

1. UVOD

Ljudska ishrana divljim biljkama i životinjama ima svoje pristalice i svoje protivnike. Na početku čovjekovog postojanja, kada je čovjek tek počinjao svoj pohod ka oslobođenju od svemoći prirode, takva ishrana je bila jedina mogućnost. Naša istorija je puna primjera koji pokazuju koliko su bili veliki napori da se ova ishrana prihvati, ali i napori da joj se pruži otpor. Strah od smrti i umiranje od gladi bili su prisutni u velikom broju, a da pri tome ljudi nisu vidjeli šta im priroda nudi, nisu znali da cijene vrijednosti tih ponuda ili nisu jednostavno, htjeli da prihvate sve ono što ona nudi. Sva gladovanja, oskudacija u hrani bili su posljedica neznanja i predrasuda i u toj borbi za vrijeme gladnih godina umirale su čitave porodice. Ishrana u prirodi ima svoje određene karakteristike: priroda sadrži veliko bogatstvo jestive faune i flore, dobrom organizacijom ljudi može se prikupiti dovoljno hrane u prirodi, količine nekih od glavnih vitamina i minerala u prirodi su skoro neograničene, pospješuje se moralno-psihološko zdravlje... Cjelokupno čovječanstvo može da uživa plodove prirode kako u redovnim tako i u vanrednim uslovima, pogotovo one grupe koje se silom prilika mogu naći u prisnijem dodiru sa prirodom kao što su: planinari, izviđači, šumski radnici, stanovnici planinskih naselja, letači, vojnici, brodolomci i dr. Preduslov za ovakav način ishrane je u dobrom poznavanju prirode. Ona je puna blagodeti, ali isto tako puna i prijetnji, u zavisnosti o stepenu naučnih saznanja o njoj. U nastavku teksta ćemo pokušati da objasnimo i pojasnimo, odnosno približimo prirodu i upotpunimo vaše znanje o ishrani u prirodi. Ipak, ne treba da vršimo eksploataciju prirode. Znamo da je čovjek u današnje vrijeme glavni krivac za uništenje i razaranje prirode. Zbog svega toga moramo prirodi pružiti i odgovarajuću zaštitu. Jer kada bismo krenuli u intenzivan pohod na prirodu u potrazi za ishranom došlo bi do potpunog istrebljenja određene flore i faune. Tačnije rezerve biljne hrane su neuporedivo veće, praktično neiscrpne, u odnosu na faunu. S toga treba da pružimo zaštitu prirodi, prvenstveno fauni, a onda i flori.

Čovjek je oduvijek težio da upozna prirodu i istraži sve mogućnosti koje mu ona pruža. Jedan od razloga za to leži u tome što iz prirode dobija hranu koja mu je potrebna za zadovoljavanje osnovnih fizioloških potreba, jednostavno bez koje ne bi mogao da opstane. Priroda je orgoman i nedovoljno korišten izvor hrane. Od oko 350000 biljnih vrsti trećina je jestiva, a čovjek koristi tek 600 vrsti. Od 2 miliona životinjskih vrsti, za ishranu se koristi samo 50. Glavni razlozi neiskorištenosti prirode, leži u neznanju, predrasudama, strahu od trovanja i gadljivosti.

Ukorjenjene navike često dovode do nepravilne ishrane i ometaju njeno poboljšanje. Ista stvar je i sa predrasudama gdje se susrećemo da jedni ne jedu neke vrste povrća (kelj, mrkva, špinat...), a drugi pak ne jedu određene vrste mesa (ovčetina, jagnjetina, konjetina...). Ista stvar, ako nije i gora je sa upotrebom divljeg bilja i divljih životinja. Pored navika i predrasuda, na ishranu utiču i drugi faktori. Neznanje na prvom mjestu, a odmah zatim i strah od trovanja su neki od faktora koji sprečavaju ljude da plodove iz prirode uvrste u svoju ishranu. Strah od trovanja je često pretjeran i neopravdan, jer je znatno veći broj jestivi biljaka od oni koje su otrovne. Razlog što se divlje životinje ne jedu je često i gadljivost. U nekim krajevima se određena hrana jede, dok se u drugim ne. Da li je to zbog gadljivosti ili neznanja ili opet je upitanju neki drugi razlog u prošlosti smo imali primjere da su čitave porodice ili naselja umirali od gladi. Zbog svega ovoga, da bismo bolje koristili u ishrani sve što nam priroda pruža,