

PLOUTARCHOS, n.s.

Scholarly Journal of the
INTERNATIONAL PLUTARCH SOCIETY

Plutarchus



Plutarchus ein natürlicher maister vnd außsprichender geschichtschreiber ein gepie
tet vñ amichtiger des kaisers Trayan ist zu dieser zeit an jnnem vmbfinghen vñ glawb
wirdigt er in fast großer achtung gewest. von dem Plutarates in seine vñ fassen also sagt
Plutarchus der natürlicher maister ist in dem heiligthumb schen der sitzen ein so vñ soffer willfiter
gewest das er leichtlich ein gepieter des kaisers hat mügen er mit werden. Difer Plutar
chus tet sunden fleiß dem kaiser seinen unger vier ding eingepild. nemlich vñ er vñ
digt er sein selbs erfunder. der amblerwt suchet vñ der vñ dertanet lieb vñ er vñ
ing. vñ d er hat als ein hochgeleret man gar vil bicher vñ mancherley materien vñ d
sachen in kriechischen vñ lateinischen man gar vil bicher vñ mancherley materien vñ d
kapfcher bey Trayano angenamne begabung erlangt.

VOLUME 8 (2010/2011)

UNIVERSITY OF MÁLAGA (SPAIN)
UTAH STATE UNIVERSITY, LOGAN, UTAH (U.S.A.)

La ‘diet-etica’ di Plutarco. L’autopromozione d’autore nei

Precetti igienici

da

Lieve Van Hoof


*Postdoctoral Research Fellow of the
Research Foundation – Flanders (K.U.Leuven)*

Lieve.VanHoof@arts.kuleuven.be

Abstract

In Antiquity, the question of what constitutes a healthy regimen was the object of a fierce debate between doctors, athletic trainers, and philosophers. When writing his *Precepts of Healthcare (De tuenda sanitate praecepta)*, Plutarch’s authority was therefore far from self-evident. As the opening dialogue of the text makes clear, the author not only reveals himself to be acutely aware of this challenge, but also eager to take it up. This article examines the nature of Plutarch’s healthcare programme, and analyses some important strategies used in order to promote this ‘diet-ethical’ advice in dialogue with competing views on healthcare.

Key-Words: Plutarch, *Moralia*, *De tuenda sanitate praecepta*, Healthcare,

 Questo articolo tratta dei *Precetti igienici* di Plutarco¹. Gli studiosi che se ne sono occupati in precedenza hanno dato contributi preziosi per la comprensione delle idee filosofiche e mediche esposte nel trattato, ma in generale non hanno

considerato quest’opera come una composizione letteraria da valutare nel suo insieme. Io propongo di fare per Plutarco quello che John Ferrari, Chris Gill e altri hanno fatto per i dialoghi platonici, vale a dire leggerli come composizioni unitarie². Inoltre, io leggerò quest’opera plutarchea da una

¹ I passi greci dell’opera sono tratti dall’edizione curata da PATON – WEGEHAUPT – POHLENZ, 1974, le traduzioni da SENZASONO, 1992, salvo eccezioni che verranno opportunamente indicate.

² Cfr. per esempio FERRARI, 1987, spec. pp. 1-36 e 57-59 sul *Fedro*, o la conclusione di GILL, 1996, in GILL – MCCABE (edd.), 1996.

prospettiva largamente neostoricistica, come la testimonianza di una lotta da parte di Plutarco per ottenere autorità intellettuale nel mondo in cui visse. Il mio approccio a quest'opera unisce quindi l'analisi puntuale del testo, tipica degli studi classici, con l'applicazione di moderni modelli teorici culturali e socioantropologici; verranno quindi affrontati temi come autorappresentazione e identità dell'autore, le dinamiche e il potere dell'attività letteraria e le conseguenze sociali e politiche della diffusione strategica di cultura e sapere.

I *Precetti igienici* sono ovviamente un testo di argomento medico, tuttavia furono scritti da Plutarco di Cheronea, un filosofo greco che visse sotto l'impero romano all'incirca dal 45 al 120 d.C. Abituati come siamo, oggi, a una netta divisione tra la medicina e la filosofia o, sotto questo punto di vista, le altre branche del sapere, può sembrarci strano che un filosofo scriva di dietetica. Tuttavia, a parte l'ovvia considerazione che nell'antichità non esisteva un 'Li-

zenzsystem' (= 'albo professionale') per i medici³, i filosofi antichi ebbero spesso uno spiccato interesse per la medicina, come risulta non solo dalle loro opere, ma anche dalla letteratura medica a partire da Ippocrate fino a Galeno e oltre. Tuttavia, sebbene alcune opere di Platone, Aristotele e Teofrasto contengano riferimenti alla dietetica⁴, sembra che nessun filosofo abbia scritto un'opera specificamente dedicata a questo argomento. Fino a Plutarco, s'intende, che, in linea con il suo interesse ampiamente attestato per le questioni mediche⁵, in una data posteriore all'81 d.C.⁶ compose i suoi *Precetti igienici* (ὕγιεινὰ παραγγέλματα). In quanto filosofo, comunque, la sua autorità in materia, lungi dall'essere scontata, era in discussione. Come vedremo, Plutarco dimostra di essere perfettamente consapevole di questa sfida e desideroso di venirne a capo.

La forma del dialogo è importante sotto questo punto di vista. È piuttosto strano, dunque, che gli studiosi fino ad

³ Cfr. WÖHRLE, 1990, p. 95, con rispettiva bibliografia in nt. 4.

⁴ Cfr. WÖHRLE, 1990, pp. 117-157 su Platone e Aristotele, e 107, nt. 29, e 178 su alcuni frammenti di Teofrasto.

⁵ Sull'interesse di Plutarco per la medicina, cfr. BOULOGNE, 1995, pp. 2762-2792, e anche BABBITT, 1928, p. 214, ZIEGLER, 1951, p. 791, DEFRADAS – HANI – KLAERR, 1985, p. 93, LOPEZ FERREZ, 1990, SENZASONO, 1992, pp. 7-8, TIRELLI, 1992, p. 386, nt. 11, DURLING, 1995, AGUILAR, 1996 e 2001, e GRIMAUDDO, 2004.

⁶ Il *terminus post quem* è la morte di Tito, che avvenne nel 81 d.C. (cfr. 123D). Cfr. BABBITT, 1928, p. 215, JONES, 1966, p. 71, DEFRADAS – HANI – KLAERR, 1985, p. 98, e BELLU, 2005, p. 211. SENZASONO, 1992, pp. 9-11 propende per una datazione più tarda, ma la sua proposta non è convincente, perché fondata sull'individuazione di assai vaghe somiglianze strutturali fra i *Precetti igienici* e *Sul controllo dell'ira*.

oggi abbiano pressoché concordemente liquidato il dialogo d’apertura come una mera facciata posta davanti alle idee filosofiche e mediche che si riteneva costituissero il “vero messaggio” di Plutarco⁷: la scelta di presentare l’opera come un dialogo è stata banalizzata e interpretata come “un semplice espediente letterario per presentare un trattato in una forma un po’ (! *LVH*) più attraente”⁸. Tuttavia quale potenzialità deriva, in questo testo, dal genere del dialogo, con la sua pluralità di voci? In che modo il dialogo influenza il funzionamento dell’opera? Quali erano gli intendimenti e gli obiettivi di Plutarco, come scrittore e come filosofo, nella scelta del dialogo? Perché l’autore non parla in prima persona? In effetti, il nome ‘Plutarco’ non ricorre in nessun passo dei *Precetti igienici*. Tradizionalmente, gli studiosi lo hanno identificato con

il compagno senza nome che appare nel testo, e le cui opinioni vengono riferite da un altro personaggio⁹. E certamente sono convinta che, se non con un intento chiaramente ironico, le persone non scrivono questo genere di testi promuovendo opinioni in cui non credono affatto. Le opinioni sostenute nei *Precetti igienici*, quindi, saranno in ultima istanza di Plutarco. Tuttavia, secondo il mio punto di vista, questo non risolve la questione, ma la rende solo ancora più urgente: se Plutarco voleva promuovere le sue opinioni su un modo di vivere salutare, perché ha optato per un dialogo in cui egli non compare, né come personaggio né per nome? Secondo me, il dialogo rappresentato nei *Precetti igienici* costituisce una strategia retorica con lo scopo di fornire ai lettori non solo una dieta filosofica, ma anche diversi modelli possibili di approccio al

⁷ La *Quellenforschung* ha portato alla luce numerose fonti mediche e, in un certo modo, filosofiche dei *Precetti igienici* di Plutarco. Cfr. WENDLAND, 1886, p. 60, BABBITT, 1928, p. 214, BOEHM, 1935, ZIEGLER, 1951, p. 791, DEFRADAS – HANI – KLAERR, 1985, p. 95, MORALES OTAL – GARCIA LOPEZ, 1986, pp. 120-121, LOPEZ FEREZ, 1990, p. 220, SENZASONO, 1992, pp. 11-36, e GRIMAUDDO, 2004, che citano il corpo Ippocratico, Erasistrato, Asclepiade, Platone, e l’epicureismo.

⁸ BABBITT, 1928, p. 215. Ma vd. anche BOEHM, 1935, pp. 4-5, SMITH, 1979, p. 42, DEFRADAS – HANI – KLAERR, 1985, p. 97, MORALES OTAL – GARCIA LOPEZ, 1986, p. 119, e GALLO, 1998, p. 3522. Nonostante le buone premesse, nella sua interpretazione del testo SENZASONO, 1992, pp. 16-17 non si sofferma realmente sulla forma dialogica del testo.

