

La diaita secondo Galeno*

Jolanda C. CAPRIGLIONE

Abstract

Now if it is true that the premises are Hippocratic, it is even more true that the basic assumption of Galen's dietetics is so advanced that it can be considered valid even today: the study of Galen's *regimen* is not an «antiquarian» study. For the first time in the history of the Western world, the relation *psyche-soma* is analysed on the level of physiological interactions and the dimensions of «serenity» as the cause of well-being are codified. To be sure, there are practical, everyday *regulae*, that have to do with feeding, with the quantity and the quality of the food, but Galen studies more than anything all the mental *regulae*, the *ethos* of life choices: he who is a *doulos* of unbridled ambitions will never enjoy good health, not only because he will not be able to defer to practical necessities like massages and baths, but above all because he will have no idea of the *metron* of pleasure, of the standard of the *buona vita*.

Tutta la medicina greca, non esclusa quella di Galeno, si è attenuta alla *regula generale* che possiamo ricordare qui con le parole delle *Epidemie* ippocratiche: un regime ispirato a *sophrosyne* e conveniente per il corpo è il regime che comprende «esercizi (*ponoi*), alimenti (*sitia*), le bevande (*potai*), il sonno (*hypnoi*), la sessualità (*aphrodisia*)» (VII), il tutto ispirato al canone della ragionevole *misura* (*ibid.*). Proprio questo canone rimane ineludibile anche per l'*aristotelico* Galeno il quale è sì propugnatore del movimento come condizione della buona salute, ma non manca di sottolineare nel *De bonis malisque succis* (3.3) che se

* N. del A. Salvo diversa indicazione, le traduzioni sono mie.

«al fine della conservazione della buona salute la stasi assoluta del corpo è davvero un gran danno, fa un gran bene, invece, il moto praticato in maniera equilibrata (*megiston agathon he symmetros kinesis*)».

Come si evince facilmente da questi enunciati, per molti versi paradigmatici, la scienza del regime non è né una parte accessoria né, tanto meno, una parte occasionale dell'arte medica, una parte alla quale si possa o si debba ricorrere solo in caso di necessità, ma piuttosto la *summa* del sapere medico che ben si integra con una filosofia di vita senza la quale nessuna *mechanè*, nessun espediente potrà garantire il benessere del corpo e dell'anima, l'è vero, infatti, che «de facultà dell'anima seguono il temperamento dei corpi»¹ perché il rapporto anima-corpo è assicurato dai nervi che subiscono e trasmettono un'*alloiosis* (cf. *De placitis* II 4=K V 236)².

l'è bene ricordare, infatti, che, secondo Galeno «per mezzo dei cibi e delle bevande e anche per mezzo di ciò che quotidianamente facciamo, noi realizziamo un buon temperamento e con questo possiamo dare all'anima un contributo per raggiungere la virtù» (*Quod animi*, K. IV p. 767-8). Il benessere, insomma, la buona salute è innanzi tutto equilibrio fra le esigenze dell'anima e quelle del corpo, il che è possibile realizzare, raggiungere attraverso una corretta e precoce *paideia*, per quanto riguarda la prima, ed una corretta e precoce *dieta*, per quanto riguarda il secondo. Ma la prima ed il secondo sono in così stretta interrelazione che non è possibile un'*ars medica* che non abbia come oggetto proprio i modi di questo dialogo permanente anima-corpo, così come non è possibile stabilire una dietetica (psicologica o somatica) perfetta in astratto, una dietetica, cioè, che prescindenda dalle concrete condizioni di vita del soggetto o che prescindenda dal fatto che la buona salute è sempre *in fieri*³. Questi evidentemente non è influenzato solo dalle arie, dalle acque e dai luoghi né solo dalle *dynamèis* degli alimenti, che pure bisogna conoscere, perché «non si possono conoscere perfettamente né rimedi né regimi salutari senza aver cognizione delle nature dei corpi ai quali vengono applicati» (*De bonis mal. succis*, 10.1). Le nature dei corpi, per restare all'espressione galenica, non sono classificabili in astratto perché esse si costruiscono nel concreto, giorno per giorno nel confronto con gli alimenti, ma anche con gli stili e le pratiche di vita, come lo stesso Galeno scrive lucida-

¹ l'è il titolo di una delle due opere di Galeno sulla filosofia morale. L'altra è il *De propr. cuique affectuum et err. dignotione et curatione*.

² Di gran rilievo sono le analisi in proposito di P. Manuli, *Cuore, sangue e cervello. Biologia e antropologia nel pensiero antico*, Milano 1977, Appendice c. XV.

³ Cf. *De sanit. tuenda* I 5= K VI 18; *Ars med.* 27=K I 379; su questo tema e le molte, possibili forme del ruolo del medico vedi M. Vegetti, *Modelli di medicina in Galeno*, in *Tra Edipo e Euclide. Forme del sapere antico*, Milano 1983, pagg. 113-137.

mente del *De sanitate tuenda* (VI, 82 K): «I generi di vita che viviamo sono moltissimi e, quindi, non è possibile stabilire rispetto ad ogni tipo di vita la cura migliore per il corpo, ma solo quella migliore per ciascun tipo, dal momento che non si può avere la migliore in assoluto in tutti i tipi di vita. Per moltissimi uomini, infatti, la vita è mescolata agli affari e, quindi, essi vengono inevitabilmente danneggiati da ciò che fanno ed è loro impossibile evitarlo. Alcuni, infatti, si trovano a vivere questo tipo di vita per povertà, altri per schiavitù che viene loro o per eredità o perché presi prigionieri, o rapiti, i soli tipi di schiavitù che la maggior parte degli uomini chiama così. A me sembra, però, che anche coloro che per ambizione o altra brama scelgono una vita coinvolta nelle preoccupazioni, sì da avere pochissimo tempo per la cura del corpo, siano anch'essi schiavi volontari di padrone non certo buone». L'alimentazione, infatti, è solo una parte, forse la più importante, del problema relativo alla conservazione o al recupero della buona salute, perché, invece, una *therapeutike te kai hygieine methodos* deve tener conto nella stessa misura (*homotimos*) di tutti i fattori che portano al benessere, laddove l'alimentazione prevede che «si digerisca bene e che gli umori prodotti dal cibo siano adatti al temperamento delle parti» (*De bonis mal. succis* 10.3). Questa affermazione è evidentemente da collegarsi con la visione teleologica del corpo propria di Aristotele prima e poi di Galeno che dedica, infatti, il *De usu partium* alla dimostrazione della necessità della piena armonia di tutte le parti del corpo umano per la realizzazione di quel benessere cui la *physis* ci ha destinato¹. Bisogna sottolineare ancora che quando Galeno parla di armonia si riferisce non solo alle parti organiche del *soma*, ma anche agli stili di vita che devono essere tali da non bruciare eccessive energie o, come avrebbe detto un medico coo, da non disequilibrare la giusta (=naturale) *symmetria* delle *dynameis*. Un *bios eusychos* è il *bios* che calibra le ore del giorno a seconda dei bioritmi i quali prevedono che non si debba dar luogo ad alcun impegno prima che faccia giorno (*pro hemerus*) e che non ci si debba abbandonare alla frenesia del fare senza mai darsi respiro (*De bonis mal. succ.* 2.2). Queste prescrizioni che sembrano generiche sono accompagnate, invece, da importanti consigli pratici: mai darsi eccessiva fretta, non sudare per l'ansia del fare a tutti i costi, non eliminare le ore del riposo, non fare il bagno in fretta né tampoco mangiare in fretta (*ibid.*)!

