



# LUND UNIVERSITY

## Det romerska lantlivets medicin och huskurer

Dunér, David

*Published in:*

Om jordbruket / Marcus Porcius Cato. Samtal om lantbruket / Marcus Terentius Varro ; översatta från latinet av Sten Hedberg. Samt Liv, lantbruk och livsmedel i Catos och Varros värld : tolv artiklar av nutida svenska forskare

2015

*Document Version:*

Förlagets slutgiltiga version

[Link to publication](#)

*Citation for published version (APA):*

Dunér, D. (2015). Det romerska lantlivets medicin och huskurer. I Ö. Wikander, & S. Hedberg (Red.), *Om jordbruket / Marcus Porcius Cato. Samtal om lantbruket / Marcus Terentius Varro ; översatta från latinet av Sten Hedberg. Samt Liv, lantbruk och livsmedel i Catos och Varros värld : tolv artiklar av nutida svenska forskare* (s. 443-456). Kungliga Skogs och Lantbruks Akademien.

*Total number of authors:*

1

### General rights

Unless other specific re-use rights are stated the following general rights apply:

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal

Read more about Creative commons licenses: <https://creativecommons.org/licenses/>

### Take down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

LUND UNIVERSITY

PO Box 117  
221 00 Lund  
+46 46-222 00 00

DAVID DUNÉR

## DET ROMERSKA LANTLIVETS MEDICIN OCH HUSKURER

Livet är som en bubbla, kan när som helst brista. "Jag tycker", skriver den åttioårige lantbruksförfattaren Marcus Terentius Varro, "att jag måste skynda mig, ty om människan, som det sägs, är en bubbla, så är en gammal man det desto mera." Jag måste därför "samla ihop min packning innan jag ger mig iväg bort från detta livet" (1,1,1). Så inleder han sitt verk *Res rusticae* från mitten av första århundradet f.Kr. om konsten att sköta en lantgård. Livet är skört, ständigt hotat av sjukdomar, olyckor, bristande hälsa, ohälsosamma vindar, stillastående vatten som på kort tid kan bryta ner en livs levande, frisk människa tills att hon till slut är förlorad till mörkret och kylan. Varros liksom många andra agrara författares lantbrukstexter, som Cato den äldres, Columellas och Palladius, handlar ytterst om hur människor kan uppehålla sina liv, få mat på bordet, överleva och motstå nedbrytelsen och döden. Mycket sägs om hur man behandlar djurens sjukdomar, dock förhållandevis lite om människans. Men bland alla råd om hur man tar hand om sin svinhjord, beskär sina vinstockar och fördelar arbetet, finner man också råd om hur man behåller sin hälsa, förlänger sitt liv, botar sjukdomar, lindrar skador, var man ska bo och vad man ska äta. Dödens tecken är otaliga, men inga siar om god och varaktig hälsa, skriver Plinius d.ä. (23–79 e.Kr.) och han fortsätter: "F.d. censorn Cato kunde dock åt sin son

liksom från något orakel förmedla insikten även rörande friska personer, att ungdomsåsår präglade av en gammal mans förstånd är ett förebud om för tidig död." (*Nat.* 7,171)

Humanmedicinen och huskurerna i de romerska agrara författarnas texter speglar till stor del den romerska medicinen i deras samtid och dess influenser från den grekiska läkekonsten. Levnadsregler och dietregler tillmättes stor betydelse. Miljöns och klimatets – luftens, vindarnas, solens och årstidernas – inverkan på hälsan hade en given del. Vanliga var olika evakuerande behandlingar för att släppa ut osunda vätskor, uppkastningar, laxering och åderlätning. Det arkeologiska materialet avslöjar att försлитningssjukdomar i skelettet var vanliga. Jordbruket och andra näringar förlitade sig alltjämt till övervägande delen på tungt kroppsarbete. Kroppen och muskelkraften var den främsta energikällan som överskuggar all vatten- och vindkraft. Arbetsfördelningen, vad man skulle kunna säga själva energifördelningen av muskelmaskinernas resurser, är ett återkommande tema i lantbrukstexterna. Columella beskriver slavarernas kroppsbyggnad och deras lämplighet för olika sysslor (1,9). Långa slavar passar bra för plogen, medan breda och armstarka lämpade sig för arbete i vingården.

De agrara författarnas texter bär också spår av behandlingsmetoder som kan leda längre tillbaka än till den grekiska medici-

nens introduktion i Rom. Flera romerska källor, däribland Plinius d.ä. (*Nat.* 30,29), vittnar om religiösa och magiska föreställningar, praktiker för att hantera och ta till vara tillvarons krafter. Marcus Porcius Cato omnämner i sin bok om lantbruket, *De agri cultura*, offerriter till Mars och Silvanus för att behålla boskapens hälsa (83), offer av en sugga till skördegudinnan Ceres, offerkaka och bön till Jupiter och Janus att avvärja sjukdom hos sin familj: "Fader Janus, när jag erbjuder dig denna *strues*, ber jag dig med goda böner att vara välvillig och nådig mot mig och mina barn, mot mitt hus och mitt husfolk" (134,2). Om något har vrickats ur led ger Cato denna trollformel:

Tag ett grönt rör, fyra eller fem fot långt, klyv det och låt två personer hålla det vid höften. Börja sjunga "*motas vaeta daries dardares astataries dissunapiter*" medan de förs ihop (en annan källa ger texten "*moeta vaeta daries dardaries asiadarides una petes*" medan de förs ihop). Vifta med en kniv över. Då rörhalvorna förenats och berör varandra, tag röret i handen och skär av det till höger och vänster. Bind detta vid det vrickade eller brutna stället. Det kommer att botas. Sjung dock varje dag som följer: "*huat haut haut istasis tarsis ardannabou dannaustra*" (en annan källa ger följande text för en vrickning: "*haut haut haut ista pista sista dannabo dannaustra*") (160).

Den symboliska handlingen helar, de delade rören förenas och blir till ett igen, såsom den brutna kroppsdelens blir hel. Detta åtföljs av ordens kraft, den helande *numen*, en utommänsklig, transcendent kraft i orden. Formlerna som skulle sjungas var i latinska bokstäver och kunde påminna om latinska fraser men är i sig nonsens, utan uppenbar mening, vilket kan tyda på att ordens inne-

börd hade gått förlorade redan vid Catos tid.

