

# NOURRITURE ET SANTÉ DANS LA MÉDECINE GRECQUE ANCIENNE

María José García Soler\*

## Abstract

Food and Health in ancient Greek medicine

Greek medicine pays special attention to diet (understood as a regimen or lifestyle as a whole), which is not only conferred a therapeutic function but also the role to help you keep your health or lose it.

An idea which predominates in the dietetic Greek thought is the need to know the nature of individuals, since perfect health is the result of the balance among the humours which compose them. Everything that is consumed by a man, as well as the activities he does, has an influence on his body and the purpose of dietetic medicine is to prevent the conditions which may suppose a risk, offering a diet based on a balancing relationship between food and exercise. One of the aspects which physicians pay more attention to in order to have a healthy life is precisely food habits, in which the predominant criteria are personalization or variety as balance factors, as well as other principles like age, activity, built and sex of each individual, time of the year, etc.

However, this conception of medicine has a strong elitist character since it required time and money, which not everybody could dispose of.

La diététique est l'une des trois branches fondamentales de la médecine ancienne, avec la chirurgie et la pharmacologie (et, selon nos données, la dernière d'entre elles à se développer)<sup>1</sup>. Son importance est due au fait qu'on ne lui attribue pas seulement un usage thérapeutique pour guérir le malade mais qu'on la voit plutôt comme un moyen de conserver la santé, si l'on choisit une manière de vie correcte. Ce point de vue explique l'existence, dans l'antiquité, d'œuvres ayant pour thème central la santé des personnes saines. En effet, un des traités diététiques les plus anciennement connus, du V<sup>e</sup> siècle av. J.-C., celui d'Acron d'Agrigente, a pour titre *De l'alimentation des personnes en bonne santé*. On pense que Philistion de Locride donna probablement le

---

\* Université du Pays Basque.

<sup>1</sup> Telle est l'opinion de James Longrigg (1998, p. 154; 1999, p. 44), qui cite le scholie de Porphyre à l'*Illiade* XI 515, où il soutient que, aux temps d'Homère, on connaissait seulement les deux autres disciplines ; il ajoute que la diététique commença avec Hérodicos et fut menée jusqu'à sa perfection par Hippocrate, Praxagoras et Chrysippe. I. M. Lonie (1977) soutient que tout indique que la diététique est un phénomène relativement récent dans la médecine grecque, qui fait son apparition au V<sup>e</sup> siècle av. J.-C.

même titre à son œuvre, *Du régime*, selon quelques sources anciennes. Et, au III<sup>e</sup> siècle av. J.-C., Diphile de Siphnos examina *Ce qui convient aux malades et aux bien portants*.

Comme Robert Joly<sup>2</sup> l'a remarqué, à une époque où on ignorait l'existence des microbes, l'aliment était la seule chose, avec l'air, que l'homme absorbait dans son corps et, pour cette raison, il était considéré comme une cause essentielle des maladies. A la différence de l'usage moderne des termes «régime» ou «diète», qui font allusion principalement aux aliments et à la boisson, *diáita* a, en grec, un sens plus vaste et représente un style de vie complet comprenant toutes les activités et tout ce qui a quelque rapport avec l'entourage du patient. C'est dans ce sens qu'il faut interpréter les paroles de Galien<sup>3</sup>, qui affirme: «J'appelle régime non seulement ce qui se rapporte à ce qu'on mange, mais aussi ce qui concerne tout le reste, comme les siestes, les exercices<sup>4</sup>, les bains, le coït, le sommeil, l'insomnie, et tous les autres phénomènes qui affectent d'une manière quelconque les corps des hommes»<sup>5</sup>.

On a cherché l'origine de ce type de thérapie médicale dans le régime des entraîneurs des athlètes, qui essayaient d'obtenir le meilleur rendement sportif, et dans les doctrines des philosophes pythagoriciens, qui prescrivaient certaines règles diététiques. Selon Platon<sup>6</sup>, la diététique fut inaugurée par Hérodicos (qui vécut entre 460/450 et 390/380 av. J.-C.<sup>7</sup>), un entraîneur de gymnastique qui, affecté d'une maladie chronique, conçut un régime de vie qui lui permit d'arriver jusqu'à un âge avancé, mais si sévère qu'il ne put jouir de la vie. Bien que cela ne soit pas spécifié dans ce passage, c'est probablement Hérodicos de Sélymbrie, un sophiste évoqué dans le *Protagoras*<sup>8</sup>, qui soutenait que les maladies ont leur origine dans un régime contraire à la nature et que la diète devait inclure l'exercice et une vie rude, endurcie<sup>9</sup>. Mais selon l'auteur

---

<sup>2</sup> Joly, 1967, p. ix.

<sup>3</sup> Galien, XVII 660 Kühn.

<sup>4</sup> Il faut préciser que les Grecs incluaient dans le concept d'«exercice» des activités sportives, plus ou moins violentes, et des activités naturelles comme écouter, penser ou observer.

<sup>5</sup> Cf. *Epidémies* VI 1. Sur le sens, la portée et l'évolution de la notion de diète, cf. Thivel, 2000.

