

“*Vuoi vincere a Olimpia?... stai lontano dai dolci!*”
Delizie del palato e interdizioni rituali nel regime atletico classico

Maurizio ZERBINI

Università “La Sapienza”, Roma

Il passo citato, con lieve adattamento, nel titolo di questa comunicazione, è tratto dall’*Encheiridion* di Epitteto, il celebre manuale pratico di comportamento redatto da Arriano sulla base degli insegnamenti rivolti dal filosofo stoico ai discepoli di Nicopoli, in un ampio periodo compreso tra il principato di Domiziano e quello di Adriano¹. La pagina neostoica ci fornisce una testimonianza preziosa sul dettaglio del regime atletico imposto ai partecipanti agli agoni olimpici nella prima età imperiale:

Θέλεις Ὀλύμπια νικῆσαι; κἀγώ, νῆ τοὺς θεοὺς· κομψὸν γάρ ἐστιν. ἀλλὰ σκόπει τὰ καθηγούμενα καὶ τὰ ἀκόλουθα καὶ οὕτως ἄπτου τοῦ ἔργου. δεῖ σ' εὐτακτεῖν, ἀναγκοτροφεῖν, ἀπέχεσθαι πεμμάτων, γυμνάζεσθαι πρὸς ἀνάγκη, ἐν ὥρᾳ τεταγμένη, ἐν καύματι, ἐν ψύχει, μὴ ψυχρὸν πίνειν, μὴ οἶνον, ὡς ἔτυχεν, ἀπλῶς ὡς ἱατρῷ παραδεδωκέναι σεαυτὸν τῷ ἐπιστάτῃ...²

Troviamo qui sommariamente elencati i pilastri dell’allenamento rituale in cui l’atleta della tradizione greca riconosceva la propria identità di agonista³: il più generale assoggettarsi alla disciplina di un regime di esistenza separato (εὐτακτεῖν), oltre che nel carico massacrante di esercizi di preparazione agli agoni, si traduce anzitutto nella scrupolosa osservanza di un’alimentazione forzata rivolta alla conquista della palma olimpica (ἀναγκοτροφεῖν). Sottomesso per questo all’arbitrio inflessibile dell’allenatore, che nel controllo della persona dell’atleta trova solo nel medico un adeguato termine di paragone, l’agonista siede ad una tavola in cui, oltre a risultare bandito il consumo del vino nelle forme di convivialità che appartengono alla *polis* ellenica⁴, compare il singolare obbligo di astenersi dal consumare πέμματα⁵. Lo si obbligava, dunque, a stare lontano dai dolci?

La similitudine atletica qui svolta da Epitteto appare particolarmente efficace: il filosofo di Nicopoli identifica infatti il regno della libertà morale con quanto ricade sotto il diretto con-

¹ Cfr. E. V. MALTESE, *Introduzione* a Epitteto, *Manuale*, Milano 1990, pp. VII-XXV.

² Epict., *Ench.* 29, 2.

³ Non deve peraltro escludersi la possibilità di restringere il dettaglio delle affermazioni di Epitteto al solo mese lunare antecedente la disputa degli agoni olimpici, nel quale gli atleti erano chiamati a soggiornare nel ginnasio di Olimpia a disposizione delle locali magistrature atletiche. I dati in merito sono raccolti in N. B. CROWTHER, “The Olympic Training Period”, *Nikephoros* 4 (1991), pp. 161-166.

⁴ Sulle quali cfr. il nitido quadro d’insieme tracciato ora in D. MUSTI, *Il simposio*, Roma-Bari 2001.

⁵ ... ἀπέχεσθαι πεμμάτων (Epict., *Ench.* 29, 2).

trollo dell'individuo, corrispondente a ciò di cui egli effettivamente può disporre; solo riconoscendo questi limiti è dunque possibile affrancarsi dalla schiavitù del proprio corpo e delle proprie passioni. Per partecipare agli agoni più celebri dell'antichità occorre infatti un corpo adatto alla pratica degli esercizi ginnici⁶, ma questo è solo il necessario presupposto per intraprendere una preparazione atletica lunga e gravosa, la cui severità sembra qui essere ulteriormente specificata da interdizioni alimentari quanto mai ingrate: la rinuncia a quei *pemmata* ha evidentemente il suo prezzo, se il filosofo stoico può inserirla nell'elenco delle premesse, ostiche e impegnative, della conquista dell'alloro olimpico. Ma possiamo rendere quel termine, tanto strettamente legato alla tavola agonistica greca, con quanto ricade oggi nella categoria alimentare dei nostri dolci, come troviamo attestato ancora nelle più recenti traduzioni dell'*Encheiridion*?⁷

Nella tradizione manoscritta del testo greco di Epitteto, ricostruita da ultimo da G. Boter⁸, il brano in nostro esame (ripreso quasi integralmente nel passo correlato delle *Diatrìbe*⁹) è assente dal commento antico di Simplicio al *Manuale* vero e proprio: anche un'eventuale interpolazione¹⁰ confermerebbe peraltro la pregnante efficacia del richiamo agonistico invocato da Epitteto, che vede sbiadire il pertinente riferimento ai *pemmata* della dieta agonistica solo nell'isolata lezione banalizzante che, nel ridurli a ordinari πράγματα¹¹, torna a riproporre una vulgata esortazione stoica al disinteresse e all'inerzia. Neppure il ricorso ai lessici è qui, come sovente accade, risolutivo: nell'ambito più vasto il termine identifica infatti ogni prodotto di cottura (πεπτόμενον), con particolare riferimento ad una sua ricercata preparazione, cui sembrano efficacemente alludere i ποικίλα εδέσματα della più ampia definizione di Esichio¹².

