

## 1. Approcci etici e filosofici sul valore del cibo, a partire dalla teoria degli alimenti di Feuerbach

*[English title: Ethical and philosophical approaches to the value of food, starting from Feuerbach's food theory]*

Sebastian Ciano

Ph.D. in Theory of Law and European Legal and Economic Order, Member of the "Digit Lab Law" Research Center at the Magna Graecia

University of Catanzar

[ciano@unicz.it](mailto:ciano@unicz.it)

### Abstract

[EN] In this historical moment, in which the satiated part of the planet pushes the media discourse on food to paroxysm, to maintain that «*man is what he eats*» is tantamount to handing the spirit of the age a watchword, or at least a heraldic motto, that can be freely adopted by intellectuals, physicians, chefs, celebrities, politicians and other communication experts. It is difficult to anticipate this present-day apotheosis if one goes back to 1850, when the German philosopher Ludwig Feuerbach first ventured that expression in a review article entitled *Science and Revolution*; and to twelve years later, when he unpacked its insidious radicality and symbolic density in the essay *The Mystery of Sacrifice, or Man is What He Eats*, observing how the phrase continued to ring in the ears of some, but only as a discordant note offending the honourability of German philosophy and culture.

This paper situates itself within the broader reflection promoted by the Journal, which calls for an encounter between philosophy, the human sciences and issues of contemporary social and cultural relevance, and shares its vocation to treat apparently ordinary objects of inquiry, such as food, as authentic devices for reading human existence. Within this frame, nourishment is not assumed here as a merely biological datum, but as a philosophical category capable of jointly interrogating the ontology of the subject, its relational dimension, and

its place within the community.

The paper pursues a twofold aim. On the one hand, it seeks to reconstruct, through the direct analysis of primary and secondary philosophical sources, the conceptual path that links Feuerbach's theory of food to later reflections on nourishment, passing through the Aristotelian legacy. On the other hand, it tests the hypothesis that the act of eating constitutes a symbolic device through which both the subject's identity and the communal bond are, at once, articulated. Food, after all, is life: human existence is bound up with that reflection on *lògos* inaugurated by the naturalist physicists of Miletus, namely Thales, Anaximander and Anaximenes, a reflection capable of suffusing the whole of the West with rationality.

Methodologically, the paper adopts a hermeneutic-comparative approach of genealogical inspiration, placing in critical dialogue authors and currents distant in time, from the Milesian physicists to Aristotle, from Feuerbach to Lévi-Strauss and Derrida, and privileging the direct reading of texts over the mediation of manualistic syntheses, so as to offer a coherent and argued account of the relationship between philosophy and food.

In this sense, the paper asks: can nourishment be considered, in a broader sense, as the root of the soul and of thought? Does nutrition, in both physical and metaphysical terms, shape the psychic and social nature of humankind? In the awareness that human food must continue to represent a foundation of culture and feeling, the paper aims to offer an answer to these widely shared questions, within an ethical-social dimension.

**Keywords:** *food; Feuerbach; philosophy of food; identity; commensality; food heritage*

**Parole chiave:** *cibo; Feuerbach; filosofia dell'alimentazione; identità; commensalità; food heritage*

## 1. Esistenza umana e cibo: l'alimentazione come esigenza

Il presente contributo si inserisce nel percorso di riflessione promosso dalla Rivista, che sollecita l'incontro tra filosofia, scienze umane e temi di rilevanza sociale e culturale contemporanea, e ne condivide la vocazione a trattare oggetti di indagine apparentemente ordinari – come, in questo caso, il cibo – quali autentici dispositivi di lettura dell'esistenza umana. In questa cornice, l'alimentazione non viene qui assunta come mero dato biologico bensì come categoria filosofica capace di interrogare, congiuntamente, l'ontologia del soggetto, la sua dimensione relazionale e la sua collocazione nella comunità. Il lavoro persegue un duplice obiettivo: da un lato ricostruire, attraverso l'analisi diretta delle fonti filosofiche primarie e secondarie, il percorso concettuale che lega la teoria degli alimenti di Feuerbach alle riflessioni successive sul cibo, passando per l'eredità aristotelica; dall'altro sottoporre a verifica l'ipotesi secondo cui l'atto alimentare costituisca un dispositivo simbolico attraverso cui si articolano, ad un tempo, l'identità del soggetto e il legame comunitario. Sul piano metodologico, si adotta un approccio ermeneutico-comparativo e di impronta genealogica, che mette in dialogo criticamente autori e correnti distanti nel tempo – dai fisici di Mileto ad Aristotele, da Feuerbach a Lévi-Strauss e Derrida – privilegiando la lettura diretta dei testi rispetto alla mediazione di sintesi manualistiche, al fine di restituire un quadro coerente e argomentato del rapporto tra filosofia e cibo. Tale prospettiva si pone in dialogo diretto con la nozione di *food heritage*: se il patrimonio alimentare è comunemente inteso come l'insieme delle pratiche, dei saperi e delle tradizioni che una comunità riconosce come propri e trasmette nel tempo, il presente contributo intende esplorarne il fondamento filosofico ed etico, ossia le ragioni profonde per cui il cibo assurge a patrimonio, individuabili nella sua capacità di veicolare identità, memoria e legame comunitario. In questo senso, l'indagine sulla teoria degli alimenti di Feuerbach e sulle riflessioni successive non costituisce un mero esercizio storiografico, bensì un tentativo di rendere conto delle ragioni ontologiche ed etiche che sottendono al riconoscimento del cibo come patrimonio culturale, contribuendo così a rafforzare le basi teoriche degli studi sul *food heritage*.