<sup>6</sup> Platon, *La République*, 406a-b.

<sup>7</sup> Jori, 1993, p. 158.

<sup>8</sup> Platon, *Protagoras*, 316d-e.

<sup>9</sup> Joly, 1967, p. xii-xiii.

hippocratique d'*Epidémies*<sup>10</sup>, il exagérait dans la pratique de ces idées, car il était arrivé à tuer des malades fiévreux à force de longues promenades, de séances de lutte et de bains de vapeur. Et Platon<sup>11</sup>, qui exprime en général un point de vue assez critique à l'égard de l'utilité de la diététique, dit de ce personnage qu'«il fit un mélange de gymnastique et de médecine qui servit à tourmenter d'abord et surtout son inventeur, puis beaucoup d'autres après lui». Une perspective moins ironique sur Hérodicos est celle de l'*Anonymus Londinense Iatrika*<sup>12</sup>, où on affirme qu'il soutenait que les maladies découlent du mode de vie, de sorte que, quand les corps se trouvent en accord avec la nature, ils sont sains<sup>13</sup>.

Quant au rôle des pythagoriciens, ce furent probablement eux les fondateurs de la diététique, mais l'information qui nous est parvenue procède de sources quelquefois très tardives et pas toujours fiables. Jamblique, dans sa *Vie de Pythagore*<sup>14</sup>, affirme que les pythagoriciens «de la médecine adoptèrent principalement la manière diététique», tout en cherchant l'équilibre entre boissons, aliments et repos, et que, à cet égard, ils furent «les premiers à essayer de s'en occuper et de l'expliquer clairement». Les pythagoriciens liaient fortement le soin de l'âme et le soin du corps, confiant la purification de la première à la musique et celle de la seconde à la médecine. Il n'est donc pas surprenant que la médecine qu'ils développèrent fût diététique, ayant comme objectif fondamental l'équilibre psychophysique<sup>15</sup>. C'est dans ce sens qu'il faut comprendre leurs tabous alimentaires –l'interdiction des fèves ou celle de la viande–, qui présentent un fort caractère religieux<sup>16</sup> et qui offrirent aux auteurs de la Comédie Moyenne (vers le IV<sup>e</sup> siècle av. J.-C.) de la matière pour la parodie des philosophes, en particulier en raison de leur défense du végétarisme<sup>17</sup>.

L'œuvre conservée la plus ancienne sur la diététique est, toutefois, le traité

---

<sup>10</sup> Hippocrate, *Epidémies*, VI 3, 18.

<sup>11</sup> Platon, *La République*, 406a-b.

<sup>12</sup> *Anonymus Londinense Iatrika*, fr. 8a Grensemann.

<sup>13</sup> Jori, 1993, p. 159.

<sup>14</sup> Jamblique, *Vie de Pythagore*, 163.

<sup>15</sup> Joly, 1967, p. xi-xii; Garzya, 1983, p. 301; Volpe Cacciatore, 2000, p. 92-93.

<sup>16</sup> Detienne, 1970; Grmek, 1980, p. 61-121; Dombrowski, 1984, p. 35-54; Spencer, 1993, p. 33-68; Bras, 1999, p. 221-246; García Gual, 2000, p. 51-62.

<sup>17</sup> Antiphane, fr. 133 et 159 K.-A.; Alexis, fr. 233 K.-A.; Aristophon, fr. 9 K.-A. Cf. Sanchis Llopis, 1995.

hippocratique *Du régime*, qui, comme Robert Joly l'a montré avec de solides arguments, date probablement de 400 av. J.-C.<sup>18</sup> Wesley D. Smith<sup>19</sup>, appuyé par d'autres critiques, soutient qu'on ne doit pas le considérer comme le point de départ pour cette discipline mais plutôt comme un point d'arrivée qui reprend, en les élaborant à nouveau, des idées précédentes. Ainsi, l'insistance sur la nécessité de restaurer l'équilibre du corps pourrait remonter à Alcméon de Croton et, à travers de lui, jusqu'à Anaximandre de Milet. De son côté, James Longrigg<sup>20</sup> estime que c'est dans les traités hippocratiques (en particulier *Du régime*, *Du régime des maladies aiguës*, *Du régime salutaire* et *De l'aliment*) que la diététique trouve sa première formulation en qualité de branche de la médecine appliquée à la santé, avec une finalité pas seulement thérapeutique mais surtout prophylactique. En tout cas, grâce au genre littéraire comme la comédie, nous disposons d'un témoignage sur le développement des idées diététiques à la fin du Ve siècle av. J.-C. Dans les *Grenouilles* d'Aristophane<sup>21</sup> (405 av. J.-C.), Euripide, devenu personnage de l'œuvre, soumet la tragédie à une diète d'amincissement, avec un régime fondé sur des aliments légers, parmi lesquels il inclut des versiculets et des digressions –mais aussi des bettes blanches– et des promenades, un traitement normal à l'époque<sup>22</sup>. Un siècle plus tard, un personnage de Ménandre<sup>23</sup> affirme qu'il est possible de tout obtenir dans la vie, si on fait l'effort nécessaire: la richesse si on travaille, la philosophie si on étudie et la santé si on suit la diète appropriée.

