

La faim conseillère : les expériences juvéniles de Galien et sa diététique*

Galen's food experiments as a boy and a young man, and his dietetics

par Danielle GOUREVITCH**

Avec ses camarades, Galien grand enfant a eu des faims d'ogre, adolescent et jeune homme (1), des caprices alimentaires (2), qui ont pu chez lui et chez tous ses camarades engendrer des problèmes de santé (3). Nous allons reprendre ces épisodes pittoresques (4) et essayer de voir si faim-veille, refus, engouements et régimes aberrants - ce qui, bien sûr, n'a rien à voir avec la famine véritable (5) - sont pour quelque chose dans les diktats de la diététique galénique (6), en particulier dans les ouvrages qui suivent : *Sur la vertu des aliments* (7), *Bons et mauvais sucs des aliments* (8), *Facultés des aliments* (9), *Régime amaigrissant* (10), et *Hygiène* (11), mais aussi deci delà.

À Pergame, une excursion avec des copains (12)

“Si moi-même, raconte Galien, je n'avais une fois mangé du grain bouilli à l'eau, je n'aurais jamais cru qu'on pût en faire le moindre usage alimentaire. En effet même en cas de famine, personne n'en viendrait à en faire un tel usage, alors qu'il est possible, si du moins on dispose de grain, d'en faire du pain (13). Et d'autre part, s'il est vrai que, pour un repas, on mange des pois chiches bouillis et grillés, en guise de ce qu'on appelle friandises (τράγημα) (14), et qu'on prépare aussi d'autres graines de la même façon, de cette façon-là pourtant personne ne propose de grain bouilli. C'est pourquoi je n'aurais jamais cru qu'on pût manger du grain bouilli.

“Et lorsque moi-même, un jour que je m'étais rendu à la campagne, à une certaine distance de la ville, en compagnie de deux jeunes gens du même âge que moi, je tombai sur des paysans qui avaient terminé leur repas, et sur leurs femmes qui se préparaient à faire du pain (en effet il ne leur restait plus de pain) ; tout de suite l'une d'elles jeta dans une marmite (χύτρον) du grain qu'elle fit bouillir, puis elle assaisonna ce plat de sel en quantité raisonnable et nous persuada d'en manger. Nous y étions forcés, en somme, vu que nous avions fait un long chemin et que nous mourions de faim (15). Nous en mangeâmes donc en abondance et nous nous sentîmes un poids sur l'estomac, comme s'il s'y fût trouvé de la boue.

* Séance de novembre 2018.

** 21, rue Béranger 75003 Paris.

“Et le lendemain, nous n’avions toujours pas digéré ; nous fûmes tout le jour sans appétit, au point de ne rien pouvoir prendre ; nous étions pleins de vents et de flatulences ; nous avions mal à la tête ; notre vue était brouillée, nous ne rendions rien par le bas, ce qui est le seul remède à l’indigestion. Nous demandâmes donc aux paysans comment ils se sentaient s’il leur arrivait à eux aussi de manger quelquefois du grain bouilli. Pour leur part ils répondirent qu’ils en avaient souvent mangé, poussés par la même nécessité que celle dans laquelle nous nous étions trouvés ; et que c’était une nourriture lourde et difficile à digérer que ce grain ainsi préparé”.

Cet épisode proche de la faim-vaie, déraisonnable et incoercible, est arrivé quand Galien était tout jeune étudiant à Pergame : il a eu une indigestion de grain bouilli (16). Que c’est une indigestion, Galien le dit lui-même et il en décrit les symptômes ; mais est-elle due à la nourriture elle-même, ou à la glotonnerie de ces très jeunes gens imprévoyants, partis sans esclave accompagnateur et surtout sans pique-nique, et malgré le vague du récit, restés passer la nuit sur place pour y dormir ? Cette sorte de gruau (ἄλφιτον) rustique, à peine assaisonné, devait être insipide ; ce qui n’a pas empêché les trois compères d’en trop manger. Mais Galien, loin de se sentir coupable de glotonnerie, gardera définitivement l’idée que c’est là une “nourriture lourde et difficile à digérer”, donc à éviter.

La bouillie certes n’est pas un régal, c’est un plat très simple et bien antérieur au pain, à base de céréales écrasées ou transformées en semoule ou en farine, que l’on prépare en les faisant bouillir le plus souvent dans de l’eau (17). Galien rapproche implicitement cette bouillie de son pays de celle d’Égypte qu’il a peut-être goûtée, l’athéra (ἀθήρα, ἀθήρα etc.), préparée à base de ζέα ou ζειά (18): “(elle) se fabrique avec l’amidonner quand on le moule finement. C’est un gruau... qui convient aux enfants” (19). Les Grecs ne l’aiment pas, la considérant, dit-il, comme peu raffinée et mauvaise pour la santé, sauf pour les édentés, mais les Égyptiens (20) l’apprécient tout particulièrement : “ils tirent leur nourriture (σιτία) de l’épeautre que certains appellent l’amidonner” (*ibid.*) (21). Galien revient là-dessus dans le *De methodo medendi* (22), où il attribue une cause alimentaire à la lèpre (23) : “ainsi donc à Alexandrie, bien des gens souffrent d’éléphantiasis à cause de leur régime et de la chaleur du pays... En effet ils se nourrissent de gruau, de soupes de lentilles φακίην” (24).

