



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

Università degli Studi di Padova

Dipartimento di Studi Linguistici e Letterari

Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia Applicata

Corso di Laurea Magistrale in
Filologia Moderna
Classe LM-14

Tesi di Laurea

Edo ergo sum

Per un'estetica del cibo

Relatore
Prof. Gabriele Tomasi

Laureando
Giuseppe De Gennaro
n° matr.1082630 / LMFIM

Anno Accademico 2015 / 2016

INDICE

INTRODUZIONE.....	p. 3
PARTE PRIMA.....	p. 7
Capitolo I: COSTRUZIONE DEL SÉ.....	p. 7
1. <i>Un problema molto antico</i>	p. 7
2. <i>Il Sé e la sua costruzione</i>	p. 10
2.1 <i>L'unità mente e corpo</i>	p. 11
2.2 <i>Il Sé come narrazione di esperienze</i>	p. 12
2.3 <i>Il Sé e gli altri</i>	p. 16
2.4 <i>I quadri di riferimento del Sé</i>	p. 18
3. <i>La somaestetica</i>	p. 22
Capitolo II: L'ESPERIENZA ESTETICA.....	p. 25
1. <i>L'importanza del cibo</i>	p. 25
2. <i>L'esperienza estetica</i>	p. 30
3. <i>L'esperienza estetica del cibo</i>	p. 34
Capitolo III: CIBO E COSTRUZIONE DEL SÉ.....	p. 39
1. <i>L'esperienza estetica del cibo</i>	p. 39
PARTE SECONDA.....	p. 45
Capitolo IV: LA PRATICA CULINARIA.....	p. 46
1. <i>L'importanza dell'attività culinaria</i>	p. 48
2. <i>Cucina: tra arte e artigianato</i>	p. 57
3. <i>La pratica culinaria come esperienza estetica</i>	p. 60
3.1 <i>L'importanza del corpo nell'attività culinaria</i>	p. 65
4. <i>Arte e artigianato: la sintesi culinaria</i>	p. 72
4.1 <i>L'arte culinaria e la costruzione del Sé</i>	p. 78

Capitolo V: IL CONVIVIO.....	p. 81
1. <i>Il convivio: brevi cenni storici</i>	p. 83
2. <i>Il convivio: Kant e i piaceri della tavola</i>	p. 88
3. <i>Il convivio: condivisione e relazione</i>	p. 93
4. <i>Il convivio: cibo e contesto</i>	p. 99
Capitolo VI: CIBO ED EQUILIBRIO.....	p. 103
1. <i>La relazione con l'ambiente</i>	p. 103
2. <i>L'equilibrio dinamico</i>	p. 108
CONCLUSIONE.....	p.114
BIBLIOGRAFIA.....	p.116

INTRODUZIONE

La domanda che si vuole porre al centro di questo lavoro è se si possa considerare il cibo come un elemento importante nel processo di costruzione di una propria identità.

La questione sarà affrontata articolandola in due aspetti, corrispondenti alle due parti in cui è articolata la tesi.

Nella prima parte si cercherà di definire i concetti-chiave impiegati nel corso del lavoro. Un primo capitolo è dedicato al ruolo dell'aspetto alimentare nella vita dei Greci. Questo riferimento è importante perché consente di articolare l'idea di una dietetica.

Si passerà poi ad articolare una concezione del Sé, basandosi sul pensiero di Charles Taylor, Paul Ricoeur e di Maurice Merleau-Ponty.

In primo luogo definiremo il Sé come l'unione di mente e corpo. Secondo quanto sostiene Ricoeur la spiegazione del Sé passa necessariamente attraverso la presa di coscienza del proprio corpo. Prendendo spunto da alcune considerazioni di Merleau-Ponty verrà, poi, introdotta l'idea del corpo come posto nel mondo e quindi inserito nel continuo processo esperienziale della vita.

Fatto questo, prenderemo in esame la componente narrativa del Sé. La considerazione di questa componente permette di pensare la nostra personalità, il nostro corpo, la nostra identità come l'insieme delle esperienze passate e future. In questo modo sarà possibile collegare la dimensione narrativa del Sé al concetto di arricchimento e ampliamento esperienziale suggerito da Richard Shusterman.

Un altro aspetto che considereremo sarà il ruolo che, nella concezione del Sé, gioca la relazione con gli altri. Per la prospettiva che si intende costruire, l'aspetto del rapporto con l'altro risulterà fondamentale. Esso introdurrà alla dimensione conviviale della cucina. Verrà suggerita l'idea secondo la quale l'altro è per il Sé un veicolo di esperienze.

Infine verrà chiarita la nozione di “quadro di riferimento”, ripresa dalla filosofia di Taylor. Come vedremo il quadro di riferimento è il contesto esperienziale in cui il soggetto è in grado di riconoscere ciò che per lui/lei è importante o meno, in cui è in grado di operare delle scelte eticamente connotate e di comportarsi coerentemente con l'orizzonte esistenziale in cui si trova. L'idea di Taylor è determinante per la prospettiva che si intende proporre. La tesi di fondo, infatti, è proprio quella di concepire il cibo come uno dei possibili quadri di riferimento entro cui la persona può definirsi, modellarsi, costruirsi e realizzarsi come individuo.

Accanto alla concezione del Sé, un elemento teorico importante della tesi è il concetto di *somaestetica*, teorizzato dal filosofo pragmatista americano Richard Shusterman. La *somaestetica* è lo studio critico della nostra capacità di percepire e di esperire tramite il corpo, concepito come il centro delle nostre esperienze. Questa concezione comporta una rivalutazione estetica dei sensi, intesi come i mezzi attraverso i quali il corpo compie le sue esperienze, e dei piaceri del corpo. In particolare essa consente di dare importanza filosofica al senso del gusto, tradizionalmente posto in secondo piano dall'estetica perché la sua prossimità all'oggetto della percezione ne impedirebbe la conoscenza oggettiva. Si vedrà come proprio la stretta relazione tra soggetto e oggetto, che il senso del gusto prevede, sia, invece, determinante per l'idea di un'esperienza estetica veicolata dal cibo.

Proporremo, poi, una definizione dell'esperienza estetica, come un'esperienza necessariamente rivolta verso un oggetto, tendente a un completamento, a una conclusione, basata su un processo di interazione tra il soggetto, l'oggetto e l'ambiente circostante in cui entrambi sono inseriti.

Questo tipo di relazione tra il soggetto e l'oggetto è alla base della nostra prospettiva: si vedrà come il legame con il cibo sarà presente in ciascuna delle tre modalità con cui si cercherà di concepire il nostro quadro di riferimento e cioè la pratica culinaria, la convivialità e il rapporto equilibrato con l'ambiente. Queste modalità di rapporto al cibo saranno esaminate nella seconda parte della tesi. Si cercherà di dimostrare come la pratica culinaria, intesa come pratica quotidiana da svolgersi all'interno delle mura domestiche, possa essere formativa e importante nella costruzione del Sé, in quanto pratica che coinvolge integralmente tutta la persona, come sia possibile ritrovare nella cucina gli ingredienti dell'esperienza estetica. Proprio attraverso tale esperienza si può arrivare a vedere con occhi diversi il cibo, ad avere con esso un rapporto “saggio” e a comprenderlo come un modo basilare della nostra interazione con l'ambiente.

Prendendo poi in considerazione l'aspetto conviviale del cibo, ne esamineremo il ruolo nella costruzione di legami tra gli individui e mostreremo come l'esperienza conviviale sia in grado di influire sulla nostra percezione del cibo, modificandola.

Nell'ultimo capitolo si mostrerà come la relazione con il cibo, in particolare se essa è mediata dalla conoscenza dell'alimento, della sua origine e delle modalità di produzione, possa aiutarci a creare un equilibrio con l'ambiente. Tale rapporto equilibrato con l'ambiente che ci circonda è l'ultimo tassello per la costruzione della propria individualità.

Come vedremo, l'equilibrio che si viene così a creare non è statico, ma in continuo divenire poiché si configura come il risultato del continuo flusso esperienziale che caratterizza la nostra vita.

PARTE PRIMA

CAPITOLO I

COSTRUZIONE DEL SÉ

1. *Un problema molto antico*

Il problema della costruzione di un Sé, della formazione dell'individuo è una questione centrale della filosofia greca. Essa era affrontata in un discorso estremamente complesso su come gestire la propria esistenza sia in ambiti individuali – controllo dei piaceri, cura del proprio corpo e in generale cura di sé –, sia all'interno di aspetti come il rapporto con le persone appartenenti alla sfera domestica – moglie, figli, schiavi, ecc... –, sia con la socialità nelle sue manifestazioni in una realtà più grande come la polis.

Si può osservare come questa tematica parta dall'individualità più intima fino a giungere alla più vasta realtà rappresentata dalla sfera politica, come se la cura di se stessi, la costruzione di una propria soggettività fossero questioni estremamente importanti per il greco singolo e per la sua esistenza all'interno della vita sociale, perché il greco «si riconosceva come facente parte di un gruppo sociale [...]»¹.

Michel Foucault ha parlato al riguardo di «arti dell'esistenza (*arts de l'existence*)»², intendendo con quest' espressione le pratiche, le regole di comportamento attraverso le quali gli uomini «cercano di trasformare loro stessi, di modificarsi nel loro essere singolare, e di fare della loro vita un'opera che porta certi valori estetici e risponde a certi criteri di stile»³.

In questo tipo di arte di vivere il punto focale è il rapporto con se stessi, l'insieme di regole che ogni uomo, in quanto rende se stesso oggetto di conoscenza, si dà per costituirsi e modificare il proprio modo di essere. In particolare queste tecniche di esistenza passano attraverso il controllo dei propri istinti, la ricerca di una sorta di equilibrio esistenziale tra l'interiorità, gli appetiti e i piaceri. Lo scopo è quello di non diventare schiavi delle proprie passioni in maniera tale da poter avere un controllo su se stessi⁴.

1 M. Foucault, *Histoire de la sexualité II: L'usage des plaisir*, Edition Gallimard, Paris, 1984. p 38. (trad.mia).

2 *Ivi*, p. 18.

3 *Ibidem*.

4 *Ivi*, p. 43.

La capacità di controllarsi e di conseguenza equilibrarsi è, per i greci, orientata verso i due bisogni primari che l'uomo condivide con gli animali, ossia il sostentamento di sé (cibo e bevande) e la riproduzione. Secondo Aristotele questi due aspetti sono strettamente legati al piacere che recano, ma allo stesso tempo essi tendono a eccedere il bisogno, la soddisfazione del quale porta al piacere, e a diventare quindi strumenti di corruzione morale e di vita non virtuosa. Si legge, al riguardo, nell'Etica Nicomachea:

[...]dei beni corporali è possibile un eccesso, e l'uomo vizioso è tale perché persegue l'eccesso, non perché persegue i piaceri necessari⁵.

Da qui la necessità di equilibrare questi due istinti, cioè l'istinto nutritivo e quello riproduttivo e dunque, come sostiene Foucault, di «comandare a quello che deve essere comandato»⁶.

I principi regolatori di queste forze senza controllo non erano principi che venivano istituiti da una legislazione universale, ma erano frutto di un «*savoir-faire*», di un'arte, di una pratica quotidiana di cui l'individuo doveva appropriarsi per il raggiungimento di un'estetica dell'esistenza⁷.

Nel suo *Usage des plaisir* Foucault si concentra soprattutto sull'aspetto riproduttivo e sulla sessualità, su come regolare l'attività sessuale al fine di ottenere un uso equilibrato del piacere che da essa scaturisce. Tuttavia, come si è accennato, anche l'aspetto della nutrizione ha un ruolo fondamentale nella costruzione della persona e Foucault non manca di sottolinearlo. Egli, infatti, ricorda che nell'antica Grecia la dietetica, intesa non « nel senso della restrizione (come sembra suggerire un'accezione distorta del termine 'dieta', oggi prevalente nel linguaggio comune), bensì della costruzione di una cultura gastronomica»⁸, era strettamente collegata alla medicina. Il filosofo indica due diverse origini per tale collegamento.

5 Aristotele, *Etica Nicomachea*, a cura di C. Mazzarelli, Rusconi, Milano, 1993. Libro VII, 13-14, 1154a4- 1154b1.

6 *Ivi*, p.112.

7 *Ivi*, p.123-125

8 M. Montanari, *Il cibo come cultura*, Editori Laterza, Roma-Bari, 2004. p. 69.

Nel primo caso, che ritroviamo nella *Medicina Antica* di Ippocrate, l'umanità si sarebbe staccata dalla vita animale in seguito a un cambio di alimentazione. Inizialmente infatti gli uomini avrebbero avuto un'alimentazione molto simile a quella degli animali – carne e vegetali crudi, senza preparazione – che li portava a morire giovani e malati. Essi avrebbero allora cercato un modo di nutrirsi più adatto alla loro specie, che appunto altro non sarebbe se non quello attuale, e questo li avrebbe condotti a resistere in maniera più forte alle malattie portandoli così ad accorgersi dello stretto legame tra alimentazione e malattie. La medicina sarebbe nata come 'dieta' per i malati.

Nell'altra concezione che troviamo nella *Repubblica* di Platone la preoccupazione per una dieta sarebbe nata, al contrario, come un cambiamento nella pratica medica. Gli uomini sarebbero stati istruiti dal dio Asclepio sull'arte medica per guarire le malattie e le ferite, soprattutto durante le guerre. Una volta finite le guerre, il regime alimentare sarebbe diventato la nuova cura per coloro che soffrivano di cattiva salute, come una sorta di medicina per i periodi di tranquillità⁹.

Qualunque sia l'origine del regime alimentare, è chiaro che esso «è una categoria fondamentale attraverso la quale possiamo pensare la condotta umana; essa caratterizza la maniera tramite la quale conduciamo l'esistenza. [...] è tutta un'arte di vivere»¹⁰.

Come è facilmente intuibile da quanto detto l'alimentazione, per i greci, era inevitabilmente legata alla cura per il proprio corpo. Oltre al regime alimentare, grande importanza rivestiva poi il regime fisico. Esso era parte integrante dell'educazione di ogni greco, un modo che il greco aveva di costituirsi non solo dal punto di vista fisico, ma anche mentale ed etico.

Mente e corpo erano due lati della stessa medaglia, due componenti fondamentali per la costruzione di un sé e di un'unità esistenziale salda e compiuta. Il regime fisico doveva sottostare a dei principi di carattere estetico in cui l'aspetto concreto del corpo nella sua più pura fisicità era parte integrante della costituzione e della gerarchia dell'anima¹¹.

L'unione del regime alimentare con la cura del corpo portava all'instaurazione di un equilibrio che caratterizzava fortemente l'individualità di una persona e che permetteva al soggetto di creare una sorta di sintonia con l'ambiente circostante, conducendolo così a costruirsi non solo dal punto di vista strettamente personale ma anche all'interno del mondo da lui vissuto.

9 Foucault, op. cit, p. 131-132-133.

10 *Ivi*, p. 133.

11 *Ivi*, pag. 137.

La cosa che è necessario sottolineare è che questo tipo di equilibrio non era dettato da regole fisse e già definite, ma era il risultato di un'insieme di pratiche e prove quotidiane che l'individuo doveva operare su se stesso al fine di raggiungere il proprio stato di equilibrio. La difficoltà stava nel creare delle norme, delle pratiche, in generale un equilibrio, che potesse funzionare non solamente in un caso, ma che potesse essere applicato in tutti i campi della vita e che portasse l'uomo a sviluppare una forma di adattamento anche ad ambienti e circostanze diverse. Foucault sottolinea a tal proposito che la dieta «non deve proporsi di fissare una volta per tutte le condizioni di un'esistenza. Un regime non è un buon regime se permette di vivere in un solo ambiente, con un solo tipo alimentazione e senza che si possa esporsi ai cambiamenti. L'utilità del regime è precisamente nella possibilità che dona agli individui di affrontare situazioni differenti»¹².

2. Il Sé e la sua costruzione

Che cosa intendiamo quando parliamo di Sé? Che cosa significa costruire un proprio Sé e in che modo è possibile farlo? Per proseguire nello sviluppo della prospettiva filosofica sul cibo che sto cercando di abbozzare, è necessario chiarire cosa intendiamo per “Sé” e in che modo potrebbe essere possibile costruirlo. A questo riguardo, può essere utile richiamare quelle che, almeno nella concezione che intendo porre alla base della ricerca, sono quattro caratteristiche importanti di ciò che si chiama Sé:

- il termine “Sé” fa riferimento al centro unitario dell'unità di mente e corpo, da ciò l'importanza della somaestetica di Shusterman, che spiegheremo nel paragrafo 3;
- Il Sé ha un aspetto “narrativo” che si forma in esperienze che lo ampliano e lo arricchiscono, da ciò, come vedremo, l'importanza dell'esperienza estetica nell'accezione che andremo a definire nel prossimo capitolo;
- Il Sé ha una componente comunitaria; per la sua costituzione è importante la relazione con gli altri, da ciò l'importanza dell'aspetto conviviale del cibo;
- Il Sé si definisce collocandosi all'interno di quadri di riferimento e orientamenti

¹² Ivi, p. 139.

2.1 *L'unità mente e corpo*

Nella prospettiva che cerchiamo di definire, l'unità della persona formata dalle sue due componenti, e cioè mente e corpo, è un aspetto molto importante. La presa di coscienza di questa unità indissolubile permette di comprendere il Sé come un centro unitario di un processo di ampliamento e arricchimento che anche il cibo è in grado di veicolare. In questa prospettiva l'aspetto corporeo assume un ruolo estremamente importante in quanto “luogo” esperienziale, sia nel senso del compiere un'esperienza, come nel caso della pratica culinaria, sia nel senso del subire un'esperienza, come nel caso del mangiare, del consumo del cibo.

A proposito dell'unità mente-corpo scrive Paul Ricoeur:

La priorità riconosciuta ai corpi è della più grande importanza per la nozione di persona. Poiché, se è vero [...] che il concetto di persona è una nozione primitiva non meno di quella di corpo, non si tratterà di un secondo referente distinto dal corpo, quale l'anima cartesiana, ma [...] di un unico referente dotato di due serie di predicati, dei predicati fisici e dei predicati psichici. [...] Possedere un corpo è ciò che fanno o piuttosto ciò che sono le persone¹³.

Il Sé «dipende necessariamente dal corpo fisico»¹⁴.

La persona nella sua interezza e completezza è composta dai due aspetti, fisico e psichico. Ciò è anche quanto sostiene Peter Strawson che «ha sviluppato il suo concetto di persona per combattere la concezione dualistica della mente. Secondo la sua prospettiva, una persona ha essenzialmente entrambi gli attributi, fisici e psicologici»¹⁵.

Un'altra grande tesi di Strawson riportata da Ricoeur è che «i primi particolari di base sono i corpi, perché soddisfano a titolo primario ai criteri di localizzazione nell'unico schema spaziotemporale»¹⁶. Questo significa che l'importanza dell'aspetto corporale di una persona risiede anche nel fatto che essa è necessariamente collocata all'interno di un contesto spaziotemporale ben definito, in cui vive ed esiste.

13 P. Ricoeur, *Sé come un altro*, a cura di D. Iannotta, Jaca Book, Milano, 1993. p. 110.

14 T. Burge, *Self and self-understanding, lecture 1: Some origins of self*, Dewey Lectures, “The journal of philosophy”, 2011. p. 291

15 *Ivi*, p. 289.

16 Ricoeur, op. cit., p. 110.

Da una prospettiva diversa da quella di Strawson, Maurice Merleau-Ponty sostiene che l' «essere corpo significa essere legato a un certo mondo, e il nostro corpo non è, originariamente, nello spazio, ma inerisce allo spazio»¹⁷. In questo senso, l'esperienza che noi facciamo del nostro corpo o le esperienze che il nostro corpo fa sono sempre inserite all'interno dello spazio che Merleau-Ponty chiama «spazio dell'esistenza»¹⁸.

Da questo punto di vista è possibile connettere l'aspetto mentale e l'aspetto corporeo come le due componenti del Sé orientati verso l'esperienza e il mondo¹⁹. Scrive ancora Merleau-Ponty sottolinea:

L'uomo non è uno psichismo unito a un organismo, ma quell'andirivieni dell'esistenza che ora si lascia essere corporea e ora si porta agli atti personali. I motivi psicologici e le occasioni corporee possono intrecciarsi perché in un corpo vivente non vi è un solo movimento che sia assolutamente casuale nei confronti delle intenzioni psichiche, non un solo atto psichico che non abbia trovato almeno il suo germe o il suo disegno generale nelle disposizioni fisiologiche²⁰.

In sostanza, il corpo, in questa prospettiva, diventa la sede di esperienze fisiche e mentali, in quanto queste ultime si basano sulle prime all'interno del processo dinamico dell'esistenza.

Merleau-Ponty continua:

Si deve [...] passare da una conoscenza dei fatti psicologici e fisiologici a un riconoscimento dell'evento [...] come processo vitale inerenti alla nostra esistenza. [...] l'unione dell'anima e del corpo [...] in ogni istante [...] si compie nel movimento dell'esistenza. Accostandoci al corpo attraverso una prima via d'accesso, quella della fisiologia, abbiamo trovato in esso l'esistenza²¹.

Potremmo, dunque, sostenere che l'unità psicofisica è il dato fondamentale per la definizione di un sé in quanto è ciò che ci consente di essere nel mondo, ciò che ci consente di esperire e di conseguenza di esistere. È il centro unitario dell'esperienza. Infatti, il soggetto vive in un universo di esperienze, all'interno di un contesto ambientale che non distingue tra organismo e pensiero.

17 M. Merleau-Ponty, *Il corpo vissuto*, a cura di F. Fergnani, Il Saggiatore, Milano, 1979. p. 105.

18 *Ibidem*.

19 *Ivi*, p. 90.

20 *Ibidem*.

21 *Ivi*, p. 91.

Il Sé, secondo quest'ottica, si trova a esperire all'interno in un dialogo diretto con gli esseri, le cose e il suo corpo. Non c'è più distinzione tra mente e corpo perché «l'ego, come centro dal quale irradiano le sue intenzioni, il corpo che le sostiene, gli esseri e le cose cui si rivolgono [...] sono [...] tre settori d'unico campo»²². In conclusione, Merleau-Ponty scrive:

Sia che si tratti del corpo altrui o del mio proprio corpo, ho un solo modo di conoscere il corpo umano: viverlo [...]. Io sono dunque il mio corpo, per lo meno nella misura in cui ho un'esperienza, e reciprocamente il mio corpo è come un soggetto naturale, come un abbozzo provvisorio del mio essere totale. Così l'esperienza del corpo proprio si oppone al movimento riflessivo che libera l'oggetto dal soggetto e il soggetto dall'oggetto, che ci dà esclusivamente il pensiero del corpo o il corpo in idea, e non l'esperienza del corpo o il corpo in realtà²³.

2.2 *Il Sé come narrazione di esperienze*

La definizione di un Sé attraverso il procedimento dinamico della narrazione ci consente di concepire noi stessi, la nostra personalità, il nostro carattere, il nostro corpo come il risultato di esperienze che nel corso della nostra vita si sono susseguite e che si seguiranno nel processo esistenziale. Secondo Charles Taylor una «[...] condizione fondamentale per dar senso alla nostra esistenza è che ne abbiamo una visione di tipo *narrativo*»²⁴.

In una visione della vita dal punto di vista narrativo, le nostre esperienze passate e future sono ciò che ci ha formato e che ci formerà come individui.

22 *Ivi*, p. 91

23 *Ivi*, p. 170.

24 C. Taylor, *Radici dell'io: la costruzione dell'identità moderna*, trad. it. di R. Rini, Feltrinelli, Milano, 1993. p. 67.

L'idea di processo narrativo verrà utilizzata nella seconda parte del presente lavoro al fine di spiegare l'aspetto artigianale dell'attività culinaria.

Scrivi Taylor a tal proposito:

[...] per dare un senso alla propria storia presente [...] occorre possedere quella visione di tipo narrativo della propria vita che può trovare espressione soltanto in una storia. E quando si progetta il proprio avvenire, sia accettando la direzione attuale della propria vita che imprimendogliene una nuova, si progetta una storia futura – non un momentaneo stato futuro, ma una linea di tendenza che interessa tutta la propria vita a venire²⁵.

La visione narrativa della vita ci consente di concepire la nostra personalità come un processo in divenire, ci permette di concepire il nostro carattere, inteso come «l'insieme delle disposizioni permanenti *a partire da cui* si riconosce una persona»²⁶, come un procedimento formativo evolutivo e dinamico, di continua interazione tra il sé e il mondo delle sue esperienze. Scrive Ricoeur:

Ogni abitudine [...] acquisita e diventata disposizione permanente, costituisce un *tratto* – un tratto di carattere precisamente – , cioè un segno distintivo *a partire da cui* si riconosce una persona, la si reidentifica come la medesima, visto che il carattere non è altro che l'insieme di questi tratti distintivi²⁷.

In questo senso, la nostra personalità, ciò che siamo si configura all'interno di una dialettica tra ciò che già c'è, tra ciò che già è formato, sedimentato, e ciò che ancora deve essere, ciò che sarà, un'innovazione quindi: il Sé possiede una storia, una dimensione narrativa²⁸.

La nostra personalità non è l'unica componente del Sé che possiede una caratteristica narrativa. Abbiamo, infatti, in precedenza accennato al fatto che anche il nostro corpo può essere visto in quest'ottica. Potremmo dire che il nostro corpo è un insieme di significati che tende verso un equilibrio. Com'è noto, il corpo è soggetto a continui cambiamenti legati all'età, all'esperienze subite e, come vedremo, al cibo. Come l'aspetto dell'interiorità si modifica in base ai processi esperienziali, integrando quanto già presente con ciò che assorbiamo dall' incontro col mondo e con gli altri, instaurando una sorta di dialettica tra passato, presente e futuro, così il nostro corpo si evolve, si modifica in una nuova entità che integra quanto già recepito con ciò che sta accadendo e con ciò che accadrà a livello esperienziale.

25 *Ivi*, p. 69.

26 Ricoeur, op. cit., p. 210.

27 *Ibidem*.

28 *Ivi*, p. 211.

Scrivi Merleau-Ponty in relazione a questa dimensione narrativa del corpo:

[...] i nostri vecchi movimenti si integrano a una nuova entità motoria, i primi dati della vista a una nuova entità sensoriale, i nostri poteri naturali raggiungono istantaneamente un significato più ricco che prima era solo indicato nel nostro campo percettivo o pratico, si annunciava nella nostra esperienza esclusivamente attraverso una certa mancanza, e il cui avvento riorganizza istantaneamente il nostro equilibrio e appaga la nostra cieca attesa²⁹.

Nel seguito di questo lavoro cercheremo di applicare questa dinamica narrativa al cibo in quanto fonte di esperienze potenzialmente sempre nuove.

Il fatto di concepire la vita in termini narrativi ci permette di definire la costruzione del Sé come un processo esperienziale che fa dell'esperienza – nel nostro caso specifico si tratterà dell'esperienza estetica legata al cibo – il motore della formazione dell'individuo. Un processo esistenziale concepito secondo questa prospettiva non è altro che una vita di «“autocreazione”, una vita motivata dal “desiderio di ampliare se stessi”, dal “desiderio di abbracciare sempre più possibilità”». ³⁰

È una ricerca costante di «autoampliamento»³¹, attraverso nuove possibilità e nuove esperienze che ci formano. Per condurre una vita così intesa è, tuttavia, necessario un centro identitario e unitario dal quale partire, un centro che venga costantemente arricchito e non soppresso o annientato dalle esperienze che compie. Il centro, concepito come l'unità psicofisica di mente e corpo, – costituita dalla capacità di percepire, di sentire, di fare esperienza e di rielaborare l'esperienza –, si amplia. Scrive Shusterman:

Infatti, senza una qualche unità e coerenza della narrazione, non c'è un sé intellegibile che l'ironico estetico possa arricchire, ampliare o perfezionare »³².

Come sostiene anche Perullo lo scopo è «tentare di comprendere più esperienze diverse possibili, a partire da un unico centro, il sé percettivo»³³.

29 Merleau-Ponty, op. cit., p. 111.

30 *Ivi*, p. 191.

31 *Ivi*, p. 199.

32 *Ivi*, p. 201.

33 N. Perullo, *Il gusto come esperienza: saggio di filosofia e estetica del cibo*, Slow Food editore, Torino, 2012. p. 156.

si tratta dunque di partire da un'unità iniziale e ampliarla andando a costruirla un'altra più complessa e aspirando alla costruzione di un sé sempre più ampio e migliore. Il progetto ricorda ciò che Nietzsche diceva di se stesso, affermando che la sua «abilità è di essere stato molte cose e in molti luoghi, per poter diventare 'uno', per poter raggiungere l'unità»³⁴.

La mia tesi è che il cibo sia un *medium* per la costruzione di un sé, che esso possa effettivamente rispondere all' esigenza di ampliamento e arricchimento del sé, in quanto strettamente legato al corpo e alla nostra quotidianità.

Cercherò di mostrare che il cibo permette esperienze di tipo estetico in ogni sua forma pratica, condivisione, equilibrio con l'ambiente, esperienze che ci plasmano e ci arricchiscono, permettendo un'auto-creazione in tutti i sensi – fisico, mentale, interiore e di relazione con gli altri e l'ambiente – .

È possibile concepire il cibo in quest'ottica perché è possibile pensare le esperienze del Sé in termini narrativi. Scrive Ricoeur in relazione a questo aspetto della persona:

[...] la persona, intesa come personaggio del racconto, non è un'entità distinta dalle *sue* esperienze. Al contrario: essa condivide il regime dell'identità dinamica propria della storia raccontata. Il racconto costruisce l'identità del personaggio, che può esser chiamata la sua identità narrativa, costruendo quella della storia raccontata. L'identità della storia fa l'identità del personaggio³⁵.

Proseguendo a trattare della costituzione del Sé, affronteremo l'aspetto legato al rapporto con l'altro. Infatti, se «l'arte di raccontare è l'arte di scambiare delle *esperienze*», allora la costruzione del nostro Sé non può prescindere dalla condivisione e dal rapporto con l'altro perché «ciò che è dato è un cammino, un'esperienza che si chiarisce da sé, si corregge e ricerca il dialogo con se stessa e l'altro»³⁶.

34 F. W. Nietzsche, *Ecce Homo: come si diventa ciò che si è*, introduzione di A. Venturelli, trad. di S. B. Cappelletto, Newton Compton Editori, Roma, 2006. p. 228.

35 Ricoeur, op. cit., p. 239.

36 M. Merleau-Ponty, *il primato della percezione e le sue conseguenze filosofiche*, a cura di R. Prezzo e F. Negri, trad. it di F. Negri e R. Prezzo, Edizioni Medusa, Milano, 2004. Edizioni Medusa, Milano, 2004. p. 34.

2.3 *Il Sé e gli altri*

Abbiamo cercato di delineare il Sé da un punto di vista prettamente individuale; tuttavia per la nostra prospettiva di un'estetica del cibo è altrettanto fondamentale concepire il Sé e la sua costruzione anche in relazione all'altro, ossia agli altri soggetti percipienti, agli altri corpi, in sostanza agli altri Sé.

Potremmo dire, infatti, che «un io è tale solo tra altri io e non può mai venir descritto senza far riferimento a quelli che lo circondano»³⁷.

Essendo l'io posto all'interno di un contesto esperienziale in continuo divenire, la sua definizione e la sua costruzione non possono prescindere dalla relazione con gli altri.

Essi, come lui, si trovano nello stesso contesto esperienziale, fanno parte del nostro stesso orizzonte di riferimento come noi facciamo parte del loro. Inoltre la relazione con gli altri ha un carattere di quotidianità; si dà nei diversi contesti di esperienza: sul lavoro, in biblioteca, al bar, o anche semplicemente camminando per strada, durante una passeggiata. Da qui l'importanza di porre il Sé in un'ottica in cui l'altro ricopre un ruolo importante per la sua costruzione. L'altro da me è, per me, catalizzatore di esperienze. Ecco perché «la definizione completa dell'identità di una persona [...] comprende [...] anche un riferimento a una comunità»³⁸. L'aspetto comunitario e di condivisione, come vedremo, sarà una componente importante di un'estetica del cibo in relazione alla tematica del convivio. Nel convivio il cibo favorisce il dialogo, la relazione e lo sviluppo di rapporti di amicizia e condivisione all'interno del gruppo di persone, o della comunità in cui l'esperienza conviviale avviene. Alla costruzione del Sé l'aspetto della relazione con gli altri «aggiunge senza togliere nulla»³⁹. Ciò che aggiunge è «l'idea di mutualità nello scambio tra uomini»⁴⁰. Cercheremo anche di vedere come da questo scambio di esperienze, da questa condivisione si possa giungere al concetto di uguaglianza che, secondo quanto scrive Ricoeur, «mette l'amicizia sulla strada della giustizia»⁴¹.

37 Taylor, op. cit., p. 52.

38 *Ivi*, p. 54.

39 Ricoeur, op. cit., p. 283.

40 *Ivi*, p. 284.

41 *Ibidem*.

Si tratta di capire che l'altro non è semplicemente un oggetto della percezione ma è egli stesso un soggetto percipiente proprio come me, che condivide con me gli stessi bisogni fisici, la stessa capacità esperienziale e lo stesso contesto ambientale. Per questo motivo è possibile collegare l'idea conviviale del cibo con la creazione di un Sé relazionato ad altri. Scrive Ricoeur a proposito dell'altro:

[...] in un modo o nell'altro, ho sempre saputo che l'altro non è uno dei miei oggetti di pensiero ma, come me, un soggetto di pensiero; che egli mi percepisce come un altro da sé; che insieme miriamo il mondo come natura comune [...]. Questo tenore di senso precede la riduzione al proprio. [...] Nell'ipotesi che io fossi solo, questa esperienza non sarebbe mai totalizzabile senza il soccorso dell'altro che mi aiuta a raccogliermi, a consolidarmi, a mantenermi nella mia identità⁴².

