

## LA IDENTIDAD ALIMENTARIA MEXICANA COMO FENÓMENO CULTURAL

José N. Iturriaga



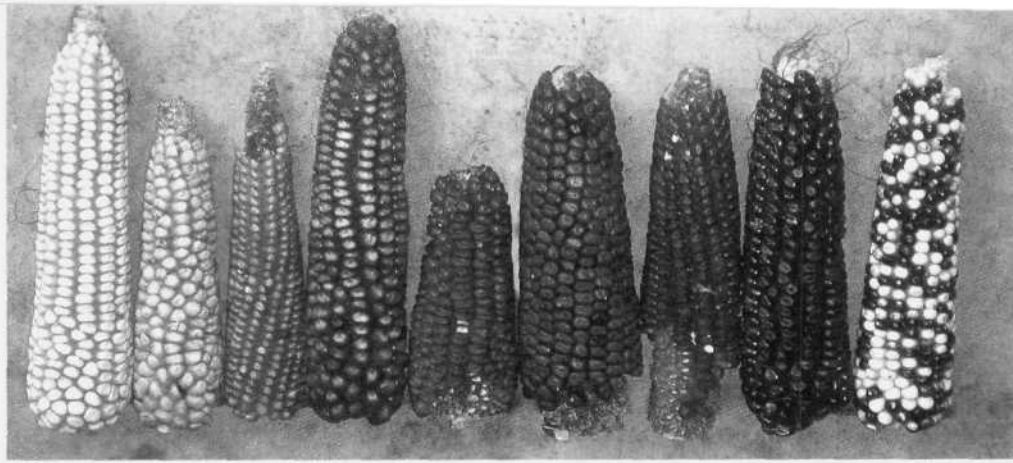
### La cocina mexicana: un sistema cultural

**La** cocina mexicana —y los hábitos alimentarios que implica— es un sistema cultural que rebasa con mucho a los aspectos meramente gastronómicos, ya que está involucrada en religiosidad, rituales y tradiciones de siglos atrás, a veces milenios, que continúan vigentes en pleno siglo XXI. Es un fenómeno cultural que se presenta de la mano con el ciclo de vida y por supuesto con el ciclo agrícola, de manera destacada en los momentos más relevantes como el nacimiento y la muerte, la siembra y la cosecha. La comida mexicana es una matriz de antiguos conocimientos enriquecidos en diferentes etapas de mestizaje, que perviven en la actualidad no sólo en los surcos y en las milpas, en las cocinas y en las mesas, sino también de alguna manera en templos y cementerios, en cunas y altares, en rezos y costumbres del pueblo, sea indígena o no. Nuestra cocina es un conjunto cultural que deviene eje de usos y prácticas comunitarias y familiares. La cocina mexicana es un factor de cohesión social entre todos los estratos de la población. Es uno de los más poderosos elementos de la identidad nacional (como lo es también, por ejemplo, la música popular).

Apenas consumada la conquista de México en 1521, el historiador franciscano Bernardino de Sahagún inició sus investigaciones con ancianos indígenas cuya vida había transcurrido mayormente en la época prehispánica; así rescató del olvido enorme cantidad de información. Sabemos por ello que prácticamente todas las

celebraciones religiosas incluían ofrendas de comida al extenso panteón de los dioses aztecas. El alimento predominante en las aras eran los tamales de maíz, omnipresentes en sus ritos y en las fiestas dedicadas a los muertos, que eran varias al año. Resalto estos datos históricos porque actualmente en México sigue siendo de la mayor importancia el Día de Muertos, con altares en las casas y en los camposantos, y los tamales continúan como ubicuos protagonistas de las ofrendas, después de cuando menos siete siglos de tradición ininterrumpida. Hoy se realizan estos ceremoniales tanto entre la población india como en la mestiza, en el campo y en las urbes, y aunque están presentes en todos los estratos sociales, predominan en los más populares. El día de San Isidro Labrador se celebra en las zonas rurales con misas que incluyen la bendición de las semillas que habrán de sembrarse, de los arados y demás aperos de labranza, y los bueyes de la yunta reciben también el agua bendita.

