

# Cibo e/è religione

Diritto, spiritualità e alimentazione  
tra Oriente e Occidente

a cura di **Andrea Errera**

## **Civiltà in tavola.**

La cultura del cibo  
tra tradizioni,  
storia e diritto

Direzione di collana  
**Andrea Errera**  
**Federica Boldrini**

**FrancoAngeli**



# Civiltà in tavola

## La cultura del cibo tra tradizioni, storia e diritto

---

### **Direzione di collana**

Andrea Errera, Università di Parma  
Federica Boldrini, Università di Parma

### **Comitato scientifico**

Antonella Campanini, Università di Bologna  
Marcílio Toscano Franca Filho, Universidade Federal da Paraíba  
Jean-Claude Hocquet, Université de Lille  
Sabrina Lanni, Università di Milano  
Geo Magri, Università degli Studi dell'Insubria  
Giovanni Minnucci, Università di Siena  
Bernd van der Muelen, European Institute for Food Law

Il rapporto tra l'uomo e il cibo costituisce uno dei temi principali di riflessione e dibattito che ogni società ha affrontato nel corso della sua storia per costruire, difendere e talvolta persino imporre la sua cultura. Non esiste infatti alcuna civiltà umana che non abbia sviluppato gusti culinari, regole nutrizionali, tabù alimentari che siano considerati e vissuti come specifici e peculiari. A volte queste prassi gastronomiche si legano a prescrizioni religiose, altre volte sono connesse alla materiale disponibilità delle risorse di cibo, altre volte ancora sono dettate da mode ispirate dalla fascinazione per alimenti inconsueti o ingredienti innovativi che sfidano la tradizione.

In questa costruzione culturale tipicamente umana di regole da rispettare, da interpretare o da infrangere per creare un rapporto identitario con il cibo, tutte le civiltà hanno quindi elaborato a tavola una propria dimensione specifica, che nasce dalla intersezione tra esperienza giuridica, religiosa, etica, sanitaria, economica, politica e sensoriale. La presente Collana di studi si propone di sondare tutte queste diverse sfaccettature per tentare di mettere in luce aspetti sempre nuovi e diversi della complessa vicenda che caratterizza l'indissolubile legame tra gli esseri umani e l'alimentazione, nella fiducia che ogni contributo, pur diverso e specialistico, possa concorrere ad aggiungere nuove tessere ad un mosaico che rimane in continua evoluzione.



Il presente volume è pubblicato in open access, ossia il file dell'intero lavoro è liberamente scaricabile dalla piattaforma **FrancoAngeli Open Access** (<http://bit.ly/francoangeli-oa>).

**FrancoAngeli Open Access** è la piattaforma per pubblicare articoli e monografie, rispettando gli standard etici e qualitativi e la messa a disposizione dei contenuti ad accesso aperto. Oltre a garantire il deposito nei maggiori archivi e repository internazionali OA, la sua integrazione con tutto il ricco catalogo di riviste e collane FrancoAngeli massimizza la visibilità, favorisce facilità di ricerca per l'utente e possibilità di impatto per l'autore.

Per saperne di più: [Pubblica con noi](#)

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it) e iscriversi nella home page al servizio "[Informatemi](#)" per ricevere via e-mail le segnalazioni delle novità.

# **Cibo e/è religione**

Diritto, spiritualità e alimentazione  
tra Oriente e Occidente

a cura di **Andrea Errera**

**FrancoAngeli**

This research was granted by University of Parma  
through the action Bando di Ateneo 2022 per la ricerca  
co-funded by MUR-Italian Ministry of University and Research  
- D.M. 737/2021 - PNR - PNRR - NextGenerationEU

This work has been realized within the “Food for Future” project  
of the Department of Law, Politics and International Studies – University of Parma,  
financed by the “Department of Excellence” program  
of the Italian Ministry of University and Research (MUR, 2023-2027)

*Grafica della copertina:* Roberto Mattiucci

Isbn e-book Open Access: 9788891718990

Copyright © 2025 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

Pubblicato con licenza *Creative Commons*  
*Attribuzione-Non Commerciale-Non opere derivate 4.0 Internazionale*  
(CC-BY-NC-ND 4.0).

Sono riservati i diritti per Text and Data Mining (TDM), AI training e tutte le tecnologie simili.

*L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore.*  
*L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni*  
*della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito*  
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.it>

# Indice

Prefazione <i>Andrea Errera</i>	pag. 7
Le regole alimentari ebraiche tra diritto e identità <i>Bianca Gardella Tedeschi</i>	» 11
Regole alimentari religiose ed ecologia integrale: la Chiesa cattolica e il cibo <i>Antonio G.M. Chizzoniti</i>	» 27
Alimentarsi in <i>halal</i> <i>Jihane Benarafa</i>	» 40
Una inedita regola alimentare religiosa: la dieta mediterranea <i>Paola Buselli Mondin</i>	» 57
Cibo supporto di vita ed evoluzione psicologica e spirituale nello Yoga <i>Aurelia Debenedetti</i>	» 77
Il cibo, occasione di Risveglio <i>Paola Taien Antonicelli</i>	» 85
Medicina cinese e cibo, uno sguardo altro... <i>Filomena Tritto</i>	» 101
“Posso offrirle il mio tè? Ho sempre pronta sul fuoco l’acqua che bolle col suo canto sommesso...” <i>Rosella Myoren Giommetti</i>	» 107

Prescrizioni rituali e consumo di offerte sacrificali nella Grecia antica: la testimonianza delle “ <i>leges sacrae</i> ” <i>Ilaria Bultrighini</i>	pag. 119
Cibo e sostenibilità in <i>Abya Yala</i> <i>Sabrina Lanni</i>	» 128
La religione del Prodigioso Spaghetto Volante <i>Giancarlo Galli</i>	» 145
Indice degli autori citati	» 157
Autori del volume	» 161

# Prefazione

Tutte le religioni hanno affrontato nel corso della loro storia la questione dell'assunzione del cibo, inteso come strumento per agevolare il cammino mistico o almeno per non compromettere il corretto percorso di fede all'interno del culto. Le regole alimentari costituiscono invero un ricco patrimonio di istruzioni offerto dalle religioni ai fedeli per disciplinare il giusto rapporto quotidiano con il cibo dal punto di vista della crescita spirituale. Il legame tra cibo e fede prevede quindi una precisa e significativa connotazione giuridica nel quadro della disciplina normativa di ogni religione.

Rispetto alle esperienze del passato, la nostra attuale società occidentale sperimenta la presenza simultanea di molte confessioni religiose in uno stesso contesto urbano, a volte innescando difficili problemi di convivenza tra tradizioni ecclesiastiche anche molto dissimili tra loro: infatti alcune difficoltà nascono proprio dalle specificità delle prescrizioni alimentari previste dalle religioni, che impongono differenti tecniche di preparazione degli alimenti, o divieti di assunzione di alcune sostanze, ovvero anche modalità e tempistiche diverse di consumazione dei cibi.

Per studiare tutta questa materia è stato organizzato da chi scrive un convegno che si è svolto presso l'Università di Parma il 6 maggio 2024 con la partecipazione di dodici esperti che hanno offerto e condiviso il loro contributo di conoscenza: si è parlato e si è discusso delle regole in tema di cibo contenute nelle diverse e affascinanti esperienze spirituali del passato e del presente, che sono state messe a confronto tra di loro per cogliere analogie e diversità dei vari messaggi religiosi.

In particolare, è sembrato opportuno in questa circostanza non fermare l'attenzione, come già brillantemente avvenuto in altri incontri e convegni, alle sole tre grandi religioni monoteistiche nate intorno al Mediterraneo, e cioè le religioni ebraica, cristiana e islamica, ma si è voluto allargare lo sguardo sia alle religioni orientali, sia ad altre esperienze religiose antiche e attuali nelle quali il rapporto tra cibo e religione si manifesta come fondamentale.

Un contributo di sicuro interesse sotto questo punto di vista è stato ad esempio quello dedicato allo studio del cibo in relazione al culto praticato nella Grecia classica, ove in occasione del banchetto sacro gli uomini si trovavano a condividere le offerte sacrificali con le divinità. E altrettanto affascinante è stata la narrazione dedicata alla dieta mediterranea come modello alimentare di portata universale, in cui il cibo diviene veicolo di umanità e non solo di salubrità, assumendo così una funzione etica, e non solo dietetica, ossia una vera portata antropologica, e non solo fisiologica.

Per quanto riguarda le religioni orientali, il convegno ha messo in luce lo spirito religioso dei *Veda*, permeato dal concetto di *karma* e rivolto a realizzare l'equilibrio psicofisico dell'uomo, necessario a sostenerlo nella ricerca della corretta conoscenza e dell'evoluzione spirituale. Si è indagato poi il pensiero della religione buddhista, per cui il cibo è uno degli elementi materiali e simbolici basilari dell'esistenza umana, prima ancora sociale che individuale, poiché nell'atto di mangiare l'uomo ritrova le due dimensioni che eccedono la propria limitatezza egoica e la propria finitezza esistenziale, ossia il rapporto comunitario e il rapporto con il trascendente. Si è anche visto come nell'antica ma sempre attuale medicina tradizionale cinese il cibo sia percepito come via alla salute e alla longevità, in un'ottica spirituale di profonda connessione con l'Universo naturale. Una relazione è stata dedicata inoltre alla conoscenza della Cerimonia del Tè, ove si incarna una ricerca raffinata della bellezza che si esprime tramite la semplicità e la povertà delle cose: in quella cerimonia si crea un'oasi di pace e di tranquillità, in cui ogni gesto, rigorosamente codificato, esprime una rettitudine ispirata a semplicità e purezza.

Ci si è occupati poi di aspetti decisamente particolari del rapporto tra cibo, diritto e religione, ossia dell'esperienza di quelle nazioni (si tratta di una trentina di Paesi, specialmente africani, latinoamericani e degli Stati Uniti) che hanno depenalizzato l'assunzione di sostanze allucinogene contenute in alimenti naturali, nell'ottica di tutelare il valore culturale e tradizionale dell'impiego di quelle essenze in pratiche religiose necessarie alla conservazione della matrice identitaria di alcuni popoli. Allo stesso modo, una relazione ha posto in evidenza l'importanza che l'equilibrato rapporto con il cibo riveste presso i popoli autoctoni dell'America Latina, per i quali il tema della corretta alimentazione si inserisce nel più ampio quadro del rispetto della specificità culturale indigena e della conservazione degli equilibri ecologici necessari per la difesa di un ambiente naturale considerato sacro.

Alla fine l'accento è stato posto sul concetto stesso di religione, e di come l'attenzione a uno specifico tipo di cibo in un peculiare contesto culturale possa ai nostri giorni trasformarsi addirittura in una vera e cruciale battaglia

per la libertà religiosa, che in verità ammantava e implicava – come è accaduto effettivamente nel corso della storia della civiltà occidentale – una lotta più importante e più radicale per la tutela della libertà stessa di tutti gli individui contro ogni oppressione e ogni assolutismo.

La ricchezza, la varietà e l'originalità di questo diversificato ventaglio di contributi hanno suggerito di non disperdere i risultati emersi in occasione del convegno, e hanno indotto quindi a raccogliere il testo delle relazioni che sono state elaborate per la stampa nella presente silloge unitaria. Ovviamente l'impostazione, la struttura e la forma dei vari saggi sono legati alle differenti modalità di esposizione adottate dagli Autori, che hanno scelto di fare uso di registri espositivi disparati. Da ciò discende anche un'inevitabile differenza nella metodologia di redazione dei testi scritti, che si è preferito però non alterare con un intervento di uniformazione, proprio per non perdere la spontaneità e l'efficacia che la soggettiva scelta di stile dei vari Autori aveva consentito di imprimere alle loro presentazioni.

In conclusione, il mio vivo ringraziamento va alla Casa Editrice FrancoAngeli, che non solo accoglie la pubblicazione, ma che ha anche emblematicamente deciso di inaugurare con questo volume la collana di studi *Civiltà in tavola. La cultura del cibo tra tradizioni, storia e diritto*.

Parma, 10 febbraio 2025

Andrea Errera



# Le regole alimentari ebraiche tra diritto e identità

*Bianca Gardella Tedeschi*

Sommario: 1. Il cibo e l'ebraismo: un rapporto quotidiano – 2. La relazione tra l'umanità e il creato – 3. Benedire il cibo – 4. Cosa mangiare, o meglio cosa non mangiare – 5. Macellazione rituale e preparazione della carne – 6. Come cucinare: il divieto di mischiare carne e latte – 7. Un cibo particolare: il vino – 8. Si possono spiegare razionalmente le regole alimentari? – 9. La certificazione *kasher* – 10. Esiste una cucina ebraica?

## **1. Il cibo e l'ebraismo: un rapporto quotidiano**

La religione ebraica è composta da una serie di precetti la cui osservanza è prescritta a ogni ebreo. Per questo motivo, cioè per l'inscindibile rapporto tra precetto, osservanza e religione, la religione ebraica è descritta come una "ortoprassi". I comandamenti, contenuti nella *Torah* scritta e poi interpretati e adattati alle singole circostanze dalla letteratura rabbinica, non sono di natura etica generale, e quindi validi per l'intera umanità, ma sono anche di tipo rituale. Si tratta, infatti, di un comportamento riservato al popolo ebraico e la loro osservanza ne forgia l'identità. I precetti riguardano ogni aspetto della vita: le feste ebraiche, il matrimonio, il funerale, le regole che non ascriviamo al diritto civile o al diritto penale. Tra i precetti, una parte importante riguarda l'alimentazione, strettamente legata alla dicotomia di puro e impuro, centrale all'interno dell'ebraismo.<sup>1</sup> La tassonomia di purità/impurità non è equivalente a buono/cattivo; non deve essere letta, cioè, in chiave etica. Molte delle norme che riguardano l'impurità sono collegate ai cadaveri, alle mestruazioni e al parto, che nulla hanno a che fare con una divisione buono/cattivo. Inoltre, l'impurità non deriva dalla violazione di un precetto e non è quindi l'esito di un'azione riprovevole. L'impurità e la purità riguardano piut-

1. Cfr. P. STEFANI, *Gli ebrei*, Bologna 2006<sup>2</sup>.

tosto la vicinanza o la lontananza dalla santità, in ebraico *Qedusha*, e comunque sono distinzioni non basate sulla ragione e non sempre agevoli da spiegare in questi termini. Le norme alimentari nell'ebraismo sono, come vedremo, legate intrinsecamente alla divisione tra puro e impuro.

In questo quadro, il rapporto tra l'ebraismo e il cibo è particolarmente intenso. Le regole alimentari sono da seguire quotidianamente dall'ebreo osservante per giungere allo stato di *Qedusha*, cioè di santità. Non ogni cibo è permesso per l'ebraismo e non ogni cibo permesso può essere cucinato o mangiato insieme ad altro cibo permesso. Le regole che riguardano l'alimentazione si articolano in due grandi categorie: una riguarda ciò che non si deve mangiare e una come si deve mangiare. Il termine ebraico per indicare ciò che si può mangiare è *kasher* che significa ciò che è adatto. Il termine può essere riferito non solo al cibo, ma anche a una persona che è adatta perché ha agito secondo il dovere. La fonte delle regole alimentari è la *Torah*, cioè l'insieme del Pentateuco e degli altri testi scritti cui nel corso dei secoli si sono aggiunte norme che derivano dall'interpretazione rabbinica. Il cibo non *kasher* è qualificato *taref*, vale a dire non adatto o improprio e quindi proibito.<sup>2</sup>

Le regole alimentari ebraiche sono di diretta derivazione biblica, cioè sono contenute nel testo scritto della *Torah* (Pentateuco). Ai testi scritti, si aggiungono le diverse interpretazioni autorevoli dei Maestri che ne completano il significato. È questa la cosiddetta "legge orale", che è costituita dalla trascrizione effettuata nel II secolo e.v., dopo la distruzione del secondo Tempio, della tradizione orale del Sinedrio. La trascrizione ha costituito la *Mishnà*, che in epoca successiva è stata la base di ulteriori interpretazioni nel *Talmud* e viene a costituire nel suo insieme, integrata poi da interpretazioni e commenti successivi, la *Halachà*, il complesso delle norme del diritto ebraico.<sup>3</sup>

La difficoltà nel mondo attuale di seguire con precisione le regole alimentari è al centro di molti dibattiti all'interno dell'ebraismo. L'*Encyclopedia Judaica* alla voce "dietary laws" introduce un paragrafo intitolato "modern views on the dietary laws" in cui rende conto di come il movimento di riforma dell'ebraismo<sup>4</sup> nel 1800 avesse posto l'osservanza delle regole alimentari,

2. In questo scritto nelle note è contenuto il riferimento alle fonti delle regole alimentari ebraiche. Per ulteriori approfondimenti o letture sono consigliati: R. DI SEGNI, *Guida alle regole alimentari ebraiche*, Roma 1996; S. DAZZETTI, *Le regole alimentari nella tradizione ebraica*, in *Cibo e religione: diritto e diritti*, a cura di A.G. Chizzoniti, M. Tallacchini, Tricase 2010, p. 87; H. RABINOWICZ, voce *Dietary Laws*, in *Encyclopedia Judaica*, VI, Gerusalemme 1971.

3. Cfr. A.M. RABELLO, *Introduzione al diritto ebraico*, Torino 2002.

4. La riforma nasce da correnti illuministe all'interno dell'ebraismo che vogliono rendere più moderna la tradizione ebraica. Per una descrizione delle diverse denominazioni

viste come di impedimento alla vita degli ebrei nella società civile, nel programma di una conferenza rabbinica nel 1848. In generale, gli ebrei riformati non insistono sull'osservanza delle regole alimentari, al contrario dei *conservative* statunitensi che ritengono che le regole alimentari siano da seguire, ma ne danno un'interpretazione più morbida.<sup>5</sup>

## 2. La relazione tra l'umanità e il creato

Prima di addentrarci nel vivo delle regole sull'alimentazione, è fruttuoso analizzare il rapporto, per l'ebraismo, tra l'umanità e il creato, da cui poi traiamo il sostentamento.<sup>6</sup> Gli animali furono creati prima dell'Uomo e della Donna, nel quinto giorno i pesci e gli uccelli e nel sesto giorno bestiame, rettili e bestie selvatiche. Nello stesso sesto giorno poi il Signore creò l'Uomo e la Donna<sup>7</sup> e nel settimo, come sappiamo, si riposò.

Il Signore getta anche le basi del rapporto tra l'umanità e il creato: il Signore li benedisse e disse loro:

Siate fecondi e moltiplicatevi, riempite la terra; soggiogatela e dominate sui pesci del mare e sugli uccelli del cielo e su ogni essere vivente, che striscia sulla terra.

Poi il Signore disse:

Ecco, io vi do ogni erba che produce seme e che è su tutta la terra e ogni albero in cui è il frutto, che produce seme: saranno il vostro cibo. A tutte le bestie selvatiche, a tutti gli uccelli del cielo e a tutti gli esseri che strisciano sulla terra e nei quali è alito di vita, io do in cibo ogni erba verde.

Ma disse anche:

Il Signore prese l'uomo e lo pose nel giardino di Eden, perché lo coltivasse e lo custodisse.<sup>8</sup>

all'interno dell'ebraismo cfr. B. GARDELLA TEDESCHI, *Movimenti e correnti nell'ebraismo*, in *Strumenti e percorsi di diritto comparato delle religioni*, a cura di S. Ferrari, Bologna 2019, p. 86.

5. Cfr. S.H. DRESNER, *The Jewish Dietary Laws. Their Meaning for Our Time*, New York 1959.

6. Cfr. P. POZZI, *Il Creato: utilizzo consapevole di animali e ambiente nell'Ebraismo*, in *Religioni e sviluppo sostenibile*, a cura di I. Zuanazzi, L. Battaglini, Torino 2021, p. 91.

7. *Bereshit* (Genesi), 1:20-26.

8. *Bereshit* (Genesi), 2:15.

Nel *Qohelet Rabbà*, un'opera di commento al *Qohelet* (Ecclesiaste, redatta tra il VI e l'VIII secolo dell'e.v.), è anche scritto:

Guarda le mie opere, quanto sono belle e meravigliose! Le ho fatte tutte per voi. State ben attenti a non spogliare e distruggere il mio mondo: perché se lo farete, nessuno potrà porvi rimedio.<sup>9</sup>

L'umanità ha quindi un posto particolare all'interno del creato: Uomo e Donna sono stati creati dopo gli animali: perché mai si chiede il *Talmud*? Perché, se diventano arroganti, si possa dire loro che anche «il moscerino li ha preceduti nella creazione».<sup>10</sup> Allo stesso tempo, è dato loro il controllo sugli animali e anche la facoltà di utilizzarne alcune parti: il latte, il lavoro, e la pelle, quando non sono più in vita. Così anche per la terra, che può essere coltivata e se ne possono trarre i frutti. In questa prima fase di esistenza dell'umanità, non è però permesso cibarsi della carne. È solo dopo il diluvio universale che fu permesso a uomini e donne di cibarsi della carne degli animali. Ai discendenti di Noè, viene dato il permesso esplicito di nutrirsi degli animali: «ogni essere vivente sarà cibo per voi; come l'erba verde, Io vi dato tutto questo».<sup>11</sup> L'umanità nasce quindi vegetariana e solo dopo diviene carnivora. Questo significa che

nel pensiero biblico mangiare carne è considerato non come un diritto scontato e un fatto naturale, ma come un atto che comporta la violazione di un ordine e che può essere lecito solo a determinate condizioni [...]. Per alcuni il permesso di mangiare carne sarebbe determinato dalla necessità di fornire all'uomo, in qualunque clima e condizione economica, la possibilità di sopravvivere con una alimentazione differenziata. Per altri, il permesso di mangiare carne segnala la posizione dell'uomo al vertice della scala del creato, dato che in natura ogni essere vivente si nutre di alimenti che sono rispetto a lui in una posizione gerarchicamente inferiore.<sup>12</sup>

Ci sono però precise limitazioni all'utilizzo della carne. In particolare, è scritto che «solamente non potrete mangiare della carne con la sua vita, che è il sangue».<sup>13</sup> Come vedremo, la carne può essere consumata solo quando sia stato eliminato completamente il sangue. Inoltre, i Maestri ritengono che l'esplicito riferimento alla vita dell'animale porti alla proibizione

9. *Qohelet Rabbà*, 7:13; edizione italiana a cura di P. Mancuso, Firenze 2004.

10. Talmud babilonese, *Sanhedrin*, 38:a.

11. *Bereshit* (Genesi), 9:3.

12. DI SEGNI, *Guida alle regole alimentari ebraiche*, cit., p. 56.

13. *Bereshit* (Genesi), 9:4.

zione di cibarsi di un animale vivo. Inoltre, i commenti evidenziano come, nonostante il permesso esplicito di cibarsi della carne degli animali, ciò debba essere fatto in modo che la sofferenza dell'animale nel momento in cui perde la vita sia fatta attraverso una procedura che provochi nell'animale la minore sofferenza possibile. A questo si aggiungono alcune regole *a latere*, quale il divieto di macellare animali troppo giovani (entro gli 8 giorni di vita). Vi è la proibizione di raccogliere in natura uova o pulcini se la madre è presente; inoltre è vietato macellare la madre e il figlio nello stesso giorno: «Il bovino o l'ovino, lui e suo figlio non macellerete lo stesso giorno».<sup>14</sup> I Maestri spiegano: «per fissare nella nostra anima la compassione e allontanare la crudeltà».<sup>15</sup> Infatti, «l'animale ne soffrirebbe moltissimo; non c'è differenza tra la sofferenza dell'uomo e la sofferenza degli animali [...] giacché l'amore e l'affetto della madre per il figlio non segue la ragione».<sup>16</sup> A questo, si aggiunge la proibizione di castrare: «non farete di queste cose».<sup>17</sup>

### 3. Benedire il cibo

Il Creatore è anche colui che dona cibo a ogni creatura vivente. Il Signore, al termine della Creazione, dopo aver dato vita agli animali e agli esseri umani, dà loro da mangiare:

Ecco, io vi do ogni erba che fa seme sulla superficie di tutta la terra, e ogni albero fruttifero che fa seme; questo vi servirà di nutrimento. A ogni animale della terra, a ogni uccello del cielo e a tutto ciò che si muove sulla terra e ha in sé un soffio di vita, io do ogni erba verde per nutrimento. E così fu.<sup>18</sup>

Il Creatore sfama il popolo ebraico in fuga dall'Egitto per quarant'anni nel deserto con la manna, un cibo nutriente che cade dal cielo e non spunta dalla terra.<sup>19</sup> Il Signore ha istruito di raccogliere la manna solo nella misura

14. *Va-Ikra* (Levitico), 22:28.

15. A. HALEVI, *Sefer Ha Chinuch*, ch. 294. Il *Sefer Ha Chinuch* (letteralmente “Libro dell'istruzione”) spiega e commenta i 613 obblighi (*Mitzwoth*) contenuti nella *Torah*. Fu composta anonimamente a Barcellona nel XIII secolo e attribuita ad Aron HaLevi.

16. M. MAIMONIDE, detto anche il Rambam, *Moré nevuchim* (La guida dei perplessi), 3:48. Maimonide (1138-1204) visse in Spagna e Nord Africa nel XII secolo. Era medico, filosofo, talmudista e giurista tra i più importanti nel pensiero ebraico.

17. *Va-Ikra* (Levitico), 22:24.

18. *Beresbit* (Genesi), 1:29-30.

19. *Shemot* (Esodo), 16:12-36.

necessaria al fabbisogno giornaliero, dal momento che ogni giorno la manna cadrà dal cielo, tranne il sabato, giorno di riposo, ma è garantito il venerdì il raccolto anche per il giorno festivo.

La dimensione religiosa legata alla tavola e al cibo è testimoniata dalle numerose benedizioni connesse al cibo. La più lunga e importante è la benedizione che la *Torah* invita specificatamente a recitare dopo essersi saziati. Si tratta della *Birkat ha-mazon*, recitata e in parte cantata, alla fine di ogni pasto in cui si consuma del pane, o altri composti di cereali. La fonte biblica che prescrive il dovere di recitare la *Birkat ha-mazon* è il Deuteronomio (Devarim 8:10): «Mangerai dunque a sazietà e benedirai il Signore Dio tuo per il paese fertile che ti avrà dato». Questa benedizione ricorda e ringrazia per i benefici ottenuti dal Signore e proclama la propria fiducia in un futuro riscatto messianico.<sup>20</sup> Oltre alla benedizione dopo il pasto, si benedice in molte occasioni il singolo cibo che si andrà a consumare, attraverso specifiche *Berachot*, ovvero appunto benedizioni.

#### 4. Cosa mangiare, o meglio cosa non mangiare

La *Torah* contiene una lista di animali che non possono essere consumati. Nella *Torah*, infatti, gli animali sono classificati in diversi gruppi, che non corrispondono necessariamente alla classificazione scientifica, e all'interno di ciascun gruppo sono individuati una serie di criteri per distinguere gli animali permessi da quelli proibiti, oppure un elenco di animali proibiti.

Il criterio principale usato dalla *Torah* per la classificazione degli animali segue la sequenza della creazione e riguarda il luogo in cui gli animali vivono: acqua, aria o terra.

Tra gli animali che vivono nell'acqua, la *Torah* indica come *kasher* esclusivamente i pesci con pinne e squame. Le pinne sono quelle con cui il pesce nuota e sono ben visibili, diversamente da quanto accade per le squame. Il pesce permesso ha squame che possono essere eliminate facilmente, senza causare lacerazione alla carne.<sup>21</sup> Lo storione, così come l'anguilla, ad esempio, non sono *kasher* perché pur avendo le squame, dette ganoidi, queste sono tutt'uno con l'epidermide e quindi non possono essere rimosse senza lacerare la pelle del pesce. Sono permessi i pesci con squame a pettine o ctenoidi, o quelli con squame disposte a cerchio o cicloidi, poiché le squame stesse sono poste sullo strato superficiale della pelle. Alcuni pesci sviluppano le squame solo dopo un certo periodo di vita, come il pesce azzurro, oppure

20. Cfr. STEFANI, *Gli ebrei*, cit.

21. *Shulchan Aruch, Yoreh Deah*, 83:1.

le perdono immediatamente quando escono dall'acqua, come il tonno. Lo *Shulchan Aruch*, la più importante codificazione della *halachà*, dice che i pesci con queste caratteristiche sono permessi, poiché è importante che abbiano, o abbiano avuto, le squame anche in un certo momento della loro vita, e che poi anche la presenza di una sola squama rende il pesce *kasher*. Normalmente, ci dice sempre lo *Shulchan Aruch*, ciò che ha squame ha anche pinne, quindi non è necessario preoccuparsi delle pinne, mentre non è vero il contrario, come accade per il pescespada.

Poiché non hanno né pinne né squame, sono vietati i seguenti gruppi di animali acquatici: i molluschi (tra cui vongole, cozze e polpo), i crostacei (tra cui gamberetti e aragoste), i mammiferi marini (tra cui delfini e capodogli) e i vertebrati ciclostomi (lamprede).

Le uova di pesce sono cibo *kasher*, purché provengano da pesci che sono a loro volta *kasher*.

Per i volatili, la *Torah* non dà un criterio fisso per individuare quelli permessi da quelli non permessi. La lista è contenuta in *Devarim* (Deuteronomio) 14: 12-19 e comprende 24 animali non permessi: questi sono l'aquila, l'ossifraga e l'aquila di mare, il nibbio e ogni specie di falco, ogni specie di corvo, lo struzzo, la civetta, il gabbiano e ogni specie di sparviero, il gufo, l'ibis, il cigno, il pellicano, la folaga, l'alcione, la cicogna, ogni specie di airone, l'upupa e il pipistrello.

Al di fuori di questo elenco, gli altri volatili sono permessi. I criteri per identificare il volatile permesso sono stati elaborati dai Maestri come le caratteristiche che non si ritrovano negli animali dell'elenco, in particolare con caratteristiche anatomiche tipiche dei non rapaci. Sono quindi permessi tutti gli animali che hanno l'appoggio delle dita a terra, eventualmente anche con un dito della zampa diretto posteriormente, la presenza del gozzo, un ventriglio, parte dello stomaco, dalla mucosa facilmente "pelabile" a mano, e un becco "non da rapace". Sono volatili *kasher*, tra gli altri, l'oca, domestica o selvatica, l'anatra, domestica o selvatica, il gallo, la pernice, la faraona e il tacchino. Il tacchino, arrivato in Europa dall'America, per la presenza delle caratteristiche appena elencate, è stato qualificato come volatile permesso.

Tra i volatili, sono compresi anche gli insetti, che sono tutti proibiti. Così in *Devarim* (Deuteronomio) 14: 19 che prescrive di considerare come immondo ogni insetto alato; e da qui il divieto di cibarsene. Sono invece permesse dalla *Torah* le cavallette.<sup>22</sup> Tuttavia, raramente si vedono cavallette nei menu dei ristoranti *kasher*, poiché non è chiaro quali delle molte specie di cavallette siano quelle effettivamente permesse dalla *Torah*. Per questo mo-

22. *Va-Ikrà* (Levitico), 11:22.

tivo, è stata presa la decisione rabbinica di vietare il consumo di tutte le cavallette nel timore di mangiare una delle specie proibite, molte delle quali hanno un aspetto quasi identico a quelle consentite.<sup>23</sup> Per evitare la presenza di insetti, frutta e verdura devono essere lavati accuratamente per eliminare tutti gli insetti visibili a occhio nudo. Il miele è considerato *kasher*, anche se proviene da un animale non *kasher*. Per spiegare il perché, è necessario ripercorrere il processo con cui le api producono il miele. Il miele è, infatti, costituito dal nettare che le api raccolgono, immagazzinano e trasportano nei loro favi. Durante la permanenza nell'ape, il nettare viene scomposto e trasformato in miele dagli enzimi dell'ape stessa, ma non viene di fatto digerito dall'ape. Il miele non è quindi un prodotto dell'ape stessa, come possono essere il latte o le uova.

Per gli animali terrestri, la *Torah* indica sia i criteri per riconoscere gli animali permessi che una lista esemplificativa degli stessi animali permessi. *Va-Ikrà* (Levitico) 11:2-8: «Potrete mangiare d'ogni quadrupede che ha l'unghia bipartita, divisa da una fessura, e che ruminava». *Devarim* (Deuteronomio) 14:4: «Questi sono gli animali che potete mangiare: il bue, la pecora, la capra, il cervo, la gazzella, il daino, lo stambecco, l'antilope, il capriolo e il camoscio». *Devarim* (Deuteronomio) 14:6: «Potete mangiare ogni animale che ha lo zoccolo spaccato e il piede diviso e che ruminava tra gli animali».

È necessaria la contemporanea presenza dell'unghia bipartita e della ruminazione per considerare l'animale adatto. Sono considerate *kasher*, secondo questo criterio, le seguenti famiglie di animali: cervidi, che include cervo, daino, capriolo, alce e renna; bovini, che include il bue, il bufalo, il bisonte; caprini, che include la capra, la capra selvatica, e lo stambecco; gli ovini, che include la pecora domestica; gli antilopini, che includono le antilopi, la gazzella e il camoscio.

Sono invece animali *taref*, per la mancanza dell'unghia fessa o dello stomaco da ruminante, gli equini, i tilopidi (cammello, dromedario e lama), i suini, i conigli, le lepri, gli asini, e gli ippopotami.

I prodotti derivanti da animali impuri sono a loro volta impuri e quindi proibiti. Quindi sono proibiti, ad esempio, il caviale di storione, il latte di cammella, e le uova dei volatili impuri. Inoltre, è necessario che l'uovo non sia stato fecondato poiché l'uovo potrebbe essere considerato come l'embrione e quindi il suo consumo è proibito. Un segno della sua fecondazione potrebbe essere la presenza di sangue all'interno dell'uovo stesso ed è per questo che le uova in cui è presente del sangue non possono essere mangiate.<sup>24</sup> Oggi,

23. *Taz*, *Yore Dea*, 85:1.

24. Talmud babilonese, *Chullin*, 64b.

le uova di produzione industriale non sono fecondate, comunque se si trova una macchia di sangue nell'uovo questo non è *kasher* per il divieto di mangiare il sangue.

Tra gli animali permessi, la *Torah* prescrive che non possono essere mangiati animali la cui morte sia diversa da quella della macellazione rituale. È proibito cibarsi di animali già morti.<sup>25</sup> Si tratta di animali che sono morti per cause naturali, oppure che sono stati uccisi con la caccia, o altra morte involontaria, inclusa la macellazione non eseguita correttamente. È altresì proibito cibarsi di animali «sbranati da animali nei campi»,<sup>26</sup> che include per interpretazione anche l'animale morto per malattia, o comunque un animale malato, e l'animale ucciso con macellazione non ebraica.

Tutti i prodotti della Terra, quindi tutti i vegetali, sono permessi. La fonte del permesso è da ricercare nella *Torah*, in cui il Signore, dopo aver creato l'Uomo e la Donna, dice loro: «Ecco, io vi do ogni erba che fa seme sulla superficie di tutta la terra, e ogni albero fruttifero che fa seme; questo vi servirà di nutrimento».<sup>27</sup>

## 5. Macellazione rituale e preparazione della carne

Perché gli animali siano *kasher*, è necessario che siano macellati secondo una particolare procedura. La persona incaricata di macellare l'animale è uno *shochet*, qualifica che si acquisisce con una specifica formazione. Lo *shochet* ha svariati compiti oltre alla macellazione. In particolare, dovrà ispezionare l'animale e, se trova un qualche difetto negli organi interni, quali il cervello, la trachea, l'esofago, il cuore o i polmoni e gli intestini, l'animale è impuro e non può essere consumato. Tra i difetti, che sono peraltro minuziosamente descritti nelle fonti,<sup>28</sup> sono compresi l'organo perforato, un osso fratturato, oppure la mancanza di un organo interno, o un suo difetto. L'esame dell'animale è effettuato in maniera analoga per i mammiferi e per i volatili, ma per i volatili l'esame riguarda principalmente l'intestino. Non vi sono invece norme particolare per ciò che riguarda i pesci.

La macellazione stessa (*shechitá*) deve essere eseguita secondo le regole: l'atto principale consiste nello sgozzamento dell'animale attraverso un'incisione netta, effettuata con un coltello molto affilato. In un unico gesto, sono recise la trachea, il nervo vago, l'esofago, l'arteria carotidea e la vena

25. *Devarim* (Deuteronomio), 14:2.

26. *Shemot* (Esodo), 22:30.

27. *Beresbit* (Genesi), 1:29.

28. Talmud babilonese, *Chullin*, 43a.

giugulare. L'animale muore quasi istantaneamente per dissanguamento, che comporta il calo della pressione sanguigna al cervello e l'immediata perdita di conoscenza.<sup>29</sup>

Dalla carne degli animali macellati deve essere eliminato il sangue per non incorrere nella violazione del divieto di mangiare sangue. La rimozione del sangue si ottiene attraverso due procedimenti: attraverso la salatura della carne oppure arrostandola a fiamma viva. Il procedimento per la salatura è il seguente: si immerge la carne, comprese le ossa, in acqua fredda per circa 30 minuti. La carne viene poi appoggiata su un asse perforato e coperta di sale. La carne è quindi lasciata a sgocciolare per circa un'ora, viene poi sciacquata ed è quindi pronta per essere cucinata. Il sale deve essere di una particolare grana, leggermente più fine del nostro sale grosso. È ampiamente usato nella cucina degli Stati Uniti dove si trova nei supermercati appunto come "*kosher salt*". Deve essere altresì rimosso il nervo sciatico, però non ai volatili. Il divieto deriva dall'episodio di Giacobbe che lotta con l'angelo e nella lotta rimane zoppo. «Per questo gli Israeliti, fino a oggi, non mangiano il nervo sciatico, che è sopra l'articolazione del femore, perché quegli aveva colpito l'articolazione del femore di Giacobbe nel nervo sciatico».<sup>30</sup>

## 6. Come cucinare: il divieto di mischiare carne e latte

Nella *Torah* è riportato tre volte lo stesso versetto: «non cucinerai il capretto nel latte di sua madre».<sup>31</sup> La *Torah* orale ci insegna che nulla è scritto "per caso" o ripetuto inutilmente. Da questo stesso versetto, ripetuto tre volte, sono derivati tre tipi di divieti: il divieto di cucinare la carne insieme al latte; il divieto di mangiare nello stesso pasto la carne e il latte; il divieto di trarre un profitto da composti che contengono carne e latte. L'insieme di queste regole è chiamato *basar be halav*, cioè le norme su carne e latte. Ai fini di queste regole, per latte (*halav*) si intende oltre al latte, qualunque suo derivato, quale burro, yogurt o formaggio. Per essere sicuri di non infrangere il divieto, le autorità rabbiniche hanno elaborato delle norme di protezione del divieto. Non si tratta di divieti ulteriori rispetto a quelli della *Torah*, aggiunte che sarebbero vietate, ma di aiuti per l'osservanza delle regole. Quindi, per essere sicuri di non infrangere il divieto, si separano piatti e pentole per le pietanze di latte da quelle per le pietanze di carne. Inoltre, il *Talmud*

29. Cfr. P. POZZI, B. GARDELLA TEDESCHI, *Use of Animals in Jewish Tradition*, in «Israel Journal of Veterinary Medicine», 78.2 (2023), p. 2.

30. *Beresbit* (Genesi), 32:33.

31. *Shemot* (Esodo), 23:19 e 34:26; *Devarim* (Deuteronomio), 14:21.

prescrive che non si mangia il latte dopo la carne nel medesimo pasto.<sup>32</sup> Il tempo che deve trascorrere tra un pasto di carne e l'assunzione di latte o latticini varia, a seconda delle usanze locali, da sei ore a tre ore, e in alcuni casi anche un'ora. Frutta, verdura e uova, così come il pesce, sono considerati cibi neutri (*parve*) e possono essere consumati sia nei pasti di carne che in quelli di latte, anche se i maestri proibiscono di mischiare pesce e carne perché la combinazione sarebbe dannosa per la salute.

## 7. Un cibo particolare: il vino

La tradizione rabbinica ritiene che un uso moderato di vino renda felici e sia di giovamento alla salute<sup>33</sup> e anche dopo la distruzione del secondo Tempio non ha impedito il consumo di alcool in segno di lutto. Le autorità hanno infatti ritenuto che un divieto di tal fatta fosse troppo severo, e quindi difficile da seguire, per la maggior parte della popolazione.<sup>34</sup>

Il vino accompagna i momenti più importanti nella vita del singolo e della comunità: in tutte le solennità, nel sabato, nel matrimonio, nella circoncisione, si benedice e si beve il vino. La sera del venerdì, che segna il momento in cui inizia il sabato, giorno di festa e di riposo, prima di consumare il pasto, viene recitato il *Kiddush* su un bicchiere di vino che segna quindi l'inizio del pranzo della festa. Il processo di vinificazione del vino *kasher* segue gli stessi processi di quello non *kasher* ma integrato da alcune regole di natura religiosa. Così può essere usata solo uva che provenga da filari che abbiano almeno quattro anni di vita, tra i quali non sia prevista alcuna altra coltivazione per il divieto di coltivazioni promiscue.

L'intero processo deve essere supervisionato dal rabbinato e le azioni che implicano lo spostamento del mosto o del vino possono essere eseguite esclusivamente da ebrei osservanti, rispettosi della festività del sabato. In questo modo, si è sicuri di non bere, neppure accidentalmente, il vino che non ebrei possano aver consacrato alle loro divinità.<sup>35</sup> A queste considerazioni si aggiungono le paure legate alle persecuzioni, specie medievali, in cui gli ebrei venivano accusati di bere il sangue dei bambini cristiani, anche mischiato al vino.<sup>36</sup> Diventava quindi importante, per la propria salvezza, te-

32. Talmud babilonese, *Chullin*, 105a.

33. Talmud babilonese, *Beresbit*, 35b.

34. Talmud babilonese, *Bava Batra*, 60b.

35. *Shulchan Aruch*, *Yore Dea*, 133:5-6.

36. Cfr. R. KIECKHEFER, *Avenging the Blood of Children: Anxiety Over Child Victims and the Origins of the European Witch Trials*, in *The Devil, Heresy and Witchcraft in the Middle Ages: Essays in Honor of Jeffrey B. Russell*, a cura di A. Ferreiro, Leiden 1998, pp. 92-

nere separati i non ebrei dal vino destinato al consumo delle comunità ebraiche, proprio per evitare qualunque possibile contaminazione e successiva accusa di “stregoneria”.

Nella produzione odierna di vino *kasher* non possono essere impiegati coadiuvanti di origine animale, quali gelatine o colle, mentre sono consentiti altri additivi, in particolare l’anidride solforosa; gli zuccheri, purché controllati in forma di mosto concentrato; i saccaromiceti, purché accompagnati da certificazione *kasher*; la bentonite.

## 8. Si possono spiegare razionalmente le regole alimentari?

Nel tempo sono state proposte delle spiegazioni razionali per dare conto della presenza delle norme alimentari nell’ebraismo. Nei libri del Pentateuco non è data una spiegazione, anche se in tre diversi passi le regole alimentari sono strettamente associate al concetto di “sacralità”. La *Torah* classifica le regole alimentari come “legge divina” che quindi, per definizione, non possono essere spiegate. Non sono comunque mancati nei tempi i tentativi di spiegare la ragione dell’esistenza di queste norme che incidono in maniera così significativa sulla vita e sull’identità culturale degli ebrei.

Alcuni hanno messo in evidenza lo scopo didattico delle norme. Così il profeta Ezechiele parifica il consumo del sangue all’idolatria e all’assassinio. Il verso del profeta darebbe quindi un significato etico alle norme alimentari, dal momento che astenersi dal consumo del sangue all’interno dei cibi funge da valvola di controllo della violenza, insita nell’uomo, perché introduce nella pratica di tutti i giorni l’orrore per gli spargimenti di sangue. Aristeo, un ebreo di Alessandria d’Egitto di cui non abbiamo notizie dettagliate, vissuto nel I secolo a.e.v., scrive in una lettera che le norme alimentari hanno il compito di introdurre nell’animo il senso della giustizia e di insegnare una lezione di morale.

Maimonide, nella *Guida dei perplessi*,<sup>37</sup> ritiene che le norme alimentari hanno il compito di allenarci a contenere i nostri appetiti. Pensare a ciò che si può o non si può mangiare, e al modo in cui possiamo mangiare i cibi, abitua a contenere sia la crescita del desiderio sia non considerare il piacere che deriva dal cibo quale fine ultimo dell’esistenza. I Maestri del *Talmud*,

95; N. COHN, *The Demonization of Mediaeval Heretics*, in *The Witchcraft Reader*, a cura di D. Oldridge, New York 2002, p. 45. In Italia l’episodio del Simonino da Trento è stato particolarmente cruento: cfr. G. MAIFREDA, *Immagini contese*, Milano 2022; A. FOA, *Gli Ebrei in Italia*, Bari 2022, pp. 59-61.

37. *More Nevukim*, 3:48.

dal canto loro, raramente hanno cercato di trovare spiegazioni razionali alle norme alimentari, proprio perché essendo di natura divina non devono anche avere una spiegazione basata sulla ragione umana.

Il tentativo ricorrente di spiegare le norme alimentari è di ricondurle a esigenze igieniche. Maimonide, sempre nella *Guida dei perplessi* (3:48), ritiene che tutti i cibi che la *Torah* proibisce siano nocivi per la salute e per il corpo. Sempre per Maimonide, il divieto di mangiare il maiale è legato alle abitudini dell'animale, che vive in ambienti sporchi e si ciba di cose ripugnanti. Il divieto di mescolare cibi di carne e cibi di latte rimane per Maimonide sempre all'interno di una tutela della salute: carne e latte insieme risultano in una pietanza più difficile da digerire. Anche se poi lo stesso Maimonide aggiunge che il divieto potrebbe essere legato al divieto di idolatria dal momento che in certe tradizioni pagane c'erano rituali collegati al latte e alla carne. Molti commentatori hanno seguito per queste spiegazioni le teorie di Maimonide, basandosi anche sul fatto che nel Medioevo gli ebrei erano meno soggetti a malattie ed epidemie rispetto ai loro vicini.

Anche per il divieto di mangiare animali acquatici che non abbiano pinne e squame esisterebbe una spiegazione: Nachmanide, un maestro vissuto nella Catalogna del XIII secolo, vede più sani i pesci con pinne e squame perché vivono nelle acque più superficiali, lontani dagli strati inferiori del mare dove c'è maggiore fango e le acque sono torbide. Per questo cibarsene può essere pericoloso, e in effetti spesso lo è, ad esempio per cozze e vongole che possono essere portatrici di importanti infezioni.

## 9. La certificazione *kasher*

Gli ebrei osservanti devono sempre poter distinguere il cibo permesso da quello vietato. La distinzione è importante soprattutto oggi, in cui il cibo è sempre più industriale ed è difficile, se non impossibile, per il consumatore finale controllare la filiera alimentare per accertarne la provenienza. È con questo fine che sono nate nel mondo le certificazioni *kasher*. La filiera di produzione del cibo certificato *kasher* è periodicamente esaminata dalle organizzazioni che rilasciano la certificazione che assicura che il cibo sia effettivamente coltivato e prodotto in accordo alle norme alimentari ebraiche.<sup>38</sup> Le regole alimentari ebraiche possono essere interpretate e applicate

38. Approfondite notizie sul mercato dei cibi *kasher* nel mondo e sulle procedure di certificazione, in E. TOSELLI, *Le diversità convergenti. Guida alle certificazioni alimentari kasher, halal, e di produzione biologica*, Milano 2015. È però da notare che stante la presenza di diverse interpretazioni locali sulle regole alimentari, le certificazioni non sono

in modo più o meno rigoroso, secondo tre diversi livelli di *kasherut* progressivamente più scrupolosi:

1. *kasher*: termine che contraddistingue il cibo ammesso dalle prescrizioni religiose ebraiche; si tratta del livello basilico del controllo e della corrispondenza alle norme;
2. *glatt kasher*, dalla parola yiddish *glatt* (liscio) usata per indicare che le carni macellate secondo il metodo della *shechithà* sono prive dei difetti richiamati dal *Talmud* e, dunque, sono consumabili;
3. *mehadrin kasher*, dai termini ebraici “bellezza”, “abbellimento”, espressione che designa il beneficio che deriva dalla puntuale osservanza dei dettami alimentari e implica l’attuazione degli standard di controllo più severi.

Negli Stati Uniti, uno dei più importanti mercati di cibo *kasher*, la certificazione è garantita da diverse organizzazioni ebraiche quali Orthodox Union, una delle più importanti organizzazioni ortodosse degli Stati Uniti,<sup>39</sup> Kosher Certification,<sup>40</sup> e Kof-K.<sup>41</sup> In Italia non esiste ancora uno standard *kasher* univocamente accettato e, in sua mancanza, le imprese tendono a rivolgersi a importanti autorità straniere, i cui marchi sono riconosciuti nel mondo e possono orientare le preferenze dei consumatori a livello globale. In effetti, l’UCEI, l’Unione delle Comunità Ebraiche Italiane, cioè l’organizzazione ombrello che raccoglie le rappresentanze delle diverse comunità locali, ha creato una propria catena di certificazione per i prodotti Made in Italy. Si tratta del progetto K.it, la certificazione *kasher* del Made in Italy. Il progetto è stato lanciato nel 2010 per promuovere una certificazione agroalimentare *kasher* a livello nazionale con l’obiettivo di inserire i prodotti italiani, di elevata qualità e originalità, nell’osservanza delle regole alimentari ebraiche. Il “Progetto Kasherut” è stato riconosciuto di interesse nazionale dal Ministero dello Sviluppo Economico, nell’ambito delle strategie di valorizzazione e internazionalizzazione del Made in Italy, individuando nella certificazione *kasher* una leva di marketing e un valido strumento per la promozione e la protezione delle eccellenze alimentari del Made in Italy e il rafforzamento della competi-

ritenute valide in modo uguale da tutte le correnti all’interno dell’ebraismo. Come si legge su molti siti delle diverse congregazioni, specie negli Stati Uniti, sarà da confrontare la certificazione riportata sul prodotto con le regole, eventualmente più rigide, adottate a livello locale.

39. [oukasher.org/](http://oukasher.org/).

40. [www.ok.org/](http://www.ok.org/).

41. [www.kof-k.org/](http://www.kof-k.org/).

tività del sistema produttivo nazionale nei mercati esteri.<sup>42</sup> Al momento, però, non sembra che la certificazione UCEI sia riuscita a imporsi a livello globale per i prodotti italiani.

## 10. Esiste una cucina ebraica?

Data la centralità del cibo nella vita ebraica, raccogliere e scambiare ricette ha sempre fatto parte della vita delle famiglie, e aggiungerei particolarmente delle donne che tradizionalmente sono addette alla cucina e all'organizzazione della casa. Nel corso dei decenni, le raccolte di ricette sono diventate volumi che spesso portano nel titolo la dizione “cucina ebraica” o un riferimento analogo.

In Italia, l'opera principale è ancora oggi il volume di Giuliana Ascoli Norsa, *La cucina nella tradizione ebraica*. L'autrice, padovana, nel corso degli anni '60 del secolo scorso, ha raccolto le ricette delle diverse comunità ebraiche italiane, le ha provate tutte nella sua cucina di casa per poi pubblicarle in volume nel 1970 per l'ADEI, Associazione delle Donne Ebee Italiane. Il volume è diventato il punto di riferimento delle tradizioni culinarie italiane ed è presente nella maggior parte, se non in tutte, le famiglie ebraiche italiane.<sup>43</sup> Il volume contiene i cibi ordinati secondo l'ordine delle portate, dividendo i cibi di carne da quelli di latte, e poi i cibi caratteristici delle feste. Claudia Roden, antropologa del cibo, di origini ebraico-egiziane ha raccolto in un volume ricette delle diverse comunità ebraiche nel mondo. Il suo *The Book of Jewish Food*<sup>44</sup> traccia l'origine geografica e culturale di molte ricette in uso nelle famiglie sia ashkenazite che sefardite.<sup>45</sup> Altri volumi si occupano specificatamente del cibo delle feste. Tra questi, va ricordato volume di G. Kaufer Green, *The Jewish Festival Cookbook*,<sup>46</sup> in cui le ricette sono ordinate a seconda delle festività in cui si è soliti cucinarle. Le ricette

42. [www.ucei.net/kasherut/](http://www.ucei.net/kasherut/).

43. Il volume è oggi entrato a far parte del catalogo dell'editrice Giuntina di Firenze: G. ASCOLI NORSA, *La cucina nella tradizione ebraica*, Firenze 2019.

44. Cfr. C. RODEN, *The Book of Jewish Food. An Odyssey from Samarkand to New York*, New York 1996.

45. Gli ebrei ashkenaziti sono i discendenti degli ebrei che nel Medioevo si sono stanziati nella valle del Reno. Si tratta quindi degli ebrei che vivevano nell'Europa occidentale, molti dei quali emigrati negli Stati Uniti prima o, se sopravvissuti, dopo la Shoà. I sefarditi sono i discendenti degli ebrei cacciati dalla Spagna nel 1492, emigrati nei diversi paesi dell'Impero Ottomano, così come in altre parti d'Europa.

46. Cfr. G. KAUFER GREEN, *The Jewish Festival Cookbook. An International Collection of Recipes and Customs*, London 1985.

provengono sia dalla tradizione sefardita che ashkenazita e in apertura di ogni capitolo dedicato alle feste è presente una breve spiegazione del significato religioso della singola festività e delle tradizioni culinarie associate. Il cibo ebraico italiano ha una sua specificità che piace anche all'estero ed è recente la pubblicazione del volume *Cooking alla Giudia* di Benedetta Jasmine Guetta, in lingua inglese. In Italia è stato pubblicato un volume sulla cucina tripolina, che sarebbe potuta andare dimenticata dopo la cacciata degli ebrei dalla Libia, così come dal Nord Africa negli anni '50 del secolo scorso.<sup>47</sup> Di particolare significato è poi il piccolo volume *In memory's Kitchen*,<sup>48</sup> che raccoglie le ricette che le donne ebreie internate a Terezin (campo di raccolta durante la Shoà noto anche come Theresienstadt) si sono scambiate, secondo la vecchia tradizione, e spesso è il poco che è rimasto di loro prima della deportazione e del loro assassinio nel campo di sterminio.

La cucina ebraica, come emerge in questi volumi, è una contaminazione tra la cucina locale, la cucina dei luoghi in cui gli ebrei si trovavano a vivere, con le regole alimentari ebraiche. In molte ricette, ad esempio, il maiale e il grasso di maiale sono sostituiti dall'oca e dal grasso d'oca; i dolci tipici dell'ebraismo ashkenazita sono molto simili ai dolci della Mitteleuropa, con versioni senza burro per poter essere consumati con la carne. I cibi sefarditi sono più speziati e conditi, in analogia a molte pietanze dei paesi dell'Impero Ottomano. Gli ebrei, tradizionalmente meno stanziali dei loro vicini di casa, hanno portato con loro usanze e ricette.<sup>49</sup> La *New York Cheesecake* è un adattamento della torta di formaggio dei diversi paesi dell'Impero Asburgico. Il formaggio tipico dell'Europa orientale era il *quark*, che poteva poi avere varie denominazioni nei diversi Paesi, assente negli Stati Uniti dove molti ebrei ashkenaziti erano emigrati. La ricetta tradizionale sostituì il *quark* con il *cream cheese*, facile da trovare negli Stati Uniti. E ancora le triglie alla livornese, tipico piatto toscano, nasce a Roma nel Ghetto dove erano chiamate triglie alla mosaica.<sup>50</sup>

47. Cfr. R. TAMMAM VENTURI, *La cucina ebraica tripolina*, Firenze 2005.

48. Cfr. *In Memory's Kitchen. A Legacy from the Women of Terezin*, a cura di C. De Silva, Lanham 2006.

49. [morasha.it/la-cucina-ebraica-a-livorno-una-fantasia-tradizione/](http://morasha.it/la-cucina-ebraica-a-livorno-una-fantasia-tradizione/).

50. [morasha.it/la-storia-di-questo-piatto-toscano-e-la-storia-degli-ebrei-italiani/](http://morasha.it/la-storia-di-questo-piatto-toscano-e-la-storia-degli-ebrei-italiani/).

# Regole alimentari religiose ed ecologia integrale: la Chiesa cattolica e il cibo

*Antonio G.M. Chizzoniti*

Sommario: 1. Mangiare tutto, mangiare con tutti, ringraziare Dio: dal patto vegetariano a mangiatori di Dio – 2. Le regole su astinenza e digiuno nell'ordinamento giuridico della Chiesa – 3. Il digiuno eucaristico – 4. Un nuovo patto alimentare con Dio per la cura del creato.

