

Il cibo come metafora

Maura Franchi

Il sapore del mondo

Pronunciamo parole dolci e parole amare, parole acide o piccanti. Il cibo è un linguaggio: una vera e propria lingua che ha una sintassi, un lessico familiare, proprie regole ortografiche e, talvolta, incorre in errori di traduzione. Come una lingua, il cibo si trasforma, incorpora termini diversi, subisce ibridazioni. Come una lingua, esprime il pubblico che la parla e narra i sentimenti, i valori di coloro che lo assumono. Le scelte alimentari riflettono stili di vita, paure e orientamenti valoriali.

Cibo e parola hanno entrambi a che fare con la bocca. Entrambi sono nutrimento del corpo e dell'anima. Sapore e sapere hanno analogie profonde: antropologi e storici hanno indicato nella preparazione dei pasti un elemento fondante della cultura della vita quotidiana, i sociologi hanno interpretato i gusti come segni di distinzione tra gruppi sociali e come una via per costruire identità.

Sociologi e antropologi hanno argomentato come nell'alimentazione la sostanza nutritiva non sia meno importante delle simbologie sociali che agli alimenti e ai cibi sono correlate. Pierre Bourdieu sostiene che nel campo dei gusti alimentari ritroviamo il segno più forte e indelebile dei primi apprendimenti, quelli che sopravvivono più a lungo anche quando ci siamo allontanati dal contesto originario e dal mondo materno, in cui i nostri gusti si sono formati.

La letteratura e il cinema si sono nutriti di riferimenti alimentari. Una recente e ricca ricostruzione di sequenze letterarie documenta come “attorno alla tavola” sia siano dispiegate pagine importanti della letteratura, e non solo di quella parte dedicata esplicitamente al cibo.¹

Il cibo, come parte della vita quotidiana, simbolo di cultura, e rappresentazione di una realtà sociale è da sempre presente nell’immaginario collettivo come nell’arte. Il cinema è ricco di riferimenti: dalla rappresentazione della fame e della ossessiva ricerca di cibo del cinema del neorealismo italiano, alla descrizione dell’abbondanza che accompagna il clima di euforia e di ottimismo degli anni del boom, alla esperienza del rifiuto correlata al mito distorto della magrezza, fino alla riscoperta delle culture locali negli anni più recenti. Si può quasi dire che non esista film in cui il cibo non sia mostrato, preparato, mangiato o evocato.²

Il cibo è una metafora sociale nell’arte, ne sono esempio le incisioni di Bruegel, "*La cucina magra*" e "*La cucina grassa*". Il tema è troppo ampio per poter essere anche solo accennato. La relazione tra cibo e arte è ampiamente documentata dalla storia dell’arte, ma oggi la dimensione estetica del cibo è contorna tutta la critica gastronomica e i discorsi sulla gastronomia. La spettacolarizzazione del cibo nel tempo dei media, della riproducibilità tecnica degli artefatti e dell’estetizzazione della vita quotidiana, hanno enfatizzato il valore dello sguardo come componente del gusto. Così, cuochi, filosofi, artisti, scienziati possono trovare nel cibo un comune oggetto di analisi e di dibattito.³ Il tema alimentare esce ormai definitivamente

¹ Lorena Carrara, 2013, *Attorno alla tavola*. Cibo da leggere, cibo da mangiare, Codice edizioni, Torino

² Mauro Brondi, Il cibo nel cinema italiano dal secondo conflitto ad oggi, Cultura gastronomica italiana, www.effettonotteonline.com/news

³ Cfr. il convegno Cibo, Filosofia e Arte, Pollenzo, 4-5 aprile, 2013

da un approccio che lo confinava alla fisiologia del gusto, più legate alla chimica e alla biologia che al pensiero. Si può “gustare l’arte”, quindi, ma non solo. Lo sguardo media il rapporto con ciò che mangiamo, rinvia ad un’esperienza sedimentata.

Il linguaggio della vita quotidiana porta le tracce degli atti che scandiscono i tempi e i copioni alimentari, riflette gli scenari e gli oggetti familiari, rappresenta le pratiche alla base della nostra esistenza. È quindi naturale che il cibo, e tutto ciò che attiene alla sua preparazione, plasmi il linguaggio, sia parte così rilevante degli attrezzi per comunicare e, prima ancora, per pensare.

Parliamo di noi attraverso i cibi che prepariamo e consumiamo, ma le metafore del cibo, dicono qualcosa di ancora più profondo.

Il cibo è la dimensione sensoriale primaria attraverso cui entriamo in contatto con il mondo. Il cibo ha uno straordinario significato psicoanalitico. È attraverso la bocca che inizia il primo contatto con il mondo esterno e con la madre. Già per un neonato, tutto ciò che ruota attorno al cibo definisce un linguaggio, un codice di significati e un sistema di relazioni.

“Mangiare è una forma di sensualità quotidiana” afferma l’antropologo Le Breton che, non a caso, intitola il suo libro “*Il sapore del mondo*”⁴.

Dimensioni estetiche ed etiche, gratificazioni sensoriali e valori, sono intrecciate in modo inscindibile nelle scelte alimentari. Il cibo è il riferimento primario attraverso cui formiamo le nostre categorie di giudizio – buono e cattivo hanno un valore universale – esploriamo il mondo, definiamo schemi di comportamento. L’antropologia ha sedimentato su queste acquisizioni, a partire dal celebre scritto di

⁴ Le Breton D. (2006), *Il sapore del mondo*, Raffaello Cortina, Milano, p. 364.