Ce qui est certain, c'est que le succès du traité *Du régime* fut si grand que nous ne conservons des productions antérieures que quelques informations éparses. Par ailleurs, on trouve dans le *Corpus Hippocraticum* la substance de la pensée diététique ancienne, que la médecine ultérieure ne fera que compléter ou préciser. Ainsi, au long des siècles, on prendra en considération de nouveaux aliments, on précisera leurs vertus particulières et on introduira des variations dans le régime de vie conformément aux changements apportés par les temps nouveaux. Pendant toute l'évolution de cette discipline, on note, au cours de la période antique, une remarquable continuité des

---

<sup>18</sup> Joly, 1960, p. 206-209 et 1967, p. xiv-xviii. C. Fredrich est de la même opinion, mais W. Jaeger rapproche l'œuvre des écrits de Dioclès de Caryste (considéré par les Athéniens comme «le second Hippocrate»), ultérieurs de quelques années, et G. S. Kirk la situe même après 350 av. J.-C.

<sup>19</sup> Smith, 1980, p. 439-448.

<sup>20</sup> Longrigg, 1998, p. 155; 1999, p. 48-49.

<sup>21</sup> Aristophane, *Les grenouilles*, 940-943.

<sup>22</sup> Rodríguez Alfageme, 1995, p. 573-575 et 1999, p. 375-376.

<sup>23</sup> Ménandre, fr. 622 Körte.

principes essentiels formulés dans le *Corpus Hippocraticum* ainsi que durant le Moyen Âge à travers l'enseignement de Galien. Cependant, il faut ajouter que les traités de diététique ne sont pas les seuls qui informent sur l'alimentation et la santé, et l'on peut trouver des données dans les herbiers, les traités de simples et dans plusieurs œuvres sur la pathologie et la thérapie, qui détaillent des maladies et leurs traitements correspondants, y compris dans le domaine de la nutrition, comme c'est le cas à l'époque romaine de l'ouvrage de Celse, *De la médecine*<sup>24</sup>.

Une idée persistante de la pensée diététique est la nécessité de «connaître et de discerner la nature de l'homme en général; connaître ses constituants fondamentaux et discriminer les éléments qui prédominent»<sup>25</sup>, pour pouvoir prescrire une diète qui conserve la santé ou la rétablisse. Les théories physiologiques sur la nature humaine sont fortement liées aux théories cosmologiques du VI<sup>e</sup> et du V<sup>e</sup> siècle av. J.-C., puisqu'on établit des parallèles entre les éléments constitutifs de l'homme et ceux du monde. Les quatre éléments définis par Empédocle –l'air, l'eau, le feu et la terre– trouvent une correspondance dans l'homme avec les quatre humeurs –le sang, le flegme, la bile jaune et la bile noire– et leurs caractéristiques respectives de humide chaud, humide froid, sec chaud et sec froid. Les composants élémentaires sont le feu, qui est chaud et sec, et l'eau, qui est froide et humide. Et les aliments possèdent les mêmes qualités que les éléments qui composent l'homme (chaud, froid, sec, humide). Cette analogie offre au médecin la possibilité de prévoir quelles seraient les conditions vraisemblables pour que la maladie se produise, et lui permet de prescrire un régime fondé sur le principe de l'addition et de la soustraction, un régime contraire, allopathique, qui puisse réduire la susceptibilité. Le bon médecin doit connaître les qualités naturelles (*dynámeis*) des aliments et des boissons, qu'elles soient seules ou bien combinées à d'autres, innées ou acquises, mais aussi leur intensité, pour les mettre au service du traitement. C'est pourquoi l'auteur du traité *Du régime*<sup>26</sup> affirme qu'«il faut analyser comme suit la qualité, naturelle ou artificielle, de chaque aliment et boisson [...]. Car toutes les matières douces n'ont pas la même qualité, ni les matières grasses, et ainsi de suite. En effet, si beaucoup de matières douces sont laxatives,

---

<sup>24</sup> Mazzini, 1986, p. 12 et 1996, p. 191.

<sup>25</sup> *Du régime*, I 2, 1.

<sup>26</sup> *Du régime*, II 39.

d'autres sont resserrantes, d'autres dessèchent, d'autres humectent. Il en va de même pour toutes les autres catégories.»

Une santé parfaite est le résultat du mélange correct de ces substances et de l'harmonie entre les qualités de ces humeurs<sup>27</sup>. Quand une ou plusieurs des substances existe en quantité excessive, la santé s'altère à cause de la rupture de l'équilibre, qu'il faut corriger. L'idée de l'équilibre est très importante pour les Grecs: la réalité est faite de contraires qui se contrebalancent et se complètent, qui finissent par s'annuler et par se combiner en des systèmes complexes, où la victoire de l'un des deux contraires est évitée, parce qu'elle serait nuisible pour la santé. Tout ce que fait l'homme, chaque exercice, chaque aliment qu'il prend, a une influence sur son corps et sur les éléments qui le composent. Mais les conditions extérieures aussi, l'endroit où il habite, le climat, le régime des vents, les changements des saisons, même la climatologie quotidienne, provoquent continuellement des mutations dans le corps et dans l'équilibre de ses humeurs<sup>28</sup>.