⁹ L’identificazione suggerita da HIRZEL, 1895, p. 166 fu poi adottata da BABBITT, 1928, p. 215, BOEHM, 1935, pp. 3-4, ZIEGLER, 1951, pp. 676, 678, e 687, GLUCKER, 1978, p. 165, e DEFRADAS – HANI – KLAERR, 1985, pp. 97, 305, nt. 5, 306, nt. 1, e 311, nt. 2, e, di recente, SENZASONO, 1992, p. 145, nt. 9, TIRELLI, 1992, p. 387, AGUILAR, 2001, p. 461, e BELLU, 2005, p. 211. Non convince invece l’ipotesi fatta da SMITH, 1979, p. 33, nt. 6, secondo cui il compagno sarebbe Glaucus. Per di più egli stesso (p. 34), nel suo testo principale, afferma che “since Plutarch is the author, the teachings are those he has chosen to present”.

testo, che hanno in comune il fatto di sottolineare non solo l'adozione della filosofia ma anche la sua integrazione nella vita quotidiana, e che perciò contribuiscono ad accrescere l'autorità dell'autore. Questo, dunque, è quello che spero di dimostrare nelle prossime pagine.

1. *Introduzione: definizione del contesto*

Per cominciare, diamo un'occhiata al dialogo d'apertura:

ΜΟΣΧΙΩΝ. Σὺ δὴ Γλαῦκον χθές, ὃ Ζεύξιππε, τὸν ἰατρὸν ἀπετρίψω συμφιλοσοφεῖν ὑμῖν βουλόμενον;

ΖΕΥΞΙΠΠΙΟΣ. Οὐτ' ἀπετρίψάμην, ὃ φίλε Μοσχίων, οὐτ' ἐβούλετο συμφιλοσοφεῖν ἐκεῖνος, ἀλλ' ἔφυγον καὶ ἐφοβήθη λαβὴν φιλομαχοῦντι παρασχεῖν. ἐν μὲν γὰρ ἰατρικῇ καθ' Ὅμηρον ὁ ἀνὴρ “πολλῶν ἀντάξιος ἄλλων,” οὐκ εὐμενὴς δὲ πρὸς φιλοσοφίαν, ἀλλ' αἰετι τραχὺ καὶ δύσκολον ἔχων ἐν τοῖς λόγοις, καὶ νῦν ἐναντίος ἐφ' ἡμᾶς ἐχώρει, βῶν ἔτι πρόσωθεν οὐ μικρὸν οὐδ' ἐπικεκῆς ἔργον ἡμῖν σύγχυσιν ὄρων τετολμηθῆσαι διαλεχθεῖσι περὶ διαιτήης ὑγιεινῆς. [...]

ΜΟΣΧΙΩΝ. Ἀλλὰ καὶ τούτων ἔγωγε καὶ τῶν ἄλλων, ὃ Ζεύξιππε, πρόθυμος ἀκροατῆς ἠδέως ἂν γενοίμην·

ΖΕΥΞΙΠΠΙΟΣ. Φιλόσοφος γὰρ εἶ τὴν φύσιν, ὃ Μοσχίων, καὶ τῷ μὴ φιλιατροῦντι χαλεπαίνεις φιλοσόφῳ. [...]

ΜΟΣΧΙΩΝ· Ἀλλὰ Γλαῦκον μὲν ἐῶμεν, ὃ Ζεύξιππε, ὑπὸ σεμνότητος αὐτοτελεῆ βουλόμενον εἶναι καὶ ἀπροσδεῆ φιλοσοφίας. [...]

ΖΕΥΞΙΠΠΙΟΣ· Ἔφη τοίνυν ὁ ἑταῖρος ἡμῶν... (*Precetti igienici* 122B-E)

MOSCHIONE: Tu, Zeusippo, ieri hai respinto il medico Glauco quando ha manifestato l'intenzione di partecipare al vostro dialogo filosofico?

ZEUSIPPO: No, caro Moschione, non l'ho respinto; quello d'altro canto non aveva intenzione di partecipare al nostro dialogo filosofico; sono invece fuggito e ho temuto di offrire il destro di litigare a uno cui questo piace anche troppo: ché in medicina quell'uomo, come dice Omero, “vale molti altri”, ma non è benevolo verso la filosofia e manifesta sempre una certa asprezza e un certo malumore nelle sue considerazioni. E anche poco fa ci è venuto incontro, gridando quando ancora era lontano che non era compito lieve e opportuno quello che avevamo osato assumerci discutendo sul modo di vivere in buona salute, perché comporta una confusione dei limiti. [...]

MOSCHIONE: Ebbene, per quel che mi riguarda, ascolterei volentieri coll'attenzione d'un discepolo la discussione su questi e gli altri pareri.

ZEUSIPPO: Tu sei incline per tua natura alla filosofia, Moschione, e ti adiri contro il filosofo che rifugge dalla medicina. [...]

MOSCHIONE: Ebbene, Zeusippo, lasciamo stare Glauco, che, borioso com’è, pretende di essere autosufficiente e indipendente dalla filosofia. [...]

ZEUSIPPO: Ecco: il nostro compagno diceva... (*Precetti igienici* 122B-E)

In questa scena d’apertura, Moschione chiede a Zeusippo di riferirgli una conversazione sul “modo di vivere in buona salute” (cfr. *περὶ διαίτης ὑγιεινῆς*, 122C)¹⁰ che egli stava tenendo il giorno prima con un altro compagno di cui non viene fatto il nome (*ὁ ἑταῖρος ἡμῶν*, 122F), quando Glauco, un medico, li ha interrotti gridando che il filosofo non dovrebbe occuparsi di medicina. Di quello che è accaduto successivamente, Moschione – così suggerisce il testo – ha già sentito parlare e la voce che corre pare sia piuttosto ostile a Zeusippo e al suo compagno. Perciò adesso egli invita Zeusippo a raccontargli la sua versione dei fatti, ma soprattutto a riferirgli che cosa il compagno ha detto. Il resto

dell’opera è la risposta di Zeusippo.

Di primo acchito, il lettore potrebbe ricevere l’impressione che il testo cominci nel mezzo di una conversazione, dal momento che le circostanze in cui il dialogo ha luogo non sono ulteriormente specificate. Tuttavia, i ripetuti appelli nominali, con cui i personaggi si introducono reciprocamente al lettore come in un’opera drammatica, tradiscono – se ci fosse qualche dubbio – la consapevole messa in scena del dialogo: i *Precetti igienici* non sono uno ‘spaccato’ della vita reale, sono una costruzione letteraria. Che sia così diventa perfino più chiaro se uno esamina il primo capitolo più da vicino: l’apertura del testo è accuratamente concepita in modo da formare una cornice interpretativa in cui leggere il resto dell’opera.

Quello di cui gli studiosi si sono di solito occupati in questa prima parte del testo è la possibilità di riconoscere individui storicamente attestati ‘dietro’ i personaggi rappresentati da Plutarco¹¹. I riferimenti alle *Inscriptiones Graecae* e ad altri *corpora* del genere che sono emersi da questa ricerca confermano l’impressione derivante dalla lettura del testo che Plutarco

¹⁰ Sull’etimologia e i significati di *δίαίτα*, vd. WÖHRLE, 1990, in part. pp. 31-36 e 111.

¹¹ Per uno studio dei tre personaggi, cfr. ZIEGLER, 1951 e PUECH, 1992. Solo per Moschione, cfr. DEICHGRÄBER, 1933, pp. 349-350, BOEHM, 1935, p. 2, FUHRMANN, 1972, p. 106, e BOULOGNE, 1995, p. 2764, nt. 18; solo per Glauco, vd. PUECH, 1992, p. 4850; infine, solo per Zeusippo, cfr. VON GEISAU, 1972, p. 379 (# 5) e GLUCKER, 1978, p. 265, nt. 35.

e i suoi personaggi appartengano alla élite colta dell'impero romano.

Per come io leggo questo testo, i personaggi rappresentati nella scena d'apertura sono per prima cosa e soprattutto dei ruoli drammatici. Questo non significa che siano necessariamente fittizi – in ogni caso, ci si aspetterebbe che debbano corrispondere in modo plausibile alla realtà – ma che la loro funzione primaria sia guidare le reazioni del lettore al testo. Dovremo tornare su questo punto in seguito, dopo aver esaminato l'opera nel suo insieme, ma due dati catturano subito la nostra attenzione. Il primo è che la caratterizzazione prende forma intorno alla tensione tra filosofia e medicina. Ora medici e filosofi sembra che abbiano sempre avuto un rapporto ambiguo nell'antichità. Riferimenti al dibattito si possono trovare già nel trattato ippocratico *Sull'antica medicina*, dove l'autore confuta l'opinione di “certi fisici e filosofi <che> asseriscono che nessuno che non sappia che cosa è

l'uomo può conoscere la medicina”¹², sostenendo invece che la medicina potrà far conoscere chiaramente la scienza naturale piuttosto che il contrario. Platone, d'altra parte, si preoccupò di dimostrare che la filosofia era superiore alla medicina grazie alla maggior importanza del proprio oggetto di studio (anima vs corpo). Sulla scia di questo antico dibattito, molti medici e filosofi si preoccuparono di definire le proprie posizioni. Mentre la scuola empirica non concepiva la medicina come una scienza positiva, per esempio, Celso enfatizzava la differenza tra la conoscenza scientifica del medico e la sapienza generale del filosofo¹³. E mentre Massimo di Tiro affermava che la sola filosofia basta a curare l'anima e il corpo¹⁴, Galeno sosteneva il punto di vista *Che il miglior medico è anche un filosofo* presentando Ippocrate come un medico-filosofo¹⁵. Come suggeriscono questi esempi, il rapporto tra filosofia e medicina era ancora problematico quando Plutarco scrisse i suoi *Precetti igienici*¹⁶. E certo, il fatto che Glauco

¹² λέγουσι δέ τινες ἰητροὶ καὶ σοφισταί, ὡς οὐκ εἶη δυνατόν ἰητρικὴν εἰδέναι ὅστις μὴ οἶδεν ὃ τί ἐστὶν ἄνθρωπος (§20). Questo passo, tratto da *Sull'antica medicina*, è citato in SCHIEFSKY, 2005, 101.

¹³ Vd., a questo proposito, il proemio del *Sulla medicina* di Celso, §§45-64 e 74-75. Cfr. anche MUDRY, 1993.

