

# A TAVOLA CON.... LE RELIGIONI

Se l'uomo sopravvive è grazie agli alimenti che può mangiare, necessari per i principi nutritivi necessari alla crescita e allo sviluppo dell'organismo.

Nel suo ciclo evolutivo dall'homo sapiens, l'alimentazione è via via cambiata a seconda dei periodi trascorsi, dall'uomo nomade raccoglitore e cacciatore a uomo agricoltore e allevatore addomesticando gli animali e trasformando la specie umana da vegetariana a carnivora.

Tutto ciò avvenne nell'epoca neolitica tra i dieci e i novemila anni fa, ma è continuata sino ai nostri giorni.

Infatti l'alimentazione umana è condizionata da molteplici fattori che accompagnano l'evoluzione umana, prima tra tutte l'influenza delle religioni, dai fattori culturali, ambientali, climatici, geografici e dalla trasformazione tecnologica tuttora in atto dalla automatizzazione allo sfruttamento degli animali domestici, principali produttori di proteine. A parte tutti questi complessi problemi noi vorremmo passare in rassegna l'influenza che hanno avuto le religioni sul tipo di alimentazione umana, prendendo lo spunto dal bellissimo libro di Massimo Salani, (A Tavola Con Le Religioni) con i relativi libretti che rappresentano l'influenza del Cristianesimo, dell'Ebraismo, dell'Islam e delle religioni dell'oriente e cioè Induismo, Buddismo e Jainismo.

A questi volumetti del Salani ci riferiamo e ci ispiriamo, ma desideriamo armonizzare le idee e la scrittura con una incoronazione delle notizie con i francobolli che illustrano i piatti tipici dei singoli Paesi con culture, idee e abitudini diverse in modo da dare una visione colorata delle prelibatezze di ciascuna regione.

## IL CRISTIANESIMO

Nel Cristianesimo è stato Gesù a cambiare molti aspetti della vita ebraica compresi i principi e i divieti alimentari del popolo, per cui quasi tutti gli animali possono essere un alimento.

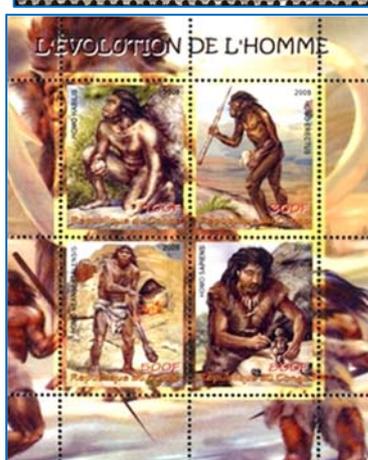
La libertà alimentare iniziata da Gesù è continuata dalla Chiesa ha colpito duramente la tradizione ebraica. "Guai a voi, scribi e farisei, ipocriti, che pulite l'esterno del bicchiere e del piatto, ma all'interno sono pieni di avidità e di intemperanza. Fariseo cieco, pulisci prima l'interno del bicchiere, perché anche l'esterno diventi pulito" (Mt. 23,25 - 26).

Dapprima la Chiesa ha suggerito ai fedeli il digiuno e l'astinenza dalle carni, come un invito a rafforzare la fede in Gesù il quale insegnò l'uso frequente del digiuno.

Pertanto nella religione Cristiana viene abolito ogni precetto alimentare e nessun divieto alimentare riguarda gli animali: è possibile quindi mangiare tutto con tutti.

Il Cristianesimo, al contrario di altre religioni non distingue gli alimenti leciti o non leciti, ma distingue periodi durante i quali il cristiano deve osservare alcune norme alimentari, come per esempio nella penitenza quaresimale e nel giorno delle ceneri: digiuno e astinenza non sono forme di disprezzo del corpo, ma strumenti per rinvigorire lo spirito.

