

# Históricas Digital



INSTITUTO  
DE INVESTIGACIONES  
HISTÓRICAS

Herón Pérez Martínez

“La comida en el refranero mexicano: un estudio contrastivo”  
p. 505-528

*Conquista y comida:  
consecuencias del encuentro de dos mundos*

Janet Long (coordinación)

Tercera edición

México

Universidad Nacional Autónoma de México  
Instituto de Investigaciones Históricas

2018

542 p.

Figuras

ISBN 978-970-32-0852-4

Formato: PDF

Publicado en línea: 13 de diciembre de 2019

Disponible en:

[http://www.historicas.unam.mx/publicaciones/publicadigital/libros/323/conquista\\_comida.html](http://www.historicas.unam.mx/publicaciones/publicadigital/libros/323/conquista_comida.html)

D. R. © 2019, Universidad Nacional Autónoma de México-Instituto de Investigaciones Históricas. Se autoriza la reproducción sin fines lucrativos, siempre y cuando no se mutile o altere; se debe citar la fuente completa y su dirección electrónica. De otra forma, se requiere permiso previo por escrito de la institución. Dirección: Circuito Mtro. Mario de la Cueva s/n, Ciudad Universitaria, Coyoacán, 04510. Ciudad de México



## LA COMIDA EN EL REFRANERO MEXICANO: UN ESTUDIO CONTRASTIVO

HERÓN PÉREZ MARTÍNEZ  
El Colegio de Michoacán

### *El refrán*

Hay, en todas las culturas, un extenso conjunto de expresiones pequeñas, concisas por lo bien acuñadas, y agudas porque encapsulan situaciones, andan de boca en boca, funcionan como pequeñas dosis de saber aprendidas juntamente con la lengua y tienen la virtud de saltar espontáneamente en cuanto una de esas situaciones encapsuladas se presenta. Son muchos los nombres que han adoptado a lo largo de la historia y a lo ancho de las culturas. En español, se las conoce como refranes, dichos, proverbios, adagios, sentencias, máximas, aforismos, dicharachos, decires, proloquios, apotegmas, sentencias, máximas, paremias, anejires y varias cosas más.

La generación de refranes suele atribuirse a los ancianos. Suele pensarse que el primer refrán nació en indumentaria del consejo de un padre a su hijo al momento de transmitirle el mando generacional. El origen del refrán coincide, desde luego, con el remoto origen de las más antiguas tradiciones de los pueblos: los refranes se alimentaron de los más antiguos contenidos de la tradición y constituyeron una de sus formas más distinguidas. Nada raro que entre nosotros aún se diga que “los dichos de los viejitos, son evangelios chiquitos”. Empero, estrictamente hablando, los refranes no tienen autor: en la medida en que corren de boca en boca, son como monedas que se van bruñendo mientras pasan de mano en mano. Cada vez que se actualiza un refrán, no sólo da un salto en el tiempo sino que se robustece en su forma y funcionamiento.

Esta índole trashumante de los refranes y los evidentes y múltiples vínculos que los ligan con las culturas orales constituyen una de sus más estables características y la más sólida explicación de algunas de sus propiedades formales más tradicionales como el ritmo, la aliteración y la rima. Los refranes, por lo demás, gracias a su índole práctica y a su funcionamiento popular, están acuñados en el habla cotidiana,

funcionan en ella y van siempre con ella. En efecto, el refrán, como hecho de habla, se aprende cuando se aprende a hablar y se propaga en el acto mismo de habla. El nivel paremiológico de las lenguas es, por tanto, muy ligero de pies: cambia de aires fácilmente, va y viene, se emparenta, cambia de aspecto, se transforma.

El *corpus* paremiológico de una cultura rica y múltiple como la mexicana tiene que ser variado por necesidad. Entre más vasta y variada es la experiencia que un pueblo tiene de la realidad, más vasta y variada es su colección de textos gnómicos. Por lo general, nuestros refranes se refieren a toda la amplia gama de cosas de que consta la cotidianidad: la vida, la muerte, la amistad, la comida, el vestido, el comprar tanto como el vender, el amor, el matrimonio, la vivienda, los animales, el clima, los hijos; hay refranes religiosos y los hay referentes a los libros, a la charrería; hay, se puede decir, refranes tanto para las circunstancias que más aprecia una cultura, como para las cosas que más desprecia. Los refranes reflejan, en efecto, las filias y fobias de los pueblos que acunán y adaptan refranes del magno caudal de su experiencia ancestral de la realidad cotidiana; recogen y conservan con cuidado los refranes fuereños que les interesan, vengán de donde vengán; y, así, en el habla cotidiana, forman, pulen y adaptan sus refraneros.

Nuestro refranero, pues, semeja un magno árbol cuyas raíces beben de los caudales que vienen de la patrística y de la *Biblia*, se alimentan de las vetas paremiológicas medievales, se nutren del caudal judío, del árabe y del godo, hienden el fértil suelo del renacimiento europeo y se enriquecen con el rico caudal del siglo XVI español, el siglo de los grandes refraneros. Una parte del acervo de nuestros refranes debió estar constituida por el *corpus* indígena; otra nació aquí, mestiza, ranchera u oriunda de las barriadas urbanas, en los talleres, en los quehaceres cotidianos, en el ir y venir de la gente que habla con otra gente para comprar o vender, hacer de comer, curar o casarse; otros de nuestros refranes vienen y van con las hablas de nuestra lengua, sin reconocer patrias.

### *La comida en el refranero español*

Una cultura, ya se sabe, es como un conjunto de estratos superpuestos en el cual los superiores se van transformando o cambiando por el roce con otras culturas. Pues bien, el estrato que consigna los hábitos alimenticios de una cultura es de los de abajo: en el roce intercultural, las tradiciones alimenticias son, por ello, las más resistentes a los cambios. Por su parte, los refranes de un pueblo, como lo hemos dicho, son la expresión más genuina de las más arraigadas y firmes de sus tradiciones. Un refranero sobre comida, pues, es como un corte transversal en la evolución cultural de un grupo humano donde conviven, de variadas maneras, lo nuevo y lo viejo; es como una fotografía del momento en que están consignadas las fobias y las filias, los tabúes, las creencias y hasta una que otra receta muy importante. Y si esta instantánea se compara con otra tomada a 500 años de distancia, es posible apreciar

no sólo los cambios que ese estrato tan resistente ha sufrido, sino los que ha sufrido el sistema de creencias, tabúes, fobias y filias sobre la comida.

La tradición gnómica española tiene sus raíces bien hundidas en lo más profundo de la edad media de la que empieza a emerger ya con fuerza en los *Proverbios de gloriosa doctrina e fructuosa enseñanza*, del marqués de Santillana,<sup>1</sup> quien es, a ese título, una de las primeras grandes figuras del mundo gnómico español al lado de Dom Sem Tob, el judío de Carrión que “creó una serie de refranes cultos magistrales: breves, incisivos o meditativos, con un corte rítmico felicísimo”.<sup>2</sup> Este refranero del marqués conserva aún las marcas del universo que dio origen a la tradición paremiológica: está escrito en un tono moral y parenético “así como hablando padre con hijo”, está en versos rimados, uno de los recursos mnemotécnicos desarrollados al abrigo de las culturas orales. *El Centiloquio*, como se conocen también los *Proverbios* del marqués, consta, en efecto, de cien octavas —de allí el nombre— “con semiestrofas simétricas de versos alternativamente plenos y quebrados y con cuatro rimas *abba:cddc*”.<sup>3</sup>

Esta tradición paremiológica fue continuada en el siglo siguiente, por refraneros como *Los libros de cetrería*, del canciller Pedro Pérez Ayala, publicado en 1386; los *Refranes que dicen las viejas tras el fuego*, publicado en 1499;<sup>4</sup> el *Libro de refranes* de Pedro Vallés, impreso en Zaragoza en 1549; los *Refranes y Proverbios* del Comendador, publicados en 1555; la *Philosofía vulgar de Juan de Mal Lara*, impreso en 1568; el *Teatro universal de proverbios*, de Sebastián de Horozco, publicado en 1599; y, desde luego, a vuelta de siglo, por la obra maestra de la paremiología española: el *Vocabulario de refranes y frases proverbiales* del maestro Correas que recoge los refranes en uso en España a principios del siglo XVII. Hay en todos estos refraneros un caudal grande de referencias a la comida que nos permite apreciar, si observamos el nuestro, la pervivencia de tradiciones, las substituciones de comidas, los enfrentamientos, las adaptaciones.

