



THIASOS

RIVISTA DI ARCHEOLOGIA E ARCHITETTURA ANTICA

2025, n. 14

«THIASOS» Rivista di archeologia e architettura antica

Anno di fondazione: 2011

Direttore: Giorgio Rocco (Politecnico di Bari, Dip. di Architettura, Costruzione e Design - ArCoD);
Presidente CSSAr Centro di Studi per la Storia dell'Architettura, Roma)

Comitato editoriale: Monica Livadiotti, Editor in Chief (Politecnico di Bari, Dip. ArCoD), Roberta Belli (Politecnico di Bari, Dip. ArCoD), Luigi M. Calì (Università degli Studi di Catania, Dip. di Scienze Umanistiche), Maria Antonietta Rizzo (Università di Macerata, Dip. di Lettere e Filosofia), Giorgio Ortolani (Università di Roma Tre, Dip. di Architettura); Fani Mallouchou-Tufano (Technical University of Crete, School of Architecture; Committee for the Conservation of the Acropolis Monuments – ESMA);
Gilberto Montali (Università di Palermo, Dip. di Culture e Società)

Redazione tecnica: Paolo Baronio (Scuola Superiore Meridionale, Napoli), Davide Falco (Politecnico di Bari, Dip. ArCoD), Antonello Fino (Politecnico di Bari, Dip. ArCoD), Gian Michele Gerogiannis (Università degli Studi di Catania, Dip. di Scienze Umanistiche), Chiara Giatti ("Sapienza" Università di Roma, Dip. di Scienze dell'Antichità), Antonella Lepone ("Sapienza" Università di Roma, Dip. di Scienze dell'Antichità), Giuseppe Mazzilli (Università di Macerata, Dip. di Studi Umanistici), Luciano Piepoli (Università di Bari, Dip. di Ricerca e Innovazione Umanistica), Valeria Parisi (Università della Campania Luigi Vanvitelli), Konstantinos Sarantidis (Ministero della Cultura Ellenico),
Rita Sassu (Unitelma, "Sapienza" Università di Roma).

Comitato scientifico: Isabella Baldini (Università degli Studi di Bologna "Alma Mater Studiorum, Dip. di Archeologia), Dimitri Bosnakis (Università di Creta, Dip. di Storia e Archeologia), Margherita G. Cassia (Università degli Studi di Catania, Dip. di Scienze Umanistiche), Ortwin Dally (Deutsches Archäologisches Institut, Leitender Direktor der Abteilung Rom), Vassiliki Eleftheriou (Director of the Acropolis Restoration Service YSMA), Diego Elia (Università degli Studi di Torino, Dip. di Scienze Antropologiche, Archeologiche e Storico Territoriali), Elena Ghisellini (Università di Roma Tor Vergata, Dip. di Antichità e Tradizione Classica), Kerstin Höghammar (professore emerito Uppsala University, Svezia), François Lefèvre (Université Paris-Sorbonne, Lettres et Civilizations), Marc Mayer Olivé (Universitat de Barcelona, Dep. de Filologia Latina), Marina Micozzi (Università degli Studi della Tuscia, Viterbo, Dip. di Scienze dei Beni Culturali), Massimo Nafissi (Università degli Studi di Perugia, Dip. di Scienze Storiche sezione Scienze Storiche dell'Antichità), Massimo Osanna (Università degli studi di Napoli Federico II, Direttore generale MIC), Domenico Palombi ("Sapienza" Università di Roma, Dip. di Scienze dell'Antichità), Chiara Portale (Università degli Studi di Palermo, Dip. di Beni Culturali sezione archeologica), Elena Santagati (Università degli Studi di Messina, Dip. di Civiltà Antiche e Moderne), Piero Cimbolli Spagnesi ("Sapienza" Università di Roma, Dip. di Storia dell'Architettura, Restauro e Conservazione dei Beni Architettonici), Thomas Schäfer (Universität Tübingen, Institut für Klassische Archäologie), Pavlos Triantaphyllidis (Director of the Ephorate of Antiquities of Lesbos, Lemnos and Samos, Greece), Nikolaos Tsoniotis (Ephorate of Antiquities of Athens, Greece)

Gaetano ARENA, *Ingordi, pigri e flaccidi: gli atleti di Roma imperiale fra realtà e pregiudizio*

Il contenuto risponde alle norme della legislazione italiana in materia di proprietà intellettuale ed è di proprietà esclusiva dell'Editore ed è soggetta a copyright.

Le opere che figurano nel sito possono essere consultate e riprodotte su supporto cartaceo o elettronico con la riserva che l'uso sia strettamente personale, sia scientifico che didattico, escludendo qualsiasi uso di tipo commerciale.

La riproduzione e la citazione dovranno obbligatoriamente menzionare l'editore, il nome della rivista, l'autore e il riferimento al documento. Qualsiasi altro tipo di riproduzione è vietato, salvo accordi preliminari con l'Editore.

Edizioni Quasar di Severino Tognon s.r.l., via Ajaccio 41-43, 00198 Roma (Italia)
<http://www.edizioniquasar.it/>

ISSN 2279-7297

Tutti i diritti riservati

Come citare l'articolo:

G. ARENA, *Ingordi, pigri e flaccidi: gli atleti di Roma imperiale fra realtà e pregiudizio*
Thiasos 14, 2025, pp. 99-127

Gli articoli pubblicati nella Rivista sono sottoposti a referee nel sistema a doppio cieco.



INGORDI, PIGRI E FLACCIDI: GLI ATLETI DI ROMA IMPERIALE FRA REALTÀ E PREGIUDIZIO

Gaetano Arena*

Key words: agonism, hygiene, Philostratus, Galen, society, culture.

Parole chiave: agonismo, igiene, Filostrato, Galeno, società, cultura.

Abstract:

Although the practice of competitive sports permeated the urban society of the Greek world since the archaic age, the competitive life did not last forever: much has been written about the causes and times of the “decline” of athleticism – generally the ones seen in ethical-social factors and the others identified in political-cultural reasons – which, at the end of the 3rd and especially during the 4th century AD, would have decreed the disappearance of the Olympic games. The in-depth analysis of numerous texts written by intellectuals such as Artemidorus of Daldis, Galen of Pergamum and Philostratus of Lemnus makes it possible not only to backdate the initial phase of this long-lasting involutory phenomenon to the late Antonine and Severan periods, but also to understand the profound, multiple and by no means obvious reasons that probably triggered in the Roman-imperial elites a growing suspicion and an irremediable “disgust” towards athletes and their coaches.

Per quanto la pratica di sport competitivi permeasse la società urbana del mondo greco sin dall'età arcaica, tuttavia la vita agonistica non durò in eterno: molto si è scritto su cause e tempi della “decadenza” dell'atletismo – in genere ravvisate le une in fattori etico-sociali e individuati gli altri in ragioni politico-culturali – che, alla fine del III e soprattutto nel corso del IV secolo d.C., avrebbero decretato la scomparsa dei giochi olimpici. L'analisi approfondita di numerosi testi scritti da intellettuali come Artemidoro di Daldis, Galeno di Pergamo e Filostrato di Lemno consente non soltanto di retrodatare alla tarda età antonina e all'epoca severiana la fase iniziale di questo fenomeno involutivo di lunga durata, ma anche di comprendere le motivazioni profonde, molteplici e per nulla scontate, che verosimilmente innescarono nelle élites romano-imperiali un crescente sospetto e un irrimediabile “disgusto” nei riguardi degli atleti e dei loro allenatori.

§ 1. Il “declino” dell'atletismo greco fra cause presunte e possibili ragioni

All'interno degli *Sport Studies* in ambito antichistico il filone di ricerca decisamente più noto, e sfruttato, è quello che concerne l'atletismo nella Grecia arcaica e classica, per lo più connotato da uno specifico *focus* sui giochi olimpici¹, mentre – fatta eccezione per qualche saggio su aspetti peculiari della poesia latina (Virgilio, Lucillio)² –

* Università di Catania - Dipartimento di Scienze della Formazione; arenag@unict.it. Il presente contributo rientra nell'ambito del Progetto di Ricerca Interdipartimentale Interdisciplinare (PIAno di inCENTivi per la Ricerca di Ateneo 2024-2026, Linea di intervento I, Università degli Studi di Catania), intitolato “Ager et Cibus. Alimentazione, territorio, sostenibilità, salute; tra natura, cultura e tecnologia” (acronimo A-Ci) e coordinato dalla Prof.ssa R.L. Cardullo in qualità di *Principal Investigator* (PI).

¹ Si rinvia, senza la minima pretesa di esaustività e a mero scopo esemplificativo, a GARDINER 1910; GARDINER 1925; SCHRÖDER 1927; GARDINER 1930; JÜTHNER 1939, pp. 231-264; MORETTI 1953; ROBINSON 1955; MORETTI 1956; BILIŃSKI 1961; HARRIS 1964; JÜTHNER 1965-1968; MORETTI 1970, pp. 295-303; BENGTON 1971; PATRUCCO 1972; ANGELI BERNARDINI 1973, pp. 155-161; BILIŃSKI 1979; MILLER 1979; ANGELI BERNARDINI 1980, pp. 81-

111; EBERT 1980; ROBINSON 1981; WEILER 1981; POLIAKOFF 1982; KYLE 1983a, pp. 7-34; KYLE 1983b, pp. 46-67; GNOLI 1985; KYLE 1987; MURA SOMMELLA, TALAMO, CIMA 1987; POLIAKOFF 1987; SEGAL 1987; SWEET 1987; ANGELI BERNARDINI 1988; SANSONE 1988; MILLER 1991; KYLE 1992, pp. 77-101; MORETTI 1992, pp. 119-128; VANOYEKE 1992; RAUSA 1994; CATONI 1996, pp. 539-609 (su aspetti squisitamente iconografici tra Grecia antica e Olimpiadi moderne); PLEKET 1996, pp. 507-537; GOLDEN 1998; PHILLIPS, PRITCHARD 2003; MILLER 2004; KYLE 2007; ANGELI BERNARDINI 2016; si vedano inoltre i saggi raccolti da GARCÍA ROMERO 2023. Per le pubblicazioni concernenti lo sport nel mondo antico ed editate a partire dal 1986 si rinvia inoltre al seguente link (consultato in data 27.08.2024): <https://fdz.bib.uni-mannheim.de/nikephoros/about>.

² ROBERT 1969, pp. 179-295; BRIGGS 1975, pp. 267-283.

quantitativamente ben più circoscritta appare la produzione specificamente concentrata su attività ginnica e agonistica a Roma, tema comunque affrontato – in effetti legittimamente – in una prospettiva pur sempre “comparata” con il mondo greco³.

Se è vero che «solo alla fine del XIX secolo e agli inizi del XX, sulla scia di... Pierre de Coubertin..., gli sport competitivi conobbero una grande diffusione nella società sino a diventare manifestazioni di massa», è altrettanto indubbio che i Greci – pur non avendo “scoperto” la competitività, ossia l’esigenza di un individuo di misurarsi con altri in prove di prestanza fisica per risultare il migliore, tratto in effetti chiaramente attestato presso altri popoli anteriori a quello greco⁴ – «inventarono lo sport in quanto fenomeno che permea la vita della società e ha su di essa un enorme impatto, concretizzandosi in manifestazioni di massa istituzionalizzate e ricorrenti, alle quali partecipa un numero sempre maggiore di cittadini senza che nessuno di costoro possa, *a priori*, essere ritenuto sicuro vincitore o pretendere di esserlo»⁵. Ora, però, per quanto lo sport permeasse la società urbana del mondo greco, la vita agonistica non durò in eterno e molto si è scritto sulle cause e sui tempi della “decadenza” dell’atletismo⁶. Secondo Henri Willy Pleket, tale fenomeno sarebbe stato «una conseguenza del declino della vita e della ricchezza urbane verificatosi nel tardo III secolo d.C. e in quello seguente. Le città non scomparvero... Ciò che si verificò fu una crescente polarizzazione tra un numero sempre più ristretto di politici/benefattori enormemente ricchi e un numero sempre maggiore di ex appartenenti all’élite che andavano perdendo la propria ricchezza». A partire da questo assunto, lo studioso aveva individuato sostanzialmente una causa e una concausa: la prima sarebbe stata costituita dalla disgregazione delle élites urbane – ormai non più gruppo socialmente ed economicamente omogeneo – all’interno delle quali lo strato superiore avrebbe fatto ricadere sulla fascia dei colleghi meno facoltosi la responsabilità del pagamento delle imposte al governo centrale romano, avrebbe continuato la propria attività evergetica nelle città attraverso programmi edilizi e parallelamente rivolto particolare interesse verso la quiete e l’evasione fiscale delle proprie lussuose *villae* in campagna nell’intento di trarre il massimo profitto sia dal mondo urbano sia da quello rurale; la seconda, cioè la concausa del “declino” dell’atletismo, veniva rintracciata da Pleket nell’incidenza della “nuova” religione: «l’ostilità, spesso fortissima, del cristianesimo nei confronti del corpo, dell’esercizio fisico e delle gare atletiche in onore di qualche diabolica divinità pagana completò l’opera. Teodosio soppresse ufficialmente i giochi olimpici nel 393/394 d.C., ma in realtà questa non fu che l’ultima tappa di un lungo e generalizzato declino dello sport greco»⁷.

§ 2. “Gli atleti di oggi appaiono molto distanti da quelli antichi”

Prima di valutare la condivisibilità – o meno – della tesi formulata da Pleket, sulla quale torneremo in sede di considerazioni conclusive (§ 5), ciò che sin da subito non si può fare a meno di rilevare è una sostanziale genericità dell’approccio da parte dell’autorevole studioso, il quale tende a inquadrare un tema alquanto specifico, come il “declino” dell’atletismo, nell’ambito di un panorama obiettivamente vastissimo – anzi, direi, all’interno di un “macro-problema” storiografico – quale quello del rapporto città-campagna nell’Impero tardoantico, sul quale esiste un dibattito pluridecennale e mai del tutto sopito⁸. Sarebbe invece più utile, anzi metodologicamente opportuno, prendere le mosse da una

³ ULMANN 2004; HARRIS 1972; MÄHL 1974; PLEKET 1975, pp. 49-89; FINLEY, PLEKET 1980; MANETTI 1988; FUTRELL 2006; GARCÍA ROMERO 2023, pp. 13-61. Utili spunti di riflessione in WEBER 1986 (soprattutto pp. 101-131 a proposito delle attività sportive praticate negli stadi). Si segnala inoltre l’eccellente lavoro di CALDELLI 1993, su agoni e *ludi* fra Repubblica e Impero, sull’estrazione sociale degli atleti, sulle associazioni sportive e artistiche e sui premi; cfr. anche KÖNIG 2005; FRANCIOSI 2007, pp. 437-468; HARTER-UIBOPUU, KRUSE 2014.

⁴ Non rientra nel *focus* di questo contributo la questione delle “origini” dello sport, ora ravvisate nella prospettiva marxista di preparazione al lavoro, ora colte nella sfera culturale, ora rintracciate in un ambito etologico di impulsi e istinti, ora persino individuate nelle antiche culture dei cacciatori-raccoglitori: WEILER 1989, p. 18; WEILER 1990, p. 219.

⁵ PLEKET 1996, pp. 507-508.

⁶ WEILER 1985-1986, pp. 235-263, ha riassunto le ipotesi formulate, sin dalla prima metà dell’Ottocento, a proposito dei tempi e dei possibili fattori di decadenza dei giochi olimpici, prendendo le distanze da teorie monocausali e tenendo conto delle trasformazioni dell’agonismo frattanto intervenute in età imperiale; cfr. anche FARGNOLI 2003, pp. 119-154.

⁷ PLEKET 1996, pp. 531-533. Incline a ridimensionare il ruolo del governo centrale nella “scomparsa” delle prove atletiche è stata REMIJSEN 2014, pp. 329-347; la studiosa, anzi, reputando infondata la spiegazione basata sulla proibizione dell’imperatore Teodosio, ha ritenuto che tra IV e V secolo d.C. il trasferimento del potere nelle mani di una burocrazia centralizzata avrebbe limitato l’autonomia delle singole città nell’allestimento delle competizioni sportive: REMIJSEN 2015, pp. 147-164. Tuttavia, come è stato giustamente evidenziato da Franciosi, che ha raccolto e discusso la normativa sull’argomento, non si può affermare che «vi sia stata una costituzione abrogativa vera e propria», anche se le disposizioni di Teodosio avrebbero comunque contribuito a «recidere il legame tra i *ludi* e i riti pagani, favorendo la ‘laicizzazione’ già in atto delle gare, ma indubbiamente la scomparsa dei giochi di Olimpia rispose anche a motivi di ordine pubblico... e a motivi economici, dato che l’organizzazione dei *ludi* era costosissima» (pp. 464-465).

⁸ È impossibile renderne conto in questa sede, ma, a mero titolo orientativo e senza la benché minima pretesa di esaustività, mi sia consentito il rinvio ai miei studi dedicati ad alcune regioni storiche dell’Asia Minore (con vasta bibliografia *ivi*), come Panfilia, Pisidia, Frigia, Cilicia, Bitinia, Ionia, dove nei “poli” urbani, come nelle aree rurali, le permanenze delle strutture celano spesso i cambiamenti del-

singola fonte letteraria che al “micro-problema” – ossia la “decadenza” dell’agonismo di stampo greco – ha dedicato ampio spazio, offrendo un punto di vista che, per la sua peculiarità, merita innanzitutto un’analisi approfondita e poi richiede un opportuno confronto con le riflessioni contenute in testimonianze pressoché coeve, quali quelle offerte ampiamente da Galeno di Pergamo (§ 3) e, in misura minore ma non meno significativa, anche da Artemidoro di Daldis (§ 4).

La fonte in questione è il trattato *Περὶ γυμναστικῆς* (*De arte gymnastica* o *Gymnasticus*), redatto fra il 229/230 e il 238 (più verosimilmente nel decennio successivo al 219) e unanimemente attribuito al sofista Filostrato, filosofo e docente di retorica ad Atene prima e a Roma poi, attivo nel κύκλος di intellettuali raccolti intorno a *Iulia Domna*, moglie di Settimio Severo, e vissuto tra il 160/170 e il 249 d.C.⁹. Nella sua fine analisi testuale, Heather L. Reid ha individuato nell’opera filostratea rispettivamente l’assenza di elementi attesi e la presenza di elementi inaspettati: da un canto, infatti, mancano sia consigli pratici per l’allenamento dei gladiatori, dunque “sportivi” di tradizione prettamente romana, sia allusioni a nudità, erotismo, pederastia, in genere associati al ginnasio greco, sia ancora riferimenti all’ἀρετή, prodotto “classico” dell’allenamento dei giovani atleti; dall’altro, invece, si riscontrano sia la definizione dell’atletismo come σοφία non inferiore a nessun’altra τέχνη, sia la distanza “fisiognomica” che separa gli atleti attuali da quelli antichi, sia lo stato di declino nel quale l’atletica greca verserebbe all’epoca dell’autore. Tra aspettative disattese e sorprese imprevedute Reid ha colto in effetti alcuni snodi storico-filosofici essenziali del *Περὶ γυμναστικῆς*: a Filostrato, infatti, interessano l’atletica e il ginnasio di stile greco, «perché simboleggiano e personificano un sistema di valori e un atteggiamento verso la vita... che fu esso stesso un importante argomento di dibattito e negoziazione all’epoca dell’Impero romano. Tale fenomeno storico-letterario è stato denominato ‘Seconda Sofistica’»¹⁰. A riprova di ciò, appare indubitabile che il *Gymnasticus* per un verso sia indirizzato non propriamente agli “allenatori”, che quotidianamente in palestra si dedicavano alla preparazione fisica degli atleti, bensì concretamente rivolto a un’élite, la cui identità sociale è costituita dalla παιδεία, e per un altro appaia finalizzato a mettersi in competizione con alcuni intellettuali rivali, primo fra tutti Galeno (su cui vd. diffusamente *infra* § 3)¹¹.

La differenza, tutt’altro che trascurabile, fra τέχνη e σοφία è esemplificata grazie alla distinzione fra παιδοτριβῆς, “maestro di ginnastica”, “insegnante di educazione fisica” – quest’ultima intesa come insieme di esercizi funzionali al benessere individuale –, e γυμναστής, “allenatore”, che da un canto preparava quotidianamente gli atleti in una determinata disciplina sportiva in vista di una competizione e dall’altro possedeva sia le competenze tecnico-pratiche del παιδοτριβῆς sia le conoscenze del medico (quindi non semplicemente la pratica dei massaggi, ma anche la tecnica per “eliminare gli umori” e “ammorbidire le parti secche del corpo”) sia ancora la “saggezza” necessaria per rifiutare la “te-trade”, ossia una successione quadripartita di microcicli di allenamento ritenuta pericolosa e potenzialmente persino fatale (su questo “sistema” vd. *infra*)¹². Per Filostrato, dunque, παιδοτριβική, ιατρική e γυμναστική – tutti aggettivi che sottintendono il sostantivo τέχνη – costituiscono, in una scala di valori, “arti” via via sempre più perfette, che, dalla dimensione esclusivamente tecnico-pratica della prima, passano poi attraverso la seconda, ossia la medicina, connotata dall’ἐπιστήμη, e giungono infine all’“arte dell’allenatore”, che, oltre alla stessa ἐπιστήμη, possiede anche la σοφία¹³.

le funzioni: ARENA 1999, pp. 617-619; ARENA 2004, pp. 475-497; ARENA 2005, pp. 9-23; ARENA 2013, pp. 75-105; ARENA 2017, pp. 15-17; ARENA 2022a, pp. 217-236; ARENA 2023b, pp. 109-126.

⁹ RUSTEN, KÖNIG 2014, p. 334. Sull’attribuzione del *Gymnasticus* al secondo dei quattro Filostrati (a dispetto della testimonianza della Suda Φ 422 che ne riconosce la paternità al primo: JANISZEWSKI, STEBNICKA, SZABAT 2015, pp. 292-294, nr. 831-832), ossia Flavio Filostrato di Lemno, nato presumibilmente fra il 160 e il 170, membro del κύκλος di letterati facente capo a *Iulia Domna* (v. *Apoll.* 1, 3:... Ιουλιὰ τῆ βασιλίδι. Μετέχοντι δὲ μοι τοῦ περὶ αὐτὴν κύκλου – καὶ γὰρ τοὺς ῥητορικοὺς πάντας λόγους ἐπήγει καὶ ἠσπάζετο...), cfr. CARETTA 1995, pp. 9-15; KEMEZIS 2014, pp. 19; 167. Sulla data di stesura cfr. JÜTHNER 1909, pp. 87-89.

¹⁰ REID 2015, pp. 15-16.

¹¹ KÖNIG 2009, pp. 251-283. Tutte queste considerazioni non devono tuttavia trarre in inganno, dal momento che, se è vero che Galeno per imprescindibili esigenze di chiarezza aveva scelto di prendere le distanze dall’esasperato e pedante purismo atticista degli autori della Seconda Sofistica, le sue *performances* rimanevano comunque perfettamente inquadrabili, come ha molto ben evidenziato Heinrich von Staden, «in the epideictic culture represented by those of his contemporaries known as sophists» (VON STADEN 1997a, p. 54; cfr. VON STADEN 1997b, pp. 65-94; COKER 2019, p. 85). Per il Pergameno, dunque, «l’ἐπιστήμη manteneva sempre il primo posto, ma

l’epideictic culture – fatta di pubbliche declamazioni, rievocazioni teatrali, riprese classiche, esibizioni retoriche, sfoggio di cultura, meticolosa cura formale, ricerca del consenso, importanza della gestualità nella messa in scena – rimaneva fondamentale: il contenuto scientifico era il fine, ma la veste formale rappresentava il mezzo»: ARENA 2023b, p. 335. Fra i numerosi esperimenti praticati da Galeno, le ricerche sul meccanismo della voce e della respirazione costituiscono un campo privilegiato, poiché si prestano particolarmente bene allo svolgimento di sedute pubbliche, in quanto consentono di mostrare i meccanismi immediatamente percepibili attraverso i sensi, come il movimento del torace associato alla respirazione e le grida degli animali provocate dall’emissione dell’aria contenuta nei polmoni; la respirazione, inoltre, costituiva un campo di studio particolarmente accattivante, soprattutto per via delle possibili e plausibili preoccupazioni d’ordine professionale che animavano il pubblico di Galeno, costituito in buona parte da professori, retori, filosofi e politici, che all’arte della parola affidavano molto del loro stesso prestigio e dovevano i propri laut guadagni: cfr. ARENA 2024, p. 329.

¹² Per la distinzione fra παιδοτριβῆς e γυμναστής si vedano LEHMANN 2009, pp. 187-204; MANETTI 1988, p. 96. Il παιδοτριβῆς nel corso del IV secolo d.C. si sarebbe gradualmente trasformato «in una specie di chirurgo che rimetteva in sesto gambe rotte e assicurava pronto soccorso in caso di incidente»: PLEKET 1996, p. 532.

¹³ ISIDORI, FAZIO 2015, p. 43.

“Che cosa dunque è necessario pensare dell’allenamento? Cos’altro se non considerarlo una forma di sapere che è costituita dalla medicina e dalla tecnica del maestro di ginnastica? Che è più completo dell’una e che è una componente dell’altra? Mostrerò quanto essa partecipi di entrambe... nei confronti della medicina le cose stanno così: i medici fanno cessare le malattie che chiamiamo con il nome di catarro, idropisia, tisi ed epilessia, o versando acqua sopra qualche parte del corpo o detergendola o frizionandola; l’allenamento invece tiene lontane cose simili tramite la dieta e la frizione. Certamente bisogna portare dal medico colui che si sia procurato una qualche frattura, che si sia ferito o che abbia la vista appannata o che si sia slogato qualche arto, dal momento che l’allenamento non ha alcuna relazione con cose simili”¹⁴.

Secondo Jason König, l’interazione con la medicina sottenderebbe un riferimento polemico alle aspre critiche espresse da Galeno nel *Trasibulo* e nel *Protrettico* (vd. *infra* § 3) sia contro gli allenatori sia contro gli insegnanti di ginnastica, per cui Filostrato «envisages his own text as an answer to Galen’s attacks»¹⁵. Ed effettivamente Filostrato “risponde” in particolare a Galeno nel *Trasibulo*¹⁶, a proposito del fatto che ogni medico conosce veramente bene la propria specialità:

“ritengo che sia stato da me sufficientemente chiarito in che relazione sia l’allenamento rispetto a entrambe le scienze; mi sembra giusto, però, dover considerare anche questo aspetto al suo interno: nessuno potrebbe abbracciare con la conoscenza tutta la medicina. Uno infatti sarebbe in grado di curare le fratture, un altro sa comprendere le ragioni delle febbri, un altro quelle delle malattie degli occhi, un altro sa individuare correttamente le origini di tutte le forme di tisi; poiché è una grande cosa esercitare anche una piccola parte della medicina, a buon diritto i medici affermano di conoscerla tutta. Nessuno potrebbe affermare di conoscere ogni forma di allenamento, dal momento che quello che conosce le tecniche della corsa non potrà conoscere quelle dei lottatori o di quelli che praticano il pancrazio, e quello che fa allenare nelle specialità pesanti risulterà ignorante in ciò che riguarda il resto della scienza”¹⁷.

Come si è accennato, Filostrato individua una delle cause del “declino” dell’atletica nella “tetrade”, un sistema di allenamento che prevedeva la distribuzione degli sforzi in quattro giornate, che si ripetevano a ciclo continuo:

“né bisogna affidarsi alle *tetradì* degli allenatori, a causa delle quali tutto l’allenamento è andato in rovina. Definiamo *tetrade* un ciclo di quattro giorni, in ognuno dei quali si effettua una diversa attività. Il primo serve a preparare l’atleta; il secondo gli fa svolgere un’intensa attività fisica; il terzo lo rilassa; il quarto prevede un’attività di media intensità”¹⁸.

¹⁴ Filostrato, *Gymnasticus* 14: τί οὖν χρῆ περὶ γυμναστικῆς γινώσκειν; τί δ’ ἄλλο ἢ σοφίαν αὐτὴν ἠγείσθαι ξυγκειμένην μὲν ἐξ ἱατρικῆς τε καὶ παιδοτριβικῆς, οὖσαν δὲ τῆς μὲν τελειώτεραν, τῆς δὲ μόριον; ὅποσον δὲ ἀμφοῖν μετέσχηκεν, ἐγὼ δηλώσω... πρὸς δὲ γε ἱατρικὴν ὡς χειροσῆματα, ὅποσα κατάρρους καὶ ὑδέρους καὶ φθόας ὀνομάζομεν, καὶ ὅποσα ἱεραὶ νόσοι, ἱατροὶ μὲν παύουσιν ἐπαντλοῦντές τι ἢ ἀποκλύζοντες ἢ ἐπιπλάττοντες, γυμναστικὴ δὲ τὰ τοιαῦτα διαίταις ἴσχει καὶ τρίψει. Ρῆξαντα δὲ τι ἢ τρωθέντα ἢ θολωθέντα τὸ ἐν ὀφθαλμοῖς φῶς ἢ ὀλισθήσαντά τινα τῶν ἄρθρων ἐς ἱατροῦ χρῆ φέρειν, ὡς οὐδὲν ἢ γυμναστικὴ πρὸς τὰ τοιαῦτα, trad. it. MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015, pp. 79-81 (con modifiche). Sul παιδοτριβίς cfr. JÜTHNER 1909, pp. 26-30; JÜTHNER 1942, coll. 2389-2393; sul γυμναστής cfr. JÜTHNER 1912, coll. 2026-2030; LEHMANN 2009, pp. 189-192; cfr. inoltre MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015, pp. 143-144, nota 116.