Nella religione cristiana ci sono precisamente periodi e giorni nei quali vale la penitenza e l'astinenza. Infatti il codice di diritto



canonico stabilisce che si osservi l'astinenza dalle carni in tutti i venerdì dell'anno a meno che coincidano con un giorno di solennità.

Pertanto sarebbe proibito mangiare carne i venerdì di quaresima, cioè la carne e il brodo di carne provenienti da animali a sangue caldo (carne, grasso, sangue, cervello, cuore, fegato, intestini), mentre erano permesse carni di animali a sangue freddo come pesci, lumache, rane, tartarughe e gamberi.

All'inizio dell'era Cristiana i fedeli, diversamente dagli ebrei, digiunavano il mercoledì e il venerdì, forse giustificati dal tradimento di Giuda, avvenuto di mercoledì ed il venerdì' per la morte di Gesù.

È interessante il significato del mercoledì delle ceneri nel quale il fedele deve attenersi al digiuno, essendo il primo giorno di quaresima. Il giorno delle ceneri simboleggia diversi significati, la morte, il pentimento e la penitenza ed infine la purificazione.

Prima del 1986 i giorni di astinenza erano considerati anche i sabati di Quaresima, la vigilia di Pentecoste, dell'Immacolata Concezione e del Natale.

Il periodo prima della quaresima è carnevale, soprattutto il martedì ed il giovedì grasso con il diretto riferimento al consumo di carne che dopo pochi giorni sarà proibito. Dopo quaranta giorni di quaresima si festeggia, sempre di domenica, la Pasqua cioè la resurrezione di Gesù.

Caratteristica di questa ricorrenza è il celeberrimo "uovo pasquale" che simbolicamente ricorda la resurrezione.

L'uovo è un grande simbolo per diverse religioni, della fertilità e di vita, celebrata dai romani in onore di Venere e di Cerere, dea dell'agricoltura. In molti paesi i fedeli si scambiano le uova pasquali per lo più colorate e pitturate dopo la benedizione in chiesa.

È altrettanto chiaro che tutte le prescrizioni alimentari interessano soltanto coloro che hanno compiuto i 14 anni di età e quelli che non hanno ancora compiuto i 60 anni.

Bisogna ancora ricordare il digiuno eucaristico cioè l'astinenza da cibo e bevande almeno 1 ora prima di ricevere l'eucarestia.

A questo riguardo la chiesa ortodossa è più severa della chiesa cattolica in quanto il digiuno eucaristico si deve estendere a tutte le occasioni liturgiche.

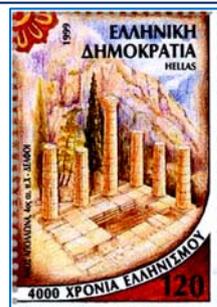
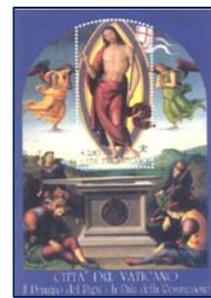
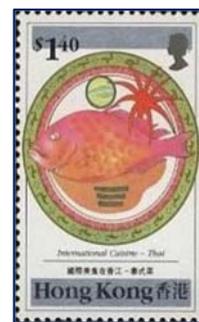
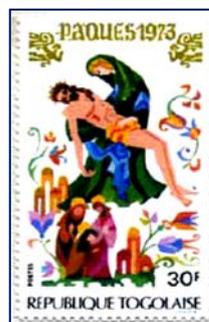
Nelle chiese ortodosse il digiuno è predisponente alla preghiera e praticano un solo pasto al giorno (monofagia) e durante la quaresima si cibano solo di cibi secchi (xerofagia).

È molto importante l'aspetto teologico di tutte queste leggi religiose nell'ambito alimentare risalenti ai primi cinque libri del vecchio testamento che regolerà il rapporto degli uomini con il mondo animale e che permetterà agli uomini di mangiare anche gli animali.

In conclusione riferendoci al digiuno essa non è una pratica esclusivamente Cristiana ma anche di altre religioni anche non monoteistiche.