El refranero español, en efecto, abunda en principios de lo que en la conciencia popular debe ser una comida sana. Desde los refraneros moralizantes, por ejemplo, se exaltaba la frugalidad. El capítulo V de *El Centiloquio* del Marqués, está dedicado a la “sobriedad” y comienza así:

<sup>1</sup> Ya Rafael Lapesa mostró las fuentes medievales del *Centiloquio* del marqués con su trabajo “Los proverbios de Santillana. Contribución al estudio de sus fuentes”, en *De la edad media a nuestros días*, Madrid, Gredos, 1982, p. 95-111.

<sup>2</sup> Luis Alonso Schükel y Eduardo Zurro, *La traducción bíblica: lingüística y estilística*, Madrid, Cristiandad, 1977, p. 97.

<sup>3</sup> Tomás Navarro, *Métrica española*, New York, Las Américas Publishing Company, 1966, p. 111.

<sup>4</sup> Tenido como el primer repertorio paremiológico reunido en lengua romance, este refranero era atribuido por la tradición al marqués de Santillana; era tan popular que para 1516, sólo en Sevilla, llevaba ya seis ediciones. Sin embargo, desde hace unas tres décadas se impugna la atribución de esta obra al marqués de Santillana. Rafael Lapesa lo hace, por ejemplo, en 1957, en *La obra literaria del marqués de Santillana* (Madrid, 1957, p. 260-263), y Margit Frenk Alatorre en la *N.R.F.H.*, t. XVI (1962), p. 437, en “¿Santillana o Suero de Ribera?”

Quanto es bueno el comer  
por medida,  
que sostiene nuestra vida  
de caer,  
tanto es de aborrecer  
el glotón,  
que cuida ser perfección  
tal placer.

Y el *Vocabulario* de Correas asienta: “comer poco, y beber menos, a lujuria ponen freno”. El ayuno aparece en el refranero español como saludable sólo para quienes por tragones, enfermaron: “comer hasta enfermar, y ayunar hasta sanar”. Sin embargo, un refrán recogido por Correas dice: “ayunen los santos que no tienen tripas”.

Es principio viejo del refranero español que la comida exige bebida pues “comer y no beber es cegar y no ver”; que “la comida caliente, y la bebida fría” pues “comida fría y bebida caliente, nunca hicieron buen vientre”; que no es buena la vida de quien sólo come y bebe pues “comer y beber, echa la casa a perder”. También conoce el retruécano que aún conserva el refranero mexicano: “comer para vivir, y no vivir para comer”.

Hay en él, desde luego, un menú en el que el pan de trigo, el queso, el vino, el caldo, la carne —y si es de gallina mejor—, el asado, el cocido, el frito, el arroz, el aceite, la comida producto de la caza —de la perdiz, sobre todo—, los huevos, pescados, pollos, torreznos, la longaniza, la porrada, son elementos importantes. Comer verduras aparece en los viejos refraneros españoles como síntoma de pobreza: tanto el refranero del Comendador como el de Correas recogen este dicho popular “¿por qué no cociste nabo? —Porque no estuve apretado”. El *Vocabulario* de Correas, por ejemplo, dice: “comer verdura y echar mala ventura”. Tampoco las frutas deberían formar parte de un menú pues “comer fruta, hablar puta, y leer carta se puede hacer en la plaza”.

Por lo que hace a la cena, debe ser temprano y frugal: “por mucha cena, nunca noche buena”, dice uno de los *Refranes y Proverbios* del Comendador<sup>5</sup> y Correas completa: “cenar, soles y Magdalenas, tienen las sepulturas llenas”; “más mató la cena, que sanó Avicena”. Correas, como veremos más adelante, habla de que las cenas abundantes para

la gente del campo y trabajadora, mozos y robustos que con el calor y cansancio gastan la buena cena, y duermen bien y descansan. Con la gente de letras y holgazana, y delicados y ancianos, que son mejor parte, enseña la experiencia lo contrario: que es mejor comer bien y cenar con moderación, porque no gastan tanto.

Abundan las recetas de cocina en los refraneros españoles: se dice, por ejemplo,

<sup>5</sup> Su nombre es Hernán Núñez y su refranero fue publicado en 1555.

cómo se debe cocer el arroz, la carne, el huevo, la anguila, la sardina, los pollos, la porrada, el torrezno, las berzas, la liebre, la perdiz. Por su importancia y ante la imposibilidad, en una circunstancia como ésta, de reproducir los abundantes refranes que sobre comida recogen los refraneros españoles, menciono, a guisa de ejemplos, algunos de los *Refranes que dicen las viejas tras el fuego* y algunos de los recogidos por Correas:

A bien comer o mal comer, tres veces beber.  
A buen bocado buen grito.<sup>6</sup>  
Aceite lo de encima, vino lo del medio, miel la del hondón.  
Aceite y vino, y amigo, en lo antiguo; y añejo el tocino.  
A pan duro, diente agudo.  
A mengua de carne, buenos son pollos con tocino.  
A beber vino, beber, nunca me venció mujer.<sup>7</sup>  
A mengua de pan, buenas son tortas.<sup>8</sup>  
A pan de quince días, hambre de tres semanas.  
A poco pan, tomar primero.  
Abades, rocío de panes.  
Abajo está la miel.  
Abril frío, mucho pan y poco vino.<sup>9</sup>  
Abrir el ojo, que asan carne.  
Aceite de oliva, todo mal quita.  
Aceituna y pan, y queso, eso tiene la corte en peso.  
Aceituna, una docena de docenas.<sup>10</sup>  
Acuéstate sin cena, y amanecerás sin deuda.  
Agua tras harina va.  
Al hombre hartó, las cerezas amargan.

<sup>6</sup> De la variedad de refranes que en el hablar español del siglo XVI indicaban el contento de quien ha saciado su hambre, el refranero mexicano recogió más bien una forma evolucionada de este refrán: “barriga llena, corazón contento”. Llegado a este punto, quiero hacer la advertencia de que, en adelante, con la expresión “refrán mexicano” no quiero decir que el refrán en cuestión haya sido necesariamente acuñado en México; sólo quiero decir que ese refrán se encuentra actualmente en el acervo paremiológico mexicano.

<sup>7</sup> Correas hace la advertencia de que este dicho formaba parte de una canción.

<sup>8</sup> Es el caso de un refrán mestizo que “traduce” el referente del refrán español a la realidad mexicana: “a falta de pan, buenas tortillas”.

<sup>9</sup> Sobre el mismo asunto, hay varios refranes que contradicen lo dicho por éste: “abril frío, pan y vino” dice, en efecto, lo contrario. No así: “abril frío, tortas de trigo” que, sin embargo, omite lo relativo al vino.

<sup>10</sup> Correas comenta que “una docena de docenas” es un comentario de quien gusta de las aceitunas. Sin embargo, no falta en el mismo refranero la tradición según la cual las aceitunas son dañinas: “aceituna, una, dos mejor y tres peor” o bien “aceituna, una es oro, dos, plata, y la tercera mata”. Al comentar Correas este último refrán dice: “es lo más cierto”. A este respecto, otro refrán invierte el orden de los metales preciosos y dice: “aceituna, una es plata; dos, son oro, y tres son lodo”, con lo cual Correas muestra su desacuerdo: “opiniones son”. La convicción popular de que las aceitunas son dañinas y que, por consiguiente, hay que comer muy poco de ellas, es refrendada por ese refrán: “aceituna, una”. No deja de ser curiosa la explicación que Correas da de él: “porque muchas no hacen provecho y son melancólicas”.