¹⁴ Vd. *Discorso* 28, in part. § 4. Cfr. TRAPP, 1997, 231-236.

¹⁵ δῆλον ὡς, ὅστις ἂν <ἀληθῆς> ἰατρὸς ᾗ, πάντων οὗτός ἐστι καὶ φιλόσοφος. Cfr. SINGER, 1997, p. 33. Sull'educazione e gli interessi filosofici di Galeno, vd. DONINI, 1992, AGUILAR, 1996, p. 24 e nt. 3, SWAIN, 1996, p. 357-379, e GRANT, 2000, p. 9.

¹⁶ Sull'attualità di questo tema all'epoca di Plutarco, vd. anche FOUCAULT, 1984, pp. 135-136, TIRELLI, 1992, pp. 386-387, VAN DER STOCKT, 1992, p. 288, e BOULOGNE, 1995, pp. 2771-2772.

cominci a gridare contro Zeusippo e il compagno già *da lontano* (cfr. βῶν ἔτι πρόσωθεν, 122C) catalizza l’attenzione sulla vivacità del dibattito e in questo modo mette bene in evidenza i preconcetti con cui Plutarco, come filosofo, si rende conto di doversi confrontare scrivendo su come vivere in buona salute. In questo senso, la scena d’apertura accentua l’evidente carattere filosofico di questo testo sul modo di vivere in buona salute e rivendica l’autorità di Plutarco in materia.

Poiché l’autore sembra riferirsi a questa discussione nella scena d’apertura, intendo analizzare il modo in cui la introduce e quali strategie adotta per sostenere la propria autorità, in quanto filosofo, su questioni mediche. Il secondo elemento che si può immediatamente notare nell’introduzione ai *Precetti igienici* è il fatto che Plutarco presenta i personaggi non in maniera obiettiva, ma in modo da controllare l’opinione del lettore su di loro:

	Glaucus	Moschion	Zeuxippus	The ‘companion’
Medico	+	+	-	-
Filosofo	-	-	-	+
Inclini alla filosofia	-	+	+	+
Di buone maniere	-	+	+	+

Zeusippo e Moschione, che si interessano di filosofia, appaiono come gentiluomini garbati e ben educati, mentre Glauco, che è mal disposto nei confronti della filosofia, è ritratto come un individuo con serie carenze nella sua capacità di relazionarsi con gli altri. Per come Plutarco rappresenta tutto questo, la conseguenza implicita è che filosofia e comportamento sociale sono profondamente legati l’uno all’altra.

2. Stabilire una diet-etica

Fin dall’inizio dei *Precetti igienici*, Plutarco precisa molto chiaramente

che il modo di vivere sano che egli sta proponendo è di natura filosofica. Proprio nella prima frase dell’opera, per esempio, ricorre il termine συμ-φιλοσοφεῖν (“partecipare a una discussione filosofica”, 122B) e, prima della fine del primo capitolo, il termine φιλοσοφεῖν o i suoi derivati ricorrono non meno di sette volte. In tutto il resto dell’opera viene ribadita questa caratterizzazione iniziale. Pertanto, la terminologia adottata per descrivere la dieta proposta, “misurata ed equilibrata” (134C), ha un colorito filosofico. Ancora, l’autocontrollo, evocato per due volte nei *Precetti igienici*

(125F e 126F), è familiare dagli scritti filosofici¹⁷. Ancora, per far bere alla gente acqua al posto del vino quando necessario, a queste due bevande vengono strategicamente assegnate qualità etiche: si dice che l'acqua è "blanda" (cfr. ἤπιοι, 132D), mentre il vino risulterebbe "tutt'altro che benigno e favorevole nei confronti delle affezioni recenti" (cfr. οὐκ εὐμενῆς τοῖς προσφάτοις πάθεσι οὐδὲ φιλόανθρωπον, 132E)¹⁸. Ancora, l'argomento dell'appello alla Natura è tipico delle opere filosofiche¹⁹. Più in generale, la scelta del genere del dialogo può, almeno in parte, essere incoraggiata dalla volontà di fare un'esposizione filosofica. Infatti, mentre un trattato poteva essere sia filosofico che medico, un dialogo sembra che sia tipicamente filosofico. Più specificamente, il violento intervento di Glauco nello stile dei platonici Polo o Callicle del *Gorgia* richiama certi procedimenti narratologici tipici di Platone²⁰. Infine, gli esempi e le autorità citati nel testo sono principalmente filosofi. Oltre ai filosofi Plutarco fa riferimento a diversi politici e scrittori famosi, così come a figure

del mito. In tutta l'opera viene citata soltanto un'autorità medica, Ippocrate. La *Quellenforschung* ha naturalmente individuato nel testo molti altri riferimenti a fonti mediche, ma quello che mi colpisce è che Plutarco, a quanto pare, non sentì l'esigenza di *fondare* la sua autorità su precedenti scrittori di medicina: egli ritiene sufficiente osservare che la filosofia, la storia e la letteratura sono dalla sua parte. Pertanto i *Precetti igienici* di Plutarco, nella misura in cui offrono un approccio filosofico alla cura della salute, possono essere definiti *diet-etici*.

In quanto tale, la diet-etica di Plutarco entrava in competizione con le diverse concezioni di dieta sana sostenute dai preparatori atletici e dai medici. Secondo Platone, la dietetica come branca del sapere ebbe origine dall'esperienza dei preparatori atletici. Come Jason König ha dimostrato in un recente studio, molti atleti e preparatori atletici erano impegnati a rivendicare il loro status nell'impero romano e un campo in cui cercavano di distinguersi era la dietetica. Galeno, da parte sua, disapprovava fermamente il parere

¹⁷ Sul concetto filosofico di ἐγκράτεια si vedano CHADWICK, 1962, pp. 343-347 e HADOT, 1995, pp. 324-327.

¹⁸ Su una considerazione etica del vino, cfr. DAVIDSON, 1997, p. 156, NIKOLAIDIS, 1999, TEODORSSON, 1999, e WILKINS, 2000, pp. 243-56 e 2006, p. 166. Per l'ideale Plutarco della κρᾶσις, si vedano DUFF, 1999, pp. 89-94, NIKOLAIDIS, 1999, e TEODORSSON, 1999.

¹⁹ Su quest'uso della natura nell'etica, vd. ANNAS, 1993, pp. 135-220 e NADDAF, 1992 e 2005.

²⁰ Anche in altri dialoghi Plutarco introduce spesso "disturbing figures" soltanto per farli scomparire in un brevissimo lasso di tempo. Cfr. HIRZEL, 1895, pp. 190 e 214.

degli atleti sulla cura della salute²¹. Nei *Precetti igienici* Plutarco taglia corto con i preparatori atletici in poche brevi battute²²: se i preparatori atletici invitano le persone a non riflettere mentre mangiano o bevono, egli dice, ordineremo (κελεύσομεν, 133C-D) loro di andarsene. La sentenza è drastica, specialmente riguardo al verbo greco κελεύω. Plutarco rivolge ancora una dura critica ai preparatori atletici dicendo che il ginnasio produce atleti che sono “lucidi e simili alla pietra come le erme” (133D), persone, cioè, che possono essere brillanti dall'esterno, ma che non sono realmente colte o vive. Il riferimento alla mancanza di cultura degli atleti sarà probabilmente bastato a dissuadere i colti lettori dei *Precetti igienici* dal seguire le indicazioni degli atleti sulla cura della salute. Come risultato, Plutarco può assumere un atteggiamento autoritario quando si trova a confrontarsi con i preparatori atletici.

La situazione nel caso dei medici era naturalmente molto diversa, dal momento che essi potevano essere giustamente considerati *la suprema autorità* nel campo della cura della salute. Di conseguenza, i *Precetti igienici* più e più volte contrappongono favorevolmente la diet-etica di Plutarco alla pratica medica. Pochi esempi. Nel testo, Plutarco insiste

che la diet-etica mira alla preservazione della salute attraverso abitudini relativamente semplici e piacevoli. Questo è posto in forte contrasto con la cura della salute da parte dei medici: per come Plutarco lo presenta, rivolgersi a un dottore comporta quasi automaticamente di essersi prima ammalati, con tutte le spiacevoli conseguenze del caso. I dottori sono, per giunta, presentati mentre assumono un atteggiamento autoritario sui loro pazienti, che finiscono per essere completamente dipendenti da loro:

ἐν ὑποψία καὶ προπαθείᾳ σώματος ἀγεννῆς ἠγούμενοι μίαν ἡμέραν ἐν κλίνη διάγειν καὶ μὴ παραθέσθαι τράπεζαν, αἰσχιστα πολλὰς ἡμέρας κεῖνται καθαρόμενοι καὶ καταπλαττόμενοι καὶ θωπεύοντες ἰατροὺς καὶ θεραπεύοντες. (*Precetti igienici* 128B)

C'è chi, reputando sconveniente passare un giorno a letto senza farsi preparare la tavola, se il corpo dà segni sospetti e premonitori, ci sta poi nel modo più vergognoso molti giorni, intento a purgarsi e a sottoporsi a cataplasmi, a blandire e a servire i medici. (*Precetti igienici* 128B)

Plutarco, d'altra parte, non solo invita i suoi lettori ad assumere un at-

²¹ Vd. KÖNIG, 2005, in part. pp. 254-300. Sulla popolarità dell'atletica greca nel mondo romano, vd. FARRINGTON, 1997, SCANLON, 2002, pp. 40-63, e NEWBY, 2005.