Entre muchos de los 62 grupos étnicos que México tiene (y que suman 13 millones de mexicanos, el 12 % del total), subsisten usanzas ancestrales. Por ejemplo, entre los huicholes su vida cosmogónica gira alrededor del triángulo maíz, venado, peyote (que es un cactus alucinógeno). Dice Fernando Benítez, uno de nuestros más grandes estudiosos de los indígenas: “Llegado el tiempo de la cosecha, el *chamán* corta o degüella a la mazorca, se la lleva en un paño bordado y se organiza la ceremonia sacrificial... El



sacerdote indígena y los asistentes a la fiesta lloran de dolor y el *chamán* dice: ‘perdónanos, madre nuestra, pero está dicho: para que un indio viva, tú tienes que morir’. Los tzotziles de algunas comunidades hasta hace pocos lustros todavía cortaban el cordón umbilical del recién nacido sobre una mazorca y ese maíz ensangrentado era sembrado por el padre, para continuidad del espíritu comunitario. Los indios voladores de Papantla y de otros pueblos totonacos encarnan a los alimentos, que en peligrosa acrobacia descienden del cielo para beneficio de los hombres. Nahuas del altiplano ofrendan y adoran al maíz antes de la siembra, en acto de reintegración a la madre tierra. En algunas regiones de Morelos se colocan cruces en la milpa a fin de ahuyentar al demonio que dañaría la cosecha, usanza de clara raigambre bicultural. Los mixtecos sacrifican un pavo y derraman la sangre en el sembradío, para una fertilización que abona el alma colectiva. Los tepehuas visten a las mazorcas, individuos diferenciados, y les hacen ofrendas. Los tarahumaras y otros pueblos indígenas, cuando van a dar un trago a cualquier bebida, primero mojan con ella un dedo y salpican hacia los cuatro puntos cardinales y al suelo, como ofrecimiento totalizador hacia el universo.

Todo esto remite al libro sagrado de los mayas, el *Popol Vuh*, donde se consigna que el hombre mesoamericano fue creado por los dioses a base de maíz: ‘...sólo masa de maíz entró en la carne de nuestros padres’. En el *Códice Chimalpopoca* observamos la coincidencia en lo fundamental de la tradición azteca con la maya: ‘El maíz, grano divino... fue el alimento que los dioses guardaban en el centro de Tonacatépetl, el cerro de nuestra carne...’

Es pertinente recordar que los aztecas hacían ídolos de dioses a base de maíz y otros granos, amalgamados con sangre de las personas sacrificadas en sus templos. En ciertos momentos del calendario ritual, los sacerdotes rompían una de las deidades y daban a comer un pequeño trozo a cada miembro de la comunidad. Los mismos frailes historiadores que consignan estas noticias consideraron que era una especie de transubstanciación equivalente a la eucaristía, pero ésta con maíz. Así hace constar fray Diego Durán: ‘...comulgaban con ellos a todo el pueblo, chicos y grandes, hombres y mujeres, viejos y

niños, y recibíanlo con tanta reverencia y temor y lágrimas que era cosa de admiración, diciendo que comían la carne y huesos del dios’.

### **La megadiversidad natural y cultural de México y la cocina**

La cocina mexicana es reconocida como una de las principales del mundo, por los expertos de diversas nacionalidades. Ello tiene una explicación concreta, pues en nuestro país se conjugan dos características sobresalientes: México tiene una situación privilegiada por su notable diversidad tanto natural como cultural, con un obvio reflejo en la riqueza culinaria.

En efecto, nuestro país ocupa el cuarto lugar entre los más importantes países megadiversos del mundo, por el número de especies vegetales y animales que alberga en su territorio (los primeros son Brasil, Colombia e Indonesia). Con la enorme cantidad de ingredientes de flora y fauna silvestre, amén de los cultivos, los numerosos pueblos dieron rienda suelta a su creatividad culinaria.

En paralelo, México es la segunda nación del planeta por su diversidad cultural (después de la India). Este parámetro deriva del número de lenguas vivas originarias que subsisten, pues el indicador lingüístico suele aceptarse como representativo de la cultura en general: cuando un pueblo conserva su idioma original, lo más probable es que mantenga la mayoría de las demás manifestaciones culturales que lo distinguen —tradiciones familiares y comunitarias, memoria histórica, religión, expresiones artísticas populares, música, gastronomía, etcétera—. (La India tiene 65 lenguas vivas —idiomas tipificados como tales por los expertos, no dialectos, que son menos desarrollados—, México tiene 62 y sigue China con 54).

La diversidad proveniente de la población originaria se multiplicó con el mestizaje. Éste fue básicamente derivado de indias con españoles, enriquecido con nuestra tercera raíz: la sangre negra. A partir del siglo XIX se le agregan otros componentes de variado origen europeo y asiático. El mestizaje racial trajo consigo el cultural y dentro de él, de manera destacada, el mestizaje gastronómico.

## El maíz y la trilogía alimentaria. La milpa

En ese marco excepcional de megadiversidad natural y cultural, hay un protagonista histórico integrado en ambas vertientes: el maíz, una gramínea nacida silvestre en medio del edificante entorno biodiverso y convertida, gracias a la creatividad humana, en el principal elemento de supervivencia. El *teocintle*, que aún subsiste, desde hace ocho mil años fue domeñado con sorprendente genética empírica y dio lugar al maíz, alimento cotidiano que devino símbolo.

