

MESAS TERAPÊUTICAS E MESAS SAUDÁVEIS: PLATÃO EM DIÁLOGO COM A LITERATURA MÉDICA E GASTRONÓMICA

THERAPEUTIC TABLES AND HEALTHY TABLES: PLATONIC TEXTS IN DIALOGUE WITH HIPPOCRATIC AND GASTRONOMIC LITERATURE

SOARES, C. (2018). Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica. *Archai*, n.º23, May-Aug., p. 229-264

DOI: https://doi.org/10.14195/1984-249X_23_8

Resumo: Neste estudo abordamos a presença nos diálogos de Platão de duas esferas do quotidiano correlacionadas, ambas atinentes ao domínio do *cuidar do corpo* (ἡ τοῦ σώματος θεραπεία) e ambas partilhando um mesmo campo de intervenção (a comida): a cozinha e a medicina. É nosso

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

ἄρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronômica', p. 229-264

objetivo identificar os pontos em comum e as divergências entre posições veiculadas pelas personagens criadas pelo filósofo e posições apresentadas em obras cronologicamente próximas, versando sobre esses dois domínios de especialização do conhecimento, a saber: tratados do *Corpus Hippocraticum* (CH) e obras de temática gastronômica. O tratado *Da medicina antiga* encerra a chave para a nossa análise ao estabelecer que o princípio fundador da medicina como *techne* está na concepção da “dieta dos doentes” (ἡ τῶν καμνόντων διαίτα) como um regime distinto da “dieta das pessoas saudáveis” (ἡ τῶν ὑγιαίνόντων διαίτα). Esta distinção leva-nos a indagar as *nuances* de sentido que em contextos literários, sociológicos e teóricos distintos assumem esses dois modelos dietéticos, que apelidamos de “mesas terapêuticas” e “mesas saudáveis”. A nossa análise incide sobre trechos selecionados de diálogos platônicos (*Górgias*, *Protágoras*, *Alcibiades* e *Íon*), do CH (*Da medicina antiga*, *Dos padecimentos*, *Aforismos*, *Da dieta*), do poema gastronômico de Arquétrato (*Hedypatheia*) e de Livros de Culinária dos sécs. IV e III a.C.

Palavras-chave: Platão, *Corpus Hippocraticum*, cozinha, medicina, filosofia.

Abstract: The focus of this paper concerns two domains of daily life related to *the care of the body* (ἡ τοῦ σώματος θεραπεία) – cooking and medicine – both sharing a common field of intervention: food. The main goal of the inquiry is to identify points of convergence and disruption concerning those *technai* in a comparative study of selected passages of the Platonic dialogues and its contemporary Hippocratic treatises and gastronomic literature. The *On Ancient Medicine* presents the key for our analysis, by establishing that the founding principle of medicine as *techne* is to conceive *the patient's diet* (ἡ τῶν καμνόντων διαίτα) as a different diet from *the healthy people's diet* (ἡ τῶν ὑγιαίνόντων διαίτα). Based on that distinction, we approach the perception of the several *nuances* of meaning assumed in distinct literary, sociological and theoretical contexts by both dietetic models (which we accordingly named “therapeutic table” and “healthy table”). The study proceeds through the analysis of passages from the follow-

ing texts: Plato's *Gorgias*, *Protagoras*, *Alcibiades* and *Ion*; Hippocratic *On Ancient Medicine*, *On Affections*, *Aphorisms* and *On Regimen*; Archestratus' *Hedypatheia*; Culinary Books from the IV and III BC.

Keywords: Plato, *Corpus Hippocraticum*, cooking, medicine, philosophy.

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica', p. 229-264

INTRODUÇÃO

Herdeiro da “escola socrática”, o pensamento filosófico de Platão tem por motivo central de reflexão o ser humano (ἄνθρωπος), inserido na *polis*. Homem do seu tempo, o fundador da Academia convoca para a construção da matriz filosófica humanista dos seus escritos uma série de debates que, contemporaneamente, acendiam as discussões tanto em círculos intelectuais mais restritos, como em *fora* populares. Dessa paleta vasta de “temas na moda”, elegi refletir sobre as inter-relações que resultam da permeabilidade de fronteiras de atuação de duas esferas do cotidiano correlacionadas, ambas atinentes ao domínio do *cuidar do corpo* (ἡ τοῦ σώματος θεραπεία) e ambas partilhando um mesmo campo de intervenção (a comida): a cozinha e a medicina. As fontes escritas que nos chegam da Época Clássica, cronologia alargada que contextualiza o estudo do *corpus* platônico, são unânimes em evidenciar que essa aproximação entre o conhecimento do cozinheiro e o do médico animava a agenda dos Gregos. Helenistas como John Wilkins (2001) e María José García Soler (2008) têm chamado a atenção para o tratamento que lhe foi dado no teatro cômico. Mais recente e particularmente rico, não só pela análise das fontes, mas também pelo completo balanço que faz do estado da arte, em Platão sobretudo, é o estudo de Fernando Notario (2015) “Plato’s political cuisine. Commensality, food and politics in the Platonic thought”.¹ Como bem observa um dos estudiosos de referência em medicina antiga, Philipp J. Van der Eijk (2005, 14), a filosofia até 400 a.C. não apresenta separação entre investigação teórica e prática, conforme atesta o interesse dos pensadores desse período

clássico rotulados de “filósofos”, que também refletem e escrevem sobre ética, política, tecnologia, ciências da natureza e domínios da doença e da cura.

Importa, por conseguinte, esclarecer que contributo novo pode a minha proposta de análise trazer a uma linha de pesquisa já trilhada por outros investigadores, do diálogo entre textos filosóficos, médicos e de literatura gastronómica. O meu objetivo consiste em apurar em que medida as convergências e divergências entre estes três tipos de textos revelam a presentificação, por parte de personagens platónicas, quer de teses científicas e de opiniões populares em termos de dietética, quer da coabitação de correntes culinárias diversas e suas analogias com a prática médica. Não reservo para o termo do meu estudo os resultados dessa análise, mas apresento-os de imediato:

1. Platão veicula o princípio fundador (ἀρχή) da medicina como τέχνη (explorado no tratado hipocrático *Da medicina antiga*): o estabelecimento de um regime próprio para os doentes (ἡ τῶν καμνόντων δίαίτα), distinto do das pessoas saudáveis (ἡ τῶν ὑγιαίνόντων δίαίτα).

2. Platão radicaliza o retrato médico das “mesas terapêuticas” como espaço de secundarização do prazer (da diversidade e quantidade) alimentar, veiculado no CH. Assiste-se ao extremar da conceção da mesa saudável prescrita pelo médico (ιατρός), em contraste com a *opinio communis* de que as mesas da autoria do mestre de culinária (ὀψόποιος) são “mesas de delícias”.

3. Essa radicalização convive com uma outra distinção, entre “mesas de sobrevivência” e “mesas de delí-

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica’, p. 229-264

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronômica', p. 229-264

cias”, sendo estas últimas conotadas com a decadência moral, evidente na *cidade doente* (φλεγμαίνουσα πόλις) e ausente, por contraste, da *cidade sã* (πόλις ὑγιής), ambas descritas na *República*.

4. O confronto entre esta polarização platônica e fragmentos sobreviventes de literatura gastronômica sua contemporânea demonstra que o filósofo apenas dá testemunho da visão negativa da “alta cozinha”, partilhada por um determinado setor aristocrático, silenciando o “resgate moral” que outros setores promoveriam (conflito bem evidente no poema gastronômico do poeta siciliano Arquêstrato). Como a *diaita* prescrita pelos médicos também pode ser um produto de luxo, verifica-se que Platão ignora essa noção de “alta medicina”, até porque, no fundo, não se compaginava com o seu programa de negação do estatuto de *techne* verdadeira à “alta cozinha”.