Levi Strauss, un corpus troppo ampio e noto da dover essere ricordato⁵.

La cucina, come insieme di pratiche, definisce da sempre l'orizzonte valoriale della nostra vita, proponendo una sorta di etica "materiale" e "incorporata" profondamente radicata nel vivere quotidiano e legata alle pratiche della cura.

La cucina, come luogo fisico, trasmette informazioni sulla nostra vita, come ricorda Italo Calvino: "la cucina è la parte della casa che può dire più cose di te"⁶. È il luogo che contiene l'insieme degli attrezzi del cucinare, rispecchia l'evoluzione delle tecnologie, testimonia i processi di globalizzazione, le trasformazioni dei metodi di coltivazione, come delle forme di distribuzione⁷.

La cucina, come corpus di ricette, definisce l'insieme degli alimenti, le loro compatibilità e i modi di preparazione, che costruiscono l'identità di un popolo, di una nazione. Gli storici hanno a lungo discusso se, per quanto riguarda l'identità italiana, si possa parlare di cucina nazionale o di cucine regionali. Ma non vi è dubbio che i libri di cucina, hanno contribuito ad un processo di unificazione nazionale, come sottolinea Montanari⁸.

Il cibo è rivelatore di identità etnica, culturale e sociale che però, non è statica: la cucina esprime adattamenti e cambiamenti sociali che non possono essere ignorati e che accompagnano più generali cambiamenti nei modi di vivere. La mobilità, il tempo, ma anche le tecnologie non sono fattori secondari nel determinare slittamenti

⁵ Claude Lévi-Strauss, *Il crudo e il cotto*, Il saggiatore, Milano

⁶ Calvino I. (1979), *Se una notte d'inverno un viaggiatore*, Einaudi, Torino.

⁷ Montanari M. (2012), *Gusti del Medioevo. I prodotti, la cucina, la tavola*, Laterza, Roma.

⁸ Montanari M. (2010), *L'identità italiana in cucina*, Laterza.

progressivi nei modi con cui ci alimentiamo⁹. Come Harris ha sottolineato come le interdizioni alimentari, i gusti, i disgusti siano l'esito di adattamenti da parte degli attori sociali, per raggiungere un soddisfacente equilibrio economico, ecologico e nutrizionale¹⁰. Del resto è noto che il piacere legato al cibo è condizionato dalle cosiddette mode alimentari che rendono apprezzati alcuni piatti che magari erano appartenuti ad altri contesti socio-culturali e obsoleti e insignificanti altri.

Nelle descrizioni dei prodotti che appartengono alla nostra tradizione, in particolare, le storie rappresentano un ingrediente primario, contribuiscono quindi a dare sapore ai cibi non meno degli ingredienti. Le storie ci coinvolgono, ci trasportano in un mondo fantastico o ideale, ci forniscono esempi in cui identificarci, sono in grado di commuoverci.

Le narrazioni diventano ancora più importanti nel tempo delle reti. Non a caso, abbiamo molti esempi di microstorie che accompagnano i prodotti dell'enogastronomia e che sono parte fondamentale dei significati e dei valori che tali prodotti sono in grado di trasmettere. Pensiamo alle etichette dei vini che non descrivono solo gradazioni alcoliche, colori o contenuti organolettici, ma raccontano storie di vinificazione, descrivono artigiani che hanno messo competenze e passione per ottenere quei risultati.

Il web ha dato grande spazio a queste storie di prodotti e di cibi, consentendo anche ai non professionisti di sperimentare l'uso di una pluralità di linguaggi discorsivi e visuali, intrecciando informazione e intrattenimento. Nel web, come nella vita quotidiana, il cibo è forse il

⁹ M. Franchi, 2007, *Il cibo flessibile. I nuovi comportamenti alimentari*, Carocci, Roma

¹⁰ M. Harris, 1990, *Buono da mangiare*, Einaudi, 2006

più frequente oggetto di conversazioni ed entra, quasi inconsapevolmente, negli scambi con gli altri.

Le metafore alimentari non sono solo sopravvivenze arcaiche, ma attuali e frequenti inserti nei discorsi. Ogni lingua ne ha di proprie, che non sono semplici traduzioni, ma riflettono culture e abitudini.

Le metafore sono modi sintetici per esprimere sapere, come i proverbi, esse rimandano ad esperienze quotidiane, testimoniano in via esemplare, una verità che sembra superare i limiti temporali in cui è venuta formandosi.

Il linguaggio del cibo

Il linguaggio quotidiano è ricco di riferimenti all'atto del mangiare. Ad esempio, si dice "mangiare una pedina" nel gioco degli scacchi, o "mangiare il denaro pubblico" per indicare sperpero, "mangiarsi l'eredità" per indicare dissipazione.

Il riferimento al mangiare è presente in molte espressioni della vita quotidiana: diciamo di un'auto che mangia poca benzina e di una persona che vomita ingiurie. Di un articolo che è un fritto misto, per suggerire che è un'accozzaglia di cose disparate e che non buttiamo giù un'offesa.

L'uso continuo delle metafore alimentari esprime la molteplicità dei sentimenti che accostiamo al cibo .

L'idea del mangiare segna ancora oggi tra la scansione dei tempi del quotidiano e catalizza le paure che accompagnano il tempo dell'abbondanza. Altre paure avevano accompagnato nel passato la tragica ossessione per la scarsità o l'assenza di cibo. Nel passato l'insufficienza di cibo era la norma e le carestie erano in agguato: una

gelata eccezionale, una grandinata, una siccità prolungata bastavano a trasformare la cronica insufficienza di cibo in carestia.

