

“Vivir de un modo más agradable en un mundo cada vez más lleno de sorpresas desagradables”: la relectura de *How to Cook a Wolf* de M. F. K. Fisher durante el confinamiento de 2020

“[To Live] Most Agreeably in a World Full of an Increasing Number of Disagreeable Surprises”: Revisiting *How to Cook a Wolf* by M. F. K. Fisher in 2020 During Quarantine

“Viver com mais prazer em um mundo cada vez mais cheio de sorpresas desagradáveis”: a releitura de *How to Cook a Wolf* de M. F. K. Fisher durante o confinamiento de 2020

JULIETA FLORES JURADO*

CISAN, Universidad Nacional Autónoma de México, México

<http://dx.doi.org/10.25025/perifrasis202314.29.05>

Fecha de recepción: 18 de noviembre de 2022

Fecha de aceptación: 23 de enero de 2023

Fecha de modificación: 27 de febrero de 2023

RESUMEN

Las autobiografías gastronómicas de M. F. K. Fisher (1908-1992) han sido reconocidas como obras con estatus literario. Su libro *How to Cook a Wolf* de 1942, una colección de ensayos sobre el racionamiento en la Segunda Guerra Mundial, volvió a ser popular durante el confinamiento de 2020, pues ofrecía una reflexión vigente sobre la cocina doméstica como un refugio en periodos de incertidumbre. Este artículo presenta un panorama del género escritura gastronómica, y examina la relevancia del libro de Fisher con base en los conceptos de salutismo y sujeto hipervigilante, los cuales influyen en los discursos contemporáneos sobre cuerpo y alimentación. Este análisis sostiene que *How to Cook a Wolf* invita a los lectores a reconciliarse con su apetito y con su corporalidad, y a ahuyentar los nuevos peligros con el sosiego y el deleite de comer en medio de periodos de crisis.

PALABRAS CLAVE: M. F. K. Fisher, estudios alimentarios, gastronomía, siglo xx, Segunda Guerra Mundial, Pandemia de COVID-19, literatura estadounidense

*julietafloresjurado@filos.unam.mx, Doctora en Letras, Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Este artículo recibió el apoyo del Programa de Becas Posdoctorales de la UNAM.

ABSTRACT

M. F. K. Fisher's food memoirs have been interpreted as works that possess literary status. Fisher's 1942 book *How to Cook a Wolf*, a collection of essays about food rationing during World War II, became popular again during the 2020 lockdown because it provided a timely reflection on the domestic kitchen as a shelter in uncertain times. This article includes an overview of food writing as a genre and considers the relevance of Fisher's book through the concepts of healthism and hypervigilant subject, which are involved in contemporary discourses on eating and the human body. My analysis aims to demonstrate that *How to Cook a Wolf* invites its readers to reconcile with their appetite and their corporeality and to chase the new perils away with the delight and soothing ability to eat amid periods of crisis.

KEYWORDS: M. F. K. Fisher, food studies, gastronomy, twentieth century, World War II, COVID-19 Pandemic, American literature

RESUMO

As autobiografias gastronômicas de M. F. K. Fisher (1908-1992) têm sido reconhecidas como obras com um valor literário. Seu livro *How to Cook a Wolf*, de 1942, uma coleção de ensaios sobre o racionamento na Segunda Guerra Mundial, voltou a ser popular durante o confinamento de 2020 devido a que oferecia uma reflexão atual sobre a cozinha como um abrigo em períodos de incerteza. Este artigo apresenta um panorama do gênero de escrita gastronômica, e examina a relevância do livro de Fisher com base nos conceitos do salutarismo e sujeito hipervigilante, os quais influenciam os discursos contemporâneos sobre o corpo e a alimentação. Esta análise sustenta que *How to Cook a Wolf* convida aos leitores a se reconciliar com seu apetite e com sua corporalidade, e a espantar aos novos perigos com o sossego e o deleite de comer no meio de períodos de crise.

PALAVRAS CHAVE: estudos alimentares, gastronomia, século xx, Segunda Guerra Mundial, Pandemia de COVID-19, literatura dos Estados Unidos

En la primavera de 2020, durante la cuarentena establecida en los primeros meses de la pandemia de COVID-19, un libro de cocina publicado casi ochenta años antes volvió a figurar en los medios gastronómicos estadounidenses. *How to Cook a Wolf* de Mary Frances Kennedy Fisher, un libro publicado en 1942 en el marco del racionamento de alimentos durante la Segunda Guerra Mundial, se afirmó como un texto de inesperada relevancia para acompañar un nuevo periodo de incertidumbre. En junio de ese mismo año, la editorial Daunt Books lanzó una nueva edición de *How to Cook a Wolf* y presentó así el contenido del libro: “With her trademark wit and warm wisdom, Fisher shares her timeless tips for keeping up spirits —and appetites— when ingredients are in short supply. Instead of regretting what we don't have, she teaches us how to savour what we do ... Fisher gives us license to dream, experiment and invent adventurous and delicious meals from whatever we can salvage from the back of the cupboard”.

Esta última oración señala la posibilidad de encontrar regocijo en las *pantry meals* (“comidas de despensa” hechas con ingredientes congelados y productos no

percederos) sobre las que el periodismo gastronómico también estaba instruyendo a su público lector durante el confinamiento. Después, Saunders en el diario *The Telegraph* declaró: “... it’s the perfect time to revisit Fisher’s advice on how ‘to live most agreeably in a world full of an increasing number of disagreeable surprises’”. *How to Cook a Wolf* fue reseñado en medios como *Eater* (Wallentine) y *Vox* (Grady), y también en un ensayo en la revista académica *Gastronomica*, en el que Gregory Emilio asegura su vigencia: “Equal parts *belles lettres* and practical guide, *How to Cook a Wolf*, perhaps more than any other piece of twentieth-century food writing, speaks presciently to our pandemic zeitgeist” (106). La voz de Fisher, en pasajes como “[n]ow we bend our minds ... to existing as gracefully as possible without many of the things we have always accepted as our due: light, free air, fresh foods, prepared according to our tastes” (*How to Cook* 182), hallaba eco en preocupaciones y afectos similares durante la cuarentena. El libro contiene observaciones familiares sobre cómo una emergencia trae consigo un nuevo vocabulario: “Stuka and blitz became a part of even childish chitchat” (187). En 2020, se trató de términos como “distanciamiento social” o “curva de contagio”. De haber sido testigo de la compra de pánico de insumos básicos al inicio de la pandemia, Fisher se pronunciaría así: “It is often a delicate point, now, to decide when common sense ends and hoarding begins. Preparing a small stock of practical boxed and canned goods for a blackout shelf, in direct relation to the size of your family, is quite another thing from buying large quantities of bottled shrimps and canapé wafers and meat pastes, or even unjustified amounts of more sensible foods” (187).