«L'uomo è ciò che mangia». Il noto aforisma è stato pronunciato dal padre del materialismo tedesco, Ludwig Feuerbach. A torto o a ragione, questo passo

spesso viene indicato come il peculiare momento d'incontro tra le teorie filosofiche e l'alimentazione<sup>1</sup>. Il cibo, del resto, è vita. E dell'esistenza umana si occupa quella discussione sul *lògos* inaugurata dai fisici naturalistici di Mileto (Talete, Anassimandro e Anassimene), in cui è possibile raccogliere le prime basi di discussione sul rapporto tra uomo, natura ed alimentazione come atto del cibarsi<sup>2</sup>. Anche successivamente, la filosofia, da Platone a Nietzsche, ha sempre fatto i conti con il cibo, inteso sia come bisogno primario del corpo, sia come metafora di ciò che nutre l'umano. Nel corso della storia, l'approccio filosofico ha permesso di interpretare il cibo attraverso l'utilizzo di alcune categorie («soggettività», «relazione», «natura»), gettando una luce del tutto particolare su un argomento apparentemente ordinario e seguendo come filo conduttore la messa in gioco del «confine». Il primo confine è quello che il soggetto cerca di stabilire tra sé e l'esterno: un confine che potremmo definire mobile, costantemente negoziato e rielaborato. Tramite l'atto alimentare, noi diventiamo ciò che mangiamo; assumendo il cibo assimiliamo il mondo e di conseguenza l'atto di mangiare «è sia banale, sia carico di conseguenze potenzialmente irreversibili»<sup>3</sup>. L'analisi della soggettività fa emergere l'inevitabile presenza dell'altro all'interno della relazione con il cibo, a partire dal corpo materno fino alla comunità alimentare alla quale l'individuo sente di appartenere e che contribuisce a definire. Allo stesso tempo, in questo processo, si attuano dei processi di identificazione che spostano l'alterità ancora una volta verso l'esterno, istituendo nuovi confini. A minacciare lo statuto dell'umano è anche il confronto con l'animale, con il quale si condivide da sempre l'esigenza del nutrimento per la sopravvivenza: come in altri ambiti, anche in relazione al cibo, l'umano è costantemente impegnato nell'elaborazione di strategie e nella ricerca di alcuni elementi che possano indicare in maniera definitiva il proprio peso specifico rispetto all'animale. Una critica a questo approccio «primitivo» la offre il filosofo contemporaneo Derrida sostenendo che la questione non sia, né mai lo sia stata, quella di mangiare o non mangiare, mangiare questo e non quello, il vivente o il non

---

<sup>1</sup> PUNGITORE, F. (2020), Dimensione simbolica, etica e sociale del cibo secondo la prospettiva delle scienze umane, in «Attualità in Dietetica e Nutrizione Clinica», n. 12, p. 53.

<sup>2</sup> GARGANO, A. (1995), Introduzione alla filosofia greca. Da Talete a Parmenide, La Città del Sole Edizioni, Reggio Calabria, p. 25.

<sup>3</sup> FISCHLER, C. (1992), L'onnivoro. Il piacere di mangiare nella storia e nella scienza, Mondadori, Milano, p. 279.

vivente, l'uomo o l'animale, quanto – nella nostra relazione con il cibo, ma non solo – la migliore maniera, la più rispettosa e la più riconoscente, la più adatta così a rapportarsi all'altro e a rapportare l'altro a sé. Derrida nei suoi studi abbina al mangiare una riflessione decostruttiva, e in particolare la decostruzione dell'animalità e della sovranità. Queste due direzioni della decostruzione non sono da considerarsi separate, né separate dalla questione del mangiare. In un corso tenuto a Parigi nel 2001, dal titolo *La bête et le souverain*, Derrida sottolinea l'interdipendenza tra le questioni:

