Studi e ricerche sui saperi Medievali
Peer e-Review annuale dell'Officina di Studi Medievali

Direttrice
Patrizia Sardina

Vicedirettrice
Daniela Santoro

Direttore
editoriale
Diego Ciccarelli

25 (gennaio-dicembre 2023)

MEDIAEVAL SOPHIA 25
(gennaio-dicembre 2023)

Mediaeval Sophia 25
gennaio-dicembre 2023

Sommario

Studia

Antonio Macchione, *Il cibo metafora dell'incontro con Dio nel monachesimo italo-greco: l'esempio di Nilo di Rossano* 1
Luciano Catalioto, *I "Lombardi" di Sicilia: una migrazione tra XI e XIII secolo* 17
Massimo Pasquale Cogliandro, *Raimondo Lullo e la tradizione medica medievale e rinascimentale* 37
Blanca Garí, *Blanca de Tarento, condesa de las Montañas de Prades. Estrategias de construcción de memoria* 57
Maria Antonietta Russo, *Una pergamena dimenticata: storie di debiti e fedeltà nella Sicilia aragonese* 73
Salvina Fiorilla, *Primi dati su alcune grange benedettine della Sicilia sudorientale: il caso di Bitalemi e delle dipendenze da Santa Maria di Bethlem* 91
Riccardo Prinzivalli, *Il* Trionfo della Morte *di Palermo e il beato Matteo d'Agrigento* 109
Mafalda Toniazzi, *Feminine Knowledges: Jewish women in the labour market (Italy, 15th-16th Centuries)* 125

Lecturae 135

Gabriele Archetti (a cura di), *I Longobardi in Lombardia*, Brescia, Centro Studi Longobardi-Ets, 2022, Roma, Studium edizioni, 2022, Spoleto, Fondazione Cisam, 2022, pp. 176, ISBN: 978-88-382-5158-0 (Silvia Urso)
Angelo Castrorao Barba, Giuseppe Mandalà (eds.), *Suburbia and Rural Landscapes in Medieval Sicily*, Oxford, Archaeopress, 2023, pp. 253, ISBN Paperback: 9781803275451; Digital: 9781803275468 (Valentina Caminneci)
Licia Buttà, *Immaginare il potere. Il soffitto dipinto della Sala Magna di Palazzo*

Chiaromonte Steri e la cultura letteraria e artistica a Palermo nel Trecento, Alessandria, Edizioni dell'Orso, 2022, pp. 239, ISBN: 978-88-3613-277-5 (Zaira Barone)
Luciano Catalioto, *Politica e chiesa nella Sicilia Angioina (1266-1282)*, Roma, Aracne, 2022, pp. 188, ISBN: 979-12-218-0146-0 (Silvia Urso)
Marco Cristini, *Teoderico e i regni romano-germanici (489-526). Rapporti politici-diplomatici e conflitti*, Spoleto, Fondazione Centro italiano di studi sull'alto Medioevo, 2022, pp. 154, ISBN: 978-88-6809-363-1 (Giuseppe Russo)
Coral Cuadrada, Daniel Piñol-Alabart, *El capbreu dels castells de Vilassar i Burriac. Estudi, transcripció i edición digital*, Tarragona, Publicacions URV, 2022, pp. 330, ISBN: 9788413650371 (Elisa Turrisi)
Fulvio Delle Donne, *Federico II e la crociata della pace*, Roma, Carocci Editore, 2022, pp. 157, ISBN: 978-88-290-1338-8 (Silvia Urso)
Tommaso Duranti, *Ammalarsi e curarsi nel Medioevo. Una storia sociale*, Roma, Carocci Editore, 2023, pp. 236 (Quality Paperbacks, 666), ISBN: 978-88-290-1997-7 (Daniela Santoro)
Amedeo Feniello, *Demoni, venti e draghi. Come l'uomo ha imparato a vincere catastrofi e cataclismi*, Roma-Bari, Laterza, 2021, pp. 336, ISBN: 978-88-581-4547-0 (Mattia Oliva)
Isabella Gagliardi, *Anima e corpo. Donne e fedi nel mondo mediterraneo (secoli XI-XVI)*, Roma, Carocci editore, 2022, pp. 302, ISBN: 978-88-290-1744-7 (Mafalda Toniazzi)
Carmen Genovese (a cura di), *Restauri di architetture normanne in Sicilia e Calabria tra Otto e Novecento*, Palermo, Fondazione Salvare Palermo, 2022, pp. 120, ISBN 978-88-95964-11-9 (Zaira Barone)
Marina Montesano, *Maleficia. Storie di streghe dall'antichità al Rinascimento*, Roma, Carocci editore, 2023, pp. 281, ISBN: 978-88-290-1650-1 (Giovanni Di Bella)
Anna Maria Oliva, Olivetta Schena, *Uomini e spazi nel Mediterraneo sardo-catalano (secoli XIV-XV)*, Perugia, Morlacchi, 2023, pp. 391, ISBN: 978-88-93924-36-8 (Elisa Turrisi)
Giovanni Vitolo, Vera Isabell Schwarz-Ricci (eds.), *Konradin (1252-1268). Eine Reise durch Geschichte, Recht und Mythos/Corradino di Svevia (1252-1268). Un percorso nella storia, nel diritto e nel mito*, Heidelberg, University Publishing, 2022, pp. 326, ISBN: 978-3-96822-149-6 (PDF); ISBN: 978-3-96822-150-2 (Marisa La Mantia)

Attività OSM gennaio-dicembre 2023 177

Curricula 185

Antonio Macchione

Il cibo metafora dell'incontro con Dio nel monachesimo italo-greco: l'esempio di Nilo di Rossano

Food metaphor of the encounter with God in Italian-Greek monasticism: the example of Nilo di Rossano

Riassunto
Il monachesimo italogreco condanna gli eccessi alimentari e impone uno stile di vita scandito da rigide pratiche esicastiche e modelli dietetici ferocemente severi. Nilo da Rossano assume solitamente pane e acqua cui, saltuariamente, aggiunge una porzione di legumi cotti o di frutta fresca. Oppure mangia carrube, mirti e corbezzoli che gli procurano non pochi problemi digestivi. Il rapporto con Dio, infatti, passa attraverso sacrifici, purificazioni e "stupende astinenze". Prassi necessarie a spingersi verso la condizione di έξώχοσμοσ acquisendo il completo dominio del corpo e della volontà.

Parole chiave: Monachesimo italo-greco, esicasmo, cibo, modelli dietetici, digiuno.

Abstract
Italian-Greek monasticism condemns food excesses and imposes a lifestyle marked by rigid hesychastic practices and fiercely strict dietary patterns. Nilo da Rossano takes only bread and water to which, occasionally, he adds a portion of cooked legumes or fresh fruit. Or he eats carobs, myrtles and strawberry trees which give him quite a few digestive problems. The relationship with God, in fact, passes through sacrifices, purifications and "wonderful abstinence". These practices are necessary to move towards the condition of έξώχοσμοσ acquiring complete domination of the body and will.

Keywords: Italo-Greek monasticism, hesychasm, food, dietary patterns, fast.

1. Introduzione

È noto che il monachesimo italo-greco amplifica la condanna degli eccessi alimentari. Infatti, per favorire il cammino ascetico si tende a regolamentare sia i momenti conviviali, sia quelli di riposo, trasformando la loro privazione, o limitazione,

in strumenti di penitenza e mortificazione.[1] In particolare, la recita del notturno che impone una distribuzione diversa delle ore di sonno, rompendone il ritmo naturale, per adempiere alla preghiera e preparare i monaci al *labor manus* attraverso il quale fondano monasteri, provvedono all'accoglienza, esercitano l'attività scrittoria e urbanizzano il paesaggio sviluppandovi pratiche economiche di tipo agro-pastorale.[2]

Ma il peso della "carne", zavorra che inchioda il santo monaco alla terra, non si alleggerisce semplicemente con la privazione del sonno o con l'impiego nelle officine e nei campi monastici. L'ascesi impone marcate continenze a partire dal rifiuto dell'eccesso di cibo e della sua ricercatezza. Debilitando il corpo con diete ipocaloriche, infatti, si può sperimentare la cessazione di ogni istinto, anche quelli libidinosi, e il monaco può liberarsi più velocemente del fardello della colpa.[3]

I regimi alimentari degli asceti italogreci sono scanditi da rigorose pratiche vegetariane che rifuggono la semantica conviviale del monachesimo (antagonista) di tipo occidentale; rinunciando, allo stesso tempo, al raggiungimento del vincolo sociale comunitario che si sostanzia con la condivisione della stessa tavola e il consumo di alimenti standardizzati che uniformano l'itinerario di perfezione.