Insomma: *agathon he symmetros kinesis* (*ibid.* 3.3).

¹ Cf. *De usu part.* IV 1=K 266 : «poiché è necessario per le parti del corpo nutrirsi e i cibi hanno un solo ingresso nel corpo, quello della bocca, ben a ragione la natura tracciò di lì numerose vie, alcune simili a pubbliche strade e comuni a tutte le parti che devono nutrirsi, altre, per così dire, a mo' di vicoli che distribuiscono il nutrimento a ciascuna parte» (trad. I. Garofalo, in Galeno, *Opere scelte*, Torino 1978).

E' bene, dunque, ricordare, ancora a premessa del nostro discorso, che la dietetica di Galeno, anche quando si serve di formulazioni di carattere generale, si rivolge in realtà all'uomo adulto e libero, anzi, più in particolare, all'uomo ricco in grado di dedicarsi all'otium ed alla cura di sé, come direbbe Foucault⁵, perché il regime di Galeno, al pari di quello di Ippocrate, offre nel dettaglio quotidiano pratiche di vita minuziose e niente affatto economiche, come vedremo più in particolare ne *La dieta dimagrante*. Il regime ideale si rivolge allora all'uomo ricco e libero, non solo nel senso quasi ovvio che questi non debba essere legalmente schiavo, ma anche libero nel senso etico del termine, nel senso cioè che non debba essere schiavo delle ambizioni, delle cure e degli affanni economici o politici, di carriera insomma, perché questi, come padrone dispotiche, non gli consentirebbero la *tranquillitas animi, condicio sine qua non* dello star bene cui alcuni decidono di rinunciare per una perniciosa brama di potere» l'ira coloro che vogliono avere buona e forte salute, alcuni attendono ai propri affari, mentre altri intraprendono la vita militare o pubblica, costretti ad alzarsi anche di notte ed a stancarsi per tutto il giorno, sottomessi come schiavi ad attività faticose...» (*De bonis mal. succis* 12.4). Ma i più, impossibilitati per la loro attività a praticare il rito 'dietetico' del bagno e della ginnastica «non possono restare sempre in buona salute» (*ibid.* 12.5), vittime dei loro stessi *pathe* che già Plutarco nel *De cupiditate divitiarum* aveva paragonato a padrone dispotiche. Certamente l'insistenza di Galeno sulla necessità di controllare i bioritmi era parte integrante della polemica durissima contro i metodici, in particolare Tessalo, i quali non ritenevano che in caso di malattia fosse necessario cambiare gli stili di vita, come se lo stress non fosse già una malattia in sé (*cf. Meth. med.* I 1=K 10 5)⁶.

Galeno non è molto tenero e li accusa senza mezzi termini di *perder tempo* intorno ai fenomeni, invece di procere con la *endeixis*. Egli sa bene, infatti, che il rapporto anima-corpo è di così intima interrelazione che nessuna cura rivol-

⁵ E' questo il titolo di un'importante opera dello storico che analizza il regime della sessualità e dedica un intero capitolo a Galeno (*La cura di sé. Storia della sessualità* 3, Milano 1985, in particolare cap. IV).

⁶ Come ha già mostrato M. Dal Pra, *Lo scetticismo greco*, 2 voll. Roma-Bari, 1975, pag. 437, il medico metodico non indaga sulle cause delle malattie, ma si appella «alla necessità delle affezioni che si verifica tanto nelle affezioni che sono secondo natura, quanto in quelle che le sono contrarie»: ciò impone di rispondere al meglio al solo dato emergente, nella *certezza*, tutta scettica, che è impossibile stabilire una qualche *certezza* (*cf.*, a titolo esemplare, Sext. Emp. *Pyrrh. h.* I 236 s.).

ta al solo corpo potrebbe avere dei benefici: basti pensare, in questo senso, alla teoria della pulsazione, alla quale egli ha dedicato ben tre trattati (*De differentiis pulsum*, *De dignoscentis pulsibus*, *De causis pulsum*) e che da Prassagora in poi era parte integrante della tecnica diagnostica⁷.

Il polso ha caratteristiche che variano in relazione a condizioni esterne al soggetto, cioè l'età, il sesso, le stagioni dell'anno, l'ambiente in cui si vive, ma anche in relazione a condizioni interne, cioè dispiaceri, tristezza, paura, ira, piacere, stati dell'anima che si fanno automaticamente stati del corpo⁸, secondo una meccanica fisiologica che egli analizza a lungo nel *De usu partium* in particolare in relazione al rapporto fra piacere e 'movimenti' delle varie parti del corpo, interne ed esterne (per esempio, lib. XIV 7-9=K 165 s.).

Oggetto dell'attenzione del medico devono essere, dunque, anche le malattie dell'anima «che sopraggiungono in conseguenza delle malattie del corpo», come avrebbe detto il Platone del *Timeo*⁹ (cui si rifà Galeno nel suo «aristotelismo platonizzante»¹⁰), queste cariche di 'energia selvaggia e ribelle alla ragione' che rischiano di devastare incontrollabilmente il corpo, se non debita-

⁷ Vedi C. R. S. Harris, *The Heart and the Vascular System in Ancient Greek Medicine. From Alcmaeon to Galen*, Oxford 1973, pag. 397 sgg. e, più specificamente in ambito alessandrino, J. Pigeaud, *Du rythme dans le corps. Quelques notes sur l'interprétation du pouls par le médecin Hérophile*, «Bull. Ass. Budé» (1978), pagg. 258-267. Su Prassagora vedi il mio studio *Prassagora di Cos*, Napoli 1983, pag. 88 sgg.

⁸ Cf. *Quod animi*, cap. IV; vengono qui esposte teorie completamente diverse rispetto a quelle analizzate in un'altra opera di poco precedente, *Sulla diagnosi e la cura delle passioni e degli errori propri di ciascuno* dove, sulla scorta delle tesi della Media Accademia, si dice, invece, che anima e corpo hanno solo un rapporto analogico, ma non di interdipendenza. Sul problema in generale vedi l'importante saggio di M. Vegetti, *La terapia dell'anima. Patologia e disciplina del soggetto in Galeno*, in *Galeno, le passioni e gli errori dell'anima*, Venezia 1984, pagg. 131-155.