Även i Varros dialog finner man liknande föreställningar. Stolo återberättar vad han hade hört av Tarquenna: "... att när en mans fötter började värka, kunde han botas om han kom ihåg honom: 'Jag minns dig. Bota mina fötter! Må marken hålla kvar min plåga, och stanna kvar, min hälsa, här i mina fötter!'" (1,2,27). Detta skulle upprepas tre gånger nio gånger, samtidigt som man på fastande mage rör vid marken och spottar. Dessa magiska föreställningar som framskymtar i texterna, med riter och formler, synes för oss avlägsna, fjärran de teoribyggen som växer fram i den antika skolmedicinen ur vilken den moderna medicinen framgått. Men där finns ändå något, tron på ordets makt, sambanden mellan företeelser i verkligheten, analogitänkandet, och förliktandet på den beprövade erfarenheten, som är så tydlig i den folkmedicinska praktiken. Liksom mycket i dessa lantbrukstexter utgår kunskaperna från erfarenheter; metoderna hade prövats, de var inte tagna ur luften.

#### DEN HIPPOKRATISKA MEDICINEN

Den allmänna förståelsen under romarriket av människokroppen, sjukdomarna och deras behandling vilade på den grekiska, hippokratiska medicinen.<sup>1</sup> De hippokratiska skrifterna, *Corpus Hippocraticum*, skrivna av den grekiske läkaren Hippokrates (460–370 f.Kr.) och andra läkare i den hippokratiska skolan, var för lång tid de mest inflytelserika källorna för det man behövde veta i medicin.<sup>2</sup> Läkekonsten, säger Hippokrates, inhämtas på samma sätt som odling av plantor (*Lex* 3). Våra naturliga anlag är jordmånen och lärarnas föreskrifter är sådden. Undervisningen under gosseåren är fröns läggande i jorden. Stället där undervisningen inhämtas är som den omgivande luften, ur vilken den växande plantan hämtar sin näring. Fliten är det på odlingen nedlagda

arbetet, och tiden ger kraft och styrka åt allt detta, så att det må komma till full mognad. På annat ställe tycker han sig finna en parallell mellan jorden och magen: "Vad jorden är för träden, är magen för djuren" (*Hum.* 11). På samma sätt som den gödslade jorden är varm om vintern, så är det också med magen. Den hippokratiska medicinens evakuerande behandlingsmetoder som vomering, lavemang och diures (ökning av urinproduktionen) förklarar till viss del den fixering vid olika huskurer och örtmediciner, som man finner i de agrara texterna, som just framkallar kräkning, släpper loss en hård mage och tömmer urinblåsan. Sammantaget ligger den grekiska, hippokratiska medicinen, med sin humoralpatologi, sina evakuerande behandlingar och sitt beaktande av miljöbetingelserna, till stor del grund för den förståelse av människan och hennes hälsa som framskymtar i de agrara texterna.

Lantbruksförfattaren Cato uttrycker dock under förra hälften av 100-talet f.Kr. en stark avoghet mot grekiska läkare.<sup>3</sup> I ett polemiskt utfall varnade han sin son, enligt Plinius d.ä. som uppvisade liknande känslor inför grekiska läkare, för att dessa hade slutit sig samman i en konspiration för att mörda alla utlänningar, och förbjöd honom följaktligen att ha något som helst med dem att göra (*Nat.* 29,14). Sonen Marcus, vilket Plutarchos anför, gifte emellertid in sig i en av de helleniserade familjerna (*Cato maior* 20,8). Innebörden av eden, som Plutarchos förklarar och som så fyllde Cato med sådan rädsla, var att de grekiska läkarna inte ville tjäna de barbarer som var Greklands fiender, det vill säga romarna (*Cato maior* 23,4).<sup>4</sup> Cato hörde till de ledande motståndarna mot det grekiska inflytandet. I sitt verk förespråkar Cato entusiastiskt traditionella romerska kurer, särskilt kål som närmast framstår som en universalmedicin, en *panacea*, liksom ett patriotiskt försvar mot det grekiska



En läkare lossar en pilspets från Aeneas' ben med hjälp av en liten tång. Detalj av väggmålning från Siricus' hus i Pompeji. Första århundradet e.Kr.

ka inflytandet och ett uttryck för romersk självtillräcklighet. Men hans förhållande till det grekiska tänkandet är komplicerat, en blandning av avfärdande, lån, beundran och avsky. Samtidigt som han råder sin son att undvika grekernas läkekonst, var han, enligt Plinius d.ä., väl insatt i den medicinska kunskapen (*Nat.* 29,15–16). Trots hans utfall mot den grekiska medicinen avslöjar hans text om lantbruket ett tydligt beroende av en grekisk sjukdomsuppfattning. En förklaring till hans vrede över den grekiska läkekonsten kan vara bittra personliga erfarenheter av läkaren Archagathos (*Nat.* 29,12).<sup>5</sup>

Vid sidan av de grekiska läkare, som slog sig ner i Rom, trädde också några romerska författare fram. Den tidigare nämnde Plinius d.ä. skrev om människan i sin *Naturalis historia* från första århundradet e.Kr. Aulus Cornelius Celsus (25 f.Kr.–50 e.Kr.) skrev omkring år 25 e.Kr. ett betydelsefullt verk i åtta böcker om läkekonsten, *De medicina*, som handlar om hur man bäst bevarar häl-



*Kirurgiska instrument. Från vänster: undersökningsinstrument (nu böjt), bensåg, spatel (antingen för att hålla ner tungan eller smörja salva med), och tång. British Museum, London.*

san och där han även tar upp sådant som farmakologi, kirurgi och dietetik samt beskriver olika behandlingsmetoder, som till exempel åderlätning.<sup>6</sup> Columella använder Celsus encyklopediska verk, som även omfattar ett om jordbruk (vilken dock har gått förlorat), som viktiga källor och många av hans anteckningar om medicinska behandlingar på lantgården kommer just från Celsus (jfr Col 1,8,4; 2,2,24–25; 2,9,11; 2,11,6; 3,1,8; 3,2,24–27; 3,17,4).<sup>7</sup>

#### LUFTEN, VATTNET OCH BONINGSORTEN

När man skulle utvälja en lämplig plats för sin lantgård tog de romerska agrara författarna noga hänsyn till miljön, klimatet och omgivningarna, grundat till stor del på humoralpatologins tankar om väderstreckens,

vattendragens och höjdernas inflytande på hälsan. Det fanns onekligen miljöproblem även i det romerska samhällsbygget, sanitära olägenheter, förorenat vatten, dragiga och dåligt uppvärmda bostäder, malariamyggor, loppor, löss och annan ohyra. Hälsan tycktes i någon bemärkelse vara beroende av levnadsomständigheterna.