## **1. Mangiare tutto, mangiare con tutti, ringraziare Dio: dal patto vegetariano a mangiatori di Dio**

Scrivono Luciano Manicardi che il «mangiare è un simbolo di potenza straordinaria»;<sup>1</sup> forse anche per questo è facile rintracciare molte opere d'arte che al cibo danno centralità,<sup>2</sup> in particolare quando il cibo assume senso e significato spirituale e religioso.<sup>3</sup> La connessione tra cibo e vita, e conseguentemente anche con la morte,<sup>4</sup> ha influenzato e continua a rendere forte il rapporto tra cibo e religione tanto da potersi sostenere che «non esiste religione che non proponga un qualche consiglio o regola ai propri fedeli circa i comportamenti alimentari».<sup>5</sup>

1. L. MANICARDI, *Per una teologia alimentare*, in *Cibo, religione e diritto. Nutrimento per il corpo e per l'anima*, a cura di A.G. Chizzoniti, Tricase 2015, p. 11.

2. Cfr. A. APPIANO, *Bello da mangiare. Il cibo dall'arte al food design*, Torino 2012; *Il cibo nell'arte. Capolavori dei grandi maestri dal Seicento a Warhol*, a cura di D. Dotti, Cinisello Balsamo 2015.

3. Cfr. L. FRIGERIO, *Cene ultime. Dai mosaici di Ravenna al cenacolo di Leonardo*, Milano 2011; A. SCHUBERT, *Pasto divino. Storia culinaria dell'eucarestia*, Roma 2019, che accompagna il percorso storico con un'interessante e non scontata selezione di opere d'arte.

4. Cfr. A.F. MÉNDEZ MONTOYA, *Theology of Food*, Oxford 2009, p. 2; A.G. CHIZZONITI, M. TALLACCHINI, *Introduzione*, in *Cibo e religione: diritto e diritti*, a cura A.G. Chizzoniti, M. Tallacchini, Tricase 2010, p. 7.

5. A.G. CHIZZONITI, *Cibo, religione e diritto*, in *Cibo, religione e diritto*, cit., p. 51; più in generale cfr. F. FERNANDEZ-ARMESTO, *Storia del cibo*, Milano 2010, p. 41 ss.; S. NATOLI,

«Mangiare tutto, mangiare con tutti, ringraziare Dio», con questa efficace asserzione Laura De Gregorio ha sintetizzato la regola alimentare cristiana,<sup>6</sup> una visione ampia del rapporto che la Chiesa Cattolica propone con il cibo e che deriva da una regola divina con uno spazio identitario forte correlato ad altro precetto, quello della penitenza, e all'interno della penitenza all'idea del digiuno.<sup>7</sup> Ma il cammino alimentare cristiano dal primo patto con Dio nel giardino terrestre fino all'affermazione evangelica e fondativa «io sono il pane» (*Gv* 6, 35) non può essere compreso senza andare all'essenza del cristianesimo. L'arte molto spesso interpreta e aiuta a comprendere: volgendo lo sguardo alla magnetica opera *Cristo in casa di Marta e Maria* di Jan Vermeer<sup>8</sup> possiamo osservare Marta, attenta alla cura materiale di Gesù (con un cesto di pane in mano) mentre sollecita al Maestro un rimprovero per la sorella Maria che invece di adoperarsi nei servizi «seduta ai suoi piedi lo ascoltava» e Gesù nel racconto di Luca le risponde: «Marta, Marta, tu ti preoccupi e ti agiti per molte cose, ma una sola è la cosa di cui c'è bisogno. Maria si è scelta la parte migliore, che non le sarà tolta» (*Lc* 10, 38-42). È chiaro l'invito al discernimento per comprendere anche a livello alimentare (come sottolineato da Vermeer con la presenza del cesto di pane) cosa è importante per una Chiesa al servizio del futuro dell'umanità.

Il Dio del Libro inizialmente consegna ad Adamo ed Eva una dieta vegetariana: «ecco, io vi do ogni erba che produce seme e che è su tutta la terra e ogni albero in cui è il frutto, che produce seme: saranno il vostro cibo» (*Gen* 1, 29), indicando con una metafora alimentare il divieto di cibarsi «del frutto dell'albero che sta nella parte interna del giardino» e che dà la conoscenza del bene e del male (*Gen* 3, 1-6). Sarà la rottura della fiducia tra Dio e l'uomo a indurre un cambiamento. L'uomo dopo essersi «cibato» del frutto del bene e del male, scacciato dall'Eden si allontanerà sempre di più dal suo stato di grazia iniziale fino al diluvio universale,

*Il cibo dell'anima*, Milano 2013; E. PACE, *Sfere religiose del gusto*, in *Cibo, cultura, identità*, a cura di F. Neresini, V. Rettore, Roma 2008, p. 23 ss. Relativamente al ruolo del cibo nelle principali religioni, oltre ai saggi presenti in questo volume, i contributi proposti nella Prima parte di *Cibo, religione e diritto*, cit., intitolata *Le regole alimentari delle religioni*, con contributi di L. De Gregorio, L. Ascanio, S. Dazzetti, M.R. Piccinni, T. Rimoldi, A. Pelissero, M. Salani, pp. 81-232.

6. Cfr. L. DE GREGORIO, *Le regole alimentari nel diritto canonico*, in *Cibo, religione e diritto*, cit., p. 83.

7. In proposito si veda G. BONI, *Digiuno e astinenza in diritto canonico. "Residui" di una pratica religiosa dei secoli passati?*, in «Ephemerides Juris Canonici», 54 (2014), p. 120 ss.

8. Jan Vermeer, *Cristo in casa di Marta e Maria* (1656), Edimburgo, National Gallery of Scotland, visionabile all'indirizzo internet [bit.ly/CristoMartaMaria](http://bit.ly/CristoMartaMaria).

quando rischierà di soccombere. L'arca e Noè lo porteranno in salvo e con Noè e la sua discendenza Dio stipulerà un nuovo patto – quello dell'arcobaleno – che sarà anche alimentare; così nel postdiluvio, rinnovando l'alleanza con gli uomini, integrerà la prima regola con l'aggiunta delle carni: «quanto si muove e ha vita vi servirà di cibo: vi do tutto questo, come già le verdi erbe» (*Gen 9, 3*).<sup>9</sup> Resta per il Dio degli ebrei e del Vecchio Testamento il divieto del sangue: «Soltanto non mangerete la carne con la sua vita, cioè il suo sangue» (*Gen 9, 4*). È sostanzialmente quello che diventerà la regola per il popolo ebraico, un patto che ha dei limiti, che si gioca tra il puro e l'impuro, il lecito e l'illecito, poi ripreso anche dalla regola alimentare.<sup>10</sup> Quel divieto verrà completamente stravolto – come molti altri insegnamenti dell'Antico Testamento – dalla venuta di Cristo che con il suo messaggio di rottura sentenzierà: «Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà più fame e chi crede in me non avrà più sete» (*Gv 6, 35*) e il racconto di Giovanni di *Gesù nella sinagoga di Cafarnaò* verrà coerentemente raffigurato da Ugolino di prete Ilario nell'affresco nella cappella del Corporale del Duomo di Orvieto.<sup>11</sup> E Gesù incalzante contrappone il Vecchio al Nuovo Patto:

I vostri padri hanno mangiato la manna del deserto e sono morti. Questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia. Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo. E allora ecco che i giudei ovviamente si rivoltarono rispetto a questa affermazione. Gesù disse loro in verità io vi dico se non mangiate la carne del figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete in voi la vita. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue dimora in me e io in lui (*Gv 6, 48-56*).

9. Una lettura della Bibbia e particolarmente del Pentateuco nella prospettiva della legislazione alimentare in L. CARRARA, *Intorno alla tavola. Cibo da leggere, cibo da mangiare*, Torino 2013, pp. 3-22; inoltre G.C. PAGAZZI, *La cucina del Risorto. Gesù cuoco per l'umanità affamata*, Bologna 2014, p. 17 ss.; G. RAVASI, *Siamo quel che mangiamo? Un lessico del cibo tra Scrittura e cultura*, Bologna 2015, p. 9 ss.; L. BRESSAN, *Dio ci invita alla sua tavola. Idee e domande di fede verso Expo 2015*, Bologna 2015, pp. 25-26.

10. In proposito S. DAZZETTI, *Le regole alimentari nella tradizione ebraica*, in *Cibo, religione e diritto*, cit., p. 133 ss.

11. Visionabile all'indirizzo internet [bit.ly/UgolinoCafarnaò](http://bit.ly/UgolinoCafarnaò). In proposito G. LAFONT, *Eucaristia. Il pasto e la parola*, Torino 2015, particolarmente il capitolo quinto *Corpo e sangue*, p. 139 ss.; vedi anche M. SALANI, *Cristianesimo e cibo. Il paradigma della libertà alimentare cristiana: dalla pluralità gastronomica al pane e al vino eucaristici*, in *Religione come cibo e cibo come religione*, a cura di O. Marchisio, Milano 2004, p. 19 ss.

Una comunione (*koinonia*) portatrice di grazia (*eucarestia*) nel segno, come ricorda l'Apostolo Paolo, di una più ampia fratellanza: «noi pur essendo molti, siamo un corpo solo: tutti infatti partecipiamo a un unico pane» (1 Cor 10, 16-17).<sup>12</sup>

Si abbandona totalmente la materialità per dare vita semplicemente a un riferimento spirituale. E non a caso, nella cappella del Duomo di Orvieto, la riproposizione di *Gesù nella sinagoga di Cafarnao* è seguita da un'ultima cena, che è la quintessenza della trasposizione. Una cena che nasce ebraica e culmina nella rottura della trasformazione del pane e del vino nel corpo e nel sangue di Cristo. Una sublimazione che è nello stesso tempo l'affermazione della prima regola: mangiare tutto (l'assenza di regole); della seconda regola: mangiare con tutti, nel ricordo della vita di Gesù che amava vivere e incontrare le persone e mangiare insieme a loro e nelle loro case; e della terza regola: ringraziare Dio, perché con il pasto spirituale del «pane disceso dal cielo, non come quello che mangiarono i padri vostri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno» (*Gv 6, 58*).<sup>13</sup>

Dunque, da “vegetariani” a “mangiatori di Dio”, un Dio che mangia con tutti e invita alla mensa. Forse ancora di più, come si intravede dalla lettura del passo di Giovanni della pesca miracolosa sul lago di Tiberiade.<sup>14</sup> Pietro e gli apostoli al rientro dalla ricca pesca, dopo l'invito di Gesù a tornare a gettare le reti, trovano il Maestro ad aspettarli:

appena scesi a terra videro un fuoco di brace con del pesce sopra e del pane [...] Gesù disse loro: «Venite a mangiare». E nessuno dei discepoli osava domandarli: «Chi sei?», perché sapevano bene che era il Signore (*Gv 21, 28-32*).

Gesù che nel ricongiungersi ai discepoli, con un atto di vero amore umano, cucina per loro e li attende per mangiare ancora una volta insieme. Ecco la regola della convivialità. L'atto del cibarsi da atto esclusivo per antonomasia – mangio per me e imbocco dentro di me – nella partecipazione dunque “includendo”, capovolge il senso di questo momento di egoismo trasformandolo in un tempo inclusivo per eccellenza. Cucinare per amore, ma anche per condividere i momenti di dolore. Basti ricordare

12. Cfr. RAVASI, *Siamo quel che mangiamo?*, cit., pp. 18-19.

13. Per MANICARDI, *Per una teologia alimentare*, cit., p. 21, il credente mangia dopo aver pregato e «l'azione di grazie è il movimento, così centrale nel cristianesimo, che consente all'agire dell'uomo di non cadere nell'idolatria e nel consumo ma di restare nella comunione»; mentre DE GREGORIO, *Le regole alimentari nel diritto canonico*, cit., p. 85, sottolinea come il ringraziare Dio ai pasti è «soprattutto per ricordare il legame che Dio ha avere con l'uomo, l'alleanza, sempre attuale, gratuitamente offerta a quest'ultimo».

14. In proposito cfr. PAGAZZI, *La cucina del Risorto*, cit., p. 42 ss.

la consuetudine di occuparsi del pasto dei parenti dei defunti nei giorni del lutto. Per la visione cristiana il mangiare con tutti assume un senso di pienezza nell'amore.<sup>15</sup> Ancora più grande se completato dal gesto di cucinare per gli altri.<sup>16</sup>

E non a caso questo passo evangelico della pesca miracolosa che termina con un banchetto è stato proposto di recente a chiusura del documento finale della XVI Assemblea generale ordinaria del Sinodo dei vescovi (2-27 ottobre 2024), *Per una Chiesa sinodale: comunione, partecipazione, missione*:

Mangiando con i Suoi, dopo che essi lo avevano abbandonato e rinnegato, il Risorto apre di nuovo lo spazio della comunione e imprime per sempre nei discepoli il marchio di una misericordia che spalanca al futuro. Per questo, i testimoni della Pasqua si qualificheranno così: «Noi che abbiamo mangiato e bevuto con lui dopo la sua risurrezione dai morti» (At 10, 41).<sup>17</sup>

## 2. Le regole su astinenza e digiuno nell'ordinamento giuridico della Chiesa

Nella tradizione cristiana non è presente l'idea di sacrificio, sostituita da quella di penitenza, un elemento che per l'ordinamento canonico trova una sua radice nel diritto divino positivo rivelato. La fonte è rintracciabile nella scelta di Gesù prima di avviare la sua attività nel secolo a diffondere il suo pensiero di ritirarsi nel deserto per fare una contrizione non solo spirituale ma anche materiale pregando e digiunando. Prendendo spunto da questa notazione è possibile inquadrare la struttura giuridica oggi vigente delle regole alimentari all'interno dell'ordinamento canonico.

15. Laura De Gregorio (*Le regole alimentari nel diritto canonico*, cit., p. 84) ricorda che Gesù è sempre aperto all'offerta di sedere a mensa con gli altri «i "buoni" (gli sposi di Cana, le sorelle di Betania) e i "cattivi" (pubblicani, peccatori)». La condivisione è quindi tratto caratteristico che Gesù trasmette anche ai discepoli invitandoli a fare lo stesso.

16. In proposito A. SCHUBERT, *Pasto divino. Storia culinaria dell'eucarestia*, Roma 2019, p. 25 ss., nel ricostruire il culto del pasto nel cristianesimo delle origini, ricorda come ciascuno dei membri delle prime comunità cristiane quando si riunivano per il pasto eucaristico portava qualcosa da condividere, in una agape che culminava nel ricordo dello spezzare il pane e del versare il vino.

17. #synod24 – Documento Finale della Seconda Sessione della XVI Assemblea Generale Ordinaria del Sinodo dei Vescovi (2-27 ottobre 2024), *Per una Chiesa sinodale: comunione, partecipazione, missione*, 26.10.2024, n. 152, si può leggere all'indirizzo internet [bit.ly/4gwRjI8](https://bit.ly/4gwRjI8).

Tralasciando quella che è la tradizione, avvicinandoci ai nostri giorni, dobbiamo prendere le mosse dalla Costituzione Apostolica *Paenitemini* promulgata da Paolo VI nel febbraio 1966<sup>18</sup> che sviluppa il pensiero conciliare proposto dalla Costituzione sulla Sacra liturgia *Sacrosanctum Concilium*<sup>19</sup> (in particolare ai numeri 109 e 110 dedicati alla Quaresima).<sup>20</sup>

Nel riaffermare il primato dei valori religiosi e soprannaturali della penitenza, la Costituzione *Paenitemini* ribadisce che la Chiesa:

nonostante abbia sempre tutelato in modo particolare l'astinenza dalle carni e il digiuno, vuole tuttavia indicare nella triade tradizionale «preghiera, digiuno, opere di carità» i modi principali per ottemperare al precetto divino della penitenza. Preso atto, comunque, che nel contesto attuale è opportuno tenere conto della «esigenze dei diversi luoghi» afferma che «là dove è maggiore il benessere economico», si dovrà piuttosto dare una testimonianza di asceti e di carità. Dunque, pur mantenendo «la consuetudine (osservata per tanti secoli con norme canoniche) di esercitare la penitenza anche mediante l'astinenza dalle carni e il digiuno» dove le Conferenze episcopali lo riterranno opportuno sarà possibile «sostituire l'osservanza della astinenza dalla carne e del digiuno con esercizi di preghiera e opere di carità». <sup>21</sup>

Ribadito che «per legge divina tutti i fedeli sono tenuti a far penitenza» vengono quindi individuati «alcuni giorni e tempi penitenziali» e riordinate le precedenti disposizioni stabilendo che: il tempo di Quaresima conserva il suo carattere penitenziale; che tutti i venerdì dell'anno e il Mercoledì delle Ceneri o il primo giorno della Grande Quaresima, secondo i riti, sono giorni di penitenza, da osservarsi obbligatoriamente; che saranno giorni di astinenza – durante i quali è proibito l'uso delle carni, non però delle uova, dei latticini e di qualsiasi condimento anche di grasso di animale – tutti i venerdì che non cadono in feste di precetto; mentre dovrà osservarsi l'astinenza e il digiuno – che impone durante la giornata un unico pasto, ma non proibisce di prendere un po' di cibo al mattino e alla sera, attenendosi, per la quantità e la qualità, alle consuetudini locali approvate – il Mercoledì delle Ceneri, o in ragione dei riti (come nel caso del rito Ambrosiano) nel primo giorno della Grande Quaresima, e nel ve-

18. PAOLO VI, Costituzione apostolica *Paenitemini*, 17/02/1966, si può leggere all'indirizzo internet [bit.ly/paenitemini](http://bit.ly/paenitemini).

19. PAOLO VI, Costituzione sulla Sacra Liturgia *Sacrosanctum Concilium*, 4 dicembre 1963, si può leggere all'indirizzo internet [bit.ly/sacrosanctum\\_concilium](http://bit.ly/sacrosanctum_concilium).

20. In generale sui due documenti DE GREGORIO, *Le regole alimentari nel diritto canonico*, cit., p. 86 ss.; BONI, *Digiuno e astinenza in diritto canonico*, cit., p. 126 ss.

21. PAOLO VI, Costituzione apostolica *Paenitemini*, cit.

nerdi della Passione e Morte di Gesù Cristo. Infine, vengono individuati come soggetti tenuti all'astinenza i fedeli che abbiano compiuto i quattordici anni, mentre sono vincolati al digiuno i fedeli ricompresi tra i ventuno e i sessant'anni.<sup>22</sup>

Il Decreto conciliare *Christus Dominus*, circa il ministero pastorale dei Vescovi<sup>23</sup> (n. 38, 4) ha inoltre attribuito alle Conferenze episcopali il potere di:

- trasferire, per giusta causa, i giorni di penitenza, tenendo sempre conto del tempo quaresimale;
- sostituire, del tutto o in parte, l'astinenza e il digiuno con altre forme di penitenza, specialmente con opere di carità ed esercizi di pietà.<sup>24</sup>

Il successivo Codice di Diritto canonico promulgato nel 1983 nel Libro IV ai canoni 1294 e seguenti ha ripreso e attuato il contenuto della Costituzione *Paenitemini*, il can. 1253 ha inoltre confermato le competenze attribuite alle Conferenze episcopali precisando che esse possono «determinare ulteriormente l'osservanza del digiuno e dell'astinenza, come pure sostituirvi, in tutto o in parte, altre forme di penitenza, soprattutto opere di carità ed esercizi di pietà».<sup>25</sup>

In questo senso è intervenuta anche la Conferenza Episcopale Italiana con la Nota pastorale *Il senso cristiano del digiuno e dell'astinenza* del 4 ottobre 1994,<sup>26</sup> documento in linea con quanto già stabilito dalla Costituzione

22. Questa regola di diritto umano potrebbe essere oggi ripensata dalle Conferenze episcopali tenendo in considerazione le aspettative di vita nei singoli Paesi: in proposito BONI, *Digiuno e astinenza in diritto canonico*, cit., p. 116 e D. MUSSONE, *L'eucarestia nel Codice di Diritto canonico. Commento ai can. 597-958*, Città del Vaticano 2022, p. 97.

23. PAOLO VI, Decreto sulla missione pastorale dei Vescovi nella Chiesa *Christus Dominus*, 28 ottobre 1965, il documento si può leggere all'indirizzo internet [bit.ly/ChristusDominus](http://bit.ly/ChristusDominus).

24. Nelle Chiese cattoliche di rito orientale, secondo quanto stabilito dal Decreto conciliare *De Ecclesiis orientalibus catholicis*, 21 novembre 1964, n. 21 spetta al Patriarca insieme con il Sinodo o alla suprema Autorità di ogni Chiesa insieme con il Concilio dei Gerarchi il diritto di determinare i giorni di digiuno e di astinenza.

25. Cfr. BONI, *Digiuno e astinenza in diritto canonico*, cit., p. 119, che segnala come la facoltà di cui al can. 1253 si è estesa nell'offerta della sostituzione dell'astinenza dalla carne del venerdì con altre mortificazioni o opere di pietà come ad esempio: l'astensione dal fumo o dagli alcolici, o da alcuni spettacoli, o nella sostituzione con visite ai malati, ai poveri, ecc.

26. CONFERENZA EPISCOPALE ITALIANA, Nota pastorale *Il senso cristiano del digiuno e dell'astinenza*, 4 ottobre 1994, in Notiziario della CEI, 21 ottobre 1994, n. 6, p. 197 ss.; il documento può essere letto all'indirizzo internet [bit.ly/4fdxdlle](http://bit.ly/4fdxdlle).

*Paenitemini* e dal Codice di Diritto canonico del 1983, che sottolinea come nel riprendere

la pratica e il valore del digiuno in uso presso il popolo di Israele, Gesù ne afferma con forza il significato essenzialmente interiore e religioso, e rifiuta pertanto gli atteggiamenti puramente esteriori e “ipocriti” (cfr. *Mt* 6, 1-6.16-18).

E ribadisce con chiarezza il rifiuto della contrapposizione tra puro e impuro, confermando che

per il cristiano l’astinenza non nasce dal rifiuto di alcuni cibi come se fossero cattivi: egli accoglie l’insegnamento di Gesù, per il quale non esistono né cibi proibiti né osservanze di semplice purità legale: «Non c’è nulla fuori dell’uomo che, entrando in lui, possa contaminarlo; sono invece le cose che escono dall’uomo a contaminarlo» (*Mc* 7, 15).

Anche perciò continua la Nota: «diventa sempre più necessario riscoprire e riaffermare con chiarezza l’originalità del digiuno e dell’astinenza cristiani» e il valore sociale e comunitario in ragione del quale chiamato «alla penitenza non è solo il singolo credente, ma l’intera comunità dei discepoli di Cristo». E da ciò anche l’esigenza di immaginare “nuove forme penitenziali”, riconoscendo che

Le profonde trasformazioni sociali e culturali, che segnano i costumi di vita del nostro tempo, rendono problematici, se non addirittura anacronistici e superati, usi e abitudini di vita fino a ieri da tutti accettati. Per la pratica dell’astinenza, si pensi alla distinzione tra cibi *magri* e cibi *grassi*: una simile distinzione porta in sé il rischio di allontanarsi da quella sobrietà che appartiene al genuino spirito penitenziale e di ricercare di fatto cibi particolarmente raffinati e costosi, che di per sé non contrastano con le norme tradizionali fissate dalla Chiesa.<sup>27</sup>

Dunque, per questo tempo caratterizzato da un consumo alimentare che spesso giunge allo spreco e da una corsa sovente sfrenata verso spese voluttuarie, il problema del digiuno e dell’astinenza si collega, a suo modo, con il problema della giustizia sociale e della solidale condivisione dei beni su scala nazionale e mondiale. E deve «diventare un segno concreto di comunione con chi soffre la fame, e una forma di condivisione e di aiuto con chi si sforza di costruire una vita sociale più giusta e umana».<sup>28</sup>

27. CONFERENZA EPISCOPALE ITALIANA, Nota pastorale *Il senso cristiano del digiuno e dell’astinenza*, cit., p. 208.

28. Ivi, pp. 209-211. In proposito cfr. BONI, *Digiuno e astinenza in diritto canonico*, cit., p. 131.

Il documento della Conferenza Episcopale Italiana<sup>29</sup> chiude con delle *disposizioni normative* (n. 13),<sup>30</sup> che sono da ritenersi diritto particolare per la Chiesa italiana, e degli *orientamenti pastorali* (n. 14).

Come già sottolineato, la scelta a favore di una diversificazione della regola penitenziale del digiuno in ragione del contesto geografico e sociale nel quale attuarlo ha indirizzato le Chiese dei paesi occidentali, e tra queste anche quella italiana, verso nuove modalità di concretizzazione delle disposizioni fino a ora ricordate. Sempre più frequenti si fanno gli inviti pastorali (ma non solo) a sostituire l'astinenza dai cibi all'astinenza da pratiche oggi più voluttuose o di dipendenza quali l'uso dei social o degli smartphone e/o computer (astinenza digitale).<sup>31</sup> È questa una forma di declinazione peni-

29. Come specificato dallo stesso, le disposizioni normative di cui al n. 13 «sono la determinazione della disciplina penitenziale della Chiesa universale, che i canoni 1251 e 1253 del Codice di Diritto canonico affidano alle Conferenze episcopali».

30. Per completezza si riporta il contenuto del n. 13 Nota pastorale *Il senso cristiano del digiuno e dell'astinenza*: «Concludiamo la presente Nota pastorale con le seguenti disposizioni normative, che trovano la loro ispirazione e forza nel canone 1249 del Codice di Diritto canonico: “Per legge divina, tutti i fedeli sono tenuti a fare penitenza, ciascuno a proprio modo; ma perché tutti siano tra loro uniti da una comune osservanza della penitenza, vengono stabiliti dei giorni penitenziali in cui i fedeli attendano in modo speciale alla preghiera, facciano opere di pietà e di carità, sacrificino se stessi compiendo più fedelmente i propri doveri e soprattutto osservando il digiuno e l'astinenza”. Queste disposizioni normative sono la determinazione della disciplina penitenziale della Chiesa universale, che i canoni 1251 e 1253 del Codice di Diritto canonico affidano alle Conferenze episcopali: 1) La legge del digiuno obbliga a fare un unico pasto durante la giornata, ma non proibisce di prendere un po' di cibo al mattino e alla sera, attenendosi, per la quantità e la qualità, alle consuetudini locali approvate. 2) La legge dell'astinenza proibisce l'uso delle carni, come pure dei cibi e delle bevande che, a un prudente giudizio, sono da considerarsi come particolarmente ricercati e costosi. 3) Il digiuno e l'astinenza, nel senso sopra precisato, devono essere osservati il Mercoledì delle Ceneri (o il primo venerdì di Quaresima per il rito ambrosiano) e il Venerdì della Passione e Morte del Signore Nostro Gesù Cristo; sono consigliati il Sabato Santo sino alla Veglia pasquale. 4) L'astinenza deve essere osservata in tutti e singoli i venerdì di Quaresima, a meno che coincidano con un giorno annoverato tra le solennità (come il 19 o il 25 marzo). In tutti gli altri venerdì dell'anno, a meno che coincidano con un giorno annoverato tra le solennità, si deve osservare l'astinenza nel senso detto oppure si deve compiere qualche altra opera di penitenza, di preghiera, di carità. 5) Alla legge del digiuno sono tenuti tutti i maggiorenni fino al 60° anno iniziato; alla legge dell'astinenza coloro che hanno compiuto il 14° anno di età. 6) Dall'osservanza dell'obbligo della legge del digiuno e dell'astinenza può scusare una ragione giusta, come ad esempio la salute. Inoltre, “il parroco, per una giusta causa e conforme alle disposizioni del Vescovo diocesano, può concedere la dispensa dall'obbligo di osservare il giorno [...] di penitenza, oppure commutarlo in altre opere pie; lo stesso può anche il Superiore di un istituto religioso o di una società di vita apostolica, se sono clericali di diritto pontificio, relativamente ai propri sudditi e agli altri che vivono giorno e notte nella loro casa”».

31. Cfr. BONI, *Digiuno e astinenza in diritto canonico*, cit., p. 132.

tenziale nel contesto della società del terzo millennio (che dimostra la capacità di adeguamento del pensiero della Chiesa al cambiamento), ma che non ha mancato di suscitare qualche perplessità.<sup>32</sup>

Senza abdicare all'importanza del digiuno alimentare anche nell'attuale contesto (magari destinando il danaro risparmiato a opere di carità) e anche alla luce di queste forme di modulazione del significato penitenziale del «digiunare mangiando» che è quello che dovrebbe accompagnare nel quotidiano la vita del cristiano, oggi la Chiesa con una nuova consapevolezza può indirizzarsi verso forme di penitenza che favoriscano la conversione ecologica integrale, trasformando atti penitenziali in comportamenti attivi contro lo spreco del cibo e a favore del superamento della fame nel mondo. Scarto e spreco sono i veri peccati mortali per l'umanità.

### 3. Il digiuno eucaristico

Prima di approfondire questa nuova ipotesi di modulazione della regola della penitenza va ricordata un'altra forma di digiuno regolamentato che trova comunque un suo fondamento, anche se di diversa natura, nella comune indicazione del «mangiare il corpo del Signore».<sup>33</sup> Regolata dal Codice di Diritto canonico del 1983 al canone 919 quella del «digiuno eucaristico», ovvero dell'obbligo di astensione dal cibo per i fedeli che intendono accostarsi all'eucarestia, è regola che trova il suo senso non già nelle indicazioni penitenziali (già ricordate), quanto nel «doveroso tributo di onore al divin Redentore».<sup>34</sup> Secondo la prima codificazione canonica del 1917, che riproponeva una regola a *immemorabili*, era vietato accostarsi all'eucarestia senza il rispetto del digiuno dalla mezzanotte precedente (cann. 808 e 858 §1). Era possibile ottenere dispensa personale dalla Santa Sede per il tramite degli ordinari del luogo, possibilità che aveva innestato un moltiplicarsi

32. In tal senso BONI, *Digiuno e astinenza in diritto canonico*, cit., p. 133, per la quale «la rimozione o comunque il “ridimensionamento” del digiuno e dell'astinenza “classici” abbiano in qualche caso contribuito a fomentare un alone di ambiguità intorno all'ambito e all'imperatività morale e prettamente giuridica dei precetti canonici: generando talora una nebulosa e anarchica pratica penitenziale rimessa in qualche modo alla spontanea inventiva e all'opzione individuale».

33. Per un approfondimento teologico MANICARDI, *Per una teologia alimentare*, cit., p. 22 ss.

34. Così PIO XII con la Costituzione apostolica *Christus dominus* a proposito della disciplina da osservare circa il digiuno eucaristico, 6 gennaio 1953, disponibile all'indirizzo internet [bit.ly/PioXII\\_Christusdominus](http://bit.ly/PioXII_Christusdominus). In proposito DE GREGORIO, *Le regole alimentari nel diritto canonico*, cit., p. 94; BONI, *Digiuno e astinenza in diritto canonico*, cit., p. 129.

di provvedimenti in tal senso. La questione riguardava anche la celebrazione eucaristica da parte dei sacerdoti e per un insieme di opportunità viene rimodulata, nel senso di una minore rigidità, già da Pio XII negli anni Cinquanta con Costituzione apostolica *Christus dominus* del 6 gennaio 1953 e successivamente con il Motu proprio *Sacram Communionem* del 19 marzo 1957 con una riduzione dell'obbligo di digiuno a tre ore per i cibi e le bevande alcoliche e a uno per quelle non alcoliche.<sup>35</sup>

Il can. 919 nel 1983 ha disposto al §1 per i fedeli che intendono ricevere l'Eucarestia l'astenersi «per lo spazio di almeno un'ora prima della sacra comunione da qualunque cibo o bevanda, fatta eccezione soltanto per l'acqua e le medicine», precisando al §3 che «gli anziani, coloro che sono affetti da qualche infermità e le persone addette alle loro cure, possono ricevere la santissima Eucarestia anche se hanno preso qualcosa entro l'ora antecedente». Quanto invece ai sacerdoti che si trovino a celebrare più volte la santissima Eucarestia nello stesso giorno, ai sensi del §3 possono «prendere qualcosa prima della seconda o terza celebrazione, anche se non sarà intercorso lo spazio di un'ora».

#### 4. Un nuovo patto alimentare con Dio per la cura del creato

È dunque forse oggi il tempo di un nuovo patto alimentare tra Dio e l'uomo nel segno del rispetto per l'ambiente e per le creature che vi abitano.

Si ritorna così alla Genesi, in particolar modo al Secondo Libro, il più antico:

Poi il Signore Dio piantò un giardino in Eden, a Oriente, e vi collocò l'uomo che aveva plasmato. Il Signore Dio fece germogliare dal suo suolo ogni sorta di alberi graditi alla vista e buoni da mangiare, tra cui l'albero della vita, in mezzo al giardino e l'albero della conoscenza del bene e del male (2, 8-9). [...]

Il Signore Dio prese l'uomo e lo pose nel giardino di Eden perché lo coltivasse e lo custodisse (2, 15).

Il racconto è certamente evocativo di un'immagine armonica in cui l'essere umano e la natura vivono in una sincronia perfetta nella cornice di una relazione in cui uno sembra non poter stare senza l'altra con evidenti riflessi sul piano alimentare.

Il registro cambia il tono dopo il mancato rispetto dell'indicazione di ciò che deve essere il comportamento dell'uomo. Nel Primo Libro della Genesi,

35. Cfr. BONI, *Digiuno e astinenza in diritto canonico*, cit., p. 129.

il più recente, Dio parla di dominio, di uso del creato come se lo stesso fosse stato donato alla potenza dell'essere umano (*ius utendi, abutendi, destruendi*), dando una precisa istruzione rispetto a ciò che deve costituire il nutrimento, non solo dell'umanità, ma delle altre creature:

«Ecco, io vi do ogni erba che produce seme e che è su tutta la terra e ogni albero in cui è il frutto, che produce seme: saranno il vostro cibo. A tutte le bestie selvatiche, a tutti gli uccelli del cielo e a tutti gli esseri che strisciano sulla terra e nei quali è alito di vita, io do in cibo ogni erba verde». E così avvenne (1, 26-3).<sup>36</sup>

Prima del peccato l'affido del creato alla custodia dell'uomo, dopo il peccato il dominio. Forse oggi siamo pronti per un nuovo patto alimentare con Dio: un patto che nella custodia del creato dia senso anche alle scelte alimentari. Papa Giovanni Paolo II descrive bene questo passaggio, dapprima proposto come una forma di redenzione strutturata su un interessante parallelismo tra la caducità cui è sottoposto il mondo a seguito del peccato e la caducità della creazione determinata dalla crisi ambientale,<sup>37</sup> poi come una conversione ecologica che dalla cura della natura comporta il superamento della fame nel mondo, tanto materiale, quanto spirituale.<sup>38</sup>

Da questo punto di vista è tuttavia il pensiero di papa Francesco a essere determinante in modo particolare, nel suo così detto vangelo ecologico: la Lettera enciclica *Laudato si'*. *Per la cura della casa comune*,<sup>39</sup> un documento sociale, come dichiara lui stesso,<sup>40</sup> in cui viene costruito e offerto lo schema per la vera conversione ecologica.

A quest'ultima Francesco giunge proprio tramite la rilettura dei due Li-

36. Nella ricchissima bibliografia che si sofferma sui citati passaggi mi limito a segnalare la pubblicazione a cura dell'Ufficio Nazionale per i problemi sociali e il lavoro della CEI e del Servizio nazionale per il progetto culturale della CEI, *Custodire il creato. Teologia, etica e pastorale*, Bologna 2013.

37. Cfr. GIOVANNI PAOLO II, Lettera enciclica *Redemptor hominis* (spec. n. 8) del 4 marzo 1979, disponibile all'indirizzo internet [bit.ly/Redemptorhominis](http://bit.ly/Redemptorhominis).

38. Sul punto G. MAZZONI, *Ordinamento canonico e pensiero ecologico. La cura della casa comune tra magistero pontificio e sinodalità*, Soveria Manelli 2024, pp. 61-73 con ampi riferimenti bibliografici.

39. Per una ricostruzione cfr. F. CHICA ARELLANO, *La terra al centro. L'insegnamento di Papa Francesco su fame e sicurezza alimentare*, in «Il Regno – Attualità», 5 (2015), pp. 308-312; dello stesso autore cfr. il contributo in *Lotta alla fame e conversione ecologica. L'appello della Laudato si' per un'agricoltura sostenibile*, a cura di A. Bellocq, Roma 2015, p. 21 ss.; in proposito ampiamente Mazzoni, *Ordinamento canonico e pensiero ecologico*, cit., pp. 106-130.

40. Lo precisa FRANCESCO nel dialogo con Carlo Petrini del 30 maggio 2018, pubblicato in C. PETRINI, *Terrafutura. Dialoghi con Francesco sull'ecologia integrale*, Firenze-Milano 2020, p. 31.

bri della Genesi che riporta il convinto e marcato antropocentrismo cattolico nei termini di un «*antropocentrismo situato*», come meglio lo descriverà qualche anno più tardi nella sua Esortazione apostolica *Laudate deum*.<sup>41</sup> Il ruolo dell'uomo, vertice e coronamento dell'intera creazione, viene ridisegnato calibrandolo sul concetto di "affidamento", in linea con le più recenti analisi teologiche rette sullo studio esegetico di alcuni dei termini che connotano il racconto della Creazione (quello del Primo Libro, in particolare). Da *dominatore* a *custode*: è proprio il suo essere immagine di Dio che lo rende amministratore responsabile del dono che il Creatore gli ha assegnato (la Terra e le sue risorse). L'«affidamento della terra all'uomo» che è condizione primordiale della signoria, della cura e della *stewardship*.<sup>42</sup>

È nell'atteggiamento di cura del creato, delle creature ma anche dei suoi simili (come bene descritto nella successiva Enciclica *Fratelli tutti*) che viene a incardinarsi un equilibrio sul quale si edifica un nuovo compito per l'umanità rispetto alla casa comune.

Se, come ricordato da papa Francesco nel *Messaggio per la Giornata Mondiale dell'Alimentazione* del 2019 «è necessaria una conversione del nostro modo di agire, e la nutrizione è un importante punto di partenza. Viviamo grazie ai frutti del creato e questi non possono essere ridotti a mero oggetto di uso e di dominio», allora è possibile, se non necessario, ricondurre anche nel quadro del significato cristiano della penitenza il dovere di cura del creato, immaginando azioni penitenziali in tale direzione. Proponendo ai fedeli modalità di *digiuno proattivo*, che nel segno dell'attenzione per la costruzione di «nuovi modelli di sviluppo basati sulla cura della nostra casa e famiglia comune, grazie a un'umanità consapevole di essere amministratrice responsabile della Terra»,<sup>43</sup> indirizzino verso una conversione ecologica integrale anche dal punto di vista alimentare.

41. Un antropocentrismo che riconosce come la vita umana sia «incomprensibile e insostenibile senza le altre creature. Infatti, "noi tutti esseri dell'universo siamo uniti da legami invisibili e formiamo una sorta di famiglia universale, una comunione sublime che ci spinge a un rispetto sacro, amorevole e umile"». Cfr. FRANCESCO, Esortazione apostolica *Laudate deum*, n. 67 (disponibile anch'essa al sito [www.vatican.va](http://www.vatican.va)).

42. Cfr. P. SEQUERI, *Custode non tiranno*, Bologna 2014, p. 14 ss. Sul punto anche U. SARTORIO, *Tutto è connesso: percorsi e temi di ecologia integrale nella Laudato si'*, Bologna 2015, p. 38 ss., e N. ROTUNDO, *Verso un'ecologia economica. Riflessioni a partire dalla Laudato si'*, in *L'uomo al centro. Per un'ecologia integrata*, a cura di N. Rotundo, Soveria Mannelli 2021, p. 18 ss.

43. F. CHICA ARELLANO, *Ecologia integrale e diplomazia dei valori. La Santa Sede per l'alimentazione dell'umanità*, Soveria Mannelli 2024.

# Alimentarsi in *halal*

Jihane Benarafa

Dis-moi ce que tu manges, je te dirai ce que tu es.

Jean-Anthelme Brillat-Savarin <sup>1</sup>

SOMMARIO: 1. Cibo e religione: una questione spirituale? – 2. Vivere e mangiare *halal*: una questione identitaria – 3. Il cibo *halal* nel mercato occidentale – 4. Riflessioni di sintesi.

1. J.-A. BRILLAT-SAVARIN, *Physiologie du goût, ou méditations de gastronomie transcendante*, Paris 1825. Il legame che esiste tra religione e cibo è uno dei temi ampiamente sviluppati nella bibliografia specialistica. Per un quadro bibliografico si vedano M. SALANI, *A tavola con le religioni*, Bologna 2000; *Religione come cibo e cibo come religione*, a cura di O. Marchisio, Milano 2004; L. ZAOUALI, *L'Islam a tavola. Dal medioevo ad oggi*, Roma-Bari 2004; D. PAVANELLO, *Cibo per l'anima. Il significato delle prescrizioni alimentari nelle grandi religioni*, Roma 2006; *Cibo e conflitti*, a cura di E. Pellicchia, Roma 2010; G. FILORAMO, *A tavola con le religioni*, in «Quaderni di diritto e politica ecclesiastica», XVII (2014), pp. 17-32; M. RICCA, *Sapore, sapere del mondo. Tradizioni religiose e traduzioni dei codici alimentari*, in «Quaderni di diritto e politica ecclesiastica», XVII (2014), pp. 33-66; V. PACILLO, *Nutrire l'anima. Cibo, diritto e religione*, in «Quaderni di diritto e politica ecclesiastica», XVII (2014), pp. 3-16; G. BRUNORI, L. DVORTSIN, *Sicurezza alimentare e religione*, in «Quaderni di diritto e politica ecclesiastica», XVII (2014), pp. 125-138; A. FUCILLO, *Saziare le anime nutrendo il pianeta? Cibo, religioni, mercati*, in *Cibo, religione e diritto. Nutrimento per il corpo e per l'anima*, a cura di A.G. Chizzoniti, Tricase 2015; nello stesso volume si vedano A.G. CHIZZONITI, *La tutela della diversità, cibo, diritto e religione*; L. De GREGORIO, *Alimentazione e religione: la prospettiva cristiano-cattolica*; L. ASCANIO, *Le regole alimentari nel diritto musulmano*; S. DAZZETTI, *Le regole alimentari nella tradizione ebraica*; M.R. PICCINNI, *Il rapporto tra alimentazione e religione nella tradizione cristiano-ortodossa*; T. RIMOLDI, *Gli avventisti del 7° giorno: la Chiesa della Health Reform*; A. CESERANI, *Cibo "religioso" e diritto: a margine di quattro recenti pubblicazioni*, in «Quaderni di diritto e politica ecclesiastica», XIX (2016), pp. 369-384; F. ALICINO, *Cibo e religione nell'età dei diritti e della diversità culturale*, in «Parolechiave», 58 (2017), pp. 173-186; C. FERLAN, *Cibo sacro. Questioni alimentari nella storia delle religioni*, in «Annali dell'Istituto storico italo-germanico in Trento, Jahrbuch des italienisch-deutschen historischen Instituts in Trient», 44 (2018), pp. 183-204.

## 1. Cibo e religione: una questione spirituale?

Il cibarsi è uno dei comportamenti più ricchi di significato “antropologico”.<sup>2</sup> Si tratta di un’azione frutto di abitudini radicate nel tempo, che riflettono elementi storici, tradizioni culturali e religiose, di norma tramandate di generazione in generazione. Il cibo che si mangia in tenera età, così come le tradizioni che lo circondano, contribuisce alla formazione della identità delle persone, dal primo giorno di vita sino alla morte, svolgendo così una funzione significativa per lo sviluppo delle narrazioni personali.<sup>3</sup> Non di meno, il cibo rappresenta un’espressione di solidarietà sociale e culturale che forgia l’identità dell’individuo e permette allo stesso di identificarsi con ciò che consuma.<sup>4</sup>

In molte tradizioni, tra cibo e religione sussiste un legame antico e indissolubile, dove l’atto di alimentarsi non è solo un gesto meccanico o funzionale ma anche uno strumento significativo per la connessione tra individuo e spiritualità. Invero, in molte tradizioni le persone sono state definite avendo in considerazione ciò che mangiavano, e il cibo o l’astinenza da esso è stato utilizzato per rimarcare determinati ruoli sociali, si pensi ad esempio alle attività di venerazione o alla cura di disturbi fisici e spirituali.<sup>5</sup>

La “spiritualità alimentare” è un concetto complesso. Esso sottolinea come il nutrimento possa essere un veicolo di consapevolezza, meditazione e trasformazione interiore. In diverse tradizioni, come il buddhismo e l’induismo, il consumo di cibo è spesso accompagnato da rituali o preghiere che mirano a trasformare questo atto quotidiano in un’occasione per dimostrare gratitudine, compassione e rispetto per la vita e l’universo.<sup>6</sup>

2. Cfr. D. LE BRETON, *Il sapore del mondo. Un’antropologia dei sensi*, Milano 2007; M. RICCA, *Pantheon. Agenda della laicità interculturale*, Palermo 2012, p. 387.

3. Cfr. P. FIELDHOUSE, *Food and nutrition: customs and culture*, New York 2013.

4. Cfr. D. THOMPSON, B. McDONALD, *What food is “Good” for you? Toward a pragmatic consideration of multiple values domains*, in «Journal of Agricultural and Environmental Ethics», 26 (2013), pp. 137-163.

5. Cfr. M. CILIONE, V. GAZZANIGA, *Nutrire per guarire. Cibo, equilibrio umorale e salute psichica nel mondo antico*, in «Psiche», X (2023), pp. 221-232.

6. Ai tempi dei Maya, i rituali alimentari comportavano obblighi spirituali e relazioni sociali che facilitavano la comunione quando si trattava di “nutrire” le loro entità spirituali; si veda C.T. MOREHART, N. BUTLER, *Ritual exchange and the fourth obligation: ancient Maya food offering and the flexible materiality of ritual*, in «Journal of the Royal Anthropological Institute», 16 (2010), pp. 588-608; A. PELISSERO, *Assiologia dell’alimentazione nell’induismo*, in «Quaderni di diritto e politica ecclesiastica», XVII (2014), pp. 67-80; A. D’ALESSANDRO, *Cibo, precetti e pratica religiosa nel buddismo occidentale. Il buddismo di Nichiren Daishonin e la Soka Gakkai International*, in «Quaderni di diritto e politica ecclesiastica», XVII (2014), pp. 97-124.

Il vegetarianismo o il veganismo, scelte alimentari etiche, possono riflettere la volontà di evitare la sofferenza degli animali, rappresentando un legame sottile che connette tutte le forme di vita. Parallelamente, la consapevolezza alimentare – mangiare con attenzione e gratitudine – invita a vivere il presente e a riconoscere il valore intrinseco del cibo, collegando il nutrimento del corpo a quello dell'anima.<sup>7</sup>

Le abitudini alimentari di un popolo sono certamente una parte fondamentale della cultura dello stesso, ed è proprio per questo che tali modalità sono capaci di condizionare le abitudini e quindi le scelte delle persone sia come singoli sia come parte del mercato (e nel mercato).<sup>8</sup>

Le religioni, generalmente, giocano un ruolo cruciale in questo panorama, imponendo norme alimentari rinvenute nelle diverse tradizioni e riti. La forza di queste norme può variare, o meglio oscillare tra semplici consigli e obblighi rigorosi per i fedeli. Ad esempio: alla sacralità del momento dell'alimentazione consegue di norma (per i musulmani) la raccomandazione di citare il nome di Allah all'inizio e alla fine del pasto, nonché di seguire precise regole nel servirsi il cibo, come usare la mano destra e mangiare e bere senza eccesso.<sup>9</sup>

La possibilità di aderire a queste norme religiose in ambito alimentare rientra nel più ampio diritto alla libertà religiosa, identificabile come libertà religiosa alimentare che include il diritto di alimentarsi secondo il proprio credo rientrando nell'ambito di applicazione dell'art. 9 CEDU.<sup>10</sup> Le regole alimentari religiose non si circoscrivono alla sfera privata di un individuo,

7. Cfr. A.S. SALONEN, *Living and dealing with food in an affluent society. A case for the study of lived (non) Religion*, in «Religions», 9 (2018), pp. 1-15.

8. Si veda in merito A. FUCCILLO, *Il cibo degli dei. Diritto, religioni, mercati alimentari*, Torino 2015; FUCCILLO, *Saziare le anime nutrendo il pianeta?*, cit., pp. 27-48.

9. «Mangiate e bevete ma senza eccessi, ché Allah non ama chi eccede» (Cor. 7, 31).

10. La libertà religiosa alimentare è stata oggetto di diversi interventi dalla giurisprudenza della CEDU: si veda, ad esempio, il caso *Jakóbski c. Polonia*, in cui, nel 2010, la Corte Europea dei Diritti Umani ha affermato che «la negazione a un detenuto buddista di ricevere pasti vegetariani in adempimento delle proprie convinzioni religiose integra una lesione della libertà religiosa, determinando una violazione dell'art. 9 CEDU». Analogamente, nel caso *Vartic c. Romania* (2013), la Corte si è pronunciata stabilendo che: «Le regole alimentari rappresentano un'espressione del diritto di manifestare liberamente il proprio credo religioso attraverso le pratiche e l'osservanza dei riti. Esse, pertanto, rientrano nell'ambito di applicazione dell'art. 9 CEDU. [...] Il rifiuto, da parte dell'amministrazione penitenziaria, di offrire al detenuto una dieta rispettosa delle esigenze alimentari tipiche del suo credo religioso costituisce una limitazione irragionevole del diritto di manifestare liberamente la propria fede». Sulla stessa scia, si veda altresì il caso *Erllich e Kastro c. Romania* (2020). Si vedano altresì per un'analisi giurisprudenziale del diritto di tutelare la libertà religiosa alimentare nelle c.d. "comunità separate" A. FUCCILLO, F. SORVILLO, L. DECIMO, *Diritto e religione nelle scelte alimentari*, in «Stato, Chiese e pluralismo confessionale», 18 (2016), p. 7 ss.

ma coinvolgono anche atti e comportamenti rilevanti nella sfera laica. Negli ordinamenti contemporanei il rispetto di tali regole è condizionato dal comportamento del fedele e, prima ancora, dai rapporti tra lo Stato e le diverse confessioni religiose, non da ultimo, dalla rilevanza giuridica concessa dal medesimo ordinamento alla libertà religiosa.

Le tradizioni religiose hanno sacralizzato il cibo, seppure in modi diversi, definendo non solo i divieti, ma anche i momenti in cui certi alimenti possono essere consumati o coinvolti in determinati rituali religiosi. Il cibo, in tal caso, non viene solamente ingerito per soddisfare una necessità fisiologica, ma contribuisce alla formazione dell'identità sia dell'individuo sia del gruppo di appartenenza, che condivide determinate regole alimentari. Ciò consente di individuare valori fideistico-culturali relativi ai divieti, strutturati secondo un codice binario (permesso/vietato) oppure a base plurima (vietato/permesso/consigliato).<sup>11</sup>

Oggi il cibo non è visto solamente come un nutrimento fondamentale per la vita e la dignità umana; nella società contemporanea, infatti, viene osservato attraverso una lente prettamente consumistica. Questo dualismo tra la visione tradizionale e religiosa del cibo e la sua percezione contemporanea come bene oggetto di consumo evidenzia la complessità e l'evoluzione delle norme alimentari nella società odierna.

Le abitudini alimentari possono essere considerate un insieme di regole che definiscono uno stile di vita armonioso, concepito come un' "arte di stare al mondo". Queste includono non solo la scelta degli alimenti, ma anche il loro processo di produzione e preparazione, compresi gli ingredienti utilizzati nel processo di elaborazione.

L'interesse del giurista per questo argomento nasce dalla definizione dell'alimentazione non solo come diritto al cibo, ma anche come diritto sul cibo. In tal modo emerge una visione giuridica che mette in relazione le normative confessionali e culturali con le più ampie questioni di giustizia alimentare, nonché con l'accesso equo alle risorse.<sup>12</sup>

È chiaro che la cooperazione tra tutti i componenti della società è fondamentale, dato che il diritto a un'alimentazione sana e culturalmente adeguata è un diritto universalmente riconosciuto ed essenziale per garantire il benessere della collettività.

Molte religioni insegnano la compassione, la condivisione e la respon-

11. Cfr. A.B. COHEN, *You can learn a lot about religion from food*, in «Current Opinion in Psychology», 40 (2021), pp. 1-5.

12. Cfr. I. ABUMOGHLI, *The Role of Religions, Values, Ethics, and Spiritual Responsibility in Environmental Governance and Achieving the Sustainable Development Agenda*, in «Religion and Development», 2 (2024), pp. 485-495.

sabilità verso i meno fortunati e non solo, giacché esse auspicano anche il rispetto della natura, da cui la lotta contro gli sprechi alimentari e l'uso responsabile delle risorse naturali, spingendo così i fedeli a supportare iniziative che mirano a realizzare una giustizia e una equità sociale.

In questa prospettiva, meritano una menzione gli enti religiosi poiché gli stessi spesso possiedono una notevole capacità di mobilitazione, che può essere utilizzata per promuovere riforme e sostenere programmi che mirano a garantire un accesso equo alle risorse alimentari. Questa mobilitazione può anche favorire una maggiore contezza dei temi attinenti alla nutrizione (come la lotta alla fame e alla povertà), influenzando così le politiche pubbliche e le pratiche comunitarie.

## 2. Vivere e mangiare *halal*: una questione identitaria

Il rapporto tra cibo e religione è profondo e varia significativamente tra le diverse fedi, come si rinviene nell'espressione «Noi mangiamo conformemente alla legge del nostro Dio».<sup>13</sup> Nella tradizione islamica, in particolare, la religione è concepita come un'ortoprassi, fondata su un legame indissolubile tra l'individuo, la comunità e la fede, e che implica, per sua stessa natura, «l'abbandono completo e fiducioso alla volontà di Dio». Difatti, il culto si propone come un vero e proprio “codice di vita” ove i precetti religiosi si fondano e confondono non solo con gli atti del vivere quotidiano, ma anche con i principi sociali, giuridici ed economici. In questo contesto, il protagonista indiscusso è il lemma *halal*, ovvero ciò che è permesso secondo la *Shari'a* (letteralmente la legge islamica) e spesso usato in contrapposizione al termine “*haram*”, che significa “proibito” o “illegale”. Il discernimento di ciò che è illecito da ciò che è lecito nel contesto religioso permea ogni aspetto del vivere quotidiano. Poiché un musulmano “*mustiqim*” è colui che segue il sentiero designato da Dio e che porta alla salvezza dell'anima. Pertanto, il fedele manifesta il proprio credo interrogandosi sovente su ciò che è *halal* e, qualora un atto o un bene non lo sia, è tenuto a evitarlo.<sup>14</sup> In questo scenario,

13. Cfr. P. FIELDHOUSE, *Religious customs, influence on diet*, in *Encyclopedia of Human Nutrition*, Oxford 1998<sup>2</sup>, pp. 93-99; M. RICCA, *Sapore, sapere del mondo. Tradizioni religiose e traduzioni dei codici alimentari*, in «Quaderni di diritto e politica ecclesiastica», XVII (2014), p. 42.

14. Per una costruzione sistematica del lemma *halal* e *haram* si vedano N. AL-JALLAD, *The concept of al-halal and al-haram in the Arab-Muslim culture*, in «Language Design», 10 (2008), pp. 77-86; G.M. PICCINELLI, *I nuovi confini del principio halal wa haram nell'Islam contemporaneo*, in *La tutela del consumatore nella prospettiva halal tra sfide e opportunità del mercato europeo*, a cura di S. Lanni, Milano 2025, pp. 11-35.

i dotti musulmani hanno un ruolo cruciale, poiché hanno il compito di indirizzare i credenti mediante interpretazioni puntuali, qualificando le azioni o i beni con l'uso dell'*ijtihad* (sforzo interpretativo).<sup>15</sup> Tuttavia, tali azioni o beni (oggetto di esegesi) non godono di una comprensione univoca, quando si tratta del loro significato letterale e pratico, poiché nella tradizione giuridica islamica esistono diversi *madhabib* (scuole giuridico-religiose islamiche), ciascuna con una propria tradizione interpretativa della legge islamica.<sup>16</sup> Difatti, ciascuna scuola predilige alcuni strumenti interpretativi rispetto ad altri per definire una soluzione a un caso concreto in un determinato luogo, tra cui il *qiyas* (l'analogia), a volte considerato la quarta fonte del diritto islamico, l'*istihsan* (la preferenza giuridica dove viene utilizzata l'equità), l'*istislah* (optare per la soluzione che tuteli l'interesse generale *al-maslaha al-'amma*), e infine l'*istishab* (la continuità di una soluzione nel tempo).

Questi sono alcuni esempi di strumenti giuridici a disposizione dei dotti per praticare l'*ijtihad*<sup>17</sup> e chiarire i contorni e i contenuti di questioni inno-

15. Da segnalare che nella tradizione giuridica islamica le azioni umane vengono classificate in cinque categorie: atto *wajib* (obbligatorio), *haram* (proibito), *mansub* (consigliato), *makruh* (riprovevole), e infine *mubah* (indifferente); si vedano F. CASTRO, *al-Abkam al-khamsa*, in *Digesto delle discipline privatistiche*, Sez. Civile, Torino 1987, pp. 245-246; D. CECCARELLI MOROLLI, *Breve introduzione alla legge religiosa islamica (Shari'a)*, Roma 1994, pp. 35-36.

