

BYZANTINA ŁODZIENSIA

XVI

Maciej Kokoszko
Krzysztof Jagusiak
Zofia Rzeźnicka

**Dietetyka i sztuka
kulinarna antyku
i wczesnego Bizancjum
(II–VII w.)**

**część I
Zboża i produkty zbożowe
w źródłach medycznych antyku
i wczesnego Bizancjum (II–VII w.)**

Maciej Kokoszko, Krzysztof Jagusiak, Zofia Rzeźnicka

**Dietetyka i sztuka kulinarna antyku
i wczesnego Bizancjum
(II–VII w.)**

część I

**Zboża i produkty zbożowe
w źródłach medycznych antyku
i wczesnego Bizancjum
(II–VII w.)**



[Kup książkę](#)

BYZANTINA LODZIENSIA

seria wydawnicza Katedry Historii Bizancjum UŁ



założona przez

Profesora Waldemara Cerana

w

1997 r.

Nº XVI

[Kup książkę](#)

BYZANTINA LÓDZIENSIA
XVI

Maciej Kokoszko, Krzysztof Jagusiak
Zofia Rzeźnicka

**Dietetyka i sztuka kulinarna
antyku i wczesnego Bizancjum
(II–VII w.)**

część I

**Zboża i produkty zbożowe w źródłach
medycznych antyku i wczesnego Bizancjum
(II–VII w.)**

 WYDAWNICTWO
UNIWERSYTETU
ŁÓDZKIEGO

[Kup książkę](#)

BYZANTINA ŁODZIENSIA

seria wydawnicza Katedry Historii Bizancjum UŁ

Nº XVI

KOMITET REDAKCYJNY

Mirosław J. Leszka – przewodniczący
Sławomir Bralewski
Maciej Kokoszko
Teresa Wolińska
Andrzej Kompa – sekretarz

RECENZENT

dr hab. Piotr Kochanek, prof. KUL

ADIUSTACJA I KOREKTA

Andrzej Kompa, Mirosław J. Leszka

SKŁAD I ŁAMANIE

AGENT PR

ADRES REDAKCJI

Katedra Historii Bizancjum UŁ
ul. A. Kamińskiego 27a
90-219 Łódź, Polska
bizancjum@uni.lodz.pl
www.bizancjum.uni.lodz

OKŁADKĘ I SKŁAD PROJEKTOWAŁ

Sebastian Buzar

Fotografie na okładce © Małgorzata Kowzan

Projekt został sfinansowany ze środków Narodowego Centrum Nauki przyznanych na podstawie decyzji
numer DEC-2011/01/B/HS3/01020



Uniwersytet
ŁÓDZKI

© Copyright by Uniwersytet Łódzki, Łódź 2014. Wydane przez Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego

Wydanie I • Drukowano na papierze Stella Press 65 g dostarczonym przez Zing Sp. z o.o.
Zam. nr W.06731.14.o.K • Printed in Poland • ISBN 978-83-7969-446-4, ISBN (ebook) 978-83-7969-780-9

Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego • 90-131 Łódź, ul. W. Lindleya 8
www.wydawnictwo.uni.lodz.pl • księgarnia@uni.lodz.pl • tel. (42) 665 58 63, fax (42) 665 58 62

Kup książkę

Spis treści



Cele badawcze pracy <i>Maciej Kokoszko</i>	I
---	----------

Wstęp. Wiedza o pokarmach w źródłach medycznych. Dietetyka, farmakologia i sztuka kulinarna <i>Maciej Kokoszko, Krzysztof Jagusiak, Zofia Rzeźnicka</i>	5
--	----------

R O Z D Z I A Ł I

Pszenice antyku i Bizancjum <i>Maciej Kokoszko, Krzysztof Jagusiak</i> ...	27
---	-----------

1. Krótka historia pszenicy <i>Krzysztof Jagusiak</i>	27
2. Pszenica zwyczajna i pszenica twarda (<i>pyrós</i>)	45
2.1. Miejsce pszenicy <i>pyrós</i> w diecie (II–VII w.) <i>Maciej Kokoszko, Krzysztof Jagusiak</i>	45
2.2. Pszenica. Ocena dietetyczna <i>Krzysztof Jagusiak</i>	56
2.3. Pszenica. Dane kulinarne <i>Maciej Kokoszko</i>	117
2.4. Rola pszenicy zwyczajnej i twardej w procedurach medycznych <i>Krzysztof Jagusiak</i>	188
3. Pszenica samopsza (<i>ῥιφέ</i>)	243
3.1. Pszenica samopsza. Rola w diecie w okresie pomiędzy II a VII w. <i>Maciej Kokoszko</i>	243

3.2. Pszenica samopsza. Ocena dietetyczna <i>Maciej Kokoszko</i>	246
3.3. Pszenica samopsza. Dane kulinarne <i>Krzysztof Jagusiak</i>	258
3.4. Rola pszenicy samopszy w procedurach medycznych <i>Maciej Kokoszko</i> , <i>Krzysztof Jagusiak</i>	263
4. Pszenica płaskurka (<i>dzeia</i>)	266
4.1. Rola pszenicy płaskurki w diecie pomiędzy II a VII w. <i>Maciej Kokoszko</i> . . .	266
4.2. Pszenica płaskurka. Ocena dietetyczna <i>Krzysztof Jagusiak</i>	274
4.3. Pszenica płaskurka. Dane kulinarne <i>Maciej Kokoszko</i> , <i>Krzysztof Jagusiak</i> . . .	279
4.4. Rola pszenicy płaskurki w procedurach medycznych <i>Maciej Kokoszko</i> . . .	286
5. Orkisz (<i>ólyra</i>)	292
5.1. Rola orkisz w diecie pomiędzy II a VII w. <i>Krzysztof Jagusiak</i>	292
5.2. Orkisz. Ocena dietetyczna <i>Maciej Kokoszko</i>	298
5.3. Orkisz. Dane kulinarne <i>Krzysztof Jagusiak</i>	304
5.4. Rola orkisz w procedurach medycznych <i>Krzysztof Jagusiak</i>	309

R o z d z i a ł II

Jęczmień <i>Maciej Kokoszko, Krzysztof Jagusiak, Zofia Rzeźnicka</i>	311
1. Krótka historia jęczmienia <i>Krzysztof Jagusiak</i>	311
2. Rola jęczmienia w diecie (II–VII w.) <i>Maciej Kokoszko, Zofia Rzeźnicka</i>	328
3. Jęczmień. Ocena dietetyczna <i>Krzysztof Jagusiak</i>	338
4. Jęczmień. Dane kulinarne <i>Maciej Kokoszko, Zofia Rzeźnicka</i>	366
5. Rola jęczmienia w procedurach medycznych <i>Krzysztof Jagusiak</i> , <i>Zofia Rzeźnicka</i>	403