Aldeana es la gallina, cómela el de Sevilla.  
Bocado de mal pan, ni lo comas ni lo des a tu can.  
Buena olla y mal testamento.  
Bien canta Marta, cuando está harta.<sup>11</sup>  
Come con él y guárdate del.  
Cada día olla amarga el caldo.  
Carne vieja hace buen caldo.  
Carne carne cría, y peces el agua fría.  
Comer verdura y echar mala ventura.  
Del pan de mi compadre, buen pedazo a mi ahijado.  
Echa otra sardina, que otro ruin viene.  
El que más come, menos come.  
El pan comido, y la compañía deshecha.  
En vino, ni en moro, no pongas tu tesoro.  
En la mesa del rey, cabe un panecillo.  
Freídle un huevo, que dos merece.<sup>12</sup>  
Fuego hace cocina que no moza garrida.  
Hombre harto, no es comedor.  
Huésped que se convida, ligero es de hartar.  
La buena cena, temprano parece.  
Lo cocido, bien cocido, y lo asado, mal asado.  
Llueva o no llueva pan hay en origüela.  
Manos duchas, comen truchas.  
Más cerca tengo mis dientes, que mis parientes.<sup>13</sup>  
Más hay días que longanizas.  
Más vale ir harto a misa, que no ayuno a vísperas.  
Más vale cardos en paz que pollos con agraz.<sup>14</sup>  
Más valen migajas de rey, que calico de caballero.  
Ni quiero tres ni trece, que un tordo bebe cien veces.<sup>15</sup>  
No se vaya que hay arroz.  
O comed y no gimades, o gemid y no comades.  
Ollita que mucho hierva, sabor pierde.<sup>16</sup>  
Pan a hartura y vino a mesura.  
Pan de centeno, primero en el cuerpo que en el suelo.  
Quien come y codessa, dos veces pone mesa.

<sup>11</sup> Entre nosotros arraigó esta otra forma: "barriga llena, corazón contento".

<sup>12</sup> Una variante dice: "aceite en lo alto, vino en el medio y miel en lo bajo". Lo cual, comenta Correas, "es lo mejor".

<sup>13</sup> En el refranero mexicano: "coman mis dientes y renieguen mis parientes".

<sup>14</sup> En el refranero mexicano: "más vale atole con risas, que chocolate con lágrimas".

<sup>15</sup> Este refrán tenía una variante, también registrada por Correas: "a buen comer, o mal comer, tres veces beber: la primera pura, la segunda, como Dios la crió en la uva, la tercera sale de la cuba".

<sup>16</sup> En el refranero mexicano hay un refrán que dice: "ollita que hierva mucho, o se quema o se derrama".

Quien solo come su gallo, solo ensilla su caballo.  
Quien peces quiere, el rabo se moja.  
Quien come la vaca del rey, a los cien años paga los huesos.  
Quien no quiere pan de trigo, cómalo de cebada.  
Rabanete y queso, tiene la corte en peso.  
Sabedlo, coles, que espinacas hay en la olla.  
Si quieres ser bien servido, sárvete a ti mismo.  
Pan caliente con aceite.  
Suela y vino andan camino.  
Tanto pan, como queso.  
Todo es nada, sino trigo y cebada.  
Todo es dicha, comer en palacio.  
Todos los duelos, con pan son buenos.<sup>17</sup>  
¿Qué es eso? Rábanos y queso.

El refranero español rebosa refranes sobre el beber: para darse una idea bastaría con echar una ojeada a la cantidad de refranes que sobre el beber recoge el magno refranero de Luis Martínez Kleiser. Hay, en efecto, en la tradición paremiológica española una amplia y muy antigua vertiente dedicada a los “bebedores”. De esta tradición son refranes como: “beber y comer, buen pasatiempo es”; dice un refrán de Correas: “quien mucho come y mucho bebe, hace lo que debe”; “una no es ninguna: dos, son una; tres, son dos; y cuatro, lo que manda Dios”. “A bien comer o mal comer, tres veces beber”. “Ni quiero tres ni trece, que un tordo bebe cien veces”, dice un refrán recogido por Correas. Parte de esta tradición son las “peticiones de vino”, especies de fórmulas de taberna para pedir vino. He aquí un ejemplo recogido por Correas: “¿San Juan vino por aquí? —Por aquí vino”.

Sin embargo, al lado de esta tradición de bebedores de taberna hay en el refranero español vestigios de un sibaritismo de catadores, vieja tradición de una buena mesa y una buena comida rociada por un buen vino. De los refraneros españoles los recogidos por Rodríguez Marín son los que más se han interesado en rescatar esta tradición: “vino mezclado, vino endiablado”, “vino con otro vino, venino”. “Jacinto, no te lo consinto, que mezcles el vino tinto”; “el vino que sabe a la pez, se bebe otra vez”, “el buen vino no merece probarlo quien no sabe paladearlo”.

### *La comida en el refranero mexicano*

La comida es, ciertamente, uno de los temas más frecuentes del refranero mexicano.

<sup>17</sup> En el refranero mexicano hay un refrán que dice “las penas con pan son buenas”, que es una versión más avanzada de este refrán español. Desde luego, el refrán carece de lógica pues las penas nunca son buenas, ni con pan. El refrán mexicano, como el español, se deja guiar por la rima. Esta incoherencia es corregida por el refrán mexicano, “las penas con pan son menos”.

Bastaría una simple enumeración, para mostrar nuestras dependencias, encuentros y fobias, con respecto al refranero español. Hay, en el corpus paremiológico mexicano actual, más de 375 refranes que bien hablan del comer y del beber, o bien aluden a algún aspecto relacionado con esos temas.

- A boca de jarro sólo la china y el charro.
- A buena hambre, gordas duras.
- A buena hambre, no hay pan duro.
- A buen tragón, buen taco.
- A buena hambre, no hay pan malo.
- A comer y a misa rezada, a la primera llamada.
- A comida de olido, pago de sonido.
- ¿A quién le dan pan que lllore?
- A quien no le sobra pan no críe can.
- A l' hora de freír frijoles manteca es lo que hace falta.
- A la mejor cocinera se le queman los frijoles.
- A la mejor cocinera se le va un tomate entero.
- A la mejor cocinera se le va un garbanzo entero.
- A la mejor cocinera se le va una papa entera.
- ¡A darle que es mole de olla!
- A falta de pan, buenas son tortillas.
- A falta de pan buenas son semitas. (España: a falta de pan, buenas son tortas).
- A fuerza ni la comida es buena.
- A nadie le falta Dios cargando su bastimento.
- Aguacate maduro, pedo seguro.
- Ahí verás si mueres de hambre o comes lo que te dan.
- A lo bobo, a lo bobo, en todo me meto y de todo me como.
- A cualquier taco le llaman cena.
- A todo le llaman cena, aunque sea un taco de sal.
- Al hablar como al guisar, poner el granito de sal.
- Almuerza mucho, come más, cena poco y vivirás.
- Agua que no has de beber déjala correr.
- Ahora es cuando chile verde (yerbabuena) le has de dar sabor al caldo.
- Al que come bien frijoles es pecado darle carne.
- Al que come bien el pan es pecado darle ajo.
- Al que va a la bodega por vez se le cuenta beba o no beba.
- Al que te quiere mal cómele el pan y al que bien también.
- Al que te dé la gallina no le niegues el alón.
- Al que le apura el hambre atiza el fogón.
- Al que te ofrece el alón no le niegues la pechuga.
- Al que tiene mucha hambre, fiambre.
- Al que no quiera avena, la taza llena.