I loro usi conviviali e le forti limitazioni sono scelte individuali che i maestri spesso non condividono neppure coi discepoli e che, sicuramente, sono ispirati a principi di praticità. Risiedendo lontani dalla *populorum frequentia*, in recessi boschivi irraggiungibili popolati da spiritelli, diavoletti e fauni, attorniati da fiere e razziatori, i monaci si nutrono solo di ciò che la natura offre loro: miele selvatico, erbe spontanee, germogli, castagne, acqua di fonte e frutta.

Le matrici culturali di tali modelli dietetici trovano riscontro nell'essenzialità descritta nelle Vite dei Padri del deserto. In tal senso appare notevole il serrato dialogo tra Pacomio e il cuoco del cenobio, a cui ricorda con forza che digiuno e astinenza valgono *pro animarum salute* soltanto se frutto di una scelta e non di necessità.[4] Una contraddizione colta da Massimo Montanari che chiarisce come il termine privazione non si declini con assenza poiché ci si suole privare di quel che si ha, rivelando «l'attenzione vivissima al cibo, al reperimento delle risorse alimentari, a un'oculata organizzazione e gestione dei sistemi di approvvigionamento».[5]

[1] S. Pricoco, «Il monachesimo occidentale dalle origini al Maestro. Lineamenti storici e percorsi storiografici», in *Il monachesimo occidentale. Dalle origini alla* Regula Magistri, atti del XXVI incontro di studiosi dell'antichità cristiana, Roma, 8-10 maggio 1997, Institutum Patristicum Augustinianum, Roma 1998, pp. 7-22.

[2] Per quest'ultimo aspetto rinvio al puntuale contributo di P. Dalena, *Il lavoro manuale nelle esperienze monastiche (eremitiche e cenobitiche) del Mezzogiorno rurale (secc. VI-XI)*, in «Hortus artium medievalium» 23 (2017), pp. 358-365.

[3] Molti spunti sono nel lavoro di U. Longo, «La dieta dei santi. Corpo, miracoli e nutrimento nella santità monastica medievale», in G. Motta (ed.), *Food and culture. History, society, communication*, Edizioni Nuova Cultura, Roma 2017, vol. I, pp. 89-100.

[4] *Vita Sancti Pachomii Abbatis Tabennensis auctore graeco incerto*, in J. P. Migne (ed.), *Patrologia Latina*, Venit Apud Editorem in dicta Via d'Amboise, Parisiis 1849, vol. LXXIII, coll. 227-272, cap. XLIII.

[5] M. Montanari, *Gusti del Medioevo. I prodotti, la cucina, la tavola*, Laterza editore, Bari 2012, p. 195.

Nell'esperienza monastica italo-greca dell'Italia meridionale questo potrebbe non valere poiché i monasteri autodeterminano il proprio stile di vita conformandolo ai più generali principi della *diataxeis* di Basilio di Cesarea, in cui sono previste molteplici fonti di provvista alimentare ma dove, allo stesso tempo, quantità, qualità e modalità di assunzione del cibo non sono regolamentate con altrettanta puntualità.

Nilo di Rossano e gli altri asceti non sembrano creare *ex-nihilo* prassi monastiche e regimi dietetici ma si ispirano, lo dimostrano chiaramente i rimandi inseriti nelle narrazioni agiografiche, agli usi e ai testi scritturistici, alle antiche agiografie e soprattutto a *regulae* antiche che adattano alle esigenze della nuova scelta esicastica.

2. *Regulae*

Spesso combinando i dati agiografici e documentari con quelli materiali è possibile ricostruire, con buona attendibilità, la consistenza delle produzioni monastiche italo-greche dell'Italia meridionale in cui non mancano mai cereali, frutta di diverso tipo, ortaggi, olio, sale e vino che ne rappresentano l'orizzonte alimentare. Nella dieta è incluso, come si è detto, anche il miele per le sue proprietà curative e medicamentose.[6]

Quella dell'alimentazione monastica è una tradizione che si consolida nel tempo con la sperimentazione di modelli e comportamenti derivati dall'interpretazione del testo scritturistico, l'unica "parola" da cui il monaco si lascia veramente plasmare. Basilio, considerato il padre del monachesimo orientale, non elabora una vera e propria regola[7] ma assembla una collezione di precetti in forma dialogica. Si tratta, nello specifico, delle risposte date ai confratelli durante le visite alle comunità inserite nell'alveo del movimento eustaziano.[8]

Su tale modello vengono esemplati i vari *Tipikà*, norme per regolare la vita delle piccole comunità monastiche dell'Italia meridionale.[9] Questi ultimi, che in alcuni casi

[6] Si vd. *Vita S. Eliae Spelaeotae*, in *Acta Sanctorum*, *Septembris*, B.A. vander Plassche, Antverpiae 1750, t. III, coll. 864-865, cc. 42-43; A. Guillou, *La Théotokos de Hagia-Agathè Oppido 1050-1064/1065*, Biblioteca Apostolica Vaticana, Città del Vaticano 1972, pp. 57-58, doc. 6; 73-75, doc. 11; 115-118, doc. 26; 139-141, doc. 33; 173-174, doc. 43.

[7] Si tratta di una raccolta antologica di ben millecinquecento passi scritturistici, tratti dal Nuovo Testamento, che il Santo Padre si limita a collegare tra di loro, ordinandoli per temi, ad uso delle comunità monastiche (Basilio di Cesarea, *Regole morali*, a cura di U. Neri, trad. it. M. B. Artioli, Città Nuova editrice, Roma 1996; J. Gribomont, *Histoire du texte des Ascétiques de saint Basile*, Publications Universitaires/Institut Orientaliste, Louvain 1953, pp. 257-258).

[8] Si vd. ad esempio l'epistola 295 in cui scrive ad alcuni asceti del Ponto (375 d.C.) esortandoli a seguire l'esempio dell'Apostolo e non altre parole o regole in quanto «non si trattava soltanto di parole, ma di insegnamenti da mettere in pratica» (Saint Basile, *Lettres*, 3 vols., a cura di Y. Courtonne, Les Belles Lettres, Paris 1956-1957, vol. III, p. 170).

[9] Il *Typikon* di San Salvatore in *lingua Phari* è sicuramente il più importante dell'Italia meridionale. Il testo, redatto dall'abate Luca poco prima della sua morte avvenuta nel 1149, è stato tradotto da André

coincidono coi testamenti dei fondatori, regolano lo stile di vita del monaco in cui i momenti di preghiera e meditazione sono alternati a quelli di riposo, seguiti dal lavoro nello *scriptorium*, nei campi e nelle officine monastiche. Ciò consente agli asceti di esercitare un'importante funzione sociale, quali referenti religiosi ed economici dei villaggi, agendo da intermediari tra popolazioni rurali, autorità politiche e aristocrazia locale.[10] Il monaco è chiamato a individuare il *limes* tra la vita attiva e quella contemplativa, per raggiungere Dio e assicurarsi la salvezza dell'anima.[11]

Per Basilio, alla base di una corretta ed efficace ascesi c'è il digiuno la cui pratica si fonda su un noto passo scritturistico paolino.[12] Scegliendo la via monastica, che coincide con l'obbedienza a Dio, il giovane monaco sa di rinunciare al possesso del proprio corpo, di dover domare le passioni e di praticare la continenza grazie alla preghiera ardente, al silenzio, alla dura ascesi e, soprattutto, all'astinenza alimentare.[13] E a chi decide di intraprendere la via monastica, rinunciando alle gioie della vita coniugale, è richiesto anche l'esercizio del silenzio: un'ulteriore e fondamentale prova di continenza che induce a sviluppare in chi la pratica una forte autodisciplina.[14]

