



Joaquim Pinheiro
Carmen Soares
(coords.)

PATRIMÓNIOS ALIMENTARES DE AQUÉM E ALÉM-MAR

IMPRESA DA UNIVERSIDADE DE COIMBRA
COIMBRA UNIVERSITY PRESS

ANNABLUME

ALIMENTAÇÃO, FILOSOFIA E ARTE EM SÉNECA

Food, philosophy and art in Seneca

PAULO SÉRGIO MARGARIDO FERREIRA
Universidade de Coimbra, Faculdade de Letras, DLLC, CECH

RESUMO: Esta reflexão procura mostrar as afinidades entre o modo como o Estoicismo encarou a alimentação, por um lado, e, por outro, os princípios relativos à preparação e ao tipo de consumo dos alimentos e à convivialidade que estão na base da dieta mediterrânica, apesar de o conceito e a definição teórica da última remontarem apenas ao século passado. Além disso, tenta mostrar a derrogação dos referidos princípios no *Thyestes* onde o jogo de luz e sombras esconde e sub-repticiamente vai revelando as relações de poder entre os dois irmãos.

PALAVRAS-CHAVE: Estoicismo, alimentação, Séneca, frugalidade.

ABSTRACT: This piece of reflection aims to show the affinities between the way Stoicism approached diet and the principles related both to the preparation and the kind of food intake as well as to conviviality underlying the Mediterranean diet, even though the concept and the latter theoretical definition date back to the last century. Hence, this paper intends to show the derogation of the aforementioned principles at the *Thyestes* in which the game of light and shadow conceals and surreptitiously reveals power relations between both brothers.

KEYWORDS: Stoicism, food, Seneca, frugality.

I. O ESTOICISMO, A DIETA MEDITERRÂNICA E A FRUGALIDADE

Uma vez que, tanto quanto se pode depreender da *Ep.* 123.1-3, teria Séneca, como era comum nas *uillae* romanas, um cozinheiro que lhe confeccionaria as refeições e um padeiro que lhe cozeria o pão;¹ e visto que o seu estoicismo e a sua exposição pública lhe não permitiam grandes veleidades gustativas sem que a sua consciência lhe pesasse ou uma chuva de críticas invejosas sobre ele se abatesse, não será, por conseguinte, de esperar encontrar na obra do filósofo um contributo significativo para a configuração de receitas inovadoras no âmbito da chamada “dieta mediterrânica”, mas, se esta for – como geralmente pretendem os seus grandes apologistas – perspetivada

¹ Da hesitação que assaltou o esfomeado Séneca, ao chegar à sua vila de Alba e ao estender-se num divã, entre a espera do pão fresco e a refeição que o seu padeiro e o cozinheiro ainda lhe iam respetivamente preparar, e o recurso ao feitor, ao mordomo ou ao caseiro, para enganar a fome com um pão de segunda (*Ep.* 123.1-3), facilmente se depreende que, como qualquer *pater familias*, se não responsabilizava Séneca pela confeção do pão e de outros alimentos, mas tinha serviços para o efeito.

como algo que consubstancia em si uma determinada atitude perante a vida, isto é, uma filosofia, um modo de vida e uma mundividência, não será, por conseguinte, de estranhar que, em comum com a moral tradicional romana e o Estoicismo tão caro à cultura latina, apresente uma frugalidade, uma leveza, uma simplicidade e uma moderação cuja derrogação é muitas vezes usada por Séneca como exemplo do que o filósofo deve evitar.

Importa, além disso, recordar que, como se depreende de Ateneu (*Deipnosophistae*) 4.8.1 ss., tal era a simplicidade da comida ática que era motivo de zombaria por parte dos poetas cómicos.

Os referidos valores estão, de resto, subjacentes às palavras que Séneca dirige a Lucílio em *Ep.* 8.5 e que citamos, como demais citações, da lição de Reynolds e em tradução de Segurado e Campos:

Hanc ergo sanam ac salubrem formam uitae tenete, ut corpori tantum indulgeatis quantum bonae ualetudini satis est. Durius tractandum est ne animo male pareat: cibus famem sedet, potio sitim extinguat, uestis arceat frigus, domus munimentum sit aduersus infesta temporis. Hanc utrum caespes erexerit an uarius lapis gentis alienae, nihil interest: scitote tam bene hominem culmo quam auro tegi. Contemnite omnia quae superuacuis labor uelut ornamentum ac decus ponit; cogitate nihil praeter animum esse mirabile, cui magno nihil magnum est.

“Prossigui, pois, um estilo de vida correcto e saudável, comprazendo o corpo apenas na medida do indispensável à boa saúde. Mas há que tratá-lo com dureza, para ele obedecer sem custo ao espírito: limite-se a comida a matar a fome, a bebida a extinguir a sede, a roupa a afastar o frio, a casa a servir de abrigo contra as intempéries. Que a habitação seja feita de ramos ou de pedras coloridas importadas de longe, é pormenor sem interesse: ficai sabendo que, para abrigar um homem, tão bom é o colmo como o ouro! Desprezai tudo quanto, com supérfluo trabalho, se acrescenta para ornamento e decoração; pensai que só o espírito merece admiração, e para um grande espírito nada há que seja grande.”²

