



Η σωστή στάση στο θέμα της τροφής

Γάιος Μουσώνιος Ρούφος

Στοβαΐος, Άνθολόγιον 3.18.37, διασκευή

Ο Ιωάννης Στοβαΐος (5ος αι. μ.Χ.) συγκέντρωσε στο Άνθολόγιον που συνέθεσε επίλεκτα χωρία από πολυάριθμους ποιητές και πεζογράφους βασιζόμενος και σε προϋπάρχουσες ανάλογες συλλογές. Μεταξύ των ανθολογουμένων είναι και ο Μουσώνιος Ρούφος (1^{ος} αι. μ.Χ.), ένας στωικός φιλόσοφος που ίδρυσε ονομαστή σχολή στη Ρώμη. Υποστήριζε ότι οι άνθρωποι είναι ασθενείς και ότι μόνο η φιλοσοφία μπορεί να τους θεραπεύσει. Στο απόσπασμα που θα μελετήσετε μιλάει για τους κινδύνους που κρύβει το φαγητό και τη στάση που πρέπει να τηρεί ένας συνετός άνθρωπος στο θέμα αυτό.

Πολλῶν ἡδονῶν οὐσῶν, αἱ τὸν ἄνθρωπον ἐνδιδόναι αὐταῖς βιάζονται παρὰ τὸ συμφέρον, δυσμαχωτάτη εἶναι δοκεῖ ἢ περὶ τροφήν ἡδονή. Ταῖς μὲν γὰρ ἄλλαις ἡδοναῖς σπανιώτερον ὁμιλοῦμεν, ταύτης δὲ ἀνὰ πᾶσαν ἡμέραν πάντως πειρᾶσθαι ἀνάγκη, ὥστε πλείους οἱ ἐνταῦθα κίνδυνοι. Καὶ γὰρ ὁ πλέον ἢ δεῖ ἐσθίων ἀμαρτάνει, καὶ ὁ κατασπεύδων ἐν τῷ ἐσθίειν, καὶ ὁ τὰ ἡδίω τῶν ὑγιεινοτέρων βρώματα προτιμῶν. Ἔστι δὲ ἀμαρτία περὶ τροφήν καὶ ὅταν παρὰ καιρὸν προσφερώμεθα αὐτήν. Ἔτι δὴ καὶ ἄλλων ἀμαρτιῶν οὐσῶν περὶ τροφήν, δεῖ ἀπασῶν καθαρεύειν. Καθαρεύοι δ' ἂν τις ἐθίζων αὐτὸν αἰρεῖσθαι σῖτον οὐχ ἵνα ἡδῆται ἀλλ' ἵνα τρέφηται, οὐδ' ἵνα λεαίνηται τὴν κατάποσιν ἀλλ' ἵνα ῥωννύηται τὸ σῶμα. Καὶ γὰρ γέγονεν ἡ μὲν κατάποσις δίοδος εἶναι τροφῆς, οὐχ ἡδονῆς ὄργανον, ἡ δὲ γαστήρ τοῦ αὐτοῦ χάριν οὐπὲρ ἕνεκα καὶ φυτῷ ῥίζα γέγονεν. Διὸ καὶ προσήκει ἐσθίειν ἡμῖν ἵνα ζῶμεν, οὐχ ἵνα ἡδῶμεθα.

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

Ούσων πολλῶν ἡδονῶν,
Αν και υπάρχουν πολλές ηδονές,

αἱ βιάζονται τὸν ἄνθρωπον ἐνδιδοῖν αὐταῖς παρὰ τὸ συμφέρον,
οι οποίες εξαναγκάζουν τον άνθρωπο να υποκύψει σ' αυτές αντίθετα στο συμφέρον του,

ἡ ἡδονή περὶ τροφήν δοκεῖ εἶναι δυσμαχωτάτη.
η ηδονή γύρω από την τροφή φαίνεται ότι είναι η πιο ακατανίκητη.

ὀμιλοῦμεν μὲν γὰρ ταῖς ἄλλαις ἡδοναῖς σπανιώτερον,
γιατί ερχόμαστε σε επαφή με τις υπόλοιπες ηδονές σπανιώτερα,

ἀνάγκη δὲ πάντως πειρᾶσθαι ταύτης ἀνὰ πᾶσαν ἡμέραν
ὁμως είναι ἀνάγκη ὁπωσδήποτε να δοκιμάζουμε αυτή κάθε μέρα

ὥστε οἱ κίνδυνοι ἐνταῦθα πλείους.
ὥστε οι κίνδυνοι εδῶ είναι περισσότεροι.

ἀμαρτάνει γὰρ ὁ και ἐσθίων πλέον ἢ δεῖ,
γιατί σφάλλει και αυτός που τρώει περισσότερο από ὅσο πρέπει,

και ὁ κατασπεύδων ἐν τῷ ἐσθίειν,
και αυτός που σπεύδει λαίμαργα στο φαγητό,

και ὁ προτιμῶν τὰ ἡδίω βρώματα τῶν ὑγιεινοτέρων.
και αυτός που προτιμάει τις πιο ευχάριστες τροφές από τις πιο υγιεινές.