16. Sul tema è utile ricordare che nel mondo musulmano esistono due principali fazioni: sunniti e sciiti. Quest'ultimi, il cui nome deriva dall'espressione *Sbiat Ali* («la fazione di Ali»), rappresentano una minoranza rispetto ai sunniti, che sono i sostenitori della *Sunna*, ovvero la tradizione del profeta Muhammad. La divisione tra le due fazioni si originò principalmente per motivi politici legati alla successione dopo la morte del Profeta. Ciascuna fazione si distingue per la presenza di diverse scuole giuridico-religiose, che danno luogo a interpretazioni differenti, talvolta anche contrastanti, della medesima fattispecie. Oltre a ciò, è importante considerare che nel mondo musulmano esistono anche diverse correnti interne al sunnismo contemporaneo. Queste spaziano da posizioni riformiste e moderate a quelle più conservatrici e radicali, fino a giungere a movimenti estremisti che hanno rivendicato il ritorno al califfato. Si vedano M. KHALFAOUI, *Pluralism and Plurality in Islamic Legal Scholarship*, New York 2021; M. CAMPANINI, *I sunniti. Dalle origini allo stato islamico*, Bologna 2016, pp. 31-42; S. LAGHMANI, *Les écoles juridiques du sunnisme*, in «Pouvoirs», 104 (2003), pp. 21-31; da segnalare altresì L.A. BSOUËL, *The Emergence of the Major Schools of Islamic Law*, in *Handbook of Islamic Law*, a cura di K.A. El Fadl, A.A. Ahmad, S.F. Hassan, London-New York 2019, pp. 141-156; A. VANZAN, *Gli sciiti. L'altro islam tra cultura e attualità*, Bologna 2016.

17. Lo sforzo interpretativo compiuto dal *mujtahid* occupa un ruolo cruciale nel garantire la conformità degli atti compiuti dai credenti alla legge islamica, considerando altresì che i bisogni della società odierna non saranno necessariamente identici a quelli delle generazioni future; si veda R. ALUFFI BECK PECCOZ, voce *Mujtahid*, in *Digesto delle discipline privatistiche, Sezione civile*, Torino 1994, pp. 488-490; È. CHAUMONT, *Quelques réflexions sur l'actualité de la question de l'ijtihad*, in *Lectures contemporaines du droit islamique. Europe et monde arabe*, dir. F. Fregosi, Strasbourg 2004.

vative<sup>18</sup> come quella della carne coltivata, un tema contemporaneo che pone nuove sfide interpretative alle scuole giuridiche islamiche poiché vengono messi in discussioni gli ingredienti originali per la produzione della carne coltivata.<sup>19</sup>

Già nel Corano, prima fonte del diritto islamico, vi è un richiamo espli-

18. Grazie all'uso degli strumenti interpretativi, i giurisperiti musulmani, a partire dagli anni Cinquanta, a seconda del campo di specializzazione, hanno creato strumenti e prodotti innovativi, come ad esempio quello finanziario e assicurativo: l'intento era quello di creare un moderno sistema bancario e finanziario che da un lato garantisse la conformità di questi prodotti alle regole etico-religiose, e dall'altro garantisse una competitività equiparabile ai prodotti offerti dal mercato occidentale. In relazione all'introduzione di prodotti innovativi islamici nel mercato occidentale sia consentito il rinvio a J. BENARAFÀ, *La finanza islamica tra innovazione tecnologica e tendenze globali*, in «Diritto del mercato assicurativo e finanziario», 1 (2023), pp. 157-180. Tuttavia, giova segnalare che non tutte le scuole giuridiche riconoscono la stessa rilevanza alle fonti e agli strumenti interpretativi: solo per fare alcuni rapidi esempi, la scuola hanafita si distingue per l'esortazione a preferire il ragionamento individuale e analogico rispetto alla tradizione; la scuola malikita assegna invece primaria importanza alla *Sunna* rispetto al ragionamento individuale, all'analogia e ai criteri ermeneutici sussidiari come l'*istisban*, l'*istishab* e l'*istislah*; la scuola shafita attribuisce alla *Sunna* un ruolo preminente; infine, la scuola hanbalita (la più rigida) enfatizza l'uso esclusivo delle tradizioni respingendo il ricorso al ragionamento e all'analogia. Su ciò si veda S.A. ALDEEB ABU-SAHLEH, *Il diritto islamico. Fondamenti, fonti, istituzioni*, Roma 2006.

19. Per poter stabilire se la carne coltivata è *halal* o *haram* bisogna innanzitutto stabilire se l'animale d'origine è *halal* o *haram*: ciò significa che saranno *halal* tutti i prodotti ricavati da animali riconosciuti come *halal*, poiché il processo di macellazione adottato è rispettoso dei precetti fideistici che rispecchiano il contenuto della legge islamica; cfr. E. FRANCESCA, *Introduzione alle regole alimentari islamiche*, Roma 1995; A. ROCCELLA, *Macellazione e alimentazione*, in *Musulmani in Italia. La condizione giuridica delle comunità islamiche*, a cura di S. Ferrari, Bologna 2000, pp. 201-221; A. PALMIERI, «De esu carni» *La macellazione rituale: tra protezione del benessere animale e tutela delle minoranze religiose*, in «Rivista di diritto alimentare», XV.3 (2021). Gli strumenti utilizzati per l'elaborazione della carne devono essere puri e non contaminati da sostanze "non *halal*": ad esempio, qualsiasi biomateriale di origine animale deve essere *halal*, e ciò include sostanze come gelatina/collagene, chitina/chitosano, acido ialuronico, nonché materiali di origine vegetale, come la cellulosa, l'amilopectina, il pullulano e l'alginato (cfr. M.J. POST, S. LEVENBERG, D.L. KAPLAN, N. GENOVESE, J. FU, C.J. BRYANT, N. NEGOWETTI, K. VERZIJDEN, P. MOUTSATSOU, *Scientific, Sustainability and Regulatory Challenges of Cultured Meat*, in «Nature Food», 1 (2020), pp. 403-415). Si veda altresì la *fatwa* del 2015 di dar al-ifta' egiziana nella quale, dopo un'analisi delle diverse interpretazioni delle diverse scuole giuridiche sunnite ortodosse, si è enunciato che: «Based on the above, the matter is contingent upon scientific, medical, and pharmaceutical studies which prove the benefit of these insects or their lack thereof. It is permissible to use the insects and consume the substances manufactured from them for medicinal purposes if it is proved that they treat diseases or malnutrition without producing any harmful side effects. Otherwise, they are forbidden. And God the Almighty knows best», disponibile al seguente indirizzo: [www.dar-alifta.org/en/fatwa/details/9397/what-is-the-ruling-on-eating-insects](http://www.dar-alifta.org/en/fatwa/details/9397/what-is-the-ruling-on-eating-insects).

cito al cibo, che deve essere non solo *halal* (lecito) ma anche *tayib* (buono): «O uomini! Mangiate quel che di lecito e buono v'è sulla terra e non seguite le orme di Satana, ch'è vostro evidente nemico» (*Cor.* II, 168). Tale versetto sottolinea la bontà intima del creato, mentre ciò che è illecito viene attribuito al demonio, "Satana".<sup>20</sup>

Pertanto, alla luce di quanto premesso, il concetto *halal* non è più confinato alla sola sfera religiosa, ma rappresenta un concetto socialmente vivo, il cui significato e la cui applicazione vengono continuamente allargati e adattati, considerando da un lato le esigenze della società e dall'altro le tradizioni locali. Il mercato *halal* appare come uno spazio in cui s'incontrano diversi attori ed enti pubblici, dove viene data enfasi a diversi interessi economici fino alla tutela del consumatore di fede musulmana.<sup>21</sup>

Nella tradizione islamica, la parola *halal* è più comunemente associata ai requisiti alimentari. Tuttavia, questo concetto oggi trova applicazione in molti aspetti della vita moderna. Non è più limitato al cibo, ma, attraverso un processo di estensione semantica, è arrivato a includere tutte le attività conformi alla *Shari'a* che vanno dal settore bancario-finanziario e assicurativo ai cosmetici, dall'industria della moda ai prodotti farmaceutici, dai trasporti al turismo e all'ospitalità.<sup>22</sup>

In altre parole, si tratta di un mercato globale che include diverse prassi come, solo per citare alcuni rapidi esempi, le nuove pratiche d'indossare il velo simbolo per eccellenza della "*modest fashion*" che declina in modo diverso il pudore "*haya*" che deve caratterizzare la donna musulmana, le *fatwe* online e il matrimonio *halal*.<sup>23</sup> Si tratta, dunque, di un approccio spiccata-

20. Si veda F. ROGGERO, *Note in tema di macellazione religiosa secondo il rito islamico*, in «Rivista di diritto alimentare», 2 (2016). Per una costruzione del concetto *tayib* si veda PICCINELLI, *I nuovi confini del principio halal wa haram nell'Islam contemporaneo*, cit.

21. In merito alla tutela del consumatore di fede musulmana sia permesso il rinvio a S. LANNI, J. BENARAF, *Dieta e ordine giuridico-morale secondo Maometto. Cibo halal e tutela del consumatore*, in «Calumet Review», 17 (2023), p. 171.

22. Per un quadro bibliografico si vedano V. MOISO, R. RICUCCI, *Finanza islamica e pratiche economiche nella quotidianità delle famiglie musulmane a Torino*, in «Polis. Ricerche e studi su società e politica», XXXV (2020), pp. 337-362; M.L. LO GIACCO, *Il turismo religioso: un esempio di turismo sostenibile*, in «Quaderni di diritto e politica ecclesiastica», XXIII (2020), pp. 513-524; P. BIANCONE, S. SECINARO, *Finanza islamica e globalizzazione attraverso il turismo halal*, in «Quaderni di diritto e politica ecclesiastica», XXIV (2021), pp. 131-142.

23. Cfr. L. ARSLAN, *Union Halal: sexualité et mariage chez le couple «musulman» dans les quartiers populaires*, in *Les sens du Halal. Une norme dans un marché mondial*, a cura di F. Bergeaud-Blackler, Paris 2015, p. 137 ss.; M.P. POZZATO, *Dal velo tradizionale alla "modest fashion" islamica*, in *La moda fra senso e cambiamento. Teorie oggetti spazi*, a cura di I. Pezzini, B. Terracciano, Milano 2020, pp. 176-196; W. FAROUQ, *European muslims and the digital*

mente olistico, che include non solo il precetto alimentare, ma, più in generale, un atteggiamento complessivo verso la vita e le esigenze della collettività. In questo contesto, prende forza un vero e proprio *halal lifestyle*.<sup>24</sup>

Tale stile di vita ha portato il consumatore di fede musulmana a chiedersi, ogniqualvolta debba prendere una decisione, se il suo comportamento è compatibile con la *Shari'a*: ciò significa che il suo comportamento nelle interazioni quotidiane deve rispecchiare onestà e integrità, riflettendo in tal modo un impegno verso l'assunzione di una condotta morale eccelsa. Pertanto, le decisioni quotidiane del singolo individuo per quanto riguarda la sfera privata sono guidate dalla conoscenza (o meno) di quanto viene definito dalla giurisprudenza islamica e, ancora prima, della conoscenza di come funziona il sistema giuridico islamico da cui muove la tradizione giuridica islamica. In assenza, l'individuo potrebbe appellarsi alle piattaforme digitali ove vengono emesse delle *fatwe* che definiscono il da farsi di fronte a un caso concreto. L'intento ultimo è quello di fare dialogare la religione musulmana e le esigenze di una società contemporanea trovando un equilibrio tra quanto è prescritto nei testi religiosi e realtà vissuta.<sup>25</sup>

*fatwa*, in *The Fatwā in the Digital Age. What Are Muslim Millennials Looking For?*, Cham 2024, pp. 35-56; A. MAROTTA, *Halal fashion revolution: un business nel segno della moda*, in *La tutela del consumatore nella prospettiva halal tra sfide e opportunità del mercato europeo*, a cura di S. Lanni, Milano 2025, pp. 155-181.

24. Si tratta di un fenomeno che rimodella il mercato, rendendolo compatibile con una società multiculturale, dove le regole religiose si fondono e confondono con una visione di mercato globale dove il marketing occupa un ruolo centrale, non solo come strumento per collocare prodotti, ma anche come strumento adatto a intercettare e interpretare le esigenze dei consumatori sempre più esigenti e diversificati. Si veda A.A. AMEUR, *The Lifestyle Halal in European Marketing*, in «Review of Economics & Finance», 3 (2011), pp. 83-90.

25. Generalmente, i pareri giuridici islamici sono vincolanti per i credenti di fede islamica, soprattutto nell'era digitale contemporanea. Per tale ragione, l'accuratezza delle fonti è essenziale per garantire che la *fatwa* emessa in riferimento a una fattispecie concreta sia puntuale e pertinente. Storicamente, tale strumento, fino alla chiusura della porta dell'*ijtihad* (intorno all'inizio del X secolo), era considerato essenziale per rinnovare la religione e collegare i testi religiosi con le esigenze della realtà vissuta dai credenti di fede islamica. Le questioni principali su cui si interrogano i musulmani residenti in Paesi europei riguardano i rapporti familiari e il proprio legame con Dio, poiché desiderano integrarsi come "individui" piuttosto che come "Umma", cercando un equilibrio tra la loro fede e la realtà odierna. Pertanto, questi pareri, resi mediante piattaforme digitali, possono sollevare diverse questioni, come, ad esempio, la presenza di un'autorità religiosa centrale che verifichi tali pareri prima della loro pubblicazione. In assenza di tale verifica, ovvero in presenza di pareri sbrigativi, va da sé che le risposte saranno sommarie. Inoltre, diversi responsi emessi da studiosi appartenenti a scuole giuridiche differenti per una stessa questione possono generare incertezza, senza contare che queste *fatwe* potrebbero essere utilizzate per enfatizzare opinioni estremiste. Non da ultimo, la *fatwa* deve essere contestualizzata, ovvero deve tenere conto delle tra-

Di fronte a tale approccio, il consumatore musulmano matura una consapevolezza, dove la conformità ai precetti etico-religiosi diventa parte integrante della sua identità che inconsciamente cerca di collegare il passato al presente, ed è un tentativo che vuole contribuire alla realizzazione di un equilibrio tra tradizione e modernità.

Recentemente, il concetto *halal* si è ulteriormente ampliato volendo includere concetti che richiamano la sostenibilità ambientale e l'etica animale. Ora, il concetto *halal* incorpora elementi di responsabilità morale nei confronti della terra e dei suoi abitanti, suggerendo che uno stile di vita *halal* debba rispettare e non sfruttare l'ecosistema. Tale concetto richiama alcuni precetti contenuti nel Corano ove Dio ordina ai devoti di proteggere l'ambiente, di evitare gli sprechi e di incoraggiare la moderazione: «O figli d'Adamo! Adornatevi, quando vi recate in un luogo di preghiera qualsiasi, mangiate e bevete, senza eccedere, perché Dio non ama gli stravaganti» (*Cor.* VII, 31).<sup>26</sup>

La questione dell'*halal* è emersa tra la fine degli anni '70 e l'inizio degli anni '80, ma è solo negli ultimi 20 anni che ha conquistato un ampio spazio, soprattutto in Europa e nei Paesi asiatici non musulmani, per lo più per scopi commerciali ed economici. Il mercato *halal*, connotato come un sistema di scambi di prodotti qualificati, dove il simbolo "*halal*" non viene visto come un marchio definito da un processo di produzione, ma come il processo di qualificazione stesso, opera secondo logiche e opportunità negoziate in uno spazio regolato puntualmente.

dizioni del luogo; in caso contrario, risulterebbe inapplicabile. Si veda FAROUQ, *What is a fatwa?*, in *The Fatwā in the Digital Age*, cit., pp. 9-16.

26. Il Profeta Muhammed ha sempre esortato i suoi compagni a ispirarsi nei loro comportamenti al "giusto mezzo": A. BAUSANI, *Il Corano*, Milano 2016, p. 548. Gli studiosi islamici spesso in un'ottica ecologica richiamano i principi etico-religiosi per dimostrare che questi si confondono con i principi che mirano a definire un modello di società che tende a realizzare maggiore responsabilità in termini sociali, ambientali ed economici. Questo approccio in un'ottica olistica vede la convivenza dei valori religiosi con gli obiettivi ecologici e sociali, presentando in tal modo il mercato *halal* come un modello di sviluppo responsabile e attento all'equilibrio tra esigenze umane e ambientali; su ciò si vedano F. ALICINO, *Religion and sustainable food in the Age of Consumer Culture*, in «Rivista di studi sulla sostenibilità», 2014, pp. 101-124; H. KALKAVAN, H. DINCER, S. YUKSEL, *Analysis of islamic moral principles for sustainable economic development in developing society*, in «International Journal of Islamic and Middle Eastern Finance and Management Online», 14.5 (2021), pp. 982-999. Sul tema sia permesso il rinvio a J. BENARAF, *Sostenibilità e Maqasid al-Sharia in ottica comparata*, in *Sostenibilità globale e culture giuridiche comparate*, a cura di S. Lanni, Torino 2022, pp. 467-488. Fondamentale è il rinvio a G.M. PICCINELLI, *Dai maqasid al-shari'a agli SDGs 2023: gli strumenti giuridici a sostegno della povertà nell'Islam*, in *Riflessioni di diritto comparato alla luce delle nuove relazioni industriali*, a cura di A. Russo, Capua 2023, pp. 155-185.

Quindi, appare cruciale avere ben chiara la definizione del concetto di “*halal*” in riferimento al cibo. Il concetto di cibo *halal* si riferisce agli alimenti conformi, ovvero rispettosi degli assiomi religiosi islamici, indicando espressamente i tipi di cibo che non devono includere sostanze proibite, poiché la loro presenza rende l’intero alimento incompatibile e quindi inadatto al consumo. Tra gli animali proibiti si annoverano alcune specie, come gli animali che strisciano sul suolo (permessi solo dai malikiti), il cavallo (vietato dai malikiti e dagli sciiti), i mammiferi predatori e gli uccelli rapaci (proibiti, tranne che dai malikiti).

Gli alimenti vietati di origine coranica includono la carne di maiale e i suoi derivati, la carne di alcuni animali morti e il sangue di qualsiasi animale. Inoltre, gli animali per essere leciti e pertanto buone “*tayib*” devono essere macellati in conformità con un rigoroso rito religioso. Ad esempio: gli animali da macellare non devono essere percossi, feriti o danneggiati fisicamente in alcun modo.<sup>27</sup>

A questo proposito, emergono dalle fonti primarie della legge islamica due specifici orientamenti-guida per quanto riguarda il rito religioso *halal*, dando origine a un dibattito sull’autenticità dei prodotti *Shari’a compliant halal*. La prima posizione evidenzia che le “genti del Libro”<sup>28</sup> (*Ahl Al-Kitab*) adottano rituali nella preparazione dei cibi e macellazione comparabili ai rituali musulmani, poiché seguono precetti strettamente religiosi.<sup>29</sup> Di conseguenza, i musulmani possono consumare alimenti *kosher* e la carne dei cristiani, oltre che dei musulmani. È importante sottolineare che l’approccio che include lo stordimento degli animali prima della macellazione è interpretato e applicato in modi diversi dagli enti di certificazione *halal* in tutta Europa. A dire il vero, la prescrizione religiosa può essere derogata anche in caso di “stato di necessità”, ovvero quando circostanze al di fuori del controllo del fedele rendono impraticabile il rispetto di tali prescrizioni. La seconda posi-

27. Uno dei versetti, tra gli altri, prescrive: «In verità Iddio v’ha proibito gli animali morti e il sangue e la carne di porco e animali macellati invocando altro nome che quello di Dio» *Cor.* 2, 173. Le interdizioni alimentari rispetto al versetto 173 della Sura 2 sono state ulteriormente definite nel versetto 3 della Sura 5: «Vi son dunque proibiti gli animali morti, il sangue, la carne di porco, gli animali che son stati macellati senza l’invocazione del nome di Dio, e quelli soffocati o uccisi a bastonate, o scapicollati o ammazzati a cornate e quelli in parte divorati dalle fiere, a meno che voi non li abbiate finiti sgozzandoli, e quelli sacrificati sugli altari idolatrici; e v’è anche proibito di distribuirvi fra voi a sorte gli oggetti: questo è una empietà».

28. Termine coranico per designare le comunità alle quali sono state rivelate le Scritture prima della rivelazione del Corano a Muhammed.

29. Il Corano a tal proposito afferma: «Oggi vi sono dichiarate lecite le cose buone, e lecito è per voi il cibo di coloro cui fu dato il Libro, così come il vostro cibo è lecito a loro» (*Cor.* 5, 5).

zione, più rigida, sostiene che lo status della carne *halal* è legato prettamente alla fede islamica e alle pratiche *halal* tradizionali. Questo ha portato a una deroga in alcuni Stati membri al Regolamento (CE) 1099/2009 relativo alla protezione degli animali durante l'abbattimento, concedendo ai macelli autorizzati, frequentati dalle comunità musulmane ed ebraiche, di praticare la macellazione degli animali senza un previo stordimento.<sup>30</sup>

Tuttavia, la portata del mangiare *halal* non si circoscrive alla liceità delle materie prime e degli additivi, ma coinvolge l'intero processo di preparazione delle sostanze alimentari dei prodotti. Le linee guida che regolano sia la preparazione che il consumo di cibo *halal* richiedono che

gli alimenti consentiti dalla legge dietetica islamica devono soddisfare le condizioni di pulizia, purezza, sicurezza e salubrità del consumo secondo protocolli specifici delineati nel Corano e spiegati negli *ahadith*.<sup>31</sup>

In questo contesto l'*istislah* diventa una chiave cruciale nel contesto dell'industria alimentare perché viene visto come strumento necessario per la trasformazione della sostanza di un oggetto, che implica un cambiamento dello status giuridico dell'oggetto stesso, da *halal* a *haram* o viceversa.<sup>32</sup> Tuttavia, le sostanze *haram* possono trasformarsi in *halal* in determinati casi, come ad esempio i cambiamenti chimici che si verificano con o senza l'intervento umano su un'altra sostanza, come la trasformazione dell'alcol in aceto, o quando la carne di maiale cade nel sale e con il tempo diventa una parte indistinguibile di esso. Questa trasformazione può avvenire in modo

30. Cfr. M.K. RHAZZALI, *Vicissitudini dell'Halal e i musulmani d'Italia: tra istituzioni e mercato*, in «Quaderni di diritto e politica ecclesiastica», XXII (2019), pp. 177-179.

31. M.H. KAMALI, *The parameters of Halal and Haram in Shari'ah and the Halal industry*, London-Washington 2013.

32. I dotti musulmani hanno definito tre modelli di *istislah*: innanzitutto, la trasformazione fisica può avvenire in due modi: 1) le sostanze *halal* lavorate con un catalizzatore che è *haram* danno luogo a un prodotto *halal*, come ad esempio il caso del miele; 2) le sostanze *haram* (impure) lavorate con un catalizzatore *halal* si trasformano in un prodotto *halal*, come ad esempio la pelle di animali conciate. Parallelamente, la trasformazione chimica avviene in due modi: 1) i prodotti *haram* (impuri) lavorati con un catalizzatore *halal* si trasformano in un prodotto *halal*, come nel caso dell'aceto derivato dal vino fermentato che si è trasformato; 2) i prodotti *halal* trasformati con un facilitatore *halal* si trasformano in un prodotto *haram*, come le bevande alcoliche e non da ultimo, la trasformazione fisico-chimica che avviene quando materie prime impure vengono lavorate con un facilitatore *halal* per diventare un prodotto finito *halal*, come esemplificato da prodotti come il latte di animali *halal*, il fegato e la milza di animali *halal* e l'olio di muschio (kasturi) estratto dal cervo. Si vedano M. AGUS, M.M. ULUL ALBAB, *Investigating al-istislah in the provisions of shariah texts: a study on models of transformation from impure (najis) to pure (halal) substances, or vice versa*, in «Jurnal Hukum Bisnis Islam», 15 (2023), pp. 1-25.

naturale, come nel caso dell'alcol quando una sostanza alcolica viene lasciata in un luogo aperto o esposta al sole, oppure quando vi si immergono altre sostanze come cipolla, pane o lievito.<sup>33</sup>

Alla luce delle considerazioni appena esplicitate, comprendere le varie manifestazioni di questo fenomeno è un passo fondamentale, poiché l'aumento dei fedeli musulmani introduce nuovi e diversi modelli culturali, valori religiosi e civili, distinti dalla tradizione giuridica occidentale.

A ciò segue l'esigenza di un dialogo vigoroso non solo per favorire la conoscenza tra "noi" e l'"altro", e quindi un'integrazione europea conscia del multiculturalismo di riferimento, ma anche per favorire l'interculturalismo quale strumento di promozione dei valori fondamentali dell'Unione europea.

Le indagini di diritto comparato hanno ampiamente rilevato come i modi per conoscere gli altri e conoscere le loro tradizioni giuridiche siano molteplici. Tra di essi va annoverato certamente il cibo, quale vero e proprio strumento di inclusione ed esclusione sociale.<sup>34</sup>

È noto che le tradizioni religiose, in particolare la fede musulmana, passino anche dal piatto, ed è altresì noto che la logica del mercato focalizzata sul profitto tenda a enfatizzare tutte quelle caratteristiche di un prodotto che ne possono ampliare la diffusione e la vendita. I prodotti *halal*, ad esempio, rappresentano un modello significativo dove il mercato sottolinea, tramite un simbolo (logo *halal*), che un prodotto rispetta rigorosi standard di qualità.<sup>35</sup> Tali standard comprendono non solo la conformità a specifici rituali di macellazione, ma anche il rispetto di criteri di igiene e confezionamento.

In questo contesto, appare fondamentale una precisazione. Riveste un'importanza cruciale la comprensione e il rispetto delle prescrizioni *halal*, soprattutto per i produttori di beni e servizi destinati al mercato europeo.

Alla base c'è la consapevolezza che la conquista della fiducia dei consumatori musulmani possa avvenire solo offrendo un'adeguata trasparenza e accessibilità alle informazioni di riferimento. Invero, il consumatore musul-

33. Cfr. KAMALI, *The parameters of Halal and Haram in Shari'ah and the Halal industry*, cit., pp. 19-20.

34. Cfr. C. COSTANTINI, *Gastropolis. Semantiche geospaziali e costruzioni giuridiche*, in *Cibo e diritto. Una prospettiva comparata*, a cura di L. Scaffardi, V. Zeno-Zencovich, I, Roma 2020, pp. 9-24.

35. La letteratura in tema di simbologia nel settore religioso è assai copiosa: sia consentito rinviare, per tutti, a J. FREYSSINET-DOMINJON, *L'image du religieux dans la publicité*, in *Médias et religions en miroir*, a cura di P. Bréchon, J.P. Willaime, Paris 2000, pp. 41-62; K.L. MALLIA, *From the sacred to the profane. A crytical analysis of the changing nature of religious imagery in advertising*, in «*Journal of Media and Religion*», VIII (2009), pp. 172-190; C. NARDELLA, *La migrazione dei simboli. Pubblicità e religione*, Milano 2015.

mano si affida alle informazioni del prodotto, e in modo particolare alla sua etichettatura, per saggiarne o meno l'uso o l'acquisto in relazione all'*halal*. Ne emerge un ruolo precipuo dell'informazione, vale a dire quello dell'informazione al cibo culturalmente adeguato al proprio credo religioso. In altre parole, il settore deve essere consapevole dell'importanza di informare correttamente il consumatore, un aspetto che si lega strettamente al quadro articolato e complesso della sicurezza alimentare.

Questa necessità diventa ancora più cruciale quando si considera l'alimentazione *halal*, assunta come uno stile di vita, di costume, di moda, una marcata espressione culturale e comportamentale ritualizzata. Questa pratica va oltre il semplice atto di nutrirsi, riflettendo un'identità culturale e religiosa dei credenti di fede islamica. L'osservanza della normativa confessionale, cogente per il fedele, da un punto di vista identitario, può fungere da simbolo di appartenenza e di conformità agli insegnamenti dell'Islam che si propone come regola di vita che permea l'intera esistenza del musulmano. In molti contesti, la scelta di seguire una dieta *halal* può rafforzare il senso di comunità tra i praticanti della religione musulmana. Per cui, i meri consigli alimentari influenzano anzitutto il gruppo che a sua volta influenza il singolo.

Obbedire ai dettami religiosi costituisce senza alcun dubbio il rispondere a un precetto giuridico, che viene percepito dal fedele come un obbligo comportamentale pur in assenza di una sanzione.

### 3. Il cibo *halal* nel mercato occidentale

Di norma, nei mercati dove la religione ha un impatto significativo sulle scelte economiche e consumeristiche, essa condiziona ed esercita una pressione sociale, utilizzando il legame con Dio per promuovere i prodotti. Il mercato, dunque, beneficia di questo vincolo per ampliare la propria offerta di prodotti e servizi, poiché in tali contesti le religioni possono diventare anche efficaci opinion makers su scala locale e globale. Esse sono percepite come fonti autorevoli e riconoscono diversi valori etici e morali.<sup>36</sup> In tal modo, le regole alimentari religiose influenzano le pratiche commerciali, indirizzando i consumi verso modelli che includono un processo dietetico attento non solo alla salubrità delle materie prime (ad esempio,

36. La letteratura in tema di come le regole etico-morali presenti nelle singole religioni condizionino la vita economica è assai copiosa. Per una trattazione in prospettiva storicosistemica sia permesso rinviare a M. WEBER, *Sociologia della religione*, I, Milano 2002; D. GAETANO, *Fattore religioso, mercato e impresa*, Bari 2018.

garantendo che siano prive di ingredienti “*najisa*”, come il sangue, o di additivi alimentari come la gelatina e gli emulsionanti), ma anche ai processi di produzione e ai comportamenti degli individui coinvolti nell’elaborazione del cibo. Questi includono, ad esempio, il rispetto dei protocolli religiosi che prevedono la separazione netta degli ingredienti halal da quelli *haram* in ogni fase della filiera produttiva e, ancora prima, la citazione del nome di Dio (*Bismillah al Rahman al Rahim*) al momento della macellazione.<sup>37</sup>

Per evitare gli additivi *haram*, i consumatori musulmani fanno affidamento sulla presenza delle certificazioni che attestano la liceità religiosa dei prodotti rilasciati da enti riconosciuti dove è nota la presenza di audit e controlli rigorosi: spesso questi certificati sono accompagnati da standard di qualità come ISO e HACCP.<sup>38</sup> Contestualmente, l’etichetta non è solamente uno strumento di marketing, ma il suo contenuto è essenziale per garantire trasparenza, fiducia e conformità religiosa. Questi due aspetti sono fondamentali nei mercati globalizzati, ove i prodotti possono essere esportati da paesi con standard diversi, attirando l’attenzione di consumatori musulmani e non.<sup>39</sup>

Possiamo affermare che le regole religiose alimentari hanno condizionato positivamente le abitudini dei popoli predisponendo codici di comportamento nei quali troviamo anche misure di prevenzione della salute. Ad esempio, il divieto di consumare bevande alcoliche oppure il rispetto di processi di macellazione rigidi. Questo aspetto è stato valutato positivamente anche dai non osservanti, poiché queste misure sono sinonimo di sicurezza e benessere.

Il mercato europeo negli ultimi anni ha registrato un forte incremento dell’offerta dei prodotti *halal* (ma anche di quelli *kosher*) perché questi vengono preferiti anche dai consumatori non appartenenti ad alcun credo reli-

37. Le pratiche che hanno come obiettivo preservare la purezza del cibo ed evitare le pratiche proibite secondo la legge islamica sono state enfatizzate da specifici versetti coranici, come ad esempio *Cor.* 5, 3.

38. Cfr. E. TOSELLI, *Le diversità convergenti. Guida alle certificazioni alimentari kosher, halal e di produzione biologica*, Milano 2015; F. LEONINI, *Segni, marchi collettivi e certificazioni alimentari confessionali: norme statuali e libertà religiosa*, in *Cibo, religione e diritto. Nutrimo per il corpo e per l’anima*, a cura di A.G. Chizzoniti, Tricase 2015, pp. 335-347.

39. Cfr. P. LOJACONO, *La rilevanza dei simboli religiosi nel campo economico e commerciale: il marchio e la pubblicità*, in «Il Diritto Ecclesiastico», I (1997), pp. 152-222; AMEUR, *The lifestyle halal in european marketing*, cit., pp. 83-90; A. VALLETTA, A. ARCOPINTO, *Simboli religiosi, pubblicità e marketing*, in *Le proiezioni civili delle religioni tra libertà e bilateralità. Modelli di disciplina giuridica*, a cura di A. Fuccillo, Napoli 2017, p. 45 ss.; A. ARCOPINTO, *L’utilizzo delle religioni nel marketing d’impresa. Profili di tutela giuridica*, in «Calumet review», 8 (2019), pp. 1-20.

gioso in ragione della loro salubrità.<sup>40</sup> Questo sviluppo è destinato a crescere poiché secondo le statistiche è previsto un notevole incremento di immigrati di religione musulmana, i quali, essendo fortemente legati alle proprie tradizioni alimentari, richiederanno prodotti conformi alle proprie regole religiose.<sup>41</sup>

Inoltre, sussiste un altro fattore di matrice sociale oltre il flusso migratorio che può incidere sul mercato *halal*, ossia il revival culturale e religioso per le seconde e terze generazioni. Oggi assistiamo a un ribaltamento del contesto sociale: vale a dire che se in passato gli immigrati, trovandosi in un territorio straniero, hanno dovuto adattare le proprie tradizioni culturali e religiose alle abitudini del paese d'origine, oggi i loro figli e nipoti, nati e cresciuti nel Paese d'arrivo dei genitori, reclamano con grande insistenza le proprie origini e tradizioni. In tal modo cresce la domanda di alimenti conformi alle regole religiose ereditate dal proprio gruppo d'origine. Davanti a questa esigenza alcuni brand italiani hanno adeguato alcuni prodotti, contrassegnandoli con il marchio *halal*, per proporli ai nuovi consumatori di fede islamica, come ad esempio l'aceto balsamico di Modena, la pizza e la mozzarella di bufala.

Oltre a ciò, è importante evidenziare l'adozione di un packaging che indichi il marchio di conformità di quell'alimento alle prescrizioni confessionali, nonché l'emergere di una varietà di organismi di certificazione *halal* che attestano la conformità religiosa dei prodotti o servizi destinati ai consumatori musulmani per tutelarli dagli abusi. In tale processo vengono valutate le piccole differenze di opinioni nell'interpretazione degli animali leciti e illeciti e nell'atto di macellazione, secondo le diverse scuole di pensiero islamiche.<sup>42</sup>

40. È indubbio che l'incremento della popolazione di fede musulmana abbia accelerato la domanda di cibi e bevande *halal* nel mercato europeo e, per effetto di ciò, l'offerta di quest'ultimi. Si veda per un'analisi delle dimensioni e delle quote del mercato europeo degli alimenti e delle bevande *halal* il seguente indirizzo [www.mordorintelligence.com/industry-reports/europe-halal-food-and-beverages-market?network=g&source\\_campaign=&utm\\_source=google&utm\\_medium=cpc&matchtype=&device=c&gad\\_source=1&gbraid=0AAAAADm-AlyxWzSyayT-EDjJ0NboHbaaV&gclid=CjwKCAiAmrS7BhBJEiwAei5](http://www.mordorintelligence.com/industry-reports/europe-halal-food-and-beverages-market?network=g&source_campaign=&utm_source=google&utm_medium=cpc&matchtype=&device=c&gad_source=1&gbraid=0AAAAADm-AlyxWzSyayT-EDjJ0NboHbaaV&gclid=CjwKCAiAmrS7BhBJEiwAei5).

41. Secondo le statistiche il numero di fedeli musulmani in Europa salirà nel 2030 a 58,2 milioni, e si prospetta che nel 2050 questi costituiranno il 20% della popolazione europea con conseguenti riflessi sul mercato degli alimenti.

42. Generalmente il consumatore è facilmente influenzato da come viene imballato un prodotto e, prima ancora, dall'identità da attribuire al marchio. Per un'analisi dettagliata si veda R.L. UNDERWOOD, *The communicative power of product packaging: creating brand identity via lived and mediated experience*, in «Journal of Marketing Theory and Practice», 11 (2003), pp. 62-76.

#### 4. Riflessioni di sintesi

La diffusione del marchio *halal* ha avuto molteplici effetti nel mercato. Da un lato, i prodotti con il simbolo *halal* sono stati distribuiti in diverse realtà, sia di fede musulmana che non. In tal modo, si è resa necessaria l'istituzione di nuovi enti che autentichino i prodotti *halal*, emettendo certificati che riflettano l'essenza religiosa di tali prodotti. Dall'altro lato, l'emergere della crisi ambientale, insieme alla tutela del benessere degli animali, ha ampliato il significato di *halal*, tanto che oggi esso è visto come un simbolo non circoscritto all'ambito alimentare, ma esteso a diversi settori, come quello finanziario, turistico e farmaceutico, fino ad arrivare a movimenti difensori di ideologie Eco-Islam.

Pertanto, l'evoluzione della società globale ha trasformato il concetto di *halal* da un fenomeno legato alla sfera privata dell'individuo a un tema di riflessione, supportato dalla diversità e dalla ricchezza delle tradizioni, che coinvolge la società nel suo insieme. Di conseguenza, il fenomeno *halal* solleva attualmente molte questioni che abbracciano la sfera religiosa, culturale, giuridica, economica, politica e sociale, e richiedono l'attenzione non solo dei credenti di fede musulmana, ma anche di quanti pongono attenzione ai principi etico-morali del mercato europeo.

Diventa quindi indispensabile intraprendere nuove interpretazioni, ovvero un nuovo *ijtihad*, per chiarire e rimuovere qualsiasi ombra o ostacolo dalle norme islamiche relative al concetto *halal*. Questo percorso mira a offrire ai fedeli musulmani un maggiore spazio di adattabilità alle questioni moderne (come, ad esempio, valutare se la carne coltivata può essere considerata *halal*), pur preservando il rispetto del loro credo.

# Una inedita regola alimentare religiosa: la dieta mediterranea

*Paola Buselli Mondin*

Sommario: Premessa: la “religione” della dieta mediterranea – 1. La dieta mediterranea secondo il giudizio di Salomone – 2. Dieta mediterranea: uno stile di vita – 3. I coniugi Keys: due “missionari”? – 4. Il cibo come paradigma cognitivo – 5. Il cibo come paradigma conativo – 6. Il cibo come paradigma evolutivo – 7. Per concludere: il diritto della dieta mediterranea.

## **Premessa: la “religione” della dieta mediterranea**

La dieta mediterranea non rappresenta il regime alimentare di una confessione religiosa e neppure inaugura il regime alimentare di una nuova confessione religiosa. A ben vedere essa non è neppure un regime alimentare, perché la questione di fondo che la caratterizza non è solo di mero contenuto (cosa mangiare), ma piuttosto di *metodo*: come mangiare per stare *bene*.<sup>1</sup> Una questione, tuttavia, religiosamente non indifferente, proprio per quel “bene” coinvolto. Ma di quale “bene” si tratta? Come e perché quel “bene” potrebbe ricondurre la dieta mediterranea a una inedita regola alimentare religiosa?<sup>2</sup> E con quale portata giuridico istituzionale?

1. Cfr. M. KEYS, A. KEYS, *How to eat well and stay well. The Mediterranean Way*, 1975. Il testo venne edito da loro stessi. Il “bene” della dieta mediterranea non si comprende adeguatamente senza tenere nel debito conto il metodo di lavoro con cui essa è stata generata e sperimentata: cfr. E. MORO, *La dieta mediterranea. Mito e storia di uno stile di vita*, Bologna 2014; *I segreti della dieta mediterranea. mangiare bene e stare bene*, a cura di E. Moro, M. Niola, Bologna 2020. Si veda anche il materiale (interviste, raccolte) contenuto nel centro di ricerche sociali sulla Dieta Mediterranea diretto da E. Moro e M. Niola: il *MedEatResearch* presso l’Università Suor Orsola Benincasa di Napoli.

2. Cfr. A.G. CHIZZONITI, A. GIANFREDA, D. MILANI, *Cittadini-fedeli, fedeli-cittadini: coordinate, limiti e problematiche della libertà religiosa alimentare in Italia e in Europa*, in *A tavola con Dio e con gli uomini. Il cibo tra antropologia e religione*, a cura di G. Colombo,

## 1. La dieta mediterranea secondo il giudizio di Salomone

Non vi è alcun dubbio che la dieta mediterranea non fu ideata, pensata e promossa da qualche autorità religiosa, bensì è il frutto delle ricerche di uno scienziato americano, il professor Ancel Keys, già noto per aver realizzato la celeberrima razione K, il kit di sopravvivenza dell'esercito americano durante la Seconda guerra mondiale. Scienziato che, evidentemente, mediterraneo non era, ma che conobbe, abitò e, soprattutto, amò il Mediterraneo. Nel 2010 l'UNESCO (*United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization*) ha proclamato la dieta mediterranea *patrimonio immateriale culturale dell'umanità*, quando prima, nel 2004, il professor Keys era stato insignito della Medaglia al merito alla salute pubblica dello Stato italiano. Come pure non vi è alcun dubbio che non apparteneva allo scienziato americano alcun intento confessionale o devozionale, ma obiettivi di ordine medico-scientifico.

Dubbi invece vengono sollevati in merito alla storicità della dieta mediterranea, ossia relativamente alla sua reale corrispondenza rispetto agli usi, costumi e culture alimentari dei popoli del Mediterraneo.<sup>3</sup> Se immaginassimo di rinviare a giudizio la dieta mediterranea e affidarla a un giudice come Salomone,<sup>4</sup> per accertare se si tratta di una teorizzazione o di una invenzione, di una realtà o di una fantasia, avremmo tuttavia la certezza morale<sup>5</sup> che

Milano 2016, pp. 103-104: «Questo rapporto intenso tra cibo e religione osservato con “gli occhiali del giurista” appare anzitutto indirizzato alla ricostruzione dei complessi normativi religiosi attinenti il cibo, complessi di Regole Alimentari Religiose (RAR) il cui rispetto finisce coll'assumere un vero e proprio valore identitario (*identità alimentare religiosa*) che in molti casi, travalicando il mero aspetto religioso, senza snaturarlo o rinnegarlo, si propone anche come elemento culturale».

3. Cfr. V. TETI, *Dieta mediterranea. Realtà, mito, invenzione*, Roma 2024; A. KOENSLER, *Produzione, politica e attivismo*, in *Antropologia dell'alimentazione. Produzione, consumo, movimenti sociali*, a cura di A. Koensler, P. Meloni, Roma 2019, pp. 140-144.

4. Cfr. B. CAVALLONE, *La Borsa di Miss Flite. Storie e immagini del processo*, Milano 2016, p. 156: «Il giudizio di Salomone, narrato concisamente nel *Primo libro dei Re* (3, 16-18), è assurdo, nella cultura dell'Occidente, a modello proverbiale di perfetta giustizia».

5. Nel diritto processuale canonico ogni sentenza si deve fondare sulla certezza morale del giudice. Una certezza che riduce al massimo la probabilità dell'errore e implica un sapiente e saggio spirito critico, diretto da rigorosi principi antropologici e giuridici. Un atteggiamento, dunque, consono a un giudizio che non voglia scendere in pregiudizio. Sulla certezza morale nel processo canonico cfr. PIO XII, *Discorso alla Rota Romana*, 1° ottobre 1942, n. 1, in AAS 34 (1942), pp. 338-343; san GIOVANNI PAOLO II, *Discorso alla Rota Romana*, 4 febbraio 1980, n. 6, in AAS 72 (1980), pp. 172-178; Z. GROCHOLEWSKI, *La certezza morale come chiave di lettura delle norme processuali*, in «*Ius Ecclesiae*», 9 (1997), pp. 417-450.

la dieta mediterranea ne uscirebbe comunque vincitrice. Salomone, infatti, lascerebbe alta la spada e, con la sua provvidenziale saggezza, si renderebbe conto che non sono in gioco una verità da accertare o una falsità da smascherare, ma piuttosto sono in gioco un bene da fare e un male da evitare.<sup>6</sup> Conseguentemente non ridurrebbe il quesito a una mera questione di accertamento di diritto e di fatto, ma piuttosto lo eleverebbe a una *questione antropologico-giuridica, di principio e di valore*.<sup>7</sup> Una questione che, come tale, confermerebbe la dieta mediterranea come una scoperta reale, acquisita e acquisibile.

*Di principio*, perché il diritto applicabile non sarebbe dato solo dalle consuetudini attuate nel Mediterraneo, ma anche dalle consuetudini potenziali che il Mediterraneo offre.<sup>8</sup> E, a ben vedere, il professor Keys non si inventò ciò che il Mediterraneo offriva, ma “semplicemente” fu interprete delle sue intrinseche potenzialità. In questo senso, una volta sottoposta a giudizio, si riconoscerebbe alla ricerca dello scienziato americano una *dimensione temporale* capace di mediare fra conservazione e rinnovamento: conservare ciò che si è ricevuto dal passato e investirlo per il futuro, accogliere la tradizione ma anche portare un’innovazione.<sup>9</sup> Offrire soltanto dei contenuti assicurati dal presente e dal passato, senza la concomitante capa-

6. Nel giudizio di Salomone la spada è lo strumento per invocare da Dio la saggezza per discernere il bene dal male, e non semplicemente il vero dal falso: cfr. CAVALLONE, *La Borsa di Miss Flite*, cit., pp. 158-169.

7. Il metodo di lavoro del professor Keys in effetti è stato ricostruito dalla professoressa Elisabetta Moro attraverso uno studio fondato sull’analisi storico-antropologica delle ricerche mediche dello scienziato, sull’uso etnografico della letteratura medica e nutrizionista raccolta, e col supporto di un’attenta considerazione della biografia e alterità che accompagnò il lavoro del professor Keys. Sul punto cfr. M. NIOLA, *Prefazione*, in MORO, *La dieta mediterranea*, cit., pp. 7-11.

8. Cfr. R. SACCO, *Il diritto muto. Neuroscienze, conoscenza tacita, valori condivisi*, Bologna 2015, p. 9: «A questo punto è naturale che, parlandosi della consuetudine – e, più latamente, del diritto non scritto –, si distingua fra la consuetudine in qualche modo verbalizzata e la “norma propriamente muta, non verbalizzata, nemmeno con il pensiero”, ossia la “norma implicita, latente”; si pensi a un “diritto spontaneo, che nasce muto e viene poi scoperto e verbalizzato dall’interprete”»; C. FANTAPPIÈ, *Per un cambio di paradigma. Diritto Canonico, teologia e riforme nella Chiesa*, Bologna 2019, p. 166: «Al riguardo Viola e Zaccaria osservano “Ciò che caratterizza e definisce l’ordine giuridico è proprio ciò che sul piano normativo è meno determinato e più elastico. La potenzialità deve essere considerata come una qualità del sistema giuridico almeno quanto la sua determinatezza. In questa potenzialità è racchiuso infatti il dover essere del diritto positivo”».

9. Cfr. E. MORO, *L’arte di mangiar bene per vivere bene*, in *I segreti della dieta mediterranea*, cit., p. 46: «risulta evidente l’idea che la Dieta Mediterranea è un patrimonio in divenire, fatto di idee, relazioni, azioni, scambi, equilibri. Tradizioni tramandate di generazione in generazione e saperi custoditi ed elaborati nel tempo».

cià di mediazione (come quella di ordine medico-scientifico del professor Keys), vorrebbe dire condannare i destinatari a invecchiare molto rapidamente. E, forse non a caso, la dieta mediterranea rimane lo stile alimentare anti-invecchiamento per eccellenza.

*Di valore*, perché il problema di fondo non è in effetti se e fino a che punto la dieta mediterranea intercetti un regime alimentare storicamente acquisito, ma piuttosto se e fino a che punto la dieta mediterranea intercetti un regime alimentare storicamente acquisibile e valevole.<sup>10</sup> In altre parole, se la dieta mediterranea rappresenti un regime (o meglio, uno stile di vita alimentare) potenzialmente affidabile, che possa valere per l'uomo, e di qualsiasi uomo. In questo senso il giudizio non potrebbe prescindere dalla *dimensione culturale* che ha contraddistinto il metodo di lavoro del professor Keys, il quale non si chiuse in effetti entro un sistema valutativo scienziato che pretende di avere tutte le risposte, senza percepire la portata culturale della sua ricerca.<sup>11</sup> Queste sfide della cultura del cambiamento hanno toccato lo scienziato americano anche sul piano antropologico. Nel campo della medicina sappiamo tutti del pericolo di ridurre la persona a una sua componente, del pericolo di ridurre il malato a una malattia protocollata. Il professor Keys ha mostrato che la tecnica non può offrirsi in opposizione alla sapienza, cioè a una conoscenza e formazione che coinvolga tutto l'essere umano, anche nella sua dimensione antropologica e culturale.<sup>12</sup>

Ed è proprio in questo *giudizio di principio e di valore* che si inserisce il *bene* della dieta mediterranea. Un bene che delinea, a sua volta, anche la speciale *religiosità* della dieta mediterranea, ove il cibo è preso in considerazione nella sua dimensione *sacrale*. Una sacralità intesa non per imporre una sovrastruttura ideologica o confessionale, né per ragionare partendo da un apriori gratuito o da un pre-giudizio (o, peggio, ossessione), ma per richiamare il valore e il significato che possiede il legame tra uomo e cibo, come irrinunciabile ingrediente dello sviluppo umano e spirituale di ciascun essere umano.<sup>13</sup> Un

10. Posto che il radicamento storico della Dieta Mediterranea tra i popoli del Mediterraneo rimane indiscusso e indiscutibile, e affonda le sue radici nell'antica e polisemica civiltà del *mare nostrum*, dove il cibo è sempre stato connesso «con le nozioni di misura, di equilibrio, di giustizia, di equità, di reciprocità, di scambio» (NIOLA, *Prefazione*, in MORO, *La dieta mediterranea*, cit., p. 19).

11. Dalle ricerche dei Keys si ricava che: «se la genetica è incolpevole e il clima pressoché ininfluenza, allora a regolare il nostro rapporto con il cibo e lo stato di salute fisica è soprattutto la cultura» (MORO, *La dieta mediterranea*, cit., p. 43).

12. Questo aspetto costituisce il nucleo di fondo del lavoro del professor Keys, tant'è che, non a caso, la dieta mediterranea viene definita «un unicum antropologico»: MORO, *L'arte di mangiare bene per vivere bene*, cit., p. 39.

13. Cfr. MORO, *La dieta mediterranea*, cit., pp. 14-15: «La dieta mediterranea nasce,

legame sacro perché straordinario, volto non solo a mantenere l'uomo in vita, ma a renderlo anche vitale. Un legame che rimane misterioso perché desta stupore, ed è carico di simboli e di significati, anche affettivi. Un legame che suscita meraviglia, che affascina nel contemplarlo. Un legame la cui sacralità è intesa come una qualità che non è data come compiuta e preconfezionata, ma come potenzialità e risorsa. Un legame, quello del cibo, da costruire o meglio da "fare sacro", nella consapevolezza della sua straordinarietà e con la prospettiva di una difficile realizzazione. È proprio questa la sacralità, o religiosità, che si coglie nel lavoro del professor Keys, la cui dieta mediterranea non invita gli operatori della salute a diventare le vestali di un tempio, ma piuttosto a prendere consapevolezza che, in fondo, non esiste scienza che non muova, più o meno consapevolmente, da un orizzonte interpretativo antropologico. Un invito che diviene un'importante lezione di metodo, secondo la quale il rapporto col cibo deve essere inteso come una relazione misteriosa (che non significa magica) carica di simboli e di significati, e non come un mero complesso di equilibri bio-chimici che la scienza e la tecnologia consentono di conoscere e governare per ottenere i maggiori vantaggi per la salute. Ridurre la sacralità del cibo alla sua qualità organolettica, quale riferimento per il raggiungimento del benessere, significherebbe trasferire i suoi codici linguistici e comportamentali dalla ineffabilità del mistero alla applicazione di uno sterile tecnicismo. Ciò che appunto il professor Keys non fece.

Una religiosità, dunque, quella della dieta mediterranea, che non implica alcun teorema alimentare religioso, ma che in maniera discreta e umile "tratta" il cibo come un legame da fare sacro, perché generativo di relazioni umane. È questa la straordinaria lezione del professor Keys.<sup>14</sup> Una lezione che ha acquisito anche rilevanza giuridica, visto il riconoscimento della die-

dunque, da un'idea sacralizzante della nutrizione, talmente forte e radicata da superare indenne i cambiamenti storici più radicali. Come il passaggio al cristianesimo. La religione della buona novella eredita e rielabora il lascito simbolico pagano traducendolo nel suo idioma etico e dietetico, che inaugura un regime alimentare egualitario e senza tabù, ispirato al motto paolino "Nessuno vi separi in base a quel che mangiate e bevete"».

14. Una lezione che incontra la tradizione cristiana, al di là e oltre le personali convinzioni religiose dello scienziato americano: cfr. M. MONTANARI, *Mangiare da cristiani. Diete, digiuni, banchetti. Storia di una cultura*, Milano 2015, p. 17: «Il dettato cristiano che sbilancia sul soggetto tutto il peso dell'azione è disorientante sul piano culturale e arduo da accettare sul piano esistenziale. Tant'è che l'intera storia del cristianesimo si svolge nel segno di una sua smentita di fatto, alla ricerca continua, talora, ossessiva, di un modello alimentare che si vorrebbe "cristiano" anche se un cibo cristiano in linea di principio non esiste. Si guarderà allora a *come* si mangia». In effetti «Il cristianesimo ha compiuto un passo decisivo verso un'alimentazione libera da tabù e ha fatto della convivialità un valore supremo [...] Il buon cristiano mangia di tutto. il suo unico precetto è la temperanza»: E. MORO, M. NIOLA, *Mangiare come Dio comanda*, Bologna 2023, p. 29.

ta mediterranea come patrimonio immateriale culturale della umanità. Un riconoscimento che porta con sé una serie di considerazioni sul piano giuridico-istituzionale le quali, seppur non direttamente connesse con la dieta mediterranea, ne assorbono comunque la lezione metodologica.

## 2. Dieta mediterranea: uno stile di vita

La dieta mediterranea, dunque, non ha mai configurato un mero regime alimentare.<sup>15</sup>

Non a caso nel 2010 essa viene dichiarata dall'UNESCO patrimonio immateriale dell'umanità non tanto e non solo per i suoi valori nutrizionali o gastronomici, ma anche e soprattutto per i suoi valori *relazionali*, come si deduce dal fatto che oggetto di patrimonializzazione non è un regime alimentare in quanto tale, ma piuttosto lo *stile di vita* che quel regime alimentare implica e richiede, uno stile di vita nel quale confluiscono «le pratiche, le poetiche, le retoriche, nonché le politiche sociali che trasformano il cibo in operatore simbolico, fattore comunitario e marcatore identitario».<sup>16</sup> La dieta mediterranea diviene patrimonio dell'umanità perché con essa il cibo viene confermato come misura di umanità e non solo di salubrità, come strumento di salute psico-sociale, e non solo corporale, come veicolo di inculurazione e non solo di nutrizione. In questo modo all'atto del mangiare viene riconosciuta una trascendenza propria, che prescinde, attraversa e va oltre ogni appartenenza religiosa, per situarsi e incarnarsi nella sensibilità relazionale di ciascun essere umano. Insomma, con la dieta mediterranea il cibo diviene una sorta di *indicazione antropologica protetta* che ricorda come il valore nutrizionale del cibo non è solo una questione fisiologica, ma anche antropologico-culturale. La dieta mediterranea inoltre battezza il cibo come una sorta di *denominazione di origine consacrata* perché in essa il cibo diviene veicolo di valori, ossia di buon-essere relazionale, e non solo di benessere personale.

A ben vedere, dietro l'umanità di cui il cibo si fa patrimonio attraverso la dieta mediterranea si trova una letteratura di lungo corso che riconosce al cibo una funzione antropologica, e non solo fisiologica,<sup>17</sup> teologica e non

15. Cfr. M. NIOLA, *L'origine della dieta mediterranea*, in *I segreti della dieta mediterranea*, cit., pp. 20-21: «È per definire questo modello ideale, che non è solo nutrizione ma stile di vita, che Ancel Keys e Margaret Haney inventano l'espressione "Dieta Mediterranea" [...] Una misura antica ma piena di futuro».

