

Dieta mnichów syryjskich. Komentarz do terminu *ospria* (Ôspria) w *Historia religiosa* Teodoret z Cyru*

The diet of Syrian monks. A commentary on the term *ospria* (Ôspria) in the *Historia religiosa* by Theodoret, bishop of Cyrus

Słowa kluczowe: konsumpcja roślin strączkowych w starożytności i Bizancjum; soczewica; ciecierzycy; bób; antyczna i bizantyńska gastronomia; antyczna i bizantyńska medycyna; mnisi syryjscy; Teodoret z Cyru.

Keywords: legumes as food in Antiquity and Byzantium; lentils; chickpea; broad bean; ancient and Byzantine gastronomy; ancient and Byzantine medicine; Syrian monks; Theodoretus of Cyrus.

Streszczenie. Celem niniejszego artykułu jest wyjaśnienie terminu *ospria* (Ôspria), który pojawia się w dziele Teodoret z Cyru zatytułowanym *Historia religiosa* i odnosi się do warzyw strączkowych spożywanych przez syryjskich mnichów. Sam Teodoret wymienia jedynie trzy rodzaje roślin strączkowych jedzonych przez ascetów, tj. soczewica, ciecierzycy i bób. W celu poszerzenia ich listy, autorzy artykułu sięgają do informacji zawartych w greckich traktatach medycznych powstałych w okresie od schyłku starożytności do końca ery wczesnobizantyńskiej (napisanych przez Dioskuridesa, Galena, Orybazjusza, Aecjusza z Amidy i Pawła z Eginu).

Autorzy artykułu prezentują definicje omawianego terminu sformułowane przez starożytnych i bizantyńskich lekarzy. Szeroka definicja Galena zalicza do roślin strączkowych nie tylko te z nich, które dziś za takie uważamy, ale również niektóre rodzaje zbóż, np. ryż, owies i proso. Takie podejście wynika z porównania ze sobą roślin strącz-

* Artykuł został napisany w związku z grantem Narodowego Centrum Nauki 2011/01/BHS3/01020. Szczegółowe informacje na temat życia, poglądów teologicznych i spuścizny literackiej biskupa Cyru zawarte są m.in. w: B. Altaner, A. Stuiber, *Patrologia. Życie, pisma*, s. 454–457; P.B. Clayton, *The Christology of Theodoret*; M. Karas, *Apologetyka Teodoret z Cyru*, s. 317–335; M. Kieling, *Kościół jako wspólnota*, s. 191–206; S. Longosz, *Szkola antiocheńska*, s. 1061–1067; I. Pasztori-Kupan, *Theodoret of Cyrus*, s. 3–80; R.M. Price, *Introduction*, s. IX–XXXVII; A.M. Schor, *Theodoret's People*; Th. Urbainczyk, *Theodoret of Cyrrhus*.

kowych i zbóż i uznania tych pierwszych za rośliny nienadające się do wypieku chleba. Aecjusz z Amidy podziela tę opinię swojego poprzednika. W pozostałych źródłach poddanych analizie znajdujemy węższe definicje tej grupy roślin. Artykuł prezentuje również krótkie charakterystyki żywieniowe *ospria* stworzone przez autorów traktatów medycznych. Autorzy artykułu, po przeanalizowaniu tekstów źródłowych, uznają, że rośliny strączkowe stanowiły ważny element diety w okresie antyku i Bizancjum, choć greccy lekarze nie wystawiali im wysokiej oceny dietetycznej.

Ponadto autorzy nieco szczegółowiej omawiają trzy wymienione wyżej rodzaje roślin strączkowych, tj. soczewicę, ciecierzycę i bób. Wyjaśniają również powody, dla których syryjscy mnisi sięgali po ten rodzaj pożywienia, preferując namaczanie ziaren przed spożyciem zamiast ich gotowania.

Abstract. The present article discusses the term *ospria* (Ὠspria) employed by Theodoret of Cyrus in his *Historia religiosa* while referring to pulses consumed by Syrian monks. The study is additionally concerned with three specific leguminous plants mentioned in the ecclesiastical author's work and usually included in pulses, namely lentils, chickpeas and broad beans.

The authors focus their interest on the above-mentioned plants as food. In order to elucidate the problem, they profit mainly from medical treatises (written by Dioscorides, Galen, Oribasius, Aetius of Amida and Paul of Aegina), and on the basis they retrieve different meanings of the term *ospria*, show values of legumes (including the three specified kinds of *ospria*) as nourishment and comment on possible ways of preparing them for consumption.

Accordingly, the authors of the article present definitions of the discussed term provided by the ancient and Byzantine physicians, which either define *ospria* as pulses (the majority of medical authors) or widen the meaning of the term to encompass any crops unfit for bread baking (Galen). Subsequently, they proceed to sketch dietetic characteristics of leguminous plants as specified in medical writings, concluding that pulses, although one of ancient and Byzantine staples, were not highly valued by Greek dietitians (and regarded as inferior to bread). Finally they discuss culinary uses of legumes, stressing parallels to Theodoret's characters' everyday food.

Teodoret (około 393 – około 466), duchowny, teolog i pisarz chrześcijański, należy do grona najwybitniejszych postaci epoki, w której przyszło mu żyć. Poczynając od 423 r., w którym to powołano go na urząd biskupa Cyru, niewielkiego miasteczka położonego nieopodal jego rodzinnej Antiochii, miał on okazję dowieść swojego niezwykłego oddania członkom wspólnoty chrześcijańskiej, którzy znaleźli się pod jego duszpasterską opieką. Służył im pomocą zarówno duchową, jak i materialną. Rola, jaką odegrał w zwalczaniu heretyków oraz udział w ówczesnych sporach doktrynalnych, który przypłacił czasowym zdjęciem z urzędu i skazaniem na wygnanie, ukazuje jego zaangażowanie

w sprawę całego, nie tylko lokalnego Kościoła. Ponadto Teodoret okazał się bardzo płodnym pisarzem, w którego dorobku literackim znalazły się pisma egzegetyczne, apologetyczne, dogmatyczno-polemiczne, historyczne, mowy oraz listy.

Wśród prac biskupa o charakterze historycznym, będących cennym źródłem do poznania wydarzeń, jakie rozegrały się w V w., znajdujemy m.in. dzieło zatytułowane *Dzieje miłości Bożej* (*Philotheos historia*), znane również pod łacińskim tytułem *Historia religiosa*¹. Teodoret zaprezentował w nim trzydzieści żywotów syryjskich ascetów, którzy poświęcili się dążeniu do osiągnięcia świętości². Nadrzędnym celem autora *Dziejów* stało się przedstawienie zmagania mnichów, którzy uważali, że na drodze ku Bogu stanął im nie tylko świat zewnętrzny, ale i ich własna fizyczność. Postrzegając swoje ciało jako wroga, dokładali wszelkich starań, by walczyć z jego potrzebami³. Owa walka przybierała różne formy – jedną z nich było zachowywanie wycieńczającej organizm diety, niejednokrotnie przerywanej długimi okresami całkowitego powstrzymywania się od spożywania pokarmów⁴. Choć biskup Cyru skupia się przede wszystkim na akcentowaniu

¹ Theodoretus, *Historia religiosa*, PG 82, 1283–1496. Polskie tłumaczenie tego tekstu: Teodoret biskup Cyru, *Dzieje miłości Bożej*.

² K. Augustyniak, *Wstęp. Historia mnichów*, s. 37–50. Wartość tego dzieła jest tym większa, że stanowi ono jedyne źródło do poznania historii życia mnichów z Syrii. Z opracowań traktujących o monastycyzmie syryjskim wymienić należy przede wszystkim: P. Canivet, *Le monachisme syrien*; Ph. Escolan, *Monachisme et église*; A. Vööbus, *History of Asceticism*. Z prac w języku polskim np.: H. Dybski, *Monastycyzm w Palestynie*, s. 411–436; L. Misiarczyk, *Antyczny monastycyzm syryjski*, s. 83–96; E. Wipszycka, *Wstęp. Charakter i formy*, s. 9–36.

³ E. Wipszycka, *Wstęp. Charakter i formy*, s. 18–19.

⁴ Mnisi uważali, że pożywienie powinno być skromne i tanie (Theodoretus, *Historia religiosa*, X, 3, PG 83, 1389), a organizmowi należy dostarczać go tylko w ilości potrzebnej do utrzymania się przy życiu (Theodoretus, *Historia religiosa*, Prologos, 5, PG 83, 1289; I, 2, PG 83, 1293; III, 3, PG 83, 1325; V, 3, PG 83, 1353; XI, 3, PG 83, 1396), cf.: V.E. Grimm, *From Feasting to Fasting*, s. 95–96; E. Kislinger, *Christians of the East*, s. 199–201. Niektórzy posilali się raz dziennie, wieczorem (Theodoretus, *Historia religiosa*, III, 3, PG 83, 1325; III, 12, PG 83, 1333; VIII, 3, PG 83, 1369; XVII, 6, PG 83, 1424), inni co kilka dni (Theodoretus, *Historia religiosa*, IV, 5, PG 83, 1344; IX, 3, PG 83, 1380) lub raz w tygodniu (np. Theodoretus, *Historia religiosa*, II, 2, PG 83, 1305; XXI, 11, PG 83, 1437; XXVI, 5, PG 83, 1468). W skrajnych przypadkach post mógł trwać nawet czterdzieści dni (Theodoretus, *Historia religiosa*, XXVI, 7, PG 83, 1469; XXIX, 7, PG 83, 1492; Euzebiusz w trakcie siedmiodniowego postu zjadł tylko piętnaście suszonych fig, Theodoretus, *Historia religiosa*, XVIII, 4, PG 83, 1428). O roli postu we wczesnym chrześcijaństwie m.in. w: R. Arbesmann, *Fasting and Prophecy*, s. 1–71; S. Bralewski, *Praktykowanie postu w świetle*, s. 359–378; K.M. Dugan, *Fasting for Life*, s. 539–548; H. Musurillo, *The Problem of Ascetical*, s. 1–64; T.M. Shaw, *The Burden of the Flesh*. Asceza, w tym post, prowadząca do skrajnego wyczer-

duchowego zwyczajstwa odnoszonego przez ascetów, to przy tej okazji zamieszcza w swoim dziele wiele szczegółów dotyczących ich życia codziennego. Dowodzi tym samym, że również literatura patrystyczna stanowi skarbnicę informacji dla historyków zainteresowanych nieco bardziej przyziemnymi sprawami niż te odnoszące się do teologii chrześcijańskiej i dziejów Kościoła⁵.

Do owych realiów dnia powszedniego syryjskich mnichów, na które *Historia religiosa* rzuca nieco światła, bez wątpienia zaliczyć możemy wspomnianą już wcześniej dietę⁶. Z relacji biskupa wynika, że podstawę wyżywienia ascetów stanowił chleb, *artos* (ἄρτος)⁷. Dodatkiem do niego, czyli *opson* (ὄψων)⁸, była sól, *hales* (ἅλας)⁹. Istotnym elementem tej diety musiały być owoce. Teodoret wzmiankuje je, posługując się terminem ogólnym *oporai* (ὀπωραι)¹⁰, konkretnie natomiast wymienia suszone figi, *ischades* (ἰσχάδες)¹¹,

pania organizmu spotykała się z potępieniem ze strony Kościoła, cf. K. Ware, *The Way of the Ascetics*, s. 8–12.

⁵ Cf. P. Allen, *Homilies as a Source*, s. 1–5.

⁶ Cf.: M. Kokoszko, K. Gibel, *Dieta mnichów syryjskich*, s. 145–156. Cf. uwagi zawarte w E. Kislinger, *How Reliable is Early*, s. 5–11.

⁷ Np. Theodoretus, *Historia religiosa*, II, 2, PG, 83, 1305. Unikano wyszukanych gatunków (mnich Abrahames podawał dobry jakościowo chleb biały, *artos lampros* (ἄρτος λαμπρός), tylko swoim gościom, Theodoretus, *Historia religiosa*, XVII, 7, PG 83, 1424); jedzono chleb z prosa, np. Theodoretus, *Historia religiosa*, II, 4, PG 83, 1308. Choć najgorliwsi mnisi potrafili rezygnować nawet z niego – np.: Theodoretus, *Historia religiosa*, III, 21, PG 83, 1337; XIII, 3, PG 83, 1401; XXVI, 7, PG 83, 1469. Cf.: A. Dalby, *Flavours of Byzantium*, s. 152, 157; N. Jasny, *The Daily Bread*, s. 227–253; J. Koder, *Stew and Salted Meat*, s. 65–66; M. Kokoszko, *Smaki Konstantynopola*, s. 483–485; M. Rautman, *Daily Life in the Byzantine*, s. 46; Z. Rzeźnicka, M. Kokoszko, *Proso w gastronomii antyku*, s. 401–419, zwł. 401–409; M. Toussaint-Samat, *Historia naturalna i moralna*, s. 218–225; K.D. White, *Cereals, Bread and Milling*, s. 38–43.

⁸ *Opson* oznaczał jakikolwiek dodatek do chleba – warzywa, owoce, słodczyce, ser, mięso czy ryby. Z czasem znaczenie tego słowa zostało ograniczone wyłącznie do ryb, cf.: M. Kokoszko, *Smaki Konstantynopola*, s. 508; M. Toussaint-Samat, *Historia naturalna i moralna*, s. 219.

⁹ Np.: Theodoretus, *Historia religiosa*, II, 2, PG 83, 1308; XI, 1, PG 83, 1393; XX, 3, PG 83, 1429. Na temat soli: A. Dalby, *Food in the Ancient World*, s. 290–291; M. Toussaint-Samat, *Historia naturalna i moralna*, s. 400–408.

