Il pane spezzato

Da bisogno del corpo a misura della dignità umana

di Clelia Piperno - *Presidente Fondazione Rut*

C'è un gesto che attraversa tutta la storia umana senza mai esaurirsi: quello di spezzare il pane e condividerlo. Non è un gesto qualunque. È un atto che parla di corpo e di spirito insieme, di necessità e di dono, di diritto e di grazia. In esso si concentra una delle domande più antiche e più urgenti che l'umanità si ponga: che cosa dobbiamo gli uni agli altri? E che cosa significa, davvero, essere degni – o riconoscere la dignità altrui?

I. Il pane come soglia: tra fame e simbolo

La fame è uno dei pochi assoluti dell'esistenza umana. Non conosce eccezioni filosofiche, non si lascia sedare con le parole. Eppure, forse proprio perché così radicale, la fame ha generato attorno a sé una delle simboliche più dense che la cultura umana abbia elaborato. Il pane – alimento basilare, universalmente condiviso nelle tradizioni del Mediterraneo e oltre – è diventato nel corso dei millenni molto più di un nutrimento: è diventato linguaggio, rito, misura di giustizia.

Pensare al pane significa quindi muoversi su una soglia. Da un lato c'è il bisogno primario, il corpo che ha fame, la vulnerabilità della creatura che dipende dalla terra, dalla pioggia, dal lavoro altrui. Dall'altro c'è la dimensione del senso: il pane come dono ricevuto, come debito contratto con il cosmo e con la comunità, come segno di alleanza tra esseri umani. Questa doppiezza non è una contraddizione da risolvere: è la struttura stessa della condizione umana, che non è mai puramente biologica, né mai puramente spirituale.

La tradizione ebraica ha compreso questo con una nitidezza straordinaria. La *berakhàh* – la benedizione che precede ogni pasto – non è un'invocazione magica né un semplice ringraziamento: è un atto di riconoscimento. Si riconosce che il pane non è mai solo frutto del proprio lavoro. La formula talmudica lo dice con precisione: *ha-motzi lechem min ha-aretz*, "Colui che fa uscire il pane dalla terra". Il soggetto della benedizione non è l'uomo che ha seminato, né il fornaio che ha impastato. Il soggetto è il Creatore. E questo spostamento del soggetto cambia tutto: se il pane viene dalla terra – e la terra non è mia – allora il pane che ho in mano porta con sé una responsabilità.

II. Tzedakah: quando il diritto si fa pane

Nella tradizione ebraica, la parola che noi traduciamo con "carità" non significa affatto quello che crediamo. *Tzedakah* viene da *tzedek*, giustizia. Dare del proprio pane a chi ha fame non è un gesto caritatevole nel senso pietistico del termine – non è la buona azione dell'anima generosa – è un atto di giustizia. È la restituzione di ciò che appartiene già

all'altro. Questa distinzione non è sottile: è abissale. La carità implica un'asimmetria che può diventare umiliazione: l'uno ha, l'altro riceve e deve essere grato. La giustizia riconosce invece che l'altro ha un diritto, che la sua fame è una pretesa legittima sul mondo, non un appello alla mia benevolenza. Maimonide, nella sua celebre scala della *tzedakah*, pone al grado più alto quella forma di aiuto che rende l'altro autonomo – che gli dà non solo il pane, ma la capacità di procurarselo. Al grado più basso, c'è il dono dato malvolentieri, con l'ostentazione del benefattore.

> *"Il grado più elevato – al di sopra del quale non ve n'è altro – è quello di chi sorregge la mano dell'israelita che sta cadendo in miseria, donandogli un regalo, o prestandogli denaro, o associandosi con lui in affari, o trovandogli un impiego, in modo da rafforzarlo finché non abbia più bisogno di chiedere aiuto agli altri." (Maimonide, Mishneh Torah, Hilkhot Matanot Aniyim, 10:7)*

Ciò che colpisce in questo passo è la direzione dello sguardo: non verso la generosità del donatore, ma verso la dignità del ricevente. La *tzedakah* autentica è quella che

non lascia traccia di sé come gesto caritatevole, perché non vuole che l'altro si senta obbligato. Vuole semplicemente che l'altro stia in piedi.

Questa logica ha qualcosa da dire alla nostra contemporaneità con una forza che non si è affatto attenuata. Il welfare state, nella sua migliore accezione, è una forma istituzionalizzata di *tzedakah*: non distribuisce assistenza per bontà, ma riconosce diritti. Quando invece il sistema di protezione sociale si trasforma in erogazione discrezionale – in dono che il più forte fa al più debole – la dignità di chi riceve è già compromessa prima ancora che la mano si tenda.