²² Si compari questo passo alla breve ma incisiva descrizione degli effetti negativi dell'allenamento e della dieta atletica nelle *Questioni romane* 40, 274D-E.

tegiamento autonomo in questioni di carattere medico, egli di fatto si tira anche indietro, al punto di non nominarsi nemmeno nel suo testo. Se uno esamina più da vicino il tirarsi indietro di Plutarco nei *Precetti igienici*, risulta trattarsi di molto più che dell'illustrazione del *topos* della modestia²³: è di fatto una sofisticata strategia espositiva per dare autorevolezza a se stesso e alla propria diet-etica. Innanzitutto, il fatto che Zeusippo divulghi le sue opinioni sulla cura della salute su richiesta di Moschione è come se sancisse ufficialmente queste opinioni: Zeusippo le trova evidentemente degne di essere diffuse e Moschione, un medico, sembra approvarle. Questo ovviamente accresce l'attendibilità e l'autorevolezza del testo: se un medico li approva, i lettori saranno più propensi a credere ai consigli filosofici sulla salute dati nel testo. In secondo luogo, rappresentando Zeusippo e Moschione, Plutarco ha fornito ai suoi lettori dei modelli: questi personaggi offrono infatti un'esemplare risposta al testo di Plutarco, poiché rappresentano quella che, come dimostrerò, è la caratteristica distintiva della diet-etica plutarchea: essi integrano un'accentuata cura di sé nella loro abituale vita quotidiana.

In terzo luogo, non nominandosi nel suo testo Plutarco evita di assumere personalmente una posizione polemica. Da una parte, questa potrebbe essere una precauzione contro i medici ostili: sebbene tutti lo sappiano, nessuno potrà provare che le opinioni presentate sono di Plutarco. Tuttavia, dall'altra parte, il fatto di non prendere personalmente una posizione polemica colloca Plutarco al di sopra della discussione: egli discute le sue opinioni con chi è interessato, le polemiche sono per gli altri. È significativo, sotto questo punto di vista, che la presentazione degli eventi del giorno prima nel dialogo iniziale tra Zeusippo e Moschione suggerisca che sia stato Zeusippo, non il compagno ovvero Plutarco, a cacciare via Glauco il giorno prima. Un quarto vantaggio nell'aver un altro che espone i propri insegnamenti può essere stato la possibilità di eliminare del tutto l'impressione di essere didascalico. Come vedremo più avanti, questo può essere di particolare interesse in considerazione di specifiche rimostranze da parte di Glauco.

3. *Una via di mezzo attiva tra estremi paralizzanti*

Nel corso della storia della medicina greca viene riservata una parti-

²³ Cfr. LAUSBERG, 1990, 275β, pp. 157-158. La modestia di Plutarco nel dialogo iniziale dei *Precetti igienici* venne discussa già dal HIRZEL, 1895 (2), p. 166. L'introduzione di un personaggio anonimo, invece, è un espediente più tradizionale che proviene dal *Sofista* o dalle *Leggi* di Platone.

colare attenzione all'osservazione del giusto bilanciamento, per esempio tra il caldo e il freddo o l'umido e l'asciutto²⁴. Sebbene i *Precetti igienici* di Plutarco non siano un'opera di carattere prettamente tecnico²⁵, vi si ritrova un'analogia raccomandazione. Plutarco sostiene, infatti, esplicitamente l'opportunità di "una dieta moderata e sobria" per essere sicuri di non dover vomitare. Analogamente, egli è anche favorevole ai cibi poco costosi, dal momento che "contengono l'appetito entro i limiti naturali" (τὰ γὰρ εὐτελεῖ κρατεῖ τὴν ὄρεξιν ἐπὶ τῶν φυσικῶν μέτρων, 125F)²⁶. Inoltre, egli consiglia di non mangiare troppa carne e di allungare il vino con l'acqua. Di fatto, il primissimo consiglio che viene dato nei *Precetti igienici*, subito dopo il dialogo d'apertura, riguarda il mantenimento della giusta temperatura corporea: per avere le mani calde, bisogna fare attenzione a evitare il raffreddamento delle estremità quando ci si astiene dai lavori manuali. Un po' più avanti, nei capitoli sei e sette, Plutarco sostiene che bisognerebbe rispettare la natura per quanto riguarda i limiti nel godimento dei piaceri: quando si ha fame, bi-

sognerebbe godere dei cibi necessari o di quelli piacevoli, altrimenti non si dovrebbero eccitare altri appetiti. Quindi Plutarco è in linea con la tradizione quando sottolinea l'importanza della moderazione *riguardo il contenuto della propria dieta*.

Nei *Precetti igienici* di Plutarco ci sono, comunque, anche altri e, dal mio punto di vista, molto più importanti appelli alla moderazione, collocati al meta-livello di attribuire *alla dieta* il giusto posto nella propria vita: molta attenzione va in realtà alla quantità di tempo ed energie da dedicare *alla salvaguardia della salute*. Alcune persone, per diverse ragioni, non prestano molta attenzione al proprio modo di vivere e alle sue conseguenze sulla loro salute: si abbandonano ai piaceri senza preoccuparsi dell'effetto che hanno sui loro organismi. Altri, per ragioni altrettanto diverse, sono così preoccupati della loro salute da allenarsi eccessivamente o acquisire conoscenze mediche in modo pedante.

Per come Plutarco lo presenta, il denominatore comune a questi due estremi è che essi impediscono alle

²⁴ Si vedano nel corpo Ippocratico, *Sulla natura dell'uomo*, §§ 3-4 e *Sul Regime* §1.3-5, e Galeno, *Precetti igienici* § 1.1 e, in part. 1.6. Cfr. JOLY, 1967, p. xviii, LONIE, 1977, p.237, DEFRAZAS – HANI – KLAERR, 1985, p. 96, e LLOYD, 1991, pp. 60-64.

²⁵ E' sufficiente una rapida occhiata ai *Precetti igienici* di Galeno per rilevare la differenza tra le due opere. Si noti anche che nella discussione iniziale Zeusippo insiste sul carattere asistemático della discussione che egli ebbe il giorno precedente col compagno (οὐ μετὰ σπουδῆς, 122C, e οὐ πάνυ μετὰ σπουδῆς, 122E).

²⁶ Per loci paralleli, vd. KING, 2005, pp. 8-9.

persone di continuare a vivere normalmente. Trascurare la cura della propria salute porta ad ammalarsi, e questo costituisce un impedimento non solo per le attività consuete, come la politica²⁷ e la lettura, ma anche per le imprese, i viaggi o i passatempi, come l'autore sottolinea ripetutamente (126B-C, 137D-E); ogni piacere diventa impossibile se, come risultato della trascuratezza della propria salute, uno si ammala: il piacere, afferma Plutarco, deriva dall'interno, non dall'esterno, allo stesso modo che un cibo dolce o costoso risulta di fatto piacevole in base alla persona che se ne nutre (128C). Troppa cura della propria salute, d'altra parte, comporta che uno trascuri la propria mente a favore del proprio corpo²⁸ e perciò la rinuncia, da parte degli intellettuali, al proprio ruolo nelle istituzioni sociali. Quelli che seguono una dieta medica molto stretta, per esempio, non è verosimile che prendano parte ai simposi:

οὐ γὰρ ἀσφαλὲς οὐδὲ ῥάδιον
οὐδὲ πολιτικὸν οὐδ' ἀνθρω-
πικὸν ἀλλ' ὀστρέου τινὸς ζῶῃ
προσεοικὸς ἢ στελέχους τὸ ἀμε-
τάστατον τοῦτο καὶ κατηγα-
κασμένον ἐν τροφαῖς καὶ ἀπο-
χαῖς καὶ κινήσεσι καὶ ἡσυχίαις
εἰς ἐπίσκιόν τινα βίον καὶ σχο-
λαστήν καὶ μονότροπὸν τινα
καὶ ἄφιλον καὶ ἄδοξον ἀπωτάτω

πολιτείας καθίσασιν ἑαυτοὺς
καὶ συστειλάσιν, οὐ κατὰ γε τὴν
ἐμήν ἔφη γνώμην. (*Precetti igie-
nici* 135A-B)

Non è sicura, né facile, né appropriata a un cittadino o ad un uomo, ma simile alla vita di un'ostrica o di un tronco d'albero questa immutabilità fondata sulla costrizione nell'ambito della nutrizione e dell'astinenza, del movimento e del riposo, come è quella di persone che si impongono il limite di una vita umbratile, oziosa, solitaria, priva d'amici e di gloria, del tutto avulsa dall'impegno civile; "Questo è certo estraneo al mio punto di vista", egli diceva. (*Precetti igienici* 135A-B)

In questo passo, il compagno condanna fermamente una dieta eccessivamente rigida riguardo il cibo o l'attività come "non sicura, né facile, né appropriata a un cittadino o a un uomo" (οὐ ἀσφαλὲς οὐδὲ ῥάδιον οὐδὲ πολιτικὸν οὐδ' ἀνθρωπικὸν): a parte il fatto che non è salutare, le persone che se la impongono sono condannate a condurre una vita oscura, lontana da qualsiasi forma di vita sociale, senza amici o gloria.

Più e più volte nei *Precetti igienici* Plutarco disapprova entrambi gli estremi in fatto di salute, sostenendo,

²⁷ Sull'importanza della politica nei *Precetti igienici*, si veda SENZASONO, 1997.