[...] la bestia sarebbe divoratrice e l'uomo divorerebbe la bestia. Divoramento e voracità. Devoro, vorax, vorator. Ne va della bocca, dei denti, della lingua e della violenta precipitazione a mordere, inghiottire, ingoiare l'altro, prenderlo dentro di sé per ucciderlo o farne il lutto. La sovranità sarebbe divoratrice? La sua forza e il suo potere, la sua più grande forza, la sua potenza assoluta sarebbe, per essenza e sempre in ultima istanza, potenza di divorazione? Ma ciò che transita per la divorazione interiorizzante – vale a dire per l'oralità, per la bocca, il muso, i denti, la gola, la glottide e la lingua (che sono anche i luoghi del grido e della parola, del linguaggio) – può anche abitare quest'altro luogo del viso e della faccia che sono le orecchie, gli attributi auricolari, le forme visibili, audiovisive di ciò che permette non solo di parlare ma di intendere e di ascoltare<sup>4</sup>.

Sempre nel medesimo corso, Derrida si riferisce esplicitamente al concetto di *carno-fallogocentrismo*, che definirebbe in modo esaustivo la struttura del soggetto. Essenziale alla comprensione della struttura stessa della soggettività diviene, pertanto, il fenomeno del mangiare. Perché un soggetto non può non introiettare. Bisogna, infatti, che, in un modo o nell'altro, mangi. Simbolicamente o realmente, non importa: essere soggetto significa mangiare. E soprattutto mangiare carne. Posizione chiarita in un'intervista rilasciata alla storica Élisabeth Roudinesco:

---

<sup>4</sup> DERRIDA, J. (2009), *La bestia e il sovrano*. Vol. 1 (2001-2002), Jaca Book, Milano.

[...] non basta proibirsi di mangiare carne per essere dei non carnivori. Il meccanismo carnivoro inconscio ha a sua disposizione ben altre risorse, e personalmente non credo all'esistenza di un non-carnivoro in generale. Anche nel caso di chi si accontentasse di pane e vino. Mi sono spiegato meglio su questo punto tutte le volte che ho parlato della necessità di decostruzione del «carno-fallogocentrismo». Anche se è un fatto noto da sempre, o almeno da duemila anni, la psicoanalisi ce l'ha ormai insegnato definitivamente: anche i «vegetariani» possono benissimo incorporare, come tutti e per via simbolica, degli esseri viventi, della carne e del sangue – umano o divino. Anche un ateo, a sua volta, non disdegna di «divorare l'altro» – se è capace di amare almeno. Perché questa è la tentazione dell'amore stesso<sup>5</sup>.

Bisogna pur mangiare, secondo l'intraducibile espressione di Derrida *il faut bien manger*, che significa tanto «bisogna pur mangiare» quanto «bisogna ben mangiare». Il doppio senso contenuto nell'espressione rinvia al motivo etico fondamentale della decostruzione: l'ospitalità dell'altro.

La questione del mangiare non può non implicare, infatti, il rapporto con l'altro, perché non si mangia mai da soli né esiste un solo modo di mangiare. Bisognerà ben mangiare. Il mangiare rivela l'eterogenesi dell'identità, che non può fare a meno di assumere l'altro; identità plasmata ogni volta dalla modalità indecidibile con cui l'altro chiede di essere mangiato, come pure, a sua volta, di mangiare. Per questo molti studiosi racchiudono la questione del mangiare all'interno della sfera conviviale dell'alimentazione.

Recuperando poi Immanuel Kant e la sua domanda semplice ma al contempo radicale «che cosa è l'uomo?», dove è più che mai lecito e più che altrove doveroso porsi questa domanda essenziale... se non davanti a del cibo? Anzi, in quello spazio della relazione e del confronto che lui stesso definisce «società della tavola». In questa società, le cose di cui si parla e di cui si dibatte sono quelle della vita, quelle del vissuto concreto degli uomini. Quelle che coinvolgono tutti, senza distinzione tra osservatori e osservati. Ecco a cosa ci chiama, il cibo.

---

<sup>5</sup> DERRIDA, J., ROUDINESCO, E. (2004), *Quale domani?*, trad. it. Di G. Brivio, Bollati Boringhieri, Torino, p. 100.