Come è noto, una celebre traduzione umanistica del *Manuale* stoico di Epitteto veniva redatta da Poliziano nel 1479, restituendo alla cultura occidentale la voce di un autore greco rimasto chiuso per secoli nell'ambito esclusivo della tradizione bizantina¹³. L'umanista toska-

⁶ Epict., *Ench.* 29, 5: basta osservare il proprio corpo per comprendere se si è adatti alla pratica della lotta piuttosto che del pentathlon.

⁷ La traduzione italiana cui si è fatto riferimento ("... astenerti dai dolci", Epitteto, *Manuale*, a cura di E. V. MALTESE, Milano 1990, p. 19) costituisce un chiaro esempio della diffusa tendenza a generalizzare l'immagine proposta da Epitteto. Si pensi solo ai "sweet cakes" della più autorevole versione prodotta dalla tradizione filologica anglosassone, redatta da W. A. Oldfather nel 1928 per la Loeb Classic Library ("... give up sweet cakes", Epictetus, *Manual*, a cura di W. A. OLDFATHER, London - New York 1928, p. 507).

⁸ G. BOTER, *The Encheiridion of Epictetus and its three christian adaptations. Transmission and critical editions*, Leiden 1999.

⁹ III 15, pp. 1-13.

¹⁰ Sostenuta da ultimo dallo stesso Boter (*The Encheiridion...*, cit., p. 307).

¹¹ G. BOTER, *The Encheiridion...*, cit., p. 344.

¹² *Thes. G. L.*, VI 711, s. v. Πέμμα.

¹³ Cfr. R. P. OLIVER, "Politian's Translation of the Encheiridion", *TAPhA* 89 (1958), pp. 185-217. La prima edizione a stampa del manuale neostoico si data al 1450, con versione latina di Niccolò Perotti: cfr. O. R. PENDLETON (a cura di), *Niccolò Perotti's version of the Encheiridion of Epictetus*, Urbana, Un. of Illinois 1954.

no, temporaneamente relegato da Lorenzo de' Medici nella villa di Fiesole (in seguito ai contrasti insorti con il suo mecenate sull'educazione del figlio Piero), dedica un'estate di forzato *otium* filologico alla traduzione di un testo attraverso cui riflettere sulla volubilità dei rovesci della sorte umana. Nelle pagine di Epitteto egli cerca peraltro un formidabile banco di prova della propria abilità di interprete e *grammaticus*: in una prospettiva umanistica ostinatamente rispettosa dello spessore di ogni singolo termine¹⁴, il passo in nostro esame viene dunque reso in latino con la necessità che l'atleta olimpico si debba "*abstinere condimentis*"¹⁵. Una versione che può essere utilmente messa a confronto con quella proposta, quasi un secolo dopo, dall'umanista Hieronymus Wolf: con l'espressione "*abstinere bellariis*" l'allievo di Melantone opera infatti una più che probabile sovrapposizione della tavola moderna a quella classica, orientandosi nella sua lettura su tutto quanto (dolci, ma anche frutta!) viene servito a tavola a conclusione e suggello del pasto¹⁶. Wolf ricorre qui all'appiglio, puramente formale, di un passo di Gellio che non getta alcuna luce ulteriore sulla tavola dell'antichità¹⁷: la lettura di Poliziano rimane invece sostanzialmente scettica sull'opportunità di sovrapporre integralmente la nostra categoria di dolce ai *pemmata* interdetti all'atleta olimpico. Nel rispetto dell'accezione più ampia dell'etimo latino, l'agonista sembrerebbe piuttosto obbligato a non accostarsi a tutto quanto possa costituire un arricchimento del pasto: senza per questo –letteralmente– addolcirlo nelle forme note alla tavola classica, che pongono il miele al proprio indiscusso vertice¹⁸.

Se a partire dal suo recupero umanistico la fortuna del manuale di Epitteto non conoscerà più eclissi, moltiplicando nel corso dei secoli le successive versioni nelle lingue moderne, a rappresentare un vero e proprio polo antitetico a quello di Poliziano nell'intelligenza filologica del passo in nostro esame è senza dubbio la più celebre traduzione italiana, o "volgariz-

¹⁴ "Nell'estate del 1479 l'Encheiridion fu scelto e tradotto da un filologo, devoto al valore della parola, al significato del passo, al culto della retta interpretazione" (E. V. MALTESE, "Poliziano ed Epitteto", in Epitteto, *Manuale*, cit., p. 52).

¹⁵ Epitteto, *Manuale*, cit., 76.

¹⁶ *Epicteti stoici philosophi Encheiridion, item Cebetis Thebani tabula de vita humana prudenter instituenda. Accessere Simplicii in eundem Epicteti libellum doctissima scholia..., omnia Hieronymo Wolfio interprete cum ejusdem annotationibus*, Coloniae 1596, Cap. XXXV. La prima edizione del *Manuale* di Epitteto a cura dell'umanista tedesco si legge già in [H. WOLF], *Epicteti Enchiridion, hoc est, pugio, sive ars humane vitae correctrix: graece et latine, Hieronymo Wolfio interprete*, Basileae 1561. Sull'allievo di Melantone cfr. la più recente edizione della sua autobiografia: H. WOLF, *Der Vater der deutschen Byzantinistik. Das Leben des Hieronymus Wolf von ihm selbst erzählt*, München 1984.

¹⁷ Gell. 13, 11, 6: "... quae πέμματα Graeci aut τραγήματα dixerunt, ea veteres nostri bellaria appellaverunt". Sui *Bellaria* cfr. i dati raccolti in *Thes. L. L.*, II 1805 s. v.