16. MORO, *La dieta mediterranea*, cit., p. 35.

17. Cfr. C. LEVI-STRAUSS, *Il crudo e il cotto*, Milano 1969; M. NIOLA, *Si fa presto a dire cotto. Un antropologo in cucina*, Bologna 2009.

solo gastronomica,<sup>18</sup> storica, e non solo ecologica.<sup>19</sup> La novità che la dieta mediterranea mette a frutto da questa letteratura rimane di ordine *metodologico*, perché con essa il cibo recupera la sua essenza di bene chiamato a dare un determinato ordine all'umanità, una determinata misura alla umana convivenza, un ordine e una misura di tipo *conviviale*. *Convivialità* è la parola chiave e la ragione per cui la dieta mediterranea è divenuta patrimonio dell'umanità.<sup>20</sup> La convivialità esprime una *relazionalità* complessa, dove entrano contemporaneamente in gioco una molteplicità di legami, tutti tra loro connessi e interconnessi: la relazione con se stessi (col proprio conscio e inconscio, ma anche con la propria fisiologia e biochimica), la relazione con gli altri essere umani, la relazione con gli altri esseri viventi (animali e ambiente), la relazione con la propria identità culturale, e la relazione con Dio, l'assolutamente Altro, diversamente inteso, a seconda delle culture religiose di appartenenza. La convivialità che il cibo riesce a creare è la migliore *trascendenza* che l'uomo possa esprimere e quindi il miglior paradigma dell'umana convivenza.<sup>21</sup> Tutto questo il professor Ancel Keys lo aveva intuito (o quanto meno agito), e non da solo, ma insieme alla moglie, la dottoressa Margaret Haney.<sup>22</sup>

18. «Il tema del cibo ha sempre costituito l'opportunità (anche) per la teologia di mantenere un contatto concreto con la vita vissuta del popolo cristiano [...] Come dimostrano i grandi storici e antropologi dell'alimentazione il discorso su cibo e morale non è mai stato un problema marginale del cristianesimo, ma è sempre stato all'origine e al centro della teologia cristiana. All'origine, perché il primo peccato e quindi la storia della salvezza inizia con un atto di ghiottoneria; al centro, perché l'eucarestia è un banchetto e la comunione con Dio è anche il mangiare l'ostia»: C. BALZARETTI, *Il Papa, Nietzsche e la cioccolata. Saggio di morale gastronomica*, Bologna 2009, pp. 7-8.

19. Cfr. M. MONTANARI, *Il cibo come cultura*, Roma-Bari 2005.

20. «La Dieta Mediterranea secondo il riconoscimento UNESCO non è riconducibile quindi, a un programma dietetico né tantomeno al consumo proporzionale di determinati prodotti, ma a un insieme di abitudini alimentari e di tradizioni a esse connesse in modo inscindibile seguite dai popoli dei Paesi mediterranei. Ciò che accomuna le tradizioni delle popolazioni degli stati promotori è il forte senso di comunità e convivialità, la concezione del pasto come un pretesto per stare insieme, per parlarsi e confrontarsi, per discutere e conoscersi»: P. PETRILLO, *La Dieta Mediterranea patrimonio culturale dell'umanità*, in *I segreti della dieta mediterranea*, cit., p. 68.

21. «Mangiare tutti insieme intorno a un tavolo assume un significato, quindi, rituale, semi-religioso; rappresenta un momento di affermazione e ricostruzione della famiglia e della comunità, nonché delle rispettive storie, ambientazioni, simboli, credenze e valori. Il convivio diventa metafora dell'identità di un gruppo familiare e del vivere insieme dei suoi componenti: il *cum vivere*, in latino, da cui deriva la parola stessa»: PETRILLO, *La Dieta Mediterranea patrimonio culturale dell'umanità*, cit., p. 69.

22. Cfr. MORO, *La dieta mediterranea*, cit., p. 21, dove si precisa che la sig. Haney era «biochimica della Mayo Foundation for Medical Research and Nutrition di Minneapolis».

### 3. I coniugi Keys: due “missionari”?

I coniugi Keys vengono ricordati come due scienziati di fama internazionale. Ancel Keys si annovera tra i più grandi esperti di nutrizione umana del Novecento. Era professore all’università del Minnesota e colui che, come già ricordato, inventò la “razione K”. A lui si deve la scoperta dei danni prodotti dal colesterolo sul sistema cardiocircolatorio.<sup>23</sup> La moglie Margaret Haney è stata una valente biochimica. Ma non si trattava semplicemente di due colleghi, bensì di due coniugi, la cui vita affettiva ha dato anima e materia a un laboratorio che nel tempo ha guadagnato uno “spazio” internazionale, ma la cui sede principale corrisponde a un luogo del Mediterraneo: l’Italia, in particolare, il piccolo borgo di Pioppi, nel Cilento. La loro opera prende forma nel 1951 quando, dopo aver pubblicato il testo *The biology of human starvation*, vengono invitati dalla FAO al primo congresso internazionale sulla nutrizione umana. Quando tanti medici italiani riscontravano le problematiche di salute connesse alle carenze alimentari, i Keys richiamavano in particolare l’attenzione sul legame tra malattie coronariche e regime alimentare. In quell’occasione fu un medico napoletano a sorprendere i Keys: il dottor Gino Bergami, il quale fece loro notare che nel proprio ospedale non esistevano pazienti con malattie coronariche. Invitati a verificare di persona, i Keys non persero l’occasione.<sup>24</sup> Questo incontro fu solo l’inizio di una lunga amicizia cui si unirono altri studiosi di fama internazionale (come Flaminio Fidanza e Jeremiah Stamler) con i quali fu messa in piedi una ricerca comparativa internazionale nota come il *Seven Countries Study* (SCS): «un’autentica pietra miliare nella ricerca epidemiologica su vasta scala circa il rapporto tra nutrizione, fisiologia umana e culture alimentari, dalle evidenti implicazioni medico-antropologiche».<sup>25</sup> I Keys elessero il Cilento, Pioppi, come la loro seconda casa, ove risiedevano circa sei mesi l’anno: un piccolo mondo che, grazie a loro, è divenuto il centro del mondo dal punto di vista scientifico, nutrizionale, gastronomico e culturale. Nel best seller dei Keys (*How to eat well and stay well. The mediterranean way*) la parola *way* traduce il termine greco *diaita*, da cui *dieta*, quale sinonimo appunto di stile di vita, ma anche di casa e di discernimento.<sup>26</sup>

23. Cfr. NIOLA, *Prefazione*, in MORO, *La dieta mediterranea*, cit., p. 8.

24. «Un viaggio che avrebbe cambiato la storia della scienza della nutrizione ma anche la vita dei due scienziati»: MORO, *La dieta mediterranea*, cit. p. 23. In particolare, in quell’occasione i coniugi Keys notavano che «i napoletani poveri mangiano in maniera più sana degli americani ricchi. Un paradosso che solo in pochi erano disposti ad accettare in un contesto ancora fortemente segnato dall’indigenza e dalle privazioni del periodo bellico»: *ivi*, p. 26.

25. *Ivi*, p. 31.

26. «Per i Greci *diaita*, da cui la nostra parola *dieta*, non era semplicemente un modo di mangiare, ma significava “forma di vita”. E designava una regola di condotta che non ha

La peculiarità del lavoro condotto dai Keys consiste dunque nella intonazione antropologica del loro *metodo* di lavoro. Un'intonazione la cui dinamica di fondo è condotta da un atteggiamento chiave: *coinvolgimento*. Un termine antropologicamente connotabile, perché implica il prendersi cura di ciò che si fa.<sup>27</sup> Se la loro ricerca fosse “riducibile” a una mera informazione scientifica, essa perderebbe la dimensione antropologica di *cura* che la accompagna. I Keys si presero cura della salute coinvolgendosi in una rete di relazioni che già diveniva di per sé un principio di cura, il cui filo conduttore non era mosso esclusivamente dalle loro abilità scientifiche, ma anche dalla sensibilità relazionale e affettiva che coinvolgeva le loro abilità scientifiche, già a partire dall'*affectio maritalis* che li coinvolgeva. Una sensibilità che coglieva la salute nella sua complessità culturale, non solo molecolare. Ancel Keys soleva in effetti dire che «la cultura e la mentalità possono più della genetica e della medicina messe insieme».<sup>28</sup> Non a caso tra i più assidui collaboratori dei Keys non vi furono solo scienziati, ma anche cuochi e domestici e la comunità di Pollica, nel Cilento, a riprova della prossimità, e quindi coinvolgimento, che questi coniugi seppero testimoniare. Il SCS in effetti segue il principio secondo cui dietro ogni cibo c'è anche la storia di un popolo, e non solo una storia clinica, sicché anche lo scienziato deve prima chiedersi cosa significa per quel popolo e per quella persona il cibo che mangia e se e come altri popoli e altre persone possono intenderlo, prima che digerirlo.<sup>29</sup> In altre parole: la digestione non è solo una questione fisiolo-

necessariamente a oggetto il cibo ma che serve a dar regola e misura a molti tipi di comportamento [...] Dalla letteratura antica traspare, inoltre, in filigrana, un'accezione della dieta come spazio, come luogo sia fisico che simbolico, sia psicologico che sociale. Come dimensione in cui si svolgono le pratiche abituali dell'uomo. In questo senso appare illuminante l'uso che Aristofane e Plutarco fanno del vocabolo, adoperandolo come equivalente di “dimora”, o “abitazione” [...] Mentre un uso più tardo del verbo greco *diatao* [...] dilata il senso dell'azione fino a “governare”, “giudicare”, “discutere”. E contemporaneamente proietta il termine verso il significato di “disamina critica”. Fino a quello, più ampio e poliedrico, di ricerca»: NIOLA, *L'origine della Dieta Mediterranea*, cit., pp. 22-23.

27. Cfr. S. GUARINELLI, *Coinvolgersi. Teologia e psicologia delle relazioni pastorali difficili*, Milano 2022. È uno studio il cui oggetto riguarda le relazioni pastorali dei presbiteri, ma i cui frutti non sono in effetti circoscrivibili alla vita dei soli sacerdoti, se non altro perché l'autenticità delle relazioni umane è una necessità che arricchisce e nobilita lo stile di vita di tutti gli esseri umani. Una persona coinvolta è una persona sensibile al prossimo, ossia una persona che sa prendere in considerazione la complessa alterità di tutto il suo agire.

28. MORO, *La dieta mediterranea*, cit., p. 32.

29. Ivi, p. 157, dove, nel riportare il proprio resoconto, il professor Keys in effetti sosteneva che: «È stata una vera fortuna che la nostra ricerca comparativa comprendesse l'Italia, la Spagna e la Grecia. Se, anziché focalizzarci su queste nazioni, avessimo scelto Giappone, Corea e Taiwan, molto probabilmente sarebbero emersi, sul piano scientifico, gli stessi risultati per quanto concerne la relazione tra dieta, colesterolo nel sangue e disturbi cardiaci, ma

gica, ma anche culturale e antropologica. Ecco il valore religioso del lavoro dei Keys: l'essersi coinvolti nella cura della salute umana.

La *religiosità* della dieta mediterranea si traduce dunque con la *convivialità* che la caratterizza e il *coinvolgimento* (relazionale e affettivo) che l'ha generata, come testimoniano i coniugi Keys. Una religiosità trasversale che vede nel cibo la misura in cui l'uomo si relaziona con se stesso, col prossimo e con l'Assolutamente Altro. Una misura declinabile secondo tre dimensioni essenziali della vita umana: cognitiva, conativa ed evolutiva. Tre dimensioni che divengono anche i volti identificativi di quell'umanità di cui la dieta mediterranea si fa interprete e patrimonio.

#### 4. Il cibo come paradigma cognitivo

Come *paradigma cognitivo* la dieta mediterranea conferma il cibo nella sua *funzione etica e non solo dietetica*. Il cibo, come noto, misura l'etica che l'uomo si porta dentro, e non solo la dietetica che lo accompagna, perché veicola la cognizione che l'uomo possiede della propria relazione con gli altri esseri viventi e l'ambiente. La domanda di fondo che questo paradigma si porta dentro segue e completa la celebre intuizione di Feuerbach, quando sosteneva "l'uomo è ciò che mangia".<sup>30</sup> L'affermazione del filosofo in effetti rimane sempre attuale, e si perfeziona con nuovi spazi interpretativi. Oggi è particolarmente viva la questione dell'alterità,<sup>31</sup> soprattutto nella relazione uomo-animale-ambiente, sicché si distingue chi abbraccia una visione antropocentrica e specista dell'uomo da chi, invece, aderisce a una visione non antropocentrica e antispecista.<sup>32</sup> La dieta mediterranea si genera al di fuori di questa specifica dialettica specista o antispecista, perché si origina direttamente entro un'altra dialettica, quella della relazione natura/cultura.<sup>33</sup> Non a caso, come già anticipato, il gruppo di studio internazionale capitanato da Ancel Keys ideò un metodo di indagine «a metà

sarebbe stato molto più difficile far ricadere beneficamente questi risultati sulla salute degli americani. Sarebbero state sollevate molte critiche, suggerite dall'idea che la spiegazione della differenza nel tasso di colesterolo del sangue e l'incidenza degli infarti è causata dalla diversità tra la razza mongola e quella caucasica. E a quel punto vi sarebbero stati degli ostacoli insormontabili per persuadere gli americani a mangiare come giapponesi, coreani o taiwanesi. Questi nostri cugini, agli occhi dei più, sono semplicemente degli alieni».

30. Cfr. L. FEUERBACH, *L'uomo è ciò che mangia*, a cura di A. Tagliapietra, Torino 2017.

31. Cfr. P. DONATI, *Alterità. Sul confine fra l'io e l'altro*, Roma 2023.

32. Due differenti visioni sorte intorno alla questione della protezione e del benessere degli animali: cfr. G. SPOTO, *Cibo, persona e diritti*, Torino 2021, pp. 155-181.

33. Cfr. MORO, *La dieta mediterranea*, cit., pp. 13-17.

tra medicina e antropologia, mettendo insieme l'analisi dei corpi con l'osservazione della cultura di appartenenza».<sup>34</sup> Da notare che fino al 2010 la cultura alimentare non era riconosciuta dall'UNESCO come patrimonio culturale (ossia come *cultural heritage*), ossia come bene che identifica la cultura umana.<sup>35</sup>

In particolare, la dieta mediterranea può dirsi onnivora non solo perché mette in tavola qualsiasi buon cibo, ma anche perché lascia ogni uomo libero di seguire il proprio gusto, con la consapevolezza che la cucina ammette distinzioni, ma non omologazioni.<sup>36</sup> Il discrimine cognitivo non è pertanto un cibo, ma piuttosto l'effetto che questo cibo genera sia dal punto di vista fisiologico sia dal punto di vista relazionale e culturale. Per la dieta mediterranea la questione di fondo non è dunque semplicemente cosa si mangia, ma piuttosto che tipo di relazione (alterità) il cibo crea, con la consapevolezza che quando l'uomo mangia non si mette in relazione solo con se stesso, ma anche con altri uomini, con altri esseri viventi, con l'ambiente, e, soprattutto con un *Altro*. Una complessa relazionalità che gioca un ruolo essenziale nella salubrità del cibo, dove la presenza discriminante è proprio l'Altro, diversamente nominabile, per la variabile culturale che lo accompagna.<sup>37</sup> Una variabilità che tuttavia non è priva di un aspetto invariabile, operante come bene umano: la familiarità che accompagna lo stile di vita della dieta mediterranea. Una convivialità familiare, dunque, non semplicemente cordiale o funzionale. Quella familiarità che consente ai commensali di domandarsi chi sono, per chi sono, da chi sono. Una familiarità che richiama le com-

34. ID., *L'arte di mangiare bene per vivere bene*, cit., p. 40.

35. «La candidatura della Dieta Mediterranea nella Lista per la salvaguardia del patrimonio culturale immateriale rappresenta un punto di svolta, in ambito mondiale, nella concezione di cultura [...] Con l'iscrizione della Dieta Mediterranea, l'agenzia delle Nazioni Unite ha ufficialmente riconosciuto, per la prima volta, il valore culturale di una pratica alimentare caratterizzata dal mangiare insieme ai propri amici o alla propria famiglia, secondo ritmi lenti, i prodotti del proprio territorio (ri)conoscendone l'origine e le metodiche riproduttive volte a salvaguardare un particolare tipo di paesaggio rurale (quello mediterraneo)»: PETRILLO, *La Dieta Mediterranea patrimonio culturale dell'umanità*, cit., pp. 65-66.

36. «I Keys fanno continuamente ricorso a una retorica universalistica, che mira alla promozione di un'alimentazione adatta a tutte le culture e a tutte le fedi»: MORO, *La dieta mediterranea*, cit., p. 48.

37. Ivi, p. 13: «Vegetariano o carnivoro? Suntuoso o parsimonioso? Gaudente o penitente? Domande radicali che esulano dalla cornice ristretta della tavola per diventare interrogazioni sull'uomo e sul suo rapporto con la natura. Nonché con il soprannaturale, visto che il cibo non è semplicemente cosa ma anche rappresentazione, proiezione, identificazione [...] Quella mediterranea è, più di altre, una civiltà della tavola. E il cibo il suo codice millenario, attraverso il quale si articolano i linguaggi dello scambio e dell'ospitalità, la più complessa tra le forme di comunicazione fra uomini, ma anche fra uomini e dèi».

plesse e complicate dinamiche emozionali e affettive delle relazioni umane. Dinamiche, tuttavia, essenziali per una cognizione sapiente dell'identità umana.<sup>38</sup>

Dal *punto di vista giuridico istituzionale* la funzione etica del cibo e la connessa questione dell'alterità influenza il concetto di *soggetto di diritto*. In effetti l'accezione contemporanea dell'animale come *res* o bene mobile rimane oggi fortemente

in discussione, sia in riferimento alle fonti interne, sia in riferimento alle fonti del diritto dell'Unione europea. Il punto centrale della questione dei diritti degli animali è quello di riconoscere loro, non soltanto una tutela riflessa e di tipo indiretto, ma una protezione più piena che prescinda dall'antropocentrismo. Non si tratta di stravolgere le categorie giuridiche basilari della capacità giuridica e della personalità, ma si tratta di riconoscere la possibilità, accanto a una soggettività giuridica in senso forte propria degli esseri umani, di una soggettività giuridica in senso debole, valorizzando l'aspetto della idoneità degli animali a sentire dolore e piacere e, quindi a considerarli non come cose, ma come creature viventi meritevoli di rispetto.<sup>39</sup>

In Europa, sono da segnalare

i modelli austriaco, tedesco e svizzero che hanno abbandonato la concezione tradizionale antropocentrica della qualificazione dell'animale come cosa appartenente al proprietario, per riconoscere all'animale uno statuto giuridico alternativo rispetto a quello dei meri beni.<sup>40</sup>

Si ricordi anche l'art. 13 del TFUE (Trattato sul Funzionamento dell'Unione europea) in cui gli animali sono definiti come esseri senzienti.<sup>41</sup>

38. «Il riconoscimento dell'UNESCO alla Dieta Mediterranea ha, quindi, prodotto degli effetti immediati: da un lato ha consentito ai popoli mediterranei di riscoprire con orgoglio ciò che si nasconde dietro ai prodotti consumati giornalmente, di porsi domande sulla loro origine, su quelle persone a proseguire il lavoro dei loro padri e delle loro madri; dall'altro ha consentito di diffondere in tutto il mondo uno stile di vita basato non sul mangiare ma sul mangiare insieme, nel rispetto delle diversità linguistiche, religiose, etniche»: PETRILLO, *La Dieta Mediterranea patrimonio culturale dell'umanità*, cit., p. 72.

39. SPOTO, *Cibo, persona e diritti*, cit., pp. 157-158.

40. Ivi, p. 165.

41. L'art. 13 del TFUE, nella versione modificata dall'articolo 1 del Trattato di Lisbona del 13 dicembre 2007 e ratificata dalla legge 2 agosto 2008, n. 130, in Gazzetta Ufficiale n. 185 del 8-8-2008, supplemento ordinario n. 188, così recita: «Nella formulazione e nell'attuazione delle politiche dell'Unione in materia di agricoltura, pesca, trasporti, mercato interno, ricerca e sviluppo tecnologico e spazio, l'Unione e gli Stati membri tengono pienamente conto delle esigenze in materia di benessere degli animali, in quanto esseri sen-

## 5. Il cibo come paradigma conativo

Come *paradigma conativo* la dieta mediterranea conferma il cibo nella sua *funzione morale non solo orale*, soprattutto laddove veicola la dialettica salute e malattia. Come e perché il cibo fa bene o fa male, è un bene o un male? Come e perché il cibo è buono per la salute oppure no? Le risposte sono molteplici e non sempre coincidenti.

Facendosi paradigma conativo la dieta mediterranea mostra che la salubrità del cibo non si declina solo in modo fisiologico, ma anche in modo antropologico-culturale appunto, e mette in guardia da quel moralismo salutista che, da un lato, riduce la salute a una sorta di autorealizzazione terrena che assicura la salvezza eterna e, dall'altro, riduce la malattia a una sorta di stigma sociale con annessa dannazione eterna.<sup>42</sup> La dieta mediterranea predica un'umanità salutare ma non salutista, ove trova spazio una cucina gaudente e non penitente.<sup>43</sup> L'ingrediente fondamentale della dieta mediterranea in effetti rimane un complesso di virtù e non di menù, un insieme di affetti e non di precetti, come dimostra la versione aggiornata della piramide alimentare che vede al proprio interno sette comportamenti virtuosi: stagionalità, attività fisica, zero sprechi, convivialità, lo stare insieme, la scuola e la tradizione.<sup>44</sup> Sette comportamenti che sembrano evocare le tre virtù teologali (fede, speranza e carità) e le quattro virtù cardinali (giustizia, forza, temperanza, prudenza). La tradizione evoca la *fede*, per la fiducia e fedeltà che la trasmissione dei sapori implica. La

zienti, nel rispetto delle disposizioni legislative o amministrative e consuetudinarie degli Stati membri relative in particolare ai riti religiosi, alle tradizioni culturali e al patrimonio regionale».

42. Cfr. M. NIOLA, *Homo Dieteticus. Viaggio nelle tribù alimentari*, Bologna 2015; MORO, NIOLA, *Mangiare come Dio comanda*, cit., pp. 133-135.

43. «Odio le diete. È il paradossale *Leitmotiv* dello scopritore della dieta mediterranea, nonché inventore di questa fortunata definizione. Perché la vera ricetta di Ancel Keys era semplicemente e saggiamente quella di mangiare di tutto un po'»: MORO, *La dieta mediterranea*, cit., p. 73.

44. In effetti «il *MedEatResearch* [...] ha presentato a Expo Milano 2015 una nuova piramide universale della Dieta Mediterranea. Dove i comportamenti sono tanto importanti quanto gli alimenti. Una piramide social. Per non commettere l'errore di ridurre la Dieta Mediterranea a una tabella nutrizionale, a un elenco di tabù e di proibizioni. Perché per mettere la salute nel piatto, non è sufficiente calibrare proteine, carboidrati e vitamine. Altrimenti andremmo a pranzo direttamente in farmacia. E allora qual è la ricetta? Ambiente sano, ritmi umani, prodotti di stagione, niente sprechi. E tanta, tantissima condivisione. Le ricerche più recenti dicono, infatti, che la solitudine fa più danno dell'obesità. Perché è una disfunzione del corpo sociale»: NIOLA, *Introduzione*, in *I segreti della dieta mediterranea*, cit., p. 17.

scuola evoca la *speranza*, per il sapere futuro che implica ogni sapore insegnato. La convivialità evoca la *carità*, perché l'amore gratuito rimane il più attendibile promotore delle relazioni umane e dell'integrazione psicosociale. Lo zero sprechi evoca la *prudenza*, quale atteggiamento di economia esistenziale. L'attività fisica evoca la *fortezza*, un vigore che appartiene alla crescita umana e spirituale. La stagionalità evoca la *temperanza*, quale atteggiamento umile che aiuta nella misura e nell'ordine, nella consapevolezza che i tempi e i ritmi del creato non li ha determinati l'uomo. Lo stare insieme evoca la *giustizia*, perché ogni legame sociale si compone di diritti e doveri reciproci. Ecco che la dieta mediterranea mette da parte ogni moralismo alimentare, ma non la necessità che l'alimentazione abbia una morale. Una morale appunto gaudente, ma non penitente, virtuosa ma non presuntuosa.<sup>45</sup>

Dal punto di vista giuridico-istituzionale il paradigma conativo chiama in causa il rapporto tra *situazione giuridica soggettiva* (declinabile come diritto, dovere e interesse legittimo) e multiculturalismo.<sup>46</sup> Mentre nella funzione etica, come visto, rimane direttamente in gioco la tensione natura-cultura, per la funzione morale è invece direttamente in gioco la tensione tra culture, considerando che la

società attuale è multiculturale, con la conseguenza che, a differenza del passato, la domanda più importante non è più data dalla rivendicazione del diritto a essere eguali, ma del "diritto a essere diversi", per utilizzare una felice espressione della dottrina che ha studiato tale fenomeno. In altre parole, il tema dell'alimentazione spinge a rivendicare un'uguaglianza nella diversità, che postula il riconoscimento del rapporto tra identità e il principio di eguaglianza, ma impone che quest'ultimo sia declinato nel pieno rispetto del principio di ragionevolezza, tenendo conto delle diversità. Infatti, l'eguaglianza non è un concetto neutrale, ma una nozione che deve essere costruita correttamente.<sup>47</sup>

Al punto che

nei paesi ad alto reddito pro capite si assiste alla diffusione di un approccio che enfatizza l'idea del cibo non solo come nutrimento del corpo, ma come strumento di esercizio della propria libertà di pensiero che ricomprende la scelta

45. Cfr. F. SILVESTRINI ADÃO, *La saggezza teogastronomica. L'atto di nutrire (se stessi) e l'iniziazione alla propria umanità*, in «La Civiltà Cattolica», 4151 (2023), pp. 449-461.

46. Ossia, come significare oggi le nozioni di diritto, dovere e interesse legittimo, tenendo in considerazione il peso che la variabile culturale può esercitare nella loro interpretazione.

47. SPOTO, *Cibo, persona e diritti*, cit., p. 124; G. DALLA TORRE, *Lezioni di diritto ecclesiastico*, Torino 2007, p. 7.

dell'alimentazione più adatta non soltanto al proprio stato di salute psico-fisico, ma anche alla propria cultura.<sup>48</sup>

Un esempio, in tal senso, ce lo offre il complesso dibattito giurisprudenziale che riguarda il pasto domestico a scuola: diritto soggettivo oppure interesse legittimo?

Per alcuni, si tratterebbe di un vero e proprio diritto soggettivo azionabile dal privato nei confronti dell'amministrazione, avente a oggetto la possibilità di consumare nei locali della scuola, un pasto confezionato da casa, in alternativa al servizio di mensa, mentre per altri si tratterebbe di una situazione che dovrebbe essere più correttamente ricondotta al rango di interesse legittimo, ovvero, secondo un'altra ricostruzione, a una situazione qualificabile semplicemente come interesse di fatto.<sup>49</sup>

Sullo sfondo di questa questione giuridica in effetti si pone una precisa questione antropologica: salutismo omologante oppure adeguatezza culturale?<sup>50</sup>

## 6. Il cibo come paradigma evolutivo

Come *paradigma evolutivo*, la dieta mediterranea conferma il cibo nella sua funzione *narrativa*, perché ricorda che il cibo racconta, narra la sensibilità dell'uomo nel tempo e nello spazio.

In questa prospettiva si può distinguere il cibo *narrato* dal cibo *narrativo*. Il cibo *narrato* non è in grado di descrivere l'evoluzione del gusto nel tempo e nello spazio, mentre il cibo *narrativo* lo è. Per il cibo *narrato* l'uomo è *ciò che mangia nel presente*, mentre per il cibo *narrativo* l'uomo è *ciò che mangerà nel presente*. Il cibo *narrato* ha come oggetto il cibo mangiato dall'uomo. Il cibo *narrativo* invece ha per oggetto l'uomo che mangia quel cibo. Mentre il cibo *narrativo* guarda l'uomo in movimento, il cibo *narrato* vede l'uomo in quel momento. Mentre il cibo *narrativo* incorpora l'uomo che mangia al cibo mangiato, il cibo *narrato* invece scorpora l'uomo che mangia dal cibo mangiato.<sup>51</sup>

48. SPOTO, *Cibo, persona e diritti*, cit., p. 22.

49. Ivi, pp. 44-45, nota 101.

50. Cfr. A.I. TRAPÈ, *Il public food procurement. Strumento per la sostenibilità del sistema alimentare. Evoluzione del quadro normativo. Criticità applicative e prospettive di innovazione*, Napoli 2022, pp. 234-245.

51. Cfr. NIOLA, *Si fa presto a dire cotto*, cit., p. 52: «Lunga vita alle cucine della me-

L'esperienza dei Keys, ossia la modalità in cui essi stessi fecero esperienza dello stile alimentare offerto dal Mediterraneo, prefigura certamente uno sguardo che si relaziona a un movimento e non a un momento, dietro il quale si pone un cibo narrativo, e non narrato. Una modalità che riflette quella sensibilità capace di scrutare e valorizzare le potenzialità (non semplicemente l'attualità), di un contesto (il Mediterraneo) ancora nuovo e sconosciuto. Una modalità che ha reso la dieta mediterranea un cibo narrativo e non narrato. Il cibo quale voce narrante del cammino vitale di chi lo produce, di chi lo cucina, di chi lo mangia. I Keys hanno agito in continuità con la tradizione, quando l'Europa (il vecchio mondo) incontra l'America (il nuovo mondo), generando un bene per l'umanità, come è accaduto col cacao<sup>52</sup> e il pomodoro.<sup>53</sup> In effetti l'americano cacao, una volta sbarcato in Europa, è divenuto una tra le bevande più diffuse e apprezzate nel mondo,<sup>54</sup> e, allo stesso modo, quando l'americano pomodoro è giunto in Europa, è diventato il condimento dei piatti più diffusi al mondo: la pasta e la pizza. Allo stesso modo, grazie agli americani Keys, lo stile alimentare del Mediterraneo è divenuto un bene per l'umanità, un patrimonio immateriale dell'umanità. A

moria dunque. Ma che sia una memoria soft, facilmente digeribile e plurale. Non un peso che ci fa colare a picco nel mare della nostalgia»; MONTANARI, *Mangiare da cristiani*, cit., p. 17: «il gesto del mangiare richiede un atto di incorporazione che coinvolge e compromette la persona, giustificando la profondità dei significati immaginari e simbolici che in ogni tempo, in ogni luogo sono stati associati al cibo, affiancandosi a quelli più propriamente nutrizionali», e p. 20: «L'ideologia del cibo "neutro", che non contiene alcuna proprietà "morale" se non quelle che l'uomo stesso vi introduce (e non viceversa), è rivoluzionaria e, di fatto, inaccettabile nella misura in cui contraddice il principio antropologicamente inossidabile – perché auto-evidente – dell'incorporazione. A maggior ragione questa ideologia genera disagio (esistenziale prima che culturale, psicologico prima che ideologico)».

52. Cfr. BALZARETTI, *Il Papa, Nietzsche e la cioccolata. Saggio di morale gastronomica*, cit.

53. Cfr. M. MONTANARI, *Il mito delle origini. Breve storia degli spaghetti al pomodoro*, Roma-Bari 2019.

54. «La cioccolata, da una parte, rappresenta solo un piccolo episodio della grande storia dell'alimentazione e, dall'altra, fa parte di uno specifico gruppo di generi voluttuari, con il caffè, il tè e il tabacco, che ha avuto un particolare ruolo in Europa. Questo gruppo di prodotti completato dallo zucchero, che ha il compito di dolcificare bevande originariamente amare, è anche un simbolo della globalizzazione e del sistema economico mondiale. Essi sono stati la fonte del benessere delle colonie europee, ma anche la causa della tratta degli schiavi dall'Africa, prima che si cercasse di esportare la loro coltivazione anche in altri continenti. Hanno trasformato la vita dell'Europa introducendo l'uso delle bevande calde, creando l'abitudine quotidiana della colazione, del caffè dopo pranzo, della merenda dolce, della pausa caffè, per finire in una sintesi nei distributori di bevande calde. Il loro consumo è passato dalle élite al popolo seguendo un processo di "disincantamento" dello status symbol»: BALZARETTI, *Il Papa, Nietzsche e la cioccolata. Saggio di morale gastronomica*, cit., p. 11.

testimonianza del fatto che l'evoluzione dell'umanità è sempre un incontro che integra nuovo e vecchio, nuovi mondi e vecchi mondi. Ecco che la dieta mediterranea simbolizza questo incontro tra nuovo e vecchio, sconosciuto e conosciuto, noto e ignoto, entro una narrazione continua, dove il cibo diviene voce narrante.<sup>55</sup>

Una dinamica evolutiva che è divenuta peculiare questione anche nella riflessione teologica cristiana, ove avviene una sorta di riformulazione del noto assunto sentenziato dal magistrato e gastronomo J. Anthelm Brillat-Savarin, la cui formula «dimmi come mangi e ti dirò chi sei»<sup>56</sup> andrebbe trasformata in «dimmi come mangi e ti dirò come senti il tuo Dio».<sup>57</sup> In questo senso la dieta mediterranea *sfida la teologia a farsi pedagogia* per ogni uomo, invitandola a riflettere

su alcune tendenze in atto. Oggi il grande business legato alla cosmesi, alla salutistica, al *body fitness* e alla *gourmandise* non sembra più interessare la Chiesa. I peccati di gola non si sussurrano in segreto al proprio confessore, ma si ostentano come una virtù e un indice del buon gusto. L'unico interesse che la Chiesa mostra verso il corpo fisico sembra ormai ridotto solo a ciò che riguarda l'origine e la fine di questo corpo: dalla morale sessuale alla manipolazione genetica, all'eutanasia. La bioetica si è sostituita alla dietetica. Abbandonata alla sfera temporale, oggi la dietetica, da una parte, vede il ritorno di una vecchia tradizione interrotta nel Seicento, quando la gola si era emancipata dalla medicina, dall'altra e paradossalmente, sembra una ripresa di tematiche connotate religiosamente. Mentre agli inizi il protestantesimo si caratterizza per il rifiuto dei precetti alimentari ecclesiastici, e più recentemente anche la Chiesa cattolica ha abbandonato queste norme, molte confessioni protestanti, al contrario, usano prescrizioni dietetiche per preservare il corpo da cibi dannosi, qualificati religiosamente come impuri. Infine, a differenza di tradizioni religiose che usano il cibo come segno di appartenenza e di identità di gruppo,

55. «Perché anche il piatto più tradizionale, la più identitaria delle tipicità hanno dentro la traccia dell'altro. Sono il frutto di un matrimonio misto. Non a caso che molti degli ingredienti base delle gastronomie mediterranee vengano da paesi lontani»: NIOLA, *L'origine della dieta mediterranea*, cit., p. 32.

56. Cfr. J.-A. BRILLAT-SAVARIN, *La fisiologia del gusto*, a cura di M. Guibert, Palermo 1998.

57. In BALZARETTI, *Il Papa, Nietzsche e la cioccolata. Saggio di morale gastronomica*, cit., pp. 7-8 si legge: «il tema del cibo costituisce così l'opportunità per la teologia di riprendere un contatto concreto con la vita vissuta del popolo cristiano [...] Un discorso su cibo e morale non è mai stato un problema marginale del cristianesimo, ma è sempre stato all'origine e al centro della teologia cristiana. All'origine, perché il primo peccato e quindi la storia della salvezza inizia con un atto di ghiottoneria; al centro, perché l'eucarestia è un banchetto e la comunione con Dio è anche il mangiare l'ostia». Cfr. anche SILVESTRINI ADÃO, *La saggezza gastronomica*, cit., pp. 449-461.

l'ossessione salutista è diventata la nuova morale di una religione che ha come culto il corpo.<sup>58</sup>

Dal punto di vista giuridico-istituzionale, il paradigma evolutivo chiama in causa la dinamica interculturale dell'*istituto processuale*.<sup>59</sup> Le controversie alimentari, in effetti, mostrano come nei

Paesi industrializzati, per utilizzare una felice espressione, il “cibo ha smesso di essere [solo] cibo”, nel senso che si sta diffondendo un nuovo approccio che vede i problemi dell'alimentazione non soltanto connessi alla soddisfazione di bisogni primari legati alla sopravvivenza, ma anche come strumento di realizzazione di ulteriori istanze dell'individuo.<sup>60</sup>

Ulteriori istanze ove ogni questione di diritto evolve da una questione di principio e ogni questione di fatto evolve da una questione di valore, mostrando il processo come «fenomeno psicologico, esistenziale e antropologico-culturale prima che istituzionale e giuridico».<sup>61</sup> Ecco che il cibo rivendica il diritto come scienza pratica e non teoretica.<sup>62</sup> Una scienza che si sviluppa all'interno dei conflitti culturali (di valore e di principio) che muovono le relazioni umane, di fronte ai quali il giurista è chiamato oggi, epoca marcatamente interculturale, a farsi anche antropologo,<sup>63</sup> al punto che

per usare un paragone un po' inconsueto, ma chiaro, diciamo che il giurista è come un cuoco: la vera cucina non è in serie come quella di un *fast-food*, ma è il risultato della dedizione, della creatività e della tecnica applicata a quel particolare piatto che il “vero” cuoco sta creando. Così l'autentico giurista non ripete

58. BALZARETTI, *Il Papa, Nietzsche e la cioccolata. Saggio di morale gastronomica*, cit., p. 8.

59. Cfr. A. GARAPON, *Del Giudicare. Saggio sul rituale giudiziario*, Milano 2007.

60. SPOTO, *Cibo, persona e diritti*, cit., p. 22.

61. CAVALLONE, *La Borsa di Miss Flite*, cit., 14. Cfr. L. QUERZOLA, *Processo in tribunale vs strumenti conciliativi: un approccio di antropologia culturale*, in «Archivio giuridico», 4 (2023), pp. 969-993.

62. Cfr. N. LIPARI, *Quid est veritas? La dialettica verità-cerchezza nell'esperienza giuridica*, in «Rivista trimestrale di diritto e procedura civile», 77 (2023), pp. 1147-1156; O. DE BERTOLIS, *Ripensare il diritto: una prospettiva canonistica*, in *La famiglia, ospedale da campo*, a cura di A. Spadaro, pp. 256-269. Sul punto è utile ricordare quanto si è consolidata la tutela costituzionale della cosiddetta “giustiziabilità” del diritto al cibo: cfr. M. BOTTIGLIERI, *Il diritto ad un cibo adeguato. Profili comparati di tutela costituzionale e questioni di giustiziabilità*, in *La persona e l'alimentazione. Profili clinici, giuridici, culturali ed etico-religiosi*, a cura di P. Macchia, Roma 2014, pp. 217-260.

63. Cfr. B. FAEDDA, *L'antropologia culturale e il giurista. Per una moderna antropologia del diritto*, in «Materiali per una storia della cultura giuridica», XXXII (2002), pp. 533-544.

le sue soluzioni all'infinito, al contrario, volta per volta dà soluzioni o proposte sempre nuove a situazioni sempre nuove, perché propria del diritto è la distinzione delle fattispecie, e non l'omologazione.<sup>64</sup>

## 7. Per concludere: il diritto della dieta mediterranea

Ancel Keys morì a 100 anni, e

quando negli ultimi anni i giornalisti chiedevano immancabilmente a Keys se il merito della sua longevità fosse da attribuire alla dieta mediterranea, lo scienziato rispondeva, con grande understatement, che forse era proprio così ma non ne aveva le prove scientifiche.<sup>65</sup>

Il bene della dieta mediterranea, dunque, sembra che non possa essere scientificamente provato neppure da chi l'ha sistematizzata, ma solo concretamente vissuto. In effetti dietro di essa c'è stato un atto di fede, e non solo di scienza. Una fede che nasce dal coinvolgimento relazionale e affettivo che ha accompagnato la ricerca scientifica dei coniugi Keys. Una fede che si mostra nella familiare convivialità con cui è stato interpretato e connotato lo stile di vita mediterraneo. Un atto di fede che si è comunque palesato in un vero e proprio metodo di ricerca. Un metodo che ha saputo sapientemente tenere insieme scienza e coscienza, fisiologia e antropologia, cultura umana e colture cellulari, e alla base del quale si fonda la peculiare religiosità della dieta mediterranea. Una religiosità che non è confessionale e che nasce da una esperienza umana talmente coinvolta e coinvolgente da divenire un bene per l'umanità, al punto che:

senza la lucida visionarietà di questi due pionieri della ricerca epidemiologica in ambito nutrizionale molto probabilmente l'UNESCO non avrebbe mai dichiarato la dieta mediterranea patrimonio culturale intangibile dell'umanità. La FAO non l'avrebbe inclusa tra i modelli agroalimentari più sostenibili del pianeta. Né l'OMS l'avrebbe riconosciuta come uno dei regimi nutrizionali più salutari.<sup>66</sup>

Un bene che rimane dunque una inedita regola alimentare religiosa. Una regola che si fa *norma* e non precetto, *misura* e non comando. *Inedita* per-

64. O. DE BERTOLIS, *Analogie insospettite tra diritto e arte*, in «La Civiltà Cattolica», 3835 (2010), pp. 25-26.

65. MORO, *La dieta mediterranea*, cit., p. 67.

66. Ivi, p. 17.

ché la sua efficacia dipende dalla sensibilità di ognuno e non dalla autorità di qualcuno. *Religiosa* perché relativa alla dimensione sacrale dell'umana convivenza. Una inedita RAR che, in definitiva, proprio quando invoca la cultura come bene immateriale e non solo materiale,<sup>67</sup> conferma quanto il diritto preceda il legislatore.<sup>68</sup>

67. «L'UNESCO ha il vantaggio, sicché, di far uscire dall'ombra (o dalla conoscenza limitata di pochi territori) tradizioni secolari, pratiche sociali, riti e festività che traducono l'anima delle persone, i loro sentimenti, le loro emozioni ancestrali» (PETRILLO, *La Dieta Mediterranea patrimonio culturale dell'umanità*, cit., p. 72), tuttavia in Italia «emerge chiaramente la volontà del Legislatore di tutelare e salvaguardare esclusivamente la cultura intesa come bene, come oggetto, come cosa, e dunque nella sua dimensione materiale, ritenendo evidentemente non degno di tutela quel patrimonio culturale immateriale che si nasconde dentro o dietro il bene culturale in quanto cosa» (ivi, p. 76).

68. Cfr. S. ROMANO, *L'ordinamento giuridico*, Firenze 1945; P. GROSSI, *Prima lezione di diritto*, Bari-Roma 2005; R. TAGLIAFERRI, *Antropologia culturale del diritto. Il fondamento rituale del diritto*, in «Rivista liturgica», 108 (2021), p. 43: «Bisogna trovare il senso profondo dello *ius*, che sembra invece catturato dalla *lex* come strumento di potere». Sul senso profondo dello *ius* che non corrisponde al potere autoritativo della *lex*, bensì alla autorevolezza rituale della giustizia, si legge in LIPARI, *Quid est veritas? La dialettica verità-cerchezza nell'esperienza giuridica*, cit., p. 1151: «L'atto per essere legale non deve più corrispondere alla "cosa" legge, ma deve tendere a un risultato. E questo risultato va inteso in termini di giustizia». Una giustizia che certamente implica adeguamento alla specificità culturale delle relazioni umane concretamente vissute, come dimostrano le singole Amministrazioni regionali, quando «a dispetto di quanto avviene a livello nazionale, in diverse Regioni italiane, infatti, sono state adottate norme volte a regolamentare in modo organico la tematica o, quanto meno salvaguardare e valorizzare alcuni elementi appartenenti al patrimonio culturale immateriale tradizionale», sebbene a livello legislativo nazionale «la nozione di cultura sia ancora ferma all'Ottocento, strettamente connessa alla dimensione materiale»: PETRILLO, *La Dieta Mediterranea patrimonio culturale dell'umanità*, cit., p. 76.

# Cibo supporto di vita ed evoluzione psicologica e spirituale nello Yoga

*Aurelia Debenedetti*

Sommario: 1. Rapporto tra filosofia Yoga e spiritualità indiana – 2. L'Āyurveda – 3. Pratiche alimentari – 4. Il latte e i derivati – 5. Altri cibi – Fonti e bibliografia.

## 1. Rapporto tra filosofia Yoga e spiritualità indiana

Poiché l'argomento dell'incontro è "le religioni e il cibo", ritengo utile un'introduzione che dia un'idea del concetto di religione per l'India e del rapporto fra la filosofia Yoga e la spiritualità indiana.

La spiritualità e cultura indiana trovano il loro fondamento nei *Veda*, generalmente ricollegati al patrimonio mistico-culturale degli Ari (circa due millenni avanti Cristo) con qualche influsso delle tradizioni, ancor più antiche (oltre tre millenni avanti Cristo), delle popolazioni autoctone della valle dell'Indo, la cui evoluzione è testimoniata dai reperti e resti urbani sorprendenti di *Harappa* e *Mohenjo Daro*.

I *Veda* sono definiti il ricordo, la "memoria",<sup>1</sup> o la "visione" della conoscenza sacra della verità, rivelata agli antichi saggi – detti *Rishi* – attraverso illuminazione divina evocata da un'intensa pratica e ricerca spirituale. Il termine *Veda* viene da una radice "vid" che significa conoscenza, sapere, e implica il concetto di "vedere la verità". I quattro *Veda* sono, per gli indiani, senza tempo e al di là del tempo.<sup>2</sup> Non si tratta di un racconto organico, bensì di versi laudativi, quasi un manuale per gli *Hotar*, o i *Sāman*, ossia i

1. In sanscrito sono definiti *Smṛti*, memoria.

2. Il *Rg Veda* è un insieme di inni – pronunciati dagli *Hotar* – che hanno per oggetto il culto sacrificale; il *Sama Veda* è una raccolta di mantra cantati dai sacerdoti – *Sāman* – che si occupavano del rito del *Soma*, la bevanda sacra; lo *Yajur Veda*, suddiviso in bianco e nero, contiene le formule e l'esposizione dei rituali di sacrificio; l'*Atharva* o *Atharvana Veda* (il *Veda* dei sacerdoti del fuoco) è una raccolta di formule magiche, propiziatorie e accorgimenti terapeutici dal quale si sviluppò l'Āyurveda.

sacerdoti che avevano il compito di invitare le divinità a prender parte ai sacrifici. L'obiettivo dei riti e dei sacrifici era la liberazione dal ciclo delle rinascite e dal dolore.

Il *Rg Veda* introduce il Creatore con una domanda. Si chiede “chi” (*KA*) esistesse al di là dell'eternità e della morte, quando notte e giorno non esistevano. E risponde: “C'era *Quello: TAT*”. “*Quello*” è il depositario della forza creatrice e dell'Ordine Cosmico. È la forza creatrice – la cui radice sanscrita è *BRA* – che compie il primo sacrificio, ed è quindi denominata *Brahman*, che sarà sinonimo di Creatore. Il primo sacrificio di *Brahman* travalica la trascendenza creando il primo simbolo dell'eterno Uno originario. Produce la prima forma simbolica, *Hiranyagarbha*, il “Germe, l'Uovo d'oro”, cioè la sorgente di luce dorata, archetipo del Sole e della vita. Ora *Brahman* è detto anche *Prajāpati*, il produttore, e produce gli Dei che rappresentano alcune tra le sue infinite funzioni e tutte le altre creature. Gli Dei hanno nomi e forme. L'essenza del creatore verrà detta *Brahma* che sarà un Dio con una forma. Agli Dei viene assicurata l'immortalità attraverso il dono della bevanda sacra, il *Soma*, archetipo dell'acqua, che sarà indispensabile premessa di vita per gli umani e le creature.

Ma l'essenza del Creatore si trasmetterà a ogni creatura. Nel *Rg Veda* ogni inno o gruppo di inni è diretto a una divinità, sempre trattata come se fosse l'unica. Non c'è una gerarchia divina. Ogni divinità è *unica* nella mente dell'adoratore, nel momento della sua adorazione e preghiera. Inoltre, qualunque divinità è soggetta alla legge suprema dell'Ordine cosmico che vige al di sopra di tutti, immortali e mortali. Max Müller ravvisò in ciò il momento iniziale del monoteismo e lo definì *Enoteismo*.

## 2. L'Āyurveda

Dall'*Atharva Veda* si sviluppò l'Āyurveda,<sup>3</sup> anche detta “quinto *Veda*”; inoltre, le formule rituali e i riti dei *Veda* furono ulteriormente spiegati e approfonditi in altri trattati, i *Brāhmaṇa* e gli *Āraṇyaka* (XI-IX sec a.C.), e completati dalle *Upanishad* (IX-VIII sec a.C.).<sup>4</sup>

3. L'Āyurveda, che significa scienza della vita, consiste in una medicina molto articolata che include varie branche, compresa la chirurgia e *Abhāra Vijnana*, la scienza del cibo, che insegna a conoscere le qualità e le potenzialità degli alimenti al fine di mantenere o ristabilire la salute. L'Āyurveda sostiene che molti commestibili, se presi in grande quantità sono cibi, ma se assunti in piccole quantità e opportunamente dosati, sono medicine. L'Āyurveda avverte, inoltre, che le prime terapie sono, comunque, il modo in cui si vive e le corrette scelte alimentari.

4. Si tratta di composizioni in forma di dialogo tra Maestro e discepolo.

È riconosciuta sacra anche la *Bhagavad Gītā*,<sup>5</sup> inclusa nel *Mahābhārata*. Seguirono il più tardo *Rāmāyana*, i *Purāna* e i *Dharma Shāstra*. Inoltre, al fine di fornire delle soluzioni pratiche alla ricerca di una via di liberazione dal ciclo delle rinascite e al desiderio di combattere il dolore fisico e morale,<sup>6</sup> si svilupparono sei metodi pratici filosofici: *Sāṃkhya*, *Yoga*, *Nyāya*, *Vaisheshika*, *Mīmāṃsā*, *Vedānta*, molto diversi l'uno dall'altro, ma complementari, perché mossi dalle stesse esigenze salvifiche e curative. Sono definiti ortodossi, perché tutti si riconoscono sotto l'autorità dei *Veda*.<sup>7</sup>

L'*induismo*, anche detto *Sanatana Dharma*,<sup>8</sup> vale a dire religione a partire dall'eternità, si riconosce globalmente in tutto questo insieme di tradizioni, culture e riti contenuti nei testi sacri e nelle filosofie ortodosse. Ma non solo, poiché gli Ari, giunti nella valle dell'Indo, si erano mescolati alle preesistenti culture dei Dravidi e degli Aborigeni del continente indiano, assorbendone vari aspetti. Perciò l'induismo, pur essendo considerato una religione ariana, avendo assorbito molte componenti cultural-religiose autoctone, è in realtà, oltre che una religione, un sistema sociale che è il risultato delle influenze di diversi gruppi etnici e culturali che, nel corso del tempo, ebbero modo di modificare, in virtù della legge dell'imprestito, le loro diverse tendenze e pratiche di culto.

Il *Rg Veda*<sup>9</sup> dice che il Creatore, dopo aver generato gli Dei, creò la materia immolando varie parti di se stesso. Celebrando un sacrificio primordiale, il Creatore diede origine a una società umana che veniva creata a partire da parti del corpo divino, la testa, le braccia, le cosce, i piedi, ciascuna con diverse funzioni. Ne nasceva una società dotata di funzioni diverse, tuttavia tutte interconnesse e indispensabili l'una all'altra. In virtù di ciò, ogni indù è, da sempre, consapevole di avere, anzitutto, una funzione originaria e il suo segno distintivo è il *Varna Ashama Dhārma*.<sup>10</sup> *Varna* significa "casta".

5. Dialogo fra *Krishna*, incarnazione divina, e un guerriero.

6. I tre tipi di dolore sono quello che viene da se stessi, quello che viene dagli altri e quello che viene dall'imprevedibile e dalla natura, quest'ultimo definito "dolore che viene dalla divinità".

7. Oltre a questi, si aggiunsero anche tre metodi filosofici non ortodossi: *Jainismo*, *Buddismo*, *Chārvāka*.

8. *Dharma* significa: virtù, giustizia, opere buone.

9. *Rg Veda* X, 90-11, 12. In occidente spesso si scrive *Rig* basandosi sulla pronuncia, ma la grafia sanscrita è *Rg*.

10. *Varna Ashama Dhārma*: la legge delle quattro classi e età della vita. *Varna* significa classe, casta. Il sistema delle caste è stato abolito per legge nel 1947 dopo l'indipendenza dell'India. Le caste previste dai *Veda* erano *Brāhmana*, sacerdoti, intellettuali; *Ksatriya*, guerrieri, nobili; *Vaisya*, mercanti, artigiani; *Sudra*, lavoratori. Gli stranieri erano fuori casta: *Dalit* o *Paria*.

L'antico sistema delle caste fu abolito nel 1947, e tuttavia permane sotto forma di concetto di appartenenza. Perciò si appartiene all'induismo, indipendentemente dall'aderenza a un certo tipo di rituale religioso. Si è indù soltanto se nati da un indù, nati perciò dai discendenti del sacrificio divino originario. Non esiste un'organizzazione religiosa indù, né alcuna gerarchia religiosa definita. Si è liberi di essere credenti in un unico Dio, di essere politeisti, oppure di essere atei. Perciò tra gli indù coesistono credenze e pratiche molto diverse, e non c'è alcun riferimento ad alcun "profeta", né a una particolare "fede", per quanto ci siano figure considerate sante e realizzate.

Gli indù sono, invece, fortemente accomunati dal rispetto dei testi sacri, dalla comune indiscussa credenza nell'immortalità dell'anima, dalla convinzione nella legge del *karma* (quest'ultima, peraltro, condivisa anche dalle *Darshana* non ortodosse), dalla credenza nelle rinascite e nella possibilità di liberazione anche durante la vita. Ciascuno è libero di scegliere la propria pratica, il proprio rituale, il proprio metodo: "la via della devozione", la "via della conoscenza" o la "via dell'azione", secondo i diversi metodi proposti dalle *Darshana*. Tuttavia, ciascuno è anche libero di professarsi ateo, pur restando induista.

### 3. Pratiche alimentari

Tutte le *Darshana* ortodosse – e lo Yoga, in particolare, è una di esse – fanno riferimento all'Āyurveda per orientare le proprie scelte alimentari, con l'obiettivo di mantenere o ritrovare la salute. Occorre premettere che l'Āyurveda non obbliga necessariamente all'astensione dalle carni: infatti la sua scienza del cibo, *Abhāra Vijñana*, descrive anche le funzioni delle varie carni in modo molto dettagliato. Tuttavia, la totale accettazione della legge del *karma* e della metempsicosi induce ad astenersi dall'uccidere animali e a cibarsene. Per quanto riguarda lo Yoga, in particolare, *Ahimsa*, cioè la non-violenza in generale e quindi anche il non-uccidere, è prescritto come premessa alla pratica dello Yoga anche perché aumenta il *karma* positivo. Perciò, chi aderisce a questa *Darshana*, pur non avendo formali obblighi, è tendenzialmente vegetariano. La scelta, quindi, non è dietetica ma di ordine morale. Tra gli induisti, i *Bramini* o *Brahmani* sono vegetariani stretti, per obbligo di *Varna* e hanno anche altre restrizioni e voti particolari. Le mucche sono animali sacri, per ragioni simboliche, ma anche perché producono il latte che è il primo tra tutti gli alimenti sacri, come vedremo tra poco. Inoltre, anche l'orina e lo sterco dei bovini sono impiegati in vari procedimenti di purificazione, anche della terra e degli ambienti, nonché in alcuni rituali.

Sin a partire dai *Veda* troviamo l'accento al cibo in quanto indispensabile fonte di vita e, in quanto tale, sacro. Il *Rg Veda* I, 187 dice espressamente che l'atto del mangiare non solo è sacro, ma deve anche avere un aspetto sociale, un aspetto di condivisione, non solo tra gli umani, ma anche tra gli Dei che condividono il *Soma*, la bevanda sacra che preserva la loro immortalità. C'è condivisione anche tra gli uomini e le divinità, in quanto gli uomini fanno offerte di cibo agli Dei, sotto forma di sacrifici rituali.

Il *Rg Veda* X, 107 avverte: «Rispetta il cibo, scopri che il cibo è sacrificio e che il cibo è *Brahman*». Il senso è che, cibandosi di una sostanza, la si immola e la si sacrifica al fine di mantenere la propria vita, e il cibo è *Brahman* perché dal cibo dipende la nostra vita, come è dipesa dal Creatore.

A questo passo del *Rg Veda* si ricollega l'*Upanishad* più antica, la *Bṛhadāraṇyaka-upanishad* I, 5, 1-3, quando dice che il Creatore produsse per ognuno il cibo più adatto. Assegnò due alimenti agli Dei: le offerte nel fuoco e le oblazioni eseguite nel plenilunio e novilunio.

#### 4. Il latte e i derivati

Un elemento fu concesso agli uomini e agli animali, il latte, di cui si nutrono il neonato e gli animali che ancora non mangiano erba. E la stessa *Upanishad* ricorda che l'offerta del latte, in quanto simbolo del cibo in assoluto, è l'oblazione che, se opportunamente ripetuta, scongiura la morte.

Il latte è quindi il primo e fondamentale alimento che viene offerto in sacrificio alle divinità e che, quindi, l'uomo condivide con Dio, ma è anche alla base della medicina āyurvedica.<sup>11</sup>

Infatti i primi cibi, considerati come le prime medicine āyurvediche, furono anzitutto tre derivati del latte: il *ghī* (burro chiarificato e filtrato), il burro fresco e lo yogurt naturale, oltre al miele e alla melassa da canna da zucchero, successivamente rimpiazzata dall'olio di sesamo. Queste sostanze sono, ancor oggi, definiti "elisir" āyurvedici, e sono variamente utilizzati in mescolanze diverse, oppure impiegati come base per altre preparazioni. A esse vanno aggiunti l'acqua, il riso e l'orzo.