⁹ 86 b. Dopo avere parlato delle malattie del corpo conseguenti ad 'innaturali' disequilibri, Platone passa ad analizzare le malattie dell'anima (raggruppabili in due grandi classi, quella dell'*anoia* e quella dell'*amathia*) che sono solo l'interfaccia delle malattie del corpo; in proposito vedi J. Pigeaud, *La maladie de l'âme. Étude sur la relation de l'âme et du corps dans la tradition médico-philosophique antique*, Paris 1981 e, più specificamente, C. Joubaud, *Le corps humain dans la philosophie platonicienne. Étude à partir du Timée*, Paris 1991.

¹⁰ La definizione è di P. Donini che parla di «platonismo aristotelizzante di cui proprio Galeno potrebbe essere considerato l'esponente più notevole», *Il pensiero scientifico a Roma: il primo e il secondo secolo D. C.*, in *La scienza ellenistica*, a cura di G. Giannantoni e M. Vegetti, Napoli 1984, pag. 359; più in particolare vedi P. De Lacy *Galén's Platonism*, *AJPh* 93, (1972), pagg. 27-39 e P. Moraux, *Galien et Aristote*, in *Images of Man*, ed. par H. Bossier, Louvain 1976, pagg. 127-146.

mente indirizzate (La cura delle passioni, I 1) giacché è dimostrato che è impossibile annullarle dal momento che il piacere ad esse correlato è *amechanos* (*De usu p.* XIV 9= K 179-180). Egli sa bene, infatti, che «il carattere dell'anima viene corrotto dalle cattive abitudini nel campo dell'alimentazione, del bere, del moto e delle abitudini di vita nel loro complesso, ma soprattutto dalla mancanza di educazione all'autocontrollo che sfocia nel pericoloso eccesso scatenato da *doxai* e *phantasiai* che distraggono l'anima dalla debita attenzione alle reali necessità del corpo (cf. *De locis affectis* VI 5). Bisogna, dunque, che «colui che si occupa di igiene conosca tutto ciò e non pensi, invece, che siano competenza del solo filosofo» (*De san. tuenda* 16.1).

A ben vedere, ci troviamo ancora di fronte all'antica *querelle* sul primato e sugli ambiti della medicina contro la quale già Ippocrate aveva espresso il proprio 'fastidio' fin dalle prime battute di *Antica medicina* e che in qualche modo era stata superata, ma non definitivamente, dalle ricerche del Liceo.

La dietetica galenica è, come si evince da quanto abbiamo fin qui detto, una dietetica complessa con tutto il suo bagaglio di secoli di storia medica e filosofica alle spalle, ma anche con tutta la sua prorompente carica innovativa che parte, com'è ovvio, dal rapporto malattia-salute, di stampo certo ippocratico, ma che con Galeno muta profondamente, a cominciare dalla riscrittura in termini di *logike methodos* della medicina tradizionale, secondo uno schema che affonda le sue radici nella cultura aristotelica. Il progetto di Galeno era ambiziosissimo, ma doveva fare i conti con i limiti della ricerca del tempo che lo costringono ad ammettere più volte di non poter offrire le prove di alcune tesi proposte. Ma, in fondo, anche questa ammissione è il risultato di una corretta *logike methodos*¹¹.

Che cos'è, dunque, la malattia, come si fa per curarla e, soprattutto, come si fa per prevenirla: questo è l'oggetto della dietetica. A suo dire, infatti, la «medicina è la scienza delle cose salutari, delle cose morbose e di quelle che non sono né salutari né morbose» (*Ars med.* 1= K 307-8), mentre ne *La dieta dimagrante* precisa: «La medicina nel suo complesso non è soltanto scienza di ciò che è salutare, ma anche di ciò che è malsano, e precisamente di ciò che è malsano

¹¹ Sul valore della prova nella ricerca scientifica vedi G. E. R. Lloyd, *Smascherare le mentalità*, trad. it., Roma-Bari 1991, cap. III (*Concetto e pratica della prova*). Va ricordato che Galeno fu un grande sperimentatore, anzi il più grande, come afferma M. D. Grmek, *Il calderone di Medea. La sperimentazione sul vivente nell'Antichità*, Roma-Bari, 1996, pag. 101: «Per il numero e la qualità degli esperimenti sugli esseri viventi citati nelle sue opere, Galeno di Pergamo supera di gran lunga tutti gli autori antichi». Basti pensare al fatto che, come riferisce nel *De bonis malisque succis (passim)*, soleva sperimentare su di sé i nuovi farmaci.

più che di ciò che è salutare. Infatti incorrere in ciò che è malsano potrebbe provocare danno non minore che astenersi da ciò che è salutare (c. 105)».

Lo schema è ippocratico, ma non lontano da quello dell'Aristotele dei *Topici* (110 b 18-19), secondo il quale la medicina è «scienza del procurar la salute e del sottoporre ad un regime, oppure entrambi i fini». La malattia, dunque, è uno stato innaturale del corpo, una *para physin energeia* (*De meth. med.* 17=K. X 52) che il medico deve ricondurre allo stato più conveniente in vista del benessere: ciò che è importante sottolineare ai fini del nostro discorso è che in quest'ottica malattia e salute appartengono, comunque, allo stesso ambito e il medico non è solo colui che interviene d'improvviso se e solo se per qualche causa interna o esterna si rompe il naturale equilibrio fra le parti del soma¹², o fra il *soma* e la *psyche*, ma è, invece, colui che garantisce sempre attraverso una corretta *diata* proprio questo equilibrio che la natura ci ha 'donato' e che noi con le nostre intemperanze rendiamo precario e *sempre in fieri*. La dieta è, insomma, secondo Galeno la strada attraverso la quale tutte le facoltà rimangono in armonico e permanente dialogo tra loro e, tutte insieme, con il mondo esterno, mentre lo stato morboso è uno stato che rompe l'unità del sé, secondo una tesi che era già stata di Plutarco (*Non posse suau. vivi* 1088 a), perché la *nosos* è una forza centripeta e tirannica che attira su di sé tutto l'interesse del soggetto nosematico. Un dolore anche piccolo in qualunque parte del corpo ci costringerà a puntare l'attenzione su quella parte fino a quando una corretta *diata* o un *pharmakon* non avranno restaurato l'equilibrio fra le parti e le facoltà: in ogni caso, la dieta è preferibile al *pharmakon*. «ogni qualvolta è possibile raggiungere il fine attraverso la sola dieta, è meglio astenersi dai farmaci» (*De subtil. diata* 1). L'alternativa sarebbe quella proposta dai metodici secondo i quali la 'meccanica', anzi l'idraulica degli stati del corpo può essere meglio controllata attraverso i farmaci¹³. Galeno in realtà esprimeva

¹² Cf. *De bonis mal. succ.* 10.4: «Ogni... metodo terapeutico e salutare tien conto allo stesso modo di tutto, mentre quello che si cura dell'alimentazione ha come fine specifico e primario che si digerisca bene e poi che l'umore prodotto dal cibo sia conveniente alla *krasis* delle altre parti». Sulle molte considerazioni di carattere dietetico presenti in questo testo vedi le note di A. M. Ieraci Bio a Galeno, *De bonis malisque succis*, Napoli 1987.