La mitologia alimentare è ricca e non può essere in questa sede ricostruita. Alcuni alimenti, in particolare gli alimenti essenziali come pane, latte, i prodotti della natura, la carne, l'acqua ne sono una parte essenziale .

Il cibo compone una larga parte delle nostre narrazioni e degli scambi che abbiamo con gli altri: raccontiamo i nostri gusti, segnaliamo le nostre appartenenze, marchiamo i confini tra noi e gli altri, diamo forma alle nostre scelte etiche.

Ogni tipologia dei principali cibi popolari (latticini, pane, vino, vegetali, carne) ha ispirato un corpus nutrito di proverbi. Ogni regione ha proverbi riferiti al cibo, alcuni di questi hanno comunanze e traduzioni e talvolta presentano una comune matrice latina, come l'adagio il vino è il latte dei vecchi, dal latino *vinum lac senum*.

Ogni massima esprime un principio educativo che si riferisce ad una pluralità di dimensioni, dalla proprietà delle vivande, alla loro pertinenza in relazioni alle diverse fasi della vita o a diverse situazioni. “Chi vuol vivere sano e lesto, mangi poco e ceni lesto”, recita, ad esempio, una sentenza Toscana.¹¹

Pane e vino sono spesso associati, il primo ad esprimere ciò che essenziale per sfamarci, il secondo per significare ciò che fa bene allo spirito, media la socialità, ma senza dimenticare che l'acqua rovina i ponti, e il vino la testa”, come recita un proverbio presente in diverse regioni del centro e del nord .

Molti proverbi segnalano il rapporto tra tipi di cibi e ricorrenze, a sottolineare la funzione rituale e celebrativa del cibo in ogni cultura.

¹¹ Cfr. F. Cunsolo, 1970, *La gastronomia nei proverbi*, Novedit, Milano, che ha ricostruito la declinazione e la ricchezza e dei proverbi regionali e la loro relazione con la vita quotidiana.

La relazione tra cucina e ricorrenze è, ovviamente, segnata dalla stagionalità, la scansione delle stagioni viene segnata dalla maturazione di certi prodotti naturali e dai tempi del raccolto e del consumo. In un tempo in cui il cibo è legato alla terra e al raccolto, l'associazione tra piatti e raccolto è inevitabile. Ma non è solo la stagionalità a segnare l'appropriatezza degli alimenti alle ricorrenze più importanti. In ogni regione esistono, come è noto, tipici piatti natalizi o pasquali. Cappone de natale, Anguilla de quaresima, recita un proverbio romano¹².

I proverbi esprimono spesso l'elogio della tavola. Ad esempio "A tavola non si invecchia, trova molte traduzioni dialettali" e nel contempo anche l'elogio della moderazione: "Chi troppo vo' magnà s'affoga" recita un proverbio napoletano. Sono un richiamo all'importanza fondamentale del cibo, come recita il proverbio toscano "Chi va a letto senza cena tutta notte si dimena", oppure indicano l'importanza del cibo per stare bene: "doglia di testa vuol minestra", un altro proverbio toscano che sottolinea una correlazione tra fame e mal di testa. I proverbi rappresentano talvolta un monito contro gli eccessi, ma anche contro lo spreco, come si conviene ad una società che precede l'accesso al consumo di massa, che non conosce il packaging e le tecnologie della conservazione, se non quelle legate alla capacità di conservare gli alimenti trasformandoli: insaccati, formaggi ne sono un esempio.

I proverbi sono spesso un serbatoio di indicazioni culinarie circa l'accostamento degli alimenti: come recita un proverbio Toscano, ad esempio, "dolce vivanda vuol salsa acerba".

"Il cibo non viene solo ingerito. Prima di entrare nella bocca, viene progettato e dettagliatamente pensato. Acquista quella che viene

¹² Cunsolo, cit. p. 107.

comunemente chiamata una valenza simbolica. La preparazione del cibo segna dunque un centrale momento di passaggio dalla natura alla cultura”¹³

Le metafore alimentari

Se i proverbi documentano la salienza del cibo nella scansione della vita quotidiana e il suo valore regolatorio nei confronti delle abitudini della vita quotidiana, le metafore hanno un valore più universale, perché non parlano di cibo, bensì lo utilizzano come linguaggio primario e universale per parlare della vita, dei sentimenti e delle relazioni. Le metafore escono dal contesto originario per assumere una capacità espressiva universale.

I cibi possono essere essi stessi metafore, in quanto assumono significati quasi universali, almeno all'interno di una certa cultura: è il caso del pane e del vino. Il pane è simbolo di condivisione, di fratellanza, il linguaggio è infarcito di riferimenti simbolici in virtù del suo carattere di nutrimento essenziale, posto a fondamento dell'esistenza umana. Il vino, in quanto dotato di poteri inebrianti, assume un valore quasi magico per la capacità di agire sugli stati mentali, fino ad alterare i sensi. L'esempio indica come il cibo interpreti le antinomie racchiuse nello stesso individuo. Non a caso molte metafore esprimono la piacevolezza del mangiare, altre raccolgono preoccupazioni e paure.

