

# Czy zwyczaje, religia, światopogląd mają wpływ na to, jak jemy i co uważamy za piękne?

Nie da się zaprzeczyć, że w kulturze polskiej pożywienie i posiłki odgrywają znaczącą rolę. Na przykład z głównymi świętami chrześcijańskimi wiąże się tradycja spożywania obfitych posiłków: szczególnie śniadania wielkanocnego i kolacji wigilijnej, ale również inne posiłki w dni świąteczne składają się z wielu potraw i zwykle to właśnie wokół stołu toczy się wtedy rodzinne życie. Także spotkania z bliskimi z innych okazji, typu urodziny, imieniny, jubileusze, nie obywiają się bez odpowiedniej oprawy: obiadu, deseru, ciasta, kolacji, najlepiej przyrządzonych samodzielnie. Zaproszenie „na kawę” oznacza zwykle również dodatek w postaci „czegoś słodkiego”, a więc kawałka ciasta, czekolady, a najbardziej uniwersalnymi podarkami są czekoladki w postaci rozmaitych bombonierek.

Posiłki stają się więc czymś więcej niż tylko zaspokojeniem głodu: są okazją do wspólnego spędzania czasu, formą kontaktów towarzyskich, urozmaiceniem czasu, przyjemnością, a także wyrazem uczuć, jakie żywimy wobec bliskich osób. W takiej sytuacji, zwłaszcza w rodzinach, w których pielęgnuje się zwyczaj spożywania obfitych posiłków przy różnych okazjach, mogą się pojawić problemy związane z zaburzeniami odżywiania: nadwaga, otyłość, a także anoreksja czy bulimia.

Problemy takie zdiagnozowane zostały jednak stosunkowo niedawno. Wcześniej, bo w zasadzie od początków poznanej historii człowieka, z przymiotem „obfity” wiązało się określenie „dostatni” i „piękny”. Biblijnym symbolem obfitości, a więc i dobrobytu, jest tłuszcz, tłustość.

Uwidacznia się to na przykład w Księdze Ezechiela:

*„Na dobrym pastwisku będę je [owce] pasł, na wyżynach Izraela ma być ich pastwisko. Wtedy będą one leżały na dobrym pastwisku, na tłustym pastwisku paść się będą na górach izraelskich. Ja sam będę pasł moje owce i Ja sam będę je układał na legowisko – wyrocznia Pana Boga. Zagubioną odzyskam, zabłąkaną sprowadzę z powrotem, skaleczoną opatrzę, chorą umocnię, a tłustą i mocną będę ochraniał”.*

To, co tłuste, wyraźnie jawi się jako dobre, stanowi synonim powodzenia. W odniesieniu do sylwetki człowieka, zwłaszcza kobiety, oznaczało to dominację tęgości. Wskazują na to już prehistoryczne figury bogini obfitości, matki-natury, przedstawiające kobietę o wielkiej tuszy. Również w historii rzeźby i malarstwa w wielu epokach dominują postacie kobiet o pulchnych sylwetkach, czego wyrazistym przykładem są dzieła Rubensa i innych twórców epoki baroku (XVII wiek), a także szereg postaci ze szkiców i obrazów Edgara Degasa z przełomu XIX i XX wieku. Świadczy o tym także ogromna popularność kobiet takich, jak jeszcze w pierwszej połowie XX wieku Marylin Monroe, również odznaczająca się zaokrągloną sylwetką, uznawaną za bardzo kobiecą i atrakcyjną.

Pojawiające się na przestrzeni epok ideały odzwierciedlają pragnienia społeczeństw, pośrednio je przez to diagnozując – uczynienie kanonu piękna z sylwetki o zaokrąglonych czy też pełnych kształtach wiązało się z faktem, że jeszcze do niedawna większość społeczeństw na świecie borykała się z problemami głodu i epidemiami chorób (obecnie w znacznym stopniu uleczalnych). W takiej sytuacji ideałem, rozumianym też jako rzadkość i pożądaný cel, był człowiek żyjący w dobrobycie, dobrze odżywiający się, zdrowy – a więc odznaczający się przynajmniej umiarkowaną tuszą. Stąd tusza była również wyznacznikiem atrakcyjności, zarówno kobiet, jak i mężczyzn, między innymi dlatego, że sugerowała (nawet podświadomie) zaradność partnera, pozwalającą na zapewnienie

rodzinie godziwego bytu. Wpływało to więc na wybory partnerów życiowych, utrwalając w genach zarówno te wybory, jak ich konsekwencje dla sylwetek potomków, a także na dążenia do uzyskania pożądanej sylwetki przez ogół społeczności.

W drugiej połowie XX wieku rozpoczął się – postępujący nadal – rozwój technologii produkcji, magazynowania i dystrybucji żywności, co, odzegnując widmo klęsk głodowych, nie pozostało bez wpływu na ideał sylwetki. Synonimem atrakcyjności przestała być tusza, którą przy łatwiejszym dostępie do żywności posiadała coraz większa część społeczeństwa, za to modna stała się szczupła, wręcz wychudzona figura, ciało pozbawione niemalże zupełnie tkanki tłuszczowej (patrz zdjęcie poniżej).

Waga i proporcje ciała dotychczas uważane nie tylko za normę, ale za ideał, nabrały wyraźnie negatywnego znaczenia i zaczęły kojarzyć się z nieumiarkowaniem, prowadzącym do rozwoju wielu różnych chorób.

W konsekwencji wzrosła też popularność wszelkich diet odchudzających, mających w prosty, szybki sposób zapewnić osiągnięcie ideału. Taka sytuacja ma jednak również groźne oblicze: może prowadzić do zaburzeń odżywiania, jeśli diety są niefizjologiczne, nieracjonalne i stosowane bez umiaru, bez kontroli lekarza.