Le propos de la médecine diététique est de prévenir, de découvrir quelles sont les conditions qui présentent un risque pour l'organisme, ainsi que de proposer un régime fondé sur un rapport compensateur entre l'alimentation et l'exercice, deux facteurs qui provoquent des effets contraires: «Les exercices dépensent l'énergie disponible; les aliments et boissons compensent les pertes»<sup>29</sup>. D'après Galien<sup>30</sup>, «la nutrition, c'est la restitution de ce qui a été consommé». Mais il arrive que les aliments présentent une combinaison des quatre composants, puisqu'il est impossible de les isoler. C'est pour cette raison qu'il est fondamental de chercher en même temps l'équilibre dans la combinaison des aliments, car un bon mélange est essentiel, dans lequel il n'y ait pas d'excès d'un seul élément, ce qui est nuisible pour la santé<sup>31</sup>.

Dans la conservation de l'équilibre, il est aussi très important de mener une certaine routine quotidienne, comme Dioclès de Caryste le remarque quand il décrit le

---

<sup>27</sup> *De la nature de l'homme*, 4.

<sup>28</sup> *Du régime*, I 2, 2, III 67, 2; *De la nature de l'homme*, 7.

<sup>29</sup> *Du régime*, I 2, 2. Comme J. C. Capriglione (2000, p. 165) et P. Volpe Cacciatore (2000, p. 98) l'ont remarqué, la diète est un système intégré de règles qui garantissent la symétrie entre ce qui entre et ce qui sort, soit sur le plan quantitatif, soit sur le plan qualitatif.

<sup>30</sup> Galien, XV 240 Kühn.

<sup>31</sup> *De l'ancienne médecine*, 4.

déroulement d'une journée, à commencer par le moment où l'individu se lève le matin<sup>32</sup>. Quelques siècles plus tard, au I<sup>e</sup> siècle ap. J.-C., Athénée de Attaleia insiste sur l'idée de l'habitude et de la routine comme des éléments essentiels pour la bonne santé et considère que tout changement dans les mœurs a une influence néfaste sur l'âme et le corps<sup>33</sup>.

La personnalisation constitue un critère important au moment d'établir les prescriptions diététiques, car, à l'intérieur de chaque individu, existe un équilibre particulier des humeurs et, selon l'auteur hippocratique de *De l'ancienne médecine*<sup>34</sup>, seule sa connaissance permettra d'adapter le régime et le traitement. L'idée de base est que les qualités des aliments sont relatives et que le bon n'est pas bon dans l'absolu, mais seulement en accord avec les conditions propres à l'individu, qui varient en fonction de multiples facteurs. Il y a l'influence de la complexion, plus sèche ou plus humide, de l'activité, de l'âge, du sexe, et même de l'endroit où il habite et de la saison<sup>35</sup>.

Selon l'activité développée, on prescrivait des aliments pour restaurer la dépense, suivant les processus fondamentaux du corps de réplétion et de vacuité. Les besoins sont aussi différents selon les diverses étapes de la vie: les enfants sont chauds et humides, les jeunes chauds et secs, les adultes froids et secs et les vieillards froids et humides<sup>36</sup>. Et de la même façon, en tout ce qui concerne le sexe, les natures des hommes (secs et chauds) et des femmes (humides et froides) sont différentes<sup>37</sup>. Par ailleurs, l'équilibre des humeurs peut changer au long de l'année, parallèlement aux saisons, et pour cette raison le régime doit être modifié régulièrement<sup>38</sup>. Dioclès de Caryste<sup>39</sup> affirme que «la nourriture et la boisson consommées doivent être appropriées tant à la saison qu'à la constitution individuelle», et les traités hippocratiques *Du régime* et *Du régime salulaire*<sup>40</sup> offrent de bons exemples de diètes adaptées à chaque époque

---

<sup>32</sup> Dioclès de Caryste, fr. 182 van der Eijk = fr. 141 Wellmann.

<sup>33</sup> En Oribase, *Compilations Médicales*, livres incertains, cap. 17.

<sup>34</sup> *De l'ancienne médecine*, 21.

<sup>35</sup> *Du régime*, III 67, 1-2.

<sup>36</sup> *Du régime*, I 33, 1-2; *De l'aliment*, 41; *Du régime salulaire*, 2; *Aphorismes*, I 14; Galien, IV 158, 624, IX 107 Kühn.

<sup>37</sup> *Du régime*, I 34, 1; *Du régime salulaire*, 6; Galien, IV 158, 162, IX 107 Kühn.

<sup>38</sup> *De la nature de l'homme*, 7; Dioclès de Caryste, fr. 183a, 6 van der Eijk

<sup>39</sup> Dioclès de Caryste, fr. 182 van der Eijk = fr. 141 Wellmann.

<sup>40</sup> *Du régime*, III 68; *Du régime salulaire*, 1.

de l'année, tout en ayant pour but de maintenir le corps chaud et sec en hiver et froid et humide en été, et avec des périodes intermédiaires d'adaptation.