Les dégouts se confirment l’un l’autre par proximité : la bouillie égyptienne est dégoûtante, l’est aussi la viande d’âne (25) ou de chameau qu’on mange en Égypte, nous y reviendrons. Bref, cette expérience dans la campagne de Pergame dont Galien renforce la valeur méthodique par d’autres “expériences” directes ou indirectes s’est probablement produite avant la première crise qu’il attribue à sa consommation de fruits de saison, au début de l’automne 147, à l’âge de 18 ans, et encore sous l’influence de son père ; le jeune homme fit ensuite, dit-il, des rechutes pendant plusieurs années.

Les “fruits de saison” dont se gavent Galien et ses camarades (26)

“J’avais un père très ferré en matière de géométrie, d’architecture, de calcul, d’arithmétique et d’astronomie ; et tous ceux qui le connaissaient l’admiraient plus que n’importe quel philosophe pour sa justice, son caractère serviable et sa sagesse. Pendant mon enfance (παῖς), il me préserva de toute maladie en m’imposant un régime (δαιτών). Mais quand j’eus atteint l’adolescence mon père, passionné d’agriculture, partit s’établir à la campagne ; et moi, je mettais à mes études plus de zèle que tous mes condisciples, travaillant non seulement le jour mais aussi la nuit. Pendant la deuxième moitié de l’été,

en compagnie des jeunes gens de mon âge, je me gavai de tous les fruits de saison, et au début de l'automne je tombai dans une maladie si aiguë que la saignée fut nécessaire" (27).

Mais l'émancipation à l'égard du père n'est pas encore pour cette fois-là : "Mon père revint donc en ville ; il me gronda (28) et me fit reprendre l'ancien régime que j'avais suivi sous sa direction, m'ordonnant de le suivre à l'avenir et de renoncer aux excès propres aux gens de mon âge. Et en vérité pendant toute l'année qui suivit, il réussit à me faire surveiller mon régime, au point que je ne touchai que modérément aux fruits de saison. J'avais alors 19 ans. Je passai cette année-là sans être malade. Mais l'année suivante mon père mourut et je passai mon temps avec mes camarades, en faisant grande consommation de fruits de saison ; je tombai malade d'une maladie très semblable à la précédente, au point que cette fois encore la saignée fut nécessaire. À partir de ce moment-là, chaque année l'une après l'autre, ou parfois avec une interruption d'un an, je fus malade jusqu'à l'âge de 28 ans. A cet âge-là, comme j'étais menacé (κινδύεύσας) d'un abcès (ἀπόστημα) dans la région où le foie touche au diaphragme, je me contraindis à ne plus toucher à aucun fruit de saison, sauf aux figues et raisins parfaitement murs (πεπεύρων ἀκριβώς), en les consommant avec modération συμμέτρως au lieu d'en abuser sans mesure ἀμέτρως comme j'avais fait auparavant (29)".

Dysenterie amibienne avec abcès, avions-nous pensé, maladie psycho-somatique à la suite de la mort du père ou pour lui avoir désobéi ou tout simplement abus quantitatif, peu importe aujourd'hui, quand ce qui nous intéresse c'est que Galien s'empresse de dogmatiser et de généraliser : "J'avais alors notamment une relation qui avait deux ans de plus que moi et qui était dans les mêmes dispositions d'esprit. Et donc en faisant attention à nos activités physiques et en veillant à ne jamais avoir d'indigestion, nous n'avons pas été pendant de nombreuses années jusqu'à aujourd'hui. Et parmi les autres amis (φίλων), ceux que je persuadai de faire de la gymnastique et de suivre un régime de vie bien réglé, j'ai remarqué que jusqu'à nos jours ils ont toujours été en bonne santé, certains depuis vingt-cinq ans, d'autres moins, mais tout de même depuis assez longtemps, dans la mesure où chacun s'est laissé persuader de ne pas toucher aux fruits de saison ni aux autres aliments aux sucres nocifs".

Cette conviction s'ancre définitivement. Dans le *Pro puero epileptico* (30), établissant un régime pour un enfant malade qu'il n'a pas personnellement examiné, il rappelle que lui-même s'abstient "de presque tous les produits alimentaires de saison". Mais quelle est donc la nature de ces fruits ou produits de saison ? Galien donne de longues explications dans *Sur les facultés des aliments* II 2) au chapitre "Sur les fruits dits de saison (ώραίος)" : "Les Grecs appellent 'saison de l'année' cette période au milieu de laquelle il se trouve que Sirius se lève). Elle continue pour quarante jours environ. Tous les fruits, du moins ceux qu'on appelle de saison, sont de cette période : quand certains sont trop murs, certains commencent à murir, certains sont mûrs ou viennent de l'être ou vont l'être. On les appelle "de saison", non seulement parce qu'ils se développent dans la période qu'on a définie, mais aussi, je pense, parce qu'on veut les distinguer de ceux qu'on peut mettre en réserve".

Viennent des exemples : citrouilles, sycomores, pastèques, melons, pêches et autres fruits de ce genre. Puis les fruits "... qui sont humides de consistance (et qui) s'altèrent et donc nourrissent peu et s'évacuent facilement du corps... Comme nous le démontrerons, certains des fruits de saison possèdent cette faculté à un très haut degré, faculté que nous disons être d'humeur pire que ceux qui n'ont aucune propriété perceptible de suc (31),

en sachant que l'eau est celle qui en a le moins. Donc tous les fruits de ce genre et plus encore ceux que nous mangeons avant qu'ils soient murs à la perfection (πρὶν ἀκριβῶς πεπανθῆναι) sont flatulents et passent en bas plus vite, tout comme ceux qui ont un suc léger se répandent plus vite. Tous ceux-ci ont une humeur mauvaise et on ne peut y trouver de l'aide dans le cas où on souffre pendant un voyage terrestre assez long ou dans la grande chaleur. A ce moment-là ils aident, en humectant la sécheresse du corps et en le rafraichissant modérément, si on les prend frais. Ils ont toujours le pouvoir d'humecter mais ils ne peuvent pas rafraîchir s'ils sont mangés chauds..." (32).