Abbiamo detto, che l'altro fa parte del contesto in cui io esperisco. Ma perché il contesto di riferimento, l'orientamento e il quadro di riferimento in cui io vivo la mia vita è così determinante per la definizione e la formazione del Sé?

2.4 I quadri di riferimento del Sé

Il concetto di “quadro di riferimento” è introdotto da Charles Taylor. Per spiegare questo concetto il filosofo scrive:

Qualcuno penserà che a definire la propria identità sia, almeno in parte, qualche appartenenza di tipo morale o spirituale e dirà di essere anarchico o cattolico. Qualcuno potrebbe vedere una parziale definizione della propria identità nella nazione o nella tradizione in cui è inserito, e dirà di essere un armeno o un abitante del Québec. Chi lo facesse, lungi dal limitarsi ad attestare il proprio attaccamento a una visione o a un retroterra spirituale, riconoscerebbe che questa visione e questo retroterra gli conferiscono il quadro entro il quale può prendere posizione sulle questioni concernenti l'individuazione del bene e del valore, nonché il riconoscimento di ciò che è degno e ammirevole.

42 *Ivi*, p. 448.

Quello che affermano è [...] che, qualora questo legame e questa identificazione venissero meno, essi si troverebbero, per così dire, privi di ogni punto di riferimento; non saprebbero più [...] che significato abbiano per loro le cose⁴³.

Taylor prosegue:

Naturalmente per alcune persone questa situazione diventa realtà, e allora noi diciamo che esse stanno vivendo una “crisi di identità”, un'acuta forma di disorientamento che accuseranno dicendo di non sapere più chi siano, ma che potrebbe anche apparire come una radicale incertezza riguardo al posto che occupano. Quelle persone, insomma, sono prive di un quadro d'insieme o di un orizzonte all'interno del quale le cose assumano un significato stabile, e certe possibilità della vita possano apparire buone e significative, diversamente da altre destinate a risultare negative e futili. [...] Tutto ciò mette in luce il legame essenziale che esiste tra identità e un certo tipo di orientamento⁴⁴.

Questi passi lasciano intuire che cosa sia un quadro di riferimento. Esso potrebbe essere definito il contesto esperienziale all'interno del quale il nostro Sé esiste, decide, assume delle posizioni, agisce: in una parola, vive. È il contesto in cui le cose assumono una certa importanza, un certo valore per il soggetto, il contorno di parametri, modelli comportamentali, strutture, orizzonti, obiettivi e progetti di vita secondo i quali il Sé decide di vivere la sua esistenza e che mediano la sua interazione dinamica con l'ambiente circostante. Secondo quanto sostiene Taylor, «la mia identità è definita dagli impegni e dalle identificazioni che costituiscono il quadro o l'orizzonte entro il quale posso cercare di stabilire, caso per caso, che cosa è buono o apprezzabile, che cosa devo fare, che cosa devo avversare o sottoscrivere». In altre parole, il quadro di riferimento «è l'orizzonte entro il quale mi è possibile assumere una posizione»⁴⁵.

Nei nostri quadri di riferimento noi siamo inseriti in contesti esperienziali in cui abbiamo una precisa concezione di ciò che per noi ha significato e valore o, al contrario, di ciò che per noi non ha importanza.

43 Taylor, op. cit., p. 44.

44 *Ibidem*.

45 *Ivi*, p. 43.

Potremmo dire che la nostra identità «ci consente di determinare che cosa è importante per noi e che cosa non lo è»⁴⁶ perché all'interno del nostro quadro di riferimento, o dei nostri quadri di riferimento, siamo in grado di definire il modo in cui le cose per noi «hanno un significato»⁴⁷.

Com'è facilmente intuibile il quadro di riferimento non è un concetto statico e pienamente definito, ma muta in base alle nostre esperienze e in base ai nostri cambiamenti. Perciò anch'esso implica l'idea di narratività. Soprattutto come sostiene Taylor, «[...] il nostro orientamento in relazione al bene richiede non solo un quadro, o dei quadri, di riferimento capaci di darci un'immagine del piano qualitativamente superiore a cui appartengono, ma anche la nostra posizione in relazione a tale piano»⁴⁸.

Per spiegare questo concetto, Taylor riporta un esempio concreto di perdita della posizione all'interno del contesto spaziale. Lo studioso scrive:

Io posso, in primo luogo, non conoscere la configurazione del terreno che ci mi circonda, non essere informato della posizione degli elementi salienti che lo contraddistinguono e dei loro rapporti. [...] Un altro tipo di disorientamento è quello di chi non conosce la propria posizione sulla mappa. Se sono un turista straniero e ti chiedo dove sia Mont Tremblant, non mi aiuti se mi porti con te a occhi bendati su un aereo e poi mi togli la benda e mi gridi "Eccolo!" nel momento in cui stiamo sorvolando questo boscoso rilievo. È vero che a questo punto (se ho fiducia in te) so di trovarmi su Mont Tremblant. Ma, in realtà, non posso ancora dire dove sono, in quanto non so porre Mont Tremblant in relazione ad altri posti noti del mondo⁴⁹.

La componente spaziale viene completata, in questa prospettiva, da quella temporale, fondamentale per la definizione del Sé. Infatti, la nostra identità personale «non può precisamente articolarsi se non nella dimensione temporale dell'esistenza»⁵⁰.

L'importanza della componente temporale è sottolineata anche da Ricoeur. Secondo la sua visione, infatti, alla base dell'identità personale, alla base del continuo cambiamento del Sé come narrazione, esiste un principio che egli chiama «principio di *permanenza nel tempo*»⁵¹.

46 Taylor, op. cit., p. 47.

47 *Ivi*, p. 51.

48 *Ivi*, p. 61.

49 *Ivi*, p. 60.

50 Ricoeur, op. cit., p. 202.

51 *Ivi*, p. 206.

A questo concetto di permanenza è legato quello di *medesimezza*. Semplificando parecchio il concetto per Ricoeur la medesimezza è ciò che permette al Sé, e quindi alla persona, di essere riconoscibile nonostante il suo continuo mutare. È la possibilità di ogni persona di essere reidentificata nel continuo flusso esistenziale. La medesimezza è strettamente legato al concetto di permanenza nel tempo e, a loro volta, questi due concetti sono legati a quello di narrazione, all'idea di un flusso continuo e dinamico di esperienze esistenziali. Una componente che permette al Sé di essere riconosciuto nel tempo è proprio il carattere, concepito come «l'insieme delle note distintive che consentono di reidentificare un individuo umano come il medesimo»⁵². Il Sé viene descritto e si costruisce all'interno delle strutture spazio-temporali che compongono i nostri quadri di riferimento, all'interno dei quali la persona si identifica nella sua unicità e nella sua riconoscibilità nello scorrere del tempo.

Scrive Ricoeur:

[...] non si tratta soltanto di accertarsi che si parla della medesima cosa, ma che si può identificarla come la medesima nella molteplicità delle sue occorrenze. Ora ciò è possibile solo attraverso una localizzazione spazio-temporale: la cosa resta la medesima in luoghi e tempi differenti. [...] «Medesimo» vuol dire, allora, unico e ricorrente⁵³.

Riassumendo. Abbiamo visto come il Sé possa essere definito attraverso quattro caratteristiche e, conformemente a esse, abbiamo cercato di chiarire che cosa significhi costruire costruire un Sé. Costruire un Sé significa prendere coscienza della propria unità psicofisica come centro di esperienze. Poiché l'unità psicofisica è in continuo mutamento sembra ragionevole comprendere il Sé in termini narrativi. Scrive Taylor che «la nostra vita [...] è in movimento. [...] il problema della nostre condizione non si riduce mai, per noi, a quello che *siamo*, perché noi cambiamo perennemente, perché *siamo sempre in divenire*»⁵⁴. Abbiamo anche visto come il Sé si costituisca attraverso la relazione in cui si trova con le altre persone che fanno parte dell'orizzonte di riferimento nel quale si identifica.

52 *Ivi*, p. 207.

53 *Ivi*, p. 107.

54 Taylor, op. cit., p. 66.

3. *La somaestetica*

Partendo dal presupposto che i piaceri del corpo «non solo costituiscono un'ampia parte di ciò che rende la vita degna di essere vissuta, ma possono anche essere coltivati per rendere la vita esteticamente più ricca e gratificante»⁵⁵, Shusterman elabora un concetto di vita estetica, in cui la cura del proprio corpo – anche grazie ai piaceri del corpo – riveste un ruolo fondamentale per la costruzione del Sé.

Egli propone una teoria estetica in cui il contributo dell' esperienza somatica «alla formazione della mente e del sé non può essere negato»⁵⁶.

Il corpo, infatti, non è più uno strumento di un Sé scisso in due – mente e corpo – , come abbiamo visto in precedenza, poiché contribuisce inevitabilmente alla creazione dell'identità di una persona. L'unità olistica formata da aspetto razionale e aspetto somatico, ossia la persona nella sua completezza e totalità, non usa il corpo come strumento esterno, ma attraverso di esso si costruisce come individuo.

Con questa rivalutazione della persona come costituita anche dal corpo muta la considerazione del Sé perché è proprio la presa di coscienza dell'unità psicosomatica che tende a costituire un Sé saldo, completo, unitario. Esso è sede di un campo di forze interiori ed esteriori che interagiscono e formano un sistema con l'ambiente circostante. Come sostiene Shusterman, infatti, la consapevolezza del corpo, migliora l'uso del Sé. Di conseguenza l'agire di questo Sé unitario migliora e perfeziona la capacità di godere di se stessi⁵⁷. Secondo questa concezione, infatti, il corpo «rappresenta il vero e proprio centro dell'esperienza [...] è sempre operativo nell'esperienza»⁵⁸: è attivo e partecipa nell'esperienza sia in quanto ricettore di esperienza e quindi da un punto passivo, sia in quanto agente. Per dirla con le parole di Nicola Perullo, il corpo agisce nel «'fare esperienza' nel mondo, delle cose del mondo», ma anche nel «'vivere un'esperienza' interiore, qualcosa che produce un cambiamento o un arricchimento dentro di noi»⁵⁹.

55 R. Shusterman, *Estetica pragmatista*, a cura di G. Matteucci, trad. di T. Di Folco, Aesthetica Edizioni, Palermo, 2010. p. 212.

56 *Ibidem*.

57 *Ivi*, p. 18.

58 *Ivi*, p. 17.

59 Perullo, op. cit., p. 22.

Il corpo è sede dell'esperienza poiché essa viene fatta attraverso l'utilizzo dei sensi e questi ultimi appartengono al corpo. Come i sensi influenzano e modificano il corpo, anche quest'ultimo interagisce con essi, influenzandoli con la sua condizione. Leggendo Shusterman troviamo che «la nostra percezione sensoriale dipende, quindi, da come il corpo sente e funziona; da ciò che esso desidera, fa e subisce»⁶⁰. Dal punto di vista attivo, invece, il corpo permette l'azione che si compie solo attraverso di esso; la nostra volontà di agire, come vogliamo agire, dipende necessariamente dallo stato del nostro corpo e dalla sua «efficacia somatica»⁶¹.

Prendersi cura del proprio corpo significa allora migliorare la percezione che abbiamo di esso, migliorare la sua capacità di esperire al fine di migliorare la nostra esperienza della vita e del mondo, al fine di costituire il nostro Sé come centro compatto, di creare un'unità psicosomatica completa.

Shusterman, per definire questo tipo di concezione, utilizza il concetto greco di *soma* – corpo – e conia il termine *somaestetica* che lui definisce «lo studio critico, migliorativo dell'esperienza e dell'utilizzo del proprio corpo come sede di fruizione estetico-sensoriale e di automodellazione creativa»⁶².

La somestetica coinvolge la cura somatica intesa come un pratica concreta «attraverso un lavoro sul corpo razionalmente disciplinato che mira all'autoperfezionamento somatico (in modo rappresentazionale, esperienziale o performativo)»⁶³ nell'unione di «entrambe le nostre dimensioni, quella corporea e quella intellettuale»⁶⁴.

Shusterman insiste anche su un altro concetto che potrebbe generare fraintendimenti nella concezione della *somaestetica* come cura del proprio corpo. Applicare questo tipo di ideale di costruzione del Sé anche – e non solo, come vedremo più avanti – attraverso la cura del proprio corpo non significa sfociare nel narcisismo voyeuristico della mera apparenza di esso.

60 Shusterman, op. cit., p. 218.

61 *Ivi*, p. 222.

62 *Ivi*, p. 220.

63 *Ivi*, p. 229.

64 *Ivi*, p. 37.

Scrivi il filosofo:

Farsi fautori di un'estetica pragmatista più inerente al corpo non significa confinare la piena realizzazione estetica nella giovinezza magra abbronzata e atletica, [...] l'estetica del corpo non è limitata alla sua forma superficiale e alla cosmesi decorativa. [...] Un tale approccio dovrebbe prendere in considerazione il modo in cui i fattori come una respirazione e una postura più equilibrate, una maggiore armonia cinestetica e, più in generale, una maggiore coscienza somatica possano arricchire esteticamente la nostra vita in termini di una più intensa qualità e consapevolezza dell'esperienza sentita. Esso dovrebbe esplorare anche i modi in cui le pratiche corporee che conseguono tali effetti possono aiutare a trasformare il sé da un punto di vista emotivo, cognitivo, etico, installando un maggiore equilibrio psicologico, una maggiore ricettività sensoriale e una tolleranza più ampia e più paziente⁶⁵.

Penso che questo passo spieghi abbastanza bene l'idea di someestetica. Vorrei precisare, comunque, che non esistono pratiche che siano efficaci per ogni individuo e in ogni situazione. Ognuno deve imparare a conoscere il proprio corpo provando differenti tipi di prassi per trovare quelle che più si adattano a lui, ai suoi ritmi quotidiani, al suo ambiente, in generale alla sua vita. Si tratta di un processo complesso e articolato che ha come scopo la costituzione di una persona. In questo senso non esiste una dottrina con delle regole da applicare ma solo la ricerca e lo studio personale concreto e quotidiano del sé.

Per concludere Shusterman ricorda come l'esperienza sia un'interazione di teoria e pratica:

È, anzi, pienamente esperienza proprio ciò che, nella concreta interazione tra organismo e ambiente, da un lato non si assimila a una risposta irriflessa a stimoli (ed è dunque cellula teorica) e, dall'altro, non si esaurisce nella pura e semplice ideazione (ed è dunque concrezione pratica)⁶⁶.

⁶⁵ *Ivi*, p. 213.

⁶⁶ *Ivi*, p. 15.

CAPITOLO II

L'ESPERIENZA ESTETICA

«In un modo ben diverso mi sta a cuore un problema dal quale, molto più che da qualsiasi curiosità da teologi, dipende la 'salvezza' dell'umanità: il problema dell'alimentazione»⁶⁷.
Nietzsche, *Ecce homo*.

1. *L'importanza del cibo*

Quali sono i motivi che hanno spinto Nietzsche a elevare l'alimentazione a questione non solo di importanza capitale per la persona, ma addirittura a problema soteriologico per l'umanità intera? Perché, nella sua 'casistica dell'egoismo' il cibo ricopre un ruolo determinante? Quanto è effettivamente importante l'alimentazione nelle nostre vite?

Queste domande passano attraverso una rivalutazione del cibo e, più in generale, del senso del gusto che essi hanno avuto all'interno della storia dell'estetica, intesa come disciplina filosofica. Tradizionalmente, infatti, passando per un arco temporale che va da Platone a Kant, il gusto era ritenuto, insieme all'olfatto, un gusto minore, marginale. I sensi cosiddetti 'distali', ossia la vista e l'orecchio, erano considerati come gli unici due sensi che contribuivano in maniera determinante alla conoscenza.

⁶⁷ Nietzsche, op. cit., p. 201.

Era attraverso di essi che la conoscenza oggettiva aveva luogo poiché a causa della lontananza dell'oggetto esperito rispetto al soggetto, la vista e l'udito erano i soli due sensi che avevano dignità conoscitiva. L'olfatto, il gusto e il tatto, a causa dell'ovvia vicinanza che l'oggetto esperito doveva avere nei confronti del soggetto, non erano considerati oggettivi e, di conseguenza, degni di attendibilità conoscitiva. Anzi erano spesso legati ai piaceri sensuali – del corpo, appunto – e quindi erano posti ai margini della filosofia.

In particolare, come riporta la filosofa Carolyn Korsmeyer, «Fra tutti i sensi, forse è il gusto quello che richiede il rapporto più intimo con l'oggetto percepito, che deve essere portato fin dentro la bocca e veicola sensazioni che vengono sperimentate in bocca, poi giù nella gola e, infine lungo il tratto digestivo»⁶⁸. La Korsmeyer continua dicendo che «Il diverso livello di coinvolgimento del corpo nelle operazioni sensoriali è un fattore che contribuisce all'assegnazione di un certo valore agli oggetti dei sensi. In alcuni casi, allo scopo di procurare diletto agli occhi e alle orecchie vengono sviluppati artefatti in grado di conseguire lo status di opere d'arte, mentre gli oggetti relativi agli altri sensi vengono valutati perlopiù in relazione al piacere sensuale, come nel caso del godimento procurato da un profumo, da un cibo o da una bevanda. Per questo motivo, solo la vista e l'udito sono stati tradizionalmente considerati come 'sensi estetici'. In breve, quindi, gusto, tatto e olfatto rappresentano sensi 'corporei' e questa posizione all'interno della gerarchia fa sì che essi meritino anche il nome di sensi 'inferiori'»⁶⁹.

Visto che per i già citati motivi il cibo e il suo senso non sembrano avere una dignità filosofica così determinante, e, anzi, sono relegati in una posizione marginale, è necessario operare una rivalutazione del gusto e del cibo all'interno di un'ottica che Perullo definisce estetica 'marginale'⁷⁰.

Abbiamo detto che gusto e olfatto sono due sensi che «hanno una portata più limitata, relativa alla condizione soggettiva del percipiente»⁷¹, tuttavia la nostra indagine si svolge all'interno di un campo in cui è proprio la condizione della persona che percepisce che ci interessa – successivamente vedremo come alla fine soggetto percipiente e l'oggetto percepito andranno a formare un unico sistema – .

68 C. Korsmeyer, *Il senso del gusto: Cibo e filosofia*, a cura di N. Perullo, trad. di S. Marino, Aesthetica Edizioni, Palermo, 2015. p. 22

69 *Ibidem*.

70 Perullo, op. cit., p. 22

71 Korsmeyer, op. cit., p. 45.

In una prospettiva in cui il cibo diventa un mezzo per la costruzione di un sé e di una propria individualità anche dal punto di vista corporale, sono i sensi del gusto e dell'olfatto che più si collocano in questo tipo di indagine, poiché ci spingono a concentrarti su di noi e sul nostro corpo.

Nella sua *Critica del giudizio*, Kant sostiene che il piacere estetico deve essere 'disinteressato', ossia sciolto da un qualsiasi valore strumentale e corporale e quindi, come tale, solo vista e udito – sempre a causa della loro distanza dall'oggetto d'esperienza – permettono questo tipo di piacere. Tuttavia, per citare Perullo, «il piacere del cibo è sempre un piacere 'interessato', poiché si lega alle necessità basilari della nostra vita»⁷². È un piacere interessato perché rientra nei bisogni e nella fisicità della persona, rientra nella sua sfera individuale. Ma è proprio questo aspetto intimistico che ne accresce di molto l'importanza. Considerare il cibo come uno strumento, una prospettiva attraverso la quale è possibile una costruzione del sé, attraverso la quale è possibile definire un equilibrio esistenziale, significa anche saper «accettare il valore primario e funzionale del cibo (nutrimento, energia, vita)»⁷³ e scegliere di considerare «tale valore come parte fondante, specifica dell'estetico»⁷⁴.

Dare importanza allo studio del cibo significa capire che il cibo si trasforma nell'ambiente e, passando attraverso l'assimilazione in bocca, viene ingerito e diventa parte integrante del nostro corpo e del nostro sé. In questo senso ci trasforma «tanto per gli effetti sul corpo che sulla mente: il cibo può suscitare allegria o tristezza, ma anche inebriare, appesantire, intristire»⁷⁵. Il cibo è il *medium* attraverso il quale l'ambiente circostante entra in noi e ci modifica, arricchendoci e ampliandoci. Nella concezione deweyana di esperienza estetica che andremo a delineare nel prossimo paragrafo il soggetto e l'oggetto non sono più separati in due entità ben distinte ma si costituiscono come un sistema olisticamente complesso, determinato e determinante⁷⁶. È proprio ciò che accade con il cibo e la sua assimilazione.

Citando sempre Perullo potremmo dire che «credere nel valore del cibo e del gusto significa piuttosto aver compreso come, attraverso l'esperienza alimentare, sia possibile almeno esplorare un'ampia parte della sfera delle relazioni umane, quotidiane e ordinarie, secondo una prospettiva vitale e feconda»⁷⁷. All'interno di una filosofia del cibo è necessario capire che il nostro rapporto con l'ambiente a noi circostanze è mediato prima di tutto dal cibo⁷⁸.

72 N. Perullo, *La cucina è arte? Filosofia della passione culinaria*, Carocci Editore, Roma, 2013. p. 70.

73 *Ivi*, p. 65.

74 *Ibidem*.

75 *Ibidem*.

76 J. Dewey, *Arte come esperienza*, a cura di Alberto Granese, La Nuova Italia Editrice, Firenze, 1995.

77 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 17.

78 F. Riva, *Filosofia del cibo*, Lit Edizioni, Roma, 2015. p. 9.

Lo studio del cibo è importante perché, come dice Korsmeyer, mangiare è un tipo di pratica che riguarda tutti e che è una componente indispensabile della vita di una persona e della sua socialità.

[...] perché dalla nascita alla morte, per ogni singolo giorno di un'esistenza intera, mangiare resta in assoluto [...] l'azione giornaliera più normale, routinaria e indispensabile⁷⁹.

Al di là del bisogno e della necessità di mangiare, l'aspetto più rilevante per l'applicazione di una filosofia del cibo alla vita di una persona è proprio quello della quotidianità e della pratica giornaliera dell'esperienza alimentare. Perullo sostiene infatti che «comprendere l'esperienza gustativa nel suo complesso non significa isolarla dalla sua dimensione ordinaria.[...] è attraverso la rivalutazione dell'esperienze quotidiane che essa trova il suo posto all'interno di una filosofia del cibo e di un' 'estetica del quotidiano'»⁸⁰.

La quotidianità dell'aspetto nutrizionale è ben spiegata dal filosofo Herald Lemke che dice che «con gli usi e costumi giornalieri del cibo, decidiamo quanto il cibo sia importante per noi, che tipo di importanza pratica noi assegniamo all'aspetto culinario ogni giorno, dove compriamo, quando e quanto mangiamo, con cosa ci nutriamo, con chi ceniamo, quanto spesso e così via»⁸¹.

Il cibo ha sicuramente una componente effimera intrinseca nella sua natura, una componente fugace che si esplica nel circolo esistenziale della vita, di crescita e morte che ci accompagna quotidianamente. Il cibo viene mangiato, masticato, inghiottito, digerito, si decompone, marcisce, ammuffisce⁸². In una parola: muore.

La sua fragilità e la sua natura effimera sono strettamente legate al nostro corpo, alla nostra corporeità, infatti «una parte importante del mangiare, del bere e dell'assaporare risiede precisamente nel fatto che tali attività stanno a indicare la corporeità, cioè la parte mortale dell'esistenza»⁸³.

79 *Ivi*, p. 21.

80 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 44.

81 H. Lemke, *The ethics of taste: Principle of a philosophy of food or a new gastrosophy*, Lecture at the International Conference Food Value & Taste, University of Aarhus, 2008 p. 8.

82 Korsmeyer, op. cit., p. 183.

83 *Ibidem*.

Ecco perché corpo e cibo vanno di pari passo all'interno di un approccio esistenziale di una filosofia del cibo. Costruire un proprio sé, costruirsi come persone attraverso l'unità psicofisica è un processo formativo inevitabilmente mediato dal cibo.

Il fatto che il cibo abbia questa componente di fugacità non significa che i messaggi e i significati che il cibo veicola siano altrettanto effimeri e non degni di importanza.

L'aspetto transitorio e quotidiano di questa estetica del cibo non implica che «i piaceri ad essa collegati non possano andare al di là di se stessi e toccare dimensioni più profonde»⁸⁴.

Per enucleare meglio il punto e chiarirlo, mi rifarò a un concetto della teoria shustermaniana secondo cui esiste un valore concreto anche nelle cose effimere, e che tale valore possa essere ben rappresentato dalla transitorietà di queste cose effimere. Egli sostiene che quando ai piaceri fugaci, ai piaceri del corpo viene data scarsa importanza e poco rilievo, molto spesso si dimentica o non ci sofferma a pensare o, ancor peggio, si ignora quanto valore essi abbiano per la nostra esistenza quotidiana, quanto possano essere «meglio, raggiunti, ripetuti, integrati nella nostra vita»⁸⁵. Il cibo può generare esperienze estetiche potenzialmente ripetibili ogni giorno, che possono essere una componente essenziale di come noi ci costruiamo individualmente nella nostra prassi giornaliera. La transitorietà e la ripetitiva quotidianità permettono in parte la riproducibilità di esperienze già fatte – quando decidiamo di mangiare qualcosa di molto noto che abbiamo già mangiato –, di variarle come più ci aggrada -quando per esempio mangiamo qualcosa di noto ma che in alcuni suoi aspetti è stato modificato o caratterizzato da elementi nuovi- oppure di effettuarne di completamente nuove. E, in quest'epoca di eccesso del cibo, tutto ciò può essere fatto potenzialmente ogni giorno.

Questo aspetto del cibo è decisivo per la teorizzazione di una filosofia pratica basata sulla nutrizione. Per questo è importante pensare al cibo come a qualcosa che potenzialmente può migliorare le nostre vite, o almeno una parte di esse. E di conseguenza l'apprezzamento estetico che deriva dal cibo è il risultato di una pratica che viene fatta ogni giorno⁸⁶.

84 *Ivi*, p. 280.

85 Shusterman, *op. cit.*, p. 133.

86 E. Telfer, *Food as art*, *Arguing About Art; Contemporary Philosophical Debates*, 2nd Edition Routledge, 2002. p.26.

Abbiamo parlato di apprezzamento estetico ed esperienza estetica. La seconda ragione per cui una filosofia pragmatista del cibo è possibile risiede nel fatto che è generalmente condiviso che ci possono essere reazioni estetiche al gusto e all'odorato⁸⁷. Esse sono le reazioni alle esperienze estetiche che sono così importanti per la nostra esistenza quotidiana perché «sono i principali ingredienti della felicità»⁸⁸.

2. *L'esperienza estetica*

Definire l'esperienza estetica è un problema che, prima o poi, una pratica filosofica esteticamente connotata deve affrontare. Tuttavia non esiste una definizione univoca, chiara ed esplicativa di che cosa sia un'esperienza estetica. Il nostro scopo è, sì, definirla filosoficamente ma, affinché la definizione abbia un valore teorico e risulti applicabile al tipo di prassi filosofica che cerchiamo di concepire, essa dovrà soddisfare due condizioni: la prima, riferita all'oggetto, è di potersi adattare anche al cibo come mezzo che può generare esperienze estetiche; la seconda condizione, riferita al soggetto, è di poter essere collegata alla costruzione di un sé.

Per far ciò cercheremo di operare una sorta di sintesi di due teorie estetiche che descrivono questo tipo di esperienza. La prima è la teoria minimalista⁸⁹; l'altra è, invece, quella messa a punto dal filosofo John Dewey, nel suo già citato *Arte come esperienza*⁹⁰.

Secondo la teoria minimalista l'esperienza estetica è quel tipo di esperienza in cui la nostra attenzione discriminante è portata a forme, qualità o caratteristiche che sono significative delle cose, facendo esperienza di esse per se stesse, ovvero per l'esperienza che ne ricaviamo. Da questo possiamo dedurre che l'esperienza fatta per se stessa ha in sé anche il concetto di valore.

87 *Ivi*, p. 15.

88 Dewey, op. cit., p. 14.

89 Cfr. G. Tomasi, *Un bicchiere con Hume e Kant: divertissement estetico-metafisico*, Edizioni ETS, Pisa, 2013.

La teoria a cui farò riferimento si trova applicata a tutto il saggio, ma le informazioni che utilizzeremo saranno estratte dal capitolo 1.

90 Dewey, op. cit. Per la parte che utilizzerò si vedano le pagine da 43 a 53.

Ecco che allora l'esperienza estetica si delinea in base a tre fondamentali caratteristiche: 1) è necessariamente rivolta a un oggetto; 2) è rivolta nello specifico a determinate caratteristiche dell'oggetto (forme, qualità, caratteristiche concepite come significative); 3) essa ha valore per se stessa. Un' esperienza di questo tipo, orientata verso un oggetto, vale per se stessa, ossia ha valore per l'impiego gratificante delle capacità sensoriali, cognitive, affettive, immaginative che essa comporta. Come sostiene Tomasi, l'esperienza ha valore per se stessa in quanto non le si attribuisce nessun valore strumentale. Non ha nessun tipo di secondo fine.

È importante notare che, ciò che, conta non è tanto il fatto di trovare l'oggetto della percezione come carico di valore in sé, ma il fatto di trovare di valore l'esperienza che noi facciamo di quell'oggetto. Scrive Tomasi:

una cosa è l'esperienza di trovare buona in sé una cosa, un'altra almeno in parte diversa è il trovare in sé buona (cioè non strumentalmente) l'esperienza di una cosa⁹¹.

Si può notare come la concezione dell'esperienza estetica fin qui delineata lasci un margine piuttosto ampio per quanto riguarda ciò che può essere considerato un oggetto d'esperienza estetica. Se poi concepiamo il 'valore estetico' come il valore in sé dell'esperienza estetica e dunque il valore degli oggetti che generano tale esperienza, allora notiamo come l'insieme degli oggetti che permettono esperienze estetiche sia piuttosto ampio. Tale valore «può essere trovato in molte cose: nelle opere d'arte negli oggetti o nei fenomeni naturali, ma anche in molte delle cose che ci circondano e di cui facciamo uso nella vita quotidiana (vasi di fiori, modi di preparare la tavola, tazze, ecc)»⁹².

E, perché no, il cibo.

In quanto esperienza rivolta a un oggetto e alle sue caratteristiche, l'esperienza estetica non può prescindere da determinate qualità dell'oggetto percepito. Le caratteristiche dell'oggetto che possono generare un'esperienza estetica sono definite *proprietà estetiche*.

La definizione di che cosa sia una proprietà estetica è anch'essa problematica, tuttavia cercheremo, sempre con le parole di Tomasi, di chiarire questo concetto.

91 Tomasi, op. cit., p. 24.

92 *Ibidem*.

La proprietà estetica di un oggetto si basa anch'essa su tre caratteristiche che devono essere tutte presenti affinché si possa dire che un oggetto possiede proprietà estetiche che generano esperienze estetiche: 1) la proprietà estetica deve essere percepita sulla base di altre proprietà dell'oggetto⁹³; 2) il fatto di percepire le altre proprietà dell'oggetto non implica necessariamente di cogliere anche quelle estetiche⁹⁴; 3) le proprietà estetiche sono proprietà di valore o dirette in senso valutativo – sono proprietà che implicano o conducono a una valutazione – . Come afferma anche Perullo, le proprietà estetiche sono «quelle attribuzioni che riguardano una sfera molto problematica, quella appunto della percezione qualitativa, cioè la percezione estetica: qualità come armonia, finezza, eleganza, fascino, equilibrio»⁹⁵, ossia quelle proprietà che portano a una valutazione del soggetto percipiente.

Abbiamo definito l'esperienza estetica secondo la teoria minimalista che ci permette di inserire il cibo all'interno degli oggetti che possono veicolare un'esperienza estetica. Tuttavia, affinché il concetto di esperienza estetica sia fondante per la costruzione del sé e, di conseguenza, anche il cibo lo sia, è necessario aggiungere il concetto di esperienza come unità, esplicito da Dewey.

Secondo Dewey, infatti, molto spesso le esperienze che facciamo rimangono a metà, non sono complete, poiché varie componenti le bloccano o in qualche modo le fanno cessare prematuramente. Componenti come la distrazione, la stanchezza, la rilassatezza nel raggiungimento di determinati scopi e altri ragioni possono bloccare il nostro processo esperienziale.

Egli sostiene, però, che un'esperienza può essere definita tale solo quando «il materiale sperimentato procede verso il compimento»⁹⁶. Un lavoro portato a termine in modo

93 L'oggetto in questione possiede delle proprietà *non-estetiche* che sono definite basilari e immediatamente percepibili come il colore, l'altezza, la larghezza, la forma ecc. Le proprietà estetiche (armonia, equilibrio, finezza, eleganza ecc ecc) sono proprietà che vengono percepite solo in quanto costituite da quelle di base.

Sono proprietà più complesse che vengono percepite sulla base della combinazione delle percezioni di base.

Ergo per cogliere le proprietà estetiche è necessario cogliere le proprietà di base.

94 È necessario cogliere le proprietà di base per cogliere le proprietà estetiche, ma il cogliere le proprietà di base non porta necessariamente a cogliere le proprietà estetiche. È possibile percepire la proprietà dolce di un biscotto e quella salata, ma non è detto che si riesca a percepirne l'equilibrio. Mentre per percepire l'equilibrio tra le due

componenti è necessario percepirle tutte e due.