Este cereal ha sido fuente de vida espiritual y material. Ya de lleno en el siglo XXI, el maíz en México es religión y es rito, es dogma y es liturgia, es historia y es leyenda, es tradición y está vivo. Es vida cotidiana, es moneda, es ornato y es alimento, es sustento del alma y del cuerpo. Es elemento esencial del patrimonio natural y del patrimonio cultural de nuestro país.

El maíz suele desarrollarse acompañado en los surcos de la milpa. Ésta es su cuna y morada y también cobija a otros comestibles tradicionales, contándose hasta 80 diferentes especies de plantas, de manera sobresaliente el frijol, el chile y la calabaza.

Por su parte, no se queda atrás la prosapia del frijol y del chile como plantas domesticadas por el mexicano, pues también se remontan a más de cinco mil años de antigüedad.

La milpa es mucho más que un ecosistema: es en realidad un sistema de vida con una continuidad histórica que alcanza milenios. Sorprende que los vegetales que se cultivan en ella son complementarios en cuanto a las sustancias que toman del suelo y a las que le aportan, dándose así un equilibrio ecológico con una combinación de cultivos sustentable. También es admirable que el sustento histórico del pueblo mexicano, la trilogía formada por el maíz, el frijol y el chile, hijos todos de la milpa, tengan nutrientes asimismo complementarios.

El chile no es un mero saborizante e ícono nacional, sino que cubre una trascendente responsabilidad nutricional, al potenciar la digestibilidad de las proteínas que contienen el maíz y el frijol. Ese complejo alimenticio dio lugar a culturas tan desarrolladas como las mesoamericanas, ejemplos de evolución científica y artística en la historia universal.

## Las cocinas regionales de México

En México hay numerosas cocinas regionales con rasgos propios muy definidos, mas, no obstante, hay un común denominador que rige como patrón en todas ellas: éste es

el mencionado consumo de maíz, frijol y chile, que abarca a todo el territorio nacional. El sistema cultural que subyace en la cocina mexicana y que sigue vivo a plenitud en el siglo XXI, aunque tenga raíces añejas, hace que ésta no sea una mera suma o conjunto de cocinas regionales, sino un concepto integral con características que identifican al todo con sus partes.

Con respecto al importante consumo de trigo y de arroz que se tiene en nuestro país, destaca frente a ellos la preeminencia del cereal nativo. Predominó la comida indígena en la hibridación alimentaria, pues el maíz —que es la aportación autóctona más significativa— sigue siendo el alimento fundamental en la dieta actual de más de cien millones de mexicanos. Comemos el triple de maíz que de trigo, ocho veces más que frijol y doce veces más que arroz.

## Permanencia de la cocina tradicional mexicana. La globalización

La cocina tradicional mexicana no se ha perdido, sin embargo, debe advertirse que la globalización trae consigo una invasión de alimentos chatarra apoyados con agresiva mercadotecnia. Insípidas hamburguesas, pizzas y hot dogs inundan las ciudades. Las clases medias y altas los consumen ocasionalmente, con frecuencia por presión de los niños, víctimas más indefensas de la brutal publicidad vinculada a instalaciones con juegos infantiles y a alimentos asociados con juguetes. De cualquier manera, no obstante esos avances del extranjero, la mayoría de la población mexicana sigue prefiriendo la comida propia.

Cabría analizar también la penetración de la cocina mexicana en Estados Unidos, no sólo entre los casi 30 millones de personas de origen mexicano, sino también de manera importante entre la población anglosajona. Además de varias decenas de miles de restaurantes supuestamente mexicanos, actualmente los *nachos* (que no son más que nuestros totopos, trozos de tortilla de maíz frita) ya ocupan el segundo lugar en las botanas de ese país, después de las papas fritas de bolsita.

Ante la fuerza del poderío global (que en mis tiempos se llamaba simplemente imperialismo), la verdadera defensa nacional la establece la cultura. Habrá de verse la fortaleza cultural de la cocina mexicana. ☐

---

**José N. Iturriaga** (México D. F., 1946). Mexicano, economista por la UNAM e historiador por la Universidad Iberoamericana. Ha sido director general de Comercialización Rural, de Culturas Populares y de Impacto Ambiental en el gobierno mexicano. Es autor de 29 libros publicados, todos sobre temas mexicanos, siendo el más reciente *Ritos de sangre y sexo* (Grijalbo, México, 2007). Obtuvo en 1988 el Premio Internacional Malcolm Lowry del INBA por sus investigaciones históricas sobre viajeros extranjeros en México; y en 2003 el Premio Internacional Slow Food (en Italia) por su promoción y aportaciones académicas a la gastronomía mexicana, con un enfoque cultural.