Guillou e commentato da Mario Scaduto (A. Guillou, *Aspetti della civiltà bizantina in Italia*, Ecumenica Editrice, Bari 1976, pp. 476-481; M. Scaduto, *Il monachesimo basiliano nella Sicilia medievale*, Edizioni di Storia e Letteratura, Roma 1947, pp. 165-189; M. Re, *Il copista, la datazione e la genesi del Messan. gr. 115* [Typikon *di Messina*], in «Bollettino della Badia Greca di Grottaferrata» n.s., 44 [1990], pp. 145-156; J. Leroy, *La date du tipikon de Messine*, in «Bollettino della Badia Greca di Grottaferrata» n.s., 14 [1970], pp. 39-55). Più di recente: M. C. Chiriatti, *Lo* scriptorium *di San Nicola di Casole (Otranto, Lecce) e il suo typikon (Codex Taurinensis Graecus 216): un'analisi storico-letteraria*, in «Hortus Artium Medievalium» 23 (2017), pp. 428-438; D. Krasmüller, «From competition to conformity: saints' lives, typika, and the Byzantine monastic discourse of the eleventh century», in M. D. Lauxtermann-M. Whittow (eds.), *Byzantium in the eleventh century. Being in between*, Papers from the 45th Spring Symposium of Byzantine Studies, Exeter College, Oxford, 24-26 marzo 2012, Routledge, Abingdon 2017, pp. 199-215. Si vd. anche P. Rougeris, *Ricerca bibliografica sui* Typika *italogreci*, in «Bollettino della Badia Greca di Grottaferrata» n.s., 27 (1973), pp. 11-42.

[10] È il caso di Sant'Elia il Giovane che interpellato da Michele, stratega di Calabria, sull'esito della battaglia di Taormina (889-890), consiglia all'uomo d'armi di far purificare il popolo. Michele segue fedelmente i consigli del santo monaco e riporta una schiacciante vittoria sui nemici. Cosicché «dopo questi avvenimenti […], diceva che Elia era veramente servo di Dio. Se, infatti, non fosse stato amato da Dio, non avrebbe potuto preannunziare tali fatti, né dare tali ammaestramenti» (*Vita di S. Elia il Giovane*, testo inedito con traduzione italiana pubblicato e illustrato da G. Rossi Taibbi, Istituto Siciliano di Studi Bizantini e Neoellenici, Palermo 1962, p. 74, c. 49). Analogamente le fonti registrano l'intercessione di Bartolomeo Iuniore in favore del duca di Gaeta. Bartolomeo, infatti, commosso dalle lacrime dei familiari di Adenolfo, duca di Gaeta, da Grottaferrata raggiunge rapidamente Salerno per impetrarne la liberazione al principe Guaimario V (G. Giovanelli [ed.], *Vita di S. Bartolomeo Iuniore*, Badia Greca, Grottaferrata 1982, pp. 34-35, cc. 11-12). Sul rapporto tra potere e santità si vd. A. Cilento, *Potere e monachesimo. Ceti dirigenti e mondo monastico nella Calabria bizantina (secoli IX-XI)*, Nardini editore, Firenze 2000, pp. 89-130.

[11] A. Guillou, *Aspetti della Civiltà bizantina*, cit., pp. 270 ss.

[12] 1*Cor* 7, 4.

[13] Basilio di Cesarea, *Le regole*, a cura di L. Cremaschi, Qiqajon editore, Magnano 1993, p. 121, D.12.

[14] Ivi, pp. 122-123, D. 13.

A tali prove "pratiche" corrisponde l'esercizio etico per affinare la virtù della temperanza.[15] Le astinenze, le veglie prolungate e le fatiche diventano allora una formidabile palestra non soltanto per mortificare il corpo, ma anche per annullare la volontà e dominare le passioni carnali.[16] A dimostrazione che la pesante zavorra di pulsioni e bisogni radica l'uomo nell'immanenza, impedendone la purificazione dell'anima. Per purgare la carne la via del digiuno è quella più immediata ed efficace perché spegne la virtù del fuoco e serra le fauci dei leoni. Inoltre, diventando preghiera, eleva l'anima a Dio, favorendo, con l'απάθεια, il distacco dai beni e dai piaceri mondani.[17]

Se la continenza alimentare rappresenta il più importante esercizio ascetico il monaco non deve dimenticare di controllare il desiderio di gloria umana, quello della ricchezza, i sentimenti di collera e tristezza, assieme alle altre passioni. Solo così riesce ad assicurarsi il dominio congiunto delle pulsioni corporali e della volontà raggiungendo attraverso ήρημία e ήσυχία, intesi come solitudine, calma interiore e pace contemplativa, gli ideali di perfezione. Infatti, egli sulla terra vive la condizione di esiliato dalla sua patria naturale, il Cielo. Pertanto mira ad elevarvisi in una condizione di έξώχοσμοσ.[18] Per questo sceglie luoghi isolati, montagne selvatiche e pericolose dove esercitare la forza di spirito e la riluttanza alle tentazioni. E la materializzazione di spettri demoniaci, le meravigliose visioni e i cattivi incontri, che insufflano inquietudini e paure, agevolano il cammino della perfezione.[19]

Ma la misura della temperanza sta soprattutto nell'allontanarsi da ciò che provoca piacere al corpo «poiché i bisogni di ciascuno sono diversi a seconda dell'età, del lavoro e della costituzione fisica».[20] Ciò significa che non può esservi un solo regime alimentare o specifici divieti da rispettare, ma vi è la necessità di uniformarsi al principio evangelico secondo cui si dà a ciascuno il necessario a soddisfare il proprio bisogno.[21] Il riflesso pratico di un ideale di vita che presuppone una continua tensione che sfibra il santo monaco. A dimostrarlo sono i numerosi e violenti confronti con mostri e diavoli che inutilmente cercano di sedurre l'asceta e, dinanzi al loro reciso rifiuto, non disdegnano nell'immaginario agiografico neppure l'uso della violenza fisica.[22]

[15] Temperanza è *enkrateia* che conduce al totale dominio di sé, sino alla «completa astensione dalle volontà proprie» (ivi, p. 312, D. 128).

[16] *Rm* 13, 14.

[17] Basilio di Cesarea, *Homiliae de Ieunio*, 2 vols., in J.-P. Migne (ed.), *Patrologia Graeca*, Apud Garnier Fratres, Parisiis 1885, vol. XXXI, coll. 164-197, in part. 1, 7, col. 176A. Si vd. anche Giovanni Climaco, *Scala Paradisi*, *gradus* 29, ivi, vol. LXXXVIII, Parigi 1864, col. 1148.

[18] A. Guillou, *Aspetti della civiltà bizantina*, cit., p. 289.

[19] A. Rocchi (ed.), *Vita di San Nilo abate fondatore della Badia di Grottaferrata*, scritta da San Bartolomeo suo discepolo, Desclée Lefebvre e C. Editori, Roma 1904, pp. 8-9. Si vd. anche L. Alberti, *Descrittione di tutta Italia*, per Anselmo Giaccarelli, Bologna 1550, f. 190v.

[20] Basilio di Cesarea, *Le regole*, cit., p. 138, D. 19, R. 1.

[21] *At* 4, 35.