95 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 82

96 Dewey, op. cit., p. 43.

soddisfacente, un problema risolto, un gioco che viene concluso, un pasto consumato, scrivere un libro sono tutti esempi di un'esperienza portata a conclusione.

Per Dewey «siffatta esperienza è un tutto e porta con sé la propria qualità individualizzante e la propria autonomia. È un'esperienza»⁹⁷.

Se, all'interno di questo tipo di esperienza compiuta, è presente una qualità emotiva – che appartiene al soggetto – che provoca un senso di soddisfazione perché «possiede un'integrazione e un soddisfacimento interni raggiunti attraverso un movimento ordinato e organizzato»⁹⁸, allora l'esperienza può definirsi estetica. La componente emotiva, come la chiama Dewey, è ciò che rende unitaria l'esperienza, ma la componente volitiva, ciò che coinvolge emotivamente il soggetto. Essa è ciò che porta a compimento l'esperienza e le dà un carattere unitario ed estetico: è nel momento in cui il soggetto è emotivamente coinvolto che decide di terminare l'esperienza e di darle compiutezza. Secondo Dewey è emotiva quella «qualità estetica che modella un'esperienza dandole compiutezza e unità»⁹⁹. Dewey spiega bene questo aspetto:

L'emozione è la forza che fa muovere e cementa. Sceglie quel che è conveniente e tinge del suo colore quello che ha scelto, dando così unità qualitativa a materiali esteriormente disparati e dissimili. In tal modo essa infonde unità alle, e attraverso le, varie parti di un'esperienza. Quando l'unità è del tipo già descritto, l'esperienza ha carattere estetico [...] ¹⁰⁰.

Ora, se il soggetto – l'unità psicosomatica di cui sopra – è in grado di dare unità e compiutezza all'esperienza estetica, essa diventa un modo per operare quell'autoampliamento e quell'automodellazione di cui parlava Shusterman e in questo senso essa contribuirebbe alla costruzione del sé. Infatti, in un'esperienza con quelle caratteristiche il soggetto non si perde all'interno del vortice esperienziale che contraddistingue una vita e, se il centro psicofisico del soggetto è ben saldo, l'autoampliamento è possibile proprio perché interiorizza l'esperienza estetica, la fa propria, ne è accresciuto e arricchito rimanendo comunque un soggetto unitario. L'esperienza estetica è infatti unitaria e il soggetto percipiente è anch'esso unitario nelle sue componenti di mente e corpo.

97 *Ivi*, p. 44.

98 Dewey, *op. cit.*, p. 47.

99 *Ivi*, p. 50.

100 *Ivi*, p. 52.

Riprendendo le parole di Shusterman, che a sua volta riprende Dewey, è possibile concludere che «l'esperienza estetica si distingue non per il suo particolare possesso di un elemento, ma per la sua compiuta e godibile integrazione di tutti gli elementi dell'esperienza ordinaria, “formando da questi in tutta la sua varietà un intero” e conferendo a chi fa l'esperienza un ancora più ampio sentimento di interesse e ordine del mondo»¹⁰¹.

Ma come può il cibo generare esperienze estetiche?

3. *L'esperienza estetica del cibo*

Se il cibo permette esperienze estetiche, allora esso contribuisce alla costruzione del sé e dell'individualità di una persona. Infatti, abbiamo elevato il cibo a oggetto estetico e, come sostiene Tomasi, l'esperienza estetica dell'oggetto ha luogo non solo tramite la percezione immediata delle proprietà estetiche, ma anche tramite la percezione di proprietà relazionali, rappresentazionali, emozionali o simboliche collegate al soggetto.

[...]a volte l'esperienza di un'opera è un'esperienza che genera anche comprensione degli aspetti della realtà o di noi stessi, di punti di vista emozionali o morali; essa comporta qualcosa come una specifica percezione del mondo, soprattutto se l'opera è colta e interpretata con riguardo a possibilità del vivere umano esperite come ricche di senso¹⁰².

A tal fine, non è sufficiente mostrare che il cibo genera esperienze estetiche. È necessario anche dimostrare che queste esperienze estetiche hanno carattere conoscitivo.

Per farlo ci baseremo sulle argomentazioni di Carolyn Korsmeyer che, nel suo *Il senso del gusto: cibo e filosofia*,¹⁰³ sostiene la tesi secondo cui il cibo sarebbe un mezzo in grado di favorire esperienze estetiche che possono anche avere connotazione conoscitiva per il soggetto

101 Shusterman, op. cit., p. 45.

102 Tomasi, op. cit., p. 126.

103 Korsmeyer, op.cit.

percipiente.

Per enunciare la sua tesi, la filosofa applica al cibo la teoria cognitivista di Nelson Goodman. Goodman si concentrò sulle funzioni simboliche che le opere d'arte possiedono. Egli sostiene che le opere d'arte possiedono tre funzioni simboliche: la funzione rappresentazionale, quella di esemplificazione e quella espressiva – o 'esemplificazione metaforica' – . Korsmeyer applica queste tre funzioni al cibo, mostrando così come esso sia atto a veicolare esperienze estetiche conoscitive. Vediamo come.

Secondo l'accezione di Goodman, che Korsmeyer riprende per la sua tesi, il termine 'cognitivo' sta a indicare tutti gli aspetti del conoscere e del comprendere, a cominciare dalla capacità di discernimento percettivo – la capacità di saper distinguere le varie proprietà estetiche dell'oggetto – , passando per la comprensione emotiva, giungendo all'inferenza logica¹⁰⁴.

Parlando della funzione rappresentativa, Korsmeyer cerca di demolire la tesi, sostenuta da molti filosofi, secondo cui il cibo non rappresenta nulla al di fuori di se stesso, per cui esso non può essere fonte di comprensione e conoscenza del mondo e della vita.

Secondo la filosofa un esempio basilare di cibo rappresentativo è quel tipo di cibo che viene concepito per apparire in una forma altra rispetto a se stesso e quindi per richiamare un altro tipo di oggetto. Ella riporta alcuni esempi come i baci al cioccolato, i brezel, i croissant, pani a treccia, cracker a forma di pesciolino, uova di pasqua, le varie torte di compleanno con le loro forme infantili, torte nuziali, colombe pasquali, ecc.

Sono tutti esempi che testimoniano come molti dei cibi che introduciamo in bocca in realtà vadano al di là della pura materialità dell'alimento e siano invece significativi di qualcosa di altro da sé.

In particolare, Korsmeyer analizza il caso di due alimenti sopra citati: il brezel e il croissant.

Il brezel avrebbe quella sua tipica forma curvilinea, perché nel Seicento un monaco modellò una strisciolina di pasta in moda tale da richiamare, con questa forma, le braccia preganti di un fratello, dandole come dono ai fanciulli che avessero ben recitato il catechismo.

Scriva Korsmeyer:

Nel momento in cui porta all'attenzione l'aspetto della rappresentazione del monaco, l'esperienza

104 *Ibidem*, pag. 151.

del cibarsi di un brezel si modifica leggermente e forse acquisisce il predicato estetico di 'arguto'. Quest'alimento assume una nuova dimensione, di tipo espressivo, e l'apprensione estetica del brezel si amplia¹⁰⁵.

L'altro esempio riportato si riferisce al famoso croissant.

Nel 1683, a Vienna, in seguito alla vittoria sui Turchi Ottomani, i fornai modellarono a mano piccoli panini a forma di mezzaluna, che richiamavano la mezzaluna della bandiera nemica. Questa forma, quindi, non solo denota i Turchi Ottomani, ma sembra significare anche, nel gesto del mangiare, la vittoria sul nemico e la vittoria del Cristianesimo sull'Islam.

Al di là del mero fatto storico, o della motivazione religiosa del brezel, questi esempi sono indicativi dei meccanismi di scambio fra cibo e significati sociali, che si realizzano attraverso un uso simbolico degli alimenti. Parrebbe, quindi, che la connotazione cognitiva sia piuttosto presente nella funzione rappresentativa.

Dopo aver affrontato il problema della funzione di rappresentazione del cibo, Korsmeyer passa a quella esemplificativa.

L'esemplificazione, scrive la filosofa, è «la relazione simbolica in cui l'oggetto possiede una proprietà e insieme vi si riferisce, è forse la tipologia simbolica più comune offerta dal cibo, essendo incarnata praticamente da ogni alimento»¹⁰⁶. Tale relazione richiama le proprietà caratterizzanti ed estetiche di ciò che mangiamo. La capacità di distinguerle e di valutarle è un tipo di attenzione diretta all'oggetto in questione, all'alimento che stiamo assumendo tramite le sensazioni che esso è capace di generare. L'esemplificazione si riferisce alle qualità che l'alimento percepito possiede.

Questo tipo di funzione simbolica è legato all'esperienza sensuale del cibo e del gusto: sapori, equilibri, armonie, in sostanza il piacere corporeo del cibo.

La funzione esemplificativa non si ferma, comunque, al mero aspetto sensoriale del cibo. È più ampia e riassume numerosi significati che si sono così integrati con la nostra quotidianità da non averne quasi più consapevolezza: la pasta per gli italiani è un alimento che richiama il pranzo, che da sola è sufficiente per un pasto, mentre in altre culture e anche storicamente -aveva all'inizio questo significato anche in Italia- è un alimento che fa da accompagnamento ad altre pietanze, a esempio la carne¹⁰⁷.

105 Korsmeyer, op. cit., pag. 155.

106 *Ivi*, pag. 162.

107 Montanari, op.cit.

I cereali con il latte richiamano inevitabilmente la colazione. Korsmeyer ricorda che la colazione tipica di un americano è formata da toast, burro, cereali e caffè. L'abitudine di mangiare queste cose è talmente radicata nella sua quotidianità che ormai non presta più attenzione a ciò che mangia.

Ma poniamo che questa stessa persona venga trapiantata in Norvegia. Per colazione si vedrà servire un pesciolino argenteo e un bel pezzo di formaggio di capra. La sua attenzione verrà così risvegliata poiché ciò non fa parte della sua abitudine mattutina e per lui questo cibo non 'esemplifica' la colazione.

Andiamo in un ristorante cinese e ordiniamo dei ravioli, i cosiddetti *jiaozi*. Per noi occidentali, soprattutto italiani, essi rappresentano un primo poiché ci sono alcune caratteristiche di questo alimento che per noi richiamano la pasta – acqua, farina, ripieno di carne o verdure, l'idea che la pasta sia ripiena – . Tuttavia in Cina essi sono la colazione di un qualsiasi cinese.

Oppure, ancora, molto banalmente, pensiamo alle associazioni stereotipate che si creano tra alimenti e popolazioni. Gli Italiani sono famosi all'estero per pizza e pasta, i Francesi per pane e formaggio, I Tedeschi per wüstel e stinchi di maiale, e via così. Sono stereotipi, ma hanno un fondo di verità.

Ecco dunque che, al di là degli aspetti meramente qualitativi, il cibo veicola una serie di significati che costruiscono la nostra giornata e la nostra mentalità. Sono sempre storicamente connotati – ogni singolo alimento ha la propria storia – ma molto spesso noi ignoriamo i loro significati, come spesso ignoriamo i significati di ciò che svolgiamo giornalmente e abitualmente. Tuttavia basta poco per essere coscienti del fatto che il cibo è legato alla nostra persona, perché è legato alla nostra più concreta quotidianità, alla nostra storia e alla nostra memoria, sia collettiva che individuale. Non è forse questa conoscenza? Non è forse questa cultura?

L'ultima funzione del cibo analizzata da Korsmeyer è quella espressiva o di 'esemplificazione metaforica'. In presenza di questo tipo di funzionalità, «la proprietà posseduta dal cibo e alla quale esso fa riferimento è una proprietà che viene messa in pratica metaforicamente»¹⁰⁸. La filosofa riporta l'esempio fiabesco della mela di Biancaneve come caso in cui l'alimento assume la proprietà 'minacciosa' e di strumento di morte. Ma pensiamo anche alla mela nella cultura cristiana, metafora di conoscenza ma anche di peccato.

Riferendosi a un caso più concreto, come il brodo di pollo durante un episodio febbrile o un raffreddore, simboleggia il 'prendersi cura', significa protezione, calore, affetto.

108 Korsmeyer, op. cit., pag. 167.

Altri esempi sono il pane nel capodanno ebraico, che, immerso nel miele, va a significare speranza e prosperità nel nuovo anno o lo spezzare il pane e condividere il sale con un beduino che stanno a significare l'ottenimento di protezione e ospitalità.

Secondo Korsmeyer la consapevolezza estetica che deriva dal cibo non è solamente limitata alle sue caratteristiche estetiche e qualitative, ma deriva anche da proprietà emozionali e di coinvolgimento che ritroviamo nel soggetto; infatti, «una certa verità, comprensione o scoperta viene trasmessa in modo tale da toccare intimamente la persona»¹⁰⁹.

È nell'instaurarsi di un rapporto intimo e personale con il cibo, un dialogo tra soggetto percipiente e cibo percepito, che esso diventa determinante per la costruzione di un Sé e di un'individualità. Scrive al riguardo la filosofa:

Il fatto di poter notare il loro tenore emotivo, richiede che il soggetto percipiente divenga consapevole delle loro esemplificazioni: una consapevolezza, quest'ultima, che è cognitiva, emotiva e anche estetica: una fusione di scoperta e reazione emozionale nell'apprezzamento di qualità offerte all'esperienza. Il fatto di registrare queste qualità richiede di più di una mera identificazione. Esso incita ad assaporare, a fare esperienza in maniera prolungata, a far entrare in gioco tutte le possibilità percettive ed emotive di cui si dispone [...] ¹¹⁰.

Ma come il cibo può aiutarci nella costruzione di noi stessi? Come può l'esperienza estetica generata dal cibo essere capace di formarci come persone, di darci un'identità, di ampliare il nostro centro psicosomatico?

Fin qui abbiamo mostrato che il cibo è in grado di veicolare esperienze estetiche formative e fortemente determinanti. Nel prossimo capitolo cercheremo di rispondere a queste domande.

109 *Ivi*, pag 170.

110 *Ivi*, pag. 151.

CAPITOLO III

CIBO E COSTRUZIONE DEL SÉ

1. *L'esperienza estetica e la costruzione del Sé*

Abbiamo definito l'esperienza estetica e abbiamo cercato di collegarla al cibo mostrando in che modo quest'ultimo possa essere un catalizzatore di esperienze estetiche. Cerchiamo ora di vedere in che modo e in che senso le esperienze estetiche legate al cibo possono essere validi mattoni sui quali è possibile la costruzione di un Sé.

Abbiamo detto che la spinta emotiva, l'intenzionalità, il coinvolgimento emotivo sono fattori che contribuiscono a dare unità all'esperienza. Quest'ultima, debitamente integrata nel Sé, contribuisce ad ampliarlo e ad automodellarlo, conservandone comunque il centro unitario.

Il legame che si viene a creare tra il soggetto e l'oggetto della percezione, nell'esperienza estetica, contribuisce allo sviluppo interiore del soggetto. Infatti, percepire che, durante un'esperienza esteticamente connotata, qualcosa dentro di noi è sul punto di prendere forma, qualcosa si smuove all'interno della correlazione tra soggetto e oggetto contribuisce all'aspetto cognitivo dell'esperienza. La eleva quasi a “sapere estetico” e quest'ultimo «dischiude il consolidamento del Sé»¹¹¹.

Il rapporto che si viene a creare tra colui che percepisce e ciò che viene percepito è una sorta di coinvolgimento emotivo, ed è proprio questa percezione che informa il Sé dell'utilità e della pienezza di senso che l'esperienza che sta vivendo potrebbe avere. È come se si venisse a creare una sorta di equilibrio tra il sé, l'oggetto e l'ambiente che fa da contorno all'esperienza. L'esperienza è sempre inserita in una determinazione spazio-temporale ben definita; l'ambiente è

111 G. Matteucci, *Il sapere estetico come prassi antropologica: Cassirer, Gehlen e la configurazione del sensibile*, Edizioni ETS, Pisa, 2010. p. 115.

ciò che permette la relazione e l'oggetto percepito è ciò che mette in comunicazione il contesto con il soggetto.

In questo modo si viene a creare una relazione triadica funzionale all'arricchimento dell'individuo, resa unitaria ed esteticamente connotata, come dice Dewey, dal coinvolgimento emotivo insito nella relazione stessa. Scrive al riguardo Giovanni Matteucci:

È la modalità della relazione che si avverte come emozione, di cui ci si accorge per come agisce dando configurazione alla circostanza, ossia conferendo alla circostanza potenzialità espressiva e prospettiva di senso. Per questo motivo l'emozione mai va disgiunta dalla concretezza materiale dell'evento in corso di svolgimento a cui afferisce¹¹².

Ogni emozione ha necessariamente una componente di intenzionalità perché è il modo in cui il nostro Sé, soprattutto corporeo, si relaziona col mondo. L'emozione, infatti, non si limita allo stato mentale, ma influenza profondamente il corpo nel suo esperire. Soffermiamoci a pensare un attimo a quando mangiamo un cibo eccessivamente amaro, o eccessivamente aspro. La reazione facciale e corporea è pressoché immediata. L'emozione si manifesta empiricamente con la reazione fisica del corpo. Essa non rimane solo mentale, e in tal modo «essa rivela [...] di possedere uno statuto qualitativo – qualifica l'esperienza –, relazionale – sussiste esclusivamente nell'interazione tra organismo e ambiente – e modale – è l'indice che esprime la maniera in cui l'esperienza si compagina e si articola – »¹¹³.

Se il coinvolgimento emotivo, l'emozione, come abbiamo detto in precedenza, è una *conditio sine qua non* grazie alla quale si può parlare di esperienza esteticamente connotata e se l'esperienza estetica può essere generata da diversi elementi, oggetti di percezione, potremmo allora dire che è possibile esperire esteticamente in molti campi della nostra quotidianità, a patto che si venga a creare una relazione emotiva con l'oggetto della percezione.

In questo senso si possono trovare, dunque, esperienze estetiche nello sport, nelle parate, nella cultura popolare, negli ornamenti del corpo e della casa; nei tatuaggi, nella cosmetica, nell'abbigliamento e, per quello che concerne questo studio, nell'alimentazione. In sostanza si può ricavare un'esperienza estetica da ciò che occupa la nostra vita quotidiana e da ciò che ci mette in relazione con gli altri e il mondo¹¹⁴.

112 *Ivi*, p. 135.

113 *Ivi*, p. 136.

114 Shusterman, op. cit., p. 77.

La costruzione del Sé avviene attraverso l'introduzione dell'estetico e di un'arte di vivere all'interno della nostra esistenza giornaliera, nella concretezza e praticità di ogni giorno. La costituzione dell'individuo passa attraverso la coltivazione delle arti pratiche del vivere, «riconoscendo la portata cognitiva e pratica dell'esperienza estetica e, più in generale, la continuità [...] dell'estetico con il mondo quotidiano di pensiero e azione»¹¹⁵.

Che cosa c'è di più quotidiano del cibo? Mangiare non è forse una pratica, un'attività che noi svolgiamo giornalmente? Non è forse un'attività che ci riguarda intensamente da vicino?

Dobbiamo cominciare a concepire il cibo come qualcosa che, generando esperienze estetiche potenzialmente quotidiane, ci aiuta a costruirci come persone nell'aspetto più concreto e giornaliero della nostra esistenza. Scrive Shusterman:

L'idea qui, per riassumere i suoi aspetti più importanti in un'unica frase, è che le considerazioni estetiche sono o dovrebbero essere decisive e in definitiva probabilmente eminenti per determinare come scegliamo di condurre o plasmare la nostra vita e come stabiliamo che cosa è una vita buona. [...] Tale estetizzazione è comprensibilmente diretta principalmente a ciò che si potrebbe chiamare il regno etico privato, alla questione di come un individuo debba modellare la propria vita per realizzarsi come una persona¹¹⁶.

L'esperienza estetica non è quindi un'esperienza sciolta, assoluta; essa è, anzi, in stretto rapporto con la nostra persona e l'ambiente, è un ponte tra la nostra persona, la nostra individualità e ciò che ci circonda. Questo rapporto può essere ben esemplificato dal cibo. Infatti, tramite il cibo noi incorporiamo l'ambiente in noi stessi. Lo assimiliamo, creiamo una relazione dialogica fortemente caratterizzata e caratterizzante. Il cibo è in grado di collegarci con il passato, individuale e collettivo. Infatti, quante volte ci capita di mangiare un alimento che immediatamente ci catapulta nei nostri ricordi: una fetta di torta che ci rimembra quella di nostra nonna, o un piatto di pasta che nostra madre ci preparava sempre, senza citare l'esempio illustre della *madeleine* di Proust. Oppure pensiamo al ricordo collettivo evocato dal pranzo del giorno del ringraziamento negli Stati Uniti che richiama «il fatto che uno dei primi insediamenti europei

115 *Ivi*, p. 58.

116 *Ivi*, p. 190.

in Massachusetts sia sopravvissuto al duro inverno del 1621, durante il quale tutti i coloni sarebbero andati incontro alla morte se non fosse stato per i servigi offerti dalla popolazione indiana locale»¹¹⁷.

Il cibo, inoltre, ci costringe ad aprirci alle differenze -non occorre per forza cambiare stato, a volte basta semplicemente cambiare città per trovare differenze alimentari anche abbastanza rilevanti-, conduce sostanzialmente ad ampliare la nostra cultura¹¹⁸.

Usi e costumi di popoli sono molto spesso legati agli aspetti della nutrizione. Le stesse pratiche religiose sovente sono collegate al cibo – pensiamo solo alla nostra Eucarestia cristiana – . Sapere, conoscere come l'uomo ha storicamente affrontato la questione alimentare è fortemente indicativo del modo in cui esso si relazione con l'ambiente e la sua quotidianità.

Riflettiamo un momento sulla nostra giornata. Essa è inevitabilmente scandita dal cibo. La colazione è la prima o la seconda attività che svolgiamo durante la giornata. Poi abbiamo il pranzo, per chi vuole la merenda, lo spuntino, in ultimo la cena. Mangiare è forse l'attività fisica che svolgiamo di più all'interno della nostra giornata. Non è forse un valido motivo per saperne qualcosa in più? In effetti, l'esperienza estetica del cibo è un processo complesso e dinamico che si evolve e acquisisce «informazioni dagli elementi che compongono un ambiente: luogo, persone, suoni, odori, colori, vissuto individuale, condizionamenti, condizioni psicofisiche contingenti, appetito, e naturalmente le caratteristiche chimico-fisiche dell'oggetto che si ingerisce»¹¹⁹.

È nella quotidianità, infatti, che dobbiamo cercare la dimensione di riferimento in cui costruire il Sé. Come sostiene Taylor, «[...] il punto chiave è che la dimensione superiore va cercata non già fuori dall'esistenza quotidiana, ma all'interno di essa come *modo di vivere questa stessa esistenza*»¹²⁰.

Nella nostra prospettiva il cibo è un elemento dell'orizzonte di riferimento in cui è possibile operare una costruzione di Sé, secondo tutte le quattro componenti che abbiamo definito in precedenza. Secondo Taylor i nostri sistemi di riferimento, i nostri orizzonti devono comprendere distinzioni qualitative forti¹²¹; quest' esigenza, con il cibo, è continuamente posta: pensiamo anche solo al fatto di poter scegliere ciò che vogliamo mangiare durante la giornata.

Come cercheremo di mostrare, il cibo, attraverso la pratica culinaria, l'aspetto conviviale e la sua

117 Korsmeyer, op. cit., p. 173.

118 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 80.

119 *Ivi*, pag. 63.

120 Taylor, op. cit., p. 39.

121 *Ivi*, p. 50.

capacità di farci interagire con l'ambiente, diventa uno dei quadri di riferimento entro i quali possiamo divenire «consapevoli della nostra attività e dei processi che ci formano»¹²².

Pensiamo semplicemente a quanto il cibo possa influire sul nostro corpo: mangiare determinati tipi di alimenti influisce sulla crescita dei muscoli, per esempio. In questo modo, potremmo anche arrivare a dire che, concepito il corpo come una parte del Sé, i cambiamenti che lo interessano possono influire anche sulla la nostra individualità.

Scrive Ricoeur a tal proposito:

[...] nella misura in cui il corpo proprio è una dimensione del sé, le variazioni immaginative *attorno* alla condizione corporea sono variazioni sul sé [...]. Inoltre, in virtù della funzione mediatrice del corpo proprio nella struttura dell'essere nel mondo, il tratto [...] peculiare della corporeità si estende alla corporeità del mondo in quanto esso è abitato corporalmente¹²³.

Il cibo può diventare un modo per comprendere il mondo e le sue modificazioni e costruire i nostri quadri di riferimento; esperire all'interno degli orizzonti che abbiamo scelto è fondamentale per costruirsi come persone perché «quello di costruirci una rappresentazione del mondo è un compito che dobbiamo assumerci personalmente [...]; dobbiamo assumere il controllo dei processi associativi che formano e plasmano il nostro carattere e la nostra prospettiva»¹²⁴.

Nella seconda parte di questo lavoro affronteremo le tre modalità in cui, secondo un' estetica del cibo, è possibile considerare il cibo come un mezzo per la costruzione della nostra identità.

La prima modalità è l' attività culinaria in cui siamo quotidianamente impegnati. Come vedremo, anche l'attività culinaria può configurarsi come un processo narrativo, soprattutto in relazione al concetto di artigianato e di organizzazione del lavoro. Come sostiene Ricoeur, infatti, non è che «le pratiche comportino, in quanto tali, degli scenari narrativi completamente costituiti; ma la loro organizzazione conferisce ad esse una qualità prenarrativa [...]»¹²⁵.

L'attività culinaria, in quanto pratica artigianale, sviluppa un senso di soddisfazione personale molto importante per la stima e la considerazione di Sé, «nella misura in cui proprio apprezzando

122 *Ivi*, p. 222.

123 Ricoeur, op. cit., p. 242.

124 Taylor, op. cit., p. 222.

125 Ricoeur, op. cit., p. 250.

le nostre azioni noi apprezziamo noi stessi come gli autori di quelle azioni stesse»¹²⁶. In relazione alla pratica culinaria sarà necessario anche affrontare la tematica del corpo in quanto parte del Sé fortemente implicata in tale pratica.

Avere un corpo significa fare esperienza, sia nel senso di trasformare, sia nel senso di essere trasformati. Il cibo tiene unite queste due componenti, permettendo al soggetto, nella pratica culinaria, di trasformare l'alimento e poi di essere esso stesso trasformato nel mangiare trasforma. Il cibo unisce in un'unica esperienza estetica «l'io agente e il suo contrario, che è anche il suo complemento, la passività corporea»¹²⁷.

La seconda modalità in cui il cibo appare come un mezzo per la costruzione della nostra identità è la pratica del convivio. Il cibo nel convivio si carica del ruolo di collante tra noi e le altre persone, soprattutto nei più intimi rapporti con le persone a cui si è molto legati¹²⁸. L'aspetto conviviale del cibo sviluppa inoltre un senso di condivisione e dialogo. Come abbiamo visto, si tratta di due componenti fondamentali della definizione e costruzione del Sé. Vedremo come il convivio sia il luogo in cui il Sé e l'altro «condividono la stessa aspirazione a vivere insieme»¹²⁹, a *con- vivere*.

L'ultima modalità è quella dell'interazione tra il soggetto percipiente e l'ambiente circostante. Il cibo può mediare tra i termini di questa relazione che è continuamente ridefinita. Tuttavia come vedremo, il rapporto con l'ambiente non è statico.

Ciò che il potrebbe permetterci, è il raggiungimento di una sorta di equilibrio con l'ambiente¹³⁰, così che l'ambiente naturale non abbia solo «un significato strumentale», ma attraverso il cibo, diventi parte integrante di noi.

126 *Ivi*, p. 271.

127 *Ivi*, p. 435-436.

128 Taylor, op. cit., p. 53.

129 Ricoeur, op. cit., p. 288.

130 *Ivi*, p. 230.

PARTE SECONDA

CAPITOLO IV

LA PRATICA CULINARIA

Nella prima parte del presente lavoro abbiamo gettato le basi filosofiche per uno studio e una concezione estetica del cibo e dell'alimentazione. Abbiamo inserito questo aspetto quotidiano della vita di una persona in una prospettiva esistenziale in cui il cibo diventa un elemento imprescindibile per la costruzione di un sé e di una propria individualità, e viene elevato da mero bisogno fisico a veicolo di esperienze estetiche formative.

Dopo aver posto le basi teoriche per questo studio, nella seconda parte cercheremo di ricondurre il cibo alla quotidianità. In particolare analizzeremo l'aspetto della pratica culinaria, non necessariamente intesa da un punto di vista professionale¹³¹; nel prossimo capitolo presenteremo poi l'aspetto conviviale del cibo.

La cucina è un'attività che storicamente l'uomo compie fin dai primi insediamenti agricoli. Essa simboleggia, culturalmente parlando, il passaggio dallo stato selvaggio e primitivo dell'uomo dove quest'ultimo si nutriva di cibo crudo, all'uomo civilizzato che, con l'utilizzo del fuoco, cuoce e modifica il cibo al fine di riuscire ad adattarsi a un ambiente spesso ostile e pieno di insidie. Infatti, come sostiene Montanari «è in questo contesto culturale che le prime società agricole, pur così radicate nei ritmi naturali e nel ciclo delle stagioni, elaborano l'idea di un 'uomo civile' che costruisce *artificialmente* il proprio cibo: un cibo non esistente in natura che, appunto, serve a segnare la differenza tra Natura e Cultura, a distinguere l'identità delle bestie da quella degli uomini»¹³². Soffermiamoci a pensare un momento al pane. È un cibo che non esiste in natura. È il prodotto di saperi e tecniche che l'uomo, esperienza dopo esperienza, è riuscito a controllare e far proprie, volgendo a proprio favore i processi naturali.

131 Saranno presenti riferimenti al lavoro del cuoco ma essi sono funzionali a una maggiore comprensione del cucinare, e dell'aspetto pratico della cucina, intesa come pratica.

132 Montanari, op. cit., p. 9.

Nell'epopea di Gilgamesh, conosciuto come il primo testo letterario della storia dell'uomo, si narra che l'uomo sia uscito dal suo stato selvaggio nel momento in cui scoprì il pane¹³³. Con la cucina nasce anche il concetto di *cultura*, definito da Montanari come una sorta di punto di intersezione tra ciò che c'era prima, ossia la tradizione, e ciò che viene dopo, ossia l'innovazione. La cultura da questo punto di vista è, infatti, tradizione in quanto insieme di saperi, pratiche, tecniche e valori storicamente tramandati, ma anche innovazione poiché l'uomo utilizza i saperi tramandati al fine di modificare il suo *status* nel contesto ambientale, migliorandosi e rendendosi in grado di fare esperienza di realtà nuove¹³⁴. Si potrebbe dire che già anticamente l'uomo, attraverso la pratica culinaria, cercasse un modo per costruirsi individualmente e instaurare una sorta di equilibrio con l'ambiente che lo circondava. Grazie alla cucina l'uomo si trasforma: da selvaggio a 'civile'. Infatti da quando il fuoco e le potenzialità della pratica culinaria vengono scoperti, per l'uomo non è più possibile definirsi tale senza cucinare il proprio alimento e creare la propria dieta. Addirittura il rifiuto della cucina diventa il rifiuto della civiltà: attraverso la cucina l'uomo riesce a trasformare l'ambiente circostante affinché possa essere assorbito dal corpo; con la cucina l'ambiente, inizialmente ostile e mortale, diventa parte integrante di noi stessi, entra in noi senza danneggiarci. Scrive Montanari:

Cucinare è attività umana per eccellenza, è il gesto che trasforma il prodotto di 'natura' in qualcosa di profondamente diverso: le modificazioni chimiche indotte dalla cottura e dalla combinazione degli ingredienti consentono di portare alla bocca un cibo, se non totalmente 'artificiale', sicuramente 'costruito'. Perciò negli antichi miti e nelle leggende di fondazione la conquista del fuoco rappresenta [...] il momento costitutivo e fondante della civiltà umana.¹³⁵

Con la cucina l'uomo riesce a creare un legame con l'ambiente basato sul rispetto per esso e per i suoi prodotti. Il cibo altro non è se non la natura che entra in noi, modificando il nostro corpo e la nostra essenza.

Possiamo vedere la cucina anche come un linguaggio, infatti la pratica culinaria, i gesti corporei, le procedure, le tecniche – modi di cottura e di preparazione – trasformano le unità minime di base in parole – piatti e vivande – che svolgono funzioni diverse e hanno usi differenti.

133 *Ivi*, p. 10.

134 *Ibidem*.

135 *Ivi*, p. 36.

Pensiamo al pane, composto prevalentemente di acqua e cereali.

Ma con gli stessi cereali con cui si fa il pane è possibile fare la polenta, la pasta, le torte, le focacce. «Gli ingredienti di base sono gli stessi, diverso è l'esito gastronomico, determinato da una diversa qualità del lavoro compiuto su di essi»¹³⁶.

Cucinare significa tradurre la lingua della natura nella lingua dell'essere umano, e questo ci permette di capirla, di imparare il suo linguaggio e quindi di comunicare con essa e rispettarla.