El sitio web de Amazon Estados Unidos clasifica *How to Cook a Wolf* como una autobiografía, pero esta clasificación no es del todo exacta: la estructura y alcance del libro son más cercanos al subgénero al que Traci Marie Kelly denomina *culinary memoir*. Los *culinary memoirs*, de acuerdo con Kelly, “present a personal story interlaced with reminiscences about cooking, dining, and feasting” (255). Aunque es común que este tipo de libros contengan recetas, estas no aparecen indexadas, una decisión que sugiere que la narración autobiográfica es el eje del libro. *How to Cook a Wolf* no tiene las secciones habituales de un libro de cocina, sino que se trata de una serie de episodios —veintiún ensayos— en los que el “lobo” es ahuyentado del hogar de Fisher, y por extensión del de sus lectores. El título hace referencia a la expresión *to keep the wolf from the door*, que significa poder cubrir las necesidades básicas. Aunque en algunos capítulos el lobo simboliza la precariedad económica, se trata de un significante suficientemente flexible: lo que llama a la puerta son “war and its trillion grim surprises” (16) o “headlines [that] yell at you” (198). En 2020 el lobo asumió la forma de “unemployment, food shortages, property damage, sickness, grief, powerlessness in an unequal world” (Terhaar). Ante

esta variedad de lobos, la obra de Fisher va mucho más allá de la mera economía doméstica, pues el hambre psicológica y la búsqueda de sosiego y seguridad son motivaciones igualmente importantes de su escritura (McLean 80).

Este artículo examinará las razones que condujeron a la revalorización de *How to Cook a Wolf* en un contexto tan diferente al racionamiento experimentado por la población civil durante la Segunda Guerra Mundial. A pesar de la distancia entre 1942 y 2020, también es cierto que “[u]p until now, only war on a global scale has caused the whole world to experience the same thing at the same time” (Emilio 107). Este artículo sostiene que *How to Cook a Wolf* ofreció al público lector herramientas para articular una concepción alternativa del cuerpo que come, ante una cultura en la que la hipervigilancia y la noción de riesgo tienen un peso sin precedentes en la vida cotidiana, y tanto el hogar como el cuerpo humano fueron imaginados como sitios bajo permanente amenaza, que era imperativo proteger de la amenaza de un virus hasta entonces desconocido. El “lobo” más reciente, desde mi perspectiva, no es solamente un virus, sino la consciencia permanente de estar en riesgo, una consciencia que tiñe numerosas experiencias cotidianas, en particular la alimentación. Esta consciencia se relaciona con un paradigma inmunitario (Esposito) que opera en las sociedades contemporáneas, que busca clausurar los umbrales y establecer barreras que impidan el paso de aquello considerado amenazante. Como veremos más adelante, el libro de Fisher enfrenta las amenazas con un placer temerario.

Desarrollaré este argumento en tres etapas: primero, delinearé la ideología de automonitoreo y salutismo que contribuye a producir un “individuo hipervigilante”, como lo nombra Raquel Taranilla (4). El segundo apartado describe el género textual al que denomino escritura gastronómica, y aporta el trasfondo necesario para situar a M. F. K. Fisher como una figura clave en el campo gastronómico estadounidense. En la tercera sección revisaré algunas coincidencias entre la postura de Fisher y las preocupaciones actuales en torno a la salud y la relación de los sujetos con sus cuerpos, para llegar a una posible respuesta sobre qué valor práctico y afectivo encontraron las lectoras y lectores en este libro clásico durante el confinamiento.

1. El comensal hipervigilante

Una idea que atraviesa la obra de Michel Foucault es que el poder se expresa en prácticas cotidianas, y que opera en forma más efectiva cuando cada sujeto, sin coerción aparente, lleva a cabo sobre sí acciones que cumplen con una función de automonitoreo y con la expectativa de moldear al cuerpo insumiso en conformidad con las normas sociales. Para

Foucault, el cuerpo que se autovigila no es tanto un cuerpo bajo represión, sino un cuerpo cuya existencia es habilitada por la producción de cierto tipo de saberes que se presentan como objetivos y científicos. La concepción contemporánea del cuerpo define al individuo responsable como aquel que conoce los factores que podrían poner en riesgo su cuerpo y organiza su conducta a partir de ese conocimiento. La noción de riesgo, por lo tanto, forma parte de una tecnología del yo: es un saber que lleva al sujeto a construir una relación personal consigo mismo y a transformarse a sí mismo (Foucault). La información sobre el riesgo se difunde desde el ámbito de la salud pública, cuando las instancias gubernamentales crean campañas para persuadir a la ciudadanía de adoptar hábitos más saludables, así como en la publicidad, en la literatura científica y de divulgación, y en la interacción directa con profesionales de la salud. Gracias a estos actos de comunicación las personas asumen “una lógica que establece las normas de la gestión prudente de uno mismo, de cara a paliar —o, al menos, minimizar— los peligros que lo acechan” (Taranilla 3).