Il cibo metafora per eccellenza è forse il latte. Il latte della madre assume connotati mitici e simbolici nell'immaginario universale: nutrimento del corpo e dell'anima nel contempo, simbolo del dono e della fame d'amore che accompagna ogni creature che viene al

¹³ P. Rossi, *Mangiare. Bisogno, desiderio, ossessione*, il Mulino, 2011, p.31.

mondo. Proprio per questo suo carattere di alimento vitale e affettivo, il latte è un catalizzatore di quiete e serenità.

Usiamo di frequente metafore riferite al cibo. Seguendo l'ipotesi che esse rappresentino una forma di conoscenza, propongo di classificarle in cinque categorie prevalenti: le metafore della conoscenza, che ci forniscono le categorie generali con cui interpretiamo il mondo, le metafore delle radici, che hanno il compito di alimentare la memoria, le metafore dei sensi e dei sentimenti che ci ricordano la nostra dimensione vitale, le metafore delle relazioni che regolano le comunicazioni nei gruppi a cui apparteniamo, le metafore della saggezza, che offrono regole per la vita quotidiana.

Questo breve esercizio, condotto con il sorriso e mosso dall'interesse per il significato culturale del cibo, lascia affiorare la verità profonda contenuta nelle metafore come via, breve e forte al tempo stesso, per formare categorie di giudizio e per definire la nostra posizione nel mondo.

Metafore della conoscenza

Rosso come un pomodoro, trasparente come l'acqua: descriviamo la realtà assumendo a riferimento i beni essenziali con cui entriamo in contatto, i prodotti alla base della nostra alimentazione.

Le metafore sul rapporto tra cibo e conoscenza abbondano, a partire da un'espressione come "sete di sapere" e "fame di cultura" che indicano la nostra disposizione ad imparare.

Diciamo "cibo della mente", per parlare di qualcosa che alimenta il nostro spirito. Anche i pensieri hanno bisogno di essere alimentati, come l'espressione inglese *food for thought* esprime ancora più

esplicitamente: il sapere rappresenta un nutrimento altrettanto fondamentale di quello del corpo. nutrimento dell'anima, Noi "divoriamo" un libro, "facciamo indigestione" di dati, "abbiamo la nausea" di leggere o di scrivere, non siamo mai "sazi" di racconti, "mastichiamo" un po' di inglese, "ruminiamo" qualche progetto, "digeriamo" a fatica alcuni concetti, mentre "assimiliamo" meglio certe idee piuttosto che altre. Diciamo "mangiamo la foglia" per indicare la comprensione di un messaggio indiretto o lo smascheramento di un inganno. Ci "beviamo" una storia, soprattutto se nel narrarcela sono state usate parole "dolci", invece di espressioni "insipide". Possiamo "condire" un discorso con considerazioni "amare", con battute "acide" o addirittura "disgustose". Non a caso le storielle più "appetitive" sono infarcite di aneddoti "pepati", di descrizioni "piccanti" e anche, di paragoni "gustosi". Insomma una serie di comuni espressioni ci ricordano quanto parola e cibo siano continui nei significati.

A partire dall'analogia fra il nutrimento del corpo e il nutrimento della mente è possibile riconsiderare il rapporto fra cibo e pensiero. *"The lecture was a three course meal"* indica un discorso diviso in tre argomentazioni principali, come in un pasto di tre portate. Per contro, "avere le fette di salame sugli occhi", significa non capire, non voler vedere qualcosa che dovrebbe invece essere evidente.

In questo gruppo di metafore possiamo includere anche le espressioni che si riferiscono all'esplorazione di altri mondi. Mangiare è parte della nostra passione per il viaggio. Conosciamo un paese attraverso le abitudini alimentari del popolo che lo abita. Se vogliamo compiere un vero viaggio, dobbiamo entrare in contatto con l'alimentazione, per farci "inghiottire" dal paese visitato e dalla sua cultura e per "incorporarne" lo spirito.

Anche nei viaggi degli esploratori, la scoperta di nuovi cibi è sempre stata una dimensione fondamentale. Conoscere i cibi di altri paesi può essere anche una via per importare nella propria dieta nuovi cibi; non a caso la mobilità internazionale e l'immigrazione sono potenti fattori per il cambiamento delle abitudini alimentari.

D'altra parte, il cibo che mangiano altri popoli è, da sempre, il paragone del grado di civiltà raggiunto da questi.¹⁴ Le abitudini di altri popoli sono sempre state guardate con stupore e disprezzo, come racconta McWilliams a proposito del rapporto degli inglesi con il cibo delle colonie. Quando il governatore del Connecticut cerca di sostenere di fronte all'assemblea dei Lords inglesi i vantaggi del mais nell'alimentazione, fu apertamente sbeffeggiato dagli astanti, come se volesse proporre di portare in tavola cibo per maiali.¹⁵

Nessuna meraviglia perché, ancora oggi, la capacità di consumare certi cibi, considerati "giusti" è il limite che distingue "noi" dagli "altri". Pensiamo al crescente spazio che hanno scelte identitarie legate all'alimentazione esemplificati dal consumo biologico, dalla condotta vegetariana o vegana. Ben oltre obiettivi pratici e salutistici, tali scelte configurano adesioni etiche e valoriali che travalicano l'oggetto del consumo.

Quelle che definisco metafore della conoscenza assolvono ad una funzione alla base di ogni metafora, quella di fornire categorie di giudizio e di interpretazione del mondo. Categorie come buono o cattivo sono le categorie di base su cui interpretiamo il mondo, sono categorie etiche.

¹⁴ Harris M. (1990), *Buono da mangiare, Enigmi del gusto e consuetudini alimentari*, Einaudi, Torino.