III. Il corpo che ha fame come luogo del politico: dalla povertà alla guerra

C'è una linea di pensiero filosofico che attraversa il Novecento e che ha il merito di avere rimesso il corpo al centro della riflessione etica e politica. Simone Weil è forse la voce più radicale: la fame non è solo una condizione materiale, è una rivelazione del reale. Chi ha fame non può permettersi il lusso dell'astratto; il suo corpo conosce la realtà in modo che nessuna filosofia della pienezza può capire. Per questo, Weil parla di "afflizione" come di una condizione che svela la verità del mondo meglio di qualsiasi speculazione.

Emmanuel Lévinas, da una prospettiva diversa ma convergente, pone il volto dell'altro come luogo primo dell'etica. Ma il volto dell'altro è anche, concretamente, la sua bocca che chiede pane. Lévinas non separa mai il comandamento etico – non uccidere, risponda di me – dalla materialità della cura: nutrire il viandante, ospitare lo straniero, sfamare il povero. La responsabilità verso l'altro è sempre anche responsabilità verso il suo corpo.

Abraham Joshua Heschel, con la sua categoria dello "stupore" – *radical amazement* – ci suggerisce qualcosa di fondamentale: la dignità umana non è una qualità che si conquista o si merita. È qualcosa che si riceve con l'esistenza stessa. Ogni essere umano è portatore di una santità irriducibile, *tselem Elohim*, immagine di Dio. Questo significa che negare il pane a un essere umano non è solo un atto di ingiustizia sociale: è, in senso proprio, una profanazione.

Il politico, allora, nasce proprio qui: nella domanda su chi decide chi ha diritto a mangiare. Nelle società pre-moderne, la distribuzione del pane era spesso un atto di potere sacralizzato – il re distribuiva il grano, il signore apriva i granai, il sacerdote benediva le primizie. Oggi questa sacralizzazione è scomparsa dalla superficie, ma la struttura del potere sul cibo non è affatto svanita: si è semplicemente tradotta in politiche agricole, mercati globali delle materie prime, accordi commerciali internazionali. Il pane è ancora politica.

Ma vi è una forma di politica del pane che supera in brutalità ogni altra, e che la contemporaneità ci ha restituito con una frequenza che dovremmo trovare intollerabile: l'uso deliberato della fame come arma di guerra. Non si tratta di un fenomeno nuovo – gli assedi medievali, i blocchi navali napoleonici, la Grande Carestia irlandese hanno già mostrato come il controllo del cibo possa essere strumento di sterminio – ma la modernità ha affinato questa pratica fino a renderla sistematica, e talvolta invisibile.

Il diritto internazionale umanitario – a partire dalle Convenzioni di Ginevra del 1949 e dai loro Protocolli Aggiuntivi del 1977 – proibisce esplicitamente di affamare la popolazione civile come metodo di guerra, e di distruggere, sottrarre o rendere inutilizzabili i beni indispensabili alla sopravviven-

za: campi coltivati, riserve di cibo, sistemi idrici, strutture di distribuzione alimentare. Il Protocollo Aggiuntivo I, all'articolo 54, è inequivoco: è vietato "attaccare, distruggere, sottrarre o rendere inutilizzabili oggetti indispensabili alla sopravvivenza della popolazione civile". Nel 2018, il Consiglio di Sicurezza delle Nazioni Unite ha adottato la Risoluzione 2417, che per la prima volta ha condannato esplicitamente l'uso della fame come tattica militare e ha collegato il nesso tra conflitto armato e insicurezza alimentare alla categoria delle minacce alla pace e alla sicurezza internazionale.

Eppure queste norme vengono violate con una regolarità che non trova adeguata risposta né nelle corti internazionali né nell'opinione pubblica globale. Il Sudan del Sud, lo Yemen, la Siria, il Myanmar: sono nomi che negli ultimi anni hanno conosciuto la fame di guerra nella sua forma più cruda. In Sudan, dove il conflitto tra le Forze Armate e le Forze di Supporto Rapido ha devastato il Paese dal 2023, oltre 25 milioni di persone – metà della popolazione – si trovano in condizioni di insicurezza alimentare acuta, e alcune regioni sono state dichiarate in stato di carestia conclamata. In Yemen, dopo quasi un decennio di guerra, la distruzione sistematica delle infrastrutture agricole e il blocco dei porti ha trasformato uno dei Paesi più poveri del mondo.
La fame in guerra, oggi, è anche una questione di ermeneutica giuridica: chi decide cosa costituisce uso deliberato della fame? Chi ha il potere di nominare la violazione?