¹⁵ KÖNIG 2009, p. 258; cfr. KÖNIG 2005, pp. 254-300 (Galeno); 301-344 (Filostrato).

¹⁶ Galeno, *Trasibulo* 24 HELMREICH 1893, pp. 61-62: “... dovrebbe essere sufficientemente chiaro quanto sia grande l’errore di credere che le arti debbano essere definite in base alle attività individuali. Infatti, nessuno sarebbe così stupido o capriccioso da sottrarre le suddette attività dall’arte della medicina e creare un’arte separata per ognuna di esse: per esempio, l’arte dell’erniotomia (un termine che oggi viene utilizzato in alcuni ambienti), della litotomia o della paracentesi. Anche se qualcuno può avere la particolare reputazione di essere un’erniotomista, o, come dicono alcuni, uno che pratica la paracentesi o un ‘litotomista’ sarà comunque chiamato medico. Lo stesso vale per quei medici che si chiamano così per la loro specializzazione in una particolare parte del corpo: sono noti come medici ‘oftalmici’ o medici dell’orecchio o dei denti; e altri ancora si chiamano con il nome dei materiali che utilizzano, dietetici o farmaceutici o addirittura

tura botanici. Alcuni sono stati persino chiamati medici ‘vinificatori’ o ‘elleborizzatori’, a causa della frequenza con cui sono stati visti usare questi materiali” (ἄλλ’ ἤδη κάκ τούτων ἱκανῶς ἂν τις γνωρίζοι, πηλικὸν ἀμαρτάνουσιν, ὅσοι ταῖς κατὰ μέρος ἐνεργείαις ἠγούνται χρῆναι διακρίνειν τὰς τέχνας. Οὐδεὶς γοῦν οὕτως ἡλίθιος οὐδ’ ἐμπληκτὸς ἐστίν, ὃς ἀφαιρήσεται μὲν τῆς ἱατρικῆς τὰς εἰρημένας ἐνεργείας, ἄλλην δὲ τινα καθ’ ἐκάστην αὐτῶν ἐπιστήσῃ τέχνην ἤτοι κηλοτομικὴν, ὡς νῦν ὀνομάζουσι τινες, ἢ λιθοτομικὴν ἢ παρακεντητικὴν. Εἰ γὰρ καὶ ὅτι μάλιστα τόνδε μὲν τινα κηλοτόμον εἶναι φασι, παρακεντητὴν δὲ τόνδε, λιθοτόμον δὲ τόνδε, πάντας γοῦν ἱατροῦς αὐτοὺς ὀνομάζουσιν, ὡσπερ οἶμαι καὶ τοὺς ἀπὸ μορίων τινῶν ὀνομασμένους, ὧν ἐξαιρέτως προνοοῦνται. Καὶ γὰρ οὐκ αὐτὸς καὶ τούτους ὀφθαλμικοὺς τε καὶ ὀντικούς καὶ ὀδοντικούς ἱατροὺς ὀνομάζουσιν, ἐτέρους δ’ ἀπὸ τῆς ὑλῆς προσηγῶρευσαν ἤτοι διαιτητικούς καὶ φαρμακευτικούς ἢ καὶ νῆ Δία βοτανικούς· εἰσὶ δ’ οἱ καὶ οἰνοδότας καὶ ἐλλεβοροδότας ἱατροὺς τινὰς ἐκάλεσαν ἐκ τοῦ πολλάκις αὐτοὺς θεάσασθαι ταῖς τοιαύταις ὑλαῖς χρωμένους).

¹⁷ Filostrato, *Gymnasticus* 15: Ἀρκούντως μὲν οἶμαι ἀποδεδειχθῆναι μοι, ὅποση πρὸς ἐκατέραν ἐπιστήμην ἢ γυμναστικὴ ἐστὶ, δοκῶ δὲ μοι κάκεινο ἐν αὐτῇ ὄραν· ἱατρικὴν πάσαν ὁ αὐτὸς οὐδεὶς ἂν (ξυλλαμβάνειν δύναίτο), ἀλλ’ ὁ μὲν ῥηγμάτων ἐπαίειν, ὁ δὲ ξυνιέναι πυρεττόντων, ὁ δὲ ὀφθαλμιώντων, ὁ δὲ φθισικῶν ὑγιᾶς ἀπάντων, καὶ μεγάλου ὄντος τοῦ κἂν σμικρὸν τι αὐτῆς ἐξεργάσασθαι ὀρθῶς φασὶν οἱ ἱατρικοὶ πάσαν γινώσκειν· γυμναστικὴν δὲ οὐκ ἂν ἐπαγγελιαῖτο τις ὁμοῦ πάσαν, ὁ γὰρ τὰ δρομικὰ εἰδῶς τὰ τῶν παλαιόντων καὶ τῶν παγκρατιαζόντων οὐκ ἐπιστήσεται, καὶ ὁ τὰ βαρύτερα γυμνάζων ἀμαθῶς τῆς ἄλλης ἐπιστήμης ἄψεται, trad. it. MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015, p. 81.

¹⁸ Filostrato, *Gymnasticus* 47: προσεκτέα δὲ οὐδὲ ταῖς τῶν γυμναστῶν τετράσιν, ὑφ’ ὧν ἀπόλωλε τὰ ἐν γυμναστικῇ πάντα. Ηγώμεθα δὲ τὴν τετράδα κύκλον ἡμερῶν τεττάρων ἄλλο ἄλλην πράττουσαν· ἢ μὲν γὰρ παρασκευάζει τὸν ἀθλητὴν, ἢ δὲ ἐπιτείνει, ἢ δὲ ἀνίησιν, ἢ δὲ μεσεύει, trad. it. MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015, p. 119; cfr. 54.

La tetrade era un sistema era piuttosto risalente nel tempo, ma i primi autori che ne parlano sono Teone di Alessandria (II d.C.) e Trifone, dei quali abbiamo notizia da Galeno, il quale, però, come Filostrato, ne contesta le dottrine¹⁹. Più nel dettaglio, tale “sistema tetradico” consisteva in uno schema di allenamento che prevedeva cicli di quattro giorni, differenziati al proprio interno e ripetuti: il primo giorno l’allenatore faceva eseguire degli esercizi preparatori; il secondo giorno era dedicato a esercizi piuttosto intensi e violenti; il terzo giorno erano previsti esercizi di rilassamento; il quarto giorno, infine, era dedicato a esercizi di moderata intensità e pesantezza. Il difetto di questo sistema consisteva nel fatto che non teneva in debita considerazione le condizioni individuali dell’atleta; la morte del lottatore Gereno riferita da Filostrato avvenne perché l’allenamento costrinse l’atleta a seguire il programma nonostante non fosse in perfette condizioni fisiche, dal momento che, dopo una vittoria, aveva ecceduto nel bere e nel mangiare e non aveva riposato durante la notte²⁰:

“presentandosi dunque il giorno successivo al ginnasio [Gereno] riconobbe di fronte all’allenatore che non aveva digerito e che non si sentiva bene. Quello si adirava e ascoltava con collera ed era duro con lui perché allentava e interrompeva le *tetradi*, finché uccise l’atleta durante lo stesso allenamento per ignoranza, giacché l’atleta non aveva detto preventivamente le cose che era necessario sapere, ma stava in silenzio”²¹.

Anche in questo caso si riscontra una sostanziale analogia di vedute con Galeno, il quale sostiene che “durante la mancata digestione non bisogna mai allenare”, in quanto sopravviene una spossatezza caratteristica del mancato inizio della digestione, “quando è assolutamente sconsigliato allenarsi o restare sotto il sole”²².

Vi sono in effetti altri passi filostratici che confermano tale parziale affinità di opinioni con il Pergameno:

“in ciò inoltre sbagliano. Dopo aver fatto spogliare l’atleta giovane, lo allenano come se fosse già un adulto, ordinandogli prima di riempire lo stomaco e poi di camminare durante l’allenamento e di provocare dei rutti”²³.

Questa pratica è indicata anche da Galeno²⁴, fermamente contrario al superallenamento dei giovanissimi: “il superlavoro, cui alcuni pedotribi costringono i ragazzi, non è affatto un bene; difatti, con una rigidità inopportuna, si inibisce la normale crescita corporea”²⁵. Così pure scrive Filostrato:

“molto numerose sono le prove per individuare questi atleti [*i.e.* quelli nati da genitori ormai in età avanzata] quando si allenano: sono lenti e digeriscono con fatica per la bassa temperatura del sangue”²⁶.

Anche questo dato trova una corrispondenza in Galeno:

“... un potente movimento dell’arteria è prova di un uomo maniacale e dallo spirito acuto. Questo perché la causa di tale pulsazione è l’abbondanza di calore nel cuore. Questo calore rende gli individui maniacali e vivaci, mentre una miscela fredda rende le persone letargiche, pesanti e lente nei movimenti”²⁷.

E ancora si legge nel *Gymnasticus*:

“quelli che hanno mangiato troppo, sia che pratichino discipline leggere sia che siano competitori in quelle pesanti, devono essere massaggiati verso il basso”²⁸.

¹⁹ Galeno, *Trasibulo* 47, pp. 98-100 HELMREICH 1893. Cfr. JÜTHNER 1909, p. 285, nota 174. 9.

²⁰ MANETTI 1988, pp. 99-100. Secondo JÜTHNER 1909, p. 298, nota 178. 25, «Gerenos aus Naukratis ist sonst nichts bekannt»; così anche per RUSTEN, KÖNIG 2014, p. 489, nota 157 («not attested elsewhere»); CARETTA 1995, p. 108, nota 160, lo ha invece identificato con il lottatore di Naucrati, collocato dubitativamente da MORETTI 1956, p. 170, nella 247^a Olimpiade, ossia nel 209 d.C.

²¹ Filostrato, *Gymnasticus* 54: ἤκων οὖν τῆς ὑστεραίας ἐς τὸ γυμνάσιον ὠμολόγει πρὸς τὸν γυμναστὴν ὡμὸς τε εἶναι πονήρως τε ἔχειν πη, ὃ δὲ ἡγριαίνε τε καὶ ξὺν ὄργῃ ἤκουε καὶ χαλεπὸς ἦν ὡς ἀνιέντι καὶ τὰς τετραδάς διασπῶντι, ἔς τε ἀπέκτεινε τὸν ἀθλητὴν ἐν αὐτῷ τῷ γυμνάζειν ἀγνωσία, οὐ (συνεῖς) προειπόντος ἃ γινώσκων εἶδει καὶ σιωπῶντος, trad. it. MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015, p. 127.

²² Galeno, *De sanitate tuenda* 3, 12, pp. 99-100; cfr. 3, 6, pp. 86-88 KOCH 1923.

²³ Filostrato, *Gymnasticus* 46, ἀμαρτάνουσι δὲ κάκεινο· παῖδα ἀθλητὴν ἀποδύσαντες γυμνάζουσιν ὡς ἤδη ἄνδρα τὴν τε γαστέρα προβαρύνειν κελύοντες καὶ βαδιζειν μεταξύ τοῦ γυμνάζεσθαι καὶ ἐρεῦγεσθαι, trad. it.

MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015, p. 119.

²⁴ Galeno, *In Hippocratis librum VI epidemiarum commentarii* II, 36, XVII A, 965-969 KÜHN.

²⁵ Galeno, *De sanitate tuenda* 1, 10, 28, p. 25 KOCH 1923: τὸ δ’ ὑπερπονεῖν, ὡς περ ἐνιοι τῶν παιδοτριβῶν ἀναγκάζουσι τοὺς παῖδας, οὐδαμῶς ἀγαθόν· ἀναυξή γὰρ ὑπὸ τῆς παρὰ καιρὸν σκληρότητος ἀποτελεῖται τὰ σώματα.

²⁶ Filostrato, *Gymnasticus* 29: γυμναζομένων δὲ πλείους ἐλεγχῶ καὶ γὰρ νωθροὶ καὶ ὡμοὶ τὸ αἷμα ὑπὸ ψυχρότητος, trad. it. MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015, p. 95.

²⁷ Galeno, *Quod animi mores corporis temperamenta sequantur* 8, IV 804 KÜHN: ἐκ σφοδρᾶς κινήσεως ἀρτηρίας ἐτεκμηράτο μακρὸν καὶ ὀξύθυμον ἄνθρωπον, ἐπεὶ διὰ τὸ πλῆθος τῆς ἐν τῇ καρδίᾳ θερμασίας οὕτω σφύζουσιν αἱ ἀρτηρίαι· μακρὸν μὲν γὰρ καὶ ὀξύθυμος τὸ πλῆθος τῆς θερμασίας ἐργάζεται, νωθροὺς δὲ καὶ βαρεῖς καὶ δυσκινήτους ἢ τῆς κράσεως ψυχρότητος.

²⁸ Filostrato, *Gymnasticus* 50: οἱ μὲν δὲ ὑπερσιτήσαντες, ἦν τε κούφων τύχῳσιν, ἦν τε βαρύτερων ἀγωνισταί, μεταχειριστέοι ταῖς ἐς τὸ κάτω τρήψεσιν, trad. it. MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015, p. 123.

Anche Galeno illustra bene questo tipo di massaggio:

“occorre in primo luogo far arrossare il corpo mediante lini finissimi con mani mosse dolcemente dall’alto verso il basso; prima è meglio massaggiare partendo dalle braccia e dalle mani, quindi procedendo verso il petto e il ventre e infine le gambe”²⁹.

Se la virtù cui pensa Filostrato non è l’ἀρετή competitiva degli eroi omerici e/o degli atleti olimpici, ma l’ἀρετή estetica dell’élite romana, la quale dovrebbe sviluppare la capacità di discernimento ed essere in grado di apprezzare la bellezza della pratica atletica e di agire di conseguenza, allora qual è la causa profonda del “declino”? Filostrato spiega che la corruzione sarebbe iniziata quando gli atleti si sono allontanati dalla pratica della guerra e sono diventati ingordi, pigri e flaccidi: la gastronomia siciliana, l’arte adulatoria, la medicina “promotrice” di cibi lussuriosi, l’avidità degli atleti e la ricerca del profitto da parte degli allenatori avrebbero costituito un νόμος deviante, che si è allontanato sempre più dalla φύσις e che soltanto il γυμναστής competente può riavvicinare a quest’ultima, alla stessa stregua della σοφία che nobilita la τέχνη in vista del raggiungimento dell’ἀρετή³⁰. Ecco il giudizio espresso da Filostrato sui sintomi di “decadenza” dell’attività sportiva in età imperiale:

“poi, quando queste cose cambiarono e, da combattenti divennero privi di ogni condizione strategica, da attivi pigri, da vigorosi flaccidi, e quando prevalse la ghiottoneria siceliota, gli stadi vennero privati del vigore, soprattutto quando l’arte adulatoria si mescolò all’allenamento. Inizialmente, proponendosi come consigliera, svolse una funzione adulatoria la medicina, disciplina meritatoria, ma troppo debole da usare con gli atleti, poiché insegnava loro la pigrizia e, prima di essere allenati, a stare seduti riempiti come pesi libici o egiziani; forniva cuochi e preparatori di cibi che li rallegravano, a causa dei quali finivano per essere famelici e ghiottoni di stomaco; offriva da mangiare pani col papavero di difficile digestione, proponeva pietanze inusitate a base di pesce, spiegando la natura dei pesci sulla base delle zone del mare in cui vivono: pingui sono i pesci provenienti da zone paludose, delicati quelli provenienti dagli scogli, carnosi quelli d’alto mare, sottili quelli che vivono nei nascondigli, insipidi quelli che vivono tra le alghe. Trattava, inoltre, in maniera fantasiosa anche della carne suina, infatti invitava a considerare nocive le carni dei porci che si alimentano presso il mare a causa dell’aglio marittimo, del quale sono piene le spiagge e i lidi, e anche esortava a tenersi lontano dai porci che stanno vicino ai fiumi perché si cibano di gamberi, e a nutrirsi in maniera controllata solo dei porci che mangiano ghiande e corniolo”³¹.

Tornano le frecciate contro Galeno, come ha giustamente notato König, secondo il quale Filostrato in questo passo «ridicules the way in which doctors classify different types of fish, with the implication that such classification have been used mainly to achieve greater gastronomical satisfaction... rather than for the purpose of guaranteeing good health»³². Le critiche peraltro non si limitano all’alimentazione a base di pesce, come scrive König, ma riguardano sicuramente anche il pane e la carne suina, cibi che secondo Galeno rientrano invece a pieno titolo nella dieta degli sportivi (vd. *infra* § 3).

Per Filostrato l’allenamento è σοφία, “sapienza”, e, nello stesso tempo, ἐπιστήμη, “sapere scientifico” basato su conoscenze specifiche e applicato a una determinata area d’interesse dello scibile umano: «associando all’allenamento il concetto di ἐπιστήμη, Filostrato si pone di fatto in polemica con Galeno, per il quale l’allenamento non rappresentava una scienza, ma una κακοτεχνία [Galeno, *Protrettico* 9 e *Trasibulo* 47, su cui vd. *infra* § 3], vale a dire una pratica di basso livello messa in atto da gente ignorante e scarsamente acculturata»³³. Filostrato sente il bisogno per un verso di ribadire

²⁹ Galeno, *Pro puero epileptico consilium* 3, XI 364 KÜHN: χρῆ δὲ τὰ μὲν πρῶτα διὰ συνδόνων ἀτρέμα ἄνωθεν κάτω τῶν χειρῶν φερομένων ἐρυθραίνειν τὸ σῶμα τὴν ἀρχὴν ἀπὸ βραχιόνων τε καὶ χειρῶν ποιουμένους, εἴθ’ οὕτως ἐπὶ τὰ στέρνα τε καὶ γαστέρα προϊόντας, ἐφεξῆς δὲ καὶ τὰ σκέλη τρίβειν ἰκανώτερον.

³⁰ REID 2015, pp. 26-27. Sul tema del declino dell’attività sportiva agonistica nel *Gymnasticus* cfr. STOCKING 2016, pp. 86-125.

³¹ Filostrato, *Gymnasticus* 44, trad. it. MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015, p. 115: ἐπεὶ δὲ μετέβαλε ταῦτα καὶ ἀστράτευτοι μὲν ἐκ μαχομένων, ἀργοὶ δὲ ἐξ ἐνεργῶν, ἀνειμένοι δὲ ἐκ κατεσκληκότων ἐγένοντο, Σικελικὴ τε ὄψοφαγία ἰσχυσεν, ἐξενευρίσθη τὰ στάδια, καὶ πολλῶ μᾶλλον, ἐπειδὴ κολακευτικὴ [γε] ἐγκατελέχθη τῇ γυμναστικῇ. Ἐκολάκευσε δὲ πρῶτον μὲν ἰατρικὴ παρισταμένη ξύμβουλος, ἀγαθὴ μὲν τέχνη, μαλακωτέρα δὲ ἢ ἀθλητῶν ἀπτεσθαι ἔτι τε ἀργίαν ἐκδιδάσκουσα καὶ τὸν πρὸ τοῦ γυμνάζεσθαι χρόνον καθῆσθαι σεσαγμένους, οἷον ἄχθη Λιβυκὰ ἢ Αἰγύπτια, ὄψοποιούς τε καὶ μαγείρους ἡδοντας παραφέρουσα, ὑφ’ ὧν λιχοὶ τε ἀποτελοῦνται καὶ κοῖλοι τὴν γαστέρα, ἄρτοι τε μῆκωνεῖς καὶ ἀπεπτουμένοις ἐσιώσα, ἰχθύων παρανοματώτης βρώσεως ἐμφοροῦσα, καὶ φυσιολογοῦσα τοὺς ἰχθύς ἀπὸ τῶν τῆς θαλάττης

δήμων, ὡς παχεῖς μὲν οἱ ἐξ ἰλύων, ἀπαλοὶ δὲ οἱ ἐκ πετρῶν, κρεώδεις δὲ οἱ πελάγιοι, λεπτούς τε βόσκουσι θαλάμια, τὰ φυκία δὲ ἐξιτηλοῦς, ἔτι τε τὰ χοίρεια τῶν κρεῶν σὺν τερατολογία ἀγούσα· μοχθηρὰ μὲν γὰρ ἠγγεῖσθαι κελεύει τὰ ἐπὶ θαλάττη συβόσια διὰ τὸ σκόροδον τὸ θαλάττιον, οὐ μεστοὶ μὲν αἰγιαλοὶ, μεστοὶ δὲ θίνες, φυλάττεσθαι δὲ καὶ τὰ ἀγχοῦ ποταμῶν διὰ τὴν καρκίνων βρώσιν, μόνων δὲ ἀναγκοφαγεῖν τῶν ἐκ κραναίας τε καὶ βαλάνου; cfr. WEBER 1986, pp. 119-121. Sul termine ἀναγκοφαγεῖν, “rispettare un regime alimentare” (tipico degli atleti), e sui relativi rimandi a Galeno cfr. JÜTHNER 1909, pp. 276-277, nota 170. 25. Questa voracità degli atleti professionisti è in effetti sottilmente stigmatizzata già da Plinio il Vecchio (*nat.* 18, 12, 63), secondo il quale la capienza dello stomaco di costoro sarebbe stata addirittura paragonabile a quella delle bestie da soma: *athletarum tum decreto, quorum capacitas iumentis similis*.

³² KÖNIG 2009, p. 266. Sulla classificazione dei pesci e sul loro apporto nutritivo secondo Galeno cfr. ARENA, CASSIA 2016, pp. 154-205; ARENA 2022b, pp. 77-78; 86-89.

³³ ISIDORI, FAZIO 2015, pp. 38-39. König 2009, ha colto una polemica allusione a Galeno, *Protrettico* 9, dove la γυμναστικὴ – della

la funzione educativa dell'attività sportiva e per un altro di riflettere sulla sopravvivenza – o meno – dell'antica παιδεία in una capitale imperiale che ormai non sembra più capace di apprezzare la valenza culturale ed etica dell'atletismo: l'autore del *Gymnasticus* si dimostra concorde con Platone, «quando parla del legame dell'allenamento con la medicina e afferma che è la mancanza di μετριότης (“moderazione”) a fare di esso un male. Non è quindi vero, come afferma Galeno, che l'allenamento sia una pratica negativa che danneggia il corpo delle persone che lo praticano»³⁴:

“consideriamo una forma di sapere cose simili, come dedicarsi alla filosofia, esprimersi attraverso precetti retorici, praticare la poesia, la musica e la geometria e, per Zeus, anche l'astronomia, seppure non in misura eccessiva, e anche schierare un esercito, e similmente ogni forma di medicina, la pittura, la capacità di plasmare materiali, le forme delle statue, la lavorazione della pietra e del ferro... ma potremmo definire l'allenamento una forma di sapere che non è inferiore ad alcuna arte... nella sua condizione odierna l'allenamento ha apportato cambiamenti tali nell'atletismo che la maggior parte delle persone prova avversione anche nei confronti di quelli che si dedicano con passione all'allenamento stesso”³⁵.

Il passo in effetti contiene un riferimento implicito a Platone, il quale riporta le critiche mosse da Socrate nei riguardi di chi eccede con la pratica atletica, si alimenta smodatamente e non ha alcuna familiarità con la musica e la filosofia³⁶; del testo platonico Galeno fornisce un'interpretazione ben diversa, servendosi, al contrario, per condannare allenamento e allenatori³⁷. La posizione di Filostrato, insomma, è molto chiara:

“mi sembra opportuno indicare le cause per le quali si è sviluppata questa decadenza, mettere insieme le mie conoscenze a vantaggio di quelli che allenano e di quelli che sono allenati e difendere la natura di cui si sente parlare male, perché gli atleti di oggi appaiono molto distanti da quelli antichi” (δοκεῖ δὴ μοι διδάξαι μὲν τὰς αἰτίας, δι' ἃς ὑποδέδωκε ταῦτα, ξυμβalέσθαι δὲ γυμνάζουσι τε καὶ γυμναζόμενοις, ὅποσα οἶδα, ἀπολογησασθαι τε ὑπὲρ τῆς φύσεως ἀκούουσης κακῶς, ἐπειδὴ παρὰ πολὺ τῶν πάλαι οἱ νῦν ἀθληταί)³⁸.

Riassumendo, Filostrato non è affatto un “tecnico” della materia trattata, bensì soltanto un entusiasta e nostalgico ammiratore dell'atletismo delle origini, da lui ormai considerato degradato a “mestiere”; egli, insomma, secondo Julius Jüthner, alla stregua di un moderno giornalista sportivo, affronta, senza la necessaria competenza, un tema come l'atletismo, per il quale, di fatto, è soltanto in grado di offrire un'informazione spicciola e rapida, ma lo fa attraverso uno sfoggio stilistico e lessicale tipico della Seconda Sofistica, certamente non funzionale a un'ampia divulgazione, bensì allo scopo di ottenere la più ampia convergenza possibile di consensi presso il suo destinatario, ossia un pubblico di cultura medio-alta³⁹.

§ 3. *L'atletica è fonte “non di salute ma piuttosto di malattia”*

Anche Galeno, come si è accennato (vd. *supra* § 2), dedica all'agonismo sportivo un ampio spazio di riflessione polemica nel *Trasibulo o Se la salute dipenda dalla medicina o dall'atletica* e nel *Protrettico* – dove tenta di convincere i giovani che non esisterebbe una carriera professionale migliore di quella medica –, per quanto, però, ciò non gli impedisca affatto, in opere come *L'esercizio con la piccola palla* e *Sulla conservazione della salute*, di cogliere taluni aspetti positivi dell'esercizio fisico moderato soprattutto per quel che concerne tanto la prevenzione quanto la cura delle malattie.

L'osservazione del corpo degli atleti offre a Galeno per un verso l'opportunità di osservare la complessità anatomica e funzionale dell'essere umano, ma per un altro il mezzo per porre in atto una raffinata strategia argomentativa, la quale, sulla base della teoria salutistica del giusto equilibrio, soprattutto in ambito dietetico, finiva per ribaltare l'ideale

quale Filostrato intende «rivendicare la dignità epistemologica, ovvero lo statuto pienamente scientifico» (JORI 2003, p. 177) – è definita invece κακοτεχνία. Cfr. FINLEY, PLEKET 1980, p. 97: «despite his criticism, in sum, Philostratus was a defender of athletics and of trainers, in particular against the doctors».

³⁴ ISIDORI, FAZIO 2015, pp. 39-40.

³⁵ Filostrato, *Gymnasticus* 1: σοφίαν ἡγώμεθα καὶ τὰ τοιαῦτα μὲν, οἷον φιλοσοφῆσαι καὶ εἰπεῖν σὺν τέχνῃ, ποιητικῆς τε ἄψασθαι καὶ μουσικῆς καὶ γεωμετρίας, καὶ, νῆ Δία, ἀστρονομίας, ὅποση μὴ περιττὴ σοφία δὲ καὶ τὸ κοσμήσαι στρατιάν, καὶ ἔτι τὰ τοιαῦτα, ἰατρικὴ πᾶσα καὶ ζωγραφία καὶ πλάσσει καὶ ἀγαλμάτων εἶδη καὶ κοῖλοι λίθοι καὶ κοῖλος σίδηρος... περὶ δὲ γυμναστικῆς, σοφίαν λέγωμεν οὐδεμίας ἐλάττω τέχνης... ἢ δὲ νῦν καθεστηκυῖα, μεταβέβληκεν οὕτω τὰ τῶν ἀθλητῶν, ὡς καὶ τοῖς φιλογυμναστοῦσι τοὺς πολλοὺς ἀχθεσθαι, trad. it. MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015, p. 65.

³⁶ Platone, *Repubblica* 3, 411c: τί δὲ ἂν αὐ γυμναστικῆ πολλὰ πονῆ καὶ εὐωχῆται εὐ μάλα, μουσικῆς δὲ καὶ φιλοσοφίας μὴ ἄπτηται; οὐ πρῶτον μὲν εὐ ἰσχων τὸ σῶμα φρονήματός τε καὶ θυμοῦ ἐπιμπλαται καὶ ἀνδρείτερος γίγνεται αὐτὸς αὐτοῦ; (“e poi se uno si impegna non poco nell'atletica e si alimenta ben bene, senza neppure sfiorare la musica e la filosofia, non è che sulle prime, avendo rinvigorito il corpo, monterà in superbia e si riempirà di ardimento, diventando più audace del solito?”, trad. it. [con modifiche] REALE, RADICE 2009, p. 417). Cfr. KÖNIG 2009, p. 261.