O meu estudo estrutura-se, pois, em quatro partes, cada uma compreendendo a reflexão que conduziu a estas conclusões. Antes de passar a essa análise, e porque coloco em diálogo fontes de autorias distintas, convém ter presente que a leitura que proponho, sempre que assinalo ideias convergentes entre os diálogos de Platão e os tratados do CH, não deve ser de que se confirma, por essa via, a influência exercida pelos textos hipocráticos na obra do filósofo. Uma tal interpretação é demasiado redutora, pois existiram outros textos médicos, que se perderam na longa transmissão até ao séc. XXI. Além de que, como bem chama a atenção Laurence Totelin (2013, p. 119-120), a oralidade foi outra forma de transmitir práticas, teorias e vocabulário médico, estendendo-se o universo da cura também a leigos e praticantes de

uma “medicina popular”.² Atesta-se, sim, a presença inegável da medicina na *koine* cultural (intelectual e popular) da Época Clássica grega.

1. ARCHE CIENTÍFICA DA MEDICINA: DIETA DE DOENTES VERSUS DIETA DE PESSOAS SAUDÁVEIS

É no tratado *Da medicina antiga* (Περὶ ἀρχαίης ἰητρικῆς), comumente designado *VM* (*De vetera medicina*), que se afirma (cap. 3) estar a ‘origem’ (ἀρχή) da ciência médica (ἢ τέχνη ἢ ἰητρική) na descoberta da necessidade de *diaitai* diferenciadas para os doentes e para as pessoas saudáveis, *diaitai* respetivamente denominadas no cap. 8 de ἡ τῶν καμνόντων διαίτα e de ἡ τῶν ὑγιαινόντων διαίτα. O ‘estilo de vida’ (διαίτα) tem por pilares o que se come e bebe, a que justamente se pode chamar de “dieta alimentar”, mas inclui ‘ainda outros aspetos da vida’ (καὶ τᾶλλα διαιτέονται, *VM* 3.1). Um dos textos hipocráticos em que mais detalhadamente se apresenta o sentido holístico de *diaita* é precisamente o *Da dieta* (Περὶ διαίτης). Os domínios fundamentais do ‘modo de vida’ são três, devendo juntar-se aos dois anteriores o exercício físico.³ Contudo é nos alimentos, naquilo que, por se ingerir, imediatamente interfere com o corpo, que o foco das atenções do médico-autor de *VM* se centra. Tanto assim é que, não satisfeito com a identificação do processo responsável pela origem da ciência médica, a *diaita* dos doentes, o autor anónimo do tratado estabelece o que, em linguagem moderna, poderíamos chamar de “proto-história” da arte médica.

Ao fazer remontar à invenção da dieta alimentar civilizada (aquela em que se substitui o cru da “dieta selvagem” – θηριώδης διαίτα, *VM* 3.4 – pelo cozinhado),

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica’, p. 229-264

ἄρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronômica', p. 229-264

o mesmo é dizer à “cozinha”, o termo de sofrimentos, de doenças e de mortes dos homens desse passado distante, provocados por inadequada alimentação, o autor estabelece mais do que uma linha evolutiva direta entre os dois conhecimentos. Na verdade, ele afirma que, por trazer saúde aos homens, essa ‘descoberta’ (εὑρημα), da cozinha (acrescentamos nós), poderia mais justamente ser chamada de medicina (VM 3.6).

No entanto o Autor de VM tem consciência de que há diferenças “epistemológicas” evidentes entre as duas formas de conhecimento em causa (a cozinha e a medicina), traduzidas na maior complexidade que assiste à segunda (ὅτι ποικιλώτερον καὶ πλείονος πραγματείας, VM 7.3). É precisamente em relação a este ponto – a concessão de *techne* – que se regista uma divergência de fundo entre a VM e o diálogo platónico onde o assunto assume protagonismo, o *Górgias*.⁴ Na longa fala de Sócrates (464b-466a) em que se procede à distinção entre a verdadeira e a ‘disfarçada’ (ὑποδῦσα, 464c) ou aparente ‘arte de cuidar do corpo’ (ἡ τοῦ σώματος θεραπεία), a chamada ‘arte da adulação’ (ἡ [τέχνη] κολαστική), torna-se antes de mais evidente a separação epistemológica, de base moral, entre a ‘arte da medicina’ (ἡ [τέχνη] ἰατρική) e a ‘arte culinária’ (ἡ [τέχνη] ὀψοποιική). Retomarei a questão da diferenciação ética abaixo, quando desenvolver o relevo da *hedone* para as duas áreas de especialização. Agora interessa-me, antes, destacar, juntamente com Mark Schiefsky (2005, p. 345-348), que há uma divergência epistemológica de fundo entre o pensamento médico e o do filósofo que estamos a considerar, Platão. Ou seja, enquanto na VM se admite que a ‘competência profissional’ (τέχνη) envolve tanto conhecimentos

teóricos (λόγος) como procedimentos rotineiros, decorrentes da percepção e da memória (ἐμπειρία), em Platão assiste-se à depuração absoluta do conceito de *techne*, reduzido a um domínio do *logos*.⁵

A razão para se assistir, no pensamento filosófico, a esta distinção epistemológica tem por base um fundamento ético, uma vez que Sócrates considera que o objetivo de uma *techne* é o ‘grau superlativo do bem’ (τὸ βέλτιστον, *Grg.* 464c-d), diversamente de uma *empeiria*, que persegue o ‘grau superlativo do prazer’ (ἡδιστον, *ibidem*). Entramos, assim, no ponto 2 da minha análise. Repare-se, desde já, a importância que tem o uso de superlativos, pois dessa referência infere-se que há graus diversos de ‘bom’ e de ‘prazer’ e, em particular para o que à minha discussão sobre a mesa diz respeito, infere-se que o domínio da confecção de alimentos, incluído por Sócrates no ramo da ‘adulação’ da ‘arte de cuidar do corpo’, é um domínio muito específico da cozinha: o da ‘preparação de iguarias’ e não o da alimentação básica. É essa ênfase na satisfação máxima do palato, viabilizada pelo que chamaríamos de “mesas de delícias”, que é remetida por Platão para o universo da *empeiria*. Vejamos, de seguida, que lugar é reservado ao prazer gastronómico nas mesas terapêuticas e nas mesas saudáveis, tanto nos escritos do CH como nos diálogos de Platão.

2. LUGAR DA *HEDONE* NO DISCURSO DIETÉTICO MÉDICO E NO DISCURSO DIETÉTICO PLATÓNICO

No tratado *Da medicina antiga* (5.2) afirma-se:

Ἔτι γοῦν καὶ νῦν ὅσοι ἰητρικῆι μὴ χρέονται οἱ βάρβαροι καὶ τῶν Ἑλλήνων ἔνιοι τὸν αὐτὸν τρόπον ὄνπερ οἱ ὑγιαίνοντες

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica’, p. 229-264

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica', p. 229-264

διαιτέονται πρὸς ἡδονήν καὶ οὔτ' ἂν ἀπόσχοιντο οὐδενὸς οὖν ἐπιθυμέουσιν, οὔτ' ὑποστείλαιντο ἄν.

Realmente ainda hoje todos quantos não fazem uso da medicina, os Bárbaros e alguns Gregos, vivem o mesmo regime que as pessoas de saúde, em função do prazer, sem se privarem de nada que desejem e sem terem de se conter.⁶

Ou seja, no subtexto deste retrato da dieta das pessoas saudáveis, lê-se o perfil tipológico das “mesas terapêuticas”, prescritas pelo médico a quem tiver de recorrer à sua *techne*. Nesses casos o regime deixa de ser *orientado para o agradável* (πρὸς ἡδονήν), exige privação e contenção. Quer isto dizer que a *hedone* deixa de ser central na arte médica, mas não que se anula por completo. Prova dessa secundarização deteta-se nas parcas (e, na maioria das vezes, subentendidas) alusões, feitas nos tratados médicos, à importância do ‘gosto agradável’ da comida, i.e., ao ‘prazer’ que se retira da sua ingestão.

Comecemos por dar conta da insistência em prescrever comidas ‘saborosas, agradáveis’ (sentidos contidos no adj. ἡδύς), ideia que pode ainda estar subentendida na contraindicação de se servir aos pacientes pratos ‘desagradáveis, sem gosto/sabor’ (adj. gr. ἀηδύς) e na alusão ao ‘bom cheiro’ (adj. εὐωδής) exalado por determinadas comidas. Por conseguinte, além do paladar, igualmente o olfato sobressai como sentido estimulante do apetite (também) dos doentes.