¹⁵ McWilliams J. W. (2007), *A revolution in eating. How the quest for food shaped America*, Columbia University Press, New York

I gusti sono uno strumento di distinzione, ci distinguono da alcuni e ci rendono parte di un gruppo con cui li condividiamo. Pierre Bourdieu nella sua cartografia dei gusti attribuisce alle pratiche alimentari uno spazio importante nel distinguere i gruppi sociali e nel creare appartenenze¹⁶.

Del resto è noto che cucinare significa simbolicamente sottomettere la natura (gli ingredienti, i materiali grezzi) e ridurla in cultura (il piatto finito). Si tratta di un processo magico, come ci ricorda Claude Fischler¹⁷, in cui occorre esorcizzare la potenziale pericolosità del cibo: il cibo che si introduce nel nostro corpo attraverso la bocca, è potenzialmente pericoloso, contaminante: così egli spiega le costruzioni simboliche attorno al cibo, i suoi miti e riti.

Metafore dei sensi e dei sentimenti

Il cibo è la prima fonte di gratificazione. L'evoluzione ha disposto un tale meccanismo per permettere alla specie di mantenersi attraverso il nutrimento per perpetuarsi. “La fame è il miglior condimento” o “la fame leva il lupo dal bosco” indicano che il cibo è la principale molla dell'azione, tanto che le necessità della sopravvivenza sono così pressanti da indurre, talvolta, l'uomo ad agire in modo illecito e pericoloso.

Amarezza e dolcezza sono due metafore chiave del nostro rapporto con il mondo: “Dolce come il miele” e “amaro come il veleno” sono riferimenti ad opposte esperienze della vita. Il gusto rinvia ad una tensione verso il piacere che è nel contempo tensione vitale, energia,

¹⁶ P. Bourdieu (1983), *La distinzione*, Il Mulino, Bologna.

¹⁷ C. Fischler (1990), *L'onnivoro. Il piacere di mangiare nella storia e nella scienza*, Mondadori, Milano.

passione. “Una vita senza sale”, è una vita senza passione, piatta e insignificante.

Il cibo consente di esplorare il mondo con i sensi ed è una metafora del desiderio che non si sazia mai: “Una ciliegia tira l’altra”. Espressioni come “andare in brodo di giuggiole”, esprimono l’attesa di una felicità intensa, alludendo al piacere che ci dà un cibo dolce: il riferimento è al contenuto zuccherino delle giuggiole. Ricordiamo una persona come “buona come il pane”. Possiamo “sbavare per qualcosa”, possiamo “divorare qualcuno o qualcosa con gli occhi”. Amare l’altro significa nutrirsene, gustarlo, divorarlo, esserne affamati. Si dice, “ho fame di te”, “vorrei mangiarti di baci”. “La luna di miele” allude all’immagine della dolcezza assoluta e perfetta. Il cibo come simbolo di promessa d’amore è interpretato dalla cioccolata associata alla festa degli innamorati. Nella civiltà occidentale a San Valentino gli innamorati si regalano cioccolatini: regalare cioccolato è una sorta di promessa di dolcezza al partner¹⁸.

Fame d’amore è il titolo emblematico di un testo che racconta il disturbo alimentare come patologia della relazione, come espressione di un bisogno di essere alimentati anche sul piano dei sentimenti ¹⁹Breton sottolinea come le stesse immagini del volto femminile propongono soventi rinvii ad alimenti: occhi a mandorla, bocca di ciliegia, pelle di pesca, labbra polpose.

Il cibo esprime il desiderio: “avere l’acquolina in bocca” significa attesa di qualche cosa di buono, per contro, “mangiarsi le mani” o “piangere sul latte versato” sono due modi per esprimere rammarico. In generale, un’espressione come: “quando sei giovane hai i denti, ma

¹⁸ Breton, cit. p. 412

¹⁹ Fabiola De Clercq, 2001, *Tutto il pane del mondo*, Bompiani, Milano; Fame d’amore, 1998, Bompiani

non hai il pane, quando sei vecchio hai il pane, ma non i denti” descrive efficacemente la complessa ambiguità del desiderio.

Metafore dell'identità

Possiamo considerare metafore dell'identità tutte le espressioni che richiamano le radici e la memoria. Il cibo è un'esperienza che ci riporta al passato e che, nel contempo, riguarda il nostro bisogno di conoscere ed esplorare il mondo²⁰. Per questo, ogni atto alimentare è sempre la ricerca di un punto di equilibrio tra nostalgia e sorpresa, tra rassicurazione per ciò che conosciamo ed esplorazione di ciò che non è abituale²¹. Ma, la cucina della madre rimane per tutta la vita una cucina di riferimento.

“Mangiamo i nostri ricordi, perché ci danno sicurezza, così conditi di quell'affetto e di quella ritualità che hanno caratterizzato i primi anni di vita”²².

Che il cibo sia un ponte verso la memoria lo ha efficacemente raccontato Proust quando descrive le sensazioni che accendono la sua memoria nel momento in cui gusta la piccola madeleine.

“E appena ebbi riconosciuto il sapore del pezzetto di madeleine inzuppato nel tiglio che mi dava la zia, (...) subito la vecchia casa grigia sulla strada, nella quale era la sua stanza, si adattò come uno scenario di teatro al piccolo padiglione sul giardino,

²⁰ Camporesi P. (1990), *Il brodo indiano: edonismo ed esotismo nel Settecento*, Garzanti, Milano.