## 2. Feuerbach e la teoria degli alimenti

Feuerbach si colloca in un periodo di grande fermento filosofico, successivo all'idealismo tedesco di Hegel, di cui inizialmente fu fedele seguace. Tuttavia, Feuerbach si distaccò progressivamente dall'idealismo hegeliano, criticando la sua astrazione e la sua tendenza a privilegiare lo spirito rispetto alla materia. Per Feuerbach, la filosofia doveva partire dall'uomo reale, concreto, e dalle sue condizioni materiali di esistenza. In questo contesto, la sua «teoria degli alimenti» assume un ruolo centrale, poiché rappresenta un modo per riportare la filosofia alla concretezza della vita quotidiana. La famosa frase di Feuerbach, «*Der Mensch ist, was er isst*» («L'uomo è ciò che mangia»), appare nel suo saggio del 1862 di cui ispira il titolo<sup>6</sup>. Questa affermazione non va intesa in senso riduttivo o semplicistico, come se Feuerbach volesse dire che l'essenza dell'uomo si riducesse esclusivamente al cibo. Piuttosto, essa va interpretata come una metafora del legame indissolubile tra l'uomo e la natura, tra la sua esistenza materiale e la sua condizione spirituale. Feuerbach sostiene che il cibo non è solo una fonte di sostentamento fisico, ma ha anche un impatto profondo sulla mente e sullo spirito. Un'alimentazione sana e adeguata contribuisce a un pensiero chiaro e a una vita morale equilibrata, mentre una dieta povera o insufficiente può portare a un deterioramento sia fisico che mentale. In questo senso, la teoria degli alimenti diventa un modo per affermare l'unità tra corpo e spirito, tra materia e pensiero. Secondo Feuerbach, la religione e l'idealismo tendono a negare la concretezza dell'esistenza umana, proiettando l'essenza dell'uomo in un aldilà spirituale o in un mondo di idee astratte. Al contrario, Feuerbach insiste sul fatto che l'uomo deve riconoscere la propria dipendenza dalla natura e dalle condizioni materiali della sua esistenza. Attraverso la teoria degli alimenti, Feuerbach vuole dimostrare che l'uomo non può trascendere la propria natura materiale. Il cibo, in quanto elemento fondamentale della vita, rappresenta un simbolo di questa concretezza. Ignorare l'importanza del cibo e delle condizioni materiali significa, per Feuerbach, alienare l'uomo dalla sua vera essenza. Se l'uomo è ciò che mangia, allora è responsabilità della società garantire a tutti un'alimentazione adeguata. Feuerbach critica le disuguaglianze sociali

---

<sup>6</sup> FEUERBACH, L. (2017), *Il mistero del sacrificio o l'uomo è ciò che mangia*, trad. it. Di E. Tetamo, Bollati Boringhieri, Torino.

che privano alcune persone del cibo necessario per una vita dignitosa. In questo senso, la sua filosofia ha una dimensione politica e riformista: migliorare le condizioni materiali dell'uomo significa migliorare la sua condizione spirituale e morale.

La teoria degli alimenti di Feuerbach rappresenta un punto di svolta nella filosofia del XIX secolo, in quanto riporta l'attenzione sulla concretezza dell'esistenza umana e sul legame tra uomo e natura. Attraverso questa teoria, Feuerbach sostiene che l'essenza dell'uomo non può essere compresa senza considerare le sue condizioni materiali, e «l'uomo è ciò che mangia» non si esaurisce in un'affermazione sulla dieta ma è un invito a riconoscere l'unità tra corpo e spirito e a lottare per una società più giusta ed equa. In questo senso, Feuerbach ci ricorda che la filosofia non può essere disgiunta dalla vita reale e dalle sue necessità fondamentali e, pur rimarcando la corporeità dell'uomo e la sua animalità, che non viviamo di solo pane. E viene in mente un famoso studio del secondo dopoguerra dello psicanalista austriaco René Spitz sulla deprivazione materna<sup>7</sup>. Spitz osservò che i bambini orfani o sottratti improvvisamente e a lungo termine da chi si occupava di loro, pur ricevendo nutrimento sufficiente dagli operatori degli orfanotrofi, ma in assenza di contatto fisico e di stimoli emotivi, finivano per ammalarsi di depressione anaclitica e nei casi più gravi a morire di marasma. Il cibo è senza dubbio metafora di vita. Già prima di venire al mondo ci nutriamo dell'altro, del prossimo, di emozioni, di amore, e poi ancora di ricerca di senso e di spiritualità.

### **3. Cibo e simbologia**

Il cibo ha sempre avuto un ruolo centrale non solo come fonte di sostentamento ma anche come potente simbolo culturale, religioso, sociale e psicologico. Attraverso il cibo, gli uomini dagli albori della storia hanno espresso valori, credenze, tradizioni e identità. «Il cibo è in ogni luogo

---

<sup>7</sup> SPITZ, R. (2000), *Dialoghi dell'infanzia*, Raccolta di scritti a cura di Robert N. Emde, Armando editore, Roma, p. 98.