³⁷ Cfr. WOHRLE 1990, pp. 122-123.

³⁸ Filostrato, *Gymnasticus* 2, trad. it. MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015, p. 67. Cfr. KEMEZIS 2014, p. 206, nota 24.

³⁹ JÜTHNER 1909, pp. 97-107; cfr. BILLAULT 1993, pp. 142-162; CARETTA 1995, pp. 32-33.

agonistico e ne dimostrava l'assurdità, fino al punto di equiparare agli animali gli sportivi addestrati unicamente in funzione delle competizioni⁴⁰.

Le critiche più aggressive di Galeno riguardano in effetti gli atleti dei suoi tempi, il cui stile di vita è paragonato nel *Trasibulo* (redatto tra il 169 e il 180, ossia durante il secondo soggiorno romano del medico e prima della morte di Marco Aurelio⁴¹) addirittura a quello dei maiali, dal momento che le uniche attività costantemente reiterate da parte di chi pratica sport a livello agonistico sono mangiare, bere, dormire, evacuare e rotolarsi nella polvere e nel fango, senza nutrire alcun interesse per la cultura:

“poiché, tuttavia, mi sono imbarcato in questo compito di smascherare la forma malvagia della buona condizione fisica e dell'atletica, ripeterò anche questo punto, il più brevemente possibile. La salute consiste in un certo tipo di equilibrio; questa forma di atletica crea uno squilibrio, aumentando la quantità e la densità della carne e producendo una quantità di sangue che è, in parole povere, estremamente appiccicosa. Infatti, il suo scopo è quello di aumentare non solo la forza, ma anche la massa e il peso del corpo, in quanto anch'essi contribuiscono a sconfiggere l'avversario. Non è quindi difficile concludere che questa pratica è dannosa per lo svolgimento delle funzioni naturali, oltre a comportare altri tipi di pericoli. In ogni vera arte, lo scopo principale è quello di massimizzare il raggiungimento dell'obiettivo; ma in questo caso si rivela la cosa peggiore di tutte, poiché l'oggetto delle loro fatiche non è uno stato naturale, ma, come diceva Ippocrate, uno stato innaturale. I beni naturali migliorano con il progresso, l'aumento o l'incremento; quelli innaturali diventano tanto più problematici quanto più sono grandi. Così è accaduto che alcune di queste persone abbiano subito un repentino abbassamento della voce, altre un'improvvisa perdita di sensibilità o di movimento, o addirittura una paralisi completa, a causa di questa massa innaturale che spegne il calore innato e impedisce le vie di uscita dell'aria. L'angoscia meno violenta che possono subire è quella di rompere un vaso e quindi vomitare o sputare sangue. Quindi, gli artefici di questo tipo di buona condizione – tra i quali si possono annoverare gli straordinari scritti che vengono attualmente propagandati da persone con gravi danni alle orecchie – possono essere una volta per tutte rimossi dalla nostra considerazione. In ogni caso, caro Trasibulo, saprai bene che non vale la pena di dare loro una risposta. Che senso avrebbe? Si tratta di persone che ieri o l'altro ieri si sono abbandonate a un innaturale riempimento del corpo e al sonno; eppure sono così incredibilmente arroganti da parlare, spudoratamente e a lungo, di argomenti in cui anche persone di notevole istruzione possono avere difficoltà a valutare immediatamente in modo corretto il conflitto logico o la conseguenza delle proposizioni. Cosa imparerebbero queste persone, anche se ascoltassero qualche proposta di grande profondità, saggezza e accuratezza? In questo tipo di indagine scientifica, anche gli uomini addestrati sin dall'infanzia nelle migliori discipline non sono sempre dei buoni giudici. Sarebbe strano se le persone che sono state addestrate per vincere le gare, ma che avevano così poco talento naturale da fallire anche lì – prima di presentarsi un giorno come allenatori – fossero gli unici individui dotati di una comprensione così prodigiosa. La realtà, però, è che la veglia e il pensiero intelligente, non il sonno, favoriscono l'acutezza dell'ingegno; ed è un proverbio quasi universalmente approvato – perché si dà il caso che sia perfettamente vero – che un ventre grasso non fa una mente raffinata. L'unica possibilità che rimane è che la polvere possa aver regalato loro la grande saggezza. Tuttavia, sarebbe un po' difficile immaginare il fango come progenitore della saggezza, se si osserva che è la dimora abituale dei maiali. Né si considererebbero normalmente le latrine, in cui passano gran parte del loro tempo, un terreno fertile per la genialità mentale. Eppure queste sono le loro uniche attività: è stato chiaramente osservato che trascorrono la loro intera vita in una perpetua successione ciclica di attività quali mangiare, bere, dormire, espellere o rotolarsi nella polvere e nel fango”⁴².

⁴⁰ FELSENHELD 2010, pp. 303-318; FELSENHELD 2012, pp. 27-44 (<https://journals.openedition.org/pallas/2425>).

⁴¹ ILBERG 1896, p. 195.

⁴² Galeno, *Trasibulo* 37, pp. 83-85 HELMREICH 1893: οὐ μὴν ἀλλ' ἐπειδήπερ ἅπαξ κατέστην εἰπεῖν τι περὶ τῆς μοχθηρᾶς εὐξίας τε καὶ γυμναστικῆς, ὑπομνησθήσομαι καὶ τούτων ὡς ἐνὶ μάλιστα διὰ βραχυτάτων. Τῆς ὑγίειας ἐν συμμετρίᾳ τινὶ τεταγμένης ἀμετρίας ἐστὶ δημιουργὸς ἢ τοιαύτη γυμναστικὴ πολλήν καὶ πυκνὴν αὐξοῦσα σάρκα καὶ πλῆθος αἵματος ὡς ἐνὶ μάλιστα γλισχροτάτου παρασκευάζουσα. Βούλεται γὰρ οὐ τὴν ἰσχὴν αὐξῆσαι μόνον ἀλλὰ καὶ τὸν ὄγκον τε καὶ τὸ βᾶρος τοῦ σώματος, ὥστε καὶ ταύτη χειροῦσθαι τὸν ἀνταγωνιστὴν. Οὐκ οὐκ ἔτι χαλεπὸν οὐδὲν ἐξευρεῖν, ὡς διὰ τοῦτ' ἀχρηστὸς τε πρὸς τὰς κατὰ φύσιν ἐνεργείας ἐστὶ καὶ ἄλλως σφαιλερὰ. Ὅπερ γὰρ ἐν ἀπάσῃς ταῖς ὄντως τέχναις ἀγωνισμὰ ἐστὶ μέγιστον εἰς ἄκρον ἀφικέσθαι τοῦ σκοποῦ, τοῦτ' ἐν ταύτῃ μοχθηρότατον ἐστίν, ὡς οὐ φυσικὴν τινὰ διάθεσιν, ἀλλ', ὡς Ἰπποκράτης ἔλεγεν, οὐ φύσει κατασκευαζόση. Τὰ μὲν γὰρ τῆς φύσεως ἀγαθὰ προϊόντα τε καὶ ἐπιδιδόντα καὶ αὐξανόμενα γίνονται βελτίω, τὰ δ' οὐ φύσει πάντα τοσοῦτ' ἀχρηστὰ ὄση καὶ μείζω. Ὅθεν ἀφανοὶ τινες αὐτῶν ἐξαίφνης, ἕτεροι δ' ἀναίσθητοι καὶ ἀκίνητοι καὶ τελῆως ἀπόπληκτοι γίνονται τοῦ παρὰ φύσιν ὄγκου τοῦδε καὶ τοῦ πλῆθους ἀποσβέσαντός τε τὴν ἐμφυτον θερμασίαν ἐμφράξαντός τε τὰς διεξόδους τοῦ πνεύματος. Ὅσοι δ' ἂν αὐτῶν τὰ πραότατα πάθωσιν, ἀγγεῖον ῥήξαντες ἐμοῦσιν ἢ πτύουσιν αἷμα. Τοὺς μὲν δὴ τῆς τοιαύτης εὐξίας δημιουργός, ὧν ἐστὶ τὰ θαυμαστὰ ταυτὶ

συγγράμματα νῦν ὑπὸ τῶν τὰ ὅσα καταγόμενων περιφερόμενα, τελῆως ἤδη τοῦδε τοῦ γράμματος ἀποδιοπομησόμεθα. Γιγνώσκεις γὰρ δήπου καὶ σύ, Θρασύβουλε φίλτατε, μηδ' ἀποκρίσεως αὐτοῦς ἀξιουμένου ὑπ' ἐμοῦ. τί γὰρ ἂν καὶ πλέον εἴη τοῖς χθῆς μὲν καὶ πρώην πεπαυμένοις τοῦ παρὰ φύσιν ἐμπίπλασθαι τε καὶ κοιμάσθαι, τόλμη δ' εἰς τοσοῦτον ἤκουσιν, ὥσθ' ὑπὲρ ὧν οὐδ' οἱ ἰκανῶς ἡσκηκότες <τὴν> ἀκολούθων τε καὶ μαχομένων διάγνωσιν ἔχουσιν εὐπετῶς ἀποφῆνασθαι, περὶ τούτων ἀναισχύντως διατείνεσθαι; τί μάθοιεν ἂν οὗτοι βαθὺ καὶ σοφὸν καὶ ἀκριβῆς ἀκούσαντες θεώρημα; θαυμαστὸν μὲντ' ἂν ἦν, εἰ τοῖς μὲν ἐκ παιδῶν ἀσκουμένοις ἐν τοῖς ἀρίστοις μαθήμασιν οὐχ ἅπασιν ὑπάρχει κριταῖς ἀγαθοῖς εἶναι τῆς τοιαύτης θεωρίας, ὅσοι δ' ἀσκοῦνται μὲν, ὥστ' ἐν ἄθλοισι νικᾶν, ἀφυεῖς δ' ὄντες κάκει στεφάνων μὲν ἠτύχησαν, ἐξαίφνης δ' ἀνεφάνησαν γυμνασταί, τοῦτοις ἄρα μόνους ὑπάρξει νοῦς περιττός. Καὶ μὴν ἐγγήγοροις μᾶλλον καὶ φροντίς οὐκ ἀμαθῆς ἢ ὕπνος ὄξυν τὸν νοῦν ἀπεργάζονται καὶ τοῦτο πρὸς ἀπάντων σχεδὸν ἀνθρώπων ἄδεται, διότι πάντων ἐστὶν ἀληθέστατον, ὡς γαστήρ ἢ παχεῖα τὸν νοῦν οὐ τίκει τὸν λεπτόν. Ἴσως οὖν ἢ κόνις ἔτι μόνη σοφίαν αὐτοῖς ἐδωρήσατο. Τὸν μὲν γὰρ πηλόν, ἐν ᾧ πολλὰκις ἐκυλινδουνοῦν, τίς ὑπολαμβάνει σοφίας εἶναι δημιουργὸν ὁρῶν γε καὶ τοὺς σὺς ἐν αὐτῷ διατριβόντας; ἀλλ' οὐδ' ἐν τοῖς ἀποπάτοις εἰκόσ, ἐν οἷς διήμερον, ἀγγίνοιν φύεσθαι. Καὶ μὴν παρὰ ταῦτ' οὐδὲν ἄλλο πρότερον ἐπραττον. ὅλον γὰρ ἐβάρωμεν αὐτῶν τὸν βίον ἐν ταύτῃ τῇ περιόδῳ συστρεφόμενον ἢ ἐσθιόντων ἢ πινόντων ἢ κοιμαμένων ἢ ἀποπατούντων ἢ κυλινδουμένων ἐν κόνει τε καὶ πηλῷ. Sull'argomento cfr. CARDINI 1909, pp. 40-41.

Galeno contesta degli atleti non la naturale necessità di assumere sostanze nutritive, ma la loro deviante condotta bulimica, poiché anzi nel *De alimentorum facultatibus* (redatto durante il secondo soggiorno romano [o prima della morte di Marco Aurelio, fra il 169 e il 180, o sotto il regno di Commodo, intorno al 182])⁴³ egli prospetta un regime alimentare idoneo proprio a coloro che praticano attività sportiva:

“per l’atleta il più adatto dei tipi di pane (è) quello non troppo ben cotto che non ha troppo lievito”⁴⁴.

“D’altra parte, gli atleti (οἱ... ἀθληταί) mangiano cibi contenenti succhi benefici, anche se i pesi massimi tra di loro (οἷ γε βαρεῖς αὐτῶν) mangiano cibi densi e viscosi. Chiamano così soprattutto i lottatori, ma senz’altro anche i pancraziasti e i pugili (τοὺς παλαιστάς, ἤδη δὲ καὶ τοὺς παγκρατιαστάς τε καὶ πύκτας). Visto che per loro la preparazione atletica ad una gara è fondamentale e spesso devono allenarsi a lottare e combattere per intere giornate, necessitano di alimenti che difficilmente vanno a male e che sono duri da dissipare. Questi cibi sono composti da succhi densi e viscosi, come ad esempio soprattutto gli alimenti derivati dal maiale (ὅποια μάλιστα ἐστὶν ἢ τε ἐκ τῶν χοιρείων κρεῶν), e tipi speciali di pane preparati appositamente per gli atleti (σκευασθέντων ἄρτων, ἅπερ οἱ νομίμως ἀθλοῦντες ἐσθίουσι μόνα). Se una persona comune, che non pratica alcun esercizio fisico (ιδιώτης ἀγύμναστος), assumesse questi tipi di cibi, la prima conseguenza sarebbe la comparsa di una qualche malattia pletorica, come accadrebbe ad un atleta che mangiasse solo vegetali e decotto d’orzo mondato (χυλῶ πτισάνης): il suo intero organismo assumerebbe subito una pessima condizione fisica, deperendo gradualmente. Se uno di noi mangiasse quei tipi di pane utilizzati dagli atleti, presenterebbe un eccesso di un succo denso e freddo che io chiamo ‘grezzo’ ”⁴⁵.

Il consumo di carne suina, considerata assai nutriente, viene in effetti particolarmente raccomandato a coloro che praticano attività sportiva:

“perciò, fra tutti i cibi, la carne di maiale è l’alimento più nutriente (ἢ σὰρξ τῶν ὑῶν ἐστὶ τροφιμωτάτη). Gli atleti (οἱ ἀθλοῦντες) rappresentano la prova più lampante di tale affermazione, visto che è stato dimostrato che, se un giorno sostituiscono una dose di carne di maiale con una stessa quantità di un altro alimento, il giorno seguente si sentono più deboli. Se l’esperimento continua per vari giorni di séguito, gli atleti non solo si indeboliscono, ma cominciano a mostrare chiari segni di denutrizione. Un’altra prova a favore di questa teoria ci viene mostrata quando alcuni ragazzi si allenano in palestra (τῶν ἐν παλαίστρᾳ διαπονουμένων παιδῶν), mentre altri eseguono una qualche attività dura e faticosa, come ad esempio scavare buche nel terreno”⁴⁶.

Persino un equilibrato consumo di vino giova alla dieta degli atleti, come si legge nel *De victu attenuante* (opera redatta intorno al 170 d.C.)⁴⁷, laddove si fa riferimento a particolari varietà di vini prodotti in Asia Minore e in particolare a quelli provenienti dall’area intorno a Pergamo, città natale di Galeno:

“e infatti i vini che danno un senso di pienezza e sono difficilmente digeribili ostacolano entrambe le escrezioni – quelle dello stomaco e, non meno di queste, quelle della vescica [e del mesentere] –, stazionano moltissimo negli ipocondri, danno facilmente luogo ad acidità e inducono al vomito, mentre sono utili soltanto per gli umori gastrici, a patto che non si beva a sazietà. Non poco vino di questo genere viene prodotto in pianura ad Ege in Eolia e un altro, simile a questo, a Perperene, città vicina a Pergamo, e tutti i nativi bevono d’abitudine questi (vini) senza (provare) dolore; ne limitano infatti l’assunzione alla quantità opportuna; tutti

⁴³ ILBERG 1896, p. 195; BARDONG 1942, p. 639. Secondo SINGER 1997, p. LI, l’opera sarebbe stata scritta intorno al 180 d.C.

⁴⁴ Galeno, *De alimentorum facultatibus libri III* 1, 2, p. 219 HELMREICH 1923: οὗτω καὶ τῶν ἄρτων ἀθλητῆ μὲν ἐπιτήδειος ὁ μῆτε πάνυ καλῶς ὠπτημένος μῆτε ζύμην ἔχων πολλήν.

⁴⁵ Galeno, *De alimentorum facultatibus libri III* 1, 2, pp. 220-221 Helmreich 1923: οἱ δ’ ἀθληταί τροφὰς μὲν εὐχυμοτάτας λαμβάνουσιν, ἀλλὰ παχείας τε καὶ γλισχρας οἷ γε βαρεῖς αὐτῶν· ὀνομάζουσι δ’ οὕτω μάλιστα μὲν τοὺς παλαιστάς, ἤδη δὲ καὶ τοὺς παγκρατιαστάς τε καὶ πύκτας. Ἐπειδὴ γὰρ ἡ παρασκευὴ πάσα πρὸς τοὺς ἀγῶνας αὐτοῖς ἐστίν, ἐν οἷς ἐνίοτε δι’ ὅλης ἡμέρας παλαίειν ἢ παγκρατιάζειν ἀναγκάζονται, διὰ τοῦτο δέονται καὶ τροφῆς δυσφάρτου τε καὶ δυσδιαφορήτου. Τοιαύτη δ’ ἐστὶν ἢ ἐκ τῶν παχέων τε καὶ γλισχρῶν χυμῶν, ὅποια μάλιστα ἐστὶν ἢ τε ἐκ τῶν χοιρείων κρεῶν καὶ τῶν ὡς εἴρηται σκευασθέντων ἄρτων, ἅπερ οἱ νομίμως ἀθλοῦντες ἐσθίουσι μόνα. Καὶ εἴπερ ιδιώτης ἀγύμναστος ἐν τοιαύτῃ τροφῇ διατρέψει, νοσήσει τάχιστα νόσημα πληθωρικόν, ὥσπερ γε καὶ εἰ γυμναζόμενος ἄνθρωπος ἐπὶ λαχάνοις καὶ χυλῶ πτισάνης διατρώτο, καταφθεῖρειεν ἂν ἐν τάχει καὶ τρυχώσειε τὸ πᾶν σῶμα. Χυμὸς δ’ ἐκ τῶν τοιούτων ἄρτων, οἷος ἐφῆν χρῆσθαι τοὺς ἀθλητάς, εἴ τις ἡμῶν τῶν πολλῶν ἐσθίει, γίγνεται παχὺς καὶ ψυχρὸς, ὅποιον ιδίως ὀνομάζειν εἰθίσμεθα τὸν ὦμόν, trad. it. (con modifiche) GRANT 2005, p. 91. Sul consumo di carne da parte degli atleti si veda GOUREVITCH 2001, p. 49 (con ulteriori indicazioni bibliografiche ivi).

⁴⁶ Galeno, *De alimentorum facultatibus libri III* 3, 1, p. 332 HELMREICH 1923: πάντων μὲν οὖν ἐδεσμάτων ἢ σὰρξ τῶν ὑῶν ἐστὶ τροφιμωτάτη, καὶ τούτου πείραν ἐναργεστάτην οἱ ἀθλοῦντες ἴσχουσιν. Ἐπὶ γὰρ τοῖς ἴσοις γυμνασίοις ἐτέρας τροφῆς ἴσον ὄγκον ἐν ἡμέρᾳ μιᾷ προσενεγκάμενοι κατὰ τὴν ὑστεραίαν εὐθέως ἀσθενέστεροι γίγνονται· πλείοσι δ’ ἐφεξῆς ἡμέραις τοῦτο πράξαντες οὐκ ἀσθενέστεροι μόνον, ἀλλὰ καὶ ἀτροφώτεροι σαφῶς φαίνονται. Τὴν δ’ αὐτὴν τοῦ λόγου βάσανον ἐνεστὶ σοι κατὰ τῶν ἐν παλαίστρᾳ διαπονουμένων παιδῶν ποιήσασθαι καὶ τῶν ἄλλῃν ἠντινοῦν ἐνέργειαν ἰσχυρὰν καὶ σφοδρὰν ἐνεργούντων, ὅποια καὶ ἢ τῶν σκαπτόντων ἐστὶ, trad. it. (con modifiche) GRANT 2005, p. 162. Un regime tale, come scriveva già Seneca (*ep.* 9, 80, 1-3) a proposito degli atleti impegnati nella *sphaeromachia* (una sorta di pugilato), avrebbe richiesto “molto nutrimento, molte bevande, molto olio e infine un lungo esercizio” (*multo cibo, multa potione opus est, multo oleo, longa denique opera*), che avrebbe reso il corpo in grado di “sopportare pugni e calci di più avversari contemporaneamente” (*ad hanc patientiam potest qua et pugnos pariter et calces non unius hominis ferat*) e un uomo capace di “passare un intero giorno sotto il sole cocente in mezzo alla polvere rovente, madido del proprio sangue” (*qua solem ardentissimum in ferventissimo pulvere sustinens aliquis et sanguine suo madens diem ducat*).

⁴⁷ MARINONE 1973, p. 2.

coloro che non sono abituati e quanti (bevono) oltre misura patiscono invece dolore. Questi (vini), però, forniscono manifestamente nutrimento ai corpi dei bevitori e so che alcuni degli adolescenti frequentatori della palestra ne fanno uso, non meno che dell'alimentazione di carni suine, allo scopo di (stare in) buona salute" (τινας τῶν ἐπιχωρίων νεανίσκων τῶν ἀμφὶ παλαίστραν ἐχόντων εἰς εὐεξίαν αὐτοῖς προσχωμένους οὐδὲν ἦττον χοιρέων κρεῶν ἐδωδῆς)⁴⁸.

Ovviamente l'età, il carico di lavoro e gli usi locali rendono necessarie ulteriori distinzioni:

"perciò, qualunque pane che non è cotto in modo appropriato è adatto ad un atleta (ἀθλητῆ), visto che non contiene molto lievito, mentre tutto ciò che ben cotto nel forno è adatto ad una comune persona anziana (ιδιώτη... πρεσβύτη), poiché contiene una buona quantità di lievito, mentre il pane che non contiene nemmeno un po' di lievito non è utile a nessuno. Se aggiungete un po' di formaggio, così come fanno coloro che risiedono ἐν τοῖς ἀγροῖς παρ' ἡμῖν quando celebrano una festività, ad un tipo di pane chiamato azzimo, allora chiunque ne soffrirà, persino i più sani mietitori e zappatori (οἱ γενναιότατοι τῶν θεριστῶν τε καὶ τῶν σκαπανέων); eppure, sembra che queste persone riescano a digerire perfettamente il pane azzimo, come anche la carne di manzo e di capra, meglio degli atleti pesi massimi (βαρέων ἀθλητῶν). Perché dobbiamo citare anche la carne di agnello e di capra oltre a questi cibi? Ad Alessandria viene mangiata anche la carne d'asino, mentre alcune persone mangiano persino la carne di cammello. L'abitudine contribuisce parzialmente alla loro digestione e non bisogna trascurare il fatto che vengono assunte solo piccole dosi di questi cibi, come anche il fatto che coloro che s'impegnano tutto il giorno nelle loro attività lavorative (τοῖς δι' ὅλης ἡμέρας ταλαιπωροῦσι κατὰ τὰς οἰκείας ἐνεργείας) hanno corpi interamente vuoti"⁴⁹.

Come si vede, il Pergameno non nega affatto l'utilità dell'esercizio fisico affiancato a una sana alimentazione, ma lamenta l'inanità dell'agonismo, che produce uomini anomali, inadatti a una vita normale e soggetti a devastanti, prematuri e incurabili danni fisici: nel *Trasibulo*, dunque, egli traccia le coordinate di una dietetica secondo natura, all'interno della quale, da una parte, la medicina guarisce i malati e l'attività motoria mantiene i sani in buona salute, e, dall'altra, l'esercizio fisico equilibrato costituisce un modo per curare il benessere del corpo e non la premessa per un vano agonismo fine a se stesso. Così scrive:

"sapere a perfezione solo quello che occorre in palestra è poco e niente affatto utile a tutti. Meglio è remare, scavare, mietere, lanciare, correre, saltare, cavalcare, cacciare, combattere con armi pesanti, tagliare legna; è molto meglio che allenarsi in palestra"⁵⁰.

Il medico parla addirittura di un momento in cui l'atletica si sarebbe mutata da naturale in professionale e sostiene che lo stato fisico degli atleti si allontana da quello naturale, poiché essi, superspecializzandosi in un determinato campo, perdono la capacità di sviluppare una vita normale e sono esposti a problemi fisici come paralisi, emorragie e perdita della sensibilità⁵¹.

"Nell'antichità, infatti, un uomo svolgeva tutte le attività corporee in accordo con la natura; quest'uomo poteva essere definito 'ben condizionato'. Nelle competizioni non si limitava a lottare, ma anche gareggiava; e non era raro che un uomo vincessesse in entrambe le categorie, oltre che nel giavellotto, nel tiro con l'arco, nel disco e nella corsa dei carri. Solo in un secondo momento queste diverse abilità vennero separate; e tutti divennero come l'Epeo di Omero, che non ha speranze in nessuna attività corporea sana, ma è bravo nel pugilato, la cui unica funzione è quella agonistica. Come lui, (gli atleti) non erano in grado di seminare, di scavare, di portare a termine un viaggio o di svolgere qualsiasi altra attività in tempo di pace e, ancor meno, di compiere azioni di guerra"⁵².

⁴⁸ Galeno, *De victu attenuante* 101-103, pp. 102-104 MARINONE 1973: καὶ γὰρ πλήσμοι καὶ βραδύποροι καὶ τὰς διαχωρήσεις ἐπέχουσιν ἀμφοτέρως, τὰς τε κατὰ γαστέρα καὶ οὐχ ἦττον αὐτῶν τὰς ἐπὶ κύστιν [καὶ μεσάραιον], κάπτι πλείστον ἐν τοῖς ὑποχοδρίοις μένουσι καὶ ῥαδίως ἀποξύνονται καὶ εἰς ἔμετον χωροῦσι, μόνοις δ' εἰσὶν ἐπιτήδειοι τοῖς κατὰ γαστέρα φέμμασιν οὐδὲ τούτοις εἰς κόρον πινόμενοι. Τοιοῦτος οἶνος οὐκ ὀλίγος ἐν Αἰγαῖς ταῖς Αἰολίσι γεννάται ἐν τῷ πεδίῳ καὶ τις ὁμοῖος ἕτερος αὐτῷ κατὰ τὴν ἀστυγείτονα πόλιν Περγάμου Περπερήναν, καὶ πίνουσιν οἱ μὲν ἐπιχώριοι πάντες αὐτοὺς ὑπὸ συνηθείας ἀλύπως· καὶ γὰρ καὶ καταπαύουσιν ἐν τῷ προσήκοντι μέτρῳ τὴν πόσιν· οὐκ ἀλύπως δὲ οἱ τε ἀήθεις ἅπαντες καὶ ὅσοι πραιτέρῳ τοῦ μέτρου προσφέρονται. Τρέφουσι δ' οὗτοι φανερώς τὰ σώματα τῶν πινόντων, καὶ οἰδᾶ τινὰς τῶν ἐπιχωρίων νεανίσκων τῶν ἀμφὶ παλαίστραν ἐχόντων εἰς εὐεξίαν αὐτοῖς προσχωμένους οὐδὲν ἦττον χοιρέων κρεῶν ἐδωδῆς. Cfr. MITCHELL 1993, p. 169; ARENA 2021b, pp. 559-563.

⁴⁹ Galeno, *De alimentorum facultatibus libri III* 1, 2, pp. 219-220 HELMREICH 1923: οὕτω καὶ τῶν ἄρτων ἀθλητῆ μὲν ἐπιτήδειος ὁ μῆτε πάννυ καλῶς ὠπτημένος μῆτε ζύμην ἔχων πολλήν, ιδιώτη δὲ καὶ πρεσβύτη ὁ κάλλιστα μὲν ὠπτημένος ἐν κριβάνῳ, ζύμης δὲ μετέχων πολλῆς, ὁ γε μὴν τελῶς ἄζυμος οὐδενὶ χρήσιμος. Εἰ δὲ καὶ τυροῦ προσλάβῃ, καθάπερ ἐν τοῖς ἀγροῖς παρ' ἡμῖν εἰώθασιν σκευάζειν ἐορτάζοντες, οὐς αὐτοὶ

προσαγορεύουσιν ἄζυμους, ἐτοίμη βλάβη πάσι, κὰν ἰσχυρότατοί τινες ὡς τὴν ἔξιν τοῦ σώματος, οἰοῦπερ οἱ γενναιότατοι τῶν θεριστῶν τε καὶ τῶν σκαπανέων εἰσὶν· οὗτοι γὰρ ὀρώνται καὶ τῶν βαρέων ἀθλητῶν μᾶλλον πέττοντες τοὺς ἄζυμους ἄρτους, ὥσπερ γε καὶ κρέα βόεια καὶ τράγεια. Τί γὰρ ἔτι δεῖ μεμνησθαι προβατείων ἢ αἰγιῶν ἐπὶ τούτοις; Ἐν Αλεξανδρείᾳ δὲ καὶ τὰ τῶν ὄνων ἐσθίουσιν, εἰσὶ δ' οἱ καὶ τὰ τῶν καμηλῶν· εἰς γὰρ τὴν πέψιν αὐτῶν συντελεῖ μὲν καὶ τὸ ἔθος, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ ἡ βραχύτης τῶν προσφερομένων καὶ ἡ τοῦ σώματος ὅλου κένωσις ἐξ ἀνάγκης ἐπομένη τοῖς δι' ὅλης ἡμέρας ταλαιπωροῦσι κατὰ τὰς οἰκείας ἐνεργείας, trad. it. (con modifiche) GRANT 2005, p. 90. Cfr. ARENA 2021a, pp. 102-104.