¹³ Purtroppo non abbiamo una buona documentazione sui metodici, in particolare per quanto riguarda lo scolarca, Asclepiade di Bitinia sul quale ci ha lasciato un'autorevole testimonianza Sorano in *Cael. Aur. Acut.* I 14, mentre Plinio si fa portavoce di di tutte le maldicenze del bel mondo romano (*n. h.* 26. 6-9); sull'evoluzione della scuola e le reazioni di Galeno vedi W. D. Smith, *The Hippocratic Tradition*, Ithaca and London 1979, cap. 3.1.

un'esigenza di ordine etico molto forte che esplicita nella preoccupazione di poter perdere il paziente: «Nessuno può ignorare che l'esperimento è pericoloso proprio in ragione dell'oggetto su cui si esercita la *technè*. Diversamente dalle altre arti nelle quali è possibile l'esperimento senza pericolo... la medicina fa esperimenti sul corpo umano e... l'esperimento può portare alla perdita di tutto un essere vivente» (*Comm. I in Hipp. de umor.* 7= K XVI 80-81). L'altro aspetto da non sottovalutare è il rigore del diritto sanitario romano nei confronti dell'imperizia del medico che fosse risultato incauto nella terapia¹⁴.

Galeno ritiene, comunque, che la buona salute sia la condizione *naturale* del corpo e ciò vuol dire che solo l'interruzione del normale ritmo fisiologico può consentire alla malattia di entrare dentro di noi come un elemento estraneo che, come e in quanto tale, va combattuto: solo il rispetto delle *regulae* proprie della buona¹⁵ *physis*, cioè un corretta e coerente *diata*, è garante della buona salute secondo lo schema erasistrateo che antepone l'igiene alla terapia, così come il bravo nocchiero preferisce evitare la tempesta piuttosto che affrontarla.

Come è facilmente intuibile, la dura polemica che Galeno condusse contro la scuola metodica e quella pneumatica investì anche la dietetica che non è in alcun modo una *summa* più o meno empirica di inviti e prescrizioni, ma una filosofia di vita che coinvolge l'idea stessa di natura, di materia e degli stati, niente affatto indifferenti, di questa materia.

Se è vero, infatti, che la malattia, come il *pathos*, è un mutamento di stato (*kinesis*) rapportabile sia alla qualità che al luogo, secondo un linguaggio proprio della *Fisica* aristotelica, la *kinesis* relativa alla qualità può essere dovuta a uno o più dei quattro principi attivi: caldo, freddo, secco e umido, mentre la *kinesis* relativa al luogo può avere solo cause spaziali. Questo vuol dire che abbiamo solo due tipi di malattie cui bisogna far fronte con due tipi di terapie:

- a) quelle che subentrano in conseguenza delle variazioni nel temperamento, cioè le discrasie provocate dalla rottura dell'equilibrio (*eukrasia*¹⁶) fra due o più delle quattro qualità primarie;

¹⁴ In proposito vedi M. D. Grmeck, *Il calderone di Medea*, cit., cap. 7 e la bibliografia ivi riportata.

¹⁵ Non è necessario ribadire che, secondo Galeno, esiste anche una *cattiva physis*, che è causa, per esempio, delle malattie genetiche.

¹⁶ Il concetto del *buon temperamento* è segnato fortemente dalla cultura aristotelica della *mesotes* che attraversa la biologia per diventare premessa fondante dell'etica e della politica; cf. S. Byl, *Note sur la place du coeur dans la biologie d'Aristote*, AC, 37 (1968), pagg. 467-476.

- b) quelle conseguenti ad una rottura di una delle parti che, a loro volta, possono essere omogenee oppure organiche (cf. *Nat. fac.* I 2-4=K II 2-11).

Com'è ovvio, la discrasia, il disequilibrio del temperamento investe le parti omogenee, mentre le parti organiche possono subire una serie di mutamenti raggruppabili in quattro classi. Un organo, infatti, può subire mutamenti nosemici in rapporto

- | | |
|-------------------|----------------------|
| — alla forma, | — al numero |
| — alla grandezza, | — alla composizione. |

Lo schema di fondo è, come si vede, quello del II libro del *De partibus animalium* di Aristotele che così scrive: «Di quali e quante parti sia costituito ciascun animale... Tre sono i livelli di composizione. Come prima si potrebbe porre la composizione risultante da quelli che alcuni chiamano elementi, cioè la terra, l'aria, l'acqua e il fuoco; ancora meglio sarebbe parlare della composizione come risultante dalle qualità attive. ... La seconda composizione risultante dagli elementi primi costituisce negli animali la natura delle parti omogenee, come l'osso, la carne.... Terza e ultima della serie è poi la composizione delle parti non omogenee, come il viso, la mano... (646 a)».

Secondo Galeno, dunque, rispetto a tutte le possibilità che queste malattie comportano, il medico deve tener presente il principio della *natura curatrix* e ciò vuol dire che deve proporsi nella dimensione di collaboratore attivo della *physis*, deve essere un *epanorthotikos*, come scrive nell'*Ars medica*: «Bisogna cominciare dalla costituzione ottimale del corpo, indagando le cause salutari in relazione a questa... Se, infatti, il corpo non potesse subire alcuna affezione o fosse inalterabile, la costituzione ottimale si manterrebbe per sempre e non ci sarebbe bisogno di un'arte che assista il corpo. Poiché, invece, il corpo si altera, si corrompe, si modifica, non conservando l'originaria costituzione, ha bisogno di soccorso. ... Il corpo viene alterato da taluni fattori necessariamente, da altri non necessariamente. Con 'da taluni necessariamente' intendo: da quelli con cui il corpo non può non stare in contatto, con 'non necessariamente' tutti gli altri. Gli è necessario, infatti, stare in contatto continuo con l'ambiente, mangiare e bere, star sveglio e dormire, mentre non gli è necessario aver rapporti con spade e bestie feroci. L'arte, quindi, che si cura del corpo copre il primo tipo di cause, ma non il secondo. Distinguiamo dunque quante sono le cause che alterano necessariamente il corpo e per ciascuna di queste troveremo un tipo specifico di cause salutari» (23=K 366-367, trad. Garofalo).

