

**LUCIO ANNEO SENECA**

# La dieta del saggio

*Testo latino a fronte***COLLANA** «Lampi - sez. Lampi d'autore» [P9]**PAGINE** 56**PREZZO** € 6,80**ISBN** 978-88-10-56728-9

In diverse occasioni, soprattutto nelle *Lettere morali a Lucilio*, Seneca fornisce dettagli sulla sua vita privata e sulle sue abitudini alimentari. Se i suoi contemporanei prediligono tavole imbandite con ostriche di lago e carne di cinghiale, lingue di fenicottero e vini addolciti dal miele, il filosofo opta per la frugalità di brodini e polenta, pane d'orzo e acqua semplice. Seneca ritiene, infatti, che il cibo rappresenti un'occasione per esercitare la virtù, per separare ciò che è essenziale da ciò che non lo è, un esercizio che presenta diversi punti di contatto con i precetti sui cibi della tradizione ascetica e monastica cristiana.

**Sommario.** *Introduzione. Per un'etica del cibo. Nota biografica. Nota bibliografica. Abbreviazioni. La dieta del saggio. 1. Lo spettacolo del cibo. 2. Peccati di gola. 3. Etica del mangiare. 4. A pranzo. 5. Massime alimentari.*

**LUCIO ANNEO SENECA** (4 a.C.-65 d.C.) si trasferì ancora giovane dalla natia Cordoba a Roma per studiare filosofia e retorica. Avviato dal padre alla carriera politica, ebbe rapporti difficili con gli imperatori: Caligola progettò di farlo uccidere e Claudio lo esiliò in Corsica. Precettore di Nerone, negli ultimi anni della sua esistenza Seneca abbandonò il ruolo di consigliere per dedicarsi alla vita contemplativa. Accusato di aver partecipato a una congiura contro l'imperatore, decise di suicidarsi.