⁵⁰ Galeno, *Trasibulo* 41, p. 90 HELMREICH 1893:... ὡς τὸ γε περὶ τῶν κατὰ παλαίστραν ἐπίστασθαι μόνον ἐσχάτως τε μικρὸν ἔστι καὶ πάντων ἥκιστα χρήσιμον. Ερέσσειν γοῦν ἀμεινὸν ἔστι καὶ σκάπτειν καὶ θερίζειν καὶ ἀκοντίζειν καὶ τρέχειν καὶ πηδᾶν καὶ ἱππάζεσθαι καὶ κυνηγετεῖν ὀπλομαχεῖν τε καὶ σχίζειν ξύλα καὶ βαστάζειν καὶ γεωργεῖν ἅπαντὰ τε ἄλλα κατὰ φύσιν ἐργάζεσθαι κρεῖττον ἢ κατὰ παλαίστραν γυμνάζεσθαι.

⁵¹ Galeno, *Trasibulo* 37, pp. 83-85 HELMREICH 1893.

⁵² Galeno, *Trasibulo* 33, p. 79 HELMREICH 1893: πάλαι μὲν γὰρ εἰς ἀνήρ ἐργάτης τῶν κατὰ φύσιν ἔργων ἀληθῶς εὐεκτικὸς εἰς ἀγῶνα καταβαίνειν οὐ πάλιν μόνον ἀλλὰ καὶ δρόμον ἠγωνίζετο καὶ τις ἐνίκα πολλάκις εἰς ἄμφω τε ταῦτα καὶ ἀκοντίζειν καὶ τοξείων καὶ δισκοβολῶν

La medesima condanna del professionismo sportivo, che privilegia la cura del corpo rispetto a quella dello spirito, torna in termini ancor più duri – se possibile – nel *Protrettico* (redatto dopo il 193, durante il regno di Settimio Severo⁵³), dove il medico denuncia per l'ennesima volta gli effetti dannosi del “superallenamento”:

“Orsù dunque, fanciulli, quanti avete udito i miei discorsi e vi siete mossi ad imparare un'arte: state attenti che qualche impostore e ciarlatano non abbia da ingannarvi e non vi faccia apprendere un'arte vana o nociva (*ματαιοτεχνίαν ἢ κακοτεχνίαν*), sapendo che tutte le occupazioni il cui fine non è utile alla vita non sono arti. E quanto alle altre (occupazioni) sono pienamente convinto che anche voi non le considerate, nessuna, un'arte, per esempio stare in equilibrio su un'alta pertica e camminare su funi sottili e volteggiare senza vertigini o quali sono le (costruzioni) dell'ateniese Mirmecide e dello spartano Callicrate; ma solo dell'occupazione degli atleti ho paura, che questa promettendo la forza fisica e procurando la rinomanza popolare, ricompensata a spese dello Stato presso i nostri antenati con distribuzioni giornaliere di denaro e onorata in maniera del tutto uguale agli eroi, inganni qualche giovane così da essere anteposta a un'arte (vera). Perciò è meglio esaminarla in anticipo, perché ognuno s'inganna facilmente in quelle cose su cui non ha riflettuto anteriormente”⁵⁴.

Così prosegue poco più avanti:

“Nella natura esistono dei beni che riguardano alcuni l'anima, altri il corpo, altri che sono esterni e al di fuori di questi non se ne possono immaginare di specie diversa; che gli atleti non hanno mai partecipato dei beni dell'anima neppure in sogno è evidente a chiunque, perché assolutamente non fanno neppure se hanno un'anima: tanto sono lontani dal sapere che essa è razionale. Ammucchiando sempre gran quantità di carne e di sangue, hanno la loro anima come spenta dentro a molta melma, incapace di avere un pensiero preciso, ma priva di senno come negli animali irrazionali. Ma forse (gli atleti) possono pretendere di possedere qualcuno dei beni del corpo. Si arrogheranno dunque la preziosissima salute? Ma nessun altro puoi trovare in uno stato fisico più precario, se si deve prestar fede a Ippocrate, il quale ha detto che la buona condizione fisica anche al culmine è pericolosa, quella che cercano di conseguire costoro. Inoltre anche quel pensiero espresso bene da Ippocrate [*epid.* VI 4, 18] ‘pratica della salute: non riempirsi a sazietà di cibo, non aver paura delle fatiche’ è sì lodato da tutti, ma essi praticano il contrario, faticando all'eccesso e all'eccesso riempiendosi di cibo, e insomma rifiutando il discorso dell'antico (sapiente) come pazzo. E infatti predicando una condotta di vita salutare diceva: ‘fatiche, cibi, bevande, sonno, rapporti sessuali, tutto misurato’ [Hp. *epid.* VI 6, 2]; quelli invece continuano ogni giorno nella fatica degli esercizi al di là del conveniente e si mettono a mangiare per costrizione, spesso prolungando il pasto fino a mezzanotte, cosicché a ragione si potrebbe dire di essi: ‘gli altri, dei e cavalieri, / dormivano tutta la notte, avvinti nel molle sonno; / ma il sonno non riusciva a impadronirsi dei miseri atleti’ [cfr. Hom. *Il.* 2, 1-2; 24, 677-679]. In maniera simile al cibo e alla fatica essi quindi si comportano anche nella misura del sonno. Quando quelli che vivono secondo natura vengono dal lavoro per prendere cibo, è allora che costoro si svegliano o si alzano, e così la loro vita assomiglia al modo di comportarsi dei maiali, con la sola differenza che i maiali non faticano oltre misura e non mangiano per costrizione, mentre costoro e sono soggetti a questi eccessi e talvolta sono lacerati nella schiena con rami di rododendro. Quell'antico Ippocrate dunque, oltre le cose dette prima, dice anche questo: ‘riempire il corpo con veemenza e all'improvviso o evacuarlo, riscaldarlo o raffreddarlo o sconvolgerlo in qualsiasi altro modo è pericoloso, perché, dice, ciò che è veemente è contro la natura’ [Hp. *aphor.* II 51]. Ma quelli non danno retta né a questi (precetti) né a tutti gli altri che quello rettamente ha suggerito e che essi trasgrediscono, ma praticano ogni cosa contraria ai precetti della salute, e per questo io affermerei che questa occupazione è un esercizio (che è fonte) non di salute ma piuttosto di malattia. Questo credo che sia anche il pensiero dello stesso Ippocrate [*alim.* 34] quando dice: ‘la condizione atletica non è secondo natura, lo stato di salute è migliore’. Infatti con le sue parole non solo ha mostrato che l'occupazione (degli atleti) è priva di ciò che è secondo natura, ma neppure ‘stato’ ha chiamato la loro disposizione fisica, privandoli perfino della denominazione con cui tutti gli antichi chiamano coloro che sono veramente in possesso della salute. Lo ‘stato’ è una disposizione permanente e che cambia difficilmente, invece la buona disposizione degli atleti portata al massimo è pericolosa e di facile mutamento, perché né dà più spazio a un'aggiunta essendo al culmine e, poiché non può rimanere al medesimo punto né essere stazionaria, non le resta che volgere al peggio. Questa è dunque la condizione del loro corpo quando sono in attività, ma quando questa è cessata, è

καὶ ἄρματος ἐπιστατῶν, ὕστερον δὲ διεκρίθη καὶ οἰόνπερ ἓνα πεποιήκεν Ὀμηρος Ἐπειὸν εἰς μὲν πάντα τὰ κατὰ φύσιν ἔργα πάντων ὕστατον, ἀγαθὸν δὲ πυγμῆν, ἣς ἐν ἀθλοῖς μόνους ἢ χρεῖα, τοιοῦτοι πάντες ἐγένοντο, μήτ' ἀρόσαι μήτε σκάλλαι μήθ' ὄδον ἀνύσαι μηδ' ἄλλο μηδὲν εἰρηναῖον ἔργον, ἔτι δὲ μᾶλλον πολέμιον ἐργάσασθαι καλῶς δυνάμενοι.

⁵³ BOUDON-MILLOT 2016, p. 329.

⁵⁴ Galeno, *Protrettico* 9, 1, pp. 130-132 BARIGAZZI 1991: ἀγετ' οὖν, ὦ παῖδες, ὅποσοι τῶν ἐμῶν ἀκηκοότες λόγων ἐπὶ τέχνης μάθησιν ὠρμησθε· μὴ τις ὑμᾶς ἀπατεῶν καὶ γόης ἀνήρ παρακρουσάμενός ποτε ματαιοτεχνίαν ἢ κακοτεχνίαν ἐκδιδάξῃται, γινώσκοντας ὡς ὅποσοι τῶν ἐπιτηδευμάτων οὐκ ἔστι τὸ τέλος βιωφελές, ταῦτ' οὐκ εἰσὶ τέχναι. Καὶ περὶ μὲν τῶν ἄλλων ὑμᾶς καὶ πάννυ πεποιθῶ γινώσκω ὅτι μηδὲν τούτων ἔστι τέχνη, οἷον τὸ τε πετευρίζειν καὶ βαδίζειν ἐπὶ σχοινίων λεπτῶν ἐν κύκλῳ τε περιδινείσθαι μὴ σκοτούμενον <ἢ τινὰ τῆς μικροτεχνίας ἀποτελέσματα τεχνιτεύειν> οἷα τὰ Μυρμηκίδου τοῦ Αθηναίου καὶ Καλλικράτους τοῦ

Λακεδαιμονίου. Τὸ δὲ τῶν ἀθλητῶν ἐπιτήδευμα μόνον ὑποπτεύω, μὴ ποτ' ἄρα τοῦτο καὶ ῥώμην σώματος ἐπαγγελλόμενον καὶ τὴν παρὰ τοῖς πολλοῖς δόξαν ἐπαγόμενον, <καὶ μάλιστα> δημοσίᾳ παρὰ τοῖς πατράσι τετιμημένον ἡμερησίαις ἀργυρίου δόσσασι καὶ ὄλωσ' ἴσα τοῖς ἀριστεύσι τετι[μη]μένον, ἐξαπατήσῃ τινὰ τῶν νέων ὡς προκριθῆναι τινος τέχνης. Ὅθεν ἄμενον προδιασκέψασθαι περὶ αὐτοῦ· εὐἐξαπατήτος γὰρ ἕκαστος ἐν οἷς ἔστιν ἀπρόσκεπτος, trad. it. BARIGAZZI 1991, pp. 131-133. Già Aulo Cornelio Celso (1, 2, 7) in età tiberiana raccomandava, durante la giornata di lavoro, di riservare un certo spazio all'esercizio (che produca sudorazione e stanchezza, ma non addirittura spossatezza), senza, però, esagerare, come invece fanno gli atleti: *exercitationis autem plerumque finis esse debet sudor aut certe lassitudo, quae citra fatigationem sit, idque ipsorum modo minus, modo magis faciendum est. Ac ne his quidem athletarum exemplo vel certa esse lex vel inmodicus labor debet.*

davvero molto peggio. Alcuni muoiono dopo poco tempo, altri vanno avanti nell'età, ma neppure essi invecchiano e, se arrivano alla vecchiaia, non differiscono affatto dalle *Pregchiere omeriche*, finendo 'e zoppi e grinzosi e guerci' [Hom. *Il.* IX 503]. Come le parti delle mura che sono state scosse da macchine da guerra crollano prontamente per qualunque causa avversa, non potendo resistere né a un terremoto né a qualche altro urto più leggero, così anche i corpi degli atleti, divenuti guasti e deboli per i colpi ricevuti durante la loro attività atletica, sono predisposti a cadere malati per qualunque causa. Gli occhi, spesso infossati all'intorno quando le loro forze non reggono più, si riempiono di flussi umorali; i denti, perché scossi frequentemente, per la perdita col tempo della solidità, cadono prontamente; le articolazioni, slogate, diventano deboli a ogni urto esterno, e sopravviene facilmente ogni tipo di rottura delle parti carnose e delle fibre. Per quel che riguarda dunque la salute fisica, è chiaro che non c'è nessuna altra classe (di persone) più infelice degli atleti, tanto che a ragione si potrebbe dire che essi sono denominati secondo una radice comune con gli infelici (*athlioi*), o perché gli atleti sono stati chiamati dalla parola *athlios* (infelice) o perché gli *athlioi* (infelici) hanno tratto il nome dall'atleta o perché in generale gli uni e gli altri (*athlioi* e *athlētai*) hanno avuto il nome, come da una fonte comune, dalla parola *athliotēs* (infelicità)⁵⁵.

Pur non di meno, come si è accennato, Galeno riconosce all'esercizio fisico moderato una funzione positiva, sia per il benessere del corpo sia per la serenità dello spirito, in un opuscolo intitolato *L'esercizio con la piccola palla* (redatto tra il 169 e il 180, ossia durante il secondo soggiorno romano del medico e prima della morte di Marco Aurelio⁵⁶), attività che, oltre a presentare un aspetto ludico, possiede, secondo Galeno, numerosi pregi. Innanzitutto, si tratta di un'attività motoria accessibile a tutti, potremmo dire estremamente "democratica":

"in primo luogo la facilità. Se quindi considerassi di quanti preparativi e di quanto tempo hanno bisogno tutte le altre forme di caccia e anche quella che si fa con i cani, vedresti bene come non sia possibile che di simili esercizi si occupi nessuno di coloro che si curano della pubblica amministrazione o attendono a una professione. E infatti questi esercizi richiedono molte cose e uomini che abbiano non poco tempo libero; questo solo è così adatto alla diffusione che neanche i più poveri mancano di ciò che è necessario al suo allestimento: non richiede infatti né reti né armi né cavalli né cani addestrati alla caccia ma la sola palla e piccola per giunta; è anzi così 'riguardoso' verso le altre occupazioni che non costringe a trascurare nessuna di loro per causa sua. Cosa dunque potrebbe esserci di più comodo del fatto che fa avvicinare a sé uomini d'ogni condizione e dediti a qualsiasi occupazione? Non ci è infatti facile praticare gli esercizi venatori poiché richiedono molto denaro per procurarsi gli strumenti e molto tempo libero per aspettare il momento opportuno. È invece facile anche per i più poveri, come s'è detto, procurarsi gli strumenti necessari all'esercizio con

⁵⁵ Galeno, *Protrettico* 11, 1-6, pp. 138-142 BARIGAZZI 1991: ἀγαθῶν οὖν τῶν ἐν τῇ φύσει τῶν μὲν περὶ ψυχὴν ὄντων τῶν δὲ περὶ σῶμα τῶν δ' ἐκτός, καὶ παρὰ ταύτ' οὐδενὸς ἄλλου γένους ἀγαθῶν ἐπινοουμένου, ὅτι μὲν τῶν ψυχικῶν ἀγαθῶν οὐδ' ὄναρ ποτὲ μετελήφασιν οἱ ἀθλοῦντες εὐδὴλον παντί. Τὴν ἀρχὴν γὰρ οὐδ' εἰ ψυχὴν ἔχουσι γιγνώσκουσι- τοσοῦτον ἀποδέουσι τοῦ λογικῆν αὐτὴν ἐπίστασθαι. Σαρκῶν γὰρ αἰεὶ καὶ αἵματος ἀθροίζοντες πλῆθος ὡς ἐν βορβόρῳ πολλῶ τὴν ψυχὴν παντελῶς ἔχουσι κατεσβεσμένην, οὐδὲν ἀκριβῶς νοῆσαι δυναμένην ἀλλ' ἄνουν ὁμοίως τοῖς ἀλόγοις ζώοις. Ἴσως δ' <ἀν> ἀμφισβητήσκειαν ὡς <εἶεν> τῶν περὶ τὸ σῶμα τινος ἀγαθῶν ἐπήβολοι. Πότερον οὖν τῆς τιμωτάτης ὑγείας ἀμφισβητήσουσιν; ἀλλ' οὐδένας ἄλλους ἐν εὐροις ἐν σφαιρωτέρα διαθέσει σώματος, εἴπερ Ἱπποκράτει δεῖ πιστεύειν εἰπόντι τὴν καὶ ἐπ' ἄκρον εὐέξιαν σφαιερὰν ὑπάρχειν, ἣν μεταδιώκουσιν οὗτοι. Καὶ δὴ καὶ τὸ 'ἄσκισις [τῆς] ὑγείης ἀκορὴ τροφῆς, ἀοκίνη πόνων' Ἱπποκράτει καλῶς εἰρημένον ἐπαινέται πρὸς ἀπάντων. Οἱ δὲ τούναντιον ἐπιτηδεύουσιν, ὑπερπονούντες τε καὶ ὑπερπιπλάμενοι καὶ ὄλωσ τὸν τοῦ παλαιοῦ λόγον ὡς Κόροιβ<ος> ἀνοήτως κατεγνωκότες. "Ὁ μὲν γὰρ ὑγιεινὴν διαίταν ὑποτιθέμενος ἔλεγε 'πόνοι στία ποτὰ ὕπνοι ἀφροδίσια, πάντα μέτρια,' οἱ δὲ τὰ γυμνάσια πέρα τοῦ προσήκοντος ἐκάστης ἡμέρας διακονοῦσι τροφάς τε προσφέροντες σὺν ἀνάγκῃ, πολλάκις ἄκρι μὲσων νυκτῶν ἐκτείνοντες τὴν ἐδωδὴν, ὡς προσηκόντως ἄν τιν' ἐπ' αὐτῶν εἰπέιν 'ἄλλοι μὲν ῥα θεοὶ τε καὶ ἀνέρες Ἱπποκοροῦσαι εὐδον παννύχιοι μαλακῶ δεδμημένοι ὕπνω. ἀλλ' οὐκ ἀθλητὰς κακοδαίμονας ὕπνος ἔμαρπτεν'. Ἀνὰ λόγον τοίνυν τούτοις καὶ ἡ τῶν ὕπνων αὐτοῖς ἔχει συμμετρησις. Ἦνικά γὰρ οἱ κατὰ φύσιν βιούντες ἀπὸ τῶν ἔργων <ἡσυχίαν> ἔχουσιν ἐδεσμάτων δεόμενοι, τρητικαῦθ' οὗτοι διανίστανται τῶν ὕπνων, ὥστ' εἰκνεῖται τὸν βίον αὐτῶν ὕψιν διαγωγῆ· πλὴν γ' ὅσον οἱ μὲν ἕς οὐχ ὑπερπονοῦσιν οὐδὲ πρὸς ἀνάγκην ἐσθίουσιν, οἱ δὲ καὶ ταῦτα πάσχουσι καὶ ῥοδοδάφναις ἐνίοτε τὰ νῶτα διακναίονται. 'Ὁ μὲν οὖν παλαιὸς [Ἱπποκράτης] πρὸς οἷς εἶπον ἔμπροσθεν ἔτι καὶ ταῦτά φησι 'τὸ κατὰ πολὺ καὶ ἐξαπίνης πληροῦν ἢ κενοῦν ἢ θερμαίνειν ἢ ψύχειν ἢ ἄλλως ὁπωσοῦν τὸ σῶμα κινεῖν σφαιρόν.' Πᾶν γὰρ, φησί, τὸ πολὺ τῇ φύσει πολέμιον.' Οἱ δ' οὐτε τούτων ἐπαινοῦσιν οὐτε τῶν ἄλλων ὅσα καλῶς εἰπόντως ἐκείνου παραβαίνουσιν, ἀλλὰ πάντ'

ἐξ ὑπεναντίου τοῖς ὑγιεινοῖς παραγγέλλουσιν ἐπιτηδεύουσιν. Καὶ διὰ τοῦτ' ἂν ἔγωγε φαίην ἄσκησιν οὐχ ὑγείας ἀλλὰ νόσου μάλλον εἶναι τὸ ἐπιτηδεύμα τοῦτο. <Ταῦτὸ> δ' οἶμαι καὶ αὐτὸν τὸν Ἱπποκράτην φρονεῖν, ἐπειδὴν λέγει 'διάθεσις ἀθλητικὴ οὐ φύσει, ἐξ ὑγιεινῆς κρείσσειν.' οὐ γὰρ μόνον τοῦ κατὰ φύσιν ἐστερηθῆναι τὸ ἐπιτηδεύμα δι' ὧν εἶπεν ἐδήλωσεν, ἀλλ' οὐδ' ἐξ ἰσχυροῦς τὴν διάθεσιν αὐτῶν, ἀφαιρούμενος καὶ τῆς προσηγορίας αὐτοῦς ἢ προσαγορευοῦσιν ἅπαντες οἱ παλαιοὶ τοὺς ὄντως ὑγιαίνοντας. Ἡ μὲν γὰρ ἐξ ἰσχυροῦς τῆς ἐσθίας καὶ δυσαλλοίωτος διάθεσις, ἡ δὲ τῶν ἀθλητῶν ἐπ' ἄκρον εὐέξια σφαιερὰ τε καὶ εὐμετάπτωτος, οὔτε γὰρ πρόσθεσιν ἔτι διὰ τὴν ἀκρότητα χωρεῖ καὶ τῷ μὴ δύνασθαι μένει ἐπὶ ταύτου μὴδ' ἀτρεμεῖν λοιπὴν ἔχει τὴν ἐπὶ τὸ χεῖρον ὁδόν. Οὕτως μὲν ἀθλοῦσιν αὐτοῖς διάκειται τὸ σῶμα, καταλύσασσι δὲ πολὺ δὴ τι χεῖρον. Ἔνιοι μὲν γὰρ μετ' ὀλίγον ἀποθνήσκουσιν, ἔνιοι δ' ἐπὶ πλεόν <μὲν> ἤκουσιν ἡλικίας, ἀλλ' οὐδ' αὐτοὶ γηρώσιν οὐδὲ κὰν ἀφίκονται ποτ' εἰς τοῦτο, τῶν Ὀμηρικῶν οὐδὲ ἀπολείπονται Λιτῶν, 'χῶλοί τε ῥυσοὶ τε παραβλώπες τ' ὄφθαλμῶ' ἀποτελούμενοι. Ὡς γὰρ τὰ διασεισθέντα τῶν τειχῶν ἀπὸ μηχανημάτων ἐτοιμῶς ὑπὸ τῆς τυχοῦσης διαλύεται βλάβης, οὔτε σεισμὸν οὐτ' ἄλλην τινὰ βραχυτέραν δύναμιν φέρειν περιστάσιν, οὕτω καὶ τὰ τῶν ἀθλητῶν σώματα σαθρὰ καὶ ἀσθενῆ ταῖς κατὰ τὴν ἐπιτηδεύσιν γενοῦσα πληγαῖς ἔτοιμα πρὸς τὸ πάσχειν ἐστὶν ἐπὶ ταῖς τυχοῦσαις προφάσεσιν. Οἱ μὲν γὰρ ὀφθαλμοὶ περιωρυγμένοι πολλάκις ὄθ' ἢ δύναμις οὐκέτ' ἀντέχει πληροῦνται βρευμάτων, οἱ δ' ὀδόντες ἄτε διασεισμένοι πολλάκις ἐπιλείπουσιν ἐν τῷ χρόνῳ τῆς δύναμειος αὐτοῦς ἐτοιμῶς ἐκπίπτουσι, τὰ δὲ λυγισθέντα τῶν ἄρθρων ἀσθενῆ πρὸς πᾶσαν τὴν ἐξωθεν βίαν γίγνεται, καὶ πᾶν ῥήγμα καὶ σπᾶσμα βραδίως κινεῖται. Σωματικῆς μὲν οὖν ὑγείας ἔνεκα φανερόν ὡς οὐδὲν ἄλλο γένος ἀβλιώτερον ἐστὶ τῶν ἀθλητῶν. Ὡστ' εἰκότως ἂν τις εἴποι συγγενῶς ὀνομάζεσθαι <τοὺς ἀθλητὰς τε καὶ τοὺς ἀθλοῦσιν, ἦτοι γε ἀπὸ τοῦ ἀθλοῦ> τῶν ἀθλητῶν προσαγορευθέντων ἢ ἀπὸ τοῦ ἀθλητοῦ τὴν προσηγορίαν τῶν ἀθλιῶν ἐσηκόντων ἢ κοινῶς ἀμφοτέρων καθάπερ ἀπὸ πηγῆς μίας τῆς ἀθλιότητος ὀνομασμένων, trad. it. BARIGAZZI 1991, pp. 139-143.

⁵⁶ ILBERG 1896, p. 195.

la piccola palla e l'occasione di servirsene attende anche coloro che non hanno tempo. Questo è dunque il suo grande pregio della facilità"⁵⁷.

Una seconda, grande qualità è rappresentata dal fatto che si tratta di un'attività fisica "completa":

"è capace di muovere insieme tutte le parti del corpo... Qualora infatti ci si affatichi dopo essersi uniti gli uni con gli altri a impedire a chi sta in mezzo d'afferrare la palla, l'esercizio è ottimo e molto vigoroso, unito come è alle molte pressioni sul collo e a molte prese da palestra, in maniera d'esercitare testa e collo con le pressioni, fianchi, torace e ventre col sollevare e abbassare la testa, con le spinte, gli appoggi e le varie altre prese da palestra. Con questo esercizio anche i fianchi si tendono violentemente, anche le gambe, sostegno dell'andatura. Camminare e saltare ai lati è non piccolo esercizio delle gambe. Ma se è necessario dire la verità, questo [*i.e.* esercizio] è il solo a muovere in giusta maniera tutte le parti del corpo"⁵⁸.

L'esercizio con la piccola palla, poi, garantisce l'equilibrio psicofisico dell'individuo:

"in questo esercizio lo scopo corrisponde all'attenzione di non far cadere la palla e di ostacolare chi sta in mezzo o d'afferrarla. E la sola attenzione fa dimagrire, unita a un esercizio e, provocando diletto, dallo spirito d'emulazione giova massimamente alla buona salute del corpo e alle facoltà intellettive dello spirito. E anche a questo non è piccolo bene, che cioè l'esercizio possa giovare a entrambi, sia al corpo che allo spirito, per la felice condizione propria a ciascuno dei due"⁵⁹.

V'è poi un quarto, fondamentale pregio di questa tipologia di attività motoria, ossia il fatto che essa rappresenti a tutti gli effetti una sorta di addestramento paramilitare, del tutto estraneo, invece, alle discipline praticate dagli atleti professionisti, così perennemente stanchi, pigri e corpulenti, che Galeno ritiene sia meglio affidare questioni di una certa importanza ai maiali piuttosto che a simili smidollati:

"opera dei buoni comandanti infatti è l'attaccare al momento opportuno, tenersi nascosti nell'assalto, cogliere prontamente l'occasione per l'azione, impadronirsi dei beni degli avversari, ottenendoli con la forza o attaccando di sorpresa, e custodire la preda: per dirla in breve, è necessario che il comandante sia buon custode e ottimo ladro, questo è l'essenziale di tutto quel mestiere. Quale altro esercizio è dunque così adatto ad abituare a custodire la preda o a recuperare quel che s'è perso o a prevedere le decisioni degli avversari? Mi meraviglierei se qualcuno fosse in grado di dirne uno. Molti di essi infatti producono l'effetto contrario; poiché rendono pigri, sonnolenti e tardi alla decisione. E infatti anche coloro che si esercitano in palestra son portati piuttosto a esser carnosi che alla pratica della virtù; molti divennero tanto grossi da respirare a fatica. Quelli che son così non possono divenire buoni generali né amministratori degli affari dei re o degli Stati; ai porci piuttosto che a costoro si potrebbe affidar qualcosa. Penserai forse ch'io lodi la corsa e gli altri esercizi che fan dimagrire il corpo. Non è così; io biasimo infatti l'esagerazione dovunque sia, dico di servirsi misuratamente dell'esercizio di ogni attività e che non è bello quel che manca di misura. Non loderò dunque le corse perché fan dimagrire e non hanno alcuna prova di coraggio. La vittoria non è infatti di quelli che fuggono rapidamente ma di coloro che possono lottare stando uniti; né per questo, per il correre cioè molto velocemente, furono potentissimi gli Spartani, ma per il fatto che rimanendo ben fermi uccidevano i loro nemici"⁶⁰.