¹⁸ Cfr. C. BALANDIER, "Production et usages de miel dans l'antiquité gréco-romaine", *Des hommes et des plantes: plantes méditerranéennes, vocabulaire et usages anciennes*, a cura di M. Cl. AMOURETTI - G. COMET, Aix-en-Provence 1993, pp. 93-125. Un esempio di una diffusa lettura del tema nell'ottica del materialismo culturale può leggersi in D. & P. BROTHWELL, *Food in antiquity. A survey of the diet of early peoples*, Baltimore-London 1998, p. 74: "Honey is probably the best natural source of energy available to man, and this is, of course, owing to the pure sugar content which is very easily assimilated by the body".

zamento” del manuale stoico, completata a Bologna nel 1825 da Giacomo Leopardi¹⁹. Nel “*manuale di filosofia pratica*” dell’antichità la personale lettura del poeta di Recanati ritrovava un invito alla rassegnazione e alla rinuncia, dunque all’inazione e alla passività come unico mezzo per limitare la sofferenza inflitta dalla Natura all’individuo: un sollievo, seppur parziale e temporaneo, poteva trovarsi solo in una “servitù” docile e rassegnata alle sofferenze connaturate all’esistenza umana²⁰. Nel volgere in italiano il richiamo stoico ai *pemmata* negati alla tavola agonistica, Leopardi vi rimarcava dunque il singolare obbligo imposto all’atleta di astenersi “*dalle confetture e cotali piacevolezze*”²¹. L’insistenza sui temi più generali di una personale filosofia della tavola appare del resto quanto mai congeniale alla riflessione di Leopardi: in una pagina dello *Zibaldone* del 1821 la sua attenzione si era soffermata proprio sui piaceri del gusto, a partire dal fondamento fisiologico dei “*sapori elementari*”:

“*Il gusto o il disgusto dei sapori elementari [...] è determinato in gran parte dalla natura, ed è esso medesimo elementare, come quello dei colori, dei suoni e degli odori*”²².

Il poeta intende quei sapori elementari come “*qualità specifiche del sapore*”, proprio sull’esempio della “*dolcezza nello zucchero*”. La sua analisi non tarda però a staccarsi dal dato puramente naturale, per estendersi alla multiforme considerazione che di quelle sensazioni del palato hanno saputo trarre gli uomini nel corso della storia:

“*Nella loro armonia, che è determinata il più dall’assuefazione, variano i gusti dei luoghi, dei tempi, degli individui: i popoli naturali amano dei cibi e bevande disgustosissimi per noi, e viceversa*”²³.

¹⁹ L’opera rimase inedita in seguito alle note traversie editoriali del poeta di Recanati: la prima edizione del *Volgarizzamento* appare nell’edizione fiorentina delle *Opere* curata nel 1845 da A. Ranieri.

²⁰ Cfr. S. TIMPANARO, *Il Leopardi ed i filosofi antichi*, in *Id.*, *Classicismo e illuminismo nell’Ottocento italiano*, Pisa 1969², pp. 183-228, 217 ss.

²¹ G. LEOPARDI, *Il manuale di Epitteto (Enchiridion)* § 29: “*Desideri tu diventar vincitore olimpico? E io non meno di te, per Dio; ché ella è una qualità che fa onore. Ma considera prima le antecedenze e le conseguenze, e poi mettiti all’impresa. Egli ti conviene sottoporsi a una disciplina e osservare una regola; mangiare sforzatamente; asteneri dalle confetture e cotali piacevolezze; esercitare il corpo per forza a certe ore assegnate, sì al caldo come al freddo; non usare bevande fresche né vino a tuo piacimento; in fine darti tutto in mano al maestro, né più né meno come a un medico*”.

²² G. LEOPARDI, *Zibaldone di pensieri*, 1940 ss. (18 ottobre 1821), da cui anche le citazioni seguenti.

²³ “*La categoria del bello spetta più ai sapori che ai colori [...]. I sapori sono per lo più composti, e non piacciono né disgustano se non per l’armonia o la disarmonia che hanno tra loro, in ciascuna composizione. Della quale armonia o disarmonia giudica l’assuefazione, e tutte quelle qualità umane che giudicano e sentono il bello. Quanto ai sapori elementari, come il dolce, l’amaro, gl’individui sono meno discordi nel giudicarne, perch’essi son fuori dell’armonia la quale dipende dalla sola assuefazione. Non però in modo che anche nel giudizio di essi non influiscano le [...] circostanze individuali, nazionali, ecc. [...]; onde molti cibi e bevande predilette presso una nazione, sono disgustosissime a’ forestieri*” (G. LEOPARDI, *Zibaldone*, 1940-1, 18 ottobre 1821).

La teoria leopardiana del piacere, elaborata sulla scorta delle intense letture giovanili dei filosofi classici, rimarcherà la richiesta di un piacere infinito da parte dell'individuo, tale per sua natura da non poter essere mai soddisfatto, e destinato anzi a generare un desiderio incolmabile: nel soffermarsi sui modi e sulle forme della frustrata ricerca di quel piacere il confronto tra antichi e moderni (puntualmente risolto a sfavore degli ultimi) si incrocia qui con quello tra civiltà e popoli di natura, approdando ad un relativismo culturale²⁴ in piena consonanza con gli assunti più generali della letteratura antropologica classica²⁵.

Primo fra tutti, lo stesso sapore dolce –avverte Leopardi– non può certo essere disgiunto dalla sua connotazione culturale: non fanno eccezione, aggiungeremo, neppure le leopardiane “confetture”, che traducono nell'italiano ottocentesco i *pemmata* del testo greco di Epitteto, assunti dal poeta di Recanati a simbolo indiscusso di ogni possibile “piacevolezza” alimentare. A tali confetture sono infatti strettamente affini nell'etimo quei “confetti” che corrispondono ai dolci di zucchero cotto del primo volgare toscano²⁶, utili a rileggere la versione leopardiana dei *pemmata* in una prospettiva biografica originale, illuminata dalle personalissime inclinazioni gastronomiche (all'insegna dei noti “sorbetti napoletani”) del filosofo del piacere.

