



Symbolika pokarmów wigilijnych

data aktualizacji: 2014.12.24

Tradycja nakazuje, aby w wigilijnym menu znalazły się dania bazujące na zbożach, grzybach, warzywach, owocach, maku, orzechach, miodzie i rybach. Pokarmom tym już w czasach przedchrześcijańskich przypisywano symboliczne, wręcz magiczne znaczenie.

Religia chrześcijańska i szacunek do tradycji decydują o tym, że wszędzie tam, gdzie obchodzi się Boże Narodzenie, na wigilijną kolację podawane są potrawy przyrządzane z pokarmów reprezentujących dary pól, sadów, ogrodów, lasów i wód. Do najważniejszych zalicza się ziarna zbóż, grzyby, kapustę, buraki, suszone owoce, orzechy, nasiona maku, miód pszczoły i ryby. Dla naszych przodków pokarmy te miały znaczenie zarówno odżywcze, jak i symboliczne.

Ryba, czyli ichtys

W postnej wieczerzy wigilijnej nie ma miejsca na wołowinę, wieprzowinę czy drób, podawane są natomiast rozmaite dania z ryb. Oprócz najpopularniejszego smażonego karpia na stołach pojawiają się też często ryby w galarecie i sałatki śledziowe. Ryba jest uznawana za symbol chrześcijaństwa, chrztu i rodzącego się życia. Pochodzące z języka starogreckiego słowo „ichtys” (ryba) jest akrostychem słów „Iesous Christos, Theou Yios, Soter”, co oznacza „Jezus Chrystus, Syn Boga, Zbawiciel”. W starożytnych kulturach ryby uznawane były wręcz za święte ze względu na skojarzenie z bóstwami. Na przykład Atargatis – syryjska bogini miłości i płodności miała ciało ryby, a twarz kobiety.

Życiodajne ziarna zbóż

Dostatek zboża był niegdyś miarą zamożności gospodarstwa. Jedzenie podczas Wigilii pieczywa i dań bazujących na produktach zbożowych takich, jak kasza czy mąka miało zapewnić szczęście i dobrobyt w nadchodzącym roku. Ziarna zbóż utożsamiane były również z płodnością i nieśmiertelnością.

Magiczny mak

Makowiec lub kutia to typowe bożonarodzeniowe słodkości. W tradycji chrześcijańskiej mak to roślina, której owoc (tzw. makówka) zawiera tysiące nasion, co kojarzone jest z urodzajem i płodnością. Opium pozyskiwane z makówek ma właściwości odurzające, przeciwbólowe, uspakajające i nasenne. Z tego względu obecność maku na wigilijnym stole oznaczała łączność z zaświatami i nadzieję na spokojny sen.

Miód – boski nektar

Nasi przodkowie cenili miód jako pokarm o właściwościach prozdrowotnych. Byli również przekonani, że w tym „boskim nektarze” tkwią magiczne moce. Spożywanie słodkich specjałów z dodatkiem miodu miało zapewnić przychylność sił nadprzyrodzonych, chronić przed złem, zapewnić szczęście, dostatek i miłość.

Tajemnica orzechów

Niegdyś istniał przesąd, że jedzenie twardych i wytrzymałych orzechów chroni przed bólem zębów i zapobiega ich wypadaniu. Obecność orzechów na wigilijnym stole wiąże się jednak przede wszystkim z tym, że uchodzą za symbol tajemnicy, bogactwa, mądrości i płodności. Jest w tym odrobina prawdy – orzechy to bardzo dobre źródło witaminy E, która korzystnie wpływa na układ rozrodczy i potocznie nazywana jest witaminą płodności.

Owoce suszone

Owoce we wszystkich kulturach kojarzone były z witalnością. Dodatkowo poszczególnym owocom przypisywano rozmaite cechy i właściwości. Jabłko to symbol miłości, zdrowia i pokoju. Gruszki, ze względu na swój kształt i słodki smak, kojarzone były z kobiecością, miłością, ale również grzesznością. Jedzenie śliwek miało chronić przed złymi duchami, natomiast fig – zapewnić płodność, długowieczność i oczyszczenie.

Kiszona kapusta i buraki

Kiedyś kapustę kojarzono z życiodajną mocą, dzięki której każdej wiosny przyroda na nowo budzi się do życia. Symbolem trwałości sił życiowych była również kapusta kiszona. Spożywanie jej miało gwarantować siłę i witalność. Długowieczność i urodę miało natomiast zapewnić jadenie buraków. Mając na względzie współczesną wiedzę, można twierdzić, że buraki faktycznie sprzyjają długowieczności. Zawarte w nich antyoksydanty chronią przed chorobami przewlekłymi związanymi z wiekiem.

Leśne grzyby

Starożytni Egipcjanie uważali, że grzyby nie powinny być spożywane przez zwykłych śmiertelników; rezerwowano je wyłącznie dla faraonów. W dawnych kulturach grzyby uznawane były za pokarm tajemniczy. Wykorzystywano je w obrzędach magicznych w celu nawiązania kontaktu ze zmarłymi. Na bożonarodzeniowym stole potrawy na bazie grzybów symbolizują także dary lasu.

dr Joanna Anna Walczak

Źródło: <https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/51064-symbolika-pokarmow-wigilijnych>