Al que te quiere comer almuérzale tú primero.  
Al que nace pa' tamal del cielo le caen las hojas.  
Al que no quiere caldo, dos tazas.  
Algo tiene el agua cuando la bendicen y algo el aguardiente cuando lo maldicen.  
Arroz que no se menea se quema.  
Atráncate, bandolón, ahora que tienes tocada.  
Ay qué taco, parece almuerzo.  
Ay, mamá, qué pan tan duro, y yo que ni dientes tengo.  
Ay, cocol, ya no te acuerdas de cuando eras chimisclán.  
Barriga llena, corazón contento.  
Beber agua en el mismo jarrito.  
Beber desde aguamiel hasta aguacola.  
Bendito sea Dios que con pan nos cría, porque con pasto bastaría.  
Bien predica de ayunar, quien acaba de almorzar.  
Calentar para que otro coma. (Var.: Pasarle lo que al pastelero: calentar para que otro coma.)  
Cada muchacho trae su torta.  
Cada perro tiene su hueso aunque se levante tarde.  
Cada quien tiene su modo de dar chiche.  
Calabaza caliente, pedo de repente.  
Cásate, Juan, que las piedras se te volverán de pan.  
Coman mis dientes y renieguen mis parientes.  
Come camote y no te de pena, /cuida tu casa y deja la ajena.  
Comen como puercos y miran como perros.  
Comen frijoles y repiten pollo.  
Comer hasta reventar, beber hasta emborracharse, que lo demás es vicio.  
Comerle (a alguno) el mandado.  
Comer en manteles largos.  
Comer lentejas con popote.  
Comida acabada, compañía deshecha.  
Comiste la tuna, arrojarás la pepa.  
Como dueño de mi atole lo menearé con un palo.  
Como el burro del aguador, cargado de agua y muerto de sed.  
Como no nos faltan bagres comeremos de vigilia.  
Como me las den las tomo y si son peras me las como.  
¿Como lo menea lo bate? ¡Qué sabroso chocolate!  
Con la que entiende de atole y metate, con esa cástate.  
Con su pan que se lo coma.  
Con amor y aguardiente, nada se siente.  
Con esa carne, ni frijoles pido.  
Con la cruz sobre el bostezo me voy santiguando el hambre.  
Contigo pan y cebolla; y años después, arde Troya.



¿Con atolito vamos sanando?, pues atolito vámosle dando.  
Contigo la milpa es rancho y el atole champurrao.  
Contra las muchas penas, las copas llenas; contra las penas pocas, llenas las copas.  
Con un hambriento hay para cien pidiches.  
Con sólo agarrar el taco se conoce al que es tragón.  
Cuando andes a medios chiles, búscate medias cebollas.  
Cuando el amor es parejo están de más los elotes.  
Corazón que está contento es un festín continuado.  
Cuando no hay blanditas le entramos a las duras.  
Cuando hay pa' carne es vigilia.  
Cuando hay medios para carne, nos salen con que es vigilia.  
Cuesta más caro el caldo que las albóndigas.  
Chilaquiles aquí y enchiladas allá.  
Chocolate que no tñe claro está.  
Darle patadas al pesebre.  
Dar (a alguien) una sopa de su propio chocolate.  
Dar pan con cordonazo.  
Date vuelo, bandolón, aprovecha la tocada.  
De cuando amarraban los perros con longaniza... y no se la comían.  
De dos que se quieren bien, con uno que coma basta.  
De golosos y tragones están llenos los panteones. (De comidas y cenas, las fosas están llenas.)  
De lengua, me acabo un plato.  
Del plato a la boca, se cae la sopa.  
Dejar de comer por haber comido, no hay nada perdido.  
De la casa ajena, el bocado es más sabroso.  
De la gallina más vieja resulta el caldo mejor.  
Después de dulce, vino, borracho fino.<sup>18</sup>  
Después de comer ni un sobre escrito leer.  
Donde no hay harina, todo es mohína.  
Donde come uno, comen dos (pero cuesta el doble).  
Échenle jocoque al cura que también sabe almorzar.<sup>19</sup>  
Echarle mocos al atole.  
Echarse platos de hambre con rebanadas de necesidad.<sup>20</sup>  
El agua es para los bueyes; el vino para los hombres.  
El amor es como los pasteles, que recalentados no sirven.

<sup>18</sup> Variante: "borracho fino, tras del dulce bebe vino".

<sup>19</sup> Variante de la segunda parte: "que también se crió con leche".

<sup>20</sup> Rubio consigna, al respecto, los siguientes versos:

Cuando la pobreza aprieta,  
es una felicidad  
echarse unos platos de hambre  
y algo de necesidad.



El ayuno quebrantar al ir las doce a sonar.  
El chiste no es comer mucho sino hacer la digestión.  
El comer da muerte a muchos, el hambre casi a ninguno.  
El hambre es la buena, no la comida.  
El hambre es un fuego y la comida es fresca.  
El hambre los tumba y la vanidad los levanta.  
El mucho comer acarrea el poco.  
El pescado y la mujer, con los dedos ha de ser.  
El plato que yo comí aunque lo lamban los perros.  
El que anda en la miel algo se le pega.  
El que antes nace antes pace.  
El que cría la polla ése la coma.  
El que con vino se acuesta con agua se desayuna.  
El que más come menos come.  
El que se quemó con leche hasta al jocoque le sopla.  
El que no llora no mama.  
El que hambre tiene en pan piensa.  
El que hace la sopa, ése la coma.  
El que come jícama merece jáquima.  
El que come y no da ¿qué corazón tendrá?  
El que para tamal nace /vive ajeno de congojas:/le dan la manteca fiada, /del cielo le caen las hojas.  
El que quiera queso, que lo cuaje.  
El que quiera ser buen charro, poco plato y menos jarro.  
El que no duerme no cena, y el que cena se desvela.<sup>21</sup>  
El que se traga un hueso confianza tiene en su pescuezo.  
El que solo come gallo solo ensilla su caballo.  
El que se levanta tarde ni oye misa ni come carne.  
El que come y canta loco se levanta.<sup>22</sup>  
El que come y deja dos veces pone la mesa.  
El que come y no invita tiene el diablo en la barriga.  
El que comió la carne roya los huesos.  
El que sembró su maíz, que se coma su pinole.  
El que tiene hambre atiza la olla.  
El que tiene más saliva traga más pinole.  
El que tiene qué comer se olvida del que no tiene.  
El que toma una vez pulque, su casa es un tinacal.  
El que no tiene vergüenza dondequiera almuerza.  
El que tiene poca cena de cosa mala hace buena.

<sup>21</sup> Rubio registra (I:201) esta otra variante: “la cena es para el despierto, para el dormido no hay cena”. Otra variante dice: “el que duerme no cena y el que cena no duerme”.

<sup>22</sup> Correas recoge un refrán que dice: “el que bebe y canta, loco se levanta”.



El que fue cocinero antes que fraile sabe lo que pasa en la cocina.  
El que es trompudo come mucho.  
El que come las duras come las maduras.  
El sueño es alimento de los pobres.  
En el modo de cortar el queso, se conoce el que es tendero.  
En el modo de partir el pan se conoce el que es tragón.  
En el modo de partir el pan se conoce el que es hambriento.  
En el modo de agarrar el taco se conoce al que es tragón.  
En el pobre es borrachera y en el rico es alegría.  
En comiendo yo y mi macho, que reviente mi muchacho.  
Enfermo que come y mea, el diablo que se lo crea.  
En manos de un buen ordeñador, la leche se vuelve calostros.  
En manos de un buen ordeñador, ni los calostros quedan.  
Éntrale Matías, que de esto no hay todos los días.  
Éntrale a las empanadas, ora que es día de vigilia.  
Entre dos cocineras sale aguado el mole.  
Entre muchos meneadores se quema la miel.  
Entre menos burros más olotes.  
Es bueno comer, pero no patear el pesebre.  
Es mucho jamón para un pinche par de huevos.  
Ese arroz ya se coció.  
Ese arroz ya está caliente, vamos a poner el otro.  
Ése se come los bagres y se le atorán los juiles.  
Eso no me quita el sueño ni las ganas de comer.  
Esperar el bien de Dios envuelto en una tortilla.  
Estar a dos fuegos como la jiricaya.  
Estar como agua para chocolate.  
Estar como el pan de Acámbaro, con la ganancia por dentro.  
Estar como los platos de fonda: boca abajo y bien fregados.  
Esta vida es un camote y el que no lo come es raíz.  
Frío o caliente, pero a sus horas.  
Gallina vieja hace buen caldo.  
Ganas tiene el aceite de chirriar ese tocino.  
Hacer de chivo los tamales.  
Harto ayuna quien mal come.  
Hasta lo que no se come le hace daño.  
Hasta que se le hizo al caldo.  
He frito mi longaniza en mejores tepalcates.  
Juntarse el hambre con las ganas de comer.  
La carne pegada al hueso es la más sabrosa.  
La comida y la mujer por los ojos han de entrar.  
La conversación es el pasto del alma.