Hos de agrara författarna återkommer i allt väsentligt den hippokratiska medicinens tankegångar om boningsortens betydelse för hälsan. Valet av plats att slå ner sina bopålar skulle inte göras förhastat. Cato ger rådet när man ska köpa en lantgård att man ska ge akt på hur välmående grannarna ser ut (1,1–7). I en bra trakt ser man ut att må bra. Undersök därför väderförhållanden, helst ska gården ligga på en hälsosam plats vid foten av ett berg och vetta mot söder. Gott om vatten ska där också finnas. Och kom ihåg, att det samma gäller för en åker som för en människa: "Hur inbringande den än är, blir det inte mycket över om den kräver mycket underhåll" (1,6).

Likaså betonas i Varros verk valet av en god plats för odlingen, en hälsosam plats där odlingarna inte förstörs av osunda klimatförhållanden (1,2,8). Det hälsosamma ligger inte i vår makt, säger Scrofa, utan det kommer av himlen och jorden, av naturen (1,4,4). Men det beror mycket på oss själva, hur vi kan göra det mindre skadligt. Därför är det av stor betydelse, var byggnaderna är belägna, hur stora de är och vartåt de vetter med portar och fönster, för att därigenom kunna undvika den ohälsosamma luft som uppkommer av jord och vatten kring gården. Detta vetande är väsentligt: "Har nu inte den berömda läkaren Hippokrates genom sin vetenskap under en pestepidemi räddat inte bara en åker utan snarare många städer?" (1,4,5). Varro själv räddade sina följeslagare och sin familj oskadda ur en epidemi, när hären och flottan var i Korkyra och

husen var fulla av sjuklingar och avlidna, genom att öppna nya fönster och släppa in nordanvinden och tillsluta andra (1,4,5).

Varro uppehåller sig därför i sin dialog mellan Scrofa och Fundanius vid noggranna råd inför anläggandet av en lantgård (1,12,1–3). Huvudbyggnaden, berättar den lantbrukskunnige Scrofa, bör läggas vid foten av ett skogsklätt berg och vara omgiven av vida betesmarker, där hälsosamma vindar kan blåsa över ägorna. Om den också är vänd mot vårdags- och höstdagsjämningarnas soluppgångar är detta särskilt gott, eftersom detta innebär skugga på sommaren och sol på vintern. Tvingas man dock av någon anledning bygga sitt hus vid en flod ska man tänka på att inte placera det alltför nära, då vattnet om vintern kommer att vara ohyggligt kallt och om sommaren allmänt ohälsosamt. Delvis av samma anledning bör man också undvika kärrmarker. I en intressant passage föregriper Varro en teori om mikroorganismer som orsak till sjukdomar (1,12,2).<sup>8</sup> Ur dessa kärrmarker händer det nämligen, säger Scrofa, att "vissa mycket små djur, som ögonen inte kan urskilja, utvecklas, kommer in med luften in i kroppen genom munnen och näsan och förorsakar svåra sjukdomar." Lite uppgiven inför dessa svårundvikliga omständigheter sade Fundanius: "Vad skall jag göra, om en egendom av det där slaget har kommit i min ägo genom arv, för att sjukdomen inte skall skada oss så mycket?" – "Det där kan till och med jag svara på", sade Agrius: "Sälj den, så dyrt som möjligt eller överge den, om du inte kan sälja den!" Scrofas mindre drastiska råd är i stället att man i möjligaste mån bör undvika att placera byggnaden i en dalsänka, utan hellre uppföra den på en högre liggande plats, där vindarna lättare kan skingra det skadliga. Sådana platser, som belyses av solen under hela dagen, är dessutom hälsosammare av den anledningen att alla de små djur som

föds under dagen antingen blåser bort eller förgörs av torka.

Lantlivet är på det hela taget nyttigt, hälsosamt och ett gott sätt att förtjäna sitt uppehälle. Våra förfäder, säger Varro, arbetade endast var åttonde dag i staden, resterande sju dagar höll de till på landet och skötte sina egendomar. På så sätt höll de åkrarna bördiga genom skötsel och sig själva starkare till hälsan. Som en extra fördel, hade de dessutom inte då heller behov av grekernas idrottsanläggningar inne i städerna (2,pf.1–2). Lantlivets lov får sitt poetiska uttryck i Vergilius lärodikt i hexameter, *Georgica* (ca 30 f.Kr.), där han besjunger – sannolikt med sakuppgifter hämtade från Varro – spannmålsodlingen, vin- och olivodlingen, djurskötseln och biodlingen.<sup>9</sup> Det lugna, idylliska livet på landet kontrasterar mot den tilltagande romerska urbaniseringen – i ett tema från Horatius, *beatus ille*, lovprisningen av lantlivets behag (*Epod.* 2,1). I Ciceros verk om ålderdomen, *Cato maior de senectute* (44 f.Kr.) läggs orden i Catos mun, denne långlivade lantbrukare, som här prisar lantbrukets glädje och det nyttiga och hälsosamma arbetet på åkern, inte minst för den som kommit till åren: "Ty var kan en som är gammal bättre än där värma sig i solen eller vid en eld eller, när det behövs, svalka sig i skugga eller vid vatten?" (*Cato* 57). Det sägs att Marcus Valerius Corvinus ännu vid hundra års ålder var ute på åkrarna och brukade dem (*Cato* 60).