Para Raquel Taranilla, la construcción de un saber denominado “razón actuarial”, sustentado en disciplinas como la estadística y la epidemiología, deriva en la formación de un individuo hipervigilante, cuyas acciones cotidianas se organizan de acuerdo a una estimación del peligro y al conocimiento del propio cuerpo y de aquellos factores que podrían clasificarlo como un cuerpo en riesgo: “En el ámbito de la salud y, en general, de la gestión corporal, el riesgo no sólo es el sustento teórico de la medicina preventiva, sino que además hace irrumpir una nueva subjetividad, una representación particular del yo en peligro” (7). La valoración positiva del individuo preocupado por su salud, dispuesto a adoptar hábitos que reduzcan los riesgos, se conecta con la ideología a la que Robert Crawford llamó salutismo (*healthism*). Según Taranilla, “la ideología de la salud ha ido expandiendo su dominio, saliendo fuera de la clínica y conformando un modo de vida que ha colonizado tanto el discurso público como el privado con tal calado que resulta difícil mantenerse al margen de la doctrina de cuidado al cuerpo, tanto si se acata como si se reacciona contra ella” (13). Desestimar los llamados a la prevención deriva en juicios negativos, que califican al individuo como descuidado o irresponsable de sí mismo y de los demás (Crawford 379).

En una línea de reflexión afín, Roberto Esposito ha postulado el paradigma inmunitario como la lógica que opera en la representación de una sociedad como un cuerpo vulnerable a intrusiones; en consecuencia, la comunidad puede compartir el temor hacia un “otro” amenazante. Para prevenir el ingreso del peligro, representado en términos de contagio o aumento de un elemento desequilibrante, se generan discursos que justifican una violencia preventiva o inmunizadora: “... si la comunidad determina la fractura de las barreras de protección de la identidad individual, la inmunidad constituye el intento

de reconstruirla en una forma defensiva y ofensiva contra todo elemento externo capaz de amenazarla” (4). Aunque esta violencia puede tener expresiones a gran escala, como la que el estado puede ejercer hacia toda una población considerada “riesgosa”, el paradigma inmunitario, en conjunto con la propuesta de Crawford sobre la ideología del salutismo, permite explicar por qué se espera que no solo las sociedades, sino que cada individuo adopte “an independent strategy for personal enhancement against the external forces and internal weaknesses which assault well-being” (Crawford 381).

Desde el inicio de la crisis del COVID-19, anunciada como una pandemia global el 11 de marzo de 2020 por la OMS, el paradigma inmunitario se manifestó en el decreto de cierres de fronteras encaminados a proteger ciudades y naciones enteras. Además, se difundieron mensajes que apremiaban a la población a tomar precauciones adicionales en caso de ubicarse en un grupo de riesgo. Por ejemplo, los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades de Estados Unidos (CDC, Centers for Disease Control and Prevention) difunden una lista exhaustiva de las condiciones que suponen mayor riesgo de enfermedad grave y muerte para pacientes con COVID-19¹. Por otra parte, la inmunidad ha sido un concepto cargado de expectativa y dudas durante los últimos tres años, desde la debatida posibilidad de que la pandemia terminaría cuando se lograra la “inmunidad de rebaño”, hasta la protección que ofrecerían las diferentes vacunas y la permanencia de un nivel de anticuerpos suficiente. En un sentido más figurativo, durante el año 2020 se hicieron esfuerzos para blindar el hogar y el cuerpo contra la entrada del virus, los cuales incluyeron numerosas medidas como la desinfección de todos los empaques y prendas que vinieran del exterior, portar equipo de protección personal durante las peligrosas excursiones esenciales, y la desinfección de negocios, autobuses, trenes y hasta calles completas.

En su artículo “Healthism and the Medicalization of Everyday Life”, Crawford anticipaba que los periodos de crisis son terreno fértil para la propagación de la ideología del salutismo: “When life is experienced as eluding control, particularly when people begin to wonder whether a standard of living to which they have become accustomed can be sustained, the need for personal control is intensified. Personal health has become one such area into which people can throw their energies and reassert the sense that they can act on their own behalf” (382). Este panorama se asemeja a la pérdida de control experimentada durante el confinamiento, en el que incluso a personas cuyo

1. Esta lista resulta inusual pues su valoración del riesgo toma en cuenta la naturaleza estructural y sistémica de la desigualdad en el acceso a la salud, al incluir factores sociales como las dificultades que personas con discapacidad, con un idioma materno distinto del inglés o sin un empleo formal tienen para recibir atención médica. Véase <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-medical-conditions.html>

cuerpo no tenía un factor de riesgo se les advirtió que podían adquirir dicha condición: un ejemplo claro es el índice de masa corporal (IMC) elevado, el cual fue identificado como un factor de riesgo en caso de contraer COVID-19. Sobra decir que esta advertencia se ligaba con una concepción demasiado simplificada del peso de una persona como el resultado de sus decisiones individuales, y que abonó al señalamiento y a la culpabilización de las personas gordas. Así, el cuerpo con un IMC alto y presuntamente no saludable se dibuja como un cuerpo posible ante el que incluso las personas delgadas deben estar alerta: “Everyone should engage in weight maintenance; anyone could slip over that boundary into poor health” (Welsh 36).

Aún no terminan de entenderse los efectos a largo plazo de este estado constante de ansiedad, y las formas en que esta experiencia de hipervigilancia modificará el contacto entre nuestro cuerpo y otros cuerpos humanos y no humanos. El énfasis de este artículo está en dos de los espacios que ofrecieron refugio y confort durante este periodo: la cocina doméstica y la escritura gastronómica. Por supuesto, esto fue posible para quienes tuvieron la posibilidad de trabajar de manera remota y contaban tanto con recursos económicos como con el tiempo necesarios para dedicarse a la cocina o a la lectura. No puedo afirmar que todo lector o lectora que leyó libros de cocina en este periodo transformó en consecuencia sus hábitos culinarios o alimentarios. De hecho, para entender el lugar de *How to Cook a Wolf* durante el confinamiento es útil tener en mente el argumento de que el valor literario de la escritura gastronómica se ha justificado aludiendo a la posibilidad de separarla de su función práctica: es decir, un libro de cocina puede ser disfrutado por quienes aprecian el lenguaje y la dimensión imaginativa del texto, pero no cocinan habitualmente o no se proponen ejecutar las recetas en la vida real. Fisher describe la obra como “a book of resolutely practical recipes for foxing the wolf and keeping him either at his proper distance, or well-jointed in a stewpan” (191). Esta actitud de confianza, el sentido del humor y los consejos para sobrellevar una situación de angustia que el texto ofrece pueden ser relevantes incluso para quienes no tengan el deseo o la posibilidad de cocinar. En el siguiente apartado hablaré sobre M. F. K. Fisher en el contexto más amplio de la categoría textual de la escritura gastronómica para reconocer en su obra una adopción subversiva de las características del género: esta síntesis servirá para explicar por qué *How to Cook a Wolf* atrajo a un público lector hipervigilante en el periodo del confinamiento.