R o z d z i a ł III

Proso i włośnica ber <i>Maciej Kokoszko, Krzysztof Jagusiak, Zofia Rzeźnicka</i>	439
1. Krótka historia proso i włośnicy ber <i>Krzysztof Jagusiak</i>	439

2.	Proso i włośnica ber. Ocena dietetyczna <i>Maciej Kokoszko</i>	448
3.	Proso i włośnica ber. Dane kulinarne <i>Maciej Kokoszko, Krzysztof Jagusiak, Zofia Rzeźnicka</i>	459
4.	Rola prosa i włośnicy ber w procedurach medycznych <i>Zofia Rzeźnicka</i>	470

R o z d z i a ł IV

Owies <i>Maciej Kokoszko, Krzysztof Jagusiak, Zofia Rzeźnicka</i>	485
--	-----

1.	Krótką historia owsa <i>Krzysztof Jagusiak</i>	485
2.	Owies. Ocena dietetyczna <i>Maciej Kokoszko, Krzysztof Jagusiak, Zofia Rzeźnicka</i>	495
3.	Owies. Dane kulinarne <i>Zofia Rzeźnicka</i>	502
4.	Rola owsa w procedurach medycznych <i>Maciej Kokoszko</i>	511

R o z d z i a ł V

Ryż <i>Maciej Kokoszko, Krzysztof Jagusiak, Zofia Rzeźnicka</i>	515
--	-----

1.	Krótką historia ryżu <i>Krzysztof Jagusiak</i>	515
2.	Ryż. Ocena dietetyczna <i>Maciej Kokoszko</i>	524
3.	Ryż. Dane kulinarne <i>Maciej Kokoszko, Zofia Rzeźnicka</i>	531
4.	Rola ryżu w procedurach medycznych <i>Maciej Kokoszko, Krzysztof Jagusiak, Zofia Rzeźnicka</i>	537

R o z d z i a ł VI

Żyto <i>Maciej Kokoszko, Krzysztof Jagusiak, Zofia Rzeźnicka</i>	551
---	-----

1.	Żyto. Wiadomości ogólne	551
2.	Właściwości dietetyczne oraz zastosowania medyczne i kulinarne żyta	553

Wnioski końcowe <i>Maciej Kokoszko, Krzysztof Jagusiak, Zofia Rzeźnicka</i>	557
Słowniczek prozopograficzny	569
Słowniczek terminów greckich	591
Wykaz skrótów	605
Bibliografia	609
Źródła	609
Opracowania	618
Summary	643
Indeks osób	657
Indeks nazw geograficznych i etnicznych	665



MACIEJ KOKOSZKO

Cele badawcze pracy



Zadaniem niniejszej książki jest analiza ewolucji doktryn dietetycznych i ocena wartości źródeł medycznych dla historyka jedzenia, a w ostatecznym efekcie zbadanie jednej z grup pokarmowych decydujących o wyżywieniu społeczeństw okresu antyku i wczesnego Bizancjum, a mianowicie zbóż. Przystępując do pracy, mieliśmy już w tej kwestii nieco doświadczenia, gdyż od szeregu lat, czy to razem¹, czy też osobno², zgłębialiśmy różne aspekty historii kulinariów starożytności i epoki wczesnobizantyńskiej.

¹ K. Jagusiak, M. Kokoszko, Z. Rzeźnicka, *Delicacies from the sea. A selection of data on the genus Thunnus from medical and other sources*, FAH 24, 2011, s. 33–38; M. Kokoszko, K. Jagusiak, *Zboża Bizancjum. Kilka uwag na temat roli produktów zbożowych na podstawie źródeł greckich*, ZW 17, 2012, s. 19–38; M. Kokoszko, Z. Rzeźnicka, K. Jagusiak, *Health and culinary art in Antiquity and early Byzantium in the light of De re coquinaria*, SCer 2, 2012, s. 145–164; i idem, *Ryż jako pokarm i medykament w antycznej i bizantyńskiej literaturze medycznej*, PNH 12.1, 2013, s. 5–38; i idem, *Kilka słów o zupie zwanej ptisane (πιτσίνα)*, ZW 18, 2013, s. 282–292; i idem, *Rice as a foodstuff in ancient and Byzantine materia medica*, SCer 3, 2013, s. 47–68; i idem, *Oats in ancient and Byzantine „Materia Medica” (5th century BC – 11th century AD; A commentary on the popularity of oats as a foodstuff)*, Pbg 37.4, 2013, s. 21–42 etc.

² Wystarczy nieco przykładów – M. Kokoszko, *Ryby i ich znaczenie w życiu codziennym ludzi późnego antyku i wczesnego Bizancjum (III–VII w.)*, Łódź 2005; i idem, *Medycyna bizantyńska na temat aiora (αἰώρα), czyli kilka słów o jednej z procedur terapeutycznych zastosowanych w kuracji cesarza Aleksego I Komnena (na podstawie pism medycznych Galena, Orybazyusza, Aecjusza z Amidy i Pawła z Eginny, [in:] Cesarstwo bizantyńskie. Dzieje, religia, kultura. Studia ofiarowane Profesorowi Waldemarowi Ceranowi przez uczniów na 70-lecie Jego urodzin, red. P. Krupczyński,*

Aby zrealizować wyznaczony cel, zbadaliśmy wyselekcjonowane źródła greckie z okresu od II do VII w., a dokładniej, od momentu skanowania wiedzy dietetycznej przez Galena do czasu skomponowania encyklopedii medycznej przez Pawła z Eginy oraz powstania anonimowego traktatu *De cibis* (*O pokarmach*).