Följdriktligen uppmärksammar även Columella, under första århundradet e.Kr., betydelsen av olika lägen för att kunna behålla hälsan, och likaså talar Palladius på 300-talet om hur man kan se av invånarnas hälsa, vilken kvalitet luften och vattnet har på orten (1,3–4). Fördärvad luft som finns omkring oss, säger Columella (1,4,9–1,5,8), är på många sätt orsak till vår kropps ohälsa. Man bör således söka efter en plats med en luft

som är lagom tempererad, inte för varm, inte för kall. Ofta finner man en sådan plats halvvägs upp på en kulle. Den plats man väljer bör ha en ständigt rinnande källa. Regnvatten är visserligen mycket gynnsamt för kroppens hälsa, men endast om det leds genom rör av bränd lera till en täckt cistern. Efter regnvatten i kvalitet kommer det vatten som rinner fram ur källor från bergen och likasom störtar nerför klipporna. På tredje plats kommer brunsvatten. Allra sämst är kärrvatten som rinner långsamt, som alltid blir stående i sankmarker och därmed blir ohälsosamt att dricka. När du då bygger ditt hus måste du därför tänka på hur det förhåller sig till vattendrag och floder. Om sommaren är de flesta floder insvepta i ångmoln, och om vintern i kalla dimmor, vilka är skadliga för både människor och djur om de inte drivs bort av vindarna. Byggnaden bör inte heller ligga för nära ett kärr som under den varma årstiden avger en skadlig stank och alstrar "djur beväpnade med hotfulla gaddar, som flyger in mot oss i mycket täta svärmar" (1,5,6). Av dessa kommer, noterar Columella, ofta märkliga sjukdomar vars orsaker inte ens läkarna kan genomskåda. Troligt är att Columella här syftar på insektsburna sjukdomar, som till exempel malaria förorsakad av parasiter av släktet *Plasmodium* med honmyggor av släktet *malariamyggor* (*Anopheles*) som vektor – ett ständigt gissel i den romerska vardagen. Så därför, bygg ditt hus i ett högt läge med framsidan vänd mot öster, vilket ger en balans mellan vinterns och sommarens vindar. Columella konstaterar slutligen: "Allt det, som är fjärran och bortvänt från sol och varma vindar, anses ju i princip ohälsosamt. Om detta inte finns, kan ingen annan naturkraft torka och förjaga nattens frost och det mögel och den orenlighet, som fått fäste. Detta förorsakar stora risker för såväl människorna som också djuren, växterna och deras avkastning" (1,5,8).

#### HUSHÅLL OCH KOSTHÅLL

Läran om att bevara hälsan med rätt näring, mat och dryck, arbete, motion och rörelse, dietetiken, blir ju rimligen en angelägenhet för en lantbruksförfattare. Vad som ansågs att man skulle äta och dricka, kött eller grönsaker, vin eller vatten, påverkade ju vad man således skulle odla och föda upp. Och hur mycket, och vad och när? Hungern är närmast att betrakta som en sjukdom, fastslår Hippokrates, för allt det som plågar människan kallas för sjukdom. Och vad medel finns det nu för hungern? Jo, svarar Hippokrates, "det som kommer hungern att upphöra, och detta är mat". Det ena botas nämligen med det andra, törsten upphör om man dricker, fyllnad botas med uttömning, uttömning med fyllnad, arbete fordrar vila, vilan arbete. "Med ett ord: motsatsen är läkemedlet för motsatsen; ty konsten att bota består i att lägga till och ta bort, ta bort vad som är överflödigt och lägga till vad som fattas" (*Flat.* 1). I de hippokratiska skrifterna ges många råd angående intagandet av föda och vätska som anspelar på det torra och varma, fuktiga och kalla, allt beroende på årstiden, vätskebalansen och slaget av sjukdom. I allmänhet ansågs sädesslagen framkalla hälsobringande egenskaper, värme och fuktighet, särskilt för den som är kall och torr. Hippokrates förordade vidare att man ska äta mest om vintern, men också dricka mindre, för att på så sätt hålla sig torr och varm (*Salubr.* 1). När det är kallt och fuktigt ute, så kan man förstå att det piggar upp att få i sig lite mat som gör en torr och varm.

Lantgården skulle försörja hushållet med föda och dryck, helst också ge en viss extra förtjänst av avkastningen. Det skulle finnas en fungerande, effektiv arbetsordning och fullgoda arbetsförutsättningar som höll uppe produktionen. Detta ansvar vilade på förvaltaren. Enligt Cato bör förvaltaren därför se till att det står väl till med husfolket

(5,2). De ska varken frysa eller hungra. Med fast hand ska han ha uppsikt över sitt hus-håll, sitt husfolk och sina daglönare och själv vara lite av en förebild, vara nykter, hörsam mot ägaren och hålla räkenskaperna i ordning. Han skall gå ur sängen först och gå till sängs sist. Gör han sina plikter på detta sätt behöver han inte springa runt på gården så mycket, blir friskare och sover bättre (5,5). Även när det regnar kan man arbeta, man ska se vad som kan göras inomhus för att inte vara sysslolös. Städa, uppmanar Cato. Kom ihåg "att även om ingenting blir gjort blir utgiften inte alls mindre" (39,2).

Cato ger också noggranna instruktioner om hur mycket bröd och vin husfolket bör ha, beroende på arbetsinsatserna och de årstidsbundna arbetsuppgifterna (56–57). De som kroppsarbetar ska under vintern ha fyra skäppor (35 liter) vete, om sommaren fyra och en halv. Förvaltaren, husföreståndarinnan, rättaren och fåraherden behöver bara tre skäppor. Slavar som bär bojor bör ha fyra skålpund (1,3 kg) bröd under vintern, men när de börjar gräva i vingården ska de ha fem skålpund fram till dess fikonen mognar. Under nionde till tolfte månaden dricker husfolket en amfora (26 liter) vin per månad. Under Saturnalie- och Compitaliefesten får de en congius (3,3 liter) per man.<sup>10</sup> Under hela året blir detta 7 amforor per man, det vill säga 182 liter vin. Öka på tilldelningen till de fjättrade slaverna, råder Cato, det är inte för mycket om de dricker tio quadrantes (260 liter) vin var under ett år.

Slaverna kunde betinga ett högt pris; de var en värdefull investering som man inte misshushållade med. Därför finner man, vad som kanske delvis motsäger våra intuitiva föreställningar om slavägande, en viss omsorg om slaverna när de hade skadat sig eller blivit sjuka.<sup>11</sup> Efter arbetsdagens slut skulle förvaltaren ta hand om var och en av sina arbetare på bästa sätt, säger Columella (11,1,18).