Ἔστι δὲ ἀμαρτία περὶ τροφήν και ὅταν προσφερώμεθα αὐτήν παρὰ καιρὸν.
Και είναι σφάλμα γύρω από την τροφή και ὅταν τρώμε αὐτήν σε λάθος ὥρα.

Ἔτι δὴ ούσων και ἄλλων ἀμαρτιῶν περὶ τροφήν,
Επιπλέον, βέβαια, καθώς υπάρχουν και άλλες ἀμαρτίες γύρω από την τροφή,

δεῖ καθαρεύειν ἀπασῶν.
πρέπει να εἴμαστε καθαροί από ὅλες.

Καθαρεύοι δ' ἂν τις ἐθίζων αὐτὸν αἰρεῖσθαι σῖτον,
Και θα είναι καθαρός κάποιος, αν συνηθίσει τον εαυτό του να ἐπιλέγει την τροφή,

οὐχ ἵνα ἡδῆται, ἀλλ' ἵνα τρέφεται,
ὄχι για να ευχαριστιέται, ἀλλά για να τρέφεται,

οὐδ' ἵνα λεαίνηται τὴν κατάποσιν ἀλλ' ἵνα ῥωννύηται τὸ σῶμα.
οὔτε για να ευχαριστεῖ τον οἰσοφάγο ἀλλά για να ἐνδυναμώνει το σῶμα.

Και γὰρ ἡ μὲν κατάποσις γέγονεν εἶναι δίοδος τροφῆς,
Και πράγματι ο οἰσοφάγος ἔχει δημιουργηθεῖ για να είναι δίοδος τροφῆς,

οὐχ ὄργανον ἡδονῆς,
ὄχι ὄργανο ηδονῆς,

ἡ δὲ γαστήρ γέγονεν τοῦ αὐτοῦ χάριν
καὶ ἡ κοιλία ἔχει δημιουργηθεῖ για τον λόγο,

οὔπερ ἔνεκα καὶ ῥίζα φυτῶ.
για τον οποίο βέβαια καὶ ἡ ῥίζα στο φυτό.

Διὸ καὶ προσήκει ἡμῖν ἐσθίειν, ἵνα ζῶμεν, οὐχ ἵνα ἡδῶμεθα.
Γι' αὐτό καὶ ταιριάζει σε εμάς να τρώμε, για να ζούμε, ὄχι για να ευχαριστιόμαστε.

Ερμηνευτικά σχόλια

Γάιος Μουσώνιος Ρούφος (περ. 30-100 μ.Χ.) ἦταν συγγραφέας καὶ στωικός φιλόσοφος ἀπὸ τὴν πόλη Βασιλίνιοι τῆς Ἰταλίας. Δίδαξε στὴ Ρώμη ἐπὶ Νέρωνος, Βεσπασιανοῦ καὶ Τίτου καὶ ἐξορίστηκε δύο φορές. Μεταξύ των μαθητῶν του ἦταν ὁ Δίων ὁ Χρυσόστομος καὶ ὁ Επικτήτος. Δε σώθηκαν ἔργα του, παρὰ μόνο σημειώσεις ἀπὸ τὴ διδασκαλία του μέσω του μαθητῆ του Λουκίου, τις οποίες διέσωσε ὁ Στοβαίος στὸ ἔργο του Ἀνθολόγιον. Οι συμβουλές του ἀναφέρονται σε ὄχι συνηθισμένα θέματα, ὅπως ὁ τρόπος ἐνδυσης καὶ συμπεριφοράς, ὁ γάμος, ἡ ἀνατροφή των κοριτσιῶν καὶ ἡ θέση των γυναικῶν στὴ φιλοσοφία.

Ερωτήσεις κατανόησης

1. Πῶς χαρακτηρίζει ὁ συγγραφέας τις ἀπολαύσεις που σχετίζονται με τὸ φαγητό καὶ με ποια ἐπιχειρήματα στηρίζει τὴν ἀπόψή του;
2. Ποια σφάλματα που σχετίζονται με τὴ διατροφή ἐπισημαίνονται στὸ κείμενο;
3. Ποια εἶναι, σύμφωνα με τὸν Μουσώνιο Ρούφο, ἡ ἐνδεδειγμένη συμπεριφορά στα θέματα τῆς διατροφῆς;



Γ. Υποτακτική βαρύτονων ρημάτων Μ.Φ.

ΕΝΕΣΤΩΤΑΣ	ΑΟΡΙΣΤΟΣ	ΠΑΡΑΚΕΙΜΕΝΟΣ
λύ-ωμαι	λύ-σ-ωμαι	λελυ-μένος, -η, -ον ὦ
λύ-η	λύ-σ-η	» » » ῆς
λύ-ηται	λύ-σ-ηται	» » » ῆ
λυ-ώμεθα	λυ-σ-ώμεθα	λελυ-μένοι, -αι, -α ὦμεν
λύ-ησθε	λύ-σ-ησθε	» » » ῆτε
λύ-ωνται	λύ-σ-ωνται	» » » ὦσιν



arxaia-latinika.gr

Κι αυτό εγώ θα
το λύσω!!!