2. La escritura gastronómica y la domesticidad

La escritura gastronómica (*food writing*) es una familia de textos que se caracteriza por su consideración de la comida como un objeto y un discurso con importancia social

y cultural, cuyo valor no es únicamente nutritivo. Además de enmarcar la necesidad fisiológica de la alimentación en contextos culturales, la escritura gastronómica vuelve evidente el carácter colectivo de la alimentación, ya que la conversión de experiencias gustativas al lenguaje verbal traslada a un contexto social las percepciones sensoriales individuales que se suscitan en el acto de comer: “... culinary discourse transforms the material into the intellectual, the imaginative, the symbolic, and the aesthetic” (Ferguson 20). La forma y estilo de la escritura gastronómica son enormemente variables: el género comprende ejemplos muy diversos de no ficción, ya que el término “applies to any sort of writing that deals with matters of food, cooking, food production, food culture, and the dozens of nooks and crannies in those categories” (Rosner y Hesser 89). Lynn Bloom coincide en acotar la escritura gastronómica al terreno de la no ficción, excluyendo la representación de la comida en cuentos, novelas y poemas: se trata de “belletristic non-fiction either devoted to food or containing significant food-related scenes —primarily creative nonfiction, autobiographies, travel accounts— with a passing glance at the art of writing cookbooks and, therefore, recipes” (348).

Es innegable que la escritura gastronómica históricamente se ha originado y circulado en un entorno de privilegio. En trabajos como los de Ferguson, Gigante y Tigner y Carruth se ha documentado con detalle cómo el campo gastronómico se relaciona con la legitimación del gusto (tanto en su acepción estética como sensorial) de la clase media. El gastrónomo prototípico es un hombre de estatus privilegiado, que concibe la comida como un arte y que a partir de esto practica una escritura que celebra el apetito. Además del privilegio de clase que representa el poder dedicar tiempo y recursos a la búsqueda de comida deliciosa y a la expresión escrita de este *ethos* de la abundancia y el placer, la escritura gastronómica ha sido una práctica textual de difícil acceso para ciertas voces, notablemente para las mujeres. En la literatura gastronómica emergente era casi sin excepción una figura de autoridad masculina la que se presentaba como conocedor y divulgador del buen gusto. En contraste, las escritoras estuvieron por mucho tiempo circunscritas al género menos estimado del libro de cocina doméstico. El prestigio cultural de la gastronomía, su cercanía con la *alta literatura*, su consideración estética de la comida y su enaltecimiento del apetito selectivo fueron posibles gracias a su claro distanciamiento de los géneros domésticos feminizados, como las recetas y los manuales del hogar (Tigner y Carruth 138). Como el apetito físico de las mujeres se asocia con el deseo, la ambición y la exigencia de una voz pública, es de esperar que la figura de la mujer voraz resulte subversiva y hasta condenable.

Esta política sexual de los textos culinarios fue desafiada por escritoras que se apropiaron del discurso gastronómico para nombrar su propio apetito y para defender

su búsqueda del placer, llegando a abrazar adjetivos como “glotona” a pesar de sus connotaciones negativas: una de las autoras que tuvo mayor éxito en este sentido fue M. F. K. Fisher, quien integró las convenciones de la escritura gastronómica a sus ensayos autobiográficos y consiguió articular una persona femenina definida por su independencia y por su autoridad gustativa. Además de afirmar el placer erótico que puede existir en la comida, Fisher escribió elocuentemente sobre la comida como un sitio en donde el hambre emocional también encuentra satisfacción. Su prosa resalta los momentos en los que el acto íntimo de la ingesta permite al “yo que come” participar en escenas de comunión con otros y con su entorno. De acuerdo con McLean,

[t]hrough her memoirs and essays, Fisher articulates a gastronomic philosophy developed from the belief that how we gather, prepare, and eat food is inextricably linked to the quality of our lives. The most celebratory scenes in Fisher’s writing showcase the wisdom and pleasure gained from putting this belief into practice and articulate an aesthetics of female desire grounded in gastronomic pleasure. They also foreground eating as a powerful source of creativity, communion, and erotic pleasure. (60)

La valoración de la obra de Fisher está repleta de elogios hacia su prosa y reconocimiento de la aproximación sensual al objeto de sus reflexiones: “In a properly run culture, Mary Frances Kennedy Fisher would be recognized as one of the great writers this country has produced in this century”, escribió Raymond Sokolov para *The New York Times*. John Updike se refirió famosamente a ella como “poet of the appetites”, mientras que el poeta W. H. Auden prologó la primera edición británica de *The Art of Eating*: todo esto habla de la atribución de valor literario a los escritos de Fisher. Sin embargo, McLean recuerda que, si bien es cierto que la persona autorial de Fisher se rebela contra la ideología de la domesticidad obligatoria, contra la austeridad y la supresión de los apetitos sensuales en las mujeres, esta en cierto modo también habilitó la creatividad de Fisher: “The domestic tradition not only established the boundaries that her own writing would reconfigure but also provided a vision of unfulfilled female desire that she strove to sate within her own life’s writing” (McLean 60). En el caso de su tercer libro, *How to Cook a Wolf*, la voz de Fisher contrasta con el mensaje predominante en los libros de cocina del periodo de guerra, que presentaban a las mujeres como responsables de la buena nutrición de la nación entera. Aquí puede reconocerse el paradigma inmunitario al que hacía referencia Esposito: “Like England, the United States adopted the notion of the home front as a war front and meals as munitions to arm the family body against enemy ideology ... the housewife who nourished her family with three ‘square meals’ a day helped to create a national body firm enough to keep the enemy’s mind and body at

bay” (McLean 76). Aun cuando el discurso del patriotismo y el sacrificio eran ubicuos, y la cocina se imaginaba como un “frente doméstico” en el que la mentalidad frugal y práctica de las mujeres apoyaría el esfuerzo militar, la agricultura de Estados Unidos de hecho creció durante el periodo de guerra, un factor que contribuiría a afirmar el poder global de esta nación al concluir la Segunda Guerra Mundial: la provisión de comida, contemplada como parte del plan Marshall, “ultimately solidified the position of the United States as a world food power, which in turn has been a key structural factor since 1945 in the nation’s wider political, economic, and cultural hegemony” (Carruth 776).