La leche y la educación se maman.  
La que quiera hacer de la vaca carnero échele a cocer en agua hirviendo.  
La que no pone seso a la olla no lo tiene en la toca.  
La que quiera hacer vaca de la gallina échele a cocer en agua fría.  
La que quiera hacer mejor pan que su vecina amáselo con agua y no con harina.  
Las cuentas claras y el chocolate espeso, a la española.  
Las penas con pan son menos.  
La tortilla y la mujer, se han de comer en caliente, pues si las dejás enfriar, ni el diablo les mete el diente.  
Le gusta mamar y comer zacate.  
Le gusta mamar y comer pinole.  
Le gusta mamar, beber leche y agostar en buen potrero.  
Lechi, camoti y gente habladora, Zamora.  
Libre Dios nuestros panales de esos que no comen miel.  
Lo comido y lo gozado es lo único aprovechado.  
Lo frío calentito.  
Lo que la leche da, no lo quita la ciudad.  
Lo que tiene la olla saca la cuchara.  
Lo que se pierde en el higo se gana en la pasa.  
Lo que me han de dar de fierros mejor dénmelo de tortillas.  
Lo que has de comer déjalo bien cocer.  
Lo que en la leche se mama en la mortaja se derrama.  
Lo que no engorda apendeja.  
Los hombres y las gallinas poco tiempo en la cocina.  
Los valientes y el buen vino nunca duran mucho tiempo.  
Los vivos comen de los tontos y los tontos nomás de su trabajo.  
Mamar a dos tetas y comer a dos carrillos.  
Más vale atole con risas, que chocolate con lágrimas.  
Más vale llegar a tiempo que ser invitado.  
Más vale pura tortilla, que hambre pura.  
Me he comido puercos gordos, contimás un costillar.  
Me he de comer esa tuna aunque me espine la mano.  
Mientras se pescan los bagres alimentarse con juiles.  
Muy redondo para huevo y muy largo pa'aguacate.  
Naípe, tabaco, vino y mujer, echan al hombre a perder.  
No digas no comí mole sin limpiarte los morritos.  
No hay nada más descarado que mole, cojo y ahogado.  
No me hables de cosas agrías, que se destiemplan los dientes.  
No quiere ya queso sino salir de la ratonera.  
No me jalen del tascal porque riegan las tortillas.  
No es lo mismo comer que tirarse con los platos.  
No confundas las enchiladas con los chilaquiles.



No como tamales por no tirar las hojas.  
No hay que buscarle (hacerle) ruido al chicharrón.  
No es borracho el que ha bebido, sino el que sigue bebiendo.  
No es bueno empinar el codo, porque el que es borracho, es todo.  
No busco a quien me la mató, sino a quien me la guise.  
No hay que comer lo que no se digiere.  
No debe moverse el agua cuando no se ha de beber.  
No hay guatemalteco fiel, ni tabasqueño discreto, no hay dulce como la miel, ni puerco como el coletto.  
No lo quiere Pedro ni Juan, cómetelo tú Sebastián.  
No hay mejor salsa que un buen apetito. (La mejor salsa es el hambre.)  
No hay que predicar vigilia y comer carne.  
No hay caldo que no enfríe, caramelo que no empalague ni amor que no enfade.  
No te calientes garnacha que no es para ti el aceite.  
No le pido pan al hambre, ni chocolate a la muerte.  
No hay tonto que no sepa tragar camote.  
No le tengas miedo al chile aunque lo veas colorado.  
No se puede chiflar y comer pinole.  
No se puede soplar y comer pinole.  
No se puede chiflar y beber agua.  
No se puede mamar y tragar zacate.  
No se puede sopear con gordas, ni hacer tacos con tostadas.  
No está el horno para bollos.  
No tiene la culpa el pulque sino el briago que lo bebe.  
Nomás al partir el pan se conoce al que es hambriento.  
Ollita que hierve mucho o se quema o se derrama.  
Ora es cuando chile verde le has de dar sabor al caldo.  
Otra vez la burra al maíz, y el viejito a los elotes.  
Pájaros y desayuno, sólo uno.  
Pa' qué quiero más agruras si con mi mole me basta.  
Pa'l olor de la comida el sonido del dinero.  
Para agarrar borrachera, bueno es el vino cualquiera.  
Para el catarro, el jarro; y si no se quita, la botellita.  
Para tomar pulque puro, beberlo en el tinacal.  
Para todo mal, mezcal, y para todo bien, también.  
Pareces principio y sopa y eres puro caldo de olla.  
Peor es chile, l'agua lejos y el migajón atorao.  
Plato de segunda mesa,/ni en la otra vida,/menos en ésta.  
Platos de segunda mesa, sólo hechos de tapaderas.  
Por las hojas se conoce el tamal que es de manteca.  
¿Por qué con tamal me pagas teniendo bizcochería?  
Primero es comer que ser cristiano.



Primero con agua, después sin agua, y al final como agua.  
Primero reventar que hacer desaire.  
Que beban agua los bueyes, que tienen el cuero duro.  
Que coman, pero que no se amontonen.  
Qué comes que adivinas.  
Que vayan por lo que queda los que gustan de las sobras.  
Qué taco, parece almuerzo.  
Qué molito que bien pica.  
Qué más quisiera el gato que lamer el plato.  
Quien hijos ajenos toma con su pan que se lo coma.  
Quien hambre tiene en tortillas piensa.  
Quien mucho come poco come.  
Quien mucho traga mucho caga.  
Quien no quiere pan de trigo que se coma las tortillas.  
Quien pan menea, pan no desea.  
Quien habiendo manzanilla bebe cerveza ha perdido la cabeza.  
Quien ha bebido en pocillo no vuelve a beber en taza (jarro).  
Quien bebe amargo no escupe dulce.  
Quien vive para comer no come para vivir.  
Quien vive entre amor y vino que no se queje al destino.  
Quien tiene el estómago lleno dice ayunemos.  
Quien da pan a perro ajeno pierde el pan y pierde el perro.  
Quien con hambre se acuesta en pan sueña.  
Quien se entrega a la bebida en poco estima su vida.  
Quien tiene sed a beber viene.  
Quien con aguardiente cena con agua se desayuna.  
Quien come las maduras coma también las duras.  
Quien calabazas come malos cachetes pone.  
Quien come mucho poco come.  
Quien tome la carne que roa el hueso.  
Quien come para vivir se alimenta, quien vive para comer revienta.  
Quien come callado no pierde bocado.  
Quien come con cordura su salud procura.  
Quien quiera vivir sano coma poco y cene temprano.  
Quien bien come y bien bebe razón es que carga lleve.  
Quien bien come y bien digiere sólo de viejo se muere.  
Quien bien friega en limpio come.  
¿Quieres verte intoxicado? Entre mayo y agosto come pescado.  
Saltar del sartén y caer en las brasas.<sup>23</sup>

<sup>23</sup> Un dicho español recogido por Correas dice: "acontecemos ha como a la sardina de Blanes, que por salir de la sartén cayó en las brasas".



Se me hace mucho jamón para un pinche par de huevos.  
Ser amigos del camino, pero no del itacate.  
Ser como el buen chocolate, que no tiene asiento.  
Ser como los frijoles, que al primer hervor se arrugan.  
Ser un pan con atole.  
Si comes frijoles no eructes jamón.  
Si de prisa haces mole, ¿qué dejas pa'hacer despacio?  
Si el vino te tiene loco, déjalo poquito a poco.  
Si te hacen tu carbonato, hazles su chocolatito.  
Si quieres mole cuida la olla.  
Si las penas con pan son menos, con dinero no son penas.  
Si eso dice mamón blando, qué dirá bizcocho duro.  
Si quieres tu lumbre apagar, echa tortillas a calentar.  
Si eso dice pan de huevo qué dirá semita de agua.  
Si como lo menea lo bate, qué sabroso chocolate.  
Si con atolito el enfermo va sanando, atolito vámosle dando.  
Si no le pusiste chile, no pretendas que te sepa.  
Sólo la cuchara sabe lo que tiene adentro la olla.  
Sólo las ollas saben los hervores de su caldo.  
Son como el ajonjolí: que en todos los moles andan.  
Sopa de muchas cocineras sale quemada.  
Tanto tiempo de atolera y sin saberlo menear.  
Tanto peca el que raspa el maguey, como el que saca el aguamiel.  
Tendrá el trabajo de los frijoles: arrugarse y desarrugarse.  
Tener-comal y metate.  
Tener comal y metate con todo el mundo.  
Tener más valor que el que se comió el primer zapote prieto.  
Toma vino, mas no dejes que el vino te tome a ti.  
Tras la sopa, la copa.  
Una tamalera siente que otra se le ponga enfrente.  
Un garbanzo más no revienta una olla.  
Una cosa es Toledo y otra atole con el dedo.  
Una pura y dos con sal.  
Unos comen lo que deben y otros deben lo que comen.  
Un rato de Cristo y otro de pisto.  
Usted no será la harina, pero me huele a bizcocho.  
Vino y mujeres dan más pesares que placeres.  
Ya se acabaron los indios que tiraban con tamales.  
Yo no pido de amor caldo, ni de caridad frijoles.  
Yo soy como el chile verde, picante pero sabroso.  
Yo soy como el alka seltzer, la que me prueba me repite.