La nécessité de personnaliser la diète, ainsi que les recommandations de variété comme facteur d'équilibre, déjà en vigueur à partir d'Hippocrate et surtout après Galien, font qu'on analyse soigneusement les vertus des aliments, selon les critères de valeur nutritive, digestibilité et facilité d'élimination, et qu'on les classe dans des catalogues qui montrent le résultat de siècles d'observation (mais aussi de préjugés) et qui permettent d'avoir une idée assez complète des ressources alimentaires disponibles en Grèce au V<sup>e</sup> siècle et au début du IV<sup>e</sup> av. J.-C. Les aliments y apparaissent groupés d'après les caractères d'affinité (les céréales, les fruits, les légumes, les viandes, les poissons, etc.), qui se répètent d'un traité à l'autre, bien que l'ordre dans lequel les groupes sont cités puisse changer. La variété est plus étendue que ce qu'on pourrait penser *a priori*, étant donné que les vertus des aliments ne sont pas nécessairement constantes et peuvent être accentuées ou affaiblies par les facteurs de l'environnement et par la manière d'être préparés.

Tout ces facteurs sont pris en considération par les auteurs de traités diététiques. Ainsi, Athénée de Attaleia<sup>41</sup> fait un classement très détaillé des types de froment selon l'espèce, le sol où ils poussent, la saison ou le climat; Mnésithée, un médecin de l'époque hellénistique, offre une zootaxie de poissons selon leur habitat (les poissons de pleine mer, les côtiers, les saxatiles, de fleuve, de lac, etc.), en indiquant leurs effets correspondants sur le corps de l'homme<sup>42</sup>. Quant aux viandes, le traité *Du régime*<sup>43</sup> soutient que la chair humide est la meilleure pour l'organisme, telle celle du porc; pour la même raison, celle des animaux jeunes est préférable à celle des adultes, celle des animaux domestiques à celle des animaux sauvages, celle de la femelle à celle du mâle, celle de l'animal castré à celle de l'animal intact, et celle des animaux qui vivent à l'abri à celle des animaux exposés aux intempéries<sup>44</sup>. En outre, Galien prête une attention toute particulière «aux différentes parties de l'animal que l'homme peut utiliser» et les recommandations y sont nombreuses en rapport avec chacune des saisons, qui comportent un changement dans le régime des animaux et, par conséquent, dans la

---

<sup>41</sup> En Oribase, *Compilations Médicales*, I 2.

<sup>42</sup> Mnésithée, fr. 38 Bertier; cf. Galien, VI 708-730 Kühn.

<sup>43</sup> *Du régime*, II 46, 2.

<sup>44</sup> *Du régime*, II 49. Bertier, 1988, p. 85.

qualité de leur viande<sup>45</sup>.

Le procédé d'élaboration influence aussi fortement les vertus des aliments: un aliment grillé et rôti perd son humidité et devient plus sec, tandis qu'un aliment cuit est plus humide<sup>46</sup>. Pour cette raison, il est à peine surprenant de découvrir que quelques auteurs de traités de diététique écrivirent aussi des livres de cuisine, comme c'est le cas de Dioclès de Caryste, au IV<sup>e</sup> siècle av. J.-C. et d'Erasistrate de Ioulis, Philotimos et Philistion de Locride, au III<sup>e</sup> siècle av. J.-C., ou encore de Diphile de Siphnos et Euthydèmos d'Athènes, qui consacrèrent chacun une œuvre à la salaison. Et nous avons même quelques recettes de Galien, par exemple pour préparer des galettes frites et des œufs avec de l'huile, du vin et du *garum*, car il pense qu'un bon médecin ne doit pas être complètement ignorant de l'art de la cuisine<sup>47</sup>.

Il est évident que le plan d'alimentation, d'exercice et de bains que proposent les médecins anciens n'est pas à la portée de tout le monde et qu'il existe une conscience claire des différences sociales. Seul celui qui peut disposer de temps et d'argent à investir en sa santé peut suivre les conseils des médecins, seul le riche peut mener une vie complètement saine. Outre les affirmations explicites dans ce sens, les aliments qui sont pris en considération –comme la viande des grands animaux, plusieurs types de pain et autres– témoignent du fait que les destinataires étaient d'une position sociale