Dattes fraîches

Nous verrons que l'excès joue dans l'incident digestif un rôle beaucoup plus grand que la nature du fruit lui-même : un compagnon de Galien, à l'arrivée du petit groupe d'étudiants pergamiens à Alexandrie, se jeta sur les dattes fraîches, sans doute sensible à l'attrait de la nouveauté de ce fruit pour lui exotique (33); en effet si la partie méridionale du monde grec connaît le palmier dattier, les fruits n'y mûrissent pas : "J'ai connu un jeune homme qui faisait partie de nos condisciples à Alexandrie (νεανίσκῳ τινὶ τῶν ἡμετέρων συμφοιτητῶν), à qui cela est arrivé au moment où le bateau nous y avait conduits, au début de l'automne. Celui-ci mangea plusieurs jours d'affilée de grandes quantités de dattes fraîches et tendres, en sortant du bain et avant d'aller au bain ; mais la plupart n'étaient pas parfaitement mûres (οὐκ ἀκριβῶς πέπειροι). Et voici ce qui lui arriva : d'abord, après la gymnastique et le bain, il commença à frissonner violemment, ce qui lui fit croire qu'il allait avoir la fièvre. Il se mit au lit et resta au calme, bien couvert de vêtements. Il passa toute la nuit sans fièvre, et le matin il se leva pour vaquer à ses occupations habituelles. Mais là-dessus il fut à nouveau saisi de frisson, se mit au lit à nouveau et resta au calme jusqu'à l'heure d'aller au bain. Mais comme il était arrivé au bain, un frisson encore plus fort le saisit : le symptôme était le tremblement avec sensation de froid, quoiqu'encore peu marqué... Ayant pensé que de toute façon il aurait la fièvre, il se mit d'autant plus au repos. Pendant tout le jour et la nuit suivante, il s'observa, se trouvant frissonnant s'il faisait des mouvements modérés, mais véritablement tremblant de froid s'il faisait des mouvements plus marqués. Il suivit mes conseils sur ce qu'il fallait faire ... C'est ainsi qu'il se rétablit. Et depuis cela, à ceux qui souffrent du même état j'ai toujours commencé par donner le remède aux trois poivres (34), puis notre remède au calament et ensuite encore celui qui est composé de liqueur de Cyrénaïque (35) et de castoréum, lequel est extrêmement utile aussi dans les cycles de fièvre quarte et surtout lorsque les sujets souffrent de tremblements violents avec sensation de froid".

Encore une expérience de jeunesse qui entre directement dans la règle, et n'est pas perdue pour la théorisation à venir, laquelle sera écrite lors du second séjour romain (36) : "Certaines (dattes) sont sèches et astringentes, comme les dattes égyptiennes, certaines sont molles, humides et douces comme celles qu'on appelle *karuotoi* et les meilleures se forment en Syrie-Palestine à Jéricho... Toutes les dattes se digèrent mal et donnent mal à la tête (κεφαλαλγείς) si on en mange plus qu'il n'en faut. Certaines produisent la sensation d'irriter l'orifice du ventre, ce qui fait qu'elles font plus mal à la tête (37). L'humeur qu'elles répandent dans le corps est épaisse et a quelque chose de gluant quand la datte est onctueuse comme la *karuotos*... Les dattes vertes font beaucoup plus de mal même quand on n'en mange qu'un petit peu... Celles qui sont astringentes ont un suc plus froid, mais les dattes vertes, comme les figues, remplissent de flatulence... Dans les pays qui ne sont pas tout à fait chauds, les dattes ne mûrissent pas complètement et sont

donc utiles pour la mise en réserve. Par conséquent ceux qui ne peuvent pas faire autrement que d'en manger de vertes se remplissent d'humeurs crues, sont pris de sensations de froid difficiles à réchauffer et ont des blocages du foie, avec inflammation (φλεγμαίνον) et induration (σκιρούμενον) (38)".

Il s'agit donc de "déculpabiliser" les coupables (par imprudence), dans la même optique en somme qui consiste à culpabiliser les goutteux (par persévération) (39). Le goût des Égyptiens pour les dattes (40) est à rapprocher d'un incident dramatique qui s'est produit en 178, sous le règne de Marc Aurèle associé à Commode, la chute, du haut d'un palmier, d'un employé chargé de la pollinisation, donc entre février et mai de cette année-là (41).

