

## "La sapienza è un esercizio del gusto"

### Nella tradizione cristiana

Tra tutti i sensi, il gusto richiede non solo di guardare e sentire ciò che è fuori di noi, ma di introdurlo nel corpo, di farlo aderire il più possibile alla cavità orale, di distruggerlo mediante la masticazione e infine di discernerlo. Ciò che è introdotto nella bocca viene innanzitutto guardato e annusato, ma poi lo si gusta e lo si giudica con il palato.

La bocca è un orifizio luogo di comunicazione più di tutti gli altri, ma di una comunicazione il più delle volte non percepita in modo consapevole... Con la bocca si parla, si bacia, si morde, si mangia, si beve, si respira. La bocca rende partecipi al processo di trasformazione del cosmo nelle sue componenti minerali, vegetali e animali, processo che è dovuto al lavoro dell'uomo, alla produzione, al mercato, alla cucina, alla tavola, alla masticazione e alla digestione: «Noi siamo ciò che mangiamo», secondo il noto aforisma di Ludwig Feuerbach, noi mangiamo la terra e così viviamo, pensiamo, amiamo.

Nessuno di noi memorizza il proprio apprendistato del gusto, ma esso è avvenuto ed è stato un processo lungo e complesso. Siamo entrati in un sistema gustativo attraverso i cibi della cucina familiare, soprattutto attraverso quella della madre e della nonna, e abbiamo imparato a identificare i sapori, a giudicarli buoni o cattivi (ecco dove nasce anche il giudizio morale!). È così che abbiamo imparato a confrontare la cucina di casa con le altre, abbiamo dovuto discernere la misura del cibo e combattere bulimia o anoressia, patologie che si annidano nella nostra crescita e minacciano l'arte del gustare; e imparando i gusti elementari, abbiamo anche appreso il gusto di vivere, la capacità di gustare il mondo.

I cibi, con i loro sapori, plasmano il nostro gusto; la vita poi ce li fa interpretare in modo personalissimo, la storia e i legami affettivi vissuti li caricano di significati infiniti. Per esempio, non è senza importanza l'aver mangiato un cibo in compagnia di qualcuno invece che di qualcun altro: un cibo possiamo sentirlo cattivo perché l'abbiamo condiviso con chi preferiamo non ricordare... Il cibo, con il suo gusto, può riconciliare, favorire l'amore, ma può anche accendere antipatia o addirittura violenza. Ognuno di noi conosce, queste diverse possibilità: è sufficiente fare un'anamnesi dei pasti vissuti in famiglia, o in comunità, per avere la conoscenza della grazia o della disgrazia del "gustare"!

Strettamente legata all'esercizio del gusto è la parola: parola scambiata a tavola, luogo in cui si gustano non solo i cibi ma anche gli altri, ogni altro che con noi condivide il pasto. Un pasto gustoso lo si costruisce con l'arte culinaria ma anche con la qualità degli invitati, e così diventa una celebrazione comune, una festa partecipata in cui il cibo riunisce, fa condividere, crea il compagno (da cum-panis, colui che condivide il pane: cfr. [Salmi 41, 10](#)). Se non c'è gusto, poco a poco finisce per prevalere e regnare il disgusto; se non c'è gusto, si mangia per necessità e non si arriva neanche a conoscere la gratuità fornita da una bevanda come «il vino, che rallegra il cuore umano» ([Salmi 104, 15](#)).

A mio avviso non si pone abbastanza l'attenzione su una verità elementare: tutta la nostra conoscenza si sviluppa a partire dai sensi, quella più elementare come quella più raffinata.

Noi “sentiamo” attraverso i sensi, ma un’enorme carica simbolica viene a innestarsi sull’esercizio dei sensi. Ne sono prova le parole che usiamo: anche quando sono astratte, lasciano trasparire un’origine collocata nello spazio della sensibilità. “Sapienza” — per citare solo uno dei casi più evidenti, attinente al senso che ci interessa — non deriva forse dal verbo sapere, cioè “gustare”? Sì, la sapienza è un esercizio del gusto...