We wskazanych ramach czasowych powstał bowiem szereg prac, które, wzorując się na założeniach szkoły Hipokratesa, zawierają spójny wykład na temat roli jedzenia w utrzymaniu i przywracaniu zdrowia ludzkiego, a zatem dają możliwość prześledzenia diety w interesującym nas okresie. Wszystkie te dzieła wspólnie stanowią także reprezentatywną próbkę dorobku dietetyki i farmakologii greckiej, która, w naszym mniemaniu, pozwala na osiągnięcie w miarę pewnych rezultatów, przynajmniej w zakresie diety leczniczej. Nadto, poszczególni autorzy w swoich opisach procedur terapeutycznych zwykle rekomendowali stosowanie produktów spożywczych, czyniąc przy tym niekiedy uwagi dotyczące zastosowanych technologii gastronomicznych i wplatając w narrację sugestie dotyczące konsumentów, toteż dane te umożliwiają nam zarysowanie ogólnych tendencji żywieniowych w badanym okresie. Co więcej,

M.J. Leszka, Łask-Łódź 2006, s. 87–111; idem, *Sosy w kuchni greckiej. Garum (γάρος) i pochodne*, VP 26, 2006, p. 289–298; idem, *Some technical terms from Greek cuisine in classical and Byzantine literature*, E 95, 2008, s. 269–283; idem, *Fish as a food source in Greek dietetics. An overview of late antique and early Byzantine doctrines*, [in:] *Fishes – culture – environment through archeoichthyology, ethnography and history. The 15th meeting of the ICAZ fish remains working group (FRWG). September 3–9, 2009 in Poznań and Toruń, Poland*, ed. D. Makowiecki, S. Hamilton-Dyer, I. Riddler, N. Trzaska-Nartowski, M. Makohonienko, Poznań 2009, s. 122–125; idem, *What was administered to Christ on the cross. A few words on the alimentary and therapeutic role of vinegar*, [in:] *Biblia Slavorum Apocryphorum. II. Novum Testamentum*, red. G. Minczew, M. Skowronek, I. Petrov, Łódź 2009, s. 42–54; idem, *Smaki Konstantynopola*, [in:] *Konstantynopol – Nowy Rzym. Miasto i ludzie w okresie wczesnobizantyńskim*, red. M.J. Leszka, T. Wolińska, Warszawa 2011, s. 471–575; M. Kokoszko, K. Gibel-Buszevska, *The term kandaulos / kandylos in the Lexicon of Photius and the Commentarii ad Homeri Iliadem of Eustathius of Thessalonica*, BZ 104, 2011, s. 125–146; idem, *Photius and Eustathius of Thessalonica on Greek cuisine intricacies, or a few words on abyrtake (ἀβύρταξη)*, Bsl 69, 2011, s. 114–123 etc.

traktaty medyczne stanowią obszerny materiał dla ustalenia terminologii dietetycznej i kulinarnej, a zatem również do sprecyzowania znaczenia pojęć używanych zarówno w medycynie, jak i w sztuce przygotowywania pokarmów.

Zasadnicze badania oparliśmy przede wszystkim na nader bogatej spuściźnie Galena, dalej – na równie dobrze zachowanej myśli Orybazyusza, encyklopedii medycznej Aecjusza z Amidy, krótkiej, ale treściwej rozprawie Antyma, dorobku Aleksandra z Tralles, Pawła z Eginy, a w końcu anonimowego autora *O pokarmach*. Jako materiału pomocniczego używaliśmy również wybranych traktatów zawartych w *Corpus Hippocraticum*, dzieł Dioskurydesa oraz Atenajosa z Naukratis, a w szczegółowych kwestiach także i innych źródeł kulinarnych, medycznych i leksykograficznych³.

Na koniec jedna uwaga. Ponieważ prace nad niniejszą książką prowadzone były zespołowo (choć poszczególne jej części tworzone były także przez indywidulanych autorów), postanowiliśmy zwracać się do naszych Czytelników w pierwszej osobie liczby mnogiej, by jeszcze silniej podkreślić, iż traktujemy wyniki naszych badań jako efekt wspólnych wysiłków.



³ Odnośnie do chronologii wymienionych autorów zob. Wstęp i Słowniczek prozopograficzny.

MACIEJ KOKOSZKO, KRZYSZTOF JAGUSIAK
ZOFIA RZEŹNICKA

Wstęp

Wiedza o pokarmach w źródłach medycznych Dietetyka, farmakologia i sztuka kulinarna



Greckie słowo *diaita*, którego polskim odpowiednikiem jest wyraz ‘dieta’ tłumaczy się jako tryb, czy też może sposób życia¹. Antyczni Hellenowie rozumieli je więc w szerszym znaczeniu niż my dzisiaj, nie zawężając jego zakresu semantycznego jedynie do właściwego danej jednostce sposobu odżywiania. Dla starożytnych oznaczało ono bowiem nie tylko odpowiednią ilość i jakość spożywanych pokarmów, ale i dostosowanych do tego głodówek, wymiotów i wypróżnień, a ponadto

¹ *Słownik grecko-polski*, red. Z. Abramowiczówna, t. I, Warszawa 1958, s. 529. Por. *A Greek-English lexicon*, ed. H.G. Liddell, R. Scott, Oxford 1996, s. 356; E. Craik, *Hippocratic diaita*, [in:] *Food in antiquity*, ed. J. Wilkins, D. Harvey, M. Dobson, Exeter 1999, s. 343–350; J. Jouanna, *Greek medicine from Hippocrates to Galen*, Leiden–Boston 2012, s. 137–141.

odnosiło się do różnych rodzajów aktywności wykonywanych przez jednostkę (a więc i ćwiczeń fizycznych²), masaży, spacerów, okładów etc.³, czyli, zgodnie z tłumaczeniem polskim zaczerpniętym ze słownika opracowanego pod redakcją Zofii Abramowiczówny, do całości trybu życia człowieka, i to zarówno w zdrowiu, jak i w chorobie. Wypada jednak zaznaczyć, że rola pokarmu była w tej koncepcji wystarczająco prominentna, by niejako usprawiedliwiać uproszczenie, jakie stało się podstawą współczesnego znaczenia rzeczownika dieta.

Fundamenty wiedzy medycznej w zakresie oddziaływania pokarmu na człowieka, która później posłużyła za podstawę stosowanej na co dzień praktyki terapeutycznej starożytności i Bizancjum, położył wedle tradycji grecki lekarz Hipokrates z Kos (ok. 460 – ok. 370 p.n.e.). Jak wyłożył to twórca jednego z traktatów wchodzących do tak zwanego *Corpus Hippocraticum*, a mianowicie autor dzieła *De alimento* (*O pożywieniu*), w szkole Hipokratesa promowano założenie mówiące, że każdy rodzaj pokarmu pełni jednocześnie rolę pożywienia (*τροφή*) i medykamentu (*φάρμακον/fármakon*)⁴. Skutkiem tego poglądu było

² W ten sposób aktywność fizyczna sama stawała się środkiem terapeutycznym. Przykładem tego typu koncepcji są rozważania dietetyki na temat roli *aiora*. Por. M. K o k o s z k o, *Medycyna bizantyńska na temat aiora (αἰώρα)*, czyli kilka słów o jednej z procedur terapeutycznych zastosowanych w kuracji cesarza Aleksego I Komnena (na podstawie pism medycznych Galena, Orybazjusza, Aecjusza z Amidy i Pawła z Eginy, [in:] *Cesarstwo bizantyńskie. Dzieje, religia, kultura. Studia ofiarowane Profesorowi Waldemarowi Ceranowi przez uczniów na 70-lecie Jego urodzin*, red. P. K r u p c z y Ń s k i, M. J. L e s z k a, Łask–Łódź 2006, s. 87–111.