² Lição de Reynolds 1965: 15, tradução de Campos 1991: 19. Perante a adulação e o perigo de embandeirar em arco, sustenta Séneca, em *Ep.* 59.13, com base na lição de humanidade que a ferida dera a Alexandre Magno, que cada um deve responder, entre outras coisas, que ainda desconhece o que a saciedade instintivamente ensina aos animais, isto é, a justa medida da bebida e da comida. Em *Dial.* 7.20.5, esclarece Séneca que o limite da comida e da bebida é a satisfação das necessidades naturais, não a saturação da tripa e a sensação de inchaço daí decorrente. Depois de afirmar que a justa medida do dinheiro é aquela que, sem se contar no âmbito da pobreza, se não afasta muito dela, e que se devem valorizar a utilidade das coisas, e não a sua beleza, recomenda Séneca, em *Dial.* 9.9.2 que o alimento domine a fome, e a bebida a sede, como faziam os antepassados latinos, e em contraste com o que fazem os contemporâneos. Em *Dial.* 12.10.2, diz Séneca a sua mãe Hélvia que, com o exílio, não perdeu riquezas, mas ocupações, e que o que vai além das escassas necessidades corporais, que basicamente são a

Em linha com este pensamento parecem, por conseguinte, estar *Nat.* 3.27.5-3.28.7, onde, depois de descrever um cenário de dilúvio e consequente apodrecimento das sementes lançadas pelo homem à terra, arranque de vides e arbustos e a necessidade humana de procurar as antigas fontes de alimento, como a azinheira e o carvalho, Sêneca justifica o referido dilúvio e uma eventual conflagração universal com o desejo de deus de proporcionar melhores condições do que as que até então existiam. Esta ideia parece, de resto, ter continuidade em *Ep.* 5.5, onde, após criticar o luxo e a gula de quem busca requintadas iguarias, e o correlativo desprezo por comidas menos dispendiosas, Sêneca afirma: *Frugalitatem exigit philosophia, non poenam; potest autem esse non incompta frugalitas.*³

Intimamente relacionada com a frugalidade anda a ideia de que quem se quiser dedicar à filosofia não deve ver na pobreza um obstáculo ou uma fonte de angústias, pois do pobre não depende uma multidão de escravos que da fertilidade de vastas e distantes regiões precisará para se alimentar,⁴ e de muito não necessitará quem quiser saciar meia-dúzia de estômagos afeitos a hábitos saudáveis que, em contraste com as exigências de refinados paladares, mais não almejam que matar a fome (*Ep.* 17.3-4). E Sêneca conclui (*Ep.* 17.5): *Non potest studium salutare fieri sine frugalitatis cura; frugalitas autem paupertas uoluntaria est.*⁵

Em boa verdade, é a própria natureza que, pela simplicidade da fralda e do leite materno, nos começa a ensinar que precisamos de muito pouco para viver, mas as pessoas, completamente esquecidas disto, cuidam que um reino lhes não chega (*Ep.* 20.13).

E, para se perder o medo à frugalidade e à pobreza, nada melhor do que se submeter a, entre outras coisas, uma dieta de habituação que, em larga medida, passará por, em dias alternados, se reduzir o alimento ao indispensável e ao mais simples (*Ep.* 18.5). Não se trata, no entanto, conforme esclarece

proteção do frio e a saciedade relativamente à fome e sede, são desejos marcados pelo vício, e não pela necessidade.

³ Em *Ep.* 12.8-9, por exemplo, afirma Sêneca que Pacúvio, legado de Élio Lâmia e, por conseguinte, representante local do governador nomeado por Tibério, dispunha da província como se fosse sua por direito, e, de consciência pesada, com libações se celebrava e se fazia transportar do banquete para o quarto por entre cânticos dos seus amiguinhos que entoavam que já tinha vivido.

⁴ Cf. a crítica à ostentação e à exploração de grandes propriedades terrestres e marítimas por parte de quem é escravo do estômago em *Ep.* 60.2-4; e a ideia de *Ep.* 74.15, de que os animais, apesar de poderem consumir alimentos com maior apetite, não são mais felizes.

⁵ Mais adiante, sustenta Sêneca que, para se obterem os benefícios da filosofia, é preciso suportar a fome do mesmo modo que, para defenderem o reino, tiveram alguns exércitos, que passaram por completa carência, de se alimentar de raízes e de comer coisas repugnantes (*Ep.* 17.6-7). Os exércitos de Cambises até de sola amolecida pelo calor do fogo se socorreram para matar a fome (*Dial.* 5.3.20.2). O Sábio deve dar ao estômago e aos músculos apenas o indispensável (*Ep.* 17.9).

Sêneca, em *Ep.* 18.7, de fazer como alguns ricos que se divertem a simular pobreza, nem, a título de exemplo, de participar em refeições do tipo das de Tímon, mas de, com autenticidade, consumir pão duro e intragável durante três ou quatro dias ou durante mais tempo, para se sentir a satisfação de se alimentar com dois asses. Epicuro já havia feito experiência parecida, de que dera conta em carta a Polieno, onde, além de se ter regozijado com o facto de ter despendido menos de um asse para se alimentar, ainda informara que Metrodoro necessitava de um asse inteiro. Em *Ep.* 18.9-11, Sêneca conclui que, em contraste com a abundância de alimento e a falta de parcimónia com que o carrasco alimenta os condenados à morte, um regime à base de água, polenta e um pouco de pão de centeio não é agradável, mas proporciona ao homem um prazer duradouro que tem que ver com a consciência da capacidade de enfrentar as injustiças da fortuna.