¹⁰ Theodoretus, *Historia religiosa*, XVII, 6, PG 83, 1424; XXX, 3, PG 83, 1493.

¹¹ Theodoretus, *Historia religiosa*, II, 10, PG 83, 1313; XVIII, 1, PG 83, 1425; XVIII, 4, PG 83, 1428. Cf.: J.P. Alcock, *Food in the Ancient World*, s. 42–44; D. Brewer, D.B. Redford, S. Redford, *Domestic Plants and Animals*, s. 51–52; A. Dalby, *Food in the Ancient World*, s. 143–144; M. Grant, *Roman Cookery*, s. 92–95; M. Kokoszko, *Smaki Konstantynopola*, s. 531–532; Ph. Koukoules, *Byzantinon bios*, s. 104–105; idem, *Byzantinon trophai*, s. 79; M. Rautman, *Daily Life in the Byzantine*, s. 96; M. Toussaint-Samat, *Historia naturalna*

daktyle, *foinikes* (φοίνικες)¹² i jabłka, *mela* (μήλα)¹³. Ważną funkcję pełniły również warzywa, ale nie uprawne, lecz dziko rosnące¹⁴. Jeśli tylko było to możliwe, rezygnowano z poddawania ich obróbce termicznej¹⁵, zastępując ją moczeniem¹⁶. Nasz autor oszczędzi detali odnoszących się do jarzyn jadanych przez mnichów¹⁷. Dowiadujemy się jedynie, że wśród nich znajdowała się sałata, *thridakine* (θριδακίνη)¹⁸, cykoria, *seris* (σέρης)¹⁹ i seler, *selinon* (σέλινον)²⁰.

i moralna, s. 605–609. Ze względu na dużą zawartość cukru, ciasno poukładane suszone figi mogły być przechowywane nawet przez kilka lat (cf. L. Foxhall, *Fig*, s. 575), co mogło mieć istotne znaczenie w klimacie, w jakim żyli syryjscy mnisi.

¹² Theodoretus, *Historia religiosa*, VI, 9–10, PG 83, 1361–1364. Cf.: J.P. Alcock, *Food in the Ancient World*, s. 41–42; A. Dalby, *Food in the Ancient World*, s. 113–114; Ph. Koukoules, *Byzantinon bios*, s. 110; idem, *Byzantinon trophai*, s. 84; M. Toussaint-Samat, *Historia naturalna i moralna*, s. 610–611. O korzyściach, jakie mnisi mogli czerpać z palmy daktylowej, poza spożywaniem jej owoców w: M. Dembińska, *Diet. A Comparison*, „Byzantion” 55 (1985), s. 435–436.

¹³ Theodoretus, *Historia religiosa*, VI, 12, PG 83, 1364. Cf.: J.P. Alcock, *Food in the Ancient World*, s. 39; A. Dalby, *Food in the Ancient World*, s. 19–20; M. Kokoszko, *Smaki Konstantynopola*, s. 533–534; Ph. Koukoules, *Byzantinon bios*, s. 103–104; idem, *Byzantinon trophai*, s. 77–78; M. Rautman, *Daily Life in the Byzantine*, s. 96; M. Toussaint-Samat, *Historia naturalna i moralna*, s. 563–569; D. Zohary, M. Hopf, *Domestication of Plants*, s. 161–166.

¹⁴ Theodoretus, *Historia religiosa*, I, 2, PG 83, 1293, gdzie mowa jest o Jakubie: „Za pożywienie służyło mu nie to, co się sieje i sadzi z nakładem pracy, lecz to, co rośnie samo z siebie. Zbierał bowiem owoce, które same z siebie (αὐτοφρούς) rodzą dzikie drzewa, i jadalne, podobne do jarzyn ziola i z nich dostarczał ciała pożywienia”, tłum. K. Augustyniak, s. 69. Cf. Theodoretus, *Historia religiosa*, X, 2, PG 83, 1389, gdzie mowa o tym, że mnich Teodozjusz uprawiał swój ogródek.

¹⁵ Theodoretus, *Historia religiosa*, I, 2, PG 83, 1293; III, 21, PG 83, 1337; XVII, 6, PG 83, 1424; XXI, 11, PG 83, 1437.

¹⁶ Np.: Theodoretus, *Historia religiosa*, XV, 1, PG 83, 1416; XVIII, 1, PG 83, 1425; XXX, 2, PG 83, 1493. Podobnie postępowano z mąką (Theodoretus, *Historia religiosa*, III, 21, PG 83, 1337) i jęczmieniem (Theodoretus *Historia religiosa*, XIII, 3, PG 83, 1401).

¹⁷ M. Kokoszko, K. Gibel, *Dieta mnichów syryjskich*, s. 147.

¹⁸ Theodoretus, *Historia religiosa*, XVII, 6, PG 83, 1424; XXVI, 7, PG 83, 1469. Cf.: J.P. Alcock, *Food in the Ancient World*, s. 55; A. Dalby, *Food in the Ancient World*, s. 195–196; J. Koder, *Gemüse in Byzanz*, s. 36, 78, 95, 97; M. Kokoszko, *Smaki Konstantynopola*, s. 526–527; M. Kokoszko, K. Jagusiak, *Warzywa w kuchni*, s. 45–46; M. Toussaint-Samat, *Historia naturalna i moralna*, s. 624–628.

¹⁹ Theodoretus, *Historia religiosa*, XVII, 6, PG 83, 1424; XXVI, 7, PG 83, 1469. Cf.: A. Dalby, *Food in the Ancient World*, s. 132; J. Koder, *Gemüse in Byzanz*, s. 82, 86, 90; M. Toussaint-Samat, *Historia naturalna i moralna*, s. 628–630.

²⁰ Theodoretus, *Historia religiosa*, XVII, 6, PG 83, 1424. Cf.: J.P. Alcock, *Food in the Ancient World*, s. 50; A.C. Andrews, *Celery and Parsley*, s. 91–99; A. Dalby, *Food in the Ancient*

Żywot Juliana-Saby mówi o dzikich warzywach, *autofya lachana* (αὐτοφυᾶ λάχανα)²¹, za które wolno nam uznać między innymi pędy niektórych drzew i krzewów, czyli *blasta* (blēsta), oraz rośliny zwane kolczastymi – *akantha* lub *akanthode* (ἄκανθα; ἄκανθέδη [futł])²².

W wypowiedzi Teodoretę odnoszącej się do pokarmu spożywanego przez ascetę Macedoniusza pojawia się termin *ospria* (ὄσπρια), tłumaczony powszechnie jako *jarzyny strączkowe*²³. Warto tutaj przytoczyć słowa duchownego: *Za pożywienie służył mu [tj. Macedoniuszowi] nie chleb ani jarzyny strączkowe, lecz oczyszczony jęczmień, który zmiękczał wodą*²⁴. Z relacji tej wynika, że Macedoniusz, chcąc tym bardziej zaostrzyć narzucony sobie rygor dietetyczny, ograniczył się do przyjmowania wyłącznie nie poddanego żadnej obróbce termicznej jęczmienia. Zatem *ospria*, podobnie jak chleb, musiały znajdować się w jadłospisie innych ascetów. Dowodów na to dostarcza sam Teodoret, który kilkakrotnie mówi, że jedli oni soczewicę, *fakos* (φακός)²⁵, w jednym przypadku natomiast wymienia ciecierzycę, *erebinthos* (ἐρέβινθος) i bób, *kyamos* (κύαμος)²⁶.

Co zaliczano do owych jarzyn strączkowych? Czy starożytni definiowali ten termin tak samo jak my dziś²⁷? Autorzy niniejszego artykułu szukają odpowiedzi na powyższe pytania. Znalezienie ich pozwoli odtworzyć listę warzyw strączkowych – w rozumieniu antycznym – jakie mogły znaleźć się w menu

World, s. 77–78; J. Koder, *Gemüse in Byzanz*, s. 15, 36, 89; M. Kokoszko, *Smaki Konstantynopola*, s. 519–520; M. Kokoszko, K. Jagusiak, *Warzywa w kuchni*, s. 38–39; E.L. Sturtevant, *History of Celery*, s. 599–606.

²¹ Theodoretus, *Historia religiosa*, II, 4, PG 83, 1308.

²² M. Kokoszko, K. Gibel, *Dieta mnichów syryjskich*, s. 145–156.

²³ Cf. hasło ὄσπριον w: *A Greek-English Lexicon*, s. 1262; *Słownik grecko-polski*, s. 124.

²⁴ Theodoretus, *Historia religiosa*, XIII, 3, PG 83, 1401 (tłum. K. Augustyniak, s. 185).

²⁵ Theodoretus, *Historia religiosa*, XV, 1, PG 83, 1416; XXI, 12, PG 83, 1437–1440; XXIV, 5, PG 83, 1459–1460; cf. Theodoretus, *Historia religiosa*, V, 8, PG 83, 1356. Soczewicą żywiła się również ascetka Domnina: Theodoretus, *Historia religiosa*, XXX, 2–3, PG 83, 1493.

²⁶ Theodoretus, *Historia religiosa*, XVIII, 1, PG 83, 1425. W polskim tłumaczeniu terminy te oddano, odpowiednio, jako *groch* i *fasola* (tłum. K. Augustyniak, s. 214).

²⁷ *Rośliny strączkowe – grupa roślin polowych, do której zalicza się umownie różne rośliny o dużych nasionach z rodziny motylkowatych (nazywane również motylkowatymi grubonasiennymi). Z podanej definicji wynika, że w ujęciu roślinnym r.s. nazywa się tylko niektóre gatunki z bardzo licznej rodziny motylkowatych (definicja za: Słownik botaniczny, s. 543). Z roślin strączkowych występujących w Polsce autorzy wymieniają: groch siewny i polny, bobik, seradełę, soczewicę, wykę siewną i kosmatą, soję, groszek siewny i afrykański, fasolę i bób.*

mnichów uprawiających ascezę w Syrii w tym momencie dziejów, o którym opowiada Teodoret, a więc od początku IV do połowy V w.²⁸ Realizację zamierzonego celu umożliwi analiza treści traktatów medycznych, stanowiących kompendium wiedzy antyku i Bizancjum na temat roślin jadalnych²⁹. Zakres chronologiczny badanych materiałów źródłowych zostanie celowo rozciągnięty poza epokę biskupa Cyru i zamknie się w okresie od II w., czyli od czasów Galena, wybitnego lekarza z Pergamonu³⁰, do VII w., a więc do schyłku ery wczesnobizantyńskiej. Odwołanie się do pism autorstwa ówczesnych lekarzy wynika z przekonania, że poglądy dotyczące wpływu, jaki poszczególne produkty żywnościowe wywierały na funkcjonowanie ludzkiego organizmu, formułowali oni, opierając się na własnej wiedzy na ich temat. Owe wiadomości mogli nabyć przede wszystkim dzięki poznaniu receptur i tajników współczesnej im gastronomii. Zatem prace Galena i jego następców traktujące o roli jedzenia w zachowaniu przez człowieka dobrego stanu zdrowia, mimo że nakierowane na sformułowanie teorii medycznych, mogą służyć pomocą również w rekonstrukcji codziennych praktyk kulinarnych³¹. Trwałość toposów powtarzanych w tych źródłach uzasadnia poszerzenie ram czasowych naszego artykułu³².

Przykład samego Teodoreta pokazuje, że w epoce, o której mowa, posiadanie fachowej wiedzy z zakresu medycyny nie ograniczało się wyłącznie do środowiska zawodowych lekarzy. Biskup, mogący pochwalić się bardzo dobrym

²⁸ W naszym artykule skupiamy się na opracowaniu tylko tego jednego zagadnienia z szerokiego tematu, jakim jest dieta mnichów syryjskich. Skrupulatne zbadanie i opisanie całości tej tematyki wymagałoby znacznie więcej miejsca. Interesujące próby zanalizowania tego zjawiska dotyczą monastycyzmu w ogóle i nie bazują na danych Teodoreta. Cf.: A. Dalby, *Flavours of Byzantium*, s. 93–97; M. Dembińska, *Diet. A Comparison*, s. 431–462; L.A. Gregoricka, S.G. Sheridan, *Ascetic or Affluent?*, s. 63–73; M. Harlow, W. Smith, *Between Fasting and Feasting*, s. 758–768; A.-M. Talbot, *Mealtime in Monasteries*, s. 109–125.

²⁹ O literaturze dietetycznej starożytności cf. M. Kokoszko, *Ryby i ich znaczenie*, s. 9–23. Opinie starożytnych na temat związku między dietą a stanem zdrowia człowieka: L. Edelstein, *The Dietetics of Antiquity*, s. 303–316, zwł. 311–312; M. Kokoszko, *Z. Rzeźnicka, Dietetyka w De re coquinaria*, s. 5–8; I. Mazzini, *Diet and Medicine*, s. 141–152.

³⁰ Galen (ok. 130–ok. 200/210) był jednym z najwybitniejszych lekarzy starożytności. Pozostawił po sobie olbrzymią spuściznę literacką. Cf. m.in.: A. Bednarczyk, *System filozoficzno-lekarski*, s. 53–111; M. Grant, *Introduction*, w: *Galen*, s. 1–6; R.J. Hankinson, *Galen of Pergamon*, s. 335–339; M. Kokoszko, *Ryby i ich znaczenie*, s. 12–13; L.T. Percy, *Galen and Stoic*, s. 259–272; G. Sarton, *Galen of Pergamon*; L. Thorndike, *Galen. The Man*, s. 83–93; L.H. Toledo-Pereyra, *Galen's Contribution to Surgery*, s. 357–375.