Paradigmática é, a respeito do lugar que o ‘prazer/gosto agradável’ ocupa nas mesas terapêuticas, a máxima 38 do livro II dos *Aforismos*:

Τὸ μικρῶι χεῖρον καὶ πόμα καὶ σιτίον, ἥδιον δέ, τῶν βελτιόνων μὲν, ἀηδεστέρων δέ, μᾶλλον αἰρετέον.

Deve escolher-se preferencialmente bebida e comida de qualidade um pouco inferior, embora mais saborosa, em vez das de melhor qualidade, mas mais insípidas.

Além do paladar, também o olfato do doente é passível de ser estimulado, como se depreende de um trecho do §41 do tratado *Dos padecimentos*. Aí se prescreve a preparação de um prato de lentilhas ‘bem cheirosas’ (φακὸν δὲ ὡς εὐώδεα σκεύασαι), comida a servir no regime alimentar de um paciente que, depois de uma purga medicamentosa, fique com febre.

O princípio que nestes trechos está implícito – de que a cozinha terapêutica se deve moldar às vontades, gostos e hábitos alimentares de cada doente, pelo que é uma “cozinha personalizada”⁷ – noutros passos do CH é claramente evidenciado. A única ressalva é de que a concessão feita à *hedone* pelos médicos não pode conduzir ao agravamento do estado debilitado de saúde do paciente, como ainda esclarece o Autor do tratado *Dos padecimentos* (§44).

Ὅσων ἐπιθυμέουσι οἱ κάμνοντες ἢ σιτίων ἢ ὄψων ἢ πότων, ὑπαρχέτω ταῦτα, ἦν μὴ τι μέλλῃ τῶι σώματι βλάβος ἔσεσθαι.

De quanto pão, condutos⁸ e bebidas os doentes desejarem ponham-nos à sua disposição, se [daí] não vier nenhum mal ao corpo.

Refira-se uma última ocorrência da menção expressa ao papel (secundário, mas ainda assim existente)

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica’, p. 229-264

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica', p. 229-264

da *hedone* nas “mesas terapêuticas” do CH. A dieta de verão apresentada pelo autor do tratado *Da dieta* (68. 13), com o objetivo de contrabalançar o clima da estação, determina a exclusão dos alimentos secos e quentes. Uma vez que um dos alimentos proibidos é o pão, que constituía a base da alimentação da época e, conseqüentemente, por ser identitário mais difícil era abdicar dele, há o cuidado de registrar a condescendência feita, neste caso, à *hedone* ou gosto do doente:

Ταύτη δὲ τῆι διαίτηι προσανεχέτω μέχρι ἡλίου τροπέων, ὥκως ἐν τούτῳ τῶι χρόνῳ ἀφαιρήσει πάντα ὅσα ξηρὰ καὶ θερμὰ καὶ μέλανα καὶ ἄκρητα, καὶ τοὺς ἄρτους, πλὴν εἰ τι σμικρὸν ἡδονῆς εἶνεκα.

Continuar com esta dieta até ao solstício, de modo a, no decurso deste período de tempo, privar-se de tudo o que é seco, quente, negro e puro, e do pão, salvo se for só um bocadinho, em atenção ao gosto.

É caso para dizer que “comida de doente” não tem de ser (não deve ser) desprovida de (bom) gosto.

Há, no entanto, em consequência do estado debilitado dos pacientes, necessidade de alterar as quantidades habituais de consumo de alimentos e bebidas.⁹ Não estranhemos, por isso, que, em dois momentos do *Górgias*, Sócrates, por um lado, se faça porta-voz da má fama que a opinião comum (a dos mais novos e dos adultos sem senso, os *παῖδες* e os *ἄνδρες ἀνόητοι*) tinha da dieta dos doentes, pelo outro, convirja com o CH quanto à admissão de que a *hedone* desempenha um papel nas dietas médicas. O que iremos aclarar é que essa inclusão resulta do valor ético (e não estético, de mera fruição dos

sentidos) que o ‘prazer/gosto’ assume na heurística médica. Na fala em que identifica a culinária como *empeiria* e a medicina como *techne*, Sócrates declara que, na visão do homem comum, ‘a melhor comida’ (uso do superlativo χρηστός, na expressão τὰ χρηστὰ σιτία) é a feita pelos “mestres de culinária” (*opsopoioi*) e a ‘pior comida’ (τὰ πονηρὰ σιτία) é a dos médicos (Grg. 464d-e). O filósofo repudia, ainda, a ideia de que só a comida preparada pelo cozinheiro é boa, com o seguinte argumento: *porque visa o prazer sem o melhor* (ὄτι τοῦ ἡδέος στοχάζει ἄνευ τοῦ βελτίστου, Grg. 465a). Ou seja, fica implícito que há uma *hedone* dietética aceitável, aquela que convive com a noção de βέλτιστον, que no contexto médico, que é o que nos interessa ao presente debate, significa ‘melhor para a saúde’. Que, em linguagem médica, falar de ‘melhor’ corresponde a ‘saudável’ e que ‘alimentação saudável’ é o domínio de conhecimento do médico são ideias que ecoam em outros dois diálogos platônicos, o *Alcibiades* (1. 108e) e o *Íon* (531e), respetivamente.

No diálogo entre Sócrates e o jovem Alcibiades, aspirante a conselheiro político dos Atenenses em matéria decisiva como a da agenda militar de Atenas (*Alc.* 1. 107c), a propósito do princípio de que só quem possui determinada *techne* está habilitado a opinar com conhecimento sobre ‘o melhor’ (τὸ ἄμεινον/βέλτιον) na respetiva área, o mestre evoca o exemplo do médico. Perante a incapacidade do discípulo em identificar ‘o melhor’ nos domínios em que se dizia especialista (o guerrear e o fazer a paz), Sócrates não esconde a sua surpresa e recorre à analogia com a ciência do médico. Nesse passo evidencia-se que caberia ao médico definir ‘o melhor’ (τὸ ἄμεινον) em matéria alimentar (περὶ σιτίων) e

ἄρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica’, p. 229-264

ἄρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronômica', p. 229-264

que essa qualificação tem por equivalente 'o mais saudável' (τὸ ὑγιεινότερον). Repare-se que existe sintonia entre os critérios enunciados por Sócrates como determinantes na avaliação de uma dieta correta¹⁰ e a teorização hipocrática presente em *VM* (caps. 9-10). Tanto num sítio, como no outro, se fala de seleção e de quantidades de alimentos, bem como do momento de consumo adequado.¹¹ No diálogo *Íon* (531e), por seu turno, assistimos a nova evocação do médico como o detentor da *techne* que permite 'falar da melhor maneira' (εἰς τις ἄριστα λέγει) 'dos alimentos saudáveis' (περὶ ὑγιεινῶν σιτίων).

Contudo o que por diversas vezes vem enfatizado nos diálogos de Platão é a opinião comum do desprazer das mesas terapêuticas, precisamente retratadas pela privação de gosto e redução das porções ingeridas. Retomemos o *Górgias*, agora no passo 521d-522a, em que Sócrates recorre à analogia entre a sua situação de julgado e a de um médico acusado por um 'mestre de culinária' (ὀψόποιος) num tribunal de jurados imaturos (παῖδες). Na fala imaginária de acusação, deparamos com o claro confronto entre a mesa dos cozinheiros e a "mesa terapêutica" da autoria de médicos, caracterizada esta última por comidas mal saborosas e pela carência alimentar, mesa onde marcam presença *beberagens extremamente amargas* (πικρότατα πώματα, 522a), *fome e sede* (πεινῆν καὶ διψῆν, *ibidem*). Conseqüentemente, nessa leitura pejorativa do acusador, o efeito causado nos corpos dos pacientes é de emagrecimento ou debilitação (cf. uso do vb. ἰσχναίω, *ibidem*). Oposta a essa terapia *repleta de maldades* (apelidada em 521e de πολλὰ...κακά) é a mesa *repleta de delícias e abundante* (πολλὰ καὶ ἡδέα

καὶ παντοδαπά) de um especialista na preparação de banquetes, o *opsopoiios*, assim como oposto é o efeito provocado em quem dela se serve: engordar (cf. uso do vb. εὐωχέω, 522a).

