

Anteo fu un Gigante, figlio di Poseidone e della Madre Terra, che viveva in Libia, dove costringeva gli stranieri a lottare con lui finché erano esausti, e poi li uccideva.

Non soltanto era abile e forte, ma **ogni qual volta toccava terra riprendeva forza.**

Conservava i crani delle sue vittime per farne il tetto del tempio di Poseidone.

Anteo non era un avversario facile da battere; viveva in una grotta ai piedi di un picco roccioso, dove si nutriva di carne di leone e dormiva sulla nuda terra per conservare e aumentare la sua forza colossale.



La Madre Terra, non ancora sterile dopo la morte dei Giganti, concepì Anteo in un antro libico ed era fiera di lui più di quanto non lo fosse dei suoi mostruosi figli maggiori: Tifone, Tizio e Briareo.

Eracle (o Ercole) lo sfidò (o fu sfidato da lui); preparandosi alla lotta, ambedue i contendenti si liberarono delle loro pelli di leone, ma mentre Eracle si ungeva il corpo con olio alla maniera olimpica, per sfuggire più facilmente alla presa dell'avversario, Anteo si massaggiò le membra con sabbia calda, per timore che il solo contatto

delle piante dei piedi con la terra non fosse sufficiente a rinvigorirlo.

Quando Eracle ebbe messo a terra il Gigante, con grande stupore vide i suoi muscoli gonfiarsi e il sangue scorrergli benefico nelle membra, poiché la Madre Terra gli ridava forza.

I contendenti si avvinghiarono di nuovo l'uno all'altro e di nuovo Anteo si gettò a terra, questa volta di sua spontanea volontà, senza aspettare che Eracle lo sopraffacesse. Al che Eracle, rendendosi conto di ciò che stava accadendo, sollevò il Gigante alto tra le braccia e gli strizzò le costole, sordo ai profondi gemiti della Madre Terra, finché Anteo morì.

Il mito è spunto di riflessione anche oggi: tutti siamo come Anteo, tutti abbiamo bisogno di essere radicati nella nostra realtà (il nostro corpo, la nostra vita, Madre Terra) e di **avere "i piedi per terra" per non indebolirci**, per non vivere un'esistenza virtuale, confinata alla "testa".