Per esempio nei popoli antichi in occasione della morte di un parente era obbligatorio il digiuno per un po' di tempo.

Anche nell'antica Grecia nell'Orfismo veniva imposto il digiuno; altrettanto tra i romani così come ne parlano Platone e Pitagora. Al contrario i seguaci di Zoroastro predicavano che una buona alimentazione era indispensabile per la salute fisica e spirituale.



## L'ISLAM

Continuando ad avere come fonte il libro di Massimo Salani, che ancora ringraziamo per il bellissimo lavoro eseguito al quale ci siamo non solo ispirati ma anche scopiazzato.

Orbene con l'Islam, religione monoteista, e le sue leggi raccolte nel libro Il Corano,

Maometto (570 - 632) riteneva di proporre una società che non avrebbe tradito gli antichi precetti ricevuti da Dio, che ebrei ed i cristiani avrebbero invece tradito.

Per Maometto, Mosè e Gesù sarebbero stati dei profeti.

Sempre Maometto prescrisse diverse restrizioni alimentari sempre attuali. Questi precetti prescritti riguardano il digiuno e le proibizioni di alcune carni.

Innanzitutto ogni musulmano deve fare un mese di digiuno, cioè il Ramadan, nono mese del calendario musulmano.

Una prima indicazione viene fornita quando è scritto che sono permessi gli animali del gregge a meno che siano stati uccisi con l'arte venatoria, e quelli da preda i quali siamo stati abituati a cacciare. Inoltre Dio ha proibito di mangiare l'animale morto da sé, il sangue, la carne suina e ogni altra carne di animali su cui sia stato invocato altro nome diverso da quello di Dio.

L'islam vieta pochi animali tra cui, il suino, l'unico chiaramente indicato. Gli animali permessi si possono mangiare a patto che siano sgozzati tagliando le due vene giugulari e la laringe, sempre accompagnato dall'invocazione del nome di Dio.

Viene ancora proibito il grasso di bue e quello di pecora ad eccezione di quello che è attaccato alla schiena e agli intestini oppure all'osso. Tutti gli animali da preda e gli animali velenosi, come già detto, è proibita la carne di maiale di uccelli rapaci, di asino, di rettili, di topo, di rana, di formica e di pesci privi di scaglie. La carne di cavallo è un caso a parte, il Corano non la vieta, alcuni la vietano mentre altri, come per Avicenna, era stata definita molto nutriente. Sulla carne di cane non ci sono dubbi, perché viene classificato come animale impuro, mentre in Cina viene considerata molto ricercata.

Per il vino i pareri sono diversi, anche se è considerato colpa grave; al vino sono equiparate tutte le bevande inebrianti, anche se alcune comunità musulmane ritengono lecite le bevande delle fermentazioni dei datteri e di altri frutti.

Maometto affermò al riguardo del vino: Quel che il suo molto ubriaca, anche il suo poco è proibito.

## L'INDUISMO

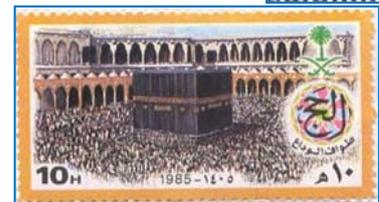
Continuando la cavalcata sull'alimento con le varie religioni, finiamo seguendo quanto ci dicono le religioni dell'estremo oriente, sempre accompagnati dal bel libro di Massimo.

L'India è considerata a ragione la culla delle religioni poiché in quel continente ne sono nate molte per prime nel mondo.

Indubbiamente l'Induismo è quella che ha più credenti nonostante non abbia un fondatore poiché si crede sia sempre esistita. Una sua caratteristica è quella di invocare molti dei, quali Vishnu, Shiva, Kali e Krishna quali manifestazioni di un unico principio.



Anniversario nascita del Profeta



Sono stati costruiti in loro onore bellissimi santuari come a Benares e Calcutta. La popolazione è divisa in caste come viene insegnato dalle antiche raccolte dei testi divini.

