

CÂTEVA CONSIDERAȚII ASUPRA ALIMENTAȚIEI ÎN TRANSILVANIA SECOLULUI AL XVII-LEA

Bogdan ANDRIESCU

bogdanastra@yahoo.com

Biblioteca Județeană ASTRA Sibiu

Key-words: *Transylvania, daily life, calendars.*

Abstract: *The article presents German and Romanian calendars printed in Transylvania in the early modern period. All of these printings were more than used by the majority of the population since they contained practical informations regarding weather conditions and other things related to the field works.*

O analiză completă asupra alimentației în Transilvania, în secolul al XVII-lea, necesită consultarea mai multor izvoare istorice, cercetarea interdisciplinară fiind absolut obligatorie. În context, cercetarea izvoarelor istorice (documentare; narrative-cronici, letopisețe; memorialistice; literare și epistolare) cât și a celor auxiliare istoriei (etnografie, antropologie) este necesară, în vederea elaborării unei imagini cât mai veridice.

Studiul de față aduce în prim plan un izvor istoric a cărui pondere în conturarea cât mai fidelă a coordonatelor de bază, care au marcat alimentația epocii, o apreciem ca fiind însemnată : calendarele săsești și românești.

Calendarele săsești și românești tipărite în secolul al XVII-lea și începutul secolului următor ofereau cititorilor o multitudine de informații privitoare la alimentația sănătoasă. De asemenea, alte aspecte avute în vedere, se refereau la perioadele anului, propice pentru însămânțări și strângerea recoltei. Previziunile legate de recoltă și sfaturile privind adoptarea unei alimentații raționale, cumpătate, sunt cele două coordonate de bază¹. Utilitatea și

impactul pe care aceste informații le aveau asupra cititorilor erau deosebit de importante.

Vom lua în discuție câteva asemenea calendare, încercând pentru început să evidențiez utilitatea previziunilor, a sfaturilor de care acestea abundă. Astfel, în calendarul corespunzător anului 1644, previziunile legate de recoltă erau din cele mai sumbre.² Vremea

de Casian și readaptată de Grigore cel Mare, această schemă prevede opt păcate capitale, organizate ierarhic. În această ierarhie a fost inclusă și lăcomia, acestea fiindu-i rezervată poziția a șaptea. Cumpătarea constituia deci una din virtuțile de bază, fiind propagată intens de Biserică. Vezi Le Goff - Schmitt 2002, pp. 584-592.

² Frolichio 1644 p. 20sq. Am avut în vedere consultarea a trei calendare săsești corespunzătoare anilor 1644, 1686 și 1707 (tipărite în Sibiu). Motivul acestui demers l-a constituit identificarea atât a punctelor comune cât și a celor care le deosebesc. În general, toate aceste calendare erau structurate pe mai multe capitole: partea calendaristică; preziceri astrologice vizavi de recoltă, de "război și pace"; "cronica diferitelor întâmplări"; o însemnare a târgurilor care urmau a avea loc în anul respectiv. Modul în care erau realizate previziunile legate de viitoarea recoltă, respectarea unor norme alimentare care să asigure păstrarea sănătății individului au reprezentat în evoluția acestui tip de calendare coordonate de bază, constante, puțin schimbătoare. Impactul unor asemenea calendare era ridicat, în special în cazul populației germane. Însă, chiar din titlul acestora, descoperim că erau destinate a fi folosite și dincolo de meleagurile transilvănene, acestea fiind alcătuite pentru a fi consultate și de către populația din „...Ungaria, Transilvania și locurile învecinate”.