E, de facto, de mais não dispunha o guardião do jardim de Epicuro que uma malga de polenta e água à discrição para evitar o aparecimento de novos apetites, saciar os existentes com moderação e naturalidade, e, deste modo, proporcionar ao visitante prazer e revelar-lhe o segredo da sua própria longevidade (*Ep.* 21.10).⁶

Importa, no entanto, realçar que esta dieta frugal deve ser coerente com o resto da vida da pessoa, pois de nada vale fazer ceias parcas em alimento e muito simples numa luxuosa morada (*Ep.* 20.3).

2. O *PROFICIENS*, A CONVIVIALIDADE E A DIETA MEDITERRÂNICA

Dos passos senequianos, a sensação com que se fica é a de que não apreciaria Sêneca banquetes do tipo dos que Beócios, Coríntios e Sicilianos haviam tornado proverbiais, e, em particular, a subjacente e decorrente convivialidade em torno de um demorado festim. É certo que, em 58 d. C., P. Suílio, como informa Díon Cássio 61.10, critica Sêneca por apregoar moderação e dar sumptuosos banquetes, em quinhentas mesas de cedro e com pés de mármore, mas o problema é que, se alguns dão crédito a estas e outras críticas de Suílio, e ainda aduzem, em abono de algumas ou acrescimento de novas, Sêneca, *Apoc.*, *Ben.* 4.32.3, Plínio, *Nat.* 14.4.51, Quintiliano, *Inst.* 8. 5. 18, e Tácito, *Ann.* 13.3, 13.42 e 14.52,⁷ outros há que não reconhecem a Suílio autoridade moral e honestidade para criticar, de forma convincente, Sêneca.

1.1. Sobre os convivas

De *Ep.* 20.3, onde, entre os exemplos de incoerência mencionados, refere Sêneca quem é pródigo consigo próprio e mesquinho com os seus, talvez

⁶ Sobre a saciedade enquanto justa medida na comida e na bebida, v. *Ep.* 21.11 e 59.14.

⁷ Baldwin 1982: 133, Ferguson 1972: passim.

se possa depreender a defesa de um tratamento igual para *pater familias* e *familiares* mais chegados ou, mais provavelmente, toda a *familia* (v., sobre o facto de os animais não distinguirem as crias na repartição do alimento, *Ep.* 66.26).

Em *Ep.* 7.7, Sêneca adverte Lucílio dos malefícios do luxo e da avaria e aduz, em abono desta perspectiva e entre outros exemplos, o desperdício de energia e o perigo para a austeridade que o convívio à mesa com um indivíduo de gosto requintado pode representar. Depois de elogiar a *firmitas* de quem se não deixa levar por um ambiente propício à *luxuria* e a grande constância (*fortius*) de quem, entre uma turba ébria prestes a vomitar, permanece sóbrio, observa Sêneca, em *Ep.* 18.4, que maior moderação revelará quem cometer o último dos referidos feitos sem cair nos extremos de se tornar notado ou de ceder ao sentimento da multidão. Em 83.17, parece ocorrer um exemplo de como, na prática, se pode concretizar tão delicado equilíbrio: [...] *quae etiam tolerabilis homo uitauerit, nedum perfectus ac sapiens, cui satis est sitim extinguere, qui, etiam si quando hortata est hilaritas aliena causa producta longius, tamen citra ebrietatem resistit.* “Qualquer homem, mesmo um homem vulgar, deve evitar os excessos, quanto mais aquele que já atingiu um elevado grau de sabedoria. Para este, é mais do que suficiente saciar a sede; e se, porventura, levado pela companhia, prolonga um pouco mais a boa disposição, nunca chega a atingir o estado de embriaguez.”

Embora Sêneca sustente que ao *proficiens* basta saciar a sede (cf. 8.5 cit.), não condena a companhia que lhe pode proporcionar boa disposição, desde que aquele não ultrapasse os seus limites. Mas a grande arte consiste em saber identificar amigos verdadeiros. Em *Ep.* 19.10-12, aproveita, com efeito, Sêneca as palavras de Epicuro sobre a importância da companhia relativamente à ementa e as semelhanças entre uma refeição sem amigos e a vida solitária de leões e lobos (frg. 542 Usener ap. *Ep.* 19.10) para advertir Lucílio de que, enquanto se não retirar da vida pública, terá muitos comensais para o saudarem, que serão seleccionados por um escravo a partir de uma lista ainda maior de clientes. *Errat autem*, de acordo com o Filósofo, *qui amicum in atrio quaerit, in conuiuio probat* (*Ep.* 19.11). É que a prodigalidade do homem público, preocupado quase exclusivamente com os seus negócios e pouco atento à realidade social que o rodeia, é directamente proporcional ao ódio de quem dela beneficia, pelo que, mais importante do que o montante do benefício, é a cuidadosa seleção do beneficiário (*Ep.* 19.11-12). Uma boa estratégia para determinar quem merece os benefícios concedidos por determinada pessoa passa por deixar de alimentar a referida turba e aguardar a reacção dos que até então se diziam amigos (*Ep.* 20.11).

Se os passos considerados indiciam, de diversas formas, a importância do banquete como reflexo da dimensão social do indivíduo, já o estômago surge em *Ep.* 55.5, a par da indolência e da libertinagem, como refúgio para

quem evita a vida pública e se vê excluído da vida social por causa de não ter concretizado as suas ambições e conviver mal com o sucesso dos outros. No fundo, a moral é que determina a qualidade do festim (*Ep.* 71.21).