> *Affamare un popolo non è collaterale alla guerra: è la guerra stessa combattuta con un'altra arma. E un'arma che colpisce prima i bambini, poi gli anziani, poi i malati – vale a dire, sempre e sistematicamente, i più vulnerabili. Il diritto internazionale lo sa. La coscienza morale dell'umanità lo sa. Eppure continuiamo a guardare.*

Dal punto di vista etico e teologico, l'uso della fame come arma introduce una categoria del male che va al di là della violenza fisica diretta. Uccidere con la spada o con un ordigno è un atto che ha una sua visibilità, una sua immediatezza. Affamare è un processo lento, diffuso, difficile da attribuire a una singola responsabilità. È il male dell'omissione organizzata, della struttura che si chiude, del confine che non si apre, della nave di aiuti che non attracca. È il male che non lascia ferite visibili sul corpo di chi lo compie.

La tradizione ebraica ha sempre considerato il lasciar morire di fame con la stessa gravità del togliere la vita attivamente. Il Talmud ricorda che chi salva una sola vita è come se avesse salvato un intero mondo – e il contrario vale con uguale forza. Ma c'è di più: nella *halakhah*, l'obbligo di sfamare il nemico catturato, di garantire il nutrimento al prigioniero, di non distruggere i campi coltivati del nemico, è un principio antico che il diritto internazionale moderno ha recepito secoli dopo. Il divieto di *bal tashhit* – non distruggere inutilmente – si applica anche e soprattutto alle fonti del nutrimento. Quando si distrugge il pane del nemico, si distrugge qualcosa che appartiene alla categoria del sacro: la possibilità stessa della vita.

Pensare la fame in guerra significa dunque confrontarsi con una domanda che nessun sistema normativo, per quanto raffinato, può esaurire: fino a che punto siamo disposti a riconoscere nell'altro – nel nemico, nello straniero, in chi sta dall'altra parte del confine o del fronte – quella stessa dignità

che reclamiamo per noi stessi? La risposta a questa domanda è politica, prima ancora che giuridica. E prima ancora che politica, è morale.

IV. Spezzare insieme: il gesto come fondazione del legame

C'è però un'altra dimensione che il pane porta con sé, e che rischia di essere oscurata quando ci concentriamo solo sulla distribuzione o sulla sua negazione: la dimensione del gesto condiviso. Spezzare il pane insieme non è la stessa cosa che distribuire porzioni uguali. C'è qualcosa nella rottura – nel fatto che il pane si rompe, che non si taglia netto, che i pezzi non sono mai identici – che dice qualcosa di importante sulla natura del legame umano.

La *berakhàh* del pane a Shabbat si compie su due pani interi, le *challot*, che vengono spezzate e distribuite attorno alla tavola. Non si pesano, non si misurano. Si rompono e si danno. Il gesto vale più della perfezione della divisione. Analogamente, il *seder* di Pesach prevede la rottura della *matzà*: l'*afikomen*, il pezzo nascosto e ritrovato, diventa il centro simbolico del pasto pasquale. Il pane spezzato è il pane della libertà – ma anche il pane del ricordo della schiavitù. Questi due significati non si escludono: la libertà si ricorda proprio perché si è conosciuta la fame.

Nella tradizione cristiana, la *fractio panis* – la frazione del pane – è il gesto eucaristico fondatore. Al di là delle teologie specifiche, ciò che questo rito trasmette culturalmente è un'idea potente: che il nutrimento condiviso crea comunità, che mangiare insieme non è solo soddisfare un bisogno fisiologico, ma fondare un legame. Le ricerche di antropologia culturale lo confermano su scala universale: il pasto comune è uno degli atti più costantemente legati alla costruzione dell'identità collettiva, in ogni latitudine e in ogni epoca.

Ma il gesto dello spezzare porta con sé anche un'altra verità scomoda: ci ricorda la fragilità. Il pane si rompe. Non resiste. Si consuma. E in questo assomiglia alla vita umana. Pensare la dignità a partire dal pane significa quindi anche pensarla a partire dalla vulnerabilità – non dalla forza, non dall'autosufficienza. La dignità non è la condizione di chi non ha bisogno di niente: è la condizione di chi può avere bisogno senza per questo perdere la propria consistenza di persona. Ed è precisamente questa dignità nella vulnerabilità che la guerra nega con l'arma della fame: non solo toglie il nutrimento, ma toglie il gesto. Dove non c'è pane da spezzare, non c'è tavola attorno a cui sedersi insieme. Dove non c'è tavola, la comunità si sgretola. La fame di guerra non distrugge solo i corpi: distrugge il tessuto del legame sociale, la possibilità stessa di immaginare un futuro condiviso.