1. *Importanza dell'attività culinaria*

Abbiamo rapidamente visto come la scoperta del fuoco e della cucina abbia segnato un profondo cambiamento nel modo in cui l'uomo concepiva la natura e la sua alimentazione. Ma, oggi, perché l'attività culinaria dovrebbe rivestire un ruolo importante nelle nostre vite? Come potrebbe addirittura far parte di una serie di pratiche atte alla costruzione di un sé? Nel mondo 'civilizzato' di oggi, dove l'uomo ha la possibilità di mangiare ciò che vuole e quando vuole senza potenzialmente dover cucinare, perché la pratica culinaria dovrebbe ricoprire un ruolo fondamentale nelle nostre esistenze quotidiane?

Nel corso di questo capitolo, cercheremo di rispondere a queste domande innalzando la pratica culinaria ad arte, nel senso deweyano del termine, e in particolare ad arte di vivere che ci permetta di prendere coscienza di noi, del nostro corpo e della relazione che quotidianamente instauriamo con il cibo e, di conseguenza, con l'ambiente. A tal fine occorre precisare, innanzitutto, che «[...] la cucina è un'attività ordinaria, che può riguardare tanto la dimensione domestica, privata, quanto quella pubblica e professionale»¹³⁷.

In particolare, cercheremo di rivalutare e riconsiderare la cucina di casa come punto di partenza dal quale è possibile instaurare un rapporto sano, intelligente, saggio, formativo per il sé e, osando, estetico con il cibo.

136 *Ivi*, p. 138.

137 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 32.

Per creare questa relazione con il cibo è necessario ripartire dal basso, dal quotidiano, dal pratico e dal concreto; infatti l'arte della cucina va cercata nell'apprezzamento del mangiare reale e concreto¹³⁸. Per stabilire un rapporto costitutivo di un sé con il cibo è necessario ripartire dalla concezione che esso è un piacere quotidiano. Bisogna considerare il cibo non solo in termini biochimici, come mera necessità fisiologica, ma anche come valore primario per la nostra esistenza dal punto di vista estetico¹³⁹. In sostanza, come arte di vivere.

La cucina è una pratica che viene messa in atto quotidianamente con l'obiettivo di far da mangiare bene. A nessuno, infatti, piace mangiare male. Proprio questa concretezza, proprio questa 'bassezza' ci permette di inserirci in un'ottica, chiamata da Perullo “*strategia di abbassamento*” strettamente collegata a quell'*estetica della marginalità* che abbiamo in precedenza già evocato, nella quale la cucina di casa e la pratica culinaria a essa legata vengono rivalutate dal punto di vista estetico ed esistenziale.

La nostra prospettiva è basata sulla concretezza, sulla materialità del cibo e sull'importanza dell'attività culinaria; infatti essa rimanda a esperienze estremamente concrete, colte e percepite *in fieri*, durante l'atto del cucinare, dalla preparazione dell'alimento all'assunzione. Scrive Perullo al riguardo:

Cucinare è una pratica dove necessità e piacere, quotidianità e festa, materialità e immaginario sono strettamente saldati. L'assunzione di cibo richiede una preparazione quotidiana e ripetuta. La cucina è un'attività al tempo stesso ordinaria e sovraindividuale (poiché *tutti* si mangia) e quotidiana e individuale (poiché il cibo viene preparato giornalmente da *qualcuno*). Nella sua dimensione ordinaria e quotidiana, la cucina si lega alla dimensione intima della casa, assolvendo a un bisogno umano ma anche, da subito, consentendo differenze di stile e ingegnosità che producono piaceri fisici e intellettuali. Le possibilità estetiche della cucina sono dunque presenti fin dall'inizio, in quella [...] *prospettiva dell'abitare*¹⁴⁰.

Con la rivalutazione della prospettiva culinaria in termini domestici e quotidiani è possibile, secondo la nostra concezione, stabilire una sorta di relazione – che spiegheremo nelle pagine seguenti – con il cibo. Il rapporto personale con il cibo costruito tramite la pratica culinaria, come mostreremo, non solo sarà fondamentale per la costruzione di un Sé, ma sarà estremamente importante anche per la nostra relazione con gli altri e in generale con l'ambiente.

Tematiche, queste, che verranno affrontate più approfonditamente nei prossimi capitoli.

138 *Ivi*, p. 26.

139 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 49.

140 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 13.

Come sostiene Perullo, infatti, al giorno d'oggi è diventato molto difficile pensare al cibo in una prospettiva relazionale e, per questo motivo, sempre più di frequente ci troviamo di fronte ad atteggiamenti di indifferenza nei confronti del cibo. Questa difficoltà è generata da molteplici fattori. Fra questi c'è la totale ignoranza che molto spesso abbiamo di un alimento – in parte per nostra scelta e colpa, in parte per l'impossibilità di sapere – ; questa ignoranza molto spesso genera rapporti meramente strumentali con il cibo¹⁴¹. Pensiamo per un attimo alla carne. Al giorno d'oggi professioni come l'allevatore e il macellaio sono in lento declino poiché si affermano in maniera crescente l'allevamento industriale e la grande distribuzione del supermercato. Quando si compra la carne al supermercato difficilmente sappiamo da dove possa arrivare, in che modo sia stata allevata, come sia stata macellata. Nessuno infatti ci narra la sua origine e la vita dell'animale. L'alimento che andremo a cucinare probabilmente sarà buono e nutriente ma non avrà anima: solo proteine, vitamine, grassi e fibra¹⁴².

È difficile, oggi, riuscire a conoscere l'origine e il percorso che compie l'alimento prima di venir assimilato da noi. Tuttavia la responsabilità di questo approccio strumentale al cibo è in parte nostra. Infatti, basta porre poche e semplici domande ai nostri amici e alle persone che ci stanno attorno per scoprire che spesse volte non prestano minimamente attenzione a ciò che ingeriscono se non in contesti eccezionali come può essere la cena in un ristorante, ossia un contesto straordinario rispetto a quello ordinario e quotidiano della cucina domestica.

La maggior parte delle volte le persone sono indifferenti a ciò che mangiano, spesso a causa della fretta e della velocità o del poco tempo che hanno a disposizione per nutrirsi. L'attenzione sopraggiunge quando si è al ristorante, dove le persone pretendono di mangiare bene in relazione non solo all'aspetto economico, ma anche in seguito al fatto che si attua quella che Perullo definisce “*sospensione della quotidianità*”. In questo tipo di esperienza, la colazione, il pranzo o la cena al ristorante o in un qualsiasi altro luogo atto alla nutrizione che non siano le mura domestiche, diventano un momento che si distacca dall'ordinario e dalla quotidianità nel quale entrano in gioco l'attenzione del fruitore verso ciò che sta mangiando e la pretesa che il cibo sia buono e soddisfacente.

Al di fuori di questo contesto le persone mangiano semplicemente per nutrirsi¹⁴³.

141 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 38.

142 Cfr Slow Food, *Carni bovine, suine e ovine*, Slow Food editore, Prato, 2014. p. 15

143 Le informazioni qui citate derivano da domande poste ad amici che ho ritenuto esemplificative di questo tipo di atteggiamento indifferente e strumentale nei confronti del cibo. Le persone intervistate hanno prestato attenzione a ciò che mangiavano nell'arco della giornata solamente dopo aver ricevuto l'*input* della domanda.

Il problema, spesso, per riprendere le parole di Perullo, sta nel fatto che «mangiare e bere, come tutte le azioni quotidiane, sono al tempo stesso attività molto concrete e molto sfuggenti, addirittura più concrete e sfuggenti di molte altre, perché necessarie e sottoposte a meccanismi di ripetizione che tendono a farne evaporare la pregnanza»¹⁴⁴.

Il fatto è che il piacere del cibo, non è un piacere che può essere provato solo in determinate situazioni o in determinati luoghi, ma è un piacere che possiamo provare ogni giorno. È proprio questa una delle caratteristiche che lo rende così importante e a cui vale la pena dedicare la giusta attenzione e il giusto tempo. La quotidianità del cibo e la sua necessità non dovrebbero essere fattori che lo sviliscono e lo abbassano a puro sostegno fisiologico. Anzi proprio per la sua ripetibilità e necessità il cibo può diventare un mezzo di piacere fisico e corporeo e di esperienze estetiche formative importanti per la costruzione della nostra soggettività e del nostro Sé.

Il piacere del cibo è un accesso privilegiato per promuovere il circolo virtuoso tra godimento sensibile e intelligenza, perché è un piacere quotidiano, necessario, universale ma con moltissime variabili che convocano l'ingegno e la fantasia¹⁴⁵.

La pratica culinaria è un'unione di mente e corpo, di piacere intellettuale e sensuale. Per esempio, la conoscenza di un ingrediente, il sapere da dove arriva, come è stato trattato, quali sono le sue caratteristiche, come e perché è possibile accostarlo a un altro, sono questioni di studio, di intelligenza e pratica. Nella pratica culinaria concretezza e pensiero si uniscono per formare un'unità psicosomatica perfettamente coesa e salda.

L'attività culinaria, dunque, può aiutare la persona a educarsi al gusto e a migliorare la sua capacità percettiva. Infatti «imparare la qualità ed educarsi al gusto significa [...] andare incontro alla ineliminabile relazione con il cibo, facendola diventare parte integrante delle proprie esperienze cognitive.

Significa, anche, esercitare, consapevolmente, la propria capacità percettiva nella direzione del sapere endocorporeo e della sua complessità, lasciando interagire le molteplicità degli oggetti e delle esperienze con il proprio sistema psicofisico al fine di elaborare valori che evidenziano la nostra presa di significato e la nostra presa di posizione sul mondo»¹⁴⁶.

144 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 21.

145 *Ivi*, p. 51.

146 *Ivi*, p. 87.

Il fare, il cucinare, il mettere le mani in pasta possono far tornare l'uomo a far esperienza del cibo e del gusto. L'importanza della pratica culinaria sta proprio nel fatto che essa può aiutare a educare il gusto e a non perdere la cognizione e la consapevolezza del proprio cibo. La funzione primaria del cibo, infatti, ossia quella del sostentamento e della nutrizione, non è in contrasto con lo sviluppo e l'educazione del gusto. Il gusto può essere, infatti, «uno strumento sociale di comprensione, cura di sé e ascolto dell'altro»¹⁴⁷.

Per supportare l'idea e la concezione di una relazione stretta tra chi svolge la pratica culinaria e il prodotto edibile, ci vengono in aiuto le parole del cuoco Fulvio Pierangelini, titolare del ristorante *Gambero Rosso* a San Vincenzo, in provincia di Livorno. Queste parole sono tratte da una conversazione con Perullo a proposito proprio dell'aspetto artigianale e relazionale della cucina. Pierangelini dice:

Per me, per esempio, è essenziale soprattutto il concetto di *rispetto*: dato che la cucina è innanzitutto sostituzione del latte materno attraverso il sacrificio che ci offre un altro essere vivente, io voglio mantenere, nel mio approccio manipolatorio e nella mia riflessione a monte, un rispetto quasi *sacrale* per l'essere che è stato sacrificato per la nostra nutrizione. [...] Il rapporto con la materia è complesso, e va interpretato a partire dall'ascolto, dal rispetto che si esprime con l'attenzione sensibile [...], ma anche con la conoscenza di tutte le fasi che hanno portato a quel 'prodotto' che arriva tra le mie mani¹⁴⁸.

Come si può evincere, l'aspetto relazionale tra uomo e materia è fondamentale per chi cucina. Noi abbiamo citato le parole di un cuoco ma il rapporto con il cibo è una relazione che può instaurare qualunque persona che decida di praticare la cucina. In questo modo l'attività culinaria svolta nella sua quotidianità genera attenzione e curiosità verso il cibo. E più l'attenzione e la curiosità si sviluppano, più la relazione con il cibo si tramuta in rispetto. Prestare attenzione al cibo significa dare attenzione a noi stessi; rispettare l'alimento significa rispettare noi stessi e il nostro corpo.

147 *Ivi*, p. 113.

148 N. Perullo, *L'altro gusto: saggi di estetica gastronomica*, Edizioni ETS, Pisa, 2008. p. 140-141.

Pierangelini continua:

Il rapporto che intercorre tra te e il prodotto è assolutamente centrale: se tu sei gentile con la materia, se sai capirla ti sarà riconoscente e ti darà il massimo nel piatto¹⁴⁹.

Creare una relazione personale con il proprio cibo non è sicuramente un processo semplice, ma è un rapporto che vale la pena costruire e sviluppare. Questo tipo di relazione si crea praticando la cucina, cucinando e studiando. Non è necessario diventare cuochi, basta semplicemente dedicare un po' di tempo allo studio e alla pratica personale. Con questo tipo di approccio al cibo si sviluppa nel fruitore un tipo di capacità gustativa, definita da Perullo “*saggia*”. Avere una capacità gustativa saggia significa avere coscienza del cibo e della sua importanza per la nostra esistenza, significa saper adattare il nostro gusto ai vari contesti in cui ci troviamo, instaurando così un equilibrio tra noi e il mondo esterno, il tutto mediato dal cibo. Scrive Perullo al riguardo:

La capacità gustativa saggia è lo strumento attraverso il quale implementare la propria 'arte di vivere': una pratica del sé, una *cura del sé* attiva e multisensoriale.

Questa pratica è un esercizio che può disciplinare e trasformare il corpo, come uno sport, aumentando così la consapevolezza propriocettiva. La relazione con il cibo ha infatti immediati effetti fisici (peso, taglia, forma, benessere) e psichici (ebbrezza, gioia, appagamento) e di conseguenza contribuisce alla riflessione sul rapporto tra moderazione ed eccesso. [...] La capacità gustativa saggia permette di esplorare la connessione tra fruizione e produzione. Dunque consente uno sguardo critico sulle questioni inerenti le modalità produttive, l'ambiente, la natura, l'economia¹⁵⁰.

Potremmo dire che la pratica culinaria come attività quotidiana può generare un legame, un rapporto con la materia, con l'alimento. Questo legame sfocia inevitabilmente in un rispetto per l'alimento che si traduce nel rispetto per se stessi e per il proprio corpo. Tramite l'attività culinaria si sviluppa una coscienza del cibo e della nutrizione. E questo influisce sulle nostre scelte giornaliere in relazione all'acquisto del cibo.

Come vedremo successivamente, l'attività pratica del cucinare non coinvolge solo l'aspetto meramente gustativo, ma sviluppa capacità artigianali.

149 *Ivi*, p. 144.

150 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 164-165.

Vedremo come essa sia strettamente legata al corpo, non solo in quanto il cibo modifica e trasforma il nostro fisico, ma anche come essa crea e sviluppa una coscienza corporea durante l'atto del cucinare.

Inoltre, la pratica del cucinare non è importante solo in un'ottica strettamente personale; essa contribuisce anche allo sviluppo delle relazioni e dei legami affettivi. Cucinare per qualcuno è un atto di altruismo, significa, in quel momento, fargli da madre, come suggeriva Pierangelini. Significa trasmettere dei sentimenti di affetto. Cucinare per gli altri ci investe di una responsabilità:

Cucinare in casa [...] tiene uniti il cosiddetto privato (sfera degli affetti, delle libertà di scelta, delle passioni) e il lavoro (sfera delle attività da svolgere in relazione a responsabilità verso gli altri, economie ecc.). Mescola insieme modalità *multitasking*, [...], passioni e responsabilità. E questo compito viene realizzato grazie ad abilità acquisite, all'interno di un contesto relazionale nel quale l'elaborato prodotto viene apprezzato. [...]. La cucina domestica è un esempio di rielaborazione creativa del quotidiano, come fanno coloro che amano cucinare in quanto espressione che realizza, almeno in parte, un desiderio di creare artefatti da donare agli altri come sigillo di relazioni affettive. Si può coltivare l'arte della cucina anche senza essere professionisti. È una dimensione non dominata dal mercato né dalle istituzioni accreditate, ma ugualmente relazionale e intersoggettiva: ci sono degli artefici e c'è un pubblico. [...] la cucina è conforto e rassicurazione, restituzione di uno spazio identitario noto e condiviso¹⁵¹.

Queste affermazioni di Perullo riassumono adeguatamente le considerazioni svolte in precedenza.

Cucinare sviluppa interesse e curiosità verso la nutrizione, ci fa capire come dovremmo mangiare, come potremmo cambiare le nostre cattive abitudini in fatto di cibo e alimentazione. Ci dà la possibilità di attivare una sorta di potere decisionale su come condurre la nostra esistenza e soprattutto su come mangiare. Sviluppa una sorta di coscienza etica nei confronti del cibo che ci connette con la «rete mondiale del cibo»¹⁵².

Come sostiene anche Onfray, preparare un pasto è una pratica estetica, una presa di coscienza del mondo¹⁵³.

151 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 106.

152 Lemke, op. cit., p. 11.

153 M. Onfray, *La raison gourmande*, Le Livre de Poche, Paris, 1997. p. 237.

Questa presa di coscienza si sviluppa tramite la relazione con il cibo. Ma che cosa intendiamo con 'relazione con il cibo'? Per spiegare questo concetto dobbiamo accostare la pratica culinaria all'artigianato¹⁵⁴. In particolare utilizzeremo il concetto di 'coscienza materiale', definito dal sociologo Richard Sennet. Egli sostiene che la buona riuscita di un prodotto di artigianato dipende dalla curiosità e dal legame che l'artigiano – nel nostro caso chiunque cucini – instaura con il materiale che ha tra le mani¹⁵⁵. Ciò avviene inevitabilmente anche per il cibo. Come abbiamo detto, la curiosità per l'alimento genera conoscenza, la conoscenza si evolve in comprensione, la comprensione sfocia nel rispetto per l'alimento e da questo rispetto deriva il rispetto per noi stessi. Tutto ciò è connesso al concetto di autoampliamento e arricchimento che abbiamo esposto nel capitolo precedente a proposito della costruzione del sé.

Il rapporto con l'alimento sfocia solitamente nell'antropomorfismo¹⁵⁶, ossia nell'attribuzione di caratteristiche umane al prodotto materiale che sottolinea quasi la sacralità del legame con esso, come sosteneva Pierangelini, e la profondità del rapporto che è possibile costruire con la “materia” della cucina.

Pensiamo al lievito madre. L'apposizione 'madre' è esemplificativa di questo antropomorfismo. Chiunque produca in casa il lievito madre instaura con esso un rapporto quasi materno. Esso, infatti, è una creatura viva, composta da batteri e microorganismi che convivono e coesistono nello stesso ecosistema. Non solo, il lievito madre va costantemente alimentato, nutrito con rinfreschi di farina e acqua, soprattutto durante i primi quindici giorni di vita quando vanno operati dei rinfreschi giornalieri, affinché possa crescere, svilupparsi e aumentare il suo potere lievitante. Fare il pane significa anche saper rispettare il lavoro di migliaia di microorganismi che durante il periodo di lievitazione crescono¹⁵⁷.

Gli ingredienti ci comunicano qualcosa. Cucinare significa anche saperli ascoltare e rispettare. Non di rado si sente dire a un cuoco che l'ingrediente gli parla. A tal proposito ci vengono ancora in aiuto le parole di Pierangelini.

Egli sostiene che la materia prima sia qualcosa di concreto, da toccare, valutare, capire in funzione poi di ciò che si vuole mettere nel piatto¹⁵⁸.

154 Questo punto verrà approfondito meglio nel prossimo paragrafo.

155 Cfr. R. Sennet, *L'uomo artigiano*, trad. di A. Bottini, Feltrinelli, Milano, 2009, p. 120.

156 *Ivi*, p. 134-135.

157 Cfr. Slow Food, *Pane, pizze e focacce*, Slow Food editore, Prato, 2014.

158 Perullo, *L'altro gusto*, op. cit., p. 144.

Essere gentili con gli elementi di una cucina, anche una semplice patata, toccarli, 'accarezzarli'¹⁵⁹, [...] insomma capirli, sentire quello che possono dare: tutto questo è fondamentale¹⁶⁰.

Quando si instaura questa relazione umana con l'alimento, il prodotto edibile finale non sarà un mero prodotto della necessità fisiologica, ma sarà l'espressione della propria soggettività. Nel risultato finale ci sarà parte di noi stessi e del nostro legame con il materiale. L'alimento diventerà allora un 'oggetto transizionale'; «in gergo tecnico, questo concetto si riferisce alla capacità dell'essere umano di 'tenere' alle persone o alle cose materiali»¹⁶¹ che da lui vengono modificati. Cucinare dà soddisfazione perché è azione, è attività che permette a noi di prendere consapevolezza dell'alimento, di modificarlo e di produrre qualcosa di nostro, che ci appartiene. Scegliere l'alimento, conoscerlo, curare ogni passo della preparazione di un piatto, e alla fine mangiare il prodotto che noi stessi abbiamo preparato ci arricchisce e contribuisce alla costruzione di noi stessi e della nostra individualità.

Tutto ciò fa parte della nostra quotidianità, della nostra esistenza giornaliera. La pratica culinaria non è un processo compiuto e determinato, ma è un processo *in fieri*, un processo dinamico che si evolve e cresce con noi, con la nostra coscienza alimentare e con la nostra conoscenza tecnica. Come sostiene Sennet, «'le cose fatte e le cose non fatte' della vita quotidiana sono degne di attenzione al pari di qualunque astrazione: nel riflettere razionalmente su di esse, l'individuo migliora se stesso»¹⁶².

In conclusione, la cucina è «una pratica che [...] può diventare arte nel suo significato più elementare: un tentativo riuscito e appagante, potenzialmente aperto a tutti, di dare senso a una parte dell'esistenza»¹⁶³.

159 Corsivo mio.

160 Perullo, *L'altro gusto*, op. cit., p. 145.

161 Sennet, op. cit., p. 155.

162 *Ivi*, p. 93.

163 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 135.

2. Cucina: tra arte e artigianato

Abbiamo concluso l'ultimo paragrafo sostenendo che la cucina può diventare arte, intendendo l'arte come un modo per dare senso all'esistenza.

Questa definizione generica di “arte” si inserisce in un dibattito, già accennato nel capitolo precedente, storicamente antico ma tutt'ora aperto, in cui si cerca di capire se la cucina possa appartenere al campo delle arti, oppure se essa sia un'opera di artigianato.

La questione è spinosa e ruota intorno al concetto di arte e al modo in cui è stato definito alle nel corso della storia. Non è qui possibile, né necessario ripercorrere le svariate definizioni di arte. Quel che occorre è, piuttosto, individuare un punto di contatto tra arte e artigianato che sia interno alla prospettiva estetica proposta. A quel punto potremo vedere se e come la pratica culinaria si inserisca coerentemente in tale prospettiva.

La tesi che intendo sostenere è che concepire la cucina in un'ottica in cui arte e artigianato di fondono insieme in un unico concetto significa «concepirla come una pratica materiale, avente a che fare con processi sensibili, deperibili e contingenti»¹⁶⁴. Secondo Perullo «la possibilità di intenderla in questo modo è insieme antica e moderna. Antica, perché connessa al paradigma [...] nel quale “arte” designa una capacità tecnica, un saper fare concreto; moderna perché riguarda una sua modalità di fruizione come specifica esperienza estetica culturale [...]»¹⁶⁵.

Secondo quanto sostiene il filosofo spagnolo Fernand Savater, la gastronomia, in particolare la cucina, apparterebbe all' «onesto mondo dell'artigianato, non a quello della creazione artistica, il cui obbiettivo non è quello di soddisfare i sensi, ma risvegliare i sentimenti e spingere alla scoperta di inediti significati»¹⁶⁶. Gli argomenti a favore di questa tesi sono sostanzialmente tre.

Il primo è che la cucina non può essere paragonata all'arte perché la cucina ha come compito principale quello di soddisfare la fame e quindi risponde a un bisogno necessario, fisiologico e interessato, mentre l'arte avrebbe a che fare con i piaceri disinteressati, spirituali, conoscitivi e universali.

164 *Ivi*, p. 9.

165 *Ibidem*.

166 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 33.

Il secondo argomento si basa sulla distinzione tra oggetti permanenti e duraturi, – di questo tipo sarebbero i prodotti dell'arte –, contro oggetti fugaci ed effimeri, come tipicamente sono le produzioni culinarie. Quest'argomento non sembra però molto efficace, se si considera il carattere “effimero” di molte performance artistiche. Il terzo argomento è di tipo morale e poggia sull'idea del cibo come un prodotto pericoloso per il nostro corpo, un prodotto che causa piaceri fisici e porta alla golosità e all'ingordigia.

Come si vede, gli argomenti contro il riconoscimento della cucina come arte sono di tre ordini: «epistemologico» – il gusto fa parte dei sensi minori e dunque anche la cucina rientra nelle attività empiriche – «estetico – vera arte *versus* artigianato o arti applicate; sfera del permanente *versus* sfera dell'effimero e dell'esperienza fugace – » ed «etico – pericolosità del piacere fisico [...] – »¹⁶⁷.

La concezione di arte consente di far rientrare al suo interno l'artigianato, ha radici antiche. Come punto di partenza, infatti, ci rifaremo al concetto secondo cui l'arte «nel mondo antico e per tutto il medioevo fino al Rinascimento, è un “saper-fare” secondo regole, esprime cioè la capacità tecnica di produrre oggetti con un'abilità superiore e riconosciuta [...]»¹⁶⁸. Secondo questa concezione “arte” assume il senso di tecnica, capacità pratica ed empirica e, in generale, di attività. Questa accezione di “arte” è più vicina al contemporaneo concetto di artigianato che a quello di arte come capacità creativa. In questa concezione l'arte è vista come una pratica, o ancora meglio, come un'insieme di pratiche, apprese con l'esperienza e la continua attività. Il “saper-fare” relativo è il prodotto di conoscenza teorica e capacità corporea. È una conoscenza che, come afferma Perullo, segue delle regole, una conoscenza teorica appresa molto spesso non sui libri ma tramite un'esperienza diretta, empirica delle varie fasi di creazione e realizzazione di un artefatto. In questo senso l'arte non appartiene più solo al processo creativo, intellettuale e materiale, ma si inserisce anche in una prospettiva in cui il ruolo giocato dalla conoscenza tecnica, dall'aspetto pratico e corporeo, tipico dell'artigianato, è fondamentale per la realizzazione di un prodotto artistico.

L'arte, in questo contesto, è intesa come il «*prodursi plurale* di una pratica concreta»¹⁶⁹, una pratica in cui «le “creazioni” della mente umana e le “esecuzioni” ripetitive e meccaniche»¹⁷⁰ fanno parte dello stesso processo artistico.

167 *Ivi*, p. 35.

168 *Ivi*, p. 36.

169 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 125.

170 Perullo, *Il gusto come esperienza*, p. 41.

Si potrebbe provare ad applicare questo tipo di prospettiva anche alla cucina e alla pratica culinaria. È sintomatico, per esempio, che «nella tradizione cinese “cuocere” e “fare cucina” [siano] nozioni assai diverse fra loro: la prima implica semplicemente la capacità di utilizzare il fuoco, mentre la seconda presuppone un'abilità tecnica ricca di implicazioni estetiche e artistiche»¹⁷¹.

Nel corso dei prossimi paragrafi vedremo come il lavoro di artigianato non sia la mera esecuzione di esercizi, gesti e attività pratiche, ma abbia anche una componente cognitiva, portatrice di conoscenza, fondamentale e determinante per la costruzione del sé, secondo la prospettiva enucleata nella prima parte di questo studio. Utilizzando le parole di Perullo, «[...] anche pratiche che appaiono solo meccaniche nascondono invece spesso elevate capacità tecniche che richiedono a ogni passo scelte e sensibilità, cure e attenzioni accresciute con l'esperienza. La cifra del sapere artigianale è infatti l' *expertise*: un sapere induttivo conquistato lentamente con esercizi quotidiani ripetuti e pazienti, spesso appresi attraverso l'osservazione, l'esempio, l'imitazione di maestri»¹⁷².

Torneremo su questo aspetto affrontando il concetto di *embodied knowledge*; lo applicheremo alla cucina e cercheremo di sostenere che «quando questo sapere endocorporeo, pratico e tacito, raggiunge un livello di perfezione adeguato [...] allora si può parlare di arte»¹⁷³. Cercheremo di mostrare come la padronanza della tecnica, il *savoir-faire*, e il coinvolgimento emotivo che si riscontra sia nell'arte che nell'artigianato, siano componenti fondamentali della pratica culinaria, non solo professionale, ma anche domestica e quotidiana. Cercheremo poi di mostrare che nell'attività culinaria mente e corpo sono tutt'uno e che ciò porta a superare la distinzione tra una componente attiva, elaborata dalla mente e una passiva lavorata dalla mano¹⁷⁴.

Prima però occorre tornare sulla questione dell' arte. Riprendendo le teorie di Dewey e Shusterman, cercheremo di sostenere che «l'arte nella sua essenza è un processo piuttosto che un prodotto finito [...]»¹⁷⁵. Vedremo come, in base alle teorie dei due filosofi, anche la cucina possa produrre esperienze estetiche e artistiche e possa, quindi, essere considerata un'arte.

171 Montanari, op. cit., p. 38.

172 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 51.

173 *Ivi*, p. 51.

174 *Ivi*, p. 69.

175 Shusterman, op. cit., p. 158.

Dopo aver analizzato il concetto di arte e quello di artigianato sarà più facile sostenere che «il pregiudizio della dicotomia tra artigiano/artista» sia superabile¹⁷⁶.

3. *La pratica culinaria come esperienza estetica*

Secondo la teoria deweyana, sostenuta anche da Shusterman, l'arte non si identifica in un oggetto o in un prodotto finito, ma, in un processo dinamico e unitario che Dewey chiama “esperienza estetica”. Quest'ultima viene concepita come una sorta di relazione tra il soggetto che percepisce e l'oggetto percepito. Le caratteristiche che portano a definire l'esperienza come estetica sono l'unità e la compiutezza di quest'ultima. Questi attributi dell'esperienza sono dati dal soggetto che si relaziona con l'oggetto. Infatti è l'emotività, il coinvolgimento emotivo che dona unità e compiutezza all'esperienza trasformandola in esperienza estetica. Secondo Dewey, nell'esperienza estetica «le varie parti sono collegate l'una all'altra e non si susseguono semplicemente tra loro. E le parti, attraverso l'esperienza del loro vincolo, si muovono verso un compimento e una conclusione, e non semplicemente verso una cessazione nel tempo. Inoltre questo componimento non attende che tutta l'impresa sia finita. Nella coscienza esso viene anticipato continuamente e viene ripetutamente assaporato con speciale intensità»¹⁷⁷.

Per quanto riguarda il coinvolgimento emotivo, Dewey sostiene che siano «la pienezza e l'immediatezza di questa partecipazione» a costituire «la qualità estetica di un'esperienza»¹⁷⁸.

Questa concezione potrebbe essere ben applicata alla pratica culinaria. Infatti, quando cuciniamo si instaura una relazione con l'alimento: «[...]il piacere scaturisce da una relazione di contatto tra un oggetto e un soggetto», con l'alimento, «in particolare, una relazione *estetica*, poiché di imput edonico e percettivo si tratta»¹⁷⁹.

Il processo culinario, poi, è un processo dinamico in cui le varie fasi di creazione del piatto si susseguono l'una all'altra in maniera consequenziale, come in una narrazione.

176 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., 52.

177 Dewey, op. cit., p. 66.

178 *Ivi*, p. 249.

179 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 53.

Ogni gesto, ogni movimento si sviluppa in seguito al gesto precedente e sfocia in quello successivo¹⁸⁰. Il tutto tende alla compiutezza e all'unità finale che ritroviamo poi nel piatto. Ma ciò che veramente permette alla pratica culinaria di essere un processo fluido che tende alla compiutezza è proprio il nostro coinvolgimento emotivo, inteso come partecipazione cosciente e totale nell'attività culinaria. Sia che cuciniamo per noi stessi, sia per qualcun altro, l'aspetto del coinvolgimento è sempre presente, anche solo per «il valore primario e funzionale del cibo – nutrimento, energia, vita». Se si assume, come fa Perullo, che tale valore sia «parte fondante, specifica dell'estetico e dell'artistico nella cucina»¹⁸¹, le dicotomie tra necessità e piacere, bisogno e desiderio, mente e corpo¹⁸² sono superate e ci saranno solo l'unità e la compattezza della pratica culinaria guidata dalla nostra partecipazione emozionale al processo dinamico.

Dewey sosteneva che un pescatore avrebbe potuto mangiare la propria preda senza perdere la soddisfazione estetica di aver pescato quel pesce¹⁸³. Il coinvolgimento emotivo del pescatore si ritrova nel lavoro che egli ha compiuto su quel pesce. Analogamente, il coinvolgimento emotivo di un cuoco si ha in ogni fase che porta alla preparazione di un piatto o di un qualsiasi prodotto edibile. Concepire un piatto, idearlo, selezionare gli ingredienti, tagliarli, cucinarli, metterli insieme sono tutte fasi di processo dinamico che, grazie alla nostra partecipazione, tende a una compiutezza e a un'unità.

È la nostra emozione che permette all'idea di non rimanere tale, ma di svilupparsi in un prodotto finito, in maniera ordinata, organizzata e coerente. Secondo Dewey è proprio «questo grado di compiutezza della vita nell'esperienza del fare e del percepire che fa la differenza tra ciò che è arte e ciò che non è»¹⁸⁴.

Come sostiene anche Perullo, «saper fare arte *nel, del e dal*, quotidiano decostruisce l'opposizione tra strumentale (interessato, funzionale) ed estetico (disinteressato, formale).

Uno strumento utilizzato consapevolmente diviene parte del processo di auto perfezionamento, di un'arte della vita [...]. L'artefice [...] crea opere per quanto riesce a essere egli stesso parte del processo produttivo, quindi mettendosi in gioco e investendo di passione la propria energia lavorativa»¹⁸⁵.

180 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 54.

181 *Ivi*, p. 65.

