

Adversus Iovinianum II, 10 Contro i desideri smodati

Gerolamo condanna aspramente, sulla scorta dei filosofi pagani, i desideri smodati.

Il corpo è il ragazzo, l'anima il pedagogo
Il cibo che meglio sostiene il corpo

I sensi del corpo sono come cavalli che corrono senza ragione, e l'anima, mentre corrono, li trattiene col freno come l'auriga. E come i cavalli senza guida corrono a precipizio, così il corpo privo della ragione e del governo dell'anima corre alla sua fine. Un altro paragone per l'anima e il corpo è posto dai filosofi, che dicono che il corpo è come il ragazzo e l'anima come il pedagogo. Dice infatti lo storico: "Abbiamo il corpo per servire e l'anima per comandare; l'una l'abbiamo in comune con gli dei, l'altro con le bestie"¹. Se la saggezza del pedagogo non governa i vizi del ragazzo e dell'adolescente, tutti i suoi sforzi e i suoi impulsi si indirizzano alla lascivia. Possiamo vivere senza quattro sensi, la vista, l'udito, l'odorato e il tatto, ma senza il gusto e i cibi è impossibile che il corpo umano sopravviva. Deve dunque assisterci la ragione perché assumiamo i cibi in qualità e quantità tali da non appesantire il corpo e non gravare sulla libertà dell'anima: si deve mangiare, camminare, dormire, digerire e poi, quando le vene si gonfiano, resistere agli incentivi al piacere. "Il vino è cosa lussuriosa, e l'ubriachezza è oltraggiosa". Chiunque si mescoli con queste cose non è saggio. Non dobbiamo assumere cibi che sia difficile digerire o che, una volta mangiati, ci procurino sofferenze. Ortaggi, frutta e verdura si assumono più facilmente e non hanno bisogno dell'arte e del dispendio dei cuochi: sostentano con sicurezza il corpo umano, ed essendo assunti con moderazione, giacché non si divora avidamente quello che non stuzzica la gola, sono più leggeri da digerire. Nessuno si carica di uno o due cibi, per di più modesti, fino a gonfiare il ventre, come avviene grazie alla varietà delle carni e al loro sapore. I piatti che fumano con varie salse ci trascinano quasi come prigionieri a mangiarli anche esaurita la fame. Dall'eccessiva sazietà sorgono anche malattie; molti rimediano all'intemperanza della gola col vomito, e indecorosamente emettono quello che indecorosamente hanno ingerito.

1. "Abbiamo... le bestie": Sallustio, *La congiura di Catilina*, 1, 2.