¹ De-a lungul întregului Ev Mediu teologii, moralisții, oamenii Bisericii au încercat să caracterizeze diferitele tipuri de păcate, să le enumere, să le clasifice. Dintre toate schemele utilizate, cea mai mare importanță o are sistemul păcatelor capitale. Stabilită în secolul al V-lea

nefavorabilă, deosebit de umedă „din primăvară, vară și toamnă” va afecta recolta, „...stricând speranțele unui an roditor și bun” această situație fiind o consecință a lipsei „binecuvântării lui Dumnezeu”. Date fiind condițiile atmosferice potrivnice, singura speranță pentru un an roditor se lega de credința fiecărui individ în parte, de rugăciunile adresate Divinității, care ar putea „...binecuvânta ogoarele și recolta care le poate ajunge și familiilor lor³”.

Un capitol aparte, avea în vedere producția viticolă, fiindu-i rezervat un spațiu generos, în raport cu întinderea întregului text al calendarului⁴. Prevestirile legate de producția viticolă, sunt extrem de exacte și concise, cronicarul punctând perioadele faste și nefaste ale dezvoltării culturilor. În mugurirea viței-de-vie care se va produce, cu siguranță, numai în „noaptea de Înviere”, va fi afectată „de vremea rea”. Lunile aprilie și mai vor fi prielnice dezvoltării acestei culturi, care, datorită „...vremii bune, își va reveni până la înflorire”. În luna mai însă, influența nefastă a planetei Uranus va aduce „...ploi și aer rece și chiar și grindina”, dezvoltarea culturilor având mult de suferit. În luna iunie, starea vremii se va îmbunătăți, pentru o scurtă perioadă însă, la mijlocul lunii următoare, vița-

de-vie fiind „...din nou lovită de vremea rea”. Va urma o scurtă perioadă de vreme însorită, pentru ca, în lunile august și septembrie, datorită ploilor, „...viței nu-i va merge din nou bine”. Chiar și în luna octombrie „...până la cules” vița-de-vie „...va fi atinsă de vremea rea”. Cronicarul concluzionează că, datorită capriciilor vremii, „...se și așteaptă o cantitate mică de vin și de calitate redusă” acesta fiind „...puțin, apos și acru”. Cu toate acestea, speranțele unei recolte bogate rămân legate, indestructibil, de voința divină, credința și rugăciunile putând determina bunăvoința Celui de Sus.

O serie de alte prevestiri sunt legate de recolta de grâne, fructe și legume⁵. Primăvara, de timpuriu, trebuiau plantate secara, pătrunjelul, salata, fasolea, mazărea și rădăcinoasele. Când vremea se încălzește, mai precis după Sfântul Gheorghe, „...se poate semăna și grâul de vară”, la fel și orzul. A doua jumătate a lunii mai era cea mai prielnică pentru a planta legume. La începutul primei luni de vară, era indicată recoltarea inului și a cânepii. Semănăturile de toamnă urmează să înceapă cu secara și se încheie cu grâul.

Asemenea previziuni legate de recoltă le putem identifica și în cadrul primului calendar românesc, apărut în anul 1733⁶. Fazele Lunii influențau însămânțarea viitoarei recolte. Astfel, se recomanda însămânțarea „sămânței vârtoase” în zilele cu lună plină. În faza regresivă a Lunii, „...când scade luna”, se recomanda însămânțarea „...sămânței cea moale cum sunt inul și cânepa”. În caz contrar, recolta ar fi fost grav afectată, „...de se va semăna când crește Luna se va face prea înaltă, căci de se va semăna când scade Luna se va face mai scurtă și deasă”. Calendarul indica chiar și zilele în care ar fi fost cel mai bine să se însămânțeze, „...la septembrie de la 5, 6, 7, 8 și octombrie 3, 4”. În general, calendarul recomanda însămânțarea tuturor plantelor „...care fac roade deasupra pământului cum sunt grâul, ovăzul, orzul,

³ Îndemnul la invocarea permanentă a ajutorului Divinității de către fiecare individ în vederea asigurării condițiilor climaterice propice obținerii unor recolte bogate este, de altfel, o constantă a acestor calendare.