Insieme al latte, tutti gli elementi citati sono ancor oggi impiegati nei rituali e sacrifici religiosi e sono, perciò, condivisi con la divinità. Inoltre, secondo la medicina āyurvedica sono alimenti benefici per tutti.

In quanto cibi, vediamo sinteticamente come sono considerati dall'Āyurveda.

11. L'Āyurveda dice che ogni alimento se consumato in quantità è cibo, in piccole, opportune quantità, è una medicina.

Il latte di mucca equilibra tutte le energie. Ma poiché l'Āyurveda prende in considerazione dettagli molto sottili, si specifica anche che il latte di mucca munto la mattina favorisce la crescita, quello munto il pomeriggio ha una funzione rilassante e antinfiammatoria,<sup>12</sup> mentre quello munto la sera toglie la fatica e induce il sonno. Il latte di bufala è particolarmente nutriente e ricostituente. Il latte di capra è benefico per chi ha problemi polmonari ed è impiegato anche come collirio per la congiuntivite.<sup>13</sup> Il latte di giumenta cura le forme reumatiche. Il latte di elefante cura la vista, e il latte di cocco è diuretico ed è utile ai reni e alla prostata.

È utile, tuttavia, ricordare che la prima raccomandazione dell'Āyurveda, e la prima cura in assoluto, è l'idratazione.<sup>14</sup> Non a caso, forse, l'immortalità degli dei era preservata da una bevanda, il *Soma* – secondo i commenti si tratterebbe di succo di *Sarcostemma Viminalis* o *Asclepia acida* – *Ephedra Gerardiana* più latte e farina d'orzo – e una versione della cosmogonia vedica prevedeva che il mondo e le sostanze avessero origine dall'acqua.<sup>15</sup> L'acqua e il riso, entrambi elementi di uso quotidiano in India, sono le offerte che nella cultura indiana si fanno agli antenati, in suffragio dei quali anche lo Yoga tradizionale prescrive pratiche particolari nei giorni di luna nuova e luna piena. Tali pratiche sono propizie anche a chi le esegue.

Il *ghī* consiste in burro chiarificato e purificato secondo precise procedure che, tra l'altro, lo privano di ciò che, in occidente, definiamo colesterolo LDL (quello cattivo). Si distinguono il *ghī* fresco e il *ghī* "invecchiato", cioè conservato secondo precise direttive. Il *ghī* fresco è un medicamento che può essere usato da chiunque, indipendentemente dall'età. Si assume in piccolissima dose (un cucchiaino), è altamente ricostituente, conferisce longevità e fertilità, dà forza fisica e mentale, sostiene la memoria e migliora le funzioni dei sensi di percezione. Il *ghī* di latte di mucca cura anche le malattie oftalmiche. Il *ghī* viene invecchiato anche per cent'anni, secondo procedimenti particolari e segreti, e pertanto non esiste, in questa versione, nei Paesi occidentali. È interessante osservare che, opportunamente dosato da un *Vaidya*, e cioè da un medico āyurvedico, è impiegato, oltre che per le malattie oftalmiche, anche per alcune malattie psichiatriche e veneree.

12. Diminuisce l'attività di *Vatha* e riduce *Pitha*.

13. Il latte di pecora è utile soltanto in caso di squilibrio di *Vatha*.

14. La prescrizione āyurvedica, ripresa anche da molti salutisti moderni, è di bere poco per volta, ma regolarmente, in modo cadenzato, indipendentemente dalla sete, meglio se ogni mezz'ora, al massimo ogni ora. Inoltre, si prescrive di trattenere in bocca l'acqua sorseggiandola lentamente. Mentre l'alimentazione mediterranea si basa prevalentemente sul grano e sul vino, l'alimentazione indiana è legata, invece, all'acqua e al riso.

15. Si osserva che anche nella scala degli elementi prevista dal *Sāmkhya* l'acqua è l'elemento di congiunzione fra l'elemento più concreto, la terra, e il fuoco, l'elemento più sottile.

Il burro fresco non viene prodotto a partire dalla panna del latte, bensì dallo yogurt che si ottiene mescolando al latte il tamarindo. È da questo tipo di burro che si ricava il *ghī*. Questo burro è un ricostituente, aumenta la memoria, è un ottimo rimedio per gli occhi ed è un antidoto ai veleni. Non deve essere consumato col pane, perché in tal caso produce fermentazione; si abbina bene invece al riso, ma non con le paste. Come *elemento sacrificale* è chiamato *Ghrta*.

Lo yogurt, prodotto come abbiamo detto, è uno dei cinque elementi di una particolare cura di purificazione.

## 5. Altri cibi

Il miele è considerato il nettare della vita e il simbolo dell'immortalità: è l'unico prodotto considerato vivente, perciò non si cuoce mai. Cuocerlo equivale a ucciderlo. Quando è utilizzato come veicolo di un medicamento, viene impiegato il miele di rosa che è molto scuro ma è neutro. In Europa si usa il miele di acacia che è anch'esso neutro. Il miele costruisce e riequilibra tutti i tessuti cellulari, stimola l'appetito ed è un purificatore dell'organismo. Deve essere consumato con grande parsimonia. Uno, massimo due cucchiaini da caffè in una tazza di latte la sera migliorano la memoria. In India esiste un procedimento per invecchiare il miele, ma è cosa fatta da specialisti. Un cucchiaino da caffè di miele antico al giorno combatte l'obesità.

La canna da zucchero: non si intende qui lo zucchero, bensì l'involucro esterno. È un autentico medicamento āyurvedico (Alessandro Magno conobbe la canna da zucchero in India e la introdusse in Europa). È nutriente, rinfrescante, combatte la fatica, cura tutti i tessuti cellulari, combatte la sete, la nausea e la sterilità.

L'olio di sesamo, se utilizzato come alimento, costruisce tutti i tessuti cellulari, rinforza i sensi di percezione, migliora la digestione, il colorito, la capigliatura. In āyurveda è molto usato come eccipiente perché convoglia ogni medicamento perfettamente.

Altri alimenti sono impiegati nei rituali e condivisi con la divinità, in particolare il riso e l'orzo. Sono entrambi rinfrescanti e antinfiammatori, e anche l'acqua di cottura di entrambi gli alimenti può avere impieghi terapeutici. In particolare, l'orzo, impiegato in dosaggi ayurvedici, riduce il diabete insulinodipendente. È interessante ricordare che, in qualche passo del *Rg Veda*, è indicato come componente del *Soma*, la bevanda delle divinità.

Il riso, dal punto di vista āyurvedico, ha tutte le caratteristiche e qualità benefiche che curano tutti i tessuti cellulari, e perciò è raccomandato come

cibo quotidiano e se ne impiega anche l'acqua di cottura in vari modi, interni o esterni; per esempio, in gargarismi contro il mal di gola.

Osserviamo inoltre che tutti i cibi impiegati come offerte nei rituali sono anche indicati come cibi per chiunque, tranne il miele che, in realtà, deve essere consumato con maggiore parsimonia dalle donne.

Occorre infine segnalare che i sapori sono il rapporto diretto che l'uomo ha con il cibo, e lo orientano nelle scelte. La complessa, interessantissima scienza dell'Āyurveda comincia, infatti, esaminando il rapporto fra i sapori (*Rasa*) e i motori delle energie umane (*Vāta, Pitha, Kapha*): in particolare, la gradazione dei sei sapori fondamentali di partenza ricalca le variazioni che subisce il latte quando è lasciato virare.<sup>16</sup> Torniamo quindi nuovamente al latte in quanto primo alimento di base.

## Fonti e bibliografia

G. GABRIEL, *Āyurveda Abhāra Vijñāna. Les effets de l'alimentation sur la santé selon l'enseignement de Sri T.K. Sribhashyam*, 2002.

R. PANIKKAR, *I Veda e gli Inni cosmici*, a cura di M. Carrara Pavan, Milano 2023. *Rig-Vēda, ou Livre des hymnes*, trad. M. Langlois, Paris 1848-1851.

T.K. SRIBHASHYAM, *Āyurveda*, Barcelona 1998.

T.K. SRIBHASHYAM, *L'Hindouisme*, Nice 1998.

*Vedic Hymns*, in *Sacred Books of the East*, a cura di M. Müller, Oxford 1891.

16. *Madhura* dolce, *Amla* acido, *Lavana* salato, *Katuka* amaro, *Tikta* piccante, *Kashāya* astringente.

# Il cibo, occasione di Risveglio

*Paola Taien Antonicelli*

Rimboccarsi le maniche, la mente, il cuore della Via.

Minamizawa Dōnin Zenji

Sommario: Premessa – 1. Cenni storici – 2. Dall’origine ai giorni nostri – 3. Istruzioni a un cuoco Zen – 4. Il rito del pasto – 5. Conclusioni.

## **Premessa**

Il cibo è uno degli elementi materiali e simbolici basilari dell’esistenza umana, prima ancora sociale che individuale. Mitologizzato da sempre e in ogni cultura, va oltre la dimensione della sopravvivenza e della funzionalità. Nell’atto di mangiare l’uomo ritrova le due dimensioni che eccedono la propria limitatezza egoica e la propria finitezza esistenziale: il rapporto comunitario e il rapporto con il trascendente. In ambito monastico queste due dimensioni si ritrovano naturalmente fuse insieme e per questo formano oggetto di regole spesso minuziose e intrise di saggezza tanto pragmatica (vivere insieme in una comunità di rinuncianti può essere molto più difficile che non il vivere in una complessa società mondana) quanto spirituale (derivante dall’esperienza concreta di contatto con il trascendente). I modi di assumere il cibo sono centrali nel *Vinaya*<sup>1</sup> buddhista, cioè nell’insieme delle regole che governano la pratica spirituale di questa religione essenzialmente monastica. Tali regole non hanno carattere né fisso né esteriore, ma, da un lato, sono soggette a trasformazioni anche profonde col cambiare delle epoche e delle culture a contatto delle quali il buddhismo si sviluppa, e, dall’altro, sono fondamento di una prassi interiorizzante, che le trasforma

1. Corrente scolastica del buddhismo cinese e giapponese che sottolinea innanzitutto la stretta osservanza delle regole stabilite nel *Vinaya-Pitaka*, la parte del Canone buddhista (*Tripitaka*: *Vinaya-Pitaka*, *Sutra-Pitaka*, *Abhidharma-Pitaka*) che contiene regole e disposizioni riguardanti la convivenza fra i monaci e fra le monache in tutti i particolari, secondo punti di vista etici e spirituali.

in elementi ispirativi del cammino realizzativo di ciascun seguace dalla Via del Buddha. Dōgen Zenji (1200-1253), iniziatore della tradizione Zen Sōtō giapponese, ha prodotto un corpo di Regole<sup>2</sup> (scritte tra il 1237 e il 1249) caratterizzate dalla ritualizzazione di ogni aspetto della via quotidiana dedicata alla pratica religiosa ininterrotta (jp. *Gyōji*) della comunità monastica, due delle quali sono dedicate al cibo: il *Fushuku Hanpō* (la *Regola del pasto*, scritto nel 1246) e il *Tenzo Kyōkun* (*Istruzioni a un cuoco Zen*, scritto nel 1237). Da entrambi i testi emerge che preparare un pasto e consumarlo hanno contemporaneamente la valenza di una pratica meditativa e di una funzione liturgica, ma si attuano attraverso semplici azioni del vivere quotidiano che restano tali. Sono tutte occasioni di Risveglio. «Innumerevoli opere e fatiche ci hanno donato questo cibo, la virtù e l'esercizio nostri sono forse degni di questo dono?»: è quel che, insieme, ci si chiede quando alla mensa della Comunità ogni ciotola è servita. Un rituale tanto semplice quanto ricco di risonanza ci espone a quell'alterità che, infrangendo sistematicamente il vettore mezzo-fine, irrompe nella fortezza della nostra individualità per lasciarci scoperti alla presenza del sacro.

## 1. Cenni storici

Due pasti furono oltremodo fruttiferi, oltremodo produttori, al di sopra degli altri pasti, pur molto fruttiferi, molto produttori. Quali due? Quello che il Compiuto mangiò allorquando raggiunse l'incomparabile totale suprema illuminazione, e quello che il Compiuto mangiò allorquando si estinse nell'elemento estinzione, privo di base di essere.<sup>3</sup>

Il ruolo del cibo è stato centrale fin dai primordi del buddhismo. Nella precedente citazione vengono ricordati due momenti salienti della vita di Shakyamuni Buddha.<sup>4</sup>

Abbandonata la casa paterna per provare a risolvere i problemi che lo tor-

2. *Eihei Shingi*, opera in cui vengono trattati gli ideali della comunità dei seguaci del Buddha (*Sangha*) e le regole di comportamento. *Shingi* è termine giapponese (letteralmente norma chiara, regola chiara) che indica le prescrizioni che regolano la vita quotidiana in un monastero Zen, comprese quelle per i monaci e i laici nella vita di tutti i giorni al di fuori del monastero.

3. Da *Mahā Parinibbāna Suttanta*, *Canone Buddhista*, *Discorsi lunghi*, a cura di E. Frola, Torino 1997, pp. 424-425.

4. Shakyamuni Buddha: soprannome di Siddharta Gautama (Lumbini, 8 aprile 566 a.C. - Kushinagar, 486 a.C.), fondatore del buddhismo e Buddha storico appartenente alla stirpe degli Shakya.

mentavano fin dall'età di sei anni, incominciò a vagare seguendo per sei anni gli insegnamenti di vari maestri. Arrivò agli estremi, diminuendo ogni giorno i granelli di riso che mangiava finché, racconta la leggenda, lo sterno gli si vedeva da dietro, le costole erano trasparenti, ridotto praticamente a niente. Attraversando un fiume un giorno si imbatté in una giovane donna di nome Sujātā, che gli diede da mangiare. Quella ciotola di riso e latte risvegliò in lui la cosiddetta Via Media che più tardi, per opera di Nāgārjuna,<sup>5</sup> diede il nome alla scuola Mādhyamika.<sup>6</sup> I cinque discepoli che alla fine di questo periodo l'accompagnavano, scandalizzati che accettasse da mangiare dalle mani di una graziosa ragazza, lo abbandonarono e si trovò solo (perché anche Sujātā, dopo avergli dato da mangiare sparì). Continuò da solo, perché capì che ogni estremismo ascetico è controproducente e che né il palazzo del re, né la capanna del povero erano per lui quello che cercava.

Il secondo episodio riguarda il momento della morte fisica all'età di circa 80 anni.

Secondo una leggenda Buddha sarebbe morto in seguito a un pasto di carne di cinghiale consumato a casa di un discepolo di nome Kunda, di professione fabbro. Questo racconto ha lasciato perplessi molti commentatori, ma alla luce di quello che sappiamo, dell'archetipo universale del sacrificio di un dio che apre la via della trascendenza, del dominio della morte, il ruolo del cinghiale, come uccisore, appare un elemento normale.<sup>7</sup> [...] La leggenda dell'ultima cena di Buddha è narrata nell'antica scrittura pali detta *Il filo della Grande Estinzione, Mahāparinibbana Sutta*. Risale all'80 a.C. Essa suggerisce l'idea di una tradizione che rappresenta qualche analogia con quella evangelica dell'ultima cena di Cristo (pur con accenti diversissimi), con Kunda nel ruolo di Giuda, Ananda in quello di Pietro e Buddha naturalmente in quello della vittima consenziente. «L'ora è giunta, Signore, e il pasto è pronto», dice il Sutra. Il Benedetto, il mattino presto, indossò la sua tunica, prese la sua ciotola e con i suoi fratelli si recò a casa di Kunda, il fabbro. Giuntovi, si assise sul seggio che gli era stato preparato. E, sedutosi, si rivolse a Kunda, il fabbro e disse: «La succulenta carne di cinghiale che hai preparato, Kunda, servila a me; ai fratelli servi gli altri cibi, il riso dolce

5. Nāgārjuna (150 d.C. circa - 250 d.C.): uno dei più importanti filosofi del buddhismo e Patriarca Mahayana.

6. Mādhyamika: il nome della scuola si riferisce alla Via Media e la sostiene relativamente all'essere o al non-essere delle cose. Con l'aiuto delle otto negazioni viene rifiutata ogni affermazione sull'essenza delle cose, ritenendola non appropriata; quindi, si dimostrano il carattere illusorio e la relatività di tutte le apparenze. Poiché tutti i fenomeni nascono in dipendenza da certe condizioni, essi non possiedono un essere proprio, sono vuoti di un sé imperituro.

7. Cfr. J. CAMPBELL, *Le figure del mito. Un grande itinerario illustrato nelle immagini mitologiche di ogni tempo e paese*, Como 1992, sesta parte, il Risveglio.

e i tortini [...]». E il Benedetto si rivolse a Kunda, il fabbro, dicendo: «Quel che resta della succulenta carne di cinghiale, Kunda, scava una buca e seppelliscilo. Non vedo nessuno sulla terra [...] né nel cielo di Mara, né in quello di Brahma, nessuno dei monaci o dei bramini [...] che [...] sia in grado di assimilarlo eccetto il Tathāgata». <sup>8</sup>

## 2. Dall'origine ai giorni nostri

In occasione di un suo soggiorno nei pressi di Sāvattthī nel bosco di Jeta, nell'Ermo di Anāthapiṇḍika, il Tathāgata<sup>9</sup> colse l'occasione per esortare i suoi discepoli: «Mendicanti, io dunque prendo il cibo una sola volta al giorno: una sola volta al giorno prendendo il cibo, io serbo sanità e freschezza e vigore e forza e benessere. Ora anche voi, monaci, prendete il cibo una sola volta al giorno: una sola volta al giorno prendendo il cibo, voi, monaci, serberete anche voi sanità e freschezza e vigore e forza e benessere». <sup>10</sup>

Nella citazione del *Majjhima Nikaya* troviamo la parola *mendicanti*. Al tempo del Buddha, in India, ai monaci era proibito lavorare. Potevano vivere di elemosine, mangiando solo ciò che veniva loro offerto nella ciotola, una volta al giorno, prima di mezzogiorno.

Oggi, 2024, la regola di consumare il cibo entro mezzogiorno è rimasta perlopiù nella tradizione Theravada,<sup>11</sup> mentre nella tradizione Zen Sōtō, risalente al XIII sec., si usa considerare pasti la colazione e il pranzo, mentre la cena rimane frugale: è chiamata in giapponese *yakuseki kittō*, lett. *pietra medicinale*, perché anticamente la sera si usava appoggiare una pietra calda all'altezza della bocca dello stomaco. Quindi è previsto ancora oggi che una parte della giornata sia dedicata al pasto e una al digiuno. La compresenza di pasto e digiuno è un esempio di come la nostra tradizione metta l'accento

8. CAMPBELL, *Le figure del mito*, cit., prefazione, p. XIII.

9. *Tathāgata* (scr. pali), letteralmente "Colui che così viene": è uno dei dieci epiteti di un Buddha.

10. *Majjhima Nikaya* MN65: *Bhaddālisutta*. *Majjhima Nikaya* o "Discorsi di media lunghezza" del Buddha, è il secondo *nikaya* del *Sutta Pitaka* del *Tipitaka*, ossia *Il Triplice Canestro*, scritto tra il II e il III secolo d.C. Questo *nikaya* comprende 152 discorsi del Buddha e dei suoi principali discepoli, che costituiscono nel loro insieme un corpo completo di tutti gli aspetti degli insegnamenti del Buddha.

11. Theravada: unica scuola del Hinayana sopravvissuta sino a oggi, si considera la forma originaria del buddhismo. Il suo Canone, scritto in pali, proviene, secondo l'opinione dei Theravadin, direttamente dalle parole del Buddha. Nel Theravada l'accento è posto sulla liberazione del singolo, che avviene con le proprie forze e può essere raggiunta attraverso l'osservanza delle regole morali, *shila*, e la condotta di vita monastica. La figura ideale è l'Arhat, molto simile al Santo.

sulla possibilità di coltivare un atteggiamento non-dualistico, dove gli opposti non vengono rimossi o offuscati, ma realizzati.

A partire dal I sec. d.C. il buddhismo approda in Cina e dopo diversi secoli di assestamento anche il lavoro nei monasteri Ch'an<sup>12</sup> diventa una pratica al pari dello *Zazen*,<sup>13</sup> delle cerimonie e dello studio dei *Sutra*.<sup>14</sup> Fu Pai-chang<sup>15</sup> a fondare la tradizione monastica da quel momento in poi propria dello Zen, fissando regole precise per la vita e il corso della giornata nel monastero. Pai-chang sottolineò l'importanza del nesso tra la pratica contemplativa e il lavoro quotidiano, nel monastero o nei campi. Da lui arriva la famosa frase «Un giorno senza lavoro, un giorno senza mangiare».

Anche in Giappone la tradizione Zen Sōtō ha mantenuto viva la pratica del lavoro (jp. *samu*) come aspetto irrinunciabile della formazione Zen.

L'assunzione del cibo nello stile di vita monastico che la scuola giapponese ha ereditato dalla Cina non può quindi prescindere dall'abitare in un certo luogo e dal vestire un certo abito. Difficile poter parlare del cibo senza tenere in debita considerazione anche l'abitare, in quanto legge economica, e il vestire l'Abito di *misericordia* che, pace eterna, ci stringe tutti con le braccia della saggezza e della compassione. Il termine giapponese che riassume questi principi elementari – che originano lo spirito e lo stile di vita all'interno di un monastero Zen Sōtō – è *nyohō*: essere in accordo con l'insegnamento del Buddha. *Nyo* sta per *appropriato*, richiamando da una parte il riconoscimento della natura intrinseca delle cose e dall'altra l'esperienza e la capacità di riconoscerle. *Hō* è l'insegnamento, il *Dharma* di Buddha, la verità e la legge che sono state correttamente tramandate dall'India alla Cina e al Giappone. I monaci vivono nei monasteri mentre i laici vivono nelle proprie case. In tutte le società vestire, mangiare e abitare sono presupposti indispensabili per vivere, che si tratti di vita monastica o di vita ordinaria. Tuttavia, se desideriamo vivere in accordo con il *Dharma*, la nostra vita quotidiana deve essere coerente con l'insegnamento del Buddha.

12. *Ch'an*: equivalente cinese di Zen.

13. *Zazen*: parola giapponese che letteralmente significa stare seduti in contemplazione. *Zazen* non è una meditazione in senso tradizionale, perché questa include, almeno all'inizio, il fissare la mente su un oggetto di meditazione oppure la riflessione su qualità astratte. *Zazen* invece, deve liberare la mente dalla servitù a qualsiasi forma di pensiero, visione, giudizio o rappresentazione, per quanto elevate e sacre possano essere.

14. *Sutra*: discorso dottrinale del Buddha. Sono raccolti nella seconda parte del Canone buddhista (*Tripitaka*) il cosiddetto canestro dei discorsi sulla Dottrina (*Sutra-Pitaka*). Sono stati tramandati in pali, sanscrito, nonché in traduzioni cinesi e tibetane.

15. Pai-chang, jp. Hyakujō Ekai (720-814), uno dei grandi maestri di epoca t'ang, discepolo e successore di Matsu Tao-i (jp. Baso Dōitsu) e maestro di Kuei-shan Ling-yu (jp. Isan Reiyū) e di Huang-po Hsi-yün (jp. Obaku Kiun).

Come abbiamo ricordato all'inizio di questo paragrafo, i monaci buddhisti indiani non potevano lavorare e vivevano praticando quotidianamente la questua. Nonostante l'introduzione successiva del lavoro nella vita monastica, la tradizionale questua rituale (jp. *takuhatsu*), in uso ai tempi di Shakyamuni Buddha, viene mantenuta ancora oggi e non soltanto in Giappone. I monaci camminano per la città avendo cura di non dimenticare neanche un'abitazione. Portano un grande cappello che copre loro il volto, nella mano sinistra la ciotola e nella destra una campanella. Durante il loro peregrinare recitano strofe benedicienti. Tale pratica ha il principale proposito di incoraggiare alla generosità. I doni possono essere denaro o beni materiali compreso il cibo. Il dono è infatti la prima delle virtù buddhiste. È una delle sei perfezioni (sc. *pāramitā*), una delle dieci riflessioni (sc. *anusatti*) e la principale delle opere lodevoli (sc. *punya*). Ecco perché è molto frequente che i fedeli buddhisti esprimano la loro generosità non soltanto durante la questua rituale ma anche portando doni al tempio.

Dōgen Zenji, iniziatore della scuola Zen Sōtō, tra il 1236 e il 1238 tenne circa 120 sermoni serali o informali durante i quali rispose a una serie di domande del suo principale discepolo Koun Ejō (1198-1280) e di altri partecipanti agli insegnamenti. Questo diede vita successivamente a una raccolta, conosciuta con il nome di *Shōbōgenzō Zuimonki*, a cura dello stesso Koun Ejō. Il messaggio spirituale di base – che si agisca come apprendista Zen, funzionario governativo o patriarca della famiglia – è venire a patti con gli effetti dell'impermanenza abbandonando gli attaccamenti prodotti dall'ego e da visioni individuali/parziali. Vediamo direttamente dalle parole di Dōgen Zenji la centralità del dono e della generosità all'interno della pratica.

Non organizzare nulla in precedenza per ottenere vesti e cibo. Quando tutto il cibo sarà finito potrete uscire a cercarne altro. Fare dei progetti in anticipo per ottenere il cibo da certe persone è come ammassare provvigioni, ciò che costituisce violazione delle regole buddhiste. I monaci sono come le nuvole e non hanno fissa dimora. Come l'acqua che scorre essi non si attaccano a nulla. Anche se i monaci non posseggono nulla tranne l'abito e la ciotola, qualora si attacchino a un donatore o al patrimonio familiare, rischierebbero di creare malumori rendendo così il cibo impuro. [...] Corpo e mente contaminati da un cibo procacciato con mezzi falsi divengono corpo e mente contaminate.<sup>16</sup>

E ancora:

16. DŌGEN ZENJI, *Shōbōgenzō Zuimonki*, Roma 2000, p. 108, 5-21.

Voi che studiate la Via, non datevi pensiero di come vestire e di come cibarvi. Ogni persona ha avuto in sorte la sua parte di cibo e di vita. Non può ottenere di più di ciò che gli è stato assegnato, anche se volesse. E poi coloro che studiano il buddhismo ricevono sempre offerte dai donatori. [...] I monaci, inoltre, hanno proprietà della comunità che non richiedono sforzi individuali per ottenerle. I tre tipi di cibo, frutti d'alberi e d'altre piante, cibo guadagnato con le elemosine e cibo donato da credenti, sono cibi puri.<sup>17</sup>

Come si evince dalle parole di Dōgen Zenji, la cura che viene dedicata al cibo assume un valore sacrale. Il dono è in generale frutto di un sacrificio e in quanto tale deve essere accolto e gestito all'interno di un tempio o monastero con la massima attenzione. Significativamente tutti e sei i responsabili del tempio sono coinvolti nel processo di trasformazione e servizio dei doni ricevuti.

### 3. Istruzioni a un cuoco zen

*Shōjin ryōri* è il modo di cucinare nei monasteri Zen che rispetta massimamente le materie prime usate per le pietanze e riduce l'avidità. Ingredienti specifici come carne e pesce, così come gli ingredienti che emanano forti odori, come aglio, scalogno, erba cipollina, cipolla verde e cipolla, sono vietati.

Il kanji *shō* 精 significa mente, spirito, sincerità, purezza e accuratezza.

Il kanji *jin* 進 significa progredire, avanzare.

Il significato di *shōjin ryōri* è manifestare, mentre si cucina, un'attitudine che osserva minuziosamente e presta attenzione ai particolari.

Dōgen Zenji dà un'importanza particolare allo *shōjin ryōri* in un'opera intitolata *Tenzo Kyōkun (Istruzioni a un cuoco Zen)*. Nessuno prima di lui aveva scritto della preparazione e del servizio dei pasti come di un'espressione dell'insegnamento del Buddha.

Il *Tenzo Kyōkun*, 典座教訓, è il primo testo di un corpo di Regole, *Eihei Shingi*,<sup>18</sup> nel quale Dōgen Zenji tratta gli ideali della Comunità dei seguaci del Buddha e le regole di comportamento.

17. Ivi, p. 113, 6-3.

18. *Eihei Shingi*: oltre al *Tenzo Kyōkun* troviamo anche il *Taitaiko-goge-jarihō* (1244), che definiva le sessantadue regole di comportamento per i novizi della comunità monastica; il *Nihonkoku Echizen Eiheiiji chiji-shingi* (1246), nel quale riportava le istruzioni per i sei responsabili amministrativi sul corretto modo di trattare con i sottoposti; il *Bendōhō* (1244-46 circa), contenente istruzioni dettagliate relative allo *Zazen* del primo mattino, del mattino, del pomeriggio e della sera, tutti gli aspetti della vita quotidiana nella sala dei monaci,

Il kanji *ten* 典 significa codice di norme, *zo* 座 (*za* nel giapponese corrente), la cattedra dalla quale vengono dati gli insegnamenti e trasmesse le norme, *kyō* 教 insegnamento, *kun* 訓 regole (nel carattere cinese sono presenti tratti che si riferiscono a bocca, parola, fiume: *kun* mette quindi in evidenza l'importanza dell'insegnamento diretto da maestro a discepolo). Pur essendo un complesso di norme su come preparare i pasti, in realtà ci fa contemplare il vero comportamento della persona religiosa quando è impegnata in una qualsiasi attività. Fin dall'antichità venivano individuati sei responsabili per la gestione del tempio/monastero: tre per l'amministrazione e gli aspetti finanziari, uno per le attività personali all'interno della comunità, uno per la manutenzione e il lavoro in generale e il responsabile della preparazione dei pasti.

Quest'ultimo si chiama appunto *tenzo* e, a seconda della dimensione del monastero, può essere solo o a capo di un gruppo di aiutanti. Le condizioni per svolgere questo incarico sono la stabilità nella Via e l'aver risvegliato lo spirito del Bodhisattva.<sup>19</sup>

Sin dai tempi antichi, questo incarico fu assegnato a Maestri con una mente che ricerca la Via, persone eccelse che avevano risvegliato i loro cuori. Dopotutto, non è forse questo l'unico aspetto che diligentemente coinvolge nella Via? Se non hai la mente della Via, allora tutto questo duro lavoro sarà insensato e vano.<sup>20</sup>

Fin dalle prime battute, quindi, si capisce come il saper cucinare sia una capacità marginale. Inoltre, si specifica che tale pratica richiede l'esaurimento di tutte le proprie energie. Se il monaco a cui è affidato tale compito è privo del giusto spirito sopporterà solo avversità e sofferenze inutili.

Il *tenzo* deve lavorare a stretto contatto con gli altri responsabili del tem-

come: lavarsi il viso, indossare l'abito, dormire; il *Fushuku-hampō* (1246-53 circa), che specificava in modo dettagliato i modi e le regole dei pasti secondo la sua metafisica del mangiare, nella quale il cibo e il *Dharma* diventano non-dualisticamente uniti; il *Kichizōzan Eiheiji shuryō-shingi* (1249), nel quale Dōgen formulava il codice di condotta per la biblioteca del monastero, che egli considerava il cuore della vita intellettuale.

19. Bodhisattva: letteralmente essere illuminazione. Nel buddhismo Mahayana indica un essere che, attraverso il sistematico esercizio delle Perfezioni, *Paramita* (generosità, moralità, pazienza, vigore, meditazione, saggezza), lavora per diventare un risvegliato. Tuttavia, egli rinuncia all'ingresso nel Nirvana definitivo sino a che tutti gli esseri non sono stati liberati. La qualità determinante il suo modo di agire è la misericordia, sostenuta da una più alta comprensione e saggezza. Un Bodhisattva presta aiuti quotidiani ed è pronto ad assumere su di sé la sofferenza di tutti gli esseri e a trasferire sugli altri il vantaggio karmico.

20. Cfr. DŌGEN ZENJI, UCHIYAMA RŌSHI, *Istruzioni a un cuoco Zen*, Roma 1986, p. 17.

pio: nel decidere i menù deve confrontarsi con l'amministratore e il tesoriere per gli approvvigionamenti, ma anche con il responsabile della comunità e della manutenzione per servire dei pasti che tengano nella dovuta considerazione l'impegno di ciascuno, la stagione, lo stato di salute e l'atmosfera generale.

Il *tenzo* non deve lasciare ad altri i propri compiti. Non deve farsi distrarre dalle proprie attività nascondendosi dietro ai propri doveri, né concentrarsi troppo su un aspetto a discapito di altri e soprattutto non trascurare momenti di pratica comunitaria come gli insegnamenti e lo *Zazen*.

Seguono alcuni esempi di norme da seguire per la preparazione dei pasti:

- Occorre maneggiare con cura gli ingredienti e tutti gli utensili come se fossero i propri stessi occhi. Gli utensili vanno usati, puliti con cura e rimessi al loro posto affinché chiunque possa trovarli facilmente, sistemando in alto le cose che vanno in alto e in basso quelle che vanno in basso. Una pentola non è semplicemente un contenitore per cuocere il cibo, ma andrebbe maneggiata come se fosse la propria testa. Così l'acqua come se fosse il proprio sangue.

Per tutte le varie cose, riponi in alto quelle che si collocano in luoghi alti e riponi in basso quelle che si collocano in posti bassi. Un posto in alto è un alto livello, un posto in basso è un livello basso. Pinze e mestoli e altri utensili devono essere tutti trattati equamente, visti con mente sincera, presi e riposti con mano leggera.<sup>21</sup>

- Bisogna trattare ogni singolo ingrediente come se fosse la manifestazione di Buddha. Ciò consente a Buddha di manifestarsi anche in una foglia di insalata. Da qui l'esortazione a non lamentarsi della quantità o qualità degli ingredienti che gli amministratori destinano ai pasti. L'atteggiamento verso le cose non dovrebbe dipendere dalla loro qualità.

Quando ti prendi cura delle cose, non guardare con occhi ordinari, non pensare con sentimenti scontati. Raccogli un singolo filo d'erba ed erigi un santuario per il gioiello del re; entra in un singolo atomo e gira la grande ruota dell'insegnamento. Così anche quando stai preparando un brodo di verdure povere, non destare un'attitudine di avversione o sdegno. Anche quando prepari una crema di alta qualità, non destare un'attitudine di estasi o di grande gioia. Se non hai alcun attaccamento, come potresti provare disgusto? Pertanto, nonostante tu possa utilizzare ingredienti inferiori, non essere per nulla negligente; nonostante tu possa utilizzare delle delizie, sii il più possibile diligente. Non alterare mai

21. Ivi, p. 19.

il tuo stato mentale basandoti sui materiali. Le persone che cambiano la loro mente a seconda degli ingredienti, o regolano il loro discorso a seconda del rango della persona con cui stanno parlando, non sono persone della Via.<sup>22</sup>

- Prendersi cura degli ingredienti destinati alla preparazione del pasto significa anche lavare e mondare ogni materia prima facendo attenzione a non sprecare nulla. Quando laviamo il riso per togliere le impurità dobbiamo fare attenzione a che non ne vada sciupato neanche un granello.

Esaminando il riso, bada alla sabbia; esaminando la sabbia, bada al riso. Se osservi minuziosamente da diversi punti di vista senza distrazioni, il cibo integrerà naturalmente le tre virtù [morbido, pulito e adeguatamente preparato in accordo con il *Dharma*] e includerà i sei gusti [dolce, piccante, salato, amaro, aspro e insipido].<sup>23</sup>

- In caso di doni, decidere insieme agli altri cinque responsabili del monastero come impiegarli. Questo evita l'appropriazione indebita e il decidere oltre le proprie competenze.
- Prima di mezzanotte il *tenzo* deve rivolgere l'attenzione all'organizzazione del lavoro del giorno dopo e dopo la mezzanotte cominciare i preparativi per la colazione. Una volta pronta la colazione può utilizzare tutto il tempo rimasto per avviare la preparazione dei pasti successivi. Ogni giorno occorre organizzare e preparare i pasti senza perdere tempo. Il fatto di dedicarsi con tutta l'energia a qualsiasi cosa veramente richiesta dalla circostanza, sia l'attività sia il metodo, di per sé è un insegnamento. Il solo fare attenzione alla propria funzione permette a tutti i membri della comunità di proseguire la loro pratica nel modo più stabile.

Mentre la prima parte del testo sembra fornire delle norme e delle indicazioni pratiche per la funzione del *tenzo* in una comunità monastica, la seconda parte mette l'accento sul *come* svolgere tale funzione. Per farlo innanzitutto cita alcuni aneddoti legati ad antichi maestri, come se li chiamasse a testimonianza di ciò che sta trasmettendo.

Parla di sincerità – lo stato d'animo che consente di offrire un ottimo pasto quali che siano gli ingredienti a disposizione – di non attaccamento, di astensione dal giudizio, di aspirazione. Sottolinea tre atteggiamenti: capire che lavorare a beneficio degli altri giova a se stessi; comprendere che compiendo ogni sforzo possibile per la prosperità della comunità si dà nuova

22. Ivi, p. 20.

23. Ivi, pp. 18-19.

vita al proprio carattere e sapere che sforzarsi di succedere ai patriarchi delle generazioni passate e di superarli significa imparare dalla loro vita e stimare il loro esempio: «Il pazzo vede se stesso come un'altra persona, ma il saggio vede gli altri come se stesso».<sup>24</sup>

Infine invita, qualsiasi posizione di responsabilità si occupi, a coltivare tre menti: la mente gioiosa, la mente magnanima e la mente affettuosa dei genitori.

La mente gioiosa, *kishin* 喜心, esprime la gioia di essere nati come esseri umani e di essere capaci di aiutare gli altri che stanno apprendendo il buddhismo e stanno seguendo gli insegnamenti di Shakyamuni Buddha.

La mente magnanima, *daishin* 大心, rispetta e tratta con la massima cura ogni ingrediente, senza attaccamenti o discriminazioni. La mente magnanima è paragonata a una montagna o all'oceano, capaci di accogliere ogni cosa.

La mente del genitore, *rōshin* 老心, nutre come quella dei genitori che amano incondizionatamente i loro figli. Dare a tuo figlio i tuoi stessi vestiti quando c'è freddo e fargli ombra quando c'è caldo, sono espressioni di questa mentalità di premura e nutrimento.

#### 4. Il rito del pasto

Dōgen Zenji ha normato non soltanto la preparazione ma anche il rituale quotidiano di consumazione dei pasti – *gyōhatsu* 行鉢<sup>25</sup> – secondo l'insegnamento di Buddha, all'interno di un altro fascicolo della Regola. Denominato *Fushuku hanpō*, scritto nel 1246, descrive una liturgia complessa, un condensato di dottrina e pratica considerato uno dei momenti più salienti all'interno della vita di un monaco.

Nel *Fushuku hanpō* Dōgen Zenji scrive: «Il *Dharma*<sup>26</sup> è la mensa e la mensa è il *Dharma*». I versi recitati durante il pasto, *gyōhatsu nenju*, riguardano il modo di condividere, di apprezzare il cibo come *Dharma*. Vivissimo è il ricordo di

24. Ivi, p. 28.

25. *Gyōhatsu*: pratica delle ciotole. *Gyō* significa pratica, azione, atto. *Hatsu*, ciotola. *Gyō* è anche considerato il sinonimo di Via. La forma del carattere *gyō* suggerisce una persona con i piedi sollevati e un incrocio. Il camminare e la Via etimologicamente hanno la stessa origine. Praticare, camminare, agire è di per sé la Via. Senza sentiero non possiamo andare da nessuna parte.

26. *Dharma*: insieme a Buddha e Sangha rappresenta i Tre Tesori, gli elementi essenziali del buddhismo. Buddha è il risvegliato, *Dharma* la sua dottrina e Sangha l'insieme dei seguaci che vivono secondo i suoi insegnamenti.

Reirin Yamada Rōshi<sup>27</sup> che, mentre studiavo con lui a Zenshuji, mi esortava: «Quando capirai veramente i versi della cerimonia del pasto, vi troverai l'intero insegnamento di Buddha».<sup>28</sup>

Il rito del pasto nello Zen è ispirato alle Scritture e le Scritture sono ispirate alla vita e allo stile dei Buddha e Bodhisattva del passato. *Igi soku Buppō*, 威儀即佛法, è una formula che esprime la semplice eleganza, lo stile, il decoro, l'impeccabile magnificenza dei Buddha e Patriarchi. Nel buddhismo Zen i pasti sono considerati i pasti dei Buddha e dei Patriarchi e quindi vanno consumati con mente religiosa e sincera. Il luogo in cui si svolgono è lo stesso in cui si pratica *Zazen*. La prima parte del testo è quindi dedicata al modo corretto di accedere a questo luogo e di sedersi nella posizione appropriata. Poi, viene descritto in modo minuzioso come prendere e disporre il set di ciotole, *ōryōki*, 應量器. Prima di affrontare il significato etimologico e metaforico delle *ōryōki*, è interessante sottolineare che fanno parte di quegli oggetti che un maestro trasmette all'allievo nel momento in cui questi ne diventa legittimo erede. Nel rito di trasmissione il discepolo riceve lo stesso corpo di Buddha sotto la forma degli strumenti rituali: fra questi le ciotole incarnano la testa del Buddha. Nel rito vi è dunque un gioco di rimandi simbolici che non hanno un mero valore metaforico ma, in grazia dell'immanentizzazione tipica della prassi Zen, essi assumono il valore di manifestazione del corpo del Buddha.<sup>29</sup>

Le nostre ciotole sono importanti quanto le nostre vite, quanto la vita del Buddha. Questo è il corretto atteggiamento nei confronti delle *ōryōki*. O, 應, significa risposta; ryō, 量 significa quantità; ki, 器 è il recipiente che quindi contiene, accoglie, risponde alla giusta quantità. Noi pure siamo come *ōryōki*. Ognuno di noi è come un recipiente che contiene tutto ciò che gli è necessario. Qualcuno è più grande, qualcuno più piccolo. Non è una questione di giusto o sbagliato, migliore o peggiore. Qualcosa di grande è grande, piccolo è piccolo. Questo significa che da sempre tutti siamo Buddha e che, solo quando lo comprendiamo veramente, soddisfazione e insoddisfazione diventano irrilevanti, complete in se stesse. La nostra vita è come il cerchio che nulla esclude: non manchiamo di niente. La vera saggezza è inerente a questa realizzazione. “Vivere modestamente e non avere troppi desideri” è una semplice esortazione alla quale, a torto, attribuiamo un significato negativo. Accordarsi, coincidere, essere in

27. Reirin Yamada Rōshi (1889-1979), 75° Abate del Daihonzan Eiheiji, Abate di Zenshuji, Los Angeles, California e Presidente della Komazawa University di Tokyo.

28. Da un insegnamento di Taizan Maezumi Rōshi (1931-1995), ministro Sōtō Zen giapponese che contribuì allo sviluppo dello Zen negli Stati Uniti d'America.

29. Cfr. G. NUBILE, *I mille corpi di Buddha. Soggettività, gesto e azione rituale in un monastero Zen italiano*, Napoli 2023, p. 163.

sintonia con la propria capacità è riconoscere la capienza delle nostre *ōryōki* e significa la giustizia del vivere modestamente e del non avere troppi desideri. Dovremmo capire la nostra misura, adeguata, appropriata. Se per esempio avessimo una ciotola molto capiente e la riempissimo con pochissimo cibo, difficilmente saremmo soddisfatti. Come possiamo conoscere i nostri limiti e quindi la nostra capacità? Dovremmo innanzitutto considerare la nostra sincera aspirazione per la pratica della Via. Cosa desideriamo veramente? Quanto siamo determinati? Questo è un buon metodo per scoprire la propria capacità, la capienza della nostra ciotola. Una persona che si dà a fondo, generosamente e compassionevolmente potrebbe non essere soddisfatta anche quando abbracciasse l'intero mondo. Buddha Amida fece voto di rinunciare alla propria realizzazione se non dopo la salvezza e la liberazione di ogni essere. Per realizzare quanto siamo capaci dobbiamo capirci. Solo allora potremo guardare alla nostra vita come alla vita di tutto l'universo, anche a partire da questo stesso momento con un corpo e un'esistenza limitati. Capito questo, realizzeremo la giusta misura della piena soddisfazione.<sup>30</sup>

Il testo prosegue poi con la spiegazione delle strofe che precedono e accompagnano il pasto. Le strofe iniziano col ricordare i momenti salienti della vita del Buddha – nascita, Risveglio, insegnamento e entrata nel Nirvana – e col mettere l'accento sul fatto che ciò che si sta per mangiare è sempre e comunque frutto di un dono e quindi di un sacrificio. Chi serve, chi è servito e il cibo offerto e ricevuto sono vuoti. Spogliati, invisibili, in qualche modo trasparenti, resta solo la purezza dell'azione, la sua *inintenzionalità*. Come abbiamo ricordato precedentemente, il cibo puro può provenire dalla natura, dall'elemosina o da offerte dei fedeli. A questo punto, se si sta consumando cibo donato dai fedeli, viene dedicata loro una preghiera specifica in modo che tutta la comunità ne venga a conoscenza. Al termine di questa preghiera vengono chiamati a testimonianza tutti i Buddha del passato, del presente e del futuro nelle tre esistenze e nelle dieci direzioni e i Bodhisattva.

Solo a questo punto viene servito il cibo secondo un rituale molto preciso e dettagliato. «Innumerevoli opere e fatiche ci hanno donato questo cibo, la virtù e l'esercizio nostri sono forse degni di questo dono? Ira, brama ignoranza ostan forse un cuore sincero e puro. Questo cibo è un dono che dà vita alla vita. Per rivelare la Via riceviamo ora questo cibo»: è quel che, insieme, ci si chiede quando alla mensa della Comunità ogni ciotola è servita. Si tratta delle strofe intitolate *Le cinque meditazioni* che si concludono con i Tre Puri Precetti: «Non fare alcun male, fare ogni bene, servir l'altri con un cuore puro». Entrambi, chi serve e chi riceve, devono manifestare rispetto per il cibo e mettere in atto una serie di gesti accurati e prestabili-

30. Da un insegnamento di Taizan Maezumi Rōshi (1931-1995).

ti. Si ripetono movimenti arcaici, antichi e nuovi al tempo, che ricordano quelli di un bimbo che esplora lo spazio. Si afferrano sempre le ciotole con le prime tre dita delle due mani, si sollevano e si posano con cura, badando a non urtarle tra loro. Per mangiare si portano all'altezza della bocca, sostenendole con le tre dita della mano sinistra e utilizzando cucchiaio o bacchette (jp. *hashi*), con le tre dita della mano destra. Sono gesti primordiali, semplici e regali insieme, che vengono tramandati di generazione in generazione e da maestro a discepolo.

L'autore del testo non lesina indicazioni e raccomandazioni anche molto minuziose sul corretto atteggiamento da tenere durante la consumazione del pasto. Alcuni esempi: non provocare rumore quando si sollevano o si poggiano le ciotole così come le posate, evitare di masticare il cibo in modo aggressivo e rumoroso, non disturbare il vicino guardando nelle sue ciotole, non mangiare troppo rapidamente o troppo lentamente. Quest'ultima raccomandazione, per esempio, mostra come le istanze personali vengano messe in secondo piano rispetto al procedere comunitario. L'importanza per i monaci Zen del vivere come un corpo solo, in un corpo solo, prevale sui sentimenti, sui pensieri, sulle intuizioni individuali.<sup>31</sup>

Una volta terminato il cibo anche dopo il secondo servizio, si procede alla pulizia delle ciotole, anch'essa secondo una procedura molto raffinata e dettagliata. Per la pulizia viene servito dapprima del tè che, versato da una ciotola all'altra, serve a raccogliere gli ultimi residui di cibo. Successivamente con l'ausilio di un bastoncino la cui estremità è ricoperta da una garza, si perfeziona una prima pulizia delle ciotole che verrà poi completata con l'ausilio dell'acqua calda. Terminata la pulizia, i servitori raccolgono l'acqua di tutti i commensali per versarla in seguito ai piedi di una pianta. Dal modo di pulire le ciotole, si evince come non sia possibile avanzare cibo. Tutto ciò che viene servito deve essere consumato. Il monaco che riceve il cibo dovrà quindi fare attenzione a prendere solo ciò che sarà sicuro di mangiare.

## 5. Conclusioni

Da entrambi i testi emerge che preparare un pasto e consumarlo hanno contemporaneamente la valenza di una pratica meditativa e di una funzione liturgica, anche se si attuano attraverso semplici azioni del vivere quotidiano che restano tali, e che anche il rapporto col cibo non può prescindere dal legame con il passato e con gli antenati della tradizione. Come segnala l'antropologo Giovanni Nubile il tema della contemplazione e della consu-

31. Cfr. NUBILE, *I mille corpi del Buddha*, cit., p. 175.

mazione del cibo all'interno della pratica Zen Sōtō è inscindibile dal tema della rimembranza.

Il nodo della memoria e del ricordo è di radicale importanza nel contesto buddhista; si potrebbe arrivare a definire l'intera pratica zen attraverso questo concetto. I monaci vivono costantemente nel ricordo di qualcosa o di qualcuno, con cui non necessariamente sono venuti in contatto diretto. Attraverso quel ricordo, che è già una invocazione/evocazione, costituiscono se stessi nel piano mitico dell'agire. I singoli gesti non sono la mera esecuzione formale di un insieme di regole ma esprimono una pregnanza poetica, attraverso il legame con il passato e con gli antenati della tradizione. Come nel racconto della zucca,<sup>32</sup> il tralcio non unisce solamente le persone ma affonda nel terreno, legando la manifestazione attuale del tempo a un passato che non è mai passato del tutto. La comunità acquista difatti il suo senso più

32. L'autore si riferisce (pp. 181-182) a una celebre storia Zen che riportiamo di seguito: «Sono una zucca, nata quest'estate nel giardino di questo Tempio. Quando sono venuta al mondo tutti facevano le mie lodi dicendo: "Non è bellissima? Tutto in lei è semplicemente straordinario!". Confrontarmi con la sparuta compagna che mi stava a fianco mi dava un grande senso di orgoglio. "Sei rachitica, le dicevo; se appartenessi al regno degli esseri umani ti direbbero che non sei stata nutrita a sufficienza quando eri piccola, ma per noi zucche sei solo una creatura dall'aspetto anemico". Al che l'altra rispose: "Mi pare di capire che se gli umani ti apprezzano tu pensi di valere qualcosa, e se non ti apprezzano tu pensi di non valere niente, non è così? Una sciocca grande e grossa come te che non riesce neanche a vedersi per quello che è, è solo un groviglio di erbacce." Venimmo violentemente alle mani, facendo un terribile schiamazzo nel giardino del Tempio. Un monaco uscì a vedere cosa stesse succedendo e vedendoci esclamò. "Ehi là, voi due! Per quale ragione state litigando?". Mise fine alla lite e ci fece calmare. Poi ci portò nella sala di meditazione e ci disse: "Con questi vostri corpi voi potete picchiarvi, rubare, onorare i vostri genitori o fare qualsiasi cosa vogliate. Quando vi azzuffate siete all'inferno. Quando rubate siete dei ladri. Quando sedete come il Buddha siete il Buddha". Ci fece praticare zazen dal primo mattino fino a notte inoltrata. Era molto severo. Quando era l'ora dei pasti, prima di incominciare a mangiare univamo le mani e dicevamo: "Il cibo che stiamo per ricevere ci viene dalla fatica dei nostri fratelli e sorelle, padri, madri e avi, e da tutti gli esseri che hanno lavorato per produrlo, anche sotto la pioggia e il vento. Dobbiamo avere gratitudine per ogni chicco". E un giorno mi accorsi che la mia testa era legata a un tralcio di vite, e che lo stesso tralcio di vite era legato alla testa della mia compagna allampanata, e a tutte le altre. Pensai tra me: "La tristezza di quella zucca pallida è la mia tristezza. La sventura degli altri è la mia sventura". La vite va ancora più in là. Si spinge fin dentro [*il terreno*], le radici devono congiungersi con i nostri antenati. Ora so che possiamo crescere insieme perché abbiamo la fortuna di possedere delle radici e delle piante di vite, e di essere nutriti dalla pioggia, dal vento, dal sole e dalla sollecitudine degli altri. Perdonami, mia pallida compagna. Sono stata una zucca molto sciocca. Noi siamo tutte unite alla stessa pianta di vite; noi viviamo tutti un'unica vita. Dammi la mano, e andiamo avanti da buone amiche". Pieno di gratitudine, ho scritto questi versi per il monaco che mi ha insegnato zazen. Abbandonato questo piccolo "io / Io sono l'intero universo. / Sola, nell'intero universo, e una cosa sola con l'intero universo vivo in pace ogni giorno».

profondo nel costituirsi come legittimo erede, custode e tramandatore della tradizione. Ciò non rappresenta solamente una modalità di legittimazione agli occhi della società in cui si è inseriti. Si tratta piuttosto di una costante e accorata rievocazione degli sforzi che hanno portato in essere il monastero. È ciò che spinge l'Abate ad affermare: «La mia vita è il ricordo di qualcuno». Come le zucche venivano educate a ringraziare tutti coloro che avevano lavorato alla produzione del cibo che ingerivano, così l'attività monastica è costante ricordo e sentito ringraziamento verso i predecessori e, come recita la formula rituale degli uffici liturgici (jp. *ekōmon*), verso “la benevola compassione di cui ci han degnati”. Il gesto del singolo e della comunità non solo acquista un significato in relazione agli obiettivi della pratica monastica ma, inserita nella dimensione temporale, assume valore all'interno di una cornice poetica. Il valore della trasmissione di un gesto sta nella riattualizzazione della memoria dei propri antenati: non una struttura fissa che si passa di mano in mano ma occasione ulteriore per integrare la reinterpretazione creativa con il rispetto della tradizione.<sup>33</sup>

33. Cfr. NUBILE, *I mille corpi del Buddha*, cit., pp. 184-185.

# Medicina cinese e cibo, uno sguardo altro...

*Filomena Tritto*

Sommario: 1. Medicina cinese e tradizione – 2. Cibo ed energia – 3. Assunzione del cibo – 4. Caratteristiche dei cibi – 5. Uno sguardo altro...

## **1. Medicina cinese e tradizione**

La medicina tradizionale cinese ha questa accezione dagli anni '50 del secolo scorso, durante il periodo maoista, quando viene recuperata la medicina tradizionale per le necessità estreme in cui si trovava la Cina in quell'epoca, per cui ci fu bisogno di riattingere a conoscenze che erano state fondamentali nei millenni precedenti e che erano state in gran parte affossate dall'affermazione della medicina occidentale. Il termine tradizionale serve per distinguere questo recupero fatto in tempi recenti di un sapere millenario. Questa piccola notazione è per introdurre il concetto di sguardo altro del pensiero cinese e della medicina che è una sua emanazione. Per quanto illustrerò di seguito, l'aspetto normativo e quello morale non sono fondanti di questa visione.

C'è un simpatico proverbio cinese, che sembra più una battuta umoristica, che dice: «I cinesi mangiano tutto quello che ha quattro gambe e non è un tavolo e tutto quello che ha due gambe e non è un parente prossimo». Questa espressione fa sorridere, ma è indicativa del fatto che in tema alimentare non esistono tutte quelle prescrizioni che ad esempio sono presenti nella tradizione mussulmana e in quella ebraica.

## **2. Cibo ed energia**

Il cibo è nel pensiero cinese innanzitutto una fonte di energia e la medicina che a essa si ispira è una medicina energetica. L'ideogramma che rappresenta il *qi*, che noi correntemente traduciamo con la parola energia, non ren-

de conto del significato molto più ampio della parola, a volte tradotta anche come soffio vitale, ma di fatto tutto l'universo è abitato da energia ossia da *qi*. La rappresentazione grafica di questo è un ideogramma (*Figura 1*) che ha nella parte superiore due tratti orizzontali che simboleggiano il vapore o comunque qualcosa che sale verso l'alto, originato dal disegno sottostante che rappresenta un chicco di riso che sta cuocendo. Quindi l'energia o meglio il *qi* ha sia un aspetto materiale sia uno più sottile e invisibile, uniti indissolubilmente. Questa energia ha molteplici manifestazioni ed è la base della vita e della medicina cinese. Quest'ultima è costituita da cinque pilastri, e uno di questi è la dietetica energetica, mentre gli altri sono l'agopuntura, la fitoterapia, il *tuina* (antica tecnica di massaggio) e il *qi gong* (ginnastica energetica).



*Figura 1*

Gli alimenti in questa tradizione vengono considerati in modo direi opportunistico rispetto a quello che possono offrire per il riequilibrio energetico della persona. Faccio per questo un passo indietro per dire che nella tradizione cinese abbiamo una visione olistica *ante litteram*, nel senso che vediamo il microcosmo rappresentato dall'essere umano che si trova al centro fra il cielo e la terra in continua interrelazione con il macrocosmo alle cui leggi è soggetto. Il cibo è una di queste forme di connessione ed è uno strumento fondamentale di riequilibrio energetico.