Il medico è un *epanorthotikos* dei guasti indotti nei corpi da una qualche causa genetica o meno che provocano delle intemperanze, delle *kraseis* improprie classificabili in ben otto tipi¹⁷. Il suo ruolo è, dunque, di tipo banausico come quello del cucitore (*De const. art. med.* 20=K I 303), pur mentre altrove proprio Galeno aveva orgogliosamente reclamato per il medico il ruolo ben più prestigioso di *technites* di alto profilo, al pari del filosofo e del grammatico (*Protr.* 14=K I 38-39), in nome di una sostanziale e conclamata affinità tra *technè* e *physis* (*Defin. med.* 95= K XIX 371; *De usu p.* XVII 1= K IV 350).

Questi enunciati generali riprendono questioni che hanno ispirato tutta la medicina di Galeno, la prima delle quali, essenziale, riguarda la necessità di andare sempre alle cause del fenomeno perché il fatto in sé, per quanto sintomatico, non è sufficientemente indicativo ai fini terapeutici, come scrive ne *Le facoltà naturali* contro gli erasistratei, eredi dell'antifinalismo di Stratone di Lampsaco: «Riconoscere il solo fatto in sé e per sé... se non conosciamo anche la causa<non è utile>: solo nel caso <in cui riconosciamo la causa> potremo curare i difetti della funzione. Essi, invece, dicono che questo non ci interessa e che, dunque, non dobbiamo affaticarci intorno a tali cause perché esse sono al di sopra del medico e riguardano lo studioso della natura...» (II 9=K I 126 s.). Naturalmente Galeno sa bene che non sempre è possibile conoscere le cause delle malattie perché non sempre «presentano una causa efficiente percepibile» (*de sectis* 2=K 66), ma questo non deve fermare il medico che procederà nella cura per via sperimentale (*ibid.*). Dall'altra parte egli tiene sempre ben fermo il principio della natura come forza salutare, se si impara a leggerla con correttezza anche ai fini della dieta più dura, quella dimagrante: «E' guida la natura stessa e insegna (*didasket*) ciò che bisogna fare non solo alle persone che hanno qualche nozione scientifica, ma anche ai profani»¹⁸, il che è però ben diverso dall'assurda pretesa dei metodici di poter insegnare la medicina a chiunque in sei mesi (*De sectis* 6=K 82 s.).

Com'è ovvio, il regime si rivolge al primo tipo di problemi, quelli cioè relativi alle alterazioni dovute a cause che chiamiamo necessarie, secondo la terminologia di Galeno, tenendo sempre ben fermo in mente il principio bifronte del pieno e del vuoto.

¹⁷ *de temp.* I 8=K I 559; cf. II 1=K I 572; un ampio commento dal punto di vista 'medico' è quello di M. T. Malato in Galeno, *Arte medica*, Salerno 1972, *Presentazione*, pag. XV sgg.

¹⁸ *De subtil. dieta* 21. E' bene ribadire che Galeno iscrive nell'ambito della 'natura' anche le devianze fisiologiche e funzionali del *soma* che, però, possono essere iscritte anche tra le dis/funzioni della *psyche* (cf. *Quod animi* 11=K IV 821).

Cosa vuol dire rispetto al tema del regime che qui ci interessa? La premessa della medicina di Galeno (come già quella di Ippocrate) è che non vi debba essere disequilibrio fra ciò che entra nel nostro corpo e ciò che ne esce: un eccesso nel senso del più e del meno è di per sé *nosos*. La dieta allora è propriamente un sistema integrato di regole che garantiscono questa simmetria fra ciò che entra e ciò che esce, tanto a livello quantitativo che a livello qualitativo, tanto a livello di cibo solido che a livello di liquidi, di caldo, di freddo, ma anche di riposo e di stanchezza, di veglia e di sonno, il tutto rapportato al *kairos*, al tempo ed al luogo, al tempo di vita, al tempo del giorno (o della notte), al tempo dell'anno perché «la natura dei cibi, delle bevande o in complesso degli alimenti non è assolutamente semplice o univoca, cioè del tutto salutare o malsana o neutra: tali definizioni, infatti, si riferiscono al principio predominante che li caratterizza» (*De subtil. dieta* 108).

Partendo da queste premesse, possiamo ben dire allora che la *diaita* si divide in due grandi tipi:

- a) quella delle persone sane che devono conservare questo *status*;
- b) quella delle persone malate, persone nelle quali è subentrato un principio, un elemento contrario all'equilibrio fisiologico naturale.

In questo secondo caso il principio ispiratore della *diaita* terapeutica sarà quello dei *contraria contrariis*, principio che ispira tutta la medicina allopatrica occidentale. Nessuna *diaita* è però possibile, né preventiva né terapeutica, se non si conoscono le proprietà degli alimenti e dei farmaci, sostanzialmente erbe semplici o in combinazione tra loro: a questo tema degli alimenti, visti sotto vari aspetti, Galeno dedica ben cinque libri:

- 1) il *De alimentorum facultatibus*;
- 2) il *De bonis malisque succis*;
- 3) il *De subtili dieta*, probabilmente il più antico dei tre, databile intorno al 170.

A questi si possono aggiungere

- 4) il *De ptisana*, un breve scritto (sulla cui paternità ancora si discute) sul valore nutritivo e depurativo del decotto d'orzo¹⁹ ed il

¹⁹ Cf. Arist. *probl.* 863 a-b in cui l'orzo viene analizzato come elemento terapeutico in alcune malattie perché più leggero del frumento.

- 5) *De sanitate tuenda*, in sei libri, un vero trattato sul regime di vita ideale per chi si proponga il *kalos zen*.

Galeno considera questi libri una integrazione dell'altro, come ricorda nel *De bonis malisque succis* (9.6), sollecitando il lettore a non fermarsi solo a questa o quell'opera: «Si è parlato con maggiore completezza dell'alimentazione nel suo complesso nei tre libri de *Le proprietà degli alimenti*. E' necessario che chi abbia a cuore un regime salutare non manchi di conoscere né quei libri né il *Trattato di igiene* di cui è parte il trattato su *Le proprietà degli alimenti*. Ma ho scritto anche un libro su *La dieta dimagrante*, contraria, cioè, a quella ingrassante, davvero utile a quanti si preoccupano della loro salute».