⁴ Frolichio 1644, pp. 21-27: Atât în cazul cronicilor săsești, cât și maghiare, însemnările legate de producția de vin a anului respectiv sunt deseori ample. Nu de puține ori, ponderea interesului legat de recolta de vin este mai ridicată, comparativ cu cea de cereale. În unele cazuri referirile legate de producția de cereale lipsesc, în schimb cele privind producția de vin abundă. Aprecierile cronicarului din calendarul mai sus numit nu ies din acest tipar, interesul preponderent constituindu-l previziunile legate de producția viticolă și, într-o măsură mai redusă de cea cerealiera. Mai mult decât atât, în cronică acestui calendar există o singură referință vizavi de anul 1569, și anume că „...în Sibiu se pot cumpăra trei sferturi de vin bun cu numai un pfenigg”, cronicarul neconsemnând nici un alt eveniment în respectivul an. Situația se repetă apoi, o altă mențiune referitoare la producția viticolă pentru anul 1633, subliniind că „...frigul de la Rusalii a compromis recolta de struguri de vin”.

⁵ Frolichio 1644, p. 22sq.

⁶ Tomescu 1957, p. 9. Structura acestui prim calendar românesc, care apare în Transilvania, este, într-o măsură ridicată similară cu cea a calendarelor săsești.

mazărea” în zilele cu lună plină. În schimb „...semințele care au roade în pământ, ceapa, ridichile, să se semene la sfârșitul lunii”. Recoltarea tuturor acestora era indicată, în special, „la Luna nouă”.

În context, prevestirile, asupra evoluțiilor climaterice, corespunzătoare anului 1733, se anunțau a fi nefaste⁷. Astfel, influența planetei Saturn, va face un an „friguros, ploios, neroditor”. Primăvara va fi dominată de o vreme „friguroasă”, căderile de grindină afectând, într-o bună măsură, recolta. Vara va continua în aceeași notă, frigul, ploile și vântul accentuând scăderea recoltei. Luna iunie se anunța a fi mai călduroasă. Timpul neprielnic va continua toamna, care va fi „...friguroasă, tinoasă”. Iarna va debuta cu ploii abundente, după care, zăpada va persista până în primăvară, în aprilie.

O altă componentă a acestor calendare avea în vedere anumite sfaturi, care trebuiau urmate de către fiecare locuitor al Principatului, pentru respectarea unor norme alimentare zilnice, care să nu pună în pericol sănătatea individului, cumpătarea jucând rolul precumpănitor. Se aveau în vedere atât consumul zilnic de alimente, cât și cel de băuturi alcoolice.

În context, virtutea cumpătărilor era și în centrul preocupărilor tuturor umaniștilor, cronicarilor, călătorilor străini care vizitau Transilvania. De asemenea, instituțiile diriguitoare ale statului (atât centrale cât și locale) au alcătuit o serie de reglementări, care vizau scăderea consumului de alimente și de băuturi alcoolice. Vom aminti foarte succint câteva asemenea consemnări.

Luând în discuție pentru început, scrierile umaniștilor, într-o scrisoare trimisă de Franciscus Craneveldius lui Olahus, acesta laudă preparatele culinare din Ungaria. Îl roagă pe Olahus să-i trimită brânză. Își amintește cu plăcere de faptul că sortimentele alimentare consumate în urmă cu câțiva ani erau atât de gustoase datorită mulțimii de condimente folosite. Ascultând de sfatul medicilor, Olahus îi trimite brânză proaspătă,

„...mai apropiată de starea laptelui”, concluzionând că „...cele învârtosite sunt greu de digerat de stomac”⁸. O alimentație echilibrată este cu adevărat o virtute.