182 *Ivi*, p. 66.

183 Dewey, op. cit., p. 33.

184 *Ibidem*.

185 Perullo, *La cucina è arte*, op. cit., p. 72

Anche la preparazione di un semplice piatto, poniamo delle lasagne, comporta un processo di ideazione e messa in opera che va dalla selezione degli ingredienti, alla preparazione dell'impasto a base di farina e alla cottura. È sufficiente chiedere a un qualsiasi cuoco per rendersi immediatamente conto che in cucina, ogni gesto, è la continuazione del precedente. Perullo scrive: «[...] ogni gesto è allo stesso tempo, mezzo e fine: soltanto considerando ogni passaggio non solo in modo strumentale è possibile avere la massima cura nella realizzazione dell'opera. Nel taoismo non c'è differenza tra gesti ordinari e gesti artistici, perché l'arte consiste innanzitutto in un autoperfezionamento incessante a partire dal quale, poi, ricadono come esiti finali le opere realizzate, anche un semplice piatto di riso con verdure»¹⁸⁶.

Nella pratica culinaria tutto il lavoro è organizzato: ogni fase non è a se stante, ma fa parte di un procedimento più ampio che racchiude in se olisticamente tutte le fasi di produzione del piatto. Questa esperienza dinamica è frutto di un'organizzazione che richiede tempo e nella quale vi è un accrescimento esperienziale. Per dirla con Dewey, «c'è un inizio, sviluppo, completamento»¹⁸⁷. Nel caso della cucina l'esperienza si conclude solo con l'assimilazione del prodotto edibile, ossia nel momento in cui la partecipazione emotiva è totale, nel momento in cui il cibo che abbiamo cucinato diventa parte di noi.

È proprio percependo il cibo, ossia mangiandolo, che l'esperienza che abbiamo condotto si può dire finita, compiuta e quindi estetica. Secondo la concezione di Dewey infatti «per essere veramente artistico un lavoro deve essere estetico, cioè concepito per il godimento di una percezione recettiva»¹⁸⁸.

In questa concezione dell'arte come esperienza e sviluppo dinamico «[...] il riconoscimento del fatto artistico si sposta dagli oggetti ai processi [...]. Se infatti è possibile considerare come “arte” esperienze limitate nel tempo e prive di oggetti permanenti, allora anche l'esperienza di un pasto potrà essere un'esperienza estetica e artistica allo stesso tempo, giacché l'arte si produce nell'evento»¹⁸⁹.

Potremmo dire quindi che la cucina è «sempre una pratica con una qualità estetica, relazionale, narrativa in quanto ogni fase è legata alla precedente e alla successiva come in una narrazione in cui una riga è strettamente collegata alla precedente e alla successiva e artistica»¹⁹⁰.

186 *Ivi*, p. 71-72.

187 Dewey, op. cit., p. 66.

188 *Ivi*, p. 58.

189 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 60.

190 *Ivi*, p. 54.

Abbiamo accolto la teoria di Dewey secondo cui «l'essenza e il valore dell'arte non risiedono nei meri artefatti che tipicamente consideriamo arte, ma nella dinamica e processuale attività esperienziale attraverso cui essi vengono creati»¹⁹¹. Tuttavia è necessario ricordare che, sempre per Dewey, non ci può essere esperienza estetica senza oggetto «dal momento che “si ha un prodotto estetico solo quando le idee cessano di fluttuare e prendono corpo in un oggetto”». Arte ed esperienza estetica «si hanno solo quando “immagini ed emozioni (di qualcuno) si legano all'oggetto (e si fondono) con la materia dell'oggetto»¹⁹². In questo senso si crea una relazione con l'oggetto, nel nostro caso con il cibo. Se infatti si ha un'esperienza estetica solo quando le idee si tramutano in oggetti, allora potremmo dire che l'esperienza estetica della pratica culinaria si ha non solo dopo aver realizzato il piatto ma dopo averlo mangiato perché «il cuoco prepara il cibo per il consumatore, ma la misura del valore di quanto egli ha preparato si ha nel consumarlo»¹⁹³.

Infatti, l'attività culinaria è un'esperienza che coinvolge la persona nella sua totalità, sia dal punto di vista fisico-corporeo – in quanto attività che è necessariamente svolta tramite l'utilizzo del corpo –, sia dal punto di vista mentale e sensoriale. Compriamo un'esperienza nel cucinare, ma compriamo un'esperienza anche nel mangiare e nell'assimilare ciò che abbiamo cucinato. Nell'esperienza culinaria non solo il soggetto manipola, utilizza e trasforma il cibo; è bene ricordare che anche l'oggetto modifica e trasforma il soggetto, poiché, per avere un'esperienza completa del cibo, occorre assimilarlo. L'esperienza infatti, «implica sia un subire passivo sia un fare produttivo, entrambi momenti che assorbono e ricostruiscono ciò che viene esperito corrispondendovi, dove il soggetto che fa esperienza al tempo stesso dà forma ed è formato»¹⁹⁴.

L'esperienza culinaria è un tipo di esperienza che coinvolge la persona nella totalità della sua capacità percettiva. Il cibo è in grado di rendere partecipe tutti i sensi: la vista percepisce, per esempio, il colore e la forma dell'alimento, l'olfatto ne percepisce l'odore, il gusto sente il sapore e il tatto la consistenza. «Lo sgranocchiamento e la sorsata rumorosa coinvolgono l'udito (in Giappone esistono persino pietanze per le quali viene prescritto di bere in maniera ben udibile)»¹⁹⁵.

191 Shusterman, op. cit., p. 55.

192 *Ibidem*.

193 Dewey, op. cit., p. 57.

194 Shusterman, op. cit., p. 84.

195 Korsmeyer, op. cit., p. 162.

Pensiamo alla concezione moderna del piatto, a una concezione diffusa in prima istanza dalla *Nouvelle cuisine* francese:

[...] l'insieme dei sensi sono stati convocati nell'operazione gustativa senza che nemmeno uno [...] sia trascurato: per la sollecitazione visiva, la realizzazione è bella, ispirata, nella presentazione [...]; per la sensazione olfattiva, i profumi sono preziosi, si fabbricano con delle essenze [...] e dei nuovi ingredienti; per l'impressione tattile le consistenze sono differenziate, lo si può cogliere dalla flessibilità e dalla delicatezza [...]; per la soddisfazione uditiva, si sentono [...] dei croccanti nelle loro variazioni melodiche [...]; per l'emozione gustativa, infine, dei sapori nuovi, complessi, fini e delicati, un piacere per lo spirito e l'intelligenza, un cibo concettuale e cerebrale, un piacere dell'insieme del corpo, riconciliato, carne e nervi¹⁹⁶.

In cucina si tratta di scoprire e di esercitare la totalità dei sensi¹⁹⁷. Il concetto di multisensorialità può essere applicato alla pratica culinaria, in quanto, durante l'attività, utilizziamo tutti i sensi. Si pensi anche solo alla preparazione di un semplice piatto di pasta al sugo di pomodoro: la vista si utilizza per osservare il colore della passata e l'aspetto della cipolla per il soffritto; il gusto e l'olfatto per percepire la sapidità e l'odore del prodotto; il tatto si usa per controllare la cottura della pasta e infine con l'udito cogliamo il bollire dell'acqua sul fuoco o lo sfrigolare della cipolla. I sensi, durante l'attività culinaria, sono vigili e pronti a percepire, servono a capire se tutto procede nel modo giusto e corretto. Tutti e cinque concorrono a un unico fine unitario, si muovono verso un'unica e comune direzione che è appunto la realizzazione di un prodotto edibile che poi andrà mangiato. Secondo quanto afferma Dewey «le qualità sensorie, quelle del tatto e del gusto come della vista e dell'udito, hanno qualità estetiche. Tuttavia esse non le posseggono isolatamente ma nelle loro connessioni; come interagenti e non come entità semplici o separate»¹⁹⁸.

La pratica culinaria, mette in attività tutti i sensi. Essi lavorano cooperativamente durante l'attività culinaria e forniscono un'esperienza estetica confluendo tutti nella realizzazione di un prodotto finale che altro non è se non la consumazione di quanto cucinato, atto conclusivo dell'esperienza estetica.

196 Onfray, op. cit., p. 178-179, trad. mia.

197 Ivi, p. 236.

198 Dewey, op. cit., p. 140.

Per questa sua natura la pratica culinaria può contribuire alla costruzione del Sé. Il coinvolgimento emotivo e fisico in essa permette un'esperienza estetica che contribuisce all'ampliamento e all'arricchimento esperienziale di cui parla Shusterman. E il tutto avviene a partire dal centro unitario che è la nostra unità psicosomatica.

Nei prossimi paragrafi vedremo l'importanza che ha il corpo in questo tipo di pratica e quanto sia fondante per la nostra individualità l'aspetto pratico e artigianale del lavoro culinario. Shusterman sostiene, infatti, che «ogni esperienza ricca di significato pienamente compiuta richiede una base di pratica, nessuna esperienza estetica è possibile fuori dalla pratica dell'arte. Per quanto possa apparire spontanea nella sua immediatezza, l'esperienza estetica [...] dipende sempre da una base di percezioni precedenti, di orientamenti prestrutturati e di significati accumulati che implicano essi stessi uno sfondo di pratiche»¹⁹⁹.

Ogni esperienza significativa si preannuncia come un arricchimento personale che contribuisce all'ampliamento del Sé, ma si basa sulle esperienze passate del soggetto. In questo senso si ha un ampliamento a partire da un centro unitario che è formato dalle nostre esperienze passate, dalla nostra unità psicofisica.

Andando ad analizzare l'importanza che il corpo riveste nella pratica culinaria intendiamo sottolineare il valore che l'attività pratica acquisisce nella costruzione del sé, perché, come sosteneva Dewey, «[...] l'individuo si crea nella creazione di oggetti»²⁰⁰.

3.1 *L'importanza del corpo nell'attività culinaria*

Abbiamo sostenuto l'importanza di instaurare una relazione con l'alimento affinché possa esserci un coinvolgimento emotivo nel momento dell'attività culinaria e, di conseguenza, un'esperienza estetica.

Nel caso del cibo, però, il coinvolgimento non è solo emotivo, è anche fisico. Infatti, affinché l'esperienza estetica giunga a compimento è fondamentale il momento del mangiare, in cui l'oggetto entra fisicamente all'interno del nostro corpo. Come scrive Perullo, la relazione che si viene ad instaurare con il cibo è una «relazione *corpo a corpo* tra soggetto e oggetto, intreccio che consuma *nel* corpo l'oggetto al fine di sostenere/trasformare il soggetto. L'estetica del gusto è

199 Shusterman, op. cit., p. 77.

200 Dewey, op. cit., p. 324.

allora un'*estetica della relazione* e dell'*implicazione*, un'estetica che cerca di superare rigide e ipostatiche opposizioni quali quelle tra mente e corpo, soggetto e oggetto, natura e cultura»²⁰¹.

Perullo continua, affermando che mangiare «significa assimilare “attraverso le labbra e l'esofago”, introiettare e ingerire fisicamente l'oggetto, e questo processo percettivo non è surrogabile né sostituibile [...]. Il gusto è così il sapere endocorporeo più adeguato alla conoscenza dell'altro, l'abilità percettiva che consente un'esperienza più “vera” delle cose proprio perché non solo esplora la materia a contatto, ma addirittura vi si fonde. Il gusto instaura una relazione strettissima tra soggetto e oggetto, una vera e propria fusione carnale»²⁰².

Nella prima parte della tesi si è ricordato che uno dei motivi per cui si negava rilevanza filosofica al cibo e, in genere, al senso del gusto era dato dal fatto che essi non prevedono la distanza tra soggetto e oggetto che rende oggettiva la conoscenza dell'oggetto percepito, come accade, invece, nel caso della vista e dell'udito. A causa della prossimità e dello stretto rapporto che il cibo e il gusto hanno con il soggetto e con il corpo, essi non erano considerati come meritevoli di dignità estetica, ed erano visti come veicoli di una percezione interessata e non disinteressata e oggettiva. Come sostiene anche Korsmeyer, l'esperienza percettiva derivante dal senso del gusto «mostra di essere più “corporea” rispetto al godimento di forme e colori nel caso della vista, o di melodie e armonie nel caso della musica», per cui, «alla fine non si può dire altro se non che quello è il modo in cui inevitabilmente hanno luogo le sensazioni di gusto, cioè che esse esigono che l'oggetto venga introdotto in bocca»²⁰³.

La bocca è il luogo del corpo attraverso il quale il cibo entra in noi, il passaggio obbligato del prodotto edibile nel nostro organismo. È il luogo in cui il cibo viene masticato, tritato, sminuzzato, trasformato affinché possa essere correttamente assimilato dal corpo, affinché possa a suo volta modificare il corpo. Essa è il luogo in cui il cibo viene trasformato e in cui esso inizia la sua opera di trasformazione del fisico. La bocca è la nostra apertura sul cibo, sull'ambiente, sul mondo che ci circonda, sull'esterno, ma essa è anche lo strumento fisico attraverso il quale noi parliamo, ci esprimiamo, permettiamo ai nostri pensieri di diventare frasi, scelte, decisioni. La bocca, oltre a essere il pertugio tramite il quale il cibo entra in noi, è anche il luogo dal quale esce la nostra interiorità: è il luogo fisico in cui «l'esterno (il cibo) che diventa interno consente all'interno di diventare esterno, di andare verso il fuori»²⁰⁴. Il cibo, entrando nel nostro organismo, compie la sua prima funzione, ossia quella del sostentamento. L'energia che ci dà ci permette di pensare, agire, con la mente e con il corpo.

201 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 23.

202 *Ivi*, p. 91.

203 Korsmeyer, op. cit., p. 139-140.

204 Riva, op. cit., p. 152.

In questo senso, il cibo ci permette di esteriorizzare la nostra interiorità, ci dà l'energia necessaria per esprimerci, per parlare. E parlare è uno dei modi tramite il quale il nostro sé si apre al mondo.

Come scrive Perullo, «la bocca è l'organo che definisce bene questa diversità, marcando la sua ambivalenza: pertugio dal quale entra il cibo e dal quale escono le parole, *medium* del fisico e dell'intellettuale al tempo stesso [...]»²⁰⁵.

La bocca, consentendoci di mangiare e di parlare, è il luogo del corpo in cui fisico e intellettuale si uniscono, mente e corpo diventano tutt'uno, suggerendo che l'atto del mangiare non sia solo la mera soddisfazione di un bisogno, ma ha un atto che uno stretto rapporto anche con il pensiero.

A tal proposito, Brillat- Savarin, nella sua *Fisiologia del gusto*, sosteneva che il gusto fosse l'unione di tre momenti: la sensazione *diretta*, quando il cibo entra nella nostra bocca e, attivando tutti i recettori del gusto, la sensazione *completa*, ossia il momento in cui il cibo comincia a essere masticato e si cominciano a percepire le varie sfumature aromatiche, e, in ultimo, la sensazione *riflessiva*, ossia l'apprezzamento finale del cibo e il giudizio che esprimiamo su di esso²⁰⁶. Secondo il gastronomo francese, l'atto fisico del mangiare si conclude solo quando è completato dall'espressione verbale del giudizio su di esso.

L'atto del mangiare non è l'unica azione legata al cibo in cui mente e corpo sono uniti e complementari. L'unione di pensiero e azione è una caratteristica anche della pratica culinaria. Solitamente si considera il pensiero come a un'attività distinta dalla pratica. Tuttavia le cose non stanno così. Da un lato, infatti, la pratica è pensiero in azione; dall'altro il gesto che si propone come ciò che sancisce la relazione tra il soggetto e l'oggetto, a volta è «addirittura sovraordinato rispetto al pensiero che l'avrebbe generato». Il gesto, l'azione, a volte riproducono qualcosa che va oltre l'idea. In questo senso, la cucina è anche una pratica di pensiero, oltre a essere un'attività artigianale, «cioè artistica nel senso proposto da Sennet»²⁰⁷.

La cucina è, sì, una pratica di pensiero, ma, all'interno della pratica culinaria il pensiero, «l'intenzione del cuoco non è una condizione necessaria, né sufficiente». La cucina, prima di tutto, «muove da gesti fisici e ideali, consapevoli e appassionati»²⁰⁸.

205 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 91.

206 *Ivi*, p. 89.

207 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 51. Il concetto di pratica artigianale vista come pratica artista nel senso proposto da Sennet verrà approfondito nel prossimo paragrafo.

208 *Ivi*, p. 37.

Nella cucina come pratica artigianale l'idea non si pone al di là del corpo e delle sue tecniche, ma si trasforma, cresce ed evolve insieme a queste.

I gesti e le tecniche si intrecciano completandosi in movimenti perfettamente coordinati e logici, ognuno dei quali è la conseguente prosecuzione del precedente, come avviene in un racconto dove ogni evento è la continuazione di quello precedente.

Per una filosofia che intende valorizzare il ruolo del cibo e dell'attività culinaria, è importante sottolineare che la percezione avviene anche sulla base della capacità di agire del nostro corpo.

Come dice Onfray, «avere un corpo per un soggetto significa poter agire. Il corpo è strumento d'azione»²⁰⁹.

Secondo il principio in base al quale «ciò che siamo discende direttamente da ciò che il nostro corpo sa fare»²¹⁰, praticando l'attività culinaria, scopriamo che in una cucina «sapere cosa cercare e come scorgerlo è questione di prontezza sul piano dell'apparato motorio»²¹¹. In cucina sapere cosa fare, dove andare, come tagliare un determinato ingrediente, dove si trovano sale, pepe e altre spezie, è una questione di organizzazione ed esperienza, ma anche di velocità di pensiero e di azione. In quanto pratica artigianale, nella culinaria «l'unità tra mente e corpo che è propria dell'artigiano si ritrova nel linguaggio espressivo che guida l'agire fisico»²¹².

In sostanza, usando un'immagine di Onfray, potremmo dire che «senza martello non si batte chiodo, ma senza la mano e la mente il martello non si muove»²¹³ e la capacità di usare correttamente e adeguatamente la mano è una delle caratteristiche più importanti di un cuoco. Soffermiamoci un momento sulla capacità di usare il coltello. Come osserva il sociologo Norbert Elias, il coltello ha sempre rappresentato un oggetto pericoloso, un'arma. Nel preparare la tavola infatti disponiamo il coltello con la parte tagliente verso l'interno della tavola e non verso il commensale a mo' di minaccia. Secondo Sennet, «a causa della loro potenziale pericolosità, il coltello e il suo impiego sono associati simbolicamente all'autocontrollo»²¹⁴.

209 M. Onfray, *I filosofi in cucina. Critica della ragion dietetica*, trad. di G. Bogliolo, Adriano Salani Editore, Milano, 2011, p. 182.

210 Sennet, op. cit., p. 275.

211 Shusterman, op. cit., p. 36.

212 Sennet, op. cit., p. 279.

213 Onfray, *I filosofi in cucina*, op. cit., p. 182.

214 Sennet, op. cit., p. 162.

Riportiamo l'esempio che egli richiama proprio sulla capacità di controllare e saper ben usare il coltello in cucina.

Nell'antico testo taoista *Chuang-tzu [Zhuangzi]* viene citato il cuoco Ting, che con il coltello a mannaia riusciva ad individuare gli interstizi tra le giunture, così finemente che i denti umani potevano arrivare a tutta la carne commestibile dell'animale²¹⁵.

La capacità di saper usare il coltello nella pratica culinaria influenza la preparazione e la cottura dell'alimento. Infatti, saper sfilettare un pesce o saper tagliare la verdura, significa aumentare la quantità di cibo effettivamente mangiabile. Inoltre tagliare la carne o la verdura in maniera omogenea e in forme e dimensioni regolari, significa permettere agli alimenti di cuocersi correttamente e in modo uniforme, con gli stessi tempi di cottura²¹⁶.

Questo tipo di abilità passa anche attraverso l'uso e il dosaggio consapevole della propria forza e dei propri muscoli.

Il cuoco tendenzialmente impugna il coltello con il pollice intorno al manico, in questo modo l'avambraccio diventa un'estensione del manico e il gomito funge da perno per descrivere un arco. Al termine del movimento ad arco il peso del coltello è l'unica forza che si abbatte sull'alimento molle senza spiaccicarlo. Quando invece ci si trova di fronte un alimento più arduo si dovrà applicare una pressione e una forza maggiore. Il dosaggio della forza rientra nel concetto di relazione con la materia.

Il cuoco, infatti, dosa la propria forza proprio per non danneggiare il suo materiale: «una verdura spiaccicata non può più essere recuperata, ma un pezzo di carne che non si è riusciti a tagliare può essere sottoposto a ulteriori colpi un po' più forti»²¹⁷.

L'importanza della capacità di autocontrollo e di dosaggio di forze è ben espressa dal precetto cinese secondo cui «il bravo cuoco deve innanzitutto imparare a tagliare un chicco di riso bollito»²¹⁸.

215 *Ibidem*.

216 *Ibidem*.

217 *Ivi*, p. 163.

218 *Ibidem*.

L'utilizzo della forza non è forse una caratteristica corporea nella vita di una persona? Occorrono, infatti, esercizio e pratica fisica per imparare a dosare la forza dei propri muscoli:

[...] nella misura in cui i muscoli si sviluppano quanto a massa e definizione, i riflessi che li fanno contrarre diventano meno pronunciati; l'attività fisica diventa più fluida, meno convulsa. Ecco perché le persone dotate di forza fisica sono più capaci di calibrare tale forza e di applicarla al minimo di quelle che hanno un fisico debole: nelle prime si è sviluppato un meccanismo di graduazione della forza muscolare. Analogamente i muscoli ben sviluppati sono anche meglio in grado di passare dalla contrazione al rilasciamento, rimanendo tonici anche quando lasciano la presa²¹⁹.

Un altro esempio di quanto l'uso delle mani e della forza sia importante per il cuoco si può ritrovare nell'impasto. Che sia un impasto di farina e acqua, o di uova e farina, o un qualsiasi altro tipo di impasto, anche per scopi legati alla pasticceria, questa tecnica prevede l'uso di una notevole quantità di forza al fine di amalgamare completamente la parte liquida e la parte solida del prodotto.

All'inizio è necessario mischiare con le dita la parte solida con la parte liquida affinché diventi piano piano un composto. Successivamente si può cominciare a lavorare il composto con entrambe le mani al fine di renderlo compatto, elastico, liscio e omogeneo. A tal proposito la studiosa Krina Patel, spiegando la sua avventura in una pasticceria, scrive che il pasticcere le diceva di lavorare l'impasto con entrambe le mani, applicando così più forza e trasmettendo più calore al prodotto. Il pasticcere, nel suo caso, chiunque faccia un impasto, nel nostro, deve usare le dita, le mani, deve saper applicare la giusta forza, deve essere presente con la mente e il corpo²²⁰. In questo contesto l'importanza del senso del tatto è notevole. Consideriamo ancora il caso dell'impasto. Una delle caratteristiche che determinano la riuscita di un buon impasto risiede nel fatto che esso, alla fine della lavorazione, abbia una superficie liscia e omogenea. Per saggiare la superficie liscia dell'impasto, l'unico modo è usare il tatto e in particolare i polpastrelli in particolare. In questo caso, il senso del tatto è “attivo”, «espressione che vuole sottolineare l'intenzione cosciente che guida i polpastrelli delle dita»²²¹.

219 *Ivi*, p. 166.

220 K. Patel, *Embodied thinking an learning in artisanship*, Harvard educate school of education, Harvard University, 2008, p. 92.

221 Sennet, op. cit., p. 150.

Possiamo dire quindi che, in questo caso, per controllare se la superficie della palla di impasto è liscia le dita si impegnano «in una tattilità proattiva, di sondaggio, [...] in cerca di un di un punto particolare che stimoli il cervello a pensare»²²².

L'esempio mostra come l'attività manuale quindi richieda la conoscenza del proprio corpo e una capacità d'attenzione e cura della propria capacità di percepire. Questa cura, poi, è anche mentale e si rispecchia nell'organizzazione del lavoro e del posto di lavoro. Patel racconta, infatti, che i pasticceri che lei ha visitato si assicuravano che, prima di iniziare il lavoro e poi alla fine, il loro tavolo fosse pulito e in ordine, che ogni strumento e ingrediente utile fosse collocato in una posizione tale da assicurare un rapido e ordinato utilizzo.

Un tavolo ben organizzato e pulito, permette al corpo di lavorare più facilmente e abilmente, e alla mente di pensare più chiaramente e rapidamente, avendo coscienza della posizione e dei movimenti del corpo nello spazio²²³.

In conclusione potremmo dire che cucinare, nella propria quotidianità, richiede particolari conoscenze e competenze sia mentali che fisiche; inoltre queste competenze promuovono lo sviluppo di altre capacità come il *decision-making* o il *problem-solving*. Il pasticciere, il cuoco e il panettiere devono superare problemi o cambiamenti dovuto al fatto di dover lavorare con una materia viva, con ingredienti che si modificano e si trasformano a seconda delle condizioni chimiche e ambientali – lievito, burro, zucchero ecc –. L'ambiente infatti ha un impatto determinante sugli ingredienti e li modifica²²⁴.

La pratica culinaria spesso richiede decisioni rapide, in merito all'organizzazione e riorganizzazione del lavoro, capacità di affrontare e risolvere problemi, di configurarsi e riconfigurarsi a seconda delle situazioni. Ciò, contribuisce all'approfondimento della conoscenza del proprio corpo e della propria mente, in ultima analisi, della propria unità psicofisica.

Quanto al rapporto con l'ambiente la pratica culinaria promuove, nell'essere umano, un equilibrio con l'ambiente circostante che è fondativo per il Sé con l'ambiente circostante. Cucinando, si capisce quanto sia fondamentale sapere e conoscere ciò che mangiamo; si capisce che ciò che mangiamo non è altro che la natura di cui noi stessi facciamo parte.

Si capisce, quindi, che è necessario rispettare questa natura, perché rispettarla significa rispettare il cibo che mangiamo e soprattutto noi stessi, in quanto unione di mente e corpo.

222 *Ibidem*.

223 Patel, op. cit., p. 93.

224 *Ivi*, p. 91.

Alla luce di queste conclusioni nel prossimo paragrafo, cercheremo di mostrare che la distinzione tra arte e artigianato non ha senso di esistere per la nostra concezione e che la pratica culinaria è una componente essenziale per la costruzione di un Sé. L'idea è che una filosofia del cibo sia parte di un'arte dell'esistenza.

4. *Arte e artigianato: la sintesi culinaria*

Nella nostra ottica, il punto di partenza dal quale si genera l'idea di concepire la cucina come una forma d'arte e di appianare la dicotomia tra arte e artigianato si basa essenzialmente su una rivalutazione semantica del concetto di arte. Abbiamo precedentemente detto che nella prospettiva moderna il concetto di arte è più legato all'oggetto artistico in sé piuttosto che ai meccanismi, ai processi, alle abilità pratiche e attività che lo creano. La rivalutazione semantica del termine arte passa attraverso il principio, rintracciabile inizialmente nella filosofia antica, secondo cui «il significato più antico e più longevo di arte come produzione di oggetto [...] non è legato alla creatività, ma all'abilità tecnica»²²⁵, alle dinamiche processuali e all'attività pratica. Un significato, forse, più vicino al concetto moderno di attività artigianale.

Potremmo genericamente definire l'abilità come una capacità pratica ottenuta con l'esercizio. Esercitarsi per apprendere e migliorare una pratica, in qualsiasi settore si voglia, è un'attività caratterizzata dalla continua ripetizione e quotidianità. Come dice anche Sennet, infatti, nell'apprendimento e nell'esercizio di una pratica «ci sono momenti in cui scatta qualcosa che sblocca una situazione e fa fare un salto qualitativo, ma questi momenti nascono sempre da una routine»²²⁶.

Possiamo applicare lo stesso discorso anche alla pratica culinaria. Pensiamo all'uso del coltello, allo sfilettare e pulire un pesce, al taglio della carne o al disossare un pollo. Sono tutte attività estremamente pratiche e concrete che richiedono esercizio e l'acquisizione di una certa abilità. Abilità che si ottiene solo con un esercizio costante. La velocità e la precisione di un cuoco nel tagliare una cipolla sono abilità che ha appreso solo con l'esercizio continuo.

225 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 41.

226 Sennet, op. cit., p. 44-45.

Un aspetto molto importante dell'attività culinaria e in generale dell'attività artigianale è risiede nel fatto che «man mano che sviluppiamo un'abilità, il contenuto di ciò che viene ripetuto cambia»²²⁷.

Con il continuo esercizio la nostra capacità migliora, si perfeziona e, di conseguenza, migliora anche il nostro lavoro. La soddisfazione aumenta e la possibilità di esercitare la tecnica appresa su altri materiali o in altri settori comincia a nascere nella nostra mente. Avendo l'opportunità di migliorare e riutilizzare l'esperienza acquisita cresce la soddisfazione e il piacere generato dall'attività. Potremmo dire, infatti, che «più la tecnica migliora, più a lungo ci si può esercitare senza annoiarsi»²²⁸.

A tal proposito Sennet dice:

È la relazione aperta tra soluzione e individuazione dei problemi [...] che costruisce ed espande le abilità, ma non può mai trattarsi di un evento unico. L'abilità si espande solamente perché il ritmo di soluzione-apertura dei problemi si ripresenta più volte²²⁹.

Non è sufficiente aver appreso la tecnica, bisogna saperla poi applicare e riutilizzare per affrontare i vari problemi che si presentano.

Ecco perché per chi cucina, o per chi svolge una qualsiasi altra attività pratica, la quotidianità e la routine non sono un problema. Esse implicano l'esercizio, che conduce a miglioramenti.

Nella quotidianità è, dunque, possibile trovare anche piacere e godimento derivante dall'attività, come sosteneva anche Aristotele²³⁰.

Secondo Sennet «Per il bravo artigiano la routine non è mai qualcosa di statico, ma qualcosa in continua evoluzione grazie a cui l'artigiano diventa via via più bravo»²³¹.

Ogni giorno l'ambiente, in situazioni differenti ci mette di fronte a delle difficoltà che devono essere superate per poter progredire. Affrontare e superare le resistenze che l'ambiente ci presenta ci aiuta a formarci, a formare il nostro carattere e la nostra personalità.

Queste difficoltà per l'artigiano e per il suo lavoro sono fondamentali. Abbiamo detto, infatti, che l'abilità tecnica aumenta solo all'interno del sistema problema-soluzione. Problemi, errori, resistenze sono il pane quotidiano di un artigiano.

227 *Ivi*, p. 45.

228 *Ivi*, p. 44.

229 *Ivi*, p. 45.

230 Aristotele, op. cit., X, 5, 1175a 22- 1175b 18.

231 Sennet, op. cit., p. 253.

La sua abilità, la sua tecnica migliorano proprio grazie a questi tre fattori che si riscontrano pressoché ogni giorno. Dopo aver commesso l'errore, o essersi imbattuto in un problema e averlo successivamente risolto, l'artigiano – ma potremmo dire più generalmente la persona – «ha preso coscienza di sé»²³². Come dice Sennet, l'artigiano «ha avuto un travaglio e ha imparato da esso»²³³.

Per questo, i problemi quotidiani e le difficoltà che l'artigiano o la persona riscontra sono mezzi fondamentali per la costruzione del sé. Perché permettono di «fare l'esperienza del fallimento salutare»²³⁴.

Scriva Sennet:

[...] l'artigiano è il simbolo di tutti noi, nel nostro bisogno che ci sia data la possibilità di avere esitazioni, di fare errori²³⁵.

Sennet non si limita a dirci che le resistenze e i problemi incrementano le nostre abilità e sono fondamentali per la costruzione di una coscienza individuale, ma ci suggerisce anche che tipo di abilità è possibile utilizzare e migliorare di fronte alle resistenze.

Egli sostiene:

[...] le abilità che ci permettono di lavorare proficuamente con la resistenza sono: la capacità di riconfigurare il problema in termini diversi, la capacità di riadattare la propria condotta qualora il problema permanga più a lungo, la capacità di identificarsi con l'elemento più abbordabile del problema²³⁶.

Capire il problema, contestualizzarlo, analizzarlo, cercare di studiarlo sotto diversi punti di vista, oppure ancora saper aspettare, imparare a controllare la frustrazione e sviluppare la pazienza, sapersi immedesimare e trovare il punto debole del problema sono tutte abilità tecniche che in cucina, come in una qualsiasi attività artigianale, sono assolutamente indispensabili per poter affrontare le sfide del lavoro e le difficoltà della routine lavorativa.

E queste abilità, secondo Sennet, non sono innate, ma «sono punti di riferimento di un processo che si sviluppa solo nel vivo di una pratica concreta»²³⁷.

232 *Ivi*, p. 114.

233 *Ibidem*.

234 *Ivi*, p. 115.

235 *Ibidem*.

236 *Ivi*, p. 212.

237 Perullo, *La cucina è arte?*, op.cit., p. 38.

In cucina, grazie a questo tipo di abilità di *problem-solving* si riescono a correggere errori o mutamenti della materia prima lavorata, cambiamenti ambientali e atmosferici o problemi legati al malfunzionamento di macchinari.

Ma nella pratica culinaria in quanto pratica artigianale, la capacità di saper affrontare i problemi non è la sola cosa che conta.

Infatti, Perullo scrive:

La consapevolezza che la riuscita finale del lavoro, che si manifesta in un'opera, dipende dalla qualità immessa in ogni singolo passo del processo²³⁸.

Questa idea di qualità del lavoro immessa in ogni momento del processo di produzione ci aiuta a recuperare un concetto che abbiamo più volte nominato in varie situazioni e aspetti diversi, ossia il concetto di coinvolgimento emotivo.

