

*Nutrire il corpo, nutrire l'anima nel Medioevo*, a cura di Chiara Crisciani e Onorato Grassi, Pisa, Edizioni ETS, 2017 (Philosophica, Serie viola, 191). Un vol. di pp. 260. Presentazione Pavia, 30 ottobre 2018

Sono molto grata a Chiara Crisciani e a Onorato Grassi per avermi invitato a presentare il ricco volume *Nutrire il corpo, nutrire l'anima nel Medioevo*, del quale sono curatori; ma – non me ne vogliano – devo anche un po' "rimproverarli" per l'improvvida decisione di aver affidato questa presentazione a chi, come me, non ha un bagaglio di tipo filosofico, né, tanto meno, scientifico, essendo i miei interessi centrati prevalentemente sulla Letteratura italiana del Medioevo e del Rinascimento, interpretata, per lo più, attraverso la lente della Filologia. E tuttavia, avvicinarsi al volume nella prospettiva del lettore *non-specialista* potrà forse contribuire a metterne in luce la ricchezza della documentazione presentata e, prima ancora, l'ampio spettro delle discipline e dei punti di vista messi in gioco; perché i dodici saggi qui raccolti disegnano un orizzonte estremamente vasto, muovendosi, come fanno, tra la Storia della filosofia medievale e quella della medicina, l'Agiografia e la Storia della spiritualità, senza disdegnare anche la Letteratura italiana, attraverso i due contributi di Gianfranco Fioravanti e Marta Cristiani dedicati, rispettivamente, al Dante del *Convivio* e al Boccaccio del *Decameron*. L'inedito lavoro di Umberto Eco che apre la raccolta, intitolato *Il cibo e la fame nel Medioevo*, sintetizza d'altra parte bene anche la prospettiva diacronica che informa l'ossatura del libro, spaziando dalla *Coena Cypriani* alla *Relatio de legatione Constantinopolitana* di Liutprando da Cremona e al *Dialogo tra un filosofo, un giudeo e un cristiano* di Abelardo, e ancora dai *fabliaux* sul paese di Cuccagna al *Baldus* di Teofilo Folengo: uno degli elementi più interessanti di questo contributo, almeno per me, è la segnalazione della sostanziale impermeabilità dell'uomo del Medioevo al cibo diverso, al cibo degli altri: Eco ricorda infatti come (cito) «la gente andava in pellegrinaggio a Gerusalemme, i crociati sciamavano per i Balcani e il mondo bizantino, ma tutti passavano, per così dire, accanto a cibi ignoti senza cercare di comprenderli» [p. 21]. Posizione che, come subito ricorda lo stesso Eco, spingerà più tardi san Tommaso ad affermare che «aliqua cibaria sunt in aliquibus terris abominabilia, quae in aliis comeduntur» [ivi].

Se è vero, inoltre, che i curatori, in apertura della loro introduzione, segnalano che (cito ancora) «interessa, soprattutto, il valore e il significato che il nutrimento [...] ha avuto nella cultura medievale» [p. 8], anche l'aspetto materiale e concreto del cibo si delinea tuttavia con efficacia entro il volume attraverso il declinarsi di un'ampia casistica: troviamo così la frutta, verso la quale si riscontra una generale diffidenza da parte degli autori dei *Regimina sanitatis*; i vari cibi menzionati nella letteratura agiografica, primi tra tutti il pane e il vino (cuore della liturgia eucaristica, oltre che legati ai due importanti miracoli di Cristo della moltiplicazione dei pani e della trasformazione di acqua in vino alle nozze di Cana), ma anche pesce, volatili, quadrupedi, latte e birra; e ancora i cereali e le erbe medicinali. Come si vede, una ricca e concreta campionatura di cibi e di bevande, che di volta in volta sono analizzati in relazione alla loro efficacia come nutrienti tanto quanto al loro valore figurale e morale.

Proverò dunque a mettermi in dialogo con alcuni dei saggi di questo ricco volume anche attraverso il riferimento a qualche, benché non sistematica, mia esperienza di lavoro e di lettura, che spero possa arricchire il già vasto *corpus* degli esempi citati, contribuendo al contempo a delineare l'importanza che, per un lettore, appunto, *non-specialista*, questa raccolta di saggi può assumere.

