

El Mediterráneo y la Historia

Idioma

Español

...el Mediterráneo es una encrucijada muy antigua. Desde hace miles de años todo converge en su dirección, confundiendo y enriqueciendo su historia: hombre, animales de carga, vehículos. Mercancías, navíos, ideas, religiones, artes de vivir – Fernand Braudel, “El Mediterráneo: el espacio y la historia”

El Mediterráneo, el “*Mare Nostrum*” de los romanos, es el mayor mar interior del planeta, uniendo tres continentes: Europa, África y Asia. Su superficie líquida es de 3 millones de km² con 2.000 islas, bordeada por un perímetro costero de 47 000 km.

Pero el Mediterráneo no es sólo una geografía, un clima o un mar. Este mar delimita también un espacio cultural, una confluencia de civilizaciones muy antiguas que nos han legado formas particulares de vida en comunidad y patrimonios culturales diversos.

Aquí se encuentra un modo particular de ver, de pensar y de actuar que ha influenciado todo el planeta.

A lo largo de milenios factores geoclimáticos, entre otros, han atraído grupos humanos que, huyendo de sequías, conflictos y hambrunas cíclicas se han establecido en zonas más templadas y fértiles de la región mediterránea. Los ríos fueron los caminos para el “gran lago”, donde nacieron las tres grandes religiones monoteístas: judaísmo, cristianismo e islamismo.

En este espacio emergieron extraordinarias civilizaciones que desarrollaron producciones, ciencias y artes. Surgieron sociedades de agricultores, artesanos y mercaderes y fueron fundadas centenares de ciudades. La buena navegabilidad del Mediterráneo permitió un comercio intenso y el asentamiento de “factorías”, incluso en regiones más allá del Estrecho de Gibraltar, siguiendo el litoral de la Península Ibérica.

Las ciudades mediterráneas poseen una estructura urbana en la que destaca la importancia de los puertos, la presencia de grandes mercados, plazas y templos, anfiteatros y espacios de ocio, distribuidos por una inmensa tela de callejuelas estrechas y poniendo de manifiesto una intensa vida comunitaria, plena de relaciones de pertenencia y vecindad.

Portugal, con numerosas ciudades fundadas en la antigüedad, cuenta por todo su territorio con testigos y ejemplos de la presencia de los pueblos venidos del Mediterráneo.

Las expresiones de estas vivencias crearon un estilo de vida a la que los griegos llamaban “*díaita*”, y que incluye prácticas de convivencia y de alimentación que constituyen la “dieta mediterránea”.

Source URL (modified on 11/12/2015 - 12:19): <http://dietamediterranea.pt/?q=es/node/274>