popoare, vom descoperi că numeroase studii recente prezintă detalii ce pot oferi o altă imagine a nutriției din perioadele istorice trecute, diferită complet de cea cunoscută la nivelul maselor (de genul „carnea este alimentul de bază dintotdeauna” etc.). Observăm de aceea cum, cel puțin în antichitate, hrana de bază nu era nicidecum reprezentată de carne, ci de derivatele cerealiere, legume, fructe, ouă și

2. Fernand Braudel, *Structurile cotidianului*, vol. I, Ed. Meridiane, București.

3. Conrad Phillip Kottak, *Anthropology, the Exploration of...*, The Fifth Edition, McGraw-Hill, Inc., New York and at, 1991.

4. Mircea Eliade, *De la Zalmoxis la Genghis Han*, Ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1980, p. 2.

produse lactate, eventual pește (în funcție de populație și de zona geografică). Carnea diverselor mamifere domestice sau de vânat se regăsea doar pe masa celor bogați, însă și aceasta doar pentru anumite regiuni și în mod ocazional. Se pare că Evul Mediu a fost însoțit de o modificare în stilul culinar tradițional, fiind evidențiat cel mai pregnant în zona Occidentului, unde chiar și țărani, pe măsură ce deveneau tot mai înstăriți, au început să adopte un stil culinar tot mai centrat pe carne și preparate din ce în ce mai prelucrate termic. Astfel, în decurs de câteva sute de ani, aceștia s-au îndepărtat atât de mult de stilul alimentar simplu și natural al Antichității, încât au uitat cu totul de această origine naturală și sănătoasă a nutriției ancestrale. Acest aspect a devenit tot mai evident, mai ales în epoca modernă și contemporană, când o alimentație considerată „rațională” și echilibrată, chiar și de către forurile academice medicale, nu mai poate fi concepută fără aportul major de proteine animale din carne prelucrată termic. Această mentalitate culinară occidentală a fost atât de puternică, încât a penetrat chiar și stilul culinar tradițional românesc din ultimul secol recent încheiat (XX).

A apărut însă „Epoca Postmodernă”, ce a provocat o „trezire” spirituală a omenirii, și s-a închis cercul „istoric” al alimentației intens carnivore, cu re-deschiderea unui nou ciclu, al re-cunoașterii și re-găsirii alimentației reale: cea naturală, organică, netoxică.

Susținători vechi și noi ai alimentației naturale

Aparent este destul de dificilă descoperirea de susținători pentru promovarea stilului de viață și tratament prin hrană naturală printre personalitățile istorice. Însă, prin studiu atent, de aprofundare a afirmațiilor unor personaje binecunoscute în istoria medicală, culturală, științifică, socială, putem descoperi confirmarea și susținerea acestui aparent nou sistem alimentar teoretic și practic.

Astfel, diverse scrieri istorice, pornind de la Herodot, Strabon și alți istorici autorizați, prezintă stilul de viață al inițiatorilor și susținătorilor principalelor curente filozofice din Grecia antică, amintind și de preceptele culinare ale acestora. În acest sens se susține că în principal orficii greci și mai ales traci, epicurienii, stoicii, platonicienii, neoplatonicienii și alți diverși susținători ai altor curente filozofice, religioase sau metafizice aplicau acest principiu culinar – „principiul viului” - printr-o alimentație netoxică, naturală, ca element de bază în viața lor. În acest sens, dr. E. Bertholet, laureat al Universității medicale din Laussane, ne prezintă aspecte mai puțin cunoscute din viața unor mari gânditori și filozofi ai Antichității⁵: orficii greci duceau o viață ascetică și renunțau la carne pentru a obține purificarea trupească și sufletească. Hesiod, în poemul „Lucrări și zile” regreta Era de aur și blestema