³¹ Cf. M. Kokoszko, *Smaki Konstantynopola*, s. 471–472.

³² O owych toposach m.in. A. Dalby, *Flavours of Byzantium*, s. 127–169.

wykształceniem³³, wykazywał dużą znajomość problematyki medycznej. Dowodził tego poprzez sięganie do związanych z nią metafor, za pomocą których argumentował kwestie teologiczne³⁴. W dziele *O miłości Bożej*, chwając syryjskich mnichów, wylicza trudy życia, jakie obrali. Odnosi się między innymi do ich diety i przy tej okazji zdradza swoją biegłość w temacie funkcjonowania układu pokarmowego człowieka. Za Galenem powtarza, że trawione pożywienie przechodzi do wątroby i tam zamienia się w krew³⁵. Duchowny wie, że to właśnie ono, a nie ogień czy odzież, zapewnia ludzkiemu ciału ciepło. Teodoret pyta więc retorycznie, jaką wartość będą miały ciepło i krew powstałe w organizmach ascetów, skoro jedzą oni trawę (pohfagów) lub rozmiękczone w wodzie jarzyny strączkowe – *ospria*³⁶. Wobec powyższego, wydaje się, że ascetyczne unikanie termicznego obrabiania żywności, w tym warzyw strączkowych, mogło mieć związek z teorią głoszoną między innymi przez medyka z Pergamonu, który uważał, że jedzenie ulega w żołądku procesowi zbliżonemu do gotowania³⁷. Nie chcąc ułatwiać i przyspieszać trawienia, lecz dążąc do tym większych poświęceń w imię wyznawanej wiary, mnisi sięgali po surowe produkty³⁸.

Termin *ospria*, którego analizy podjęliśmy się w naszym artykule, nie był w dietetyce wyjaśniany w sposób jednoznaczny. Najszerzej definiował go Galen. Lekarz ten poświęcił roślinom, które określił w ten sposób, znaczną część początkowych partii swojego dzieła zatytułowanego *De alimentorum facultatibus*. Co znamienne, prezentacją ich zajął się zaraz po omówieniu roślin zbożowych i produktów z nich otrzymywanych. Fakt ten można uznać za wskaźnik wysokiego znaczenia *ospria* w diecie w momencie, gdy medyk z Pergamonu

³³ I. Pasztori-Kupan, *Theodoret of Cyrus*, s. 4.

³⁴ V. Nutton, *Ancient Medicine*, s. 302.

³⁵ V. Nutton, *Ancient Medicine*, s. 233; O. Temkin, *Galenism. Rise and Decline*, s. 154–156. Galen nie formułuje swoich poglądów na temat procesu trawienia jako spójnej teorii, by je poznać należy przestudiować cały korpus jego tekstów, cf.: B.J. Good, *Medicine, Rationality and Experience*, s. 103–106; M. Grant, *Introduction*, w: Galen, s. 7–8; P. Pioreschi, *A History of Medicine*, s. 420–424.

³⁶ Theodoretus, *Oratio de divina et sancta charitate*, 2, PG 83, 1497–1500.

³⁷ Galenus, *De naturalibus facultatibus*, 160, 17–168, 5. Galen wyśmiewa się tutaj z Erasistratosa, lekarza greckiego żyjącego w IV–III w. p.n.e. (cf.: P.M. Fraser, *The Career of Erasistratus*, s. 518–537; J. Scarborough, *Erasistratos of Ioulis*, s. 294–296; W.D. Smith, *Erasistratus's Dietetic Medicine*, s. 398–409), który nie wierzył, że jedzenie może zostać ugotowane za sprawą ciepła, jakie panuje w żołądku; Galenus, *De usu partium*, 275, 3–281, 19. Cf. I. Mazzini, *Diet and Medicine*, s. 143 oraz uwagi M.J. Schiefskyego (*Commentary*, s. 316–317) dotyczące poglądów Hipokratesa na ten temat.

³⁸ Starożytni lekarze uważali, że gotowane jedzenie jest nie tylko łatwiej trawione przez organizm, ale i zdrowsze dla człowieka, I. Mazzini, *Diet and Medicine*, s. 145, 148–149.

komponował swój traktat, a więc w drugiej połowie II w. n.e. Wartość jarzyn strączkowych doceniali kolejni znawcy medycyny w całym interesującym nas okresie. Dowodzi tego choćby ta sama kolejność cytowania wiadomości ich dotyczących w pracach, które powstały u schyłku tej ery, w VII w. – w encyklopedii medycznej znanej jako *Epitome* Pawła z Eginy³⁹ czy w anonimowym traktacie *De cibis*⁴⁰.

Galen poprzedził szczegółowe i obszernie rozważania na temat *ospria* krótkim, bo zaledwie kilkuwersowym wstępem, w którym przedstawił definicję tego pojęcia i wymienił główne rośliny składające się na tę grupę. Wśród nich znalazły się: bób, groch, ciecierzycza, soczewica, łubin, ryż, wyka zwana *orobos* (*Vicia ervilia*, L), groszek (*lathyros* – *Lathyrus sativus*, L), lędźwian (*Lathyrus ochrus*, L), fasola (*Vigna sinensis*, L), kozieradka (*Trigonella Foenum-graecum*, L), wyka zwana *afake* (*Vicia angustifolia*, L), i, jak to ujął autor *De alimentorum facultatibus*, temu podobne⁴¹. Grupa ta była więc na tyle liczna, a należące do niej rośliny dobrze znane i powszechnie spożywane, że lekarz uznał za bezcelowe zamieszczanie w swojej pracy pełnego ich wykazu.

Dzięki samemu Galenowi możemy starać się uzupełnić tę listę. Do *ospria* zatem medyk zaliczał *bikos*, czyli wykę siewną (*Vicia sativa*, L), którą w *De alimentorum facultatibus* charakteryzował w grupie wraz z *afake*⁴². Do tej samej klasy wchodziły nasiona wierzby *Vitex agnus castus*, L. Lekarz informuje, że zjadano je po uprażeniu w celu zmniejszenia popędu płciowego. Jego zdaniem nie dawały one ciału zbyt wiele pokarmu, wysuszając je i ochładzając⁴³. Podobne działanie miały nasiona konopi (*kannabis*), przygotowywane analogicznie do wierzbowych i zjadane jako *tragemata*⁴⁴. Były one nadto ocenione jako trudne do strawienia i złe dla żołądka, dodatkowo miały sprzyjać bólom głowy i rozchwianiu równowagi humoralnej⁴⁵. Kolejny element interesującej nas kła-

³⁹ Fragment dotyczący *ospria* znajduje się bezpośrednio za rozdziałem poświęconym *sitode*. Cf. Paulus Aegineta, *Epitomae medicae*, I, 78, 1, 1–79, 1, 15. Szerzej o *Epitome* i Pawle z Eginy w: M. Kokoszko, *Ryby i ich znaczenie*, s. 15–16; P.E. Pormann, *Paulos of Aigina*, s. 629.

⁴⁰ W traktacie tym *sitodes* i *ospria* tworzą jedną grupę podstawowych pokarmów – *De cibis*, II, 1–37. O *De cibis* w A. Dalby, *Flavours of Byzantium*, s. 48.

⁴¹ Galenus, *De alimentorum facultatibus*, 524, 11–16.

⁴² Galenus, *De alimentorum facultatibus*, 550, 15–551, 14.

⁴³ Galenus, *De alimentorum facultatibus*, 550, 8–14.

⁴⁴ *Tragemata* to zakąski lub desery serwowane jako dodatek do wina, A. Dalby, *Food in the Ancient World*, s. 330; M. Toussaint-Samat, *Historia naturalna i moralna*, s. 250.

⁴⁵ Galenus, *De alimentorum facultatibus*, 549, 16–550, 7. Antyczna i bizantyńska nauka o roli pokarmu w życiu człowieka opierała się na tak zwanej teorii czterech humorów (*chymoi*), czyli soków organicznych, którymi były: krew, żółć, czarna żółć i flegma. Zdrowie

sy stanowiła nasiona gatunku szalwii zwanego *horminon* (*Salvia horminum*, L), które prażono, następnie przerabiano na mąkę *aleuron*, a tę dodawano do miodu⁴⁶. W tej samej grupie znalazło się siemię lniane i choć nie uzyskało ono od Galena wysokiej oceny dietetycznej, to nie zostało też skreślone przez niego z listy pożytecznych pokarmów. Pisał on na przykład, że uprażone i podane z dodatkiem *garum*⁴⁷ traktowane było przez wielu jako *opson*. Spożywano je także jako *sui generis* słodkość wyrabianą z miodem (być może w formie podobnej do antycznej *madza*⁴⁸ czy współczesnej sezamki). Co więcej, posypywano nim bochenki chleba⁴⁹. W tej grupie znajdujemy również dobrze znany nam mak, który, jak podał autor *De alimentorum facultatibus*, często używany był do posypywania chleba. Oziębiał on i dlatego, zdaniem Galena, działał nasennie. Był trudny do strawienia oraz niezbyt pożywny, jego zaletą było jednak to, że wstrzymywał kaszel i łagodził katar⁵⁰. Do omawianej kategorii Galen zaliczył nadto sezam i stulisz (*erysimon* – *Sisymbrium polyceriatium*, L)⁵¹. Pierwszy został uznany między innymi za tłusty, powodujący powstawanie gęstych soków, wolno przechodzący przez organizm i zakłócający pracę przewodu pokarmowego. Galen pisał, że miesza się go z miodem i sporządza swego rodzaju ciasteczka zwane *sesamis*. Posypuje się nim też, ciągnął autor, bochenki chleba.

człowieka miało zależeć od właściwej proporcji zmieszania owych humorów oraz od zachowania ich cech charakterystycznych (tj. wilgoci, suchości, ciepła i zimna) w stanie pierwotnym. Cf.: N. Arikha, *Passions and Tempers*, s. 3–47; J. Bos, *The Rise and Decline*, s. 29–50; J. Jouanna, *La théorie des quatre*, s. 138–167; M. Kokoszko, Z. Rzeźnicka, *Dietetyka w De re coquinaria*, s. 8–10.

⁴⁶ Galenus, *De alimentorum facultatibus*, 549, 12–15.

⁴⁷ *Garum* było sosem przyrządzanym przez zasolenie całych ryb oraz ich wnętrzności. Stosowano je samodzielnie lub jako przyprawę do innych potraw. Popularność zyskało ok. V w. p.n.e. W czasach antyku i Bizancjum istniało wiele jego odmian, kilka z dawnych przepisów dotrwało do naszych czasów, cf. m.in.: R.I. Curtis, *In Defense of Garum*, s. 232–240; N. Desse-Berset, J. Desse, *Salsamenta, garum et autres*, s. 73–97; Ch. Grocock, S. Grainger, *Excursus on Garum and Liquamen*, s. 373–387; M. Kokoszko, *Aromaty kuchni antyku*, s. 548–553; idem, *Sosy w kuchni greckiej*, s. 289–298; R. Sanquer, P. Galliou, *Garum, sel el salaisons*, s. 199–223; M. Toussaint-Samat, *Historia naturalna i moralna*, s. 336–338.

⁴⁸ *Madza* była głównym i najbardziej rozpowszechnionym produktem spożywczym uzyskiwanym z mąki jęczmiennej. Miała formę gęstej masy, którą można było przechowywać w takiej postaci jako zapas żywności, rozwadniać, by sporządzić z niej płynną potrawę, lub piec jako płaski placek. Cf. m.in.: R.D. Griffith, *Maza, "Barley-Cake"*, s. 83–88; M. Kokoszko, *Smaki Konstantynopola*, s. 478–480; M. Toussaint-Samat, *Historia naturalna i moralna*, s. 222.

⁴⁹ Galenus, *De alimentorum facultatibus*, 549, 1–11.

⁵⁰ Galenus, *De alimentorum facultatibus*, 548, 9–16.

⁵¹ Galenus, *De alimentorum facultatibus*, 547, 10–548, 8.

Stulisz z kolei został scharakteryzowany jako pokarm podobny, ale gorszy od sezamu, niezbyt smaczny i mało pożywny.

Mając na względzie powyższy wykaz, nie dziwi nas fakt, że Galen włączył do grona *ospria* także rośliny, które dziś zaliczamy do zbóż, jak owies⁵², proso⁵³ oraz wymieniony już wcześniej ryż. Należy zatem wnioskować, że termin *ospria* obejmował w *De alimentorum facultatibus* znacznie szerszą grupę niż tę, którą współcześnie nazywamy roślinami strączkowymi. Na szczęście lekarz podał nam kryterium, którym posłużył się przy formułowaniu swojej definicji. Z tekstu traktatu wynika, że było to kryterium negatywne, medyk pisał bowiem, że *ospria* to te z darów Demeter, a więc z ziaren, których nie używano jako surowca do przygotowania chleba⁵⁴. Nic więc dziwnego, że na liście Galea pojawiło się tak wiele roślin posiadających tylko jedną cechę wspólną – niezdatność do wykorzystania w produkcji podstawowych wypieków⁵⁵.