⁵⁷ Galeno, *De parvae pilae exercitio* 2, V 900-901 Kühn: πρῶτον μὲν ἡ εὐπορία. Εἰ γοῦν ἐννοήσεως, ὄσης δέεται παρασκευῆς θ' ἅμα καὶ σχολῆς τὰ τ' ἄλλα πάντα τὰ περὶ θήραν ἐπιτηδεύματα καὶ τὰ κυνηγῆσια, σαφῶς ἂν μάθοις, ὡς οὐτε τῶν τὰ πολιτικὰ πραττόντων οὐδέεις οὐτε τῶν τὰς τέχνας ἐργαζομένων δυνατὸς μεταχειρίζεσθαι τὰ τοιαῦτα γυμνάσια. Καὶ γὰρ πλουτοῦντος δέεται πολλῶν καὶ σχολῆν ἄγοντος οὐκ ὀλίγην ἀνθρώπου. Τοῦτο δὲ μόνον οὕτω μὲν φιλόανθρωπον, ὡς μηδὲ τὸν πενέστατον ἀπορεῖν τῆς ἐπ' αὐτὸ παρασκευῆς (οὐ γὰρ δικτύων οὐδ' ὄπλων οὐδ' ἱππων οὐδὲ κυνῶν θηρευτικῶν, ἀλλὰ σφαιράς μόνης δέεται καὶ ταύτης σμικρᾶς), οὕτω δ' εὐγνωμον εἰς τὰς ἄλλας πράξεις, ὥστ' οὐδεμίαν αὐτῶν ὀλιγοῦρεν ἀναγκάζει δι' αὐτό. Καίτοι τί ἂν εὐπορώτερον γένοιτο τοῦ καὶ τύχην ἀνθρώπινην ἄπασαν καὶ πράξιν προσιεμένου; τῶν μὲν γὰρ ἀμφὶ τὰς θήρας γυμνασίων τῆς χρήσεως οὐκ ἐφ' ἡμῖν ἡ εὐπορία· πλοῦτου τε γὰρ δέεται τὴν παρασκευὴν τῶν ὀργάνων ἐκπορίζοντος καὶ ἀργίας σχολῆς τὸν καιρὸν ἐπιτηροῦσης. Τοῦτο δ' ἡ τῶν ὀργάνων παρασκευὴ καὶ τοῖς πενεστάτοις εὐπορος, ὃ τε καιρὸς τῆς χρήσεως καὶ τοὺς ἰκανῶς ἀσχόλους ἀναμένει. Τὸ μὲν δὴ τῆς εὐπορίας αὐτοῦ τηλικούτον ἀγαθόν, trad. it. DI DONATO 1965, pp. 23-24.

⁵⁸ Galeno, *De parvae pilae exercitio* 2-3, V 902-903 Kühn: οὕτω δὲ καὶ τὰ μέρη κινεῖν ἔστι μὲν αὐτοῦ πάνθ' ὁμοῦ... Οταν μὲν γὰρ συνιστάμενοι πρὸς ἀλλήλους καὶ ἀποκωλύοντες ὑφαρπάσαι τὸν μεταξύ διαπονῶσι, μέγιστον αὐτὸ καὶ σφοδρότατον καθίσταται πολλοῖς μὲν τραχηλισμοῖς, πολλοῖς δ' ἀντιλήψεσι παλαιστικαῖς ἀναμειγμένον, ὥστε κεφαλὴν μὲν καὶ αὐχένα διαπονεῖσθαι τοῖς τραχηλισμοῖς, πλευρὰς δὲ καὶ θώρακα καὶ γαστέρα ταῖς τε τῶν ἀμμάτων περιθήσεσι καὶ ἀπόσεισι καὶ ἀποστηρίξεσι

καὶ ταῖς ἄλλαις παλαιστικαῖς λαβαῖς. Τοῦτω δὲ καὶ ὁσφὺς τείνεται σφοδρῶς καὶ σκέλη, <καὶ δὴ ῥώννυται καὶ τὸ > ἔδραϊον τῆς βάρσεως τῷ τοιοῦτω πόνῳ. Τὸ δὲ καὶ προβαίνειν <καὶ ὑποβαίνειν > καὶ εἰς τὰ πλάγια μεταπηδᾶν οὐ μικρὸν σκελῶν γυμνάσιον, ἀλλ', εἰ χρὴ τάληθες εἰπεῖν, μόνον δικαιοτάτα κινοῦν πάντ' αὐτῶν τὰ μόρια, trad. it. DI DONATO 1965, pp. 24-25. È difficile farsi un'idea precisa di questo gioco, molto popolare nel mondo greco e in quello romano: probabilmente un giocatore, collocato tra due file di avversari, cercava di "afferrare", "intercettare" i loro lanci di palla. Questa ricostruzione, che si basa su Athen. *deipn.* 1, 14, concorda con la descrizione di Galeno, il quale fa riferimento alla possibilità che in questo gioco di carattere competitivo fosse permesso ostacolare l'avversario con molte prese piuttosto energiche, come quelle praticate nelle palestre (*parv. pil.* 2, V 902 Kühn: πολλοῖς δ' ἀντιλήψεσι παλαιστικαῖς); cfr. MANETTI 1988, p. 149; ma vedi diffusamente già DI DONATO M. 1965.

⁵⁹ Galeno, *De parvae pilae exercitio* 3, V 904 Kühn: ἐπὶ τοῦτω δὲ καὶ τὴν γνώμην θήγει τῇ φροντίδι τοῦ τε μὴ καταβαλεῖν καὶ τοῦ διακωλύσαι τὸν μέσον ἢ αὐτὸν ὑφαρπάσαι, εἰ<περ> ἐν τοῦτω κατασταίη. Φροντὶς δὲ μόνη μὲν καταλεπτόνυι, μιχθεῖσα δὲ τινι γυμνασίῳ καὶ φιλοτιμίᾳ καὶ εἰς ἡδονὴν τελευτήσασα τὰ μέγιστα καὶ τὸ σῶμα πρὸς ὑγίειαν καὶ τὴν ψυχὴν εἰς σύνεσιν ὀνίησιν. Οὐ σμικρὸν δὲ καὶ τοῦτ' ἀγαθόν, ὅταν ἀμφὼ τὸ γυμνάσιον ὠφελεῖν δύνηται, καὶ σῶμα καὶ ψυχὴν, εἰς τὴν ἰδίαν ἐκάτερον ἀρετὴν, trad. it. DI DONATO 1965, pp. 25-26.

⁶⁰ Galeno, *De parvae pilae exercitio* 3, V 905-906 Kühn: ἐπιθήσεσθαι γὰρ ἐν καιρῷ καὶ λαθεῖν ἐπιθέμενον καὶ ὀξυλαβῆσαι τὴν πράξιν καὶ

Nell'espressione "non è bello quel che manca di misura" è racchiuso un ulteriore elemento di forza di questo particolare esercizio fisico, ovvero il fatto che esso conferisce proporzioni armoniche al corpo, a differenza di quanto accade con le specialità olimpiche:

"soprattutto dunque loderò l'esercizio che procura la salute del corpo e la simmetria delle sue parti e, oltre a queste, la felicità dell'animo: e questo è l'esercizio con la piccola palla. E infatti può sotto ogni aspetto giovare all'animo ed esercita in sommo grado e in egual misura tutte le parti del corpo, quel che riesce anche utilissimo alla salute e porta all'armonia delle forme, non a un'asimmetrica carnosità né a un'eccessiva gracilità, è adatto per le azioni che han bisogno di forza e indicato per quante hanno bisogno di velocità"⁶¹.

Un sesto aspetto, infine, riveste per Galeno un'importanza tutt'altro che trascurabile, ossia il basso rischio d'infortunio, spesso causa di evidenti danni permanenti negli atleti che praticano invece attività agonistica:

"voglio infatti, dopo i pregi che ho detto, andare innanzi e non lasciare inosservato il fatto che è fuori dai pericoli in cui incorre la maggior parte degli altri. Le corse veloci, infatti, rovinarono molti, rompendo vasi vitali; così anche voci grandi e violente, messe d'un fiato, furono a molti causa di grandi mali e cavalcate forzate ruppero qualcosa nei reni e spesso fecero guasti nel torace, talvolta danneggiarono gli organi genitali per non parlare dei falli dei cavalli, ad opera dei quali spesso i cavalieri, gettati giù dalla sella, morirono sul colpo. Così anche il salto e il disco e gli esercizi con le flessioni. Cosa dovrei poi dire di coloro che si esercitano in palestra? Che son tutti rovinati in nulla meno delle *Liti* ricordate da Omero. Come infatti dice quel poeta, 'zoppi, rugosi, loschi d'entrambi gli occhi' [cfr. Hom. *Il.* 9, 503], così potresti vedere i palestriti o zoppi o distorti o mutili di qualche parte. Dato che gli esercizi con la piccola palla hanno, oltre ai pregi che ho detto, anche questo, l'esser cioè lontani dai pericoli, essi sono i più adatti fra tutti a essere praticati"⁶².

Galeno, in sintonia con quanto dichiarato, non si astiene dall'esercizio fisico, ma anzi si descrive come un assiduo frequentatore della palestra e però non perde occasione per rievocare "incidenti" dei quali è stato vittima. Nel 163, all'età di trentaquattro anni⁶³, si lussò la clavicola e fu costretto a sopportare una fasciatura molto stretta per quaranta giorni, disteso nudo su una pelle di animale, nel clima canicolare, circondato da servitori intenti a riscaldare con olio caldo, giorno e notte, l'arto infreddolito per la scarsa circolazione del sangue:

"ne ho avuto esperienza io stesso, per le sensazioni che provai quando mi lussai la clavicola. Infatti, una volta che era stata tirata con forza verso il basso dal vincolo del bendaggio, sentivo delle pulsazioni in profondità. Subii questo per quaranta giorni, nel corso dei quali la clavicola fu riportata talmente bene verso la testa dell'omero che quelli che mi vedevano potevano dubitare che un giorno si fosse lussata... Successe che il braccio si atrofizzò completamente in quel periodo, al punto che diventò molto magro e che il mio avambraccio ebbe la stessa sorte. Ma quando la lussazione fu ridotta per mezzo di un bendaggio, il braccio intero si rigenerò poco

σφετερίσασθαι τὰ τῶν ἐναντίων ἢ βιασάμενον ἢ καὶ ἀδοκῆτως ἐπιθέμενον καὶ φυλάξαι τὰ κτηθέντα τῶν ἀγαθῶν στρατηγῶν ἔργα. καὶ τὸ σύμπαν φάναι, φυλάκὰ τε καὶ φῶρα δεινὸν εἶναι χρῆ τὸν στρατηγόν, καὶ ταῦτ' αὐτοῦ τῆς ὅλης τέχνης τὸ κεφάλαιον. Ἀρ' οὖν ἄλλο τι γυμνάσιον οὕτω προεθίξει ἱκανὸν ἢ φυλάττειν τὸ κτηθὲν ἢ ἀνασφῆζειν τὸ μεθεμμένον ἢ τῶν ἐναντίων τὴν γνώμην προαισθάνεσθαι; θαυμάζοιμ' ἂν, εἴ τις εἰπεῖν ἔχοι. Τὰ πολλὰ γὰρ αὐτῶν αὐτὸ τούναντιον ἀργούς καὶ ὑπνηλοὺς καὶ βραδείς τὴν γνώμην ἐργάζεται. Καὶ γὰρ καὶ ὅσα κατὰ παλαιστράν ποιοῦσιν εἰς <πολλοὺς στεφανίτας ἀγῶνας>, πολυσαρκίαν μᾶλλον ἢ ἀρετῆς ἀσκησιν φέρει. πολλοὶ γοῦν οὕτως ἐπαχύνθησαν, ὡς δυσχερῶς ἀναπνεῖν. Ἀγαθοὶ γ' οὐδ' ἂν <δύνανθι> οἱ τοιοῦτοι πολέμου γενέσθαι στρατηγοὶ ἢ βασιλικῶν ἢ πολιτικῶν πραγμάτων ἐπιτροποὶ. θάττον ἂν τοῖς ὑσίν ἢ τούτοις τις ὀτιοῦν ἐπιτρέψειεν. <Ἄλλ' > ἴσως οἴησιν με δρόμον ἐπαίνειν καὶ τᾶλλ' ὅσα λεπτύνει τὸ σῶμα γυμνάσια. Τὸ δ' οὐχ οὕτως ἔχει. Τὴν γὰρ ἀμετρίαν ἐγὼ πανταχοῦ ψέγω, καὶ πᾶσαν τέχνην ἀσκέειν φημι χρῆναι τὸ σύμμετρον, κἂν εἴ τι μέτρον στερεῖται, τοῦτ' οὐκ εἶναι καλόν. Οὐκ οὐδὲ δρόμους ἐπαίνω τῶ τε καταλεπτύνει τὴν ἔξιν καὶ τῶ μηδεμίαν ἀσκησιν ἀνδρείας ἔχειν. Οὐ γὰρ δὴ τῶν ὠκέως φευγόντων τὸ νικᾶν, ἀλλὰ τῶν συστάδην κρατεῖν δυναμένων, οὐδὲ διὰ τοῦτο Λακεδαιμόνιοι πλείστον ἠδύναντο τῶ τάχιστα θείν, ἀλλὰ τῶ μένειν θαρροῦντες, trad. it. DI DONATO 1965, pp. 26-28.

⁶¹ Galeno, *De parvae pilae exercitio* 4, V 906-907 KÜHN: μάλιστα' οὖν ἐπαίνω γυμνάσιον, ὃ καὶ σώματος ὑγίαιαν ἱκανὸν ἐκπορίζει καὶ μερῶν εὐαρμοστίαν καὶ ψυχῆς ἀρετὴν, ἃ πάντα τῶ διὰ τῆς σμικρᾶς σφαιράς ὑπάρχει. Καὶ γὰρ ψυχὴν εἰς πάντα δυνατὸν ὠφελείν καὶ τοῦ σώματος τὰ μέρη δι' ἴσου πάντα γυμνάζειν. ὃ καὶ μάλιστα' εἰς ὑγίαιαν συμφέρει καὶ σύμμετρίαν ἔξωθεν ἐργάζεται, μὴτ' ἀμετρον πολυσαρκίαν μὴθ' ὑπερβάλλουσαν ἰσχυρότητα φέρον, ἀλλ' εἰς τε τὰς ἰσχύος δεομένας πράξεις

ἱκανὸν καὶ ὅσαι τάχους χρῆζουσιν ἐπιτήδειον, trad. it. DI DONATO 1965, p. 28.

⁶² Galeno, *De parvae pilae exercitio* 5, V 909-910 KÜHN: βούλομαι γὰρ ἐφ' οἷς εἶπον ἀγαθοῖς προσεῖναι τῶδε τῶ γυμνασίῳ μὴδ' <οἶων τε καὶ ὅσων ἐκτός ἐστι κινδύνων παραλίπειν, οἷς τὰ πλείστα τῶν ἄλλων περιπίπτει. Δρόμοι μὲν γὰρ ὠκέεις πολλοὺς ἤδη διέφθειραν, ἀγγεῖον ἐπίκαιρον ῥήξαντες. Οὕτω δὲ καὶ φωναὶ μεγάλαι θ' ἅμα καὶ σφοδραὶ καθ' ἓνα χρόνον ἀθρώως ἐκφωνηθεῖσαι μεγίστων κακῶν οὐκ ὀλίγους αἰτίαι <κατέστησαν. Καὶ μέντοι> καὶ ἵππασίαι σύντονοι τῶν τε κατὰ νεφροῦς ἔρρηξάν τι καὶ τῶν κατὰ θώρακα πολλὰκις ἐβλάψαν, ἔστι δ' ὅτε καὶ τοὺς σπερματικούς πόρους, ἵνα τὰ τῶν ἵππων ἀμαρτήματα παραλείπω, δι' ἃ γε πολλὰκις ἐκπεσόντες τῆς ἕδρας οἱ ἵπποι παραχρήμα διεφθάρησαν. Οὕτω δὲ καὶ τὸ ἄλμα καὶ ὁ δίσκος καὶ τὰ διὰ τοῦ σκάπτειν γυμνάσια <πολλοὶς μελῶν τι διέστρεψε γυμνασθεῖσιν>. Τοὺς δ' ἐκ τῆς παλαιστράς τι δεῖ καὶ λέγειν, ὡς ἅπαντες λελώβηνται τῶν Ὀμηρικῶν Λιτῶν οὐδὲν μείον; ὡς γὰρ ἐκείνας φησὶν ὁ ποιητὴς "χωλὰς τε ῥυσὰς τε παραβλώπας τ' ὀφθαλμῶ", οὕτω τοὺς ἐκ τῆς παλαιστράς ἴδοις ἂν ἢ χωλοὺς ἢ διεστραμμένους ἢ τεθλασμένους ἢ πάντως γέ τι μέρος πεπηρωμένους. Εἰ δὴ πρὸς οἷς εἶπον ἀγαθοῖς ἐτι καὶ τοῦθ' ὑπάρχει τοῖς διὰ τῆς σμικρᾶς σφαιράς γυμνασίοις, ὡς μὴδὲ κινδύνω πελάζειν, ἀπάντων ἂν εἴη πρὸς ὠφελείαν ἄριστα παρεσκευασμένα, trad. it. DI DONATO 1965, pp. 29-30.

⁶³ Nell'*In Hippocratis librum de articulis et Galeni in eum commentarii* 1, 61 (XVIII A, 401 KÜHN: ἐμοὶ μὲν γὰρ ἔτος ἄγοντι ε' καὶ λ' οὕτω παθεῖν ἐν παλαιστρᾷ συνέβη) Galeno precisa di essere nel suo trentacinquesimo anno di vita e non di avere trentacinque anni, come interpreta MORAUX 1985, p. 95.

dopo che furono levate le bende. Negli adolescenti, ancor più che nei bambini, il bendaggio riduce più facilmente la lussazione dell'osso. Quando mi capitò questo in palestra, io ero nel trentacinquesimo anno. Tuttavia, non ottenni mai una guarigione simile in un altro adulto, poiché questi non sopportava la costrizione delle bende"⁶⁴.

In questo caso, l'esperienza personale del medico giova a dimostrare che si ottiene la riduzione delle lussazioni clavicolari più facilmente nei giovani che negli adulti. A questo primo incidente Galeno lega una seconda "sofferenza" (κακοπάθεια) di cui non precisa la data: anche questa si verificò in palestra e comportò questa volta un violento strappo dei muscoli della spalla, che costrinse il medico a recarsi alle terme o, dopo essersi abbondantemente cosparsa d'olio, a rimanere nella piscina il più a lungo possibile per alleviare il dolore alla spalla. In questo caso, il racconto ha come fine sia quello di mostrare come le lesioni muscolari non siano sempre dovute alla semplice riduzione delle lussazioni sia, soprattutto, quello di sottolineare la necessità di diffidare dei pedotribi, completamente ignoranti in materia di lussazioni:

"infatti, quando mi ero slogato l'acromion [=parte anatomica della scapola] in palestra, il pedotriba, vedendo che la parte alta della mia spalla era scesa e scivolata verso l'ascella, tirò il braccio, tentò di ridurre la lussazione e mise in opera tutti i mezzi dell'arte. Poiché l'operazione non riusciva e si perdeva tempo, pensai che avesse commesso qualche errore nel suo tentativo di ridurre [la lussazione] e ordinai agli altri di tirare il braccio e di tirarlo con lui nel senso opposto, la spalla verso l'alto, mentre io spingevo le dita della mano sana il più lontano possibile sotto al braccio slogato, affinché, una volta introdotte tra le coste e la testa dell'omero, aiutassero la manovra. Non avendo trovato niente di anormale nell'ascella, ordinai a quelli che tiravano insieme al pedotriba e che tiravano in senso contrario di fermare la trazione, perché l'articolazione non era lussata. Quelli, credendo che fossi divenuto sensibile per il dolore, mi esortarono ad affidarmi a loro e non smettevano di tirare, tanto che mi avrebbero strappato un muscolo (come era già successo ad altri), se non fosse arrivato per caso un altro che sapeva bene che non avrei mai fatto smettere la trazione a causa della debolezza. Così li allontanò e mi chiese cosa era successo e cosa consigliavo di fare. Gli risposi che avevo l'acromion allungato e che avevo bisogno di olio, bende e lana. Andai ai bagni e, dopo essermi abbondantemente frizionato con olio, rimasi nella vasca il più a lungo possibile, pensando a come avrei potuto portare il necessario per il trattamento. È così che i miei muscoli, a causa di questa disavventura, ebbero bisogno di un bagno ininterrotto"⁶⁵.

Nel *Trasibulo* il medico dichiara di considerare fallace un'eventuale suddivisione tra γυμναστική e ιατρική: tale distinzione, infatti, non ha alcuna ragion d'essere, poiché la prima trae il nome dalla materia, ossia i γυμνάσια, la seconda dall'attività, ovvero quella espressa dal verbo ἰάομαι, "curo", "guarisco"⁶⁶. Nel *De sanitate tuenda*, fondamentale trattato d'igiene – redatto o durante il secondo soggiorno romano, prima della morte di Marco Aurelio (169-180), oppure fra il 175 circa, anno di stesura dei primi cinque libri, e prima del 186, quando fu redatto il sesto libro⁶⁷ – Galeno scrive che la medicina si compone di due parti, igiene e terapeutica, l'una funzionale a tutelare la condizione del corpo, l'altra a modificarla⁶⁸: in quest'opera Galeno prende le distanze dalla tradizione ippocratica del V e IV secolo a.C., che aveva tentato di associare strettamente regime alimentare ed esercizio fisico, e propugna con veemenza la superiorità della dieta rispetto all'attività ginnica⁶⁹. L'intertesto di questi testi "igienici" di Galeno è un passo del *Gorgia* platonico⁷⁰,

⁶⁴ Galeno, *In Hippocratis librum de articulis et Galeni in eum commentarii IV* 1, 61, XVIII A, 401 KÜHN, trad. it. BOUDON-MILLOT 2016, p. 215.

⁶⁵ Galeno, *In Hippocratis librum de articulis et Galeni in eum commentarii IV* 1, 61, XVIII A, 402-404 KÜHN: ἀποσπασθέντος γὰρ τοῦ ἀκρωμίου κατὰ παλαιστράν ὁ παιδοτριβὴς ἰδὼν ταπεινὴν τὴν ἐπωμίδα καὶ εἰς μασχάλην ὠλισθηκέναι τὸν βραχίονα κατέτεινέ τε καὶ μοχλεῖν ἐπεχειρεῖ καὶ τεχνικῶς ἐνήργει ταῦτα. Μὴ προχωροῦντος δὲ τοῦ ἔργου καὶ μάτην τοῦ χρόνου τριβομένου νομίσας αὐτὸν ἐν τῇ μοχλείᾳ τι σφάλλεσθαι, τοὺς μὲν ἄλλους μετ' ἐκείνου τείνειν τε τὸν βραχίονα καὶ ἀντιτίειν ἄνω τὸν ὦμον ἐκέλευον, αὐτὸς ὑποβαλὼν τῆς ἀπαθοῦς χειρὸς τοὺς δακτύλους ὡς ἐσωτάτω τοῦ δοκοῦντος ὠλισθηκέναι τὸν βραχίονα, ἵνα μεταξὺ τῶν πλευρῶν καὶ τῆς κεφαλῆς αὐτοὺς παρενθῆς ἀναμοχλεύσειεν αὐτὸ μικρὸν τοῦτο μηδὲν εὐρῶν ἐν τῇ μασχάλῃ παρὰ φύσιν ἐκέλευον ἐπισχεῖν τὴν τάσιν τοὺς ἅμα τῷ παιδοτριβῇ τείνοντάς τε καὶ ἀντιτίειν, οὐ γὰρ ἐκπεπωκέναι τὸ ἄρθρον. Οἱ δ' ὡς μετὰ τὴν ὀδύνην μαλθακίζομένου μου περιέτρεπόν τε παρέχριν αὐτὸν ἑαυτοῖς οὐκ ἔμαντοῦ οὐκ ἐπαύοντο τε τείνοντες, ὡς τις ἂν διέσπασε τὸν μῦν, ὡς ἦδη καὶ ἄλλοις τισὶ συνέπεσον, εἰ μὴ κατὰ τύχην ἐπιφανῆς ἕτερος εὐ ἰδὼν, μηδέποτ' ἂν διὰ μαλακίαν εἶρξα αὐτοὺς τῆς τάσεως, ἀπέλυσε μὲν ἐκείνους, ἐμοὶ δ' ἐπέθετο τί ποτ' ἂν εἴη τὸ γεγονός, ὅ τι τε κελεύει με πράττειν. Εἶπον οὖν αὐτῷ τὸ μὲν γεγονός ἀποσπασθῆναι τοῦ ἀκρωμίου, χρῆζειν δὲ ἐλαίου καὶ ὀθονίου καὶ ἔριων εἰς τὸ βαλανεῖον αὐτὸς ἐπορεύθην καὶ πολὺ περιχεόμενος ἐλαίον ἐνδιέτριψα

τῇ δεξιάμηνι, μέχρι δυνατὸν ἦν, νομίζων ὅπως κομισθῆι τὰ πρὸς τὴν θεραπείαν. ὥστε μοι καὶ διὰ ταύτην τὴν κακοπάθειαν οἱ μῦες ἐδέοντο συνεχῶς καταντλήσεως (trad. it. BOUDON-MILLOT 2016, p. 216).

⁶⁶ Galeno, *Trasibulo* 42, p. 91 HELMREICH 1893: ὃ καὶ δῆλον, ὡς ὅσοι τὴν γυμναστικὴν ἀντιδιαίρουσι τῇ ἱατρικῇ, κακῶς γινώσκουσιν· ἢ μὲν γὰρ ἀπὸ τῆς ὕλης, ἢ δ' ἀπὸ τῆς καθόλου τε καὶ γενικῆς ἐνεργείας ὀνόμασται. Nel *Trasibulo* «Galeno conduce una battaglia per rivendicare a pieno titolo l'appartenenza dell'igiene alla medicina, nel tentativo di liberarla definitivamente da un antico quanto imbarazzante rapporto con la ginnastica [i.e. l'atletica]»: GRIMAUDDO 2008, p. 127.

⁶⁷ ILBERG 1896, p. 195; BARDONG 1942, pp. 636; 639.

⁶⁸ Galeno, *De sanitate tuenda* 1, 1, p. 3 KOCH 1923: τῆς περὶ τὸ σῶμα τὰνθρώπου τέχνης μιᾶς οὐσης, ὡς ἐν ἐτέρῳ δέδεικται γράμματι, δύο ἐστὶ τὰ πρῶτά τε καὶ μέγιστα μόρια· καλεῖται δὲ τὸ μὲν ἕτερον αὐτῶν ὑγιεινόν, τὸ δὲ ἕτερον θεραπευτικόν, ἐμπαλιν ἔχοντα πρὸς ἀλλήλα ταῖς ἐνεργείαις, ἐπειδὴ γε τῷ μὲν φυλάξαι, τῷ δ' ἀλλοιῶσαι πρόκειται τὴν περὶ τὸ σῶμα κατάστασιν.

⁶⁹ VEGETTI 1987, p. 47.

⁷⁰ Platone, *Gorgia* 464 b: μιᾶς δὲ οὐσης τῆς τοῦ σώματος θεραπείας δύο μόρια λέγω, τὴν μὲν γυμναστικὴν, τὴν δὲ ἱατρικὴν· τῆς δὲ πολιτικῆς ἀντὶ μὲν τῆς γυμναστικῆς τὴν νομοθετικὴν, ἀντίστροφον δὲ τῇ ἱατρικῇ τὴν δικαιοσύνην; il passo è citato due volte in Galeno, *Trasibulo* 35, pp. 81; 38, p. 86 HELMREICH 1893.

dove *γυμναστική* – termine qui adoperato, secondo Sabrina Grimaudo, nel senso di “igiene mirante a preservare la salute”⁷¹ – e *ιατρική* sono due parti della *θεραπεία* e in politica hanno come corrispettivi l’una l’attività legislativa e l’altra la giustizia, secondo uno schema quadripartito delle *τέχναι*. Il conflitto di competenze (*Kompetenzstreit*), giustamente posto in risalto da Ludwig Englert⁷², esistente tra medici e allenatori per “accaparrarsi” quella sorta di zona franca rappresentata dall’igiene si percepisce ancora nel *Gymnasticus* di Filostrato (vd. *supra* § 2), dove la *γυμναστική* è considerata una *σοφία* nata dal connubio tra *ιατρική* e *παιδοτριβική*, ossia gli esercizi impartiti dai maestri di ginnastica⁷³. Nel *Trasibulo* Galeno per un verso contrappone alla “vera” *γυμναστική*, che è in realtà parte dell’igiene e mira all’*εὐξία κατὰ φύσιν*, la “falsa” *γυμναστική*, che mira invece all’*εὐξία ἀθλητική*, cioè al “vigore atletico”⁷⁴, per un altro rivendica⁷⁵ la maggiore utilità, per il mantenimento della buona salute, di tutti gli esercizi non classificabili come “sportivi” praticati fuori dalla palestra, quali navigare, scavare, correre, saltare, cavalcare. Nel capitolo finale del *Trasibulo* Galeno condanna i seguaci di Teone e Trifone, individui senza scrupoli che spacciano la propria esperienza come *γυμνασται*, la propria arte perversa riguardante gli atleti (*τὴν περὶ τοὺς ἀθλητὰς κακοτεχνίαν*) e la “tetradè” (vd. *supra* § 2) come autentico sapere igienico, e fa mostra di considerare una *κακοτεχνία* la *γυμναστική*⁷⁶. Il medico, inoltre, paragona il *παιδοτριβῆς* a uno schiavo destinato a ubbidire al suo nobile padrone, ossia il *γυμναστής*: qualora il primo avesse ambito a porsi sullo stesso piano del secondo, egli sarebbe stato da considerarsi folle al pari di un soldato che avesse nutrito la pretesa di equipararsi allo *στρατηγός*⁷⁷. Il *παιδοτριβῆς* e il *γυμναστής*, secondo Galeno, sarebbero stati legati dal medesimo rapporto che intercorre fra cuoco e medico; i *παιδοτριβῆς*-cuochi si sarebbero limitati a un mero ruolo esecutivo basato sull’esperienza pratica, mentre i *γυμνασται*-medici avrebbero attinto all’*ἐπιστήμη*⁷⁸: così, anche nell’opera “Sulla conservazione della salute”, il Pergameno per un verso discute di una sorta di “ginnastica medica”, distinguendo tra esercizi che giovano al mantenimento del tono muscolare ed esercizi dannosi, perché praticati con rapidità, violenza, senza interruzione e con l’aggiunta di pesi e di armi, per un altro critica l’operato di un’altra categoria di istruttori, i *γυμνασται*, dunque gli allenatori degli sportivi in ambito agonistico, insomma i preparatori atletici.