5. Bertholet, E., *Fruitele. Valoarea lor nutritivă și curativă*, Ed. Pierre Genillard, Lausanne, 1967.

fapta lui Prometeu, primul care a omorât o vită și a adus focul din cer pentru a prepara mâncarea din carnea acestui animal. Empedocle, ca și Pitagora, au susținut cu hotărâre interdicția cărnii. Socrate a trăit idealul vieții simple. De la el avem expresia *mănânci numai ca să trăiești*, în timp ce alții trăiesc numai ca să mănânce. Socrate se hrănea numai când îi era foame și numai cu alimente folositoare sănătății. El avea o regulă ascetică de viață: „Vremurile grele sunt învățători buni”. La rândul său, Platon pleda pentru cea mai mare seriozitate la mâncare și băutură. El considera că hrana care nu a trecut prin foc este cea mai bună și lua într-o zi o singură masă, cu multe fructe. Printre deprinderile sale statornice erau și zilele de post. Xenocrate, succesor al lui Platon la conducerea Academiei, a susținut vegetarianismul. Diogene a pus în practică maximele filozofice ale învățătorului său Antistene, a cărui filozofie se poate rezuma în ideea că omului nu-i rămâne decât alegerea între spirit și frânghie. Diogene a dus o viață de o simplitate legendară; se hrănea cu ierburi, smochine uscate, măslina și legume crude. El spunea: „Oamenii s-au moleșit și sunt mai nefericiți decât animalele, care beau apă și se hrănesc cu plante”. Susținea mereu: „Carnea și vinul abrutizează pe bătrâni și moleșesc pe tineri.” Plutarh era de asemenea vegetarian și a scris, în acest sens o carte: „Despre mâncarea cărnii” în care se prezintă ca un apărător al animalelor torturate și ucise de oameni. El spune că oamenii nu mai urmează adevărata lor menire și au rămas în urma animalelor. Plutarh a observat o legătură causală între necumpătarea la mâncare și băutură și decăderea moravurilor din timpul său. Teofrast, mare naturalist, elev al lui Aristotel, spunea că mâncarea cărnii nu este necesară, înnăbușind îndemnul superior din om: „îmbuibându-se, oamenii au pierdut amintirea vechii pietăți, au căzut tot mai udânc în excese, nemailăsând nimic negustat și nemâncat”.

Seneca, unul din marii filozofi stoici, a fost susținătorul elocvent al vieții simple. Era convins că decadența din timpul său trebuia pusă pe seama exceselor și senzualității fără limite, afirmând: „Pentru libertatea noastră interioară trebuie să avem stomacul bine disciplinat”. El nota că „o dată cu numărul bucătarilor crește și numărul bolnavilor”. Era convins că în orice caz carnea este cea care trezește instinctele inferioare ale omului, în timp ce regimul vegetarian purifică și improspătează spiritul. Pitagora, marele matematician și filozof, solicita discipolilor săi să ducă o viață austeră; hrana lor era compusă numai din alimente care nu erau trecute prin foc, vegetale crude, și singura lor băutură era apa. Prin acest regim sever el urmărea să obțină o neobișnuită ascuțime a gândirii și puritatea sufletului. Modul de viață pitagoreic a devenit sinonim cu regimul naturist. După o jumătate de mileniu, Juvenal promova acest regim, comparându-l cu modul de viață depravat al contemporanilor săi⁶. Remarcăm deosebita școală a lui Pitagora, de inițiere în

6. Apud Cladian, I., *Alimentația poporului român*. Ed. Fundația pentru literatură și artă „Regele Carol

„știință și conștiință” (matematică și numerologie, astronomie și astrologie, fizică și metafizică), inițiată de acesta și dusă mai departe de discipolii săi, unde hrana naturală, numită „vie”, reprezenta cu adevărat un mod de viață. Lui Pitagora i se atribuie și următoarea afirmație, ca sinteză a crezului său privind acțiunea hranei asupra corpului biologic și spiritual: „Doar hrana vie și proaspătă îi permite omului să rămână sănătos, să fie fericit și să simtă adevărul”.