W zrozumieniu pojęcia *ospria* pomaga sprecyzowanie terminu *poltos* dane przez wybitnego lekarza żyjącego w VI w. n.e., Aecjusza z Amidy⁵⁶, w dziewiętej księdze jego dzieła zatytułowanego *Iatricorum libri*. Otóż nazwa ta odnosi się w tym źródle do potrawy gotowanej z *ospria* albo z *sitode*⁵⁷. Z definicji wynikałoby więc, że *ospria* są grupą pokarmową odmienną od *sitode*, a zatem produktem spożywczym innym niż ten, który otrzymywano z roślin zbożowych. Z narracji wynika również, że obydwie te grupy pokarmów mogą stać się podstawą przygotowania podobnego dania – zupy (czy też papki) zwanej *poltos*. Ponieważ pojęcie *sitode* obejmuje ziarna roślin zwanych zbożami, *ospria* stanowić muszą nasiona roślin nimi niebędących.

Jeżeli powyższa interpretacja jest właściwa, można dojść do wniosku, że definicja pojęcia *ospria* zawarta w *Iatricorum libri* jest w swojej istocie podobna do tej, którą stworzył Galen. Analogicznie do swojego poprzednika, Aecjusz z Amidy przeciwstawił sobie *ospria* i *sitode* i wskazał na różnicę między nimi.

⁵² Galenus, *De simplicium medicamentorum*, 855, 1–2.

⁵³ Galenus, *De simplicium medicamentorum*, 875, 6. Ta klasyfikacja utrwali się do tego stopnia, iż pojawi się także poza literaturą medyczną, np. w: Suidae *Lexicon*, Μελίνη, μ, 506, 1; Suda, *Lexicon*, Μελίνη, μ, 507, 1.

⁵⁴ Galenus, *De alimentorum facultatibus*, 524, 12–13.

⁵⁵ Wypada tutaj dodać, iż szereg z nich mogło być do pieczywa dodatkiem, na co również Galen zwracał uwagę.

⁵⁶ Aecjusz z Amidy studiował w Aleksandrii, być może przez pewien czas praktykował w Egipcie. Znaczną część swojego życia spędził na dworze w Konstantynopolu, prawdopodobnie jest, że był osobistym lekarzem cesarzowej Teodory. Jest autorem zbioru pism *Iatricorum libri*, liczącego szesnaście ksiąg, cf.: M. Kokoszko, *Ryby i ich znaczenie*, s. 9; J. Scarborough, *Aëtios of Amida*, s. 38–39.

⁵⁷ Aetius Amidinus, *Iatricorum libri*, IX, 42, 81–83.

Polega ona na tym, że pierwsze z wymienionych nadają się wyłącznie do gotowania, podczas gdy drugie można poddawać nie tylko obróbce cieplnej na moku, ale również, o czym powszechnie wiadomo, wypiekać z nich chleb, podstawowy i najbardziej prestiżowy produkt spożywczy pochodzenia roślinnego.

Wielokrotnie cytowane przez medyków wypowiedzi Rufusa z Efezu, lekarza żyjącego w I w. n.e.⁵⁸, w których przywołuje on termin *ospria*, są jednym z dowodów na to, że pojęcie to rozumiano także, a może przede wszystkim, w sensie zawężonym. Chodzi tutaj o fragmenty jego rozważań dotyczące uprawiania miłości (*Peri afrodision*). Znalazły się one między innymi w szóstej księdze *Collectiones medicae* Orybazjusza⁵⁹, w trzeciej księdze *Iatricorum libri* Aecjusza z Amidy⁶⁰ oraz w pierwszej księdze *Epitome* skomponowanej przez Pawła z Eginy⁶¹. To regularne korzystanie z rzeczonych doktryn z pewnością wskazuje na ich popularność i, co się z tym wiąże, na rozprzestrzenienie i powszechne rozumienie pojęć używanych do ich sformułowania.

Wedle zgodnej wersji autorów idących za Rufusem z Efezu, ci, którzy chcieli korzystać z miłostek, winni jeść *ospria*, czyli rośliny, takie jak: ciecierzycyca, lędkzwan, nasiona fasoli, groch, zielona fasolka. Te pokarmy bowiem wypełniają ciało człowieka powietrzem warunkującym właściwe przygotowanie organów płciowych i dostarczają mu odpowiedniej ilości energii do podjęcia czynności, do których się szykuje⁶².

Warto zauważyć, że medyk z Efezu w tym popularnym tekście konstruuje definicję pojęcia *ospria* nieco inaczej niż Galen i Aecjusz z Amidy. Różnica polega na tym, że nie czyni tego, przeciwstawiając ten termin innemu, ale wymieniając gatunki roślin do niego przynależne i wyodrębniając ich jedną, konstytutywną cechę. Na stworzoną przez Rufusa listę trafiają wyłącznie rośliny, które

⁵⁸ Rufus z Efezu to drugi, obok Galena, wielki grecki lekarz schyłku starożytności. Był tak praktykiem, jak i teoretykiem. Spuścizna literacka Rufusa znana jest dziś przede wszystkim dzięki wyciągom sporządzonym przez jego następców, cf. m.in.: J. Ilberg, *Rufus von Ephesos*; J. Scarborough, *Rufus of Ephesos*, s. 720–721.

⁵⁹ Oribasius, *Collectiones medicae*, VI, 38, 1, 1–30, 5 (*ospria* – Oribasius, *Collectiones medicae*, VI, 38, 16, 4–5). Orybazjusz żył w IV w. n.e., był przybocznym lekarzem cesarza Juliana Apostaty, więcej np. w: B. Baldwin, *The Career of Oribasius*, s. 85–97; M. Grant, *Introduction*, w: Oribasius, s. 1–4; K. Jagusiak, M. Kokoszko, *Życie i kariera Orybazjusza*, s. 5–21; iidem, *Pisma Orybazjusza jako źródło*, s. 339–357; J. Scarborough, *Oribasios of Pergamon*, s. 595–596.

⁶⁰ Aetius Amidinus, *Iatricorum libri*, III, 8, 1–71 (*ospria* – Aetius Amidinus, *Iatricorum libri*, III, 8, 57–58).

⁶¹ Paulus Aegineta, *Epitome medicae*, I, 35, 1, 1–34 (*ospria* – Paulus Aegineta, *Epitome medicae*, I, 35, 1, 19–20).

⁶² Aetius Amidinus, *Iatricorum libri*, III, 8, 57–58.

współcześnie klasyfikujemy jako strączkowe. Wyróżnik tej grupy, gdy oceniana jest jako pożywienie, stanowi wiatropędność.

Pewność co do tego, że właściwie zrozumieliśmy pojęcie *ospria* w ujęciu Efezyjczyka, uzyskujemy, zestawivszy jego tekst z kolejnym fragmentem *Epitome*, który, podobnie jak ten już wzmiankowany, pochodzi z pierwszej księgi tego dzieła. Druga definicja *ospria* dana przez Pawła z Eginę wymienia już jedynie rośliny *sensu stricto* strączkowe⁶³. Fakt ten pozwala sądzić, że zawężone rozumienie interesującego nas terminu rozprzestrzeniło się w czasach Pawła na tyle, że wyparło z rozważań dietetycznych zbyt szeroką i przez to nieprecyzyjną interpretację zaproponowaną przez Galena. Warto szczegółowo omówić ów tekst lekarza z Eginę jako ciekawy przykład poglądów dietetycznych kończącego się VI i początku VII w., a zatem podsumowujących dorobek antyku i wczesnego Bizancjum w tym względzie. Ponadto, jak się okaże, fragment ten przekazuje również inne, ciekawe dla nas informacje.

Na wstępie należy zaznaczyć, że schemat kompozycyjny owego passusu z *Epitome* odbiega od tego, który znamy z rozważań Galena⁶⁴, a później z notatek Orybazjusza⁶⁵. Mimo to, gdy zawężymy listy *ospria* zachowane w pracach obydwu tych lekarzy do właściwych roślin strączkowych i sformułowane przez nich pojęcia zestawimy z tymi, których autorem jest Paweł z Eginę, zauważymy brak znaczących zmian preferencji żywieniowych w tym zakresie w okresie między II a VII w. Elementy konsekwentnej kontynuacji łatwo dostrzeżemy także w szczegółach doktrynalnych zaprezentowanych przez wymienionych pisarzy medycznych.

Interpretacja tego faktu może być różnorodna. Niewykluczone, że mamy tutaj do czynienia z dochowaniem wierności ustaleniom poprzedników ze względu na szacunek żywiony dla ich doktryn. Z drugiej strony w grę może wchodzić mechaniczne powtarzanie cudzych poglądów, które za nic ma stan realny epoki lekarza z Eginę. Prawdopodobne jest również to, że ściśle trzyma-

⁶³ Paulus Aegineta, *Epitomae medicae*, I, 79, 1, 1–19.

⁶⁴ Galen w *De alimentorum facultatibus* znacznie rozszerza dane opracowane w dziele *De materia medica* przez Dioskuridesa, lekarza żyjącego w I w. n.e. (o Dioskuridesie cf.: M. Kokoszko, *Ryby i ich znaczenie*, s. 12; J. Scarborough, *Dioscourides of Anazarbos*, s. 271–273). Galen zmienia też nieco kolejność, która u Dioskuridesa przedstawia się następująco: ciecierzycą (Dioscurides Pedanius, *De materia medica*, II, 104, 1, 1–2, 11), bób (Dioscurides Pedanius, *De materia medica*, II, 105, 1, 1–3, 7), lotos (Dioscurides Pedanius, *De materia medica*, II, 106, 1, 1–2, 10), soczewica (Dioscurides Pedanius, *De materia medica*, II, 107, 1, 1–3, 9), wyka *orobos* (Dioscurides Pedanius, *De materia medica*, II, 108, 1, 1–2, 12), łubin (Dioscurides Pedanius, *De materia medica*, II, 109, 1, 1–2, 10).

⁶⁵ Ten utrzymuje schemat przyjęty przez Galena. Jego rozważania są streszczeniem ustaleń poprzednika – cf. Oribasius, *Collectiones medicae*, I, 17, 1, 1–34, 2, 3.

nie się w tych rozważaniach schematów kompozycyjnych zaproponowanych jeszcze przez Galena ma jednak swoje odniesienie do rzeczywistości końca VI i początku VII w. i jest tylko dokładnym jej odbiciem. Autorzy niniejszego artykułu za najbliższą prawdy uznają ostatnią z tych propozycji.

Przejdźmy bezpośrednio do tekstu *Epitome*. Narracja Pawła z Eginety rozpoczyna się od prezentacji cech soczewicy. Zostaje ona scharakteryzowana w sposób bardzo tradycyjny. Lekarz uznaje ją za pożywienie o zakłóconej równowadze *chymoi*⁶⁶, a więc należące do kategorii *kakochyma* i przyczyniające się do powstawania czarnej żółci. *Fakos*, nawet gotowana dwa razy, silnie oddziałuje na przewod pokarmowy⁶⁷, natomiast wywar z niej (*dzema*), doprawiony *garum* i oliwą, doprowadza do przeczyszczenia. By pozbyć się jej wiatropędności, gotuje się ją razem z cząbrem i miętą polej⁶⁸. Na drugim miejscu znalazł się bób (*kyamos*). Paweł z Eginety nazwał go lekkim, wiatropędnym i oczyszczającym⁶⁹. Kolejną pozycję, identycznie jak w rozważaniach Galena, a wcześniej Dioskuridesa⁷⁰, dzierży lotos, zwany też bobem egipskim (*Nelumbium speciosum*, L.). Lotos jest, jak charakteryzował go autor *Epitome*, bardziej wodnisty od tego znanego Hellenom, a więc też pozostawia więcej niestrawionych resztek⁷¹. Dopiero za nim pojawia się groch żółty (*pissos* – *Pisum sativum*, L.), którego miąższ uznany zostaje za raczej porowaty, ale też nie tak wiatropędny⁷². Ciecierzycy (*erebinthos*), opisywana jako kolejna, jest wiatropędna, czyszcząca i doprowadza do rozpadu kamieni w przewodzie moczowym. Nadto, przyczynia się do produkcji nasienia i sprzyja współżyciu. Prażona ciecierzycy traci swoją wiatropędność, staje się jednak trudna do wstępnego trawienia⁷³. Łubin jest niełatwy do rozłożenia w żołądku i do przyswojenia, jak również przyczynia się do powstawania soków określanych jako surowe (*omoi*)⁷⁴. Kozieradka (*Trigonella foenum graecum*, L.) zjedzona przed głównym posiłkiem rozgrzewa i powoduje przeczyszczenie⁷⁵. Lędźwian (*ochros* – *Lathyrus ochrus*; *Lathyrus sativus*, L.) i fasola (*faselos* – *Vigna sinensis*, L.) namoczone tak długo aż zakiełkują,

⁶⁶ Cf. przyp. 46.

⁶⁷ Zapewne chodzi o fakt spowalniania pracy przewodu pokarmowego aż do wywołania zatwardzenia i wolnego przechodzenia pożywienia przez organizm.

⁶⁸ Paulus Aegineta, *Epitomae medicae*, I, 79, 1, 1–4.

⁶⁹ Paulus Aegineta, *Epitomae medicae*, I, 79, 3–5.

⁷⁰ Dioscurides Pedanius, *De materia medica*, II, 106, 1, 1–2, 10.

⁷¹ Paulus Aegineta, *Epitomae medicae*, I, 79, 1, 5–6.

⁷² Paulus Aegineta, *Epitomae medicae*, I, 79, 1, 6–7.

⁷³ Paulus Aegineta, *Epitomae medicae*, I, 79, 1, 7–9.

⁷⁴ Paulus Aegineta, *Epitomae medicae*, I, 79, 1, 9–10.