In buona sostanza, Galeno considerava tanto i *παιδοτριβῆς* quanto i *γυμνασται* uomini per lo più rozzi e illetterati: questo duro giudizio è sostanzialmente confermato dal cosiddetto “diploma del pugile” egiziano Herminos detto Moros (l. 1: Ἐρμῆνος ὁ καὶ [Μῶρος] Ἐρμπολείτης, πύκτης) – una sorta di tessera d’iscrizione rilasciata da un’associazione generale di atleti professionisti –, pervenuto attraverso un papiro di Hermopolis databile al 194 d.C., dove vengono menzionati i due arconti della società, entrambi valenti sportivi (pugile l’uno, corridore l’altro), i quali in un greco alquanto carente, testimoniato dalle loro firme, attestano che Herminos, analfabeta (*ἀγράμματος*), esercitò a Sardi la funzione di sacerdote dell’associazione atletica; nel medesimo documento viene ricordato anche come tesoriere della società un corridore professionista di Efeso, divenuto, alla fine della carriera, “allenatore straordinario” (l. 63: *γυμναστοῦ παραδόξου*)⁷⁹.

La critica galenica, dunque, era ben più vasta e corrosiva di quella filostrata, soprattutto perché metteva alla berlina la nullità intellettuale degli atleti – considerati un ammasso brutale di carne e sangue in cui l’anima era destinata ad annegare –, la loro assoluta mancanza di autocoscienza, la loro stupida arroganza, la loro vana presunzione – che li con-

⁷¹ GRIMAUDO 2008, pp. 141; 144.

⁷² ENGLERT 1929, pp. 32-45.

⁷³ GRIMAUDO 2008, p. 135.

⁷⁴ Galeno, *Trasibulo* 6, p. 38; 34, pp. 79-80; 36, pp. 81-83; 41, pp. 90-91 HELMREICH 1893.

⁷⁵ Galeno, *Trasibulo* 41, pp. 90-91 HELMREICH 1893.

⁷⁶ Galeno, *Trasibulo* 47, p. 99 HELMREICH 1893: “così Ippocrate, Diocle, Prassagora, Filoteo ed Erofilo erano maestri di tutta l’arte del corpo, come risulta dai loro scritti, mentre i seguaci di Teone e Trifone sono altrettanto chiaramente impegnati nell’arte perversa che riguarda gli atleti. Questi ultimi hanno nomi per i loro esercizi come ‘preparazione’, ‘parziale’, ‘completo’, ‘recupero’; e discutono se un atleta debba essere allenato e sviluppato con questo tipo di programma o con un altro. E devo dire che mi stupisco quando sento questi preparatori atletici di oggi affermare che la salubrità fa parte della loro arte. In realtà, la salubrità non è nemmeno parte della vera arte della ginnastica, ma viceversa; quindi come si potrebbe rivendicare la forma perversa di quell’arte praticata da questi individui, che non è nemmeno parte dell’arte che riguarda il corpo, e che sovrintende a una pratica disprezzata non solo da Platone e Ippocrate, ma da tutti gli altri medici e filosofi?” (*καθάπερ οὖν Ἰπποκράτης καὶ Διοκλῆς καὶ Πραξαγόρας*

καὶ Φιλότιμος καὶ Ἡρόφιλος ὄλης τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης ἐπιστήμονες ἦσαν, ὡς δηλοῖ τὰ συγγράμματα αὐτῶν, οὕτως αὐ πάλιν οἱ περὶ Θεῶνα καὶ Τρύφωνα τὴν περὶ τοὺς ἀθλητὰς κακοτεχνίαν μετεχειρίσαντο, καθάπερ αὐ καὶ τὰ τούτων δηλοῖ συγγράμματα, παρασκευὴν τέ τι γυμνάσιον ὀνομαζόντων καὶ αὐθὺς ἕτερον τι μερισμόν, ἔπειτ’ ἄλλο τι τέλειον, ἀποθεραπείαν δ’ ἄλλο, καὶ ζητούντων, εἴτε κατὰ τὴν τοιαύτην περίοδον ἀσκητέον ἐστὶ καὶ γυμναστέον τὸν ἀθλητὴν εἴτε κατ’ ἄλλον τινὰ τρόπον. καὶ θαυμάζειν ἐπέρχεται μοι τῶν νῦν τοὺς ἀθλητὰς γυμναζόντων, ὅταν ἀμφισβητούντων ἀκούσω μέρος εἶναι τῆς ἑαυτῶν τέχνης τὸ ὑγιεινόν. Ὅπου γὰρ οὐδὲ τῆς ὄντως γυμναστικῆς μέρος ἐστὶν ἀλλ’ ἔμπαλιν ἐκεῖνη μέρος ὑγιεινοῦ, τί χρὴ περὶ τῆς τούτων κακοτεχνίας ἀμφιβάλλιν, ἢ μήτε μέρος ἐστὶν ὄλης τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης ἐπιτηδεύματός τε προσέστηκεν οὐχ ὑπὸ Πλάτωνος μόνον ἢ Ἰπποκράτους, ἀλλὰ καὶ τῶν ἄλλων ἀπάντων ἱατρῶν τε καὶ φιλοσόφων ἀτιμαζομένου;).

⁷⁷ Galeno, *Trasibulo* 45, pp. 94-96 HELMREICH 1893. Cfr. NIETO IBÁÑEZ 2003, pp. 147-156.

⁷⁸ Galeno, *De sanitate tuenda* 2, 9, p. 63; 2, 11, p. 69 KOCH 1923.

⁷⁹ *P.Lond.* III 1178; GERSTINGER 1954, pp. 48-63; FINLEY, PLEKET 1980, p. 81; Plate 26; 95; PLEKET 1988, pp. 60-62; cfr. anche <http://papyri.info/ddbdp/pap.agon;:6> (link consultato in data 11.09.2024).

duceva persino a lamentarsi di Ippocrate, il quale non solo si sarebbe sbagliato per quel che concerneva le frizioni, ma non avrebbe mai avuto esperienza diretta dello stadio o dell'uso dell'olio –, la loro errata convinzione di essere dotati di grande forza, buona salute e bellezza – assente, in realtà, in quei corpi sproporzionati, in quelle membra disarticolate, in quei volti sfigurati –, la loro illusione di possedere il coraggio, che di fatto restava circoscritto alle “tecniche dell'abbattimento” messe in pratica negli impianti sportivi, la loro assoluta incapacità di cacciare, navigare, lavorare, arare, mietere, marciare, praticare l'addestramento militare e men che meno combattere con le armi in mano, la loro esistenza paragonabile a quella dei maiali, la loro costituzione patologica – evidente nel sovrappeso e nell'eccessiva densità del sangue –, il loro allenamento insensato, perché in antitesi con la natura e funzionale esclusivamente alla competizione con l'avversario in vista della gloria personale e di un compenso in denaro.

§ 4. *Atletismo e onirocritica: patologie del corpo e malattie dell'anima*

I dati sin qui raccolti e discussi ben si prestano, a nostro avviso, anche a un serrato confronto con quelli ricavabili da Artemidoro di Daldis, letterato itinerante – viaggiò infatti attraverso l'Asia Minore e visitò le isole dell'Egeo, la Grecia e l'Italia – vissuto in età antonina e autore degli *Ὀνειροκριτικά* in 5 libri, concernenti numerosi dati sul mondo onirico raccolti sia attraverso una vastissima esperienza di varia umanità (dalla popolana al politico, dallo schiavo al piccolo commerciante) sia tramite la lettura di una copiosa trattatistica precedente⁸⁰. In particolare, un interessante saggio di Simone Brusca, focalizzato su alcuni dati concernenti aspetti emozionali ed esperienze concrete di una categoria come quella degli atleti, frequentemente contemplata nell'attività onirica dei sognanti intervistati da Artemidoro, pone come punto di partenza dell'indagine un passo che potrebbe fornire «informazioni utili sull'estrazione sociale degli atleti e sulle aspettative della famiglia d'origine»⁸¹. Scrive infatti Artemidoro:

“se una donna sogna di aver partorito un'aquila, genererà un figlio che, nel caso in cui sarà povero, farà il soldato e sarà alla testa di un esercito, poiché l'aquila precede ogni esercito; nel caso in cui sarà di condizione media, farà l'atleta e diventerà famoso; nel caso in cui sarà ricco, comanderà su molti uomini o sarà re”⁸².

Ora, benché questo passo non ci autorizzi a concludere che tutti gli atleti appartenessero al “ceto medio”, «tuttavia sembra legittimo pensare che le interpretazioni proposte per questo sogno, diverse per ogni classe sociale, rispecchino le consuetudini vigenti ai tempi di Artemidoro»⁸³. E, d'altra parte, le considerazioni di Galeno e i dati ricavabili dal papiro sopra ricordato tendono a confermare come tanto gli atleti quanto gli allenatori in età romano-imperiale non fossero in genere di estrazione sociale e formazione culturale particolarmente elevate.

Sebbene l'autore degli *Ὀνειροκριτικά* accenni alla funzione formativa dei *παιδοτριβαι*⁸⁴, è sugli atleti che si concentra l'attenzione dell'“interprete dei sogni”: non mancano infatti svariati riferimenti, sia pure inquadrati in una dimensione onirica, a temi particolarmente “caldi”, quali i decessi degli atleti nell'imminenza della gara e in circostanze non sempre chiare⁸⁵ o i danni permanenti come le dita spezzate per un lottatore e il volto deformato per un pugile⁸⁶

⁸⁰ ARENA 2022c, pp. 472-477 (con vasta bibliografia ivi); cfr. anche ARENA 2023c, pp. 256-266.

⁸¹ BRUSCA 2007, p. 80.

⁸² Artemidoro 2, 20: γυνή δὲ ἂν ὑπολάβῃ ἀετὸν τεκεῖν, υἱὸν γεννήσει, ὃς ἂν μὲν ἢ πένης, στρατεῦσεται καὶ στρατοπέδου ἄρξει [παντὸς ὡς καὶ ἀετὸς τῶν ὀρνίθων]. Καὶ γὰρ στρατοπέδου παντὸς πρόεισιν ὁ ἀετὸς· ἂν δὲ μέτριος ἢ, ἀθλήσει καὶ [βασιλεῖ] γνῶριμος ἔσται· ἂν δὲ πλοῦσιος, ἄρξει πολλῶν ἢ καὶ βασιλεύσει.

⁸³ BRUSCA 2007, pp. 80; cfr. PLEKET 1988, pp. 59-60.

⁸⁴ Artemidoro 3, 17; cfr. 4, 13.

⁸⁵ Artemidoro 2, 30; 4, 52; 5, 13.

⁸⁶ Artemidoro 1, 60; 1, 61. Nonostante l'uso di paraorecchie, erano assai frequenti le mutilazioni che ancor oggi in gergo pugilistico si chiamano “orecchie a cavolfiore”: ne sono testimonianza, ad esempio, gli amari versi satirici – basati su una profonda conoscenza delle competizioni e del lessico tecnico – del poeta d'età neroniana Lucillio, che, in una galleria di “antiatleti” tumefatti, tesse il controelogio del pugile vincitore, il quale ritorna a casa talmente sfigurato da non essere riconosciuto né dai cani né dai concittadini: εἰκοσέτους σωθέντος Ὀδυσσεὺς εἰς τὰ πατρώα ἔγνω τὴν μορφήν “Ἄργος ἰδὼν ὁ κύων· ἀλλὰ σὺ πικτεύσας, Στρατοφῶν, ἐπὶ τέσσαρας ὥρας οὐ κυσὶν ἄγνωστος, τῇ δὲ πόλει γέγονας. “Ἦν ἐθέλης τὸ πρόσωπον ἰδεῖν ἐς ἔσσοπτρον ἑαυτοῦ, «Ὅτι

εἰμι Στρατοφῶν», αὐτὸς ἐρεῖς ὁμόσας (*Anthologia Palatina* 11, 77), “quando dopo vent'anni Ulisse ritornò sano e salvo in patria, fu il suo cane Argo a riconoscerne le sembianze non appena lo vide. Tu invece, Stratofonte, sei diventato irrecognoscibile non per i cani, ma per la città dopo aver fatto a pugni per (sole) quattro ore. Se volessi guardare il tuo viso in uno specchio, tu stesso affermeresti sotto giuramento: ‘Non sono Stratofonte’” (cfr. ROBERT 1969, pp. 179-295). Di diverso tenore la stele funeraria marmorea – risalente alla prima metà del III d.C. e proveniente da Cirene – del pugile Antoniano di Efeso, lo “Stolto” (o il “Bruto”, non a caso lo stesso soprannome dell'Herminos ricordato dal papiro di Hermopolis), che, oltre al dedicatario, nudo e con una corta barba, e a quattro corone in metallo prezioso, raffigura la cagna – probabilmente un segugio/levriero – dell'atleta dal nome decisamente evocativo Παρηγόρις, “consolatrice”: A. [Ἄντ]ωνιανὸς ὁ καὶ Μῶρος | Ἐφέσιος. B. Παρη-|γόρις (ROSENBAUM 1960, p. 125, nr. 285; Pl. 101, 3-4; SEG 20, 752; SEG 40, 1599, con ulteriore bibliografia ivi). In un testo giuridico concernente la responsabilità di pugili e pancraziasti in caso di uccisione dell'avversario durante un combattimento, Ulpiano (18 ad ed. Dig. 9, 2, 7, 4) afferma che qualora l'incidente si fosse verificato in occasione di una *certamen publicum*, ossia di una competizione ufficiale, non esisteva alcuna responsabilità a carico dell'atleta, dal momento che il tragico evento si era verificato

oppure malattie patite o anche soltanto temute da coloro che si tengono in costante esercizio⁸⁷. Non escluderei che tra le cause di questi paventati “incidenti” vi fosse proprio la tetrade o gli abusi alimentari criticati sia da Filostrato sia Galeno. D’altra parte, nemmeno nello stesso Filostrato manca un riferimento all’attività onirica di un atleta – dunque non quella di un sognante che riferisce di aver sognato un atleta, come accade in Artemidoro – ammalato⁸⁸, come pure in Galeno medesimo, il quale, come si è visto, giungeva ad affermare che gli atleti non avrebbero goduto dei beni dell’anima “neppure in sogno” (οὐδ’ ὄναρ).

Di questo peculiare materiale onirico v’è, infine, un terzo nucleo che merita particolare attenzione, ossia la corruzione dilagante nell’ambiente sportivo⁸⁹, la quale tocca un ἀλείπτης oppure un ἀγωνοθέτης⁹⁰, ma non risparmia gli stessi atleti:

“un atleta sognò che, dopo essersi tagliato le pudende ed essersi bendato la testa, era stato incoronato: vinse e divenne famoso e, finché restò casto, praticò l’atletica brillantemente e gloriosamente, ma, quando si abbandonò ai piaceri dell’amore, finì la sua carriera ignominiosamente”⁹¹.

Questo tema della corruzione – che investiva tutto il personale gravitante, a vario titolo, intorno all’atleta ma che riguardava in prima persona anche quest’ultimo – può considerarsi decisamente “trasversale”, in quanto oggetto non soltanto dell’interesse di Artemidoro, ma anche delle preoccupazioni di autori come Galeno e Filostrato, sostanzialmente tutti contemporanei dal punto di vista cronologico e complementari sul piano della prospettiva ermeneutica del fenomeno. Galeno, come si è accennato, nell’ambito progetto pedagogico sotteso al *Protrettico* esorta i giovani ad apprendere la medicina, arte utile al prossimo, e ad astenersi dai pericolosi eccessi dell’agonismo, considerato, senza mezzi termini, sinonimo di un’esistenza materiale grossolana, per non dire brutale, nonché di una condotta morale dissoluta⁹²: gli atleti, infatti, sono soggetti tanto bestiali quanto arroganti, anzi presuntuosi, perché fermamente convinti che la loro spaventosa forza fisica sia sinonimo di salute, eppure di fatto incapaci di giovare per qualsiasi funzione “altra” rispetto alla propria specialità sportiva⁹³. Come si è visto, tutto nell’esistenza degli atleti è completamente privo di misura, dall’alimentazione al rapporto sonno-veglia e soprattutto all’attività fisica, che finisce per rendere disarmonici e deformi i corpi⁹⁴. A questo profilo, tutt’altro che edificante, Galeno aggiunge una critica aspra della condotta morale: gli atleti, che “ai beni dell’anima non hanno mai preso parte, neanche in sogno”⁹⁵, pur ammassando più ricchezze di chiunque altro, si coprono rapidamente di pesanti debiti, né procura loro onore arricchirsi come fanno gli amministratori dei personaggi facoltosi, gli esattori delle imposte o i mercanti. Costoro, infatti,

“si arricchiscono molto grazie alla loro attività, ma se perdono i propri beni mandano in rovina anche la propria carriera, poiché per essa hanno bisogno di un patrimonio di partenza, non potendo mettere mano all’antica attività senza sostanze, infatti nessuno presterebbe denaro a interesse a costoro senza un pegno o un’ipoteca”⁹⁶.

gloriae causa et virtutis: si quis in colluctatione vel in pancratio, vel pugiles dum inter se exercentur alius alium occiderit, si quidem in publico certamine alius alium occiderit, cessat Aquilia, quia gloriae causa et virtutis, non iniuriae gratia videtur damnum datum. Hoc autem in servo non procedit, quoniam ingenui solent certare: in filio familias vulnerato procedit. Plane si cedentem vulneraverit, erit Aquiliae locus, aut si non in certamine servum occidit, nisi si domino committente hoc factum sit: tunc enim Aquilia cessat. Secondo il giureconsulto, non risulta esperibile l’*actio legis Aquiliae* in quanto i lottatori, agendo ‘*gloriae causa et virtutis*’, avrebbero arrecato il danno in assenza di dolo e la parità degli avversari, nella lotta, giustificava la deroga all’*alterum non laedere*: DE CRISTOFARO 2022, p. 25 (con ulteriore bibliografia ivi); cfr. anche GAMAUF 2014, pp. 275-308. Anche se tra le cause sono indicate soltanto *gloria* e *virtus* e non si fa esplicito riferimento a un premio in denaro, accumulare ricchezza grazie all’attività agonistica era ritenuto legittimo, per quanto il giureconsulto sorvoli su questo aspetto, dal momento che lla prospettiva del guadagno non doveva apparire come lo scopo della partecipazione a una gara: WACKE 1978-1979, p. 24; PLEKET 1996, pp. 528-531.

⁸⁷ Artemidoro 1, 50.

⁸⁸ Filostrato, *Gymnasticus* 41.

⁸⁹ Sulla situazione incresciosa di Roma si vedano Cicerone, *Catone* 9, 27; Marziale 7, 32; Giovenale 3, 67 s.; Seneca, *Epistulae* 15, 22 s.; Tacito, *Annali* 2, 20; ma per vicende più antiche cfr. già Pausania 5, 21, 3 e 5-6; Plutarco, *Licurgo* 22.

⁹⁰ Artemidoro 4, 82; 5, 78.

⁹¹ Artemidoro 5, 95: ἔδοξε τις ἀθλητῆς τὰ αἰδοῖα ἀποτεμῶν καὶ ἅμα τὴν κεφαλὴν δήσας ἐστεφανῶσθαι. Ἐγένετο ἱερονίκης καὶ οὐκ ἄδοξος· καὶ μέχρι ἀφθορος ἦν, λαμπρῶς καὶ ἐπιφανῶς τῇ ἀθλήσει ἐχρήσατο, χαρισάμενος δὲ ἀφροδίσιος ἀδόξως κατέλυσε.

⁹² Come già segnalato addirittura da Euripide, non a caso citato dallo stesso Galeno: si tratta, come ha mostrato bene VISA-ONDARÇUHU 2019, pp. 39-70, di un frammento di un dramma satiresco citato sia da Ateneo (*I dotti a banchetto* 10, 413 c-f) sia appunto da Galeno (*Protrettico* 10, 3-4, pp. 134-136; 13, 2, p. 144 BARIGAZZI 1991) e utilizzato da entrambi per stigmatizzare il malcostume della sovralimentazione degli atleti.

⁹³ Galeno, *Protrettico* 13, 7, p. 148 BARIGAZZI 1991.

⁹⁴ Galeno, *Protrettico* 11, 4-6, pp. 140-142; 12, 1-2, p. 142 BARIGAZZI 1991.

⁹⁵ Galeno, *Protrettico* 11, 1, p. 138 BARIGAZZI 1991.

⁹⁶ Galeno, *Protrettico* 14, 3, p. 150 BARIGAZZI 1991: καίτοι πλουτοῦσιν ἐξ ἐπιτηδεύματων οὗτοι μάλιστα, ἀλλ’ ἐὰν ἀπολέσωσι τὰ χρήματα, συναπολλοῦσιν αὐτοῖς καὶ τὰς πράξεις, ἀφορμῆς μὲν τινος χρημάτωνεὶς αὐτὰς δεόμενοι, τῷ δ’ οὐκ ἔχειν ταύτην <αὐτῆς> ἄρξασθαι τῆς ἀρχαίας πράξεως ἀδυνατοῦντες· οὐδὲ γὰρ δανείζει τις αὐτοῖς χωρὶς ἐνεχρῶν ἢ ὑποθηκῶν. Sul finire del II secolo d.C. il giureconsulto Cervidio Scevola – *praefectus Urbi* nel 176 e ancora in vita durante il regno di Settimio Severo – mostrava di considerare scontata la pratica di prestare denaro agli atleti indigenti, affinché potessero mantenersi e allenarsi, ma a condizione che restituissero la somma prestata in caso di vittoria: *Digesto* 22, 2, 5 pr. (Scaev. 6 resp.): *periculi pretium est et si*

Ora, a questa “sregolatezza” fa riferimento, oltre che, come si è detto, Artemidoro – per quanto quest’ultimo si limiti al comportamento assunto dall’atleta nella sfera sessuale – anche Filostrato, dove, certamente non a caso, entrambi gli aspetti – ossia la lascivia cui fa riferimento Artemidoro e l’avidità di cui parla Galeno – vengono stigmatizzati in un passo decisamente significativo sul piano socio-culturale ed economico, anche perché immediatamente successivo a quello concernente i disordini alimentari degli atleti:

“un tale regime di vita fu, da un lato, anche un vivace stimolo ai piaceri di Afrodite, dall’altro fece in modo che gli atleti cominciasero ad assumere atteggiamenti contrari alla legge in cambio di denaro e a praticare la compravendita delle vittorie. Infatti, alcuni tradiscono il proprio buon nome, ritengo, per le loro numerose necessità, altri acquistano una vittoria senza fatica, perché vivono mollemente”⁹⁷.

§ 5. Fra vagheggiamento del “Canone” ed elogio dell’imperfezione: (quasi) una conclusione

La critica rivolta agli atleti professionisti e ai loro preparatori tanto da Filostrato quanto da Galeno (e, con toni certamente meno accesi, anche indirettamente allusa da Artemidoro attraverso i molteplici rimandi alla sfera onirica) non deve indurci in errore, poiché le prospettive dei due intellettuali in realtà divergono completamente: l’uno, Filostrato, *laudator temporis acti*, vorrebbe correggere le condotte erranee e ripristinare l’antico agonismo della Grecia classica, l’altro Galeno, scienziato “moderno”, auspicerebbe che le categorie nefaste di ἀθληται e γυμνασται sparissero al più presto dalla società imperiale.

Filostrato idealizza la perfezione dell’atleta greco e gli contrappone quello romano, tratteggiato come pingue e imperfetto, mentre Galeno denuncia i guasti dell’atletismo fine a se stesso, l’uno è carente sul piano tecnico e fa ricorso alla retorica per elogiare la Grecia classica in contrasto con i tempi attuali, l’altro è uno specialista e adopera il dato scientifico per indicare la modalità corretta dell’esercizio fisico e della sana alimentazione in conformità con le reali esigenze della società in cui egli vive. Non risponde infatti a verità quanto Filostrato ambiguamente dichiara a proposito dell’allenatore che possiederebbe la σοφία rispetto al medico, il quale invece dovrebbe poter contare soltanto sull’ἐπιστήμη; né coincide con la realtà dei fatti il quadro retoricamente congegnato nel *Gymnasticus* per presentare la scienza medica come lussuosa imbanditrice di banchetti per rimpinzare atleti grassi e fiacchi. Da un canto, infatti, Filostrato recupera e presenta come fossero suoi dati “tecnici” ricavati dai trattati galenici – astutamente mai citati esplicitamente ma dei quali egli era senza dubbio a conoscenza – e ritenuti validi ai fini dell’allenamento degli atleti; dall’altro, Galeno distingue l’atleta che svolge attività agonistica dal “salutista” (e in quest’ultima categoria include certamente se stesso, ben conscio degli incidenti accadutigli in palestra) che si tiene in esercizio con un’attività motoria equilibrata, propone un’alimentazione variata e bilanciata a seconda delle diverse esigenze degli sportivi e non si astiene, ogni qual volta lo ritenga opportuno, dal muovere critiche alle malsane o scorrette abitudini alimentari degli atleti dei suoi tempi. Galeno, dunque, appare decisamente più equilibrato e incline a un vaglio scientifico tra categorie differenti – sportivi, ma anche soldati e gladiatori⁹⁸ – obbligate a mantenere una buona forma fisica per ragioni diverse: anche se le critiche nei riguardi degli atleti sono feroci, tuttavia l’archiatra imperiale – che ne contesta l’approccio bulimico, e dunque patologico, si fa portavoce e sostenitore dell’ἀναγκοφαγία, dunque di un regime nutrizionale equi-

condicione quamvis poenali non existente recepturus sis quod dederis et insuper aliquid praeter pecuniam, si modo in aleae speciem non cadat: veluti ea, ex quibus conditiones nasci solent, ut “si non manumittas”, “si non illud facias”, “si non convaluero” et cetera. Nec dubitabis, si piscatori erogatur in apparatus plurimum pecuniae dederim, ut, si cepisset, redderet, et athletae, unde se exhiberet exerceretque, ut, si vicisset, redderet; cfr. Franciosi, 460: «il quadro evoca il moderno rapporto manager-atleta, in particolare il pugile: l’uno si assume le spese per mantenere e allenare l’altro, che deve a sua volta garantirgli il proprio impegno alla preparazione e una percentuale delle borse vinte». Dunque, contendenti di ogni estrazione sociale potevano trovarsi a gareggiare fianco a fianco alla conquista della gloria e del denaro: PLEKET 1988, pp. 31-77; PLEKET 1992, pp. 147-152; per i prestiti agli atleti meno abbienti cfr. WACKE 1979, pp. 152-158. AMELLOTTI 1955, pp. 123-156, attraverso una rassegna analitica delle testimonianze (testi letterari e giuridici, papiri, iscrizioni) databili fra età augustea (cfr. Svetonio, *Vita di Augusto* 45: *athletis et conservavit privilegia et ampliavit*; cfr. Cassio Dione 52, 30, 4-8) ed età diocleziana aveva enucleato esoneri (esen-

zione dai tributi e dalle liturgie, dall’obbligo di fornire alloggio, dal servizio militare, dalla tutela, nonché l’esenzione da responsabilità in caso di incidenti di gara) e privilegi (attribuzione di una pensione vitalizia) spettanti agli atleti; cfr. FRANCIOSI 2007, pp. 451-457. In età romano-imperiale gli atleti erano in genere di condizione libera (*Digesto* 9, 2, 7, 4 Ulp. 18 *ad edict.: ingenui solent certare*) e non rientravano – come i gladiatori, ma anche altri “professionisti dello spettacolo” – nella categoria degli *infames* (*Dig.* 3, 2, 4 pr. Ulp. 6 *ad edict.*), poiché esercitavano la propria attività *virtutis gratia*, ossia, come si è visto, la medesima motivazione addotta per esonerare l’atleta dalla responsabilità di aver ucciso l’avversario; cfr. AMELLOTTI 1955, pp. 124-125; FRANCIOSI 2007, pp. 441; 449-450.