²⁸ Cfr. la discussione sulla medicina nel terzo libro della *Repubblica* di Platone (403c-412b, in part. 407b-c).

per esempio, che uno non dovrebbe mettersi in mostra mentre fa il bagno né, d'altra parte, fare il bagno con trascuratezza, non preoccupandosi della propria condizione fisica. Tuttavia, per mantenere la propria salute, non suggerisce di rinunciare al bagno del tutto. Al contrario, più e più volte nei *Precetti igienici* Plutarco sottolinea che la cura della propria salute non dovrebbe comportare l'inattività²⁹:

οὐ γὰρ ἀργίας ὄνιον ἢ ὑγίεια καὶ ἀπραξίας, ἃ γε δὴ μέγιστα κακῶν ταῖς νόσοις πρόσεστι, καὶ οὐδὲν διαφέρει τοῦ τὰ ὄμματα τῷ μὴ διαβλέπειν καὶ τὴν φωνὴν τῷ μὴ φθέγγεσθαι φυλάττοντος ὁ τὴν ὑγίειαν ἀχρηστία καὶ ἡσυχία σφύζειν οἰόμενος· πρὸς οὐδὲν γὰρ ἑαυτῷ χρήσαιτ' ἂν τις ὑγιαίνοντι κρεῖττον ἢ πρὸς πολλὰς καὶ φιλανθρώπους πράξεις. ἥκιστα δὴ τὴν ἀργίαν ὑγεινὸν ὑποληπτέον, εἰ τὸ τῆς ὑγείας τέλος ἀπόλλυσι, καὶ οὐδ' ἀληθές ἐστι τὸ μᾶλλον ὑγιαίνειν τοὺς ἡσυχίαν ἄγοντας· οὔτε γὰρ Ξενοκράτης μᾶλλον διωγίαινε Φωκίωτος οὔτε Δημητρίου Θεόφραστος, Ἐπίκουρον τε καὶ τοὺς περὶ Ἐπίκουρον οὐδὲν ὤνησε πρὸς τὴν ὑμνουμένην σαρκὸς εὐστάθειαν ἢ πάσης φιλοτιμίαν ἐχούσης πράξεως ἀπόδρασις. ἀλλ' ἐτέραις ἐπιμελείαις διασωστέον ἐστὶ τῷ σώματι τὴν κατὰ φύσιν ἕξιν, ὡς

παντὸς βίου καὶ νόσον δεχομένου καὶ ὑγίειαν. (*Precetti igienici* 135B-C)

La salute non si acquista a prezzo d'ozio e d'inerzia, che certo sono i mali più grandi fra quelli inerenti alle malattie e non è affatto diverso da chi risparmia gli occhi rinunciando a vedere e la voce rinunciando a parlare chi s'illude di conservare la salute con l'inattività e il riposo. Non si potrebbe volgere la propria salute ad alcuno scopo migliore di quello costituito da un buon numero di azioni in favore degli uomini. Non si deve assolutamente credere che l'ozio giovi alla salute, se vanifica il fine cui essa tende, e non è nemmeno vero che le persone che conducono vita inattiva godano di miglior salute; Senocrate non stava meglio in salute di Focione, né Teofrasto di Demetrio, e a Epicuro e ai suoi discepoli non giovò per nulla ai fini dell'equilibrio della carne tanto esaltato la fuga da ogni attività che comporti l'ambizione. Ma anche con altre cure si dovrebbe conservare la condizione naturale del corpo, considerando che ogni vita è aperta alla possibilità della malattia come della salute. (*Precetti igienici* 135B-C)

²⁹ Cfr. *Sulla tranquillità dell'anima* 465C, dove si dice che l'inattività (ἀπραξία, 465C; cfr. *Precetti igienici* 135B) non è il prezzo da pagare per la tranquillità (ὄνιον, 465C; cfr. *Precetti igienici* 135B).

In questo passo Plutarco dimostra che l'ozio e l'inerzia (cfr. ἀργία, ἀπραξία, 135B) non sono il prezzo da pagare (ὄντιον, 135B) per la salute. Il suo primo argomento è un *argumentum e contrario*: l'inerzia è segno di malattia, non di salute. In secondo luogo, fa una *reductio ad absurdum*: rimanere inerti per mantenere la salute è come preservare la propria vista evitando di guardare o la propria voce non emettendo alcun suono. Di seguito viene osservato che il tratto distintivo della salute è l'opposto dell'inerzia, cioè “numerose azioni in favore degli uomini” (πολλὰς καὶ οὐκ ἀφιλανθρώπους πράξεις, 135C). Infine, vengono addotti esempi per dimostrare che l'inerzia non porta automaticamente alla buona salute. I personaggi presentati in questi esempi sono filosofi. Da una parte due filosofi – che, a quanto pare, si suppone abbiano condotto una vita di inerzia – sono contrapposti a due loro famosi discepoli³⁰ che si dedicarono alla politica, cioè Senocrate a Focione e Teofrasto a Demetrio. Si dice che il primo membro di ciascuna coppia non mantenne una salute migliore rispetto al secondo. D'altra parte, viene affermato che una vita senza attività ambiziose non

ha aiutato Epicuro e i suoi discepoli a mantenere una salute perfetta. Poiché³¹, quindi, ogni genere di vita è aperto alla possibilità della malattia e della salute, non è rinunciando alle proprie attività ma in altri modi che uno dovrebbe preservare la buona condizione naturale del proprio organismo. I lettori a cui sono rivolti i *Precetti igienici*, *philologoi* e *politikoi*, non devono dunque cambiare il proprio stile di vita per stare in buona salute.

Se l'insieme delle persone che devono lavorare per vivere rischia di distruggere il proprio organismo attraverso le notti insonni e gli sforzi continui per raggiungere tale obiettivo, non corrono questo pericolo i *philologoi* e *politikoi*. Quello che devono temere loro è di trascurare il loro corpo in favore della propria anima. Tuttavia l'importanza precipua che queste persone attribuiscono alle proprie anime dovrebbe spronarli a prendersi cura dei loro corpi. Infatti, se l'anima non concede un po' di riposo al corpo quando quest'ultimo lo richiede, il corpo cadrà ammalato e perciò costringerà l'anima a lasciare “i libri, le discussioni e gli studi” (cfr. τὰ βιβλία καὶ τοὺς λόγους καὶ τὰς διατριβάς, 137D)³². La conclusione è che, in linea

³⁰ Sulla composizione delle due coppie di uomini, si veda SENZASANO, 1992, p. 127, nt. 152 (p. 194). Cfr. anche *Sulla tranquillità dell'anima* §4.

³¹ Sull'uso di ὥς con il participio, vd. *KG*, 90.

³² Sull'origine platonica di questa idea, si vedano WÖHRLE, 1990, pp. 124-140 e BOULOGNE, 1995, p. 2772, e nt. 87.

con il consiglio di Platone di conservare l'equilibrio tra anima e corpo, come quello di una pariglia di cavalli, l'anima dovrebbe prestare estrema attenzione al corpo quando più il corpo coopera con l'anima. Infatti ci si dovrebbe rendere conto, conclude Plutarco, che quanto di meglio ha da offrire la salute è che niente impedisca di acquisire e praticare la virtù nelle parole e nei fatti. La salute, quindi, è presentata come la *conditio sine qua non* per le attività intellettuali e la pratica della virtù nelle parole e nei fatti. Se così il testo sottolinea l'importanza della salute, al tempo stesso, si autopromuove. Infatti, se la salute è importante sia per gli uomini dediti alle lettere sia per quelli dediti alla vita pubblica, i *Precetti igienici*, uno scritto sulla salute rivolto sia agli uomini dediti alle lettere sia a quelli dediti alla vita pubblica, risulterà per loro una lettura utile se intendono praticare la virtù nelle parole e nei fatti. Concludendo su questa nota, i precetti per la conservazione della buona salute dati nel testo sono collocati anche in un quadro ben definito: la salute è importante perché ci rende capaci di realizzare il fine più alto della virtù, un fine cioè filosofico. Per quanto im-

portante, la medicina è, in definitiva, al servizio della filosofia.

4. Fare leva sulle motivazioni del lettore

Quando le persone prestano troppa o troppo poca attenzione alla salvaguardia della salute, Plutarco osserva, il loro comportamento è spesso guidato da un desiderio di piacere o di onore. Alcuni sono eccessivamente soggetti alla gola (127E) o ai cibi speciali (125C) perché pensano che questo procuri onore; oppure si sottopongono a un digiuno stretto (123B) o studiano pedantemente il linguaggio medico (129D)³³ per mettersi in mostra.

Se dunque alcuni pensano di soddisfare i loro desideri di piacere e onore prestando quella che, secondo i *Precetti igienici*, è troppa o troppa poca attenzione alla salvaguardia della salute, l'opera mostra che il loro comportamento di fatto non determina altro che danni e vergogna. Prendete, ad esempio, un aneddoto su un sofista di Cheronea chiamato Nigro³⁴:

Νίγρος δ'ὁ ἡμέτερος ἐν
Γαλατία σοφιστεύων ἄκανθαν
ἐτύγγανεν ἰχθύος καταπεπωκώς.
ἐτέρου δ' ἐπιφανέντος ἔξωθεν

³³ Cfr. Aulo Gellio, *Notti Attiche* 16.3 dove Favorino viene rimproverato quando si mette in mostra facendo visita ad un amico ammalato. Cfr. GLEASON, 1995, pp. 140-141.

³⁴ Su Nigro, vd. ZIEGLER, 1951, p. 679, BABUT, 1969, pp. 252-254, DEFRAZAS – HANI – KLAERR, 1985, p. 120, nt. 1, PUECH, 1992, pp. 4863-4864, e SENZASONO, 1992, p.107, nt. 101 (pp. 175-176). Sull'aneddoto qui raccontato e sull'informazione sulla competizione sofistica, cfr. SCHMITZ, 1991, pp. 114-115 e GLEASON, 1995, p. 4.

σοφιστοῦ καὶ μελετῶντος, ὀρωδῶν ὑφειμένου δόξαν παρασχεῖν, ἔτι τῆς ἀκάνθης ἐνισχυομένης ἐμελέτησε· μεγάλης δὲ φλεγμονῆς καὶ σκληρᾶς γενομένης, τὸν πόνον οὐ φέρων ἀνεδέξατο τομὴν ἕξωθεν βαθεῖαν. ἡ μὲν οὖν ἄκανθα διὰ τοῦ τραύματος ἐξηρέθη, τὸ δὲ τραῦμα χαλεπὸν γενόμενον καὶ ῥευματικὸν ἀνεῖλεν αὐτόν. (*Precetti igienici* 131A-B)

Al nostro Nigro, mentre si esibiva come sofista in Galazia, era accaduto d'inghiottire una lisca di pesce. Un altro sofista comparve, giungendo da altri paesi, per tenere conferenze e Nigro, nel terrore di suscitare l'impressione d'essersi ritirato davanti a lui, tenne una conferenza quando ancora la lisca gli era confitta in gola; la conseguenza fu una grave e tenace infiammazione, per cui, non potendo sopportare il dolore, si sottopose a una profonda incisione praticata dall'esterno. Ebbene, la spina fu estratta attraverso la ferita, ma la ferita rincrudì e suppurò conducendolo così a morte. (*Precetti igienici* 131A-B)

Mentre Nigro pensava di accrescere il proprio onore tenendo una conferenza nonostante la sua cattiva condizione fisica, la storia dimostra che la sua fu una decisione sbagliata: egli infatti danneggiò il proprio corpo così gravemente da perdere la vita. E oltretutto, così facendo non sembra aver ottenuto un'eterna fama di imbattibilità: l'aneddoto non lo celebra, ma piuttosto lo compatisce e di fatto mira a cambiare il comportamento del lettore evidenziando le devastanti conseguenze di una cattiva salvaguardia della propria salute³⁵.