[22] Basilio di Cesarea, *Le regole*, cit., p. 139, D. 19, R. 1. Anche la legislazione pacomiana invita ad una grande attenzione per i malati e gli affaticati raccomandando ai monaci di non approfittare dell'indisposizione dei fratelli, di non disprezzarli e di non provare piacere per la loro infermità (Paco-

Nel gioco delle contraddizioni di cui regole e precetti monastici si nutrono, appesantirsi di cibo è un atteggiamento da biasimare, poiché la gozzoviglia alimenta la pigrizia e spinge a soddisfare esclusivamente il piacere corporale.[23] Per questo si fa ricorso a cibi semplici che forniscono ai fratelli i macronutrienti essenziali. E si evita l'assunzione di vino, permesso in modiche quantità invece dalle regole monastiche occidentali,[24] perché per placare i morsi della sete è sufficiente l'acqua che spontaneamente sgorga dalla terra senza nessun potere inebriante.[25] Del resto, l'acqua è una costante agiografica non solo per la sua funzione ascetica ma soprattutto come elemento di sopravvivenza, tanto che i suoi poteri (benevoli o nefasti) contribuiscono a plasmare l'anima dell'uomo medievale tra sofferenza e angoscia dove, tuttavia, grazie all'azione monastica, può attecchire la speranza.[26]

Il digiuno non accelera il viatico della vita angelica ma irrobustisce la resistenza fisica e spirituale del monaco ribaltando il principio secondo il quale non si può digiunare oltre le proprie forze. Facendolo, infatti, si corre il rischio di assecondare la propria volontà anziché annullarla. Allora il tempo del digiuno non dipende dalla volontà del monaco «ma da quanto è richiesto dalle necessità di una vita a servizio di Dio».[27]

Le prescrizioni di Basilio, tuttavia, non indicano particolari regimi dietetici, anzi, i monaci possono mangiare tutto purché non si tratti di cibi raffinati e prelibati. Ma si preoccupano di imporre limiti e misure che assicurino lo svolgimento dell'attività monastica nella duplice prospettiva del lavoro e della contemplazione. Sono le regole dei Padri e quella di Benedetto in particolare ad essere più precise in tal senso, mettendo ordine in una materia magmatica e sfuggente.

Già nella cosiddetta *Regula Quattuorum Patrum*[28] è Pafnuzio ad attirare l'attenzione sull'*ordo ieiuniorum*, un pretesto per istruire i monaci sul modo di lavorare, sulla distribuzione del lavoro, sulla sua esecuzione (*aliqua murmuratione suscipiatur*), su come il superiore debba tenere conto delle infermità e delle abilità fisiche dei confratelli. Distinguendo, peraltro, se le infermità che affliggono i confratelli siano

mio, *Praecepta et Instituta*, in A. Boon [ed.], *Pachomiana latina*, Bibliothèque de la Revue d'histoire ecclésiastique, Louvain 1932, pp. 13-52, nn. 38, 40-42, 51, 74, 105. Orsiesi, *Regolamenti*, testo copto in L. T. Lefort [ed.], *Oeuvres de S. Pachôme et de ses disciples*, Peeters Pubblischers & Booksellers, Louvain 1956, *regg.* 24, 41-42, 49-50).

[23] Gregorio da Nissa, *Traité de la virginité*, a cura di M. Aubineau, Éditions du Cerf, Paris 1966, pp. 507-508, 20/2.

[24] *Regula Sancti Benedicti*, cap. XL, 3, p. 210, in S. Pricoco (ed.), *La Regola di San Benedetto e le Regole dei Padri*, Mondadori editore, Milano 1995.

[25] Basilio di Cesarea, *Le regole*, cit., pp. 140-141, D. 19, R. 2.

[26] P. Dalena, *Calabria Medievale. Ambiente e Istituzioni (secoli XI-XV)*, Adda editore, Bari 2015, pp. 45-48.

[27] Basilio di Cesarea, *Le regole*, cit., pp. 312-313, DD. 129 e 130.

[28] Quattro oratori vengono indicati nel titolo della regola: Serapione, Macario, Pafnunzio e ancora Macario. Il primo illustra i requisiti essenziali per diventare monaci; il secondo il direttorio del superiore che enumera i doveri monastici; il terzo descrive e regola la giornata monastica; il quarto e ultimo legifera sui monaci provenienti da un altro monastero e sui chierici (A. de Vogüé, *La Règle de Vigile signalée par Gennade*, in «Revue Benédictine» 89 [1979], pp. 217-229).

di natura fisica o spirituale. Esentando dal lavoro il confratello e provvedendo al suo sostentamento nel primo caso, facendolo lavorare più assiduamente «qualiter corpus suum servituti redigit» nel secondo.[29]

Molto importante è la scelta del custode della dispensa monastica[30] chiamato a frenare l'ardore di certi monaci che al digiuno preferiscono spesso vino e gozzoviglia, come lasciano intendere anche continui richiami omiletici.[31]

Il tema del digiuno è ripreso nella *Regula Sancti Macharii Abbatis.*[32] Mentre quella di San Benedetto, attingendo a piene mani alle tradizioni orientali, fissa la quantità di cibo da somministrare al monaco (cap. XXXIX): *duo pulmentaria cocta* tenendo in considerazione le *diversorum infermitatibus.*[33] Pietanze che forniscono i nutrienti essenziali, da integrare con una terza porzione giornaliera, nei periodi in cui vi è disponibilità, di *poma aut nascentia leguminum.*[34] A ciascun monaco è riservata anche una libbra di pane al giorno.

Per lavori particolarmente dispendiosi è rimessa alla discrezione del cellario l'aumento, moderato, delle porzioni, «remota prae omnibus crapula, et ut numquam subripiat monacho indigeries».[35] Ai fanciulli viene distribuito lo stesso pasto ma in quantità ridotta *servata in omnibus parcitata.*[36]

Il capitolo termina con un inciso dedicato al consumo delle carni animali: «Carnium vero quadripedum omnimodo ab omnibus abstineatur comestio praeter omnino debiles aegrotos». Si tratta sicuramente di una tradizione antica che vieta il consumo di carni rosse: bovine, ovo-caprine, suine, equine, privilegiando il consumo di quelle bianche più leggere e digeribili e dei derivati quali uova, latte, burro, ricotte e formaggi come fonte di approvvigionamento proteico. L'unica deroga consentita è quella per gli ammalati.[37]

Nel capitolo successivo (cap. XL), alla moderazione nel mangiare si accompagna quella nel bere consentendo, «infirmorum contuentes imbecillitatem», il consumo di un'emina di vino a testa, corrispondente a poco più di ¼ di litro al giorno.[38] Piccole

[29] *Regula Quattuor Patrum*, in S. Pricoco (ed.), *La Regola di San Benedetto*, cit., vol. III, p. 16.

[30] Ivi, p. 18.

[31] Basilio di Cesarea, *In Ebriosos*, in J.-P. Migne (ed.), *Patrologia Graeca*, cit., col. 456A. Si vd. anche Id., *De ieiunio homilia secunda*, ivi, col. 193A. Anche nella *Regula Orientalis* ci sono richiami alle restrizioni alimentari per i monaci impegnati nel servizio della cucina, i preposti avvezzi al vino e alla crapula, il cellario che difetta nel mantenere l'astinenza e la sobrietà e i settimanari cui si raccomanda di essere sempre pronti *ad cibos parandos vel ad luminaria concinnanda vel ad nitore faciendos*. (*Regula Orientalis*, in S. Pricoco [ed.], *La Regola di San Benedetto*, cit., pp. 66, cap. VI; 72-76, cap. XVII; 80-82, cap. XXV; 84, cap. XXVIII; 90-94, capp. XXXVI-XXXIX e XLIII).

[32] *Regula Macharii*, in S. Pricoco (ed.), *La Regola di San Benedetto*, cit., vol. II, p. 40.

[33] *Regula Sancti Benedicti*, cit., pp. 208-210, cap. XXXIX.

[34] *Ibid.*

[35] *Ibid.*

[36] *Ibid.*

[37] *Ibid.*

[38] Ivi, pp. 210-212, cap. XL.

deroghe sono previste in ragione delle esigenze locali, dell'intensità dei lavori da affrontare, delle condizioni climatiche ma, sempre, «considerans in omnibus ne subrepat satietas aut ebrietas». Una precisazione necessaria poiché, come si legge di seguito, è assai difficile convincere i monaci ad astenersi dal vino. Una difficoltà *nostris temporibus*, precisa il redattore della regola, vissuta come degenerazione dell'uso antico. Quasi un senso di rassegnazione per una situazione fuori controllo e che obbliga ad una mediazione: bere ma senza esagerare: «Ut non usque ad satietatem bibamus, sed parcius».[39]

Un altro aspetto importante è l'osservanza della vita quaresimale sancita nel capitolo XLIX della Regola,[40] una cosa naturale ma appannaggio *paucorum*: i principi generali per vivere proficuamente tale virtù abituandosi, via via, alla continenza alimentare «ut unusquisque super mensuram sibi indictam aliquid propria voluntate 'cum gaudio sancti spiritus' offerat Deo, id est subtrahat corpori suo de cibo, de potu, de somno, de loquacitate, de scurrilitate et cum spiritalis desiderii gaudio sanctum Pascha expectet».[41] Questo però è fatto sempre col consenso dell'abate, altrimenti al monaco un tale atteggiamento potrebbe essere imputato a vanagloria e presunzione invece che a ricompensa.[42]

