

MINO IANNE

IL CIBO PER LA CURA DELL'ANIMA, LA MUSICA
E LE VIRTÙ PER LA SALUTE DEL CORPO:
KAIROS E *EPIMELEIA* NELLA
DOTTRINA PITAGORICA

SOMMARIO: 1. *Alimentazione e ἐπιμέλεια*; 2. *La dieta applicata in molti modi*; 3. *Prescrizioni dietetiche e molteplici moti dell'anima*; 4. *Sguardo poliedrico sulla realtà*; 5. *Multiforme terapia musicale per gli stati patologici del corpo*.

1. Alimentazione e ἐπιμέλεια

Sin dall'antico pitagorismo la medicina e la musica appaiono fondamentali per la salute e la guarigione del corpo (τὴν μουσικὴν μεγάλα συμβάλλεσθαι πρὸς ὑγείαν).¹ Un *akousma* riferisce infatti: «Qual è la più sapiente delle cose umane? La medicina. E la più bella? L'armonia»² e, nell'ambito della medicina, la dieta, momento rilevante

¹ Iamb. *VP* 110; sull'importanza attribuita alla medicina dai Pitagorici di prima generazione, Burkert 1972, 292-294. È parte della tradizione greca, anche al di fuori della letteratura medica, dare significato esistenziale alla nozione di salute, cfr. Schol. Anon. 7 Diehl; Platone fa espresso riferimento a questo scolio, attribuito sia a Simonide sia a Epicarmo, in *Gorg.* 451e, *Hipp. ma.* 291de, su cui Jaeger 2003, 749; Jouanna 1994, 454.

² Τί σοφώτατον παρ' ἡμῖν; Ἱατρική. Τί κάλλιστον; Ἄρμονία, Iamb. *VP* 82, cfr. Burkert 1972, 292-294, Medda 2020, 571. Gli *akusmata* sono pieni di tabù dietetici, come appare, ad esempio, in Diog. Laert. VIII,19 o in Iamb. *VP* 84; alcuni studiosi, come Wehrli 1951, 59 e Burkert 1972, 293, hanno suggerito che la dietetica medica pitagorica rappresenti una razionalizzazione di questi antichi tabù; per Huffman 2019, 368, questa è solo una congettura, per quanto plausibile; il punto di vista di Zhmud 2012a, 354, invece, è che la dietetica pitagorica non derivasse dai tabù che, a suo parere, in molti casi, potrebbero essere stati successivi, ma piuttosto erano un'espansione della tecnica razionale medica, che si occupava della cura delle ferite riportate in battaglia e delle lesioni accidentali subite dagli atleti.

dell'ἐπιμέλεια pitagorica del corpo e dell'anima, è presentata dalle fonti come una rilevante questione sapienziale.³ In tal modo i pitagorici sono andati consapevolmente oltre l'uso tradizionale della dieta per curare le malattie, convinti che la sua reale importanza consistesse nella cura dell'anima. È noto che per la medicina ippocratica e, prima ancora, per la medicina italica (essenzialmente crotoniate e pitagorica),⁴ il regime (la δίαιτα⁵) è uno dei procedimenti terapeutici fondamentali da applicare ai processi morbosi,⁶ tanto che l'autore di *Antica medicina* ha visto nella dietetica il criterio epistemico stesso della medicina⁷ per la conservazione della salute e per la cura dei disturbi, posto che gli obiettivi della dietetica si pongono come validi per ripristinare la salute dei malati, preservare coloro che sono in buona forma, e portare benefici agli atleti in allenamento.⁸

Secondo il Laerzio, la cui fonte sembra essere Aristotele, che egli cita poco dopo, Pitagora vietava una dieta a base di carne non in ragione della dottrina della metempsirosi o della universale affinità tra gli esseri viventi, che hanno in comune con gli uomini l'essere dotati di anima (κοινὸν δίκαιον ἡμῖν ἐχόντων <τῆν> ψυχῆν), ma per un motivo di

³ Iamb. *VP* 163 e 244. Burkert 1972, 262 n. 113, attribuisce importanza a questo luogo di Giamblico, che ritiene «probably» derivante da Aristosseno, influenzato dagli Ippocratici; analoga valutazione di probabile derivazione aristossenica formula Zhmud 2012a, 185 n. 61; prima di loro si erano già espressi in questo senso Rohde [1901] 156 e Diels-Kranz 2006, 58D1; in effetti *VP* 163 appare eco ravvicinata del fr. 26 Wehrli, dove si afferma che i pitagorici praticavano la purificazione del corpo attraverso la medicina e dell'anima attraverso la musica, Provenza [2012], 91-128; ma sulla vicinanza tra i due testi Huffman 2019, 364-365 è scettico, per cui, a suo avviso, la fonte di *VP* 163 potrebbe non essere il Tarantino.

⁴ Vegetti 1965, 21. All'ascendenza pitagorico-crotoniate della dietetica allude Iamb. 163 e 244; analoghe allusioni in Aristox., 58D1 DK; cfr. Joly 2003, XI-XIII; sull'origine italica dell'indagine eziologica relativa al nutrimento come causa delle malattie cfr. Anon. Lond. IV, 31ss., 40ss., su cui Gourevitch 1989, 179-195.

⁵ Nel *Corpus Ippocraticum* sono frequenti, accanto a δίαιτα, anche διαίτῶν, διαίτημα, διαίτησις, διαιτητικός, cfr. J. Jouanna 2012, 137-138 e nn. 2-3.

⁶ Si possono citare, a titolo d'esempio, *Acut.* 10-13; *Morb. Sacr.* 1.

⁷ *De Vet. Med.* 3, 5, 7, 8, 20. Un approccio sistematico in Jouanna 2012, 140 ss.; Lonie 1977, 235-260.

⁸ *Acut.* 9; per l'accostamento tra i metodi della dietetica con quelli della preparazione atletica, *De Vet. Med.* 3.

carattere pedagogico, per «abituare gli esseri umani ad una vita frugale (εὐκολίαν βίου) [...] ne sarebbero derivate la salute del corpo e l'acutezza dell'anima» (σώματος ὑγίειαν καὶ ψυχῆς ὀξύτητα περιγίνεσθαι).⁹ In effetti il principio etico dell'amicizia universale resta caratterizzante nella formazione pitagorica, da cui scaturiva il comando di astenersi dal cibarsi di animali, perché *considerati sacri* (νομιζομένων εἶναι ἱερῶν)¹⁰ e ad esso si aggiungeva l'esortazione a evitare sacrifici cruenti sugli altari.¹¹

In ogni caso la questione dietetica, come è noto, è presentata in modo contraddittorio dalle fonti.¹² Porfirio, nel descrivere in dettaglio l'alimentazione prevalentemente vegetariana di Pitagora, rileva che, seppure raramente (σπανίως), egli consumava carne di vittime sacrificali e non di tutte le parti (κρέας ἱερείων θυσίμων καὶ τοῦτο οὐδ'ἐκ παντὸς μέρους);¹³ mentre nella testimonianza che Aulo Gellio attribuisce ai Pitagorici razionalizzanti di Aristosseno, non vi è alcun sentore dei tabù dietetici,¹⁴ laddove si afferma, infatti, che Pitagora non solo mangiava fave più di qualsiasi altro legume, ma aveva anche una preferenza particolare per maialini da latte e capretti.¹⁵ La difformità delle fonti è evidente in Diogene Laerzio, il quale, nel riportare la testimonianza di Aristosseno, dapprima è perentorio nel riferire che il Maestro faceva mangiare tutti gli animali (ἔμψυχα), tranne il bue

⁹ Diog. Laert. VIII, 13; secondo il Laerzio il divieto è posto in evidenza (πρόσχημα) per meglio conseguire lo scopo educativo dell'εὐκολίαν βίου; in questo senso qui πρόσχημα non pare significare propriamente "pretesto", "scusa" o "apparenza esteriore", traduzione invece accolta da Centrone 1996, 87, perché, se così fosse, verrebbe in qualche modo depotenziata la sincerità della credenza nella metempsirosi.

