
L'ANIMAL DANS L'ALIMENTATION HUMAINE SELON GALIEN

Juan Antonio LOPÉZ FÉREZ*

1

La carrière du médecin Galien (vers 130 à 200 de notre ère) s'étend sur toute la seconde moitié du II^e siècle. Il est connu pour ses commentaires et interprétations des grands traités de la médecine grecque au premier rang desquels figurent les textes hippocratiques. Mais il se distingua surtout en tant que praticien et chercheur. Comme tel, il fit faire à la médecine de notables progrès. Bien que centrée sur ce domaine du savoir, son activité ne se limita cependant pas à lui seul. En fait, Galien a été un témoin exceptionnel de la science de son temps, à la fois en raison de ses vastes connaissances et de la diversité des pays où il exerça son activité. Né à Pergame, il fit ses études notamment à Alexandrie et pratiqua son art dans sa ville natale avant de s'installer, pour plusieurs années, à Rome.

Ces circonstances lui permirent de s'initier aux principaux courants scientifiques de l'époque et de devenir lui-même un éminent spécialiste qui s'inscrit dans la ligne tracée par Hippocrate et par Aristote avec ses grands traités biologiques.

2

En vue de réunir les informations propres à appuyer les thèses qu'il entendait développer, Galien s'intéressa à de nombreux problèmes qui touchent à la biologie humaine autant qu'aux sciences naturelles. L'alimentation est de ceux-là. Fondement de la santé et indicateur significatif quand il s'agit de diagnostiquer une maladie, l'alimentation constitue un thème essentiel dans l'œuvre galénique où elle reçoit un sens très large. Par aliment, Galien entend en effet tout ce qui nourrit et réchauffe le corps.

Loin de restreindre la nourriture à ce qui est élevé et préparé dans ce but, il considère comme aliment les liquides physiologiques qui circulent dans les veines et les matières qui se trouvent dans l'estomac : elles sont le principe même de la vie (XV : 268-270)¹. Dans l'ensemble des aliments que l'homme absorbe, les produits d'origine animale occupent une place importante. Galien qui distingue, suivant en cela Aristote, animaux terrestres — mammifères et oiseaux — et animaux aquatiques, définit l'animal comme un être animé, doué de sens, capable de se déplacer au gré de sa volonté (XIX : 355). Son attention, en ce qui concerne l'alimentation, se porte d'abord sur les différentes parties de l'animal que l'homme peut utiliser. Il en précise les propriétés respectives.

3

L'intestin, l'estomac et la matrice sont durs et difficiles à digérer; ils sont, en outre, moins nourrissants et moins savoureux. Car ils possèdent moins de suc nutritif (*εὔχυμα*) (VII : 787). Ce terme, qui nécessiterait une étude approfondie, est essentiel pour comprendre la pensée galénique en matière de régime alimentaire. Selon Galien, le corps humain contient quatre humeurs principales (*χυμοί*) : la bile jaune, la bile noire, le sang et le flegme. Mais le mot *χυμός* ne fait pas seulement référence aux sécrétions du corps humain. Il désigne aussi les sucs que certains aliments produisent

* UNED (Universidad Nacional de Educación a Distancia), SP-28040 Madrid.

¹ Toutes les références dans le texte sont empruntées à l'édition des œuvres complètes de Galien, procurée par C.G. KÜHN, Leipzig, 1821-1833 (Reprod. anast., Hildesheim, G. Olms, 1964-1965). Les chiffres romains renvoient au volume, les chiffres arabes aux pages.

lorsqu'ils sont assimilés par l'organisme de l'homme. Il résulte de ceci un critère de choix simple et naturel. Les meilleurs aliments sont ceux qui produisent le suc ou humeur qui correspond le mieux au corps humain en général et qui s'avère particulièrement approprié à chaque individu, compte tenu de la conformation propre de celui-ci. Parmi les aliments d'origine animale, les meilleurs sont donc ceux qui développent en nous des sucs ou humeurs très semblables aux nôtres, en même temps qu'ils sont faciles à digérer et à assimiler et qu'ils entraînent des déchets abondants, eux-mêmes proportionnés à la quantité de nourriture ingérée.