e in ogni epoca un atto sociale»<sup>8</sup> con una sua storia, che non è diversa o minore di altre storie, anzi, essa vi scorre in stretta sintonia determinandole e/o essendone determinata<sup>9</sup>. Anche attraverso la preparazione del pasto e le scelte di condivisione una comunità può raccontarsi, descrivere sé stessa. Il teorico dello strutturalismo, Claude Lévi-Strauss, ovvero l'autore della famosa formulazione nota come il «triangolo culinario», suddivide i sistemi alimentari in un modello (con ai vertici il «crudo», il «cotto» e il «putrido») che si rivela come un vero e proprio «linguaggio» attraverso il quale ogni società traduce inconsciamente la propria struttura sociale. L'accento al triangolo culinario, quasi un circolo ermeneutico, è focalizzato sull'applicazione del metodo strutturalista alla cultura culinaria. Nel suo libro *L'origine delle buone maniere a tavola*, il filosofo ed antropologo francese arriva ad affermare che «la cucina di una società traduce inconsciamente la propria struttura, o addirittura rivela, sempre senza saperlo, le proprie contraddizioni»<sup>10</sup>. Ad esempio, l'utilizzo del fuoco nella cottura segna, sul piano simbolico, un passaggio decisivo dallo stato di «natura» allo stato di «cultura», come livello più avanzato di civiltà. Lévi-Strauss esemplifica il concetto spiegando come il «crudo» sia di origine naturale mentre il «cotto» implica un passaggio a un tempo culturale, nonché sociale. Lévi-Strauss distingue diverse modalità di cottura: il cibo arrosto è direttamente esposto al fuoco, con il quale realizza una congiunzione non mediata, mentre il bollito è doppiamente mediato (dall'acqua in cui è immerso e dal contenitore che contiene sia l'acqua che il cibo). A essi si aggiunge l'affumicato che, pur somigliando all'arrosto per il fatto di implicare un grado non elevato di mediazione tra il cibo e il fuoco, al tempo stesso ne differisce perché, come il bollito, costituisce una forma di cottura uniforme in grado di penetrare gli alimenti in profondità. Ciò porta Lévi-Strauss a collocare l'arrosto in corrispondenza del polo non marcato (il crudo), e le altre due modalità di cottura in corrispondenza dei vertici fortemente marcati (il bollito con il putrido e l'affumicato con il cotto)<sup>11</sup>. Il medesimo modello viene infine utilizzato dallo studioso per approfondire le dinamiche interne a simili processi, arrivando ad aprire la discussione ad

---

<sup>8</sup> GUIGONI, A. (2009), *Antropologia del mangiare e del bere*, Editore Altravista, Pavia.

<sup>9</sup> MONTANARI, M. (2004), *Il cibo come cultura*, Editori Laterza, Bari.

<sup>10</sup> LÉVI-STRAUSS, C. (2010), *L'origine delle buone maniere a tavola*, Il Saggiatore, Milano.

<sup>11</sup> STANO, S. (2015), *Cibo e identità culturale/Food and Cultural Identity*, «Lexia», 19-20, Aracne, Roma, p. 21.

altre tecniche di cottura (come il grigliato, la cottura a vapore e il fritto), alla differenziazione tra metodi di preparazione per prodotti alimentari di origine animale e vegetale, alla presentazione del pasto e alle opposizioni di ordine sociologico, economico, estetico e religioso (es. maschile/femminile, pubblico/privato, sacro/profano, ecc.) che occorre prendere in considerazione per una corretta analisi dei diversi sistemi culinari. A dimostrazione di come la cucina di una società costituisca un linguaggio nel quale questa società traduce inconsciamente la propria struttura.

Ma anche la scelta di condividere il cibo con gli altri è un rimando a un «oltre» del nostro essere che investe, da un punto di vista aristotelico, la nostra natura di «animali politici» o «cittadini» (ζῷον πολιτικόν), e non, come talvolta impropriamente si ritiene, di semplici «animali sociali», espressione quest'ultima estranea al lessico aristotelico<sup>12</sup>. La condivisione del cibo è un messaggio intrinsecamente simbolico che si riscontra ancora una volta nello studio della lingua: «compagno» ci riporta al latino *cum panis* e cioè all'atto del «dividere il pane con...». Nel Vangelo questa concezione raggiunge l'apice quando Gesù Cristo nello spezzare il pane configura un nuovo assetto sociale, il leader «si piega» di fronte ai suoi discepoli, mettendo a disposizione il proprio corpo.