¹⁰ Iamb. VP 106.

¹¹ Iamb. VP 108.

¹² Per un quadro sintetico, Guthrie 1962, 187-190; Centrone 1996, 86-92; Riedweg 2007, 127-132.

¹³ Porph., VP 34.

¹⁴ I *Precetti* aristossenicici non danno spazio ai tabù dietetici, ma si basano sulla medicina razionale greca e sulla comprensione dell'effetto dei vari alimenti sulla salute umana, Kahn 2001, 70; Zhmud 2012b, 228.

¹⁵ *Sed Aristoxenus [...] nullo saepius legumento Pythagoram dicit usum quam fabis [...] Porculis quoque minusculis et haedis tenerioribus victitasse idem Aristoxenus refert, Noct. Att. IV, 11, 4, su cui il commento di Huffman 2019, 80.*

(perché ara la terra) e l'ariete (non è specificata una motivazione);¹⁶ ma poco dopo, nel paragrafo in cui parla degli onori da tributare agli dèi (τιμὰς θεοῖς),¹⁷ citando (poco prima) non Pitagora ma i suoi seguaci (δέ φησιν, VIII, 32), dice che questi onori vanno fatti in purezza e ciò si ottiene, tra i diversi atti menzionati, astenendosi anche dal cibarsi di un certo numero di animali espressamente specificati, più quelli vietati nei riti sacri (καὶ οἱ τὰς τελετὰς ἐν τοῖς ἱεροῖς).

Più o meno in linea è l'*akousma* riportato da Giamblico, in cui si fa esplicito richiamo alla dottrina della metempsirosi, per cui l'anima è il fattore dirimente nella scelta del cibo: poiché l'anima dell'uomo solo negli animali che è lecito sacrificare non si reincarna (εἰς μὴ τῶν ζώων οὐκ εἰσέρχεται ἀνθρώπου ψυχῆ), occorre nutrirsi esclusivamente degli animali da sacrificio (τῶν θυσίμων χρῆ ἐσθίειν μόνον), degli altri animali mai (ἄλλου δὲ μηδενὸς ζώου).¹⁸ Ma questo *akousma* è indirettamente smentito dal Laerzio il quale sostiene, rifacendosi questa volta al terzo libro dei *Memorabili* di Favorino, che Pitagora impose agli atleti una dieta a base di carne, eliminando la loro precedente alimentazione con prodotti vegetali e formaggi, ma poi precisa che, secondo altre fonti (οἱ δὲ) queste prescrizioni, in realtà, appartenevano a un allenatore anche lui di nome Pitagora;¹⁹ e in effetti di un omonimo del sapiente di Samo parla anche Giamblico quando racconta la storia di un giovane allievo di Pitagora, che si chiamava proprio come lui.²⁰ Di prescrizioni effettivamente dettate da Pitagora è convinto, invece, Porfirio quando narra dell'atleta samio Eurimene il quale, pur essendo di

¹⁶ Diog. Laert. VIII, 20; anche Ateneo, *Sofisti a banchetto* 418f, fr. 28 Wehrli, conferma che, secondo Aristosseno, Pitagora non si asteneva dagli esseri animati (καὶ Πυθαγόρας δ'ὸ Σάμιος [...] οὐκ ἀπέχετο δὲ ἐμψύχων, ὡς Ἀριστόχενος εἶρηκεν). Sulla distinzione pitagorica, di carattere mitico, tra animali innocenti e preziosi e animali nocivi, sulla base di Ov., *Met.*, 103-126, Capasso 2022, 23.

¹⁷ Diog. Laert. VIII, 33; al n. 34 il dossografo cita il trattato *Sui Pitagorici* di Aristotele, che riporta il divieto di mangiare le fave, perché sono simili sia ai genitali sia alle porte dell'Ade.

¹⁸ Iamb. *VP* 85.

¹⁹ Diog. Laert. VIII, 12-13.

²⁰ Iamb. *VP* 25; Giamblico narra di un giovane particolarmente versato per le pratiche sportive e, da ciò, Pitagora capì che sarebbe stato adatto ad apprendere i più alti principi della scienza, facendolo così suo allievo, *VP* 21-22.

corporatura esile, riuscì vincitore a Olimpia contro massicci avversari, grazie alla dieta a base di carne impartita da Pitagora, che prescriveva di consumarne ogni giorno in quantità prestabilita (κρέας τεταγμένον ἐσθίων ἐφ'ἐκάστην τὴν ἡμέραν), riuscendo, in tal modo, ad accrescere il suo vigore fisico (ἰσχὺν τῷ σώματι περιεποιήσατο) e differenziandosi così dagli altri atleti, i quali, invece, continuavano a seguire il regime consueto a base di formaggio e di fichi (τῶν γὰρ ἄλλων ἀθλητῶν κατὰ τὸν ἀρχαῖον ἔτι τρόπον τυρὸν καὶ σῦκα σιτουμένων).²¹

Così come viene presentata dai dossografi la δίαιτα pitagorica assume, in sostanza, un senso ulteriore rispetto alla nozione propriamente medica, un significato di carattere esistenziale e formativo, in quanto, se è vero che il cibo, nelle sue varianti, è determinante per gli stati di salute e di malattia fisica, è anche vero che esso incide di riflesso sugli stati psichici e sul carattere; la ψυχή ne risulta fortemente condizionata nella determinazione degli stili di vita (come, del resto, appariva chiaro anche ai medici ippocratici²²), per la connessione diretta stabilita tra le forme dell'alimentazione e lo sforzo pitagorico di incrementare la virtù propria dell'anima, in modo da indurla «al bene piuttosto che al male» (ἐπὶ τὸ ἀγαθὸν [ἢ ἐπὶ τὸ κακόν]).²³ L'esempio paradigmatico che propone Porfirio è la figura stessa di Pitagora il quale, grazie alle prescrizioni dietetiche vegetariane, manteneva il suo corpo (αὐτῷ τὸ

²¹ Porph. *VP* 15, su cui Burkert 1972, 181 n. 111; Zhmud 2012a, 352 e n. 20. Nello stesso senso anche l'attestazione di Eraclide Pontico, riportata in Porph., *De abst.* I, 26, 2-4 = fr. 40 Wehrli. Emblematico è il caso aneddótico dell'atleta Milone di Crotone, nella cui casa avvenivano le riunioni del sinedrion pitagorico (Porph. *VP* 55), famoso perché mangiava nove chili di carne al giorno e altrettanta quantità di pane, su cui Zhmud 2012b, 231; Détienne 1970, 144-148, il quale vede, nelle imprese gastronomiche di Milone, l'altra faccia di un pitagorismo interessato a una pratica politica di riforma sostanziale della *polis*, che è, a suo parere, complementare e non alternativo al pitagorismo ascetico e religioso incarnato nella figura del Pitagora vegetariano, tramandata da Timeo di Tauromenio.