4

Passant en revue les différentes parties des animaux, Galien constate, en fonction de ce critère général, que la queue des animaux est assez dure, mais qu'elle ne produit pas suffisamment de déchets du fait de son mouvement continu (VII : 788). Quant à l'estomac des oiseaux, il convient de le distinguer de celui des mammifères. Il est en effet gras et épais, difficile donc à digérer, mais il s'avère très nourrissant pourvu qu'il soit cuit convenablement. Le meilleur est celui de la poule et de l'oie quoique les autres parties de cette dernière soient dures et difficiles à digérer. Les cartilages des oreilles (*χόνδροι*) n'ont qu'une peau mince et sèche. Leur valeur nutritive est médiocre, ils se digèrent mal.

Certains hommes ont aussi, indique encore Galien qui saisit, avec cette remarque, l'occasion de fournir une longue digression sur l'anatomie de l'œil, l'habitude de manger les yeux des animaux, notamment ceux des porcs dont les muscles oculaires sont faciles à digérer (VII : 789). Quant aux pattes — notamment celles de porc et plus encore celles de porcelet —, museau et oreilles, ils étaient aussi, après cuisson, apprêtés avec divers assaisonnements : huile, ail, vin; ail, vinaigre, moutarde (VI : 669-671).

Parmi les abats et viscères, Galien souligne que le foie est, chez tous les animaux, riche d'un suc épais (*παχύχυμος*) difficile à digérer et à assimiler. Il est cependant le meilleur des viscères en raison de sa saveur et de sa valeur nutritive, encore accrues lorsque l'animal a été engraisé avec des figes sèches. On parle alors de "foie de figes" (VI : 679-680). Le poumon est plus facile à digérer et à assimiler. Pourvu qu'il soit bien cuit, il offre un aliment savoureux et nutritif, inférieur cependant au foie (VI : 678). La langue des mammifères est plus poreuse et vascularisée que leur chair proprement dite (VI : 672). Quant au cœur, il est fibreux et dur, difficile à digérer et à assimiler (VI : 672).

En vertu d'une longue tradition, le sang de certains mammifères est aussi utilisé dans l'alimentation : le sang de chèvre était, dès les temps homériques, fort apprécié (VI : 699). Lorsqu'il est épais et mélancolique, comme celui du bœuf, il est difficile à digérer. Le plus apprécié est celui du lièvre, dans lequel on fait cuire le foie et d'autres viscères de l'animal. On mange encore le sang des porcelets et celui des porcs adultes, pourvu qu'ils aient été castrés.

5

En ce qui concerne la viande, Galien observe qu'elle n'a pas, dans tous les cas, des propriétés identiques. Celles-ci résultent de la nature de l'animal qui est, à chaque fois, concerné et de la manière dont il a été lui-même nourri. Comme le régime des animaux varie selon les saisons, la qualité de la viande fluctue, elle aussi. Ainsi, les renardes qui mangent, en automne, beaucoup de raisins, donnent alors une chair particulièrement savoureuse (XV : 882). Les herbivores sont meilleurs à manger lorsque les végétaux dont ils se nourrissent abondent. La viande des bovins est supérieure en hiver et au début du printemps, quand ils sont bien gras et ont de meilleurs sucs (VI : 665). Tous les animaux ne sont pas également bons à consommer. En général, la chair des jeunes bêtes — porcelets, veaux — est plus nourrissante (VI : 704). Mais selon qu'elle provient d'animaux chauds, froids ou secs, elle chauffe, rafraîchit ou dessèche celui qui la mange. La viande de lion est plus chaude que celle du chien, celle du chien l'est davantage que celle du taureau, laquelle l'emporte sur celle du bœuf. De même, la viande de brebis est plus sèche que celle du porc, la viande de chèvre l'est davantage que celle des brebis, la viande de bœuf plus que celle de la chèvre, la viande de lion plus que celle du bœuf (XII : 320). Leurs vertus varient en outre d'après la manière dont elles sont cuites et assaisonnées (VI : 667-668).