⁷⁵ Paulus Aegineta, *Epitomae medicae*, I, 79, 1, 9–10.

jedzone z *garum* doprowadzają do przeczyszczenia, gdy zostaną spożyte przed innymi pokarmami, i są bardziej pożywne od kozieradki⁷⁶. Fasola (zwana też inaczej *dolichos*) jedzona w całości razem z jeszcze zielonymi strąkami zawiera w sobie więcej elementów nietrawionych (*perittomatikoteros*)⁷⁷.

Podsumowując nasze rozważania, można stwierdzić, że termin *ospria*, choć rozszerzany przez Galena, oznaczał rośliny strączkowe. Traktowano je w diecie jako pokrewną grupę wyróżniającą się wspólnymi cechami, wśród których dominowały: wiatropędność, zdolność do oczyszczania, przyczynianie się do produkcji gęstych soków. Kolejność wprowadzania danych na temat *ospria* w stosunku do tych, które dotyczyły grupy *sitode*, ilość miejsca poświęcana strączkowym w dyskusjach dietetycznych oraz szczegółowość charakterystyki, a nadto systematyczność powtarzania ustalonych doktryn wskazują na znaczną powszechność tego pokarmu i wartość odnotowania rolę w diecie.

Przyjrzyjmy się wobec tego nieco bliżej pozycji, jaką rośliny strączkowe zajmowały w diecie. Dla osób zamieszkujących obszary położone nad Morzem Śródziemnym od tysiącleci były one jej istotnym składnikiem. Plasowały się zapewne na drugim miejscu, zaraz za roślinami zbożowymi. Znano wiele ich gatunków i powszechnie je uprawiano, co sprawiało, że ceny na tak otrzymywane plony nie były zbyt wygórowane. *Ospria* stanowiły zatem pożywienie popularne, ale mniej cenione przez ludzi antyku niż produkty zbożowe⁷⁸. Powodem zaniżenia wystawionej im oceny był fakt, że mąka *aleuron* z nich uzyskiwana nie nadawała się do produkcji chleba. Co więcej, charakterystyka dietetyczna roślin strączkowych, na co w pewnym, niewielkim stopniu zwróciliśmy uwagę powyżej, wskazywała na ich niekorzystne cechy, zwłaszcza na wiatropędność, a nawet na szkodliwy wpływ na zdrowie (np. na problemy ze wzrokiem w przypadku oparcia diety na nadmiarze soczewicy). Z drugiej strony, akcentowanie przez niemal wszystkich wymienionych wcześniej pisarzy skutków, jakie na zdrowie człowieka wywierało spożywanie roślin strączkowych w zbyt dużej ilości, świadczy o tym, że wiele osób do tego stopnia chciało lub musiało oprzeć swój schemat wyżywienia na tego rodzaju produktach, że w końcu medycyna zaczęła analizować takie postępowanie jako swoisty fenomen, przypisując mu

⁷⁶ Paulus Aegineta, *Epitomae medicae*, I, 79, 1, 12–14.

⁷⁷ Paulus Aegineta, *Epitomae medicae*, I, 79, 1, 14–15.

⁷⁸ A. Dalby, *Food in the Ancient World*, s. 194; idem, *Siren Feasts*, s. 39; K.B. Flint-Hamilton, *Legumes in Ancient Greece*, s. 372–375; P. Garnsey, *Food and Society*, s. 15; M. Kokoszko, *Smaki Konstantynopola*, s. 485; M. Kokoszko, Ł. Erlich, *Rola roślin strączkowych*, s. 8. Cf. L. Foxhall, H.A. Forbes, *Sitomereia: the Role of Grain*, s. 41–90.

negatywne konsekwencje. Niektóre spośród *ospria*, jak na przykład wyk⁷⁹ czy łubin⁸⁰, uważane były wręcz za pokarm, do którego warto było uciec się tylko w okresach głodu. Tego typu opinie nie przeszkodziły jednak w wykorzystywaniu niektórych *ospria* jako poręcznego źródła substancji czynnych terapeutycznie, a więc *farmaka*, co dodatkowo umacniało ich pozycję wśród zasobów żywnościowych wartych kultuwacji.

Traktaty medyczne sugerują stałość wspomnianych tendencji w okresie interesującym autorów niniejszych rozważań. Dla ery wczesnego Bizancjum i czasów późniejszych potwierdzają to także wyniki badań Phedona Koukoulesa⁸¹, Johanna Koder⁸² oraz Marcusa Louisa Rautmana⁸³. Badacze ci uważają, że analizowany pokarm był nadal pożywieniem o pierwszoplanowym znaczeniu, choć ciągle jednocześnie uznawanym za gorszy od roślin zbożowych⁸⁴. W dalszym ciągu również, mimo niezbyt pozytywnej oceny dietetycznej, wykorzystywano go na tyle często jako surowiec kulinarny, by warto było poświęcić ogólnym zasadom jego gotowania cały rozdział w traktacie *O sztuce gospodarowania*⁸⁵. Fakt ten dowodzi niejako istotności *ospria* w rolnictwie i gastronomii pomiędzy VI a X w. Rady zamieszczone w tym dziele były zresztą dość proste i praktyczne, a w kwestii przyrządzania *ospria* mówiły, by rośliny strączkowe gotować z gorczycą. Jeżeli dołoży się jej wystarczająco dużo, groch, bób, soczewica i inne produkty tego typu rozgotują się szybko, tworząc jednolitą papkę stanowiącą podstawę zupy, czyli najczęstszej formy serwowania wzmiankowanych specjałów⁸⁶. Oczywiście gorczyca spełnia tutaj nie tylko rolę

⁷⁹ P. Garnsey, *Food and Society*, s. 37–38. O wyce m.in. w: A. Dalby, *Food in the Ancient World*, s. 342–343; K.B. Flint-Hamilton, *Legumes in Ancient Greece*, s. 378–379; M. Kokoszko, Ł. Erlich, *Rola roślin strączkowych*, s. 16–17; D. Zohary, M. Hopf, *Domestication of Plants*, s. 110–114.

⁸⁰ P. Garnsey, *Famine and Food*, s. 52. O łubinie m.in. w: A. Dalby, *Food in the Ancient World*, s. 201.

⁸¹ Ph. Koukoules, *Byzantinon bios*, s. 96–97; idem, *Byzantinon trophai*, s. 70–71.

⁸² J. Koder, *I kathemerini diatrof*, s. 23; idem, *Stew and Salted Meat*, s. 59–72, zwł. 61, 67, 69–70.

⁸³ M.L. Rautman, *Daily Life in the Byzantine*, s. 252.

⁸⁴ L. Garland, *The Rhetoric of Gluttony and Hunger*, s. 48 (opinia na temat bobu).

⁸⁵ Cassianus Bassus, *Geoponica*, II. *Geoponica*, notabene, wprost roją się od wzmianek na temat uprawy *ospria*, a autor wymienia w swojej pracy: bób, ciecierzycę, groch zwyczajny, groszek zwyczajny, kozieradkę, lucernę, łubin, soczewicę, wykę siewną oraz wykę soczewicowatą. Na temat tego dzieła w: I. Mikołajczyk, *Wstęp*, s. 7–45.

⁸⁶ Cassianus Bassus, *Geoponica*, II, 41.

substancji przyspieszającej mięknienie *ospria*⁸⁷, ale także środka redukującego ich wiatropędność. Warto w tym miejscu dodać, że sugestie autora *Geoponica* nie stoją w sprzeczności, ale są uzupełnieniem rozważań dietetyczno-kulinarnych, które znajdujemy na stronach pism medycznych, a zatem wskazują na powszechność doktryn dietetycznych poza obszarem zainteresowania *materia medica*. Co więcej, ponieważ informacje zawarte w *O sztuce gospodarowania* pochodzą od Demokryta, domniemywać wypada, że już w III w., gdy Demokryt działał, sposób ten znany był powszechnie wśród grekojęzycznej ludności basenu Morza Śródziemnego i że ciągle pamiętano o nim w okresie wydania interesującego dzieła agronomicznego w X w.

Ospria, choć stanowiły podstawę przede wszystkim prostych posiłków⁸⁸ i uchodziły za pożywienie biedniejszej części ludności⁸⁹, czasami stawały się składnikami bardziej lub nawet bardzo wyszukanych dań⁹⁰. Co istotne, umiejętność wykorzystywania ich do przygotowywania luksusowych potraw nie zanikła wraz z końcem antyku⁹¹. Wprost przeciwnie. Athanasius Louvaris sugeruje, że rośliny strączkowe zyskiwały na znaczeniu z powodu nakazów i zakazów kościelnych, zwłaszcza wprowadzania długotrwałych postów, które z kolei zmuszały kucharzy do specjalnej kreatywności w okresach, gdy nie wolno było spożywać mięsa⁹². Na owe ekscesy kulinarne pozwolić sobie mogła jednak tylko elita finansowa. Dlatego, pomimo starań bizantyńskich kucharzy, dla szerokich mas społeczeństwa *ospria* pozostały na zawsze typowym pokarmem postnym⁹³, a najbardziej gorliwi asceci, jak mogliśmy to zaobserwować

⁸⁷ Autor wskazuje, że gorczyca działała w podobny sposób też na mięso. Cf. M. Kokoszko, *Aromaty kuchni antyku*, s. 553–554.

⁸⁸ Wypada jednak zaznaczyć, że ze źródeł medycznych wnosić trzeba, iż zawsze istniały też bardziej wyszukane ich wersje, jak na przykład *fake* doprawiana *siraion*, czyli zredukowanym moszczem winnym, o której mowa jest choćby w dorobku Galena i Orybazjusza.

⁸⁹ M. Corbier, *The Broad Bean and*, s. 132–135; J. Wilkins, *The Boastful Chef*, s. 13–16.

⁹⁰ A. Dalby, *Tastes of Byzantium*, s. 80–81. Przepisy na tego typu dania podaje choćby traktat *O sztuce kulinarnej*, datowany na przełom IV i V w. n.e., którego autorstwo przypisywane jest niejakiemu Apicjuszowi – Apicius, *De re coquinaria*, V, 3, 2. P. Garnsey (*Food and Society*, s. 121) zauważa jednak, że dla osób bogatych, w przeciwieństwie do biedoty, włączenie roślin strączkowych do menu nie było koniecznością, a jedynie wyborem. Na temat *De re coquinaria* cf.: S. Grainger, *The Myth of Apicius*, s. 71–77; M. Kokoszko, *Ryby i ich znaczenie*, s. 19–20; H. Lindsay, *Who Was Apicius?*, s. 144–154; S. Wyszomirski, *Wstęp*, s. 3–17.

⁹¹ A. Dalby, *Flavours of Byzantium*, s. 80.

⁹² A.N.J. Louvaris, *Fast and Abstinence*, 196. Opinia A.N.J. Louvarisa nie jest zresztą odosobniona i podziela ją choćby A. Dalby (*Flavours of Byzantium*, s. 80).

⁹³ K. Parry, *Vegetarianism in Late*, s. 184.

na przykładzie mnichów przedstawionych przez Teodoretę z Cyru, rezygnowali nawet z wydawałoby się koniecznych dodatków do gotowanego bobu, soczewicy czy grochu⁹⁴. Niektórzy, zwłaszcza zaś ci, którzy dysponowali tylko bardzo ograniczonymi środkami, właściwie nigdy nie doprawiali omawianych pokarmów w wyszukany sposób, gdyż ich ubóstwo pozbawiało ich takiej możliwości⁹⁵.

Z powodu mnogości danych na temat *ospria*, w dalszej części naszego tekstu chcielibyśmy po krótko przedstawić jedynie trzy przykładowe rośliny należące do tej grupy. Wybraliśmy te spośród nich, które pojawiły się w dziele biskupa Cyru. Będą to zatem: soczewica, bób i ciecierzycę. Reszta materiału daje duże możliwości badawcze i oczekuje na chętnych do jej opracowania.

Soczewica, nazywana po grecku nie tylko *fakos*, ale niekiedy też *fake*, była jedną z najbardziej popularnych, gdyż najszerzej rozpowszechnionych roślin strączkowych starożytności i okresu wczesnobizantyńskiego. Na obszarach syryjskich zbierano ją już przed dwunastym tysiącleciem p.n.e. Na terenach zamieszkałych przez Greków wykorzystywana była jako pokarm, poczynając od siódmego tysiąclecia p.n.e.⁹⁶ Z czasem, a widoczne to jest wyraźnie w pismach pochodzących ze starożytności, stała się dla ludzi tej epoki jednym z podstawowych źródeł węglowodanów i białka roślinnego. Jej rosnącego znaczenia dowodzi fakt, iż była ciekawym tematem dla *litterati* antyku⁹⁷, a następnie Bizancjum⁹⁸. Za popularność tego produktu w dużej mierze odpowiadała jego cena – nie był on pokarmem droгим. Atenajos z Naukratis zachował powiedzenie: *dodawać mirry do zupy z soczewicy*⁹⁹. Kosztownej mirry, czy też bar-

⁹⁴ A.N.J. Louvaris, *Fast and Abstinence*, s. 192.

⁹⁵ A.-M. Talbot, *Mealtime in Monasteries*, s. 118.

⁹⁶ Cf.: J.P. Alcock, *Food in the Ancient World*, s. 36–37; A. Dalby, *Food in the Ancient World*, s. 194; K.B. Flint-Hamilton, *Legumes in Ancient Greece*, s. 375–377; L. Kaplan, *Beans, Peas and Lentils*, s. 277–279; M. Kokoszko, Ł. Erlich, *Rola roślin strączkowych*, s. 13–16; M. Toussaint-Samat, *Historia naturalna i moralna*, s. 42.