Noutro diálogo de Platão retoma-se a ideia de que as “mesas terapêuticas” podem ser *desagradáveis* ao paladar, caracterizando-se pela *δυσχέρεια* (*Prt.* 334c). Desta vez é o sofista que dá nome ao diálogo que, buscando um exemplo, no quotidiano, da legitimidade de se recorrer a algo que não é ‘bom’ (ἀγαθόν) em nome da ‘utilidade’ (ὠφέλιμον), usa por referencial ilustrativo a dieta alimentar prescrita pelo médico. O trecho em apreço tem ainda o particular interesse de testemunhar o papel que o cheiro (e não só o paladar) desempenha na experiência da *hedone* alimentar, pois evoca-se a condescendência contida na prescrição de adicionar uma ‘pequeníssima quantidade’ (σμικροτάτῳ) de azeite à comida dos doentes. Na verdade, segundo a opinião do sofista, o azeite era um alimento proibido na mesa terapêutica, exceto se fosse útil na facilitação da ingestão de alimentos desagradáveis ao olfato. Subjaz, uma vez mais, a opinião comum de que a comida de doente não só sabe mal, como não cheira bem.

3. SENTIDO POLÍTICO-MORAL DA “MESA” E DA MEDICINA EM PLATÃO

Como ficou já claro, a “mesa” – entendida como universo onde interagem produtos, pessoas e ideias – assume-se em Platão como metáfora de valores (Notario, 2015; Romeri, 2015). Cumprindo a “função ilustrativa” que lhe é própria, permite ao autor tornar evidente aos olhos do público uma teoria.¹²

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronômica’, p. 229-264

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronômica', p. 229-264

No caso que temos em mãos – o dos regimes alimentares terapêuticos e saudáveis – os sentidos político e ético estruturam-se a partir do “diálogo” (entendido como confronto de ideias) entre o quotidiano médico e o quotidiano culinário. Centro a minha discussão na *República*, uma vez que é aí que os dois universos são claramente colocados ao serviço da definição do que é moralmente bom ou prejudicial à *polis*. No primeiro caso, o retrato feito é o da *cidade sã* (πόλις ὑγίης, R. 372e); no segundo, o da *cidade doente* (literalmente uma *cidade com os humores inflamados*: φλεγμαίνουσα πόλις, ibidem). Importa reter que a autoria destas apreciações valorativas é a mesma (Sócrates) e que visão bem distinta dessa é a do seu interlocutor (o jovem aristocrata Gláucou). Um encarna a voz da sabedoria, o outro a da insensatez (própria dos jovens e dos adultos sem formação filosófica)¹³.

Mas seria empobrecedor reduzir os modelos distintos de *diaita* aprovados por Sócrates e pelo aristocrata Gláucou a evidências de um confronto geracional. Na perspetiva do jovem interlocutor, o mestre propõe um modelo ultrapassado, completamente alheio às práticas do seu tempo (e não exclusivo do gosto da sua geração), como decorre do seu comentário ao modo de vida proposto como o adequado aos cidadãos de Calípolis (R. 372d-e):

Καὶ ὅς, Εἰ δὲ ὑῶν πόλιν, ὦ Σώκρατες, ἔφη, κατεσκευάζεις, τί ἂν αὐτὰς ἄλλο ἢ ταῦτα ἐχόρταζεις; Ἀλλὰ πῶς χρή, ἦν δ' ἐγώ, ὦ Γλαύκων; Ἄπερ νομίζεται, ἔφη ἐπὶ τε κλινῶν κατακεῖσθαι, οἶμαι, τοὺς μέλλοντας μὴ ταλαιπωρεῖσθαι, καὶ ἀπὸ τραπεζῶν δειπνεῖν καὶ ὄψα ἄπερ καὶ οἱ νῦν ἔχουσι καὶ τραγήματα.

E ele retorquiu: se planeasses uma cidade de porcos, com que forragem diferente desta a alimentavas? Ao invés, pergunto eu, como é que devia ser, Gláucon? Fazer-se aquilo que é habitual, respondeu ele. Na minha opinião, quem não quiser estar desconfortável [deve] reclinar-se em leitos, e à mesa [deve] comer tanto condutos como sobremesas das que há atualmente.

Esta “leitura” de Gláucon autoriza-nos a interpretar esse confronto ideológico como um choque entre “modernismo” e “conservadorismo” em matéria de conceção das práticas alimentares. Na ótica de um indivíduo alinhado com as ‘normas’ (uso do vb. νομίζεσθαι) de convívio contemporâneas, a noção de conforto (subentendido na negação do vb. ταλαιπωρεῖσθαι) tem por marcadores identitários tanto o mobiliário, como os víveres servidos. Desta resposta do aristocrata sobressaem dois princípios basilares da vida em sociedade, o *nomos* e a *techne*, responsáveis por um modo de vida civilizado. Na verdade, o comentário de Gláucon que transcrevi denota que o modelo apresentado por Sócrates foi reduzido a uma proposta radicalmente naturalista, onde a *physis* deixa marcas na mesa desenhada, tanto ao nível dos alimentos, como do espaço das refeições. A refeição proposta pelo mestre é vegetalina (admitindo um único apontamento animal, ainda assim de um derivado do leite, o queijo) e muito elementar em termos de proposta nutritiva e técnica. Numa primeira definição (372a), resume-se à díade alimentar primordial grega: o cereal-pão (σίτος) e o vinho (οἶνος). Só mediante a instigação de Gláucon, Sócrates revê a sua conceção primeira de um quadro de vida feliz (ou seja, caracterizado pelo ‘convívio agradável’ – cf. ἡδέως ξυνόντες ἀλλήλοις 372b). E é por sugestão do interlocutor que lhe acrescenta a

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica’, p. 229-264

ἄρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronômica', p. 229-264

componente alimentar suplementar da refeição grega, genericamente designada de *opson*. Ou seja, à base da alimentação, os cereais (sejam eles confeccionados em papas ou pães: *mazai* ou *artoi*), indispensáveis na mesa, é acrescentada uma série de alimentos que, por não dispensarem o recurso ao pão para serem levados à boca, se podem denominar por meio de um termo equivalente, com esse sentido genérico de 'ser conduzido pelo pão': 'conduto'. Que é esse o sentido corrente da palavra grega *opson* e não o de 'iguaria' depreende-se do elenco de alimentos suplementares avançados por Sócrates para a sua "mesa saudável", como ele expressamente sublinha (372d) no termo do retrato da cidade que mais adiante apelidará de *cidade sã* (πόλις ὑγιής, 372e).¹⁴ Fazem parte dessa mesa alimentos que integrariam uma cozinha modesta e tradicional. O custo dos produtos seria muito baixo, uma vez que os ingredientes convocados são cultivares comuns (hortaliça: λάχανα; azeitonas, figos, grão-de-bico e favas) ou mesmo plantas silvestres (bolbos, comestíveis/'cozináveis' dos campos,¹⁵ bagas de murta e bolotas). As técnicas de confecção também não se desviam desse padrão de simplicidade, materializado na hoje chamada cozedura "em branco" (isto é, apenas em água simples: vb. ἔψειν) dos vegetais e no 'assar nas brasas' (vb. σποδίζειν) das bagas e das bolotas. Igualmente tradicionais eram as outras duas técnicas de transformação implícitas nessa mesa saudável, ambas desenvolvidas para prolongar a curta vida dos ingredientes em estado natural: as conservas em sal (simplesmente denominadas de 'salgas': ἄλαι) e a produção de queijo.

Do ponto de vista do contexto material da refeição, Sócrates coloca a tônica no despojamento

tecnológico, evocando um regresso do homem a um estádio quase pré-civilizacional, anterior ao fabrico de utensílios e móveis de cozinha, primitivismo simbolicamente retratado no servir a comida em “travessas” de juncos ou folhas, colocadas no chão, sob o qual diretamente se reclinam os convivas. Desnecessárias nessa mesa eram a olaria e a carpintaria, técnicas ao serviço do ‘cuidar do corpo’.