²² «[...] e il genere di vita degli esseri umani: di quale godono, se amanti del bere e gran mangiatori e indolenti, oppure amanti dell'esercizio fisico e della fatica e si nutrono e non bevono» (καὶ τὴν διαίταν τῶν ἀνθρώπων ὁκοίη ἤδονται, πότερον φιλοπόται καὶ ἀριστήται καὶ ἀταλαίπωροι ἢ φιλογυμνασταὶ τε καὶ φιλόπονοι καὶ ἐδωδοὶ καὶ ἄποτοι), Aër., 1, su cui, in relazione ai molteplici significati di δίαιτα, Jouanna 2012, 139 ss.

²³ Diog. Laert. VIII, 32.

σῶμα) sempre con le stesse caratteristiche (τὴν αὐτὴν ἕξιν), non ora grasso ora magro e la sua anima sempre uguale a se stessa (ἢ τε ψυχὴ τὸ ὁμοιον ἦθος ἀεὶ), evidenziando espressamente il fattore condizionante della dieta priva di carne nell'equilibrio interiore.²⁴

2. La dieta applicata in molti modi

Tale comando è attribuito a un anonimo “teologo” (φησὶν ὁ θεολόγος ποιήσωμεν), che potrebbe essere Pitagora o un pitagorico (i Pitagorici sono citati poco prima, ma a proposito dei numeri),²⁵ ma potrebbe

²⁴ Porph. *VP* 35 e Aristox, ap. Iamb. *VP* 196, con i commenti di Burkert 1972, 293 n. 80 e Huffman 2019, 335-336. anche Porph., *De abst.* 2, 36 conferma il regime vegetariano di Pitagora: «Questi dice di non sacrificare nessun essere animato ma offrire le primizie limitandosi alla farina, al miele, ai frutti della terra e agli altri fiori; non si elevi il fuoco da un altare insanguinato» (Φεσὶ δὲ ἔμψυχων οὗτος θύειν μηδὲ ἔν, ἀλλ' ἄχρις ἀλφίτων καὶ μέλιτος καὶ τῶν ἐκ γῆς ἀκρδρῶν τῶν τε ἄλλων ἀνθέων ἀπάρχεσθαι μηδὲ ἀφ' ἡμαγμένης ἐσχάρας ἔστω τὸ πῦρ), cfr. anche *De Abst.* 2, 6.

²⁵ Sodano [2005], 413 n. 67 identifica in Pitagora l'anonimo “teologo” (pur riconoscendo che si tratta di «un appellativo inconsueto»), in quanto le argomentazioni del passo a suo avviso sono pitagoriche, come conferma anche Diog. Laert. VIII, 20 il quale riferisce che Pitagora, quando doveva adempiere ai sacrifici rituali (θυσίαις) ricorreva a esseri inanimati (ἀψύχοις), poi aggiunge, però, che vi sono altri autori (οἱ δὲ φασιν) secondo i quali egli usava unicamente (μόνον) galli, capretti e porcellini da latte, ma non gli agnelli; con minore incertezza il dossografo, in VIII, 13 si dice sicuro (ἀμέλει) che Pitagora a Delo si ponesse in adorazione soltanto (προσκυνῆσαι μόνον) dinanzi all'altare di Apollo Datore di Vita, dove riponeva solo offerte di farina, orzo e focacce, senza fuoco e senza alcun sacrificio sacro (ἄνευ πυρός, ἱερεῖον δὲ μηδέν), citando come fonte la *Costituzione di Delo* di Aristotele. Infatti l'altare di Apollo Genétores (τοῦ Γενέτορος Ἀπόλλωνος βωμὸν) è detto puro da sangue (ἀναίμακτον λεγόμενον), Iamb. *VP* 25, l'unico a non essere macchiato da sangue sacrificale (ὄς μόνος ἀναίμακτός ἐστιν), Iamb. *VP* 35; senza citare alcuna fonte, ma con un generico λέγεται, il Laerzio ribadisce, in VIII, 22, che Pitagora vietava sacrifici cruenti agli dèi e imponeva di venerare soltanto l'altare non contaminato da sangue (σφάγια τε θεῶς προσφέρειν κωλύειν, μόνον δὲ τὸν ἀναίμακτον βωμὸν προσκυνεῖν). Sul controverso carattere del sacrificio offerto da Pitagora quando scoprì il teorema che porta il suo nome e sulla complessità delle fonti, Burkert 1972 180; Sodano 2005, 111-112 n.58, che richiama le affinità con le fonti relative a Empedocle. Sulla omologia tra il culto ad Apollo e il vegetarianismo in relazione al concetto di parentela universale fra gli esseri animati, Mele 2013, 74-75.

trattarsi anche di Orfeo, tradizionalmente designato, appunto, come θεολόγος e in questo caso si spiega meglio la concezione religiosa sottesa ai termini ἔμψυχον/ἄψυχον;²⁶ ciò induce a valutare il fatto che la pratica di un vegetarianismo rigoroso sia più credibile in relazione all'orfismo, caratterizzato da una totale avversione allo spargimento di sangue e al consumo di carne, in favore di sacrifici alternativi.²⁷ Ai Pitagorici, invece, sembrerebbe adattarsi meglio una posizione non direttamente e in prima istanza connessa all'*ethos* religioso²⁸ ma a uno sforzo etico-formativo che, in tal modo, aiuta a orientarsi con maggiore profitto nella molteplicità e contraddittorietà delle fonti, impossibile da conciliare, e induce a credere che non vi sia tra i Pitagorici una posizione rigida e univoca relativa alla dieta, in quanto i diversi esponenti e le diverse comunità, variamente sparse in Magna Grecia, adattavano in modo duttile, come è possibile supporre, la generale raccomandazione relativa alla sobrietà della vita,²⁹ perciò la pluralità delle forme di alimentazione può essere indicativa del fatto che la dieta pitagorica non è in prima istanza connessa con le pratiche religiose, ma con la sua accentuata tensione di tipo educativo.³⁰ Leggendo bene nella moltitudine delle fonti,

²⁶ Cfr. Bernabé 2013, 122, secondo cui la coppia ἔμψυχον/ἄψυχον sarebbe riferibile direttamente all'idea religiosa della trasmigrazione. Tale riferimento troverebbe conferma in numerosi frammenti di Empedocle dove il divieto di mangiare carne è associato direttamente alla credenza nella trasmigrazione, *ibidem* n. 27.

²⁷ Betegh 2014, 156, il quale nota che «the reasoning only works if soul can alternately be incarnated in humans and non-human animals».

²⁸ Per Burkert 1972, 177, invece, le restrizioni alimentari e gli altri tabù vanno messi in parallelo con le religioni misteriche greche dell'epoca.

²⁹ Considerato che sacrificare animali agli dèi era parte integrante della religione e del costume greco, «si può ipotizzare che la regola si allentasse proprio per attenuare un possibile conflitto con le istituzioni da parte di quei pitagorici che ricoprivano cariche politiche; di qui l'esclusione degli animali sacrificali», Centrone 1996, 88; «the very discrepancy among the sources indicates that there was a serious interest in relaxing vegetarianism in such a way that it did not block participation in public rituals involving animal sacrifice and feasting on the ritually slaughtered animals», Betegh 2014, 155; tutto ciò – sostiene Zhmud 2011, 325 – può suggerire che non vi fosse uno specifico culto religioso dei Pitagorici, ma che la loro religione fosse quella tradizionale della *polis*, fatta eccezione per la metempsicosi, che potrebbe essere un prestito dall'Orfismo.