Vale la pena approfondire, a questo proposito, il prezioso anello di congiunzione che unisce la celebre definizione aristotelica dell'uomo come «animale politico» a quella, non meno nota, di «animale che possiede il linguaggio» (ζῷον λόγον ἔχον)<sup>13</sup>. Per Aristotele le due determinazioni non sono giustapposte, ma intimamente connesse: è proprio perché l'uomo possiede il linguaggio – e con esso la capacità di esprimere il giusto e l'ingiusto, l'utile e il dannoso – che egli può costituire una comunità politica più coesa di quella degli altri animali gregari, i quali comunicano soltanto piacere e dolore attraverso la semplice voce (φωνή). Applicata al tema qui trattato, questa duplice determinazione illumina il significato profondo della condivisione alimentare: il pasto in comune non è soltanto la messa in atto di un bisogno

---

<sup>12</sup> ARISTOTELE (2007), *Politica*, a cura di R. Larenti, Laterza, Roma-Bari, I, 2, 1253° 1-3, dove l'uomo è definito “per natura animale politico” (ζῷον πολιτικόν). L'espressione “animali sociali”, di uso corrente, non è di derivazione aristotelica ma appartiene a una tradizione successiva di lettura e volgarizzazione del testo.

<sup>13</sup> ARISTOTELE (2007), *Politica*, a cura di R. Laurenti, Laterza, Roma-Bari, I, 2, 1253° 9-18, dove Aristotele definisce l'uomo come l'unico animale dotato di *lógos* (parola/ragione), a differenza degli altri animali che possiedono soltanto la voce (φωνή).

biologico condiviso, ma l'occasione in cui il *lógos* si fa carne, in cui cioè il linguaggio – la capacità di dire il bene, il giusto, il conveniente – trova nella tavola comune uno dei suoi luoghi elettivi di esercizio. Mangiare insieme significa, in questa prospettiva, esercitare congiuntamente la dimensione politica e quella linguistica dell'umano, due tratti che per Aristotele definiscono, in modo interdipendente, lo statuto specifico dell'uomo rispetto agli altri viventi.

Tornando al pensiero di Feuerbach, critico delle astrazioni metafisiche e, dunque, dello stesso pensiero religioso, l'opposizione al celebre dualismo cartesiano anima-corpo conduce ad una prospettiva «unitaria» del cibo. Credendo - il padre del materialismo tedesco - nell'unità psicofisica dell'individuo, si schiera contro ogni forma di filosofia che non tenga in debita considerazione la dimensione corporea come base sostanziale di ogni possibile riflessione sull'uomo. L'atto del cibarsi va, di conseguenza, considerato come essenziale per vivere. Ma accanto all'aspetto biologico vi è un «oltre» che rinvia ai significati culturali e sociali che le diverse società umane attribuiscono all'alimentazione. Come sostiene Lévi-Strauss, il cibo colma un bisogno innanzitutto «simbolico». Quindi, deve essere soprattutto «buono da pensare»<sup>14</sup>.

#### **4. Dimensione etica e sociale del cibo**

Alcuni aspetti del sistema alimentare e dei comportamenti alimentari umani hanno attirato da sempre la ricerca accademica<sup>15</sup>. Relativamente ai significati assunti, il cibo si conferma elemento universale che trascende il semplice atto del nutrimento. Esso rappresenta un ponte tra il biologico e il culturale, tra l'individuo e la società. La dimensione etico-sociale del cibo resta tema di grande rilevanza poiché tocca questioni fondamentali come la sostenibilità ambientale, la giustizia sociale, la salute pubblica e l'identità culturale. E come le scelte alimentari dell'uomo abbiano implicazioni profonde e spesso

---

<sup>14</sup> AIME, M. (2016), *Antropologia*, EGEA, Milano.

<sup>15</sup> BECUT, A., LURBE PUERTO, K. (2017), Introduction. Food history and identity: Food and eating practices as elements of cultural heritage, identity and social creativity, «International Review of Social Research», 7, 1-4, p. 1.

invisibili. La produzione di cibo è uno dei settori che più impatta sulle politiche ambientali mondiali. L'agricoltura intensiva, l'allevamento industriale e l'uso indiscriminato di pesticidi e fertilizzanti chimici sono pratiche che hanno contribuito e contribuiscono alla deforestazione, all'inquinamento delle acque e al cambiamento climatico. La produzione di carne, in particolare quella bovina, è responsabile di una quota significativa delle emissioni globali di gas serra. Molti prodotti, come il caffè, il cacao e le banane, sono spesso coltivati in condizioni di sfruttamento, con salari bassi e condizioni di lavoro precarie. La scelta di prodotti equosolidali (*fair trade*) ha rappresentato negli ultimi tempi un modo per promuovere un'economia più giusta e rispettosa dei diritti umani. Ma il problema persiste e resiste.