³ M. W e s o ł y, *Po co nam dziś Hipokrates?*, [in:] *Hipokrates, Wybór pism*, tłum. M. W e s o ł y, t. I, Warszawa 2008, s. 30.

⁴ *O pożywieniu*, 19, 1–2. System doktryn, który nazwać by można dietetyką hipokratejską, jest możliwy do odtworzenia na podstawie wielu traktatów wchodzących do *Corpus Hippocraticum*. Najważniejsze jednak spośród tej grupy są *O naturze człowieka* i *O sposobie życia*. Na temat najważniejszych koncepcji szkoły hipokratejskiej zob. V. N u t t o n, *Galen and the traveler's fare*, [in:] *Food in antiquity...*, s. 359–370; i d e m, *Ancient medicine*, London–New York 2007, s. 72–86, zwł. 77–85. Na temat ogólnej roli pokarmu w *Corpus Hippocraticum* – S. B y l, *L' alimentation dans le Corpus Hippocratique*, [in:] *Voeding en geneeskunde / Alimentation et médecine. Acten van het colloquium / Actes du colloque Brussel–Bruxelles 12.10.1990*, ed. R. J a n s e n - S i e b e n, F. D a e l m a n s, Brussel/Bruxelles 1993, p. 29–39. O farmakologii

postawienie znaku równości⁵ pomiędzy nauką o jedzeniu a nauką o lekach oraz uczynienie z pokarmu stałego obiektu fachowych deliberacji⁶, a z czasem wyniesienie pożywienia do pozycji zasadniczego punktu zainteresowania medycyny greckiej, a potem i rzymskiej⁷. Hipokrates zbliżył zatem wiedzę i praktykę lekarzy do pola zainteresowania i działalności specjalistów od sztuki kulinarnej⁸, czyniąc z medycyny swego rodzaju naukową podbudowę praktyki stosowanej przez mistrzów patelni⁹. Nie

w szkole Hipokratesa por. J. S c a r b o r o u g h, *Theoretical assumptions in Hippocratic pharmacology*, [in:] *Formes de pensée dans la collection hippocratique. Actes du IV^e Colloque International Hippocratique, Lausanne, September 1981*, éd. F. L a s s e r r e, P. M u d r y, Geneva 1983, s. 307–325.

⁵ Istniały także substancje lecznicze, które nie odżywiały. Takimi były mineralne substancje kopalne. Galen pisał o nich w *O właściwościach medykamentów niezłożonych* (208, 11 – 244, 16, vol. XII). Czynił tak zgodnie z wcześniejszą tradycją farmakologiczną, a działanie identycznych medykamentów roztrząsali potem jego następcy.

⁶ W *Corpus Hippocraticum* znajdujemy więc całe traktaty poświęcone jedzeniu i zdrowemu stylowi życia – C. G a r c i a G a u l, *Dieta hipocrática y prescripciones alimentarias de los pitagóricas*, [in:] *Dieta Mediterránea. Comidas y hábitos alimenticios en las culturas Mediterráneas*, ed. A. P é r e z J i m é n e z, G. C r u z A n d r e o t t i, Madrid 2000, s. 44–50; F. P u c c i D o n a t i, *Dieta, salute, calendari. Dal regime stagionale antico ai regimina mensium medievali: origine di un genere nella letteratura medica occidentale*, Spoleto 2007, s. 17–18; J. J o u a n n a, *Le régime dans la médecine hippocratique: définition, grands problèmes, prolongements*, [in:] *Colloque. Pratiques et discours alimentaires en Méditerranée de l'antiquité à la renaissance. Actes*, ed. J. L e c l a n t, A. V a u c h e z, M. S a r t r e, Paris 2008, s. 53–72.

⁷ Losy dietetyki do czasów Galena – K. B e r g o l d t, *Wellbeing. A cultural history of healthy living*, transl. J. D e w h u r s t, Cambridge–Malden Mass. 2008, s. 30–37, 41–46, 62–72.

⁸ J. J o u a n n a, *Greek medicine...*, s. 146–148 (wniosek wyciągnięty przez autora na podstawie fragmentów *O dawnej medycynie*).

⁹ M. W a l t h e r - A s t, *Ärzte und Gastronomie*, CIBA 29, 1936, s. 978–984. Niekiedy wskazuje się, że medycyna grecka wyewoluowała z praktyki kulinarnej – V. N u t t o n, *Ancient medicine...*, s. 96. Pierwszą osobą, która zwróciła uwagę na rolę jedzenia i aktywności fizycznej w utrzymaniu dobrego zdrowia by Herodykos z Selimbrii, który miał być jednym z mentorów samego Hipokratesa – C. G a r c i a G a u l, *Dieta hipocrática...*, s. 43; V. N u t t o n, *Ancient medicine...*, s. 96–97. Wedle innej tradycji rola jedzenia w profilaktyce została podkreślona wpięrow przez Pitagorasa – C. G a r c i a G a u l, *Dieta hipocrática...*, s. 43, 51–55 (dietetyczne

wchodząc tutaj w szczegóły zagadnienia, należy stwierdzić, że doktryna Hipokratesa przyjęła się stosunkowo powszechnie¹⁰, a następnie odegrała kluczową rolę w rozwoju teorii medycznej.

W kilka wieków po Hipokratesie, Galen (ok. 130 – ok. 210)¹¹, kolejny wybitny medyk starożytności, przejął doktryny wielkiego i już wtedy legendarnego poprzednika¹², a zastosowawszy je w praktyce lekarskiej, rozwinął do postaci nowego, nawet jeszcze bardziej spójnego i pogłębio- nego teoretycznie systemu¹³. Wśród wielu dzieł, które dotyczą różnego typu pokarmów, nieocenione znaczenie dla badań nad kuchnią i terapeutyką¹⁴ okresu, którym się interesujemy, ma dzieło Galena, cytowane najczęściej pod jego łacińskim tytułem *De alimentorum facultatibus*

zakazy); L.M.V. Totelin, *Hippocratic recipes. Oral and written transmission of pharmacological knowledge in fifth- and fourth-century Greece*, Leiden–Boston 2009, s. 82. James Longrigg (*Greek medicine from the heroic to the Hellenistic age. A source book*, London 1998, s. 146–148) dokonał wyboru tekstów wskazujących na jedną bądź drugą opcję.