1.2. Sobre os alimentos

1.2.1. O pão

Quando confrontado com a possibilidade de o pão do feitor, do mordomo ou do caseiro da sua quinta ser de segunda, contrapõe Sêneca que a demora em o consumir e, conseqüentemente, a fome aumentarão a sua qualidade e transformá-lo-ão em macio e branquinho (*Ep.* 123.2) e, um pouco mais adiante, fará a seguinte previsão (123.5): *Nam quod labor contraxit quies tollit. Haec qualiscumque cena aditali iucundior erit. †Aliquod enim † experimentum animi sumpsi subito; hoc enim est simplicius et uerius.* “A tensão resultante do cansaço relaxar-se-á com o repouso, e o meu jantar de circunstância saber-me-á melhor do que um banquete de recepção! Tive de experimentar de improviso de que era capaz a minha alma, e o resultado da experiência é, por isso mesmo, mais imediato e conforme à verdade.” Do passo citado, parece abusivo concluir-se que Sêneca não apreciava banquetes de recepção, este apenas diz que, nas circunstâncias em que se encontrava, isto é, cheio de fome e recomposto de considerável esforço, mais haveria de apreciar aquela modesta refeição. A caracterização da refeição como algo improvisado, silples e, por isso mesmo, mais conforme a verdade, reflete a filosofia subjacente à dieta mediterrânica. Trata-se no entanto, de uma situação pontual, que diz respeito ao uso do pão em substituição de uma refeição mais elaborada e completa. Em todo o caso, ao relatar a Lucílio o modo como passa os dias, conta Sêneca, em *Ep.* 83.6, que, depois do exercício e do banho no Tibre, costumava comer um pouco de pão seco numa daquelas refeições ligeiras que habitualmente se faziam mesmo de pé e não obrigavam a lavar as mãos.

Em *Ben.* 2.7.1, Fáblio Verrucoso comparava, ao pão grosseiro e amargo dado aos pobres e que estes tinham de comer, um benefício concedido por uma pessoa rude. Em Sêneca, *Ep.* 90.22-23, Posidónio atribuía ao sábio a invenção, a partir da observação do funcionamento do aparelho digestivo humano, do percurso do pão desde triturado, passando pela amassadela com água, até à cozedura. Dos quatro passos referidos, o que se conclui é que, não só na dieta como também na preleção moral era o pão muito importante para Sêneca.

1.2.2. Os frutos, as abelhas e o mel como fontes de inspiração filosófica

Depois de ter dado conta da sua velhice, de se ter instado a abraçá-la e a apreciá-la, e de ter assegurado que, quem a soube apreciar, nela haveria de

encontrar fonte de deleite, argumenta Sêneca, em *Ep.* 12.4, que o melhor de cada prazer se reserva para o fim, e, para o exemplificar, recorda o caráter agradável dos frutos que já estão a ficar passados e a satisfação que o último copo proporciona a quem bebe. A certos frutos ácidos, e ao vinho velho, com seu travo que desaparece, se compara, segundo Átalo em *Ep.* 63.5-6, a grata memória de amigos falecidos, ao passo que a mel e bolos sabe pensar em amigos vivos. Apesar do amargor causado pela lembrança de falecidos, sustenta Átalo, por meio de uma pergunta retórica, que os condimentos ácidos e picantes estimulam o apetite.

A propósito da *dictio* de Nestor, recorda Sêneca, em Sêneca *Ep.* 40.2, que o narrador homérico comparara a fluência da sua palavra à doçura do mel (v. *Il.* 1.249; por contraste com a do jovem Ulisses segundo *Il.* 3.222). Em *Ep.* 84.5-6, Sêneca compara, ao trabalho das abelhas, a discriminação dos elementos colhidos nas várias leituras e a sua transformação, sem perda de identidade, em síntese própria; e sustenta que, como os alimentos a flutuarem no estômago mais não representam que peso e, só transformados e assimilados, se convertem em músculos e sangue, assim as ideias recebidas não devem permanecer como corpos estranhos, mas serem alvo de uma apropriação e assimilação de modo a formarem um todo autônomo e coerente.⁸

1.2.3. Sêneca e as ostras, os cogumelos, a carne e o vinho

Sêneca chega a confessar que, dos louvores de Átalo à pobreza e da ridicularização dos prazeres humanos, para sempre conservara a abstenção de ostras e cogumelos – que outra utilidade não teriam senão a de enganarem a saciedade –, bem como a recusa em beber gota de vinho (*Ep.* 108.15-16). E ainda na juventude aprendera, com os pitagóricos, a abster-se de carne, mas, sem saber se o seu espírito se tornara mais ágil com semelhante dieta, acabou por dela se afastar, para não ser confundido, na época em que Tibério chegara ao poder, com os adeptos e divulgadores de certos cultos exóticos (*Ep.* 108.22).

Em *Ep.* 57.18, 95.24, e *Nat.* 4.13.10, reconhece Sêneca que certos cogumelos são venenosos e mortais.