Un elogiu cumpătărilor aduce și Honterus, în lucrarea sa, *Cosmographia*. Sănătatea fiecărui individ depindea însă nu numai de cumpătare în alimentația zilnică. Alături de aceasta, mișcarea, odihna și somnul, toate ponderate, erau rețeta unei vieți sănătoase. Un echilibru în toate faptele individului era crezul promovat de Honterus.⁹

Același tip de discurs îl regăsim și în operele mai multor cronicari. Astfel, îi provoacă repulsie cronicarului aspectul fizic al soției preotului din Brașov „...care s-a îngrișat foarte tare din cauză că nici o mâncare nu putea să îi liniștească foamea și mânca în continuu”. Lipsei de cumpătare în consumul alimentelor i se adăuga aspectul fizic dizgrațios. O femeie grasă denotă fără nici o urmă de îndoială că aceasta nu era înzestrată cu virtutea cumpătărilor¹⁰.

În ceea ce privește reacția comunității, în ansamblul ei, legată de consumul excesiv de băuturi alcoolice este edificatoare, cronicarul consemnând un asemenea caz. Decesul provocat de excesul consumului de băuturi alcoolice era un păcat la fel de grav ca și sinuciderea. Astfel, cel care „...s-a îmbătat...și a murit”, în cadrul înmormântării suferea aceeași dezonoare ca și a sinucigașului fiind „...în mormântat...prin călău” în locul special destinat acestora, nu în cimitirul orașului¹¹.

Într-o altă scriere, cronicarul aduce în prim plan influențele nefaste pe care le putea avea consumul exagerat de vin. Astfel, cronică lui Mihail Cserei ne oferă câteva informații prețioase, vizavi de apetența pentru vin a principelui și a câtorva nobili de frunte ai principatului. Referindu-se la Mihail Apaffi „...care era la o beție mare” se subliniază faptul că acesta „...era în stare a bea la o singură petrecere câte o vadră de vin”. Nobilul N. Zolyomi era catalogat ca fiind „...un mare

⁸ Capoianul 2003, p. 128sq.

⁹ Capesius 1974, p. 97sq.

¹⁰ Fronii 1918, p. 420.

¹¹ Nekesch-Schuller 1903, p. 275.

⁷ Tomescu 1957, p. 11.

porc de câine, bețiv și deșuchiat” care „...s-a nefericit el însuși prin gura sa cea nespălată pentru că dacă se îmbăta flecărea toate minciunile”. Un alt mare nobil al Transilvaniei, comitele Ștefan Tököly era recunoscut datorită faptului că „...făcea mari beții”¹². M. Bárcsai „...era și el foarte bețiv când stătea la bancheturi cu ofițerii ceilalți”¹³. Forgách ar fi putut ocupa Făgărașul și Brașovul dacă nu „...și-ar fi pierdut timpul în ospețe, beții și desfrânări cu femei”¹⁴. Nobilul Pekri „...mânca, bea, petrecea în ospetie dansa și făcea nebunii”¹⁵.

În context, pe frontispiciul portalului de la fostul han din piața din Cluj Napoca, este inscripționată maxima : „Natura ne-a dat cârciuma ca să ne petrecem răgazul nu ca să locuim în ea”. Maxima, aproximativ sub aceeași formă, poate fi regăsită și în lucrarea cu caracter didactico-moralizator, „Dialogul despre beție și dezmaț”, din 1552, aparținând lui Heltai¹⁶.

Un călător străin, consemna multitudinea celor care se plâneau, sufereau de „...dureri colice”. Explicația pe care acesta o emite avea în vedere „...necumpătarea la mâncare și la odihnă și mai ales a somnului de după prânz când trupurile copleșite capătă acele boli”¹⁷.

Îndemnurilor moralizatoare de mai sus li se alăturau reglementările stabilite de către autorități în acest sens. Opulența sortimentelor alimentare în cadrul unor nunți (mai ales în a doua jumătate a secolului al XVII-lea) l-a determinat uneori pe magistratul orașelor să ia măsuri prin care meniurile să fie mult restrânse.