La ricchezza degli scritti sul regime dietetico non è questione di poco conto ove si ponga mente al fatto che non mancava chi sosteneva che la garanzia della buona salute poteva essere data solo dalla ginnastica, come pure aveva propugnato qualche secolo prima Erodotico di Selimbria fra le proteste di molti, non esclusi Platone e Aristotele²⁰: contro gli eredi (ideali, s'intende) di Erodotico Galeno scrisse una dura operetta, *L'igiene fa parte della medicina o della ginnastica?*, nella quale rivendica alla medicina, techne organizzata su rigorose basi scientifiche e non solo empiriche, questo diritto. A conferma delle sue tesi, non manca di ricordare come l'inosservanza della pratica ginnica gli sia stata di gran nocumento una volta che dimenticò di praticare i rigidi precetti paterni: «... mio padre... durante l'infanzia mi tenne al riparo dalle malattie con una dieta adatta... Avevo un amico e, ... facendo attenzione all'esercizio ginnico e a non avere mai cattiva digestione, ci siamo mantenuti per molti anni e, fino ad oggi, immuni da malattie. Anche quelli fra gli altri nostri amici che sono riuscito a persuadere alla pratica dell'esercizio ginnico e ad un regime alimentare regolare, li vedo sempre in buona salute...» (*De bonis mal. succis* 1.15-20). La ginnastica è certo importante, ma è il medico che stabilisce il regime adatto a ciascuno sulla base di alcune regole di carattere generale che comprendono non solo il corpo specifico cui assicurare la buona salute, ma anche i segni che permettono al soggetto ed al medico di interpretare le benché minime variazioni di benessere o malessere, le cause che consentono al corpo di rimanere sano, fra cui, non ultimo, il desiderio, l'*epithymia* del malato nei confronti di questo o quel cibo: «I medici hanno modo di mostrare una certa indulgenza verso gli ammalati. Infatti, non si può concedere... ciò che è dannoso né consentire che rifiutino ciò che è utile, ma se i malati rifiutano o chiedono ciò che è neutro, bisogna concederlo, nella convinzione che in questo

²⁰ resp. 406 a; *Gorgia* 517 e; *rbet.* 1361 b 5; cf. *Hipp. epid.* VI 3.18.

caso il fine non è l'utile o il danno, come per ciò che è salutare o malsano, ma l'*epithymia* del malato» (*De subtil. dieta* 107).

Ma che cosa determina il passaggio dal *kata physin* al *para physin*?

Il mutamento (*kinesis*) che trascina il corpo dallo stato di salute allo stato di malattia può essere determinato da:

- a) cibi (solidi e liquidi), aria inspirata e *pharmaka*,
- b) esercizi fisici di ogni genere, dalla ginnastica alla fatica, dai massaggi agli spostamenti, ai movimenti, compresi quelli rivolti all'attività sessuale che comporta, peraltro, un notevole dispendio di energie;
- c) i residui da eliminare che potremmo chiamare *perittomata* (feci, sudore, urina, bile gialla e nera);
- d) i *topoi*, cioè il luogo in cui ci si trova a vivere²¹, soprattutto durante l'infanzia, ma anche i bagni e le terme;
- e) le malattie dell'anima (*cf. Ars med. XXXIII=K 365 s.*).

È bene ricordare che, secondo Galeno, nessuna 'buona vita' è possibile se non si è trascorsa una buona infanzia seguendo un'attenta e rigorosa dieta che si può praticare, è bene ripetere, se si ha la fortuna di nascere in una famiglia ricca che può permettersi una balia ben fornita di latte, una vasca da bagno dove fare il bagno quotidiano al bambino, evitando le costumanze dei Germani che, da veri barbari, lavano i bambini nelle acque dei fiumi²². Chi

²¹ Questo principio vale anche per gli animali che producono umori malsani se vivono in luoghi malsani come «paludi, laghi e fiumi dalle acque fangose e torbide. Respirano, infatti, aria malsana, fanno meno movimento e assumono alimenti poco salutarî: ciò avviene in particolare quandol'acqua viene da una grande città e trasporta scarichi di latrine, di bagni e cucine e la sporcizia di chi lava vesti e biancheria» (*De bonis malis. succ.* 9.1).

²² Il principio cui si ispira in questo caso Galeno è quello della 'naturalità' cui il bambino deve abituarsi anche mentalmente (*cf. De san. tuenda* p. 16.29 sgg.); a proposito dei bagni, parte di non poco conto del regime, è evidente la polemica con Aristotele il quale ritiene, invece, che «conviene abituare i bambini al freddo e ciò è davvero utile per la salute e per le attività militari. Questo è il motivo per cui vi è l'abitudine presso molti barbari di immergere i neonati in un fiume freddo o presso altri, come i Celti, di non coprirli molto. Fatto è che è preferibile abituarsi subito a tutto ciò che è possibile fin dall'inizio... anche perché la costituzione del bambino, grazie al calore naturale, è ben disposta a sopportare il freddo» (*pol.* 1336 a 12 sgg.). Il tema non è così frivolo come potrebbe apparire perché esso è, invece, lega-

non è sufficientemente ricco, scrive Galeno, non ha né modo né ragione di leggere i suoi precetti dietetici che non comprenderebbe e non avrebbe alcuna possibilità di osservare. Significativo in questo senso è il palese disprezzo che egli mostra per quanti, invece di mangiare lepri, ostriche, storni e merli, 'decidono' di mangiare «anche la carne degli asini domestici invecchiati, che è altamente produttrice di umore malsano e difficile da digerire, è dannosa allo stomaco ed è per di più anche sgradevole come cibo; e così anche quella di cavallo e di cammello, di cui pure si nutrono gli uomini simili ad asini ed a cammelli nell'anima e nel corpo» (*De alim. fac.* 3.1.9), simili insomma agli uomini di natura ferina già condannati al disprezzo ne *La dieta dimagrante* (c. 66): «I cavalli e gli asini sono alimenti da lasciare agli uomini di natura asinina, così come i leopardi, gli orsi e i leoni agli uomini di natura ferina». Nessun sospetto, neppure il minimo accenno al fatto che chi mangia carne di asino vecchio probabilmente non la sceglie, ma è costretto alla non-scelta di un cibo sgradevole e nocivo: ma questa non è faccenda che riguardi l'aristocratico Galeno, medico e consigliere di consoli e imperatori.

Ciò premesso, ritorniamo alla classificazione che abbiamo proposto, classificazione che costituisce la struttura portante della dieta galenica, in larga misura di eredità ippocratica.