V. Oggi: quando la dignità si misura ancora a pane

Nei giorni in cui scriviamo, milioni di persone nel mondo non sanno se mangeranno domani. Secondo le stime più recenti delle Nazioni Unite, oltre 700 milioni di esseri umani si trovano in condizioni di insicurezza alimentare grave. Non in Paesi lontani e astratti: in Europa, nelle nostre città, ci sono famiglie che saltano i pasti, anziani che devono scegliere tra il riscaldamento e il cibo, bambini che arrivano a scuola senza aver fatto colazione.

Di fronte a questi numeri – che non sono statistiche ma volti – le riflessioni filosofiche e teologiche appena sviluppate non sono un lusso intellettuale: sono la premessa necessaria per non abituarsi. Perché il rischio più grave non è l'ignoranza della povertà o della guerra: è la loro normalizzazione. Il rischio è che ci abituiamo a sapere

che qualcuno ha fame – per povertà o per bomba – e continuiamo a fare altro.

La Fondazione RUT nasce da una consapevolezza che si potrebbe formulare così: occuparsi delle donne e degli uomini in difficoltà non è un'opera di carità nel senso pietistico del termine. È un atto di giustizia. È la restituzione di una dignità che appartiene a ogni persona prima ancora che le venga riconosciuta dalle istituzioni. È – per usare il linguaggio con cui abbiamo aperto questa riflessione – un atto di *tzedakah* in senso autentico.
In questo senso, il pane spezzato è ancora oggi la misura più concreta della civiltà di un Paese, di un'alleanza, di un sistema internazionale. Non il PIL, non il numero di brevetti depositati, non la potenza militare. La misura più vera è questa: quante persone, in questa società e nel mondo che essa contribuisce a costruire, possono sedersi a una tavola e mangiare in pace, senza vergogna, senza debiti di gratitudine verso nessuno, senza che qualcuno abbia deciso di negargli questo diritto con un blocco, un assedio, una frontiera chiusa?

> *"Non di solo pane vivrà l'uomo" – ma senza pane non si vive affatto. E chi non ha pane non può vivere nemmeno lo spirito. Prima di ogni discorso sulla dignità viene il gesto: spezzare, dare, condividere. E prima ancora: non distruggere, non bloccare, non affamare.*

Conclusione: ritornare al gesto
Abbiamo percorso, in queste pagine, un itinerario che va dal corpo alla filosofia, dalla *berakhàh* talmudica alla politica del welfare e del diritto internazionale umanitario, dal gesto rituale alla responsabilità civile. Non è stato un percorso lineare, perché la realtà che volevamo descrivere non è lineare: è intrecciata, come lo è la vita umana, fatta di bisogno e di senso insieme.
Ciò che resta, alla fine, è la semplicità del gesto. Spezzare il pane e darlo. Non come atto di condiscendenza, non come espiazione di una colpa sociale, non come investimento in consenso. Ma come riconoscimento: tu sei qui, sei una persona, hai fame, e questo mi riguarda. Questo riguarda noi. E il contrario – negare il pane, usare la fame come arma, chiudere i confini agli aiuti – non è solo una violazione giuridica. È la negazione radicale del riconoscimento. È dire: tu non mi riguardi.
La dignità umana non è un concetto astratto che si difende nelle aule parlamentari o nei trattati filosofici – anche se va difesa anche lì. Si misura ogni giorno, a ogni pasto, in ogni città e in ogni zona di guerra, in ogni famiglia che può o non può sfamarsi. Si misura nel modo in cui una società organizza la propria risposta alla fame: se lo fa per pietà o per giustizia, se lo fa creando dipendenza o restituendo autonomia, se lo fa in silenzio o con l'ostentazione del benefattore. E si misura nel modo in cui quella stessa società risponde quando la fame viene usata come arma: con l'indignazione morale, con la pressione politica, con il rifiuto della normalizzazione.

Il pane spezzato, nella sua umile materialità, ci insegna tutto questo. Forse è per questo che le tradizioni più profonde dell'umanità ne hanno fatto un simbolo: perché in quel gesto elementare – rompere, condividere, sfamare – si concentra l'intera questione di cosa significa essere umani insieme. E nel suo contrario – bloccare, distruggere, affamare – si rivela, con uguale chiarezza, cosa significa rifiutarsi di esserlo.