Har någon fått ett sår eller råkat skada sig under arbetet, vilket ofta händer, ska han lägga på bandage. Om någon på annat sätt blivit sjuk, ska han genast föra honom till sjukstugan och där ge honom en passande behandling. Rummen avsedda för sjuklingarna ska hållas rena, för att därigenom vara hälsosamma och i gott skick (12,3,8). Och det var bättre att låta en uttröttad arbetare, som låtsas vara sjuk, vila upp sig någon dag under uppsikt i sjukstugan än att tvinga på honom ansträngande arbete, som kan göra honom sjuk på riktigt (12,3,7).

Hushållsinstruktionerna förmedlar normativa värderingar om hur man ska leva och bete sig – ett sedesamt och dygderikt liv: endräkt, noggrannhet och flit, inte ge sig hän åt lyx och lättja. Husföreståndarinnan, betonar Columella, ska vara avhållsam vad gäller vin, mat, vidskepelse, sömn och karlar (12,1,3). Förvaltaren ska vara kunnig och läraktig, klipsk och stark, inte slarvig eller trög. Han ska vara en förebild i dygd och måttfullhet, alltså avhålla sig från sömn och vin, som motverkar hans noggrannhet, då den som är onykter förlorar både omsorgen om sitt arbete och sitt minne och för den som sover går det mesta förlorat. Vad skulle man inte ha kunnat utträtta när man sov? Han bör hålla sig borta från kärleksövningar, ty den som hänger sig åt detta kan inte tänka på något annat. Han ska vakna först av alla och energiskt gå före. Vid daggryningen ska arbetsfolket följa honom målmedvetet som sin ledare, "när han går framför dem liksom till strid med energiskt och muntert sinne" (11,1,17). När det blivit kväll, bör han gå hem sist som en god herde bakom sin skock, en som inte lämnar kvar något djur på betesmarken. Han ska se till att arbetarna har ordentliga kläder som skyddar mot kyla och regn, så att man kan arbeta nästan alla vinterdagar. Vidare ska han inte handla för hårt eller för milt, så att han förstör husbondens

egendom, inte alltför grymt eller alltför eftergivet mot de underlydande, alltid gynna de goda och flitiga men dock skona de mindre rättrådiga, så att "de mer respekterar hans stränghet än avskyr hans grymhet" (11,1,25). Arbete gör gott. Columella håller Catos talesätt för en klok sanning: "Genom att inte göra något lär sig människorna att göra onda saker." (11,1,26).

#### HUSMEDICIN OCH HUSKURER

Vad kan man hämta i trädgården för att bli frisk när man väl har blivit sjuk? I stort sett skulle lantgården kunna vara självförsörjande vad gäller husmediciner. I örtagården och i trädgårdslanden fanns växter som snabbt och enkelt kunde användas som örtmediciner och läkemedel. I vardagslivet ute på gården fanns det behov av smärtlindring, medel mot mask i magen, behandling av sår, svullnader, stukningar och krånglande magar. För det mesta var man utelämnad att inom hushållet ta hand om dessa enklare åkommor. Hos Varro kommer det dock fram att läkare ibland kunde tillkallas. I första dialogens ramberättelse omtalar en tjänare att hans husbonde blivit knivhuggen på öppen gata i Rom. Han hade burits hem och slavar skickats för att snabbt hämta en läkare (1,69,2–3). En skolad medicinare kunde visserligen vara till nytta på lantgården, men en klok herde var vanligtvis fullt tillräcklig för de medicinska behoven (2,10,10; se även V. 1,4,1–5; 2,1,21–23; 2,3,8).<sup>12</sup> Som Hippokrates säger: "En klok man som betänker att hälsan är det värdefullaste människan äger, bör förstå att på egen hand reda sig vid sjukdomsfall." (*Salubr.* 9). Hos Columella omnämns läkare endast en gång och då i ett helt annat sammanhang, inte som en lindrare av sjukdom utan som en tänkare som grunnar ut märkliga sjukdomars orsaker (1,5,6). Huskurerna som praktiserades handlade till stor del om egna och traderade er-

farenheter av vad man kunde göra. Som utgångspunkt kan man ha att de förmedlades och spriddes sannolikt inte enkom på grund av religiösa eller magiska skäl, även om det fanns tydliga och viktiga sådana inslag, utan därför att de faktiskt fungerade. Den traderade, tysta, praktiska och verklighetsförankrade erfarenheten bör man inte bortse ifrån. Det är det många av huskurerna ger uttryck åt.

Catos lantbrukslära vittnar om tidiga romerska huskurer för enklare behandlingar och bot av sjukdomar i hemmet. Det var husfadern, *pater familias*, som fördelade och tillhandhöll botemedlen för sitt hushåll. Han kände sin lantgård och visste vad som där behövdes, vilket kvalificerade honom till att ha hand om det som hörde till hälsa och läkemedel. Som husföreståndare förde Cato en anteckningsbok där han upptecknade olika huskurer med vilka han behandlade sin familj, tjänare och slavar. Plutarchos berättar att Cato aldrig krävde att de skulle fasta, utan gav dem grönsaker och lite kött av anka, duva eller hare (*Cato maior* 23,4). Sådan diet, sade han, var lättsmält och nyttig för de sjuka, bortsett från att den ofta kunde framkalla drömmar. På detta sätt höll han sig själv frisk och bevarade sin familjs hälsa. En rad kurer infördes i Plinius d.ä:s *Naturalis historia*.<sup>13</sup> Enligt Plinius d.ä. var Catos medicinska kurer uppenbarligen effektiva, eftersom han levde till den mogna åldern av 85 år (*Nat.* 29,15). Han förlängde livet på sig själv och sin familj, berättar Plinius d.ä., just genom sina kunskaper om medicinska botemedel. Det var inte medicinen som sådan han fördömde, utan profiten. De tidiga romarna dömde ut den grekiska läkekonsten och de professionella läkarnas tjänster, förklarar Plinius d.ä., eftersom de vägrade betala profitörer för att bevara sin hälsa.