A divergência de opiniões entre Gláucon e Sócrates é responsável pelos sentidos contrastantes que ambos dão à mesa acabada de descrever. Onde o mestre vê elevação moral (própria de um modelo de cidade que apelida de ‘verdadeira’ e ‘sã’), o jovem encontra um primitivismo bestial. Onde Gláucon (e outros com a mesma mentalidade) vislumbra conforto, o filósofo encontra luxo e doença. Repare-se que os marcadores identitários dessa sofisticação responsável pela decadência da *polis* são tanto materiais como humanos. Assim, ao quadro construído por Sócrates contrapõem-se, na ‘cidade de luxo’ e ‘inflamada de humores’ (τρυφῶσα πόλις e φλεγμαίνουσα), os espectáveis, num esquema de contra-argumentação, leitões, mesas e demais mobiliário, ‘condutos’,¹⁶ perfumes importados,¹⁷ acompanhantes femininas e guloseimas das mais variadas. Do ponto de vista culinário, recorte sobre o qual incide agora a nossa análise, as implicações de adotar um modelo de cidade deste tipo, como tem o cuidado de sublinhar Sócrates, traduzem-se no aparecimento de duas novas classes de servidores (διάκονοι, 373c): os ὀψόποιοι e os μάγειροι. Ambos especialistas de ‘culinária’ (arte respetivamente designada pelo recurso aos adj. sinónimos derivados desses dois substantivos: ὀσοποιική e μαγειρική), devem as respetivas titulações ao facto

ἄρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica’, p. 229-264

ἄρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica', p. 229-264

de a profissionalização da cozinha se ter operado nos domínios em que a alimentação mais se desviou do modelo alimentar básico (simples e predominantemente vegetalino), a saber: o domínio da preparação de condutos requintados (*opsa*) e o domínio do abate/sacrifício de animais (ingrediente que marca a mesa não do quotidiano, mas do excepcional)¹⁸. Os dois substantivos (*opsopoios* e *mageiros*) podem ser em português indiscriminadamente traduzidos por 'cozinheiro' ou 'mestre de culinária'.

Podemos recorrer a um passo anterior da *República* (332c-d) para aclarar o porquê de *opsa* ter evoluído do sentido genérico de 'conduto' (sentido evidente no quadro da 'cidade sã') para o sentido específico de conduto requintado ou 'iguaria' (sentido latente na descrição da 'cidade doente'). Nesse trecho coloca-se na boca do poeta Simónides as definições quanto ao que a medicina, por um lado, e a culinária pelo outro, tinham por conveniente e devido (ὀφειλόμενον καὶ προσήκον) dar a quê. Dito por outras palavras, responde-se à questão: qual é a função de cada *techne*? Quanto à *techne iatrike*:

Δῆλον ὅτι, ἔφη, ἡ σώμασι φάρμακά τε καὶ σιτία καὶ ποτά.

É evidente que [dá] aos corpos medicamentos, alimentos e bebidas – disse ele.

Já a *techne mageirike*:

Ἡ τοῖς ὄψοις τὰ ἡδύσματα.

[Dá] aos condutos os temperos.

Repare-se que, embora as duas *technai* manipulem alimentos, Platão recorre, no caso da medicina, a termos de sentido neutro (um para os sólidos - σιτία - e outro para os líquidos - ποτά), reservando à culinária um substantivo geral para designar tudo o que se come acompanhado de pão (ῥψοις). Mais significativa é a identificação da produção de *hedysmata* (à letra “agregadores de prazer”) como o fator responsável por elevar a confecção de *opsa* ao estatuto de *techné*. Como já destaquei no ponto 2 deste estudo, com a culinária estamos no domínio de prevalência da *hedone*, integração denunciada na própria etimologia da palavra grega para ‘tempero’, formada da raiz ἥδν-. Quer isso dizer que o *opsopoios* tinha o conhecimento que lhe permitia manipular os temperos e ingredientes básicos por forma a obter um conduto de sabor agradável, o mesmo é dizer em transformar ingredientes comuns em ‘iguarias’.

Ainda que do vastíssimo universo de literatura culinária técnica produzida pelos Gregos, a partir do séc. V a.C. e durante todo o Período Helenístico, nos tenha chegado, graças ao labor de resgate do bibliófilo Ateneu de Náucrates (sécs. II-III d.C.), apenas um punhado de nomes de autores, de títulos de obras e de brevíssimos excertos desses escritos, a verdade é que a denominação que foi atribuída a essas obras e que em português se traduz por “Livros de Culinária”, revela bem que a autonomização do saber radica na “preparação de condutos”, pois tais obras são designadas ὀψαρτυτικὰ βιβλία.¹⁹ Mesmo descontando que o que se preservou deve ser entendido como uma escolha condicionada pelo filtro mental de Ateneu e das fontes a que teve acesso ou que selecionou (na sua maioria anti-epicuristas), o quadro geral que

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica’, p. 229-264

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica', p. 229-264

se pode extrair desse receituário especializado em 'iguarias' confirma a forte presença e a grande diversidade de temperos (os tais 'agregadores de prazer' ou ἡδύσματα) envolvidos na confeção de comida. A título ilustrativo, basta trazer à colação o trecho dos *Deipnosophistai* ("Sábios à Mesa") de Ateneu em que o autor regista dois preparados diversos para uma receita com o mesmo nome, *hyposphagma*, já que tem por ingrediente identitário o sangue do animal sacrificado (ou 'degolado', conforme sugere a etimologia do nome grego em causa: ὑπόσφαγμα)²⁰. Os autores de livros de culinária aí referenciados são datados dos sécs. IV (Glauco) e III a.C. (Erasístrato). Veja-se (Ath. 7.324a):

Ἔστι δὲ τὸ ὑπόσφαγμα, ὡς Ἐρασίστρατος φησιν ἐν Ὀψαρτυτικῷ, ὑπότριμμα. Γράφει δὲ οὕτως· «Υπόσφαγμα δ'εἶναι κρέασιν ὀπτοῖς ἐκ τοῦ αἵματος τεταραγμένου μέλιτι, τυρῷ, ἀλί, κυμίνῳ, σιλφίῳ, ὄξει ἐφθοῖς.» Καὶ Γλαῦκος δ'ὁ Λοκρὸς ἐν Ὀψαρτυτικῷ οὕτως γράφει· «Υπόσφαγμα δ'αἶμα ἐφθὸν καὶ σίλφιον καὶ ἔψημα ἢ μέλι καὶ ὄξος καὶ γάλα καὶ τυρὸς καὶ φύλλα εὐώδη τετμημένα.»

O *hyposphagma* é, segundo Erasístrato afirma no seu Livro de Culinária, um molho de ervas. Eis a sua receita: "o *hyposphagma*, preparado para carnes assadas, é feito de sangue bem misturado com mel, queijo, sal, cominho e sílfio, tudo cozido com vinagre. Quanto a Glauco de Locros, eis a receita que tem escrita no seu Livro de Culinária: "o *hyposphagma* é sangue, sílfio, carne cozida, mel, vinagre, leite, queijo e ervas aromáticas picadas."

Retomando o texto platónico da *República* no momento em que o deixei – nas necessidades da

‘cidade de luxo’ em matéria de pessoal especializado – importa considerar o lugar dos médicos. É caso para concluir que, ao admitir que esses são profissionais que nem a ‘cidade sã’ pode dispensar, Sócrates exprime a convergência de pensamento com a explicação hipocrática que coloca a origem da medicina na descoberta da necessidade de criar dietéticas diferenciadas para doentes e para pessoas saudáveis. Ou seja, fica implícito que, mesmo no modelo de *polis* tido por ‘verdadeiro’, as “mesas terapêuticas” têm o seu lugar e são da competência médica. Numa ‘cidade doente’, e em consequência da prevalência das “mesas de delícias” que a arte culinária dos cozinheiros profissionais invade de excessos de prazer (entre os quais Sócrates destaca a doçaria, os *πέμματα*), os médicos tornam-se mais necessários do que no modelo saudável primeiramente proposto. Há, pois, uma relação direta entre o incremento da arte culinária e da medicina, uma vez que esta vem restabelecer a saúde que aquela arruinou.