Più che alla produzione autobiografica del poeta, dovremo qui ricorrere forzatamente alle pagine di Antonio Ranieri²⁷, autore dell'indiscreto memoriale alla cui luce gli ultimi anni di vita del poeta di Recanati sembrerebbero marcati, più che dalla produzione lirica, proprio dal disordine alimentare e dagli incontrollati eccessi di gola²⁸. Nei quadri di una narrazione che

²⁴ Solo in parte riconducibile ad influssi diretti del razionalismo e del materialismo illuministico: gli appunti dello *Zibaldone* si spingono da subito, nella critica dei valori assoluti, ben oltre le considerazioni lette ad esempio nell'*Essai sur le goût* di Montesquieu. Cfr. S. TIMPANARO, *Alcune osservazioni sul pensiero del Leopardi*, in *Id.*, *Classicismo e illuminismo nell'Ottocento italiano*, Pisa 1969², pp. 133-82, 141 ss.; M. DE POLI, “L'illuminismo nella formazione del pensiero di Leopardi”, *Belfagor* 29/5 (1974), pp. 511-46.

²⁵ Due esempi su tutti: la prospettiva del materialismo culturale, più esplicitamente orientata all'analisi dei temi alimentari, è efficacemente espressa dalle pagine di M. HARRIS, *Buono da mangiare. Enigmi del gusto e consuetudini alimentari*, trad. it. Torino 1990 (London 1985); ma anche una parte significativa dell'intera opera strutturalista di C. Lévi-Strauss è orientata dai temi della tavola: cfr. C. LÉVI-STRAUSS, *Il crudo e il cotto*, trad. it. Milano 1966 (Paris 1966); *Id.*, *Dal miele alle ceneri*, trad. it. Milano 1970 (Paris 1966); *Id.*, “Breve trattato di etnologia culinaria”, *Id.*, *Le origini delle buone maniere a tavola*, trad. it. Milano 1971 (Paris 1968), pp. 422-44.

²⁶ Nel modello della prosa di Boccaccio sono anch'essi sinonimo di dolciumi: “*Ella era più melata che 'I confetto...*” (*Decam.* III 8); “*...convenne che con vernaccia e con confetti ristorativi e con altri argomenti nel mondo si ritornasse*” (*Decam.* II 9).

²⁷ A. RANIERI, *Sette anni di sodalizio con Giacomo Leopardi*, Milano 1995. Sul rapporto tra Ranieri e Leopardi nell'ultimo periodo napoletano, cfr. le riflessioni di W. BINNI, “La poesia di Leopardi negli anni napoletani”, *Id.*, *La protesta di Leopardi*, Firenze 1982, pp. 279-321, 284 ss.

²⁸ “*Le apprensioni e le vicende cessavano, quando i medici vietavano, con meraviglioso accordo, fino a un certo punto, le cose dolci, ed assolutamente, i gelati. Bramosissimo delle une e degli altri, egli, lasciata dall'un dei lati ogni apprensione, perseverava i più incredibili eccessi: il caffè, sciroppo di caffè; la limonea, sciroppo di limone; il cioccolato, sciroppo di cioccolato (non senza le vainiglie, rigorosamente vietategli); e così via via. E quanto ai gelati, era un furore: forse che il morbo stesso lo spingeva!*” (A. RANIERI, *Sette anni...*, cit., p. 61).

indulge impietosamente nel dettaglio sistematico, la cagionevole fibra del poeta si rivela ormai irrimediabilmente compromessa: ma alle intrusive attenzioni dei medici Leopardi risponde (o reagisce?) esasperando i propri quotidiani peccati di gola, o meglio abbandonandosi ad una mortale ghiottoneria, che proprio su gelati e confetti concentra le proprie furiose attenzioni. Più degli ultimi versi del *Tramonto della luna*, dettati secondo la tradizione sul letto di morte, nell'estrema affermazione del proprio pessimismo materialistico, sono qui proprio le "piacevolezze" con le quali il giovane Leopardi rendeva i *pemmata* del testo di Epitteto a tornare con prepotenza al centro dell'ultimo squarcio della sua esistenza. Nella maldicente prosa di Ranieri, di fatto rivolta a screditare la grandezza del poeta attraverso la sistematica rivelazione di ogni sua meschina debolezza privata, quelle colpevoli dolcezze tornano proprio alla vigilia dell'ultimo giorno, nella forma dei "due cartocci di confetti cannellini, di *Sulmona* [...], che venivano belli e fatti dalla patria di Ovidio", divorati in poche ore dal poeta, "che n'era ghiottissimo"²⁹, a dispetto delle proibizioni dei medici. Quei confetti, etimologicamente evocati dalle più generiche confetture attribuite nella traduzione giovanile all'astinenza forzata dell'atleta greco, vanno così a marchiare tutto il disordine alimentare dei suoi ultimi giorni, o forse l'estremo impeto libertario di un animo che rifiuta ormai di sottomettere invano la sua persona all'arbitrio del medico, come già l'antico atleta doveva invece piegarsi al suo inflessibile allenatore. Incautamente offerti da una mano pietosa alla disperata voracità ed al mortale abuso del cantore del pessimismo materialistico, nonchè fiero avversario di ogni spiritualismo,³⁰ quei dolci di zucchero sembrano proprio marcare, con la dolcezza mortale del loro sapore, l'estrema e coerente negazione materialistica di ogni perfettibilità umana.