²¹ Franchi M. (2012), *The contents of typical food products: tradition, myth, memory. Some notes on nostalgia marketing*, Ceccarelli G., Magagnoli S., Grandi A. (a cura di), *Typicality in History: Tradition, Innovation and Terroir*, European Food Issues, P.I.E. Peter Lang – Bruxelles.

²² Moulin L. (1993), *L'Europa a tavola. Introduzione a una psicosociologia delle abitudini alimentari*, Mondadori, Milano.

dietro di essa, costruito ... tutto quello che vien prendendo forma e stabilità è sorto, città di giardini, dalla mia tazza di tè”.²³

Il sapore e il profumo di una madeleine, grazie a un'improvvisa e travolgente sinestesia, riportano alla memoria di Marcel Proust la sua infanzia. Un mondo intero riemerge da una tazza di tè. Questa sensazione, e la necessità di trasformarla in scrittura, dà origine all'intero ciclo di *“Alla ricerca del tempo perduto”*, un romanzo dove le pagine legate al cibo sono assai numerose e intense: basti pensare al ruolo centrale di Françoise, la cuoca della zia Léonie, alla passione per il gelato dell'amata Albertine (e a quella di Odette de Crécy per il cioccolato), o alla straordinaria sinfonia sonora delle grida dei venditori del mercato di Parigi e alle dettagliate descrizioni dei ricevimenti, dei pranzi e delle serate.

“Poiché gli odori e i sapori vivono molto più a lungo delle creature e delle cose, restando a sostenere, con la loro apparente fragilità, l'immenso edificio del ricordo”.²⁴

Attraverso i cibi torniamo alle nostre radici, è una verità espressa dalla letteratura che di recente ha trovato anche basi di spiegazione scientifica. Scrive nel suo romanzo Muriel Barbery:

“So che quel sapore è la verità prima e ultima di tutta la mia vita (...) so che è un sapore dell'infanzia e dell'adolescenza, una pietanza primordiale e sublime (...) un sapore dimenticato, annidato nel più profondo di me stesso ...”²⁵

Le neuroscienze si sono negli anni recenti incaricate di indicare come i meccanismi della memoria siano realmente attivati da dimensioni

²³ Proust M. (1983), *Alla ricerca del tempo perduto* (trad. Giovanni Raboni), Oscar Mondadori, Milano.

²⁴ G. Raboni (1983) Argomento del primo volume, in Proust cit. p. 521.

²⁵ M. Barbery, 2008, *Estasi culinarie*, edizioni e/o, Roma, p. 9

sensoriali e in particolare dall'olfatto e dal gusto , confermando ciò che la letteratura e l'arte avevano colto per altre vie²⁶.

Attraverso la memoria alimentare, costruiamo la nostra identità e distinguiamo noi dagli altri.

“Il cibo della nonna era squisito perché eravamo convinti che fosse così. Credevamo nella cucina della nonna con più fervore di quanto credessimo in Dio. La sua abilità culinaria era una delle storie fondanti della nostra famiglia.”

Un gruppo di metafore esprime la distinzione tra autenticità e menzogna. “Dire pane al pane e vino al vino” significa chiamare le cose con il loro nome, mentre “parlare come si mangia” è un richiamo all'autenticità e alla chiarezza.

I cibi considerati culturalmente appropriati, oltre a costituire una fonte di piacere, agiscono simbolicamente come materie prime per rivelare l'identità di un individuo a se stesso e agli altri²⁷

Una persona può essere “tutto fumo e niente arrosto”, vale a dire senza sostanza, oppure “né carne né pesce”, cioè senza un'identità definita. Anche questo ci dice come le pratiche alimentari costituiscano una importante risorsa culturale per la costruzione dell'identità.

Raccontiamo le esperienze alimentari per costruire la nostra storia e le nostre preferenze sono parte della costruzione della nostra identità. Ognuno di noi può raccontare le vicende della propria vita, attraverso l'evoluzione dei propri gusti culinari. “Mi piace”, “non mi piace” sono potenti espressioni di appartenenza, di recente alla base delle nuove forme di socialità nelle reti online.

Metafore delle relazioni

²⁶ J. Lehrer, *Proust era un neuroscienziato*, Codice edizioni, Torino.

²⁷ Lupton D. (1999), *L'anima nel piatto*, il Mulino, Bologna

Il cibo è anche metafora delle relazioni. Il dono del cibo è il dono per eccellenza che getta un ponte tra noi e l'altro: in tutte le società ha sempre avuto un peso rilevante nelle dinamiche sociali.

La condivisione dello stesso cibo in occasione di determinati avvenimenti sociali, nella quotidianità, introduce le persone nella stessa comunità, le rende membri della stessa cultura, le mette in comunicazione. Il riferimento al primato della socialità è l'espressione: "Chi mangia solo si strozza.

Ciò che si fa assieme agli altri assume, per ciò stesso, un significato sociale, un valore di comunicazione, che, nel caso del cibo, appare particolarmente forte, data l'essenzialità dell'oggetto rispetto alla sopravvivenza dell'individuo.

Il cibo è legato alla convivialità, quindi al dialogo amichevole. "Convivio" rimanda etimologicamente a "cum vivere", vivere insieme. Mangiare insieme è un modo per trasformare il gesto nutrizionale dell'alimentazione in un fatto eminentemente culturale e relazionale.