În același mod Hipocrate, părintele medicinei, oferă o multitudine de argumente în susținerea acestui concept natural. Preocuparea „părintelui medicinei” pentru aspectele de terapie și prevenție prin alimentație cât mai naturală este tot mai mult recunoscută de lumea medicală occidentală. Cercetând datele istorice din vremea sa, care ne-au parvenit în prezent, este de remarcat în primul rând atracția marelui medic grec pentru tipul de vindecare nutrițional natural, prin combinarea plantelor alimentare și a ierburilor din natură. Confirmări credibile ne vin din celebra afirmație hipocratică: „Alimentul să vă fie medicament și medicament să vă fie alimentul”, dar și de la o imagine asemănătoare: „Suntem ceea ce mâncăm, iar bolile trebuie tratate înainte de toate prin alimentație”, precum și de la afirmații tranșante de genul: „Lăsați leacurile în borcanele lor dacă puteți vindeca bolnavul cu ajutorul hranei”. Tot Hipocrate este cel care introduce conceptul de „regimen” („mod de viață organizat”) și cel de „vix medicatrix naturae” („puterea vindecătoare a naturii”)⁷. Prin promovarea practicii alimentației pentru menținerea sănătății și în terapeutică, dar și solicitând curajul de a lăsa „puterea de vindecare a naturii” să-și facă datoria (prin pauză alimentară și o atitudine de viață cât mai firească), Hipocrate se referea la principiul integrării alimentației cât mai naturale în sistemul terapeutic coordonat și determinat prin dimensiunea spirituală.

Același stil de abordare a metodei de vindecare și de menținere a sănătății prin hrană și un mod de viață cât mai natural se remarcă, poate mai pregnant ca în multe alte locuri, și în privința informației medicale ce survine din spațiul românesc, aparținând perioadei Antichității. Legat de miticul Zalmoxis, de miticul Orfeu sau de Marele Preot al lui Burebista, Deceneu, izvoarele istorice referitoare la istoria acestei zone, din păcate destul de sărace în informații, exprimă aceeași idee esențială: promovarea în rândul populației a valorilor morale și spirituale, inclusiv a artei care înalță sufletul, dar mai ales promovarea unui „mod de viață potrivit legilor naturii”. Concluzia care se poate trage de aici este că aceste valori spirituale fundamentale promovate aveau un suport material corespunzător – o hrană naturală, cea care poate asigura „acordajul” direct cu natura, atât cea exterioară, dar mai ales cu cea interioară.

Tracii s-au îndeletnicit cu păstoritul și creșterea vitelor. Collumela (20-70

II”, București, 1939, p. 51.

7. Bertholet, E. – op.cit, p.89.

d. Chr.), autorul lucrării *Despre agricultură*, remarcă: „Apoi oile nu numai că-i satură pe țărani prin belșugul brânzei și al laptelui, ci acoperă și mesele bogaților cu mâncăruri numeroase și plăcute, iar unor neamuri lipsite de grâu le procură toată hrana, de aceea cei mai mulți dintre geți se numesc «băutori de lapte»”. La rândul său, Ovidiu arată că „păstorul cânta din fluierulele lui lipite cu smoală, ținând coiful pe cap, iar fricoasele de oi se tem de războaie, nu de lup.”⁸.

Imaginile rezultate din parcurgerea istoriei nutriției naturale în context general nu pot fi însă absolutizate, cum am putea fi tentați la prima vedere. Acestea reprezintă „clișee” de ansamblu, relative, „medii statistice”. În aceeași zonă geografică și în aceeași perioadă istorică, obiceiurile aveau o mare diversitate, inclusiv culinară. Astfel că putem vorbi cel mult de o dominantă, având de-a face cu oameni, fiecare cu o personalitate distinctă. Pe de altă parte, o mare variație și oscilație a obiceiurilor, inclusiv culinare, o poate realiza aceeași persoană într-un anumit interval de timp (perioade de „naturism” alternate cu cele de carnivorism etc.) De aceea vorbim de dominante și de medii, nefiind vorba de imagini și parametri absoluți, stilul de nutriție al unei anumite populații într-o anumită perioadă istorică fiind apreciat după numărul majoritar (peste 50% din persoane) al celor ce practicau acel tip de nutriție.