Il passo di Benedetto riprende e sintetizza, ovviamente, i tre capitoli della *Regula quadragesimalis* contenuti nella *Regula Magistri*[43] dedicati al diurno, al notturno e alle restrizioni alimentari. La differenza tra Benedetto e l'anonimo autore della *Regula* sta nel fatto che il primo non fornisce norme dettagliate e cogenti, ma da solo indicazioni di massima. Del resto, è significativo che questa sezione preceda i due capitoli legati al tema del lavoro monastico e della preghiera (L-LI). Nella concezione di Benedetto tali capitoli preludono ad un nuovo protagonismo monastico che ne esalta la funzione e l'opera di mediazione sociale e, per la prima volta, l'autore regola i problemi dei rapporti all'esterno del monastero che non è più una torre eburnea lontana dal secolo ma rimane irretita nelle sue dense dinamiche.[44]

Anche il lungo capitolo LIII sull'ospitalità o quello sul luogo della preghiera (LII) contribuiscono a delineare la vicenda di un monachesimo che conduce alla santificazione attraverso preghiera e lavoro, ma si apre al territorio attraverso il pellegrinaggio, l'accoglienza e l'ospitalità tre elementi fecondanti la civiltà medievale.[45] Elementi e principi ripresi e rielaborati che nell'esperienza degli asceti italogreci dell'Italia meridionale raccordano l'eremo al cenobio.

[39] *Ibid*.
[40] Ivi, pp. 226-228, cap. XLIX.
[41] *Ibid*.
[42] *Ibid*.
[43] A. de Vogüé (ed.), *La Règle du Maître*, Éditions du Cerf, Paris 1964-1965, capp. 51-53.
[44] *Regula Sancti Benedicti*, cit., pp. 228-230, capp. L-LI.
[45] Ivi, pp. 230-234, capp. LII-LIII.

3. *Exempla: Vita Nili*

> Colui che mangia di tutto non disprezzi chi non mangia di tutto e colui che non mangia di tutto non condanni chi mangia di tutto, chi mangia di tutto lo fa per il Signore poiché ringrazia Dio e chi non mangia di tutto lo fa anche lui per il Signore e anch'egli rende grazie a Dio.[46]

La posizione di San Paolo, riassumendo il messaggio evangelico con riferimento agli indirizzi dietetici, sposta l'attenzione dall'oggetto consumato, al soggetto che lo consuma,[47] abolendo ogni tipo di distinzione e di barriera alimentare. Inoltre, dichiarando inesistente il problema, ingenera un disagio psicologico e culturale riguardo alla pratica dell'uccisione degli animali la cui carne, senza la purificazione rituale, non può essere assimilata al sacrificio perfetto, quello eucaristico, che è l'unico viatico della Salvezza. Per questo i Padri della Chiesa e le prime comunità monastiche fiorite nei deserti del Sinai e di Tebe, prestano particolare attenzione al consumo di carne, ad esempio, riproponendo e rinnovando l'antica contrapposizione tra cibi "puri" e "impuri".

A cominciare dal precetto di Girolamo secondo cui, per raggiungere la condizione di *έξώχοσμοσ* «bonum est carnem non manducare». Tale affermazione confuta le posizioni di Gioviniano (monaco romano) secondo cui alcuni animali servono soltanto ad essere mangiati: «Quis usus porcorum, absque esu carnium?».[48]

Per questo l'astinenza dalle carni (e più in generale dai cibi raffinati ed elaborati) appare necessaria per delineare una nuova identità cristiana: un atteggiamento che, ripreso dagli *exempla* agiografici dei Padri del deserto, confluirà nei cosiddetti libri penitenziali quando, a partire dal VI secolo con l'introduzione del sistema della penitenza pubblica, si fissano precise norme sulla pena da assegnare al penitente per ciascun peccato.[49] Del resto il senso della rinuncia, del sacrificio per macerare la carne ed elevare lo spirito non può che alimentarsi di questo ritorno a modelli dietetici di tipo mediterraneo (vegetariani) contraddicendo gli orientamenti culturali mitteleuropei che alla carne, invece, assegnano un ruolo centrale nell'alimentazione delle élites del potere, e non solo.[50]

[46] *Rm* 14, 3-6.

[47] L'Antico Testamento risente ancora parzialmente dell'antica concezione. Col Nuovo Testamento, invece, il sacrificio cruento degli animali viene eliminato dal sacrificio eucaristico, di cui si fa memoria nella liturgia (M. Cristiani, «Tempo rituale e tempo storico. Comunione cristiana e sacrificio», in *Segni e riti nella Chiesa altomedievale occidentale*, CISAM, Spoleto 1987, pp. 439-504).

[48] Hyeronimus Stridonensis, *Adversus Jovinianum*, in J.-P. Migne (ed.), *Patrologia Latina*, cit., XXIII, coll. 340-420.

[49] M. G. Muzzarelli, *Norme di comportamento alimentare nei libri penitenziali*, in «Quaderni medievali» 13 (1982), pp. 49-51. Si vd. anche Ead., *Una componente della mentalità occidentale. I penitenziali nell'Altomedioevo*, Patron editore, Bologna 1980.

[50] M. Montanari, *La fame e l'abbondanza. Storia dell'alimentazione in Europa*, Laterza editore, Roma-Bari 1997, pp. 13-23; Id., *Gusti del Medioevo*, cit., pp. 69-79.

Tali temi sono declinati nelle agiografie italogreche dell'Italia meridionale. In particolare, Nilo da Rossano può ben incarnare il modello più alto di rinuncia alle attrattive mondane e di esercizio della virtù ascetica. Nella sua *Vita* trovano ampia testimonianza non solo il risoluto rifiuto degli agi e degli onori per dedicarsi in umiltà e povertà alla vita monastica, ma anche la narrazione delle rigorose limitazioni alimentari, delle continue metanìe che ne scandiscono le estenuanti veglie notturne, come ulteriore esercizio penitenziale per corroborare la resistenza dell'*athleta Christi*.[51]

Narra l'agiografo che Nilo di Rossano[52] era solito assumere cibo ogni due, tre, o cinque giorni. Normalmente soltanto ciò che gli era necessario alla sopravvivenza, evitando accuratamente le pietanze particolarmente gustose o i cibi cotti. Si tratta di un regime marcatamente vegetariano, come prescrive Girolamo, cioè l'unico in grado di sfinire la fibra corporea, unitamente alle veglie e all'esercizio esicastico, asservendo la carne allo spirito e prevenendo l'insidia diabolica.[53]

E proprio per evitare che i suoi discepoli, specie quelli più giovani ed inesperti, abbassino la guardia contro le insidie del maligno, lasciandosi vincere dal sonno ad esempio, costruisce uno sgabello monopiede per Stefano imponendogli di sedersi soltanto su di esso. In tal modo non solo allena il corpo obbligandolo a un continuo sforzo di equilibrio fisico, ma lo costringe a rimanere sveglio il più possibile per non cadere pesantemente. Tuttavia, ricorda ancora l'agiografo, benché Stefano fosse diventato un tutt'uno con lo sgabello, tanto da utilizzarlo al lavoro, durante la divina liturgia e a mensa, spesso cade malamente infortunandosi soprattutto alle braccia e al volto.[54]

Il duro metodo pedagogico niliano fornisce preziose informazioni sullo stile di vita essenziale dei monaci e, soprattutto, sulla necessità di corroborare la virtù della temperanza. Nilo assume il cibo sempre dopo il tramonto, un po' di pane e acqua cui, di tanto in tanto, aggiunge una porzione di legumi cotti per il necessario apporto

[51] «Assoggettò anche la carne allo spirito imponendole molte leggi e riducendola a dura servitù. Infatti, l'assuefece a cibarsi del necessario ogni due o tre e persino ogni cinque giorni, e questo cibo sempre scarso e quale capitasse; di non mai adescarla col solletico di vivande gustose; di astenersi dal vino e da ogni cibo cotto al fuoco. La macerò con le veglie, le salmodie, e con passare in piedi le notti intere e con moltissime genuflessioni» (A. Rocchi [ed.], *Vita di San Nilo*, cit., p. 31).