Come ci si aspetterebbe in un'opera che tratta di salute e malattia, i riferimenti ai danni riguardano prima di tutto disturbi fisici. E certamente i *Precetti igienici* menzionano sofferenza e infermità generali così come malattie specifiche e un più generico malessere fisico³⁶. Oltre a mostrare i danni provocati da una cattiva salvaguardia della salute, questi riferimenti talvolta mettono in evidenza anche la vergogna provata quando uno non riesce più a

³⁵ Gli aneddoti su Tito (123D), Alessandro e Medio (124C), Reglo e Tito (124C), e Lisimaco (126E) mirano al medesimo scopo. I riferimenti ad Eteocle (125D), Giasone (135E), ed Esiodo (127D), invece, fungono da 'Sprungbretts', sui quali vd. INGENKAMP, forthcoming.

³⁶ Sofferenza (πόνος): 128C, 128E, 129E, 129F, 131A, 132D, 135D, 136A, 136B, e 136F; infermità (νόσος): 123B, 123C, 126B, 126C, 126D, 127D, 129B, 129F, 135B, 135D, e 136D. BOEHM, 1935, DEFRAZAS – HANI – KLAERR, 1985, e LOPEZ FEREZ, 1990, pp. 221-223 spiegano i termini tecnici che occorrono nei *Precetti igienici*, il cui numero, tuttavia, è limitato, come SCARBOROUGH, 1969, p. 103 osserva e già l'autore stesso sottolineava nel capitolo 15. Cfr. anche LOPEZ FEREZ, 1990, p. 221.

nascondere questi disturbi³⁷. La vergogna viene anche evocata per l’eccessiva salvaguardia della salute: la persona che vuole fare mostra della propria cultura medica quando va a visitare amici ammalati è tacciata di “chiacchierare con atteggiamento saccente (σοφιστικῶς, 129D) e inopportuno (περιέργως, 129D)”, e perciò assimilata alla negativa figura dell’*adoleschos* ovvero chiacchierone, come lo si incontra nel trattato plutarco *Sulla loquacità*; poi, il ricorso ai bagni freddi è, per esempio, definito “un segno di ostentazione puerile” (ἐπιδεικτικὸν καὶ νεανικόν, 131B). Così, se il lettore non vuole essere associato con persone che vengono socialmente criticate, dovrebbe imitare il comportamento che Plutarco attribuisce alle persone di buon senso. Infatti, dopo tutto chi vorrebbe essere associato al comportamento irrazionale, infantile e servile di gente priva di sensibilità, di gente volgare o della massa?³⁸ La percezione sociale negativa viene quindi usata come un argomento per distogliere le persone dalle loro consuete pratiche per salvaguardare la salute.

Per converso, Plutarco chiarisce che la sua cura filosofica della salute tiene molto conto delle aspettative e delle

ambizioni sociali. Un buon esempio si può trovare a 125C:

ὅταν οὖν τι τῶν σπανίων ἀπολαυσιμάτων ἢ ἐνδόξων παραγένηται, φιλοτιμητέον ταῖς ἀποχέσεσι μᾶλλον ἢ ταῖς ἀπολαύσεσι. (*Precetti igienici* 125C)

Ebbene, quando ci si presenta un’occasione rara o rinomata di godimento, dovremmo ambire alla rinuncia più che al godimento. (*Precetti igienici* 125C)

Il contesto di questo passo è che, secondo Plutarco, molte persone consumano rari tipi di cibo solo per potersi vantare di averli consumati. Invece di fare così, Plutarco osserva, il lettore dovrebbe piuttosto mostrare autocontrollo. L’argomento che egli usa per promuovere l’autocontrollo non è, comunque, che l’onore non c’entra niente con il cibo, ma che l’autocontrollo riguardo al cibo è il modo migliore per soddisfare il desiderio di onore. In questo modo, Plutarco fa leva sul senso dell’onore del lettore per insinuare i valori filosofici che vuole instillare nei suoi lettori.

Nella presentazione di Plutarco, quindi, è questo la caratteristica fondamentale e distintiva della sua con-

³⁷ Cfr. 124E, 125B, 128A, 134B, e 136E. Sul rapporto fra danni e vergogna, cfr. INGENKAMP, 1971, p. 76.

³⁸ Irrazionale: cfr. ἀβελτέρως, 127E; infantile: cfr. παιδαριώδης, 128A οἱ καθάπερ οἱ παῖδες, 132E; servile e volgare: cfr. ἀνελευθέρους κομιδῆ καὶ φορτικός, 124F; volgare: ἀγροίκου τινός, 124B; priva di sensibilità: cfr. νοῦν οὐς ἔχοντος οὐδὲ λόγον, 124B; la massa: οἱ πολλοί, 126E, 134A, 134E, 135D, 136A, 136B οἱ τοὺς δὲ πλείους, 127E.

cezione della cura della salute: lungi dall'impedire o anche dal dissuadere le persone dalle loro consuete attività, è tale da risultare non soltanto compatibile con la consueta vita del lettore, ma da fargli vivere questa vita con più successo e progredire la sua posizione nella società. L'esempio più elaborato riguarda i simposi e le feste. Per cominciare, Plutarco discute delle precauzioni che bisogna prendere prima dei banchetti:

μάλιστα δὲ φυλακτέον πλησμονὰς καὶ μέθας καὶ ἠδυπαθείας ἑορτὴν τινα μέλλουσαν ἢ φίλων ὑποδοχὴν ἐν χερσὶν ἔχοντας ἢ προσδοκῶντας ἐστίασιν βασιλικὴν καὶ ἡγεμονικὴν καὶ συμπεριφορὰν ἀπαραίτητον, οἷον ἐπιόντος ἀνέμου καὶ κύματος εὐσταλῆς τὸ σῶμα καὶ κοῦφον ἐν εὐδία παρασκευάζοντας. ἔργον γάρ ἐστιν ἐν συνουσίαις καὶ φιλοφροσύναις αὐτὸν ἐπὶ τῶν μετρίων καὶ τῶν συνήθων φυλάξαι μὴ πᾶσι μετ' ἀηδίας δεινῆς ἐπαχθῆ φανέντα καὶ φορτικόν. (*Precetti igienici* 123D-E)

Bisogna soprattutto guardarsi dall'intemperanza alimentare, dall'ubriachezza e dall'abbandono ai piaceri, quando ci disponiamo a partecipare a una festa

imminente o a un ricevimento d' amici o prevediamo il convito d'un re o d'un alto funzionario e gli inevitabili obblighi mondani che comporta; in tal modo, al sopraggiungere di venti e flutti, predisporremo il corpo durante la bonaccia sì da renderlo agile e leggero. Non è compito facile, quando si è in lieta compagnia, mantenersi nei limiti della propria moderazione abituale senza apparire molesto e volgare³⁹ a tutti, riuscendo terribilmente sgradevole. (*Precetti igienici* 123D-E)

Il consiglio di Plutarco in materia di feste è qui quello di mangiare meno prima di andare a un banchetto, in modo che uno possa pienamente prendere parte alla festa⁴⁰. Il testo qui concettualizza implicitamente i banchetti come un'istituzione sociale, cioè un aspetto specifico della vita sociale, in cui il comportamento e le relazioni delle persone sono regolati da un complesso di regole scritte e/o non scritte⁴¹: quando uno incontra altre persone in occasione di un banchetto, *ci si aspetta* che reciti un determinato ruolo. D'altronde, come lo stesso Plutarco osserva, “non è compito facile” (ἔργον ... ἐστιν, 123E) *non* interpretare la parte che ci si aspetta

³⁹ Qui la traduzione è stata modificata, per rendere più chiara la connotazione socio-culturale di φορτικός.

⁴⁰ Esempio è la differenza con Epitteto, *Discorsi* 4.2.

⁴¹ Cfr. PARSONS, 1952, p. 39 e VAN HOOF – VAN RUYSEVELDT – SNIJDERS, 1996, p. 23. Sull'importanza dei banchetti nelle *Vite*, vd. TITCHENER, 1999, in part. p. 481.

che uno reciti senza apparire “molesto e pesante” rifiutando un invito o mangiando con moderazione quando si partecipa a una festa. In altre parole, se uno non recita la sua parte, il controllo sociale lo sanzionerà.