În anul 1685, sfatul orașului Sighișoara reglementa desfășurarea unei nunți. Astfel, înainte de ospățul propriu-zis, era pregătită o masă, rezervată proaspăt-căsătoriților, unde aceștia primeau cadourile de la invitați. Conform reglementărilor sfatului, numărul

sortimentelor culinare fusese redus, fiind permis să se servească doar varză cu carne, carne friptă, două feluri de „mâncare gătită”, orez, pâine și brânză. A fost redusă drastic și cantitatea de vin pe care urma să o consume fiecare persoană. Toate aceste măsuri au fost luate în virtutea principiului cumpătării, fiind necesar „...să se elimine mâncarea ce trece de cuviință”. Au fost stabilite chiar și orele la care urmau să fie servite sortimentele culinare. Astfel, la ora zece seara trebuia „...să se pună varza pe masă”. De asemenea, a fost redus și numărul sortimentelor de patiserie fiind permisă consumarea numai a unor „hanklich” și a unor gogoși¹⁸.

Existau o serie de reglementări privind limitarea consumului de alcool cu ocazia diferitelor întruniri ale membrilor breslelor. Era interzis calfelor să constrângă pe o alta să bea peste măsură. Probabil că asemenea fapte se întâmplau, spre amuzamentul întregii adunări. Într-o măsură ridicată purtările necuviincioase se datorau consumului exagerat de vin. De aceea, sub pedeapsa unei amenzi în bani, era interzis ca o calfă să se îmbete. Exista și un indiciu conform căruia o calfa putea fi suspectată că a întrecut măsura. Atunci când aceasta varsă vin pe masă „...încât nu putea să o acopere cu mâna”, existau suspiciuni că respectiva persoană se afla sub influența băuturilor alcoolice¹⁹.

Revenind la subiectul propriu-zis, într-un calendar de la începutul secolului al XVI-lea, existau diferite recomandări privind sortimentele alimentare care trebuiau să fie consumate, pe parcursul unui an.²⁰ Anotimpul era cel care dicta compoziția meniurilor. O atenție deosebită era acordată cantității și tipului de băuturi alcoolice. Astfel, în primele trei luni ale anului se recomanda consumarea a trei pahare de vin zilnic, motivul fiind „...te face sănătos și proaspăt”. Cantitatea de vin se reducea apoi, în luna mai fiind recomandată

¹² Barițiu 1869, pp. 37-40.

¹³ Barițiu 1869, pp. 85-88.

¹⁴ Barițiu 1869, p. 248.

¹⁵ Barițiu 1869, p. 250.

¹⁶ Chirilă - Guy Marica 1978, pp. 131-141.

¹⁷ Possevino 1969, p. 540sq.

¹⁸ Göellner 1968, p. 76sq.

¹⁹ *** 2003, p. 393sq.

²⁰ *** 2003, p. 94. Calendarul la care autorul face aceste referiri pare a fi circulat pe teritoriul Transilvaniei la începutul secolului al XVI-lea. Din păcate, autorul nu oferă amănunte suplimentare legat de acesta.

doar o singură cană de vin. În luna iunie, vinul era înlocuit cu bere și mied. În cele două luni care urmau, individul era sfătuit să nu consume nici un tip de băutura alcoolică, pentru ca în ultimele patru luni ale anului să nu mai existe nici un fel de interdicție putând „...să mănânci și să bei de toate că te face sănătos”.

În ceea ce privește hrana zilnică, pentru primele trei luni ale anului se recomanda să se consume carne de vită și de găina alături de „...legume din sud”. În următoarele două luni, carnea de miel dobânda întâietate, alături de legume, varză, pătrunjel, iar dintre mirodenii, piperul. În lunile de vară iulie și august, consumul produselor de patiserie trebuia redus. În ultimele patru luni ale anului nu mai exista nici un fel de interdicție în ceea ce privește consumul sortimentelor alimentare.