Secondo gli studi dei maggiori economisti contemporanei, infatti, uno dei paradossi più stridenti del nostro tempo resta la coesistenza di abbondanza e carestia. Mentre nei Paesi sviluppati lo spreco alimentare ha raggiunto livelli allarmanti, in molte parti del mondo milioni di persone soffrono la fame. Secondo le più recenti stime della FAO, circa 828 milioni di persone nel mondo sono denutrite e, al contempo, circa un terzo del cibo prodotto a livello globale viene sprecato, un dato che contrasta drammaticamente con la realtà della fame nel mondo, non più slogan televisivo di sensibilizzazione ma dato empirico ed incontrovertibile. Nei Paesi sviluppati, lo spreco avviene principalmente a livello di consumo, con alimenti che finiscono nella spazzatura perché considerati «non più freschi» o perché acquistati in eccesso. Nei Paesi in via di sviluppo, invece, lo spreco è spesso legato a problemi di conservazione e distribuzione.

La dimensione etica e sociale del cibo quindi da tema di confronto deve tramutarsi in una necessaria azione che coinvolga politiche ambientali, sociali, economiche e culturali. Il cibo, non solo come nutrimento per il corpo ma come potente strumento di cambiamento e di crescita sociale. A partire dal mondo della formazione. Attraverso scelte alimentari informate e responsabili, gli esseri umani possono/devono contribuire a creare un mondo in cui il cibo sia un diritto per tutti, un'opportunità di crescita culturale e un mezzo per preservare il pianeta Terra.

## 5. Conclusioni

Corrisponde certamente a verità l'affermazione enciclopedica secondo cui per alimentazione si debba intendere l'insieme dei momenti e dei processi che, tramite il procacciamento e l'uso di generi di origine animale e vegetale, forniscono agli organismi viventi l'energia e i costituenti chimici (nutrienti) necessari per il loro mantenimento e sviluppo. Ma il «vivente» umano è anche, e soprattutto, un «esistente» che crea il suo mondo per mezzo dell'azione unica e originale del pensiero. È così che, il gesto naturale della «caccia», del «raccolto», del cucinare e ingerire cibo, per gli umani oltrepassa la dimensione oscura e animalesca della mera lotta per la sopravvivenza. L'atto di alimentarsi, da semplice diventa complesso, si ammantava di simboli, valori e cultura che si radicano nella profondità dell'inconscio. Il cibo «emoziona», rimanda a bisogni non solo fisici ma anche relazionali ed espressivi e, non ultimo, al mistero stesso, originario, del mondo e della vita, tuttora irrisolto. Su di esso è proprio la filosofia che si interroga come «prima scienza» con le sue più antiche domande sul senso e il destino del nostro «essere»<sup>16</sup>.

Accanto ai progressi delle scienze biologiche e alle scoperte delle leggi fisiche permangono, dunque, i percorsi d'indagine propri delle scienze umane. Non vi è confine o lotta, ma compartecipazione. Sono due mondi che si contaminano reciprocamente, collaborando, al servizio della conoscenza. Se la filosofia è, fondamentalmente, ricerca della felicità, essa inevitabilmente incrocia le vie del «benessere». L'alimentazione ci ricorda costantemente che siamo un corpo e che dobbiamo rapportarci con gli altri esseri viventi, con i territori, con le risorse naturali. Il cibo porta a chiedersi se vivere voglia dire aggredirsi reciprocamente per sopravvivere. Stare cioè in una guerra alimentare perpetua per assicurarsi territori e monopoli del cibo. Mangiare ci mette di fronte a una quotidianità vissuta e intensa. In conclusione, ha ragione Feuerbach nell'affermare che «l'uomo è ciò che mangia». Noi siamo ciò che mangiamo, nella misura in cui quel processo biologico investe tutto il campo della soggettività umana, la coscienza individuale e la sua proiezione nella più ampia dimensione sociale. La coscienza e la materialità si combinano e si incontrano tra loro proprio in quel «mondo di mezzo» che ci fa sentire vivi

---

<sup>16</sup> PUNGITORE, F. (2020), Dimensione simbolica, etica e sociale del cibo secondo la prospettiva delle scienze umane, in «Attualità in Dietetica e Nutrizione Clinica», n. 12, p. 56.

e «costretti» da un'invisibile forza di necessità a perseguire, ancora e ancora, quel fine di vita. Uno scopo che ci lega a un doppio piano di esistenza: da una parte, la soddisfazione dei bisogni materiali che Feuerbach riteneva parte essenziale del suo umanismo naturalistico e filantropico; dall'altra l'eco di una voce più alta cui né la ragione né, tantomeno, l'istinto sono, finora, riusciti a dare risposta. L'uomo rimane, in ogni caso, il centro e la causa esplicativa. Nel proprio rapporto con il cibo l'uomo esprime sé stesso e un'idea di società. Le implicazioni delle nostre scelte alimentari sono, evidentemente, di vasta portata e, non ultimo, etiche in un pianeta che si avvicina agli otto miliardi d'abitanti (con conseguenze commerciali e industriali di produzione e distribuzione del cibo).