---

<sup>45</sup> Galien, VI 665, 669-680 Kühn; Oribase, *Compilations Médicales*, I 3, 3-4. Cette inquiétude des médecins se reflète très tôt dans la littérature non spécialisée, bien que n'ayant pas la même finalité. Dans plusieurs œuvres où on traite, d'une façon ou d'une autre, le thème gastronomique, les références aux saisons sont fréquentes. Ainsi, le fragment 5 West du iambographe Ananios (vers le VI<sup>e</sup> siècle av. J.-C.) offre un vrai calendrier qui indique le moment où divers aliments se trouvent à leur point optimal. Le sicilien Arcestrate de Géla (IV<sup>e</sup> siècle av. J.-C.), auteur d'un poème didactique consacré à la gastronomie, donne, dans plusieurs des fragments conservés de l'œuvre, des indications astronomiques (fr. 27, 1; 34, 1-2; 36, 1-2 Olson-Sens, etc. Cf. la critique de Cléarque de Soles, fr. 63 Wehrli). Elles aussi sont le thème du bavardage de quelques cuisiniers de la Comédie Moyenne et Nouvelle (IV<sup>e</sup> et III<sup>e</sup> siècles av. J.-C.), qui, fiers de leur art, exposent l'ampleur des connaissances nécessaires pour bien réaliser leur travail, comme celles relatives aux saisons et aux phénomènes célestes, pour choisir les meilleurs aliments en chaque occasion. Cf. Sosipater, fr. 1, 25-35 K.-A.; Damoxène, fr. 2, 16-20 K.-A.; Nicomaque, fr. 1, 16-23 K.-A.

<sup>46</sup> *Du régime*, II 56, 2-3.

<sup>47</sup> Galien, VI 490-1, 609 et 706-7 Kühn. Toutefois les auteurs hippocratiques se préoccupent très peu du goût et du plaisir que les aliments peuvent produire et, en fait, ils offrent peu d'informations pratiques sur la façon de les cuisiner. En revanche, ils donnent plus d'importance à leur caractère diurétique, laxatif ou digestif. Sur la relation entre la médecine et la cuisine, nous avons divers exemples dans la comédie grecque, où on peut même trouver le type du cuisinier-médecin. Cf. Roselli, 2000.

élevée.

Il faut souligner cependant que le concept de diététique évolue au long des siècles parallèlement au changement du mode de vie. On peut le constater en particulier à la valeur acquise par certaines activités, comme l'étude ou la lecture, au détriment d'autres comme le sport, dont le rôle est de plus en plus réduit en raison du temps qu'exigent les affaires économiques<sup>48</sup>.

Demeure néanmoins ce que l'auteur du traité *Du régime* appelle la «grande masse de gens qui mangent et boivent "au petit bonheur", qui sont obligés de travailler et de se déplacer, qui naviguent pour amasser de quoi vivre, exposés et au soleil, contre ce qui convient, et au froid, contre toute utilité»<sup>49</sup>. Tandis que la diététique semble réservée à ceux qui ont des ressources, il reste pour les autres les solutions les plus rapides, les médicaments et la chirurgie, et on leur offre, dans le meilleur des cas, une alimentation non personnalisée, des normes générales compatibles avec les besoins du travail<sup>50</sup>. Platon reste critique à l'égard des idées de la diététique, et il est très clair dans sa *République*<sup>51</sup>, lorsqu'il soutient que ceux qui travaillent n'ont pas la possibilité d'être malades ni de se soigner; ils n'ont pas le temps de vivre ainsi, négligeant leurs activités, et pour cette raison ils ne demandent pas un régime mais un remède.

En somme, la diététique, une partie très importante de la médecine, avait en Grèce un caractère élitiste, qui s'est même conservé de nos jours. Aujourd'hui, des pratiques sont proposées pour obtenir un corps d'aspect sain, et presque une sorte de jeunesse éternelle, qui suscitent un vif intérêt, et auxquelles seuls les individus d'un certain niveau social peuvent accéder: maintenant comme alors, se soigner exige du temps et de l'argent!

## BIBLIOGRAPHIE

Références abrégées:

Bertier = BERTIER, Janine, *Mnésithée et Dieuchès*, Leiden, E.J. Brill, 1972.

K.-A. = KASSEL, R. - AUSTIN, C., *Poetae Comici Graeci*, Berlin-New York, Walter de Gruyter, 1983-

---

<sup>48</sup> Sur l'évolution de la conception de la diététique depuis le IV<sup>e</sup> siècle av. J.-C. jusqu'à l'époque romaine, cf. Edelstein, 1987, p. 306-313.

<sup>49</sup> *Du régime*, III 68, 1.

<sup>50</sup> *Du régime*, III 69, 1.

<sup>51</sup> Platon, *La République*, 406c-d.

2001.

Körte = KÖRTE, Alfred (ed.), *Menander. Reliquiae*, Leipzig, B.G. Teubner, 1959<sup>3</sup>.

Kühn = KÜHN, C.G., *Claudii Galeni Opera Omnia*, Leipzig, Cnobloch, 1821-1833 (repr. Hildesheim, Georg Olms Verlag, 1965).

Olson-Sens = OLSON, S. Douglas - SENS, Alexander, *Archestratos of Gela. Greek Culture and Cuisine in the Fourth Century BCE*, text, translation and commentary, Oxford, Oxford University Press, 2000.

van der Eijk = van der EIJK, Philip J., *Diocles of Carystus. A collection of the fragments with translation and commentary*, 2 vols., Leiden-Boston-Köln, E.J. Brill, 2000-2001.

Wehrli = WEHRLI, Fritz, *Die Schule des Aristoteles*, Texte und Kommentar, vol. III: *Klearchos*, Basel, Schwabe, 1969<sup>2</sup>.