Dai testi più antichi i Veda del 1200 a.C. si insegna la dottrina dell'Assoluto, Dio personale e della trasmigrazione delle anime da un corpo all'altro migliore o peggiore a seconda della vita vissuta. Il concetto di Dio personale si riconosce nella sua Trinità composta da creatore del mondo, conservatore del creato e distruttore del creato.

Certe professioni, come il becchino, il macellaio, il boia, il lavandaio sono proibite e appartengono ai paria fuori casta. Se un brahmano muore con nello stomaco alimento ricevuto da un paria la sua anima rinascerà nel corpo di un maiale.

In queste credenze e ambienti religiosi l'alimentazione assume un grande rilievo e condiziona la vita di ciascuna casta. Pertanto la fede induista nega la possibilità di alimentarsi con la carne di qualsiasi animale.

Si può riportare un passo del Manusmirti XII, 53 ss, che spiega bene la circostanza: "chi uccide un brahmino entra nella matrice dei cani, dei porci, degli asini, dei cammelli, delle vacche, delle capre, dei montoni, dei cervi o degli uccelli. Colui che viola il letto del suo padrone rinasce cento volte tra le erbe, i cespugli e le liane, carnivori e rapaci e individui sanguinari. Chi ruba grano diventa topo, chi ruba bronzo un'oca selvatica, chi ruba acqua un animale acquatico, chi ruba miele una mosca, chi ruba latte una cornacchia, chi ruba carne un avvoltoio".

È presente la restrizione al consumo di bevande alcoliche e l'uso di stupefacenti. Astinenza dalla carne di animali terrestri e dal pesce e dei formaggi stagionati.

Altrettanto sono vietati i legumi, l'aglio e la cipolla e alcune caste vietano pure le carote, le rape e le leguminose rosse.

Non si può proporre piatti con latte e funghi, verdura, legumi, ceci, fagioli, pesce e carne, mango, agrumi, pompelmo, tamarindo, noci, aglio, ravanelli, yogurth, miele, melassa, sale, olio e le farine. Tra gli animali, l'elefante è il più venerato in quanto gli dei Indra e Varuna si manifestavano come elefanti.

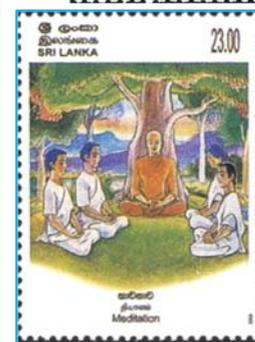
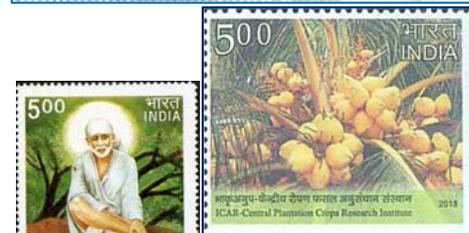
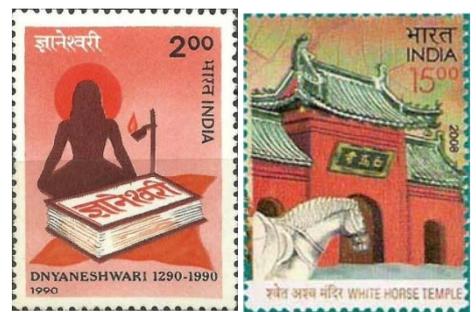
## IL BUDDISMO

Siddharta è stato il fondatore del buddismo, conosciuto come Buddha l'Illuminato, il quale cercò una riforma ed un rinnovamento dell'induismo. Il buddismo in breve tempo si diffuse in tutti i paesi asiatici e meno nell'India.

Forse il buddismo più che una religione in senso stretto è una filosofia di vita, cioè un insieme di regole che guidano la vita dell'uomo, il retto sforzo, con l'invito alla moderazione in qualunque campo della vita dell'uomo.