Quanto ao vinho, embora haja quem o agente bem (*Ep.* 36.2), se se não revela determinante relativamente à capacidade humana de guardar um segredo (perspetiva de Sêneca em *Ep.* 83.9-17), também, de acordo com Zenão, Posidónio e Sêneca, se não deve consumir a ponto de a pessoa ficar ébria, pois, além de se não dever ignorar a capacidade do estômago, a

⁸ Em *Ep.* 2.3-4, compara, ao alimento ingerido e imediatamente “devolvido”, um estômago embotado, e, à grande variedade de pratos que, em vez de ajudar, prejudica – a dispersão por múltiplas leituras.

embriaguez é uma loucura voluntária (*Ep.* 59.15, 83.18-19, *Nat.* 3.20.5), e, quando prolongada, em espécie de demência se transforma – embora não tão estendida no tempo quanto esta –, assenta nas entranhas do estômago, requeima o interior com os sucos que produz (*Nat.* 4.13.5) e bestializa a alma (*Ep.* 83.26); suscita e expõe todo o vício e elimina todo o pudor que limita as terríveis ações (*Ep.* 83.19-20); causa o esquecimento de si próprio, prejudica a saúde do homem, nomeadamente pela perda de autocontrole, levando-o a proferir sons titubeantes e indistintos, a revirar os olhos, a dar passos cambaleantes, a andar com a cabeça à roda, a ver o teto e a casa a girar, a sentir dores de estômago e, por fermentação, a dilatação das entranhas, certo entorpecimento e eventualmente incapacidade de se manter de pé (*Ep.* 83.21 e 24); pode causar indigestão e morte (*Dial.* 1.3.2), destrói povos, cidades, como Troia, e homens ilustres, como Alexandre Magno e Marco António, torna os homens insolentes e audazes, e, ao cabo, mais predispostos à luta (*Dial.* 3.13.3, 5.37.1, *Ep.* 59.17), e suscita crueldade (*Ep.* 24.17, 83.25-26).

Assaz ilustrativas da perspetiva senequiana parecem ser as seguintes palavras de *Dial.* 9.17.3, onde, após uma advertência relativamente aos malefícios do convívio com gente muito díspar (perturbação da coerência e renovação de paixões e do que não está completamente curado), se lê: *Miscenda tamen ista et alternanda sunt, solitudo et frequentia: illa nobis faciet hominum desiderium, haec nostri, et erit altera alterius remedium; odium turbae sanabit solitudo, taedium solitudinis turba.* “Misturadas, contudo, e alternadas se devem manter estas: a solidão e a companhia. Aquela suscitará em nós o desejo de homens, esta de nós, e será uma da outra o remédio: o ódio à turba o curará a solidão, ao tédio da solidão, a turba.” Depois de contar que Catão, provavelmente o de Útica (cf. Plutarco, *Cat. Mi.* 6.1-2), relaxava o espírito exausto de canseiras públicas com vinho, que os soldados criaram os dias festivos para obrigarem os homens a descontraírem, que alguns tiravam alguns dias por mês para férias, que outros passavam o dia entre o ócio e as ocupações, que Asínio Polião nem a correspondência abria depois das dezasseis horas, para evitar motivos de preocupação, que outros faziam pausa ao meio-dia e de seguida tratavam assuntos de menor importância, que os antepassados tinham proibido a apresentação, no Senado, de novo assunto após as dezasseis horas, que o soldado distribuía as vigílias e deixava as noites livres para os que voltavam da expedição, (*Dial.* 9.17.4-8), sustenta Séneca, antes de aludir, em jeito de conclusão, à necessidade de toda a gente de bem de ter um cuidado ativo que mantenha o espírito constantemente alerta e sem desfalecer (9.17.8-11):

Indulgendum est animo dandumque subinde otium quod alimenti ac uirium loco sit. Et in ambulationibus apertis uagandum, ut caelo libero et multo spiritu augeat attollatque se animus; aliquando uectatio iterque et mutata regio uigorem dabunt conuictusque et liberalior potio. Non numquam et usque ad ebrietatem ueniendum, non ut mergat nos sed ut deprimat; eluit enim curas et ab imo animum

mouet et ut morbis quibusdam ita tristitiae medetur, Liberque non ob licentiam linguae dictus est [inuentor uini] sed quia liberat seruitio curarum animum et adserit uegetatque et audaciorum in omni conatus facit. Sed ut libertatis ita uini salubris moderatio est. Solonem Arcesilanque indulsisse uino credunt, Catoni ebrietas obiecta est: facilius efficiet, quisquis obiecit [et], crimen honestum quam turpem Catonem. Sed nec saepe faciendum est, ne animus malam consuetudinem ducat, et aliquando tamen in exultationem libertatemque extrahendus tristisque sobrietas remouenda paulisper. Nam siue Graeco poetae credimus 'aliquando et insanire iucundum est', siue Platoni 'frustra poeticas fores compos sui pepulit', siue Aristoteli 'nullum magnum ingenium sine mixtura dementiae fuit': non potest grande aliquid et super ceteros loqui nisi mota mens. Cum uulgaria et solita contempsit instinctuque sacro surrexit excelsior, tunc demum aliquid cecinit grandius ore mortali. Non potest sublime quicquam et in arduo positum contingere quam diu apud se est: desciscat oportet a solito et efferatur et mordeat frenos et rectorem rapiat suum eoque ferat quo per se timuisset escendere.