¹⁰ Na temat historii teorii Hipokratesa por. L. Edelstein, *The dietetics of antiquity*, [in:] *Ancient medicine. Selected papers of Ludwig Edelstein*, ed. O. Temkin, C.L. Temkin, transl. C.L. Temkin, Baltimore 1967, s. 303–316, zwłaszcza 303. Por. O. Temkin, *Geschichte des Hippokratismus in ausgehenden Altertum*, Leipzig 1932, *passim*; O. Temkin, *Hippocrates in a world of pagans and Christians*, Baltimore 1991, s. 18–46.

¹¹ Na temat życia i działalności Galena powstało wiele prac, zob. np. L. Thorndike, *Galen. The man and his times*, ScM 14.1, 1922, s. 83–93; G. Sarton, *Galen of Pergamon*, Lawrence 1954; V. Nutton, *Ancient medicine...*, s. 222–235; R.J. Hankinson, *The man and his work*, [in:] *The Cambridge companion to Galen*, ed. R.J. Hankinson, Cambridge 2008, s. 1–33.

¹² Na cytowane powyżej stwierdzenie Hipokratesa powołuje się także sam Galen – *O właściwościach pokarmów*, 467, 15–16, vol. VI. Na temat głównych założeń galenizmu – V. Nutton, *Ancient medicine...*, s. 230–247, zwłaszcza 240–244.

¹³ Por. A. Bednarczyk, *Galen. Główne kategorie systemu filozoficzno-lekarskiego*, Warszawa 1995, *passim*, zwłaszcza s. 49–113. Na temat reżimu dietetycznego Galena – P. Volpe Cacciatore, *El régimen según Galeno*, [in:] *Dieta Mediterránea...*, s. 91–101, zwłaszcza 91–95.

¹⁴ Na temat zasad terapeutycznych wyznawanych przez Galena por. P.J. van der Eijk, *Therapeutics*, [in:] *The Cambridge companion to Galen...*, s. 283–303, zwłaszcza 297–300 (rola diety w profilaktyce i leczeniu dolegliwości).

(*O właściwościach pokarmów*). Powstało ono około 180 r.¹⁵ Wybitni znawcy tematu: Vivian Nutton¹⁶ i Mark Grant¹⁷ oceniają, że zostało ono opracowane głównie na podstawie czterech źródeł. Lekarz z Pergamonu miałby bowiem czerpać swą wiedzę z topicznych traktatów wchodzących do *Corpus Hippocraticum*, a przede wszystkim z *O diecie*, do którego to dzieła czynił referencje wiele razy w swej twórczości. Eksploatował też zasoby ustaleń Dioklesa z Karystos, a poza tym korzystał także z dorobku Mnezyteosa i Filotyma z Kos. Trzeba dodać, że to, co wyczytał w pracach poprzedników, uzupełnił osobistymi obserwacjami, które przychodziły wraz z jego licznymi podróżami po świecie śródziemnomorskim¹⁸. W efekcie powstał traktat w encyklopedycznej formie opowiadający o tym, jakie rodzaje pożywienia i jak przyrządzonego można było spotkać w krainach położonych w basenie Morza Śródziemnego¹⁹. Nadto, oprócz wyliczenia pokarmów i ich właściwości, przemyślenia Galena szły także ku uświadomieniu czytelnikowi, jakie choroby można leczyć przy pomocy wymienionych pokarmów²⁰ lub też do jakich dolegliwości ich spożywanie może doprowadzić²¹. W ten sposób łączył on swoje przemyślenia dietetyczne z wiedzą, jaką posiadał

¹⁵ W.D. Smith, *The Hippocratic tradition*, Ithaca 1979, s. 116; M. Grant, *Introduction*, [in:] M. Grant, *Galen on food and diet*, London–New York 2000, s. 10.

¹⁶ V. Nutton, *Galen and the traveller's fare...*, s. 360–361.

¹⁷ M. Grant, *Introduction...*, s. 10.

¹⁸ Przykładem takiego doświadczenia, które posunęło go w jego refleksji dietetycznej, może być opis gotowanej pszenicy, czyli *pyroi hefthoi*, do którego wielokrotnie odwołujemy się w naszej dyskusji. Por. V. Nutton, *Galen and the traveller's fare...*, s. 362–367.

¹⁹ O horyzoncie geograficznym por. V. Nutton, *Galen and the traveller's fare...*, s. 363; J. Wilkins, *Foreword*, [in:] Galen, *On the properties of foodstuffs* (*De alimentorum facultatibus*), transl. O. Powell, Cambridge 2003, s. XX–XXI.

²⁰ Na przykład, odpowiednio przygotowana soczewica pomaga w dolegliwościach przewodu pokarmowego i dyzenterii – Galen, *O właściwościach pokarmów*, 525, 16–526, 1, vol. VI.

²¹ Na przykład twierdził, że jedzenie soczewicy może osłabić wzrok – Galen, *O właściwościach pokarmów*, 526, 11–12, vol. VI.

o lekach. W jego teorii i praktyce medycznej pokarmy odgrywały bowiem także rolę *fármaka*²².

Z uwagi na fundamentalny wpływ traktatu *O właściwościach pokarmów* na naukę o jedzeniu, spróbujmy zapoznać się z jego zawartością. Zakres bowiem jego treści wskazuje na najistotniejsze grupy pokarmowe owych czasów, a rozważania stały się kanoniczne dla późniejszych adeptów dietetyki. Jeśli chodzi o same pokarmy, to w interesującym nas dziele Galen, przedstawivszy najpierw sprawy ogólne dotyczące teorii wpływu pożywienia na organizm, zaczął swoje refleksje na temat pożywienia od zbóż, a właściwie od pszenicy²³, dając w ten sposób asumpt do oceny jej znaczenia w diecie jego czasów. Potem, przeszedłszy przez różnorodne produkty z pszenicy uzyskiwane (takie jak wypieki i kasze), dotarł do kolejnego tak zwanego daru Demeter (jak antyczni Grecy określali niekiedy zboża), mianowicie do jęczmienia²⁴, a następnie omówił całą gamę pokarmów z niego otrzymywanych. Pozostałe rośliny zbożowe²⁵ zanalizował znacznie mniej szczegółowo, gdyż zapewne miały one za jego czasów już drugorzędne znaczenie w wyżywieniu obszaru, o którym pisał. Po zbożach szły u Galena *óspria*²⁶, który to termin najczęściej uznajemy dziś za rzeczownik określający rośliny strączkowe, a który Galen, nieco idiosynkratycznie (ale zgodnie z praktyką kulinarną), definiował jako kategorię grupującą te rośliny, których nasion nie przerabiano