\*

Partendo dalla concreta materialità del cibo, il corposo contributo che Marilyn Nicoud dedica al *Nutrirsi secondo i medici nell'età antica e medievale* illustra come, dal Duecento in avanti, si assista a una progressiva rivalutazione della dimensione corporea, da preservare, oltre che con le cure mediche, anche attraverso un attento regime alimentare. Il riconoscimento del medico come depositario dei saperi relativi alle qualità e alla natura dei cibi comporta infatti, accanto alla

riflessione di livello universitario, il fiorire dei cosiddetti *Regimina sanitatis*, testi di carattere divulgativo destinati a coloro che, lontani dalla consuetudine con la pratica medica, desiderano comunque beneficiare delle conoscenze relative al cibo. Esso infatti viene considerato nella sua duplice natura: alimentare, poiché l'ingestione di nuovi nutrienti contribuisce a ripristinare le sostanze andate perdute durante l'attività fisica, riportando il corpo in una situazione di equilibrio; curativa, dal momento che, al pari delle piante, delle sostanze di origine animale e dei minerali, il cibo può contribuire a combattere le malattie. Il medico potrà dunque consigliare al paziente l'assunzione di cibi che possiedano le stesse qualità dell'individuo, così da conservare il suo corpo in equilibrio, o che siano in grado di diminuire il disequilibrio causato dalla malattia.

Al complesso delle riflessioni sottese ai *Regimina sanitatis* parrebbe dunque ricondurre anche una breve testimonianza che mi è capitato di rintracciare occupandomi di letteratura di ambito mercantile. Si tratta di una nota che Francesco Bentaccordi, un isolato migrante fiorentino in terra francese nei primi decenni del Quattrocento, ricopia di proprio pugno in un libricino personale; le indicazioni contenute nel testo parrebbero, in questo caso, avere lo scopo di evitare a chi le seguirà un malessere probabilmente da collegarsi al fenomeno del favismo:

Debesi ghuardare tucta *persona* che à *quel* male di *non* ma[n]giare bue nè vaccha nè bocco nè capra nè di troia nè di verro nè di lepre nè di ocha nè di cholonbo vechio, nè di pepe nè d'agli nè di cipolle nè di pori nè di bietole nè bietoloni nè nespole nè noci nè chastagne, nè arosto che sia cotto *in* ferro, nè di niuna chosa che sia cotta *in* ferro nè che ferro la tocchi, e di tucta fructa cocta *in* ferro, e di pane azimo e di pane di seghale, e di bere vino agro, e di *non* ma[n]giare tonno nè sardine nè anghuille, nè di niuno leghumme se *non* di cecci rossi, nè di niuno formaggio se non che sia di feda, cioè di pechora [...]. E più ghuardasi di *non* passare *per* faviera fiorita *per* senpre may.

Marilyn Nicoud ci spiega inoltre come la polarizzazione tra cibi «delicati, sottili, leggeri, che sono di facile digestione» e cibi «più grossi, pesanti, a forte valore nutritivo» [p. 67], e per questo più difficili da digerire, sia specchio della distinzione sociale tra coloro che, caratterizzati da una complessione equilibrata, sono in grado di dedicarsi ad attività intellettuali e quanti invece, caratterizzati da una complessione squilibrata, possono digerire gli alimenti solo attraverso il lavoro manuale. Il cibo dunque non soltanto viene inteso come strumento nutritivo e curativo, ma anche considerato come un elemento che si assimila alla complessione dell'uomo a tal punto da determinarne la maggiore o minore disponibilità a certi tipi di impegno e di lavoro, con tutte le conseguenze che, anche sul piano sociale, questo comporta. Ricordo a questo proposito numerosi riferimenti a cibi raffinati e leggeri che vari corrispondenti delle aziende datiniane depositano nelle loro lettere inviate, sul finire del XIV secolo, al mercante pratese Francesco Datini, il quale, tra l'altro, si appoggia spesso a più di un medico per averne consigli circa i regimi alimentari più efficaci da seguire.