La traduzione leopardiana aveva dunque ritrovato negli antichi *pemmata* l'espressione per antonomasia di un piacere sensuale puntualmente negato e represso nelle forme dell'esistenza quotidiana, prima che destinato a rimanere comunque fisiologicamente insoddisfatto: quanto basta per suggerire all'analisi di valutare con attenzione l'interpretazione cristiana di quei dolci interdetti al consumo degli antichi atleti, parte di una più ampia lettura del manuale stoico che costituisce peraltro uno dei filoni più significativi della fortuna dell'opera di Epitteto. I suoi contenuti, ben prima che alla moderna tradizione del classicismo, erano stati infatti presenti, fin dai primi secoli, alla riflessione cristiana, che aveva trovato nell'*Encheiridion* un testo i cui precetti potevano agevolmente essere assimilati all'etica della croce: il disprezzo dei beni materiali, la sopportazione impassibile del dolore, l'abbandono ai meccanismi imponderabili della Provvidenza erano potuti agevolmente transitare dalla pagina stoica a quella della rigorosa prospettiva ascetica del monachesimo orientale. Come sintetico ed efficace breviario di perfezione spirituale il manuale di Epitteto aveva infatti conosciuto eccezionale fortuna nell'ambito del cristianesimo ortodosso di lingua greca, testimoniato dalla celebre parafrasi del *Manuale* attribuita a S. Nilo, padre dell'ascetismo monastico

²⁹ *Ibid.*, p. 73.

³⁰ Cfr. W. BINNI, "La poesia...", cit., pp. 279-321.

bizantino³¹. Nel tentativo di ricercare una prospettiva comparativa alla presunta dolcezza che, ad una prima lettura, appare negata in Grecia all'atleta olimpico, è forse possibile ricorrere allora proprio ai modelli anacoretici dell'ascetismo, e dunque alle *Vite* dei Padri del deserto che delle strutture monastiche cristiane costituiscono il modello indiscusso.

La dolcezza che può essere gustata in terra può infatti preannunciare, nella più ampia tradizione giudaico-cristiana, i soavi caratteri del paradiso: quella di gustare odori e sapori celesti (si pensi all'odore di santità!³²), da cui il primo uomo si è dovuto separare ma che possono essere ancora recuperati, anche nell'esistenza terrena, sembra una possibilità riservata proprio a chi ha scelto la via impervia dell'ascesi. Così il monaco Patermouthios dell'*Historia Monachorum*³³, che racconta di essere stato trasportato *in corpore* nel giardino paradisiaco, ne riporta un fico di miracolose dimensioni, il cui soave profumo provvederà da quel momento a sanare i malati. Un'altra celebre figura di padre del deserto, l'abate Arsenio,³⁴ non esita peraltro ad accettare le primizie di frutta donate dai contadini ai fratelli del suo cenobio, che egli assaggia pubblicamente, non certo per soddisfare il piacere del palato: pervenuto ormai alla condizione ascetica di poter gustare quei frutti come purissimo anticipo della delizia paradisiaca –senza nulla concedere alle insidie del ventre– può così invocare e riconfermare la discesa della benedizione divina sui campi coltivati³⁵. Tutta la difficoltà di leggere un marchio irrevocabile di dannazione nei termini della colpevole dolcezza del palato si conferma emblematicamente nella vicenda degli *Apophthegmata Patrum*³⁶ in cui è narrata l'eccezionale avventura dell'abba Macario, chiamato ad un singolare confronto con Satana nella profonda solitudine del deserto. Dalla lacera tunica del Maligno, in abiti di viandante, pendono variopinte ampolle³⁷, che questi trasporta –quasi in forma di campionario!– come inesauribile scorta di tentazioni per i monaci del vicino cenobio³⁸: grazie anche all'intervento dell'anacoreta, ogni sforzo si rivelerà però del tutto inefficace di fronte alla compatta saldezza di tutti quei campioni dell'ascesi, temprati dagli schemi dell'esistenza monastica a rimanere ostinatamente refrattari alle lusinghe del peccato³⁹.

Gli assaggi (γεύματα) che Satana porta fiduciosamente con sé sulla via del cenobio vengono abitualmente resi dalle traduzioni moderne, fino alle edizioni testuali più recenti, nei termini pseudoalchemici di un'evocativa pozione (esplicitando così una consistenza fluida,

³¹ La versione attribuita a S. Nilo, molto probabilmente prodotta negli ambienti di un ascetismo bizantino più tardo, traduce gli argomenti stoici in una precettistica rivolta all'esistenza cenobitica, operando un minimo intervento sul testo attraverso l'eliminazione dei riferimenti ai singoli filosofi pagani ed ai distinti personaggi del mito e del pantheon classico (cfr. G. BOTER, *The Encheiridion...*, cit., p. 157).

³² Cfr. J.-P. ALBERT, *Odeurs de sainteté. La mythologie chrétienne des aromates*, Paris 1990.

³³ *Hist. Mon.* X, 20-1.

³⁴ PG 65, 92b (*Vitae Patrum* XV 8).

³⁵ Assumendo in questo la funzione cui allude la biblica vicenda di Melchisedech, il re di Salem che riceve da Abramo le decime dei raccolti in riconoscimento del proprio ruolo sacerdotale: *Gen.* 14, 18-20.

³⁶ PG 65, 261a-264b (*Vitae Patrum* XVIII, 9).

³⁷ ... ὡς στιχάριον φορῶν λινοῦν τρωγλωτόν· καὶ κατὰ τρυμαλίαν ἐκρέματο ληκύνθιον (*ibid.*).

³⁸ Γεύματα ἀποφέρω τοῖς ἀδελφοῖς (*ibid.*).

³⁹ Πάντες ἄγριοι μοι ἐγένοντο (*ibid.*).

come quintessenziata, nel contenuto di quelle ampolle)⁴⁰, ovvero attraverso imprecisate “golosità”⁴¹, che rischiano però di essere ristrette, ancora una volta, all’ambito esclusivo della dolcezza del palato⁴².