Contudo, falta-nos ainda convocar um último passo da *República* (403e-404e), por forma a percebermos que as críticas veiculadas nos diálogos de Platão à culinária visam um padrão alimentar praticado apenas por indivíduos das elites aristocráticas e endinheiradas, uma vez que supõe disponibilidade económica para contratar ou comprar profissionais e produtos mais caros. Estamos a falar não da “cozinha tradicional”, à base de produtos sazonais e envolvendo técnicas de confeção e ambientes (de produção e consumo) menos dispendiosos, mas da “alta cozinha”, para usar a expressão *Haute Cuisine*, modelada por Jack Goody nos inícios dos anos 80.²¹

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica’, p. 229-264

O interesse da minha análise consiste em apontar que, em matéria de concepção de “alta cozinha”, o pensamento extraído dos textos de Platão, porque condicionado pelo quadro teórico-ético considerado no ponto 2 a propósito da *hedone*, é forçosamente unívoco. Verifica-se que diverge da visão apresentada no mais extenso texto de literatura gastronômica do séc. IV a.C., o poema do siciliano Arquétrato. Passarei, de seguida, a ponderar as duas concepções de “alta cozinha” existentes ao tempo de Platão.

4. “ALTA COZINHA” E “ALTA MEDICINA” NA LITERATURA DIETÉTICA E GASTRONÔMICA E EM PLATÃO

O que o trecho em que se discute a alimentação (σίτων περί, R. 403e), como parte integrante da *diaita* dos Guardiães de Calípolis, revela é que, à imagem do recomendado em termos de exercício físico (domínio da γυμναστική), a comida deve pautar-se pela simplicidade e conveniência.²² Recorrendo, uma vez mais, à função ilustrativa da analogia, Sócrates explica os sentidos de ‘simples’ e ‘conveniente’ através do exemplo do regime alimentar dos heróis homéricos. Uma vez que o filósofo lança mão do discurso da alteridade para definir a identidade em causa, da argumentação apresentada sobressai o reverso do modelo que se quer caracterizar. Se a alimentação ‘simples’ e ‘conveniente’ (aos Guardiães-soldados) é aquela em que *não se come* peixe, a carne admitida é a grelhada e *não a cozida*, *não se faz* uso de ‘agregadores de (bom) gosto’ (*hedysmata*), *nem* de um leque variado de condutos (ποικιλία ὄψου, 404d), *nem* das ‘delícias da doçaria’ (πεμμάτων... τὰς εὐπαθείας, *ibidem*), no negativo desse regime

alimentar deteta-se o perfil de uma culinária acessível aos grupos privilegiados da sociedade.

Repara-se que, além do predomínio da *hedone*, outros critérios julgados denunciadores da subentendida “não simplicidade” e “inconveniência” desta “alta cozinha” são a ‘variedade’ (*poikilia*) de pratos e a complexidade dos meios técnicos envolvidos na confecção.²³ Não obstante a evidente exclusão da culinária de luxo da *diaita* idealizada para Calípolis, Platão está bem ciente de que esse é um modelo não só familiar aos seus contemporâneos mais abondos, mas cuja popularidade se traduzia mesmo na existência de uma corrente culinária passível de se identificar como escola-modelo desse padrão de “alta cozinha” (a que chama “Mesa de Siracusa”) e na criação de territórios gastronômicos (de que destaca os *opsa* sicilianos e a doçaria da Ática).²⁴

Recorro, agora, à fonte mais extensa, ainda que igualmente fragmentada, de literatura gastronômica grega contemporânea de Platão, o poema em hexâmetros dactílicos de Arquêstrato. Natural da Sicília, cuja cidade-mãe os testemunhos antigos admitem poder ter sido tanto Siracusa como Gela, Arquêstrato compôs não mais um livro técnico de culinária, um *opsartytikon biblion*, em prosa, mas procurou elevar a matéria gastronômica ao patamar mais alto da literatura, não tendo sido alheio a esse desígnio de ilustração de um gênero socialmente menor (até pela origem servil dos cozinheiros) a escolha do mais distinto metro, o da épica homérica. Não me deterei numa análise detalhada de matérias filológicas, nem do contributo da obra para a história da alimentação grega das épocas

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronômica’, p. 229-264

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica', p. 229-264

clássica e helenística, assuntos que já abordei noutras ocasiões.²⁵ Antes sintetizarei em que medida a *Hedypatheia* de Arquéstrato encerra a denúncia da existência de duas visões sobre a “alta cozinha” ou as “mesas de delícias” gregas ao tempo de Platão.

Na sua obra, o poeta dá conta da tensão existente entre uma visão negativa (a única apresentada por Platão), crítica em relação às modas culinárias emanadas da Sicília, e uma visão positiva do requinte gastronómico. O grande interesse de colocar em diálogo o discurso platónico e o de Arquéstrato deriva, a meu ver, do facto de, no poema deste último, depararmos com a harmonização, no conceito de “alta cozinha” ou “mesa de delícias”, de princípios apresentados como excludentes uns dos outros no texto filosófico: *hedone*, simplicidade e conveniência (ao estado de saúde). O que o poema vem provar é que não é apenas numa “mesa do passado” (predominantemente vegetalina e despojada de iguarias requintadas) que se representa/simboliza um modo de vida virtuoso. A proposta de Arquéstrato é de que há uma “mesa do presente” que consegue essa harmonização entre requinte gastronómico e excelência moral, a que proponho se chame “mesa de delícias simples”.

Vejamos como é que o texto de Arquéstrato contradiz, a meu ver intencionalmente, a justeza de incluir entre os marcadores identitários da “cozinha não simples” (isto é, da “alta cozinha” inconveniente a uma ‘cidade sã’) o peixe. Esse é o conduto mais representado no *corpus* de fragmentos do poema preservado por Ateneu para os vindouros. Condiz este recorte com a intenção do compilador de apre-

sentar um Arquêstrato de gostos luxuosos, uma vez que o consumo de pescado em fresco e de espécimes de grande porte (como são os casos mais frequentes no poema) estava vedado, por razões económicas, à maioria da população grega. Produto raro na mesa do quotidiano, é natural que fosse elevado ao estatuto de comida de luxo, suscetível de atenção particular por parte dos profissionais de culinária. A fórmula-rainha da “escola” de cozinheiros mais afamados à época, a “Mesa Siciliana” como lhe chama Platão, consistia não só em complexificar as técnicas de confeção, como em diversificar grandemente os temperos. Essa é a particularidade técnica da moderna cozinha siciliana que Platão ataca nos seus textos e da qual o poeta gastrónomo também se distancia, conforme atesta o frg. 46:

Não deixes que se aproxime de ti nenhum tipo de Siracusa, nem de Itália, quando estiveres a confeccionar esse prato. A verdade é que não sabem preparar os melhores peixes (χρηστούς...ἰχθῦς); antes os estragam por completo (διαφθείρουσι), pois têm o mau gosto (κακῶς) de acompanhar toda e qualquer (ἅπαντα) comida de queijo e regam-na com uns salpicos de vinagre e um molho salgado enriquecido com sílfio. No entanto são, de todos, os que melhor sabem arranjar os malditos peixes de terceira (ἰχθυδίων), criados nas rochas, e conseguem acompanhar um banquete de todo o tipo de comidinhas (ὀψαρίων) pegajosas (γλίσχρων) e mal condimentadas (ἡδυσματολήρων).

É nítido o afastamento em relação a um padrão de requinte apostado no excesso de molhos e condimentos intensos e luxuosos (caso do sílfio, importado de Cirene). No entanto, o modelo de “alta cozinha” lou-

ἄρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica’, p. 229-264

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronômica’, p. 229-264

vado por Arquéstrato não exclui os *hedysmata*, antes revela fazer um uso criterioso dos mesmos. Mais: os princípios que ditam a seleção de temperos revelam a proximidade já apontada por Laurence Totlin (2009) entre “alta cozinha” e “alta medicina”.²⁶ Tal como na “cozinha terapêutica”, também na cozinha “científica” de uma nova vaga de cozinheiros se tem em conta o princípio da κρήσις, ou seja, da harmonização das naturezas (φύσεις) dos ingredientes. Sempre que não se verifica esse equilíbrio e fusão perfeita de elementos diversos, é porque há excesso ou carência (ambos prejudiciais). Arquéstrato faz nos seus versos a apologia da moderação, conforme denuncia o apelo à contenção de ingredientes, na receita de bonito entrouxado (frg. 36):

Contudo se, mesmo assim, desejas saber, meu caro Mosco, qual é a melhor forma de arranjá-lo, ei-la: em folhas de figueira, com orégão não em grande quantidade (οὐ μάλα πολλῆι). Nada de queijo (μὴ τυρόν), nem de outras futilidades (μὴ λήρον). Trata-o antes de forma simples (ἀπλῶς δ’ οὕτως): faz um embrulho de folhas de figueira, atado em cima com um junco, depois coloca-o sob o calor das cinzas, atento ao momento em que está assado – e vê lá não o deixes queimar!

