

Mangia le tue idee

di WALTER COMELLO



Ci sono cinque organi di senso, come cinque sono i bisogni primari. Il cibo li unisce tutti: nutre il corpo, il cervello e li gratifica entrambi; è alla base di ogni attività umana (così inizia la vita, così finisce la vita); per i suoi simboli si crea, per i suoi simboli si muore.

Feuerbach affermava

che noi siamo ciò che mangiamo, e non è solo un modo di dire.

Il cibo che introduciamo nel corpo, la sostanza di cui è fatto e il modo in cui è cucinato, andranno a formare nuove cellule del nostro organismo, che rigenereranno i tessuti, gli organi e andranno a cambiare qualcosa di importante di noi. Ma il rapporto con il cibo è più complesso, più importante di quello che si potrebbe pensare: **ciò di cui ci nutriamo non è solo carburante per il nostro corpo, ma entra a pieno titolo nella nostra composizione interna; ci costituisce, ci forma, ci fa diventare una cosa o l'altra, modifica il nostro pensare, è identità, influenza le nostre azioni.** Anche il simbolismo del linguaggio archetipico induceva a nutrirsi degli organi del nemico ucciso per acquisirne la forza del cuore, il coraggio del fegato o il potere del cervello. Non c'è solo il corpo-macchina da una parte e il cibo-benzina che lo muove dall'altra; se il cibo scarseggia o cessa del tutto, il corpo non si ferma come farebbe un motore, ma si ammala e poco a poco muore. Gli stati di coscienza si modificano con il digiuno per obiettivi di condizionamento o auto-condizionamento. **Mangiare è proiettare, rielaborare, riprogrammare ciò che si è acquisito: è scambiare con l'esterno, è progettare.** La parola sapere deriva da 'sapio', gustare, che è una forma profonda di conoscenza del mondo che ci circonda. **Non si mangia solo cibo, ma, per così dire, anche il significato di ciò che ad esso è legato.**

Così c'è chi compensa con il cibo il vuoto della vita, un lutto, un tradimento o un abbandono; c'è chi ha fame d'amore, chi vive l'assenza di emozioni; c'è chi è bulimico nei suoi appetiti sessuali. È il modo più semplice di trasgredire, a portata di mano e meno colpevolizzante di altri,

facilmente perdonabile, per poi tornare a peccare ancora. Cosa c'è di più trasgressivo che venir meno ai propri buoni propositi, prima di mettersi un'altra volta a dieta, e trasgredire anche questa? Il sacrificio, qualunque sia, non può durare neppure grazie ai risultati raggiunti: il principio del piacere, che orienta la vita degli esseri viventi, non consente di essere negato, al limite sostituito. Solo il concetto di stile alimentare che induce al bello e all'elegante può essere lo stratagemma giusto per mantenere il peso forma: un metodo che non costringe, ma sostituisce un piacere con un altro. **Cibarsi è un atto di grande potere comunicativo e relazionale: è condividere.** Con l'allattamento la madre diventa, ai suoi stessi occhi, 'mamma', e ancor più se allatta al seno: avvolge, protegge, coccola, sussurra parole dolci e guarda con amore. **Il nutrire e l'essere nutrito crea un rapporto forte, simbiotico e di profondo affetto reciproco,** e diventa un'unità di misura dell'amore e una ricerca costante per ogni essere vivente. Per il bambino è un imprinting, è la primissima esperienza di piacere e di conoscenza del mondo, è l'acquisizione di uno strumento di valutazione che gli consente, portando alla bocca ogni oggetto, di compararlo al seno materno; per tutta la vita sarà ok tutto ciò che sarà dolce, morbido e caldo. In alcuni neonati succhiare il latte materno provoca una soddisfazione vicina alla commozione, con tanto di lacrime. **La famiglia, come focolaio domestico, si riunisce per il pranzo e per la cena; è un momento importante di relazione, cosicché certi gusti risulteranno, nel tempo, legati alle dinamiche parentali.** La stessa 'comunione' – guarda caso si chiama così – celebrata nel rito dell'Eucarestia Cristiana, deriva dall'ultima cena di Gesù con i suoi Apostoli. **In ogni cultura antica o moderna, condividere lo stesso cibo o la stessa bevanda con altre persone assume significati rituali specifici: è sancire l'appartenenza al gruppo, è essere accettati, è sottoscrivere un patto.** Se nella cultura occidentale si organizzano pranzi e cene di lavoro, succede ovunque che si parli di affari e si prendano decisioni importanti dopo essersi sottoposti a interminabili momenti conviviali; il cibo avvicina, rende più simili e quindi più capaci di trovare un'intesa. Oscar Wilde scriveva che le cose buone della vita o sono illegali o sono immorali o fanno ingrassare; ma **là dove istinto e ragione, anziché essere contrapposti, tornano a collaborare, scopriamo che moltissime cose buone della vita sono legali, sono morali... e certo non fanno ingrassare.** Una canzone dice: «Le idee finché restano idee restano un'astrazione, mangia le tue idee e ne farai una rivoluzione».