Nel riferimento ai campioni dell’ascesi posti sotto le cure dell’abba Macario, sorge per contro il sospetto che quelle tentazioni, più che nei termini moralmente colpevoli di un’etimologica dolcezza, potessero invece prendere forma e sostanza in una materiale tentazione carnale, specificata in una sensuale immagine femminile (si pensi ai cori lascivi di vergini danzanti che tormentano l’ascesi di Girolamo, in compagnia di scorpioni e di belve nel deserto di Gerusalemme⁴³), ovvero nel fumo grasso e succulento di un arrosto sacrificale pagano. Le vite dei Padri del deserto abbondano infatti di episodi in cui l’anacoreta, quando avverta anche il minimo sentore di cotto o di arrostito, si allontana prontamente dai luoghi in cui il potere dei demoni sull’umanità continua ad esercitarsi proprio attraverso le pratiche di cottura connesse ai riti del sacrificio un tempo pagano⁴⁴...

Per questa via, si potrà riconoscere nell’alveo della tradizione cristiana un atteggiamento –spesso sottovalutato– per nulla ostile alla dolcezza dei sapori della tavola: Tommaso d’Aquino poteva negare allo stesso zucchero lo status di alimento, legittimandone dunque l’impiego quaresimale a supporto del digiuno nella sfibrante prova dell’ascesi⁴⁵. Certo, nei canoni del cattolicesimo controriformistico il sapore dolce (intimamente connesso con lo zucchero) appare ormai indissolubilmente legato con la nozione più ampia e colpevole del piacere, quale possiamo riconoscere ancora tra le pieghe della biografia leopardiana: la dolcezza dello zucchero (quello di canna importato da Oriente attraverso la via delle spezie, e poi quello raffinato attraverso processi industriali dalla barbabietola) fornirà quindi prima agli

⁴⁰ Cfr. L. COCO, *Detti dei padri del deserto*, Casale Monferrato 1997, p. 196.

⁴¹ Così, ad esempio, L. MORTARI, *Vita e detti dei Padri del deserto*, Roma 1990², p. 305.

⁴² La rielaborazione del presente motivo agiografico si ritrova nella *Vita* di S. Benedetto (§ 30) contenuta nel secondo libro dei *Dialoghi* di Gregorio Magno (PL 66, 125 ss.): l’antico nemico che si fa incontro al santo ha assunto le subdole vesti del medico di campagna; la tentazione riservata ai monaci del più vicino chiostro è ora riposta in una “cassetta di medicinali”, ma ha ormai preso le forme tutte prosaiche di una purga, che ben si adatta alle necessità pratiche di un’esistenza monastica ridotta qui a stalla e letamaio dalla prospettiva del Maligno. A S. Benedetto bastano peraltro due ceffoni per allontanare il demonio dal vecchio monaco di cui per primo si era impadronito sulla via del monastero.

⁴³ “... *scorpionum tantum socius et ferarum, saepe choris intereram puellarum*” (*Ep. XXII 7 Ad Eustochium*).

⁴⁴ Cfr. l’episodio narrato in PJ V 16 (Nau 166).

⁴⁵ Cfr. C. FISCHLER, *L’onnivoro: il piacere di mangiare nella storia e nella scienza*, trad. it. Milano 1992 (Paris 1991), pp. 225 ss. Allo zucchero, catalogato come spezia, si riconosceva così “un pronunciato *statuto medicinale*” (*ibid.*, p. 226). L’Aquinata si dichiara del resto in favore di usi e consuetudini locali nella prassi liturgica del digiuno (*Summa Theol.*, II II 147, 8): la casistica quaresimale è orientata anzitutto a respingere con rigore ogni alimento di provenienza sacrificale, o comunque riconducibile al culto idolatrico. Il consumo di zucchero (unito al cacao come ingrediente di una particolare cioccolata di quaresima) è peraltro ammesso anche nella liturgia ortodossa greca, in base alle cui austere norme “... *durante gran parte della quaresima è vietata non solo la carne ma anche il pesce e ogni prodotto animale (grassi, uova, burro, formaggio, latte) nonchè l’olio e il vino*” (E. F. FORTINO, *Liturgia greca*, Roma 1970, p. 133).

studi evoluzionistici, poi ai teorici del materialismo culturale il modello privilegiato di una fonte di calorie immediatamente disponibili per il consumo, tale da giustificare su fondamenti fisiologici un indissolubile legame tra dolcezza e piacere sensoriale⁴⁶. I *pemmata* interdetti all'atleta olimpico dovranno a questo punto essere storicamente collocati entro un *continuum* categoriale disposto tra le zuccherose confetture leopardiane e gli imprecisati *dessert* per cui optava la cautela umanistica di Poliziano, prestando attenzione a non trasferire acriticamente nella Grecia antica una misura morale che negli stessi secoli del cristianesimo si rivela complessa e sfumata.

Più dell'erudizione esuberante di Ateneo, che nel libro XIV dei *Deipnosophistai* intrattiene il lettore con dotte citazioni sul tema dei *plakountes*⁴⁷, particolarmente significativo risulta qui il rigore descrittivo di Galeno, che dedica il primo libro del suo *De Alimentorum facultatibus* al ruolo dei cereali nell'alimentazione umana. Il medico ippocratico prende avvio dalla considerazione delle virtù del pane, l'alimento per eccellenza ricavato dal frutto demetriaco⁴⁸: subito dopo, la sua trattazione si sofferma proprio sul tema dei *pemmata*⁴⁹. La pagina medica, qui tanto simile ad un ricettario, non tace i dettagli della loro preparazione e cottura: si pone a friggere l'impasto di acqua e farina nell'olio scaldato in un tegame (τάγηνον) a fiamma viva, rivoltando più volte la focaccia fino ad aver ottenuto una frittura uniforme; quelle frittelle, cui egli riconosce una terapeutica virtù astringente, saranno poi tipicamente cosparse di miele a caldo, "anche se alcuni preferiscono invece guarnirle di sale marino". Come sa bene chi si è cimentato nella preparazione delle *seadas* sarde (puntuale corrispondente formale dei *pemmata* greci all'interno della *koiné* alimentare mediterranea), solo a suggello della frittura in olio d'oliva, ancora calde, queste vanno cosparse di miele fuso, che andrà così ad amalgamarsi, rilasciando gradatamente il suo sapore, fino a diventare quasi inseparabile dall'impasto e dal ripieno di formaggio pecorino fresco (che pure costituiva la caratteristica farcitura dei *plakountes* greci)⁵⁰.