Este pequeño recuento de los refranes que sobre comida circulan en el refranero mexicano nos permite constatar lo dicho arriba sobre el carácter trashumante de los refranes que no sólo van de boca en boca sino que no reconocen fronteras, arraigan donde quieren, se adaptan a las nuevas circunstancias, cambian de rostro o, simplemente, siguen rodando de boca en boca. No será difícil mostrar, por ejemplo, que una buena parte de este corpus es compartido por el refranero español. Tampoco será difícil, por ejemplo, localizar los puntos de encuentro con otros refraneros hermanos, entre los latinoamericanos.

Una simple ojeada al refranero mexicano contemporáneo sobre comida bastaría, por lo demás, para percatarse no sólo de las coincidencias que nuestro sistema de alimentación tiene con el español sino, sobre todo, de las transformaciones que ha sufrido la dieta y, por tanto, de las diferencias con el paradigma español de la comida que reflejan los refraneros de los siglos XVI y XVII. Se advierten en el seno mismo del refranero mexicano dos modelos o sustratos de alimentación, generalmente enfrentados entre sí: el antiguo sustrato español y el sustrato que podríamos llamar americano. Quiero recordar que un refranero, por naturaleza, suele recoger los usos populares; los hábitos de las clases altas apenas dejan huella en los refraneros.

En la dieta mexicana que subyace en el refranero abundan, desde luego, las referencias a comidas, productos y guisos de por acá: el guiso de lengua, el chile verde, el beber en jarro, el taco, las tortillas, los frijoles, el mole, el aguacate, los tamales, el aguamiel, el atole, el chocolate, el champurrado, los chilaquiles, las enchiladas, el bagre, el pinole, el pulque, el camote, el chicharrón, las tostadas, el mezcal, las tunas, las calabazas, los elotes, la jícama. Vista en su conjunto, es una dieta popular, de gente pobre.

Como en el refranero español, no faltan en el refranero mexicano alusiones a la manera de cocinar algún platillo. Así, aunque en estilo exclamativo y con un dejo satírico, dice: “a l’hora de freír frijoles manteca es lo que hace falta”, “por las hojas se conoce el tamal que es de manteca”, “ahora es cuando chile verde le has de dar sabor al caldo”, “al hablar como al guisar, poner el granito de sal”, “el que para tamal nace, vive ajeno de congojas, le dan la manteca fiada, del cielo le caen las hojas”.

Por la frecuencia con que son mencionados en el refranero mexicano, se puede decir que la dieta preferida del mexicano consta de tamales, atole, mole, frijoles, tortillas y los populares tacos, alimentos entre los más arraigados en la conciencia popular; tanto, que se puede decir que son el paradigma de la comida para los protagonistas del refranero.

Por lo que hace al tamal, está en primer lugar el conocido refrán: “al que nace pa’ tamal del cielo le caen las hojas”, cuya forma extensa es la que acabamos de citar. El entorno textual y el sentido paremiológico que se deduce de su uso dan bien cuenta del tono despectivo y fatalista que se desprende de la expresión “nacer para tamal”. Este menosprecio del tamal como alimento de ínfimo rango se refuerza en refranes y expresiones paremiológicas del tipo de: “¿por qué con tamal me pagas teniendo bizcochería?”, “hacer de chivo los tamales”, “no como tamales por no tirar las hojas”,

“por las hojas se conoce el tamal que es de manteca”, “una tamalera siente que otra se le ponga enfrente”, “ya se acabaron los indios que tiraban con tamales”.

De los frijoles, el refranero sabe que se guisan con manteca, por eso, “a l’hora de freír frijoles manteca es lo que hace falta”. Sabe, también, que “a la mejor cocinera, se le quemán los frijoles”. En cuanto a su calidad como alimento, está consciente de que los frijoles ocupan, con el caldo, uno de los lugares más bajos en una escala en la que la carne, sobre todo la de pollo, y el jamón ocupan el lugar superior, como marcas de las comidas de ricos. Por eso, “al que come bien frijoles es pecado darle carne” y, orgulloso, “yo no pido de amor caldo, ni de caridad frijoles”; además, como hemos visto, se queja tanto de los que “comen frijoles y repiten pollo”, como de los que aparentan ser gente que come jamón advirtiendo “si comes frijoles no eructes jamón”, como “con esa carne, ni frijoles pido”.

En cuanto a las democráticas tortillas, se puede decir que, de acuerdo con la conciencia popular reflejada en el refranero, ocupan el último lugar: más abajo de la tortilla sólo queda el hambre. Por eso el refrán comparativo “más vale pura tortilla, que hambre pura”; además, existe una asociación tan natural entre el hambre y las tortillas que el refranero puede decir: “quien hambre tiene en tortillas piensa”. La misma convicción encierra este refrán exclamativo: “lo que me han de dar de fierros mejor dénmelo de tortillas”. Por lo demás, en la escala que la conciencia popular se ha hecho de la comida, por encima de las tortillas está el pan; por eso puede decir: “a falta de pan, buenas son tortillas” y “quien no quiere pan de trigo que se coma las tortillas”. Finalmente, aunque la comparación no sea muy oportuna, el refranero se atiene a este consejo: “la tortilla y la mujer, se han de comer en caliente, pues si las dejas enfriar ni el diablo les mete el diente”. “Tener comal y metate” es símbolo de hogar pues es, ni más ni menos, tener lo indispensable para vivir.

Desde luego, no podía faltar en un simposio sobre comidas, celebrado en Puebla, una referencia al mole, salsa popular como la que más. El refranero ha dejado consignados algunos de los secretos culinarios respecto al mole que más han impresionado la conciencia popular: “¡a darle que es mole de olla!”, “entre dos cocineras sale aguado el mole”, “ser como el ajonjolí que en todos los moles anda”, “si quieres mole cuida la olla”, “si de prisa haces el mole, ¿qué dejas pa’hacer despacio?”, “pa’ qué quiero más agruras si con mi mole me basta”, “no hay mole si no se muele”, “mole sin ajonjolí ni para ti ni para mí”, “no digas no comí mole sin limpiarte los morritos”, “no hay nada más descarado que mole, cojo y ahogado”.

En el lugar más bajo de la dieta popular mexicana documentada en el refranero, el taco ocupa, sin embargo, un significativo sitio: con su expresión más humilde en el taco de sal, es tenido como una especie de disfraz de la miseria; según el refranero mexicano, no faltan, en efecto, quienes llegan a darle al miserable taco los significativos nombres de “cena” y “almuerzo”; el refranero, desde luego, reprocha a quienes “a cualquier taco le llaman cena” o, lo que es más grave aún, “a todo le llaman cena, aunque sea un taco de sal”. Domina en el refranero mexicano sobre comida una especie de cultura del hambre, de la que hablaremos más adelante, ampliamente

emparentada con la tradición del taco. Así, no falta quien a fuerza de hambre convierta un popular taco en un aristocrático “almuerzo” y exclame: “¡qué taco, parece almuerzo!” Esta cultura del taco se sustenta en principios como éstos: “a buen tragón, buen taco”, “con sólo agarrar el taco se conoce al que es tragón”,<sup>24</sup> “no se puede sopear con gordas, ni hacer tacos con tostadas”.