Une fixation sur la laitue

On peut dire que, dès sa jeunesse, Galien fit une véritable fixation libidinale sur ce légume qu'est la laitue (θριδακίνη) : il en mange par appétit et par plaisir, il traite grâce à elle ses maux d'estomac et son insomnie, il la prescrit comme collutoire ; il a à son propos un véritable slogan sarkozyste ou moliéresque : "ceux qui en mangent peuvent travailler plus tout en en mangeant peu" (42) et il s'étale sur la façon de la consommer, elle qui "ne se digère pas aussi difficilement que les autres légumes" (43). Ainsi donc : "La plupart du temps on la mange crue. Quand elle commence à monter en graine en été, on la fait préalablement bouillir à l'eau douce ; on la mange à l'huile, au *garum*, au vinaigre ou avec tout autre assaisonnement, surtout ceux à base de fromage. Beaucoup de gens l'utilisent avant qu'elle ne se développe en tige (44) et la font bouillir à l'eau, ainsi que je commence à le faire moi-même depuis que mes dents s'affaiblissent (ἀφ' οὗ τῶν ὀδόντων ἔχω φαύλωσ). Un camarade qui savait que le légume m'est habituel depuis longtemps et qu'il m'était maintenant difficile de le mâcher, m'a appris à la faire bouillir. J'utilisais les laitues quand j'étais jeune pour me refroidir le haut de l'estomac qui se remplissait fréquemment de bile. Mais quand je suis arrivé à un âge bien installé, ce légume a été mon seul remède contre l'insomnie : à l'inverse de ce qui se passait quand j'étais adolescent (μειρακίον), maintenant je recherchais le sommeil. Bien que m'étant volontiers accoutumé à l'insomnie (ἀγρυπνεῖν) quand j'étais jeune et tenant compte du fait que ceux qui ont passé la fleur de l'âge (παρακαζόντων) souffrent d'insomnie, j'étais mécontent et je ne l'acceptais pas. Pour moi le seul médicament contre l'insomnie était la laitue mangée le soir".

La laitue réapparaît encore pour ses propriétés assoupissantes et adoucissantes qui la font prescrire en collutoire dans un cas de gonflement monstrueux de la langue chez un sujet qu'a soigné Galien avec d'autres, récit consigné dans le *De methodo medendi* (45) : "le songe (=qu'eut le malade) indiqua la matière du médicament, lui ayant ordonné de se laver la bouche avec du suc de laitue...". Attention, généralise Galien, tout comme la ciguë "la laitue sauvage provoque la mort, si elle commence par refroidir le cœur, alors que, si elle est cuite, elle devient de la nourriture pour les animaux" (46).

Mais alors comment se présente cette laitue comestible des Anciens (47), laitue qui n'est pas la laitue sauvage, mais la "laitue cultivée que tout le monde mange d'habitude... qui a un suc humide et refroidissant, qui n'est pas cependant mauvais" ? Même cultivée, elle est sans aucun doute plus rude, plus sèche et plus dure que la nôtre. Dans tous les cas, le latex blanc comme le lait (48) qu'on obtient par incision, très amer et désagréable, a vraiment des propriétés hypnotiques et narcotiques, quoiqu'on en exagère la puissance : ce n'est pas seulement Galien qui l'utilisait contre les maux d'estomac, et

comme sédatif moins puissant mais aussi moins dangereux que l'opium : la médecine occidentale ne l'utilise plus aujourd'hui, car on la juge peu efficace, sauf surdosage pouvant entraîner somnolence et engourdissement, mais d'aucuns en vantent toujours les propriétés narcotiques, sédatives, oniriques, analgésiques, expectorantes ; et il paraît que dans l'Égypte actuelle on en administre aux enfants comme sédatif nerveux.

À Alexandrie : un camarade végétarien et amateur de crudités... (49)

Dans le chapitre consacré au dolique, légume proche du haricot, et à la gesse ocre, Galien raconte un souvenir : “Je connais un homme jeune qui a fait ses études de médecine à Alexandrie. Tous les jours pendant quatre ans, il a pris les mêmes mets, seulement du fenugrec, des doliques, des gesses ocre et des lupins. De temps en temps il a consommé des olives de Memphis, et des légumes ou petits fruits qu'on mange sans cuisson. Car il avait décidé de ne pas allumer de feu. Il fut en bonne santé pendant toutes ces années, et son état physique ne devint pas du tout pire qu'au début. Il mangeait cela avec du *garum* bien sûr, y ajoutant quelquefois uniquement de l'huile, quelquefois du vin et de temps en temps du vinaigre. Parfois il les mangeait seulement au sel, comme les lupins”. Galien constate, mais sans enthousiasme ; et il ne dit pas que quelqu'un ait pris exemple sur lui. Il ne se sent guère impliqué, il dit simplement que c'est possible. Cette constatation le laisse froid et n'entrera pas dans ses certitudes affectives inébranlables et revivifiées à telle ou telle occasion, quand il mettra sa diététique en actes.

Un dégoût délirant : la viande de dromadaire

Galien exprime ses dégoûts alimentaires de façon virulente, et part facilement en guerre contre le régime des autres. Parmi ces autres, les Égyptiens. Dans le traité *Des facultés des aliments* (50) il s'indigne qu'on puisse manger vipères et autres serpents chez divers peuples et notamment chez les Égyptiens. Mais rien de pire que le dromadaire, qui pourtant coûte cher (51) : en effet quand on parle de “chameau”, il s'agit presque toujours de *Camelus dromedarius* L., ou dromadaire, puisque le chameau de Bactriane, *Camelus bactrianus* L., n'est probablement jamais venu en Égypte qu'en qualité d'animal exotique. Les contrats de vente de chameaux sur papyrus livrent des informations sur les prix, mais le nombre de documents est réduit. Il semble être environ quatre fois plus cher que l'âne, mais il est vrai qu'il supporte des charges deux fois plus lourdes et notamment transporte la précieuse eau. Socnopéonèse et Dionysias, deux villages situés dans le Fayoum, à la lisière du désert, ont ainsi livré une documentation papyrologique ; Socnopéonèse était en outre un point de rencontre des routes caravanières, et il s'y trouvait des familles qui détenaient d'importants élevages de chameaux, tandis que des bêtes étaient aussi importées d'Arabie : elles étaient alors marquées par des caractères arabes, mentionnés dans les papyrus, mais la documentation archéo-zoologique à laquelle nous allons bientôt venir ne dit pas si on en a trouvé des traces sur les peaux conservées. Cette viande infâme, Galien ne l'a sans doute pas goûtée, éprouvant, même devenu un grand jeune homme, une espèce d'ahurissement du Grec devant ce qui se passe à Alexandrie (52) où l'“on mange même la viande d'âne et il y en a qui mangent aussi la viande de chameau. L'habitude aide à la digestion de tels aliments”. Et (*ibid.* III 1 = W p. 183) “certains mangent la viande des vieux ânes domestiques ; elle est de la pire humeur, très difficile à digérer, mauvaise pour le cardia et de plus désagréable à manger, comme la viande des chevaux et des chameaux”. Suit une conclusion qui exprime nettement un extraordinaire préjugé physiognomoniste et raciste : “Ceux qui en mangent ressemblent aux ânes et aux chameaux, et d'esprit et de corps” (... ὀνώδεις τε καὶ