³⁰ Pl., *Resp.* 600a. «Les deux comportements alimentaires opposés constituent en fait

peraltro in gran parte tarde, si può cogliere la considerazione che la dieta va somministrata in modo flessibile, per cui ciò che si addice a un giovane non è funzionale a un anziano, ciò che è indicato per chi svolge vita cenobitica³¹ non è produttore per chi pratica attività sportiva;³² questo può essere uno dei motivi per cui i dossografi ci mostrano un quadro così decisamente plurale, proprio perché le attività, e persino le convinzioni, nell'ambito del vivere pitagorico, erano tutt'altro che omogenee,³³ diversificate anche sul piano cronologico³⁴ tra VI e IV sec.

les deux pôles du genre de vie pythagoricien» [Détienne 1970, 148].

³¹ Sull'austera e appartata vita pitagorica, Iamb. *VP* 96-98.

³² Questa duttilità nella modulazione della dieta in relazione al soggetto e alla finalità che si intende perseguire è un caso specifico di realizzazione della φρόνησις filosofica; è notevole, al riguardo, il fatto che Aristotele chiarisca cosa intende per φρόνησις ricorrendo proprio all'esempio della dietetica medica, *Eth. Nic.* VI 1141b 18-21 e, come nota Jaeger [1960], 505, lo Stagirita continua a fare riferimento all'esempio della medicina durante tutta la sua discussione della φρόνησις, dove cerca di distinguere la sua natura da quella della σοφία. La flessibilità nella prescrizione del regime alimentare, tanto più per quanto riguarda gli atleti, è parte della epistemologia ippocratica, Jouanna 1994, 455-456.

³³ Cfr. Betegh 2014, 158-159; Zhmud 2012a, 141 ss.

³⁴ Riedweg 2007, 129; l'autore, citando Iamb. *VP* 85, nota che vi era una chiara distinzione tra coloro che potevano mangiare carne e altri che si astenevano e ciò egli pone in relazione con il «valore sociale che la *polis* greca attribuiva ai sacrifici animali». Il modo "plurale" in cui i Pitagorici modellavano la δίαττα è visibile nelle attestazioni di fine IV sec.: da una parte l'idealizzazione razionalista di Aristosseno, che esclude qualsiasi tabù vegetariano, dall'altro il sarcasmo beffardo della *Commedia* di Mezzo, 58E DK, che, forse rifacendosi ai dettami di una antica precettistica, Centrone 1996, 141, metteva in ridicolo la vita da straccioni dei "pitagorizzanti" e la loro misera alimentazione vegetariana, cfr. Burkert 1972, 198 n. 25; Timpanaro Cardini 2010, 1042-1044. Ma la percezione che i commediografi ateniesi avevano della realtà culturale magnogreca non favoriva una corretta osservazione; cfr. le notazioni sulla distinzione tra l'unità culturale ateniese e l'unità culturale della Magna Grecia in relazione a mistica e dietetica in Sabbatucci 1975, 42-43, per cui mistica e politica, concetti contrapposti ad Atene, appaiono compatibili nel contesto pitagorico italiota.

3. Prescrizioni dietetiche e molteplici moti dell'anima

Ma qual è il presupposto filosoficamente rilevante che mette in connessione l'alimentazione e le relative prescrizioni dietetiche con la ψυχή e la cura verso di essa? Si può ritenere che all'origine vi sia la complessa dottrina del desiderio, così come viene formulata e trasmessa da Aristosseno,³⁵ in quanto i cibi e le bevande solleticano i desideri superflui a crescere illimitatamente.³⁶

È notevole il fatto che molti di coloro che hanno ottenuto fama in medicina e atletica fossero allievi o seguaci di Pitagora, in particolare i vincitori olimpici Milone, Astilo e Icco. Platone ha scritto con ammirazione di Icco di Taranto,³⁷ dotato di anima temperante e forte grazie alla quale era noto che manteneva una rigorosa astinenza sessuale durante gli allenamenti per le gare olimpiche,³⁸ vincitore del pentatlon a Olimpia nel 476 e poi diventato medico e il miglior maestro di ginnastica della sua epoca;³⁹ condusse una proverbiale vita di moderazione alimentare: per i greci un pasto frugale era per antonomasia «il pranzo di Icco»,⁴⁰ così che la dieta, anche in questa occasione, è presentata come propedeutica alla cura dell'anima, e ciò appare anche nella citazione platonica di un altro plurivincitore olimpico, l'atleta pitagorico Astilo di Metaponto.⁴¹ È verosimile che l'estrema frugalità alimentare fosse più che altro aneddotica (tendente a evidenziare le qualità morali del soggetto) perché evidentemente non si concilia con le necessità energetiche di un atleta professionista e, infatti, ai Pitagorici non sfuggiva la necessità di identificare il corretto rapporto

³⁵ Iamb. *VP* 205-207.

³⁶ Iamb. *VP* 207.

³⁷ *Leg.* 839e-840a, *Prot.* 316d = 25, 1-2 DK.

³⁸ Τὸν Ὀλυμπίασι τε ἀγῶνα καὶ τοὺς ἄλλους, ὡς διὰ φιλονικίαν καὶ τέχνην καὶ τὸ μετὰ τοῦ σωφρονεῖν ἀνδρεῖον ἐν τῇ ψυχῇ κεκτημένος, ὡς λόγος, οὔτε τινὸς πάποτε γυναικὸς ἤψατο οὐδ' αὖ παιδὸς ἐν ὅλῃ τῇ τῆς ἀσκήσεως ἀκμῇ, *Leg.* 840a1-4. Gli storici della medicina hanno a lungo indicato i collegamenti reciproci tra la medicina dietetica crotoniate e la pratica dell'allenamento duro e faticoso degli atleti, cfr. Gourevitch 1989, 191-192.

³⁹ Paus. VI 10, 5 = 25, 2 DK.

⁴⁰ Τὸ δεῖπνον Ἴκκου, Eustath. *Hom.* P. 610, Ἴκκου δεῖπνον, Z. Dionys. *Per.* 376 = 25, 2 DK.

⁴¹ *Leg.* 840a5; 58A DK.

tra sforzo fisico, alimentazione e riposo (συμμετρίας πόνων τε καὶ σίτων καὶ ἀναπαύσεως).⁴²

Il motivo della moderazione ritorna anche quando Aristosseno discute della procreazione, dicendo che i Pitagorici raccomandano che essa avvenga solo quando si sia vissuto e si continui a vivere in modo temperante e sano (σωφρόνως τε καὶ ὑγιεινῶς), senza riempirsi inopportuno di cibo e soprattutto senza ubriacarsi,⁴³ mettendo in relazione l'alimentazione con l'equilibrio interiore, perché il vizio, in quanto patologia dell'anima, rende debole il fisico che produce un cattivo seme. Infatti sappiamo, sempre da Aristosseno, che per i Pitagorici le condizioni in cui gli esseri umani procreano e in base alle quali i bambini vengono allevati sono fortemente influenzate dalla virtù e dal vizio, per i quali la dieta assume un ruolo rilevante.⁴⁴ Rispetto ad essa occorre stabilire delle regole precise per porre un freno ai desideri vani, dannosi, superflui e oltraggiosi (τάς ματαίους καὶ τάς βλαβερὰς καὶ τάς περιέργους καὶ τάς ὑβριστικὰς τῶν ἐπιθυμιῶν)⁴⁵ e ciò è particolarmente evidente nel caso del cibo e delle bevande, tanto più perché la natura offre agli esseri umani una quantità illimitata (ἀπέραντον) e varia di alimenti, resi appetitosi dalle svariate preparazioni culinarie.⁴⁶

Questa osservazione serve a introdurre l'ulteriore notazione che vi sono cibi e bevande verso i quali il desiderio diventa pericoloso, in quanto hanno un effetto diretto non solo sul corpo, ma anche sulla condizione psichica dell'essere umano, essendo causa di una grande alterazione (μεγάλης ἀλλοιώσεως αἴτια), come nel caso del vino che, bevuto in quantità eccessiva, rende particolarmente esaltati e sfrenati (μανικωτέρους καὶ ἀσημονεστέρους); siccome ogni alimento genera una particolare disposizione d'animo, distinguere e controllare il proprio *pathos* e salvaguardare il benessere fisico è una questione di sapere, di conoscenza, come viene espressamente messo in evidenza quando si afferma che solo grazie a una grande sapienza si può capire

⁴² Iamb. *VP* 163.