⁹⁷ Filostrato, *Gymnasticus* 45: τὸ δὲ οὕτω τρυφᾶν δριμύ μὲν καὶ ἐς ἀφροδισίων ὀρμήν, ἤρξε δὲ ἀθληταῖς καὶ τῆς ὑπὲρ χρημάτων παρανομίας καὶ τοῦ πωλεῖν τε καὶ ὀνεισθαι τὰς νίκας. οἱ μὲν γὰρ καὶ ἀποδίδονται τὴν ἑαυτῶν εὐκλειαν, δι’ οἶμαι, τὸ πολλῶν δεῖσθαι, οἱ δὲ ὠνοῦνται τὸ μὴ ξὺν πόνῳ νικᾶν διὰ τὸ ἀβρώς διαιτᾶσθαι. Cfr. MADELLA 2015, p. 117.

⁹⁸ ARENA 2021a, pp. 101-106.

librato senza eccessi o abusi alimentari – è disposto comunque a fornire prescrizioni dietetiche funzionali a migliorarne la prestanza fisica e lo stato di salute complessivo.

Una generazione, all'incirca, separa questi due intellettuali “di regime”, entrambi “organici” rispetto al potere centrale – l'archiatra di Settimio Severo e il retore del circolo di Giulia Domna – cronologicamente così vicini eppure ideologicamente così lontani. Galeno, nato nel 129 d.C., è il perfetto interprete del suo “ruolo” ufficiale: divenuto archiatra già sotto Marco Aurelio, egli rispecchia in modo eccellente luci e ombre dell'età degli imperatori adottivi, non risparmia attacchi violenti agli atleti contemporanei, ma ripone la propria fiducia nelle virtù terapeutiche della medicina per indicare loro la corretta alimentazione, insomma per adoperare il cibo come medicina, secondo il celeberrimo “adagio” ippocratico.

Filostrato, nato all'incirca 30/40 anni dopo, è invece l'emblema insuperato del letterato della Seconda Sofistica facente parte di un peculiare *entourage*, ossia non propriamente la corte imperiale, come nel caso del Pergameno, bensì il circolo gravitante intorno all'illustre consorte dell'imperatore Settimio Severo, ossia *Iulia Domna*, figura-simbolo delle prerogative cumulate dall'*Augusta*, ma anche “capostipite” di una discendenza tutta femminile, la quale, tramite il cosiddetto “senatino delle donne” (*senaculum... mulierum*: *Historia Augusta, Vita di Elagabalo* 4, 1-3) controllerà di fatto il potere per mezzo dei propri figli eredi al trono. L'età dei Severi, la quale vide per opera di Caracalla la concessione della cittadinanza romana a tutti gli abitanti dell'Impero, fu sinonimo di “monarchia militare” e non è un caso, forse, che la “decadenza” dell'atletismo, secondo l'ottica filostratea, dipenderebbe dalla perdita di contatto fra la carriera sportiva e quella militare (Philostr. *gymn.* 44: ἀσπράτευτοι μὲν ἐκ μαχομένων), insomma dal venir meno di quel giunto essenziale che nella Grecia classica ed ellenistica esisteva tra la forma fisica e l'addestramento del soldato, una preoccupazione particolarmente significativa in un'epoca come quella in cui visse Filostrato nella quale l'esercito costituì il *focus* delle preoccupazioni dell'imperatore e della di lui moglie, celebrata nelle epigrafi proprio come *mater castrorum*. Basti pensare alla raccomandazione che Settimio Severo diede ai propri figli Caracalla e Geta sul letto di morte: “siate concordi, arricchite i soldati, non curatevi di tutti gli altri”⁹⁹. A ben guardare, però, anche Galeno nel *Trasibulo* esprime una considerazione analoga in merito all'incapacità degli atleti professionisti di impegnarsi in tutte le normali occupazioni di un individuo, ivi compresa l'“arte della guerra”.

Nel *Gymnasticus*, poi, non si fa parola di “celebrità” come gli aurighi e soprattutto i gladiatori¹⁰⁰, sui quali invece si sofferma in più occasioni Galeno, che, non soltanto se ne era preso cura personalmente a Pergamo negli anni fra il 157 e il 161, ma anche ne riconosce la fondamentale importanza nel complesso ingranaggio del meccanismo basato su *panem et circenses*, adoperato dal governo centrale per riscuotere consensi da parte dei sudditi, grazie a una propaganda politico-ideologica che passava anche attraverso la spettacolarizzazione dell'attività ludica non nelle forme agonistiche e/o estetiche propugnate dal nostalgico Filostrato, bensì nelle modalità brutalmente sanguinarie e/o di mero svago e intrattenimento cui il popolo di Roma era da secoli abituato e alle quali non poteva rinunciare.

Rispetto all'*incipit* di questo saggio, nel quale ho riportato la tesi di uno studioso autorevole come Pleket sul “declino” dell'agonismo in età romano-imperiale, concludo “a specchio”, riportando l'ipotesi – formulata un cinquantennio prima di quella di Pleket – di un altro insigne studioso che al medesimo interrogativo aveva fornito una risposta ben diversa sia sui tempi sia sulle cause del fenomeno. Infatti, nella sua celeberrima opera intitolata *Histoire de l'éducation dans l'antiquité* e pubblicata nel 1948, Henri-Irénée Marrou così scriveva¹⁰¹:

“senza dubbio è difficile descrivere con precisione questo declino [*i.e.* dell'atletismo], in particolare, datarne le prime tappe; tuttavia non mi sembra che la realtà possa esserne contestata. Un tale giudizio, lo so bene, non sarà accettato senza discussione dagli specialisti della Grecia ellenistica e romana. Certamente la continuità delle istituzioni nasconde spesso i fenomeni nuovi. Negli ultimi anni del secolo II d.C. Termesso in Pisidia faceva ancora disputare ai ragazzi delle scuole le prove del salto, della corsa, del pancrazio e della lotta; le sue iscrizioni [*TAM* III 1, 201-210] presentano liste di vincitori del tutto analoghe a quelle che abbiamo trovato quattro secoli prima un po' dovunque nel mondo greco e soprattutto nella Ionia... Ma a queste testimonianze bisogna opporre quelle della tradizione letteraria, in cui si esprimono talvolta dei sentimenti ben diversi riguardo ai campioni sportivi. L'ammirazione, che provocano le loro prove, si mescola, dobbiamo constatarlo, al disprezzo che meritano dal punto di vista personale. Non tutti sono reclutati nell'“aristocrazia plutocratica”; molti sono di bassa origine; sono degli uomini brutali e incolti a cui un severis-

⁹⁹ Cassio Dione 76, 15, 2: ὁμοιοῖτε, τοὺς στρατιώτας πλουτίζετε, τῶν ἄλλων πάντων καταφρονεῖτε; cfr. Zonar. 12, 10, ὁμοιοῖτε, τοὺς στρατιώτας πλουτίζετε, τῶν ἄλλων μὴ ἀμελεῖτε, con una variante testuale non trascurabile, su cui si veda BERTOLAZZI 2020, p. 15, nota 1.

¹⁰⁰ Come ha giustamente sottolineato FRANCIOSI 2007, pp. 437; 443, la normativa romana «relativa agli atleti e all'atletica,... quantitativamente scarsa, risente... della diversa... considerazione in cui vennero... tenuti... i *ludi athletici*, specie rispetto agli altri tipi di intrattenimento (le corse con i carri, i *ludi gladiatorii*, le *venationes*,

gli spettacoli teatrali) che i ricorrenti richiami legislativi dimostrano invece... molto più diffusi e popolari... Tali gare [atletiche] indubbiamente contribuirono a variare e incrementare il novero delle attrazioni spettacolari a Roma e nell'Impero, ma certo è azzardato affermare che fossero apprezzate come i combattimenti dei gladiatori... e le corse dei carri, manifestazioni seguite invece dal popolo con vero e proprio fanatismo».

¹⁰¹ MARROU 2008, pp. 181-182; 331-332.

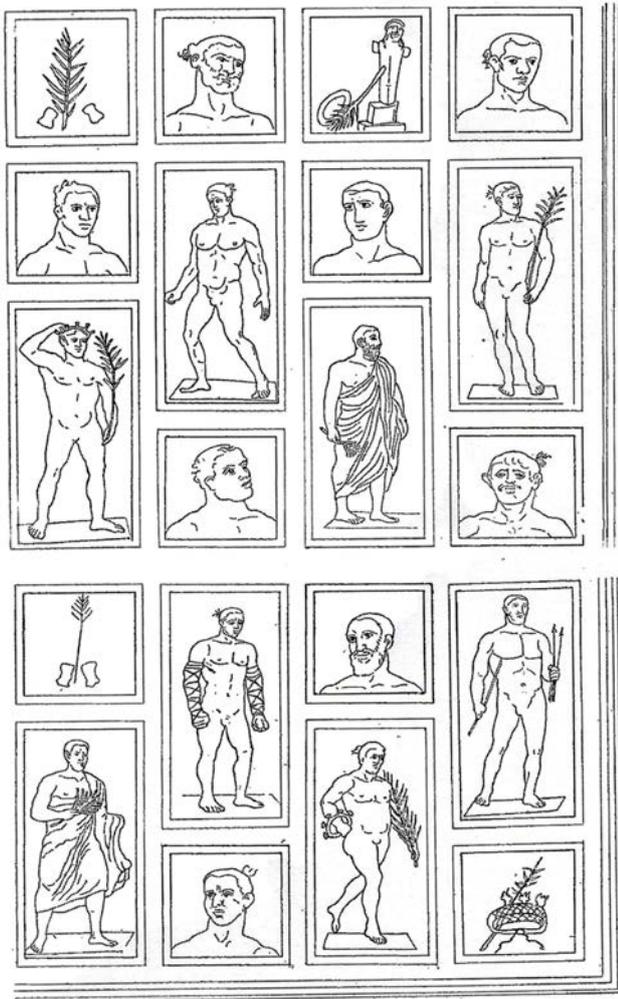


Fig. 1. Mosaici dalle Terme di Caracalla, Roma (da REINACH 1922, p. 280, tav. LVI).

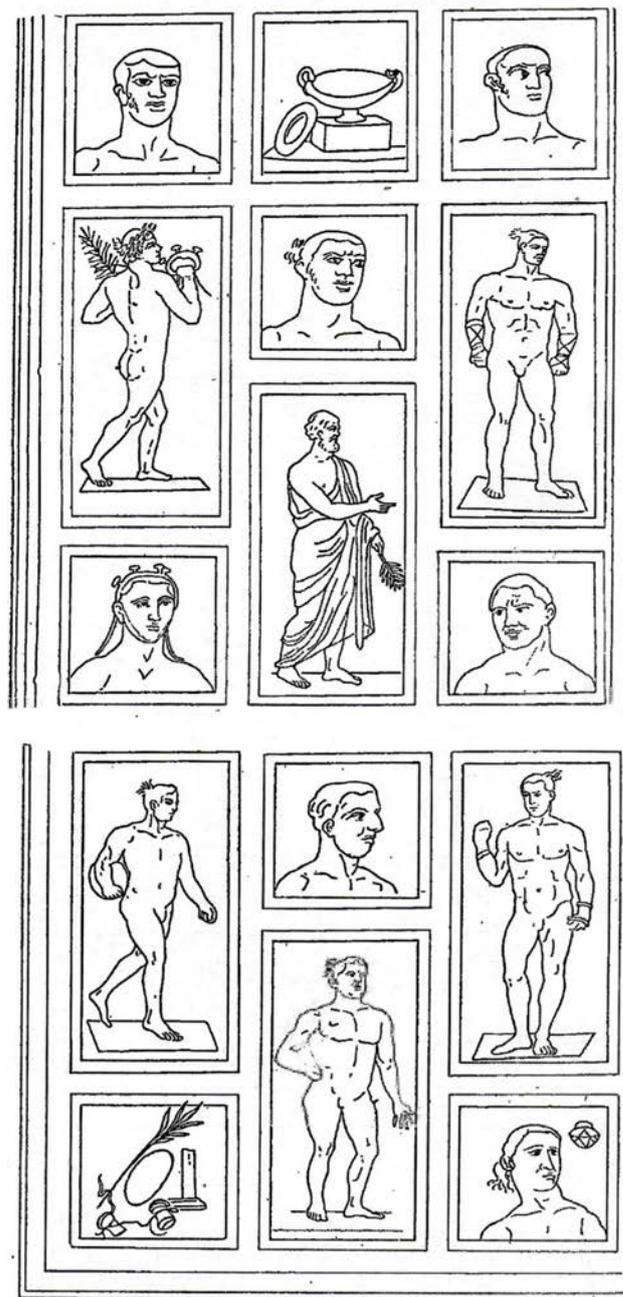


Fig. 2. Mosaici dalle Terme di Caracalla, Roma (da REINACH 1922, p. 281, tav. LVI).

simo regime interdice ogni sviluppo spirituale o intellettuale [Galeno, *Protrettico* 13]. I tipi selvaggi di atleti che ci presenta l'arte dell'epoca romana [REINACH 1922, pp. 280-283] ci attestano quanto fosse dimenticato l'ideale arcaico d'un perfetto equilibrio tra lo sviluppo del corpo e quello dello spirito... L'atletismo non entrerà mai nel costume latino; rimarrà per i Romani l'attributo specifico dell'Ellenismo... in senso originale s'orienterà lo sviluppo dello sport tipico dei Romani, così come sarà praticato dalle associazioni giovanili sotto l'Impero, quando il circo e l'anfiteatro soppianderanno lo stadio e la palestra... I Romani reagirono proprio come dei 'barbari'; il loro pudore era urtato dal nudo e vedevano nella pederastia, della quale il ginnasio era l'ambiente naturale, una vergogna e non un titolo d'onore... anche il loro sentimento della serietà profonda della vita si opponeva al gusto greco dello sport, attività gratuita, inutile. Il Romano... non ha tempo da dedicare ad ozi eleganti... la maggior parte dei giovani nobili romani non aveva il tempo di dedicarsi, visto che non pensava ad altro che a preparare discorsi per il tribunale o a fare della politica, a compiere, insomma, i doveri dei cittadini".

Merita innanzitutto una spiegazione il riferimento fugace, quasi allusivo, dello storico francese ai "tipi selvaggi di atleti": egli si riferiva ai mosaici scoperti nel 1824 presso le terme di Caracalla, trasferiti al Laterano per ordine di papa Gregorio XVI e restaurati in modo arbitrario per essere adattati allo spazio da ricoprire (figg. 1-4). Forse non anteriori al IV secolo d.C., essi rappresentano 23 figure nude intere e 26 busti di atleti, che tengono le insegne della vittoria o si accingono a sostenere una competizione (pugilato, disco, giavellotto). Le figure stanti sono tutte imberbi, alcuni busti sono barbuti e l'atteggiamento espressivo prevalente è quello proprio dei "veterani" della palestra. Secondo Salo-

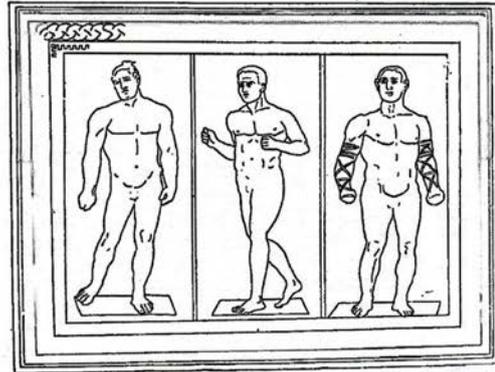
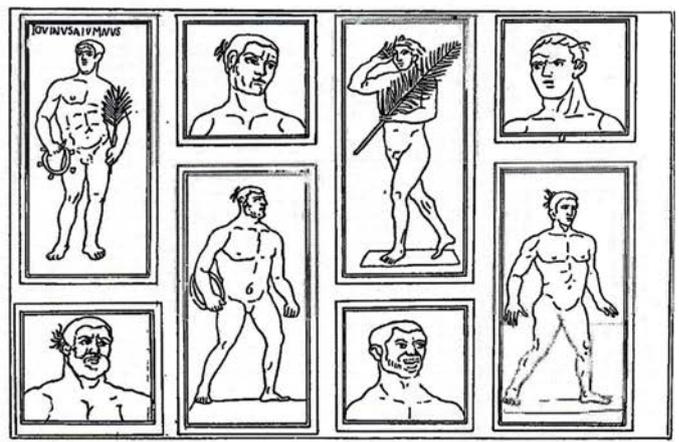
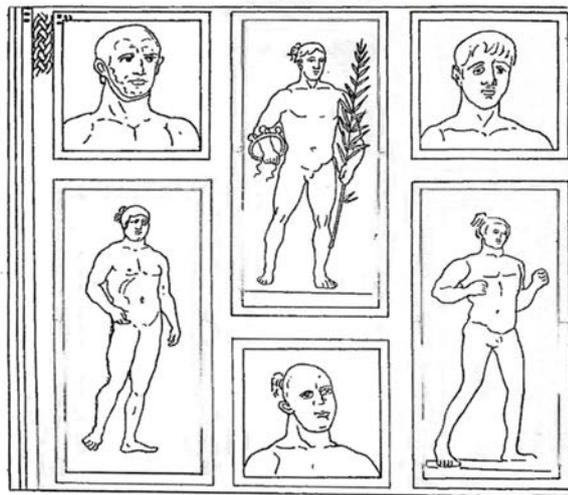


Fig. 3. Mosaici dalle Terme di Caracalla, Roma (da REINACH 1922, p. 282, tav. LVI).

Fig. 4. Mosaici dalle Terme di Caracalla, Roma (da REINACH 1922, p. 283, tav. LVI).

mon Reinach, le loro «physionomies brutales» e il loro viso «parfois presque bestiale» sarebbero stati indizio della loro etnia straniera, insomma questi atleti sarebbero stati «généralement d'origine barbare»¹⁰²; non ne sarei tuttavia così sicuro, anzi, al contrario, propenderei a ritenere, almeno in taluni casi, che i visi sfigurati, i corpi massicci e lo sguardo truce volessero piuttosto alludere, nemmeno troppo velatamente, alla maniera in cui nella Roma imperiale veniva ormai di fatto percepito l'atleta, nella realtà quotidiana, ma anche nell'immaginario collettivo, ossia come un uomo assolutamente imperfetto – connotato da danni fisici e guasti psichici permanenti, gli stessi che, non a caso, avrebbero reso molto agitato il sonno dei «clienti» dell'ὄνειροκριτής Artemidoro – ben lontano dalla splendida perfezione anatomica e dalla simmetrica bellezza interiore del «Doriforo» di Policleto¹⁰³.

¹⁰² REINACH 1922, p. 282.

¹⁰³ Non a caso nelle opere galeniche vi sono molteplici riferimenti al Canone inteso come perfetto equilibrio della costituzione e del temperamento del corpo: Galeno, *De sanitate tuenda* 2, 7, p. 56 KOCH

1923; *De temperamentis* 1, 9, p. 36 G. HELMREICH, Lipsiae 1904; *De optima corporis nostri constitutione* 3-4, p. 13 G. HELMREICH, Hof 1901; *De causis pulsuum* 2, 13, IX 92 KÜHN.

Dunque, a differenza di Pleket, il quale, come si è detto (§ 1), riteneva di aver colto causa (disgregazione delle élites cittadine) e concausa (diffusione del cristianesimo) del “declino” dell’agonismo sportivo in un arco temporale compreso fra tardo III e IV secolo d.C., Marrou, pur ammettendo di incontrare qualche difficoltà nell’individuazione di una vera e propria “cesura” cronologica nella quale avrebbe cominciato a palesarsi la “decadenza” dell’atletismo greco nel mondo romano – processo comunque lento e graduale, per il quale è metodologicamente imprudente pensare di fissare termini cronologici precisi, quali quelli di un provvedimento imperiale, attestato formale che semmai rappresenta una presa d’atto di un fenomeno graduale, iniziato decenni, anzi secoli prima –, adoperava tuttavia testimonianze epigrafiche e letterarie del tardo II secolo d.C. – ossia le iscrizioni di Termesso e il passo del *Protreptico* di Galeno, redatto dopo il 193 (data sostanzialmente coincidente con quella del papiro di Herminos) – cogliendo così, di fatto, uno spartiacque temporale particolarmente significativo e decisamente congruente con la riflessione elaborata su questo tema e in questo medesimo torno di tempo da Filostrato di Lemno, il quale, come si è visto, affronta il problema senza mezzi termini, al punto tale da parlare espressamente di “decadenza” dell’atletismo ai suoi tempi e da tentare persino di individuarne le “cause” (ora la tetrade, ora la sovralimentazione, ora la corruzione, tutte e tre, a ben guardare, sostanzialmente condivise anche da Galeno), in polemica, tanto sotterranea quanto feroce, con la pressoché contemporanea riflessione del Pergameno sul medesimo argomento. Come si è visto, l’illustre archiatra nel *Protreptico* condanna l’agonismo professionistico, indegno di un uomo libero, sia per il suo carattere venale sia per il privilegio esclusivo e “deviante” accordato alla cura del corpo rispetto a quella dello spirito; l’atletismo, peraltro, non avrebbe conseguito nemmeno l’obiettivo della bellezza fisica, dal momento che il corpo si sarebbe sviluppato in maniera disarmonica e avrebbe assunto forme così grottesche da rendere taluni specialisti sportivi figure più simili ai nani deformi che agli eroi dell’antica tradizione statuaria greca; l’immane forza degli atleti si sarebbe tradotta insomma in un inutile spreco di energie, che sarebbero potute essere destinate ad attività quali l’agricoltura e la guerra. Nel *Trasibulo* Galeno rivolge analoghe critiche agli allenatori, per un verso ritenuti responsabili di guasti irrimediabili arrecati sia ai corpi iperalimentati degli atleti (su cui incombe un grave discredito sociale e la cui vita è ingloriosamente paragonata a quella dei maiali), esposti a paralisi, emottisi, ipoestesia, sia alle loro menti, deprivate della necessaria formazione culturale, per un altro considerati “concorrenti” incompetenti, colpevoli di un illecito “sconfinamento” nel campo della dietetica “igienica”, branca di esclusiva pertinenza della medicina. L’agonismo di stampo greco – fatto di specialità “leggere”, come lo *stadion*, il *dolichos*, la corsa in armi, il *diaulos*, il salto, il giavellotto, e specialità “pesanti”, come il pancrazio, la lotta, il pugilato, il disco (Filostrato, *Gymnasticus* 3) – consisteva di fatto in “competizioni” contro nemici “immaginari”, ossia gare fra concorrenti in una medesima disciplina sportiva – persino il pugilato, sport “di contatto” per eccellenza, prevedeva l’uso di rudimentali guanti e paraorecchie –, e non abituava gli atleti, in età romano-imperiale esenti da obblighi di leva, allo scontro reale “a mano armata”, come invece accadeva, sia pure nella dimensione “artificiale” dell’arena di un anfiteatro, nel caso dei *ludi gladiatorii*, in occasione dei quali i combattenti, per quanto *infames* (al pari di altri che praticavano un’*ars ludicra*, come danzatrici o prostitute), mentre dilettavano le folle di spettatori, uccidevano davvero l’avversario e non per un incidente involontario bensì con la precisa intenzione di sbarazzarsi di un fatale nemico, proprio come si sarebbe verificato in una situazione di effettivo scontro bellico, insomma su un campo di battaglia. È pur vero, però, che il medico non nega per principio una valenza terapeutica all’attività sportiva, come mostra ampiamente nel trattatello *L’esercizio con la piccola palla*, dove riconosce a questa pratica – forse non a caso inclusa fra le attività sportive praticate dal “suo” imperatore Marco Aurelio (padre del famigerato “gladiatore” Commodo), il quale, pur amando pugilato, lotta, corsa e uccellazione e praticando la caccia, eccelle proprio nel gioco della palla (*Historia Augusta, Vita di Marco Aurelio* 4, 9: *amavit pugilatam luctamina et cursum et acupatus et pila lusit adprime et venatus est*) – il duplice pregio di non richiedere un eccessivo dispendio di tempo e di mezzi e di giovare allo sviluppo armonico delle diverse parti del corpo e all’equilibrio psicofisico: tale attività, dunque, è praticabile dagli individui dell’alta società allo scopo di mantenere e/o ripristinare il proprio benessere.

Ora, al di là della divergenza di opinioni esistente fra il celebre sofista e l’influente archiatra, ciò che in primo luogo occorre rilevare è il fatto che le tre motivazioni individuate da Marrou per spiegare l’opposizione all’atletismo greco da parte dei Romani – ovvero la nudità, l’amore pederastico e la distanza dalla vita politica attiva, tutti fattori che avrebbero cozzato con la “sanità morale” del cittadino romano medio e con il suo “senso civico”, curiosamente circoscritto dallo studioso francese all’attività forense e a quella politica senza alcun cenno a quella militare, invece così importante nella società romana – non sembrano trovare supporti concreti e/o conferme stringenti nelle opere qui analizzate di Filostrato e Galeno, interpreti diversi, e al tempo stesso complementari, di un’epoca particolare come quella della “monarchia militare” inaugurata dai Severi, che per un verso si lasciava alle spalle l’età, per così dire, “aurea” degli imperatori adottivi, e per un altro preludeva alla cosiddetta “anarchia militare” del III secolo inaugurata dal successore di Severo Alessandro, ossia Massimino il Trace. Al centro esatto fra l’ultimo adottivo, Marco Aurelio, e il primo dei Severi, Settimio, capostipite della dinastia, si pone Commodo, il cui regno avrebbe inaugurato, dopo l’età dell’oro di Marco, quella di “ferro arrugginito” secondo l’icastica espressione di Cassio Dione (71, 36, 4: *περὶ*

οὐ ἤδη ῥητέον, ἀπὸ χρυσῆς τε βασιλείας ἐς σιδηρὰν καὶ κατιωμένην τῶν τε πραγμάτων τοῖς τότε Ῥωμαίοις καὶ ἡμῖν νῦν καταπεσοῦσης τῆς ἱστορίας, “di costui [*i.e.* Commodus], ora, dobbiamo parlare, dato che alle vicende dei Romani di quell’epoca accadde quello che avviene oggi nella nostra storia, decaduta da un regno aureo a uno ferreo e rugginoso”), che, da finissimo interprete di un’epoca della quale – come egli stesso tiene a sottolineare – fu testimone oculare, sottolinea un dato sfuggito all’attenzione degli studiosi, ma di cruciale importanza, alla luce di tutta l’analisi sin qui condotta. Nell’incresciosa circostanza della morte dell’imperatore, avvenuta il 31 dicembre del 192 d.C., lo storico bitinico dichiara infatti non solo che all’imperatore fu somministrato del veleno nella carne di bue, ma anche che costui non poté morire subito sol perché, a causa dei suoi frequenti abusi di vino e di abluzioni, aveva vomitato una parte del cibo; così, per sopprimere Commodus, che aveva sospettato il tentativo d’avvelenamento e cominciato a lanciare minacce, fu necessario inviare l’allenatore Narcisso affinché lo strangolasse mentre si trovava nel bagno: φάρμακον διὰ τῆς Μαρκίας ἐν κρέασι βοείοις αὐτῷ ἔδωκαν. Ἐπει δ’οὐκ ἠδυνήθη παραχρήμα ὑπὸ τοῦ οἴνου ὑπὸ τε τῶν λουτρῶν, οἷς αἰεὶ ἀπλήστως ἐχρήτο, φθαρῆναι, ἀλλὰ καὶ ἐξήμεσέ τι κακὸν τοῦτου ὑποτοπήσας αὐτὸ ἠπειλεῖ τινά, οὕτω δὴ Νάρκισσον τινὰ γυμναστὴν ἐπέπεμψαν αὐτῷ, καὶ δι’ἐκείνου λούμενον αὐτὸν ἀπέπνιξαν¹⁰³. L’età degli Antonini, dunque, si chiudeva con un delitto commesso addirittura da un γυμναστής, divenuto certamente il prototipo dell’individuo bieco e per nulla raccomandabile: il fatto che l’imperatore-gliadatore, per quanto famigerato, fosse stato tolto di mezzo da un “preparatore atletico” potrebbe spiegare la presa di distanza da parte di un Galeno o di un Filostrato da questa figura professionale, non a caso in quel particolare discrimine cronologico posto fra l’indomani della morte di Commodus e l’incipiente età severiana.