[52] G. Luongo, «Morfologia ascetica e modello monastico di S. Nilo», in *Atti del Convegno internazionale su S. Nilo di Rossano*, 28 settembre-1 ottobre 1986, Rossano-Grottaferrata 1989, pp. 25-73. Più in generale sul monachesimo italo-greco si vd. S. Borsari, *Il monachesimo bizantino nella Sicilia e nell'Italia meridionale prenormanne*, Istituto Italiano per gli Studi Storici, Napoli 1963; Id., «Il monachesimo italo-greco tra eremitismo e cenobitismo», in P. Dalena (ed.), *Medioevo rupestre. Strutture insediative nella Calabria settentrionale*, Adda editore, Bari 2007, pp. 87-112; J. Gribomont, «Il monachesimo orientale», in G. Pugliese Carratelli (ed.), *Dall'eremo al cenobio*, Garzanti editore, Milano 1987, pp. 125-152; E. Follieri, *I santi dell'Italia greca*, in «Rivista di studi bizantini e neoellenici» n.s., 34 (1997), pp. 3-36.

[53] ΒΙΟΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΕΙΑ ΤΟΨ ΟΣΙΟΨ ΠΑΤΡΟΣ ΗΜΩΝ ΝΕΙΛΟΨ ΤΟΨ ΝΕΟΨ, testo originale greco e studio introduttivo del P. G. Giovanelli, Badia di Grottaferrata, Grottaferrata 1972, pp. 62-63, c. 15.

[54] Ivi, pp. 74-75, c. 27.

proteico o di frutta fresca ricca di zuccheri. E nei periodi in cui intende inasprire la penitenza mangia carrube, mirti e corbezzoli che non pochi problemi procurano al suo intestino al punto da indurlo a ritornare al pane e all'acqua.[55]

L'intento parenetico dell'agiografo, che fornisce dati e notizie senza una precisa scansione cronologica, non impedisce di intravedere nell'esercizio niliano, con riferimento all'ambito dietetico, un evidente schema quaresimale: i suoi digiuni, infatti, non durano mai più di quaranta giorni[56] per rifuggire dall'adulazione dei confratelli e per non insuperbirsi. Ma, normalmente, può nutrirsi senza problemi anche ogni trenta giorni, quasi una quaresima. Uno stile ascetico che prende a modello i testi che ricopia e studia come le *Storie* di Teodoreto di Cirro in cui la pratica di una piissima penitente gli serve a verificare se è possibile sottoporre il corpo a quell'inumano trattamento e sin dove egli può spingersi nella privazione.[57]

Dal racconto emerge che la soglia di resistenza del monaco rossanese può spingersi ben oltre quell'esempio poiché per undici mesi riesce ad astenersi dal bere qualsiasi liquido, mangiando soltanto pane raffermo. Una prova inumana attraverso cui spegne completamente la volontà ma debilita, allo stesso tempo, il corpo disidratandolo. Infatti, quando senza una buona formazione ascetica, ad un analogo esercizio si sottopone il confratello fornaio, muore dopo poco tempo.[58]

Accade però che quando la vita di privazioni e continenze è aggravata da una perniciosa affezione alla gola (verosimilmente un ascesso purulento) che lo rende afono e gli impedisce di prendere quel poco di cibo necessario alle sue funzioni vitali, Nilo non intende rinunciare ugualmente alla pratica esicastica, alzando l'asticella della sua resistenza fisica. Nell'immaginario agiografico, infatti, l'affezione è la proiezione dell'intervento diabolico che vuole impedire al santo monaco la recita del salterio, degli inni liturgici, della salmodia e il suo impegno calligrafico. La determinazione e la resilienza manifestata per l'occasione dall'asceta rossanese incarnano, ancora una volta, il drammatico scontro escatologico con le potenze infere.[59]

Ciò gli consentirebbe, alla lunga, di confondere e sconfiggere l'antico assalitore e ritornare alla consuetudine della preghiera per impetrare la guarigione fisica necessaria a domare le passioni carnali, grazie al sostegno energetico del pane raffermo inzuppato in acqua.[60] Si tratta, tuttavia, di un regime povero dei macronutrienti, ad eccezione di pochi amidi, che debilitano oltremodo il monaco calabrese. Per questo Fantino si reca in visita da Nilo e decide di ricondurlo in monastero per assisterlo e sottoporlo

[55] Ivi, pp. 63-64, c. 16.

[56] Nilo era solito trascorrere tutta la quaresima «Τὴν δὲ ἁγίαν τεσσαρακοστὴν διήρχετο πᾶσαν μηδενὸς ἄλλου μετέχων εἰ μὴ τοῦ ἀντιδώεου καὶ μόνον· καὶ αὐτὸ δὲ διὰ τὸ καθ' ἑκάστην ἡμέραν αἰτεῖσθαι τὸν ἐπιούσιον ἄρτον. Ὅμως καὶ αὐτὰς ἀπότως ἤνυε πάσας πολλάκις» (ivi, p. 64, c. 17).

[57] Ivi, pp. 63-64, c. 16.

[58] *Ibid.*

[59] Ivi, pp. 68-69, c. 21.

[60] *Ibid*.

a cure spirituali e "medicinali", garantendogli un'alimentazione più adeguata al suo stato di salute.[61]

La scelta esicastica, specie quella estrema, consolida la virtù eroica del santo monaco anche nel cenobio. Infatti, quando intuisce che una dieta più equilibrata, con un maggior apporto proteico, potrebbe aprire nella sua gola la via al cibo, preferisce rinunciare all'offerta del confratello pescatore che gli porta un cestino di pesci, parte fritti e parte lessi, affinché ne prenda. E lo fa poiché, ancora una volta con sottile astuzia, percepisce che non è Dio o un angelo buono ad assecondare il suo desiderio, ma scorge in quell'offerta uno dei tanti inganni che il demonio utilizza per circuirlo.[62]

Per questo cede il dono ricevuto ad un confratello e il male che lo affligge da giorni quasi magicamente può scomparire. La rottura dell'ascesso faringeo e la copiosa emissione di *pus* dalla bocca, acquistano nel racconto una connotazione prodigiosa in quanto corroborano la scelta di Nilo, la sua raffinata capacità di discernimento, la disciplina nell'esercizio esicastico, la temperanza mostrata. L'agiografo stesso impiega un superlativo "pazientissimo" (καρτερικώτατος) per delinearne la condizione. Del resto, la pazienza e l'umiliazione – in questo caso scandita dal sacrificio alimentare – sono le virtù che connotano il cammino della santità di Nilo, ma anche di altri asceti coevi.

Eliminata la perniciosa infezione, quindi, il santo Padre torna alla vita eremitica, nella sua umida spelonca dove la solitudine viene cadenzata dalla preghiera, dalla contemplazione e, soprattutto, dall'astinenza. Il corpo non ha bisogno del pane sostanziale, fatto di frumento, né di altro alimento ma solo del pane della parola e di quello *supersubstantialem*, sotto le specie eucaristiche, che nel Medioevo è considerato come un «piccolissimo scrigno di forze inesplicabili, tesoro di soprannaturali presenze»,[63] le cui virtù curative vanno ben oltre la consueta *purgatio canonica*[64] e sostituiscono ogni alimento divenendo spesso l'unica fonte "proteica" della dieta monastica, in quanto veicolo di virtù e ricco di poteri prodigiosi per cui «energumeni e indemoniati venivano liberati miracolosamente». La sacra particola diventa il mezzo che mette in relazione l'anima con l'Ineffabile, medicina che agisce «prodigiosamente sui corpi ammalati» e che «applicata sulla parte ammalata, ferita o ulcerata, la guariva miracolosamente».[65] È questo anche il significato che

[61] Ivi, pp. 69-70, c. 22.

[62] «Ταῦτα οὐχ ὁ Θεὸς ἡτοίμασεν, οὐδ' ἄγγωλος οὐ εἰμι τῶν φοβουμένων αὐτόν, ἵνα τὸ θέλημά μου ποιήσν. 'Αλλὰ τοῦτο τὸ ἔργον τοῦ διαβόλου τυγχάνει, ἐπειδή με ᾔσθετο δουλωθέντα τῇ τοιαύτῃ ἐπιθυμίᾳ. Γέγραπται γάρ· 'Μὴ ἐπιθυμήσῃς', καί· ζῇ Κύριος, οὐκ εἰσέρχεται ἐξ αὐτῶν εἰς τὸ στόμα μου», *ibid*.