Provate a pensare se svolgiamo un'attività fisica molto intensa, ma anche uno sforzo intellettuale molto importante, dopo ci sentiamo stanchi in quanto c'è stato un consumo di energia o meglio di *qi* e abbiamo quindi bisogno di reintegrare quanto abbiamo consumato: la via principe è quella di alimentarci, ma questo è l'aspetto più grossolano, perché ce n'è un altro più sottile che è legato alla respirazione e che viene anche citato dall'esperta di Yoga all'interno di questo stesso volume. In questa disciplina c'è una branca fondamentale di sostegno all'energia attraverso pratiche specifiche che regolano e implementano la respirazione. La stessa cosa succede nella tradizione cinese, quindi il cibo innanzitutto serve per fornire e reintegrare energia, ma poi ha tutta una serie di classificazioni che derivano da un'acuta capacità di osservazione; parliamo quindi di qualcosa legato all'esperienza empirica sedimentata nel corso dei millenni e organizzata con criteri che rendono possibile utilizzare questa conoscenza anche ai giorni nostri. Ci riferiamo infatti a classificazioni che datano all'incirca al 2000 a.C. e che

sono state formalizzate in testi che risalgono al periodo fra il 400 e il 200 a.C., e che tuttora vengono studiati e utilizzati da chi si occupa di medicina cinese in tutto il mondo.

### 3. Assunzione del cibo

Quindi una storia e una pratica molto antica, legata essenzialmente al comprendere quali sono le connessioni e le modalità di funzionamento della realtà per ottenere un certo risultato. Mi spiego meglio con un'altra immagine (*Figura 2*), che illustra un piccolo gesto quotidiano che però ci dice tanto sulle modalità con cui ci si appropria al cibo. In Oriente per portare il cibo alla bocca si usano le bacchette e per questo c'è un importante motivo di carattere simbolico in quanto il cibo è legato alla vita e per questo non va tagliato con posate di metallo (come facciamo in Occidente), ma semplicemente unito e raccolto con le bacchette, mentre le nostre posate tagliano e separano. Le bacchette, quindi, prendono un cibo che è stato opportunamente preparato (pensiamo a un classico pollo alle mandorle), dove tutto è stato ridotto in pezzi piccoli che devono solo essere portati alla bocca.



*Figura 2*

C'è poi un altro aspetto simbolico molto importante nell'utilizzo delle bacchette che richiama uno dei fondamenti del pensiero cinese, che è la dinamica *yin* e *yang* per cui la bacchetta tenuta in basso è la parte *yin* perché sta ferma, mentre quella superiore, che viene manovrata fra pollice e indice

e, schiacciandosi sulla bacchetta sottostante, prende il cibo, è *yang* in quanto parte attiva.

Anche il modo di servire il cibo è differente rispetto all'Occidente (*Figura 3*), perché le pietanze vengono portate a tavola tutte insieme e messe complessivamente sulla tavola perché ogni commensale possa essere in grado di scegliere il cibo più adatto a sé. Al centro del tavolo c'è un grande vassoio rotante che dà a tutti la possibilità senza difficoltà di accedere al cibo, che è già preparato e tagliato in modo da poter agevolmente essere preso con le bacchette.



*Figura 3*

#### **4. Caratteristiche dei cibi**

Ritornando al discorso su come vengono classificati gli alimenti, abbiamo criteri meno analitici rispetto a quello che prevede la dietetica occidentale, in parte illustrati nel saggio di questo volume sulla dieta mediterranea. L'approccio occidentale classico agli alimenti è di tipo quantitativo: ci si preoccupa di sapere cosa è contenuto, in quale percentuale, e poi i micro e i macronutrienti contenuti nel cibo che, in virtù della loro quantità, daranno degli effetti. Invece secondo la dietetica cinese andiamo a riconoscere delle caratteristiche differenti, che mi diranno qual è l'azione energetica del cibo.

Prima di tutto osserveremo la sua natura termica, per cui comprenderemo se un alimento tende a rinfrescare o a riscaldare. Questa è un'informa-

zione importantissima: essendo noi sempre in relazione con il macrocosmo, a seconda della stagione in cui ci troviamo è importante conoscere questo aspetto termico perché ci guida nella scelta degli alimenti più adatti.

Altro aspetto molto importante è l'azione che l'alimento può avere nei nostri confronti e quindi ad esempio se nutre i liquidi, se tonifica il *qi* oppure lo muove, se facilita la digestione, se nutre il sangue, e così via.

Un'altra dinamica importante è quella del sapore, che ha a che vedere con aspetti energetici più sottili. Poi c'è il tropismo, cioè a quali meridiani e organi si dirige l'azione energetica dell'alimento: avrò ad esempio alimenti che sostengono l'area energetica del *cuore*, piuttosto che quella del *polmone*.

Queste classificazioni sono state trovate attraverso l'osservazione e la sperimentazione avvenute nel corso di molte centinaia di anni e che da sempre non sono appannaggio solo di una ristretta cerchia di addetti ai lavori, ma sono mediamente diffuse in gran parte della popolazione cinese, per cui tutti hanno a disposizione questi strumenti per gestire in autonomia il proprio ritorno all'equilibrio energetico.

Riportare equilibrio è la missione fondamentale di questa antica medicina: lo stare bene, il benessere, non danno segni particolari, per cui questa tradizione millenaria ci dice che dobbiamo allenarci a riconoscere fin da subito i primi segnali di disequilibrio per affrontarli tempestivamente e in modo adeguato, *in primis* con l'alimentazione. Quindi, se ho consumato troppo *qi*, lo ripristinerò con cibo adatto e riposo sufficiente e questo consentirà di evitare disarmonie più difficili da curare e che richiederanno un massiccio impegno terapeutico.

Anticamente si è sempre detto che in caso di malattia il medico doveva prima di tutto riportare equilibrio attraverso l'alimentazione, e solo se questo non avesse funzionato allora avrebbe utilizzato le erbe, agopuntura o i massaggi o le ginnastiche mediche come il *taiqi* o il *qi gong*. Insomma, tutto lavorava in sinergia per riportare la salute, ma prima di tutto bisognava utilizzare il cibo come via di cura e anche di guarigione.

## 5. Uno sguardo altro...

Con queste parole volevo dimostrare, come è scritto nel titolo del mio contributo, che questo è un modo altro di guardare, una modalità differente di affrontare il tema cibo. Diciamo così, passatemi il termine forse un po' eccessivo, si tratta di una modalità "amorale", in quanto interessata solo al risultato, cioè riportare equilibrio, che è anche uno dei tratti peculiari del pensiero cinese.

A questo proposito ecco una citazione dal *Classico di medicina interna*

*dell'imperatore giallo*, testo la cui redazione risale al periodo fra il 400 e il 200 a.C. ma che affonda le radici almeno nei due millenni precedenti (e in questo estratto ci si riferisce a tempi ancora antecedenti):

gli uomini che nell'alta antichità lavoravano e mangiavano con misura, si riposavano con regolarità, non si estenuavano in attività sconosciute e potevano così mantenere l'unione del corpo e degli spiriti e arrivavano alla fine dell'età naturale e centenari se ne andavano.

La longevità in salute era quindi finalità e conseguenza del mantenimento e del ripristino dell'equilibrio del *qi* o, qui è proprio il caso di dirlo, dei soffi vitali.

Il tema della longevità è uno dei fondamenti del pensiero taoista, altra grande branca della tradizione cinese insieme all'immortalità non solo dal punto di vista spirituale, ma anche del corpo fisico: per raggiungere questo obiettivo c'era un articolato corpus di conoscenze esoteriche, tramandate solo a iniziati, e in questo campo un posto importante avevano le prescrizioni alimentari, come per esempio l'esclusione dall'alimentazione dei cereali, che sono invece alla base della dietetica cinese.

Nel mondo taoista si consumavano prevalentemente vegetali spontanei: i taoisti, che vivevano per lo più in montagna, per sopperire a un'alimentazione esigua utilizzavano bacche, semi, gemme, erbe, funghi e pochissimi alimenti animali. Il nutrimento era quindi soprattutto sottile, con pratiche legate al respiro, alla capacità di attingere direttamente l'energia dall'universo, e si narra che alcuni si siano avvicinati a una sorta di immortalità.

Ultima notazione: la medicina cinese, oltre che essere praticata ininterrottamente da millenni in Cina, si è molto diffusa nel mondo occidentale a partire dai primi anni del '900, dove è impiegata con successo da un numero di terapeuti sempre crescente. Sarebbe auspicabile quindi una maggiore complementarità fra questi saperi, così ricchi e importanti per tutta l'umanità.

# “Posso offrirle il mio tè? Ho sempre pronta sul fuoco l’acqua che bolle col suo canto sommesso...”<sup>1</sup>

*Rosella Myoren Giommetti*

Sommario: 1. La Via del Tè – 2. Storia di Elisa – 3. Un insegnamento inaspettato – 4. Regole del Tè – 5. Esperienze a confronto – 6. Uomini e donne – 7. La Via – 8. Una casa per la Cerimonia – 9. Sen No Rikyu – 10. Conclusione.

## 1. La Via del Tè

Parlare, così come scrivere, della Cerimonia del Tè è un grande azzardo.<sup>2</sup> Il peso del “detto” viene oscurato dal peso del “non-detto”. Ogni gesto, ogni pausa e ogni silenzio sono carichi di un significato che trascende le parole. È nel vuoto tra i suoni, nell’armonia dei movimenti e nell’attenzione ai dettagli che si cela la vera essenza della Cerimonia del Tè, dove la presenza e la contemplazione parlano più di qualsiasi discorso. Proprio per suggerire un sentimento di grande rispetto e di cautela, ho scelto di scrivere sempre le parole “cerimonia” e “tè” con l’iniziale maiuscola. Ma la scelta di usare il termine “cerimonia” contiene qualche rischio di fraintendimento; infatti, molti sono contrari al suo utilizzo. I termini giapponesi corretti sono *Chanoyu* (acqua calda per il tè), *Chadō* o *Sadō* (la Via del Tè).

Il *Chanoyu*, infatti, è molto più di una semplice “cerimonia”. È un’arte, una disciplina che combina estetica, spiritualità Zen, e un profondo rispetto per la natura e la semplicità. Anche se possiede elementi formali e ritualistici, l’obiettivo principale non è il culto, ma piuttosto la creazione di un momento di armonia, silenzio e contemplazione. Il termine giapponese *Dō* (道) in *Chadō* significa “Via”, suggerendo che è una pratica di crescita personale e spirituale.

1. Dal film *Morte di un Maestro del Tè*, regia di Kei Kumai, 1989.

2. Nota di redazione: nella breve trattazione di queste pagine mi sono avvalsa soprattutto dello studio dell’amica e architetto Lorella Montanelli contenuto nella sua tesi di laurea *I giardini Zen e l’architettura dello spirito*, facilmente consultabile online.

In questo senso, alcuni trovano più appropriato parlare di “Via del Tè” o semplicemente di “pratica del tè”, per enfatizzare la dimensione interiore e artistica piuttosto che quella rituale o religiosa. La parola “cerimonia” può infatti dare l’impressione che si tratti di un evento solenne e distante, mentre il *Chanoyu*, pur avendo regole precise, mira a creare un’atmosfera intima e tranquilla, dove il silenzio e i gesti semplici hanno grande significato. Considerando l’evoluzione lessicale del termine “cerimonia” (applicato oggi anche in ambiti non religiosi, come inaugurazioni, premiazioni in eventi sportivi, eccetera) che lo porta spesso fuori da contesti culturali religiosi, la scelta di chi scrive è stata proprio quella di enfatizzare il momento preciso in cui si prepara, si offre, si riceve una semplice tazza di tè, sperando che comunque lo si possa cogliere nella sua interezza e leggere con gli occhi del cuore, dello spirito.

Il Maestro del Tè si muove e i suoi gesti, come la punta del pennello di un calligrafo, disegnano nell’aria e nell’anima dei presenti l’armonia, il rispetto, la purezza e la pace. È un rito articolato in una sequenza codificata di gesti, solenni, rispettosi, distaccati che hanno un valore simbolico specifico, profondo e che si ripetono sempre in modo identico. E se da una parte nel gesto del Maestro

non v’è traccia alcuna di sforzo e di tensione e il gesto appare nel contempo spontaneo e necessario come un evento naturale, come lo scorrere di un ruscello o il cadere di una foglia, [...] dall’altra si può notare come il gesto appaia “sacro”.

Una prima spiegazione di questa impressione potrebbe essere data considerando che la causa della sacralità consiste nella lentezza e nell’attenzione che connotano il gesto. Tuttavia, la qualità del gesto sembra spiccare per un altro motivo: perché risulta da un gesto. Tuttavia, la qualità del gesto sembra spiccare per un altro motivo: perché risulta da una differenziazione radicale rispetto alla qualità dei gesti “profani” imposti dalla vita quotidiana, i quali sono per lo più affrettati e approssimativi, ovvero sempre “alienati”, eseguiti cioè in vista di qualcos’altro, di un fine utilitario o opportuno.<sup>3</sup> I gesti attenti e precisi, calmi e misurati del Maestro vengono naturalmente vissuti come un balsamo, rispetto al disagio e all’ansia creati dai gesti convulsi e imprecisi della vita quotidiana.

Sono queste alcune delle riflessioni che mi hanno fatto accettare di offrire un contributo al convegno “Cibo e/è religione”, al quale ho avuto l’onore di essere invitata.

3. Cfr. G. PASQUALOTTO, *Estetica del vuoto*, Venezia 2006, p. 84.

## 2. Storia di Elisa

Grazie all'intuizione profetica del Maestro Zen Fausto Taiten Guareschi, vicino a Fidenza, 40 anni fa, nasceva Fudenji, un monastero buddhista di tradizione Zen Soto, dove vivo da più di 20 anni. Una sera, a cena a casa di amici, il maestro Zen vide la loro bimba, Elisa, portare una tazzina di caffè al papà. «Dovreste farle studiare la Cerimonia del Tè», disse ai genitori. Entrambi non sapevano nulla a riguardo, non conoscevano il Giappone.

Parallelamente, una Maestra di Cerimonia del Tè tradizionale giapponese, la signora Hajime Takasugi, all'età di 47 anni, decideva di lasciare il Giappone per venire in Europa. Stanca di come la Cerimonia del Tè veniva vissuta nel suo paese, decise di cambiare vita e di trasferirsi a Parigi. Di lì a poco organizzò un viaggio in Italia. Venne a sapere di un tempio buddhista vicino a Fidenza e decise di venire in visita a Fudenji per rendere omaggio.

Elisa aveva nove anni e la mamma, memore del consiglio dell'amico Taiten, la portò a incontrare la Maestra del Tè.

La Maestra parlava solo giapponese e francese, la bimba solo italiano.

Elisa iniziò a studiare semplicemente imitando i gesti della sua Maestra, al di là delle parole e dei concetti. La mamma la portava a Parigi oppure la Maestra veniva a Fudenji. Quando Elisa compì 18 anni la Maestra la accompagnò in Giappone e le fece acquisire il 1° Dan di Cerimonia del Tè, sostenendo esami di fronte a Maestri della Tradizione. La Maestra morì a Parigi all'età di 80 anni.

Poco prima venne in Italia per l'ultima volta. Volle offrire una cena e, per gratitudine, una Cerimonia del Tè al Maestro Zen e a pochi intimi. Io ebbi la fortuna di essere tra questi.

«Lascio molte allieve e allievi, in Giappone, in Francia e in Italia. Ma Elisa è la mia prediletta, l'allieva nella quale mi riconosco di più, quella che più di tutti ha colto il mio spirito, la mia vera erede». Fu il suo testamento.

Elisa oggi è una donna matura, madre di due bimbe, è la mia Maestra di Cerimonia del Tè. Quando mi diede i primi appunti scritti, per farmi studiare, erano i disegni di una bambina di nove anni.

## 3. Un insegnamento inaspettato

Sono una monaca buddhista Zen, discepola del Maestro Taiten Guareschi e al momento di questo scritto ho 65 anni. Vivo nel monastero Fudenji dal 2008.

Queste l'ascissa e l'ordinata che definiscono il sistema di riferimento di questa mia breve trattazione, la cui fonte è quasi esclusivamente esperienziale.

Una volta organizzai una Cerimonia del Tè che sarebbe stata offerta dalla Maestra Hajime Takasugi. Eravamo a Salsomaggiore Terme, nell'atrio del palazzo delle Terme Berzieri, sede meravigliosa.

Mi furono messe a disposizione due vecchie pedane che, coperte con una piccola moquette, avrebbero ospitato la Cerimonia. La Maestra arrivò con largo anticipo e supervisionò le pedane che, provenendo da un magazzino, avevamo provveduto a spolverare con cura. La Maestra, con nostro stupore, chiese secchio con acqua e straccio per pavimenti. Malgrado la sua età, in ginocchio lavò quelle pedane, strofinando con grande energia. Credo non siano mai state così linde. Poi vi poggiò sopra la moquette per la Cerimonia.

Porto con me il ricordo indelebile di quanto mi vergognai per la mia approssimazione e superficialità nella preparazione del luogo.

#### 4. Regole del Tè

La Via del Tè non è che:  
far scaldare l'acqua,  
preparare il tè  
e berlo come si conviene.  
Questo è quanto dovete sapere.

Sen No Rikyu (1522-91), il più famoso Maestro del Tè, nel XVI secolo dette forma al tè con questo chiaro insegnamento espresso in forma di *waka* (una delle forme poetiche più antiche).

L'insegnamento di Rikyu deve essere inteso come ammonimento indirizzato al mondo del tè della sua epoca, e queste idee ci sono state trasmesse come regole fondamentali. Tuttavia, se la forma ultima del tè può essere ridotta all'estrema semplicità dei versi di Rikyu, ci possiamo chiedere perché si è fatto tanto per una cosa apparentemente così semplice. La difficoltà risiede proprio nel cammino per giungere a tale semplicità, che non è facilmente raggiungibile.<sup>4</sup>

Queste le sette regole della Cerimonia del Tè scritte da Sen No Rikyu:

1. prepara una tazza di buon tè;
2. poni il carbone di legna in modo che scaldi bene l'acqua;
3. disponi i fiori così come sono nei campi, con un cuore puro;
4. in estate suggerisci il fresco, in inverno il caldo;

4. SOSHITSU SEN XV, *Chado, lo Zen nell'arte del Tè*, Torino 1995, p. 51.

5. che tutto sia pronto in anticipo;
6. sii preparato per la pioggia, anche se non c'è una nuvola in cielo;
7. sta' bene attento alle persone che riunisci in un invito.

«Se saprai ospitare una riunione del tè senza trascurare queste regole, io diventerò tuo discepolo», disse Sen No Rikyu all'allievo che gli aveva fatto notare quanto queste regole, in fondo, fossero delle ovvietà.

L'insegnamento continuava:

- i gesti: siano naturali, che non risaltino alla vista;
- i fiori: siano non impegnativi, ma pochi e semplici;
- l'incenso: che il suo profumo non sembri essere sparso apposta;
- gli strumenti: siano adatti sia a persone anziane sia a giovani.

Entrando nella stanza del tè, sia l'ospitante sia gli ospiti si rilassino, e non ci si preoccupi di quello che normalmente ci assilla.

Questa è la prima e più importante regola. Questo stato d'animo lo si tenga dentro di sé senza mostrarlo agli altri.

## 5. Esperienze a confronto

Recentemente, Francesca, un'amica di origine pugliese, nel sentire tutto questo iniziò a raccontare di sua nonna e dell'educazione al servizio del caffè in un vecchio salotto pugliese.

Ogni volta che prendevano il caffè mia madre e sua nonna, nonna Isabella, per il paese Donna "Sabbellina", mettevano su un gran cerimoniale.

Tutte le volte la nonna pretendeva che si utilizzasse il vassoio, un centrino, le tazzine con piattino, il giusto cucchiaino e la zuccheriera. Anche gli eventuali dolci dovevano avere il loro vassoio e i tovagliolini.

La mia mamma, all'epoca ancora giovane, a volte si lamentava di tutto questo rituale a cui adempiere anche quando erano sole, soprattutto considerando la complicità che le univa vivendo nella stessa casa e amandosi moltissimo. Così, la nonna spiegava: «Bisogna che tutto questo diventi un'abitudine, non tanto per riservare dei modi belli e gentili a se stessi (che pure sarebbe giusto), ma per imparare bene, farli propri e saperli compiere con naturalezza. In questo modo, quando ci saranno gli ospiti, non solo farai i gesti giusti, ma saranno spontanei, faranno parte di te. Non sarai goffa né in imbarazzo e loro non percepiranno il tuo sforzo nei loro confronti e non penseranno che abbia cambiato il tuo modo di fare per loro. Se pensassero questo, sarebbero a disagio e potrebbero anche sentirsi in dovere di ricambiare con altrettanto sforzo.

## 6. Uomini e donne

In un'altra occasione in cui avevo avuto la fortuna di organizzare una Cerimonia del Tè officiata da Elisa con la presenza della maestra Takasugi, mi permisi di suggerire alla Maestra che sarebbe stato utile, oltre a Elisa, far preparare una tazza di tè anche a Fabrizio, un suo allievo molto preparato. Il mio scopo era che i nostri ospiti potessero vedere che la Cerimonia del Tè non è una prerogativa femminile, legata al mondo delle geishe, anzi, raggiunge il suo massimo splendore proprio al tempo dei samurai in un contesto esclusivamente maschile.

«Nella Via del Tè – mi rispose – non ci sono uomini o donne. Ci sono persone con un buon cuore. Elisa ha un buon cuore. Fabrizio ha un buon cuore».

Entrare in questa Via significa mettere all'opera in se stessi le quattro virtù che sono l'essenza stessa del Tè: Armonia, Rispetto, Purezza e Serenità.

L'armonia è il risultato dell'influenza reciproca ospite- invitato, del cibo servito e degli oggetti scelti secondo il ritmo fluttuante della natura. Essa riflette a un tempo l'effimero in tutte le cose e la stabilità nel mutamento. [...]

Il rispetto dà struttura a una riunione e stabilisce gli scambi tra i partecipanti, innanzitutto per mezzo di regole. [...] Questo principio ci spinge a sentire profondamente il cuore delle persone che incontriamo e l'essenza delle cose che ci circondano. [...]

La purezza, il semplice atto di pulire, [...] alcuni gesti, come togliere la polvere dalla stanza e liberare il sentiero del giardino dalle foglie morte, rappresentano di per sé l'atto di "togliere la polvere dal mondo", [...] l'atto di pulire ci rende sensibili all'essenza pura e sacra delle cose, dell'uomo e della natura. [...]

La serenità sopraggiunge con la pratica costante dei tre principi d'Armonia, Rispetto e Purezza nella vita quotidiana. Seduto solo, lontano dal mondo, all'unisono con i ritmi della natura, liberato dai vincoli del mondo materiale e delle comodità corporali, purificato e sensibile all'essenza sacra di tutto ciò che lo circonda, colui che prepara e beve tè in contemplazione si avvicina a uno stadio sublime di serenità.

E questa serenità si amplifica se qualcuno si unisce a noi. Trovare una serenità duratura in noi stessi in compagnia d'altri: questo è il paradosso.<sup>5</sup>

È grazie a Sen no Rikyu che la Cerimonia del Tè così com'è conosciuta oggi, in quanto forma mistica e rituale, si trasmette; grazie a lui, la semplice preparazione di una tazza di tè è divenuta un'esperienza estetica di notevole spessore spirituale, e un emblema dell'estensione della pratica meditativa Zen a ogni atto o attività della vita quotidiana.

5. Ivi, p. 21.

La Cerimonia del Tè è una vera e propria forma d'arte, una ricca e vitale tradizione, non facilmente accessibile all'osservatore casuale. Chiunque in Giappone o in prossimità di una grande comunità giapponese può avere la possibilità di osservare il rito di preparazione del Tè ma, senza disciplina e studio coscienzioso, il suo sistema simbolico, il suo significato non possono essere interpretati. *Chanoyu* è un "modo" della vita che richiede una dedizione particolare.

## 7. La Via

Parlare brevemente di *Dō*, di Via ci può aiutare. Il contesto in cui si sviluppò in Giappone il concetto di Via aiuta e penetrare l'atmosfera spirituale della Cerimonia del Tè, appunto *Chadō*.

Fino a quando i Samurai erano ancora solamente una classe militare e di guerrieri le loro arti marziali erano *Jutsu*, cioè, costituite soprattutto per fini pratici, violenti di difesa e attacco contro un altro essere vivente, erano per uccidere.

Poi si entrò nell'era Tokugawa e tutto cambiò. Lo shogunato di Tokugawa, conosciuto successivamente come periodo Edo, durò 265 anni (dal 1603 al 1868). Durante gli anni di pace di quel periodo, l'economia e la cultura giapponese si svilupparono notevolmente. L'influenza del periodo Edo sulla cultura giapponese la si può riscontrare tuttora nel Giappone moderno.

Il Giappone divenne un paese "pacifico" e chiuso in se stesso nel quale i Samurai dovettero ricavarci un posto più da politici e burocrati che da guerrieri, anche se le lotte violente interne continuavano sempre.

In questo contesto molti maestri cercarono di non far scomparire le loro arti millenarie e quindi le trasformarono in qualcosa di diverso, di più utile alla mente e allo spirito, così cominciarono a trasformarsi in *Dō*, in Vie per la ricerca della perfezione e dell'illuminazione, in certi casi.

Quindi uno stile di vita, con un'etichetta ben precisa, con una spiritualizzazione delle antiche arti di guerra e di morte.

Ciò avvenne per le più importanti, così il Maestro Ueshiba creò l'*Aikidō* dalla pericolosissima arte di difesa a mani nude dell'*Aikijutsu*, il Maestro Kano creò dal più pericoloso e sempre mortale *Jujutsu* il *Judō* per dare futuro alla tradizione giapponese e per guidare le nuove generazioni. Anche lo *Iaijutsu* si è trasformato in *Iaidō*, una Via che con la concentrazione e la raffinatezza dei movimenti (antichissimi e codificati) portano a un miglioramento interiore e non solo. Questa spiritualizzazione delle "arti" ebbe come ispiratore il buddhismo Zen, che in quel periodo raggiunse la sua massima fioritura ed esercitò una grande influenza culturale e artistica.

Nel XV secolo, le arti e la sensibilità estetica, che avevano raggiunto vette

eccelse, si rifletterono anche sui principi ispiratori del tè e spogliarono questa pratica da tutti gli elementi mondani favorendo piuttosto un approccio spirituale. Il *Chanoyu* assunse quindi l'aspetto di una Via tesa al raggiungimento della perfezione spirituale.

Quando qualcuno mi chiedeva informazioni circa la scuola del Tè che avevo aperto a Fidenza, una delle prime domande riguardava la durata di quello comunemente chiamato "corso". Io inizialmente rispondevo che durava tutta la vita.

Poi mi fu fatto notare che così non si sarebbe mai iscritto nessuno. Mi dovevo rassegnare a dire «tre mesi, rinnovabili, ecc.».

## 8. Una casa per la Cerimonia

Non ho avuto la fortuna di partecipare a una Cerimonia del Tè in una casa del Tè giapponese. Ogni volta ho visto o realizzato degli adattamenti. Ho avuto descrizioni e testimonianze soprattutto da Elisa. La casa per la Cerimonia del Tè si ispira a un eremo isolato in mezzo alla natura, dove per diletto il Maestro del Tè invita e intrattiene i propri ospiti. Il rituale era inizialmente diffuso tra mercanti, monaci e guerrieri, coinvolse poi in seguito tutti gli strati sociali sino ai nobili della corte imperiale. Il *Chanoyu* è un rituale che prefigura un superamento della quotidianità. Per questo motivo si svolge non solo nella casa o stanza del Tè (*chashitsu*) ma anche nel giardino del Tè. Il *roji* è una sorta di spazio, di filtro per portarsi oltre, scavalcare la quotidianità lasciandosi alle spalle le fatiche e gli assilli della vita reale.

Per Sen No Rikyu il *Chanoyu* inizia già dal momento in cui si entra nel *roji*, un giardino all'interno del quale si snoda il sentiero che conduce dall'accesso fino alla stanza del Tè. La parola *roji* originariamente era scritta in questo modo 路地 (letteralmente vicolo) nel senso appunto di stretto passaggio posto tra alcuni edifici. Ma in un secondo tempo si cominciò a scriverlo diversamente, 露地 (sentiero di rugiada) per sottolineare la spiritualità che aveva ormai acquisito la Cerimonia del Tè. Camminando lungo questo sentiero, infatti, l'ospite inizia anche il graduale percorso di introspezione silenziosa per sgomberare la mente dallo stato di coscienza della vita da uomo comune. Alla fine di questo percorso, dopo aver sciacquato le mani e la bocca, entra nella stanza del Tè. Rikyu ha definito il *roji* "la Via che ci porta al di là dell'universo fluttuante (il carattere caduco dell'esistenza nel pensiero buddhista)" e ha considerato come ideale il paesaggio dei sentieri di montagna che conducevano alle povere abitazioni degli eremiti.<sup>6</sup>

6. F. MONTAGNANA, T. HAYASHI, Y. HAYASHI, *Le case del Tè. Gli spazi del vuoto e dell'inatteso*, Milano 2009, p. 12.

Il *roji* si sviluppa come percorso, al tempo stesso fisico e iniziatico, che conduce sia al luogo che alla dimensione spirituale richiesti per la Cerimonia del Tè. Pertanto, la disposizione dei suoi elementi ha la funzione di preparare la mente dell'invitato, inducendo in lui lo stato di concentrazione necessario per apprezzare l'evento in tutta la sua complessità.<sup>7</sup>

Le pietre da passo, che tracciano il sentiero assumono un ruolo determinante, uniscono a una funzione pratica – proteggere reciprocamente il muschio dalla pressione delle calzature e i piedi del visitatore dal fango – quella spirituale ed estetica di stimolo a uno stato di consapevolezza e di contemplazione, rallentando il passo e favorendo una sosta. Scandiscono e sottolineano il progressivo allontanamento dal mondo e ne indicano il respiro. Il sentiero viene allungato da curve e deviazioni in modo da avvicinarsi progressivamente alla stanza del Tè, che non deve essere vista. La si scorge solo alla fine del percorso. Così si realizza il cuore segreto dei giardini Zen: nascondere per mostrare più intensamente.

Un tempio vicino a Osaka aveva una vista meravigliosa sul mare. Rikyu fece piantare due siepi che nascondevano completamente il paesaggio, e vicino a esse fece collocare una vaschetta di pietra. Solo quando un visitatore si chinava sulla vaschetta per prendere l'acqua nel cavo delle mani, il suo sguardo incontrava lo spiraglio obliquo tra le due siepi, e gli si apriva la vista del mare sconfinato. [...] Vedendo la propria immagine rimpicciolita in quel limitato specchio d'acqua, l'uomo considerava la propria pochezza; poi, appena sollevava il viso per bere dalla mano, lo coglieva il bagliore dell'immensità marina.<sup>8</sup>

Il giardino della casa per la Cerimonia del Tè è un giardino continuo, che presuppone sempre uno spazio interno e uno esterno, e che richiede all'osservatore di esser percorso in tutta la sua estensione perché l'esperienza sia completa.

Il giardino e la stanza del Tè sono l'espressione della più elevata semplicità e insieme il culmine della cultura giapponese: rappresentano e propongono un modello ineguagliato di abitare.

Bere il tè diviene parte di un processo contemplativo in cui l'umiltà dell'allestimento veicola un messaggio di spiritualità e purezza.

L'entrata dell'eremo del Tè è una porta in cui occorre piegarsi per passare, e misura circa 70x70 cm. La porta – costituita in realtà da un'apertura che la rende più simile a una finestra – è talmente angusta che si è costretti a inchinarsi o addirittura, in certi casi, a rannicchiarsi; si è obbligati, cioè, a

7. P. DI FELICE, *Elementi per la compilazione del Sakuteiki*, in *Sakuteiki: annotazioni sulla compilazione dei giardini*, a cura di P. Di Felice, Firenze 2001, p. 44.

8. I. CALVINO, *Collezioni di Sabbia*, Milano 1984, p. 190.

rendere visibile col corpo una condizione mentale e morale liberata da idee di onore, superbia, potere e, al limite, dall'idea di "io" che tutte le sostiene. Chinare il capo e la schiena induce la mente a un atteggiamento di modestia e di umiltà. Trattenendo questo sentimento dentro di sé gli invitati si calano in una diversa dimensione di paritetica e amichevole armonia (*wa*). Passata questa porta ogni rango sociale è sospeso.

Lo spazio

non viene concepito soltanto come oggetto di contemplazione da parte del soggetto, ma viene da questi esperito come efficace invito a disporre secondo tale stile la sua interiorità. [...] Il modo con cui lo spazio interno è organizzato non si pone più come *cosa da vedere*, ma come modello da diventare.<sup>9</sup>

Architettura e giardino del Tè sono fra le espressioni più raffinate della predisposizione giapponese a elevare le azioni della vita quotidiana allo status di arte.

Come ho descritto sommariamente il giardino e la casa del Tè, potrei descrivere tutti gli utensili, ognuno dei quali aprirebbe un mondo di suggestioni e significati.

Nel *Chajing*, il "Canone del Tè", il più antico e più importante trattato al mondo sulla coltivazione, la preparazione, l'uso e gli echi letterari del Tè, composto intorno al 758 dal letterato e poeta Lu Yu, si insegna che le circostanze e il luogo della degustazione non sono che accessori, ed è quindi possibile variare l'etichetta della riunione in accordo all'ambiente, al numero degli ospiti e al loro rango: accanto a un torrente tra i pini, si può fare a meno di molte cose, ma se, in una città, alla presenza di un re o di un duca, manca anche uno solo dei ventiquattro strumenti prescritti, allora è meglio rinunciare del tutto a preparare il Tè. La perfezione, infatti – raccomandava Lu Yu – va ricercata essenzialmente nella scelta accurata degli ingredienti e degli strumenti, nell'attento rispetto delle procedure di preparazione e nell'accorto equilibrio tra gli elementi che vengono chiamati in causa – l'acqua, il fuoco, il legno, il metallo, la terra – per rispecchiare in una tazza di tè l'ordine che governa l'universo.

## 9. Sen No Rikyu

Molti anni fa fui ricoverata per un intervento chirurgico che mi costrinse a una lunga convalescenza a casa – a riposo – come dicono i dottori. Avevo iniziato a studiare la Cerimonia del Tè con Elisa ed ebbi l'occasione di vedere

9. G. PASQUALOTTO, *Estetica del vuoto*, Venezia 2006, p. 78.

il film *Morte di un Maestro del Tè*. Era la storia di Sen No Rikyu. Mi innamorai di quel film e data la disponibilità di tempo, lo vidi innumerevoli volte. Ancora oggi ricordo i dialoghi a memoria, soprattutto quelli tra il Maestro del Tè e lo Shogun Toyotomi Hideyoshi. Questi era un grande amante del rito del Tè e aveva fatto costruire la casa del Tè per Sen No Rikyu. Ma tutte le volte che lo Shogun prendeva parte alle cerimonie di Rikyu doveva presentarsi disarmato. Al cospetto del Maestro del Tè, Sua Eccellenza era costretto a posare la spada.

«Non esiste un luogo nelle mie terre dove io lascio la spada. Io ho costruito la casa del Tè per Rikyu», protestava Hideyoshi.

«Sì. Ma ora la casa del Tè è di Rikyu e voi, Eccellenza, non potete entrare armato», era la pronta e inappellabile risposta del Maestro del Tè.

Il conflitto tra i due si acuiva anche perché Hideyoshi insisteva nella sua politica di utilizzare l'arte del Tè per costruire un'estetica di corte sfarzosa e nello stesso tempo popolare. Ai suoi ricevimenti, cosiddetti *chakai*, partecipava un numero sempre più grande di persone.

A un certo punto il conflitto giunse al suo epilogo e le personalità dei due contendenti erano troppo forti per cercare un compromesso. Hideyoshi portò Rikyu a eseguire *seppuku*, il suicidio rituale, forse sperando in un suo cedimento. Ma Rikyu non era tipo da piegarsi e, dopo aver offerto allo Shogun per l'ultima volta il Tè nella sua spoglia ed essenziale *chashitsu*, si suicidò. Prima di morire scrisse una poesia di addio, secondo l'usanza, e incise un ultimo *chashaku*, il cucchiaino di bambù che si usa per preparare il tè, cui diede il nome di *Namida* cioè «Lacrime». Si dice che in quest'ultimo oggetto Rikyu abbia trasfuso tutta la sua forza spirituale, tutto il suo credo estetico.

L'essenza del pensiero di Rikyu è il concetto di *wabi-cha*. Al *sabi*, cioè la patina del tempo che segna l'aspetto delle cose e allo *yūgen*, l'incanto sottile che non si può descrivere con le parole, tanto caro agli autori dei drammi del teatro *Nō*, Rikyu aggiunse questo concetto che dopo di lui diverrà il fulcro di tutta l'estetica Zen. Il *wabi* è la semplicità, la povertà ricercata fino a divenire estrema sintesi di ogni forma. È anche il rifiuto di qualsiasi orpello, di ogni ostentazione, che appesantisca l'espressione. Più che dagli scritti di Rikyu, il concetto è meglio espresso dai suoi aneddoti. Come quando, dovendo ricevere Hideyoshi, eliminò tutti i fiori del giardino per lasciarne uno solo esposto affinché la sua forma fosse essenziale, concettuale, archetipica. La vita stessa di Rikyu è un paradigma del *wabi*, così come la sua morte, così scarna, dignitosa, quasi disumana. Rikyu fu costretto al *seppuku* da Hideyoshi e nulla fece per sottrarsi al suo destino. Protestando contro l'atto del tiranno nella forma più semplice possibile: avviandosi alla morte senza concedere nulla alla debolezza, alla fragilità umana.

## 10. Conclusione

*Kokoro wa katachi wo motome, katachi wa kokoro wo susumere.*

«Il cuore ricerca la forma esteriore corretta,  
e la forma esteriore corretta corregge il cuore»<sup>10</sup>

Il vero fine della Cerimonia del Tè è quello di purificare i sei sensi: la vista, con la contemplazione del vaso di fiori e il dipinto del paesaggio; l'odorato, con il profumo dell'incenso; l'udito, con il mormorio dell'acqua che bolle; il gusto, con il sapore del tè; il tatto, con la posizione corretta del corpo. Quando i sensi sono stati purificati in questo modo, anche il cuore diventa puro.<sup>11</sup>

La campana del tempio tace, ma il suono continua a uscire dai fiori.<sup>12</sup>

10. Frase pubblicitaria dei negozi di utensili buddhisti nel quartiere di Asakura, Tokyo.

11. Dall'*Hagakure*.

12. Matsuo Basho (1644-1694).

# Prescrizioni rituali e consumo di offerte sacrificali nella Grecia antica: la testimonianza delle “*leges sacrae*”

*Ilaria Bultrighini*

Sommario: 1. Premessa – 2. Le “leggi sacre” – 3. Il sacrificio nel mondo greco e le “leggi sacre”.

## 1. Premessa

Il presente contributo verte sul consumo di offerte sacrificali nell’ambito dell’esperienza religiosa greca antica, concentrandosi sulla testimonianza offerta dalla classe di iscrizioni convenzionalmente nota come “leggi sacre”. Negli studi moderni e contemporanei questa definizione identifica un ampio e alquanto dibattuto insieme di documenti epigrafici. Si tratta di testi che si riferiscono in maniera normativa e prescrittiva a una serie di questioni relative al culto degli dèi e agli atti rituali a esso connessi. In queste testimonianze iscritte i cibi consumati dai partecipanti ai riti sono i resti del sacrificio alle divinità, gli avanzi di un pasto divino che consiste prevalentemente in carne animale e talora, nel caso di sacrifici incruenti, in offerte vegetali, libagioni, focacce, formaggi e così via.

In quanto segue è innanzitutto introdotta e brevemente discussa la classe epigrafica delle cosiddette “leggi sacre”; si presentano poi una serie di esempi di norme e prescrizioni in esse attestate che regolamentano le modalità di consumazione del cibo in seguito a determinati atti sacrificali.

## 2. Le “leggi sacre”

L’insieme di documenti epigrafici definiti “*leges sacrae*” comprende di fatto non solo testi legislativi in senso stretto, come leggi e decreti, bensì una varietà di iscrizioni di diversa natura, quali calendari e regolamenti sacrificali, rendiconti finanziari, cippi di confine, fondazioni cultuali, oracoli

e ulteriori tipologie di testi iscritti. Il filo conduttore di un così eterogeneo complesso di testimonianze, appartenenti a varie categorie epigrafiche, è la loro comune funzione di registrare norme che regolano l'attività rituale e le pratiche culturali. Si tratta di documenti emanati da varie istituzioni, in primo luogo dalle *poleis*, le città-stato dell'antica Grecia, così come da altre forme statali, da federazioni, re, suddivisioni civiche, associazioni culturali e persino da singoli individui. Esempari di "leggi sacre" provengono da tutto il mondo greco, comprese varie zone della Grecia continentale, della Macedonia, delle isole dell'Egeo, dell'Asia Minore, nonché aree più periferiche di pertinenza greca come il Mar Nero, la Cirenaica, l'Illiria e la Sicilia. Dal punto di vista cronologico, tali iscrizioni sono attestate a partire dagli inizi del VI secolo a.C. fino all'età romana, ovvero fino ai primi secoli d.C.

La categoria delle "*leges sacrae*" fu introdotta alla fine del XIX secolo dai tedeschi Johannes von Prott e Ludwig Ziehen con la pubblicazione di un *corpus* in due volumi nel 1896 e nel 1906, intitolato per l'appunto *Leges Graecorum Sacrae*.<sup>1</sup> A questo hanno fatto seguito, nel corso del XX e dei primi anni del XXI secolo, alcuni altri *corpora* e raccolte, fino ad arrivare negli anni più recenti alla *Collection of Greek Ritual Norms*, una risorsa online concepita come un *work in progress* che, come suggerisce il nome, è intesa come una selezione di testi piuttosto che un *corpus*.<sup>2</sup> Parallelamente agli ultimi sviluppi nella storia delle collezioni di "*leges sacrae*", i primi due decenni del XXI secolo hanno assistito a un crescente interesse nei confronti dell'argomento tra gli studiosi di antichistica. In particolare, un'ondata di discussioni, avviate da Robert Parker all'inizio degli anni Duemila,<sup>3</sup> ha richiamato l'attenzione su una serie di problemi terminologici e concettuali che riguardano il *corpus* (o meglio, i vari *corpora*), in particolar modo l'inadeguatezza della denominazione "leggi sacre". Un esame dettagliato del dibattito in questione esula dal campo d'interesse del volume in cui si colloca il presen-

1. J. VON PROTT, *Leges Graecorum Sacrae e titulis collectae*, pt. I, *Fasti Sacri*, Leipzig 1896; L. ZIEHEN, *Leges Graecorum Sacrae e titulis collectae*, pt. II, *Leges Graeciae et Insularum*, Leipzig 1906.

2. J.-M. CARBON, S. PEELS-MATTHEY, V. PIRENNE-DELFORGE, *Collection of Greek Ritual Norms (CGRN)*, 2017 ([cgrn.ulg.ac.be/](http://cgrn.ulg.ac.be/)). Le principali altre raccolte di *leges sacrae* sono le seguenti: F. SOKOLOWSKI, *Lois sacrées de l'Asie mineure*, Paris 1955; F. SOKOLOWSKI, *Lois sacrées des cités grecques, Supplement*, Paris 1962; F. SOKOLOWSKI, *Lois sacrées des cités grecques*, Paris 1969; G. ROUGEMONT, *Corpus des inscriptions de Delphes. Tome I, Lois sacrées et règlements religieux*, Paris 1977; E. LUPU, *Greek Sacred Law. A Collection of New Documents* (Religions in the Graeco-Roman World, 152), 2nd ed. with a Postscript, Leiden 2009.

3. Cfr. R. PARKER, *What are Sacred Laws?*, in *The Law and the Courts in Ancient Greece*, edited by E.M. Harris and L. Rubinstein, London 2004, pp. 57-70.

te contribuito. In sintesi, trattandosi essenzialmente di una categorizzazione moderna, l'insieme delle "leggi sacre" presenta una serie di problematiche che permangono tuttora irrisolte, soprattutto per quanto concerne le tipologie di testi che esso dovrebbe o non dovrebbe includere. Oltretutto, il fatto che la religione sia profondamente radicata in quasi tutte le istituzioni e gli aspetti della società greca antica non fa altro che rendere la situazione ancora più complessa. Inoltre, come si è accennato, la definizione di "leggi sacre", anch'essa una costruzione moderna, è manifestamente inadatta ad accogliere la vasta gamma di documenti compresi sotto l'etichetta. Tanto è vero che in molti casi risulta difficile attribuire un'iscrizione alla categoria di "legge" o perfino a quella di "regolamento".<sup>4</sup>

### 3. Il sacrificio nel mondo greco e le "leggi sacre"

Passeremo ora a esaminare come le "*leges sacrae*" concorrono ad accrescere la nostra conoscenza delle pratiche di consumazione del cibo risultante da atti sacrificali nell'antichità greca. Pur nella loro ampia varietà tipologica, i documenti epigrafici che rientrano nella discussa categoria di cui si è finora parlato, e che riguardano più nello specifico sacrifici in onore degli dèi, comprendono di norma almeno due ordini di informazioni essenziali in relazione a tali rituali: la divinità destinataria e l'animale da offrirle in sacrificio. In alternativa all'omaggio carneo, nei casi meno frequenti di divinità e riti che richiedono sacrifici incruenti, sono indicate offerte vegetali, quali frutta, rami, grani, o anche focacce, dolci, talora inaffiati d'acqua, latte, miele, olio, ma non inaffiati di sangue né di vino. In aggiunta a questi due elementi basilari si trovano talora ulteriori informazioni, come ad esempio il luogo in cui il sacrificio deve essere svolto (un determinato santuario, tempio o altro spazio sacro), la festa religiosa durante la quale si tiene il sacrificio, il sacerdote o la sacerdotessa o altri addetti al culto officianti il rito. Talvolta sono specificati alcuni dettagli riguardo alla vittima sacrificale: si tratta normalmente di animali da allevamento, per lo più suini, ovini, caprini e bovini; ne può essere precisata l'età, il colore e il sesso (solitamente quest'ultimo corrisponde a quello della divinità destinataria dell'offerta); se l'animale è femmina, talora è indicato se è richiesto che questa sia gravida, come generalmente accade nel caso di sacrifici a divinità connesse alla fertilità. Possono essere inoltre

4. Per una più estesa trattazione delle "leggi sacre" e in particolare di regolamenti e calendari sacrificali, cfr. I. BULTRIGHINI, *Sacrificial calendars and regulations*, in *The Oxford History of the Classical Greek World. Volume 4: Religion and the Divine*, edited by H. Beck, C. Constantakopoulou, J. McInerney, Oxford (c.d.s).

forniti altri dati, come il prezzo della vittima sacrificale e la modalità con la quale si deve svolgere il sacrificio.

Esistono due principali forme di sacrificio cruento, a seconda che esso si rivolga a dèi celesti e olimpici o a dèi ctoni e infernali.<sup>5</sup> A favore di questi ultimi si può procedere con un olocausto, cioè la completa combustione e riduzione in cenere della vittima sacrificale, che preclude ai celebranti la possibilità di mangiarne. Si tratta, quindi, di un rituale in cui la vittima viene offerta interamente alla divinità e i partecipanti al rito rimangono esclusi dalla condivisione con gli dèi del pasto sacrificale. Il caso più consueto è tuttavia quello del sacrificio detto *thysia*, il quale è rivolto sia a dèi celesti e olimpici che a dèi ctoni e infernali.<sup>6</sup> In esso, coloro che prendono parte al cerimoniale ricevono tutte le parti dell'animale, le quali sono destinate al banchetto comune, mentre la porzione spettante alla divinità ammonta a pressoché nulla, spesso soltanto al fumo del fuoco dell'altare.

In alcuni casi, le "*leges sacrae*" forniscono anche informazioni circa le modalità di preparazione della carne sacrificale, nonché della sua consumazione in seguito alla *thysia*, con dettagli sulle procedure di partizione della vittima, di cottura dei pezzi (che possono essere arrostiti o bolliti), della loro distribuzione a coloro che partecipano al rituale e del loro consumo, per lo più da effettuarsi sul posto e meno frequentemente al di fuori del luogo preposto allo svolgimento dell'atto sacrificale.

La *thysia*, il sacrificio cruento seguito da un pasto condiviso, è il rito centrale della religione greca e ha una evidente funzione alimentare. La fondamentale connessione tra il sacrificio animale e l'assunzione di carne nel mondo greco è chiaramente illustrata dalla condivisione del medesimo vocabolario per sacrificio e macelleria.<sup>7</sup> Per fare un esempio, il termine *hiereion* designa un animale in quanto vittima sacrificale, ma indica a quanto pare anche la bestia da macelleria. E ancora, il greco antico non sembra disporre di un verbo specifico per denotare la macellazione di un animale oltre a *thyein*, il cui significato primario è appunto quello di "sacrificare". I Greci di fatto consumano carne esclusivamente in occasione dei sacrifici e in conformità alle relative disposizioni rituali.<sup>8</sup> Il sacrificio greco si configura quindi come un rituale religioso in cui i partecipanti rivolgono un'offerta agli

5. Cfr. J.-P. VERNANT, *Mito e religione in Grecia antica*, ed. italiana a cura di R. Di Donato, Roma 2003, pp. 45-47.

6. In realtà, per le divinità ctonie è per lo più previsto il compimento, nella stessa occasione, sia di un olocausto che di una *thysia*, da eseguire solitamente in tale ordine. Cfr. G. EKROTH, *The Sacrificial Rituals of Greek Hero-Cults in the Archaic to the Early Hellenistic Periods*, Kernos Supplement 12, Liège 2002, pp. 217-228.

7. Cfr. VERNANT, *Mito e religione*, cit., 48.

8. Cfr. L. GALASSO, *Sacrificio e simposio: la simbologia alimentare nel Mediterraneo gre-*

dèi per mezzo della quale viene istituito un contatto tra uomini e dèi, ma al contempo si configura anche come un sistema alimentare ritualizzato corrispondente a regole di base, e infine rappresenta un atto di unione sociale che, tramite il consumo delle parti di una stessa vittima, rafforza i legami tra i membri di una determinata comunità.<sup>9</sup>

Analizziamo ora alcune disposizioni contenute in una serie di cosiddette *leges sacrae*. Il primo documento preso in esame è un'iscrizione di epoca classica, databile all'incirca alla metà del V secolo a.C., che contiene disposizioni sacrali relative al demo di Skambonidai.<sup>10</sup> I demi sono le numerose e più piccole unità politico-territoriali connesse all'opera di riorganizzazione della *polis* di Atene attuata dallo statista Clistene nel 508 a.C. Il testo epigrafico in questione definisce le modalità con le quali Skambonidai contribuisce a una serie di sacrifici e festività religiose ateniesi (ovvero non locali, bensì statali, per così dire) e include precisazioni circa la distribuzione delle porzioni di carne risultanti dai sacrifici ai partecipanti alle cerimonie. Il carattere normativo di questo documento è esplicitato da un sintagma che funge da una sorta di intestazione, posto ad apertura della parte del testo situata su una delle facce della stele a pilastro su cui è per l'appunto iscritta una serie di ordinamenti sacrali (lato C, linee 1-2): «Norme rituali di Skambonidai». Il termine greco qui tradotto come "norme rituali" è *thesmia*; esso può essere interpretato in vari modi, ad esempio come "leggi ancestrali", oppure come "disposizioni" o "regolamenti", o ancora, appunto, come "norme rituali". L'iscrizione prescrive che si sacrifichi un animale adulto, in relazione al quale non sono fornite ulteriori specificazioni; è quindi presumibilmente consentito immolare qualsiasi tipo di animale, nell'ambito del bestiame. Il sacrificio in questione è in onore di Leos, l'eroe eponimo della tribù Leontide, una ulteriore suddivisione civica della polis ateniese, alla quale fa capo il demo di Skambonidai. È previsto che la carne derivante da tale atto sacrificale sia distribuita in maniera equa a tutti i membri della comunità. Ogni cittadino ateniese appartenente al demo di Skambonidai ha diritto a un'assegnazione a sorte di una porzione di carne dagli spiedi. Inoltre anche i meteci, ossia gli stranieri residenti nel demo, sono menzionati in quanto destinatari di elargizioni sacrificali. La distribuzione della carne avviene nell'agorà del demo, quindi nella sua piazza principale, dove si può immaginare che si proceda in seguito alla sua consumazione nell'ambito di un banchetto comune tenuto

*co-romano*, in *Symbola. Il potere dei simboli. Recupero archeologici della Guardia di Finanza*, a cura di D. Leoni, Mozzecane 2015, p. 151.

9. Cfr. VERNANT, *Mito e religione*, cit., 48-49.

10. Cfr. CARBON, PEELS-MATTHEY, PIRENNE-DELFORGE, *Collection of Greek Ritual Norms*, cit., nr. 19.

sul posto, come si può desumere dal fatto che la carne viene distribuita dopo essere stata cotta allo spiedo. Il testo iscritto su un'altra faccia del pilastro è conservato in maniera più frammentaria, ma risulta comunque possibile discernere come anche queste disposizioni vertano sull'assegnazione di carne sacrificale: in un caso si specifica che la distribuzione ai membri del demo deve avvenire «fino al tramonto» (lato A, linee 4-5), mentre in un altro punto è indicato che il luogo preposto all'elargizione della carne è, di nuovo, l'agorà di Skambonidai.

Consideriamo ora un regolamento sacrificale emanato dalla città di Koresia a Keos, l'attuale isola di Kea nell'arcipelago delle Cicladi.<sup>11</sup> L'iscrizione si data in età ellenistica, più precisamente tra il 205 e il 180 a.C. In questo caso si tratta inequivocabilmente di un testo di tipo giuridico; alla linea 1 si fa riferimento al documento stesso con il termine *nomos*, "legge". Il testo conserva in realtà una proposta di legge, ma il fatto che esso sia stato iscritto su una stele posta all'interno di un santuario della comunità (linee 41-42) indica che la normativa è stata effettivamente approvata e pubblicata. Non è dato stabilire se l'iscrizione presenti una serie di prescrizioni relative a una nuova festa religiosa o, piuttosto, nuove disposizioni relative a una festa preesistente, in quanto né la festività né la divinità onorata sono menzionate esplicitamente. A ogni modo, si tratta certamente di un nuovo provvedimento normativo. Il testo prescrive che la gestione del grande banchetto civico da svolgersi in questa occasione sia affidata a un appaltatore, il quale dovrà «fornire la garanzia che organizzerà la festa in conformità con la legge» (linee 5-7). Si dispone inoltre «che egli sacrifichi da un lato un bovino maschio al quale sono caduti i primi denti, dall'altro una pecora alla quale sono caduti i primi denti. Se sacrifica [anche] un suino, questo non deve avere più di un anno e mezzo» (linee 7-9). La direttiva secondo cui agli animali destinati al sacrificio devono essere caduti i denti da latte si riferisce al requisito di una loro età minima, ovverosia deve trattarsi di un bovino maschio e di una pecora che abbiano entrambi almeno tra un anno e mezzo e due anni di età. All'appaltatore è consentito integrare il suddetto sacrificio con ulteriori vittime, per esempio con suini, evidentemente nel caso in cui egli ritenga che un bovino e una pecora non forniscano un quantitativo di carne sufficiente per l'intero corpo civico e per gli altri partecipanti alla festività, che includono coloro che sono invitati dalla città, nonché gli stranieri residenti e gli ex schiavi. È prescritto che l'appaltatore provveda ad assegnare porzioni di carne cruda che siano di peso non inferiore a due mine per persona e che comprendano anche le interiora: ciò equivale a circa 860 grammi *pro capite* e corrisponde quindi a una notevole quantità di carne.

11. Ivi, nr. 105.

Un caso di banchetto comune da tenersi in seguito a sacrifici è riferito da un decreto di Delfi riguardante gli Attaleia, feste che furono istituite nel 160/159 a.C. in seguito a un donativo del re Attalo II di Pergamo alla città di Delfi.<sup>12</sup> Le linee 53-67 del testo riguardano l'organizzazione delle celebrazioni, che comprendono sacrifici, un pasto collettivo e una processione. È previsto il sacrificio di tre bovini adulti, probabilmente maschi, e di altri animali, alla triade divina Apollo, Latona e Artemide. La città compie questi sacrifici in onore delle divinità locali e a nome di Attalo II e celebra il re benefattore conferendo il suo nome alle feste. Si dispone inoltre che «la carne sia consumata durante il banchetto pubblico, insieme a quaranta *metretai* di vino» (linee 57-58). Si tratta qui di una quantità notevole di vino, pari a circa 1.560 litri. Come sottolineano J.-M. Carbon *et al.*, sulla base della sua formulazione, la frase «la carne sia consumata durante il banchetto pubblico» sembra essere intesa a fornire specificazioni non soltanto riguardo al momento e il luogo, ma anche circa l'ampiezza della partecipazione al convivio, indicando che è invitato a prendervi parte l'intero corpo civico. Il banchetto pubblico è infatti qui definito *damothoinia*, parola composta in cui il termine *damos* fa riferimento all'organo sovrano dei cittadini liberi nelle città-stato greche. A quanto pare, in questa occasione non è previsto che porzioni di carne sacrificale siano riservate a determinati individui, quali il sacerdote o la sacerdotessa e i principali magistrati della città.