⁴³ Iamb. *VP* 211, Stob. fr. 39 Wehrli.

⁴⁴ Iamb. *VP* 213.

⁴⁵ Iamb. *VP* 206.

⁴⁶ Iamb. *VP* 207.

e comprendere (μεγάλης σοφίας τὸ κατανοῆσαι τε καὶ συνιδεῖν) quali cibi ingerire e in quale quantità.⁴⁷

4. Sguardo poliedrico sulla realtà

È probabilmente in relazione a questo tipo di sapere che Aristosseno dice che la dieta quotidiana dei pitagorici era a base di pane e miele e che non bevevano vino per tutto il giorno al fine di evitare disturbi e affezioni,⁴⁸ nel Tarantino, diversamente da Filolao, non vi è alcuna menzione del ruolo di bile, sangue e flegma come causa delle malattie, evidentemente perché per quei pitagorici del IV sec. ai quali Aristosseno dà voce, la preoccupazione non è, in prima istanza, l'effetto terapeutico della dieta, bensì il fattore etico per il suo riverbero sull'anima,⁴⁹ ragione per la quale non viene mai detto che tutti i tipi di carne dovrebbero essere evitati o che i pitagorici fossero vegetariani.⁵⁰

Il criterio per le prescrizioni dietetiche, quindi, sembra essere piuttosto quello di appropriatezza (καίρως), nel significato sia di momento giusto sia di oggetto giusto;⁵¹ ma come è possibile riuscire a regolarsi

⁴⁷ Iamb. *VP* 208. Anche in Aristotele troviamo il nesso tra ignoranza e ubriachezza (*M.M.* I 33, 1195a25-34). Queste ultime, secondo il Filosofo, sono causa di ingiustizia, notazione che manca nelle osservazioni aristosseniche, dove il motivo dominante è la relazione tra buona salute e sapere. Sull'ubriachezza come passione irrazionale (παρὰ τὸν λόγον) cfr. *Eth. Eud.* II 3, 1221b15-17; sull'ubriachezza come ἀκρασία Pl. *Phaedr.* 256bc, *Phileb.* 46d; cfr. Fermani 2009, 147-177; Fermani 2019, 233-235.

⁴⁸ Ath. fr. 27 Wehrli; Porph. *VP* 34; Iamb. *VP* 97.

⁴⁹ È significativo il fatto che nei frammenti aristossenicici non compare alcuna eco della teoria della malattia di Filolao, per il quale essa è causata dal caldo in eccesso e gli agenti specifici sono la bile, il sangue e il catarro, tutti caldi, cfr. i frr. 44 A 27-28 DK; la discussione medica di Filolao non ha alcuna finalità di tipo etico, forse perché risente molto del naturalismo scientifico della scuola crotoniate e dell'influenza di medici della fama di Callifonte, Democede, Alcmeone, Ippone, tutti di Crotona come Filolao, cfr. Zhmud 2012a, 362-363.

⁵⁰ Aristox. *apud* Iamb. *VP* 207; dalla struttura retorico-letteraria del paragrafo si deduce che il problema non è consumare carne o verdure, ma mangiarne una quantità indiscriminata, senza preoccuparsi dei loro effetti indesiderabili sull'anima, cfr. Iamb. *VP* 98, Porph. *VP* 34.

⁵¹ Iamb. *VP* 180.

nella scelta del καιρός? In realtà «acquisire il senso dell'opportunità (εἶναι τὸν καιρὸν) solo fino a un certo punto è insegnabile (μέχρι μὲν τινος διδακτόν), come qualcosa di razionale (ἀπαράλογον) e di solida comprensione tecnica (καὶ τεχνολογίαν ἐπιδεχόμενον), perciò il καιρός non ha carattere universale e assoluto (καθόλου καὶ ἀπλῶς) né principi in sé, validi per tutto ciò (οὐδεν αὐτῷ τούτων ὑπάρχειν)». ⁵² Come spiega Aristotele, ⁵³ le azioni particolari non rientrano in una scienza precisa, per cui è necessario che il soggetto operante guardi a ciò che è appropriato nelle diverse circostanze; non possono esserci, cioè, principi universali, generalmente applicabili, proprio perché occorre tenere conto della molteplicità e varietà delle circostanze. Perciò il καιρός è qualcosa che appartiene all'intuito personale, infatti, si precisa, è legato «alla tempestività, al conveniente, all'appropriato» (ὄραν καὶ τὸ πρέπον καὶ τὸ ἀρμόττον), cioè alla multiforme varietà delle situazioni, in virtù di quello sguardo poliedrico con cui la realtà va vista. ⁵⁴

La somiglianza tra la nozione pitagorica e quella aristotelica di καιρός appare spiegabile se per un momento facciamo ricorso a un vecchio saggio di Werner Jaeger sull'uso in Aristotele della medicina come modello nelle sue *Etiche*, in cui si dimostra che Platone e Aristotele hanno sviluppato il loro pensiero sulla virtù e la dottrina della medietà nel contesto della trattatistica medica, che raccomanda al medico di tener conto della piena complessità della situazione nel trattare il suo paziente ⁵⁵ e un caso è quello esposto da Giamblico, il quale, parlando delle alterazioni emotive, dice che «c'è chi è preso dalla rabbia e dalla furia in modo giusto (εὐκαίρως) e chi invece in modo inadeguato (ἀκαίρως)», e precisa che appetiti e desideri in alcuni casi sono appropriati, in altri inappropriati (τοῖς ἀκολουθεῖν καιρὸν, τοῖς ἀκαιρίαν). ⁵⁶

Se nei Pitagorici le preoccupazioni mediche legate alla dieta giocano un ruolo significativo nel loro stile di vita, il concetto di καιρός appare il legame più rilevante tra il *Corpus* ippocratico e le dottrine

⁵² Iamb. *VP* 182.

⁵³ *Eth. Nic.* V 1104a7-9.

⁵⁴ Iamb. *VP* 182; cfr. Kucharski 1963, 141-169.

⁵⁵ Jaeger [1960], II, 497-498.

⁵⁶ Iamb. *VP* 181.

pitagoriche; infatti gli Ippocratici usano *καιρός* in due modi distinti: uno fa riferimento al momento o all'opportunità giusti in cui l'azione medica deve essere intrapresa;⁵⁷ il secondo è evidente nei passaggi in cui trattano chiaramente il *καιρός* come misura appropriata, senza alcun riferimento al tempo.⁵⁸ In questo senso si può forse ipotizzare che il *καιρός* sia lo snodo concettuale che ha consentito il passaggio dalle regole ferree del primo pitagorismo all'attenta considerazione di ciò che è appropriato nelle diverse circostanze che troviamo nella dottrina riferita da Giamblico, di ascendenza aristossenica e, dunque, nel pitagorismo di IV sec.

