Gerolamo Mercuriale e il “De arte gymnastica”

Gerolamo Mercuriale, noto anche come Girolamo Mercuriale (Forlì, 1530 – Forlì, 1606), è stato un medico e filosofo italiano, celebre per avere per primo teorizzato l'uso della ginnastica su base medica. Suoi sono anche il primo trattato sulle malattie cutanee ed un'importante opera, forse la prima mai scritta, di pediatria.

Dopo aver studiato medicina all'Università di Bologna ed aver conseguito la laurea all'Università di Padova nel 1555, seguì a Roma il *Gran Cardinale* Alessandro Farnese. A causa della sua fama, infatti, i forlivesi lo inviarono come legato presso il papa Pio IV, dove rimase sette anni. Qui Girolamo Mercuriali pare aver composto il suo celeberrimo trattato sulla ginnastica.

Fu poi professore di medicina pratica in entrambe le università dove aveva studiato (a Padova, in particolare, tra il 1569 ed il 1587), prima di essere chiamato a Pisa e di diventare primo medico di Ferdinando I di Toscana. Curò anche altre importanti personalità del suo tempo, tra cui l'imperatore Massimiliano II, che lo nominò cavaliere e conte palatino.

Nel 1598 fece restaurare una cappella dell'Abbazia di San Mercuriale di Forlì, trasformandola in cappella di famiglia, da allora nota come "cappella Mercuriali", dove egli stesso venne sepolto.

Il “De arte gymnastica”

I settori della medicina toccati dalle opere di Mercuriale sono molteplici: storia, fisiologia, patologia, dermatologia, pediatria e ginecologia. Nei secoli è rimasta famosa la De arte gymnastica, pubblicata per la prima volta nel 1569 e, per il grande successo, ripubblicata nel 1573 con amplimenti e modifiche. L’edizione che ci riguarda è del 1601, ancora ampliata come ci dice l’Index eorum quae hac aditione quarta sunt addita ad auctore. Nella lettera dedicatoria l’Autore sottolinea l’importanza che nell’antica medicina greca e romana avevano gli esercizi fisici, esercitati in superbi ginnasi e templi; anche se il più delle volte facevano parte della preparazione militare, l’obiettivo era comunque "la sanità e la robustezza del corpo". Un’arte quindi, una maniera coordinata di sviluppare la muscolatura ed abbellire il corpo. L’Ars Gymnastica è articolata in quattro libri. I capitoli del primo sono dedicati alla storia di questa materia, all’igiene, all’organizzazione dei bagni, delle palestre e degli stadi, alle abitudini alimentari degli antichi. Gli ultimi capitoli ci indicano le tre specie di ginnastica: la bellica, la legittima o medica, la viziosa o atletica. Il secondo libro è dedicato alla ginnastica medica vera e propria (saltatoria, sferistica ed orchestica), il terzo alle attività relative al combattimento in tutte le sue forme. Il quarto libro analizza gli esercizi ginnici, fornendo tempi, metodi ed esempi. Le illustrazioni a supporto del testo sono tutte tavole silografiche di gran qualità: nell’animata scena dei luctatores, con pochi tratti è messa in evidenza la plasticità dei corpi dei contendenti, anche se l’incisore non è riuscito a dare adeguata espressione ai volti. Meglio riuscita la tavola "Lavacrum, oceanum vel labrum", ricca di movimento e di oggetti con didascalie, come l’orciolo (orceolum), il seggio da bagno (solium), le spazzole da bagno (strigili), la pentola con manico da bagno (trulla balnearia), la pentola (caccabulus).