Ci è dato così di passare, senza dicotomie troppo schematiche, a considerare il gusto inteso come “senso spirituale”. La riflessione su questo tema potrebbe essere condotta dal punto di vista della sapienza umana, in generale. In quest’ottica come non ricordare la sapienza della tavola vissuta dall’uomo Gesù? A tavola egli conversava con facilità, stringeva amicizia, accettava le discussioni che potevano sorgere. Stare a tavola per Gesù era un segno, una parabola del significato della sua stessa missione: portare la presenza di Dio nel mondo, avvicinare il Regno ai peccatori, a chi da esso si sentiva escluso e lontano.

Ma in questo breve contributo vorrei soffermarmi su come tale questione viene sviluppata nella tradizione cristiana, che conosce una meditazione secolare sul tema dei sensi spirituali. Basti ricordare un testo di Origene: «“Per coloro che hanno i sensi esercitati a distinguere il bene dal male” ([Ebrei 5, 14](#)) Cristo viene colto da ogni senso dell’anima. Ecco perché lo si chiama “vera luce” ([Giovanni 1, 9](#)) per illuminare gli occhi dell’anima, “parola” ([Giovanni 1, 1](#)) per essere udito, “pane di vita” ([Giovanni 6, 35](#)) per essere gustato. Parimenti, egli è chiamato “olio” ([Cantico dei cantici 1, 2](#)) e “nardo” ([Cantico dei cantici 1, 12; 4, 13-14](#)) perché l’anima si rallegra del profumo della Parola; egli è “la parola fatta carne” ([Giovanni 1, 14](#)), palpabile e tangibile, perché la mano dell’uomo interiore possa toccare qualcosa della Parola di vita» (Commento al Cantico dei cantici ii, 9, 12-13).

Per restare al gusto, nella Bibbia sono numerose le immagini che permettono di collegare il gusto con la Parola. A Ezechiele Dio consegna un libro da mangiare, dolcissimo alla bocca e al palato (cfr. [Ezechiele 3, 3](#)); Giovanni, il contemplativo dell’Apocalisse, farà la stessa esperienza, ma per lui la Parola si rivelerà amara nello stomaco (cfr. [Apocalisse 10, 9-10](#)). E il salmista canta: «Quale dolcezza al mio palato le tue promesse, Signore, più che miele nella mia bocca» ([Salmi 119, 103](#)). “Mangiare le parole” è più che ascoltarle e accoglierle: è addirittura — secondo gli antichi monaci — “ruminarle”, riprendere la Parola mangiata e rimasticarla, fino a fare corpo con essa. Così, in un meraviglioso metabolismo, la Parola ci plasma, ci forma, fornendoci il cibo per sostenere la nostra ricerca di senso. Sta scritto infatti: «L’uomo non vive di solo pane, ma vive di ciò che esce dalla bocca del Signore» ([Deuteronomio 8, 3](#); cfr. [Matteo 4, 4](#)). E al credente è chiesto di imparare a «gustare la buona parola di Dio» (cfr. [Ebrei 6, 5](#)).

Ma c’è un’esperienza centrale della fede cristiana che va assolutamente menzionata a proposito del “gusto spirituale”: l’esperienza eucaristica. Al culmine della liturgia eucaristica si mangia pane e si beve vino. Questo è ciò che percepisce la nostra oralità, ma nella fede gustiamo il corpo di Cristo, ciò che ci inebria è il suo sangue. Con i sensi spirituali facciamo esperienza della vita divina che ci invade e fa di noi il corpo e il sangue del Signore Gesù: straordinario metabolismo spirituale! Guglielmo di Auxerre, un teologo dell’inizio del XIII secolo, così ha tentato di esprimere tale esperienza: «Di questo pane si