5. *Multiforme terapia musicale per gli stati patologici del corpo*

Ed è proprio a quest'epoca che risale anche la prima testimonianza in cui viene messa in rapporto la medicina con la musica e con la musicoterapia, definita specificamente come catarsi. Si tratta del fr. 26 Wehrli di Aristosseno, in cui si legge: «I pitagorici usavano la medicina per la purificazione del corpo e la musica per quella dell'anima» (οἱ Πυθαγορικοί, ὡς ἔφη Ἀριστόξενος, καθάρσει ἐχρῶντο τοῦ μὲν σώματος διὰ τῆς ἰατρικῆς, τῆς δὲ ψυχῆς διὰ τῆς μουσικῆς).

Il frammento, tra i motivi di interesse, presenta un dato rilevante: la musica, finalizzata a curare l'anima, in realtà è indicata come viatico terapeutico per taluni stati patologici del corpo, mentre il senso della *κάθαρσις τοῦ σώματος* fa, forse, riferimento a quell'insieme di usanze di vita quotidiana e di quelle radicate nei riti religiosi, sancite da norme ataviche, in base alle quali era necessario mantenere la contaminazione il più possibile lontana dai luoghi legati alle attività giornaliere.⁵⁹ Notevole è anche l'accostamento della musica con la sua capacità di

⁵⁷ *De morb.* 1.5.

⁵⁸ *De loc. hom.* 44 fa della misura appropriata il *focus* relativo alla cura, che consiste nel non appesantire il corpo con cibo in eccesso; in *De affect.* 50 i due casi appaiono affiancati nell'affermazione che malattie e decessi si verificano ogni volta che cibo e bevande vengono assunti in un momento inappropriato (μὴ ἐν τῷ καιρῷ), o in quantità superiori alla misura appropriata (πλείωσι τοῦ καιροῦ), cfr. Huffman 2019, 483.

⁵⁹ È quanto sostiene, nel suo commento, Wehrli 1967, 54-55.

guarire l'anima in preda al vizio, a sua volta fonte di malessere fisico, come avviene, ad esempio, durante feste e convivi, quando il vino infiacchisce il corpo e lo spirito;⁶⁰ la musica, in virtù dell'ordine e della misura (τάξει καὶ συμμετρίᾳ)⁶¹ che le sono propri, ripristina lo stato di calma ed equilibrio interiore, ma guarisce anche dalle malattie del corpo, come apprendiamo dalle pratiche di vita seguite dai pitagorici, riferite da varie fonti.⁶²

Le pratiche catartiche facevano parte del costume greco legato al culto degli dèi,⁶³ come è evidente nella mitica figura di Orfeo, accostata a Pitagora già da una antica tradizione;⁶⁴ a questo riguardo un collegamento traspare nell'importanza assegnata dai Pitagorici alla memoria,⁶⁵ e un esempio è l'usanza di utilizzare versi selezionati di Omero ed Esiodo per correggere l'anima,⁶⁶ convinti com'erano che la musica fornisse un grande (μεγάλα) contributo alla salute (πρὸς ὑγείαν). Si tratta, come viene esplicitamente detto, di un mezzo efficace per ottenere la catarsi (χρησθαι καθάρσει) e l'esempio che viene proposto è un rito catartico, che prevedeva l'ascolto del peana proprio con finalità curative e si svolgeva in primavera, forse in riferimento al ciclo stagionale di rinascita della natura, quando la salute dell'uomo ha bisogno di maggiore sostegno, anche se viene precisato che anche in altri periodi dell'anno i Pitagorici si servivano della musica come mezzo di cura (χρησθαι δ'αὐτοὺς καὶ κατὰ τὸν ἄλλον χρόνον τῆ μουσικῆ ἐν ἰατρίας τάξει).⁶⁷

Questa informazione è strettamente connessa a una testimonianza

⁶⁰ Aristox. fr. 6 Wehrli, proveniente da Apollonio e Teofrasto, su cui Fortenbaugh 2012, 162-169.

⁶¹ Aristox. fr. 122 Wehrli, proveniente dallo pseudo Plutarco *De Musica*.

⁶² Quint. IX 4, 12; Plut. *Is. et Os.* 80, 384a; Iamb. *VP* 65 e 114; Dio. Chrysost. XXXII 57.

⁶³ Provenza 2012, 95.

⁶⁴ La testimonianza di Ione di Chio in Diog. Laert. VIII, 8=36 B2 DK (*ivi* anche l'analoga attestazione di Clem. Str. I 131), cfr. Riedweg 2007, 110-111; per la comune iniziazione al culto apollineo delle Muse, *idem*, 133-134.

⁶⁵ Iamb. *VP* 164-166.

⁶⁶ Πρὸς ἐπανόρθωσιν ψυχῆς, Iamb. *VP* 164; anche Porph. *VP* 32. Sull'esegesi pitagorica di Omero ed Esiodo, Détienne 1962, 61ss.

⁶⁷ Iamb. *VP* 110; cfr. Provenza 2012, 107.

di Aristosseno che racconta una storia curiosa, relativa alle donne di Locri e Reggio; accadde che si trovassero in un tale stato di agitazione che, quando sentirono qualcuno chiamarle mentre stavano pranzando, saltarono in piedi all'improvviso e iniziarono a correre freneticamente fuori dalle mura della città; la gente di Locri e Reggio consultò un oracolo su questo comportamento insolito e la terapia suggerita per ripristinare lo stato di salute fu di intonare dodici peana primaverili ogni giorno per sessanta giorni.⁶⁸

Analogamente il peripatetico Cameleonte Pontico afferma che il pitagorico Clinia, se gli capitava di adirarsi, si metteva a suonare, e a chi gli domandava la ragione rispondeva «mi calmo» (πραῦνομαι).⁶⁹ Sia Ateneo sia Eliano, l'altra fonte dell'aneddoto, collegano l'atteggiamento di Clinia con quello di Achille che cerca di placare la sua rabbia contro Agamennone suonando la φόρμιγξ⁷⁰ e l'esempio serve a chiarire il precetto pitagorico che stabilisce di agire solo quando si è padroni di sé stessi e non quando si è in preda alle passioni, come attestato nel caso di Archita da Taranto.⁷¹ Infatti il tarantino Spintaro attribuisce un analogo comportamento al concittadino Clinia.⁷² Anche Aristosseno fece ricorso alla musicoterapia usando l'αὐλός, con riferimento a un uomo che, a Tebe, fu preso da ira spasmodica e pazzia all'ascolto della σάλπιγξ; Aristosseno sottopose l'uomo a una terapia con l'αὐλός, riportandolo in una condizione di calma e di normalità.⁷³ Un aneddoto

⁶⁸ Fr. 117 Wehrli; su questo frammento, Fortenbaugh 2012, 170-171.

⁶⁹ Ath. 54.4 DK.

⁷⁰ Om. *Il.*, IX, 186-188.

⁷¹ 47 A7 DK.

⁷² Iamb. *VP* 198. Questa aneddótica è interessante perché chiarisce che la fiducia nel potere catartico della musica è particolarmente avvertita dal pitagorismo tarantino e non appare un prestito proveniente dalla teoria dell'*ethos* musicale di Platone. Si tratta quindi di uno specifico interesse pitagorico per la filosofia morale e l'autocontrollo, cfr. Provenza 2012, 98 e 102.