Alla luce di quanto argomentato, appare utile trarre alcune implicazioni per il più ampio campo dei *food heritage studies*. Se il patrimonio alimentare viene generalmente definito attraverso i suoi contenuti storici, antropologici e materiali, la prospettiva qui adottata suggerisce che esso richieda anche un fondamento filosofico ed etico: solo riconoscendo nel cibo un dispositivo simbolico capace di costituire identità e legame comunitario è possibile comprendere pienamente perché determinate pratiche alimentari vengano tutelate, tramandate e rivendicate come patrimonio. In questa prospettiva, l'approccio ermeneutico-comparativo qui adottato può offrire agli studi sul *food heritage* uno strumento concettuale utile a interrogare criticamente i processi di patrimonializzazione del cibo, mettendone in luce le implicazioni etiche – in termini di giustizia, sostenibilità e riconoscimento dell'altro – e orientando così future ricerche interdisciplinari tra filosofia, antropologia e *heritage studies*.

D'altronde, *cogito ergo sum*, certamente, ma anche *edo ergo sum*: mangio dunque sono. L'uomo, infatti, non si limita a divorare (latino: *edere*) gli alimenti, ma mangiando li pensa. Pensandoli, li vive. Li vive perché non può che inserirli in quella complessa rete di mediazioni e relazioni che fanno di lui un animale simbolico ma nello stesso tempo artefice del suo destino. Non a caso, per Feuerbach:

«la vecchia filosofia partiva da questo assioma: io sono un'essenza soltanto pensante, astratta; il corpo non è costitutivo della mia essenza»; la nuova filosofia dovrà cominciare invece con l'assioma: «io sono un'essenza reale, sensibile: il corpo è costitutivo della mia essenza; anzi, il corpo nella sua totalità è il mio io, la mia essenza stessa»<sup>17</sup>.

---

<sup>17</sup> FEUERBACH, L. (2016), *Principi della filosofia dell'avvenire*, trad. it. Di L. Basile, Orthotes Editrice, Napoli.

## Bibliografia

- AIME, Marco (2016), *Antropologia*, Milano, EGEA.
- ARISTOTELE (2007), *Politica*, a cura di R. Laurenti, Roma-Bari, Laterza.
- BECUT, Alina, LURBE PUERTO, Karlos (2017), «Introduction. Food history and identity: Food and eating practices as elements of cultural heritage, identity and social creativity» in *International Review of Social Research*, n. 7, pp. 1-4.
- DAENZER, W. F. (2018), *L'energia invisibile negli alimenti. BIO e NON BIO a confronto*, Bolzano, Edizioni Praxis Verlag.
- DERRIDA, Jacques (2009), *La bestia e il sovrano. Vol. 1 (2001-2002)*, Milano, Jaca Book.
- DERRIDA, Jacques, ROUDINESCO, Élisabeth (2004), *Quale domani?*, trad. it. di G. Brivio, Torino, Bollati Boringhieri.
- FEUERBACH, Ludwig (2016), *Principi della filosofia dell'avvenire (1843)*, trad. it. di L. Basile, Orthotes Editrice, Napoli.
- FEUERBACH, Ludwig (2017), *Il mistero del sacrificio o l'uomo è ciò che mangia (1862)*, trad. it. di E. Tetamo, Torino, Bollati Boringhieri.
- FISCHLER, Claude (1992), *L'onnivoro. Il piacere di mangiare nella storia e nella scienza*, Milano, Mondadori.
- GARGANO, Antonio (1995), *Introduzione alla filosofia greca. Da Talete a Parmenide*, Reggio Calabria, La Città del Sole Edizioni.
- GUIGONI, Alessandra (2009), *Antropologia del mangiare e del bere*, Pavia, Editore Altravista.

- LÉVI-STRAUSS, Claude (2010), *L'origine delle buone maniere a tavola*, Milano, Il Saggiatore.
- MANNUCCI, Erica Joy (2008), *La cena di Pitagora. Storia del vegetarianismo dall'antica Grecia a internet*, Roma, Carocci Editore.
- MONTANARI, Massimo (2004), *Il cibo come cultura*, Bari, Editori Laterza.
- PUNGITORE, Francesco (2020), «Dimensione simbolica, etica e sociale del cibo secondo la prospettiva delle scienze umane», in *Attualità in Dietetica e Nutrizione Clinica*, n. 12.
- SPITZ, René (2000), *Dialoghi dell'infanzia*, Raccolta di scritti a cura di Robert N. Emde, Roma, Armando editore.
- STANO, Simona (2015), «Cibo e identità culturale/*Food and Cultural Identity*», in *Lexia*, n. 19-20, Roma, Aracne.