

ΘΡΗΣΚΕΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ



ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΝΤΑΛΑΜΠΙΡΑ ΕΙΡΗΝΗ

ΟΜΑΔΑ ΔΑΚΤΥΛΟΓΡΑΦΗΣΗΣ:

ΔΙΚΑΡΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ

ΠΑΠΑΡΑ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ

ΒΕΙΣ ΜΑΡΙΑ

ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ: 2017-2018

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ανέκαθεν η θρησκεία διαδραμάτιζε καίριο ρόλο τόσο στην επιλογή όσο και στην κατανάλωση τροφής. Πολλές θρησκείες διέπονται από καθορισμένες διατροφικές νόρμες, ενώ συνάμα δίνουν λεπτομερείς οδηγίες στους πιστούς αναφορικά με τον τρόπο παρασκευής της τροφής, ρυθμίζοντας το τί, την χρονική στιγμή και τον τρόπο κατανάλωσης του εκάστοτε τροφίμου ή τυχόν αποφυγή κατανάλωσής του. Οι διακρίσεις μεταξύ << απαγορευμένου και του μη απαγορευμένου>>, << βρώσιμου ή μη βρώσιμου>> και <<καλού και κακού>> σχετικά με τα τρόφιμα είναι ξεκάθαρες σε κάθε θρησκευτική και πολιτισμική κοινότητα (Kittler & Sucher 2004,p.13; Lupton 1996,p.29).Οι κανόνες αυτοί ενίοτε είναι ενδεικτικοί, προσφέροντας χαλαρούς θρησκευτικούς προσανατολισμούς στους πιστούς και άλλοτε προβάλλονται ως αυστηροί κανόνες που οι πιστοί οφείλουν να ακολουθήσουν.Ο βαθμός προσήλωσης του εκάστοτε ατόμου στα θρησκευτικά κελεύσματα συνδέεται με την καθεαυτή θρησκεία και το δόγμα, την τοπική θρησκευτική κοινότητα, καθώς και με τον οικογενειακό και ευρύτερο κοινωνικό του περίγυρο.

ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΣΜΟΣ

Ο Χριστιανισμός, σε σχέση με άλλες θρησκείες, δεν έχει τόσους πολλούς διατροφικούς περιορισμούς. Σε αντίθεση με τους Μουσουλμάνους και τους Εβραίους οι Χριστιανοί δεν έχουν αυστηρούς και ρητούς περιοριστικούς κανόνες. Δεν έχουν διατροφικές απαγορεύσεις με ισόβια ισχύ. Απαγορεύσεις που αφορούν στην κατανάλωση τροφών υπάρχουν σε περιόδους νηστείας. Οι πιστοί απέχουν από κρέας, γαλακτοκομικά, αυγά, ψάρια, λάδι κρασί κατά τις περιόδους αυτές.

- Οι Χριστιανοί απέχουν από αυτές τις τροφές:
- 180-200 ημέρες ετησίως (Τετάρτη & Παρασκευή).
- 40 μέρες πριν τα Χριστούγεννα
- 48 ημέρες πριν το Πάσχα
- 15 ημέρες τον Αύγουστο

ΙΣΛΑΜ

Οι Μουσουλμάνοι ακολουθούν αυστηρούς διατροφικούς κανόνες:

Ονομάζονται Halal(επιτρεπτές τροφές) και υπαγορεύονται από την ισλαμική σαρία.

Ονομάζονται Haram(απαγορευμένες τροφές) και υπαγορεύονται από το Κοράνι.

Χaram: Απαγορεύονται το χοιρινό κρέας και τα παράγωγα,το αλκοόλ, κονσέρβες, τύποι ζελατίνας,καταψυγμένα λαχανικά και σάλτσες,μαργαρίνες,ψωμί και ζύμη που έχουν κατασκευαστεί με ξερή μαγιά,αναψυκτικά που περιέχουν καφεΐνη,σαρκοφάγα ζώα και θαλασσινά χωρίς λέπια και πτερύγια.

Τα ζώα που επιτρέπεται να καταναλώνουν πρέπει να έχουν σφαγιαστεί και προετοιμαστεί με ειδική τελετουργία που ορίζουν οι ισλαμικοί κανόνες, ενώ κατά την προετοιμασία τους να διατηρούνται χωριστά από τα άλλα είδη τροφών.

Κατά τη νηστεία του Ramadan απαγορεύεται ρητά από την ανατολή ως την δύση του ηλίου οποιαδήποτε τροφή,νερό,ποτό.Την νύχτα επιτρέπεται οτιδήποτε Halal τροφή.

ΙΟΥΔΑΪΣΜΟΣ

Οι διατροφικοί κανόνες του Ιουδαϊσμού(κασρουτ) υπαγορεύονται απο το ιερό τους βιβλίο Τορά και είναι αυστηροί.

Επιτρέπονται:

Τα ζώα που μηρυκάζουν την τροφή τους και όσα διαιρούν την οπλή τους: βοοειδή αιγοπρόβατα.

