

PATRIMONIO CULTURAL

La dieta mediterránea

Dr. Juan Manuel Ruiz Liso

Saludos Mediterráneos a los lectores que a lo largo de estos meses han visto discurrir por las páginas de Libertad Digital "las semillas literarias" de lo que hoy es un patrimonio de todos.

Ante el reconocimiento de la dieta mediterránea como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad, quiero transmitir a todos los lectores de **Libertad Digital** y especialmente a aquellos que van a beneficiarse de esta cultura mediterránea en nuestro mundo –poco mediterráneo–, el hecho de que su consecución es fruto del trabajo de cuatro comunidades en cuatro países del arco mediterráneo, coordinados por la FDM. Chouen (Marruecos), Koroni (Grecia), Cilento (Italia) y Soria en España han puesto en valor patrimonial esta filosofía de vida que es la dieta mediterránea.

En nuestro país, fue en Soria y a través del apadrinamiento y compromiso fedatario de más de 200 asociaciones de vecinos, amas de casa, culturales y recreativas, colegios profesionales, instituciones municipales, centros escolares, medios de comunicación, casas regionales, casino, parroquias, y resto de entidades sin ánimo de lucro, como se ha logrado este reconocimiento. Se comprometieron en su defensa y apadrinamiento, por lo que en nombre de la Fundación Científica Caja Rural y en el mío propio, les mostramos nuestra complacencia, gratitud y alegría por esta distinción "inmaterial".

Esta satisfacción viene dada porque Soria ha sido la provincia emblemática que junto a Koroni (Grecia), Chouen (Marruecos) y Cilento (Italia) ha abanderado esta candidatura desde hace más de dos años a través del Gobierno español.

En su día fueron rechazadas otras propuestas de provincias españolas por no tener "un álbum de tradiciones" como el que se ha aportado desde Soria y que ha quedado reflejado en las cerca de 50 certificaciones de las 200 remitidas, que acompañan al dossier patrimonial y permanente que ha quedado digitalmente en la web de la Unesco; y en el depósito que en "archivo" independiente también se incluye documentación del Archivo Municipal de Soria, así como en un vídeo multinacional, que esperamos se proyecte en todas las pantallas de medios audiovisuales. En él, figuran junto a imágenes de esas otras regiones de Grecia, Italia y Marruecos, estampas de la heroica Numancia, La Mesta, Las Fiestas de San Juan y sus Calderas, la Alubiada de Ólvega, la siega, las Múndidas, y diferentes visiones geográficas del álbum de tradiciones celtibérico de esta tierra como ejes vertebradores de esa cultura milenaria en algunos casos, en que los sorianos han mostrado su igualitarismo, comunicación, optimismo y conservación de "bienes inmateriales" para las nuevas generaciones.

La dieta mediterránea es una forma de vida integral saludable, una cultura milenaria en donde la participación social y las tradiciones tienen su punto de encuentro alrededor de la sostenibilidad. Dieta, Ejercicio Físico y Cultura son los ejes de este reconocimiento.

Hoy más que nunca podemos decir que Soria tiene una riqueza gastronómica ligada a la dieta mediterránea: cardo rojo de agreda, borraja, sopas de ajo, migas con setas o con las uvas de la ribera, micología, trufa, cangrejos de río, truchas, caza, cunicultura, pollo de corral, magro de cerdo, lácteos sorianos, vino tinto de la Ribera Soriana y un largo etc. que nos deriva a las peras numantinas tan apreciadas por el senado romano.

Hoy más que nunca podemos presumir de nuestro medio ambiente que lo hace óptimo para el diálogo, la comunicación y el debate frente a una taza de café en uno de nuestros parques o frente a la chimenea pinariega.

Hoy más que nunca debemos disfrutar de nuestros paseos y bosques, de nuestras veredas y senderos, ríos, lagunas y valles, que hacen de nuestra tierra un lugar preferente para el ejercicio físico y el cultivo de nuestra mente.

Hoy como ayer mantengamos en España y en otros países el arte y cultura inmaterial, la música y el baile –cultura del "Mare Nostrum"– como legado preferente para las jóvenes generaciones que además de desarrollo potenciarán y valorarán este estilo de vida.

Hoy y más que ayer con este respaldo internacional podremos promover la salud no solo de los sorianos sino en todo el orbe, explicando nuestra propuesta vital mediterránea. Esa salud que por las características específicas de la dieta mediterránea no es solo física sino especialmente mental y social, substancialmente reparadora por unir alimentación y ejercicio, actividad y descanso con esa siesta de 10-15 minutos que restaura las neuronas.

Todos los humanos debemos felicitarnos porque sin esas más de 200 propuestas colectivas remitidas a la Unesco en París a partir del acto público multitudinario que celebramos el 30 de octubre de 2008 en la Plaza del Olivo, en el jardín de las semillas de la dieta mediterránea, bajo cuyo decálogo se encuentran los gérmenes y la cultura que ese día depositamos, no hubiera sido factible este reconocimiento.

En la primera quincena de diciembre desarrollaremos diversos actos públicos, algunos incluidos en el programa de Soria Saludable 2010 y otros que en este momento comenzamos a elaborar. Enhorabuena. Soria ha estado presente en Nairobi y sus propuestas han sido valoradas y aceptadas.

Saludos Mediterráneos a los lectores que a lo largo de estos meses han visto discurrir por las páginas de Libertad Digital "las semillas literarias" de lo que hoy es un patrimonio de todos.

© Libertad Digital SA Juan Esplandiu 13 - 28007 Madrid