Tale circostanza si riscontra invece in un decreto ateniese concernente il culto di Asclepio al Pireo,<sup>13</sup> ovvero il porto di Atene, dove si trovava un importante santuario del principale dio guaritore greco. La prima parte del documento iscritto, che si data intorno al 400-375 a.C., riguarda l'esecuzione dei *prothymata*, i sacrifici preliminari offerti dai membri del culto di Asclepio prima di iniziare il rituale dell'incubazione. Questo rituale, come è noto, consiste nel dormire all'interno dell'area sacra allo scopo di ricevere cure dal dio durante il sonno o, in alternativa, indicazioni su quali terapie seguire al fine di guarire da una malattia o altra infermità. La sezione finale dell'iscrizione verte sulla distribuzione della carne successiva ai sacrifici: «la carne del bovino che conduce (il corteo) sia distribuita ai pritani e ai nove arconti e agli *hieropoioi* e ai partecipanti al corteo, il resto della carne sia distribuita agli Ateniesi» (linee 13-17). In questo caso è dunque stabilito che i detentori di alte cariche civiche, quali i pritani (i membri del Consiglio) e i nove arconti (i titolari della massima carica pubblica ad Atene), come anche gli *hieropoioi* (i magistrati incaricati di supervisionare i sacrifici) e i partecipanti al corteo abbiano priorità nell'assegnazione della carne sacrificale, del-

12. Ivi, nr. 202.

13. Ivi, nr. 46.

la quale riceveranno i pezzi migliori. Ciò che rimane delle vittime in seguito a questa prima erogazione viene spartito tra la cittadinanza.

Mentre le “*leges sacrae*” considerate sinora consistono in testi relativamente lunghi, altri esemplari di regolamenti sacrificali sono redatti in forma più sintetica. È questo il caso di un documento da Lindo, una città dell’isola di Rodi, che si data intorno al 400 a.C.<sup>14</sup> Le norme qui registrate codificano in maniera alquanto succinta l’esecuzione di sacrifici in onore di Atena Apotropaia, verosimilmente da svolgersi all’interno del santuario della dea. Nel testo è indicato innanzitutto l’animale sacrificale, che in questo caso è una pecora; sono poi menzionati gli addetti all’esecuzione del sacrificio (*archierothytes*, detentori di una specifica carica sacerdotale). È inoltre prescritto che le porzioni di carne derivanti dal rito in questione siano consumate sul posto. Infine, si specifica che la partecipazione a tale rituale non è consentita alle donne, in quanto la presenza di queste ultime è considerata contraria alla norma religiosa (linea 5: «non religiosamente consentito alle donne»). La questione dell’esclusione delle donne dai sacrifici e dal conseguente consumo di cibo è dibattuta da lungo tempo. Mentre taluni studiosi ritengono che le interdizioni stabilite in alcune “leggi sacre” come il regolamento sacrificale proveniente da Lindo confermino la regola, talaltri sono dell’opinione che simili documenti attestino, al contrario, casi eccezionali e che di norma le donne prendessero parte a tali rituali.<sup>15</sup>

Le donne sono coinvolte anche nell’ultimo documento epigrafico qui preso in esame, che si data intorno al 400 a.C. e proviene da Chio, isola dell’Egeo Settentrionale situata di fronte alla costa turca.<sup>16</sup> Si tratta di due decreti concernenti le prerogative della sacerdotessa di Ilizia in occasione di sacrifici sia pubblici che privati. Ilizia è una divinità della fertilità, del parto e dell’ostetricia, il cui culto è ben attestato nel mondo greco; ciononostante, l’iscrizione rinvenuta a Chio è a quanto pare l’unica norma rituale relativa al culto di questa dea a essere giunta sino a noi. Conformemente al decreto *b*, le prerogative della sacerdotessa saranno quante si trovano «scritte sulla stele» (linee 8-10) (ossia quelle indicate nel decreto *a*); si precisa poi che in caso di sacrificio pubblico, la sacerdotessa riceverà, inoltre, la testa dell’animale. Il decreto *b* specifica anche che la sacerdotessa sarà multata se prenderà più di quanto le spetta. In generale, le prerogative di sacerdoti o sacerdotesse possono consistere in denaro o in una parte particolarmente ambita della vittima sacrificale, quali coscia, fianco, spalla, lingua e pelle. Nel caso in que-

14. Ivi, nr. 62.

15. Su questa discussione si veda CARBON, PEELS-MATTHEY, PIRENNE-DELFORGE, *Collection of Greek Ritual Norms*, cit., nr. 33, con riferimenti bibliografici.

16. Ivi, nr. 38.

stione, alla sacerdotessa di Ilizia è riservata una parte dell'animale. Il decreto *a* riferisce inoltre della successiva ripartizione del cibo tra tutti gli altri partecipanti al rito, la quale viene effettuata dopo aver detratto la porzione dovuta alla sacerdotessa in via prioritaria in virtù del privilegio da costei detenuto.<sup>17</sup> È disposto che la consumazione della carne da parte della sacerdotessa «dovrà avvenire sul posto, in compagnia delle donne che hanno compiuto i riti» (linee 8-10). Il divieto di portare altrove la carne sacrificale e la prescrizione di mangiarla *in loco* ricorrono con una certa regolarità nelle “*leges sacrae*”.<sup>18</sup> È invece del tutto inconsueta la clausola relativa alla consumazione del pasto sacrificale da parte della sacerdotessa insieme alle donne partecipanti al rito. A parere di Robin Osborne, tale specificazione farebbe riferimento alla circostanza del tutto eccezionale di una condivisione delle prerogative da parte della sacerdotessa e delle altre donne presenti al rituale.<sup>19</sup> Di diverso avviso sono J.-M. Carbon *et al.*, i quali sostengono invece che la clausola implichi che la sacerdotessa sia tenuta a consumare la sua porzione durante la cerimonia piuttosto che al suo termine. Qualunque sia il significato esatto di tale prescrizione, l'istruzione di procedere a un pasto collettivo appare volta al rafforzamento di un rituale che è inteso a rinsaldare i legami tra il mondo umano e quello divino.

17. Sulle modalità della divisione in pezzi dell'animale e della sua ripartizione nell'ambito del sacrificio greco, cfr. GALASSO, *Sacrificio e simposio*, cit., p. 152.

18. Cfr. F.T. VAN STRATEN, *Hierà Kalá: Images of Animal Sacrifice in Archaic and Classical Greece* (Religions in the Graeco-Roman World 127), Leiden 1995, p. 145.

19. Cfr. R. OSBORNE, *Women and Sacrifice in Classical Greece*, in «Classical Quarterly», XLIII (1993), p. 402.

# Cibo e sostenibilità in *Abya Yala*

Sabrina Lanni

Sommario: 1. *Abya Yala*: la rinascita dei popoli indigeni e del loro diritto in America Latina – 2. Il riconoscimento della identità culturale dei popoli indigeni e della loro forma di sviluppo: l’approccio ecocentrico – 3. Il rispetto della natura e dei suoi tempi: gli indigeni come promotori – 4. La preservazione degli equilibri ecologici come limite alla logica del mercato e del profitto – 5. Riflessioni conclusive.

## 1. *Abya Yala*: la rinascita dei popoli indigeni e del loro diritto in America Latina

*Abya Yala* è il nome con cui alcuni popoli indigeni hanno designato il continente americano.<sup>1</sup> Letteralmente significa “*tierra en plena madurez*” o, secondo alcuni, “*tierra viva*”. Questo nome si è diffuso negli ultimi decenni in connubio con i movimenti sociali e politici a favore dell’autonomia dei popoli indigeni dell’America Latina e del riconoscimento dei loro diritti.<sup>2</sup>

1. In modo particolare si vuole fare riferimento ai *Tule-Kuna*, popolo di lingua *chibcha* che abita nel Panama e nella Colombia occidentale (si veda M.A. LÓPEZ HERNÁNDEZ, *Encuentros en los senderos de Abya Yala*, Quito 2004, nota di prefazione). Si tratta di un termine attraverso il quale si promuove un’operazione di rafforzamento della condotta morale dei singoli e della collettività, o meglio l’integrazione della «*humanidad indigena*» tra gli obiettivi del diritto di matrice occidentale. In argomento è utile partire da B. CLAVERO, *Ama Llunku, Abya Yala: Constituencia Indígena y Código Ladino por América*, Madrid 2000, pp. 450-453; tra i lavori più recenti si vedano P. COLIN, L. QUIROZ, *Pensées décoloniales. Une introduction aux théories critiques d’Amérique latine*, Paris 2023.

2. Un quadro di riferimento della complessa vicenda dei popoli indigeni in America Latina è stato sviluppato in S. LANNI (a cura di), *I diritti dei popoli indigeni in America Latina*, Napoli 2011. A quel lavoro hanno fatto seguito molteplici apporti soprattutto in ambito comparatistico, tra i quali per primi quelli di: *Dallo Stato del benessere allo Stato del buen vivir*, a cura di S. Bagni, Bologna 2013; *Le sfide della sostenibilità. Il buen vivir andino dalla prospettiva europea*, a cura di S. Baldin, M. Zago, Bologna 2014.

L'uso del nome stesso si deve al leader aymara Takir Mamani, che ne ha esortato la divulgazione in tutti i documenti e le dichiarazioni connesse agli indigeni. Infatti, il nome *Abya Yala* ricorre nelle lotte dei movimenti indigeni, come pure nella letteratura specializzata sul tema, affiancandosi ad altri nomi come quello di *Amerindia*, *Tawantisuyu*, *Anahuac*, *Pindorama* e *Gayaneshagowa*. Si tratta di nomi con i quali si auspica comunemente il rafforzamento della identità indigena e, più ampiamente, il contenimento del colonialismo culturale.<sup>3</sup>

*Abya Yala* costituisce un concetto cruciale per cogliere appieno lo stretto legame che lega gli indigeni con la terra: si tratta di un legame comunitario, nel senso che esula da logiche di appartenenza individuale, e rappresenta la base fondamentale della loro cultura, così come della loro spiritualità e della loro sopravvivenza economica. La giurisprudenza della *Corte Interamericana de Derechos Humanos* offre diversi riscontri interpretativi in tal senso sot-

3. *Amerindia* è termine usato per indicare l'insieme dei popoli che vivevano nel Continente americano, prima dell'arrivo dei conquistatori europei, e quindi senza la dovuta distinzione storico-sistemologica che pertiene giuridicamente agli indigeni degli Stati Uniti d'America e a quelli dell'America Latina. Per altro verso, *Tawantisuyu*, *Anahuac* e *Pindorama* sono termini legati essenzialmente a contesti storico-geografici ma non in grado di abbracciare le problematiche dei popoli indigeni latinoamericani nel loro complesso; basti pensare che il richiamo al *Tawantisuyu* (il più vasto impero precolombiano che raggruppò territori oggi ricompresi nel Perù, nell'Ecuador, nella Bolivia) o il riferimento al *Anahuac* (la "civiltà madre" che comprendeva i territori compresi tra Messico, Nicaragua e Canada) non sarebbero di per sé corretti per rappresentare i popoli indigeni dell'area brasiliana, così come il termine *Pindorama* (utilizzata dagli indigeni *tupis-guaranis* delle Ande peruviane e del Brasile per indicare la "terra delle palme" prima che Cabral scoprisse il Brasile) non può ricomprendere i popoli indigeni dell'America centrale). Diverso è l'uso del termine *Gayaneshagowa* poiché lo stesso, sebbene legato alle nazioni irochesi e quindi poco adatto nella visione occidentale a rappresentare gli indigeni del cono-sud, è portatore di un messaggio giuridico-ideologico condiviso dai popoli indigeni, vale a dire quello di una eco-spiritualità dal valore normativo, nel senso che indicherebbe i popoli che vivono in sintonia con la Natura (il concetto di "*one family*" è espresso da P.W. KAYANESENH, *The Great Law of Peace*, Manitoba 2018). Sul tema è utile una precisazione: gli indigeni dell'America Latina sono entrati in contatto con la tradizione romanistica, le loro lotte per il riconoscimento della identità culturale e, ancor prima, della loro tradizione vanno correlate con la misura del diritto con cui si sono confrontati e, in modo particolare con la "latinità". Come sottolineato da S. SCHIPANI, *Il diritto romano nel Nuovo Mondo, in Il diritto dei Nuovi Mondi*, a cura di G. Visintini, Padova 1992, in modo particolare par. IV, il sostantivo "Latina" accoglie in sé una dimensione che non presuppone necessariamente l'affermazione di un'identità nazionale (sia essa culturale, linguistica o etnica), ma che è aperta alla solidarietà e alla formazione di principi giuridico-politici validi per tutti i popoli del Continente, e quindi per la formazione di una «ciudadanía latinoamericana», in linea con la prospettiva ideologica tracciata da Augusto César Sandino (1895-1934) e ancor prima da Simón Bolívar (1783-1830).

tolineando il ruolo delle consuetudini indigene e il loro carattere *lato sensu* normativo.<sup>4</sup>

Le tematiche connesse al *derecho agro-alimentario*, sia che esse vertano sul diritto al cibo così come inteso dai popoli indigeni, sia che esse riguardino la coltivazione e la produzione di beni alimentari, sono intrinsecamente connesse all'approccio culturale dei popoli indigeni, e ancor prima alla loro considerazione da parte delle Repubbliche latinoamericane.<sup>5</sup> Si è parlato al riguardo di movimento di “rinascita” dei popoli indigeni, e nello specifico di riconoscimento delle “terre indigene” nelle nuove costituzioni, anche quale strumento di attuazione di quelli che la costituzione brasiliana definisce «*direitos originários*».<sup>6</sup>

Dal punto di vista del rapporto tra lingua e diritto emerge un significativo sviluppo della terminologia utilizzata soprattutto in sede costituzionale. Si è passati dalla “riserva indigena” all’“area indigena”, per arrivare poi alla “terra indigena”, in una prospettiva diretta al “territorio indigeno”, quale riflesso di un riconoscimento ai popoli indigeni di un ampio diritto collettivo, di cui fa parte, insieme al diritto al territorio, anche il diritto a un proprio percorso di “sviluppo” e di “sostenibilità”.<sup>7</sup>

Il punto di arrivo summenzionato si ravvisa nelle nuove costituzioni

4. Sul tema si veda C. NASH, *Los derechos humanos de los indígenas en la Jurisprudencia de la CIDH*, [www.publicacionescib.uchile.cl/](http://www.publicacionescib.uchile.cl/). Il numero significativo di riferimenti ai popoli indigeni che si rinviene nella giurisprudenza della *Corte Interamericana de Derechos Humanos* si comprende in relazione al numero cospicuo di popoli indigeni che caratterizzano il contesto latinoamericano ma anche in considerazione delle questioni di importanza strategica che i popoli stessi sollevano, come ad esempio quelle connesse alla possibilità di limitare gli investimenti stranieri alla luce della crisi ambientale; cfr. N. POSENATO, *La giurisprudenza della Corte interamericana in materia di diritti alla vita e alla proprietà dei popoli indigeni e tribali*, in «DPCE on line», 1 (2018), p. 139 ss.

5. In generale va sottolineato come nella maggior parte dei casi affrontanti dalla Corte IDH emerga l'esigenza di tutelare non tanto i singoli gruppi quanto l'equilibrio tra gli stessi e l'ambiente; sul punto cfr. A.M. RUSSO, *Il derecho al territorio dei pueblos indígenas nel "caleidoscopio interpretativo" della Corte IDH. Verso un nuovo costituzionalismo bio-ecocentrico?*, Napoli 2023, p. 158 dove puntualmente si richiama la necessità di favorire la conservazione olistica degli ecosistemi.

6. La costituzione brasiliana parla di riconoscimento dei «*direitos originários*» dei popoli indigeni e non dei «*derechos fundamentales*» degli stessi, come avviene ad esempio nella costituzione colombiana. Si discorre di riconoscimento perché la costituzione non ha creato alcuna giurisdizione indigena, bensì ha assunto ufficialmente la sua presistenza. Il tema si colloca nel quadro delle riflessioni giuridico-antropologiche puntualmente proposte da R. SACCO, *Antropologia giuridica*, Bologna 2007, p. 180.

7. Sul tema è fondamentale C.F.M. SOUZA FILHO, *Multiculturalismo e direitos coletivos*, in *Reconhecer para libertar: os caminhos do cosmopolitismo multicultural*, a cura di B. de Sousa Santos, Rio de Janeiro 2003, p. 102.

dell'Ecuador, della Bolivia e, più recentemente, del Nicaragua dove emerge una chiara elaborazione dogmatica: il passaggio dal riconoscimento dell'esistenza di società multietniche e pluriculturali al riconoscimento dello Stato stesso come plurinazionale.<sup>8</sup> Si tratta di una modalità giuridico-politica con la quale si ambisce a incorporare i gruppi storicamente emarginati e a porre sullo stesso piano di eguaglianza i popoli che coesistono sul territorio, nessuno essendo superiore agli altri.<sup>9</sup>

Invero, nella costruzione di Stati plurinazionali è riconosciuto esplicitamente il diritto di tutti i popoli alla partecipazione nella gestione della *res publica* quale diritto essenziale per garantire il massimo grado di democraticità e di inclusione,<sup>10</sup> ma anche come strumento essenziale per formulare proposte e rivendicazioni economiche, politiche, ambientali, sociali e culturali, e altre iniziative che contribuiscano alla preservazione dell'armonia o *buen vivir*.<sup>11</sup>

La terra per i popoli indigeni esprime diritti fondamentali che oltrepassano le impostazioni tipiche degli ordinamenti contemporanei. Avendo ri-

8. Le nuove costituzioni dell'Ecuador (2008) e della Bolivia (2009) offrono un esempio precipuo della tendenza summenzionata. La prima riconosce ai gruppi etnici il diritto a istituire e mantenere organizzazioni che li rappresentino nel quadro del rispetto del pluralismo (art. 57, p.to 15) e, in via più generale, adotta una specifica concettualizzazione dello Stato come Stato costituzionale di diritto, sociale, democratico, sovrano, indipendente, unitario, interculturale, plurinazionale e laico (art. 1). La seconda precisa che lo Stato si fonda sulla pluralità e il pluralismo politico, economico, giuridico, culturale e linguistico (art. 1 cost.), ma si proclama anche come Stato unitario sociale di diritto, plurinazionale comunitario, libero, indipendente, sovrano, democratico, interculturale, decentralizzato e con autonomie (art. 1 cost.). Si tratta di riferimenti dotati di una forza espansiva tale da promuovere un modello costituzionale comprensivo delle peculiarità dei diritti dei popoli indigeni, quale elemento determinante del sistema giuridico latinoamericano, come si apprende anche dalla costituzione del Nicaragua del 2014 dove si auspica, tra le altre cose, «una distribuzione sempre più equa della ricchezza ricercando il *buen vivir*» (art. 98).

9. Il tema trova supporto bibliografico in B. CLAVERO, *Apunte para la ubicación de la Constitución de Bolivia*, in «Revista española de derecho constitucional», 89 (2010), p. 200; F. GARCÍA SERRANO, *La situazione giuridica dei popoli indigeni nella nuova costituzione ecuadoriana*, in *I diritti dei popoli indigeni in America Latina*, a cura di S. Lanni, Napoli 2011, p. 291; *Lo Stato interculturale: una nuova utopia?*, a cura di S. Bagni, Bologna 2019 (open access).

10. Un significativo accento è posto dalla dottrina sulla sovranità territoriale dei popoli indigeni e sulla loro capacità di approcciarsi ai problemi della salute in via autoctona e, quindi, non necessariamente in linea con gli standard occidentali; cfr. J.C. CALDERÓN FARFÁN, D.F. ROSERO MEDINA, D.A. TORRES, *Soberanía alimentaria y salud: perspectivas de tres pueblos indígenas de Colombia*, in «Global Health Promot», 2023, pp. 86-94.

11. Sul tema cfr. S. LANNI, *Reivindicaciones indígenas y resistencias homogenizadoras: el "derecho a la consulta previa"*, in «Roma e America. Diritto romano comune», 31-32 (2011), p. 281.

guardo, ad esempio, alla costituzione italiana del 1948, le riflessioni sulla terra indigena non si esaurirebbero in relazione al diritto alla salute (art. 32) o alle morfologie connesse al diritto al paesaggio (art. 9) o anche alle idoneità della terra a essere lavorata e quindi come strumento di attuazione del diritto al lavoro (artt. 35 e 44). Invero, la protezione della terra indigena coinvolge nello specifico l'appartenenza comunitaria e la preservazione della memoria comune, come pure il riconoscimento della propria cultura e l'autodeterminazione nelle proprie scelte di sviluppo e, non da ultimo, la preservazione della natura per le generazioni future e più ampiamente per i non nati.<sup>12</sup>

Il nucleo di diritti connessi al riconoscimento sul piano legislativo della terra indigena è corposo. Esso sottolinea il riconoscimento dell'organizzazione sociale dei popoli indigeni in quanto tale, cioè al di fuori del paradigma della modernità dello Stato. Invero, la terra oggetto di proprietà indigena o di altri diritti escludenti non rileva solo sul piano del mercato, poiché la terra indigena in quanto bene comune deve essere custodita e preservata da alterazioni sostanziali, in modo da poter essere trasmessa alle generazioni future con le stesse caratteristiche e capacità di sostentamento tanto per gli animali umani quanto per quelli non umani.<sup>13</sup>

Abitudini dell'uomo moderno, come ad esempio quelle delle monocolture o della diffusione di tecniche antiparassitarie, alterano, sotto l'egida di una produzione agro-alimentare efficiente, la preservazione e la sostenibilità della terra secondo i parametri indigeni. Al riguardo merita di essere segnalato come l'accordo GATT del 1994, che è frutto delle negoziazioni commerciali avvenute nel quadro dell'Uruguay Round, è incardinato su una prospettiva scandita dall'Accordo sull'applicazione delle misure sani-

12. Il riferimento alle generazioni future non è prerogativa del diritto indigeno: invero esso rappresenta uno dei principali *markers* del cd. costituzionalismo ambientale forte, come evidenzia D. AMIRANTE, *Costituzionalismo ambientale. Atlante giuridico per l'Antropocene*, Bologna 2022, pp. 123-125, dove indica come il riferimento stesso sia presente in una cinquantina di testi costituzionali vigenti in Europa (undici testi), nelle Americhe (otto testi), in Asia (sette testi) e Oceania (tre testi).

13. La terra intesa come bene comune rappresenta un'idea centrale: su di essa insiste J.-P. LEROY, *Markets or the Commons? The Role of Indigenous Peoples, Traditional Communities and Sectors of the Peasantry in the Environmental Crisis*, in *Brazil in the Anthropocene. Conflicts Between Predatory Development and Environmental Policies*, a cura di L.R. Issberner, P. Léna, Abingdon 2017, p. 104, dove si rimarca l'importanza che riveste la relazione che lega il gruppo sociale alla terra ancor prima che il bene giuridico di per sé considerato. Non esulano da questa impostazione gli animali a cui il diritto latinoamericano tende a riconoscere uno spazio maggiore nel quadro delle riflessioni in atto sui soggetti di diritto (in argomento si rinvia a D.F. ESBORRAZ, *El nuevo régimen jurídico de los animales en las codificaciones civiles de Europa y América Latina*, in «Revista de derecho privado», 44 (2023), pp. 51-90).

tarie e fitosanitarie (*SPS Agreement*) e dall'Accordo sulle barriere tecniche alla vendita (*TBT Agreement*). Gli accordi stessi, pur considerando alcuni diritti fondamentali, come quello della sicurezza alimentare, non tengono in considerazione le esigenze di sostenibilità cruciali per il diritto indigeno essendo gli accordi stessi orientati dalle regole condivise dalla comunità internazionale.<sup>14</sup>

Diversamente, a livello costituzionale emerge l'esigenza di mantenere stretto il connubio tra *buen vivir* e *derecho alimentario*. Un riferimento puntuale si coglie nell'art. 13 della Costituzione ecuadoriana dove si stabilisce che «las personas y colectividades tienen derecho al acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel local y en correspondencia con sus diversas identidades y tradiciones culturales». Si tratta di una previsione particolarmente significativa poiché la stessa sottolinea l'esigenza di produzioni locali, che siano rispettose delle identità culturali e dei saperi tradizionali dei popoli indigeni, in nome quindi di una sovranità alimentare che va contestualizzata anziché essere concepita come standard comune per le diverse tradizioni giuridiche.<sup>15</sup>

## **2. Il riconoscimento della identità culturale dei popoli indigeni e della loro forma di sviluppo: l'approccio ecocentrico**

Il diritto al cibo e il diritto alla produzione agro-alimentare registrano un problema di interazione tra “diritti indigeni” e “diritti degli Stati latinoamericani”. Si tratta di un problema che rappresenta un tratto comune per tutta l'America Latina, nonostante il suo rilievo si presenti diverso da Paese a Paese, poiché i singoli ordinamenti di quell'area sono spinti comunemente da

14. L. GONZÁLEZ VAQUÉ, H.A. MUÑOZ UREÑA, *Trends in Food Legislation in Latin America*, in *European and Global Food Law*, a cura di L. Costato, F. Albisinni, Milano 2016, p. 113 ricordano come «with regards to the Andino system (CAN), the standard that regulates sanitary measures is Decision n. 515 of 8 march 2002, which establishes a “Sistema Andino de Sanidad Agropecuaria”. Here it affirms in the third paragraph that sanitary and phytosanitary measures implemented by member states must be compatible with guidelines of the WTO».

15. L'art. 13 si inserisce nel quadro articolato di norme sul diritto agroalimentare e sulla sovranità alimentare; in modo particolare si vedano gli artt. 3 (garanzia del diritto all'alimentazione tra i doveri fondamentali dello stato), 15 (prevalenza della sovranità alimentare e del diritto all'acqua rispetto alla sovranità energetica), 410 (riconoscimento di un sostegno a favore di pratiche agricole che proteggano e promuovano la sovranità alimentare), 413 (richiamo dell'attenzione pubblica sulla sovranità alimentare, l'equilibrio ecologico degli ecosistemi e sul diritto all'acqua).

due forze: l'una egemonica e l'altra subalterna, l'una legata al diritto ufficiale e l'altra connessa al diritto spontaneo dei popoli indigeni.<sup>16</sup>

L'equilibrio tra la prima e la seconda delle forze summenzionate varia da Paese a Paese, non solo in relazione alla presenza indigena, ma anche in considerazione della "vis politica" della presenza stessa. Uno degli esempi maggiormente significativi è quello della Bolivia, dove il 70% della popolazione si definisce indigena, nel luogo in cui si contano 12.000 comunità indigene (sebbene la maggioranza degli indigeni si riconoscano nello specifico *quechua* o *aymara*), e dove le lotte e le rivolte indigene si susseguono senza soluzione di continuità a partire dal XVIII secolo.

Il riconoscimento della *costumbre indigena* ha promosso nel contesto latinoamericano un movimento che al tempo stesso è sociale e giuridico, quello della "interculturalidad".<sup>17</sup> Questo richiamo pone le esperienze giuridiche latinoamericane all'avanguardia sia rispetto al contesto europeo, dove il discorso del confronto e del dialogo tra popoli e culture diverse è stato ancorato in principio sull'idea del "multiculturalism",<sup>18</sup> sia in relazione agli sviluppi scientifici maturati in sede internazionale. Invero, tanto la Dichiarazione ONU del 2007, quanto la giurisprudenza della *Corte Interamericana de Derechos Humanos*, pongono in relazione il "diritto all'identità culturale" con il "diritto di proteggere le comunità indigene". Diversamente, le esperienze giuridiche latinoamericane vanno oltre, poiché esse abbandonano la logica meramente protezionistica della cultura indigena per diventarne promotrici.<sup>19</sup>

16. Dal punto di vista normativo, cd. forza *subalterna* stessa trova un punto di forza nel richiamo fatto alla *costumbre* dai codici civili latinoamericani (tra i quali: art. VI c.c. Perù/1852; art. 2 c.c. Cile/1855; art. 17 c.c. Argentina/1869; art. 13 c.c. Panama/1917), ma soprattutto nel rinvio espresso compiuto alla *costumbre* stessa dalle nuove costituzioni latinoamericane, sia a livello di costituzioni nazionali (ad esempio: art. 2 cost. Messico/rif. 2000; art. 83 cost. Guat./1945), sia a livello di costituzioni provinciali (ad esempio: in Messico nell'art. 8 cost./Chihuahua, o in Argentina nell'art. 79 cost./Formosa).

17. Sui confini e sulle intersezioni tra multiculturalismo e interculturalismo si vedano E. CRUZ RODRÍGUEZ, *Pluralismo jurídico, multiculturalismo e interculturalidad*, in «Criterio Jurídico», 2013, p. 69 ss. e, più ampiamente, S. BAGNI, *Lo Stato interculturale: primi tentativi di costruzione prescrittiva della categoria*, in *La ciencia del derecho Constitucional comparado. Libro homenaje a Lucio Pegoraro*, a cura S. Bagni, G.A. Figueroa Mejía, G. Pavani, II, México 2017, p. 111 ss.; S. BONFIGLIO, *Intercultural Constitutionalism. From Human Rights Colonialism to a New Constitutional Theory of Fundamental Rights*, London-New York 2019, p. 79 ss.

18. La comprensione delle differenze tra multiculturalismo e interculturalismo si giova delle indagini promosse da MARIO RICCA in due lavori monografici: *Oltre Babele: codici per una democrazia interculturale*, Bari 2008, e *Dike meticcias: rotte di diritto interculturale*, Soveria Mannelli 2008.

19. Si parla di costituzionalismo propositivo; cfr. S. BAGNI, *Dal Welfare State al Caring State?*, in *Dallo Stato del bienestar allo Stato del buen vivir*, cit., p. 19 ss.

Attraverso l'interculturalità si mira a rifondare la società su nuove basi, vale a dire non tante culture che convivono tra di loro, ma una nuova cultura intesa quale frutto della interazione tra le singole componenti. L'esempio più progredito del passaggio dalla "identità culturale" alla "interculturalità" è rappresentato dalla costituzione boliviana, dove non solo si stabilisce chiaramente che «la diversidad cultural constituye la base esencial del Estado Plurinacional Comunitario», ma si precisa anche che «la interculturalidad es el instrumento para la cohesión y la convivencia armónica y equilibrada entre todos los pueblos y naciones» (art. 98 cost./2009).

Il riferimento alla *interculturalidad* va collegato all'approccio ecocentrico dei popoli indigeni, poiché quest'ultimo è incisivo per comprendere appieno i caratteri della tutela dei sistemi alimentari indigeni. Questi sistemi tengono conto e, allo stesso tempo, reclamano la considerazione delle esigenze della Madre Terra, e più nello specifico della *Pacha Mama*. Il richiamo è a quel concetto *quechua* con cui si invoca la sacralità della Terra e che fa capolino nel panorama giuridico latinoamericano. Questo concetto contribuisce a evidenziare le tendenze ecologiche delle recenti costituzioni, dove viene posta enfasi sul "diritto alla natura" e sul suo "diritto alla riparazione", quali risposte di "etica ambientale" verso gli squilibri dell'Antropocene.<sup>20</sup>

Al riguardo, sono particolarmente espressivi, benché in un contesto di riflessione strettamente normativa, i riferimenti che si colgono nel Preambolo della costituzione boliviana del 2009: «Poblamos esta sagrada Madre Tierra [...] con la fortaleza de nuestra Pachamama y gracias a Dios». Il concetto in questione, su cui in linea generale si incardina la cultura indigena e il suo rapporto con la terra, ricorre insistentemente nelle diverse esperienze indigene, poiché è carattere comune ai popoli indigeni la visione della Madre Terra o *Pacha Mama* come sacra.<sup>21</sup>

20. Sul concetto di *Pacha Mama* cf. J. ESTERMANN, *Filosofía andina: estudio intercultural de la sabiduría autóctona andina*, Quito 2015. In relazione al concetto di costituzionalismo ecologico come alternativa possibile rispetto a quella del costituzionalismo ambientale si veda AMIRANTE, *Costituzionalismo ambientale. Atlante giuridico per l'Antropocene*, cit., p. 242. Con attenzione alla forza propositiva che muove dal concetto normativo di natura rinvio a quanto già sottolineato in S. LANNI, *Greening of the Civil Codes. Comparative Law and Environmental Protection*, London 2023, p. 93 ss.

21. La relazione dei popoli indigeni con la *Pacha Mama* è fondata sul rispetto, e sulla profonda consapevolezza, della loro e della nostra transitorietà terrena, ragion per cui è in grado di sostenere un approccio diverso rispetto alla conquista del "benessere" e del "vivere bene" di stampo occidentale. Non c'è equivalenza tra "natura" e "*Pacha Mama*", e quindi tra protezione della natura e protezione della *Pacha Mama*, come del resto si evince dall'uso differenziato dei termini in molteplici documenti ufficiali, anche perché nelle lingue indigene andine, come ad esempio in *kichwa* o *aymara*, manca un equivalente del termine "natura"

Il rispetto della *Pacha Mama* si caratterizza per alcuni dati tassonomici, vale a dire: la difesa del proprio ecosistema, la preservazione dello stesso per le generazioni future, il bilanciamento tra le esigenze dell'uomo e quelle degli altri esseri viventi, la promozione di una giustizia come sentire comune e, non da ultimo, la visione solidale dei mercati. Ne consegue che il riconoscimento alla identità culturale dei popoli indigeni e della loro visione ecossistemica sprona una rivisitazione delle logiche di produzione agroalimentare come pure l'esigenza di apporre un freno al fenomeno dell'accaparramento dei terreni (il cd. *land grabbing*).<sup>22</sup>

È noto come la inarrestabile penetrazione di investitori internazionali nel contesto latinoamericano aumenti le criticità connesse alla sovranità alimentare e, soprattutto, all'autodeterminazione delle comunità locali.<sup>23</sup> A tal proposito appare sufficiente segnalare come negli ultimi 20 anni siano stati sottratti complessivamente 1.148 km quadrati, ossia un territorio equivalente al doppio della Francia, alle comunità locali dell'America Latina.<sup>24</sup> Si tratta di un processo che stenta a trovare un freno, sia in considerazione dei conflitti bellici attualmente in atto in Ucraina e in Palestina (ma anche altrove), sia in considerazione di monocolture intensive come quelle della soia e della quinoa, chiamate a soddisfare la crescita della domanda da parte del mercato europeo, ma non solo.<sup>25</sup>

(sul punto si veda A. GUTMANN, *Pachamama as a Legal Person?*, in *Rights of Nature. A Re-examination*, a cura di D.P. Corrigan, M. Oksanen, London 2021, p. 39).

22. Nella maggior parte dei casi si tratta di terreni storicamente occupati dai popoli indigeni; cfr. RUSSO, *Il derecho al territorio dei pueblos indígenas nel "caleidoscopio interpretativo" della Corte IDH*, cit., p. 161. Per un approfondimento sul *land grabbing* e la violazione dei diritti indigeni si rinvia a M. NINO, *Land grabbing, sovranità territoriale e diritto alla terra dei popoli indigeni*, in «Diritti umani e diritto internazionale», 10 (2016), p. 185 ss.

23. Il legame tra sovranità alimentare, diritto al cibo e autodeterminazione delle comunità locali è stato colto appieno nella definizione di "food sovereignty" promossa nel 1996 in occasione delle Conferenze internazionali della Via Campesina (Tlaxcala, Messico, 1996).

24. Per un'informazione sul tema si veda la sintesi delineata in [www.avvenire.it/mondo/pagine/land-grabbing-presentato-il-vi-rapporto-della-foc](http://www.avvenire.it/mondo/pagine/land-grabbing-presentato-il-vi-rapporto-della-foc).

25. È ampiamente noto come la *quinoa* (per gli Inca *Chisiya Mama* vale a dire "madre di tutti i semi") sia coltivata da diversi secoli nella regione delle Ande, dove la stessa rappresenta un alimento tradizionale dei popoli indigeni. Purtroppo, la *quinoa* rappresenta attualmente anche uno degli alimenti più alla moda nel mercato europeo, in considerazione delle sue qualità nutritive che la rendono un super food. Questa circostanza per un verso ha favorito lo sviluppo di monocolture intensive e per altro verso ha determinato un cambio di abitudini alimentari dei popoli indigeni, i quali si sono trovati a ripiegare su cibi meno naturali e con potere nutritivo diverso. Per una visione d'insieme sulle problematiche connesse al mercato della quinoa si veda V. MATTELIANO, *Quinoa: dal Sud America in Italia*, in «Georgofili INFO», 2022, [www.georgofili.info/contenuti/quinoa-dal-sud-america-in-italia/18051](http://www.georgofili.info/contenuti/quinoa-dal-sud-america-in-italia/18051). In relazione agli effetti nocivi che rivestono sull'ambiente, in termini

### 3. Il rispetto della natura e dei suoi tempi: gli indigeni come promotori

Il rispetto della natura e dei suoi cicli vitali è un nodo cruciale della tradizione ctonia. Mi ha sempre affascinato il richiamo al cd. “sillogismo in erba” – l’erba muore / gli uomini muoiono / gli uomini sono erba – poiché lo stesso credo che colga appieno il cuore della riflessione indigena.<sup>26</sup> Questo sillogismo sembra un interessante punto di partenza per una rivisitazione delle esigenze e delle prospettive attuali dei Paesi latinoamericani in “chiave indigena” anziché meramente “antropocentrica”.

L’uomo e l’ambiente sono un tutt’uno e l’attuale crisi climatica suggerisce inequivocabilmente come un modello di sviluppo che consideri la natura come «un magazzino inesauribile sia nella capacità di offrire beni e servizi sia di assorbire rifiuti» sia letteralmente cieco e incapace di arrestare la distruzione ecologica in atto.<sup>27</sup>

Il sillogismo in erba è in linea con altri due concetti caratteristici della tradizione indigena, il “*postdesarollo*” e il “*buen vivir*”. Si tratta di due concetti che muovono da ambienti diversi, poiché l’uno è di estrazione accademica e l’altro è di estrazione sociale; tuttavia, l’uno e l’altro favoriscono un contributo poliedrico nella individuazione dei limiti giuridici allo sviluppo economico.

Il *postdesarollo* è legato al radicarsi dei “post” nelle scienze umane in senso lato, al fine di indicare tappe nuove del vivere sociale in grado di arginare le disuguaglianze connesse alle logiche di mercato. Esso rappresenta una critica post-strutturalista all’idea di sviluppo, così come emerge dalle proposte dei programmi di sviluppo della banca mondiale, come pure dai piani governativi legati ai dati meramente economici.

La lettura delle esigenze agroalimentari alla luce del *postdesarollo* pone enfasi sul ruolo delle comunità locali e delle loro conoscenze aprendo una riflessione ad ampio raggio sulle produzioni su piccola scala attente ai cicli della luna, alle stagioni di pioggia, alla alternanza delle colture e così via. Si tratta di una riflessione ad ampio raggio sul ruolo che le scelte agroalimentari e, non da ultimo, quelle dei consumatori possono avere sul pianeta.<sup>28</sup>

di neo-colonialismo, le pratiche alimentari europee si vedano i saggi che si leggono in *Land use. Handbook of the Anthropocene in Latin America*, a cura di O. Kaltmeier, M.F. López Sandoval, J.A. Padua, A.D. Zarrilli, Waiblingen 2024.

26. Il sillogismo in erba si contrappone al sillogismo aristotelico. Esso si ricollega agli studi di Gregory Bateson.

27. Cfr. G. DE MARZO, *Per amore della terra. Libertà, giustizia e sostenibilità ecologica*, Roma 2018, p. 121.

28. Particolarmente interessante è la riflessione di ampia portata da cui muove F. CICONTE, *Fragole d’inverno. Perché saper scegliere cosa mangiamo salverà il pianeta*, Bari 2020.

Diversamente dal *postdesarrollo*, il concetto di *buen vivir* è di estrazione sociale, legato ai popoli indigeni e all’emergere delle loro tradizioni sommerse nel quadro del riconoscimento e della garanzia dei diritti ufficiali. Gli studi antropologici hanno rimarcato come il *buen vivir* si basi essenzialmente su alcuni principi (complementarietà, reciprocità, valori) e una serie di obiettivi, o meglio l’armonia della natura (utilizzo sostenibile delle risorse), il recupero dell’identità (personale ed etnica in termini di affettività, riconoscimento, autonomia), la comunione di vita (partecipazione sociale, politica ed economica), la spiritualità, l’intrattenimento e la soddisfazione dei bisogni di base (evitando l’accumulo).<sup>29</sup>

Il *buen vivir* guida la produzione alimentare attraverso un approccio schiettamente etico<sup>30</sup> con il quale si vuole richiamare la meritevolezza dell’ambiente e della natura come beni in sé e per sé considerati, quindi a prescindere dalla loro utilità per gli esseri umani. Ne consegue che l’uso delle monoculture trova un limite non tanto nella possibilità di favorire la coltivazione della terra nel lungo periodo, quanto nel dovere di non alterare gli equilibri di tutti gli organismi che costituiscono la Natura. A prendere forza è una visione olistica dell’ambiente che è prodromica al pieno godimento dei diritti umani, realizzando quello che la *Corte Interamericana de Derechos Humanos* definisce un *ambiente propicio*.<sup>31</sup>

Pur a fronte di una diversa matrice, l’analisi dei concetti stessi suggerisce forti legami e interazioni: invero sia il *postdesarrollo* che il *buen vivir* promuovono una schietta decostruzione delle idee di sviluppo e quindi degli archetipi convenzionali dello stesso, e ancor prima promuovono una rivisitazione giuridica del concetto di “natura” e di sfruttamento della stessa, imponendo dei doveri e, più nello specifico, degli obblighi affinché le scelte umane si adattino ai suoi ritmi.<sup>32</sup>

Non ascoltare i ritmi della natura vuol dire acconsentire all’evoluzione dei cambiamenti climatici, all’influenza che gli stessi possono avere sulla qualità del suolo o sulla sua potenzialità in termini di coltivazione, ma vuol

29. Per un approfondimento si rinvia a J. ESTERMANN, *Filosofia andina. Sabiduría indígena para un mundo nuevo*, La Paz 2006.

30. Consentire la resilienza della natura è il nodo cruciale da cui muove DE MARZO, *Per amore della terra. Libertà, giustizia e sostenibilità ecologica*, cit., p. 130.

31. Opinión Consultiva OC-23/17, par. 54 a cui fa riferimento RUSSO, *Il derecho al territorio dei pueblos indígenas nel “caleidoscopio interpretativo” della Corte IDH*, cit., p. 192.

32. Si parla di *giro-biocéntrico* per porre in risalto la complessità della natura umana che dal punto di vista del diritto deve essere reimpostata attraverso una integrazione tra la dimensione individuale con quella sociale, e tra queste e quella biologica e naturale; tra i lavori recenti cfr. RUSSO, *Il derecho al territorio dei pueblos indígenas nel “caleidoscopio interpretativo” della Corte IDH*, cit., p. 157.

dire altresì trascurare la vulnerabilità della salute di individui e di popoli, o meglio dei popoli indigeni e del loro diritto a una *food safety* che non necessariamente deve essere incasellata in una definizione unica a livello globale.

#### 4. La preservazione degli equilibri ecologici come limite alla logica del mercato e del profitto

Cosa comporta tutto ciò? Si tratta di far assurgere la cultura della “Terra” da “elemento tipico della cultura subalterna” a “elemento tipico della cultura egemonica”. Nondimeno ciò comporta un’alternativa ai mercati globalizzati, in risposta a un conflitto che, anziché contrapporre Oriente e Occidente, contrappone due visioni della globalizzazione, in quanto da un lato colloca i movimenti degli agricoltori e delle ONG ambientaliste indigene legate in reti internazionali, e dall’altro lato pone il nuovo regime giuridico internazionale dei “diritti di proprietà intellettuale”, che favorisce alle imprese degli Stati Uniti un accesso facilitato alle risorse naturali dell’America Latina, trasformando i “beni comuni” in “beni mercificabili”, nonché creando seri danni alla biodiversità delle coltivazioni agricole.<sup>33</sup>

La rivisitazione della produzione come strumento di mercato e di profitto auspica una rivisitazione degli indici di benessere. Alla luce di questa impostazione il richiamo al PIL, e quindi alle scelte economiche e agli avalli giuridici che esso determina, costituisce uno dei bersagli più immediati nel quadro delle indagini sugli indici di benessere di un paese. Si tratta di un bersaglio che ovviamente non è contestualizzato alle vicende e alla cosmovisione etnoica dell’America Latina, poiché già in altri contesti culturali, per ovviare ai limiti menzionati, sono stati proposti alcuni indicatori che cercano di bilanciare gli effetti distorsivi del PIL.<sup>34</sup>

33. All’impostazione menzionata si oppone quella auspicata dal *buen vivir*, invero «the currently unpopular values of equality, solidarity, precaution and responsibility are contained in *buen vivir* [...] roughly translated to “good living” in English»: così J.-P. LEROY, *Markets or the Commons? The Role of Indigenous Peoples, Traditional Communities and Sectors of the Peasantry in the Environmental Crisis, in Brazil in the Anthropocene. Conflicts Between Predatory Development and Environmental Policies*, cit., p. 118.

34. La ricerca sugli indicatori con cui si cerca di valutare di volta in volta lo sviluppo economico, il benessere sociale, la crescita di un paese e così via, produce una molteplicità di risultati che rivelano in questa sede al fine si sottolineare come siano in atto una pluralità di sforzi per valutare in senso critico il benessere della persona in relazione allo sviluppo economico di un Paese (cfr. M. ZAGO, *Dal PIL al Buen vivir: paradigmi di sviluppo, indici e paesi a confronto*, in *Le sfide della sostenibilità*, cit., p. 335; DE MARZO, *Per amore della terra. Libertà, giustizia e sostenibilità ecologica*, cit., p. 147). Solo per menzionare quegli indici che rivolgono attenzione all’ambiente si è parlato di: Indice di risparmio autentico (GSS, *Genuine Saving Index*):

I modelli alternativi al PIL rimarcano una esigenza comune, vale a dire privare il “ben-avere” della persona del podio su cui è stato collocato in conformità agli archetipi connessi alla cultura del mercato e del consumo. Si tratta di un’operazione ad ampio raggio che coinvolge la “lingua” nel tentativo prioritario di trovare un termine che, come quelli di “progresso” e “crescita”, sia dotato di una valenza considerata altrettanto positiva nella tradizione occidentale.<sup>35</sup>

Il termine più adatto, come tra i primi ha rilevato Latouche, nel solco di idee francesi di critica alla modernità, è quello di “a-crescita”, nello stesso senso in cui si ricorre alla locuzione “a-teismo”, dal momento che anche qui si tratta di rinunciare scientemente a una religione e una fede, vale a dire la fede nel potere dell’economia e della crescita, nondimeno, dello sviluppo a tutti i costi.<sup>36</sup>

Diversamente dal concetto occidentale di *bienestar*, che farebbe capo al

proposto dalla Banca Mondiale nel 1999, contempla le spese per la formazione mentre vengono detratte quelle per la concentrazione delle risorse naturali e i danni ambientali; Indice di progresso autentico (GPI, *Genuine Progress Indicator*): introdotto da *Redefining Progress* nel 1995, prende in considerazione voci innovative come i costi dell’inquinamento ambientale, ma soprattutto l’esaurimento delle risorse naturali e il loro mancato o presente rinnovamento nel corso del tempo; Indice del benessere soggettivo (SWB, *Subjective Well-Being*): ha trovato diffusione negli studi economici, nonostante la sua circolazione sia dovuta a indagini di ordine psicologico, per misurare la percezione che gli individui hanno della propria vita e del grado di soddisfazione personale e pone in relazione l’apporto della felicità con i fattori che contribuiscono alla stessa; Indice di sviluppo economico sostenibile (ISEW, *Index of Sustainable Economic Welfare*): valuta non solo i beni e i servizi finali di un paese, ma anche i costi sociali e i danni ambientali a medio e lungo termine; Indice del Pianeta felice (HPI, *Happy Planet Index*): valuta non solo i beni e i servizi finali di un paese ma anche i costi sociali e i danni ambientali a medio e lungo termine. Implica tre categorie di concetti. Tutti gli indici menzionati mettono sotto luce critica il concetto di “crescita” in quanto suggeriscono come lo stesso vada inteso non solo come aumento della produzione di beni ma anche come contenimento/riduzione delle “diseguaglianze” sociali ed economiche (cfr. J.-L. LAVILLE, *The social and solidarity economy*, Draft paper per UNRISD Conference, Ginevra, 6-8 maggio 2013, testo disponibile su: [www.unrisd.org/unrisd/website/document.nsf/\(httpPublications\)/228DBE3C0DE3D2D3C1257B5F00699C58?OpenDocument](http://www.unrisd.org/unrisd/website/document.nsf/(httpPublications)/228DBE3C0DE3D2D3C1257B5F00699C58?OpenDocument)).

35. Sul tema si rinvia alle ricostruzioni del tema già svolte in S. LANNI, *Diritto e “a-crescita”: contributo contro-egemonico alla preservazione delle risorse naturali*, in «Rivista di Diritto pubblico comparato ed europeo», 3 (2017), pp. 593-621.

36. In modo particolare il riferimento è S. LATOUCHE, *Breve trattato sulla decrescita serena*, Torino 2008, a cui si oppone in riferimento alla “sostenibilità” più che alla “decrescita” un noto economista latinoamericano, che pone l’ambiente al centro dei suoi interessi scientifici, e cioè E. LEFF, *Decrecimiento o deconstrucción de la economía*, in «Polis. Revista latinoamericana», 117 (2008), testo disponibile su: [polis.revues.org/2862](http://polis.revues.org/2862). Sul tentativo di dare un nome persuasivo al modello alternativo di crescita economica, definito letteralmente «un idolo sul cui altare stiamo sacrificando innumerevoli vittime», si rinvia a S. FERLITO, *Il volto beffardo del diritto*, Milano 2016, p. 254 e p. 260.

termine *desarrollo*, e quindi a una prospettiva focalizzata sull'accumulazione di beni materiali, il richiamo al *buen vivir*, anche in considerazione della sua menzione in sede costituzionale, auspica ricadute diverse. Non si tratta di favorire una semplicistica "crescita-negativa", poiché il concetto stesso impone non solo una rivisitazione critica del concetto di crescita, ma anche una "rifondazione giuridica" dell'ordine economico: questo significa vincolare l'economico all'ecologico e al sociale, con il conseguente abbandono della presunta autonomia della sfera economica e della sua arroganza occidentale.<sup>37</sup>

In un'ottica comparativa, le teorie indigene si diversificano dalle soluzioni di altri sistemi, come quelle offerte dalla *green economy*, dove sebbene la natura rappresenti, in senso figurato, la polena della nave economica, di fatto non riesce a imporsi sulle logiche del mercato. Invero, il punto critico di quest'ultimo orientamento sta nel fatto che il dilemma delle scelte politico-economiche non riguarda l'individuazione di un tasso più o meno sostenibile di sviluppo, ma riguarda piuttosto l'idea stessa di sviluppo e di crescita economica, che deve essere agganciata a un contenimento drastico e rapido della domanda.<sup>38</sup>

La tradizione ctonia e contadina dell'America Latina offre un contributo politico e culturale di ampia prospettiva, e cioè evitare lo sfruttamento senza regole della natura e delle sue risorse da parte delle grandi imprese multinazionali, come pure evitare il soggiacere della natura stessa alla logica dello sviluppo quantitativo e consumista del capitale da cui esse muovono.

Nella visione indigena il trinomio "uomo – nucleo sociale – ambiente" è un tutt'uno. Un *asháninka* del *Gran Pajonal* (altopiano peruviano) può fare affidamento su un'unica parola per indicare il trinomio stesso, nella sua lingua direbbe *nosháninka*. Il modello economico e quindi sociale di vita di un *asháninka* proietta l'inserimento del popolo nell'ambito di una visione ciclica del tempo, che a sua volta ne determina scelte precise in relazione al "rispetto" e alla "preservazione" della terra e, più ampiamente, della natura.<sup>39</sup> La logica del dovere (all'ambiente) prevale su quella del diritto (all'ambiente).

37. Per una critica sul cd. *decoupling* si veda sempre FERLITO, *Il volto beffardo del diritto*, cit., p. 44, dove puntualmente emerge la consapevolezza dei limiti del cosiddetto "disaccoppiamento" fra crescita economica e impatto ambientale.

38. Sull'ipocrisia del capitalismo e sul bisogno di trovare un argine alla stessa in nome dell'ambiente cfr. *Capitalismo e società degli scarti* (discorso del Santo Padre Francesco all'incontro "Economia di comunione") in U. MATTEI, *Papa Francesco. La dittatura dell'economia*, Torino 2020, p. 144.

39. Porre in pericolo il diritto alla terra vuol dire rendere vulnerabile la sopravvivenza del popolo stesso; puntualmente sul tema si veda M. BOCK, L.C. MAURY PARRA, *Investigación sobre el derecho Ashaninka y formas tradicionales y actuales de resolución de conflictos*, Lima 2002, p. 7 (open access).

Ciò è chiaro, ad esempio, nella costituzione boliviana dove si impone allo stato e alle popolazioni un dovere di conservazione e uso sostenibile delle risorse naturali e della biodiversità (art. 342) soprattutto in relazione a un bene, non a caso definito fundamentalissimo, quello all'acqua, che deve essere utilizzato secondo il principio della sostenibilità, tutelato e protetto in quanto bene comune e, quindi, adeguatamente valutato anche nel contesto della produzione agro-alimentare.<sup>40</sup>

L'acqua e il cibo attraverso le rivendicazioni indigene hanno dato spazio a un approccio olistico dei beni stessi che va inteso e promosso in chiave dinamica. La connessione menzionata è sottolineata anche nella Dichiarazione americana sui diritti dei popoli indigeni del 2007, dal cui articolato normativo emerge un concetto di diritto all'alimentazione inteso come un diritto connesso a una triplice prospettiva di salute fisica, mentale e spirituale. Più recentemente la connessione stessa trova supporto anche nella previsione di Corti con competenze specifiche sui temi dell'ambiente e dell'agroalimentare, come il *Tribunal agroalimentar* boliviano.<sup>41</sup>

Nel 2021 la FAO ha promosso la pubblicazione di uno studio *Indigenous Peoples' Food System, Insights of Sustainability and Resilience from the Front Line of Climate Change*<sup>42</sup> dal quale emerge un appello ai governi e alla comunità internazionale affinché stabiliscano politiche che proteggano i popoli indigeni e i loro sistemi alimentari. Gli studi condotti sul campo sottolineano come le popolazioni indigene, diversamente dalla maggior parte delle società contemporanee, adattino il consumo di cibo alla stagionalità e ai cicli naturali osservati negli ecosistemi circostanti. Ciò ha consentito ai popoli indigeni latinoamericani, generazione dopo generazione, di comprendere le relazioni tra i diversi elementi dell'ecosistema e garantire la protezione della biodiversità.

Parlare di diritto alla *alimentación adecuada* vuol dire avere in debita considerazione quegli aspetti giuridico-antropologici che fanno del cibo e, ancor prima, della produzione agro-alimentare uno strumento di attuazione della sensibilità ecologica dei popoli indigeni. In questa prospettiva si colloca una linea di pensiero, che prende forza nella *Corte Interamericana de Derechos Humanos*, in base alla quale il concetto di *food security* va misurato avendo in considerazione tanto le generazioni presenti quanto

40. Cfr. AMIRANTE, *Costituzionalismo ambientale. Atlante giuridico per l'Antropocene*, cit., pp. 145-147.

41. Il *Tribunal agroalimentar*, che è previsto dall'art. 189 della costituzione boliviana, svolge attività su una pluralità di materie che rappresentano campi di intersezione tra ambiente e agricoltura, con un'attenzione specifica alla preservazione delle risorse naturali.