A pesar de las barreras superadas por escritoras de gran apetito que adoptaron la forma y temas de la escritura gastronómica para nombrar sus propios deseos y perseguir sus intereses intelectuales, es necesario recordar que la cultura de las dietas y la ideología del salutismo a las que me referí en el apartado anterior son fuerzas poderosas, y las gastrónomas de hoy no están exentas de internalizar estos discursos de control y disciplina. Para tratarse de un género que celebra la hospitalidad, la abundancia y el placer, la escritura gastronómica no ha logrado divorciar definitivamente alimentación y culpa: en un artículo de 2020, la ensayista gastronómica Tamar Adler admite que, a pesar de ser una practicante de esta escritura de la generosidad y la abundancia, ella misma ha sido blanco de los discursos contradictorios que culpabilizan a quien cede a la tentación de la comida: “Pleasure in food and drink is at the center of my life, and I’ve never been able to reconcile my impulse to give in to it, with the countervailing but no less pressing instinct that somehow —some way— I really *shouldn’t*”.

3. Engañar al lobo en medio de una pandemia

Como para muchas de las lectoras de Fisher en la década de 1940, el confinamiento de 2020 fue un periodo de domesticidad obligatoria, en el que la cocina doméstica adquirió una importancia inesperada: “I imagine that in the not-so-distant future, when scholars and archivists are parsing through the digital sediment of our social media, one thing will be clear: this was a time of much home cooking”, comenta Emilio (106). En la comparación entre la cocina doméstica de 1942 y 2020 es fundamental considerar las ideologías que atravesaban este espacio, la construcción de imaginarios específicos de salud y responsabilidad cívica, y las tecnologías del yo que influyen en la relación que quienes leen tendrán con sus cuerpos y sus deseos. Mi propuesta es que originalmente Fisher optó por reaccionar a los discursos de austeridad y patriotismo, con el estilo desenfadado de una mujer cuyo buen apetito es la mejor defensa ante el lobo llamando a la puerta. En 2020, uno de los varios lobos que llamaron a la puerta con particular

insistencia fue la ideología de disciplina, automonitoreo y consciencia permanente del riesgo, que describí en las páginas anteriores. Ante esta situación, la escritura de Fisher resultó no solamente tranquilizadora, sino que abiertamente demostró al público lector la validez de comer emocionalmente (algo que suele ser denostado en la cultura de dietas contemporánea). Fisher es clara respecto a la cautela como un concepto ajeno a su búsqueda de placer gustativo; en un libro posterior, *An Alphabet for Gourmets*, declara: “[a] complete lack of caution is perhaps one of the true signs of a real gourmet” (17). En suma, las escenas en las que la gastronoma come con deleite y desenfado, o abandona toda cautela y se deja guiar por sus instintos y deseos, resultaron liberadoras para las y los comensales hipervigilantes del siglo XXI.

Los títulos de los capítulos de *How to Cook a Wolf* sugieren una apropiación paródica de los “cómos” (*how-to's*) que rodean al sujeto moderno, formado bajo la obligación de incorporar en sí mismo el conocimiento que lo volverá más “saludable, próspero y sabio”, recuperando los términos de Sarah Nettleton en “Governing the risky self. How to become healthy, wealthy and wise”. Pero el contenido de estos instructivos se desestabiliza por la voz autorial de Fisher como un tipo particular de experta: no se presenta como una experimentada ama de casa ni como una profesional de la ciencia doméstica, sino como una acompañante ingeniosa que adopta el lenguaje poético y la centralidad del placer, característicos de la literatura gastronómica. Su resistencia a la adversidad se caracteriza por la construcción de una personalidad generosa, indulgente y fantasiosa, que llega a rozar la imprudencia, oponiéndose a la austeridad y cautela obligatorias en este contexto. Fisher describe su decisión de preparar un lujoso plato de salmón ahumado como resultado de un “madcap mood” (*How to Cook*, 149), condimenta un estofado de pollo con “a crazy dash of pickled capers” (120), y ofrece posibles formas de mejorar las recetas “if you feel lavish” (157). Fisher lamenta que las soluciones austeras representen una disminución intolerable del placer de la cocina, y se pronuncia sobre las alternativas instantáneas a los ingredientes básicos (como un sustituto de huevo) llamándolos “doubtful triumphs of science over human hunger” (152).

Carruth señala que “[m]ost British and American cookbooks published in the period provide practical recipes to comply with ration programs; in sharp contrast, *How to Cook a Wolf* intersperses recipes that are anything but practical with commentary on the politics of wartime gastronomy” (777). Muchos de los títulos de los capítulos indican su inutilidad para resolver un dilema práctico —“How to Be Sage Without Hemlock”, “How to Distribute Your Virtue”, “How to Rise Up Like New Bread” o “How to Lure the Wolf” — mientras que otros registran la urgencia de la situación —“How to Keep Alive” o “How to Be Cheerful Though Starving”. El vocabulario tiende a ser hiperbólico:

en el capítulo “How to Keep Alive”, la autora incluye la receta de un puchero para emergencias, y en el capítulo sobre mascotas alude a esa preparación y afirma que “one meal of it a day will keep any type of dog I have known in such top form that veterinarians will blink with jealousy” (*How to Cook*, 148). Su receta de “War Cake”, que se remonta a su niñez y a la Primera Guerra Mundial, aún es de su agrado; más aún, “[is] guaranteed to make the wolf take at least two steps back, instead of one step nearer” (154). Es necesario recordar que en 1951 Fisher publicó una segunda edición de *How to Cook a Wolf*, que incluye numerosas anotaciones y comentarios metatextuales a su propia escritura de nueve años antes, contemplada desde un contexto más seguro y sin racionamiento, aunque con nuevas ansiedades a causa de la Guerra Fría. Estos añadidos se indican entre corchetes en el texto. El contraste entre estas dos voces autoriales y los comentarios autorreflexivos de la Fisher posterior producen efectos irónicos y humorísticos.