Secondo quanto sostiene Dewey, ciò che manca alla maggior parte di noi per essere artisti è «la capacità di trasformare un'idea vaga e un'emozione nei termini di un *medium* definito. [...] È precisamente questa trasformazione che cambia i caratteri dell'emozione originale, alternandone la qualità così da farla divenire di natura propriamente estetica. Nella definizione formale un'emozione è estetica quando aderisce a un oggetto formato mediante un atto espressivo [...]»²³⁹.

Questa capacità descritta da Dewey è il coinvolgimento emotivo che si trasforma in energia e che ci dà la voglia di trasformare la nostra idea nell'oggetto. Immaginiamo per un momento di trovarci nella nostra cucina di casa. Nella nostra mente si forma l'idea di un piatto che decidiamo di preparare.

Questa idea crea in noi un'emozione che ci spinge a cucinare. Man mano che cuciniamo l'emozione iniziale si trasforma. Diventa un coinvolgimento totale della persona, mente e corpo. Questo tipo di coinvolgimento produce l'energia necessaria a compiere l'esperienza che abbiamo deciso di intraprendere. Con queste caratteristiche l'esperienza, alla fine, diverrà estetica e cercherà attraverso la manipolazione e il *medium* del cibo di riprodurre l'idea che abbiamo in testa.

238 *Ivi*, p. 75.

239 Dewey, op. cit., p. 89.

La continua pratica e le esperienze culinarie che abbiamo nel nostro bagaglio esistenziale influiscono in tale produzione e ci fanno arrivare ogni volta a un risultato sempre più vicino alla nostra idea di partenza.

Questo atteggiamento di ricerca di un sempre miglior risultato è riscontrabile non solo in ottica lavorativa, ma potenzialmente può essere applicato ad altri processi esistenziali. L'attività culinaria in questo senso contribuisce alla creazione di un sé, in quanto l'idea che abbiamo di noi ci spinge, come nella cucina, a modellare le nostre esperienze, le nostre emozioni e sensazioni in base a esperienze precedenti che ci hanno formato e che ci aiutano a vincere le resistenze che l'ambiente ci mette di fronte.

L'elemento imprescindibile affinché una qualsiasi attività come la cucina possa essere per noi formativa è il coinvolgimento emotivo che ci spinge a perfezionare il lavoro e noi stessi. Il coinvolgimento emotivo produce l'energia necessaria al lavoro. Sennet chiama questa energia *ossessiva* e scrive:

Nel produrre un oggetto materiale o nel costruire un'abilità tecnica viene sempre investita una dose di energia ossessiva. L'energia ossessiva è il contrassegno della personalità di grandi produttori [...], ma è anche [...] un tratto di molte azioni, piccole o grandi. [...] La ricerca della qualità richiede di imparare a usare bene l'energia ossessiva²⁴⁰.

Ecco che allora in quest'ottica, come abbiamo già detto, «la ripetizione e la routine non rappresentano alcun ostacolo all'entusiasmo e alle possibilità creative»²⁴¹.

L'azione, l'attività diventa appagante per se stessa perché genera miglioramento sia dal punto di vista lavorativo, sia dal punto di vista esistenziale. Nell'attività pratica, concepita come esperienza, come processo esperienziale di produzione di un prodotto basato su abilità formatesi grazie all'esercizio quotidiano, il concetto di «arte come produzione di idee nella mente che vengono meramente eseguite dalla mano si sfalda»²⁴².

Pensiamo a un piatto come i *Tortelli di zucca* di Nadia Santini: qui «il processo non si sviluppa da un'intuizione originale, ma dalla sensibilità e dalla tecnica espressa nella pratica: cura, abilità e attenzione, dalla scelta degli ingredienti fino alla loro lavorazione, dal tirare la sfoglia alla chiusura dei tortelli con il ripieno»²⁴³.

240 Sennet, op. cit., p. 233.

241 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 75.

242 *Ibidem*.

243 *Ivi*, p. 78.

In questo esempio si può cogliere bene come il perfezionamento continuo del lavoro dell'artigiano passa attraverso l'energia ossessiva di Sennet. I gesti e i movimenti ripetuti delle mani non sono passivi ma attivi e in continuo mutamento ed evoluzione. Evoluzione passa attraverso le relazioni con la materia trattata e la sua conoscenza e studio tramite nuove possibilità che si inseriscono nell'arricchimento e ampliamento del sé di una persona. Come dice Perullo, «l'apprendistato e l'*expertise* del cuoco possono quindi condurre a un continuo e rinnovato autoperfezionamento. È in questa capacità di ripetizione che si ritrovano gli spazi della libertà creativa»²⁴⁴.

La sensibilità, il coinvolgimento emotivo, l'emozione, l'energia ossessiva, la capacità di fare, l'abilità tecnica, l'uso della mano, la relazione con la materia influenzano la riuscita e il gusto di un piatto.

Cucinare il proprio cibo per se stessi e per gli altri ci dà una soddisfazione maggiore rispetto a quella di un cibo già pronto. Infatti, il prodotto finito sarà mio in quanto io ci ho speso energie e sentimenti. La soddisfazione per la riuscita del prodotto sarà mia. Qualora invece del successo dovesse verificarsi un fallimento, sarà nostro compito capire e imparare dall'esperienza fallimentare, poiché, come già detto, il fallimento spinge l'uomo a riprovare, a imparare grazie all'esperienza, a sistemare gli errori e a progredire creando, poi, ancora maggior soddisfazione per l'aver imparato e aver saputo applicare quello che si ha imparato.

Migliorare e crescere sia dal punto di vista tecnico che da quello umano sviluppa nella persona un senso di orgoglio positivo che aumenta la considerazione di sé. L'orgoglio per il proprio lavoro è, infatti, «centrale nei mestieri tecnici, in quanto è la ricompensa per la bravura e l'impegno profusi»²⁴⁵.

Scrive Sennet a tal proposito:

Gli artigiani sono orgogliosi soprattutto delle abilità che maturano. Ecco perché la semplice imitazione non procura una soddisfazione durevole: la bravura deve evolvere. Il tempo lento del lavoro artigiano è una fonte di soddisfazione, perché consente alla tecnica di penetrare e di radicarsi, di diventare un'abilità personale. E la lentezza favorisce le attività della riflessione e dell'immaginazione. [...] ci si assicura una padronanza durevole di quella certa abilità²⁴⁶.

244 *Ivi*, p. 51.

245 Sennet, op. cit., p. 279.

246 *Ivi*, p. 280.

4.1 *L'arte culinaria e la costruzione del Sé*

Abbiamo stabilito che la soddisfazione per il proprio lavoro genera orgoglio e aumenta la considerazione di sé. Questo concetto si può applicare anche alla cucina. Pensiamo alla soddisfazione in seguito alla riuscita di un buon risotto alla zucca fatto da noi. Pensiamo al momento in cui lo mangiamo, ne assaggiamo il sapore.

Ci tornano in mente i vari momenti di preparazione, le azioni che abbiamo compiuto. Sappiamo che quel risotto non è semplicemente buono perché la zucca è di buona qualità. Quel prodotto edibile è buono perché fatto da noi. Ne abbiamo curato ogni dettaglio, abbiamo partecipato emotivamente ad ogni fase della preparazione rimanendo sempre concentrati e vigili. Il suo sapore ci piace anche perché ci piace come lo abbiamo preparato, dalla preparazione del brodo alla mantecatura con il burro.

Come dice Sennet, «per imparare dalle cose occorre prestare attenzione alle qualità della stoffa o al modo giusto di cuocere un pesce. [...] le persone possono apprendere informazioni su di sé attraverso le cose che fabbricano»²⁴⁷.

La filosofia dell'artigiano può essere potenzialmente applicata a qualsiasi campo della nostra esistenza perché l'artigiano rappresenta una condizione umana ossia quella di mettere un impegno personale nelle cose che si fanno²⁴⁸. L'impegno personale e la successiva ricompensa emotiva sono le caratteristiche del lavoratore che «si sente ancorato nella realtà tangibile e può provare orgoglio per il lavoro svolto»²⁴⁹.

Il coinvolgimento emotivo ci spinge a fare bene, a migliorare perché sentiamo che per noi e il nostro lavoro è fondamentale progredire. È anche questo un modo per costruire noi stessi e il nostro sé. Scrive Sennet, riprendendo le parole del sociologo Mills:

Il lavoratore che ha il senso del suo mestiere si impegna nel lavoro per il suo lavoro; la soddisfazione di lavorare è la sua ricompensa; nella sua mente, i particolari del lavoro quotidiano sono messi in collegamento con il prodotto finale; il lavoratore ha il controllo delle proprie azioni nel corso del lavoro; l'abilità si sviluppa all'interno del processo lavorativo [...]²⁵⁰.

247 *Ivi*, p. 17.

248 *Ivi*, p. 28.

249 *Ibidem*.

250 *Ivi*, p. 34-35.

Il continuo miglioramento e la crescita personale generano orgoglio e consapevolezza di sé poiché «è solo facendo scattare la consapevolezza di sé che il lavoratore è spinto a migliorare»²⁵¹.

Questo tipo di mentalità è la stessa che ritroviamo dietro ai fornelli ed è la stessa che può essere applicata alla vita quotidiana: la cura per le proprie cose, per i materiali, la precisione, l'importanza di fare bene il proprio compito, essere in grado di imparare dalle proprie esperienze, avere cognizione di ciò che si sta facendo e del processo esperienziale in atto, sono tutte qualità che ritroviamo in cucina, nel lavoro dell'artigiano e nella nostra esistenza giornaliera. E sono tutte abilità che si sviluppano con la pratica: la pratica dell'esistenza.

La pratica culinaria, nella nostra prospettiva, può essere considerata un'attività artigianale. Abbiamo mostrato come non ci sia una netta divisione o gerarchia tra il lavoro intellettuale e quello pratico, ma che in quest'ultimo, anzi, sono presenti entrambi gli aspetti -mentale e fisico-. Più che sul prodotto finale abbiamo posto l'accento sul carattere processuale ed esperienziale della pratica culinaria, rifacendoci a una concezione dell'arte come esperienza e dell'attività pratica. Richiamando questo tipo di ottica, possiamo dire che «tra lavoro intellettuale e lavoro fisico, in altri termini, tra arte e artigianato [...] non è possibile alcuna rigida demarcazione ontologica e gerarchica»²⁵², e che la distinzione tra arte e artigianato «è ruscata nei suoi propri termini a favore di una concezione operativa e concreta»²⁵³. Abbiamo cercato di mostrare, tramite l'opera di Sennet, «il valore cognitivo ed estetico delle attività pratiche»²⁵⁴. Grazie al sociologo, a Dewey e alla sua concezione operativa di arte e a Shusterman, possiamo giungere alla conclusione che «gli artefatti del cucinare non sono il prodotto di una meccanica e cieca esecuzione di idee *preordinate*, ma si sviluppano attraverso una relazione *in vivo*, tra progetti (gesti mentali), *ductus* empirici (gesti pratici) e materiale da lavorare»²⁵⁵. L'attività culinaria, quindi, prevede una stretta unione tra mente e corpo. Questa unità psicosomatica si relaziona con la materia da lavorare. Ci sono i presupposti per un'esperienza estetica. Infatti soggetto e oggetto sono in stretta relazione uno con l'altro.

251 *Ivi*, p. 56-57.

252 Perullo, *L'altro gusto*, op. cit., p. 136.

253 *Ibidem*.

254 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 50.

255 *Ivi*, p. 53-54.

Scrivere Perullo in relazione a ciò:

[...] questa relazione dinamica è l'essenza del lavoro artigianale. Il cuoco non lavora *sulla* materia, ma *con* la materia verificandone i punti di tenuta, le articolazioni, le possibilità, in base al risultato che vuole ottenere, e spesso l'obbiettivo viene modificato nel corso della pratica. [...] nel lavoro con la materia conta soprattutto il risultato, corrispondente a ciò che il materiale *diviene e fa* mescolato con gli altri grazie alle forze che elaborano il tutto. [...] le capacità dell'artigiano *creano* in quanto (cor)rispondono (cioè sanno rispondere e dialogare) alle possibilità insite nei materiali, in un processo che richiede cura, capacità di giudizio e specifiche abilità²⁵⁶.

Vedere la cucina come una pratica in cui mente e corpo sono strettamente connesse significa fare in modo che il ruolo dell'arte non sia quello di «negare le radici e le esigenze naturali e organiche dell'uomo per giungere a una qualche pura esperienza eterea, ma piuttosto procurare un'espressione adeguatamente integrata di entrambe le nostre dimensioni, quella corporea e quella intellettuale»²⁵⁷. Il fine dell'arte è, dunque, quello di potenziare la nostra esperienza immediata che ci rende più forti e ci rende vivi aiutandoci così a realizzare qualunque altro obbiettivo cerchiamo di raggiungere²⁵⁸. Secondo la concezione di Dewey l'arte non dovrebbe essere un mero ornamento ma dovrebbe essere integrata nella nostra vita quotidiana dove può effettivamente essere una guida, «modello e stimolo per una riforma costruttiva»²⁵⁹. Con la prospettiva suggerita in questo studio, tutto ciò diventa possibile attraverso il cibo proprio grazie al suo essere indispensabile e quotidiano.

La necessità e l'aspetto giornaliero del cibo, se nella concezione tradizionale, erano due caratteristiche che lo svalutavano agli occhi della filosofia, in questa prospettiva diventano i pilastri su cui è possibile una filosofia del cibo intesa anche come arte di vivere.

Potremmo dire che «considerare l'arte come esperienza risponde a [...] problemi suscitati dal presunto iato tra vita e arte. In quanto esperienza, l'arte è ovviamente parte della nostra vita, una forma particolarmente vivida della nostra realtà esperita, non già una mera imitazione fittizia di essa.

256 *Ivi*, p. 54.

257 Shusterman, op. cit., p. 37.

258 *Ivi*, p. 39.

259 *Ivi*, p. 50.

In secondo luogo, dato che l'esperienza deve combinare i differenti motivi e materiali ambientali intrinseci al nostro contesto d'azione e dato che ci misuriamo con qualsiasi contesto [...], ci si dovrebbe attendere che l'esperienza dell'arte ammetta elementi cognitivi e pratici senza perdere la propria legittimità quale esperienza artistica o estetica»²⁶⁰. Nell'ottica di Dewey l'esperienza dell'arte è «godimento pienamente incarnato, che impegna “l'intera creatura nella sua vitalità unificata”» ed un godimento

«ricco di soddisfazioni sensuali ed emotive»²⁶¹. Si può notare come questa concezioni racchiuda al suo interno anche la pratica culinaria descritta in questo studio. Essa infatti può essere anche vista come un'arte che ci permette di fare esperienza del mondo e introduce nelle nostre vite quotidiane un senso di unità all'esperienza estetica del cibo, «una concezione che riaffiora nell'ideale greco di M. Foucault di un'estetica dell'esistenza»²⁶².

Concludendo con le parole di Dewey, «in un'opera d'arte per sapere se il cibo cucinato è buono non si può che assaggiarlo»²⁶³.

260 Shusterman, op. cit., p. 82.

261 *Ibidem*.

262 Shusterman, op. cit., p. 40.

263 *Ivi*, p. 48.

CAPITOLO V

IL CONVIVIO

Nel seguente capitolo affronteremo il tema conviviale. All'interno di un'estetica del cibo il ruolo del convivio svolge un ruolo estremamente importante poiché, come è stato già sottolineato, dopo aver cucinato l'ultima cosa che rimane da fare è mangiare.

Mostrando come il cibo sia il veicolo di una relazione che si viene a creare tra soggetto e oggetto, ossia tra noi e il cibo stesso, abbiamo visto come l'aspetto relazionale che intercorre tra soggetto e oggetto, tra artigiano e materiale, tra cuoco e alimento sia determinante per la riuscita del lavoro che noi decidiamo di compiere su di esso. Inoltre la relazione emotiva tra soggetto e oggetto è la componente fondamentale che caratterizza l'esperienza estetica, nel nostro caso l'esperienza estetica del cibo. Senza coinvolgimento emotivo non può esserci esperienza estetica. Senza emozione non c'è unità, caratteristica chiave affinché si possa parlare di esperienza estetica, senza unità non c'è esperienza.

Ora, come sostiene Shusterman, «l'introduzione di una soddisfazione emotiva non rende un'esperienza necessariamente privata o interamente soggettiva. Infatti, nessuno [...] mette in dubbio per un momento che possiamo sempre condividere tali esperienze memorabili, anche se esse sono sempre in qualche modo declinate differentemente attraverso le nostre differenti personalità e differenti storie. In realtà, queste esperienze intensificate vengono spesso ricordate non solo *in quanto* condivise, ma *perché*, sono condivise»²⁶⁴.

Facciamo un esempio: siamo soli a casa e con il frigo vuoto. Verso l'ora di pranzo ci accorgiamo di non volere mangiare da soli e decidiamo quindi di chiamare un amico e andare da lui per condividere il momento del pasto. Decidiamo insieme di mangiare un' apparentemente semplice pasta alla carbonara. Andiamo insieme a fare la spesa e prendiamo tutto l'occorrente per preparare una carbonara a regola d'arte: uova, guanciale, spaghetti, pepe e pecorino.

264 *Ivi*, p. 57.

Ci accingiamo insieme a preparare il piatto dividendoci i compiti e consultandoci sulle varie fasi di preparazione. Ci scambiamo idee, consigli, le nostre esperienze sulla preparazione della carbonara. Mentre stiamo cucinando ci accorgiamo che siamo totalmente ed emotivamente coinvolti in quello che facciamo. Ci rendiamo conto che siamo concentrati sull'attività culinaria e che tutte le altre preoccupazioni – studio, problemi sentimentali e quant'altro – sono state momentaneamente accantonate. Ci impegniamo al massimo in questa attività e vediamo che anche il nostro amico sta facendo lo stesso. Anche lui sembra disteso e concentrato ma, allo stesso tempo, divertito. È importante che il piatto sia buono perché questa volta non mangiamo da soli, ma è in gioco la soddisfazione e il piacere di un'altra persona, di un nostro amico e quindi ci teniamo affinché egli sia completamente appagato da questa esperienza che stiamo condividendo. Forse anche lui in quel momento sta pensando la stessa cosa. Quando arriva il momento di mangiare ci rendiamo conto che il piatto è buono, ci piace, ci soddisfa ci diverte. Ne discutiamo insieme, lo giudichiamo e ci scambiamo i nostri pareri. Alla fine ci rendiamo conto di che cosa sia un'esperienza estetica²⁶⁵.

L'esperienza estetica non solo è stata condivisa, ma noi ce ne ricordiamo a distanza di anni proprio perché l'abbiamo condivisa con un nostro amico. Abbiamo cucinato insieme, condiviso esperienze, parlato e alla fine mangiato insieme la stessa cosa, che avevamo precedentemente preparato. L'esperienza è stata unitaria, conclusa, emotivamente coinvolgente e *condivisa*. In una parola: estetica.

Possiamo dire, utilizzando le parole di Dewey, che «il materiale dell'esperienza estetica, nell'essere umano, è sociale»²⁶⁶.

L'esperienza estetica inoltre avviene sempre all'interno di un contesto, di un campo di forze che interagiscono tra loro e che inevitabilmente influiscono sulla percezione dell'esperienza. In questo capitolo cercheremo di mostrare l'importanza del contesto conviviale nella nostra percezione del cibo, il ruolo che il cibo svolge all'interno del convivio, l'aspetto dell'interrelazione e della condivisione che può aiutarci a comprendere meglio noi stessi e ad arricchirci tramite le esperienze di altri, il tutto mediato dalla condivisione dello stesso cibo, dello stesso momento e dello stesso contesto.

Prima però ci concentreremo su qualche breve cenno storico dell'idea di convivio.

265 Questa è la descrizione di un episodio avvenuto realmente in cui ho colto che cosa fosse un'esperienza estetica.

266 Dewey, op. cit., p. 373.

1. *Il convivio: brevi cenni storici*

Anticamente nelle varie società il problema del reperimento del cibo era una questione che si presentava quotidianamente. Gli sforzi comuni degli uomini e la loro capacità di organizzarsi collettivamente erano orientati verso la ricerca di cibo e la sopravvivenza²⁶⁷. L'importanza del convivio nell'antichità era strettamente legato al problema della sopravvivenza. Era così importante che superava la mera funzione nutritiva del cibo. Il banchetto diventò, così, lo strumento per fondare e costruire i valori della vita. Montanari dice:

A banchetto, l'uomo celebra la propria rigenerazione quotidiana ma, facendolo assieme ai suoi simili, impiega quel gesto come veicolo di comunicazione con loro²⁶⁸.

L'importanza dell'aspetto conviviale in una società si esprimeva anche nella creazione di un'identità sociale e sovraindividuale. Infatti, l'allontanamento dal pasto comune, dal momento della mensa era segno di una sorta di esclusione dalla comunità di appartenenza. Per esempio, come riporta Montanari, «per i monaci che erano incorsi in qualche mancanza, l'esclusione dalla mensa comune era nel Medioevo la prima e più appariscente forma di “scomunica”»²⁶⁹. Mangiare insieme, condividere lo stesso pasto e lo stesso momento conviviale significava essere parte di un gruppo, significava avere un'identità in quanto era considerato una forma di appartenenza alla società. L'individualità di una persona non si creava solo nella vita privata, ma, come ritroviamo anche nell'antichità greca, anche nella relazione con l'altro e, in generale, con la sua società di appartenenza. Esserne escluso significava appunto, la non integrazione all'interno della società. Non appartenere alla società significava avere un'identità incompleta, parziale perché non completata dall'appartenenza a una comunità. Montanari scrive, infatti, che «la mensa è il luogo fisico e metaforico in cui si segnalano appartenenza o estraneità, adesione o esclusione, ed ogni sorta di rapporti che esistano fra i membri di una comunità, al loro interno, o, all'esterno, fra comunità diverse»²⁷⁰.

267 M.Montanari, *Convivio: storia e cultura dei piaceri della tavola dall'antichità al medioevo*, Editori Laterza, Roma-Bari, 1989. p. VII.

268 *Ivi*, p. VIII.

269 *Ivi*, p. IX.

270 *Ibidem*.

Molti sono gli aspetti che si possono ritrovare nel convivio anticamente. Per esempio la distribuzione dei posti a tavola era significativa soprattutto per l'individuazione del capopopolo o capofamiglia, o addirittura per l'importanza del posto assegnato al re o al sovrano. «Basti pensare alla corte bizantina, dove norme assai rigide fissavano con precisione l'ordine dei posti in base alla funzione e al prestigio dei singoli»²⁷¹.

Analogamente svolgeva la spartizione del cibo che prevedeva l'assegnazione di certe parti, soprattutto per quanto riguarda la carne, alle persone più importanti del banchetto.

Come sostiene Montanari, «la tavola del capo è, dunque, il luogo più significativo di conferma dell'assetto sociale, e la possibilità di parteciparvi è tanto più allargata rispetto alla totalità del gruppo, quanto meno al suo interno si sono definite gerarchie e livelli differenziati di potere. La società feudale, ad esempio, esprime il suo altissimo grado di gerarchizzazione anche nella normativa estremamente rigida che presiede alla ritualità conviviale»²⁷².

All'interno del convivio non si trovavano solo i rapporti tra gli uomini, ma anche il rapporto dell'uomo con la divinità. L'aspetto sacrale del banchetto ha origine con il rito sacrificale, attraverso il quale si giustificava l'atto di violenza intrinseco nell'azione di mangiare. Il gesto, il rito, e la componente religiosa del cibo servono a sacralizzarlo, a donare al convivio un'importanza sacrale.

Pensiamo per un momento all'importanza mistica che ha il banchetto, in particolare il vino, nella cultura cristiana, dove «il dio viene *mangiato e bevuto*, con un gesto d'amore che riscatta tutta la violenza dell'atto alimentare»²⁷³.

Nella società greca e romana i canoni legati al convivio erano quelli dell'equilibrio e della misura e a questi valori era legata la figura del potente. Successivamente con la penetrazione nel mondo greco-romano di popolazioni barbare nacquero dei modelli di comportamento incentrati sulla forza, sul vigore e sull'animalesco, basati soprattutto sul consumo di carne.

Nell'alto Medioevo si ebbero, comunque, due concezioni pressoché contrastanti del convivio. In una, infatti, legata alla vita monastica, il momento del banchetto esigeva regole precise di comportamento basate sulla compostezza, il silenzio e la moderazione.

271 *Ibidem*.

272 *Ivi*, p. XI.

273 *Ivi*, p. XII.

Nella concezione opposta, appartenente al ceto nobiliare del tempo e basata su un modello culturale celtico e germanico, il momento conviviale era ritenuto un momento in cui bisognava dimostrare la propria forza fisica, l'aspetto animalesco dell'uomo. Questo si traduceva in un comportamento piuttosto aggressivo a tavola, accompagnato da voracità e capacità di ingurgitare grandi quantità di cibo e bevande. Montanari racconta:

Quando Carlo Magno si accorge che un suo commensale ha bestiamente spolpato e sminuzzato una gran quantità di ossa, facendone un bel mucchio sotto la tavola, non esita a riconoscere che si tratta di un guerriero valoroso e a identificarlo con Adelchi, figlio del re longobardo da lui precedentemente sconfitto²⁷⁴.

In questo tipo di ottica, il banchetto era un momento in cui si persegue e si ammira e si cerca l'eccesso. Questo tipo di comportamento, in cui l'eccesso del bere e del mangiare era visto come un segno di prestigio sociale e forza, persiste lungo tutto il Medioevo. Tuttavia, con la nascita delle nuove società del tardo Medioevo, più complesse, dove il potere del principe è supportato da apparati burocratici istituzionali, la tavola rimaneva ancora il luogo in cui si poteva trovare ogni bendificio, ma ora «è soprattutto l'apparato di servizio – in cucina e in mensa – che colpisce l'organizzazione dei presenti; è la capacità del signore di organizzare attorno a sé una complessa scenografia conviviale, che richiede di essere guardata e ammirata, più ancora che usata. La tavola, imbandita con straordinaria ricchezza, diventa palcoscenico di teatro; la partecipazione si fa più ristretta ed esclusiva [...]»²⁷⁵.

Negli ultimi secoli del Medioevo la funzione principale del banchetto era quella di ostentare, nell'organizzazione della mensa, nelle portate dei cibi, nella quantità dei cibi. Il tutto al fine di sottolineare la potenza del capo. Come scrive Montanari, non è che «prima di allora questo carattere fosse assente; ma ora ne diventa il motivo principale, a contrassegno di una profonda modificazione sociale, politica e culturale. È la progressiva chiusura in se stessi dei ceti dominanti; è il distacco fra il capo e il suo “popolo”; è la nuova immagine di un potere che si mostra da lontano, e da lontano mostra le sue prerogative. *Mostrare* – ecco la nuova parola chiave»²⁷⁶.

274 *Ivi*, p. XIV.

275 *Ivi*, p. XV.

276 M.Montanari, *Nuovo Convivio: storia e cultura dei piaceri della tavola nell'età moderna*, Editori Laterza, Roma-Bari, 1991. p.VII.

Questa concezione ostentatoria del convivio rimarrà anche durante il Rinascimento, in cui immagine, apparenza e teatralità erano componenti indispensabile per la riuscita di un banchetto degno di essere definito tale. Tra Quattrocento e Cinquecento il convivio era governato da forti esigenze estetiche e formali. Scrive a tal proposito Montanari:

[...] la scenografia conviviale, i modi di presentazione del cibo, le gestualità del servizio [...] Forme di comportamento: le “buone maniere”, il corretto uso delle posate, le regole per masticare [...]. Tutto ciò, ed altro, allo scopo di definire un'area conviviale separata e per così dire “protetta”: diversa, distinta, isolata²⁷⁷.

Nell'ottica borghese dell'Europa del XIX secolo il concetto di convivio cambia rispetto alla proposta aristocratica. La concezione borghese del banchetto tende all'individualismo. Un esempio è la volontà di isolare i commensali donando loro degli utensili da tavola personali. Ogni partecipante al banchetto possiede il proprio piatto, il proprio bicchiere e le proprie posate. Una modalità, quella borghese, fortemente in contrasto con l'ottica medievale in cui tutti i commensali erano riuniti attorno a piatti collettivi, con posate comuni o addirittura assenti, le mani sostituivano forchette e coltelli. Il lento processo di civilizzazione, che prese piede nel tardo medioevo si concretizzò nell'epoca borghese, vide la nascita delle cosiddette “buone maniere” soprattutto a tavola. Si andò verso una graduale «personalizzazione del servizio»²⁷⁸. Da un lato, infatti ci fu l'introduzione di posate e piatti personalizzati per ciascuno individuo che isolavano il commensale ma allo stesso tempo lo rendevano partecipe di un gruppo. Montanari dice che «tutto ciò finisce per disegnare un velo attorno al singolo, adeguando formalmente al gruppo, ma celandone, nella sostanza, e proteggendone l'intimità»²⁷⁹.

Ecco che avremo quindi l'abbandono del piatto principale di portata comune da cui ognuno prendeva la propria parte e la conseguente sostituzione del piatto unico con diversi piatti singoli. Il rituale del pasto continuava comunque a essere un rituale collettivo e comunitario. L'individualismo borghese era ben presente nel convivio, ma l'aspetto comunitario e di condivisione rimaneva ben saldo come da tradizione.

277 Montanari, *Nuovo Convivio*, p. VIII.

278 M. Montanari, *Convivio oggi: storia e cultura dei piaceri della tavola nell'età contemporanea*, Editori Laterza, Roma-Bari, 1992. p. VI.

279 *Ibidem*.

A tal proposito Montanari riporta che «il servizio *alla russa* [...] ebbe tanto successo alla metà del secolo scorso, imponendosi fino ai giorni nostri come modello prevalente di commensalità, non solo per motivazioni di ordine pratico, ma, soprattutto, perché rispondeva meglio alla cultura “individualistica” dell'Europa borghese»²⁸⁰.

Con la rivoluzione industriale e lo sviluppo di tecniche di produzione e conservazione avanzate aumentarono la possibilità di avere una gran varietà di cibi, anche fuori stagione, e soprattutto la quantità di cibo disponibile per un numero di persone sempre maggiore.

Come riporta anche Montanari, infatti, «accanto alla rivoluzione produttiva, che ha finito per modificare lo statuto economico dell'agricoltura, trasformandola da fornitrice di materie prime per l'industria, un ruolo decisivo hanno avuto la rivoluzione dei trasporti e le nuove tecniche di conservazione degli alimenti [...] che hanno consentito di dilatare enormemente l'ambito spaziale di approvvigionamento e distribuzione del cibo»²⁸¹.

In questo momento storico di abbondanza, durante il quale abbiamo la possibilità, almeno alcuni di noi, di poter mangiare quanto, dove e ciò che vogliamo, quanto è importante l'aspetto conviviale del cibo? In che modo esso può contribuire alla creazione della nostra soggettività e del nostro sé?

Dopo questo breve paragrafo storico, cercheremo di rispondere ai quesiti posti affrontando tematiche quali la condivisione, l'altruismo e il rispetto dell'altro. Essi sono valori fortemente presenti durante il momento del convivio e possono essere determinanti per la costruzione del nostro sé. Vedremo come il convivio possa essere visto come la logica conseguenza della pratica culinaria. Infatti prima si cucina e poi si mangia. Cercheremo di sviluppare il concetto di relazione, già visto in precedenza, e inserirlo in ottica conviviale. Se prima abbiamo descritto il rapporto tra il soggetto e l'oggetto, ora tenteremo di allargare il cerchio e analizzare il rapporto del soggetto con altri soggetti, sottolineando l'importanza del contesto e la funzione di collante del cibo.

280 *Ivi*, p. VII.

281 *Ivi*, p. X.

2. Il convivio: Kant e i piaceri della tavola

Nella sua *Antropologia dal punto di vista pragmatico* Kant scrive:

Non vi è situazione in cui sensibilità e intelletto si accordano in un godimento che possa essere protratto tanto a lungo, e ripetuto tanto spesso come un buon pranzo condiviso con una buona compagnia²⁸².

Sintetizzando in poche parole la funzione che viene attribuita a questo scritto di Kant, si potrebbe dire che egli cerchi di «indicare un orientamento fondamentale da tenere nei rapporti con gli altri nella vita pratica»²⁸³. In quest'opera dunque Kant sostiene che l'uomo debba unire le sue due esigenze più importanti, quella della felicità e quella della moralità, aspirando a una «felicità morale»²⁸⁴. Il raggiungimento di questa massima aspirazione, secondo il filosofo, non può prescindere da «un impulso naturale alla società, ovvero deve essere pensata anche nella vita sociale»²⁸⁵. Per Kant il momento in cui massimamente l'uomo raggiunge la felicità morale è proprio il momento conviviale. Secondo il filosofo infatti «il convivio è l'esempio paradigmatico del sommo bene fisico-morale»²⁸⁶.

Durante i momenti conviviali non ritroviamo solo i piaceri fisici, ma si sviluppa un «qualche cosa che tende a un *fine* morale»²⁸⁷. Nel momento del convivio si riuniscono persone che si trattengono in conversazioni e condividono esperienze. Si crea una sorta di legame. Il fatto di mangiare lo stesso cibo e di condividere il momento del pasto, per Kant, ha un'implicazione morale.

La tavola diventa un luogo fisico in cui si sviluppa un processo di umanizzazione. I tre ingredienti imprescindibili per un banchetto, ossia cibo, bevande e persone, creano una situazione di incontro e condivisione.