[63] P. Camporesi, *La casa dell'eternità*, Garzanti, Milano 1987, p. 189.

[64] Ivi, p. 187.

[65] *Ibid.* L'utilizzo del pane (simbolo eucaristico) per sanare ogni sorta di malanno per cui non bastano i rimedi della medicina tradizionale, è attestato anche nell'attività di guaritore di Francesco da Paola, qualche secolo più tardi (*I codici autografi dei processi cosentino e turonense per la canonizzazione di S. Francesco da Paola [1512-1513]*, Curia Generalizia dell'Ordine dei Minimi, Roma 1964, pp. 30-31).

ha il pane inviato settimanalmente da Fantino a Nilo, ricevendo in cambio libri e codici liturgici.[66]

Il rapporto con il Cielo passa, allora, attraverso ogni sorta di feroce sacrificio per realizzare lo stacco necessario dalla carne, vergognosa zavorra, immondizia che ancora alla terra gli uomini di Dio. La questione, come rivelano gli episodi della *Vita Nili* è abbastanza complessa e, in alcuni casi, anche contraddittoria poiché l'osservanza di un singolo precetto alimentare (quale può essere il regime di magro quaresimale) spesso non è in grado di indurre lo stato di *ἐξώχοσμοσ.* Così come non è la quaresima permanente di molti monaci e neppure i periodici digiuni purificatori e le astinenze forzate a far progredire nel cammino della beatitudine. C'è una sorta di «cucina ribaltata che tende a reificare con tutte le possibili tecniche di punizione e di annullamento non solo la gola, non solo il gusto, ma l'idea stessa della carne e della macchina corporale nella sua vituperosa fisicità».[67] Perché per prevenire, contenere e controbattere le tentazioni della carne l'unica via possibile è la contestazione dell'ordine gastronomico, della dieta convenzionale, dell'inversione del rapporto uomo/cibo.

Il modello tebaico, in cui la fame appare come la più universale ed economica delle droghe, una cucina minimale per la mera sopravvivenza che trasforma la vicenda dei padri del deserto in un incubatoio di tentazioni, meraviglie e visioni, ispira Nilo e gli altri anacoreti che popolano le montagne calabresi.[68] Luoghi in cui i padri affrontano con grande sacrificio fisico, perché malnutriti, continue battaglie contro ogni sorta di spiriti, spiritelli e demoni. E sono proprio due episodi della vita di Antonio abate[69] e del suo discepolo Ilarione di Gaza[70] a rappresentare compiutamente i modelli a cui gli

[66] ΒΙΟΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΕΙΑ, cit., p. 69, c. 22. Su Nilo copista vd. S. Lucà, «San Nilo e la 'scuola' calligrafica niliana», in F. Burgarella (ed.), *San Nilo di Rossano e l'Abbazia greca di Grottaferrata*, Badia di Grottaferrata, Grottaferrata 2009, pp. 101-116; Id., «Attività scrittoria e culturale a Rossano: da S. Nilo a S. Bartolomeo da Simeri (secc. X-XII)», in *Atti del Congresso Internazionale su S. Nilo di Rossano*, cit., pp. 22-77.

[67] P. Camporesi, *Le officine dei sensi*, Garzanti, Milano 1985, p. 79.

[68] I. Cozza-Luzi (ed.), *Historiae et laudes SS. Sabae et Macarii iuniorum e Sicilia*, auctore Oreste Patriarca Hierosolymitano, Typis Vaticanis, Romae 1903, pp. 15-19 e 76; G. Rossi Taibbi (ed.), *Vita di Sant'Elia il Giovane*, cit., p. 52, c. 34; M. Arco Magrì (ed.), *Vita di San Nicoldemo di Kellerana*, Istituto di studi bizantini e neoellenici dell'Università di Roma, Roma-Atene 1969, p. 102, c. 7; G. Zaccagni, *Il* Bios *di san Bartolomeo da Simeri (BGH 235)*, in «Rivista di studi bizantini e neoellenici» 33 (1996), pp. 193-274: 209-210, cc. 8-9; *La vita di san Fantino il Giovane*, introduzione, testo greco, traduzione, commentario e indici a cura di E. Follieri, Société des Bollandistes, Bruxelles 1993, pp. 424-426, c. 21.

[69] Antonio «mangiava una volta al giorno, dopo il tramonto del sole, talora ogni due giorni e talora ogni quattro. Il suo cibo era il pane e il sale e beveva solo acqua. È superfluo parlare del cibo e delle carni, poiché nemmeno gli altri inferiori a lui in virtù mangiavano queste cose» (*Vita di Antonio*, del monaco Atanasio, intr. C. Mohrmann, testo critico e commento G. J. M. Baterlink, Arnoldo Mondadori, Milano 1974, p. 23).

[70] «A partire dal ventunesimo fino al ventisettesimo anno, per tre anni di seguito si nutrì di un mezzo sestario di lenticchie ammollato in acqua fredda, e per tre anni di pane scondito, con sale e acqua. Quindi, a partire dal ventisettesimo fino al trentesimo anno, si resse mangiando erbe di campo e radici crude di certi virgulti. Ma dal trentunesimo fino al trentacinquesimo anno ebbe come cibo sei once di

agiografi italogreci attingono per la narrazione.

In particolare, per Nilo, lo schema agiografico prevede la riscossa di Satana che non riuscendo a "prenderlo per la gola" con l'ascesso faringeo con cui tende ad affamarlo, né con il canestro di pesci offertogli per rompere il digiuno e travolgere la temperanza, lo aggredisce fisicamente riducendolo in fin di vita.[71] L'episodio, ben depurato dagli aspetti leggendari, stigmatizza la sconfitta del male poiché Nilo, come è anticipato al ventunesimo capitolo, confonde Satana facendo saltare i suoi piani. La crudeltà con cui il diavolo, travestito da etiope, assesta violenti colpi a Nilo in preghiera nella grotta segna la sua débâcle giacché l'asceta ha resistito al piacere orale e a quello sessuale (la *libido* che lo spinge a rotolarsi tra i rovi), riuscendo a centrare la *salus* (salvezza dell'anima) con la sanità del corpo in un immaginario in cui la malattia si configura esclusivamente come riflesso del peccato e della colpa.

Si tratta dello stesso immaginario in cui alle malattie vengono parificate la paura della natura ostile, quella delle carestie superabili soltanto attraverso cammini di conversione in cui si sperimenta la bontà della parola che salva o, come nel caso dei santi monaci, della severa – a tratti feroce – continenza alimentare, specie per quei cibi di facile reperimento.[72] In questo senso va anche inquadrato il rifiuto del pesce offerto a Nilo dai confratelli. Infatti, la buona pescosità delle acque vallive del Lao e dell'Argentino è testimoniata dal riferimento ad una piccola industria per la produzione di ceste, sporte e panieri di vimini e canne le cui tecniche d'intreccio erano state trasmesse ai monaci dai contadini del luogo.[73] Un riferimento, tra l'altro, che consente di localizzare il monastero di S. Fantino nella valle dell'Argentino poiché, nota Bartolomeo Iuniore, Nilo dalla cella vede quotidianamente i monaci impegnati proprio nelle operazioni di pesca.[74]

Inoltre, il fatto che Nilo non sia stato afflitto da attacchi epilettici ed altre infermità per le inumane penitenze a cui si sottoponeva attira il noto medico Donnolo, che lo incontra a Rossano e gli propone di assumere un farmaco ricostituente. Nilo, chia-

pane d'oro e della verdura poco cotta, senza olio. E sentendo che i suoi occhi si annebbiavano e tutto il suo corpo era bruciato dalle croste e si contraeva per effetto di una scabbia che lo disseccava come pietra pomice, aggiunse dell'olio al vitto precedente, e fino a sessantatré anni di età procedette su questo livello di astinenza, senza mai sentire altro sapore, né di frutta né di legumi né di alcun'altra cosa. Quindi, vedendosi fiaccato nel corpo e credendo vicina la morte, di nuovo a sessantaquattro anni fino agli ottanta si astenne dal pane, spinto da un incredibile ardore dell'animo, sì che si accostava come per la prima volta al servizio del Signore nell'età in cui tutti gli altri vivono, di solito, con maggior agiatezza. Si faceva una zuppa di farina e di verdura tritata, che pesavano, per cibo e bevanda, sì e no cinque once. E così attenendosi a questa regola di vita, non sciolse mai il digiuno prima del tramonto del sole, nemmeno nei giorni festivi o quando era malato gravemente» (*Vita Hilarionis*, testo critico a cura di A. A. R. Bastiaensen, in *Vita di Martino, Vita di Ilarione, In memoria di Paola*, Arnoldo Mondadori, Milano 1975, p. 85).