Ante la abundancia de consejos contradictorios sobre cómo gobernar un cuerpo en una situación desconocida, Fisher conserva el énfasis en el gusto individual: “It is all a question of weeding out what you yourself like best to do, so that you can live most agreeably in a world full of an increasing number of disagreeable surprises” (*How to Cook*, 13). Este énfasis en “lo que más nos gusta hacer” se opone a la exhortación oficial a cocinar y comer siempre pensando en el cuerpo nacional, no en el propio: “Against the government’s call to eat on behalf of the nation and its military-industrial complex, Fisher calls on her readers to eat selfishly” (Carruth 778). A la par de las campañas que incluían a las cocineras domésticas en el esfuerzo militar, se estaba construyendo una nueva ciencia acerca de la nutrición, las vitaminas y minerales necesarios, el balance de las comidas y su contenido calórico. Ya en 1942, Fisher lamentaba que estos saberes, además de generar ansiedad por perseguir el cumplimiento de una norma rígida, disminuían el placer de la comida: “... we encourage our radios, our movies, above all our weekly and monthly magazines, to set up a fantastic ideal in the minds of family cooks, so that everywhere earnest eager women are whipping themselves and their budgets to the bone to provide three ‘balanced’ meals a day for their men and children” (*How to Cook* 5). Al tratar de seguir los planes alimentarios sugeridos por revistas para mujeres, Fisher reconoce que “[a]ll I got was more red in my budget book and more gray in my hair” (6).

Estos comentarios hallaron eco en las lectoras del siglo XXI: en 2021, Virginia Sole-Smith describió una situación en la que 80 % de las mujeres con hijos realizan el 100 % de las actividades de compra y preparación de alimentos, y llevan además la carga mental de planear menús saludables. Sole-Smith observa que la planeación de menús se volvió inescapable durante el confinamiento de 2020, pues se buscaba espaciar lo más posible las salidas al supermercado, y esto requería planear todas las comidas para una o

dos semanas. Planear con anticipación decenas de comidas balanceadas al tiempo que se navegaban la adaptación al trabajo y a la educación remotos, la posible pérdida del empleo y el riesgo de la enfermedad rápidamente podría derivar en la frustración descrita por Fisher; por ello, su consejo central en el primer capítulo del libro devuelve un margen de libertad a la lectora: "... try this simple plan: *Balance the day, not each meal in the day*" (*How to Cook* 7).

El texto de Fisher promueve la reconciliación con el propio cuerpo y la confianza en sus señales de apetito y saciedad, dos de los principios centrales de lo que hoy llamaríamos alimentación intuitiva². Al desechar el molde rígido de un plato balanceado, los comensales "will cast off many of their habits, and begin like you to eat the way they want to, instead of the way their parents and grandparents taught them. They will be richer, and healthier, and perhaps, best of all, their palates will awaken to new pleasures, or remember old ones. All those things are devoutly to be wished for, now especially" (*How to Cook* 9).

Fisher sostuvo a lo largo de su obra que la satisfacción alimentaria es parte integral de una existencia plena: "All men are hungry. They always have been. They must eat, and when they deny themselves the pleasures of carrying out that need, they are cutting off part of their possible fullness, their natural realization of life, whether they are poor or rich" (*How to Cook* 166). Ante el discurso del patriotismo, con su énfasis en la responsabilidad de las mujeres de preparar comida económica y nutritiva, Fisher lamenta la omisión del placer en este panorama culinario nacional: "... we, and almost all American Anglo-Saxon children of the second generation, have been taught when we were young not to mention food or enjoy it publicly ... we have not been allowed to cry out with pleasure but instead have been pressed down, frowned at, weighted with a heavy adult reasoning that such display was unseemly, and vulgar, and almost 'foreign'" (164).

Fisher recuerda a una mujer llamada Sue, conocida por festines sencillos, que describe como "[a cuisine] of intense romantic strangeness" (4). El aprendizaje que Fisher recibió de Sue fue que "she nourished herself and many other people for many years, with the quiet assumption [this is very important] that man's need for food is not a grim obsession, repulsive, disturbing, but a dignified and even enjoyable function" (85). Esta convicción que dignifica el cuerpo es una respuesta poderosa al pensamiento dualista que sustenta diferentes sistemas de opresión, a partir de la tendencia tan arraigada en la filosofía occidental de representar el cuerpo "as animal, as appetite, as deceive, as

2. La alimentación intuitiva es una práctica basada en que una persona aprende a responder a sus señales de hambre y saciedad, sin prohibir ningún tipo de alimento ni considerarlo "malo". El término fue acuñado por Elyse Resch y Evelyn Tribole en su libro de 1995 *Intuitive Eating: A Revolutionary Anti-Diet Approach*.

prison of the soul and confounder of its projects” (Bordo 3). Al honrar el cuerpo, se dignifican también otras personas y objetos asociados con este terreno desprestigiado de lo somático: “Fisher approached the art of eating as a source of intellectual and physical fulfillment. In doing so, she worked to raise the body, food, and the home cook from a menial and shameful position to one of honor” (McLean 75).