282 I. Kant, *Antropologia dal punto di vista pragmatico*, trad. M. Bertani e G. Garelli, Piccola Biblioteca Einaudi, Torino 2010. p. 247.

283 Tomasi, op. cit., p. 143.

284 *Ibidem*.

285 *Ivi*, p. 144.

286 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 147.

287 Tomasi, op. cit., p. 145.

Tomasi scrive:

In questa prospettiva un convito di buon gusto non è soltanto fonte di benessere per i partecipanti. In un certo senso alle loro spalle avviene anche dell'altro, perché le regole della convivialità, per quanto possano sembrare insignificanti, promuovono la socievolezza e risultano perciò «un abito che s'addice bene alla virtù»²⁸⁸.

Ecco che, dunque, il momento del pasto condiviso assume anche un ruolo etico all'interno dell'esistenza di una persona. Analizzando la funzione sociale del cibo, Kant mette in luce vari aspetti del convivio che hanno un'importanza sia etica ma anche fisica, senza trascurare così l'aspetto più concreto del momento conviviale come, per esempio, «il rapporto tra il buon umore, le risa conviviali da un lato e il benessere del corpo e la buona digestione dall'altro»²⁸⁹.

Abbiamo numerose testimonianze di come Kant concepisse il convivio e quanta importanza desse ai suoi ospiti. Era solito, infatti, inviare un biglietto di invito ai suoi amici già al mattino affinché essi non fossero privati da un altro possibile appuntamento. Onfray riporta che egli «era così premuroso verso gli ospiti che annotava accuratamente quali fossero i loro piatti preferiti e li faceva preparare per loro»²⁹⁰.

Per Kant il numero minimo di commensali era tre e il numero massimo nove. Il numero dei commensali infatti non doveva essere inferiore al numero delle Grazie e superiore a quello delle Muse. Anche questo dettaglio aveva una connotazione morale infatti «il loro numero giustamente (quando supera [...] quello delle Muse) consente una ben misera comunicazione [...] e conseguentemente il dispositivo agisce contro il suo fine, il gran numero rimane un incoraggiamento all'immoralità»²⁹¹. Se uno degli obiettivi principali del convivio è la comunicazione e la condivisione, l'eccessivo numero di invitati rischierebbe di portare confusione e impedirebbe una comunicazione costruttiva e unica attorno a un medesimo argomento. L'intento etico del convivio ne risulterebbe quindi danneggiato. Anche nel momento conviviale sono fondamentali l'equilibrio e l'armonia del contesto. Come scrive Onfray, infatti, «tutta la differenza risiede nel diritto alla misura, nell'autorizzazione a un uso che non sia cattivo uso»²⁹².

288 *Ibidem*.

289 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 147.

290 Onfray, *I filosofi in cucina*, op. cit., p. 57-58.

291 *Ivi*, p. 57.

292 *Ibidem*.

Il risvolto etico-esistenziale del convivio è presente nell'etimologia stessa della parola. Deriva infatti dal latino *cum vivere*, ossia vivere insieme. Sembra quasi che la parola proponga una sorta di identità tra il mangiare e il vivere. Il convivio diventa, dunque, una sorta di metafora dell'esistenza. Come sostiene Montanari, «i due livelli – il materiale e il metaforico – s'intrecciano in modo inestricabile. I due termini dell'equazione – il cibo e la vita – si confondono l'uno con l'altro»²⁹³.

Se nel momento del convivio cibo e vita diventano tutt'uno, allora si compie in questo modo l'unione tra un' estetica del cibo e un'estetica di vita, intesa come arte di vivere. Ma è importante non dimenticare che nel convivio non si vive solamente ma si *cum* vive con l'altro. L'aspetto dell'alterità e della relazione è intrinseco nel momento conviviale. Durante il banchetto l'uomo si relaziona con l'altro e si crea individualmente rapportandosi con ciò che è esterno da lui. Condivide le proprie esperienze con gli altri, e gli altri a loro volta con lui. Si diffondono così esperienze, idee, passioni, si creano legami, conoscenze, rapporti e tutti alla fine ne risultano arricchiti e accresciuti. Tutto ciò avviene condividendo cibo, contesto e il piacere che da essi ne deriva perché «[...] mangiare insieme crea complicità, fa circolare il desiderio e la sensazione di piacere»²⁹⁴.

In questo senso, «la tavola rimane un luogo particolarmente idoneo all'osservazione dei rapporti fra gli uomini e dei modi in cui quei rapporti vengono rappresentati»²⁹⁵.

Nei capitoli precedenti si è sempre cercato di porre l'accento anche sull'unione di mente e corpo. La relazione stretta tra facoltà intellettive e l'aspetto fisico della persona è presente anche nel momento conviviale. Come già precedentemente detto, infatti, sembra essere la bocca il luogo del corpo in cui questi due aspetti trovano una sintesi perfetta. La cavità orale è la componente corporale adibita sia all'attività del mangiare sia a quella del parlare. Unisce in unico luogo fisico l'aspetto mentale- intellettuale dell'uomo svolgendo la funzione di modellare e far uscire le parole, ma allo stesso tempo è l'unico punto del corpo in cui il cibo può entrare nell'organismo, nel momento del pasto. Ecco perché la bocca è, da un punto di vista fisico, la protagonista del convivio. Durante un pasto condiviso, tendenzialmente le attività che vengono praticate sono due: mangiare e parlare.

293 Montanari, *Convivio*, op. cit., p. VII.

294 *Ivi*, p. XXII.

295 Montanari, *Nuovo convivio*, op. cit., p. V.

Riguardo a ciò Korsmeyer scrive:

Uno dei motivi per cui l'alimentazione risulta utile per unire insieme le persone è connesso all'altro compito preposto alla bocca: parlare. I commensali siedono comodamente e si adagiano, svincolati come sono da altre occupazioni di tipo pratico. Le loro relazioni reciproche sono fondamentalmente orali, cioè mangiano e parlano: due attività, queste ultime, che coinvolgono tanto il corpo quanto la mente [...]. Un pasto tende di per sé a suscitare una presa di coscienza riguardo alla compagnia di cui si fa parte e a ciò che si sta condividendo con gli altri in quel momento. Un pasto che si decide deliberatamente di condividere insieme può spesso ravvivare i rapporti con altre persone, così come i vincoli e i legami possono essere rinnovati mediante rituali e cerimonie, godimenti condivisi di sapori, conversazioni o combinazioni di tutte queste cose in grado di suscitare un'atmosfera di amicizia²⁹⁶.

Dalle parole di Korsmeyer possiamo arrivare a definire il convivio anche come un luogo e un momento in cui si verifica «un'interazione fortemente sensibile con gli oggetti e il contesto in cui sono immersi, che coinvolge tutte le abilità pratiche, fisiche, manuali»²⁹⁷.

In relazione a ciò, Onfray riporta la concezione del momento conviviale in cui esso viene paragonato al teatro, riprendendola dal gastronomo francese Grimond de la Reynière. Egli sostiene che la gastronomia sia inseparabile da un certo modo di vedere il teatro e di praticarlo. Riporta Onfray:

La tavola è una scena, in tutti i luoghi, in tutte le condizioni, qualunque siano le epoche e la qualità del pasto che viene servito: nel momento del convivio si parla, si gusta, si mangia. Il corpo è in azione, è un attore²⁹⁸.

La tavola diventa un luogo «per realizzare delle nuove relazioni tra gli uomini, ma anche tra il corpo e l'anima, tra il corpo e se stesso»²⁹⁹.

Nel momento conviviale mente e corpo sono ancora due aspetti della persona strettamente connessi uno con l'altro come lo erano nella pratica culinaria. Come sostiene Kant, il momento in cui sensibilità e intelletto sono connessi in un godimento che può essere protratto a lungo e potenzialmente ripetibile quotidianamente è proprio «un buon pranzo condiviso con una buona compagnia»³⁰⁰.

296 Korsmeyer, op. cit., p. 255.

297 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 140.

298 Onfray, *La raison gourmande*, op. cit., p. 46. trad. mia.

299 *Ivi*, p. 47. trad. mia.

300 Kant, op. cit., p. 147.

La relazione tra mente e corpo non l'unica relazione che si viene a creare nel momento conviviale. Nella citazione di Kant la parola “condiviso” assume un'importanza particolare. È proprio l'aspetto del convivio relativo alla condivisione il collante tra i vari commensali, ciò che crea connessioni e unione tra i vari partecipanti al banchetto.

3. *Il convivio: condivisione e relazione*

Ci sono vari elementi che caratterizzano il momento conviviale, ma il più importante è probabilmente quello relativo alla condivisione. Immaginiamo cinque persone che non si conoscono e che apparentemente non hanno nulla in comune, ma che si trovano riunite alla stessa tavola. Tutte si accingono a mangiare lo stesso cibo nello stesso momento. Sembra essere proprio quella l'unica cosa che hanno in comune, ossia il fatto di condividere nello stesso momento lo stesso cibo e lo stesso bisogno fisico di mangiare. In quel momento non ci sono differenze sociali o di qualsiasi altro genere. Ci sono solo delle persone che discutono di loro stessi e delle proprie esperienze, riuscendo così a creare delle connessioni tra di loro e a formare un gruppo. Queste connessioni sono basate sul fatto di condividere lo stesso cibo, la stessa tavola, lo stesso contesto. In un certo senso, potremmo dire che la tavola crea un'uguaglianza che contrasta con le normali differenze individuali di tutti i giorni, con le inuguaglianze convenzionali³⁰¹.

È possibile dire, come sostiene Korsmeyer, che «coloro che decidono di mangiare insieme riconoscono tacitamente i proprio commensali come fundamentalmente uguali a loro. Si tratta di una pratica che sottolinea la radice del significato della parola di origini latine *companion*, indicante una persona con cui si condivide il pane»³⁰². Non a caso Sartre pensava che il pane costituisse un rapporto con gli altri uomini³⁰³.

Il momento conviviale tende a creare una sorta di legame, di affinità dovuta proprio al fatto di introdurre nel corpo lo stesso alimento³⁰⁴ e nel medesimo momento.

301 Onfray, *La raison gourmande*, op. cit., p. 115.

302 Korsmeyer, op. cit., p. 252.

303 Onfray, *I filosofi in cucina*, op. cit., p. 113.

304 Korsmeyer, op. cit., p. 253.

Sottolineando i concetti di fiducia, uguaglianza e condivisione, Korsmeyer scrive:

Quello che ho sintetizzato con l'espressione “ intimità del mangiare ” fa parte di ciò che tiene insieme coloro che mangiano -la fiducia reciproca che è presupposta in questa azione, l'uguaglianza sociale di coloro che siedono insieme, e i sapori e i piaceri della tavola che vengono condivisi. Il mangiare insieme viene comunemente riconosciuto come uno degli aspetti più piacevoli della preparazione e del consumo del cibo in un contesto civile [...]³⁰⁵.

In questo senso potremmo dire che il convivio può essere visto come l'aspetto complementare della pratica culinaria. Cucinare e poi mangiare insieme contribuiscono ad aumentare il piacere della cucina proprio perché si tratta di una pratica condivisa. Cucinare *con* e *per* qualcuno e, successivamente mangiare insieme ciò che si ha cucinato, diventano i primi elementi necessari in una vita estetica basata sul bene culinario e conviviale³⁰⁶. Infatti, nel momento conviviale il piacere della tavola normalmente va oltre l'immediato piacere derivato dall'aspetto meramente nutrizionale dell'atto. Lo scopo essenziale del momento conviviale è proprio quello di condividere un momento di vita nella forma di un pasto comunitario e condiviso³⁰⁷. Del resto, come diceva anche Plutarco, «noi non ci invitiamo l'un l'altro per mangiare e bere semplicemente, ma per mangiare e bere insieme»³⁰⁸.

La condivisione del piacere della tavola si basa sul fatto che il cibo sembra essere l'elemento conviviale per eccellenza: esso comporta l'esigenza di dividerne l'esperienza. Scrive Perullo in relazione a questo aspetto del cibo:

Aver bisogno di condividere il gusto – tramite immagini, rappresentazioni, come naturalmente tramite il linguaggio e giudizi – sembra dunque essere tanto una necessità biologica quanto un valore culturale così radicato e profondo da essere ormai parte della nostra natura³⁰⁹.

Viviamo in un'epoca in cui le immagini riguardanti il cibo dominano la nostra percezione visiva quotidiana. La tecnologia ci permette di scattare foto e di inviarle immediatamente ai nostri amici.

305 *Ivi*, p. 236-237.

306 Lemke, op. cit., p. 15.

307 *Ivi*, p. 15.

308 Montanari, *Il cibo come cultura*, op. cit., p. 129.

309 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 59.

Questo aspetto della percezione visiva ha coinvolto anche il cibo tanto che oggi ci troviamo sommersi da immagini e foto sul cibo. Spesso capita che nel momento in cui ci troviamo davanti a un piatto bello da vedere, preparato dal cuoco di un ristorante o da noi stessi, il primo impulso che avvertiamo non sia più quello di mangiarlo ma quello di fotografarlo e di inviare la foto ai nostri amici, di fatto, condividendolo. Potrebbe essere anche questa una risposta a quell'esigenza di condivisione culinaria di cui parla Perullo. In un certo senso non è forse anche questa condivisione?

A questo punto, la domanda da porsi è se risulti «possibile vivere il piacere del cibo come guida della propria esistenza relazionale, innalzandolo persino a collante del legame sociale»³¹⁰.

Per rispondere a questo interrogativo ricorrerò a due esempi, dal mio punto di vista significativi: il primo riguarda l'episodio letterario del pranzo di Babette e il secondo è l'esperienza del *Dinner Club*.

Il pranzo di Babette è un racconto breve di Karen Blixen. Vediamo brevemente la trama del racconto. In un piccolo villaggio della Norvegia vivono due sorelle puritane di nome Martina e Filippa, figlie di un decano protestante fondatore di una setta su cui si fonda l'intera comunità del villaggio. Le due figlie hanno sempre condotto una vita di dedizione al prossimo osservando le regole imposte loro dal padre. Come ricorda Korsmeyer «uno dei precetti principali della loro religione è quello relativo al rifiuto dei piaceri della carne in tutte le loro forme, inclusi quindi, naturalmente, anche i piaceri della tavola»³¹¹. Le due, infatti, hanno rinunciato entrambe all'amore di due uomini: Martina respinge il soldato Lorens Loewenhielm, mentre Filippa non contraccambia l'amore del cantante Achille Papin, il più famoso cantante dell'epoca. Un giorno si presenta alla loro porta una signora francese, Babette Hersant, scampata per miracolo all'amore in Francia dopo che suo marito e suo figlio sono stati fucilati durante la repressione della Comune di Parigi. Trascorrono molti anni, Babette è stata ospitata da Martina e Filippa e si è guadagnata l'ospitalità facendo da governante e soprattutto da cuoca. Si scoprirà poi che Babette è, in realtà, una delle più grandi cuoche di Parigi. Un giorno arriva una grossa vincita di denaro, 10000 franchi, per Babette. Mentre tutti credono che lei userà quei soldi per tornare in Francia e rifarsi una nuova vita, Babette decide invece di spendere l'intera somma per preparare un vero pranzo francese e chiede alle due ospiti di acconsentire a questo suo desiderio.

310 *Ivi*, p. 76.

311 Korsmeyer, op. cit., p. 256.

Solo dopo le due verranno a conoscenza del fatto che Babette ha speso tutta la sua fortuna per la preparazione di quel pranzo. Martina e Filippa acconsentono alla singolare richieste, un po' intimorite e un po' prevenute. Siamo giunti, dunque, al punto focale della narrazione. La tavola viene imbandita per dodici persone e il pranzo ha inizio. Subito nessuno parla, addirittura ai commensali, per paura di quello che avrebbero mangiato, viene ordinato di mangiare ma di non gustare.

Tuttavia, «la qualità e il sapore stesso degli alimenti riescono pian piano a sciogliere la lingua agli invitati, cosicché, sebbene essi non discorrono del cibo, comunque cominciano a relazionarsi amichevolmente l'uno con l'altro e a tirar fuori storie del proprio passato, vicende relative alla loro conversione e ricordi affettuosi del decano. Gradualmente, lo spirito delle antiche amicizie si ravviva, le ferite vengono ricucite, i motivi di tensione e di irritazione reciproca vengono appianati e i torti vengono perdonati»³¹². Il pranzo organizzato da Babette è riuscito a ristabilire armonia e a rinsaldare legami consumati dal tempo e spezzati. Il cibo ha fatto da collante sociale. Scrive Korsmeyer a riguardo:

[...] l'alchimia realizzata da Babette riesce a portare a compimento ciò che la predicazione del decano non era riuscita a realizzare: il rinsaldamento della comunità e la diffusione del senso della presenza di Dio fra loro. A differenza di prima, però, quello che sta avendo luogo adesso non è uno sforzo dettato dalla paura e teso alla negazione di se stessi. Il semplice piacere procurato dal cibo e dal vino che gli ospiti stanno mangiando e bevendo è riuscito a dissolvere tutte le paure che tenevano chiuso ciascuno nel proprio egoismo, cosicché il loro amore scorre adesso liberamente e senza incontrare ostacoli [...]³¹³.

In questo racconto il vero protagonista è il cibo che, grazie alla sua funzione conviviale, riesce a riunire le persone e a ristabilire rapporti, a ricostruire le fondamenta della comunità che il decano aveva fondato.

L'esperienza del *Dinner Club* nasce dall'idea di due donne provenienti dagli Emirati Arabi, Al Mazrui e Bani Hashim e si basa proprio sull'aspetto conviviale del cibo. Infatti si tratta di un pasto organizzato dalle due donne in luoghi clandestini, come il fondale di una piscina inutilizzata o un bus parcheggiato vicino a un supermercato o ancora lo spazio sotto un ponte. A dispetto di queste singolari *location*, la tavolata per un massimo di dieci persone viene allestita con dovizia e cura di ogni particolare.

312 *Ivi*, p. 259.

313 *Ivi*, p. 260.

Il cibo viene preparato e cucinato a casa dalle due donne e poi servito ai commensali. Le due organizzatrici si occupano di ogni aspetto della preparazione, del contesto e del pasto, dall'allestimento della tavola, passando per la scelta del menù fino alla selezione degli invitati. Una delle caratteristiche principali di questo singolare *club* è la totale segretezza della cosa. Gli ospiti, infatti, non si conoscono tra di loro e vengono invitati all'esperienza tramite una email.

Al Mazrui, una delle organizzatrici, racconta che «il concetto fondamentale è quello di creare una nuova esperienza»³¹⁴. E in effetti il risultato sembra essere quello sperato perché i commensali, al termine del pasto, lo descrivono come «un'esperienza sorprendente per i loro sensi»³¹⁵.

Non conoscendosi, i commensali sono “costretti” a interagire tra di loro e a sciogliere le proprie lingue come succedeva nel pranzo di Babette. Si viene quindi a creare un legame, una connessione tra i partecipanti non basata su conoscenze pregresse, ma sulla condivisione del contesto, del momento conviviale e del cibo. Le due donne infatti selezionano gli invitati nel tentativo di creare il miglior *mix* possibile tra gli ospiti³¹⁶. I commensali, quindi, si ritrovano catapultati in un'esperienza estetica del tutto nuova con persone nuove. Inizialmente può esserci timore e diffidenza ma poi si vengono creare delle connessioni, dei legami, quasi una comunità. Come sostiene Montanari, infatti, «a tutti i livelli sociali, la partecipazione alla mensa comune è il primo segno di appartenenza al gruppo. Questo può essere la famiglia ma anche una comunità più ampia: ogni confraternita, corporazione, associazione ribadisce a tavola la propria identità collettiva [...]»³¹⁷.

Il convivio, oltre che dall'aspetto della condivisione, è caratterizzato anche da un'altra peculiarità, ossia l'ospitalità. Perullo sostiene che «è nel convivio che la cucina si esprime. E nel convivio emerge un'altra sua qualità estetica, fondamentale per la sua presa in conto come arte: l'*ospitalità*»³¹⁸.

Quando si cucina per qualcuno si offre ospitalità. Ciò vale sia per chi cucina a casa per i propri amici, sia per il cuoco professionale.

314 E. Shardlow, *The secret supper club of Abu Dhabi*, The National, 2013. trad. mia.
<http://www.thenational.ae/lifestyle/food/the-secret-supper-club-of-abu-dhabi#page1>. (22/01/2016)

315 *Ibidem*.

316 *Ibidem*.

317 Montanari, *il cibo come cultura*, op. cit., p. 131.

318 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 146.

Scrivo, infatti, Perullo:

[...] lo spazio del convivio è direttamente curato dal cuoco [...] tanto nella dimensione pubblica quanto in quella domestica, e tale cura muove dall'intenzione di offrire [...] ospitalità. Il cuoco non potrebbe mai essere un artista che non si cura del proprio pubblico, per la semplice ragione che egli lo accoglie nel proprio spazio³¹⁹.

È un tipo di concezione che viene ben esemplificata dall'esperienza del *Dinner Club*, dove, appunto, le due cuoche si occupano di gestire e organizzare tutto lo spazio conviviale e soprattutto di far mangiare bene i propri ospiti perché «(far) mangiar bene è una regola dell'ospitalità»³²⁰.

Nell'esperienza conviviale, l'ospitalità e il cibo sono sempre in relazione a un altro da sé. Potremmo dire che il cibo svolge la funzione di collante tra il nostro Sé e gli altri. Nel convivio non si riesce ad «essere *presso di sé*» se non si riesce a comprendere «la vicinanza del mondo e degli altri»³²¹, perché, come scrive Riva, «mangiare è rivolto al fuori, è sempre tra altri e con altri»³²².

Il convivio è sia un luogo sia un momento in cui si articolano diverse esperienze del cibo: la condivisione, ma anche il contrasto. Non è detto infatti che tutti i partecipanti al convivio siano sempre d'accordo su tutto: «[...] non necessariamente mangiare insieme significa andare d'amore e d'accordo»³²³ In questo senso il convivio potrebbe sviluppare «la capacità di saper ascoltare, la disponibilità a prestare ascolto»³²⁴.

Potremmo dire che il convivio si basa anche su concetti come l'altruismo e l'accettazione dell'altro. Nel convivio abbiamo percezione di noi in quanto individualità ma allo stesso di noi in rapporto agli altri e al contesto in cui ci troviamo.

Scrivo Perullo a proposito del convivio come luogo di confronto e tolleranza:

L'attitudine all'ascolto e alla comprensione dell'altro, tipica dell'atteggiamento saggio, si esprime nell'atteggiamento che riconosce i limiti delle proprie inclinazioni e preferenze a partire da quella che – secondo Montaigne – è la più importante virtù sociale: l'*empatia*. La saggezza del gusto può anche intendersi come il costante esercizio tendente all'*empatia gustativa*, all'interno di esperienze

319 *Ibidem*.

320 *Ibidem*.

321 Riva, op. cit., p. 146.

322 *Ivi*, p. 157.

323 Montanari, *Il gusto come cultura*, op. cit., p. 132.

324 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 174.

di alterità e contrasto. [...] Essa consiste nel capire e sentire *perché* viene apprezzato un cibo che noi non riusciamo ad apprezzare, o perché si prova piacere per una bevanda che ci lascia indifferenti o ci dispiace: questa capacità rappresenta il culmine della saggezza del gusto³²⁵.

L'aspetto della condivisione e del contrasto risulta un aspetto determinante per lo stabilirsi di una relazione all'interno del convivio.

La componente relazionale nel convivio viene esemplificata da numerosi elementi. Scrive, infatti, Perullo:

La relazione con il cibo [...] è quasi sempre mediata dalla relazione con altri: commensali, consumatori, ma anche con altri *preparatori* ed elaboratori di cibo. Lo spazio del convivio non è esclusivamente definito dalla relazione tra gustanti [...]³²⁶.

Abbiamo già parlato di relazione riferendoci al rapporto tra soggetto e oggetto nell'esperienza estetica. Secondo Perullo, «l'esperienza estetica scaturisce da una relazione riuscita»³²⁷.

L'aspetto relazionale del convivio non si realizza semplicemente tra commensali; «il tema del *convivio* può essere declinato anche attraverso questa problematica: non si mangia e non si beve mai “da soli”, perché quando non si è in comunione con altri esseri umani, il rapporto con gli “oggetti” alimentari costituisce una sorta di evento sociale»³²⁸.

La relazione all'interno del convivio può essere esemplificata anche dal rapporto che si viene a creare tra il soggetto e il cibo che consuma.

4. *Il convivio: cibo e contesto*

In accordo con quanto dice anche Perullo potremmo dire che «ogni esperienza gustativa è inserita in una scena di senso che la contraddistingue»³²⁹, in altre parole, un contesto.

325 *Ivi*, p. 175.

326 *Ibidem*.

327 *Ivi*, p. 177.

328 Perullo, *L'altro gusto*, op. cit., p. 76-77.

329 Perullo, *Il gusto come esperienza*, p. 55.

Potremmo dire che nell'esperienza conviviale il contesto è una componente fondamentale, forse, quanto il cibo stesso. Infatti, per certi versi si potrebbe dire che un pasto esige un'armonia, una sorta di equilibrio tra i diversi elementi della tavola – bicchieri, piatti, decorazioni, posate – e tra sapori, colori, cibi, forme.

Nell'attività conviviale, come nella pratica culinaria, tutti i sensi sono chiamati a svolgere una parte che potremmo dire attiva³³⁰. Ne abbiamo visto un esempio con l'esperienza del *Dinner Club* dove il contesto e la capacità percettiva dei cinque sensi assumono un ruolo di pari importanza rispetto al cibo.

Il *setting* in la cui la pratica culinaria raggiunge la compiutezza è composto proprio da cibi, oggetti, piatti, bevande, bicchieri, posate, persone e da un intorno e un esterno. La pratica culinaria è una pratica «che trova nella dimensione conviviale la propria realizzazione»³³¹. Nel convivio non si può apprezzare il piatto in maniera isolata, è necessario collocarlo all'interno di un contesto spazio-temporale³³².

Pensiamo a quanto possa influire il contesto nella nostra percezione del cibo. Se andiamo in un ristorante stellato il nostro modo di vestire, di comportarci, di mangiare e di apprezzare il cibo si adatta al contesto alto borghese in cui il ristorante è inserito. Spostiamoci in un'osteria tradizionale: il modo di mangiare, di comportarci e anche la stessa presentazione del cibo saranno estremamente diversi rispetto a quelli del ristorante. Il cibo stesso che ritroviamo nelle due tipologie di ambiente sarà adattato al contesto. Nel ristorante avremo prodotti di una qualità assoluta cucinati in un certo modo e presentati in una certa maniera. Nell'osteria i piatti saranno più tradizionali, magari più abbondanti, meno eleganti a vedersi. Ciò non significa che il cibo del ristorante sia migliore rispetto a quello dell'osteria, o ancor peggio, che l'esperienza estetica veicolata dal ristorante sia superiore. Sono semplicemente due tipi di esperienze differenti in contesti differenti.

Facciamo un altro esempio. Perullo scrive a proposito delle varie componenti di un convivio:

[...] nel convivio si generano anche ulteriori caratteristiche atmosferiche, per l'impatto delle relazioni *in vivo* nella percezione e nell'apprezzamento dell'esperienza del cibo. Esse si sviluppano soprattutto sulla base dei rapporti affettivi e interpersonali [...]. L'insieme e la sintesi di questi due tipi di qualità atmosferiche [...] costituiscono lo spazio conviviale³³³.

330 Onfray, *i filosofi in cucina*, op. cit., p. 95.

331 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 147.

332 *Ibidem*.

333 *Ivi*, p. 143.

Immaginiamo per un momento di essere stati invitati a cena a casa di un amico il nostro gusto si prepara a vivere un determinato tipo di esperienza ancora diverso rispetto a quella del ristorante o dell'osteria. L'apprezzamento del piatto del nostro amico non è determinato semplicemente dal sapore del cibo in sé, ma in buona parte dal contesto dell'esperienza.

Se il nostro amico ci servisse un piatto con alimenti ordinari o scadenti noi comunque non li rifiuteremmo, ma anzi li apprezzeremmo come dono, gesto di amicizia e ospitalità³³⁴. Gli saremmo riconoscenti per averci invitato e per aver cucinato per noi.

È possibile vedere come in questo esempio il cibo sembri addirittura posto in secondo piano, quasi non fosse il vero protagonista dell'esperienza.

Pensiamo per un momento al contesto dell'aperitivo. Durante questo momento il cibo non svolge un ruolo determinante, anzi apparentemente è secondario. Il contesto – amici, luogo, temperatura, impegni, obblighi e quant'altro – è il vero protagonista della scena. Il cibo ha un ruolo così secondario in questo determinato contesto che le patatine sono comprese nel prezzo della bevanda e vengono servite dal cameriere senza neanche richiederle. Sono, per così dire, scontate. Ma se il cameriere si dimentica di portarle o per una qualche ragione esse non sono presenti sul tavolo in quel momento, la nostra percezione ne è immediatamente modificata. Sentiamo che qualcosa manca. Il cibo non è presente e, per quanto possa essere scontato, noi ce ne accorgiamo. Lo percepiamo. Il contesto quindi non è determinato solo dal cibo, ma in un momento conviviale la sua presenza è indispensabile. Potremmo forse dire che in certi contesti esso assume un ruolo da coprotagonista.

Riportiamo un altro esempio tratto *Il gusto come esperienza* di Perullo:

Decidete di andare a mangiare fuori con alcuni amici e scegliete il posto per motivi diversi da quello della qualità intrinseca del cibo, come per esempio: la bellezza della posizione; le persone che lo frequentano e la simpatia dei titolari; l'ottima musica *live*; la comodità logistica rispetto al fatto che dopo intendete andare al cinema. In uno di questi o altri possibili casi, per un'intenzione negoziata e deliberata, si decide di mettere tra parentesi, o di subordinare, il piacere gustativo o la specifica esperienza gastronomica a un altro piacere e un'altra esperienza considerati prioritari. [...] Caricare sul gusto *del* cibo tutto il peso del piacere *attorno* al cibo è infatti un atteggiamento quantomeno ingenuo, spesso molto limitante, che rischia persino di mancare la comprensione globale dell'esperienza in atto³³⁵.

334 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 171.

335 *Ivi*, p. 150.

Il ruolo del cibo nel contesto conviviale non è l'unica componente per l'apprezzamento dell'esperienza in atto, ma la sua presenza è comunque fondamentale affinché si possa parlare di convivio.

Concludendo potremmo dire che «la nozione che condensa meglio le caratteristiche relazionali e ambientali è quella [...] di *convivio*, nella sua accezione più ampia. È nel convivio che [...] crescono e si sviluppano le qualità estetiche che permettono di considerare la cucina come arte. L'opera della cucina si sviluppa in un ambiente: inizialmente ampio e aperto – dai campi ai mari, dalla terra al cielo –, esso progressivamente si restringe fino al tavolo del convivio. La cucina è un'arte conviviale»³³⁶.

336 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 140.

CAPITOLO VI

CIBO ED EQUILIBRIO

Come si può cogliere dal passo di Perullo riportato alla fine del capitolo precedente, la nozione di ambiente è ben presente nel convivio, come lo era nella pratica culinaria e nell'esperienza estetica del cibo. Addirittura Perullo arriva a definire la cucina come un'arte ambientale poiché è un'esperienza

estetica atmosferica costituita da processi³³⁷. Con l'espressione “arte ambientale” Perullo intende «un processo creativo frutto di un'interazione, di una corrispondenza fattiva tra un artista e un ambiente naturale e/o artificiale»³³⁸.

1. *La relazione con l'ambiente*

Il concetto di arte ambientale espresso da Perullo ben si collega al concetto generale di arte teorizzato da Dewey. Infatti, per Dewey l'arte è sempre il prodotto di un'interazione, di un dialogo tra il soggetto vivente e l'ambiente circostante: ambiente che è umano e fisico allo stesso tempo e «include i materiali della tradizione e dell'istituzioni oltre a ciò che ci sta intorno spazialmente»³³⁹.

La prima considerazione alla base di questo tipo di concezione dell'arte è che la vita si sviluppa in un ambiente: «non semplicemente in esso, ma a causa di esso, attraverso un'interazione con esso»³⁴⁰, e la vita è un processo dinamico continuo poiché viene concepita come una perenne azione sull'ambiente e, viceversa, dell'ambiente su di noi.

337 *Ivi*, p. 137.

338 *Ivi*, p. 140.

339 Shusterman, op. cit., p. 57.

340 Dewey, op. cit., p. 17.

Perciò, come sostiene Dewey, l'esperienza è *necessariamente* un'accumulazione continua³⁴¹ e acquisisce valore e pregnanza fondante per il nostro Sé proprio grazie all'accumulazione che la caratterizza, arricchendoci e ampliandoci.

Da questo punto di vista anche il gusto è un campo di «abilità percettive che cresce e si sviluppa continuamente nelle relazioni tra la nostra realtà psicofisica e gli ambienti che incontra»³⁴². Come la vita, come le nostre esperienze, anche il nostro senso del gusto cresce e muta in relazione all'ambiente in cui viviamo ed esperiamo, in un quadro di riferimento al quale ci rapportiamo. Se il gusto è strettamente connesso alla relazione intessuta con l'ambiente potremmo dire che anche l'arte della cucina è dipendente da una corrispondenza con l'ambiente, in quanto molto spesso utilizza elementi reperiti nel medesimo ambiente, rapportandosi con le loro trasformazioni e i loro mutamenti. In molti casi, infatti, «questi sono materiali viventi, e spesso nell'arte ambientale non si mira tanto alla costituzione di un oggetto finito, definitivo, quanto all'esibizione di un processo complessivo»³⁴³.