Ciò che questo passo chiaramente lascia trapelare è che i *Precetti igienici* non si occupano solamente della dieta più sana per un individuo *an sich* (“in sé”), ma tengono anche conto della posizione sociale e del ruolo di un individuo nella società per determinarne la dieta: se occorre, è meglio cambiare la propria dieta piuttosto che perdere il proprio ruolo. Nel capitolo successivo, comunque, viene sostenuta una posizione un po’ diversa, trattando di eventi sociali inaspettati, per i quali non si possono prendere precauzioni:

ἢ τε γὰρ παραίτησις ἂν τὸ ἐπιδέξιον καὶ τὸ ἀστεῖον ἔχη, οὐχ ἥττον ἔσται κεχαρισμένη τῆς συμπεριφορᾶς· ἂν τέ τις παρέχων ἐστίασιν ὥσπερ θυσίαν ἄγευστον αὐτὸς ἀπέχηται, παρά τε τῆ κύλικι καὶ τῆ τραπέζῃ μετὰ προθυμίας καὶ φιλοφροσύνης ἅμα τι παίζων καὶ λέγων εἰς ἑαυτόν, ἠδίων φανεῖται τοῦ συμμεθυσκομένου καὶ συνοψοφαγοῦντος. (*Precetti igienici* 124B-C)

Ché il rifiuto, se viene opposto con tatto e finezza, riesce non

meno accetto della partecipazione mondana; e se uno, offrendo un banchetto come un sacrificio le cui carni non possono essere gustate, se ne astiene, e di fronte alla coppa e alla tavola con spontanea gaiezza dice moti scherzosi nei confronti di se stesso, riuscirà più gradito di chi si ubriaca e si ciba di leccornie in compagnia. (*Precetti igienici* 124B-C)

Piuttosto che cedere alla pressione sociale mangiando e quindi ammalandosi, al lettore viene insegnato come rifiutare cibo e bevute senza incorrere nella disapprovazione sociale. Se uno è arguto e spiritoso quando chiede di essere scusato può fare come vuole e risultare ancora più piacevole “di chi si ubriaca e si ciba di leccornie in compagnia” (124C). Così, quello che Plutarco offre al suo lettore è un consiglio filosofico che gli consentirà di reagire con flessibilità a pratiche sociali sempre diverse⁴² e perciò rimanere in salute, promuovendo al tempo stesso la propria posizione sociale.

Dopo il consiglio sul comportamento sociale nei banchetti, Zeusippo conclude il quinto capitolo dicendo che “questi sono gli insegnamenti che Glauco rinfacciava in tono derisorio tacciandoli di essere pedagogici” (παιδαγωγικά, 124D). Rimproverando il compagno che il suo consiglio è “pe-

⁴² Sulla nozione di pratica sociale, vd. BOURDIEU, 1972, in part. pp. 174-189, e 1980, in part. pp. 87-109.

dagogico⁴³, quindi, Glauco al tempo stesso coglie il punto e mostra di averlo mancato: i precetti certamente hanno un intento pratico e, specialmente nel precedente consiglio sui banchetti, addirittura suggeriscono delle regole e delle attenzioni per i modi e la moralità. Tuttavia non sono niente affatto rivolti a bambini, e tanto meno infantili! Tutto il contrario: il compagno, lungi dall'imporre un insieme fisso di regole riguardo il mangiare e il banchettare, suggerisce modi per affrontare strategicamente e creativamente questi aspetti della vita di società. Così la derisione degli altri da parte di Glauco, derivante da una comprensione imperfetta e parziale delle loro opinioni, lo rende di per sé ridicolo: il suo rimprovero di pedagogia rivela che è lui ad avere bisogno di essere educato. In questo modo, quindi, l'ultima scena in cui Glauco è menzionato conferma l'immagine di lui tracciata nel dialogo iniziale, in cui, nonostante la sua affermazione di non avere bisogno della filosofia, veniva presentato come uno che ne abbia una grande necessità.

5. *Conclusion: i Precetti igienici di Plutarco e oltre*

Quello che la mia analisi ha dimostrato è che i *Precetti igienici* sono non solo un'opera filosofica su ciò

che si deve mangiare o come comportarsi a un simposio: sono anche un testo altamente metariflessivo, che discute del proprio status e della autorità del suo autore. Per esplorare queste problematiche autoreferenziali, Plutarco dispiega strategicamente le possibilità del genere filosofico del dialogo. Prima di tutto, la scena iniziale attira l'attenzione sui preconcetti con cui Plutarco come filosofo sente di doversi confrontare scrivendo un'opera sulla cura della salute. L'acume con cui il problema viene sollevato offre un significativo contesto entro il quale interpretare il resto dell'opera, che, come abbiamo visto, è piena di riferimenti a contrastanti concezioni sulla cura della salute e specialmente a quelle dei medici. Ma c'è di più. Il genere del dialogo, con la pluralità delle sue voci, viene trattato ingegnosamente per *coinvolgere* il lettore, facendogli chiedere dove colloca se stesso in questa discussione fra medici e filosofi, e per manovrare sostanzialmente la sua posizione. Prima, ho già illustrato il ritratto sapientemente distorto dei diversi personaggi. Per giunta, quello che un'analisi complessiva del testo ha reso chiaro è che Zeusippo e Moschione sono di fatto costruiti per *incarnare la caratteristica fondamentale* dell' ap-

43 Seguo qui AGUILAR, 2001, p. 463, che traduce ὡς παιδαγωγικά come "proprias de un pedagogo". Sul ruolo del παιδαγωγός, si veda MARROU, 1965, pp. 220-221, con i suoi suggerimenti bibliografici in nt. 4.

proccio di Plutarco alla cura della salute: non solo abbracciano pienamente i consigli diet-etici di Plutarco e quindi è come se sancissero la sua autorità, ma fanno questo *mentre continuano a vivere le loro vite*. Così, facendo notare che Moschione è un medico e suggerendo che Zeusippo è un uomo interessato alle lettere e forse alla politica, Plutarco chiarisce che seguire i suoi consigli diet-etici non comporta nessun cambiamento fondamentale del proprio stile di vita: i suoi lettori, che egli definisce *philologoi* e *politikoi*, non devono diventare *philosophoi*! Da una parte, questo può naturalmente essere un argomento importante perché i lettori a cui il testo si rivolge seguano i consigli sulla cura della salute di Plutarco piuttosto che quelli di un medico, che, come sostiene Plutarco, comporterebbero cambiamenti molto più radicali nelle loro vite. D'altro canto, il fatto di non trasformare i propri lettori in filosofi sarebbe anche nell'interesse *personale* di Plutarco, poiché gli consentirebbe di mantenere il ruolo di filosofo esclusivamente per se stesso.

In questo modo, la mia lettura dei *Precetti igienici* plutarchei cambia in modo radicale l'immagine prevalente di Plutarco, rappresentato tradizionalmente come un autore prettamente libresco: benché egli avesse veramente letto moltissimo e si con-

frontasse continuamente con la letteratura precedente, la mia lettura dimostra che egli era un autore sofisticato, capace di *manipolare* la tradizione letteraria e filosofica per i suoi propri fini. Perciò, può essere avvicinato agli autori più sofisticati del suo tempo molto più di quanto venga presupposto di solito. Tuttavia, quello che lo distingue è il discorso raffinato piuttosto che epidittico che egli sviluppa su se stesso e sul suo bagaglio culturale. Per cui, considerare Plutarco al di fuori dalla biblioteca e leggerlo nel suo contesto socio-culturale dà anche un quadro sfumato del suo atteggiamento elitario: socialmente egli è, com'è naturale, elitario ma, come dimostra la mia lettura dei *Precetti igienici*, non è tale in modo manifesto e diretto. Piuttosto, apre un dibattito sui diversi tipi di autorità intellettuale e culturale: il riconoscimento sociale che la diet-etica promette sottilmente di procurare al lettore viene favorevolmente contrapposto, più e più volte, allo spettacolo ostentato⁴⁴ offerto dai preparatori atletici con l'allenamento dei corpi o dai medici con i digiuni stretti o la manipolazione della terminologia medica. Pertanto, l'opera offre una visione particolare di quello che la cultura d'élite dovrebbe essere – una visione che qualifica Plutarco come un'autorità intellettuale e

⁴⁴ L' ἐπίδειξις, sia a parole sia nei fatti è rimproverata nei *Precetti igienici* 123B, 129D, 131B, e 133E.

culturale e allo stesso modo come un' agente abile nella vita sociale⁴⁵.

BIBLIOGRAFIA

AGUILAR, R. M.,

- "Un reflejo de la doctrina del *Corpus Hippocraticum* en Plutarco. La salud", *Cuadernos de Filología Clásica*, 6 (1996) 23-35.

- "La prevención de la salud en la Antigüedad. Plutarco y Galeno", in A. PÉREZ JIMÉNEZ – F. CASADESÚS BORDOY (edd.), *Estudios sobre Plutarco. Misticismo y religiones místicas en la obra de Plutarco, Actas del VII Simposio Español sobre Plutarco, Palma de Mallorca, 2-4 de Noviembre de 2000*, Madrid – Málaga, 2001, 461-472.

ANNAS, J.,

- *The Morality of Happiness*, New-York – Oxford, 1993.

BABBITT, F. C. (ed.),

- *Plutarch. Moralia*, Volume II (*Loeb Classical Library*), Cambridge (Mass.) – London, 1928.

BABUT, D.,

- *Plutarque et le stoïcisme*, Paris, 1969.

BELLU, M. A.,

- "La *chreia* en el *De tuenda sanitate praecepta* de Plutarco", in M. JUFRESA – F. MESTRE – P. GÓMEZ – P. GILABERT (edd.), *Plutarc a la seva època. Paideia i societat. Actas des VIII Simposio Español sobre Plutarco, Barcelona, 6-8 de Noviembre de 2003*, Barcelona, 2005, 209-216.

BOEHM, G.,

- *Plutarchs Dialog ὑγιεινὰ παραγγέλματα*

analysiert und auf seine Quellen untersucht, Diss. Giessen, 1935.

BOULOGNE, J.,

- "Plutarque et la médecine", in *ANRW* 37.3 (1995), 2762-2792.

BOURDIEU, P.,

- *Esquisse d'une théorie de la pratique, précédé de Trois études d'ethnologie kabyle (Travaux de droit, d'économie, de sociologie et de sciences politiques 92)*, Genève, 1972.

- *Le sens pratique*, Paris, 1980.

CHADWICK, H.,

- "Enkrateia", *RAC*, 5 (1962) 343-365.

DAVIDSON, J.,

- *Courtesans and Fishcakes. The Consuming Passions of Classical Athens*, London, 1997.

DEFRADAS, J. – HANI, J. – KLAERR, R. (edd.),

- *Plutarque. Œuvres morales*, Tome II (*Collection des Universités de France*), Paris, 1985.

DEICHGRÄBER, K.,

- "Moschion", in *RE* 31. Halbband (1933), 349-350.

DONINI, P.L.,

- "Galeno e la filosofia", in *ANRW* 2.36.5 (1992), 3484-3504.