Prevestirile privind starea vremii, corespunzătoare anului 1644, nu erau din cele mai fericite²¹. Astfel, din punct de vedere climatic, anul se anunța a fi unul ploios, cu repercusiuni nefaste asupra sănătății oamenilor. Aerul umed va cauza „...oamenilor multe boli”. Individul se poate apăra doar respectând cu strictețe o anumită dietă, astfel încât „...atât mâncarea cât și băutura să fie moderate”, pentru că „...moderația este sănătatea oamenilor”.

Mai minuțios alcătuit, în calendarul din anul 1686, toate sfaturile pentru păstrarea sănătății se deosebeau în funcție de luna anului²². În ceea ce privește luna ianuarie, „...a da drumul la sânge” era considerat un remediu pentru însănătoșire, des recomandat de medici. Nu era ocrotită astfel doar sănătatea, ci și starea psihică, emoțională. „Baia, vinul și balsamurile” erau considerate ca având influențe benefice asupra sănătății. În cazul în care efectul acestor remedii era nesatisfăcător se recomanda „...a da drumul la sânge”.

Pentru luna februarie, băile calde aveau

menirea de a asigura o bună circulație a sângelui, nefiind recomandate cele cu apă rece. Presimțirile nefaste puteau fi alungate prin consumul unei cantități de ienupăr, zilnic.

În ceea ce privește luna martie, de o deosebită importanță era cumpătarea în consumul de vin zilnic. Relațiile sexuale cu propria nevastă trebuiau „...să fie cu măsură” și ele, în caz contrar, „...excesul nu aduce nimic bun cu el”. Din punct de vedere al preparatelor culinare, cele care conțineau o cantitate mai ridicată de zahăr erau recomandate. Era prima lună a anului în care, pe lângă băile fierbinți, care fortificau organismul, exista și o altă recomandare, adică „...nu strică dacă iei și niște medicamente”. Apelul la efectul binefăcător al medicamentelor reprezenta o soluție complementară, chiar periferică. Aceeași perspectivă legată de calitățile curative ale medicamentelor o aflăm și într-un alt calendar²³. Astfel, efectul binefăcător al acestora, combinat cu ajutorul divin, asigură sănătatea trupeză a individului. Cele două „leacuri” nu se excludeau, ci, dimpotrivă, o conlucrare a acestora era benefică.

În luna aprilie, plimbările cât mai lungi, în mijlocul naturii, nu puteau avea decât efecte benefice pentru sănătate. Prepararea unor alifii din frunze avea aceeași menire de fortificare a corpului.

În luna mai, orice restricții vizavi de frecvența întreținerii relațiilor sexuale cu soția dispar.

Băile calde nu mai erau recomandate pentru luna iunie. O oră de odihnă după amiaza nu putea fi decât benefică. În ceea ce privește alimentele, era bine să fie consumate salata și varza. Consumul de vin trebuia redus în aceasta lună, berea și vișinata preluând întâietatea. Plimbările prin soare dăunau sănătății.

Această ultimă recomandare era reinnoită și pentru luna iulie. Vinul revenea în

²¹ Frolichio 1644, p. 14-18.

²² Neubarth 1686, pp. 15-20. La fel ca și în cazul precedentului calendar în titlu se afla mențiunea că acesta era destinat pentru a fi consultat nu numai de populația Transilvaniei ci și de cea a „Sileziei, Ungariei și alte țări învecinate”

²³ Neubarth 1707, p. 19. Nici acest calendar nu iese din tiparele celor anterioare, structura capitolelor fiind aproape identică. Am inclus în aceste pasaje și sfaturile nu numai de ordin alimentar, toate acestea având menirea de a asigura sănătatea individului.

recomandări, ca băutură alcoolică de bază. De asemenea, medicamentele și alifiile constituiau remedii importante pentru păstrarea sănătății.

În luna august, individul trebuia să evite a mai lua leacuri și tot ceea ce îi putea provoca „...arsuri sau usturimi stomacului”.