De tidiga romerska huskurerna kännetecknas ofta av att de baseras på ett eller två

botemedel.<sup>14</sup> Gränsen mellan människa och djur var inte heller alldeles glasklar. I veterinärpraktiken finner man ett samspel mellan människa och djur. När man ska bota en oxe, berättar Cato, bör både oxen och den som ger medicinen stå på någonting och inte direkt på marken samt vara fastande (70,2). Människans fysiologiska tillstånd verkar alltså på något sätt ha samröre med djurets. Och det som gör en oxe frisk, kan också ha samma verkan på en människa. Om en oxe har blivit biten av en orm, så riv ner "jungfrun i det gröna" (*Nigella damascena*) i gammalt vin, föreslår Cato, för in det sedan genom näsborrarna och lägg på svinspillning på själva bettet. Denna kur fungerar också på människor, vill han mena (102). Columella ger ett exempel på en kur för sjuka svin, som också verkar kunna ges till människor. Kuren, baserad på humoralpatologin, tycks gå ut på att kräkas, för att på det sättet renas och tömmas på galla, och därefter få i sig lite vial eller bondböna uppblött i saltlake och något varmt att dricka, "precis som man gör åt människor" (7,10,5). Inom ramen för sitt verk om lantbruket, *Opus agriculturae*, författat i Columellas efterföljd, skrev Rutilius Taurus Aemilianus Palladius under senantiken en bok om veterinärmedicinen (14). Andra drag i huskurerna är beröringen och kroppsvätskorna, saliv, spillning och urin. Plinius d.ä. återberättar Krates historia om ett människosläkte vid Parion vid Hellesponten, som kallas för ophiogener ("födda av ormar") och som kan lindra ormbett genom sin blotta beröring, och uppger att Varro påstår att "man där alltjämt finner ett fåtal, vilkas saliv kurerar ormbett" (*Nat.* 7,13).

Romarna, hälsofrämjare och medicinare, tycks vara besatta av matsmältningen, uttömningar, urin och fekalernas konsistens. Celsus ordinerar:

Om man lider af dålig mage, bör man läsa med hög röst, efter läsningen taga en promenad, därpå skaffa sig kroppsrörelse medels bollspel, vapenöfningar eller annat slags idrott, som påverkar de öfre kroppspartierna, på fastande mage dricka icke vatten, utan varmt vin, intaga två måltider om dagen, dock så att digestionen icke störes, förtära ett lätt kärft vin samt efter måltiden helst kalla drycker. (1,8)

I den kända romerska kokboken, *De re coquinaria* (Om kokkonsten), attribuerad till läckergommen Marcus Gavius Apicius men utarbetad av en viss Caelius på 200-talet e.Kr., ges det goda recept på soppor för tröga magar (3,2). Även kryddsalt är bra för matsmältningen och hårda magar. Det förhindrar uppkomsten av alla sjukdomar, farsoter och kalla febrar och dessutom, tillägger Apicius, "är det angenämare än du någonsin tror" (1,27). Han anför även ett laxermedel på betor enligt Varro (3,4): Torka några rödbetor, koka dem i honungsvin med litet salt och olja. När du fått en buljong av detta dricker du den. Betecknande nog avslutar Columella sina tolv böcker om lantbruk med just recept mot förstoppning (12,59,4–5): Blanda vit- eller svartpeppar med sellerifrö, roten av stinkfloka, ost och honung. Eller på annat sätt: libbsticka, russin, torr mynta, vit- eller svartpeppar blandat i honung.

Medelhavsvärldens typiska basvaror, som vinet, var flitigt använt för olika underkurer, vilket vi kommer att se. Den andra basvaran, oliverna (*Olea europaea*) och deras olja, kunde användas både invändigt och utvändigt. Varro skriver: "Precis som druvorna går oliverna på två vägar till husen, somliga att ätas, andra för att lämna vätska och smörja kroppen inte bara invändigt utan även utvändigt. Därför följer den sin ägare till badet och idrottsplatsen." (1,55,4). Colu-

mella beskriver hur man gör olja till salvor. En olja från andra pressningen kan användas dagligen av dem som lider av muskelvärk (12,53,3). Enligt Celsus botar oliverna varbildning, var poröppnande, sårrenande och uppmjukande. Och så har vi Catos älskade kål, som vi får anledning att återkomma till. Inte bara trädgårdens örter användes i medicinen. Bihonung var en vanlig ingrediens i de olika dekokterna. Honungen ansågs varm och torr och därmed laxerande för koleriker, men stoppande för flegmatiker enligt Hippokrates. Varro omnämner även bibröd (*propolis*), med vilket bina skyddar ingången till sin kupa (3,16,23). Detta använder läkarna i plåster som säljs på Via Sacra till högre pris än honung. Sjusovare (*Glis glis*) ingick, enligt Plinius d.ä., i en dekokt för svår öronsjuka: Rensade sjusovare kokades i honung eller nardus (en vällyktad olja), varefter läkaren hällde den ljumma dekokten i patientens onda öra (*Nat.* 29,135).

I kryddträdgårdarna, trädgårdslanden och kålgårdarna kunde man hitta dessa hälsobringande grönsaker, frukter och örter.<sup>15</sup> Den botaniska lärdomen, företrädd av sådana som Theofrastos och Dioskorides, var i mycket just en kunskap om läkeväxter. Varro omnämner till exempel den grekiske botanikern och filosofen Theofrastos (ca 370–ca 285 f.Kr.) verk *Fyton historias* (Vetenskapen om växterna) och *Fytikon aition* (Orsakerna till växterna). I Varros dialog, bedömer Stolo, en erfaren man i den tillämpade lantbruksläran, visserligen att deras praktiska värde vara ringa: "De där böckerna är inte så nyttiga för dem, som vill bruka en åker, som för dem, som vill driva filosofskolor" (1,5,2). Det hindrar inte att Stolo på annat ställe hänvisar till Theofrastos som en auktoritet vad gäller lämplig tid för utsäde, nämligen på våren och hösten och vid Hundstjärnans (Sirius) uppgång (1,40,3). Hundstjärnans heliakiska uppgång, det vill säga när den första

gången på året blir synlig över horisonten i öster strax före soluppgången, varierar stort och var viktig för bland annat den egyptiska tideräkningen. Den andre antike auktoriteten på området, greken Dioskorides Pedanius (ca 40–90 e.Kr.) från Anazarbos, var fältläkare i Neros armé och skrev det som för lång tid skulle bli standardverket i botanik och farmakologi, *Peri hyles iatrikes*, översatt till latin med titeln *De materia medica*, en förteckning över inte mindre än 600 läkeörter.<sup>16</sup> Bland hans medikamenter finner man också det vidunderliga universalmedlet *theriac*, ett motgift mot det mesta, som ursprungligen satts samman av kejsar Neros livläkare Andromachos från Kreta. I den romerska armén användes vin eller vinäger för att rengöra sårskador; även kåda och terpen tin kunde användas som antiseptika. Som smärtstillande förekom alruna, bolmört och opiater.