El único capítulo en el que Fisher enlista consejos de belleza es “How to Lure the Wolf”: aquí, la figura del lobo parece identificarse en un primer momento con los hombres como agentes deseantes, y los consejos del capítulo le indican a la lectora cómo evitar errores que pudieran hacerla menos atractiva ante el “lobo”, tales como tener el olor de la comida impregnado en su cabello, sus manos o su ropa, o las manos ásperas por lavar trastes: “It is true that onions or garlic often leave a wretched haunting stink, and one not yet associated in the common male mind with glamor” (*How to Cook* 170). Pero después de esta serie de recomendaciones para presentar un cuerpo prolijo y esmerado, acorde con estándares de belleza sexistas y heteronormativos, el capítulo entero queda desestabilizado cuando la ensayista desestima todos los consejos anteriores, remueve el punto de vista masculino, y trae al primer plano la confianza de la lectora en sí misma: “Or you can broil the meat, fry the onions, stew the garlic in the red wine ... and ask me to supper. I’ll not care, really, even if your nose is a little shiny, so long as you are self-possessed and sure that wolf or no wolf, your mind is your own and your heart is another’s and therefore in the right place” (173)³.

4. Conclusiones

El capítulo final de *How to Cook a Wolf* inicia con un epígrafe de Edmund Burke, que afirma que “[e]xpense, and great expense, may be an essential part of true economy” (Fisher 191). Como se ha visto, la estrategia paradójica de la autora es economizar mediante la abundancia. Es el placer, no la restricción, lo que mantiene al lobo a raya. Una de las escenas más conmovedoras muestra a la cocinera preparando un estofado de pichón como defensa ante una ocasión en la que el lobo estuvo muy cerca de cruzar el umbral:

I have eaten a great many pigeons here and there, and I know that the best was one I cooked in a cheap Dutch oven on a one-burner gas-plate in a miserable lodging. The wolf was at the door, and no mistake; until I filled the room with the smell of hot butter and red wine, his pungent breath seeped through the keyhole in an almost visible cloud.

3. En este pasaje Fisher utiliza el sustantivo “the reader”, que en inglés no tiene género, pero escribo “la lectora” porque considero que el capítulo está dirigido a una lectora implícita.

Supper took about half an hour to prepare (I could have done it more quickly, but there was no reason for it), and long before I was ready to put the little brown fuming bird on my one Quimper plate, and pour out my second glass of wine, I heard a sad sigh and then the diminishing click of his claws as he retreated down the hall and out into the foggy night. I had routed him, because of the impertinent recklessness of roasting a little pigeon and savoring it intelligently and voluptuously too. (*How to Cook* 113)

En este pasaje, adjetivos como “cheap” y “miserable” dan paso al sosiego del aroma a mantequilla y vino, y la escena cierra con una reconciliación entre mente y cuerpo, cuando la cocinera triunfa gracias a su ingenio, pero también a su decisión de comer de forma voluptuosa. Esta victoria sobre el lobo es posible gracias a su temeridad, su “impertinent recklessness”, un actuar opuesto a la conducta prudente y responsable que caracteriza al individuo hipervigilante, particularmente en medio de una guerra o una pandemia. Los nuevos elogios hacia *How to Cook a Wolf* sugieren un interés por parte del público lector en textos sobre bienestar que no involucren vigilancia, sino que reconozcan que la comida tiene un valor afectivo que en ocasiones llega a importar tanto como el nutricional.

En el ensayo de Tamar Adler que cité al final del segundo apartado, la autora se refiere al *wellness*, el entramado discursivo-comercial del bienestar y la salud, como “a wolf in sheep’s clothing”, pues no deja de ser una tecnología del yo orientada al control. Esta segunda expresión idiomática ahora se refiere al engaño, al sufrimiento ocasionado por la restricción y la disciplina disfrazadas de salud. Aunque no utiliza la metáfora del lobo, un ensayo reciente de la filósofa Kate Manne identifica específicamente la cultura de las dietas como la fuerza dañina: “dieting is a practice that causes a great deal of harm—in the form of pain, suffering, anxiety and sheer hunger—and rarely works to deliver the health or happiness it has long advertised”. Manne, en una oración que evoca a Fisher, elige sustituir la disciplina de las dietas con un nuevo “deber liberador”, un concepto del filósofo israelí Joseph Raz: “In this case, the duty—for those of us fortunate enough to have the resources—is simply, or not so simply, to eat when we are hungry”. Estos ejemplos hablan de un escepticismo más difundido hoy hacia la ideología del salutismo: el riesgo verdadero no es la pérdida de la salud, sino el engaño que puede llevar a las personas a abrirle la puerta a un “lobo” enmascarado, que asocia la comida con la culpa, el placer con la irresponsabilidad, y que culpabilizará al individuo si la felicidad prometida por un régimen restrictivo no llega a materializarse.

El discurso contemporáneo de la industria del *wellness* continúa basándose en una interpretación del cuerpo y sus apetitos como blanco de intervenciones que prometen llevar al individuo a ser más sano, más próspero y más feliz. Fisher promovería un tipo diferente

de intervención: “I cannot count the good people I know who, to my mind, would be even better if they bent their spirits to the study of their own hungers. There are too many of us, otherwise in proper focus, who feel an impatience for the demands of our bodies, and who try throughout our whole lives, none too successfully, to deafen ourselves to the voices of our various hungers” (*How to Cook* 199). En *How to Cook a Wolf*, el apetito deja de ser un camino hacia la glotonería que derivará en enfermedad. Por el contrario, este texto gastronómico sostiene que se puede llegar al bienestar y a la armonización de mente y cuerpo por una vía radicalmente diferente: aceptando el apetito como una protección y no como una debilidad. Esta visión podría considerarse desobediente o imprudente en el contexto actual de salutismo. En conclusión, los ensayos de M. F. K. Fisher brindaron acompañamiento a quienes, durante el confinamiento, encontraron en estas páginas a una mujer que encara los riesgos simbolizados por un lobo tras la puerta no con prudencia ni disciplina, ni con el sometimiento del cuerpo, sino con la aceptación y el conocimiento profundo de la necesidad de comer: “I believe that one of the most dignified ways we are capable of, to assert and then reassert our dignity in the face of poverty and war’s fears and pains, is to nourish ourselves with all possible skill, delicacy, and ever-increasing enjoyment” (*How to Cook* 200).