¹⁰³ Cassio Dione 72, 22, 4-5. Anche Erodiano (1, 17, 11) riferisce l’accaduto, precisando che Narcisso era dotato di notevole prestanza fisica e aveva agito in cambio di una congrua mercede: πλὴν ἀλλὰ πολλοῦ γε τοῦ ἐμέτου ὄντος, φοβηθέντες μὴ πᾶν ἐξεμέσας τὸ φάρμακον ἀνανήψῃ καὶ πάντες ἀπόλωνται, νέον τινὰ ὄνομα Νάρκισσον, γενναῖόν τε καὶ ἀκμαστήν, πείθουσιν εἰσελθόντα τὸν Κόμοδον ἀποπνίξαι, μεγάλα δῶσειν ἔπαθλα ὑποσχόμενοι. Ὁ δ’ εἰσδραμῶν παρειμένον αὐτὸν ὑπὸ τοῦ φαρμάκου καὶ μέθης ἀποσφίγξας τὸν τράχηλον φονεύει (“poiché il vomito era molto abbondante, gli altri temettero che si liberasse interamente del veleno e si riprendesse: il che voleva dire la morte per tutti loro. Quindi, promettendo di dargli un lauto compenso, convinsero un giovane coraggioso e robusto, di nome Narcisso, a entrare e a strangolare Commodus, Egli dunque entrò e, trovando Commodus indebolito per l’ebrietà e il veleno, lo strangolò”, trad. it. CASSOLA 1967, p. 67). Nella *Historia Augusta* (*Vita di Commodus* 17, 2) si tro-

va un ulteriore dettaglio in merito alla consuetudine dell’imperatore di servirsi di Narcisso – in questo caso non espressamente indicato per nome – come preparatore atletico: *primumque ei venenum dederunt; quod cum minus operaretur, per athletam, cum quo exerceri solebat, eum strangularunt* (“e in un primo tempo gli propinarono del veleno; ma, poiché questo non si mostrava affatto efficace, lo fecero strangolare da un allenatore con il quale era solito esercitarsi”). Un danno – soltanto d’immagine – prodotto da questa eccessiva “prossimità” degli atleti alla corte imperiale era già venuto a Tito per via del torbido rapporto da lui intrattenuto con il pancraziaste *Regulus*, morto di apoplezia, dopo aver bevuto e mentre prendeva il bagno insieme all’imperatore (Plutarco, *De tuenda sanitate praecepta* 124 c:... τῶν δὲ καθ’ ἡμᾶς Ῥήγλου τοῦ παγκρατιαστοῦ. Καλοῦντος γὰρ ἐπὶ τὸ λουτρὸν ἅμ’ ἡμέρα Τίτου Καίσαρος ἦκε καὶ συνελούσατο, καὶ πῶν ἅπαξ, ὡς φασιν, ἀποπληξίας καταλαβούσης εὐθὺς ἀπέθανε).

Bibliografia

- AMELOTTI 1955 = M. AMELOTTI, *La posizione degli atleti di fronte al diritto romano*, in *SDHI* 21, 1955, pp. 123-156.
- ANGELI BERNARDINI 1973 = ANGELI BERNARDINI P., *I giochi olimpici nell'antichità*, in *QUCC* 16, 1973, pp. 155-161.
- ANGELI BERNARDINI 1980 = ANGELI BERNARDINI P., *Esaltazione e critica dell'atletismo nella poesia greca dal VII al V secolo a.C. Storia di un'ideologia*, in *Stadion* 6, 1980, pp. 81-111.
- ANGELI BERNARDINI 1988 = ANGELI BERNARDINI P. (a cura di), *Lo Sport in Grecia*, Roma-Bari 1988.
- ANGELI BERNARDINI 2016 = ANGELI BERNARDINI P., *Il soldato e l'atleta. Guerra e sport nella Grecia antica*, Bologna 2016.
- ARENA 1999 = ARENA G., *Recensione a C. Foss, Cities, Fortresses and Villages of Byzantine Asia Minor*, Aldershot 1996, in *Medi-terrAnt* 2, 2, 1999, pp. 617-619.
- ARENA 2004 = ARENA G., *Nota critica a LIEBESCHUETZ J.H.W.G., Decline and Fall of the Roman City*, Oxford 2001, in *QC* n.s. 3, 2004, pp. 475-497.
- ARENA 2005 = ARENA G., *Città di Panfilia e Pisidia sotto il dominio romano. Continuità strutturali e cambiamenti funzionali*, *Testi e Studi di Storia antica* 16, Catania 2005.
- ARENA 2013 = ARENA G., *Il farmaco e l'unguento. La produzione di Priene fra Ellenismo e Impero*, *Analecta Humanitatis* 26, Acireale-Roma 2013.
- ARENA 2017 = ARENA G., *Comunità di villaggio nell'Anatolia romana. Il dossier epigrafico degli Xenoi Tekmoreioi*, *Analecta Humanitatis* 33, Acireale-Roma 2017.
- ARENA 2021a = ARENA G., *La cura del potere e il potere della cura. Studi su Galeno*, Roma 2021.
- ARENA 2021b = ARENA G., *Il passito d'Asia Minore: vitivinicoltura e produzione "di nicchia" nella prima età imperiale*, in DIMAURO E. (a cura di), *Μεταβολή. Studi di storia antica offerti a Umberto Bultrighini*, Lanciano 2021, pp. 555-586.
- ARENA 2022a = ARENA G., *Corico tardoantica: 'crescita' o 'stagnazione'? Limiti e potenzialità di un case study*, in *RSA* 52, 2022, pp. 217-236.
- ARENA 2022b = ARENA G., *Un "fume di fognà": il Tevere, Giovenale e la piscatrix Aurelia*, in *Thiasos* 11, 2022, pp. 75-95.
- ARENA 2022c = ARENA G., *Pensare e sognare in un'"epoca d'angoscia": l'età degli Antonini fra neuroscienze e psicoanalisi*, in COCO E. (a cura di), *L'invenzione della realtà. Scienza, mito e immaginario nel dialogo tra psiche e mondo oggettivo. Una prospettiva filosofica in omaggio a Francesco Coniglione*, Pisa 2022, pp. 467-495.
- ARENA 2023a = ARENA G., *Fortuna della commedia antica nel II secolo d.C.: il medico Galeno tra filologia e lessicografia*, in BRAVI L., BULTRIGHINI U., CATENACCI C., DI MARZIO M.L., DIMAURO E., RECCHIA M. (a cura di), *Il teatro greco. Strutture, società, eredità. Atti del Convegno Chieti, 15-18 marzo 2022, Biblioteca di Quaderni Urbinati di Cultura Classica* 16, Pisa-Roma 2023, pp. 325-336.
- ARENA 2023b = ARENA G., *Le città dei "mestieri" nella Bitinia tardoantica: qualificazione e crescita del sistema economico regionale*, in *RSA* 53, 2023, pp. 109-126.
- ARENA 2023c = ARENA G., *Fra retorica della "verità" e analisi dell'inconscio: politica e oniromantica nell'età degli Antonini*, in *Hormos* 15, 2023, pp. 248-276.
- ARENA 2024 = ARENA G., *Fra ricerca, didattica, ostentazione e opportunismo: le pubbliche vivisezioni di Galeno*, in CASSIA M. (a cura di), *Uomini e bestie fra Antichità e Medioevo. Animali domestici, selvatici e fantastici, Communitas. Quaderni di filologia, storia e archeologia* 3, Roma 2024, pp. 323-346.
- ARENA, CASSIA 2016 = ARENA G., CASSIA M., *Marcello di Side. Gli imperatori adottivi e il potere della medicina*, *Storia e Politica* 111, Acireale-Roma 2016.
- BARDONG 1942 = BARDONG K., *Beiträge zur Hippokrates- und Galenforschung*, in *Nachrichten der Akademie der Wissenschaften in Göttingen, phil.-hist. Klasse* 1, 1942, pp. 577-640.
- BARIGAZZI 1991 = BARIGAZZI A., *Galeni De optimo docendi genere, Exhortatio ad medicinam (Protrepticus)*, *CMG* V 1, 1, Berlin 1991.
- BENGTSON 1971 = BENGTSON H., *Die Olympischen Spiele in der Antike*, Zürich-Stuttgart 1971.
- BERTOLAZZI 2020 = BERTOLAZZI R., *Septimius Severus and the Cities of the Empire*, Faenza 2020.
- BILIŃSKI 1961 = BILIŃSKI B., *L'agonistica sportiva nella Grecia antica. Aspetti sociali e ispirazioni letterarie*, Roma 1961.
- BILIŃSKI 1979 = BILIŃSKI B., *Agoni ginnici. Componenti artistiche e intellettuali nell'antica agonistica greca*, Roma 1979.
- BILLAULT 1993 = BILLAULT A., *Le Γυμναστικός de Philostrate a-t-il une signification littéraire?*, in *REG* 106, fasc. 504-505, 1993, pp. 142-162.

- BOUDON-MILLOT 2016 = BOUDON-MILLOT V., *Galien de Pergame, un médecin grec à Rome*, Paris 2012, trad. it. *Galeno di Pergamo. Un medico greco a Roma*, Roma 2016.
- BRIGGS 1975 = BRIGGS JR. W.W., *Augustan Athletics and the Games of "Aeneid" V*, in *Stadion* 1, 2, 1975, pp. 267-283.
- BRUSCA S., *La vita sognata dagli atleti: ansie e speranze di corridori e lottatori in Artemidoro*, in *Hormos* 9, 2007, pp. 79-91.
- CALDELLI 1993 = CALDELLI M.L., *L'Agon Capitolinus. Storia e protagonisti dall'istituzione domiziana al IV secolo*, Roma 1993.
- CARDINI 1909 = CARDINI M., *L'igiene pubblica di Roma antica*, Prato 1909.
- CARETTA 1995 = CARETTA A. (a cura di), *Filostrato di Lemno. Il manuale dell'allenatore. Introduzione, traduzione e note*, Novara 1995.
- CASSOLA 1967 = CASSOLA F., *Erodiano. Storia dell'Impero romano dopo Marco Aurelio*, Firenze 1967.
- CATONI 1996 = CATONI M.L., *Cercando le Olimpiadi*, in SETTIS S. (a cura di), *I Greci. Storia, Cultura, Arte, Società. I. Noi e i Greci*, Torino 1996, pp. 539-609.
- COKER 2019 = COKER A., *Galien and the Language of Old Comedy: Glimpses of a Lost Treatise at Ind. 23b-28*, in PETIT C. (ed.), *Galien's Treatise Περὶ Ἀλμπίας (De indolentia) in Context. A Tale of Resilience*, Leiden 2019, pp. 63-90.
- DE CRISTOFARO 2022 = DE CRISTOFARO C., *Volenti et consentienti non fit iniuria. Per la storia di una figura giuridica tra luci ed ombre*, in MANCUSO F., GIORDANO V. (a cura di), *Ombre del diritto*, in *Teoria e Storia del Diritto Privato* numero speciale, 2022, pp. 1-66.
- DI DONATO 1965 = DI DONATO R., *Traduzione*, in DI DONATO M., *L'esercizio con la palla nell'antichità classica*, Trapani 1965, pp. 23-30.
- DI DONATO M. 1965 = DI DONATO M., *L'esercizio con la palla nell'antichità classica*, Trapani 1965.
- EBERT 1980 = EBERT J. (hrsg.), *Olympia von den Anfängen bis zu Coubertin*, Leipzig 1980.
- ENGLERT 1929 = ENGLERT L., *Untersuchungen zur Galens Schrift Thrasymbulos*, Leipzig 1929.
- FARGNOLI 2003 = FARGNOLI I., *Sulla "caduta senza rumore" delle Olimpiadi classiche*, in *RIDA* 50, 2003, pp. 119-154.
- FELSENHELD 2010 = FELSENHELD É., *Images du corps athlétique chez Galien*, in GARELLI M.-H. (éd.), *Corps en jeu: de l'Antiquité à nos jours, Actes du colloque international «Corps en jeu»*, Université de Toulouse II-Le Mirail, 9-11 octobre 2008, Rennes 2010, pp. 303-318.
- FELSENHELD 2012 = FELSENHELD É., *Souffrir pour être beau? Sport et douleur dans les traités de Galien*, in *Pallas* 88, 2012, 27-44 (<https://journals.openedition.org/pallas/2425>).
- FINLEY, PLEKET 1980 = FINLEY M.I., PLEKET H.W., *The Olympic Games. The First Thousand Years*, London 1976, trad. it. *I giochi olimpici*, Roma 1980.
- FRANCIOSI 2007 = FRANCIOSI E., *Gloriae et virtutis causa. Status sociale e giuridico degli atleti nel mondo romano*, in MILAZZO F. (a cura di), *Studi in onore di Giovanni Nicosia, III*, Catania 2007, pp. 437-468.
- FUTRELL 2006 = FUTRELL A., *The Roman Games. A Sourcebook*, Malden (Mass.)-Oxford 2006.
- GAMAUF 2014 = GAMAUF R., *Pro virtute certamen: Zur Bedeutung des Sports und von Wettkämpfen im klassischen römischen Recht*, in HARTER-UIBOPUU, KRUSE 2014, pp. 275-308.
- GARCÍA ROMERO 2023 = GARCÍA ROMERO F. (ed.), *El deporte en Grecia y Roma*, in *Estudios Clásicos* 164, 2023.
- GARDINER 1910 = GARDINER E.N., *Greek Athletic Sports and Festivals*, London 1910.
- GARDINER 1925 = GARDINER E.N., *Olympia. Its History and Remains*, Oxford 1925.
- GARDINER 1930 = GARDINER E.N., *Athletics of the Ancient World*, Oxford 1930.
- GERSTINGER 1954 = GERSTINGER H., *Das "Faustkämpferdiplom" des Boxers Herminos alias Moros aus Hermopolis Magna (Pap. Graec. Londiniensis 1178)*, in *Leiberserziehung in der Kultur. Festschrift zum 80jährigen Bestandesjubiläum des Institutes für Leiberserziehung an der Universität Graz*, Graz 1954, pp. 48-63.
- GNOLI 1985 = GNOLI A. (a cura di), *Così splendeva Olimpia. L'arte, gli eroi e gli dei negli antichi giochi olimpici*, Milano 1985.
- GOLDEN 1998 = GOLDEN M., *Sport and Society in Ancient Greece*, Cambridge 1998.
- GOUREVITCH 2001 = D. GOUREVITCH, *I giovani pazienti di Galeno. Per una patocenosi dell'Impero romano*, Roma-Bari 2001.
- GRANT 2005 = GRANT M., *Galien. Food and Diet*, London-New York 2000, trad. it. *La dieta di Galeno. L'alimentazione degli antichi Romani*, Roma 2005.

- GRIMAUDDO 2008 = GRIMAUDDO S., *Difendere la salute. Igiene e disciplina del soggetto nel De sanitate tuenda di Galeno*, Napoli 2008.
- HARRIS 1964 = HARRIS H.A., *Greek Athletes and Athletics*, London 1964.
- HARRIS 1972 = HARRIS H.A., *Sport in Greece and Rome*, London 1972.
- HARTER-UIBOPUU, KRUSE 2014 = HARTER-UIBOPUU K., KRUSE Th. (hrsg.), *Sport und Recht in der Antike*, Wien 2014.
- HELMREICH 1893 = HELMREICH G., *Scripta minora III*, Leipzig 1893, pp. 33-100.
- HELMREICH 1923 = HELMREICH G., *Galeni De alimentorum facultatibus*, in *CMG V 4, 2*, Leipzig-Berlin 1923, pp. 199-386.
- ILBERG 1896 = ILBERG J., *Über die Schriftstellerei des Klaudios Galenos. III.*, in *RbM 51*, 1896, pp. 165-196.
- ISIDORI, FAZIO 2015 = ISIDORI E., FAZIO A., *Filostrato e l'allenamento: per una pedagogia neo-antica dello sport*, in MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015, pp. 35-50.
- JANISZEWSKI, STEBNICKA, SZABAT 2015 = JANISZEWSKI P., STEBNICKA K., SZABAT E., *Prosopography of Greek Rhetors and Sophists of the Roman Empire*, Oxford 2015.
- JORI 2003 = JORI A., *Filostrato sulla decadenza della ginnastica. Τέχνη e Φύσις nel Περί γυμναστικής*, in PALMIERI S. (a cura di), *Studi per Marcello Gigante*, Bologna 2003, pp. 173-216.
- JÜTHNER 1909 = JÜTHNER J. (ed.), *Philostratos über Gymnastik*, Leipzig-Berlin 1909.
- JÜTHNER 1912 = JÜTHNER J., *Γυμναστική*, in *RE VII 2*, 1912, coll. 2026-2030.
- JÜTHNER 1939 = JÜTHNER J., *Herkunft und Grundlagen der griechischen Nationalspiele*, in *Die Antike 15*, 1939, pp. 231-264.
- JÜTHNER 1942 = JÜTHNER J., *Παιδοτριβής*, in *RE XVIII 2*, 1942, coll. 2389-2396.
- JÜTHNER 1965-1968 = JÜTHNER J., *Die athletischen Leibesübungen der Griechen. I. Geschichte der Leibesübungen. II. Einzelne Sportarten*, Graz-Wien-Köln 1965-1968.
- KEMEZIS 2014 = KEMEZIS A.M., *Greek Narratives of the Roman Empire under the Severans. Cassius Dio, Philostratus and Herodian*, Cambridge 2014.
- KOCH 1923 = KOCH K., *Galeni De sanitate tuenda*, in *CMG V 4, 2*, Lipsiae-Berolini 1923, pp. 1-198.
- KÖNIG 2005 = KÖNIG J., *Athletics and Literature in the Roman Empire*, Cambridge 2005.
- KÖNIG 2009 = KÖNIG J., *Training Athletes and Interpreting the Past in Philostratus' Gymnasticus*, in BOWIE E., ELSNER J. (eds.), *Philostratus in Greek Culture in the Roman World*, Cambridge 2009, pp. 251-283.
- KYLE 1983a = KYLE D.G., *Directions in Ancient Sport History*, in *Journal of Sport History 10*, 1, 1983, pp. 7-34.
- KYLE 1983b = KYLE D.G., *The Study of Greek Sport: a Survey*, in *EMC 27*, 1983, pp. 46-67.
- KYLE 1987 = KYLE D.G., *Athletics in Ancient Athens*, Leiden 1987.
- KYLE 1992 = KYLE D.G., *The Panathenaic Games. Sacred and Civic Athletics*, in NEILS J., *Goddess and Polis: the Panathenaic Festival in Ancient Athens*, Princeton 1992, pp. 77-101.
- KYLE 2007 = KYLE D.G., *Sport and Spectacle in the Ancient World*, Malden (Mass.) 2007.
- LEHMANN 2009 = LEHMANN C.M., *Early Greek Athletic Trainers*, in *Journal of Sport History 36*, 2, 2009, pp. 187-204.
- MADELLA 2015 = MADELLA P., *Nota introduttiva: l'autore, il titolo, il testo*, in MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015, pp. 51-153.
- MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015 = MADELLA P., REID H.L., ISIDORI E., FAZIO A. (a cura di), *Filostrato. Sull'allenamento*, Viterbo 2015.
- MÄHL 1974 = MÄHL E., *Gymnastik und Athletik im Denken der Römer*, Amsterdam 1974.
- MANETTI 1988 = MANETTI G., *Sport e giochi nell'antichità classica*, Milano 1988.
- MARINONE 1973 = MARINONE N., *Galeno. La dieta dimagrante*, Torino 1973.
- MARROU 2008 = MARROU H.-I., *Histoire de l'éducation dans l'antiquité*, Paris 1948, trad. it. *Storia dell'educazione nell'antichità*, Roma 2008.
- MILLER 1979 = MILLER S.G., *Arete. Ancient Writers, Papyri and Inscriptions on the History and Ideals of Greek Athletics and Games*, Chicago 1979.
- MILLER 1991 = MILLER S.G., *Arete. Greek Sports from Ancient Sources*, Berkeley 1991.
- MILLER 2004 = MILLER S.G., *Ancient Greek Athletics*, New Haven-London 2004.

- MITCHELL 1993 = MITCHELL S., *Anatolia. Land, Men and Gods in Asia Minor*, vol. 1, Oxford 1993.
- MORAUX 1985 = MORAUX P., *Galien de Pergame. Souvenirs d'un medecin*, Paris 1985.
- MORETTI 1953 = MORETTI L., *Iscrizioni agonistiche greche*, Roma 1953.
- MORETTI 1956 = MORETTI L., *Olympionikai. I vincitori negli antichi agoni olimpici*, Roma 1956.
- MORETTI 1970 = MORETTI L., *Supplemento al catalogo degli Olympionikai*, in *Klio* 52, 1970, pp. 295-303.
- MORETTI 1992 = MORETTI L., *Nuovo supplemento al catalogo degli Olympionikai*, in COULSON W.D.E., KYRIELEIS H. (eds.), Πρακτικά Συμποσίου Ολυμπιακών Αγώνων, [Αθήνα] 5-9 Σεπτεμβρίου 1988 = *Proceedings of an international symposium on the Olympic Games, [Athens] 5-9 September 1988*, Athens 1992, pp. 119-128.
- MURA SOMMELLA, TALAMO, CIMA 1987 = MURA SOMMELLA A., TALAMO E., CIMA M. (a cura di), *Lo sport nel mondo antico. "Athla" e atleti nella Grecia classica*, Roma, Palazzo dei Conservatori, 25 agosto-15 novembre 1987, Milano 1987.
- NIETO IBÁÑEZ 2003 = NIETO IBÁÑEZ J.-M., *Galen's Treatise 'Thrasylbulus' and the Dispute between 'Paidotribes' and 'Gymnastes'*, in *Nikephoros* 16, 2003, pp. 147-156.
- PATRUCCO 1972 = PATRUCCO R., *Lo sport nella Grecia antica*, Firenze 1972.
- PHILLIPS, PRITCHARD 2003 = PHILLIPS D.J., PRITCHARD D., *Sport and Festival in the Ancient Greek World*, Swansea 2003.
- PLEKET 1975 = PLEKET H.W., *Games, Prizes, Athletes and Ideology. Some Aspects of the History of Sport in the Greco-Roman World*, in *Stadion* 1, 1975, pp. 49-89.
- PLEKET 1988 = PLEKET H.W., *Zur Soziologie des antiken Sports*, in *MNIR* 36, 1974, pp. 57-87 (poi in *Nikephoros* 14, 2001, pp. 157-212), trad. it., *Per una sociologia dello sport antico*, in ANGELI BERNARDINI P. (a cura di), *Lo sport in Grecia*, Roma-Bari 1988, pp. 31-77.
- PLEKET 1992 = PLEKET H.W., *The Participants in the Ancient Olympic Games. Social Background and Mentality*, in COULSON W.D.E., KYRIELEIS H. (eds.), Πρακτικά Συμποσίου Ολυμπιακών Αγώνων, Αθήνα 5-9 Σεπτεμβρίου 1988. *Proceedings of an International Symposium on the Olympic Games, Athens 5-9 September 1988*, Αθήνα-Athens 1992, pp. 147-152.
- PLEKET 1996 = PLEKET H.W., *L'agonismo sportivo*, in SETTIS S. (a cura di), *I Greci. Storia, Cultura, Arte, Società. I. Noi e i Greci*, Torino 1996, pp. 507-537.
- POLIAKOFF 1982 = POLIAKOFF M.B., *Studies in Terminology of the Greek Combat Sports*, Königstein 1982.
- POLIAKOFF 1987 = POLIAKOFF M.B., *Combat Sports in the Ancient World*, New Haven-London 1987.
- RAUSA 1994 = RAUSA F., *L'immagine del vincitore. L'atleta nella statuaria greca dall'età arcaica all'ellenismo*, Roma 1994.
- REALE, RADICE 2009 = REALE G., RADICE R., *Platone. Repubblica*, Milano 2009.
- REID 2015 = REID H.L., *Introduzione storico-filosofica al Gymnasticus di Filostrato*, in MADELLA, REID, ISIDORI, FAZIO 2015, pp. 13-33.
- REINACH 1922 = REINACH S., *Répertoire de peintures grecques et romaines*, Paris 1922.
- REMIJSEN 2014 = REMIJSEN S., *The Imperial Policy on Athletic Games in Late Antiquity*, in HARTER-UIBOPUU, KRUSE 2014, pp. 329-347.
- REMIJSEN 2015 = REMIJSEN S., *The End of the Ancient Olympics and other Contests: why the Agonistic Circuit collapsed in Late Antiquity*, in *JHS* 135, 2015, pp. 147-164.
- ROBERT 1969 = ROBERT L., *Les épigrammes satiriques de Lucillius sur les athlètes. Parodie et réalités*, in *L'épigramme grecque. Entretiens sur l'Antiquité classique XIV*, Genève 1969, pp. 179-295.
- ROBINSON 1955 = ROBINSON R.S., *Sources for the History of Greek Athletics*, Chicago 1955.
- ROBINSON 1981 = ROBINSON R.S. (ed.), *Sources for the History of Greek Athletics*, Chicago 1981.
- ROSENBAUM 1960 = ROSENBAUM E., *Catalogue of Cyrenaican Portrait Sculpture*, Oxford 1960.
- RUSTEN, KÖNIG 2014 = RUSTEN J., KÖNIG J. (eds.), *Philostratus. Heroicus. Gymnasticus. Discourses 1 and 2*, Cambridge (Mass.)-London 2014.
- SANSONE 1988 = SANSONE D., *Greek Athletics and the Genesis of Sport*, Berkeley 1988.
- SCHRÖDER 1927 = SCHRÖDER B., *Der Sport im Altertum*, Berlin 1927.
- SEGAL 1987 = SEGAL E., *Sport and Recreation in Ancient Greece. A Sourcebook with Translation*, Oxford 1987.
- SINGER 1997 = SINGER P.N., *Galen. Selected Works*, Oxford 1997.

- STOCKING 2016 = STOCKING C.H., *The Use and Abuse of Training "Science" in Philostratus' Gymnasticus*, in *CLAnt* 35, 1, 2016, pp. 86-125.
- SWEET 1987 = SWEET W.E., *Sport and Recreation in Ancient Greece*, Oxford-New York 1987.
- ULMANN 2004 = ULMANN J., *De la Gymnastique aux Sports modernes. Histoire des doctrines de l'éducation physique*, Paris 1965, trad. it. (a cura di ALEANDRI G.), *Nel mito di Olimpia. Ginnastica, educazione fisica e sport dall'antichità ad oggi*, Roma 2004.
- VANOYEKE 1992 = VANOYEKE V., *La naissance des jeux Olympiques et le sport dans l'Antiquité*, Paris 1992.
- VEGETTI 1987 = VEGETTI M., *Medicina e sport nell'antichità*, in MURA SOMMELLA, TALAMO, CIMA 1987, pp. 46-47.
- VISA-ONDARÇUHU 2019 = VISA-ONDARÇUHU V., *Le fragment de l'«Autolykos» sur les athlètes: retour critique sur quelques lectures*, in *REA* 121, 1, 2019, pp. 39-70.
- VON STADEN 1997a = VON STADEN H., *Galen and the "Second Sophistic"*, in *Bull. Inst. Class. Stud.* 68, 1997, pp. 33-54.
- VON STADEN 1997b = VON STADEN H., *Gattung und Gedächtnis. Galen über Wahrheit und Lehrdichtung*, in KULLMANN W., ALTHOFF J. (hrsg.), *Gattungen der wissenschaftlichen Literatur in der Antike*, Tübingen 1997, pp. 65-94.
- WACKE 1978-1979 = WACKE A., *Unfälle bei Sport und Spiel nach römischen und geltendem Recht*, in *Stadion* 3, 1978-1979, pp. 4-43.
- WACKE 1979 = WACKE A., *Athleten als Darlehensnehmer nach römischem Recht*, in *Gymnasium* 86, 1979, pp. 149-164 (già in *SDHI* 44, 1978, 439-452).
- WEBER 1986 = WEBER C.W., *Panem et circenses*, Düsseldorf-Wien 1983, trad. it. Panem et circenses. *La politica dei divertimenti di massa nell'antica Roma*, Milano 1986.
- WEILER 1981 = WEILER I., *Der Sport bei den Völkern der alten Welt*, Darmstadt 1981.
- WEILER 1985-1986 = WEILER I., *Der "Niedergang" und das Ende der antiken Olympischen Spiele in der Forschung*, in *GB* 12-13, 1985-1986, pp. 235-263.
- WEILER 1989 = WEILER I., *Langzeitperspektiven zur Genese des Sports*, in *Nikephoros* 2, 1989, pp. 7-26.
- WEILER 1990 = WEILER I., *Rezensionen* a SANSONE D., *Greek Athletics and the Genesis of Sport*, Berkeley 1988, in *Gnomon* 62, 3, 1990, pp. 218-222.
- WOHRLE 1990 = WOHRLE G., *Studien zur Theorie der antiken Gesundheitslehre*, Stuttgart 1990.