⁷³ Fr. 6 Wehrli. Questo frammento narra l'episodio riguardante Aristosseno nel contesto dell'esposizione del pensiero di Teofrasto nel suo scritto *Περὶ ἐνθουσιασμοῦ*; secondo il Peripatetico la musica cura molti mali dell'anima e del corpo, come svenimenti, attacchi di panico, e prolungati stati di disagio mentale (τὴν μουσικὴν, πολλὰ τῶν ἐπὶ ψυχὴν καὶ τὸ σῶμα γιγνομένων παθῶν ἰατρῆειν, καθάπερ λιποθυμίαν, φόβους καὶ τὰς ἐπὶ μακρὸν γιγνομένας τῆς διανοίας ἐκστάσεις); in particolare la musica dell'aulo cura la sciatica e l'epilessia (ἰᾶται γὰρ, φησὶν, ἢ καταύλησις καὶ ἰσχιάδα

simile riguarda Pitagora, che usa con successo la musica per placare la furia di un giovane ubriaco che voleva incendiare la porta di casa di un suo rivale in amore; l'esempio serve per chiarire l'interesse dei Pitagorici per il contenimento delle passioni, all'interno della cornice degli effetti catartici dell'αὐλός.⁷⁴

È significativo che nel brano della *Vita di Archita* riportato da Giamblico⁷⁵ per indicare il rimprovero venga usato il verbo πεδαρτᾶν, un composto di πεδά (che è la forma dorica dell'attico μετά) e ἀρτάω. Questo verbo, che significa cambiare condizione, è equivalente al dorico μεθαρμόζω che, nel suo senso musicale, significa cambiare il modo e, quindi, in senso generico, fare un cambiamento;⁷⁶ nello stesso passaggio si afferma anche che i pitagorici chiamavano la correzione del comportamento “risintonizzazione” (πεδαρτᾶν) e il sostantivo πεδαρτάσεις, correzioni, campare a proposito degli ammonimenti degli anziani ai giovani;⁷⁷ quindi anche la terminologia musicale fa parte del linguaggio tecnico della correzione,⁷⁸ esemplificando ancora una volta il multiforme uso terapeutico pitagorico della musica e la concezione della terapia dell'anima come complementare a quella del corpo, in quanto il canto (ᾠδή), grazie alla sua sapiente composizione, diventa ἐπῳδή, incantesimo.⁷⁹ Giamblico riferisce che l'intera scuola pitagorica (σύμπαν τὸ Πυθαγορικὸν διδασκαλεῖον) chiamava preparazione (ἐξάρτυσιν), armonizzazione (συναρμογὰν) e carezze (ἐπαφὰν) talune melodie (μέλειςί τισιν),⁸⁰ così mutando nell'opposto (εἰς τὰ ἐναντία) i turbamenti

καὶ ἐπιληψίαν); per la discussione storico-filologica del fr. 6, Visconti 1999, 21-25. Rohde 1989, 383 n. 1, attribuisce l'origine delle favolose guarigioni, in particolare della sciatica, per mezzo della musica dei flauti alle esperienze fatte nelle καθάρσεις delle feste dei coribanti e poi trasformatesi in narrazione mitica.

⁷⁴ Iamb. *VP* 112; anche Iamb. *VP* 113, sull'effetto calmante della musica contro la violenza e la sua capacità di infondere razionalità e autocontrollo, che ha Empedocle come protagonista.

⁷⁵ Iamb. *VP* 197=47 A7 DK.

⁷⁶ Per questa discussione, Provenza [2012], 125-126; Huffman 2005, 290-291.

⁷⁷ Iamb. *VP* 101 e 231.

⁷⁸ Gemelli Marciano 2014, 147 e n. 109.

⁷⁹ Per l'ἐπῳδή che cura l'“intero”, Pl. *Charm.* 156ac, *Phaed.* 77e, *Leg.* 790d-791a.

⁸⁰ Il verbo ἐπαφάω e l'aggettivo ἐπαφή vengono usati proprio per indicare la mano che tocca, accarezza, e fa suonare gli strumenti musicali.

(πάθη), ottenendone un giovamento (περιάγον χρησίμως); la sera, prima di coricarsi, purificavano la mente (τὰς διανοίας) dai turbamenti della giornata con taluni canti e melodie particolari (ᾠδαῖς τισι καὶ μελῶν ιδιώμασι) e guarivano inoltre certi stati d'animo patologici (καὶ πάθη καὶ νοσήματά τινα) grazie agli incantamenti (ἐπάδοντες);⁸¹ analogamente, al risveglio canti e melodie servivano per liberarsi dal torpore notturno, dalla fiacchezza e dall'indolenza, ancora una volta associando cura del corpo e dell'anima.⁸² Per Pitagora prendersi cura (ἐπιμέλειαν) degli esseri umani significa mettere al primo posto l'educazione musicale (τὴν διὰ μουσικῆς παιδείουσιν πρώτεν κατεστήσατο): così, grazie a suadente comprensione (ἐπαφὰς συνέττατε) e armonioso accordo (συνηρμόζετο) riusciva a invertire, mutandole nei loro opposti (εἰς τὰ ἐναντία), le patologie psichiche (τῆς ψυχῆς πάθη); servendosi delle melodie adatte, come se fossero medicinali (φαρμάκων), correggeva (ἐπανορθούμενος) gli stati d'animo patologici riconducendoli alla virtù (πρὸς ἀρετὴν).⁸³

Conclusivamente, anche da questa sommaria indagine si può comprendere l'importanza attribuita dal pensiero pitagorico all'*epimeleia*, la cura come armonia totale del corpo e dello spirito che, se non è ancora la visione olistica che propone Platone, tuttavia va ben oltre la medicina, anch'essa olistica, degli ippocratici, criticata dallo stesso Platone, perché considera l'intero solo come cura del corpo senza considerare anche la cura dell'anima e il riverbero che ha il disordine psichico sulla fisiologia umana. In questo senso la dottrina pitagorica appare l'antecedente diretto di Platone.

Bibliografia

Bernabé, A. [2013], *Orphics and Pythagoreans: The Greek Perspective*, in: G. Cornelli, R. McKirahan, C. Macris (eds.), *On Pythagoreanism*, Berlin/Boston, De Gruyter, 117-152.

⁸¹ Iamb. *VP* 114.

⁸² Iamb. *VP* 65.

⁸³ Iamb. *VP* 64; in Iamb. *VP* 224 si dice che le melodie pitagoriche guariscono le affezioni dell'animo e preservano la virtù della forza.

- Betegh, G. [2014], Pythagoreans, Orphism and Greek Religion, in: C.A. Huffman (ed.), *A History of Pythagoreanism*, Cambridge, Cambridge University Press, 149-166.
- Burkert, W. [1972], *Lore and Science in Ancient Pythagoreanism*, transl. E.L. Minar, Cambridge (MA), Harvard University Press (ed. or. 1962).
- Capasso, M. [2022], I filosofi a tavola, in: *I Quaderni di Atene e Roma* 7, 11-44.
- Centrone, B. [1996], *I Pitagorici*, Roma/Bari, Laterza.
- Détienne, M. [1962], *Homère, Hésiode et Pythagore. Poésie et philosophie dans le pythagorisme ancien*, Bruxelles/Berchem, Latomus.
- Détienne, M. [1970], La cuisine de Pythagore, in: *Archives de sociologie des religions* 29, 141-162.
- Diels, H., Kranz, W. [2006], *I Presocratici (1903-1952)*, a cura di G. Reale et al., Milano, Bompiani.
- Fermani, A. [2009], Tumulti dell'anima. I possibili nessi tra *enkrateia* e *akrasia*, vizio e virtù nelle *Etiche* di Aristotele, in: Ead., M. Migliori (a cura di), *Attività e virtù. Anima e corpo in Aristotele*, Milano, Vita e Pensiero, 147-177.
- Fermani, A. [2019], *Vita felice umana. In dialogo con Platone e Aristotele*, Macerata, EUM.
- Fortenbaugh, W.W. [2012], Apollonius on Theophrastus on Aristoxenos, in: C.A. Huffman (ed.), *Aristoxenus of Tarentum. Discussion*, London/New York, Routledge, 155-176.
- Gemelli Marciano, M.L. [2014], The Pythagorean Way of Life and Pythagorean Ethics, in: C.A. Huffman (ed.), *A History of Pythagoreanism*, cit., 131-148.
- Giangiulio, M. [2000], *Pitagora. Le opere e le testimonianze*, Milano, Mondadori.
- Gourevitch, D. [1989], L'Anonyme de Londres et la médecine d'Italie du sud, in: A.C. Cassio, D. Musti (a cura di), *Tra Sicilia e Magna Grecia. Aspetti di interazione culturale nel IV sec. a.C.*, Atti del Convegno, Napoli, A.I.O.N., Edizioni dell'Ateneo, 179-195.