Bibliografía

- Adler, Tamar. “All You Can Eat? Inside the Intuitive Eating Craze”. *Vogue*, 14 de febrero de 2020, <https://www.vogue.com/article/inside-the-intuitive-eating-craze>.
- Bloom, Lynn Z. “Consuming Prose: The Delectable Rhetoric of Food Writing”. *College English*, vol. 70, núm. 4, 2008, pp. 346-362, <https://doi.org/10.2307/25472275>.
- Bordo, Susan. *Unbearable Weight: Feminism, Western Culture, and the Body*. The University of California Press, 1993.
- Carruth, Allison. “War Rations and the Food Politics of Late Modernism”. *Modernism/Modernity*, vol. 16, núm. 4, 2009, pp. 767-795, <http://doi.org/10.1353/mod.0.0139>.
- Crawford, Robert. “Healthism and the Medicalization of Everyday Life”. *International Journal of Health Services*, vol. 10, núm. 3, 1980, pp. 365-388, <http://www.jstor.org/stable/45130677>.
- Daunt Books. *How to Cook a Wolf*, junio 2020, <https://dauntbooks.co.uk/shop/books/how-to-cook-a-wolf>.
- Emilio, Gregory. “Drinking to the Wolf in a Time of Pandemic (or War or Peace)”. *Gastronomica*, vol. 21, núm. 1, 2020, pp. 106-107, <https://doi.org/10.1525/gfc.2021.21.1.106>.

- Esposito, Roberto. "Inmunidad, comunidad, biopolítica". *Papeles del CEIC*, vol. 2018, núm. 1, 2018, pp. 1-13, <http://dx.doi.org/10.1387/pceic.18112>.
- Ferguson, Priscilla Parkhurst. *Accounting for Taste. The Triumph of French Cuisine*. The University of Chicago Press, 2004.
- Fisher, M. F. K. *An Alphabet for Gourmets*. North Point Press, 1989. https://archive.org/details/alphabeforgourm0000fish_s8b4/page/n7/mode/2up.
- Fisher, M. F. K. *How to Cook a Wolf*. North Point Press, 1988. https://archive.org/details/howtocookwolf0000fish_b8p8/page/n5/mode/2up.
- Foucault, Michel. *Technologies of the Self. A Seminar with Michel Foucault*, editado por Luther H. Martin, Huck Gutman y Patrick H. Hutton, University of Massachusetts Press, 1988, <https://foucault.info/documents/foucault.technologiesOfSelf.en/>.
- Gigante, Denise. *Gusto: Essential Writings in Nineteenth-Century Gastronomy*. Routledge, 2005.
- Grady, Constance. "The World War II food memoir that's getting me through life in a pandemic". *Vox*, 23 de marzo 2020, <https://www.vox.com/culture/2020/3/23/21181700/coronavirus-how-to-cook-a-wolf-mfk-fisher>.
- Kelly, Traci Marie. "If I Were a Voodoo Priestess': Women's Culinary Autobiographies". *Kitchen Culture in America. Popular Representations of Food, Gender, and Race*, editado por Sherrie A. Inness, the University of Pennsylvania Press, 2001, pp. 251-268.
- Manne, Kate. "Diet Culture is Unhealthy. It's Also Immoral". *The New York Times*, 3 de enero de 2022, <https://www.nytimes.com/2022/01/03/opinion/diet-resolution.html>.
- McLean, Alice. *Aesthetic Pleasure in Twentieth-Century Women's Food Writing. The Innovative Appetites of M. F. K. Fisher, Alice B. Toklas, and Elizabeth David*. Routledge, 2012.
- Nettleton, Sarah. "Governing the risky self. How to become healthy, wealthy and wise". *Foucault, Health, and Medicine*, editado por Alan Petersen y Robin Bunton, Routledge, 1997, pp. 207-222.
- Rosner, Helen, y Amanda Hesser. "Journalism". *The Routledge International Handbook of Food Studies*, editado por Ken Albala, Routledge, 2013, pp. 89-100.
- Saunders, Tristram Fane. "Why there's nothing like a bricks-and-mortar bookshop". *The Telegraph*, 15 de junio de 2020, <https://www.telegraph.co.uk/books/what-to-read/nothing-like-bricks-and-mortar-bookshop/>.

- Sokolov, Raymond. “On Food and Life and Herself”. *The New York Times*, 6 de junio de 1982, <https://www.nytimes.com/1982/06/06/books/on-food-and-life-and-herself.html>.
- Sole-Smith, Virginia. “The Tyranny and Misogyny of Meal Planning”. *Burnt Toast*, 3 de agosto de 2021, <https://virginiasolesmith.substack.com/p/the-tyranny-and-misogyny-of-meal>.
- Taranilla, Raquel. “El cuerpo y los peligros cotidianos: origen y consolidación del individuo hipervigilante en el imaginario colectivo” *Papeles del CEIC*, vol. 2018, núm. 1, 2018, pp. 1-28, <http://dx.doi.org/10.1387/pceic.17727>.
- Terhaar, Emma. “*How to Cook a Wolf*, a WWII cookbook, has plenty to teach modern readers”. *The Takeout*, 6 de junio de 2020, <https://thetakeout.com/how-to-cook-a-wolf-a-wwii-cookbook-by-mfk-fisher-prea-1843861786>.
- Tigner, Amy L., y Allison Carruth. *Literature and Food Studies*. Routledge, 2017.
- Wallentine, Anne. “M. F. K. Fisher’s *How to Cook a Wolf* Is Essential Reading Right Now”. *Eater*, 8 de mayo 2020, <https://www.eater.com/2020/5/8/21246952/how-to-cook-a-wolf-book-mfkfisher-guide-essential-reading-coronavirus-covid-19>.
- Welsh, Talia L. “Healthism and the Bodies of Women: Pleasure and Discipline in the War against Obesity”. *Journal of Feminist Scholarship*, núm. 1, 2018, pp. 33-48, <https://digitalcommons.uri.edu/jfs/vol1/iss1/13>.