Dovendo fornire qualche ulteriore dettaglio sulla preparazione alimentare appena descritta, Galeno riconosce senza difficoltà nei *pemmata* quella categoria popolare di focacce consumate senza bisogno di sedersi a tavola, dai contadini nelle pause del lavoro agricolo, come pure dai lavoratori manuali in città⁵¹. Ma non si dovrà dimenticare che una medesima stratificazione simbolica unisce nella categoria alimentare dei *pemmata* le focacce legate ad un uso quotidiano

⁴⁶ C. FISCHLER, *L'onnivoro*, cit, p. 215 ss.

⁴⁷ *Deipn.* XIV 643f-648b. Si tratta di tutti quei prodotti di pasticceria che richiedono una lavorazione ulteriore rispetto alla mera panificazione.

⁴⁸ I 2, VI 488-90 Kühn.

⁴⁹ I 3, VI 490-1 Kühn.

⁵⁰ Cfr. A. DALBY, *Food in the ancient World. From A to Z*, London-New York 2003, p. 69 s. v. *Cakes*: "The most general terms are greek plakous and pemma, latin libum. Pemma, if a distinction can be made, was a small cake or sweetmeat in which the cereal element might be absent, supplanted entirely by richer and sweeter ingredients such as nuts and dried fruits [...]. Greek plakous is often translated "cheese cake"; cheese, honey and flour were the chief ingredients according to a suggestive description by Antiphanes".

⁵¹ *Alim. facult.* IV 3.2: ...οἱ τε κατ' ἀγρὸν ἄνθρωποι καὶ τῶν κατὰ πόλιν οἱ πενέστατοι.

con quelle presenti invece sulla scena del sacrificio greco: quelle paste fritte (ripiene o meno di formaggio fresco) risulteranno peraltro dolci in virtù del ripieno, o quando cosparse di miele a suggello della frittura. Basti qui il solo esempio tratto da una festa greca di negazione e rovesciamento dell'ordine sacrificale, quali gli *Hyakynthia* spartani: in questi si fa “*il contrario che negli altri sacrifici*”⁵², e manca pertanto tutto quello che è presente nella *thysia* canonica. Nella loro dimensione precosmica di rovesciamento dell'ordine, colla temporanea instaurazione di condizioni precereali, puntualmente vengono a mancare anche i *pemmata*, che del rito sacrificale costituiscono l'indispensabile elemento propriamente cerealicolo.

Tutto converge nell'indurci ad identificare proprio in questi i prodotti banditi dalla tavola dell'atleta olimpico: il tema fin qui discusso può così affrancarsi, in una prospettiva compiutamente storica, da ogni dicotomica contrapposizione tra universali, vincolata all'esclusivo fondamento fisiologico di una percezione del sapore dolce contrapposto al salato o all'amaro⁵³. Ad essere drasticamente esclusi dalla tavola dell'atleta non sono affatto i dolci *tout court*, quasi a bandire moralisticamente i piaceri di una dolcezza che nella stessa tradizione ascetica cristiana può rappresentare un anticipo della beatitudine paradisiaca, piuttosto che la colpevole caduta nella colpa del ventre. Agli albori delle stesse competizioni panelleniche, la tradizione agonistica greca fa peraltro dei fichi secchi (la riserva di zuccheri meglio ritagliata sui canoni cerealicoli della cultura greca) l'alimento esclusivo degli atleti olimpici⁵⁴. La categoria ritualmente delegata a vivere ininterrottamente un'esistenza festiva da banchetto omerico⁵⁵, ristretta per tutta la durata della propria carriera agonistica nei canoni iniziatici severi e impegnativi della preparazione atletica⁵⁶, fa peraltro del consumo sistematico e continuato di carne sacrificale il marchio stesso della propria esistenza: un consumo che per il corpo sociale della *polis* rimane invece festivo, legato alla celebrazione del culto pubblico, anche quando è offerto da gruppi aristocratici che ritrovano nella commensalità sacrificale il segno della loro distinzione di classe. Sebbene sia presentato dalla tradizione agonistica come uno sviluppo successivo⁵⁷, il dato dell'esclusiva alimentazione carnea si innesta comunque su di una

⁵² A. BRELICH, *Paidés e parthenoi*, Roma 1969, p. 143.

⁵³ In un noto saggio di analisi strutturale R. Barthes rileggeva peraltro i caratteri della tavola contemporanea all'insegna di una più complessa contrapposizione di *crisp* e *sweet* (R. BARTHES, “Pour une psycho-sociologie de l'alimentation contemporaine”, *Annales ESC* 16 (1961), pp. 977-86).

⁵⁴ Plin., *nat.* XXIII 63. In Paus. VI 7, 10 si fa invece cenno ad una dieta esclusivamente fondata sul formaggio fresco rappreso sui graticci di Olimpia.

⁵⁵ Gli arrosti omerici sono indicati da Platone come il valido alimento degli atleti (*Rep.* 404d): tutti i più noti campioni, come il celebre Polydamas (*Rep.* I 338c), non possono certo offrire un modello, anche alimentare, ai comuni mortali. Dimostrano invece di derivare i caratteri eroici –da tempo del mito– della loro forza prodigiosa, proprio da un regime capace di produrre la loro caratteristica *euexia*. È questa una condizione fisica eccezionale, ma fragile e indifesa, inesorabilmente esposta all'aggressione mortale della malattia, soprattutto quando si modifici anche minimamente il loro regime (*Rep.* III 404a).