²² Krótka definicja pojęcia pokarmu, *trofé*, według Galena – *O właściwościach medykamentów niezłożonych*, 380, 4–5, vol. XI–XII. Krótka definicja pojęcia *fármakon* znajduje się w tym samym dziele (380, 3–4, vol. XI–XII). Generalnie rzecz biorąc, *fármaka* mają zdolność modyfikacji stanu organizmu (w jego części lub całości). Poglądy Galena co do natury *fármaka* por. S. Vo g t, *Drugs and pharmacology*, [in:] *The Cambridge companion to Galen...*, s. 306–310. Związek dietetyki z farmakologią – L.M.V. To t e l i n, *op. cit.*, s. 259–268. Por. też podejście Celsusa do pokarmu jako lekarstwa – E. Le V. C r u m, *Diet in ancient medical practice as shown by Celsus in his 'De medicina' (concluded)*, CWe 25, 1932, nr 22, s. 169–173.

²³ G a l e n, *O właściwościach pokarmów*, 480, 13 – 490, 8, vol. VI.

²⁴ G a l e n, *O właściwościach pokarmów*, 501, 1 – 504, 4, vol. VI.

²⁵ G a l e n, *O właściwościach pokarmów*, 510, 15 – 524, 10, vol. VI.

²⁶ G a l e n, *O właściwościach pokarmów*, 524, 11 – 553, 17, vol. VI.

na chleb²⁷. W sumie pierwsza część Galenowej refleksji obejmowała najważniejsze dla jego czytelników produkty spożywcze, które decydowały o dobrym zdrowiu i sile ówczesnych konsumentów. Od zbóż autor przeszedł do owoców, zaczynając, jak zwykle, refleksjami ogólnymi²⁸, a potem przechodząc do wyliczenia konkretnych gatunków. Jako pierwszy z pokarmów należących do tej kategorii charakteryzował arbuz kolokwintę²⁹, a ostatnim akcentem tej części *O właściwościach pokarmów* uczynił wskazanie na owoce dziko rosnące³⁰. Skończywszy tę część, skierował z kolei swoje zainteresowanie ku pożywieniu, które otrzymywano z warzyw, inaugurując swe przemyslenia poprzez nawiązanie do wartości dzikich roślin jadalnych³¹, a zamykając tę partię tekstu rozdziałem poświęconym trójcy składającej się z cebuli, czosnku i pora³². Dopiero w następnej kolejności Galen przeszedł do pokarmów uzyskiwanych od i ze zwierząt. Tym razem również zaczął od generalistów, wskazując stworzenia, których mięso ma najwyższe wartości dietetyczne, a zatem świnie, a potem także dyskutując nad zmianami właściwości tego pożywienia w zależności od pory roku, środowiska, w którym zwierzęta żyją, a także od ingrediencji, które dodawano w czasie jego przyrządzania³³. Wybór tematów w tym fragmencie może być dla nas nieco zaskakujący. Lekarz z Pergamonu przedstawił bowiem na początku ślimaki³⁴, by zaraz przejść do tak zwanych *akrokolia*³⁵. Co zadziwiające i nietypowe z punktu widzenia europejskiej sztuki kulinarnej XXI w., oprócz innych kwestii, rozwinął także dyskusję na temat wartości dietetycznej jąder³⁶. Pozostając przy zwierzętach czteronożnych od razu omówił także działa-

²⁷ Wypada tu dodać, iż szereg z nich mogło być dodatkiem do pieczywa, na co również Galen zwracał uwagę.

²⁸ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 554, 1 – 560, 15, vol. VI.

²⁹ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 561, 1 – 564, 4, vol. VI.

³⁰ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 619, 6 – 622, 4, vol. VI.

³¹ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 622, 5 – 624, 11, vol. VI.

³² Galen, *O właściwościach pokarmów*, 658, 9 – 659, 13, vol. VI.

³³ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 660, 1 – 668, 10, vol. VI.

³⁴ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 668, 11 – 669, 13, vol. VI.

³⁵ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 668, 11 – 669, 13, vol. VI.

³⁶ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 675, 17 – 676, 11, vol. VI.

nie na organizm mleka³⁷ i sera³⁸, by zakończyć tę partię tekstu krótkimi refleksjami na temat wartości krwi wymienionych powyżej stworzeń³⁹. Od tego momentu rozpoczął dyskusję ogólną nad drobiem⁴⁰, a wszedłszy w szczegóły dotyczące wartości głównych jego gatunków i scharakteryzowawszy jajka⁴¹, zamknął ten fragment swego dzieła refleksjami nad właściwościami krwi ptasiej⁴². Po drobiu następuje pożywienie uzyskiwane ze stworzeń żyjących w wodzie⁴³, który to fragment, oprócz ryb, obejmuje także mięczaki, skorupiaki i głowonogi. Galenową dyskusję nad podstawowymi grupami produktów spożywczych kończą rozdziały o miodzie⁴⁴, winie⁴⁵ oraz konserwach mięsnych⁴⁶, zaś zamknięcie traktatu stanowi refleksja na temat ogólnych zasad doboru najlepszego pokarmu⁴⁷.

Traktat *O właściwościach pokarmów* miał bardzo istotne znaczenie dla rozwoju myśli medycznej. Nie tylko bowiem zbierał w logiczną całość dorobek minionych pokoleń, a zatem podsumowywał myśl dietetyczną od czasów *O diecie* do II w. n.e., ale, dzięki wielkiemu autorytetowi Galena, stanowił także wzór dla następnych pokoleń, co widoczne jest zarówno w konstrukcji wykładu późniejszych autorów medycznych, jak i w przyjętym przez nich systemie teorii. Znakomitym przykładem takiego właśnie wzorowania się na Galenie jest dorobek Orybazjusza, który znaczne partie księgi I i II swych *Collectiones medicae* (*Zbiorów lekarskich*) skomponował jako ekscerpt z *O właściwościach pokarmów*. Dodajmy, że te rozliczne zapożyczenia z dorobku Galena wykrywalne są

³⁷ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 681, 11 – 696, 6, vol. VI.

³⁸ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 696, 7 – 699, 9, vol. VI.

³⁹ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 699, 10 – 700, 3, vol. VI.

⁴⁰ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 700, 4 – 702, 9, vol. VI.

⁴¹ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 705, 15 – 707, 16, vol. VI.

⁴² Galen, *O właściwościach pokarmów*, 708, 1 – 708, 6, vol. VI.