E tuttavia, l'uomo del Medioevo si mostra anche particolarmente attento all'aspetto morale dell'azione del nutrirsi nel suo rapporto con il peccato, come Silvana Vecchio ci spiega trattando di *Cibo e peccato nella cultura medievale*. A partire dal XII secolo, infatti, il progressivo scardinamento dei presupposti teorici dell'ascetismo monastico, che associava il peccato carnale della gola non alla mera assunzione di cibo, ma proprio al piacere procurato da quest'ultimo, comporta anche uno slittamento nel modo di intendere il peccato di "gola": non è più tanto il piacere naturale, infatti, ad assumere in sé una connotazione peccaminosa, quanto piuttosto la mancanza di misura nell'assaporare quel piacere. Sicché, attraverso l'elaborazione di una nuova «fisiologia del gusto» [p. 76], si insiste sull'ideale della temperanza come strumento non solo in grado di regolare gli accessi alimentari, ma soprattutto capace di determinare la giusta misura del piacere prodotto dall'alimentazione, in stretto rapporto alla quantità e qualità dei cibi, oltre che alle modalità della loro assunzione.

Mi viene spontaneo, in relazione a questo aspetto, ricordare come sia proprio la mancanza di misura nell'assunzione del cibo a porsi alla base di tante caratterizzazioni letterarie del peccato della

“gola”, tra le quali basterà ricordare quella notissima di Dante in *Inf.* 6 e *Purg.* 23: nel primo caso, Ciaccio è animalesco testimone dello smarrimento della natura umana per un peccato, appunto, di “incontinenza”, mancanza di misura; nel secondo, il volto dell’amico Forese Donati è a tal punto smagrito che (cito) «chi nel viso de li uomini legge ‘omo’ / ben avria quivi conosciuta l’emme» [vv. 32-33].

D’altra parte, la giusta misura, la *discretio* nella distribuzione e nell’assunzione degli alimenti, può declinarsi al contempo sul piano morale e su quello pratico. In questo senso, mi pare di particolare interesse, entro il volume, il contributo che Michela Pereira dedica a *Cibo e misura, salute e salvezza in Ildegarda di Bingen*. Come la stessa Pereira chiarisce, infatti, «L’attenzione portata sul cibo, come altri aspetti della vita quotidiana e degli usi concernenti il corpo, doveva innegabilmente essere esercitata da chi reggeva un monastero benedettino» [p. 156]. Nel *Liber divinatorum operum* di Ildegarda, dunque, la duplice composizione dell’essere umano, fatto di anima e corpo, richiede che ci si occupi del corpo per armonizzarlo con l’anima, anche attraverso l’assunzione moderata di cibo: la nutrizione è infatti un’operazione mista, agita insieme dall’anima e dal corpo, ed è importante per la vita morale, perché solo applicandola con misura si può determinare se corpo e anima riusciranno ad armonizzarsi: di qui la condanna delle pratiche estreme di digiuno e dell’anoressia come irragionevoli. Già nel *Cause et cure*, d’altra parte, Ildegarda propone una precisa regola per l’alimentazione, suggerendo che è necessario nutrirsi (cito) «*Honeste* – decorosamente, cioè con cibi e in modi adatti all’essere umano; *et temperate*, facendo attenzione a non guastare l’equilibrio umorale dell’organismo, oppure utilizzando la dieta alimentare per ricostituirlo; *et moderate*, con misura, per evitare il dissidio fra il corpo e l’anima». Sul piano pratico, è tuttavia molto interessante anche il breve commento alla regola benedettina da lei steso nel decennio 1151-61, entro il quale Ildegarda presta attenzione anche ad aspetti molto concreti, come il ruolo del cellerario, chiamato a distribuire il cibo in monastero secondo le esigenze di ognuno (distribuire il cibo non è infatti un esercizio di potere ma di *discretio*, specie in presenza di consorelle malate); è inoltre necessario, afferma Ildegarda, dare da mangiare in anticipo al lettore in refettorio, così che sia poi in grado di mantenere le forze durante la lettura ad alta voce; la regola stessa viene notevolmente mitigata nel suo rigore attraverso la possibilità di assunzione, nel terzo piatto previsto oltre ai due di verdure cotte, anche di pesce, formaggio e uova.