“Indulgente se deve ser com o espírito e proporcionar-lhe regularmente o ócio que lhe sirva de alimento vigoroso. E em deambulações por espaços abertos deve vaguear, para que o espírito se desenvolva e se engrandeça ao ar livre, e cheio de alento. Às vezes o transporte de carro e uma viagem e a mudança de região nos darão forças, e um festim e bebida à discrição. Não raras vezes inclusive é necessário chegar à embriaguez, não para nos arruinar, mas para nos acalmar. Dissipa, com efeito, os cuidados, afasta o espírito da depressão e alivia certas enfermidades, tal como a tristeza, e “Líber”, não pela liberdade da linguagem, se chama ao inventor do vinho, mas porque liberta o espírito da escravidão dos cuidados, e o preserva, e o anima e o faz mais audaz para qualquer empresa. Mas como para a liberdade, assim para o vinho é saudável a moderação. Creem que Sólon e Arcesilau se entregaram ao vinho; a Catão se objetou a embriaguez: mais facilmente conseguirá, quem lho objetou, que a pecha seja honrosa do que Catão seja torpe. Não se deve, porém, fazê-lo frequentemente, para que o espírito não siga um mau costume; e de vez em quando, contudo, é necessário exteriorizar a exultação de alegria e liberdade e remover por um instante a triste sobriedade. Com efeito, quer acreditemos no poeta grego: «De vez em quando também é interessante ensandecer»,⁹ quer em Platão: «Em vão bate à porta da poesia o senhor de si», quer em Aristóteles: «Não há grande talento sem uma dose de loucura». Não pode dizer algo grandioso e ir além dos demais, senão uma mente transtornada. Quando despreza as coisas vulgares e habituais e, com instinto sacro se eleva mais excelsa, então, por fim, entoa algo mais grandioso que com boca mortal. Não pode atingir algo sublime, algo elevado, enquanto está em si. Convém

⁹ Cf. *Anacreontea* 8 e 31 (ed. Bergk); Horácio, *Carm.* 3.19.18 e 4.12.28.

que se afaste do habitual, se precipite, morda o freio, arrebate o seu condutor e o leve por onde tivesse temido ascender por si mesmo.”

Importa notar que, em contraste com o que se verifica em outros passos, surge aqui a embriaguez como fonte de inspiração que nos remete para o *symposion* platónico.

2. A PRODUÇÃO DOS ALIMENTOS, A ALIMENTAÇÃO E A SAÚDE

No ponto anterior, já considerámos os malefícios de certos cogumelos venenosos e da ingestão de vinho em excesso e de forma prolongada. De acordo com *Ep.* 24.17, podem os banquetes provocar indigestões e conduzir à morte. Ao criticar quem se preocupa em demasia com o físico, sustenta Séneca, em 15.3, que a comida em excesso limita a inteligência, e que os mestres de cultura física são escravos da mais baixa condição que passam o dia entre óleo, transpiração e reposição de líquidos por meio da ingestão de vinho – e esclarece que a bebida é mais eficaz quando consumida em jejum. Por fim, conclui: *Bibere et sudare uita cardiaci est*. Mas, em porções moderadas e dadas no momento certo, a comida e a bebida podem inclusivamente ter um efeito curativo (*Ben.* 2.2.2; cf. *Ep.*, 53.5, sobre a necessidade de comer alguma coisa e de beber água para a náusea passar), e, embora a fome e a sede se contem entre os receios que, apesar de menos valorizados por se não verem, não são menos graves para o corpo (*Ep.* 14.6; cf. ideia de que Sócrates poderia ter posto termo à vida pela fome em *Ep.* 70.9), a verdade é que, em circunstâncias seguramente diversas, são essas mesmas fome e sede que, como o ferro e o fogo, podem devolver às pessoas a saúde (*Dial.* 1.3.2). Em suma, pela sua saúde, há quem vomite, quem consuma alimentos, quem recorra à dieta para se recompor de excessos, e quem evite bebida e termas devido a dores de pés (*Ep.* 68.7). Mas um estado saudável não depende apenas da quantidade, mas também da qualidade do alimento.

É, com efeito, o próprio estômago que, quando está são, tolera comida saudável, nutre-se dela, não se sente oprimido e contenta-se com alimentos naturais (*Nat.* 4B.13.5). A imobilidade e a escuridão, de acordo com *Nat.* 3. 19. 1-3, tornam os peixes repugnantes, de aspeto horrível, asquerosos e nocivos ao paladar. Quem, em Idimo da Cária, segundo o mesmo passo, havia ingerido nédios peixes que uma torrente havia trazido à superfície, tinha morrido. As enguias são referidas ainda no mencionado passo como um alimento pesado devido à sua inatividade e, ainda mais, se o lodo as cobrir por completo. Se, contudo, se puser em confronto o conteúdo do passo referido e o da *Ep.* 122.4, onde Séneca se insta a si e a Lucílio a prolongarem os dias e a limitarem as noites, e, em abono da sua solicitação, argumenta que as aves destinadas aos banquetes são submetidas a uma existência em escuridão e inatividade para engordarem – facilmente se depreende que, de um ponto de vista puramente

culinário, embora a imobilidade e a escuridão produzam semelhante massa adiposa em peixes e aves, nos primeiros parece ser mais prejudicial à saúde humana do que nas segundas. Talvez isso se deva a uma ação diferenciadora da água nos primeiros, mas, o que mais interessa em ambos os passos, é a toada disfórica que preside, em ambos os passos, à descrição dos malefícios da imobilidade e da escuridão para os alimentos – que, deste modo produzidos, nada têm que ver com os recomendados pelos apologistas da dieta mediterrânica –, e, por via indireta, para quem os consome em contextos moralmente reprováveis.