⁴³ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 708, 7 – 738, 14, vol. VI.

⁴⁴ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 738, 15 – 742, 17, vol. VI.

⁴⁵ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 743, 1 – 745, 3, vol. VI.

⁴⁶ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 745, 4 – 747, 11, vol. VI.

⁴⁷ Galen, *O właściwościach pokarmów*, 747, 12 – 748, 11, vol. VI.

nie tylko u Orybazjusza, ale dotyczą także i innych, a zwłaszcza Aecjusza z Amidy i Pawła z Egiptu.

Powracając jednak do kwestii roli produktów żywnościowych w Galenowych doktrynach medycznych, trzeba stwierdzić, iż ich wykazy analogiczne do tych, które znajdujemy w *O właściwościach pokarmów*, znaleźć można też w innych dziełach tego lekarza, jak, na przykład, w *De rebus boni malique senci* (*O dobrych i złych sokach*), albo w *De victu attenuante* (*O diecie rozcieńczającej*). Warto pamiętać, że Galen napisał też pewien traktat monograficzny poświęcony potrawie znanej w praktyce kulinarnej i medycznej od przynajmniej kilku wieków, to jest *ptisane*⁴⁸. Wszystkie te prace charakteryzują się między innymi tym, że zawierają informacje kulinarne i wyliczają wartości pokarmów, by dać wskazówki – mniej, czy bardziej dokładne – przy leczeniu jakiego typu dolegliwości owe produkty winny być aplikowane.

Dla badacza historii jedzenia ważne są jednak nie tylko te dzieła Galena, których przedmiotem uczynił on wartości pokarmów. Znaczna bowiem liczba produktów, które my nazywamy pokarmami, znajdowała się także na listach substancji uznanych przez ówczesną medycynę za farmakologicznie czynne, lub występowała, jako składniki zasadnicze (czy też pomocnicze), w recepturach leków złożonych. Ta prawda prowadzi nas do kolejnej konkluzji, a mianowicie do wniosku, że nie sposób uzyskać całościowego obrazu roli substancji spożywczych w myśli Galena

⁴⁸ Temat roli *ptisane*, o której wielokrotnie piszemy w niniejszej pracy, jako podstawowego pokarmu a zarazem medykamentu używanego w medycynie antycznej i bizantyńskiej godzien jest monografii. Na razie pozostawał on raczej tematem nielicznych i krótkich artykułów por. E. Darmstaedter, *Ptisana: ein Beitrag zur Kenntnis der antiken Diätetik*, *Ar. ASS* 15, 1933, s. 181–201; M. Kokoško, K. Jagusiak, Z. Rzeźnicka, *Kilka słów o zupie zwanej ptisane* (πιτσάνη), *ZW* 18, 2013, s. 282–292. Zwykle pozostaje ona na marginesie zainteresowań znawców (M. Grant, *Roman cookery. Ancient recipes for modern kitchens*, London 2002, s. 70) lub jest kwitowana niewielkim hasłem encyklopedycznym (por. A. Dalby, *Food in the ancient world from A to Z*, London–New York 2003, s. 46). Cf. też wzmiankę w M. Kokoško, *Smaki Konstantynopola*, [in:] *Konstantynopol – Nowy Rzym. Miasto i ludzie w okresie wczesnobizantyńskim*, red. M.J. Leszka, T. Wolińska, Warszawa 2011, s. 480.

bez analizy jego dzieł poświęconych *fármaka*, a zatem bez studiów nad *De simplicium medicamentorum temperamentis ac facultatibus* (traktat dalej cytowany jako *O właściwościach medykamentów niezłożonych*), *De compositione medicamentorum secundum locos* (*O składzie medykamentów dla różnych części ciała*) czy *De compositione medicamentorum per genera* (*O składnikach lekarstw wedle ich rodzajów*)⁴⁹.

By wskazać na słuszność takiej konstatacji, odwołamy się obecnie do zaledwie kilku przykładów, ograniczonych poza tym wyłącznie do jednej z grup pokarmowych znanych nam z dzieła *O właściwościach pokarmów*, a mianowicie do zbóż i produktów z nich powstających. Nadto zawężymy nasze poszukiwania dowodów tylko do pierwszego z wymienionych powyżej fragmentów dorobku Galena z dziedziny farmakologii, czyli do pracy *O właściwościach medykamentów niezłożonych*. I tak pszenica *pyrós*, jak już to wskazaliśmy, została przez interesującego nas lekarza omówiona szczegółowo w *O właściwościach pokarmów*. To samo zboże znalazło się też w *O właściwościach medykamentów niezłożonych*⁵⁰. Notabene nie tylko pszenica zwyczajna została opisana w obu traktatach. Swe charakterystyki farmakologiczne mają bowiem w tym drugim dziele również jęczmień⁵¹, orkisz⁵², a nawet ryż⁵³. Odnaleźć tam nadto można najbardziej rozpowszechnione w diecie produkty powstałe ze zbóż, jak, na przykład, kasze *chóndros*⁵⁴ i *krimnon*⁵⁵. By nie przedłużać tej dyskusji, wystarczy obecnie stwierdzić, iż pozostałe dwa dzieła na temat przygotowywania medykamentów także

⁴⁹ Na temat dzieł farmakologicznych Galena por. J.-M. J a c q u e s, *La méthode de Galien pharmacologue dans les deux traités sur les médicaments composés (Peri syntheseōs farmakōn)*, [in:] *Galen on pharmacology. Philosophy, history and medicine. Proceedings of the 7th International Galen Colloquium, Lille, 16–18 March 1996*, ed. A. D e b r u, Leiden–New York–Köln 1997, s. 103–129; S. V o g t, *Drugs and pharmacology...*, s. 310–314.

⁵⁰ G a l e n, *O właściwościach medykamentów niezłożonych*, 111, 1–11, vol. XII.

⁵¹ G a l e n, *O właściwościach medykamentów niezłożonych*, 44, 10–45, 4, vol. XII.

⁵² G a l e n, *O właściwościach medykamentów niezłożonych*, 88, 16–18, vol. XII.

⁵³ G a l e n, *O właściwościach medykamentów niezłożonych*, 92, 5–6, vol. XII.

⁵⁴ G a l e n, *O właściwościach medykamentów niezłożonych*, 157, 1–15, vol. XII.