Il Buddismo insomma vuole attenuare le forti discipline di altre religioni e si fonda sulla meditazione che si può praticare nei luoghi pubblici o privati. È caratteristico del buddismo la regola fondamentale di salvare tutti gli uomini, non solo i pochi eletti. Anche l'alimentazione entra in questo concetto di rifiuto di ogni estremismo. Il raggiungimento dell'"Illuminazione" avviene se si rinuncia all'attività dell'uccisione degli animali e di uomini, alla vendita di armi e alla produzione di alcolici.

Soltanto per determinate occasioni è permessa la carne pur rimanendo la rinuncia. Buddha permise il consumo della carne a



patto che i consumatori non vedessero la morte dell'animale. Altrettanto il digiuno non deve essere praticato con eccessivo vigore. Il triplice gioiello è pronunciato da tutti, sia laici sia dai monaci: "Io mi rifugio nell'Illuminato cioè Buddha, un rifugio nella dottrina, io mi rifugio nella Comunità", senza alcun riferimento alla divinità. Questa semplice dottrina ha contribuito a diffondere il buddismo nel mondo come un tentativo storico di adottare un credo religioso-filosofico valido per l'uomo di ogni spazio e tempo (Salani, 2014). Anche i buddisti tollerano l'alimentazione della carne, talvolta compresa quella del cavallo, ma non partecipando all'uccisione degli animali.

## LO JAINISMO

Il nome deriva da uomini, non da Dio, poiché anche gli Dei sono soggetti alla legge carnica e che lo stato definitivo nirvana sia preceduto da quello di uomini santi.

Anche lo Jainismo influenzò profondamente l'India del secolo VI e V a.C. e comprende il rispetto di ogni forma di vita creata, compreso il mondo materiale per quanto depositario di un'anima prigioniera. Pertanto non solo gli uomini e gli animali possiedono un'anima, ma anche le pietre, i laghi, i fiumi Solo gli uomini, sottomessi alla legge carnica che attribuisce una colpa da scontare nella vita successiva per gli errori compiuti.

I discepoli osservano una regola rigida di alimentazione vegetale, adottano una dottrina di non violenza e rifiutano le categorie dei macellai e dei militari, rifiutano di lavorare la terra perché sede di numerosi esseri viventi. I Jainisti condannano l'uccisione di qualsiasi animale e seguono una dieta vegetariana. Da questo pansichismo secondo cui tutto ciò che esiste possiede un'anima deriva il comandamento per il rispetto per ogni forma di vita. L'elefante è il simbolo del sole.

L'unica eccezione è la puia in onore della dea Kali che consente il sacrificio degli animali. Per il consumo della carne vi sono alcune deroghe, per esempio negli ospedali e nelle caste più basse, i paria, i quali consumano la carne di cavallo.

La dieta vegetariana è riservata alle caste più elevate.

Secondo gli Jainisti tutto ciò che esiste possiede un'anima, gli animali, le piante, gli uomini e i minerali, quindi seguono il rispetto per ogni forma di vita. Per gli animali, hanno ricoveri per cani, gatti, uccelli, bovini vecchi e ammalati.

Le scritture Vediche sono le più antiche del mondo e le più conosciute. In conclusione le religioni orientali offrono una risposta alla scarsità di cibo nel mondo. D'altra parte l'uomo è nato vegetariano e solo successivamente è diventato carnivoro.

Un grande pensatore indiano Swami Vivekananda ha affermato: "noi indiani pensiamo religiosamente, dormiamo religiosamente, sposiamo religiosamente e nutriamo il corpo religiosamente".

## EBRAISMO

L'Articolo sull'ebraismo è stato pubblicato sulla rivista "TerraSanta" n. 106-2018 ed è visibile e scaricabile sul sito:

<http://www.filateliareligiosa.it/database-pdf/viewdownload/15/2160.html>