Apropiindu-ne de vremurile noastre, remarcăm cum, în germenii științei moderne, inclusiv medicale, se regăsește și se perfecționează conceptul de viață și hrană naturală. Astfel, englezul Thomas Sydenham, supranumit „Hypocrate al Angliei” (secolul al VII-lea), continuând linia predecesorului său antic, recomanda remediile cele mai simple și mai naturale, cele mai puțin toxice, definind boala printr-un concept fundamental aparținând medicinei naturale: „Boala nu este altceva decât efortul depus de corp pentru a scăpa de materiile morbide”. O exprimare asemănătoare a folosit și alt mare medic și chimist al vremurilor trecute, Herman Boerhave, profesor de medicină la Universitatea din Leida prin anul 1700, care, în consens cu Hypocrate și cu Sydenham, afirma că „slăbiciunile pot apărea oriunde în corpul nostru ca urmare a unui tratament (alimentar) nenatural”⁹.

În perioada modernă, tot mai mulți medici, biologi, anumiști etc. au remarcat diferențe de dentiție, intestinale și ale altor organe, dintre corpul omenesc și cel al animalelor carnivore. Dar aceste aspecte de anatomie și fiziologie comparată, ce sugerează clar apartenența „matriței” corpului uman la tipul de nutriție fără carne, sunt remarcate încă din secolul al XVII-lea de biologul Pierre Gassendi.

Sylvester Graham (1794-1851) a promovat intens calitățile nutriției cât mai naturale (în primul rând fără carne), încercând – și realizând – obținerea unei pâini

8. Ovidiu Drimba, *Istoria culturii și civilizației*, Ed. Saeculum IO/Vestala, București, 1999, vol.3, p. 360.

9. Apud med. drd. Marian Paraschiv-Claudius, *Tratat Pentru Alimentația Naturală a omului*, Ed. C. HIRISTALIN, București, 2003, p. 53

de calitate superioară ce-i poartă numele, pâinea Graham, alături de biscuiți speciali. Un distins membru al Colegiului Regal al Medicilor din Edinburgh, dr. William Buchan, realizează în 1883 o interesantă carte de promovare a alimentației apropiate de natură, în care preciza că sfătuiește pe fiecare persoană, pacient sau medic, să acorde mai multă importanță dietei alimentare și diferitelor moduri de vindecare prin nutriție, întrucât această parte a medicinei – dietoterapia – este și rămâne o metodă naturală foarte eficientă de vindecare a bolii.

Cu puțin înainte de epoca lui Pasteur, într-o carte de avangardă despre patologia celulară, un cunoscut medic german, Rudolph Virchow, susținea că sănătatea celulelor depinde de compoziția lor chimică și că această compoziție chimică depinde, la rândul ei de natura hranei absorbite de individ. De asemenea, Rudolph Virchow este unul din cei ce a polemizat cu microbiologul și chimistul francez Louis Pasteur pe marginea genezei bolilor infecțioase. Acestei dispute i se vor alătura ulterior și un alt mare microbiolog, Claude Bernard, precum și specialistul englez în sănătate publică, John Snow Billings. Toți acești oponenți ai celebrului Pasteur au susținut cu tărie că infecția bacteriană este efectul mediului favorabil oferit de toxemia din organism, și nu cauză a îmbolnăvirii. Astfel, aceștia preconizau rezolvarea cauzală și reală a infecției din organism prin neutralizarea toxemiei interne, utilizând astfel alimentația naturală. Mai aproape de noi, dr. Bircher-Benner, conducătorul clinicii elvețiene de terapie prin dietă naturală din Zurich, este considerat de mulți ca cel ce a pus noi baze conceptuale și practice ale nutriției naturale în medicina modernă, lansând conceptul de „hrană vitală completă”. Pentru acest pionier elvețian al terapiei naturale, „hrana vitală completă” este asigurată de produse animale naturale (lactate, ouă, miere), legume, fructe, cereale – toate crude, organice, naturale¹⁰.