afferma con verità che reca in sé ogni diletto: diletta lo sguardo spirituale con la sua bellezza (cfr. [Salmi 45, 3](#)); diletta l'udito spirituale con la sua melodia (cfr. [Cantico dei cantici 2, 14](#)), diletta l'olfatto spirituale con il suo profumo (cfr. [Cantico dei cantici 1, 3](#)), diletta il gusto spirituale con la sua dolcezza (cfr. [Cantico dei cantici 1, 2; 2, 3; 5, 16](#)); diletta il tatto spirituale con la sua soavità (cfr. [Cantico dei cantici 4, 10](#))» (Summa aurea iv, tr. 5, c. 1, f. 16/bc). E nel Messale si legge una splendida orazione dopo la comunione: «L'azione del tuo dono celeste, Signore, possieda le nostre menti e i nostri corpi, affinché in noi preceda sempre il suo effetto e non il nostro sentire» (XXIV domenica per annum). Tutte variazioni sul tema dell'interpretazione in chiave eucaristica di un versetto dei salmi, all'interno della grande tradizione cristiana: «Gustate e vedete com'è buono il Signore!» ([Salmi 34, 9](#)). Come l'eucaristia è la sintesi sacramentale dell'intera vita di Gesù, spesa e donata per amore, così, con il gusto spirituale reso vigile e allenato dalla meditazione della sua vita, il credente cristiano può gustare e vedere la bontà del Signore, cercando di trarne ispirazione per la propria esistenza.

### **Ricetta dei ravioli alle tre carni**

Il Monferrato è una zona del Piemonte del sud che confina con le Langhe e in parte si trova al loro interno. È la terra della vigna ma anche della buona cucina. È la terra mia ma anche del papa, i cui nonni abitavano in un paese distante una ventina di chilometri dal mio. Il pranzo di festa per eccellenza, dunque il pranzo di Natale, che preparava sua nonna, Rosa, prevedeva sempre, dopo i molti antipasti, il "piatto re", cioè i ravioli o agnolotti, conosciuti nelle Langhe fin dal XVI secolo. Mi viene chiesta la ricetta e io la fornisco volentieri, con gli auguri di un Natale ricco di epifanie di affetti e incontri.

Per il ripieno dei ravioli si usano tre carni. Innanzitutto il vitello: possibilmente una parte come l'arrosto della vena, per intenderci, che non sia grassa ma neanche troppo asciutta. Anche lo scamone va bene, ma non deve essere asciutto. Arrostate il vitello in una pentola, possibilmente con aglio, insieme all'olio, al rosmarino e a due foglie di alloro. In un'altra pentola preparate il coniglio in umido: fate un battuto di pancetta dolce con un po' di cipolla, pochissima carota, un po' più di sedano. Tritate il tutto e lasciate che cuocia, senza però che si indori, perché altrimenti è pesante da digerire. Quindi vi mettete dentro i pezzi di coniglio, li fate ben rosolare, poi aggiungete del buon Barbera, qualche cucchiaino di salsa di pomodoro e fate cuocere un'ora e un quarto se il coniglio è tenero, un'ora e quaranta se è più duro. Quando è pronto, spolpate il tutto e lo mettete in una terrina. Infine prendete dell'arista di maiale, la tagliate a pezzetti come per uno spezzatino, la fate cuocere con un po' di olio, pochissimo vino bianco e dei sapori.

Mescolate poi insieme le tre carni, le passate nel tritacarne, quindi aggiungete il 25 per cento di borragine, una pianta aromatica molto diffusa in Piemonte e in Liguria e molto usata in cucina; è una specie di spinacio con un gusto simile a quello della salvia. La fate bollire, poi tritate anche questa. Se non avete la borragine, usate la verza, sempre nelle stesse proporzioni, ma solo le foglie esterne, più verdi. Mettete tutto insieme, aggiungete uova quante bastano e del buon parmigiano reggiano. Dopo di che, il tocco finale è dato dalla maggiorana, che a mio avviso è la pianta aromatica per eccellenza. Poi preparate la pasta, senza mettere acqua ma solo uova; solo se volete la pasta un po' più fine, dovete

aggiungere un po' d'acqua. Infine la tagliate dando forma ai ravioli, agli agnolotti, riempiendoli con il ripieno preparato. E i sughi di arrosto che risultano dalle cotture delle varie carni li radunate insieme, li passate con il colino — che tutte le erbe restino fuori — e condite i ravioli.

*Buon pranzo di Natale per voi che lo preparate e per quelli invitati a dividerlo nella fraternità e nella gioia!*

Enzo Bianchi

L'Osservatore Romano, 1 dicembre 2018