καμηλώδεις τήν τε ψυχὴν καὶ τὸ σῶμα). Toujours est-il que cette consommation (dans des proportions tout de même très inférieures à celle de la viande de porc) (53) est archéologiquement prouvée (54), et les soldats romains en garnison, eux, qui pourtant n'étaient pas forcément des Égyptiens mais pouvaient, par exemple, être des Galates, ne faisaient pas les dégoûtés dans ces rares occasions de manger de la viande (55). On trouve des os de chameaux de boucherie de l'Afrique du nord à l'Égypte, de Carthage au *Mons Claudianus* et plus loin encore dans le désert, bêtes qui sont mortes là par hasard, mais qui ont alors été préparées pour la consommation : ce sont des animaux utilitaires de transport pour lourdes charges, qu'on mange quand ils ont crevé ou quand ils sont devenus, par l'âge ou l'accident (et vu qu'il n'y a pas, semble-t-il, d'élevage de bouche), incapables de travailler et donc réformés, faute de mieux (quand on n'a plus de porc et qu'on n'a pas de poisson) et la situation est la même pour les quelques ânes de ces mêmes dépotoirs de sites militaires. Les traces de découpe ne laissent absolument aucun doute là-dessus ; les carcasses sont d'ailleurs débitées et désossées "selon une technique de boucherie différente de la technique utilisée pour les petits animaux domestiques", précise Martine Leguilloux et sur le site, actif jusqu'à l'époque de Galien, très isolé et donc particulièrement fragile sur le plan du ravitaillement externe de Didymoi 38 dromadaires ont été ainsi individualisés pour l'instant. La viande est consommée fraîche ou séchée, vendue souvent cuite (56), particulièrement appréciée en cas de pénurie, lesquelles pénuries sont fréquentes et sévères, même pour ces soldats romains, relativement privilégiés : on peut penser que si, ailleurs, les armées romaines ont fait subir une acculturation alimentaire aux populations civiles (57), en Égypte il y ait eu acculturation gastronomique des militaires par les civils de tout métier qui gravitaient autour d'eux. En outre deux ostraca grecs qui mentionnent explicitement de la viande de chameau (58).

Dans le traité *De consuetudine* (59), écrit sous le règne de Septime-Sévère, Galien s'est intéressé à la puissance de l'habitude en matière d'aliments, sans donner d'exemple égyptien. Dès le début (60), il constate que certaines personnes sont naturellement portées vers telles ou telles nourritures, qu'elles trouvent agréables et digèrent facilement. Mais si peu à peu elles s'accoutument à une autre alimentation, celle-ci va modifier leur complexion, si bien qu'elles finissent par aimer des choses qui leur déplaisaient à l'origine : "...une personne incommodée d'abord pour avoir mangé une première fois de la chair de bœuf, et qui est ensuite forcée d'en manger tous les jours pendant toute l'année, n'en éprouve plus de dommage, ou en éprouve moins que ceux qui ne sont pas habitués à une pareille nourriture". Galien, lui, se refuse à cet exercice culturel et diététique, tenant à s'assumer comme Grec, à affirmer encore et toujours son identité culturelle. Mais ce dégoût devant l'inconnu, dont nous venons de voir la conclusion physiognomoniste, a aussi une conclusion médicale tout aussi sidérante, qui aurait abasourdi Gerhard Henrik Armauer Hansen : c'est comme ça que les Égyptiens souffrent de la lèpre ! Alors que (61) "chez les Scythes buveurs de lait, (cette maladie) ne se manifeste pour ainsi dire jamais ; mais à Alexandrie elle est fréquente à cause de la δίαίτα", et c'est bien de régime alimentaire qu'il s'agit (62). Notons que Galien ne dit pas quel lait boit ce peuple scythe, probablement le plus souvent de lait de jument, et quant à ces pauvres Égyptiens lépreux, ils apprécient le lait de chamelle, comme l'indiquent plusieurs papyrus ! La source, pour notre Pergaménien, est impure dans les deux cas : Galien désapprouve qu'on mange du cheval ! Une fois de plus on trouve une faille logique dans la conviction de Galien.

Des récits de cas en guise de conclusion

Quand Galien sera bien ancré dans ses certitudes diététiques, dont nous venons de voir des sources bien peu rationnelles, des récits de cas empruntés à sa pratique plus récente pourront venir boucler la boucle de cette fausse logique pathologique et thérapeutique (63); établi “à l’aide de la raison et de l’expérience”, voici par exemple le récit du cas du rhéteur Protos, concitoyen de Galien (64) qui nous fait revenir aux “fruits de saison” : “Quand j’eus entendu ... que son ventre se vidait quand il mangeait des poires et des pommes âcres, j’ai réalisé ce qui se passait et je l’ai soumis à l’épreuve de l’expérience (τῆς πείρας βάσανον)... J’ai décidé que l’homme devait manger avec moi ... pour que je voie quand il mangeait des aliments astringents et combien. Tout d’abord je l’ai invité à suivre son régime comme d’habitude sans en changer rien du tout...”.