[71] ΒΙΟΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΕΙΑ, cit., pp. 70-71, c. 23.

[72] P. Dalena, *Civiltà in cammino. Dinamiche ambientali, sociali e politiche nel Mezzogiorno medievale*, Adda editore, Bari 2022, pp. 19 e 23; S. Tramontana, *Il Regno di Sicilia. Uomo e natura dall'XI al XIII secolo*, Einaudi editore, Torino 1999, pp. 11-12.

[73] ΒΙΟΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΕΙΑ, cit., pp. 77-78, c. 31.

[74] A. Rocchi (ed.), *Vita di San Nilo*, cit., p. 38.

ramente, scorge nella proposta l'ennesima insidia diabolica a cui oppone le parole del salmista (*Sl* 118, 8-9). Il vero medico cura l'anima, non il corpo, e quello è Cristo[75] di cui egli cerca con ogni forza di imitare la perfezione. Donnolo è ritenuto un ciarlatano e Nilo non ha bisogno dei suoi filtri e delle sue pozioni: egli ha bisogno soltanto della Parola.[76]

Il confronto tra i due, che verosimilmente si conoscono sin dalla giovinezza per aver frequentato i medesimi cenacoli culturali rossanesi, è la stigmatizzazione di una contrapposizione etnica a tratti violenta, a tratti conciliante. La diversa appartenenza religiosa e la polemica antiebraica, già emersa in un altro luogo agiografico,[77] potrebbero essere stemperate. Non ci sono le premesse necessarie per sostenere che Donnolo cercasse di insinuarsi nella cerchia di Nilo con l'espediente della farmaco-panacea per promuovere la sua attività di guaritore. Certo, Nilo non gliele manda a dire, anzi ne ridicolizza il tentativo benché gli sia noto che Donnolo è un abile medico appartenente alla dinamica comunità ebraica rossanese.[78]

Šabbeṯay Donnolo è, infatti, autore di importanti trattati: *Sefer ḥaḵmônî* (*Libro del Sapiente*) e il *Sefer hayaqar* (*Libro prezioso*) o *Sefer mirqaḥôṯ* (*Libro degli elettuari*),[79] ma il pregiudizio di molti medici cristiani ne sminuisce il valore equiparando la medicina ebraica alla negromanzia, benché Nilo sembri in qualche modo avvalorare l'efficacia dei suoi rimedi.[80] Infatti, nonostante la *Vita Nili* sia ritenuta un opuscolo antigiudaico, in realtà l'agiografo riconosce lo spessore culturale di Donnolo e ne sottolinea la vicinanza culturale col santo monaco. Specie quando fa intendere che gli ambiti di formazione intellettuale di entrambi siano da rintracciare nella Calabria bizantina,

[75] In questa affermazione Nilo riflette una concezione tipicamente bizantina (A. Kazhdan, *The Image of the Medical Doctor in Byzantine Literature of the Tenth to Twelfth Century*, in «Dumbarton Oaks Papers» 38 [1984], pp. 43-51: 45-46; A. Garzya, «Introduzione», in Id. et alii [eds.], *Medici bizantini*, Utet, Torino 2006, pp. 9-18: 12).

[76] «Σὺ δὲ οὐκ ἄλλως δυνήσῃ ἐμπαῖξαι τοὺς τῶν Χριστιανῶν ἀκεραίους, εἰ μὴ ἐν τῷ καυχᾶσθαί σε τῶν σῶν φαρμάκων μεταδοῦναι τῷ Νείλῳ» (ΒΙΟΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΕΙΑ, cit., pp. 93-94, c. 50).

[77] Ivi, pp. 80-81, c. 35.

[78] C. Colafemmina, «San Nilo e gli ebrei», in Id., *Per la storia degli ebrei in Calabria. Saggi e documenti*, Rubbettino editore, Soveria Mannelli 1996, pp. 1-10; S. Vivacqua, «Calabria», in C. D. Fonseca et alii (eds.), *L'Ebraismo dell'Italia meridionale peninsulare dalle origini al 1541*, atti del Convegno internazionale di studio, Potenza-Venosa, 20-24 settembre 1992, Congedo editore, Galatina 1996, p. 296.

[79] Per il primo vd. P. Mancuso (ed.), *Shabbatai Donnolo. Sefer Ḥakhmoni*, Giuntina editore, Firenze 2009; *Shabbatai Donnolo's Sefer Ḥakhmoni*, Introduction, Critical Text, and Annotated English Translation ed. P. Mancuso, Brill, Leiden-Boston 2010; per il secondo vd. S. Muntner, *R. Shabtai Donnolo (913-985). First Section: Medical Works*, MOsad HaRav Kook, Jerusalem 1949; e G. M. Cuscito, *Il Sefer ha-yaqar di Šabbeṯay Donnolo: traduzione italiana commentate*, in «Sefer yuḥasin» 2 (2014), pp. 93-106.

[80] I. Aulisa, *Giudei e cristiani nell'agiografia dell'alto Medioevo*, Edipuglia, Bari 2009, p. 285. Per Andrew Sharf «the position enjoyed by Nilus increases the value of his testimony, while the ambiguities and paradoxes of that position, by emphasising the ambiguity of his relations with Donnolo, emphasise his recognition of Donnolo's qualities» (A. Sharf, *The Universe of Shabbetai Donnolo*, Aris & Phillips, Warminster 1976, p. 116).

segnatamente a Rossano dove anche Nilo esordisce negli studi approcciandosi a *tà legòmena phylaktà kai toùs legoménous exorkismoùs* a cui rinuncia con la conversione alla vita monastica.[81]

***

In conclusione, al di là dei limiti ed aspetti leggendari, la *Vita Nili* fornisce notevoli spunti di riflessione e offre un formidabile *exemplum* per entrare più a fondo nella vicenda monastica dell'Italia bizantina.[82] In essa l'endiadi esicasmo-prassi alimentare si intreccia coi grandi temi della salute del corpo e della salvezza dell'anima. E, gli esempi analizzati, sembrano dimostrare che questa si configuri come una delle poche vie percorribili per raggiungere la condizione di *ἑξώχοσμοσ* che prevede il dominio completo del corpo e della volontà. L'inasprimento della prassi dietetica, di solito puntualmente disciplinata da *Regulae, Typikà* e *Constitutiones,* diventa allora motore e discrimine del cammino di perfezione di numerosi santi monaci e asceti. La macerazione fisica rende la carne incorruttibile, solleva la mente oltre la natura creata e le assoggetta i sensi avviando i santi monaci alla vita angelica, la massima aspirazione cui tendere con tenacia, lungo il corso dell'esistenza terrena.

[81] F. Burgarella, *Aspetti della cultura greca nell'Italia meridionale in età bizantina*, in «Bollettino della Badia Greca di Grottaferrata» n.s., 41 (1987), pp. 19-46; Id., «Shabettai Donnolo nel *Bios* di San Nilo da Rossano», in G. De Sensi Sestito (ed.), *Gli ebrei nella Calabria medievale*, atti della giornata di studio in memoria di Cesare Colafemmina (Rende, 21 maggio2013), Rubbettino editore, Soveria Mannelli 2013, pp. 49-62.

[82] V. von Falkenhausen, «La Vita di s. Nilo come fonte storica per la Calabria bizantina», in *Atti del Congresso internazionale su S. Nilo di Rossano*, cit., pp. 271-305.