În acest sistem medical natural, teoretizat dar mai ales practicat de către acest mare medic elvețian, s-au format o pleiadă de susținători ai nutriției naturale, dintre care se desprinde figura binecunoscutului dr. Ernst Günther¹¹. În America, printre mulți alți medici „naturiști” – dr. Max Gerson – sunt de remarcat figurile a trei mari nutriționiști „naturiști”, fondatori ai Catedrei de Medicină Dietetică din „Goldwater Memorial Hospital” a Universității din Columbia: dr. J. H. Tilden (autor al lucrării „Explicația toxemiei”), dr. G.S.Weger și dr. H. Bieler. Istoria medicinei cuprinde, însă, și alți cunoscuți medici naturopati sau oameni de știință care au promovat alimentația naturală (ex.: dr. George Barbarin, Prof. William Tiller din cadrul Departamentului de științe și Ingineria Materialelor a Universității Stanford etc.).

Unul din cei mai mari profesori și doctori în știința purificării corpului și în

10. Med. drd. Marian Paraschiv-Claudius, *Tratat Pentru Alimentația Naturală a omului*, Ed. CRISTALIN, București, 2003, p. 233.

11. Ernst Günther, *Hrana vie*, Ed. Adevăr Divin, Brașov, 2001.
www.muzeulbucurestilor.ro / www.cimec.ro

nutriție a fost dr. medic John Tilden din Denver. Programul său a inclus postul și o abundență de fructe, vegetale și produse animale. El a ajuns la 90 de ani și a fost un medic activ până la sfârșitul vieții.

Particularități ale spațiului românesc

Această dimensiune a alimentației naturale, primește, prin experiența din spațiul românesc, o notă particulară și, în același timp, universală. Am exprimat aceste aspecte pentru a înțelege, mai ales, consistența imaginii de „popor muncător de lupte” atribuită geto-dacilor de către diverși istorici. Această constatare, recunoscută de istorici ai vremii, nu se aplică întregii mase de geto-daci ai perioade istorice corespunzătoare – așa cum nici actuala situație de „carnivorism” nu se aplică întregii populații din prezentul spațiului românesc. Dar, pentru că o bună parte din populație practica acest sistem culinar natural, promovat și recomandat cu înțelepciune de clasa conducătoare sacerdotală geto-dacă, în acest caz putem vorbi de o dominantă culinară. Și aceasta chiar dacă au existat, în continuare, segmente ale populației, unele chiar numeroase, care practicau culte primitive, ritualuri poate sângeroase, în care „sacrificiul” (uciderea) animalului și consumul cărnii, inclusiv ritualic, erau elemente de bază, reminiscențe ale unui primitivism preistoric. Acest aspect este general valabil în orice cultură și în orice perioadă istorică. De aceea, ca o sinteză, vorbind de comparații între medii și dominante culinare între diferite zone și areale, putem spune că în zona românească alimentația naturală și medicina naturală, a mijloacelor cât mai naturale, profund umane, a fost dintotdeauna firească.

Remarcăm distincția fundamentală dintre modul de viață al ciobanilor munteni și stilul de viață reprezentat de nomadism al populațiilor migratoare. La crescătorii de cai din pustiile orientale (nomazi), cunoașterea de sine este înlocuită cu „cunoașterea” prin forță, prin cucerire și agresiune. Și este oarecum normal: hrana de bază era carnea, simbolul agresiunii, a forței brute, a crimei comise prin uciderea animalului („calitate” transmisă, astfel, sistemului-organism ce preia această informație). În schimb, spațiul românesc cunoaște experiența unei profunde căi spirituale, promovată cel puțin de vârfurile conducătoare ale vremurilor de demult, vremuri încă prea puțin cunoscute istoriografic, ce se întind încă înainte de perioada lui Herodot, Deceneu și chiar Zalmoxis. Astfel, se pare că această zonă geografică a reprezentat centrul unei profunde inițieri în artele medicale ale vindecării și ale cunoașterii tainelor naturii. În acest sens cităm doar doi autori dintre cei care susțin această idee: Nicolae Iorga, într-una din scrierile sale, afirmă că, în tinerețea lui, Hypocrate a fost inițiat în tainele medicinei de către un medic trac, cu numele Herodicus din Selimbra¹². De asemenea, o cercetătoare a istoriei geto-dacilor, Mioara Călușiță-Alecu, în lucrarea „Zalmoxis”