Wellmann = WELLMANN, Max, *Fragmentsammlung der griechischen Ärzte*, vol. I, Berlin, Weidmann, 1901.

West = WEST, Martin L., *Iambi et Elegi Graeci ante Alexandrum Cantati*, vol. II, Oxford, Oxford University Press, 1992<sup>2</sup>.

#### Sources:

Aristophane, *Thesmophories. Grenouilles*, texte établi par Victor Coulon, traduit par Hilaire van Daele, Paris, Société d'Édition «Les Belles Lettres», 1991<sup>8</sup>.

Aulus Cornelius Celsus. *De medicina*, with an English translation by W. C. Spencer, London : William Heinemann Ltd / Cambridge (Mass.), Harvard University Press, 1948-1953, 3 vol.

Hippocrate, *Du régime*, texte établi et traduit par Robert Joly, Paris, Société d'Édition «Les Belles Lettres», 1967.

Hippocrate, *Du régime des maladies aiguës. Appendice. De l'aliment. De l'usage des liquides*, texte établi et traduit par Robert Joly, Paris, Société d'Édition «Les Belles Lettres», 1972.

Hippocrate, *De l'ancienne médecine*, texte établi et traduit par Jacques Jouanna, Paris, Société d'Édition «Les Belles Lettres», 1990.

*Hippocrates*, vol. IV: *Nature of man. Regimen in health. Humours. Aphorisms. Regimen I-III. Dreams*, with an English translation by William Henry Samuel Jones, London, William Heinemann Ltd / Cambridge (Mass.), Harvard University Press, 1967.

*Hippocrates*, vol. VII: *Epidemics*, with an English translation by Wesley D. Smith, London, William Heinemann Ltd / Cambridge (Mass.), Harvard University Press, 1994.

*Hippocratis Opera*, vol. I 3, *De Natura hominis = La Nature de l'homme*, édité, traduit et commenté par Jacques Jouanna, Berlin, Teubner - Akademie-Verlag, 1975 (= *Corpus Medicorum Graecorum* I.3.3).

*Iamblichus De vita pythagorica liber*, edidit Ludovicus Deubner, Leipzig, B.G. Teubner, 1937. Editionem addendis et corrigendis adiunctis curavit Udalrichus Klein (Stuttgart, B.G. Teubner, 1975).

*Oribasius. Collectionum Medicarum Reliquiae*, edidit J. Raeder, Leipzig, B.G. Teubner, 1928-1933 (= *Corpus Medicorum Graecorum* VI.2.1-2).

Platon, *Protagoras*, texte établi et traduit par Alfred Croiset, avec la collaboration de Louis Bodin, Paris, Société d'Édition «Les Belles Lettres», 1984<sup>9</sup>.

Platon, *République*, texte établi et traduit par Emile Chambry, Paris, Société d'Édition «Les Belles Lettres», 1996<sup>10</sup>.

- BERTIER, Janine, «Les animaux dans la diététique hippocratique», in: *L'animal dans l'alimentation humaine. Les critères de choix*, numéro spécial de *Anthropozoologica*, 1988, p. 83-90.
- BRAS, Paul, «Réflexions sur les fondements de la diététique dans le monde grec ancien: (à propos de l'interdit de la fève)», *Dialogues d'Histoire Ancienne*, 1999, 25/2, p. 221-246.
- CAPRIGLIONE, Jolanda C., «La *diaita* secondo Galeno», *Cuadernos de Filología Clásica (Estudios Griegos e Indoeuropeos)*, 2000, 10, p. 155-172.
- CRAIK, Elizabeth M., «Diet, *Diaita* and Dietetics», in: Anton Powell (ed.), *The Greek World*, London-New York, Routledge, 1995, p. 387-402.
- CRAIK, Elizabeth M., «Hippocratic *Diaita*», in: John Wilkins - David Harvey - Mike Dobson (eds.), *Food in Antiquity*, Exeter, Univ. of Exeter Press, 1995, p. 343-350.
- DETIENNE, Marcel, «La cuisine de Pythagore», *Archives de Sociologie des Religions*, 1970, 15, p. 141-162.
- DOMBROWSKI, Daniel A., *The Philosophy of Vegetarianism*, Amherst, The University of Massachusetts Press, 1984, chap. 3: «The Pythagoreans», p. 35-54.
- EDELSTEIN, Ludwig, «The Dietetics in Antiquity», in: Owsei Temkin - C. Lilian Temkin (eds.), *Ancient Medicine: Selected Papers of Ludwig Edelstein*, Baltimore-London, The Johns Hopkins University, 1987, p. 303-316.
- GARCÍA GUAL, Carlos, «Dieta hipocrática y prescripciones alimenticias de los pitagóricos», in: Aurelio Pérez Jiménez - Gonzalo Cruz Andreotti (eds.), *Dieta mediterránea. Comida y hábitos alimenticios en las culturas mediterráneas*, Madrid, Ediciones Clásicas (*Mediterranea*. Serie monográfica de estudios sobre el Mediterráneo antiguo, vol. 6), 2000, p. 43-67.
- GARZYA, Antonio, «*Diaetetica minima*», in: *Il mandarino e il quotidiano. Saggi sulla letteratura tardoantica e bizantina*, Napoli 1983, p. 301-313.
- GRMEK, Mirko D., «La légende et la réalité de la nocivité des fèves», *History and Philosophy of the Life Sciences*, 1980, 2, p. 61-121.
- JOLY, Robert, *Recherches sur le traité pseudo-hippocratique du Régime*, Genève, Bibliothèque de la Faculté de Philosophie et Lettres de l'Université de Liège, Fasc. CLVI, 1960.
- JOLY, Robert, *Hippocrate. Du régime*, Paris, Les Belles Lettres, 1967.
- JORI, Alberto, «Platone e la "svolta dietetica" della medicina greca. Erodico di Selimbria e le insidie della *techne*», *Studi Italiani di Filologia Classica*, 1993, 86, p. 157-195.
- LONGRIGG, James, *Greek Medicine. From the Heroic to the Hellenistic Age: A Source Book*, London, Duckworth, 1998.
- LONGRIGG, James, «Presocratic Philosophy and Hippocratic Dietetic Therapy», in: Ivan Garofalo, Alessandro Lami, Daniela Manetti & Amneris Roselli (eds.), *Aspetti della terapia nel Corpus Hippocraticum, Atti del XI<sup>e</sup> Colloquio International Hippocratique. Pisa 25-29 settembre 1996*, Firenze, Leo S. Olschki Editore, 1999, p. 43-50.
- LONIE, I. M., «A Structural Pattern in Greek Dietetics and the Early History of Greek Medicine», *Medical History*, 1977, 21, p. 235-260.
- MAZZINI, Innocenzo, «Alimentazione e salute secondo i medici del mondo antico. Teoria e realtà», *Annali della Facoltà di Lettere e Filosofia dell'Università di Macerata*, 1986, 19, p. 9-23 (= «Alimentazione e salute secondo i medici del mondo antico. Teoria e realtà», in: Oddone Longo & Paolo Scarpi (eds.), *Homo edens. Regimi, miti e pratiche dell'alimentazione nella civiltà del*