Insieme alle persone con cui condividiamo i pasti, costruiamo veri e propri copioni alimentari, che orientano la distribuzione dei pasti, distinguono ciò che è appropriato e adatto alle diverse circostanze in cui ci alimentiamo: la colazione, il pranzo e la cena.

Mangiare è un atto sociale. Le emozioni che gli altri provano rispetto ai cibi costituiscono un orientamento anche per noi: le espressioni facciali influenzano la probabilità che ci piacciono cibi mai provati o, al contrario, che ne proviamo disgusto.

Per tornare alle metafore, emblematica è l'espressione "Chi non mangia in compagnia o è un ladro o è una spia. Sul versante opposto, descriviamo l'essere sfidati da altri come: "Trovare pane per i propri denti".

I modi dire “Non mangiare a sbaffo” e “mangiare pane a tradimento” simboleggiano l’esigenza di un patto di collaborazione alla base dell’appartenenza ad una famiglia o ad una comunità: il patto che il cibo sancisce implicitamente, sottolinea il valore della reciprocità. Per questo però si può “rendere pan per focaccia” quando il patto è stato violato o si è ricevuto uno sgarbo.

Metafore della saggezza

Un’area ampia di metafore esprime la saggezza dell’agire quotidiano. In esse si coglie in pieno il valore didascalico della metafora. Ad esempio, si può esprimere l’esigenza di trovare accordo nel modo in cui si fanno le cose attraverso una frase come: “Se si litiga in cucina ogni pasto va in rovina”. Invece l’espressione “Restare a bocca asciutta”, sintetizza l’invito a non pretendere troppo, a non correre troppi rischi e ad accontentarsi, perché: “è meglio un uovo oggi che una gallina domani”.

Numerose metafore interpretano il tema della scelta, collocandolo in un contesto in cui in realtà la scelta, come noi oggi la intendiamo, sembra poco praticabile. Ad esempio diciamo: “mangi questa minestra o salti dalla finestra”. Un’espressione simile è "o bere o affogare", riferita a chi deve compiere qualcosa contro la sua volontà, non avendo alternative.

Diciamo “Siamo alla frutta” quando non ci resta nulla altro da fare, oppure “Tutto fa brodo”, quando intendiamo esprimere indifferenza rispetto ad una scelta troppo rigorosa e, forse, non troppo rilevante.

Il detto "se non è zuppa è pan bagnato" è riferito ad un’alternativa inesistente tra due oggetti o pensieri che, quantunque presentati come diversi, sostanzialmente non fanno differenza. Al contrario,

possiamo esprimere l'esigenza di operare una scelta e di non pretendere di conciliare ciò che è inconciliabile, perché "In un sol tegame non c'è posto per cucinare insieme lessato e arrosto".

Insomma, attraverso le metafore del cibo si esprime la saggezza di cui l'agire quotidiano deve nutrirsi. Si dice: "Piangere sul latte versato", "La pancia piena non pensa per quella vuota", "Tra il gatto e la frittura metti una serratura", "Chi dorme non piglia pesci", "Tanto va la gatta al lardo, che ci lascia lo zampino" sintetizzano immagini e consigli immediatamente comprensibili da ognuno. Espressioni come "Ogni botte dà il vino che ha", o come "Chi la vuol cotta, chi la vuol cruda", invitano ad accettare le condizioni naturali e le circostanze della vita e a prendere atto delle diversità.

Abbiamo ancora frasi che invitano a privilegiare la sostanza e a non fare cose inutili, che non danno risultato, come "pestare l'acqua nel mortaio". Altre che suggeriscono la pazienza perché "Col tempo e con la paglia, maturano le nespole", e quindi è meglio "non gettare troppa carne al fuoco", per non correre il rischio di bruciarla e quindi di non raggiungere il risultato voluto.

Altre metafore sono un invito a procedere con onestà, perché "la farina del diavolo va tutta in crusca", ma anche con trasparenza: per questo diciamo "non fare il pesce in barile", se intendiamo stigmatizzare colui che non vuole esporsi.

Consideriamo una "minestra riscaldata" qualcosa che non riserva sorpresa, che ha certo perso sapore rispetto a ciò che avevamo conosciuto o immaginato.

"Ingoiare il rospo" consiglia di accettare condizioni avverse e di prendere atto della sconfitta. Per esprimere che qualcosa fa al caso nostro o che è adeguato ad una certa situazione diciamo: "come il

cacio sui maccheroni”, al contrario, se non lo è affatto, sarà “come un cavolo a merenda”.

Anche gli animali del cortile entrano nelle nostre rappresentazioni e nei riferimenti quotidiani, per scandire il tempo usiamo l’espressione “un piede di gallo”, per stigmatizzare comportamenti: sappiamo che “la prima gallina che canta ha fatto l’uovo”, per mettere in guardia coloro che non sanno frenare il desiderio di soddisfare i propri piaceri della gola: “a piccione ingordo scoppia il gozzo”.

“Fare le nozze coi fichi secchi”, indica che non è possibile pretendere di realizzare qualcosa senza avere i mezzi necessari. “Ribaltare la frittata” segnala il capovolgimento totale che può essere operato, in modo mistificante, di un discorso o di una posizione.

Attraverso le metafore del cibo si costruiscono norme e regole di comportamento che ognuno può comprendere perché ognuno fa esperienza del cibo.

Il valore delle metafore

C'è un filo che lega tutte le metafore? Il loro segno di categorie di classificazione, di utensili per la vita, il loro essere collocate a metà tra la vita quotidiana e la dimensione simbolica, tra i bisogni del corpo e quelli della mente.