A questo proposito aggiungo che, in un periodo e in un contesto culturale notevolmente diverso (siamo ormai a cavaliere tra Tre e Quattrocento, e nell’ambito della prima fondazione femminile dell’Osservanza domenicana a Pisa, il convento di San Domenico), un’anonima vita volgare della beata Chiara Gambacorta ne ricorda il rigore e le privazioni personali (cito dalla recente edizione a cura di Sylvie Duval): [cap. I] «Et derali il digiuno di tanta pena, come ella medesima alchuna volta ridendo contava, tanto che alchuna volta, per la pena che sentiva della vacuatione dello stomaco, s’appoggiava a qualche panchetta perché la punta, ficchandosi nella bocca dello stomacho, trapassassi la prima pena, come se l’una pena caciassi l’altra»; e ancora [cap. II]: «Hera di tanto digiuno et astinentia che si guardava di non mangiare fuor d’ora, pure un frutto; essendone assai vagha et havendone copiosamente, ne portava gran pena». E tuttavia Chiara, che secondo questa anonima biografia sottopone la sua persona a frequenti privazioni, nel proprio ruolo di priora non tollera tuttavia che le consorelle seguano questa strada, preoccupandosi anzi che vivano in maniera più moderata ed equilibrata il rapporto con il cibo.

Tornando al volume ed avviandomi ora alla conclusione, una delle linee più affascinanti che emergono da vari saggi concerne l’aspetto metaforico del cibo nel suo rapporto con la conoscenza: il Medioevo assegna infatti al gusto un importante valore conoscitivo, in virtù del fatto che esso è in grado di mescolarsi fisicamente con l’oggetto della propria conoscenza, fino ad assimilarlo e ad assorbirne le proprietà nutritive. Come dunque il cibo, pur appartenendo al mondo esterno all’uomo, è in grado di penetrare nell’uomo e contribuisce a mantenerne la salute e il vigore fisico, così l’azione stessa del *comedere* viene intesa come progressivo innalzamento dell’uomo dal piano animale a quello spirituale. Ne consegue anche una progressiva rivalutazione del concetto del

piacere procurato dal cibo, che non viene più inteso in senso peccaminoso, ma in stretta correlazione all'idea di salute, fino a sfociare nel nesso piacere-salute ("ciò che è buono fa bene").

Una declinazione particolare di questo approccio, pur nella trasposizione dal piano reale a quello metaforico, è quella che Gianfranco Fioravanti coglie nel riferimento dantesco al "pane degli angeli" in apertura del *Convivio*: «Oh beati quelli pochi che seggiono a quella mensa dove lo pane delli angeli si manuca! e miseri quelli che colle pecore hanno comune cibo!». Dante, e credo in questo Fioravanti colga nel segno, applica la metafora probabilmente sulla scorta dei passi biblici o della liturgia del *Corpus Domini*, ma con una (cito) «audace trasposizione della 'figura' sacramentale al campo del sapere e della sua trasmissione». La riflessione di Fioravanti sul rapporto tra questo passo del *Convivio* e il riferimento al «pane orzato del quale si satolleranno migliaia, e a me ne soverchieranno le sporte piene» che si rinviene al termine del primo trattato, porta a concludere che, con audacia ancor maggiore (cito di nuovo) «Dante utilizza, non per il sapere in generale, ma per il suo sapere, il linguaggio del pane di vita della liturgia [...] con una audacia sconcertante», assimilandosi al Cristo che distribuisce sapendo di donare in abbandanza. E' una linea interpretativa stimolante, che desta sicuro interesse.

Tornando ora dal cibo in senso metaforico a quello reale, e spostandoci verso un'altra delle corone fiorentine, mi piace però concludere questa mia breve presentazione ricordando le cene e i banchetti tutt'altro che metaforici che Marta Cristiani rintraccia nel *Decameron* del Boccaccio (quella che apre le disavventure napoletane di Andreuccio da Perugia, o ancora quella che consola il povero mercante Rinaldo d'Asti, caduto vittima dei briganti e abbandonato dal suo stesso servitore). Da qui la Cristiani passa ad analizzare le professioni del cibo (il «vil mestiero» di Cisti fornaio, che tuttavia attraverso il raffinato dono del vino conquista le simpatie del messer Geri Spina; la condizione subalterna del cuoco Chichibio), spostandosi poi verso i peccati della gola (la ghiottornia di Ciacco, l'esilarante confessione di ser Ciappelletto) e di qui al cibo come supremo dono d'amore (il sacrificio del falcone) nella novella di Federigo degli Alberighi.

Simona Brambilla  
(Università Cattolica del Sacro Cuore, Milano)