⁵⁶ Sull'ipotesi iniziatica formulata da A. Brelich per la genesi dell'agonistica greca cfr. M. ZERBINI, *Alle fonti del doping. Fortuna e prospettive di un tema storico-religioso*, Roma 2001, pp. 171-92.

⁵⁷ In Paus. VI 7, 3 è l'arcade Dromeus il primo a passare alla dieta carnea nella prima metà del V secolo. L'innovazione è invece direttamente attribuita a Pitagoras di Samo in D. L. VIII, 12 e 13.

distinzione formalmente, se non originariamente iniziatica dalla tavola quotidiana, la stessa che permetterà di sperimentare nel tempo sulla persona dell'atleta ogni regime potenzialmente in grado di assicurargli la conquista della palma agonistica⁵⁸. Lo stesso atleta, chiamato a vivere tutta un'esistenza sacralmente connotata al fine di conquistare la vittoria nell'agone, si vedrà così interdetti proprio i *pemmata*, ovvero quei prodotti del banchetto sacrificale che dalla *polis* sono invece offerti al consumo della comunità cittadina nel suo complesso, senza distinzioni di rango o di appartenenza ad un gruppo conviviale. Un prodotto che necessita dell'intervento di mani femminili per la sua preparazione: se infatti nella tradizione greca più ampia le donne impastano, friggono, cucinano in ambito domestico o per il mercato cittadino ogni prodotto di pasticceria⁵⁹, tale attitudine profana trova pieno riscontro nella preparazione delle paste rituali del culto⁶⁰. Identificato proprio dalla sua *diaita* separata ed esorbitante, l'atleta è conseguentemente obbligato a rinunciare non già ai dolci, ma in particolare a quelle paste che per di più conservano impresso il marchio della preparazione femminile: come qualunque contatto con l'altro sesso⁶¹, queste potrebbero infatti intaccare le sue potenzialità agonistiche. Un patrimonio faticosamente accumulato entro gli schemi iniziatici dell'allenamento, che non tollerano alcuna deroga alla regola della reciproca esclusione dei sessi, vigente sul modello olimpico in ogni contesto della competizione ginnica⁶².

Nei quadri romanzeschi del "giallo filosofico" di M. Doody⁶³, il filosofo di Stagira (calato dall'autrice canadese nei panni di uno Sherlock Holmes del IV secolo a. C.) è impegnato nell'inchiesta su di un giovane ateniese, trafitto a morte nell'oscura atmosfera delle architetture del ginnasio. Fedele ai canoni ortodossi di un intreccio poliziesco alla Conan Doyle, la logica deduttiva dello stagirita è chiamata a ricostruire il quadro di un delitto formatosi tra le passioni e i rancori del gruppo di adolescenti frequentatori del ginnasio: proprio un giavellotto

⁵⁸ M. ZERBINI, *Alle fonti...*, cit., pp. 198 ss.

⁵⁹ Cfr. le norme di tratto indirizzate dall'*Oeconomicus* di Senofonte (X 10-11) alla padrona di casa, che troverà proprio nell'inumidire e impastare la pasta un salutare esercizio fisico; così pure in un passo centrale delle *Ecclesiazuse* di Aristofane (vv. 205-40) si sottolinea la tradizionale attitudine femminile al friggere, cuocere torte, preparare manicaretti, passando di qui alla proposta di affidare loro il governo della città. Una proposta che, nella prospettiva della commedia, ben prefigura "... *uno stato mostruoso che fa desiderare la realtà storica e civilizzata*" (M. VETTA, *Introduzione a Aristofane, Le donne all'assemblea*, Milano 1989, p. XXIV).

⁶⁰ Cfr. BRELICH, *Paides...*, cit., p. 238 ss.

⁶¹ Sull'astinenza sessuale dell'atleta, caratteristica delle fasi di preparazione all'agone cfr. la notizia platonica, *Leg.* 839e-840c; Aelian., *V.H.* 11, 3; *H.A.* 6, 1.

⁶² Cfr. Brelich, *Paides*, cit., pp. 452 ss.

⁶³ M. DOODY, *Aristotele e il giavellotto fatale*, trad. it. Palermo 2000 (*Aristotle and the fatal javelin*, 1980). Il personaggio dell'investigatore-filosofo è stato creato dalla fantasia dell'autrice canadese nel suo primo best-seller *Aristotele detective* (trad. it. Palermo 1978).

“zuccheroso al tatto”⁶⁴ condurrà il filosofo sulle tracce di alcuni “dolci al miele”⁶⁵, introdotti e furtivamente consumati negli spogliatoi dai giovani atleti, ad onta dei reiterati divieti del loro allenatore. Sopraffatto dall’incalzare sistematico dell’interrogatorio aristotelico, uno dei ragazzi ammetterà infine tra le lacrime di avere trasgredito la regola “*di non mangiare dolci durante gli allenamenti*”⁶⁶. L’intreccio è così avviato alla sua soluzione: la notizia dei *pem-mata* di *Encheir.* 29, 2 è sapientemente impiegata dalla scrittrice canadese come cardine intorno a cui viene fatta ruotare una ben congegnata macchina narrativa. Ma l’attrazione esercitata da quelle delizie del palato sui giovani frequentatori del ginnasio ha rivelato fino a questo punto un legame che si spinge ben oltre la sfera puramente fisiologica del sapore.

⁶⁴ L. CANFORA, “Il cappello di Aristotele”, postfazione a M. DOODY, *Aristotele e il giavellotto...*, cit., pp. 61-5, 63.

⁶⁵ M. DOODY, *Aristotele...*, cit., p. 47.

⁶⁶ *Ibid.*, p. 48.