L’esigenza di trovare modelli esemplari di comportamento non è tipica solo di una società semplice in cui il sapere si trasmette di generazione in generazione sulla base di insegnamenti chiari che attraversano le situazioni fondamentali della vita quotidiana. Tale esigenza riemerge prepotente proprio nella società individualizzata, in cui la caduta di regole rigide lascia lo spazio al bisogno degli individui di trovare riferimenti di giudizio nelle testimonianze.

Le metafore rappresentano una via breve e forte al tempo stesso, per esprimere conoscenza. La ricerca potrebbe continuare per individuare le declinazioni regionali, cercare analogie e differenze nelle lingue di altri paesi, indagare le origini storiche e antropologiche delle espressioni. Potremmo, inoltre, indagare i riti alimentari, i loro intrecci con la storia dei popoli, gli usi simbolici e religiosi del cibo che sono così evidenti, ad esempio, nella cucina ebraica²⁸.

Tutto ciò presupporrebbe una ricerca più rigorosa che esula dallo scopo di questo breve lavoro che si propone piuttosto di sottolineare l'intreccio tra cibo e linguaggio, tra cibo e conoscenza. Come abbiamo argomentato, il cibo è una metafora della conoscenza, di una conoscenza che investe le categorie di giudizio, ma anche la dimensione sensoriale e corporea della nostra vita, è metafora dell'identità e dei sentimenti che ci legano alle nostre radici, è metafora delle relazioni con gli altri, non da ultimo è metafora di una saggezza radicata nell'esperienza.

Il valore della metafora sta proprio nel tenere insieme, come il cibo, diverse dimensioni della vita: ci consente di guardare vicino e lontano al tempo stesso.

Mi piace concludere richiamando un passo di Umberto Eco che esplicita il senso e la funzione della metafora e più in generale, della narrazione. “Che vedi, figliolo?” chiede padre Emanuele al suo giovane compagno. E questo risponde, semplicemente: “i prati.”

Certo, chiunque è capace di vedere laggiù dei Prati – replica padre Emanuele – spiegando che a seconda della posizione del sole, del colore del cielo, dell'ora del giorno e della stagione, questi potrebbero apparire in forme diverse ispirando diversi sentimenti. Per questo,

²⁸ Toaff A. (2000), *Mangiare alla giudia*, il Mulino, Bologna.

prosegue Eco dando parole al protagonista, è necessario andare oltre la realtà più evidente che si offre alla nostra percezione:

“Ecco figliolo: se tu avessi detto semplicemente che i prati sono ameni altro non avresti fatto che rappresentarmene il verdeggiare (...) ma se tu dici che i prati ridono mi farai vedere la terra (in modo diverso) e (...) apprenderò a osservare nei volti umani tutte le sfumature che ho colto nei prati...”

Sull'esigenza di una verità più sottile, si innesta il compito della metafora:

“Se l'Ingegno, e quindi il Sapere, consistono nel legare insieme Nozioni remote e trovare Somiglianza in cose dissimili, la metafora, tra le Figure la più acuta e peregrina, è la sola capace di produrre Maraviglia (...)”.

La metafora, spiega Eco, portando in modo rapido la nostra mente da un piano ad un altro, ci fa intravedere diversi significati contenuti nelle stesse parole che utilizziamo. Per questo, conclude, è necessario sapere inventar metafore: per cogliere altri aspetti della realtà e per vedere “il mondo immensamente più vario di quanto non appaia”²⁹.

E anche questo è compito del cibo, come prodotto culturale per eccellenza. Continuiamo, quindi, ad onorare il cibo e a goderne, continuiamo a metterlo al centro dei riti che scandiscono il tempo e della convivialità. Continuiamo a raccontarlo, per parlare di noi.

13 giugno, 2013

²⁹ Umberto Eco, *L'isola del giorno prima*, Bompiani, 1994, pag. 84

Maura Franchi (sociologa) insegna *Sociologia dei Consumi* alla Facoltà di Economia di Parma. Insegna, inoltre, c/o l'Università di Parma: *Marketing del Prodotto Tipico*, Master Organizzazione, Cultura e Marketing del Prodotto Tipico; *Consumer Analysis*, Master Marketing Management, *Social media marketing*, Master Web Communication.

Studia i comportamenti di consumo, con una particolare attenzione all'alimentazione, le dinamiche sociali nella formazione delle preferenze e la comunicazione nelle reti sociali.

Tra le ultime pubblicazioni:

2012, "The contents of typical food products: tradition, myth, memory. Some notes on nostalgia marketing", in Ceccarelli G., Magagnoli S., Grandi A. (eds.), *Typicality in History: Tradition, Innovation and Terroir*, European Food Issues, P.I.E. Peter Lang – Bruxelles.

2011 (con Schianchi A.), *Scegliere nel tempo di Facebook. Perché i social network influenzano le nostre preferenze*, Carocci, Roma

2011, "Food Choice. Beyond the chemical content", *International Journal of Food Science and Nutrition*, 1-12.

2009 (con Schianchi A.), *Scelte economiche e neuroscienze. Razionalità, emozioni, relazioni*, Carocci, Roma

2009, *Il cibo flessibile. Nuovi comportamenti di consumo*, Carocci, Roma.

2008, *Raccontare il consumo. Strumenti per l'analisi*, Franco Angeli, Milano.

2007, *Il senso del consumo*, Bruno Mondadori, Milano.