Hos Plinius d.ä. förekommer en rad kryddväxter som användes i medicinska syften.<sup>17</sup> Den flockblommiga växten *ammium* (slöjsilja, *Ammi majus*?) hade en mångsidig användning, den mildrar väderspänningar och magknip, befrämjar urinavsköndring och menstruation, tar bort blåmärken och ögonsvullnader, botar skorpionbett, och inte minst, tillägger Plinius d.ä., att man ansåg att en kvinna blir lättare havande om hon luktar på *ammium* under samlaget (*Nat.* 20,164). Om man tuggar anis (*Pimpinella anisum*) tidigt på morgonen med *smyrnium* (vingloka) och lite honung, varefter man sköljer munnen med vin, skriver Plinius d.ä., försvinner dålig andedräkt (*Nat.* 20,185–186). Anis gör också att ansiktet ser yngre ut samt botar sömnlöshet, om det läggs på kudden för den sovande att dofta på. Bockhornsklöver (*Trigonella foenum-graecum*) användes i den romerska medicinen för att bota leprasår och fräknar, och kunde underlätta förlossningar och olika mag- och tarmsmärtor (*Nat.*

24,184–187). Om malvans (*Malva sylvestris*) undergörande verkan ägnar Plinius d.ä. ett helt kapitel (*Nat.* 20,222–228). Bladen lindrade bett, drog ut stickor och taggar. Dagligt intag av malvavatten gav immunitet mot alla sjukdomar. Lindad runt en tand botade den tandvärk. Slembildning och illamående botades men malvafrön i vin. Inlindad i ylle bars malvarot som amulett mot bröstbesvär. Samtidigt som malvan var kärleksalstrande kunde malvabladd tillsammans med gåsört (*Argentina anserina*) fungera som abortmedel och en kvinnas födslovåndor lindras om hon låg på en bädd av malvabladd (jfr Soranos 1,20).<sup>18</sup> Stensöta (*Polypodium vulgare*) fördrev galla och nässlem, och slutligen, bara för att nämna en växt till: roten av alexanderloka (*Smyrniolum olusatrum*) kunde ätas om man hade blivit biten av en galen hund (*Nat.* 26,58; 20,117).

#### VIN, DET ÄR LIVET

*Vita vinum est*, "Vin, det är livet", sade Gaius Petronius (d. 66 e.Kr.) (34). Vin, förutom att vara en inte obetydlig kalorikälla, kunde i den grekiska medicinen användas som en stärkande dryck och vid sårbehandling, blandat med vatten eller honung. Honungsvin ansågs under hela antiken som mycket hälsosamt, därtill angenämt. Plinius d.ä. berättar att många uppnått hög ålder på ingen annan föda än honungsvin och bröd. Romilius Pollio som var över hundra år tillfrågades av Augustus hur det kom sig att han kunde bibehålla en sådan andlig och kroppslig spänst. Denne svarade: "Genom honungsvin invärtes och olja utvärtes" (*Nat.* 22,114). Enligt Hippokrates kunde vinet beroende på sin kvalitet vara fuktande och väderbildande, hettande och urindrivande, svalkande och förtunnande. Vinet, förklarar den grekiske läkaren Aretaios (100-talet e.Kr.) vederhäftigt och initierat:

när snabbt vävnaderna, passerar ända ut i periferin, tillför ny kraft, väcker det slumrande vitala *pneuma*, värmer upp de kalla *akra*, stoppar vätskeöverflödet och förhindrar det uttrinnande saftflödet. Det är även angenämt till lukten, i stånd att stärka livskrafterna och det bästa medlet att mildra sinnelaget vid förvirring. Allt detta uträttar i själva verket vinet samtidigt. Själén mjukas upp och sinnelaget mildras; för att vinna krafter äta de spontant och medverka själva till välbefinnandet (CA 5,1,28).<sup>19</sup>

Vin var ett universalmedel som gör magen gott, i synnerhet om det kryddas med olika örter. Cato föreslår en tillredning av vin som botar hård mage. Lagg en bukett svart julros i vinmust, så sätter detta vin fart på magen (115,1). Enligt Hippokrates var vinmust just hettande, väderbildande och laxerande. Julros eller prustrot (*Helleborus* sp.) som Cato använder i sitt recept var omvitnat som det förnämsta kräkmedlet, särskilt den vita, men även den svarta. Svart prustrot fungerade vidare som avföringsmedel, purgans, då den ansågs driva ut svart galla, och således användbar vid kalla och torra dyskrasier, särskilt melankoli. Om urinen har svårt att passera, krossa enbär i en mortel, är Catos råd, lagg detta i gammalt vin och koka upp (122). Ta detta sedan på morgonen på fastande mage. "Det hjälper", intygar han. Gammalt vin med hackade små bitar av ene kan också tillredas som bot mot höftsmärtor (123). Myrtenvin, vin med torkade krossade svarta myrtenbär (*Myrtus communis*), hjälper mot dålig matsmältning, smärta i sidan och kolik, är ett annat av hans råd (125). Likaså ger Columella (12,38,1) och Palladius (3,31) recept på myrtenvin mot magplågor, lös och klen mage. Mot kolik, orolig mage, binnikemask och inälvmask, säger Cato vidare, kan man ta 30 omogna, krossade granatäpplen

(*Punica granatum*) blandade med vin och dricka detta på fastande mage (126). Granatäpplen fungerar också mot dålig matsmältning och urinstämning, tillsammans med vin och krossad fänkålsrot – enligt Hippokrates och Celsus (2,31) var fänkål (*Foeniculum vulgare*) just urindrivande. Samma vin rensar också binnikemask och inälvsmask, om man blandar rökelse, honung och vin med oregano (*Origanum vulgare*) och ger detta till en person som är på fastande mage och som sedan ”bör klättra upp på en pelarsockel och hoppa ner tio gånger samt ta en promenad” (127,1).