DUFF, T. E.,

- *Plutarch's Lives. Exploring Virtue and Vice*, Oxford, 1999.

DURLING, R. J.,

- "Medicine in Plutarch's *Moralia*", *Traditio*, 50 (1995) 311-314.

FARRINGTON, A.,

- "The Introduction and Spread of Roman Bathing in Greece", in J. DELAINE – D. E. JOHNSTON (edd.), *Roman Baths and Bathing. Proceedings of the First In-*

⁴⁵ Ringrazio molto il Dottor Emiliano Gelli e il Signor Aldo Tagliabue per avermi gentilmente aiutato a tradurre in Italiano questo articolo, che sarà pubblicato in Inglese in L. VAN DER STOCKT (ed.), *Virtues for the People. Aspects of Plutarch's Ethics*, Leuven.

- ternational Conference on Roman Baths held at Bath, England, 30 March – 4 April 1992*, Part 1. *Bathing and Society*, Portsmouth, 1999, 57-66.
- FERRARI, G. R. F.,
- *Listening to the Cicadas. A study of Plato's Phaedrus*, Cambridge, 1987.
- FOUCAULT, M.,
- *Histoire de la sexualité. 3. Le souci de soi*, Paris, 1984.
- FUHRMANN, M. (ed.),
- *Plutarque. Œuvres morales*, Tome IX, Première partie (*Collection des Universités de France*), Paris, 1972.
- GALLO, I.,
- "Forma letteraria nei *Moralia* di Plutarco. Aspetti e problemi", in *ANRW* 2.34.4 (1998), 3511-3540.
- GILL, CHR.
- "Afterword. Dialectic and the Dialogue Form in Late Plato", in Chr. GILL – M. MCCABE (edd.), *Form and Argument in Late Plato*, New York, 1996, 283-311.
- GLEASON, M. W.,
- *Making Men. Sophists and Self-Presentation in Ancient Rome*, Princeton, 1995.
- GLUCKER, J.,
- *Antiochus and the Late Academy (Hypomnemata 56)*, Göttingen, 1978.
- GRANT, M.,
- *Galen on Food and Diet*, London, 2000.
- GRIMAUDDO, S.,
- "La medicina ellenistica in Plutarco", in I. GALLO (ed.), *La biblioteca di Plutarco. Atti del IX Convegno Plutarco*, Pavia, 13-15 giugno 2002, Napoli, 2004, 417-437.
- HADOT, P.,
- "Selbstbeherrschung", in RITTER, J. (ed.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie*, Band 9, Basel – Darmstadt, 1995, 323-330.
- HIRZEL, R.,
- *Der Dialog. Ein literarhistorischer Versuch*, Zweiter Theil, Leipzig, 1895.
- INGENKAMP, H. G.,
- *Plutarchs Schriften über die Heilung der Seele*, Göttingen, 1971.
- "ΟΥΚ ΑΗΔΩΣ ΔΕΥΡΟΜΕΤΕΝΕΓΚΕΙΝ. Sprungbrett-Argumente bei Plutarch", in L. VAN DER STOCKT – Ph. STADTER (edd.) *Interpreting Composition in Plutarch*, Leuven, forthcoming.
- JOLY, R. (ed.),
- *Hippocrate. Du régime*, Paris, 1967.
- JONES, C. P.,
- "Towards a Chronology of Plutarch's Works", *JRS*, 56 (1966) 61-74.
- KÖNIG, J.,
- *Athletics and Literature in the Roman Empire*, Cambridge, 2005.
- LAUSBERG, H.,
- *Handbuch der literarischen Rhetorik. Eine Grundlegung der Literaturwissenschaft*, 3. Auflage, Stuttgart, 1990.
- LLOYD, G. E. R.,
- *Methods and Problems in Greek Science*, Cambridge, 1991.
- LONIE, I. M.,
- "A Structural Pattern in Greek Dietetics and the Early History of Greek Medicine", *Medical History*, 21 (1977), 235-260.
- LÓPEZ FÉREZ, J. A.,
- "Plutarco y la medicina", in A. PÉREZ JIMÉNEZ – G. DEL CERRO CALDERÓN (edd.), *Estudios sobre Plutarco. Obra y tradición, Actas del I Symposium español sobre Plutarco, Fuengirola, 1988*, Málaga, 1990, 217-227.
- MARROU, H.-I.,
- *Histoire de l'éducation dans l'antiquité*, Sixième édition, revue et augmentée, Paris, 1965.
- MORALES OTAL, C. – GARCÍA LÓPEZ, J. (edd.),
- *Plutarco. Obras morales y de costumbres*, I (*Biblioteca Clásica Gredos*), Madrid, 1985.

- MUDRY, PH.,
- "L'orientation doctrinale du *De Medicina* de Celse", in *ANRW* 2.37.1 (1993), 800-818.
- NADDAF, G.,
- *L'origine et l'évolution du concept grec de physis*, Lewiston, 1992.
- *The Greek Concept of Nature (Sunny Series in Ancient Greek Philosophy)*, Albany, 2005.
- NEWBY, Z.,
- *Greek Athletics in the Roman World. Victory and Virtue*, Oxford, 2005.
- NIKOLAIDIS, A. G.,
- "Plutarch's Attitude to Wine", in J. MONTES CALA – M. SANCHEZ ORTIZ DE LANDALUCE – R. GALLE CEJUDO (edd.), *Plutarco, Dioniso y el vino. Actas del VI Simposio Español sobre Plutarco, Cádiz, 14–16 de Mayo de 1998*, Madrid, 1999, 337-348.
- PARSONS, T.,
- *The Social System*, London, 1952.
- PATON, W.R. – WEGEHAUPT, I. – POHLENZ, M. (edd.),
- *Plutarchi Moralia*, Volume 1.2. Auflage, verb. u. Erw. Nachdr. der 1. Aufl. von 1925 (*Bibliotheca Scriptorum Graecorum et Romanorum Teubneriana*), Leipzig, 1974.
- PÉREZ JIMÉNEZ, A. – GARCÍA LÓPEZ, J. – AGUILAR, R. M. (edd.),
- *Plutarco, Platón y Aristóteles. Actas del V Congreso Internacional de la I.P.S., Madrid – Cuenca, 4-7 de mayo de 1999*, Madrid, 1999.
- PUECH, B.,
- "Prosopographie des amis de Plutarque", in *ANRW* 2.33.6 (1992), 4831-4893.
- SCANLON, T. F.,
- *Eros and Greek Athletics*, Oxford – New York, 2002.
- SCARBOROUGH, J.,
- *Roman Medicine*, Ithaca – New York, 1969.
- SCHIEFSKY, M. J.,
- *Hippocrates, On Ancient Medicine. Translated with Introduction and Commentary (Studies in Ancient Medicine 28)*, Leiden, 2005.
- SCHMITZ, T.,
- *Bildung und Macht. Zur sozialen und politischen Funktion der zweiten Sophistik in der griechischen Welt der Kaiserzeit (Zetemata 97)*, München, 1997.
- SENZASONO, L. (ed.),
- *Plutarco. Precetti Igienici (Corpus Plutarchi Moraliū)*, Napoli, 1992.
- "Health and Politics in Plutarch's *De Tuenda Sanitate Praecepta*", in J. MOSSMAN (ed.), *Plutarch and his Intellectual World*, London, 1997, 113-118.
- SINGER, P.,
- *Galen. Selected Works*, Oxford, 1997.
- SMITH, W. D.,
- *The Hippocratic Tradition (Cornell Publications in the History of Science)*, Ithaca, 1979.
- SWAIN, S.,
- *Hellenism and Empire. Language, Classicism, and Power in the Greek World, AD 50-250*, Oxford, 1996.
- TEODORSSON, S.-T.,
- "Dionysus Moderated and Calmed. Plutarch on the Convivial Wine", in MONTES CALA – SANCHEZ ORTIZ DE LANDALUCE – GALLE CEJUDO (edd.), 1999, 57-69.
- TIRELLI, A.,
- "Etica e dietetica nei *De tuenda sanitate praecepta*", in GALLO, I. (ed.), *Plutarco e le scienze. Atti del IV Convegno plutarco, Genova – Bocca di Magra, 22-25 aprile 1991*, Genova, 1992, 385-403.
- TITCHENER, F.,
- "Everything to Do with Dionysus. Banquets in Plutarch's *Lives*", in J. MONTES CALA – M. SANCHEZ ORTIZ DE LANDALUCE – R. GALLÉ CEJUDO (edd.), *Plutarco, Dioniso y el vino. Actas del*

- VI Simposio Español sobre Plutarco, Cádiz, 14–16 de Mayo de 1998, Madrid, 1999, 491-497.*
- TRAPP, M. B.,
- *Maximus of Tyre. The Philosophical Orations, Translated with an Introduction and Notes*, Oxford, 1997.
- VAN DER STOCKT, L.,
- “Plutarch on τέχνη”, in I. GALLO (ed.), *Plutarco e le scienze. Atti del IV Convegno plutarcheo, Genova – Bocca di Magra, 22–25 aprile 1991*, Genova, 1992, 287-295.
- VAN HOOF, J. – VAN RUYSEVELDT, J. – SNIJERS, F.,
- “Sociologie en de moderne samenleving”, in J. VAN HOOF – J. VAN RUYSEVELDT (edd.), *Sociologie en de moderne samenleving*, Boom – Amsterdam – Meppel, 1996, 17-50.
- VON GEISAU, H.,
- “Zeuxippos (5)”, in *RE* 2. Reihe, 19. Halbband (1972), 379.
- WENDLAND, P., *Quaestiones musonianae*, Diss. Berlin, 1886.
- WILKINS, J.,
- *The Boastful Chef. The Discourse of Food in Ancient Greek Comedy*, Oxford, 2000.
- WÖHRLE, G.,
- *Studien zur Theorie der antiken Gesundheitslehre (Hermes Einzelschriften 56)*, Stuttgart, 1990.
- ZIEGLER, K.,
- “Plutarchos von Chaironeia”, in: *RE* 41. Halbband (1951), 636-962.