12. N. Iorga, *Istoria românilor*, vol. I, București, 1936.

declară, legat de inițierea lui Zalmoxis în vechea Eladă, ca „sclav” al lui Pythagoras: „Argumentele lui Herodot, Suidas și Simon Pelloutier demolează fără drept de apel această concepție eronată. Mai mult, apare clar ideea că Pythagoras este cel care s-a inspirat de la geți, deoarece l-a avut ca maestru (învățător) pe Abaris (Avaris) Hiperboreeanul”¹³. Dacă acceptăm această ipoteză, care presupune că prezența lui Zalmoxis la școala lui Pythagoras nu a fost ca sclav, ci, în realitatea inițiativă, un adevărat Învățător, și dacă ne reamintim ce propovăduia această școală inițiativă a lui Pythagoras (din punctul de vedere al medicinei naturale: hrana vie), atunci începem să percepem mai clar anvergura dimensiunii inițiatice a învățăturilor, inclusiv medicale, ale clasei conducătoare sacerdotale a geto-dacilor.

Aspecte moderne ale culturii alimentare

În vremurile noastre, pe plan cultural, raportarea la hrană s-a inversat: pericolul și teama de exces au înlocuit pericolul și teama de foame. La vechii greci, *dieta* însemna un regim echilibrat de viață, construit pe baza propriilor exigențe. Astăzi, în limbajul uzual, termenul a ajuns să desemneze reducerea hranei, limitarea ei. Această alegere nu mai pornește de la valori moral-religioase, ci de la motivații preponderent estetice, igienice sau utilitariste. Pentru omul contemporan, a mânca puțin este semnul și instrumentul eficienței și, de aici, al puterii.

Dincolo de aceste aspecte, avalanșa de „diete”, în societatea de azi, ascunde și valori refutate, față de imaginile hedoniste promovate de sistemele mass-media, care creează mituri ale consumului. Se schimbă perspectiva: hrana „care face bine”, care are proprietăți deosebite, este primită cu entuziasm de public. Dacă mii de ani s-a conturat teama față de foame, astăzi se consolidează o nouă obsesie: „teamă de obezitate”, teamă care acționează asupra spiritului colectiv. Fenomenul reflectă o dimensiune a consumului și a abundenței, ambele făcând parte dintr-o uriașă structură culturală globală. Noile modele alimentare europene au un puternic specific urban. Societatea industrială are o înaltă rată de urbanizare, numărul locuitorilor orașelor fiind în continuă creștere. Modelele urbane de alimentație constituie norma și pot fi imitate de oricine.

Se produce și un alt fenomen: apariția unui sistem alimentar tot mai uniform, mai omologat, înstrăinat în același timp de teritoriu. Tendințele spre urbanizare arată că în anul 2000, jumătate din populația lumii locuia în orașe și se prevede creșterea acestui procent până la două treimi până în anul 2020. Acest tipar va avea cel mai mare impact în țările mai puțin dezvoltate, în așa-numita „lume a treia”, unde se află deja orașele cele mai mari ale lumii, din punct de vedere al numărului de locuitori.

13. Apud med. drd. Marian Paraschiv-Claudius, *Tratat Pentru Alimentația Naturală a omului*, Ed. CHRISTALIN, București, 2003, p. 65-66.

Tendința se leagă de mișcarea de îndepărtare de economia pur agrară și de orientare spre angajarea în sectorul industrial și în cel al serviciilor, trăsătură caracteristică orașelor puternic angrenate în sistemul corporatist, cum devine din ce în ce mai mult și orașul București.

Cuvinte cheie: sistem alimentar, tradiție, rit sacrificial, dietă, spiritualitate.

SUMMARY

Throughout history, feeding has proved to be an act of culture, determined by the social and economical structure of the various communities, by their religious and spiritual mentalities. The physiological and metabolical act of feeding has evolved within given geographical and cultural frames, with various connotations and significance. The communities have offered the individuals codes and models according to social and economical data, depending the historical context. The article presents a history of the natural nutrition, its contemporary aspects, including the evolution in Romanian nutrition habits.