Operația de „...a da drumul la sânge”, în luna septembrie, trebuia făcută „cu măsură”. Se recomanda consumarea unei cantități cât mai mari de lapte, însă „...a nu se uita gustul vinului rece”²⁴. Relațiile sexuale cu soția trebuiau să fie „cu măsură”.

Aceasta ultimă recomandare o regăsim și pentru luna octombrie, când, „...la femeie trebuie să mergi ca să nu ți se întâmple nimic...”. De asemenea, băile cât mai dese nu puteau avea decât efecte benefice.

În luna noiembrie însă, acestea trebuiau să fie cât mai rare. De asemenea, „revărsarea de sânge” trebuia să înceteze în această lună. Alimentele recomandate spre a fi consumate în aceasta lună : carnea de gâscă și vinul, iar dintre mirodenii piperul, toate protejând sănătatea individului.

Pentru luna decembrie, se recomanda folosirea unor haine groase, protecția împotriva frigului, era absolut necesară, „...ca să nu te răpună iarna”.

Previziunile legate de bolile care pot lovi populația Principatului erau extrem de punctuale²⁵. Respectarea strictă a unor norme de alimentație corectă putea opri boala. Datorită arșiței, puteau să izbucnească epidemii de pojar, dizenterie, diaree și „...molima galbenă”. Podagra și durerile de cap se alăturau și ele acestor molime. Cei mai afectați puteau fi femeile și persoanele cu un

temperament melancolic. Influențele nefaste ale căldurii excesive vor afecta în special sănătatea melancolicilor. Sfatul cronicarului era concis. Pe de o parte, individul trebuia să se îngrijească de propria sănătate trupească, cumpătarea jucând un rol precumpănitor. Alimentația rațională, „...să țină regim la mâncare și băutură”, completată cu o „...aprovizionare cu leacuri” îi puteau da individului speranța că va putea înfrunta mai eficient molimile. Pe de altă parte însă, fiecare individ trebuie să fie „...pregătit pentru obștescul sfârșit”.

În calendarul românesc din anul 1733, singura măsură profilactică ce trebuia adoptată în cazul unor îmbolnăviri, consta în „...a lăsa sânge”²⁶. În funcție de temperamentul fiecăruia, flegmatic, coleric, melancolic, sanguin erau indicate perioadele anului în care ar fi trebuit să aibă loc acest tip de operații. Aceste indicații sunau astfel : „...la oamenii tineri sângeroși, în aceste luni, aprilie, august, decembrie, care la oameni iuți, mânioși să se lase sânge a doua parte a lunii mai, septembrie, ghenar, care la oameni mult gânditori și plini de ani să lase de la plinitul lunei până la sfertul din luna iunie, octombrie, februarie, care la omul cu flegmă multă și bătrân să lase sânge la sfârșitul lunei”. Mult mai restricționată era lăsarea sângelui în cazul bețivilor, care trebuiau „...să nu-și lase sânge fără de nevoie”.

Unul dintre remediile recomandate în cazul unor indigestii puternice, datorate consumului exagerat de mâncare sau de băuturi alcoolice era „...lăsarea de sânge”²⁷.

Dacă până în a doua jumătate a secolului al XVII-lea, conceptul de alimentație rațională, cumpătată, fusese promovat în special de către confesiunile protestante, spre sfârșitul acestui secol, curentul raționalist preia aceste idei, promovându-le într-o serie de scrieri.

²⁴ De altfel, recomandările privind efectul beneficător al consumului ponderat de vin le regăsim și în cărțile de bucate care au circulat în Transilvania. Într-o asemenea carte de bucate sunt subliniate calitățile vinului, efectul beneficător al acestuia asupra sănătății. De asemenea, sunt reliefate și efectele nefaste pe care le poate avea consumul exagerat de vin. Astfel „... dacă consumi cu modestie, vinul aduce la viață căldura corpului și o menține, ajută la digestie, echilibrează metabolismul, curăță sângele, întărește măduva, ajută la vedere... dar dacă se întrece măsura aduce mari daune, omul devine foarte slab ca putere, își pierde echilibrul”. Vezi : Bornemisza 1983, p. 243.