- Guthrie, W.K.C. [1962], *A History of Greek Philosophy*, vol. 1, *The Earlier Presocratics and Pythagoreans*, Cambridge, Cambridge University Press.
- Huffman, C.A. [2010²], *Archytas of Tarentum. Pythagorean, Philosopher and Mathematician King*, Cambridge, Cambridge University Press.
- Huffman, C.A. [2019], *Aristoxenus of Tarentum. The Pythagorean Precepts (How to Live a Pythagorean Life). An Edition of and Commentary on the Fragments with an Introduction*, Cambridge, Cambridge University Press.
- Jaeger, W. [1960], Aristotle's Use of Medicine as a Model of Method in his Ethics, in: Id., *Scripta minora*, Roma, Edizioni di storia e letteratura, 491-509 (ed. or. 1957).
- Jaeger, W. [2003], *Paideia. La formazione dell'uomo greco*, trad. L. Emery e A. Setti, Milano, Bompiani (ed. or. 1944-1945).
- Joly, R. [2003], *Hippocrate, Du régime*, T. 6, Paris, Les Belles Lettres, I-XXXIV (ed. or. 1967).
- Jouanna, J. [1994], *Ippocrate*, trad. it. L. Rebaudo, Torino, Sei (ed. or. 1992).
- Jouanna, J. [2012], *Greek Medicine from Hippocrates to Galen: Selected Papers*, trad. N. Allies, Leiden-Boston, Brill.
- Kahn, C. [2001], *Pythagoras and the Pythagoreans. A Brief History*, Indianapolis/Cambridge, Hackett Publishing Company.
- Kucharski, P. [1963], Sur la notion pythagoricienne du *καρπός*, in: *Revue Philosophique* 153, 141-169.
- Lonie, I.M. [1977], A Structural Pattern in Greek Dietetics and the Early History of Greek Medicine, in: *Medical History* 21, 235-260.
- Medda, R. [2020], La medicina nell'antichità, in: M. Migliori, A. Fermani (a cura di), *Filosofia antica. Una prospettiva multifocale*, Brescia, Morcelliana/Schole, 567-577.
- Mele, A. [2013], *Pitagora. Filosofo e maestro di verità*, Roma, Scienze e Lettere.
- Porfirio [2005], *Astinenza dagli animali*, a cura di G. Girgenti e A.R. Sodano, Milano, Bompiani.

- Provenza, A. [2012], Aristoxenus and Music Therapy: Fr. 26 Wehrli within the Tradition on Music and Catharsis, in: C.A. Huffman (ed.), *Aristoxenus of Tarentum. Discussion*, cit., 91-128.
- Reale, G. et al. [2006], *Diogene Laerzio. Vite e dottrine dei più celebri filosofi*, Milano, Bompiani.
- Riedweg, Ch.R. [2007], *Pitagora. Vita, dottrina e influenza*, trad. M.L. Gatti, Milano, Vita e Pensiero (ed. or. 2002).
- Rohde, E. [1901], Die Quellen des Iamblichus in seiner Biographie des Pythagoras, in: Id., *Kleine Schriften*, II, Tübingen, Mohr, 102-171.
- Rohde, E. [1989], *Psiche 2. Fede nell'immortalità presso i Greci*, trad. E. Codignola, A. Oberdorfer, Roma/Bari, Laterza (ed. or. 1890-1894).
- Sabbatucci, D. [1975], Criteri per una valutazione scientifica del «mistico-orfico» nella Magna Grecia, in: *Orfismo in Magna Grecia*, Atti del quattordicesimo Convegno di studi in Taranto, Napoli, Arte Tipografica, 35-47.
- Sodano, A.R. [1998], *Porfirio. Vita di Pitagora*, a cura di G. Girgenti, Milano, Rusconi.
- Timpanaro Cardini, M. [2010], *Pitagorici antichi. Testimonianze e frammenti (1958-1964)*, a cura di G. Reale, G. Girgenti, Milano, Bompiani.
- Vegetti, M. [1965], *Ippocrate. Opere*, Torino, UTET, 1-83.
- Visconti, A. [1999], *Aristosseno di Taranto. Biografia e formazione spirituale*, Napoli, Centre Jean Berard.
- Wehrli, F. [1951], Ethik und Medizin: zur Vorgeschichte der aristotelischen Mesonlehre, in: *Museum Helveticum* 8, 36-62.
- Wehrli, F. [1969²], *Die Schule des Aristoteles*, vol. II, *Aristoxenus*, Basel, Benno Schwabe, 1-89.
- Zhmud, L. [2011], Pythagorean Communities: from Individuals to a Collective Portrait, in: *Hyperboreus* 16/17, 311-327.
- Zhmud, L. [2012a], *Pythagoras and the Early Pythagoreans*, transl. K. Windle-R. Ireland, Oxford, Oxford University Press.
- Zhmud, L. [2012b], Aristoxenus and the Pythagoreans, in: C.A. Huffman (ed.), *Aristoxenus of Tarentum. Discussion*, cit., 223-249.

Food for the Cure of the Soul, Music and Virtues for the Health of the Body: *kairos* and *epimeleia* in the Pythagorean Doctrine

Keywords

food; diet; body; soul; music therapy

Abstract

The Pythagoreans went beyond the traditional use of diet to cure disease, convinced, as they were, that its real importance lies in healing the soul. The Pythagorean δίατα essentially takes on a further meaning with respect to the properly medical notion, that is, a meaning of existential and formative nature. If it is true, in fact, that food, in its variations, is decisive for the states of health and physical illness, it is also true that it has a reflex effect on psychic states and character; the ψυχή is strongly conditioned in the determination of lifestyles, as, on the other hand, it also appeared clear to the Hippocratic doctors.

In this sense, it can perhaps be hypothesized that καιρός is the conceptual hub that allowed the transition from the iron rules of the *akusmata* of early Pythagoreanism to the more flexible consideration of what is appropriate in different circumstances, as we find in the doctrine related by Iamblichus, dating back to Aristoxenus, and, therefore, in the Pythagoreanism of the fourth century. The first testimony in which medicine is related to music and music therapy, specifically defined as “catharsis”, that is to say a tool for healing both physical and mental illnesses, also dates back precisely to this period.

Hence the importance attached by Pythagorean thought to *epimeleia*, care as total harmony of body and spirit. In this sense, the Pythagorean doctrine appears to be the direct antecedent of Plato's thought on the care of the “whole”.

Mino Ianne

Dipartimento Ionico dell'Università di Bari “Aldo Moro”, Italy

E-mail: minoianne@virgilio.it