3. OS ALIMENTOS, A SUA CONFEIÇÃO E OS PARTICIPANTES DO FESTIM NA REPRESENTAÇÃO DA ESCRAVIDÃO A QUE OS *AFFECTUS* REDUZEM O INDIVÍDUO

Embora a tradição grega tivesse associado o nome próprio “Atreu” ao adjetivo ἀτρώδης, ‘ruinoso’, Petrone já demonstrou que, na *interpretatio nominis* a que Sêneca sujeitara o nome do irmão de Tiestes na peça homónima, o Trágico sugerira a ligação ao adjetivo *ater*, “vocabolo temático e ‘colore’ preferito delle tragedie senecane”¹⁰, e se, em *Dial.* 4.36.2, Sêneca sustentara que, na eventualidade de se poder ver o ânimo da pessoa tomada pelo *affectus* da *ira*, haveria de aparecer *ater maculosusque et aestuans et distortus et tumidus* – em conformidade, depois de se dizer *ignauus, iners, eneruis* (*Thy.* 176), havia a própria personagem recorrido à expressão *iratus Atreus* para se caracterizar, na primeira ocorrência do nome próprio na peça (*Thy.* 180).¹¹ De igual sorte, empregara Sêneca, em *Ep.* 122.4, o adjetivo *iners* para caracterizar as aves que passavam a vida na sombra, e, depois de a elas comparar as pessoas a quem a vida noturna conferia uma palidez quase transparente, retirava a energia e dava um aspeto de carne apodrecida em corpos ainda vivos, concluía: *Hoc tamen minimum in illis malorum dixerim: quanto plus tenebrarum in animo est!* “E isto ainda eu considero o menor dos seus males, pois na alma a escuridão é muitíssimo maior!” Daqui se depreende que, como sucede com as aves mencionadas, teria Atreu sido criado na escuridão, que, por sua vez, seria o *color* mais adequado à tradição de crime familiar da casa de Tântalo. Se um dos principais fatores responsáveis pelos deliciosos sabores da dieta medi-

¹⁰ Petrone 1989: 250. “Ater è infatti il luctus (*H.f.* 694), l’Acheronte (*Ag.* 598), il Flegetonte (*Ag.* 753), atra è la palude stigia (*Phaed.* 471, *H.Oe.* 1920), la notte infernale (*H.f.* 282, 705, *Thy.* 1072, *H.Oe.* 1133). È il nero degli Inferi, il simbolo terrificante delle punizioni dell’oltretomba, e ancor prima il livore della morte (*Ag.* 763), del sangue (*Oed.* 377) e anche dell’ira.”

¹¹ Cf. *sed nempe et Atreus* (*Thy.* 412); *ferus ille et acer/ nec potens mentis truculentus Atreus* (546-7); *Quo postquam furens/ intrauit Atreus liberos fratris trahens* (682-3); *e laeuo aethere/ atrum cucurrit limitem sidus trahens* (698-9); *sic dirus Atreus* (712); *non aliter Atreus saeuit atque ira tumet* (737). Sigo a lição de Zwiwerlein 1986.

terrânica é a exposição ao sol, é de supor que Atreu não prepare para Tiestes uma refeição com produtos desta qualidade, tanto mais que os filhos deste também são criados na tradição criminosa familiar. Além disso, se, quando Tiestes diz (*Thy.* 485^b-6^a): *uos facitis mihi! Atrea timendum.* – e se “*Atrea = atra*”, como pretende Petrone, “è alluso da *nox atra* del v. 480”, facilmente se depreende que, ao afirmar que mais depressa dará a negra noite luz à terra do que ele próprio será amado por seu irmão, Tiestes não só define Atreu como alguém incapaz de ultrapassar a sua *ira*, como faz dele um cenário onde não vislumbra qualquer réstia de esperança ou de luz. Além de a definição em termos elementais ser um traço comum a Atreu e a Medeia (*Thy.* 885 ss.), a previsão de Tiestes ver-se-á confirmada pelo próprio, depois de Atreu ter descoberto as bandejas com as cabeças e as mãos dos filhos do irmão (1070-74): *audite inferi, audite terrae, Noxque Tartarea grauis! et atra nube, uocibus nostris uacal (tibi sum relictus, sola tu miserum uides, tu quoque sine astris), uota non faciam improba.* “Ouvi, Infernos, ouvi, terras, e tu, densa noite do Tártaro/ de negras nuvens, atende às minhas vozes!/ Só para ti resto, só tu contemplas a minha miséria,/ também tu sem astros! Não vou fazer votos sacrílegos.”¹² O passo sugere que, enquanto espectador, Atreu se confunde com a noite e as negras nuvens.

Na célebre *Ep.* 47, Séneca elogia Lucílio por tratar os escravos como se a ele estivessem ligados pelos laços de sangue e critica todos quantos, enquanto se banqueteiavam, obrigam os serviçais a permanecerem imóveis de pé e a exercerem tarefas humilhantes e degradantes, como, por exemplo, limparem o vômito provocado dos comensais. Em contrapartida do silêncio obrigatório dos serviçais durante as refeições, falavam estes dos senhores pelas costas (*Ep.* 47.2-4). Enquanto a *Ep.* se não refere, em particular, ao olhar do escravo, já *Nat.* 3.17.1-3 referem o prazer que os comensais sentem com as diversas tonalidades que o peixe vai assumindo à medida que vai morrendo às suas mãos.¹³ Se à luz destas ideias, interpretarmos não só a preparação do

¹² Sigo a lição de Zwierlein 1986: 332, t. Trad. de Campos 1996: 102.