⁹⁷ Piszę o niej m.in. Atenajos z Naukratis w swoim monumentalnym dziele zatytułowanym *Deipnosophisci*, powstałym w latach dwudziestych lub trzydziestych III w. n.e. Utwór ma formę dialogu traktującego o szeroko rozumianej sztuce kulinarnej i stanowi podstawowe źródło podsumowujące wiedzę antyku na temat gastronomii (cf.: K. Bartol, J. Danielewicz, *Wstęp*, s. 7–64; M. Kokoszko, *Ryby i ich znaczenie*, s. 10–12; J. Paulas, *How to Read Athenaeus*, s. 403–439; J. Wilkins, *Athenaeus the Navigator*, s. 132–152) – Athenaeus Naucratis, *Deipnosophistae*, IV 156c–160c (44, 21–51, 18, Kaibel). Cf. D. Zohary, M. Hopf, *Domestication of Plants*, s. 88–94.

⁹⁸ Cassianus Bassus, *Geoponica*, II, 37. Cf. Ph. Koukoules, *Byzantinon bios*, s. 98; idem, *Byzantinon trophai*, s. 72.

⁹⁹ Athenaeus Naucratis, *Deipnosophistae*, IV 160c (51, 13, Kaibel).

dzo cennego olejku mirrowego, nie należało bowiem dolewać do raczej taniej i zwykle mało wyszukanej potrawy¹⁰⁰, jaką było pożywienie, o którym mowa.

Bób, zwany po grecku zarówno *kyamos*, jak i *faba*¹⁰¹, był bardzo ważnym źródłem pożywienia. Dietetycy zawsze i niezmiennie uwzględniali go w swoich rozważaniach na temat *ospria*. Zwykle na tworzonych przez nich listach roślin strączkowych zajmował on jedno z pierwszych miejsc, najczęściej drugie po soczewicy. Nie należał do produktów drogich¹⁰². Najstarsze dostarczone przez archeologię dowody uprawy tej wielce pożytecznej rośliny datują się na czwarte tysiąclecie p.n.e. i pochodzą z obszarów Hiszpanii, południowej Italii i Tesalii. Raz udomowiony, był na tyle popularnym pokarmem w antyku (a przez to tyle razy wzmiankowanym w literaturze tego okresu), że zasłużył sobie na cały rozdział w *Deipnosofistach* Atenajosa z Naukratis¹⁰³. Wątpliwe, by na faktyczne spożycie bobu negatywnie wpłynęła niechęć Pitagorasa do tego pożywienia¹⁰⁴. Nie mogła ona bowiem być traktowana nazbyt poważnie w szerokich kręgach społecznych, skoro nie przeszkodziła nawet temu, że *kyamos* interesowali się *litterati* epoki, jak choćby wymieniony już Atenajos. Znaczną rolę bobu w diecie doceniano także w późniejszym okresie. Jest na to wiele dowodów, oczywiście poza źródłami natury medycznej. Na przykład w traktacie *O sztuce gospodarowania*, w którym to zresztą znajdujemy wzmiankę na temat słynnego filozofa, uprawa *kyamos* została omówiona ze szczegółami¹⁰⁵.

Ciecierzycza znana jest dzisiaj również jako cieciorka. Została ona udomowiona na terenach Bliskiego Wschodu; w Palestynie uprawiano ją jeszcze przed początkiem ósmego tysiąclecia p.n.e. Na obszarze śródziemnomorskim

¹⁰⁰ Były oczywiście i wyszukane jej odmiany, cf. przyp. 89.

¹⁰¹ W *De cibis*, w połączonej charakterystyce roślin zbożowych i strączkowych, pojawia się raz termin *hyoskyamos*. Potem jednak w tekście traktatu systematycznie występuje forma *kyamos*.

¹⁰² *Edictum Diocletiani de pretiis*, I, 9–10.

¹⁰³ Athenaeus Naucratis, *Deipnosophistae*, IX 406b–408b (71, 1–74, 13, Kaibel). Cf.: J.P. Alcock, *Food in the Ancient World*, s. 35; A. Dalby, *Food in the Ancient World*, s. 49–50; K.B. Flint-Hamilton, *Legumes in Ancient Greece*, s. 379–381; L. Kaplan, *Beans, Peas and Lentils*, s. 279–280; M. Kokoszko, Ł. Erlich, *Rola roślin strączkowych*, s. 10–12; M. Toussaint-Samat, *Historia naturalna i moralna*, s. 40–41; H. Woyke, J. Gabryl, *Warzywa strączkowe*, s. 197–198; D. Zohary, M. Hopf, *Domestication of Plants*, s. 106–110. Bób jako symbol cf.: A.C. Andrews, *The Bean and Indo-European*, s. 274–292; F.J. Simoons, *Plants of Life, Plants*, s. 192–266.

¹⁰⁴ Cf.: A. Dalby, *Siren Feasts*, s. 90; R.S. Brumbaugh, J. Schwartz, *Pythagoras and Beans*, s. 421–422; J. Scarborough, *Beans, Pythagoras, Taboos*, s. 355–358.

¹⁰⁵ Cassianus Bassus, *Geoponica*, II, 35.

występowała w stanie dzikim¹⁰⁶. Ludzie antyku na szeroką skalę wykorzystywali zasoby białka w niej zawarte. Pokarm ten, podobnie jak soczewica i bób, był wszechobecny w uprawie i popularnie używany w kuchni, a nadto na tyle tani, by nie uchodzić za luksus. Wniosek o powszechności użycia cieciorki sformułować można między innymi na podstawie źródeł medycznych, z których żadne nie pominęło jej, uznając jednocześnie doniosłe znaczenie, jakie miała w dietetyce. W starożytności zatem pisał o niej między innymi Galen¹⁰⁷. Wzmiankowana była nawet w literaturze pięknej, choćby w *Deipnosophistach* Atenajosa z Naukratis¹⁰⁸. Nic nie wskazuje na to, by istotna rola, jaką ciecierzycą odgrywała w antyku, uległa umniejszeniu w okresie późniejszym. Stałości wysokiej oceny przyznawanej tej roślinie dowodzą traktaty medyczne. Orybazjusz¹⁰⁹, Antimus¹¹⁰, Paweł z Eginy¹¹¹ czy autor *De cibis*¹¹² wciąż omawiali wartości dietetyczne i zastosowania medyczne *erebinthos*. Także źródła niemedyczne mówią o ciecierzycy w szczegółach. Na przykład *O sztuce gospodarowania* zawiera stosunkowo dokładne informacje na temat jej uprawy¹¹³. Dodać można, iż nasiona ciecierzycy były nie tylko pożywieniem ludzi, ale też paszą dla zwierząt¹¹⁴.

Analiza treści *Historia religiosa* Teodoreta z Cyru przeprowadzona przez nas pod kątem zbadania diety syryjskich mnichów stanowi kolejny dowód

¹⁰⁶ Cf.: J.P. Alcock, *Food in the Ancient World*, s. 36; A. Dalby, *Food in the Ancient World*, s. 84; K.B. Flint-Hamilton, *Legumes in Ancient Greece*, s. 377–378; M. Kokoszko, Ł. Erlich, *Rola roślin strączkowych*, s. 12; M. Toussaint-Samat, *Historia naturalna i moralna*, s. 41; D. Zohary, M. Hopf, *Domestication of Plants*, s. 101–106.

¹⁰⁷ Galenus, *De alimentorum facultatibus*, 532, 18–534, 7.

¹⁰⁸ Athenaeus Naucratis, *Deipnosophistae*, II, 54e–55b (44, 1–49, Kaibel).

¹⁰⁹ Np. Oribasius, *Collectiones medicae*, I, 20, 1, 1–3, 4.

¹¹⁰ Anthimus, *De observatione ciborum* 66. Antimus był bizantyńskim lekarzem żyjącym na przełomie V i VI w. n.e. Cytowane dzieło jego autorstwa, napisane po łacinie, poświęcone jest różnym rodzajom pożywienia i wpływowi, jaki wywiera ono na zdrowie człowieka. Praca ta, oprócz wartościowych rad, przekazuje również ówczesne przepisy kulinarne. Stanowi ona źródło do poznania nie tylko kuchni bizantyńskiej, ale i diety galijskiej, autor przebywał bowiem przez pewien czas na dworze Teuderyka, króla Franków, cf.: M. Grant, *Introduction*, w: Anthimus; G.M. Messing, *Remarks on Anthimus*, s. 150–158; J. Scarborough, *Anthimus (of Constantinople?)*, s. 91–92.

¹¹¹ Paulus Aegineta, *Epitomae medicae*, I, 79, 1, 7–9.

¹¹² *De cibis*, II, 14–16.

¹¹³ Cassianus Bassus, *Geoponica*, II, 36. Wzmianki o ciecierzycy obecne są także w księdze siódmej (Cassianus Bassus, *Geoponica*, VII, 12), ósmej (Cassianus Bassus, *Geoponica*, VIII, 37) oraz siedemnastej (Cassianus Bassus, *Geoponica*, XVII, 3). Cf. Ph. Koukoules, *Byzantinon bios*, s. 98; idem, *Byzantinon trophai*, s. 72.

¹¹⁴ Cassianus Bassus, *Geoponica*, XVII, 3.

na przydatność historiografii patrystycznej jako źródła do poznania życia codziennego ludzi minionych epok. Nasz autor przekazuje nam stosunkowo dużo informacji dotyczących nawyków żywieniowych ascetów, między innymi wliczając niektóre ze spożywanych przez nich pokarmów. Dowiadujemy się, że w skład menu mnichów wchodziły rośliny strączkowe, z których biskup konkretnie wymienia soczewicę, bób i ciecierzycę.

Zasady religijne wyznawane przez ascetów zakładały rezygnację z wszelkich luksusów, w tym tych odnoszących się do diety, na rzecz jak najskromniejszej egzystencji. Wyrzeczenia te niejednokrotnie przybierały taką skalę, że zagrażały zdrowiu czy nawet życiu świętych mężów. Tylko one jednak, zdaniem mnichów, mogły zbliżyć ich do Boga. Zatem warzywa strączkowe, będące przedmiotem naszych badań, nie mogły uchodzić za kulinarny rarytas. Z dużym prawdopodobieństwem można przypuszczać, że było to pożywienie właściwe członkom mniej zamożnych warstw społeczeństwa. Jednak, w przeciwieństwie do bohaterów dzieła Teodoreta, biedota sięgała po nie z konieczności, a nie po to, by dać dowód wytrwałości w swoich ascetycznych zmaganiach z pokusami świata doczesnego. Wobec powyższego wolno nam uznać, że *Historia religiosa* jest ciekawym źródłem historycznym nie tylko dla tych, którzy zgłębiają dzieje Kościoła okresu schyłku starożytności, ale również dla wszystkich zainteresowanych dniem codziennym osób świeckich. Jest to źródło tym cenniejsze, że historycy tamtej epoki rzadko widzieli potrzebę podzielenia się ze swoimi czytelnikami informacjami dotyczącymi prozy życia najuboższej ludności cesarstwa.

Zestawienie pochodzących od biskupa Cyru wiadomości odnoszących się do diety syryjskich mnichów z opiniami autorów traktatów medycznych na temat poszczególnych produktów żywnościowych prowadzi do ciekawych wniosków. Przede wszystkim pozwala nam na odtworzenie listy *ospria* w rozumieniu antycznym i tym samym daje możliwość udzielenia odpowiedzi na pytanie, jakie warzywa, poza trzema wymienionymi wyżej gatunkami, mogły kryć się pod tym ogólnym terminem użytym przez Teodoreta. Posługując się szeroką definicją sformułowaną przez Galena, do roślin strączkowych oprócz tych, które współcześnie za takie uważamy (np. groch, fasola czy wyka), powinniśmy włączyć również między innymi ryż, owies czy proso, a więc ziarna, które dziś zaliczamy do zbóż. Lekarz z Pergamonu, a później również Aecjusz z Amidy, przeciwstawiając sobie *ospria* i *sitode*, uznawali pierwsze z wymienionych za jedzenie mniej wartościowe, bo nie nadające się do wypieku chleba. Czy tak sformułowana definicja terminu *rośliny strączkowe*, opierająca się na ich negatywnej ocenie, mogła być brana pod uwagę przez ascetów przy wyborze pożywienia? Wydaje się, że tak. Mnisi nie musieli kierować się jedynie niską ceną tych roślin i faktem, że w suchej postaci były one łatwe do prze-

chowowania. Paradoksalnie główna cecha charakteryzująca *ospria* w sposób pejoratywny w oczach ascetów szukających dietetycznych wyrzeczeń mogła uchodzić za ich zaletę. Antyczni i wczesnobizantyńscy medycy, oceniając rośliny strączkowe, wyliczają i inne tego typu ich „przymioty” – ciężkostrawność, wiatropędność, wysuszenie i oziębienie organizmu, mała wartość odżywcza, niekorzystne oddziaływanie na żołądek. Owe negatywne skutki jedzenia jarzyn strączkowych musiały być tym większe, gdy produkty te spożywano bez wcześniejszego poddania ich jakiegokolwiek obróbce termicznej. Oczywiście mnisi mogli rezygnować z gotowania tych warzyw, by nie tracić cennego czasu, jaki powinni poświęcać na modlitwę. Bardziej prawdopodobne wydaje się jednak, że postępowali w ten sposób po to, by uczynić swoją praktykę ascetyczną jeszcze surowszą. Powyższe wnioski prowadzą do pytania o podstawy, na których mogli oni wyrobić sobie zdanie na temat omawianych produktów. Czy bawili wyłącznie na własnych doświadczeniach – złych skutkach, jakie dla ich samopoczucia i zdrowia miało jedzenie na przykład namoczonej w wodzie soczewicy – czy też ich wiedza na temat *ospria*, przynajmniej w niewielkim stopniu, pochodziła również z fachowej literatury medycznej? Można przypuszczać, że mnisi byli zaznajomieni z opiniami lekarzy, tym bardziej że te, począwszy od II w. n.e., od czasów Galena, nie uległy istotnym zmianom. Za słuszością tej tezy przemawia przykład samego Teodoretę. Ten był asceta, który jako biskup ciągle pozostawał w stałym kontakcie z syryjskimi mężami pustyni, dał w swoich pismach dowody na to, że wiedza medyczna nie była mu obca.