A palavra de ordem nesta “alta cozinha” é, como se evidencia no frg. acabado de citar, a simplicidade, ideia que repetidamente ocorre no poema, quer através de vocabulário com o sentido de “simples” (adv. ἀπλῶς, μόνον) e “natural” (subst. φύσις), como em termos com valor semântico contrários (i. e. “rebuscado”/adj. περίεργος, “excessivo”/adv. λίην e “múltiplo”/adj. πολὺς, παντοῖος), estes últimos aplicados a práticas que repudia (identificadas, como percebemos, com a outra corrente siciliana

de alta cozinha). No geral a “mesa de delícias simples” funde a tradição e a novidade, exemplo disso é uma cozinha em que se harmonizam os *hedysmata* básicos da dieta mediterrânea (azeite, sal e ervas aromáticas autóctones) com um ingrediente não comum na dieta do grego em geral, o peixe fresco.

Denunciadora da permeabilidade de fronteiras entre a “alta cozinha” e a dietética é a consciência que aquela revela ter da necessidade de procurar na confeção dos pratos (os *opsa*) o equilíbrio entre *dynameis* distintas dos ingredientes. Da presença desse fundamento científico nas “mesas de delícias simples” nos dá conta Arquestrato por mais de uma vez (frgs. 37 e 50), quando alerta para o facto de a correta seleção dos *hedysmata* ser determinada pela *physis* do ingrediente principal (em ambos os casos peixes). Ou seja, quando aquela for gorda é de evitar temperos gordurosos (situação que levaria ao predomínio de um elemento constituinte sobre outros que entram no prato). A eles há que recorrer quando a ‘natureza’ é a inversa, i. e. seca ou rija.²⁷

Para finalizar, falta considerar que, ao contrário do que poderia sugerir a obra de Platão (que explora sobretudo a antítese entre uma mesa austera prescrita pelos médicos e uma mesa de delícias dos cozinheiros), uma certa “cozinha terapêutica” do CH (de que também fazem parte as receitas de preparados farmacológicos) tem em comum com a “alta cozinha” a presença de ingredientes exóticos e caros (como a mirra e o incenso, trazidos do Oriente). Tal como esta, na opinião de Laurence Totelin (2009, p. 127-131), a “alta medicina” é uma medicina dietética orientada para a elite. Aliás, essa oferta de cuidados

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica’, p. 229-264

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica', p. 229-264

médicos de luxo também deve ser entendida como estratégia de “marketing” dos profissionais, própria de uma fase em que a competitividade entre praticantes para afirmarem o seu nome no “mercado” passava por propor “produtos médicos” inovadores (King 1995, p.207). Estas “mesas terapêuticas” da “alta medicina”, porque visavam impressionar os pacientes (Totelin 2013, p. 125), recorriam a ingredientes importados e dispendiosos, por forma a convencer a potencial clientela das elevadas competências dos seus profissionais (Lloyd 1983, p. 82).

O que se verifica pela análise a receitas dessa “alta cozinha”, sobretudo presentes nos tratados ginecológicos do CH, é que, tal como sucede com a culinária moderna requintada, a inovação não virou costas à tradição. Do ponto de vista do utente, o sentido social extraído desta “alta medicina” é idêntico ao da “alta cozinha. Ou seja, o consumo de *pharmaka* caros deve igualmente ser entendido como uma estratégia de afirmação do paciente como membro de uma elite de gostos luxuosos. Talvez por tudo isso, atrevo-me a concluir que a “alta medicina”, com tantos pontos de contacto com a “alta cozinha”, não podia ter lugar nos diálogos de Platão!

ENDNOTES

¹ Sobre cozinha e filosofia, vd. ainda Tefler (1997), Onfray (1996, 1999), Korsmeyer (2002), Kaplan (2012) e, mais recentemente, Romeri (2015), estudo este em que se defende que, nos diálogos *Político*, *República* e *Leis*, Platão estabelece uma relação direta entre regimes alimentares e formas de governo.

² Sobre o papel destes profissionais ou amadores populares da arte de curar, frequentemente desacreditados pelos escritores do CH, que neles viam concorrentes, leia-se MacNamara (2003-04).

³ Complementam a aceção de ‘regime de vida’ outros quatro domínios, a saber: banhos, atividade sexual, repouso (sono e morfologia do leito) e ocupação do tempo (trabalho e ócio). Vd. Soares, 2014.

⁴ Para um estudo comparativo do conceito de arte culinária em Xenofonte, Platão e Aristóteles, vd. Soares 2012.

⁵ Como bem sublinha o comentador da *VM*, Mark Schiefsky, no apêndice I ao seu estudo e tradução (“*VM* and medical empiricism”, p. 345-360), coube a Platão iniciar a separação/contraste ente *techné* e *empeiria* e a Aristóteles desenvolvê-la. Em termos de textos médicos, assiste-se, na esteira deste extremar de posições, ao aparecimento de duas correntes opostas na medicina helenística, justamente denominadas de Empírica e Racionalista, já que os primeiros faziam assentar a ciência médica na prática médica, apoiada na experiência profissional, e os segundos nos postulados teóricos.

⁶ Todas as traduções do grego são da minha autoria.

⁷ Esta denominação inspira-se nas palavras de um dos mais reconhecidos estudiosos do *Corpus Hippocraticum*, Jacques Jouanna (1998, p. 45): “*Medicine, therefore, is a sort of a personalized cooking*”.

⁸ Usamos o termo “conduto” porque, como explicaremos abaixo, à letra significa todos os alimentos que *são conduzidos* à boca pelo pão.

⁹ Cf. *VM* 5.3: ... ὑφείλον τοῦ πλήθους τῶν σίτων αὐτῶν τούτων, καὶ ἀντὶ πλειόνων ὀλίγιστα ἐποίησαν (...[os médicos] reduziram a quantidade de alimentos, e estabeleceram, em vez dessa abundância, muito menos [alimentos]).

¹⁰ Cf. Plat. *Alc.* 1. 108e: ὅτι βέλτιον τόδε τοῦδε καὶ νῦν καὶ τοσοῦτον (qual dos alimentos é melhor, em que momento e em que quantidade).

¹¹ Esta última menção em *VM* (10.1) deduz-se do uso de ἄκαιρος, o antónimo de καιρός (‘oportuno’).

¹² Sobre o papel da analogia enquanto recurso discursivo ao serviço da acessibilidade ao pensamento teórico, sobretudo no CH, leia-se Schiefsky (2005, p. 324-327). Clássico na questão da analogia e da polaridade enquanto recursos argumentativos típicos do pensamento grego continua a ser o estudo de Lloyd (1966).

¹³ Os *andres anoetoi* referidos supra (*Grg.* 464e).

¹⁴ Cf. 372d: Καὶ οὕτω διάγοντες τὸν βίον ἐν εἰρήνῃ μετὰ ὑγείας, ὡς εἰκός, γεραιοὶ τελευτῶντες ἄλλον τοιοῦτον βίον τοῖς ἐγγόνοις παραδώσουσιν (E assim, depois de levarem a vida em paz, com saúde, e, como é provável, morrendo velhos, hão-de deixar aos descendentes uma vida do género desta).

ἄρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica’, p. 229-264

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronômica', p. 229-264

¹⁵ Cf. 372c: οἶα δὴ ἐν ἀγροῖς ἐψήματα.

¹⁶ Condutos não discriminados, mas que, por contraste com a modéstia e a tradição dos seus homólogos enumerados para a mesa simples da proposta de Sócrates, devem ser dispendiosos e exemplo da moderna culinária.

¹⁷ Como se deduz da referência à mirra e ao incenso, nativos do oriente.

