

STAGIONE 2015



# Antico Borgo LA COMMENDA

Ogni Venerdì, ore 20,30

*"I Convivi de La Commenda"*

Cene a tema  
con esperti  
che raccontano  
Storia e Sapori  
della Tuscia.

**12 giugno – ore 20,30**

*“Musonio l'Etrusco: il cibo e la vita filosofica”.*

**Relatore: LUCIANO DOTTARELLI**

La riscoperta di Gaio Musonio Rufo, conosciuto come *l'Etrusco* perché nato nel I secolo d.C. da un'importante famiglia di *Volsinii* - la città romana erede dell'etrusca *Velzna* - e che godette di grande fama e prestigio morale sia tra i contemporanei che durante tutta la tarda Antichità. Per la rettitudine e per il coraggio con cui affrontò la persecuzione di Nerone e l'esilio, venne definito «il Socrate romano» e considerato un «modello di vita perfetta». Nell'alimentazione riflette sul fatto che il piacere dell'alimentazione è tra quelli più fortemente connessi alla soddisfazione di un bisogno vitale, legato intimamente alla natura e che dunque «rischia di essere il più difficile da combattere». Ad ogni modo egli suggerisce di «*seguire il detto, davvero eccellente, di Socrate, il quale affermò che la maggior parte degli esseri umani vive per mangiare, egli invece mangiava per vivere*». I cibi da preferire sono dunque quelli semplici, facili da reperire e da preparare: «*quelli che derivano dai prodotti della terra, come i cereali e le altre piante [...] o dagli animali, non uccisi ma utilizzati in altro modo. Di questi cibi, vanno meglio quelli che si possono consumare come sono, senza cottura, perché sono già pronti, ad esempio la frutta di stagione, alcuni ortaggi, il latte, il formaggio e il miele*». Le basi su cui poggiavano questi principi saranno oggetto dell'incontro.

Info e prenotazioni: **0761.263767 – 373.7510399**

**[www.borgolacommenda.it](http://www.borgolacommenda.it)**