Galien observe sa conduite alimentaire et son régime général. “À la suite de ces observations, j’ai proposé à mon ami que le lendemain il me fasse confiance quant à son régime. Il y a consenti volontiers... Tout s’est bien passé, et l’estomac ne s’est ni considérablement vidé ni même modérément... Et je lui ai expliqué ce que je vais répéter maintenant... Puis je lui ai montré un homme jeune qui, quelques jours auparavant, avait pris du jus de liseron scammonée pour se purger”. La conclusion du récit est stupéfiante : le médecin en effet la dit “indépendante” (αὐτάρκης), alors qu’on ne saurait proposer quelque chose de plus induit : “voici le récit indépendant du rhéteur qui suffit pour comprendre comment l’estomac se vide chez ceux pour qui le cardia ne s’est pas fortifié, quand ils mangent les aliments astringents à la fin du repas”.

Je ne cherche évidemment pas à réduire les vues alimentaires de Galien à des anecdotes, mais j’ai voulu mettre en valeur dans l’élaboration de ses idées proclamées, enseignées et appliquées, la part de son vécu : un passé évidemment embelli, l’état de μειράκιον opposé à d’autres âges, la période idéale ou idéalisée de la vie, néanmoins souvent accessible aux corrections du bon sens, de l’expérience accumulée et du véritable savoir rationnel.

BIBLIOGRAPHIE

- (1) Pour le découpage des âges, V. BOUDON-MILLOT, “Les âges de la vie chez Galien “παῖς, μειράκιον, νεανίσκος et γέρον” (et leur synonymes)”, dans I. BOEHM, N. ROUSSEAU, *L’expressivité du lexique médical en Grèce et à Rome. Hommages à Françoise Skoda*, PUPS, Paris, 2014, 269-284. Et pour le découpage de l’enfance, Chr. LAES, “Galen on the division of childhood: some reconsiderations”, *Rivista storica dell’Antichità*, 36, 2006, 229-240.
- (2) Anorexie et boulimie qui sont de vraies maladies ne sont pas à l’ordre du jour.
- (3) Pour une vue générale : *Un aliment sain dans un corps sain - Perspectives historiques* dir. Fr. AUDOIN-ROUZEAU, Fr. SABBAN, PU Fr. Rabelais, Tours, 2007, avec M.-J. GARCIA SOLER, “Nourriture et santé dans la médecine grecque ancienne”, 25-37.
- (4) D. GOUREVITCH et M. GRMEK, “*Medice, cura te ipsum*. Les maladies de Galien”, *Études de lettres*, 1986, 45-64. Ainsi que D. GOUREVITCH, *I giovani pazienti di Galeno. Per una patocenosì dell’impero romano*, Roma-Bari, Laterza, 2001.
- (5) D. GOUREVITCH, “L’alimentation végétale de famine dans l’empire romain : un témoignage de Galien”, *Acta Facultatis Medicinae Fluminensis* 16 (1-2), 1991, 59-63. Et *Limos kai loimos, A study of the Galenic plague*, Paris, De Boccard, 2013. Ainsi que J.-A. LÓPEZ FEREZ, “Apositia. Estudio del término desde el *Corpus hippocraticum* a Galeno”, *Cuadernos de Filología clásica* (G) 23, 2013, 53-70 ou “Αποσιτία : du corpus hippocratique à Galien”, dans I. BOEHM, N. ROUSSEAU dir. *L’expressivité du lexique médical en Grèce et à Rome. Hommages à Françoise Skoda*, PUPS, Paris, 2014, 135-146.
- (6) M. GRANT, *Galen. On food and diet*, London, Routledge, 2000.