- Mediterraneo. Actas del Congreso «Homo edens». Verona 13-15 abril 1987*, Milano, Diapress, 1989, p. 257-264).
- MAZZINI, Innocenzo, «Alimentazione e medicina nel mondo antico», in: Jean-Louis Flandrin & Massimo Montanari (eds.), *Storia dell'alimentazione*, Roma-Bari, Laterza Editori, 1996, p. 191-200.
- RODRÍGUEZ ALFAGEME, Ignacio, «La médecine technique dans la comédie attique», in: P. J. van der Eijk - H. F. J. Horstmanshoff - P. H. Schrijvers (eds.), *Ancient Medicine in its Socio-cultural Context: Papers Read at the Congress Held at Leiden Univ.*, Amsterdam-Atlanta, Rodopi, 1995, vol. II, p. 569-585.
- RODRÍGUEZ ALFAGEME, Ignacio, «Terapéutica hipocrática en la comedia», in: Ivan Garofalo, Alessandro Lami, Daniela Manetti & Amneris Roselli (eds.), *Aspetti della terapia nel Corpus Hippocraticum, Atti del XI<sup>e</sup> Colloquio International Hippocratique. Pisa 25-29 settembre 1996*, Firenze, Leo S. Olschki Editore, 1999, p. 371-388.
- ROSELLI, Amneris, «Les cuisiniers-médecins dans la comédie moyenne», in: J. Leclant (ed.), *Colloque Le théâtre grec antique: La Comédie. Actes du 10<sup>ème</sup> colloque de la Villa Kérylos à Beaulieu-sur-Mer les 1<sup>er</sup> & 2 octobre 1999*, Paris, 2000, p. 155-169.
- SANCHIS LLOPIS, Jorge L., «Los pitagóricos en la Comedia Media: Parodia filosófica y comedia de tipos», *Habis*, 1995, 26, p. 67-82.
- SMITH, Wesley D., «The Development of Classical Dietetic Theory», in: M. D. Grmek & F. Robert (eds.), *Hippocratica. Actes du colloque hippocratique de Paris (4-9 septembre 1978)*, Paris, 1980, p. 439-448.
- SPENCER, Colin, *The Heretic's Feast. A History of Vegetarianism*, London, Fourth State Limited, 1993, chap. 2: «Pythagoras and his Inheritance», p. 33-68.
- THIVEL, Antoine, «L'évolution du sens de *DIAITA*», in: Juan Antonio López Férrez (ed.), *La lengua científica griega: orígenes, desarrollo e influencia en las lenguas modernas europeas*, vol. I, Madrid, Ediciones Clásicas, 2000, p. 25-37.
- VOLPE CACCIATORE, Paola, «El régimen según Galeno», in: Aurelio Pérez Jiménez - Gonzalo Cruz Andreotti (eds.), *Dieta mediterránea. Comida y hábitos alimenticios en las culturas mediterráneas*, Madrid, Ediciones Clásicas (*Mediterranea*. Serie monográfica de estudios sobre el Mediterráneo antiguo, vol. 6), 2000, p. 91-101.