²⁵ Neubarth 1686, p. 18.

²⁶ Tomescu, 1957, p. 10.

²⁷ Göellner 1968, p. 97; Respectiva recomandare aparținea se pare medicului orașului Sibiu din 1599. Spre deosebire de calendarul românesc unde “lăsarea de sânge” în cazul consumului exagerat de băuturi alcoolice nu era recomandat, medicul orașului Sibiu considera aceasta operație ca fiind benefică pentru individ.

Apáczai Csere, în lucrarea sa „Enciclopedia maghiară”, oferă câteva sfaturi ce vizau păstrarea sănătății. Astfel, acesta considera că cei care prestau munci fizice trebuiau să mănânce mai mult, în special alimente hrănitoare. Oamenii cărții ar fi de preferat să se folosească de alimente „...mai slabe și mai curate”. Atrăgea atenția asupra efectului binefăcător al plimbărilor zilnice, al exercițiilor fizice. Își exprima părerea că somnul din timpul zilei nu îl poate substitui pe cel din timpul nopții. Recomanda un mod de viață cumpătat, neadmițând consumarea de băuturi alcoolice, decât în cantități minime. Sublinia necesitatea băilor corporale dese și sistematice. Alături de medicație, acorda o deosebită atenție regimului dietetic²⁸.

Caracteristic era modul cum descrie boala numită incubus (posedarea de către demon sau de vrăjitoare). Insista că aceasta nu este altceva decât o „...stare de supraîncărcare a trupului cu o sufocație nocturnă” în urma unei alimentații prea bogate. Respinge presupunerea că afecțiunea ar avea cauze supranaturale, calificând asemenea păreri drept superstiții.

Medicul Vita Zsigmond, la sfârșitul secolului al XVII-lea, preda la Colegiul de la Aiud cunoștințe elementare de igienă. Definea igiena ca fiind știința păstrării sănătății. Enumera factorii naturali și nenaturali a căror respectare contribuie la menținerea sănătății. Cele trei reguli de bază ale unei vieți sănătoase erau: cumpătarea, păstrarea constituției corporale și obișnuința. Dietetica constituia o parte importantă a igienei. Pentru toate vârstele, se recomanda o alimentație rațională, un consum cumpătat de băuturi alcoolice²⁹.

Având în vedere că generozitatea subiectului abordat lasă loc, în demersul investigației istorice, unor multiple interpretări și evaluări, cele câteva considerații ale prezentului studiu, ne permit să constatăm multitudinea îndemnurilor moralizatoare vizând cumpătarea în alimentația zilnică a fiecăruia, abundența acestora în calendarele săsești iar mai apoi românești fiind o constantă pe parcursul secolului al XVII-lea.

FEW EVIDENCES REGARDING TRANSYLVANIAN FOOD IN THE 17TH CENTURY

A complete analysis on alimentation in Transylvania in the 17th century needs the consulting of several historical sources, the interdisciplinary research being absolutely compelling. In the context, the research of the historical sources (documentaries, narrative-chronicles, chronicles, memoirs, literary and epistolary sources) as well as of the ones auxiliary to history (ethnographical, anthropological) is necessary in order to create an image as veracious as possible. The present study brings in the foreground a historical source whose weight in the outlining as accurate as possible of the basic coordinates, which marked the alimentation of the epoch, we appreciate it to be considerable: the Romanian and the Saxon calendars. The Saxon and Romanian calendars printed in the 17th century.

²⁸ Spielmann 1980, p. 136sq.

²⁹ Spielmann 1980, p. 160sq.