- (7) Au début du deuxième séjour de Galien à Rome, en trois livres K VI 749-815 = CMG V 4, 2.
- (8) A.-M. IERACI BIO, *Galeno, De bonis malisque succis*, Napoli, D'Auria, 1987 = K VI 749-815.
- (9) K VI 453-748. J. WILKINS, *Galien. Sur les facultés des aliments*, Paris, Les Belles Lettres, 2013.
- (10) N. MARINONE, *La dieta dimagrante. Edizione critica del testo e della versione latina*, Torino, G. B. Paravia, 1973 = CMG V 4, 2. Ou en anglais N. Singer, *Galen. Selected works*, Oxford, Oxford University Press, 1997.
- (11) *De sanitate tuenda* = K VI 1- 452. R.M. Green, *A translation of Galen's Hygiene: De sanitate tuenda*, Springfield., 1951.
- (12) *De alimentorum facultatibus* I 7 = K VI 498- 499 = Wilkins p. 39.
- (13) D. GOUREVITCH, "Le pain des Romains à l'apogée de l'empire : bilan entomo- et botano-archéologique", *Comptes rendus de l'Académie des Inscriptions et Belles-Lettres*, 2005 (1), 27-47.
- (14) Ce mot finira par donner notre mot "dragée".
- (15) Πεινῶντες, verbe dramatique s'il en est.
- (16) Plus loin dans le *De alimentorum facultatibus* (I 13) Galien rappelle cette aventure : évoquant l'engrain τέφη, il rappelle qu'"il se mange quelquefois bouilli au sel, à la façon dont, comme je l'ai dit, j'ai moi-même mangé du blé" (trad. Wilkins).
- (17) Rappelons qu'aux yeux des Grecs les vrais mangeurs de bouillie, ou *pultiphagonides* (orge, blé, épeautre, millet, avoine), sont les Romains.
- (18) Pour cette bouillie, Fr. PERPILLOU-THOMAS, "Une bouillie de céréales, l'athéra", *Aegyptus*, 12, 1992, 103-110.
- (19) *De alimentorum facultatibus* I 13 = K VI 517 = Wilkins p. 55 : "On peut en faire aussi des emplâtres", poursuit le texte.
- (20) V. NUTTON, "Galen and Egypt", in *Galen und das hellenistische Erbe*, J. KOLLESCH und D. NICKEL, Berlin, 1993, 11-32, en part. 24-26 pour "food and climate".
- (21) Pour l'identification, Théophraste, *Recherches sur les plantes*, VIII 1, p. 174-176.
- (22) *De methodo medendi* II 12 = K XI 142
- (23) Pour l'horreur que suscite la maladie, particulièrement en Égypte, on verra l'Oribase latin = Daremberg VI, p. 197, 198 et 201.
- (24) Il poursuit par "(se nourrissant) de coquillages et de toutes sortes de salaisons ; certains mangent aussi de la viande d'âne et d'autres choses du même genre qui produisent un suc épais et plein de bile noire (παχὺν καὶ μελανγχολικὸν χύμῳ). Pour d'autres exemples de bizarreries alimentaires ou prétendues telles : VI 664, les barbares au-delà des frontières mangent de l'ours, de la panthère ou du léopard, en faisant bouillir deux fois la viande ; VI 665, Galien n'a jamais mangé de chien ou de renard, mais les chasseurs autour de Pergame étaient friands de cette dernière viande. Et VI 668, chez les Scythes et ailleurs on mange des vers, des vipères et des serpents.
- (25) K. CLOSSE, "Les ânes dans l'Égypte ancienne", *Anthropozoologica*, 27, 1998, 27-39. Et M. LEGUILLOUX, "Les équidés dans l'armée romaine d'Égypte. Le cas des *praesidia* du désert oriental", dans A. GARDEISEN, *Les équidés dans le monde méditerranéen antique*, Lattes, Edition de l'Association pour le développement de l'archéologie en Languedoc-Rousillon, 2005, 267-274.
- (26) *De probis pravisque alimentorum succis* 1 = K VI 755-757.
- (27) On peut penser aux prunes, aux pêches et aux cerises, aux pommes, aux poires, aux grenades, aux figues, aux mûres noires ("les plus inoffensifs ἀβλαβέστατα des aliments de saison") et blanches, et aux mûres de ronce, et au raisin, peut-être aux abricots.
- (28) Pour le rôle du père dans l'éducation quotidienne et le régime des enfants, D. GOUREVITCH, "The Sick Child in his Family. A Risk for the Family Tradition", dans V. DASEN, T. SPÄTH, *Children, Memory, and Family Identity*, Oxford, Oxford University Press, 2010, 273-292.
- (29) Pour cette notion de maturité, cf. aussi *De alimentorum facultatibus* I 4, 3 = K VI 564-565, qui la précise pour les fruits et les légumes.

- (30) *Pro puero epileptico* 4 = K XI 371.
- (31) O. POWELL, dans son introduction à *Galen on the properties of foodstuffs*, Cambridge, Cambridge University Press, 2003.
- (32) Ph. VAN DER EIJK, "Galen and the assesment of bodily mixtures", dans B. HOLMES, K.-D. FISCHER, *The Frontiers of Ancient Science. Essays in honor of Heinrich von Staden*, Berlin, 2015, 675-698.
- (33) *De tremore* 7 = K VII 635-636.
- (34) A savoir *piper longum, album et nigrum*.
- (35) Pour le suc de Cyrène, *De simplicium medicamentorum* VI 3 = K XI 860 et *De compositione medicamentorum per genera* III 2 = K XIII 567, probablement à la fêrûle ou à l'euphorbe.
- (36) *De facultatibus alimentorum* II 26 = CMG V 4, 2, p. 302-303 = Wilkins p. 130-132.
- (37) Elles auraient aussi le défaut de se gâter vite, remarque-t-il en passant dans *De victu attenuante* 12, 29 = CMG V 4, 2, p. 447.
- (38) N. PAPAURAMIDOU, A. SAMARA, A. CHRISTOPOULOU-ALETRA, "Liver abcess in ancient Greek and greco-roman texts", *AMHA*, 12, 2014, 321-328.
- (39) D. GOUREVITCH, "Gout in Greco-roman non-medical literature", in Th. APPELBOOM, *Art, History and Antiquity of Rheumatic Diseases*, Elsevier, Bruxelles, 1987, 66-68. Edition française, *ibid.* 1988.
- (40) N. HOHLWEIN, "Palmiers et palmeraies dans l'Egypte romaine", *Etudes de papyrologie*, 5, 1939, 1-75.
- (41) I.A. SPARK, "A report of accidental death" (P. Oxy Inv (22) 3B. 20/N (a)," *The Bulletin of the American Society of Papyrologists*, VIII, 1971 7-10. Le malheureux est resté mort sur place un certain temps et a été déchiqueté par les chiens.
- (42) Wilkins 2013, p. 146-147.
- (43) Wilkins 2013, p. 149.
- (44) Théophraste, *Recherches sur les plantes*, I 2, 2.
- (45) *De methodo medendi* XIV 8 = K X 972.
- (46) *De simplicium medicamentorum temperamentis ac facultatibus* III 18 = K XI 601.
- (47) Wilkins 2013, p. 148.
- (48) Le *lactuarium*, d'après son nom de *lactuca*, lui-même dérivé de *lac*.
- (49) *De alimentorum facultatibus*. I 25 = K VI 539 = CMG V 4, p. 252, 8-17 = Wilkins p. 73.
- (50) *De alimentorum facultatibus* III 3 = VI 668.
- (51) A. RICCIARDETTO, "Le marquage et les soins vétérinaires appliqués aux camélidés d'après la documentation papyrologique grecque et latine d'Egypte et du Proche-Orient", dans *IVe colloque de médecine vétérinaire antique, La trousse du vétérinaire dans l'Antiquité*, sous la direction de V. GITTON-RIPOLL, numéro spécial de *Pallas*, 101, 2016, 33-51.
- (52) *De alimentorum facultatibus* I 2 = Wilkins p. 29.
- (53) Dans les papyrus quand le mot "viande" n'est pas accompagné du nom d'un animal, c'est de porc qu'il s'agit presque toujours.
- (54) M. VAN DER VEEN, "A life of luxury in the desert? The food and fodder supply to Mons Claudianus", *Journal of Roman Archaeology*, 11, 1998, 101-116. D. REESE, "Faunal remains", dans J. H. HUMPHREY, *Excavations at Carthage*, III, Ann Arbor, 1997, p. 131-166, notamment p. 156 : "a pit of early 2nd century, bones of dromedary which had been butchered". S. HAMILTON-DOYER, "The faunal remains", dans V. A. MAXFIELDS, D. P. S. PEACOCK, *Survey and excavations Mons Claudianus 1987-1993, Vol. II Excavations, part I*, FIFAO, 43, 2001, 251-310. M. LEGUILLOUX, "Quelques aspects de l'approvisionnement en viande des *praesidia* du désert oriental égyptien", dans H. CUVIGNY, *La route de Myos Hormos : l'armée romaine dans le désert oriental d'Egypte*, 2003, 73-82. Et « Les animaux à Didymoi d'après les restes fauniques du dépotoir extérieur », dans H. CUVIGNY, *Didymoi. Une garnison romaine dans le désert oriental d'Egypte. Praesidia du désert de Berenice IV*, Vol. 1, Institut français d'archéologie orientale, Le Caire, 2011, 167-204.