¹³ *Multa hoc loco tibi in mentem ueniunt quae urbane, ut incredibilem fabulam, dicas: «Non cum retibus aliquem nec cum hamis, sed cum dolabra ire piscatum! Expecto ut aliquis in mari uenetur». Quid est autem quare non pisces in terram transeant, si nos maria transimos?; permutabimus sedes. Hoc miraris accidere; quanto incredibiliora sunt opera luxuriae, quotiens naturam aut mentitur aut uincit? In cubili natant pisces et sub ipsa mensa capitur qui statim transferatur in mensam. Parum uidetur recens mullus, nisi qui in conuiuiae manu moritur. Vitreis ollis inclusi afferuntur et obseruatur morientium color, quem in multas mutationes mors luctante spiritu uertit. Alios necant in garo et condiunt uiuos. Hi sunt qui fabulas putant piscem uiuere posse sub terra, et effodi, non capi. Quam incredibile illis uideretur, si audirent natare in garo piscem nec cenae causa occidi sed super cenam, cum multum in deliciis fuit et oculos ante quam gulam pauit!* (*Nat.* 3. 17. 1-3; lição de Codoñer Merino 1979: I 132 e 133)

“Neste ponto te vêm à mente muitas coisas que com graça, como uma história incrível, poderias contar: «alguém ir à pesca, não com redes nem com anzóis, mas com um alvião! Ainda

festim como a sua realização, facilmente percebemos que se, ao confeccionar as carnes e ao preparar o sangue dos filhos de Tiestes, Atreu se assume como um sacerdote, já a sua atitude de espectador do banquete lhe conferirá, aos olhos de Tiestes, uma dimensão de escravo, prenunciada pelo longo monólogo prévio à revelação da verdade, onde a referência ao desejo de ver o irmão não infeliz, mas no processo de se tornar infeliz (*Thy.* 907), sugere um prazer semelhante ao dos comensais das *Naturales Quaestiones* com o estertor dos peixes. Mas, por outro lado, não é por acaso que nunca se alude a uma participação direta de Atreu no festim, salvo quando Tiestes se prepara para libações em que Atreu não chega a participar ativamente (*Thy.* 984). Além disso, se em 974-5, Tiestes delicadamente observa que a sua felicidade aumentaria se a pudesse partilhar com seus filhos, já em 997 ordena, qual senhor a escravo, que Atreu lhe traga os filhos. Atreu põe a tónica no seu próprio olhar, desejoso de orientar o dos fugitivos deuses e o do público, mas os primeiros acaba por dispensar e do segundo é dispensado porquanto, se o primeiro ato o reduz à simples condição de escravo, a monstruosidade do crime lhe confere uma dimensão sobrenatural, que o torna alvo de condenação humana.

Do exposto se pode, em suma, concluir que o jogo de sombras e claridade senequiano recorre ao contraste entre, de um lado, a luz e a moderação subjacentes à dieta mediterrânica e, do outro, a escuridão e o excesso subjacentes à criminosa relação entre Atreu e Tiestes, para, pela ambiguidade e pela ironia que presidem à magistral obra de arte que é a preparação do banquete do *Thyestes* e a sua concretização, não só iludir o comensal relativamente às relações de poder subjacentes ao reencontro, mas também revelar aos poucos a atroz realidade.

BIBLIOGRAFIA

- Baldwin, B. (1981), “Seneca and Petronius”, *AClass* 24: 133-140.
- Campos, J. A. Segurado e (1991), *Lúcio Aneu Séneca. Cartas a Lucílio*, tradução, prefácio e notas, Gulbenkian, Lisboa.
- Campos, J. A. Segurado (1996). *Séneca. Tiestes*. Lisboa.

hei de ver alguém a caçar no mar!» Ora porque é que não podem os peixes passar à terra, se nós atravessamos os mares? Vamos trocar de posições? Admiras-te de isto suceder: quanto mais incríveis são as obras da luxúria, tantas as vezes que imita ou excede a natureza! Os peixes nadam no tanque e antes da própria refeição, apanha-se um que seja imediatamente levado para a mesa. Pouco fresco parece o ruivo se não morre às mãos do conviva. Levam-se confinados a recipientes de vidro e observa-se a cor dos que estão a morrer, que, enquanto o alento se debate, a morte muda em múltiplos matizes. A outros os matam na salmoura e temperam vivos. Há quem tenha por balelas que o peixe possa viver debaixo de terra e ser desenterrado em vez de pescado. Quão incrível lhes pareceria, se ouvissem dizer que um peixe nadava na salmoura e que se não matava para o jantar, mas durante o jantar, depois de ter feito as delícias de todos e nutrido os olhos antes da gula.”

- Codoñer Merino, C. (1979). *L. Annaei Senecae Naturales Quaestiones*, vol. I (lib. I-III). Consejo Superior de Investigaciones Científicas, Madrid.
- Ferguson, J. (1972), "Seneca the man", D. R. Duoley (ed.), *Neronians and Flavians. Silver Latin I*, Routledge & Kegan Paul, London – Boston, 1-23.
- Petrone, G. (1989). "La funzione dei nomi nei personaggi nella commedia plautina e nella tragedia senecana", in Lia de Finis (a cura di), *Scena e spettacolo nell'antichità. Atti del Convegno Internazionale di Studio (Trento, 2830 marzo 1988)*, Leo S. Olschki, Trento, 23352.
- Reynolds, L. D. (1965). *L. Annaei Senecae ad Lucilium epistulae morales*. Recognovit et adnotatione critica instruxit.... Oxonii, e Typographeo Clarendoniano.
- Zwerlein, O. (1986). *L. Annaei Senecae Tragoediae. Incertorum Auctorum, Hercules [Oetaeus], Octavia*. Recognovit, lereuique adnotatione critica instruxit. Oxonii, e Typographeo Clarendoniano.