Al primo punto abbiamo collocato i cibi ed i *pharmaka*. Questo abbinamento non deve sorprendere dal momento che non solo i cibi possono essere *pharmaka* nel senso più generale del termine, ma anche nel senso che i *pharmaka* stessi conservano questa ambivalenza che li porta ad essere al contempo nutrimento e veleno, come ha scritto Garcia Bállister²³, e ciò in rapporto alla correttezza o meno nei modi e nelle forme dell'assunzione, secondo la lezione di Aristotele²⁴. Ne *La dieta dimagrante* (c. 29) Galeno fa anche alcuni esempi concreti, sia pure occasionali, di questo trascorrimento del *pharmakon* nell'alimento vero e proprio: «Alcuni semi hanno potere così forte che in nulla sono inferiori ai farmaci veri e propri, come per esempio il seme di ruta, potente

to all'idea stessa di paideia; in proposito vedi M. Vegetti, *Passioni e bagni caldi. Il problema del bambino cattivo nell'antropologia stoica*, in *Tra Edipo e Euclide*, cit., pagg. 71-90.

²³ Galeno en la sociedad y en la ciencia de su tiempo, Madrid 1972, pag. 238. Di rilievo è anche il saggio di A. Touwaide, *Historical Drug Research. Réflexion pour une épistémologie de la recherche sur l'histoire du médicament ancien*, estr. da 'Nuncius. Ann. di Storia della Scienza', XI (1996), fasc. 1, pagg. 319-336.

²⁴ Cf. *Probl.* 864 a 27 s.: «Le sostanze che per eccesso di caldo o di freddo, pur essendo piccole di volume, non vengono digerite ed hanno potere di vincere e di non essere vinte dal calore naturale, nel caso in cui si sciolgano facilmente nelle due cavità, costituiscono farmaci».

quant'altri mai e di notevole efficacia dimagrante. Allo stesso modo i semi dell'agnocasto e della canapa non solo hanno carattere di farmaci, ma causano anche mal di testa: li si può usare solo nel caso che si scelga di purificare il sangue attraverso la diuresi. Ma il proposito non è di parlare di farmaci, se non per inciso...».

In verità, come afferma lo stesso Galeno nell'*Ars medica* (cap. 23), questo enunciato vale per tutti i principi che possono essere tanto causa di salute quanto di malattia: «Tutti i tipi di cause salutari ... costituiscono per così dire materia di cause <morbose>: diventano cause conservative o salutari con l'uso appropriato, ma nel caso in cui si sbagli la giusta misura diventano morbose. È chiaro, dunque, già da questo che non bisogna pensare che alcune sostanze sono salutari e altre morbose in sé, ma pensare, invece, che le stesse sostanze sono ora salutari ora morbose in relazione a qualcosa. Quando il corpo ha bisogno di movimento l'esercizio è salutare e il riposo morboso, ma quando il corpo ha bisogno di riposo è salutare la quiete e morboso l'esercizio. Lo stesso vale per i cibi, le bevande e tutto il resto... Due sono i criteri in relazione a un corpo sano o malato, la qualità e la quantità di ciò che si prende... Il tempo opportuno ha origine dal fatto che il corpo mortale è cangiante e mutevole ed ha bisogno, a seconda dei mutamenti, ora di un rimedio ora di un altro. Ciò vuol dire che non c'è il tempo opportuno come terzo tipo fra quelli menzionati». Un altro caso comune e ben noto a chiunque abbia familiarità anche minima con i problemi della dietetica è costituito dal vino, alimento e al contempo *pharmakon*, in relazione alla quantità ed alle modalità dell'assunzione, come leggiamo nel *De alimentorum facultatibus* (K 382.7), dove viene riportata un'interessante *querelle* su che cosa possa definito 'alimento': «Tutti convergono sul fatto che il vino faccia parte degli elementi che danno nutrimento ed è anche vero che tutto ciò che nutre fa parte degli alimenti, come nel caso del vino. Alcuni medici, però, negano che lo si possa chiamare alimento»²⁵. La questione, come è ovvio, non è puramente nominale, giacché il medico 'prescrive' un regime e, dunque, deve potersi intendere su un comune terreno di linguaggio con il paziente.

Naturalmente il medico nello stabilire il regime adatto a ciascuno non potrà non tener conto del fatto che non esistono metodi rapidi o addirittura bruschi (principio che sembra ispirare, invece, la medicina contemporanea²⁶) e che

²⁵ Ho già analizzato la quaestio in *Il vino terapeutico*, in J. G. Montes-M. Sánchez-R. J. Gallé, (eds.), *Plutarco, Dioniso y el vino*, Madrid 1999, pagg. 145-159.

²⁶ Quanto dico non significa affatto che il tempo non abbia valore nel contesto del regime galenico, come appare evidente da un passo della *Dieta dimagrante*:

non sempre è opportuno o possibile sradicare il paziente dal suo ritmo di vita, principio propugnato da Asclepiade di Prusa con la formula *tuto, cito et iucunde* che tanto successo aveva riscosso presso i ricchi Romani.

Sulla base dello stesso principio non è sempre possibile né utile ricorrere necessariamente al *pharmakon* come aveva sostenuto, in ambito alessandrino, Filino di Cos, il grande 'ribelle' della scuola anatomica di Erofilo (suo maestro), fondatore della scuola empirica contro i cosiddetti *logikoi* (Sext. Emp. *adv. math.* VIII 326)²⁷.

Lo stesso Asclepiade, però, non trova il consenso di Galeno non solo quando rifiuta l'evidenza anatomica, ma anche quando rifiuta il principio della cautela nell'impiego di farmaci che, sulla base dell'evidenza empirica, mentre espellono degli umori ne producono altri non meno pericolosi (*De nat. fac.* 40 I 13=K I 40-41): ancora una volta, *mutatis mutandis*, ci troviamo di fronte ad un problema che travaglia tutt'oggi la moderna farmacopea, quello, cioè, della pericolosità e dell'ambivalenza dei *pharmaka*.

La regola aurea è, comunque, quella che Galeno stesso enuncia fin dalla prime battute de *La dieta dimagrante* a proposito delle infermità croniche, ma non solo: «La gran parte delle infermità croniche ha bisogno di una dieta dimagrante, così che spesso con questo solo rimedio pervengono a soluzione senza aver bisogno di alcun farmaco... Nei casi, infatti in cui è possibile ottenere il risultato finale mediante la sola dieta, è meglio astenersi dai farmaci» (I 1). Egli è, infatti, assolutamente convinto, come Ippocrate prima di lui, l'altro imprescindibile dietologo del mondo antico, che se la nostra vita dipende dall'alimentazione, la «nostra alimentazione dipende dalle piante e dagli animali» (*De alim. fac.* II.1.1) che, dunque, analizza minuziosamente proprio per evitare di dover ricorrere ai pericolosi *pharmaka*.