Galien recommande nettement la viande de porc, à condition que l'animal ne soit ni trop jeune ni trop vieux (XV : 882-883), la chair du porc castré étant particulièrement agréable et nourrissante

(VI : 676), car chez l'animal entier, les testicules modifient et, le plus souvent, altèrent la saveur de la viande qu'elles rendent, en vertu de la loi d'analogie, lourde et malodorante (IV : 573). Toutefois, la viande de porcelet, étant plus humide et froide, s'assimile trop rapidement et est donc moins nourrissante (XVII : 131). En raison de sa haute valeur nutritive, la viande de porc est essentielle dans le régime des adultes (XIX : 686), moins dans celui des vieillards (VI : 339). Elle est indispensable aux athlètes qui mangent notamment du porcelet avec des petits pains d'une composition spécialement enrichie à leur intention (VI : 488). Aucun autre aliment ne peut la remplacer (VI : 661). Les qualités de la viande de porc tiennent aussi, selon Galien, au fait qu'elle est, de toutes les viandes, la plus semblable à la chair humaine dont elle ne se distingue ni par la saveur ni par l'odeur. Des aubergistes infâmes et d'autres restaurateurs aussi criminels ont pu ainsi tromper leurs hôtes en leur servant, pour du porc, de la chair humaine (VI : 663).

On retrouve, dans l'éloge de la viande de porc, une nouvelle application de la loi d'analogie. Déjà formulée par Démocrite², elle conduit Galien à admettre que, dans le régime alimentaire aussi, ce qui se ressemble s'assemble. L'organisme humain tire donc sa subsistance de la viande de porc d'autant mieux et plus facilement que celle-ci présente tant d'affinités avec la chair humaine.

Après le porc, la viande de bœuf est celle que Galien met le plus en valeur : elle possède le meilleur suc, est des plus nourrissantes et fournit le plus d'énergie (*δυναμικώτατον*). Elle peut certes être grasse, visqueuse et, par conséquent, moins facile à digérer (*εὐδιαφώρητον*). Elle produit alors dans le corps de celui qui la mange, un sang plus épais qu'il ne convient, au point d'obstruer le foie et les reins (XIX : 686). Aussi, une personne de tempérament mélancolique qui en abuserait risque-t-elle d'être atteinte de quelque affection mélancolique (lèpre, cancer, éléphantiasis, etc.). Il convient donc de tenir compte des antécédents du sujet auquel on prescrit un régime et aussi de son âge. Galien, suivant cette fois le principe des contraires, recommande aux adolescents, qui sont plus humides, la viande de vache, parce qu'elle est plus sèche (VI : 661), aux jeunes adultes la viande de porc, aux hommes faits, qui sont plus secs (XVII : 131), des viandes humides comme celle du porc (XIX : 686).

La viande de brebis qui produit des déchets abondants et un suc mauvais (XVII : 131), est déconseillée aux vieillards, bonne au contraire pour les jeunes gens. Celle du mouton est humide et visqueuse (VI : 340).

La viande de chèvre est médiocre. Elle peut être, comme il arrive aussi avec la viande de vache, difficile à digérer (XV : 880). Mais elle est surtout plus flatulente, provoque des éructations, son suc est mauvais. Quand elle est amère et chaude, elle risque de provoquer, même après cuisson, le choléra. Il vaut donc mieux la manger froide. Elle est surtout consommée en été quand les chèvres se nourrissent de pousses d'arbres et d'autres végétaux (XV : 880; cf. VI : 555).

Les autres quadrupèdes, domestiques ou sauvages, n'ont, pour l'alimentation humaine, qu'une importance secondaire. La viande de cerf produit un suc désagréable et difficile à digérer (VI : 664). Elle est dure et mélancolique. Mieux vaut l'éviter (XIX : 686). La chair de lion est assez riche et chaude (I : 255). Certains la mangent de même que celle de la panthère, en les cuisant ensemble ou séparément (VI : 664). Galien précise encore que les Alexandrins, en cas de pénurie, mangeaient la viande de l'âne et du chameau (VI : 486). Il note cependant que la viande qui provient d'un vieil âne domestique a une odeur désagréable, est difficile à digérer et risque même d'endommager l'estomac (VI : 664).

Quant à la chair du chien, du lièvre et du sanglier, comme toute viande salée, elle produit un sang mélancolique (VIII : 183).