Τα ψάρια και τα θαλασσινά που διαθέτουν λέπια και πτερύγια

Αυτά τα ζώα θεωρούνται ως καθαρά.

Απαγορεύονται: Η κατανάλωση των πίσω μερών των ζώων και το λίπος της κοιλιακής χώρας.

Η κατανάλωση αρπακτικών πτηνών εντόμων και ζυυφίων εκτός από ακρίδες.

Απαγορεύεται η κατανάλωση ζώων που έχουν πεθάνει από φυσικό θάνατο ή έχουν θανατωθεί από άλλο ζώο.

Απαγορεύεται να καταναλώθει τροφή που προηγουμένως έχει προσφερθεί σε είδωλα και το κρασί.

Απαγορεύεται να συνυπαρχούν σε ένα γεύμα κρέας και γαλακτοκομικά προϊόντα.

ΙΝΔΟΥΪΣΜΟΣ-ΒΟΥΔΙΣΜΟΣ

Ο Ινδουϊσμός και ο Βουδισμός επηρεασμένοι από τις Ανατολικές θρησκείες είναι κατά βάση <χορτοφαγικές> θρησκείες.

Στον Ινδουϊσμό τα κείμενα Ντάρμα Σούτρα και κανόνες του Μανού αναφέρονται στους διατροφικούς κανόνες.

Οι κυριότεροι κανόνες είναι:

Να αποφεύγεται το κρέας και το αλκοόλ

Απαγορεύεται η θανάτωση <της ιερής αγελάδας>

Απαγορεύεται η κατανάλωση χοιρινού κρέατος

Απαγορεύεται η κατανάλωση αρπακτικών πουλιών και θαλασσινών ως <ακάθαρτα>

Απαγορεύεται η κατανάλωση κρεμμυδιού, σκόρδου, γενικά τα φυτά των σκιερών μερών.

Στον Βουδισμό οι διατροφικοί κανόνες πηγάζουν από τις οδηγίες του Βούδα για τα 5 στάδια και ισχύουν ό,τι ισχύει στον Ινδουϊσμό.

Γενικά η χορτοφαγία τους στηρίζεται στην έννοια της μετενσάρκωσης και στην έννοια <μη βία>. Έτσι αντιτίθενται στη θανάτωση των ζώων και προσανατολίζονται στην φυτοφαγία.

Είναι γεγονός ότι οι διατροφικές συνήθειες των ανθρώπων καθορίζονται από θρησκευτικές παραμέτρους. Από διάφορες μελέτες - Torres(2003), Hall & Sharpes 2003...- προκύπτει ότι όχι μόνο παραμένει άρρηκτος ο δεσμός μεταξύ θρησκείας και διατροφής ακόμη και σήμερα αλλά ότι ισχύει και κατά την περίοδο των διακοπών των πιστών.

Έτσι για παράδειγμα οι τουριστικές επιχειρήσεις επιβεβαιώνουν πως η παροχή αγαθών και υπηρεσιών εναρμονίζεται με το θρησκευτικό στοιχείο και τις θρησκευτικές παραδόσεις κατά την διάρκεια των ταξιδιών. Αυτό συμβαίνει γιατί τα θρησκευτικά δόγματα ασκούν επιρροή στη διατροφική συμπεριφορά κατά την διάρκεια των διακοπών στο εξωτερικό.

Για παράδειγμα οι Εβραίοι αρνούνται ρητά στο να καταναλώσουν κρέας σκύλου, γάτας, ερπετών δηλαδή μη επιτρεπόμενων τροφών.

Οι Μουσουλμάνοι σε τεράστιο ποσοστό υπακούουν στους κανόνες της θρησκείας τους και προτιμούν σαφώς προορισμούς με παροχή προϊόντων Halal.

Οι επιχειρήσεις επισιτισμού βεβαιώνουν πως υπάρχουν οργανώσεις και φορείς που χορηγούν σήματα πιστοποίησης για την παροχή τροφής που επιτάσσουν οι θρησκευτικές πεποιθήσεις των ταξιδιωτών.

Οι τουριστικές επιχειρήσεις επικεντρώνουν την παροχή αγαθών και υπηρεσιών τους στο θρησκευτικό στοιχείο αποσκοπώντας να

δημιουργήσουν θέλγητρα σε τουρίστες των οποίων η καθημερινότητα διαποτίζεται από τις θρησκευτικές τους παραδόσεις.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Οι διατροφικές συνήθειες και ο τρόπος κατανάλωσης της τροφής ενός λαού επηρεάζονται και διαμορφώνονται και από το θρησκευτικό πλαίσιο του λαού.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ:

Ξένοι συγγραφείς :

Kittler & Sucher 2004, p.13; Lupton 1996, p.29

Torres(2003), Hall & Sharpes 2003

Ιστότοποι :

www.wikipedia.org

www.Mednutricion.gr

<https://efkarpon.wordpress.com>

www.slideplayer.gr