Ritroviamo la concezione secondo cui l'arte non sta tanto nel mero oggetto finito, quanto nel processo creativo che lo concepisce, lo elabora, e lo porta a compimento. Nel processo creativo l'individuo si forma, si crea, proprio come nell'attività artigianale, poiché il processo di creazione «richiede adattamento attivo a un materiale esterno, implicando una modificazione dell'individuo intesa a utilizzare e perciò superare le necessità esterne incorporandole in una visione ed espressione individuale»³⁴⁴. Potremmo dire che questo è un principio analogo a quello dell'esperienza accumulativa di Dewey. Il Sé, infatti, si sviluppa e cresce in relazione alle esperienze che gli permettono di superare le difficoltà che l'ambiente gli mette di fronte. La stessa cosa accade nella pratica culinaria, in quanto pratica fortemente dipendente dall'ambiente e dalla relazione con il prodotto edibile. Le seguenti parole di Dewey sembrano applicabili anche a essa:

L'individualità stessa è originariamente una potenzialità e si realizza soltanto in interazioni con le condizioni ambientali. In questo processo di relazioni, le capacità innate, che contengono un elemento di unicità, si trasformano e diventano un individuo. Inoltre, attraverso le resistenze incontrate, la natura dell'individuo si scopre. L'individuo attraverso l'interazione con l'ambiente, è al tempo stesso formato e portato alla consapevolezza³⁴⁵.

341 *Ivi*, p. 121.

342 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 91.

343 *Ivi*, p. 140.

344 Dewey, op. cit., p. 324.

345 *Ibidem*.

Nella nostra prospettiva, la relazione tra soggetto e ambiente è espressa dal cibo. Esso diventa un *medium*, un mezzo attraverso il quale ci inseriamo nell'ambiente, lo percepiamo e lo assimiliamo.

Il cibo assume il ruolo di tramite tra noi e l'ambiente: nasce come materializzazione del bisogno fisico di mangiare, un bisogno che «si manifesta nel forte impulso verso qualcosa che soltanto l'ambiente (ed esso solo) può dare»³⁴⁶ e diventa, poi, un mezzo per comprendere il quadro di riferimento nel quale siamo inseriti. Nella concezione di Dewey, «ciò che fa di un materiale un “mezzo” è che esso viene usato per esprimere un significato che è altro da ciò che esso è in virtù della sua mera esistenza fisica: il significato non di ciò che è fisicamente, ma di ciò che esprime»³⁴⁷.

Il cibo diventa un mezzo per relazionarsi con l'ambiente nella misura in cui esso è il prodotto di cultura e di lavoro. La qualità e la produzione del cibo dipendono da un buon raccolto, da una buona stagione di caccia o di pesca; in una parola, dall'ambiente. Il piatto finito è solo la conclusione di un processo dinamico che ha bisogno di cura, giudizio, capacità, preoccupazione e rispetto. Chi pratica l'attività culinaria, si trova a dover lavorare sul lavoro di altri: «la natura che produce cibo, le culture degli allevatori, agricoltori, pescatori, trasformatori, una memoria comunitari e, naturalmente, una memoria personale»³⁴⁸.

In questo senso, dietro un pesce cucinato c'è sempre qualcuno che si è alzato alle due di notte per andare a pescarlo, dietro un semplice sacchetto di farina c'è sempre qualcuno che ha raccolto il grano dal quale si è ottenuta, dietro un filetto di manzo c'è sempre qualcuno che ha cresciuto, allevato, instaurato una relazione con l'animale. Rispettare l'alimento significa rispettare il lavoro degli altri, significa essere consci che c'è stato un processo di trasformazione e che quell'alimento, prima di diventare parte di me, è stato parte di un altro sistema, di un altro ambiente. La parola “cibo”, in quest'ottica, non designa semplicemente quel pesce, quella melanzana, quel taglio di carne, ma si carica di numerosi significati determinati da innumerevoli e, probabilmente, incalcolabili fattori esterni e ambientali.

Si potrebbe arrivare a dire che stabilire un certo legame con il cibo, relazionarsi con l'ambiente dal quale proviene significa, in qualche modo, percepire «gli oggetti, il mondo, la natura, i produttori alimentari non come entità esterne e lontane dal soggetto fruitore ma come sue *concrezioni*»³⁴⁹, processi dinamici in cui il soggetto si unisce con l'ambiente.

346 *Ivi*, p. 70.

347 *Ivi*, p. 233.

348 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 131.

349 Perullo, *L'altro gusto*, op. cit., p. 124.

È proprio il partecipare e il prendere parte a questo processo dinamico, a questa continua trasformazione di forme che caratterizza l'esperienza estetica.

La consapevolezza di questo rapporto stretto con la natura e con il contesto ambientale, il «riconoscimento dinamico di tale dipendenza dell'io dall'ambiente» è fondamentale «per quanto riguarda il proprio completamento»³⁵⁰. Questa presa di coscienza permette al soggetto, nel nostro caso al cuoco o a chiunque pratichi l'arte culinaria, di convertire i rapporti di causa ed effetto, che si trovano normalmente in natura, in rapporti di mezzo e risultato. Pensiamo a processi naturali che coinvolgono gli alimenti come la stagionatura, la fermentazione o la frollatura. Sono tutti processi dinamici che avvengono naturalmente, ma che vengono riconvertiti dall'uomo per ottenere, per esempio, determinati tipi di formaggio, o di vini, o di carne. Scrive Dewey:

L'arte è la prova che l'uomo adopera i materiali e le energie della natura con l'intento di espandere la propria vita, e che egli fa così secondo la struttura del proprio organismo: cervello, organi sensoriali, e sistema muscolare. È la prova vivente e concreta che l'uomo è capace di ripristinare consapevolmente, e pertanto sul piano razionale, l'unità di senso, bisogno, impulso e azione caratteristica della creatura viva³⁵¹.

Se l'arte è la prova dell'interazione dell'uomo con l'ambiente e se, secondo la definizione di Perullo, l'arte ambientale è proprio «lo svolgersi delle relazioni di corrispondenza tra artefici, ambiente e oggetti», allora potremmo dire che in questa prospettiva «come arte ambientale – e di conseguenza come arte – il fatto culinario ha piena autonomia»³⁵².

Secondo Perullo

[...] il gusto [...] è un processo di editing, di selezione dinamica continua che opera in modo sistematico, acquisendo informazioni dagli elementi che compongono un ambiente: luogo, persone, suoni, odori, colori, vissuto individuale, condizionamenti, condizioni psicofisiche contingenti, appetito, e naturalmente le caratteristiche chimiche e fisiche dell'oggetto che si ingerisce³⁵³.

Finché mangiamo o beviamo, il nostro cervello percepisce le sostanze e ne rielabora i dati sensoriali anche in base a fattori ambientali e contestuali³⁵⁴.

350 Dewey, op. cit., p. 70.

351 Ivi, p. 31.

352 Perullo, *La cucina è arte?*, op. cit., p. 47.

353 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 63.

354 Perullo, *L'altro gusto*, op. cit., p. 69.

La percezione di ciò che sta al di fuori di quello che mangiamo influisce notevolmente sul nostro giudizio critico del piatto, o sulla bevanda che stiamo assaporando, tanto che, per esempio, un buon critico per giudicare correttamente un piatto dovrebbe «fare lo sforzo di mettere in sospenso il proprio contesto»³⁵⁵. Le circostanze in cui un soggetto si trova a percepire non rappresentano una condizione secondaria o accessoria ma sono estremamente importanti per i significati che cibi e bevande possono avere.

Un esempio di questa influenza è offerto nella cerimonia del tè in Giappone. Essa, infatti «implica ben più che il semplice bere del tè, in quanto la cerimonia è un evento allestito in maniera precisa, che prescrive qualità ideali per gli ambienti circostanti e per gli utensili che verranno usati»³⁵⁶.

Korsmeyer riporta la descrizione della cerimonia del tè da parte del maestro zen Takuan:

Si costruisce una capannina con una stanzetta in un boschetto di bambù o sotto gli alberi, ci si organizza fra ruscelli e pietre, piante e arbusti, mentre [all'interno della stanza] si ammucchia il carbone, si mette su un bollitore e si fa ordine per quanto riguarda gli utensili necessari per il tè. Si compiono tutte queste azioni in accordo con l'idea secondo cui in questa stanza ci è possibile godere di ruscelli e pietre così come, quando siamo in mezzo alla natura, godiamo di fiumi e montagne, e si apprezzano i vari stati d'animo e i sentimenti suggeriti dalla neve, dalla luna, dagli alberi e dai fiori, che passano attraverso le trasformazioni dovute al mutare delle stagioni, attraverso l'apparire e lo scomparire, attraverso i fiorire e l'appassire. Accogliendo i visitatori con la dovuta reverenza, ascoltiamo con calma l'acqua che si scalda nel bollitore e che produce un suono simile al vento che sibila fra gli aghi di pino, e dimentichiamoci così di tutte le pene e le preoccupazioni mondane³⁵⁷.

Il tè in questo contesto assume un significato particolare di consapevolezza del fluire della vita, di armonia, di chiarezza della mente, che normalmente non avrebbe. Infatti, «il mero gustare il tè da soli rappresenterebbe un'esperienza impoverita, incapace di cogliere il significato e il valore del tè»³⁵⁸.

355 *Ivi*, p. 109.

356 Korsmeyer, op. cit., p. 176-177.

357 *Ivi*, p. 177.

358 *Ibidem*.

2. *L'equilibrio dinamico*

All'inizio di questo lavoro abbiamo accennato al modo in cui Greci concepivano la dietetica e all'importanza attribuita a un regime di equilibrio nella vita di una persona. Secondo Foucault, nell'antica Grecia la dietetica non era concepita come un insieme di regole fisse e predefinite valide per tutti, che una persona poteva applicare indipendentemente dalla situazione, o dal contesto, o dall'ambiente circostante.

Era, piuttosto, «una sorta di manuale per reagire alle situazioni diverse nelle quali ci si può trovare [...], per adattare il proprio comportamento alle circostanze»³⁵⁹.

In questo senso ognuno tramite, «una pratica di riflessione sul se stesso e sul suo corpo»³⁶⁰, doveva riuscire a trovare il codice di comportamento da poter applicare alle diverse circostanze. La dietetica era considerata come una sorta di arte strategica che permetteva all'individuo di rispondere e di corrispondere all'ambiente e ai vari contesti. Potremmo dire che questo tipo di arte di vivere si pone come scopo proprio quello di creare una sorta di equilibrio tra il soggetto percepente, gli oggetti della percezione e i contesti di percezione. Scrive Foucault a questo riguardo:

La pratica del regime implica anche una vigilanza “circostanziale”, un'attenzione alle volte molto acuta e molto ampia che bisogna dirigere verso il mondo esterno, i suoi elementi, le sue sensazioni: il clima, le stagioni, le ore del giorno, il grado di umidità e di secchezza, il caldo e il freddo, i venti, le caratteristiche proprie di una regione, l'impianto di una città³⁶¹.

Come sostiene Shusterman, questo regime passa, anche per una cura del e una preoccupazione per il proprio corpo, in quanto sede esperienziale e di percezione. Inoltre la capacità di costruire un equilibrio basato anche sull'aspetto corporeo della persona è una questione che riguarda anche la mente. La cura del corpo è, prima di tutto, un affare di pensiero, di riflessione e di prudenza³⁶².

359 Foucault, *L'usage de plaisirs*, op. cit., p. 141.

360 *Ibidem*.

361 *Ivi*, p. 140.

362 *Ivi*, p. 141.

L'attenzione e la cura del proprio corpo partono da intenzioni e stati mentali, dalle analisi e dalle riflessioni che la persona compie su di sé. Per questo non esistono regole universali. Ognuno deve essere in grado di trovare il proprio modo, la propria pratica per raggiungere l'adattamento equilibrato di cui Foucault parla. Egli scrive che «la buona gestione del corpo, per divenire un'arte dell'esistenza, deve passare per uno studio critico svolto dal soggetto a proposito di se stesso. Attraverso quello, potrà acquisire la propria autonomia e scegliere coscientemente tra quello che è buono e cattivo per lui»³⁶³.

Potremmo dire, alla luce di ciò, che è necessario trovare una maniera di costruirsi come un soggetto che ha del proprio corpo la giusta cura e preoccupazione nella vita quotidiana³⁶⁴, ovvero di costruirsi come un soggetto capace di creare un equilibrio tra se stesso, il proprio corpo e con l'ambiente circostante.

Il concetto di equilibrio con l'ambiente si ritrova anche nell'opera di Dewey, nella sua concezione dell' arte come processo dinamico. Come si è visto per il filosofo l'arte è il prodotto di una relazione tra il soggetto e l'ambiente circostante, basata su una continua riorganizzazione di energie, azioni e materiali. Soltanto quando un organismo partecipa a questa relazione con l'ambiente si assicura un equilibrio e una stabilità essenziali per la propria esistenza³⁶⁵. Tuttavia questo equilibrio non è permanente e definitivo. Va continuamente ricercato e raggiunto.

Ogni tipo di bisogno, come quello di mangiare, si configura, secondo Dewey, come una mancanza che indica «la temporanea assenza di un adeguato adattamento al mondo circostante». Questa mancanza genera un'esigenza che spinge il soggetto a protendersi verso l'ambiente in modo da «colmare il vuoto e determinare un nuovo adattamento creando per lo meno un temporaneo equilibrio»³⁶⁶. L'aggettivo “temporaneo” suggerisce la difficoltà e la tendenza dell'equilibrio a rompersi. Il continuo flusso esperienziale, infatti, produce mutamenti, genera resistenze e difficoltà che il soggetto deve superare. Questi cambiamenti rompono l'equilibrio che era stato raggiunto. In questo modo la persona non può far altro che ristabilire l'equilibrio perduto al fine di ristabilire l'armonia.

363 *Ivi*, p. 142.

364 *Ivi*, p. 143.

365 Dewey, op. cit., p. 19.

366 Dewey, op. cit., p. 17.

Sostiene Dewey che «l'esperienza di un essere vivente è capace di qualità estetica poiché il mondo attuale, quello in cui viviamo, è una combinazione di movimento e di raggiungimento di un acme, di rotture e di integrazioni. L'essere vivente perde e recupera continuamente l'equilibrio con il mondo circostante»³⁶⁷.

L'equilibrio nuovo che si viene a creare non è mai lo stesso di quello precedente. Secondo quanto sostiene Dewey, infatti, in una vita che cresce e si sviluppa, il recupero dell'equilibrio non è mai un semplice ritorno allo stato precedente, in quanto il soggetto durante lo stato di squilibrio e di resistenza si è arricchito ed è cresciuto. La vita procede e si sviluppa perché «un momentaneo sbandamento permette il passaggio a un equilibrio più vasto tra le energie dell'organismo e quelle delle condizioni in cui esso vive»³⁶⁸. Si potrebbe scorgere una sorta di analogia con quanto avviene nell'artigiano. Nel capitolo relativo alla pratica culinaria abbiamo, infatti, detto che l'artigiano migliora e cresce dopo il superamento di determinate difficoltà e resistenze, incrementando così le proprie abilità. Il concetto di abilità che si sviluppano all'interno di una relazione dinamica con l'ambiente viene ripreso anche nel lavoro dell'antropologo Tim Ingold. Una delle nozioni fondamentali per comprendere la sua opera è proprio quella di *abilità*. Tramite questo concetto l'antropologo affronta il tema della *embodied knowledge*. Ne abbiamo parlato trattando delle abilità mentali e corporee che l'artigiano sviluppa con la pratica del suo lavoro. Ingold concepisce queste abilità come l'unione indissolubile di corpo e mente in un dato ambiente³⁶⁹. Scrive Perullo sul pensiero di Ingold:

Le abilità sono incorporate nell'organismo umano attraverso la pratica e l'apprendimento in un ambiente determinato, e sono *dinamiche* e processuali: si sviluppano e crescono in un campo di forze prodotto dalla relazione tra essere viventi e ambiente³⁷⁰.

La capacità di raggiungere l'equilibrio è la conseguenza di un processo di apprendimento che caratterizza l'esperire del soggetto.

Le nostre esperienze contribuiscono alla nostra formazione e al nostro sviluppo come persona, modificano le nostre abilità, migliorandole o affinandole, proprio come accade al cuoco e in generale all'artigiano³⁷¹.

367 *Ivi*, p. 21.

368 *Ivi*, p. 18.

369 Perullo, *L'altro gusto*, p. 132.

370 *Ivi*, p. 132-133.

371 Cfr. capitolo 4.

Un discorso analogo potrebbe essere fatto anche a partire dall'esperienza gustativa. Ciò che mangiamo, ciò che assaggiamo contribuisce alla formazione della nostra capacità gustativa. Ogni alimento nuovo, ogni sensazione nuova sviluppa l'abilità percettiva, aumentando la quantità di sensazioni gustative che il nostro gusto è in grado di riconoscere. Nuove combinazioni tra alimenti generano esperienze estetiche sempre nuove.

Potremmo dire che, per comprendere appieno l'esperienza gustativa è necessario comprendere la relazione che si instaura con l'alimento. Per comprendere questa relazione è necessario conoscere l'alimento, le sue proprietà, la sua origine, l'ambiente da cui proviene e le sue varie modificazioni naturali. La conoscenza della materia prima è, infatti, una prerogativa necessaria del cuoco. Un esempio molto banale: in Giappone, uno dei piatti più celebri è il Fugu; il *fugu* è il pesce palla, un pesce che possiede, all'interno dei propri organi, una dose letale di veleno, ma tramite una grande conoscenza dell'animale e il possesso della tecnica per lavorarlo, il cuoco sa offrire al cliente questo alimento senza pericolo.

Come si può capire, la conoscenza della materia edibile è fondamentale. Conoscere l'alimento è il primo passo verso la costruzione della relazione con lo stesso, relazione che, come si è visto, è fondamentale per l'esperienza estetica del cibo. Chi riesce a instaurare una relazione con il prodotto, sa accordare «le sue percezioni e le sue operazioni al flusso dell'esperienza»³⁷². Questa capacità relazionale è «al tempo stesso teorica e pratica, razionale e sensibile»³⁷³, ossia è il prodotto di una conoscenza, teorica e pratica. Il cuoco giapponese sa che cos'è un pesce palla, conosce le sue proprietà e caratteristiche biologiche e nutritive, sa da dove deriva e conosce l'ambiente in cui vive – conoscenza teorica –, ma per poterlo offrire al cliente e produrre in lui un'esperienza, conosce anche il modo di tagliarlo, manipolarlo, cucinarlo, affinché il veleno non uccida chi lo mangerà – conoscenza pratica –.

La conoscenza, nella pratica culinaria, influisce anche sull'esperienza percettiva. La capacità gustativa mediata dalla conoscenza, dal sapere e dalla cultura, è un modo per instaurare un legame con l'alimento, per «“andare verso” l'oggetto in modo intenzionale e attento»³⁷⁴. Questo modo di relazionarsi con l'alimento, permette al soggetto percipiente di approfondire e sviluppare una conoscenza critica anche in relazione ad altri aspetti legati al cibo, come per esempio le modalità produttive, l'ambiente, la natura e l'economia.

372 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 167.

373 *Ibidem*.

374 *Ivi*, p. 129.

Ciò può favorire una riflessione sull'importanza dello sviluppo di nuove modalità di coltivazione e allevamento, ad esempio quelle delle fattorie a produzione biologica. L'importanza di una relazione eticamente corretta con il cibo, con le sue modalità di produzione e con l'ambiente ha generato movimenti culturali nel mondo come *Slow Food* e *Food Justice* che tentano di portare in tavola una concezione estetica del cibo, accompagnata da una conoscenza etica dello stesso coltivata nelle esperienze culinarie di ogni giorno³⁷⁵. Un esempio di questo atteggiamento può essere ritrovato anche nel movimento culinario della *Nuova cucina nordica*. Il manifesto di questa cucina trasmette proprio un senso di equilibrio con l'ambiente, di relazione eticamente corretta con la produzione e l'assimilazione del cibo. Vediamone il contenuto:

Gli obiettivi della Nuova cucina nordica sono:

1. esprimere la purezza, la freschezza, la semplicità e l'etica che vogliamo associare al nostro territorio;
2. riflettere nei piatti l'alternanza delle stagioni;
3. basare la nostra cucina su ingredienti e prodotti adatti ai climi, ai paesaggi e alle acque nordici;
4. unire l'esigenza del buon gusto con le conoscenze aggiornate in fatto di salute e benessere;
5. promuovere prodotti e produttori nordici e diffondere le piccole culture locali;
6. favorire il benessere animale e un processo produttivo sano nei nostri mari, allevamenti, boschi;
7. sviluppare nuovi usi dei prodotti alimentari di tradizione nordica;
8. combinare il meglio della cucina nordica e delle tradizioni culinarie con impulsi provenienti dall'estero;
9. unire l'autosufficienza locale con la condivisione di ottimi prodotti regionali;
10. unire le forze con i consumatori e con tutti gli altri artigiani del cibo, con l'agricoltura, la pesca, il commercio e l'industria, con i ricercatori, gli insegnanti, i politici e le autorità a vantaggio di tutti gli abitanti dei paesi nordici³⁷⁶.

In quest'ottica con risvolti etico-estetici, cucinare non è più una semplice attività generata da un bisogno fisico, ma diventa un processo di trasformazione implicante numerose relazioni tra soggetti, alimenti e ambiente.

Queste relazioni, «essendo sottoposte a variabili spazio-temporali continue, richiedono interazione nel senso di una continua corrispondenza. In definitiva, cura, abilità, *savoir-faire*, cultura, sono, per il cuoco, modi di *corrispondere* agli alimenti»³⁷⁷.

375 Harald Lemke, op. cit., p. 6.

376 Perullo, *La cucina è arte?*, p. 134.

377 Ivi, p. 140-141.

Atteggiamenti come quelli appena descritti, mediati dalla conoscenza, dalla sapienza, dalla cultura, sono atteggiamenti etico-estetici che si fondano sulla consapevolezza dell'unità indivisibile di corpo e mente³⁷⁸. Potremmo dire che in questa prospettiva, la presa di coscienza della relazione con il cibo, in piccolo, e con l'ambiente, in grande, è «una comprensione ecologica e monistica del proprio essere psicofisico nella quale [...] la relazione con il cibo, in quanto relazione primaria, non viene denigrata e rimossa»³⁷⁹. Nella prospettiva di una filosofia del cibo come quella che abbiamo presentato il corpo è, dunque, un insieme di pratiche, competenze, abilità e conoscenze con le quali la persona instaura le sue relazioni con l'ambiente e con gli altri, «trasformando in queste relazioni se stessa»³⁸⁰.

In conclusione, ho cercato di mostrare come il cibo possa aiutarci a costruirci individualmente come persone, sia da un punto di vista fisico, sia da uno mentale. Il cibo può essere il veicolo di una percezione eticamente corretta dell'ambiente e delle interconnessioni che si trovano in esso e in questo senso può permetterci di instaurare un equilibrio dinamico con l'ambiente: un equilibrio che si instaura, che si rompe e che viene di nuovo ricreato generando così nuove esperienze, nuove percezioni che modificano e arricchiscono la persona nella sua totalità. Scrive Shusterman citando Dewey:

Nel processo del vivere il raggiungimento di un periodo di equilibrio è al tempo stesso l'avvio di una nuova relazione con l'ambiente, che porta con sé il potenziale di nuovi adattamenti da realizzare lottando³⁸¹.

378 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 159.

379 *Ibidem*.

380 Shusterman, op. cit., p. 17.

381 *Ivi*, p. 62.

CONCLUSIONE

Alla luce delle analisi svolte, non sembra azzardato sostenere che il cibo offre «una prospettiva da cui si può procedere alla costruzione di sé come opera coerente»³⁸². Ponendo come primo passo per definire il Sé la presa di coscienza della propria unità psicofisica, abbiamo visto come le componenti determinanti per una definizione e una costruzione del Sé possano essere trovate anche nel cibo.

In particolare, è emerso il rilievo della concezione del corpo come centro di esperienze e tramite di un'interazione tra il Sé e il contesto in cui è inserito. L'adozione di una visione narrativa del Sé ha consentito di evidenziare il ruolo di una concezione dell'esperienza come processo dinamico di relazione tra il soggetto percipiente e l'oggetto e questo ha aperto la possibilità concepire il cibo come veicolo di esperienze estetiche.

Nella spiegazione della visione del Sé come narrazione, la concezione di esperienza come processo dinamico di relazione tra il soggetto percipiente e l'oggetto percepito ha assunto un ruolo determinante per poter concepire il cibo come veicolo di esperienze estetiche.

La comprensione del ruolo che la relazione con gli altri, l'interazione, il dialogo e la condivisione giocano nella definizione del Sé ha poi permesso un approfondimento della tematica alimentare in connessione al del tema del convivio.

Abbiamo anche visto che il Sé esiste e si identifica in relazione a quadri di riferimento che determinano ciò che per lui ha valore e significato e ciò che non ne ha. È in questi quadri che compie le proprie scelte etiche. Si è cercato di mostrare che anche il cibo configura un possibile quadro di riferimento per la costruzione di una propria identità.

Una concezione dell'esperienza estetica ispirata a John Dewey e caratterizzata in termini di unità e conclusione ha consentito di corroborare quest'ipotesi.

Nella seconda parte della tesi abbiamo esplorato le tre modalità attraverso le quali il cibo permette la costruzione di un'identità e cioè l'attività culinaria, il convivio e l'avviamento a un equilibrio dinamico con l'ambiente.

382 Onfray, *I filosofi in cucina: Critica della ragione dietetica*, op. cit., pag. 26.

La pratica culinaria è stata analizzata come attività insieme cognitiva e fisica, accostandola da un lato alla definizione di arte come capacità di produrre oggetti e, dall'altro, all'attività artigianale così come essa è definita da Sennet. È appunto la concezione della pratica artigianale come processo esperienziale fondato su una relazione quasi antropomorfica con la materia che fonda la possibilità di un rapporto di comprensione, conoscenza e rispetto per l'alimento. Il coinvolgimento emotivo che si viene a creare in questa relazione è fra le condizioni di possibilità di un'esperienza estetica del cibo.

Nella trattazione relativa alla pratica culinaria, grande rilevanza ha assunto l'aspetto corporeo. Partendo dal presupposto che avere un corpo significa poter agire, si è cercato di analizzare la pratica culinaria anche come attività fisica, accostandola alla definizione di arte come capacità di produrre oggetti ed equiparandola all'attività artigianale definita da Sennet.

Esaminando il tema del convivio abbiamo visto come la condivisione del cibo possa generare dei rapporti di rispetto e altruismo e abbiamo evidenziato la grande importanza del contesto; esso è in grado di modificare la nostra percezione del cibo. Il cibo, in questa visione conviviale, appare come un collante tra soggetti e un modo per condividere esperienze e costruire dei rapporti sociali.

L'ultimo aspetto considerato è stato quello dell'instaurazione di una sorta di equilibrio dinamico con l'ambiente circostante. Relazionarsi con l'ambiente tramite il cibo significa capire cosa si adatta meglio al nostro organismo, secondo concezioni e parametri che non ignorano le necessità del corpo. In questo senso il cibo diventa un modo di accettare i bisogni corporali e di equilibrarli attraverso la conoscenza e la "saggezza".

L'ambiente è presente anche come fonte di "fruttuose" difficoltà. Infatti, come l'artigiano, grazie alla sua esperienza, riesce a superare gli ostacoli che incontra nel suo lavoro, e come il cuoco attraverso la conoscenza e la tecnica acquisita riesce a trasformare il cibo adattandolo alle esigenze dei commensali, così la persona, affrontando le difficoltà e le resistenze dell'ambiente, procede nella costruzione e nello sviluppo del proprio Sé.

Scrive Dewey:

La sola via per la quale [l'io] può divenire consapevole della sua natura e della sua meta è attraverso gli ostacoli superati e i mezzi impiegati. [...] Senza resistenza da parte dell'ambiente l'io non diverrebbe consapevole di se stesso; non avrebbe né sensibilità né interesse, né paura o speranza, né delusione o esaltazione. Una resistenza che eccita il pensiero, genera curiosità e ansietà, e, quando è superata e utilizzata, si risolve in euforia³⁸³.

L'equilibrio che si viene a creare con l'ambiente può essere definito dinamico. Infatti, una volta raggiunto, esso viene mantenuto per un determinato periodo, fino a quando non sorgono altre resistenze e altri problemi che il soggetto deve superare per proseguire nel flusso esperienziale che è la sua esistenza. Questo vale anche per l'esperienza gustativa. «Fare e vivere l'esperienza gustativa», scrive Perullo,

significa stare dentro a un universo di relazioni, a una scena di senso complessiva per il tempo necessario; poi uscirne per sviluppare nuove connessioni e intrecciare nuove relazioni, in un'altra scena di senso. Mangiare pane o frutta, pensare al proprio equilibrio e al proprio peso, limitarsi; eccedere, non badare all'accumulo di grasso, ubriacarsi e banchettare – queste differenti e anche opposte esperienze possono tutte trovare legittimità estetica, nella misura in cui vengono accompagnate da consapevolezza e da capacità di accordo tra l'interno e l'esterno, tra la nostra percezione e il percepito in quanto esito della relazione con ciò che non è dentro di noi³⁸⁴.

383 Dewey, op. cit., pag. 71.

384 Perullo, *Il gusto come esperienza*, op. cit., p. 168.

BIBLIOGRAFIA

- Aristotele, *Etica Nicomachea*, a cura di C. Mazzarelli, Rusconi, Milano, 1993.
- Burge T., *Self and Self-understanding. Lecture 1: Some Origins of Self*, Dewey Lectures, "The journal of philosophy", annata (2011), pp. 291.
- Dewey J., *Arte come esperienza*, a cura di A. Granese, La Nuova Italia, Firenze 1995.
- Foucault M., *Histoire de la sexualité II: L'usage des plaisir*, Edition Gallimard, Paris, 1984.
- Kant I., *Antropologia dal punto di vista pragmatico*, trad. M. Bertani e G. Garelli, Piccola Biblioteca Einaudi, Torino 2010.
- Korsmeyer C., *Il senso del gusto: cibo e filosofia*, a cura di N. Perullo, trad. di S. Marino, Aesthetica, Palermo, 2015.
- Lemke H., *The ethics of taste: Principle of a philosophy of food or a new gastrosophy*, Lecture at the International Conference Food Value & Taste, University of Aarhus, 2008.
- Matteucci G., *Il sapere estetico come prassi antropologica: Cassirer, Gehlen e la configurazione del sensibile*, Edizioni ETS, Pisa, 2010.
- Merleau-Ponty M., *Il corpo vissuto*, a cura di F. Fergnani, Il Saggiatore, Milano, 1979.
- Merleau-Ponty M., *il primato della percezione e le sue conseguenze filosofiche*, a cura di F. Negri e R. Prezzo, Medusa, Milano 2004.
- Montanari M., *Convivio: storia e cultura dei piaceri della tavola dall'antichità al medioevo*, Laterza, Roma-Bari, 1989.
- Montanari M., *Nuovo Convivio: storia e cultura dei piaceri della tavola nell'età moderna*, Laterza, Roma-Bari, 1991.
- Montanari M., *Convivio oggi: storia e cultura dei piaceri della tavola nell'età contemporanea*, Laterza, Roma-Bari, 1992.
- Montanari M., *Il cibo come cultura*, Laterza, Roma-Bari, 2004.
- Nietzsche F. W., *Ecce Homo: come si diventa ciò che si è*, introduzione di A. Venturelli, trad. di S. B. Cappelletto, Newton Compton, Roma, 2006.
- Onfray M., *La raison gourmande*, Le Livre de Poche, Paris, 1997.

- Onfray M., *I filosofi in cucina. Critica della ragion dietetica*, trad. di G. Bogliolo, Adriano Salani, Milano, 2011.
- Patel K., *Embodied thinking and learning in artisanship*, Harvard educate school of education, Harvard University Press, Cambridge, 2008.
- Perullo N., *L'altro gusto: saggi di estetica gastronomica*, Edizioni ETS, Pisa, 2008.
- Perullo N., *Il gusto come esperienza: saggio di filosofia e estetica del cibo*, Slow Food, Torino, 2012.
- Perullo N., *La cucina è arte? Filosofia della passione culinaria*, Carocci, Roma, 2013
- Ricoeur P., *Sé come un altro*, a cura di D. Iannotta, Jaca Book, Milano, 1993
- Riva F., *Filosofia del cibo*, Lit Edizioni, Roma, 2015
- Sennet R., *L'uomo artigiano*, trad. di A. Bottini, Feltrinelli, Milano, 2009
- Slow Food, *Carni bovine, suine e ovine*, Slow Food, Prato, 2014
- Slow Food, *Pane, pizze e focacce*, Slow Food, Prato, 2014
- Shusterman R., *Estetica pragmatista*, a cura di G. Matteucci, trad. di T. Di Folco, Aesthetica, Palermo, 2010
- Taylor C., *Radici dell'io: la costruzione dell'identità moderna*, trad. it. di R. Rini, Feltrinelli, Milano, 1993
- Telfer E., *Food as art*, in: Aaron Ridley and Alex Neill, *Arguing About Art. Contemporary Philosophical Debates*, 2nd Edition, Routledge, London-New York 2002.
- Tomasi G., *Un bicchiere con Hume e Kant: divertissement estetico-metafisico*, Edizioni ETS, Pisa, 2013.

SITOGRAFIA

- Shardlow E., *The secret supper club of Abu Dhabi*, The National, 2013. trad. mia.
<http://www.thenational.ae/lifestyle/food/the-secret-supper-club-of-abu-dhabi#page1>