La chair des oiseaux, surtout celle de perdrix, de francolin, de pigeon, de poule et de coq, est facile à digérer. A l'inverse, celle de la grive et du moineau est dure, moins cependant que celle de la tourterelle et du canard. Le paon a la chair très dure, fibreuse et difficile à cuire (VI : 701).

Enfin, la chair de vipère réchauffe et dessèche le corps lorsqu'elle est préparée, comme celle de l'anguille, avec de l'huile, du sel, de l'aneth et du poireau. Elle sert aussi à purifier le corps à travers la peau (XII : 311).

² DÉMOCRITE, B 164 édit. par H. DIELS et W. KRANS, *Die Fragmente der Vorsokratiker*, Berlin, Weidmann édit., 1966¹².

6

Les ressources de la mer et des fleuves sont longuement analysées par Galien qui livre à leur sujet de nombreuses remarques et observations d'une grande exactitude. Il note ainsi que les poissons qui vivent dans l'estuaire des fleuves ont une double saveur, celle des poissons d'eau douce et celle des poissons de mer. Comme il le fait pour les viandes, il classe des poissons d'après les qualités et les propriétés de leur chair. Après avoir indiqué que les poissons de haute mer sont préférés à ceux qui proviennent de la Mer noire (VI : 711), il détaille les poissons à chair dure tels le rouget, la scorpène, le pagre, etc., difficiles à digérer et produisant un suc très gras. Le thon — celui de Sardaigne et d'Espagne étant supérieur à celui de la Mer noire —, le dauphin, la baleine et le phoque entrent aussi dans cette catégorie. Ils reçoivent, après avoir été salés, divers accommodements : en sauce comme le thon (VI : 726-728), à la moutarde, à l'huile et au vinaigre comme le dauphin, la baleine ou le phoque. Les grands thons, à la différence des torpilles et des pastenagues sont peu savoureux. A moins d'avoir été très bien cuite, leur chair accumule dans les veines de ceux qui les mangent une humeur indigeste (VI : 737-738). Le merlu, la murène, la perche, le scare, etc., ont la chair molle et conviennent mal pour la salaison (VI : 720).

Galien souligne avec insistance l'action du milieu dans lequel vivent les poissons sur la qualité de leur chair. Ceux qui habitent les eaux limpides sont les meilleurs, ils se conservent aussi le mieux après avoir été pêchés, surtout quand on les recouvre de neige (VI : 795-796). En revanche, les poissons qui séjournent dans les zones où s'écoulent les égoûts, comme, à Rome, ceux du Tibre, sont particulièrement mauvais, alors que les mêmes espèces pêchées en eau claire ont une saveur agréable (VI : 722). Dans le cas de certains poissons d'eau douce, leur saveur permet même de déterminer de quoi ils se sont nourris (VI : 796).

Les oursins sont assaisonnés au vin, au miel, à l'ail. Ils peuvent être cuits dans des pots de terre avec des œufs, du poivre et du miel. Ils sont cependant peu nourrissants en raison du fait que leur chair soit fluidifiée, soit épaissit les humeurs du corps humain (VI : 738). Anguilles et huîtres, qui sont riches en sucs épais, doivent être déconseillées aux personnes âgées (VI : 340).

7

Dans son inventaire des produits d'origine animale qui servent à nourrir l'homme, Galien ne néglige pas d'examiner les propriétés générales et les qualités thérapeutiques du lait, des fromages et des œufs, selon la nature des animaux qui les procurent et la manière dont ils sont apprêtés. Mais c'est là un aspect secondaire par rapport à celui de la consommation de la chair des animaux proprement dite. Il ne sera donc pas détaillé ici.

Au total, c'est une véritable diététique que nous donne Galien, fondée sur trois critères fondamentaux : la valeur nutritive, le taux de digestibilité, le volume de l'élimination. Par là, il nous éclaire sur les habitudes alimentaires au II^e siècle de notre ère dans les différents milieux qu'il a fréquentés. L'œuvre du médecin rejoint ainsi celle de l'anthropologue et nous vaut un témoignage essentiel, qui est encore loin d'être entièrement étudié, pour la connaissance des conditions de vie au début de notre ère dans l'Empire romain.