¹⁸ Excepcional, ou seja, desviante da mesa padrão predominantemente vegetalina, é a mesa dos heróis homéricos, em Platão evocada como modelo eventual da mesa dos Guardiães.

¹⁹ Sobre essa literatura especializada, vd. Bilabel (1921), Dalby (1996, p. 109-111) e Soares (2010).

²⁰ Nome construído da junção do prefixo (com sentido proposicional ὑπο- 'por causa de, devido a') e do tema σφαγμα- (tema nominal da família do verbo σφάζω, que significa 'degolar, imolar, sacrificar', e que se aplicava às vítimas sacrificiais, justamente denominadas de σφάγια).

²¹ In Goody 1982.

²² Conforme se depreende das formas adjetivais que a qualificam: ἀπλή e ἐπιεικής, R. 404b.

²³ Complexidade denunciada no processo de cocção que mais bateria de cozinha requer, o cozer (excluído da cozinha 'simples' e 'conveniente').

²⁴ Romeri (2015, p. 166-167) já chamou a atenção para a condenação desse padrão alimentar em que predomina o luxo gastronômico, conotado com o excesso de prazer, na *Carta VII* (326b-d), texto de claro teor biográfico. Neste caso, a destemperança no comer vem associada ao governo por excelência dado à *hybris*, a tirania, *politeia* adotada pelos Siracusanos. Em suma, a dieta alimentar é metáfora de conduta moral e política dos cidadãos das *poleis*.

²⁵ Cf. Soares (2016a e 2016b).

²⁶ Destacamos a seguinte síntese feita pela helenista (p. 127): "Along the same lines, we could imagine that wealthy Greeks had access to Haute Médecine, characterized by variety, novelty, and luxury. If we consider the Hippocratic catalogues of recipes as a type of Haute Médecine, immediately their eclectic nature becomes less puzzling; Haute Médecine is characterised by variety, by the mingling of expensive, 'fashionable' remedies with re-interpreted folk remedies of all kinds. Like chefs, Hippocratic physicians created their répertoires of recipes by pick-

ing up from a variety of traditional sources, but above all by creating new recipes based on 'exotic', luxury and flamboyant ingredients. We could also suggest that, as is the case with Haute Cuisine, Haute Médecine experienced a sexual transposition of tasks: it was in the hands of male physicians, whereas folk medicine in Greek society could be practiced by both men and women”.

²⁷ Veja-se o exemplo do frg. 37: “Mas quando, no momento em que Oríon mergulhar no céu, a mãe dos cachos carregados de vinho deixar cair a sua farta cabeleira, pega num sargo assado, temperado por cima (κατάπαστον) com queijo, com um bom tamanho, ainda quente e cortado com um vinagre bem forte, pois é um peixe por natureza (φύσει) rijo. A todo o peixe que for duro, o que recomendo é que te lembres de o tratar desta maneira. Mas o que é por natureza (φύσει) saboroso (ἀγαθόν), tenro e gordo da carne, esfrega-o apenas com umas pedras de sal e azeite. A verdade é que contém em si mesmo a essência do prazer (τὴν ἀρετὴν...τῆς τέρωσις)”.

BIBLIOGRAFIA CITADA

BILABEL, F. (1921). ‘Kochbücher’. In: WISSOWA, G. et alii. *Paulys Real-Encyclopädie der classischen Altertumwissenschaft* 11. Stuttgart. Alfred Druckenmüller, p. 932–943.

DALBY, A. (1996). *Siren Feasts. A History of Food and Gastronomy in Greece*. London & New York, Routledge.

EIJK, Ph. J. van der (2005). *Medicine and Philosophy in Classical Antiquity. Doctors and Philosophers on Nature, Soul, Health and Disease*. Cambridge, Cambridge University Press.

GARCÍA SOLER, M. J. (2008). El cocinero cómico: maestro de los fogones y de la palabra. *Cuadernos de Filología Classica (Grecia): Estudios griegos e indoeuropeos*, nº 18, p. 145-58.

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, ‘Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica’, p. 229-264

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica', p. 229-264

GOODY, J. (1982). *Cooking, Cuisine and Class. A Study in Comparative Sociology*. Cambridge, Cambridge University Press.

JOUANNA, J. (1998). The birth of western medical art. In GRMEK, M. D. et alii (eds.). *Western Medical Thought from Antiquity to the Middle Ages*. Cambridge & London, Harvard University Press.

KAPLAN, D. M. (ed.) (2012). *The philosophy of food*. Berkeley, University of California Press.

KING, H. (1995). Medical Texts as a Source for Women's History. In: POWELL, A. (ed.), *The Greek World*. London & New York, Routledge, p. 199-218.

KORSMEYER, C. (2002). *El sentido del gusto: comida, estética y filosofía*. Barcelona. Ediciones Paidós Ibérica.

LLOYD, G. E. R. (1966). *Polarity and Analogy: Two Types of Argumentation in Early Greek Thought*. Cambridge, Cambridge University Press.

LLOYD, G. E. R. (1983). *Science, Folklore and Ideology. Studies in the Life Sciences in Ancient Greece*. Cambridge, Cambridge University Press.

MacNAMARA, L. (2003-04). 'Conjurers, Purifiers, Vagabonds and Quacks'? The Clinical Roles of the Folk and Hippocratic Healers of Classical Greece. *Iris: Journal of the Classical Association of Victoria*, nº 16-17, p. 2-25.

NOTARIO, F. (2015). Plato's Political Cuisine. Commensality, Food and Politics in the Platonic Thought. *Ágora. Estudos Clássicos em Debate*, nº 17, p. 123-158.

ONFRAY, M. (1996). *El vientre de los filósofos: crítica de la razón dietética*. Alegria, Guipuzcoa, R&B.

ONFRAY, M. (1999). *La razón del gourmet: filosofía del gusto*. Buenos Aires, Ediciones de la Flor.

ROMERI, L. (2015). Regimes alimentaires et regimes politiques chez Platon. *Food&History*, nº 13, p. 165-180.

SCHIEFSKY, M. J. (2005). *Hippocrates On Ancient Medicine. Translated with introduction and commentary*. Leiden & Boston, Brill.

SOARES, C. (2010). História da alimentação na Antiguidade Clássica: os primeiros Livros de Culinária. *Boletim de Estudos Clássicos*, nº 54, p. 43-52.

SOARES, C. (2012). Arte culinária em Xenofonte, Platão e Aristóteles. In: SOARES, C.; DIAS, P. B. (eds.). *Contributos para a História da Alimentação na Antiguidade*. Coimbra, Centro de Estudos Clássicos e Humanísticos da Universidade de Coimbra, p. 35-47.

SOARES, C. (2014). Matrizes clássicas gregas da História da Dieta: contributos da tratadística hipocrática. In: SOARES, C. (ed.), *Espaços do Pensamento Científico da Antiguidade*. Coimbra, Imprensa da Universidade de Coimbra, p. 13-36.

SOARES, C. (2016a). Cozinha simples, mesa farta: os requintes da gastronomia mediterrânea grega antiga (Arquéstrato, séc. IV a.C.). In: PINHEIRO, J.; SOARES, C. (eds.). *Patrimónios Alimentares de Aquém e Além Mar*. Coimbra & São Paulo, Imprensa da Universidade de Coimbra & Annablume, p. 479-498.

ἀρχαί

nº 23, May-Aug. 2018

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica', p. 229-264

Carmen Soares, 'Mesas terapêuticas e mesas saudáveis: Platão em diálogo com a literatura médica e gastronómica', p. 229-264

SOARES, C. (2016b). *Arquéstrato, Iguarias do Mundo Grego. Guia gastronómico do Mediterrâneo Antigo*. Coimbra & São Paulo, Imprensa da Universidade de Coimbra & Annablume.

TOTELIN, L. M. V. (2009). *Hippocratic Recipes. Oral and Written Transmission of Pharmacological Knowledge in Fifth- and Fourth-Century Greece*. Leiden & Boston, Brill.

TEFLER, E. (1997). *Food for Thought. Philosophy and Food*. London, Routledge.

WILKINS, J. (2001). *The Boastful Chef. The Discourse of Food in Ancient Greek Comedy*. Oxford, Oxford University Press.

Submetido em agosto e
aprovado para publicação em novembro, 2017