La comida, en efecto, es lo que más distingue a los pobres de los ricos. El refranero no sólo contiene una escala de comidas, sino que las comidas aparecen como verdaderas marcas indicadoras del puesto que se ocupa en la escala social. El refranero, para decirlo con más claridad, no habla propiamente de las comidas de los ricos o de las ricas comidas; refleja, generalmente, los niveles populares de la tradición alimentaria: lo que come la gente del pueblo y los alimentos que esa gente del pueblo tiene como alimentos de lujo: la carne, por ejemplo. Entendiendo por carne, siguiendo la tradición española, la de res y, desde luego, la de pollo. Para el pueblo que subyace en el refranero mexicano hay comidas de ricos y las hay de pobres que se la pasan haciéndose ilusiones, como hemos visto, y “a cualquier taco le llaman cena”, hasta a un miserable taco de sal porque, como sentencia el refranero mexicano, “el que tiene poca cena de cosa mala hace buena”.

En efecto, hay en el refranero mexicano, mucho más que en el español, una verdadera paremiología del hambre: “donde no hay harina, todo es mohína” y “echarse platos de hambre con rebanadas de necesidad”. Darío Rubio recoge unos versos que explican bien el sentido de este dicho:

Cuando la pobreza aprieta,  
es una felicidad  
echarse unos platos de hambre  
y algo de necesidad.

Por lo demás al catálogo paremiológico del hambre continúa así: “a buena hambre, gordas duras”; “a buena hambre, no hay pan duro”; “a buena hambre, no hay pan malo”; “al que le apura el hambre atiza el fogón”; “al que tiene mucha hambre, fiambre”; “ahí verás si mueres de hambre o comes lo que te dan”; “con la cruz sobre el bostezo me voy santiguando el hambre”; “el hambre es la buena, no la comida”; “el hambre es un fuego y la comida es fresca”; “el que hambre tiene en pan piensa”; “el que tiene hambre atiza la olla”; “el hambre los tumba y la vanidad los levanta”; “juntarse el hambre con las ganas de comer”; “más vale pura tortilla, que hambre pura”; “la mejor salsa es el hambre”; “no le pido pan al hambre, ni chocolate a la muerte”; “quien hambre tiene en tortillas piensa”; “quien con hambre se acuesta en pan sueña”. En esta paremiología del hambre confluyen, como se ve, los viejos refranes que vienen de los remotos parajes medievales en que se exalta el hambre

<sup>24</sup> También circula en esta variante: “en el modo de agarrar el taco se conoce al que es tragón”.

sana, producto del trabajo, con nuestros refranes en que el hambre es producto de la miseria.

En este mismo contexto sitúa el refranero el ayuno. El ayuno consiste en abstenerse total o parcialmente de la comida o de la bebida. En sí mismo, pues, el ayuno es lo contrario de comer; ayunar es no comer. Como bien se sabe, la práctica del ayuno está ligada, en la cultura occidental, al judeocristianismo: el ayuno es un acto religioso. En la vieja tradición ascético-mística española, el ayuno era quizás el instrumento más importante de salvación: la frugalidad en el comer junto al ayuno fueron las herramientas de santidad más frecuentes desde los antiguos modelos de santidad cristiana, entre los eremitas, anacoretas, místicos y santos, en general. Los ejemplos abundan y no es el momento de traerlos a cuento. Lo cierto es que el ayuno se institucionalizó y se predicó al pueblo, sobre todo en las viejas cuaresmas. Esta dura costumbre, por lo que se desprende del refranero, no fue del todo grata al pueblo que, en general, sostenía que el ayuno sólo es posible para el que está harto, no para el hambriento. El ayuno, pues, aparece en el refranero mexicano como una pose de ricos, de gente harta que no tiene hambre. Nada extraño, por tanto, que haya en el refranero mexicano una firme censura hacia la Iglesia y los clérigos que predicán el ayuno: “primero es comer que ser cristiano”, protesta. Además sentencia: “harto ayuna quien mal come”. Está convencido, en efecto, el refranero que sólo “quien tiene el estómago lleno dice ayunemos”, que “el que tiene que comer se olvida del que no tiene”, y que “bien predica de ayunar, quien acaba de almorzar”.

Se desprende, también, del refranero mexicano, una sabiduría autóctona de *gourmet*. Así, sabe que “no se puede sopear con gordas, ni hacer tacos con tostadas”, que “no se puede chiflar y comer pinole” o que “en el modo de agarrar el taco se conoce al que es tragón” y que “a la mejor cocinera se le va una papa entera”; “el que se quemó con leche hasta al jocoque le sopla”; “ser como los frijoles viejos, que al primer hervor se arrugan”; “tendrá el trabajo de los frijoles: arrugarse y desarrugarse”. Esta sabiduría puede afirmar, por ejemplo, que los pasteles recalentados no saben bien. Por eso, “ni amigo reconciliado, ni pastel recalentado”; y también “el amor es como los pasteles, que recalentados no sirven”. Desde luego, esta sabiduría implica indicaciones sobre cómo se han de comer ciertos patillos. Así: “el pescado y la mujer, con los dedos ha de ser”.

Tampoco falta en la importante tradición paremiológica mexicana sobre las tortillas este saber referido, en este caso a la técnica: “si quieres tu lumbre apagar, echa tortillas a calentar”, “no me jalen del tazcal porque riegan las tortillas”.

El atole es, como bebida alimenticia, de categoría inferior al chocolate, de allí el refrán: “más vale atole con risas, que chocolate con lágrimas”. Y, por ende, inferior al champurrado; por eso, para indicar exageración el refranero dice “contigo la milpa es rancho y el atole champurrado”. El champurrado, como se sabe, es una mezcla de atole con chocolate. Una expresión mínima del menú ranchero estaría dada por el refrán “con la que entiende de atole y metate, con ésa cástate”, tortillas y atole, o, mejor, pan y atole: “ser un pan con atole” es una manera de indicar el prototipo de

lo bueno. “Echarle mocos al atole”, en cambio, es, como se dice vulgarmente, regarla; “dar atole con el dedo”, es engañar, por eso, “una cosa es Toledo y otra atole con el dedo”, advierte un refrán. Y, para concluir, un par de albures: “como dueño de mi atole lo menearé con un palo”, “tanto tiempo de atolera y sin saberlo menear”.

Situación curiosa es la del pescado en el refranero mexicano. Son dos los peces aludidos en él: los bagres y los juiles. Los bagres son peces que abundan en los ríos de por acá. Los juiles son carpas típicas de los lagos y presas mexicanos. Por contraste, debo decir que la pesca consignada en el refranero español es de anguilas, sardinas, bacalao y merluza. El refranero mexicano tiene la conciencia de que el bagre es comida de vigilia cuando dice: “como no nos faltan bagres comeremos de vigilia”. En la conciencia popular, por tanto, el bagre no forma parte de la dieta ordinaria. Empero, por lo que hace a la dificultad de comérselos, el refranero mexicano tiene conciencia de que el juil es más fácil de comer que el bagre; por eso exclama irónico: “ése se come los bagres y se le atorán los juiles”. En cambio, su calidad como alimento es inversa a la dificultad de comerlos; es más alimento el bagre que el juil, de allí que recomiende: “mientras se pescan los bagres alimentarse con juiles”.

Sin embargo, al lado de esta comida nativa, el refranero mexicano ha conservado una base de la vieja comida española. El afán por la sobriedad, por ejemplo, es una de las más viejas normas de comer que aparece, como hemos visto, en los más antiguos refraneros: “quien come mucho, come poco”; “quien come para vivir, se alimenta, quien vive para comer, revienta”; “quien quiera vivir sano coma poco y cene temprano”; “de golosos y tragones están llenos los panteones”; “de comidas y cenas las fosas están llenas”; “el comer da muerte a muchos, el hambre casi a ninguno”; “quien come con cordura, su salud procura”. Este refrán introduce en nuestro refranero, por ejemplo, una de las constantes de la tradición española: sólo se ha de comer lo que se digiere, pues “el que bien come y digiere, sólo de viejo se muere” y amonesta sin ambages: “no hay que comer lo que no se digiere”.