- (55) Il semble qu'à l'époque de Galien, manger ou ne pas manger du dromadaire ou de l'âne n'est pas une question de richesse, alors que cela le deviendra pour le Moyen âge.
- (56) H.-J. DEXHAGE, "Einige Bemerkungen zu Fleischverarbeitung und Fleischvertrieb nach den griechischen Papyri und Ostraka vom 3. Jh. v. bis zum 7. Jh. n.", *MBAH* 16, 1997, 97-111 ; et "Der ἐφθιοπώλης und sein Metier", *MBAH* 24, 2005, 147-159.
- (57) Ainsi D. GOUREVITCH, "La romanisation par l'alimentation, un exemple d'acculturation en Occident", dans P. CHARON *L'alimentation en Brie des origines à nos jours, Actes du colloque du 5 avril 2014*, Meaux, *Cahiers* n°6, éd. Fiacre, 2015, 53-76.
- (58) M. LEGUILLOUX, « Les animaux et l'alimentation d'après la faune : les restes de l'alimentation carnée des fortins de Krokodilô et Maximianon », dans H. CUVIGNY, *La route de Myos Hormos : l'armée romaine dans le désert oriental d'Égypte. Praesidia du désert de Bérénice I*, Le Caire, Institut français d'archéologie orientale, 2003, 549-588, en part. p. 571-572.
- (59) *Scripta minora*, édition d'I. Müller, II, 9-31, traduit par Daremberg p. 92-110.
- (60) Ch. DAREMBERG, *Œuvres anatomiques, physiologiques et médicales de Galien*, Paris, J.-B. Baillière, 1854, p. 92.
- (61) *De methodo medendi ad Glauconem* II 1 2 = K XI 142.
- (62) J. CAPRIGLIONE, "La diatia secondo Galeno", *Cuadernos de filología clásica* 10, 2000, 155-172.
- (63) D. GOUREVITCH, "L'insegnamento medico di Galeno : perchè narra casi clinici", *Medicina nei Secoli* 16 (2), 2005, 253-276, ou "Pourquoi des récits de cas ? *Ad introducendos*", dans J. BOULOGNE et A. DRIZENKO, *L'enseignement de la médecine selon Galien*, Université de Lille, Lille, 2006, 87-110.
- (64) *Sur les facultés des aliments* II 22= Wilkins 2013 p. 123-126.

RÉSUMÉ

Avec ses camarades, Galien grand enfant a eu des faims d'ogre, adolescent et jeune homme, des caprices alimentaires, qui ont pu chez lui et chez tous ses camarades engendrer des problèmes de santé. Nous reprenons ces épisodes pittoresques et essayons de voir si faim-valle, refus, engouements et régimes aberrants - ce qui, bien sûr, n'a rien à voir avec la famine véritable - sont pour quelque chose dans les diktats de la diététique galénique, en particulier dans les ouvrages qui suivent : Sur la vertu des aliments, Bons et mauvais sucs des aliments, Facultés des aliments, Régime amaigrissant, et Hygiène, mais aussi deci delà.

SUMMARY

With his companions, Galen as a child had sometimes been very hungry; as a teenager and a young man he was sometimes particular and fussy, which engendered health problems. We try to understand whether such whims and strange choices have something to do with the diktats of Galen's dietetics, when he became a famous doctor and theorized.