Przeprowadzona w niniejszym artykule analiza materiału źródłowego dowodzi, że tak odmienne gatunkowo i tematycznie dzieła, jakimi są *Historia religiosa* Teodoretę z Cyru i traktaty medyczne autorstwa lekarzy żyjących u schyłku starożytności i we wczesnym okresie istnienia Cesarstwa Bizantyńskiego, mogą być ze sobą zestawiane i porównywane. Informacje w nich zawarte uzupełniają się wzajemnie i pozwalają na lepsze poznanie realiów epoki, której dotyczą, a także zrozumienie motywów działań ówczesnych ludzi.

Bibliografia

Źródła

- Aetius Amidinus, *Iatricorum libri*, w: *Aetii Amideni Libri medicinales I–VIII*, ed. A. Olivieri, Lipsiae–Berolini 1935–1950.
- Anthimus, *De observatione ciborum*, w: *Anthimi De observatione ciborum ad Theodoricum regem Francorum epistula*, ed. E. Liechtenhan, Berolini 1963.

- Apicius, *De re coquinaria*, w: *Apicius, A Critical Edition with an Introduction and an English Translation of the Latin Recipe Text Apicius, Text and Commentary* Ch. Grocock, S. Grainger, Totnes 2006.
- Athenaeus Naucratis, *Deipnosophistae*, w: *Athenaei Naucratis Dipnosophistarum libri XV*, rec. G. Kaibel, vol. I–III, Lipsiae–Berolini 1887–1890.
- Cassianus Bassus, *Geoponica*, w: *Geoponica sive Cassiani Bassi Scholastici de re rustica elogue*, rec. H. Beckh, Lipsiae 1895.
- De cibis*, w: *Physici et medici graeci minors*, vol. I–II, ed. I.L. Ideler, Berlin 1841–1842.
- Dioscurides Pedanius, *De materia medica*, w: *Pedanii Dioscuridis Anazarbei De materia medica libri quinque*, ed. M. Wellmann, vol. I–III, Berolini 1906–1914.
- Edictum Diocletiani de pretiis rerum venalium*. *Edykt Dioklecjana o cenach towarów wystawionych na sprzedaż*, tłum., wstęp, oprac. A. Brańska, P. Barański, P. Janiszewski, Poznań 2007.
- Galenus, *De alimentorum facultatibus*, w: *Claudii Galeni Opera omnia*, ed. D.C.G. Kühn, vol. VI, Lipsiae 1823.
- Galenus, *De naturalibus facultatibus*, w: *Claudii Galeni Opera omnia*, ed. D.C.G. Kühn, vol. II, Lipsiae 1821.
- Galenus, *De simplicium medicamentorum temperamentis ac facultatibus*, w: *Claudii Galeni Opera omnia*, ed. D.C.G. Kühn, vol. XI–XII, Lipsiae 1826–1827.
- Galenus, *De usu partium*, w: *Claudii Galeni Opera omnia*, ed. D.C.G. Kühn, vol. III–IV, Lipsiae 1822.
- Oribasius, *Collectiones medicae*, w: *Oribasii Collectionum medicarum reliquiae*, ed. I. Raeder, vol. I–IV, Lipsiae–Berolini 1928–1933.
- Paulus Aegineta, *Epitomae medicae*, w: *Paulus Aegineta*, ed. I.L. Heiberg, vol. I–II, Lipsiae–Berolini 1921–1924.
- Suidae *Lexicon*, rec. A. Adler, vol. I–IV, Lipsiae 1928–1935.
- Theodoretus, *Historia religiosa*, w: *Patrologiae cursus completus. Series graeca*, ed. J.–P. Migne, 82, 1283–1496 (Polskie tłumaczenie tego tekstu: Teodoret biskup Cyru, *Dzieje miłości Bożej. Historia mnichów syryjskich*, wyd. 3, przekł. K. Augustyniak, wstęp E. Wipszycka, K. Augustyniak, Kraków 2011).
- Theodoretus, *Oratio de divina et sancta charitate*, w: *Patrologiae cursus completus. Series graeca*, ed. J.–P. Migne, 83, 1497–1544.

Opracowania

- A Greek-English Lexicon. Ninth Edition with a Revised Supplement*, comp. H.G. Liddell, R. Scott, Oxford 1996.
- Alcock J.P., *Food in the Ancient World*, Westport–London 2006.
- Allen P., *Homilies as a Source for Social History*, w: *Studia Patristica*, vol. XXIV, *Papers Presented to the Eleventh International Conference on Patristic Studies Held in Oxford 1991. Historica, Theologica et Philosophica, Gnostica*, ed. E.A. Livingstone, Leuven 1993, s. 1–5.

- Altaner B., Stuibler A., *Patrologia. Życie, pisma i nauka Ojców Kościoła*, przeł. P. Pachciarek, Warszawa 1990.
- Andrews A.C., *Celery and Parsley as Foods in the Greco-Roman Period*, „Classical Philology” 44, 2 (1949), s. 91–99.
- Andrews A.C., *The Bean and Indo-European Totemism*, *American Anthropologist* 51, 2 (1949), s. 274–292.
- Arbesmann R., *Fasting and Prophecy in Pagan and Christian Antiquity*, *Traditio* 7 (1949–1951), s. 1–71.
- Arikha N., *Passions and Tempers. A History of the Humours*, New York 2007.
- Augustyniak K., *Wstęp. Historia mnichów syryjskich*, w: Teodoret biskup Cyru, *Dzieje miłości Bożej. Historia mnichów syryjskich*, tłum. K. Augustyniak, wstęp E. Wiprzycka, K. Augustyniak, Kraków 2011, s. 37–50.
- Baldwin B., *The Career of Oribasius*, *Acta Classica* 18 (1975), s. 85–97.
- Bartol K., Danielewicz J., *Wstęp*, w: Atenajos, *Uczta mędrców*, wyd. 2, przeł., wstęp i komentarz. K. Bartol, J. Danielewicz, Poznań 2012, s. 7–64.
- Bednarczyk A., *System filozoficzno-lekarski Galena (130–200). Pojęcie ciepła przyrodzonego i pneумы życiowej*, *Analecta. Studia i Materiały z Dziejów Nauki* 2, 1 (1993), s. 53–111.
- Bos J., *The Rise and Decline of Character. Humoral Psychology in Ancient and Early Modern Medical Theory*, *History of the Human Sciences* 22, 3 (2009), s. 29–50.
- Bralewski S., *Praktykowanie postu w świetle historiografii kościelnej V wieku*, *Vox Patrum* 33, t. 59 (2013), s. 359–378.
- Brewer D., Redford D.B., Redford S., *Domestic Plants and Animals. The Egyptians Origins*, Warminster 1995.
- Brumbaugh R.S., Schwartz J., *Pythagoras and Beans. A Medical Explanation*, *The Classical World* 73, 7 (1980), s. 421–422.
- Canivet P., *Le monachisme syrien selon Théodoret de Cyr*, Paris 1977.
- Clayton P.B., *The Christology of Theodoret of Cyrus. Antiochene Christology from the Council of Ephesus (431) to the Council of Chalcedon (451)*, Oxford 2007.
- Corbier M., *The Broad Bean and the Moray. Social Hierarchies and Food in Rome*, w: *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, ed. J.-L. Flandrin, M. Montanari, Eng. ed. A. Sonnenfeld, New York–Chichester 1999, s. 128–140.
- Curtis R.I., *In Defense of Garum*, *The Classical Journal* 78, 3 (1983), s. 232–240.
- Dalby A., *Flavours of Byzantium*, Totnes, 2003.
- Dalby A., *Food in the Ancient World from A to Z*, London–New York 2003.
- Dalby A., *Siren Feasts. A History of Food and Gastronomy in Greece*, London 1996.
- Dalby A., *Tastes of Byzantium. The Cuisine of a Legendary Empire*, London 2010.
- Dembińska M., *Diet. A Comparison of Food Consumption Between Some Eastern and Western Monasteries in the 4th–12th Centuries*, *Byzantion* 55 (1985), s. 431–462.
- Desse-Berset N., Desse J., *Salsamenta, garum et autres préparations de poissons. Ce qu'en disent les os*, *Mélanges de l'École française de Rome. Antiquité* 112, 1 (2000), s. 73–97.

- Dugan K.M., *Fasting for Life. The Place of Fasting in the Christian Tradition*, Journal of the American Academy of Religion 63, 3 (1995), s. 539–548.
- Dybski H., *Monastycyzm w Palestynie i Syrii w świetle źródeł patrystycznych IV i V wieku*, Vox Patrum 22, t. 42–43 (2002), s. 411–436.
- Edelstein L., *The Dietetics of Antiquity*, w: idem, *Ancient Medicine. Selected Papers of Ludwig Edelstein*, ed. O. Temkin, C.L. Temkin, transl. C.L. Temkin, Baltimore 1967, s. 303–316.
- Escolan Ph., *Monachisme et église. Le monachisme syrien du IVE au VIIe siècle. Un ministère charismatique*, Paris 1999.
- Flint-Hamilton K.B., *Legumes in Ancient Greece and Rome: Food, Medicine, or Poison?*, Hesperia 68, 3 (1999), s. 371–385.
- Foxhall L., *Fig*, w: *The Oxford Classical Dictionary*, ed. S. Hornblower, A. Spawforth, E. Eidinow, Oxford 2012, s. 575.
- Foxhall L., Forbes H.A., *Sitomereia: the Role of Grain as Staple Food in Classical Antiquity*, Chiron 12 (1982), s. 41–90.
- Fraser P.M., *The Career of Erasistratus of Ceos*, Istituto Lombardo. Rendiconti 103 (1969), s. 518–537.
- Garland L., *The Rhetoric of Gluttony and Hunger in Twelfth-century Byzantium, w: Feast, Fast or Famine. Food and Drink in Byzantium*, ed. W. Mayer, S. Trzcionka, Brisbane 2005, s. 43–56.
- Garnsey P., *Famine and Food Supply in the Graeco-Roman World. Responses to Risk and Crisis*, Cambridge 1989.
- Garnsey P., *Food and Society in Classical Antiquity*, Cambridge 1999.
- Good B.J., *Medicine, Rationality and Experience. An Anthropological Perspective*, Cambridge 1994.
- Grainger S., *The Myth of Apicius*, Gastronomica. The Journal of Food and Culture 7, 2 (2007), s. 71–77.
- Grant M., *Introduction*, w: Anthimus, *On the Observance of Foods. De observatione ciborum*, ed., transl. M. Grant, Totnes–Blackawton 2007.
- Grant M., *Introduction*, w: Galen, *On Food and Diet*, transl. M. Grant, London 2000, s. 1–13.
- Grant M., *Introduction*, w: Oribasius, *Dieting for an Emperor*, A translation of Books 1 and 4 of Oribasius' „Medical compilations” with an Introduction and Commentary, ed. M. Grant, Leiden 1997, s. 1–22.
- Grant M., *Roman Cookery. Ancient Recipes for Modern Kitchens*, London 2002.
- Gregoricka L.A., Sheridan S.G., *Ascetic or Affluent? Byzantine Diet at the Monastic Community of St. Stephen's, Jerusalem from Stable Carbon and Nitrogen Isotopes*, Journal of Anthropological Archaeology 32, 1 (2013), s. 63–73.
- Griffith R.D., *Maza, “Barley-Cake”*, Glotta 83 (2007), s. 83–88.
- Grimm V.E., *From Feasting to Fasting. The Evolution of a Sin. Attitudes to Food in Late Antiquity*, London 1996.
- Grocock Ch., Grainger S., *Excursus on Garum and Liquamen*, w: *Apicius, A Critical Edition with an Introduction and an English Translation of the Latin Recipe Text Apicius*, text and comm. Ch. Grocock, S. Grainger, Totnes 2006, s. 373–387.