En nada se separan más los dos paradigmas de la comida, el español y el mexicano, como en lo relativo al beber. Se puede decir, en efecto, que en el refranero mexicano predomina una tradición vulgar sobre el beber: el beber de los borrachos. Así: “después de dulce, vino, borracho fino”. Una variante de este refrán dice claramente: “borracho fino, tras del dulce bebe vino”. A esta tradición se apegan, estrictamente, refranes como:

El agua es para los bueyes; el vino para los hombres.  
El que con vino se acuesta con agua se desayuna.  
Los valientes y el buen vino nunca duran mucho tiempo.  
Naípe, tabaco, vino y mujer, echan al hombre a perder.  
Para agarrar borrachera, bueno es el vino cualquiera.  
Quien vive entre amor y vino que no se queje al destino.  
Si el vino te tiene loco, déjalo poquito a poco.  
Toma vino, mas no dejes que el vino te tome a ti.

Vino y mujeres dan más pesares que placeres.  
Algo tiene el agua cuando la bendicen y algo el aguardiente cuando lo maldicen.  
Con amor y aguardiente, nada se siente.  
Quien con aguardiente cena con agua se desayuna.  
Para todo mal, mezcal, y para todo bien, también.  
Beber desde aguamiel hasta aguacola.  
El que toma una vez pulque, su casa es un tinacal.  
No tiene la culpa el pulque sino el briago que lo bebe.  
Para tomar pulque puro, beberlo en el tinacal.  
Primero con agua, después sin agua, y al final como agua.  
Primero reventar que hacer desaire.  
Que beban agua los bueyes, que tienen el cuero duro.  
Agua de las verdes matas, tú me tumbas, tú me matas, tú me haces andar a gatas.  
En el pobre es borrachera y en el rico es alegría.  
Contra las muchas penas, las copas llenas; contra las penas pocas, llenas las copas.  
Cuando andes a medios chiles, búscate medias cebollas.

Hay que aclarar que, en el vocabulario popular del refranero mexicano, el vocablo “vino” significa cualquier tipo de bebida embriagante. Se puede decir que la tradición del vino de mesa está ausente en el refranero mexicano. Es posible conjeturar al respecto que ello se originó en los problemas que hubo, en la Nueva España, para la fabricación de bebidas como el vino. Cabe decir, finalmente, que aún son perceptibles reminiscencias españolas en los refranes mexicanos sobre la bebida.

Además es español también el esquema según el cual la comida de mediodía es el momento fuerte de la alimentación: “almuerza mucho, come más, cena poco, y vivirás”,<sup>25</sup> sentencia un viejo refrán arraigado desde muy temprano en el refranero mexicano. Del refranero español, el nuestro tomó, adaptándose a su índole, refranes como “de la gallina más vieja resulta el caldo mejor”, “a buena hambre, no hay pan malo”, “a fuerza ni la comida es buena”. La dieta mexicana conserva el aprecio español por el pan de trigo, la leche, el queso, el arroz, la carne, las empanadas, la avena, el caldo y si es de pollo, mejor; el vino, la longaniza, el jocoque, el queso, el tocino. Sabe, también, como el español, cuándo “no está el horno para bollos”, y que “primero es comer que ser cristiano”, que “lo frito, calentito” o que “el hambre es la buena, no la comida” y, en fin, que “el que tiene hambre atiza la olla” y que “harto ayuna quien mal come”. Es significativo, por lo demás, el popular dicho: “entre menos burros más olotes”.

Existe, pues, en el mismo refranero no sólo un encuentro entre dos comidas, sino un claro enfrentamiento entre ellas. Por lo general, el triunfo es dado en el

<sup>25</sup> Correa recoge varios refranes exactamente contrarios a éste usado ciertamente entre nosotros. Por ejemplo: “come poco y cena más, duerme en alto y vivirás”. En la explicación que Correa pone enseguida dice que este refrán vale para la gente que durante el día gasta mucha energía; que para los sedentarios y, en general, los que gastan poca energía vale lo contrario, como hemos visto arriba.

refranero y en la conciencia popular al sustrato alimenticio español. Así, la sopa es de más categoría que el caldo de olla. El refranero mexicano se queja, en efecto, de quienes al principio parecen una cosa y resultan otra, de calidad inferior: “pareces principio y sopa y eres puro caldo de olla”. Las albóndigas son mejor alimento que el caldo, por eso se queja cuando “cuesta más el caldo que las albóndigas”; la carne, el jamón y el pollo son, por ejemplo, de más calidad que los frijoles; por eso se ve mal a quienes “comen frijoles y repiten pollo” y advierte: “si comes frijoles no eructes jamón”. De allí, también, que exclame, alburero: “con esa carne ni frijoles pido”. El tamal es inferior al bizcocho; así puede reclamar el refranero: “¿por qué con tamal me pagas teniendo bizcochería?”. Las tortillas salen perdiendo frente al pan de trigo: “quien no quiere pan de trigo que se coma las tortillas”, dice un viejo refrán mexicano; y desde luego el conocido, “a falta de pan, buenas son tortillas”. El atole, desde luego, es inferior al chocolate según se desprende del siguiente refrán axiológico; “más vale atole con risas, que chocolate con lágrimas”.

El refranero mexicano de la comida refleja varias de las características del modo de ser popular que se ríe de la desgracia y encuentra tipos y semblanzas aun en las cosas tan cotidianas como el comer. Hay, por ejemplo, en varios de los refranes mexicanos sobre comida, un típico espíritu pícaro y alburero. Pongo algunos ejemplos: “se me hace mucho jamón, para un pinche par de huevos” no es, ciertamente, una receta de cocina; “he frito mi longaniza en mejores tepalcates”, “no te calientes garnacha que no es para ti el aceite”, “no le tengas miedo al chile aunque lo veas colorado” y “ganas tiene el aceite de chirriar ese tocino” son típicos albures. Por otro lado, es posible distinguir también una especie de semiótica de la comida en el refranero mexicano. El refranero no sólo está consciente de que uno se distingue por lo que come, en un contexto en el que tener que comer es señal de fortuna, sino que con las comidas ha conformado un complejo y vasto sistema de acciones que tienen un significado fijo. Por ejemplo: “en el modo de cortar el queso, se conoce al que es tendero”, “en el modo de partir el pan, se conoce tanto al que es tragón como al que está hambriento”, “enfermo que come y mea, el diablo que se lo crea”. El carácter picaresco está más con el modo mexicano de afrontar la vida; la semiótica paremiológica, en cambio, es típica del mundo de los refranes.

No faltan en el refranero mexicano los refranes mestizos sobre comida. Ellos protagonizan, mejor que ninguna otra realidad, el encuentro entre dos comidas. Quizás el mejor ejemplo sea el ya mencionado refrán que dice: “a falta de pan, buenas son tortillas”. Desde luego, no es el único. Este tipo de fusiones adoptan varias formas que no es, obviamente, el momento de analizar. La más evidente es aquélla en que la estructura paremiológica española queda intacta siendo substituido sólo alguno de los referentes: donde el refranero español decía “tortas” el refranero mexicano tiene, como alimento sustituto, las tortillas.

Este recorrido somero por los senderos que la alimentación ha dejado marcados en el refranero mexicano nos permite apreciar los encuentros y desencuentros, los rencores y los estigmas, el hambre y las ilusiones, los tabúes y las tradiciones que han



quedado consignados en los ámbitos de la cultura oral, por naturaleza popular. Por la pequeña exploración que un espacio como éste nos ha permitido, hemos podido apreciar lo útil que puede ser el refranero a la hora de repasar nuestras convicciones, nuestras raíces y nuestras tradiciones que han dejado huella en la conciencia colectiva.

#### BIBLIOGRAFÍA

CORREAS, *Vocabulario de refranes y frases proverbiales*.

FRENK ALATORRE, Margit, “¿Santillana o Suero de Ribera?”, en *N.R.F.H.*, t. XVI, 1962.

LAPESA, Rafael, *La obra literaria del marqués de Santillana*, Madrid, 1957.

———, “Los proverbios de Santillana. Contribución al estudio de sus fuentes”, en *De la edad media a nuestros días*, Madrid, Gredos, 1982.

NAVARRO, Tomás, *Métrica española*, New York, Las Américas Publishing Company, 1966.

NÚÑEZ, Hernán, *Refranes y Proverbios*, 1555.

SCHÜKEL, Luis Alonso, y Eduardo ZURRO, *La traducción bíblica: lingüística y estilística*, Madrid, Cristiandad, 1977.