Per capire fino a che punto arrivasse l'acribia, non solo dialettica, ma anche onomastica di Galeno ricordo qui, a titolo esemplare, la puntigliosità nella descrizione della comune cicoria, con il quale nome si raggruppano, in realtà, molte specie di erbe che i contadini conoscono bene. Dopo aver parlato del finocchio, della ruta, del coriandolo e dell'aneto che, quando sono in germoglio avrebbero «una moderata azione dimagrante», passa a parlare di «un'altra specie di erbe selvatiche, che ha proprietà solubilizzante inferiore a quelle cita-

«Ritengo sia meglio arrivare al più presto al risultato servendosi di tutto ciò che è utile, piuttosto che rimanere continuamente sotto cura mischiando le cose dannose con quelle che recano giovamento» (c. 113).

²⁷ In proposito vedi C. Viano, *La selva delle somiglianze. Il filosofo e il medico*, Torino 1985, pag. 208.

te: risultano di natura intermedia e neutra, cioè non sono né chiaramente solubilizzanti né ingrassanti. Le erbe di tale tipo si chiamano tutte con definizione comune 'cicoria' (*seris*), ma i contadini hanno dato a ciascuna di esse, secondo l'aspetto, un nome particolare, come per esempio lattuga, lattugaccio, gingidio di Siria, e moltissimi altri nomi del genere che variano da regione a regione. Ad Atene hanno tutte la denominazione comune di 'cicorie', poiché gli antichi non diedero una classificazione di tutte le loro specie. D'altra parte, non tutte sono note a tutti, perché non crescono tutte dappertutto; perciò in generale, per acquisire nozione della loro efficacia, è necessario avere a disposizione una classificazione ed una descrizione particolareggiata» (*de subtl. dieta*, cc. 15-16). Ho già detto che avrei ricordato il caso della cicoria come caso paradigmatico, ma non eccezionale perché Galeno non perde mai occasione di precisare e puntualizzare, convinto com'è che *ogni* alimento ha caratteristiche sue proprie che possono certo essere simili a quelle di un altro, però mai perfettamente coincidenti. A questo tema della necessità di essere precisi il più possibile onde evitare equivoci, s'ispira lo stile²⁸ dei suoi *Commentari* nei quali non risparmia critiche a quanti, a suo dire, hanno creato confusione indicando, per esempio, più specie con lo stesso termine.

Proprio in relazione ad un altro vegetale della grande 'famiglia' della cicoria, cioè la lattuga, Galeno fa un'attenta distinzione fra la lattuga selvatica (*thridakine*) e la lattuga coltivata (*thridax*), dichiarando di preferire la prima. All'interno di questa classe colloca poi anche un altro tipo di lattuga, la *thridakine agria* (*De alim. fac.* 2.4.1-5) che, immaginiamo, non fosse poi molto diversa dalle altre. Possiamo ancora ricordare il caso del 'frumento' cui è dedicato tutto il capitolo XIII del I libro del *De alimentorum facultatibus* nel quale si discute delle differenze fra *olura*, *zeia* e *typhe* e delle alterne vicende di questi termini nella storia della dietetica e della terapeutica: mentre nota, infatti, che Mnesiteo (che non stima molto²⁹) colloca la *typhe* subito dopo il frumento e l'orzo, facendo comunque confusione, deplora al contempo che Diocle, Prassagora e Filotimo, pur parlando dei cereali, non abbiano menzionato la *zeia*. La questione, come ho già detto, non è puramente e astrattamente nominale perché, invece, il dibattito sul linguaggio, sulla necessità di chiarezza e precisione è ben dentro la riflessione teorica di

²⁸ Riprendo volutamente il titolo di un importante saggio di P. Manuli, *Lo stile del commento. Galeno e la tradizione ippocratica*, in *La scienza ellenistica*, cit. nel quale ella dimostra come, nonostante l'apparente neutralità, Galeno consideri gli scritti ippocratici in una dimensione canonica.

²⁹ In *De alim. fac.* p. 216, 14-15 (=fr. 22 H.=24 Bertier) lo accusa senza mezzi termini di non avere una *bebaita diagnosis*, il che rende il medico inaffidabile.

Galeno che fu autore, tra l'altro, di un puntiglioso *Peri aristes didaskalias* contro le imprecisioni di Favorino (fr. 28 Barigazzi) in nome di una necessaria omogeneità semantica che permette al medico di fare prescrizioni chiare. Galeno fu studioso attento dei problemi del linguaggio, secondo uno schema caro ai Topici aristotelici, come conferma un'acuta osservazione che egli stesso pone a 'premessa' di *Le facoltà naturali*: «Per quanto ci riguarda, siamo convinti che la più grande virtù del linguaggio (*megisten lexeos areten*) sia la chiarezza e, convinti che essa venga corrotta (*diaphtheiromenen*) soprattutto dai nomi insoliti, usiamo, invece, le denominazioni note ai più...» (I 1=K II 1). Si comprende bene che la questione assume una rilevanza anche maggiore nel caso delle prescrizioni dietetiche e delle analisi delle caratteristiche degli alimenti che devono essere facilmente individuati, onde evitare confusioni, come precisa in un significativo passo del *De alimentorum facultatibus* (2.4.3): «<Quando si può usare il termine 'maturo' (*pepon*) a proposito dei frutti e dei legumi>. Nella presente trattazione non ci curiamo di tali questioni, in quanto non recano alcun contributo alla medicina; infatti è molto meglio dare un'interpretazione chiara che rendere oscuro l'insegnamento con futilità di tal genere ed è possibile soprattutto ottenere chiarezza se si usano le denominazioni più comuni alla gran parte di coloro che parlano conservandone il significato» (cf. *De subtil. dieta* 30 a proposito dei farinacei). Quanta attenzione venisse posta a questo problema dalla medicina antica è confermato anche dal fatto che Rufo d'Efeso scrive un'opera dedicata proprio alla *Denominazione delle parti* che, come nota Lloyd, «costituisce un'ottima testimonianza dell'attenzione dedicata alla terminologia anatomica»³⁰. Ma è Galeno che con il suo potente apparato teorico riesce ad esercitare la più ampia influenza anche nel campo del linguaggio medico dei secoli successivi, pur se con elegante *understatement* dichiara nel *De bonis malisque succis* (4.39): «Non spetta a me sottillizzare con i vocaboli. Questa è una preoccupazione dei puri letterati, e certo non di tutti, ma solo di quanti, fra coloro che dedicano la vita a tale attività, sappiano servirsi dell'attico antico. Star bene in salute, invece, è una necessità per tutti, ma non tutti sanno attenersi al regime che loro si conviene, o per intemperanza o per mancanza di mezzi o per ignoranza».

Galeno scrive per coloro che hanno a cuore la buona salute, si rendono conto della necessità di un rigoroso regime e intendono attenersivi.

Poveri e incolti sono fuori da questa storia di diete e regimi.

Jolanda C. CAPRIGLIONE
Università di Napoli

³⁰ *Scienza folklore ideologia*, trad. it., Torino 1987, pag. 119.