⁵⁵ G a l e n, *O właściwościach medykamentów niezłożonych*, 45, 5–9, vol. XII.

wymieniają wzmiankowane zboża i przetwory zbożowe, i odesłać Czytelników do rozlicznych receptur farmaceutyków, które przytaczamy w poniżej prezentowanych rozważaniach. Oczywiście nie tylko dary Demeter odnajdujemy w listach pokarmów, które także mogły być zakwalifikowane jako *fármaka*. Są tam bowiem warzywa, zioła, owoce, produkty zwierzęce etc. Wszystkie one, oprócz swej zdolności odżywiania, odznaczały się właściwościami, które rozumiano jako potencjalnie lecznicze.

Podkreślić jednak warto raz jeszcze, że ten sposób myślenia o produktach spożywczych był powszechny w medycynie II w. i silnie już utrwalony od stuleci. Zatem to nie Galen zrewolucjonizował tę dziedzinę wiedzy pod rzeczonym względem, ale to tradycja medycyny antycznej od czasów Hipokratesa⁵⁶ wpłynęła na sposób myślenia lekarza z Pergamonu o stosunku między pożywieniem a lekarstwem⁵⁷. Była ona bowiem zgodna z doktrynami, które uznał za słuszne i przyswoił⁵⁸. Znakomicie udowadniają tę powszechną akceptację dla odżywczej i farmakologicznej funkcji substancji spożywczych, na przykład, treści dzieł jego poprzednika, to znaczy Dioskurydesa, na które systematycznie powołujemy się w niniejszym studium, a zwłaszcza analizy poszczególnych pokarmów w jego traktacie *De materia medica (O sztuce medycznej)*⁵⁹.

⁵⁶ J. Stannard, *Hippocratic pharmacology*, [in:] J. Stannard, *Pristina medicamenta. Ancient and medieval medical botany*, ed. K.E. Stannard, R. Kay, Aldershot–Brookfield–Singapore–Sydney 1999, s. 497–518. Por. L.M.V. Totelin, *op. cit.*, *passim*, zwłaszcza 259–268.

⁵⁷ Dodajmy, że, jako nie tylko teoretyk, ale także praktyk medycyny, znał owo powiązanie z własnego doświadczenia – P.J. van der Eijk, *Galen's use of concept of 'qualified experience' in his dietetic and pharmacological works*, [in:] *Galen on pharmacology...*, s. 35–57, zwłaszcza 39–48. Oczywiście czasami okazywało się, że niektóre medykamenty były mniej efektywne, niż tego oczekiwał Galen, lub w ogóle nie działały – H. von Staden, *Inefficacy, error and failure: Galen on δόκιμα φάρμακα ἀπραγτα*, [in:] *Galen on pharmacology...*, s. 59–83, zwłaszcza 61–71.

⁵⁸ P.T. Keeser, *Science and magic in Galen's recipes (sympathy and efficacy)*, [in:] *Galen on pharmacology...*, s. 175–198, zwłaszcza s. 181–192.

⁵⁹ A. Touwaide, *La thérapieutique médicamenteuse de Dioscoride à Galien: du pharmaco-ventrisme au medico-centrisme*, [in:] *Galen on pharmacology...*, s. 255–282, zwłaszcza 272–281.

Prawdę tę potwierdzają także rozliczne odwołania samego Galena⁶⁰, a potem także i jego następców, do całej gamy receptur medykamentów z wykorzystaniem substancji spożywczych, które zapożyczone zostały przez owych lekarzy od innych niż Dioskurydes ich poprzedników⁶¹.

Teoria Galena utrwalona w jego pismach wywarła przemożny wpływ na ówczesnych i naśladowców. Została zaakceptowana w medycynie, a sam Galen (ma się rozumieć, poprzez swój dorobek) stał się wychowawcą następnych pokoleń lekarzy. Nie zmieniali już oni jego doktryn, ale raczej powtarzali Galenowe ustalenia, stosując je w praktyce terapeutycznej, w swych dziełach streszczając dorobek swego mistrza⁶². Jednym z takich „uczniów” Galena był Orybazjusz (ok. 325 – ok. 400)⁶³. Nie był on, co prawda, samodzielny badaczem, odkrywającym mechanizmy rządzące zdrowiem i chorobą, ale raczej bardzo skrzętnym

⁶⁰ Por. J. J o u a n n a, V. B o u d o n, *Remarques sur la place d'Hippocrate dans la pharmacologie de Galien*, [in:] *Galen on pharmacology...*, s. 213–234.

⁶¹ Tu należy dorzucić, iż fakt ten znalazł odzwierciedlenie w naszych rozważaniach, a konkretne formuły farmakologiczne i imiona zostały przez nas przytoczone w tych partiach naszej analizy, które dotyczą medycznych zastosowań produktów żywnościowych.

⁶² V. N u t t o n, *Ancient medicine...*, s. 292–309, zwłaszcza 309.

⁶³ O życiu i działalności Orybazjusza por. B. B a l d w i n, *The career of Oribasius*, *AClas* 18, 1975, s. 85–97; M. G r a n t, *Oribasios and medical dietetics or the three ps*, [in:] *Food in antiquity...*, s. 368–379; K. G e o r g a k o p o u l o s, *Archaioi hellenes iatroi*, Athenai 1998, s. 62–63; R. d e L u c i a, *Oreibasios v. Pergamon*, [in:] *Antike Medizin. Ein Lexikon*, hrsg. K.-H. L e v e n, München 2005, s. 660–661; M. K o k o s z k o, *Ryby i ich znaczenie w życiu codziennym ludzi późnego antyku i Bizancjum (IV–VII w.)*, Łódź 2005, s. 14–15; R. d e L u c i a, *Oribasios di Pergamo*, [in:] A. G a r z y a, R. d e L u c i a, A. G u a r d a s o l e, A. M. I e r a c i B i o, M. L a m a g n a, R. R o m a n o, *Medici byzantini. Oribasios di Pergamon. Aezio d' Amida. Alessandro di Tralle. Paolo d'Egina. Leone medico*, Torino 2006, s. 21–29; V. N u t t o n, *Ancient medicine...*, s. 295–296; K. J a g u s i a k, M. K o k o s z k o, *Życie i kariera Orybazjusza w świetle relacji źródłowych*, *PNH* 10.1, 2011, s. 5–21; K. J a g u s i a k, M. K o k o s z k o, *Pisma Orybazjusza jako źródło informacji o pożywieniu ludzi w późnym Cesarstwie Rzymskim*, *VP* 33, 2013, s. 339–357; A. K o m p a, *Mieszkańcy Konstantynopola w oczach intelektualistów miejscowej proweniencji*, [in:] A. K o m p a, M. J. L e s z k a, T. W o l i ŋ s k a, *Mieszkańcy stolicy świata. Konstantynopolitańczycy między starożytnością a średniowieczem*, Łódź 2014, s. 21–22.