42. Il documento è open access: [www.fao.org/policy-support/tools-and-publications/resources-details/en/c/1415876/](http://www.fao.org/policy-support/tools-and-publications/resources-details/en/c/1415876/).

quelle future, ragion per cui gli Stati sono chiamati a vigilare sull'operato delle imprese e a porre in essere misure idonee alla preservazione degli ecosistemi.<sup>43</sup>

## 5. Riflessioni conclusive

Il cibo e la produzione agro-alimentare soddisfano per i popoli indigeni bisogni che sono non solo materiali ma anche spirituali. Questa impostazione trova supporto negli sviluppi scientifici connessi a livello internazionale alla *food security* e più ampiamente alla *food governance*, come trova anche appiglio nel riconoscimento costituzionale e infra-costituzionale fatto ai diritti dei popoli indigeni e alla loro connessione con la Madre Terra. Si tratta dunque di una prospettiva articolata, che nel diritto latinoamericano accentua la connotazione del cibo come un bene giuridicamente rilevante ma soprattutto come un bene giuridico che esula dalla contrapposizione pubblico-privato.<sup>44</sup>

Tra i diversi requisiti che rendono il cibo un bene giuridicamente rilevante per il diritto dei popoli indigeni spicca quello della sostenibilità, o meglio della sua capacità di essere prodotto, conservato, trasportato, distribuito e consumato con tecniche e modalità che siano rispettose della biodiversità, della resilienza della natura e del *buen vivir* a vantaggio delle generazioni presenti e di quelle future grazie al ruolo centrale svolto dalla solidarietà intergenerazionale.<sup>45</sup>

43. Cosa succede se un allevamento di bestiame gestito da residenti creoli diminuisce la disponibilità di frutti tipici (*algarroba, mistol, chañar*) di cui si nutrono i popoli indigeni e se allo stesso tempo l'allevamento stesso inquina l'acqua a loro disposizione? Il caso "*Comunidades Indígenas Miembros de la Asociación Lhaka Honhat (Nuestra Tierra) vs. Argentina*" è particolarmente significativo non solo perché attraverso di esso la CIDH ha richiamato il diritto all'alimentazione adeguata e il diritto alla protezione dell'ambiente facendo leva sull'art. 26 della CADH in modo indipendente rispetto al più ampio diritto dei popoli indigeni a una vita degna, ma è significativo anche perché attraverso di esso la Corte ha riconosciuto una responsabilità esplicita dello Stato per violazione dei diritti menzionati. Un commento del caso si legge in S. CORVOLAN, *El derecho a la alimentación de los pueblos indígenas*, in «Revista IIDH», 73 (2021), p. 13 ss., dove viene delineato lo sviluppo del diritto all'alimentazione dei popoli indigeni in seno alla Corte.

44. Per un quadro di riferimento sul concetto di cibo come bene che supera la dicotomia pubblico-privato è utile partire da S. RODOTÀ, *Il diritto di avere diritti*, Bari 2012, pp. 11 e ss.; A. GORASSINI, *Il cibo come bene comune. Periplo di una recente legge con tentativo d'approdo*, in «Juscivile.it», 5 (2017), p. 1161 ss.

45. Si parla di solidarietà intergenerazionale come cifra comune del diritto ambientale a tutte le latitudini; cfr. AMIRANTE, *Costituzionalismo ambientale. Atlante giuridico per l'Antropocene*, cit., p. 253.

Le teorie indigene reclamano e favoriscono con il loro operato un'alternativa al modo di produzione liberista e capitalista, in una prospettiva socio-economica caratterizzata dalla "autodeterminazione" e dalla "partecipazione". Esse prospettano soluzioni concrete, come quella della tutela delle produzioni locali e stagionali o anche quella della valorizzazione dei diversi modelli possibili per gestire la terra. A fronte di queste soluzioni gli Stati sono chiamati a un triplice impegno: rispettare, proteggere e promuovere tutti quegli elementi tassonomici che compongono il diritto agroalimentare indigeno.

Ciò vuol dire ripensare l'amore per la terra come ci ricorda a chiare lettere la costituzione del Nicaragua stabilendo nell'art. 60 che «il bene supremo e universale, condizione dell'esistenza di tutti gli altri beni, è la madre terra, che deve essere amata, curata e rigenerata». Amare la terra vuol dire sostenerla anche attraverso il mercato agro-alimentare.

Invero, nel panorama della *global food law* i popoli indigeni propongono nuove forme di articolazione del diritto al cibo e alla produzione agro-alimentare, ponendo sotto luce critica la visione egemonica degli interessi delle multinazionali del settore agro-alimentare e dei gruppi economici dominanti, ma anche l'operato di soggetti istituzionali che operano a livello internazionale come la WTO, la Banca Mondiale e il Fondo Monetario Internazionale e che unitamente potrebbero agire per arginare la visione mercificatoria del mercato alimentare.<sup>46</sup> Più che guardiani dei sistemi alimentari sostenibili, sarebbe dunque giusto considerare i popoli indigeni come portavoce dei sistemi stessi.

46. In riferimento all'influenza esercitata sulle economie locali dalle multinazionali del settore alimentare nella brevettazione di varietà botaniche e sementi si veda S. PITTO, *La rilevanza costituzionale e globale della sicurezza alimentare*, Napoli 2024, p. 77. Il quadro di riferimento da cui muovere va ancorato più ampiamente allo sviluppo di un rinnovato senso critico verso la politica del "market friendly", da cui muove FERLITO, *Il volto beffardo del diritto*, cit., p. 12.

# La religione del Prodigioso Spaghetto Volante

Giancarlo Galli

Molte persone sarebbero disposte a morire  
piuttosto che pensare. E lo fanno.

Bertrand Russell

Sommario: 1. Le origini del pastafarianesimo – 2. Una Chiesa scientifica: a) DNA e fusilli; b) DNA, pirati e *global warming* – 3. «Per favore non farlo, ovvero, io preferirei davvero che...» – 4. Vulcani e pinguini – 5. Dalla teofagia alla pantofagia – 6. Una tavolata di libertà – 7. Conclusioni – Bibliografia – Sitografia.

## 1. Le origini del pastafarianesimo

La rivelazione al mondo della più antica religione mai esistita viene fatta risalire, dai più, al 2005, ma l'origine del pastafarianesimo, come apparirà chiaro più avanti, è infinitamente più antica.

In quell'anno, il 2005, il *Kansas State Board of Education*, istituzione responsabile dell'approvazione dei curricula scolastici dello Stato americano, era in procinto di autorizzare l'insegnamento del *disegno intelligente* accanto alla teoria darwiniana.

Il *disegno intelligente* è una forma di creazionismo, cioè la biblica convinzione che l'Universo, la Terra e tutti gli organismi viventi originino da atti specifici di creazione divina, un po' ammorbidito, in quanto tenta di conciliare la fede in un Creatore con alcune delle conquiste scientifiche. In buona sostanza si tratta di una teoria che tende sì ad accettare le principali evidenze dell'evoluzione delle specie, ma fa di questa evoluzione il frutto della volontà divina. La tesi del creazionismo, restata carsica in tutto il Novecento, stava, e sta, subendo una rinascita di interesse tra gli evangelisti cristiani fondamentalisti, molto influenti negli Stati Uniti.

Bobby Henderson, uno studente di fisica venticinquenne dell'Oregon State University, prese la penna per indirizzare una lettera aperta all'attenzione del Consiglio scolastico del Kansas.

Citando lo stesso pluralismo filosofico del *Board of Education* che autoriz-

zava contemporaneamente l'insegnamento di due teorie perfettamente contraddittorie, Henderson chiedeva che una terza teoria della creazione venisse aggiunta al programma di studi: quella del *Flying Spaghetti Monster* (FSM).

Il FSM, o Prodigioso Spaghetto Volante, il PSV per i fedeli italiani, è un Dio che si presenta sotto forma di un gigantesco agglomerato di pasta accompagnato da polpette.

Henderson lo descrive come un demiurgo che ha creato l'Universo in soli quattro giorni, dopo una notte di ubriachezza causata dall'aver bevuto troppe birre, per poi riposarsi per tre giorni – il che spiega l'evidente imperfezione del risultato.

La geniale intuizione del Profeta Henderson, ispirato dal Prodigioso, è di essersi dotato del medesimo ecumenismo epistemologico di cui si avvaleva il Consiglio scolastico del Kansas mettendo in competizione due teorie contraddittorie, per introdurne una terza che, partendo da presupposti scientifici, riuscisse a coniugare empirismo e fede.

Si supera così la contraddizione del «Credo quia absurdum» di Tertulliano. La fede non è paradosso e scandalo, come per Kierkegaard, ma pacifica convivenza tra scienza e religione.

## 2. Una Chiesa scientifica

### a) *DNA e fusilli*

Pensate al DNA: in sé e per sé non è gran che; valutandolo secondo la teoria della complessità di Kolmogorov, è poca roba, quattro cosucce: adenina, timina, guanina e citosina. Hai voglia a metterle insieme! Pensate alla semplicità dello spaghetti crudo: come si modifica in modo stupefacente dietro l'azione dell'energia termica! E quanta energia c'era nel Big Bang? Un miliardo di miliardi di miliardi di gradi centigradi! Più che bastanti per far bollire l'universo e anche per far mettere insieme le nostre basi azotate nel DNA che, ovviamente, assomiglia a un bel fusillo!

### b) *DNA, pirati e global warming*

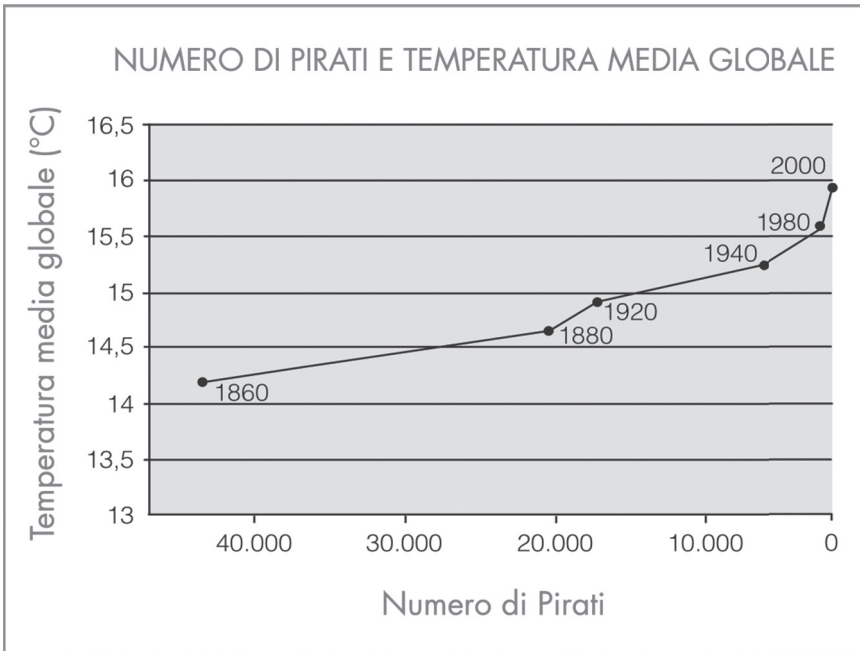
Nella famosa lettera Henderson scrive:

È considerata una mancanza di rispetto insegnare le nostre convinzioni senza indossare il Suo abito prescelto che, naturalmente, è un abbigliamento completo da pirata.

I pirati sono il popolo eletto. I seguaci di Darwin tentano di dimostrare che condividiamo oltre il 95% del DNA con gli scimpanzé, ma, come conferma la scienza, con i pirati abbiamo il 99,999% in comune!

Prosegue Henderson:

Il riscaldamento globale, i terremoti, gli uragani e altri disastri naturali sono un effetto diretto della riduzione del numero dei Pirati dal 1800 in poi. [...] Il grafico mostra il numero approssimativo dei pirati in relazione alla temperatura media globale negli ultimi 200 anni. Come potete vedere, c'è una correlazione inversa statisticamente significativa tra pirati e temperatura globale.



Il Prodigioso è un Dio burlone: quale demiurgo, se non un dio ebbro, avrebbe creato stranezze quali l'ornitorinco, o il kiwi, troppo pigro per volare, o gli orrendi pinguini, senza ali né braccia, incapaci di mangiare spaghetti o altre leccornie, accontentandosi di insipido krill?

La Chiesa del Prodigioso Spaghetti Volante, come ben indicato in *The Gospel of the Flying Spaghetti Monster*, redatto da Bobby Henderson, fornisce solidissime prove empiriche dell'esistenza dell'Essere Supremo: oltre alle usuali dimostrazioni ontologiche, abbiamo dimostrazioni matematiche, di antropologia culturale, di fisica e, addirittura, di scienze manageriali.

### 3. «Per favore non farlo, ovvero, io preferirei davvero che...»

In una delle sue rarissime teofanie, il Prodigioso diede al Pirata Mosey, da qualcuno chiamato anche Mosè, un decalogo che è alla base della nostra religione. Il distratto pirata, nel tragitto verso la nave, perse due tavole, per cui ne abbiamo salvate solo otto. Abbiamo un Ottalogo, quindi.

Citerò da questo Ottalogo due «*Per favore non farlo*» che danno l'idea dei Comandamenti, ovvero «Condimenti», trasmessici dal Prodigioso, nel tono colloquiale da Lui prediletto:

n. 2 – Per favore, non usatemi per opprimere, soggiogare, scannare e/o come modo per maltrattare gli altri. Ci siamo capiti? Non voglio sacrifici, ed è l'acqua che deve essere pura, non le persone.

n. 7 – Per favore, non andate in giro dicendo che vi ho parlato. Credete veramente che valga la pena che mi scomodi per voi? Non siate presuntuosi. Vi ho detto di amarvi l'un l'altro. Capito adesso?

I Condimenti della Chiesa pastafariana non impongono norme, ma invitano a comportamenti improntati al rispetto, alla logica e al pluralismo, senza pretendere nulla in termini di verità.

Si potrebbe pensare che nel pastafarianesimo ci sia moltissimo aldiquà e poco aldilà, ma non fraintendete, non si tratta di laicismo e, nemmeno, di una moderna risorgenza dell'epicureismo.

Sotto molteplici aspetti, l'uomo pastafariano, "l'uomo Pirata", ha in comune con l'uomo di Epicuro la ricerca, *hic e nunc*, della felicità terrena, l'atarassia. Ma pur riconoscendo, in una ciurma di liberi e uguali, il valore dei ruoli e delle funzioni, il pastafariano ambisce sì, come Epicuro, all'autonomia ("autarchia" per il filosofo greco), ma non pensate che se ne stia quatto quatto lontano dalla *polis*.

Il Pirata la società la conquista, la vuole, la plasma, portando all'interno di essa il principio della condivisione, del rispetto e dall'uguaglianza, rivendicando orgogliosamente uguaglianza e fratellanza tra le persone, qualunque siano le differenze, e tra ogni religione, qualunque sia l'essere supremo.

È l'estensione dell'idea di Henderson: creazionismo, va bene, darwinismo, va bene, ma a questo punto va bene anche *altro*, senza primazie o superiorità, come mirabilmente definito nei Condimenti.

Da Pirati noi non temiamo nessuno: chiunque si converta al pastafarianesimo ha trenta giorni di prova, dice il Profeta; se non gli garba può tornare alla sua religione o all'ateismo o a quel che vuole, noi gli rendiamo l'anima intatta. Inoltre, nessuno può ambire al titolo di Pirata pastafariano se non al raggiungimento della maggiore età.

#### 4. Vulcani e pinguini

Forse credete che, grazie alla sua solidità scientifica, nella nostra religione non ci sia spazio per l'ultraterreno: sbagliato!

Abbiamo un aldilà descritto come un luogo di beatitudine in cui un vulcano erutta birra ininterrottamente; ivi sono tutte le delizie e, addirittura, una fabbrica che fornisce spogliarelliste e spogliarellisti per ogni tipo di party. Ma allora l'inferno a cosa somiglia?

Dice il Profeta che è un luogo piuttosto freddo, dove un vulcano erutta birra stantia e gli strip tease sono complicati dalla necessità di togliersi un sacco di vestiti; forse è l'Antartide, con i suoi vulcani ghiacciati e, come unici abitanti, gli orribili... pinguini!

Così, come tante altre religioni, abbiamo un tabù alimentare: il pastafariano che si rispetti chiede, sedendosi al ristorante, se il locale sia *penguin free*; se ciò non fosse, cortesemente, esce e, seppure a malincuore, non consuma.

Per il pastafariano ogni cibo è sacro in quanto, così come l'amore ha infinite ricette, anche il cibo ha milioni di componenti che nel corpo si scindono e ci nutrono dell'essenza stessa del Prodigioso: carboidrati e proteine, grassi e alcoli, vitamine e minerali, tutti frutto della creazione, e pertanto tutti assimilabili.

È con chi mangi e non cosa mangi che conta. La comunione è sacra in quanto condivisione del cibo.

#### 5. Dalla teofagia alla pantofagia

Se i pirati sono, giustamente, visti come arrembatori di navigli nemici, non è l'ingordigia d'oro a guidarli, ma il bisogno irrefrenabile di confrontarsi con le convinzioni bigotte, armati di giustissimo rispetto e di curiosità verso la pluralità delle idee, dei sentimenti, dei comportamenti altrui.

Se di ingordigia si deve parlare, è solo del buon cibo, del buon bere e del condividere un atteggiamento di apertura verso tutti, compresi i colleghi delle altre religioni.

“Nessun *dogma*” (sull'aria di Puccini) sembrano intonare i Pirati, guidati solo da un sano scetticismo verso l'indimostrabile e dal gioioso rispetto per il Creatore, distratto e, quasi sempre, assente se non per far scherzetti per mettere alla prova la fede.

Da quanto sopra detto discende il gusto, e quasi la necessità, di condividere l'*agape*, il banchetto comunitario, inteso etimologicamente come comunione di amore, di *caritas*, come sacra abbuffata tra amici “innamorati” gli uni degli altri.

Nulla a che vedere con la teofagia, che è presente in molte religioni.

La teofagia (dal greco *theòs* e *fagein*, “mangiare dio”) è un rituale religioso consistente nella consumazione di un cibo considerato divino, in base a una identificazione simbolica con la divinità stessa, nelle religioni più primitive come atto fisico, in quelle più moderne come atto simbolico.

Tra gli aborigeni dell’Australia centrale si teneva la cerimonia dell’*intichiuma*, nella quale, per rinnovare l’alleanza con l’animale totem, venivano ritualmente uccisi e mangiati dai presenti il canguro e l’emu, animali protettori e spiriti guida della comunità.

I riti dionisiaci vedevano gli adepti addentare un capro vivo, per nutrirsi dell’essenza del dio stesso; atti simili venivano compiuti anche i seguaci di Cibele; nelle cerimonie dei culti mitraici, si mangiavano pane e vino mescolati a simboleggiare il corpo e il sangue del dio.

L’equivalente romano dei culti dionisiaci, i Baccanali, crearono discreti problemi all’ordine costituito, con lo scandalo del 186 a.C., riportato da Tito Livio, che ci descrive vere e proprie orge a base di sesso, vino e *rock and roll*, viste dai bacchettoni del Senato come prodromi di una rivolta che portò a una severa legge contro i *rave party* romani.

Tralasciamo di enumerare qui gli altri infiniti esempi che legano il cibo alla religione: basti pensare al Ramadan, alla Quaresima o, se andiamo più giù nella cultura popolare, ai dolci per commemorare i morti o alle tortellate emiliane per San Giovanni o alle ritualità, connesse con i santi, sulla raccolta dei frutti o la preparazione del cibo.

Insomma, il cibo e il sacro sono indissolubilmente connessi in tutte le culture e in tutte le religioni, così come i tabù alimentari, spesso semplici norme igienico-sanitarie, che nei sacri testi vengono, per così dire, elevati a precetti divini.

Che la carne di maiale sia potenzialmente insalubre, soprattutto se consumata in climi caldi, non è questione di religione, ma di scienza e i buoni contadini parmensi, con saggezza elaborata fin dal tempo dei romani, hanno messo a punto fantastiche tecniche di conservazione per i loro magnifici e apprezzatissimi insaccati.

Fondamento della nostra religione/comunità pastafariana è il mangiare e bere insieme.

Nel Libro si citano gli spaghetti con le polpette, che ricordano l’immagine del Prodigioso, e, giustamente, il Libro fa notare il maggiore apporto calorico di questo piatto al confronto, ad esempio, delle ostie, cibo standard per altre religioni. Anche per questo le nostre frequentatissime “Teglie di Preghiera” sono tenute in tutt’Italia e con tutti i cibi. I nostri “Raguni” ci vedono imbandire grandi tavolate con serissime discussioni su politica, cultura e religione. Ricorrenze come “Aglio-Vin” o “Birragosto” vedono decine di Pirati che condividono la gioia di essere Chiesa, nell’etimo di assemblea popolare.

Fin dalla costituzione nel 2012, da parte del Primo *Pastefice* Al Zarkawi e di un eroico manipolo di Pirati, i *Fondutori*, la miglior Chiesa che si possa oggi trovare sul mercato ha adottato il principio, non il dogma, della “Transtanziazione del Tortellino”, poiché ogni cibo, entrato nel nostro corpo, ci nutre con l’essenza stessa del Creatore, a riprova che ogni cibo è sacro, come ben sapevano i nostri antenati.

Forse, ma saranno gli etnologi e gli antropologi a dirlo, la spensierata pantofagia pastafariana affonda le sue radici nell’idea contadina, e pertanto pagana, del *Mondo alla rovescia* descritto dal Cocchiara. Forse, consciamente, noi pastafariani, condividiamo l’etica rovesciata del Carnevale, dall’etimo *carnem levare*, eredi di Gargantua e di Long John Silver.

Il mondo desiderato è un mondo in cui le convenzioni si ribaltano, i poveri hanno più cibo dei ricchi, gli alberi (delle navi?) sono pali della cuccagna e, fino a prova contraria, tutti sono felici e in pace, attorno a pantagruelici banchetti. Qui i preti possono essere oggetto di scherzi e l’ordine e il disordine sono solo facce della stessa medaglia.

## 6. Una tavolata di libertà

Ma allora perché una religione, perché non un ateismo libertario e fricchettono? Per due motivi, uno seriamente teologico, l’altro, altrettanto seriamente, politico.

Siccome l’esistenza di un dio o dell’altro si basa su postulati indimostrabili, è più logico amare – adorare è parola grossa – un Dio della cui esistenza abbiamo prova nel nostro essere imperfetti, nel nostro desiderio di amarci e della cui esistenza siamo fermamente convinti proprio grazie alla sua, postulata, indimostrabilità.

Un Dio tanto credibile quanto un Dio che avrebbe dato i suoi precetti a pastori nomadi del primo millennio a.C. o agli abitanti dell’India del XIII secolo avanti Cristo o dell’Arabia del VII secolo dopo Cristo.

Non è forse altrettanto postulabile un Dio pasticciatore, fatto di carboidrati, di un Dio uno e trino o di un Dio permaloso e punitivo o di un Dio *primus inter pares* tra mille altri, con o senza multibraccia o proboscidi, o di un Dio serpente piumato goloso di sacrifici umani, o di un Dio panico spirito della natura?

In fin dei conti perché il terzo sasso da una nana gialla, in un braccio laterale di una galassia, tra centinaia di migliaia di galassie, dovrebbe essere proprio oggetto delle attenzioni del pantocratore?

Per questa consapevolezza i pastafariani sono serenamente convinti che nessuno è superiore a nessun altro.

Mai un ministro di culto pastafariano prenderà un infante e lo “timbrerà” con il sigillo della nostra religione.

Mai un pastafariano dirà «No, tu no, perché sei diverso».

Mai noi pastafariani abbiamo oppresso, abusato o ucciso chi crede in un dio che non sia proprio proprio uguale al nostro.

Il pastafarianesimo è la vera religione di questi anni Duemila, in quanto sazia il bisogno di ritualità, meccanismo che, secondo Pascal e, più modernamente, di François De Smet, è il carburante della fede. Il Prodigioso dà una risposta logica alla sete di dio, connaturata nell’uomo, rimettendo la religione, che è un’altra faccenda, al suo posto.

La religione è una questione personale, non una istituzione. Siamo certi che, in un mondo pieno di Pirati, Dio, qualunque aspetto Egli abbia, non può fare altro che trovarsi bene e sorridere.

Crediamo nel Prodigioso Spaghetto Volante e, proprio perché piccoli, imperfetti, caciaroni e bizzarri, vogliamo che la Sua verità invada questo terzo sasso dal Sole, in un braccio laterale di una galassia, un po’ eccentrica rispetto al superammasso di Laniakea, composto a sua volta da milioni di galassie in questo meraviglioso e assurdo universo che, proprio per questo, non può non essere che Sua creatura.

Il piacere del paradosso, il sano dubbio su tutto, che arriva anche a prevedere l’abbandono della fede in presenza di prove sull’inesistenza del Prodigioso stesso, ci fanno, spesso, ritenere parodia di altre, obsolete, religioni.

Sono testimone di furibonde battaglie, poi vinte, su Wikipedia Italia per cassare l’orribile aggettivo “parodistico” nello spiegone sul pastafarianesimo ma, alla fine, anche i censori digitali hanno convenuto, per parafrasare Marx, non Carlo ma Groucho, che la CPI:

Si presenta come una Chiesa

Agisce come una Chiesa

Ma non fatevi ingannare: è davvero una Chiesa.

Il pastafarianesimo, come testimoniano innumerevoli iscrizioni rupestri falsamente interpretate da Indiana Jones della domenica come immagini del culto solare, precede ogni altra religione.

Si trovano tantissime citazioni, dai Sumeri e dagli Egizi in poi e, duole dirlo, anche nei libri sacri altrui, della birra, sacra bevanda e strumento di comunione tra gli uomini e verso la divinità.

Ricordiamo l’esistenza, appena mascherata, in altri culti, delle nostre ricorrenze, spesso corrotte nella dizione, quali il *Ramendan*, in memoria di quando, come ricorda Henderson, da studenti universitari squattrinati, i pastafariani mangiavano per lunghi mesi, o addirittura giorni, solo ramen in

scatola o l'insipido spaghetti col tonno o le *Feste* cui qualcuno aggiunse *natalizie* solo per biechi scopi di propaganda, o l'*Acquarissima* in cui si deve sopravvivere, evitando l'acqua e bevendo solo alcoolici.

Quasi tutte le altre religioni hanno, per rubacchioso sincretismo, preso da noi. Un esempio per tutti il nostro *Ramen*, corrotto in *Amen* quando tutti sanno che gli spaghetti sono conosciuti in Asia da molto tempo prima dell'avvento dell'Era cristiana.

D'altronde la pastarianofobia è un male antichissimo e ben radicato, al punto da aver cancellato, nella cultura dominante, ogni traccia della più antica e primigenia religione.

Le cronache, ogni tanto, riportano di confratelli che, in tutto il mondo più o meno civilizzato, vogliono riconosciuta la possibilità di avere nei documenti la foto identificativa con il sacro copricapo, sia questo il piratesco tricorno o il più pratico colapasta, al pari della kippah o del turbante o dell'hijab.

Niko Alm, politico e attivista austriaco, fu il primo, nel 2011, a ottenere legalmente la foto sulla patente con il colapasta.

In Russia, la pastarianofobia ha portato a gravi eccessi, con arresti e persecuzioni. Il *Pastefce Massimo* di Russia Mikhail Iosilevic è stato prima protagonista delle notizie di gossip per aver ottenuto la patente con il sacro copricapo, ma poi è stato condannato a un anno e otto mesi per attività sovversive, mentre la sua compagna di fede e nella vita, Irina Slavina, è morta suicida per essersi data fuoco davanti al Ministero dell'Interno. Il ministro di culto Aleksey Onoshkin è stato condannato, nel 2022, a 20 mesi di carcere come "dirigente di una organizzazione indesiderata" ed è ora in attesa di un processo in cui rischia fino a 3 milioni di rubli di ammenda e fino a 10 anni di carcere per aver diffuso "notizie false sull'esercito russo".

In compenso, in Canada e in parecchi stati USA il sacro copricapo è addirittura ammesso in contesti ufficiali. In Germania, a Templin nel Brandeburgo, Bruder Spaghettus lotta con il Lander per poter esporre, sui cartelli stradali, il programma della pastafariana *Nudelmesse* accanto a quelli delle funzioni delle altre religioni.

Nel suo *Deus Casino*, pubblicato da Presses Universitaires de France nel 2020, il filosofo François De Smet ricorda le numerosissime battaglie connesse al riconoscimento del pastafarianesimo come religione, in molte nazioni e con alterni successi. Nuova Zelanda, Polonia, Olanda riconoscono, con specifiche diverse per i vari ordinamenti nazionali, il pastafarianesimo come religione.

## 7. Conclusioni

Tornando a Marx, Groucho Marx, la Chiesa Pastafariana Italiana è una Chiesa a tutti gli effetti, e ha intrapreso il faticoso percorso per il riconoscimento da parte dello Stato italiano. La CPI, costituita e riconosciuta attualmente come Ente morale di culto, intende farsi riconoscere come Chiesa, proprio come tutte le altre Chiese che già sono state ammesse dallo Stato e che non giudichiamo ma amiamo come consorelle, un po' obsolete, ma non concorrenti.

Abbiamo riti e preghiere codificati. Ci siamo dotati di statuto, di responsabili del trattamento dei dati sensibili, di organi di controllo e di amministrazione. Teniamo un registro dei fedeli e del clero, cui si accede solo dopo serissimi corsi per ministri di culto con esami e rilascio di certificazioni.

L'Ente morale di culto Chiesa Pastafariana Italiana agisce sia nell'ambito sociale che in quello spirituale in modo spensieratamente serissimo.

Siamo come tutte le altre religioni, né più né meno.

Siamo tolleranti: ci va benissimo il crocefisso nelle aule delle scuole e dei tribunali o, meglio, vogliamo la nostra immagine sacra, presente, con pari dignità, con tutte le altre.

Ci piace tantissimo l'insegnamento delle religioni in ogni dove, ci vanno addirittura bene i cappellani militari, a patto che, da bravi pirati, insegnino ai soldati anche l'uso dell'arma bianca, gli *sea shanty*, i canti per le manovre, e come caricare la spingarda.

Con il proprio organismo secolare, la Associazione di Promozione Sociale Pastafariana, famigliarmente chiamata "La Ciumra", la Chiesa Pastafariana Italiana interviene ove ci sia bisogno di spirito critico e di esempi concretamente ironici. Citiamo qui le eroiche *Tagliatelle in Piedi*, che arremano, mangiando in piedi anziché comodamente seduti, incuranti del pericolo, pantagruelici piatti di pasta, in difesa della Famiglia Tradizionale Pastafariana.

Membri della comunità pastafariana sono andati in Grecia, a Lesbo, come volontari nel campo di concentramento di Moria per i richiedenti asilo provenienti dalla Turchia, mentre l'Azione Caotica si è fatta promotrice, tra le varie iniziative, della raccolta di indumenti per i cosiddetti clandestini, ad esempio a Como, nel momento di massimo attrito con l'amministrazione comunale che bruciava i sacchi a pelo dei poveracci, o sul confine italiano della rotta balcanica.

La Chiesa collabora attivamente con l'Associazione Luca Coscioni, in supporto alle istanze sul fine vita, sia con la presenza fattiva della Ciumra nelle manifestazioni davanti ai tribunali sia, praticamente, con la pubblicazione del fumetto *Liberi verso il Vulcano* (e sapete cosa significa), a cura della Chiesa stessa, il cui ricavato va integralmente alla Luca Coscioni.

Aderiamo anche al Comitato *Anti Blasphemy Laws*, con il motto «Dio Scotto!», al punto da organizzare una mostra di opere “blasfeme” di celebri artisti contemporanei sotto l’egida del Comune di Napoli, contestatissima, indovinate da parte di chi.

Addirittura, stiamo partecipando a un Convegno su religione e cibo all’Università di Parma!

E questo è proprio il colmo.

## Bibliografia

- M. AL KALAK, *Mangiare Dio*, Torino 2021.  
G. COCCHIARA, *Il mondo alla rovescia*, Torino 2015.  
R. DAWKINS, *L’orologio cieco*, Milano 2017.  
J.B. DANCER (i.e. G. BALLARINI), *Il triangolo culinario, la cucina come cultura*, Bologna 1984.  
F. DE SMET, *Deus Casino*, Paris 2020.  
M. HARRIS, *Cannibali e re. Le origini delle culture*, Milano 2013.  
B. HENDERSON, *Il libro sacro del Prodigioso Spaghetti Volante*, Milano 2008.  
B. LARSSON, *La vera storia del pirata Long John Silver*, Milano 1998.  
C. PASCUTTO, DUCKBILL, *Liberi verso il Vulcano. Marco Cappato, DJ Fabo e altre storie coraggiose*, s.l. 2020.  
B. SPENCER, F.J. GILLEN, *The Native Tribes of Central Australia*, London 1899.  
TITO LIVIO, *Storia di Roma dalla sua fondazione*, XI, Milano 2018.  
G.F. TRAPLETTI, *Pastafarianesimo. Il caso serio di una religione ridicola*, Tesi di Master of Arts in scienza, filosofia e teologia delle religioni, Facoltà di Teologia di Lugano, 2018.

## Sitografia

- Chiesa Pastafariana Italiana: [www.chiesapastafariana.it/](http://www.chiesapastafariana.it/) (ultima consultazione: 6/10/2024).
- The Church of the Flying Spaghetti Monster: [www.spaghettimonster.org/](http://www.spaghettimonster.org/) (ultima consultazione: 6/10/2024).
- The Loose Canon: [www.loose-canon.info/Loose-Canon-1st-Ed.pdf](http://www.loose-canon.info/Loose-Canon-1st-Ed.pdf) (ultima consultazione: 6/10/2024).
- L’Osservatore Pastafariano: [www.chiesapastafariana.it/losservatore-pastafariano](http://www.chiesapastafariana.it/losservatore-pastafariano) (ultima consultazione: 6/10/2024).
- Russia: *Authorities Double Down on Persecuting “Undesirables”*, in «Human Rights Watch», 2022: [www.hrw.org/news/2022/05/27/russia-authorities-double-down-persecuting-undesirables](http://www.hrw.org/news/2022/05/27/russia-authorities-double-down-persecuting-undesirables) (ultima consultazione: 6/10/2024).
- Russian Pastafarianism activist Iosilevich sentenced to 20 months in penal settle-*

- ment over undesired organisation*, in «Novaya Gazeta» 2022: [novayagazeta.eu/articles/2022/05/27/russian-pastafarianism-activist-iosilevich-sentenced-to-20-months-in-penal-settlement-over-undesired-organisation-news](https://novayagazeta.eu/articles/2022/05/27/russian-pastafarianism-activist-iosilevich-sentenced-to-20-months-in-penal-settlement-over-undesired-organisation-news) (ultima consultazione: 6/10/2024).
- E. BURCHIA, *Scolapasta in testa sulla foto della patente, l'Austria dà il permesso al pastafariano*, in «Corriere.it», 2011: [www.corriere.it/cronache/11\\_luglio\\_13/scolapasta-in-testa-burchia\\_bdcd2f64-ad24-11e0-83b2-951b61194bdf.shtml](http://www.corriere.it/cronache/11_luglio_13/scolapasta-in-testa-burchia_bdcd2f64-ad24-11e0-83b2-951b61194bdf.shtml) (ultima consultazione: 6/10/2024).
- M. CAPPATO, *Cappato e i Pastafariani*, in Radio Spaghetto Volante, 2018: [www.youtube.com/watch?v=LUvLEYU5lm4](https://www.youtube.com/watch?v=LUvLEYU5lm4) (ultima consultazione: 6/10/2024).
- S. MACCHI, *I pastafariani, quando la vita è cucinata come Dio Comanda*, in «Listonemag», 2015: [www.listonemag.it/2015/06/04/i-pastafariani-quando-la-vita-e-cucinata-come-dio-comanda/](http://www.listonemag.it/2015/06/04/i-pastafariani-quando-la-vita-e-cucinata-come-dio-comanda/) (ultima consultazione: 6/10/2024).
- C. SCIUTO, *Chi sono i Pastafariani, adoratori del dio Spaghetto che prendono in giro gli integralismi*, in «L'Espresso», 2020: [lespresso.it/c/attualita/2020/1/8/chi-sono-i-pastafariani-adoratori-del-dio-spaghetto-che-prendono-in-giro-gli-integralismi/44651](https://lespresso.it/c/attualita/2020/1/8/chi-sono-i-pastafariani-adoratori-del-dio-spaghetto-che-prendono-in-giro-gli-integralismi/44651) (ultima consultazione: 6/10/2024).
- A. WILLIS, *The Netherlands has recognised the Church of the Flying Spaghetti Monster as a religion*, in «Metro.uk», 2016: [metro.co.uk/2016/01/28/the-netherlands-has-recognised-the-church-of-the-flying-spaghetti-monster-as-a-religion-564901](http://metro.co.uk/2016/01/28/the-netherlands-has-recognised-the-church-of-the-flying-spaghetti-monster-as-a-religion-564901) (ultima consultazione: 6/10/2024).

# Indice degli autori citati

- Abumoghli I., 43  
Agus M., 51  
Ahmad A.A., 45  
Albisinni F., 133  
Aldeeb Abu-Sahlieh S.A., 46  
Alicino F., 40, 49  
Al-Jallad N., 44  
Al Kalak M., 155  
Aluffi Beck Peccoz R., 45  
Ameur A.A., 48, 54  
Amirante D., 132, 135, 142, 143  
Appiano A., 27  
Arcopinto A., 54  
Arslan L., 47  
Ascanio L., 28, 40  
Ascoli Norsa G., 25
- Bagni S., 128, 131, 134  
Baldin S., 128  
Ballarini G., 155  
Balzaretto C., 63, 72, 73, 74  
Battaglini L., 13  
Bausani A., 49  
Beck H., 121  
Bellocq A., 38  
Benarafa J., 46, 47, 49  
Bergeaud-Blackler F., 47  
Biancone P., 47  
Bock M., 141  
Bonfiglio S., 134  
Boni G., 28, 32, 33, 34, 35, 36, 37  
Bottiglieri M., 74  
Bréchon P., 52  
Bressan L., 29
- Brillat-Savarin J.-A., 40, 73  
Brunori G., 40  
Bryant C.J., 46  
Bsoul L.A., 45  
Bultrighini I., 121  
Burchia E., 156  
Butler N., 41
- Calderón Farfán J.C., 131  
Calvino I., 115  
Campanini M., 45  
Campbell J., 87, 88  
Cappato M., 156  
Carbon J.-M., 120, 123, 125, 126, 127  
Carrara L., 29  
Carrara Pavan M., 84  
Castro F., 45  
Cavallone B., 58, 59, 74  
Ceccarelli Morolli D., 45  
Ceserani A., 40  
Chaumont È., 45  
Chica Arellano F., 38, 39  
Chizzoniti A.G., 12, 27, 40, 54, 57  
Ciconte F., 137  
Cilione M., 41  
Clavero B., 128, 131  
Cocchiara G., 151, 155  
Cohen A.B., 43  
Cohn N., 22  
Colin P., 128  
Colombo G., 57  
Constantakopoulou C., 121  
Corrigan D.P., 136  
Corvolan S., 143

Costantini C., 52  
 Costato L., 133  
 Cruz Rodríguez E., 134  
  
 D'Alessandro A., 41  
 Dalla Torre G., 70  
 Dancer J.B., 155  
 Dawkins R., 155  
 Dazzetti S., 12, 28, 29, 40  
 De Bertolis O., 74, 75  
 Decimo L., 42  
 De Gregorio L., 28, 30, 31, 32, 36, 40  
 De Marzo G., 137, 138, 139  
 De Silva C., 26  
 De Smet F., 152, 153, 155  
 De Sousa Santos B., 130  
 Di Donato R., 122  
 Di Felice P., 115  
 Dincer H., 49  
 Di Segni R., 12, 14  
 Dögen Zenji, 86, 90, 91, 92, 95  
 Donati P., 66  
 Dotti D., 27  
 Dresner S.H., 13  
 Duckbill, 155  
 Dvortsin L., 40  
  
 Ekroth G., 122  
 El Fadl K.A., 45  
 Esborraz D.F., 132  
 Estermann J., 135, 138  
  
 Faedda B., 74  
 Fantappiè C., 59  
 Farouq W., 47, 49  
 Ferlan C., 40  
 Ferlito S., 140, 141, 144  
 Fernandez-Armesto F., 27  
 Ferrari S., 13, 46  
 Ferreiro A., 21  
 Feuerbach L., 66  
 Fieldhouse P., 41, 44  
 Figueroa Mejía G.A., 134  
 Filoramo G., 40  
 Foa A., 22  
 Francesca E., 46  
 Francesco (papa), 38, 39, 141  
 Fregosi F., 45  
  
 Freyssinet-Dominjon J., 52  
 Frigerio L., 27  
 Frola E., 86  
 Fu J., 46  
 Fuccillo A., 40, 42, 54  
  
 Gabriel G., 84  
 Gaetano D., 53  
 Galasso L., 122, 127  
 Garapon A., 74  
 García Serrano F., 131  
 Gardella Tedeschi B., 13, 20  
 Gazzaniga V., 41  
 Genovese N., 46  
 Gianfreda A., 57  
 Gillen F.J., 155  
 Giovanni Paolo II (papa), 38, 58  
 González Vaqué L., 133  
 Gorassini A., 143  
 Grocholewski Z., 58  
 Grossi P., 76  
 Guarinelli S., 65  
 Guibert M., 73  
 Gutmann A., 136  
  
 HaLevi A., 15  
 Harris E.M., 120  
 Harris M., 155  
 Hassan S.F., 45  
 Hayashi T., 114  
 Hayashi Y., 114  
 Henderson B., 145, 146, 147, 148, 153,  
 155  
  
 Issberner L.R., 132  
  
 Kalkavan H., 49  
 Kaltmeier O., 137  
 Kamali M.H., 51, 52  
 Kaplan D.L., 46  
 Kaufer Green G., 25  
 Kayanesenh P.W., 129  
 Keys A., 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65,  
 66, 67, 69, 72, 75  
 Keys M., 57, 60, 62, 64, 65, 66, 67, 72, 75  
 Khalfaoou M., 45  
 Kieckhefer R., 21  
 Koensler A., 58

Lafont G., 29  
 Laghmani S., 45  
 Langlois M., 84  
 Lanni S., 44, 47, 48, 49, 128, 131, 135,  
 140  
 Larsson B., 155  
 Latouche S., 140  
 Laville J.-L., 140  
 Le Breton D., 41  
 Leff E., 140  
 Léna P., 132  
 Leoni D., 123  
 Leonini F., 54  
 Leroy J.-P., 132, 139  
 Levenberg S., 46  
 Levi-Strauss C., 62  
 Lipari N., 74, 76  
 Lo Giacco M.L., 47  
 Lojacono P., 54  
 López Hernández M.A., 128  
 López Sandoval M.F., 137  
 Lupu E., 120  
  
 Macchi S., 156  
 Macchia P., 74  
 Maifreda G., 22  
 Maimonide M., 15, 22, 23  
 Mallia K.L., 52  
 Mancuso P., 14  
 Manicardi L., 27, 30, 36  
 Marchisio O., 29, 40  
 Marotta A., 48  
 Mattei U., 141  
 Matteliano V., 136  
 Maury Parra L.C., 141  
 Mazzoni G., 38  
 McDonald B., 41  
 McInerney J., 121  
 Meloni P., 58  
 Méndez Montoya A.F., 27  
 Milani D., 57  
 Moiso V., 47  
 Montagnana F., 114  
 Montanari M., 61, 63, 72  
 Morehart C.T., 41  
 Moro E., 57, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66,  
 67, 69, 75  
 Moutsatsou P., 46  
  
 Müller M., 78, 84  
 Muñoz Ureña H.A., 133  
 Mussone D., 33  
  
 Nardella C., 52  
 Nash C., 130  
 Natoli S., 27  
 Negowetti N., 46  
 Neresini F., 28  
 Niola M., 57, 59, 60, 61, 62, 64, 65, 69, 71,  
 73  
 Nino M., 136  
 Nubile G., 96, 98, 100  
  
 Oksanen M., 136  
 Oldridge D., 22  
 Osborne R., 127  
  
 Pace E., 28  
 Pacillo V., 40  
 Padua J.A., 137  
 Pagazzi G.C., 29, 30  
 Palmieri A., 46  
 Panikkar R., 84  
 Paolo VI (papa), 32, 33  
 Parker R., 120  
 Pascutto C., 155  
 Pasqualotto G., 108, 116  
 Pavanello D., 40  
 Pavani G., 134  
 Peels-Matthey S., 120, 123, 126  
 Pelissero A., 28, 41  
 Pellecchia E., 40  
 Petrillo P., 63, 67, 68, 76  
 Petrini C., 38  
 Pezzini I., 47  
 Piccinelli G.M., 44, 47, 49  
 Piccinni M.R., 28, 40  
 Pio XII (papa), 36, 37, 58  
 Pirenne-Delforge V., 120, 123, 126  
 Pitto S., 144  
 Posenato N., 130  
 Post M.J., 46  
 Pozzato M.P., 47  
 Pozzi P., 13, 20  
  
 Querzola L., 74  
 Quiroz L., 128

Rabello A.M., 12  
 Rabinowicz H., 12  
 Ravasi G., 29, 30  
 Rettore V., 28  
 Rhazzali M.K., 51  
 Ricca M., 40, 41, 44, 134  
 Ricucci R., 47  
 Rimoldi T., 28, 40  
 Roccella A., 46  
 Roden C., 25  
 Rodorà S., 143  
 Roggero F., 47  
 Romano S., 76  
 Rosero Medina D.F., 131  
 Rotundo N., 39  
 Rougemont G., 120  
 Rubinstein L., 120  
 Russo A., 49  
 Russo A.M., 130, 136, 138  
  
 Sacco R., 59, 130  
 Salani M., 28, 29, 40  
 Salonen A.S., 42  
 Sartorio U., 39  
 Scaffardi L., 52  
 Schipani S., 129  
 Schubert A., 27, 31  
 Sciuto C., 156  
 Secinaro S., 47  
 Sequeri P., 39  
 Silvestrini Adão F., 70, 73  
 Sokolowski F., 120  
 Sorvillo F., 42  
 Soshitsu Sen XV, 110  
 Souza Filho C.F.M., 130  
 Spadaro A., 74  
 Spencer B., 155  
 Spoto G., 66, 68, 70, 71, 74  
 Sribhashyam T.K., 84  
 Stefani P., 11, 16  
  
 Tagliaferri R., 76  
 Tagliapietra A., 66  
 Tallacchini M., 12, 27  
 Tammam Venturi R., 26  
 Terracciano B., 47  
 Teti V., 58  
 Thompson D., 41  
 Tito Livio, 150, 155  
 Torres D.A., 131  
 Toselli E., 23, 54  
 Trapè A.L., 71  
 Trapletti G.F., 155  
  
 Uchiyama Rōshi, 92  
 Ulul Albab M.M., 51  
 Underwood R.L., 55  
  
 Valletta A., 54  
 Van Straten F.T., 127  
 Vanzan A., 45  
 Vernant J.-P., 122, 123  
 Verzijden K., 46  
 Visintini G., 129  
 Von Prott J., 120  
  
 Willaime J.P., 52  
 Weber M., 53  
 Willis A., 156  
  
 Yuksel S., 49  
  
 Zago M., 128, 139  
 Zaouali L., 40  
 Zarrilli A.D., 137  
 Zeno-Zencovich V., 52  
 Ziehen L., 120  
 Zuanazzi I., 13

## Autori del volume

PAOLA TAIEN ANTONICELLI, nata a Milano nel 1969, è missionaria dell'Ordine Zen Soto per l'Europa. Laureata in Economia e Commercio, ha lavorato per vent'anni nel settore retail. Praticante zen fin dall'adolescenza, riceve i precetti monastici nel 2001 al Tempio Fudenji, dove risiede dal 2015. Discepolo del Rev. Taiten Guareschi, quotidianamente garantisce la conduzione della pratica monastica, le funzioni liturgiche, l'accoglienza di nuovi praticanti ed è attiva nella diffusione del *Dharma* anche attraverso conferenze e incontri al di fuori del Tempio Fudenji.

JIHANE BENARAFI, assegnista di ricerca in Diritto privato comparato presso il Dipartimento di Studi Internazionali, Giuridici e Storico-Politici (DILHPS) dell'Università degli Studi Statali di Milano, è docente a contratto di Diritto privato comparato. La sua attività di ricerca si concentra sulla comparazione giuridica, con particolare riferimento alla contrattualistica assicurativo-finanziaria nei Paesi MENA e, più in generale, sul dialogo tra il sistema di *civil law* e il sistema giuridico islamico.

ILARIA BULTRIGHINI, ricercatrice tenure track in Storia greca all'Università di Messina, si occupa di storia e microstoria ateniese (con particolare attenzione alle comunità non urbane dell'Attica), di epigrafia greca, di calendari e sistemi di misurazione del tempo nell'antichità greca e romana, di religione e rapporti tra culti e relazioni interstatali nel mondo greco.

PAOLA BUSELLI MONDIN, avvocato della Rota Romana e avvocato nel foro di Mantova, attualmente è docente incaricata per i corsi di Diritto canonico e antropologia teologica e di Formazione della coscienza presso l'Istituto Superiore di Scienze Religiose dell'Emilia. Le sue ricerche riguardano le seguenti tematiche: la risoluzione dei conflitti nel diritto comparato delle religioni, la relazione tra antropologia e diritto canonico, l'antropologia culturale del diritto, il cibo e gli affetti come paradigmi dell'antropologia giuridica.

ANTONIO GIUSEPPE MARIA CHIZZONITI, professore ordinario di Diritto canonico e di Diritto ecclesiastico presso il Dipartimento di Scienze Giuridiche della sede di Piacenza dell'Università Cattolica del Sacro Cuore, è direttore della collana di studi monografici *Religioni, diritto, cultura e società* (Rubbettino Editore), ed è membro del comitato scientifico della rivista internazionale *Derecho y Religion*. Tra i principali temi di ricerca sviluppati ci sono: cibo, diritto e religioni; tutela e valorizzazione del patrimonio culturale di interesse religioso; autonomia confessionale e diritti di libertà; libertà religiosa e società digitale; finanziamento delle confessioni religiose; diritto penale e religioni.

AURELIA DEBENEDETTI, laureata in Giurisprudenza e diplomata in Lingue orientali, ha studiato e praticato lo Yoga con Alfredo Vitali e Gérard Blitz. Dal 1988 fa parte di Yogakshemam scuola di Yoga, Filosofia indiana e Ayurveda diretta da Sri Acharya T.K. Sribhaskyam, figlio di Sri T. Krishnamacharya, di cui rappresenta in Italia la scuola e ne cura la rivista in lingua italiana. Ha tenuto corsi regolari e di formazione professionale. Tiene seminari di approfondimento per insegnanti.

ANDREA ERRERA, professore ordinario di Storia del diritto medievale e moderno presso l'Università degli Studi di Parma, si occupa attualmente della scienza giuridica medievale e delle tecniche del ragionamento giuridico. Tra le sue pubblicazioni: *Lineamenti di epistemologia giuridica medievale. Storia di una rivoluzione scientifica* (Torino, 2006); *Arti e mestieri a Parma: gli Statuti e la storia delle Corporazioni in età medievale e moderna* (Parma, 2023); *De magno schismate. Tesori e misteri del ms. Parmense 1194* (Parma, 2024).

GIANCARLO GALLI, laureato in Scienze politiche presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano, ha svolto la professione di consulente finanziario per oltre trent'anni. Ha fondato nel 2010 una società specializzata in investimenti in energia rinnovabile per la PMI, di cui è CFO e membro del CDA. Consacrato pastafariano dal 2014, con il nome di Calafato Pegai è stato ordinato Ministro di Culto nel 2018, e attualmente è ministro di terzo livello e membro del Concistoro della Chiesa Pastafariana Italiana, con delega ai rapporti con la Ciumra Pastafariana.

BIANCA GARDELLA TEDESCHI, professoressa associata di Diritto privato comparato all'Università del Piemonte Orientale, sede di Novara, tiene regolarmente i corsi di Sistemi giuridici comparati, di Diritto privato comparato e di Diritto privato dell'Unione europea. È contitolare del corso di Diritto comparato delle religioni all'Università degli Studi di Torino e docente, presso la stessa università, del Master in Scienze religiose (SRIM). Fa parte della redazione di Daimon, numero speciale annuale della rivista *Quaderni di diritto e politica ecclesiastica*, dove è responsabile della sezione di diritto ebraico.

ROSELLA MYOREN GIOMMETTI, cresciuta nella religione cattolica e incontrata a vent'anni la tradizione buddhista zen, vive da allora quotidianamente la dimensione del dialogo intra-religioso. Nel 1984 si laurea in Giurisprudenza presso l'Università degli Studi Statale di Milano. Ordinata monaca zen nel 1998, nel 2008 si ritira nel monastero Fudenji, a Salsomaggiore Terme. Dal 2014 è missionaria per l'Europa dell'Ordine buddhista zen Soto. Il 24 marzo è stata eletta presidente dell'Istituto Italiano Zen Soto Shobozan Fudenji, ente di culto riconosciuto con D.P.R. il 5/7/1999.

SABRINA LANNI, professore ordinario di Diritto privato comparato presso il Dipartimento di Studi Internazionali, Giuridici e Storico-Politici (DILHPS) dell'Università degli Studi Statale di Milano, insegna Diritto privato comparato, Diritto privato in Europa e America Latina e Diritto comparato, sostenibilità e sicurezza alimentare. È autrice, promotrice e curatrice di varie ricerche con particolare riguardo al diritto dei consumatori, all'armonizzazione sovranazionale del diritto privato, ai diritti dei popoli indigeni e alla sostenibilità alimentare. Dal 2011 è direttrice della collana *Roma e America. Sistema giuridico latinoamericano. Studi*. È stata responsabile di due progetti europei Jean Monnet.

FILOMENA TRITTO, laureata in Pedagogia presso l'Università degli Studi di Parma, da oltre vent'anni si occupa di riequilibrio energetico secondo la medicina cinese. È docente presso ScuolaTao a Bologna, insegnante di cucina di casa per la salute, e autrice di libri di ricette.

# FrancoAngeli

## a strong international commitment

Our rich catalogue of publications includes hundreds of English-language monographs, as well as many journals that are published, partially or in whole, in English.

The **FrancoAngeli**, **FrancoAngeli Journals** and **FrancoAngeli Series** websites now offer a completely dual language interface, in Italian and English.

Since 2006, we have been making our content available in digital format, as one of the first partners and contributors to the **Torrossa** platform for the distribution of digital content to Italian and foreign academic institutions. **Torrossa** is a pan-European platform which currently provides access to nearly 400,000 e-books and more than 1,000 e-journals in many languages from academic publishers in Italy and Spain, and, more recently, French, German, Swiss, Belgian, Dutch, and English publishers. It regularly serves more than 3,000 libraries worldwide.

*Ensuring international visibility and discoverability for our authors is of crucial importance to us.*

---

# FrancoAngeli



**torrossa**  
Online Digital Library

Questo   
LIBRO

 ti è piaciuto?

---

**Comunicaci il tuo giudizio su:**  
[www.francoangeli.it/opinione](http://www.francoangeli.it/opinione)



VUOI RICEVERE GLI AGGIORNAMENTI  
SULLE NOSTRE NOVITÀ  
NELLE AREE CHE TI INTERESSANO?



ISCRIVITI ALLE NOSTRE NEWSLETTER

SEGUICI SU:



**FrancoAngeli**

La passione per le conoscenze

Copyright © 2025 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy. ISBN 9788891718990

## Civiltà in tavola.

La cultura del cibo tra tradizioni, storia e diritto

Tutte le religioni hanno affrontato nel corso della loro storia la questione dell'assunzione del cibo, inteso come strumento per agevolare il cammino mistico o almeno per non compromettere il corretto percorso di fede all'interno del culto. Per questo motivo, le religioni indicano ai fedeli un ricco e diversificato patrimonio di istruzioni per regolamentare il giusto rapporto quotidiano con il cibo dal punto di vista della crescita spirituale.

Nella nostra società attuale, la presenza simultanea di molte confessioni religiose in uno stesso contesto sociale crea però talvolta difficili problemi di convivenza tra tradizioni spirituali dissimili tra loro, e alcune di queste difficoltà nascono proprio dalle specificità delle prescrizioni alimentari previste dalle religioni, che impongono differenti tecniche di preparazione degli alimenti, o divieti di assunzione di alcune sostanze, ovvero anche modalità e tempistiche diverse di consumazione dei cibi.

Questo volume affronta la complessa questione passando in rassegna le regole in tema di cibo contenute nelle diverse esperienze spirituali del passato e del presente. In particolare, oltre alle tre grandi religioni monoteistiche nate intorno al Mediterraneo, e cioè le religioni ebraica, cristiana e islamica, sono presenti saggi dedicati alla dieta mediterranea come modello alimentare di portata universale, allo Yoga e allo spirito religioso dei *Veda*, alla religione buddhista, alla Cerimonia del Tè, alla medicina tradizionale cinese, e anche all'importanza che l'equilibrato rapporto con il cibo riveste presso i popoli autoctoni dell'America Latina, che si battono per la conservazione degli equilibri ecologici necessari per la difesa di un ambiente naturale considerato sacro.

**Andrea Errera** è professore ordinario di Storia del diritto medievale e moderno presso l'Università degli Studi di Parma. Si occupa attualmente della scienza giuridica medievale e delle tecniche del ragionamento giuridico. Tra le sue pubblicazioni: *Lineamenti di epistemologia giuridica medievale. Storia di una rivoluzione scientifica* (Torino, 2006); *Arti e mestieri a Parma: gli Statuti e la storia delle Corporazioni in età medievale e moderna* (Parma, 2023); *De magno schismate. Tesori e misteri del ms. Parmense 1194* (Parma, 2024).