- Hankinson R.J., *Galen of Pergamon*, w: *The Encyclopedia of Ancient Natural Scientists. The Greek Tradition and its Many Heirs*, ed. P. Keyser, G.L. Irby–Massie, Milton Park–New York 2008, s. 335–339.
- Harlow M., Smith W., *Between Fasting and Feasting. The Literary and Archaeobotanical Evidence for Monastic Diet in Late Antique Egypt*, *Antiquity* 75 (2001), s. 758–768.
- Ilberg J., *Rufus von Ephesos. Ein griechischer Arzt in trajanischer Zeit*, Leipzig 1930.
- Jagusiak K., Kokoszko M., *Pisma Orybazjusza jako źródło informacji o pożywieniu ludzi w późnym Cesarstwie Rzymskim*, „*Vox Patrum*” 33, t. 59 (2013), s. 339–357.
- Jagusiak K., Kokoszko M., *Życie i kariera Orybazjusza w świetle relacji źródłowych*, „*Przegląd Nauk Historycznych*” 10, 1 (2011), s. 5–21.
- Jasny N., *The Daily Bread of the Ancient Greeks and Romans*, *Osiris* 9 (1950), s. 227–253.
- Jouanna J., *La théorie des quatre humeurs et des quatre tempéraments dans la tradition latine (Vindicien, Pseudo–Soranos) et une source grecque retrouvée*, *Revue des Études Grecques* 118, 1 (2005), s. 138–167
- Kaplan L., *Beans, Peas, and Lentils*, w: *The Cambridge World History of Food*, vol. I, ed. K.F. Kiple, K.C. Ornelas, Cambridge–New York 2000, s. 271–281.
- Karas M., *Apologetyka Teodoreta z Cyru wobec filozofii Platona*, *Vox Patrum* 21, t. 40–41, (2001), s. 317–335.
- Kieling M., *Kościół jako wspólnota miłości w świetle Komentarza do 1 Listu św. Pawła do Koryntian Teodoreta z Cyru*, *Kaliskie Studia Teologiczne* 5 (2006), s. 191–206.
- Kislinger E., *Christians of the East. Rules and Realities of the Byzantine Diet*, w: *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, ed. J.–L. Flandrin, M. Montanari, Eng. ed. A. Sonnenfeld, New York–Chichester 1999, s. 194–206.
- Kislinger E., *How Reliable is Early Byzantine Hagiography as an Indicator of Diet?*, *Diptycha* 4 (1986/1987), s. 5–11.
- Koder J., *I kathemerini diatrof sto Byzantio me basi tis piges*, w: *Byzantinon diatrof kai mageireiai. Praktika imeridas “Peri tis diatrofs sto Byzantio”. Food and Cooking in Byzantium. Proceedings of the Symposium “On Food in Byzantium”. Thessaloniki Museum of Byzantine Culture 4 November 2001*, ed. D. Papanikola–Bakritzi, Athens 2005.
- Koder J., *Gemüse in Byzanz. Die Versorgung Konstantinopels mit Frischgemüse im Lichte der Geoponika*, Wien 1993.
- Koder J., *Stew and Salted Meat – Opulent Normality in the Diet of Every Day?*, w: *Eat, Drink, and Be Merry (Luke 12:19). Food and Wine in Byzantium. Papers of the 37th Annual Spring Symposium of Byzantine Studies, in Honour of Professor A.A.M. Bryer*, ed. L. Brubaker, K. Linardou, Aldershot 2007, s. 59–72.
- Kokoszko M., *Aromaty kuchni antyku oraz wczesnego Bizancjum w teorii medycznej i praktyce kulinarnej*, *Przegląd Historyczny* 102, 4 (2011), s. 535–565.
- Kokoszko M., *Ryby i ich znaczenie w życiu codziennym ludzi późnego antyku i wczesnego Bizancjum (III–VII w.)*, Łódź 2005.

- Kokoszko M., *Smaki Konstantynopola*, w: *Konstantynopol – nowy Rzym. Miasto i ludzie w okresie wczesnobizantyńskim*, red. M.J. Leszka, T. Wolińska, Warszawa 2011, s. 471–575.
- Kokoszko M., *Sosy w kuchni greckiej. Garum (γάρος) i pochodne*, *Vox Patrum* 26, t. 48–49 (2006), s. 289–298.
- Kokoszko M., Erlich Ł., *Rola roślin strączkowych (ospria) w diecie późnego antyku i wczesnego Bizancjum (IV–VII w.) na podstawie wybranych źródeł*, *Zeszyty Wiejskie* 17 (2012), s. 8–18.
- Kokoszko M., Gibel K., *Dieta mnichów syryjskich. Komentarz do terminu autofya lachana (aŬtofu© lŁcana) w Historia religiosa Teodoreta z Cyru*, w: *Omnia tempus habent. Miscellanea theologica Vincentio Myszor quadragesimum annum laboris scientifici celebranti ab amicis, sodalibus discipulisque oblata*, red. A. Reginek, G. Strzelczyk, A. Źądło, Katowice 2009, s. 145–156.
- Kokoszko M., Jagusiak K., *Warzywa w kuchni i dietetyce późnego antyku oraz wczesnego Bizancjum (IV–VII w.). Perspektywa konstantynopolitańska*, *Piotrkowskie Zeszyty Historyczne* 12 (2011), s. 34–52.
- Kokoszko M., Rzeźnicka Z., *Dietetyka w De re coquinaria*, *Przegląd Nauk Historycznych* 10, 2 (2011), s. 5–25.
- Koukoules Ph., *Byzantinon bios kai politismos*, vol. V, *Hai trophai kai ta pota...*, Athènes 1952.
- Koukoules Ph., *Byzantinon trophai kai pota*, *Epeteris tes Hetaireias Byzantinon Spoudon* 17 (1941), s. 3–112.
- Lindsay H., *Who Was Apicius?*, „Symbolae Osloenses. Norwegian Journal of Greek and Latin Studies” 72, 1 (1997), s. 144–154.
- Longosz S., *Szkoła antiocheńska*, w: *Literatura Grecji starożytnej*, t. II, *Proza historyczna, krasomówstwo, filozofia i nauka, literatura chrześcijańska*, red. H. Podbielski, Lublin 2005, s. 1061–1067.
- Louvaris A.N.J., *Fast and Abstinence in Byzantium*, w: *Feast, Fast or Famine. Food and Drink in Byzantium*, ed. W. Mayer, S. Trzcionka, Brisbane 2005, s. 189–198.
- Mazzini I., *Diet and Medicine in the Ancient World*, w: *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, ed. J.–L. Flandrin, M. Montanari, Eng. ed. A. Sonnenfeld, New York–Chichester 1999, s. 141–152.
- Messing G.M., *Remarks on Anthimus De observatione ciborum*, *Classical Philology* 37, 2 (1942), s. 150–158.
- Mikołajczyk I., *Wstęp*, w: *Kassianus Bassus, Geoponika. Bizantyńska encyklopedia rolnicza*, przeł., wstęp, koment. I. Mikołajczyk, Toruń 2012, s. 7–45.
- Misiarczyk L., *Antyczny monastycyzm syryjski*, *Studia Płockie* 40 (2012), s. 83–96.
- Musurillo H., *The Problem of Ascetical Fasting in the Greek Patristic Writers*, *Traditio* 12 (1956), s. 1–64.
- Nutton V., *Ancient Medicine*, New York–London 2004.
- Parry K., *Vegetarianism in Late Antiquity and Byzantium. The Transmission of a Regimen*, w: *Feast, Fast or Famine. Food and Drink in Byzantium*, ed. W. Mayer, S. Trzcionka, Brisbane 2005, s. 171–187.
- Pasztori-Kupan I., *Theodoret of Cyrus*, London–New York, 2006.

- Paulas J., *How to Read Athenaeus' „Deipnosophists”*, *The American Journal of Philology* 133, 3 (2012), s. 403–439.
- Pearcy L.T., *Galen and Stoic Rhetoric*, *Greek, Roman and Byzantine Studies* 24, 3 (1983), s. 259–272.
- Pormann P.E., *Paulos of Aigina*, w: *The Encyclopedia of Ancient Natural Scientists. The Greek Tradition and its Many Heirs*, ed. P. Keyser, G.L. Irby–Massie, Milton Park–New York 2008, s. 629.
- Price R.M., *Introduction*, w: Theodoret of Cyrrihus, *A History of the Monks of Syria*, transl., introd., notes R.M. Price, Kalamazoo 1985, s. IX–XXXVII.
- Prioreschi P., *A History of Medicine*, vol. III, *Roman Medicine*, Omaha 2001.
- Rautman M., *Daily Life in the Byzantine Empire*, Westport–Oxford 2006.
- Rzeźnicka Z., Kokoszko M., *Proso w gastronomii antyku i wczesnego Bizancjum*, *Vox Patrum* 33, t. 59 (2013), s. 401–419.
- Sanquer R., Galliou Patrick, *Garum, sel el salaisons en Armorique gallo-romaine*, *Gallia* 30, 1 (1972), s. 199–223.
- Sarton G., *Galen of Pergamon*, Lawrence 1954
- Scarborough J., *Aëtios of Amida*, w: *The Encyclopedia of Ancient Natural Scientists. The Greek Tradition and its Many Heirs*, ed. P. Keyser, G.L. Irby–Massie, Milton Park–New York 2008, s. 38–39.
- Scarborough J., *Anthimus (of Constantinople?)*, w: *The Encyclopedia of Ancient Natural Scientists. The Greek Tradition and its Many Heirs*, ed. P. Keyser, G.L. Irby–Massie, Milton Park–New York 2008, s. 91–92.
- Scarborough J., *Beans, Pythagoras, Taboos, and Ancient Dietetics*, *The Classical World* 75, 6 (1982), s. 355–358.
- Scarborough J., *Dioscourides of Anazarbos*, w: *The Encyclopedia of Ancient Natural Scientists. The Greek Tradition and its Many Heirs*, ed. P. Keyser, G.L. Irby–Massie, Milton Park–New York 2008, s. 271–273.
- Scarborough J., *Erasistratos of Ioulis on Keos*, w: *The Encyclopedia of Ancient Natural Scientists. The Greek Tradition and its Many Heirs*, ed. P. Keyser, G.L. Irby–Massie, Milton Park–New York 2008, s. 294–296.
- Scarborough J., *Oreibasios of Pergamon*, w: *The Encyclopedia of Ancient Natural Scientists. The Greek Tradition and its Many Heirs*, ed. P. Keyser, G.L. Irby–Massie, Milton Park–New York 2008, s. 595–596.
- Scarborough J., *Rufus of Ephesos*, w: *The Encyclopedia of Ancient Natural Scientists. The Greek Tradition and its Many Heirs*, ed. P. Keyser, G.L. Irby–Massie, Milton Park–New York 2008, s. 720–721.
- Schiefsky M.J., *Commentary*, w: Hippocrates, *On Ancient Medicine*, transl., introd., comm. M.J. Schiefsky, Leiden–Boston 2005.
- Schor A.M., *Theodoret's People. Social Networks and Religious Conflict in Late Roman Syria*, Berkeley–London 2011.
- Shaw T.M., *The Burden of the Flesh. Fasting and Sexuality in Early Christianity*, Minneapolis 1998.
- Simoons F.J., *Plants of Life, Plants of Death*, Madison–London 1998.
- Słownik botaniczny*, red. A. Szwejkowska, J. Szwejkowski, Warszawa 1993.

- Słownik grecko-polski, t. I, A–K, t. II, Λ–Ω, opr. O. Jurewicz, Warszawa 2000–2001.
- Smith W.D., *Erastriatus's Dietetic Medicine*, Bulletin of the History of Medicine 56, 3 (1982), s. 398–409.
- Sturtevant E.L., *History of Celery*, The American Naturalist 20, 7 (1886), s. 599–606.
- Talbot A.-M., *Mealtime in Monasteries. The Culture of the Byzantine Refectory*, w: *Eat, Drink, and Be Merry (Luke 12:19). Food and Wine in Byzantium. Papers of the 37th Annual Spring Symposium of Byzantine Studies, in Honour of Professor A.A.M. Bryer*, ed. L. Brubaker, K. Linardou, Aldershot 2007, s. 109–125.
- Temkin O., *Galenism. Rise and Decline of a Medical Philosophy*, Ithaca–London 1973.
- Thorndike L., *Galen. The Man and His Times*, The Scientific Monthly 14, 1 (1922), s. 83–93.
- Toledo-Pereyra L.H., *Galen's Contribution to Surgery*, Journal of the History of Medicine and Allied Sciences 28, 4 (1973), s. 357–375.
- Toussaint-Samat M., *Historia naturalna i moralna jedzenia*, przeł. A.B. Matusiak, M. Ochab, Warszawa 2008.
- Urbainczyk Th., *Theodoret of Cyrrhus. The Bishop and the Holy Man*, Ann Arbor 2002.
- Vööbus A., *History of Asceticism in the Syrian Orient. A Contribution to the History of Culture in the Near East*, vol. II–III, *Early Monasticism in Mesopotamia and Syria*, Louvain 1960–1988.
- Ware K., *The Way of the Ascetics. Negative or Affirmative?*, w: *Asceticism*, ed. V.L. Wim-bush, R. Valantasis, New York–Oxford 1995, s. 3–15.
- White K.D., *Cereals, Bread and Milling in the Roman World*, w: *Food in Antiquity*, ed. J. Wilkins, D. Harvey, M. Dobson, Exeter 1995, s. 38–43.
- Wilkins J., *Athenaeus the Navigator*, The Journal of Hellenic Studies 128 (2008), s. 132–152.
- Wilkins J., *The Boastful Chef. The Discourse of Food in Ancient Greek Comedy*, Oxford 2000.
- Wipszycka E., *Wstęp. Charakter i formy ascetyzmu syryjskiego*, w: Teodoret biskup Cyru, *Dzieje miłości Bożej. Historia mnichów syryjskich*, tłum. K. Augustyniak, wstęp E. Wipszycka, K. Augustyniak, Kraków 2011, s. 9–36.
- Woyke H., Gabryl J., *Warzywa strączkowe*, Warszawa 1982.
- Wyszomirski S., *Wstęp*, w: Apicjusz, *O sztuce kulinarnej. Ksiąg dziesięć*, przekł. I. Mikołajczyk, S. Wyszomirski, Toruń 2012, s. 3–17.
- Zohary D., Hopf M., *Domestication of Plants in the Old Worlds. The Origin and Spread of Cultivated Plants in West Asia, Europe and the Nile Valley*, Oxford 1993.