Columella ger bland annat recept på vin med kransborre (*Marrubium vulgare*) mot olika invärtes åkommor, särskilt mot hosta, vin kryddat med sjölök (*Drimia maritima*) för matsmältningens skull och för att vederkvicka kroppen och lindra gammal hosta och magbesvär, vin med polejmynta (*Mentha pulegium*) – enligt Hippokrates värmande och lösande, och Celsus poröppnande – för dem som har hosta under vintern och slutligen vin kryddat med rosmarin (*Rosmarinus officinalis*), vilket lindrar magplågor och alla sorters magåkommor (12,32–36).

#### UNIVERSALMEDICINEN KÅL

Grönsaker av olika slag hade hälsobringande och andra medicinska effekter. Columella omnämner kranssiljans (*Opopanax hispidus*?) ”läkande tår” (10,103), den röda hornvallmons (*Glaucium corniculatum*) hälsobringande saft och opievallmon (*Papaver somniferum*) ”som kan hålla kvar den flyktiga sömnen” (10,104). Lök, vid sidan av orkidéknölar, var ett använt afrodisiakum. ”Eftersom Din Hustru är gammal och Dina lemmar kraftlösa kan Du inte göra något bättre än att äta starka lökar”, är Martialis råd (13,34).<sup>20</sup> Även Columella i sin lantbrukslära beskriver växternas eggande kraft:

Må nu lökens från Megara [fjäderhyacintens] eggande frön komma, de som skärper männen och beväpnar dem åt flickorna, och de frön, som staden Sicca samlar, nermyllade i Gaetuliens torvor, vidare senapskålen, som sås intill den fruktbara Priapus för att locka de senfärdiga karlarna till kärlek (10,105–109).

I *Sofisternas måltid* tvivlar dock poeten Alexis på lökens kärleksalstrande förmåga: ”Krabbor, lökar, sniglar, krås, inälvor och allt det där. Om någon är förälskad i en flicka finner han nog på mer effektiva knep än så” (Athenaios 2,63e).<sup>21</sup>

De två längsta kapitlen i Catos lantbrukslära handlar om kål (156,1–157,16). För Cato var kålen (*Brassica oleracea*), som överträffar alla andra grönsaker, rena mirakelmedicinen som kunde bota de flesta krämpor. Hans hyllning bottenar i ett försvar av gamla hederliga traditionella romerska kurer, även om samma tankegångar, som Plinius d.ä. anför, kan ledas tillbaka till den grekiske läkaren Chrysippos från Knidos, som på 300-talet



Klymenon, kål (*Brassica oleracea*). Dioskorides, *De materia medica*. Codex Vindobonensis (505 e.Kr), fol. 182v.

f.Kr. skrev ett verk om denna förträffliga grönsak (*Nat.* 20,78).<sup>22</sup> Hippokrates menade att kålen var värmande och lösande och därför nyttig för dem med överskott av flegma. Plinius d.ä. omnämner i sin *Naturalis historia* kålens hälsobringande egenskaper och hänvisar just till Cato och tar då även upp dennes mer kuriösa kålrecept. Trots Catos för oss en aningen märkliga användning av urin från kålätare vittnar hans beskrivningar om kålens undergörande verkan om en tro på att den verksamma kraften finns inne i växten, vilket står i kontrast till de magiska föreställningarnas symboliska handlingar och transcendentia krafter i ordet.

Kål i olika former botar en rad åkomor, särskilt främjar den matsmältningen, menar Cato: "Den hjälper matsmältningen underbart, gör magen gott och urinen är hälsosam för alla saker." Om du vill äta och dricka mycket kan du före middagen äta en stor mängd rå kål behandlad med ättika. "Det får dig att känna dig som om du inte ätit någonting och du kan dricka så mycket du vill." (156,1) Kål fungerar också för dem som vill rensa magen genom att kräkas. Man tar först ett varmt bad, dricker sedan lite honungsvatten och går och lägger sig utan att ha ätit. Följande morgon tar man en dekokt av kålen, och så efter fyra timmar få man lust att kräkas. "Han kommer att få ut så mycket galla och slem att han själv förvånat undrar, varifrån så mycket kommer", berättar Cato (156,4).

Kålen, menade Cato, innehåller allt det som kallas "de sju nyttigheterna" (157,1). Krossad kål kan läggas på sår och svullnader, renar alla bölder, tar bort svulster, renar variga sår och kräftsår. Har man vrickat någon led, så värm leden med varmt vatten och lägg på riven kål. Det botar snabbt, intygar Cato. Krydda kålen med ättika med en tillsats av honung, därtill vinruta, koriander – *Coriandrum sativum*, hettande och

stoppande enligt Hippokrates, enligt Celsus urindrivande – och salt, så låter sig inte något dåligt slå sig ner i din kropp och gör magen bra, och gör det onda friskt. Kål stekt i fett med lite salt, som intas på fastande mage, botar den sömnlöse eller demente. Ålderssvaghet kan också behandlas med kål. Och vidare, spara urinen från den som ätit mycket kål, uppmanar Cato, värm den och sänk ner den sjuke i det. Denna kur gör honom snabbt frisk, "och detta är utprovat", försäkrar han, så vi behöver alltså inte tvivla på att det fungerar (157,10). Tvättar man små pojkar med denna urin blir de aldrig svaga, och de som har svaga ögon kan smörjas med den, och då kommer de att se bättre. Med urinen kan man också bota värk i huvud och nacke som då upphör. En kvinna kan behandla sitt underliv genom att sitta på en stol med hål i sitsen över en skål med uppvärmd urin. Den vildväxande kålen, menar han, har den största kraften och är hälsobringande för kroppen. "Dem du inte tror att du kan bota, dem kommer du att bota" (157,13). Han kommer att åtnjuta långvarig hälsa, ingen sjukdom kommer att drabba honom om inte han själv förorsakar den. Kål botar bölder, fistlar, polyper i näsan, dålig hörsel och vårtor. Varro tog just fasta på Catos råd när man ska bort på fest och låter Agrius säga: "Om du vill på kalas dricka mycket och äta av hjärtans lust, skall du först äta rå kål som legat i ättika, ungefär fem blad" (1,2,28).

#### AVSLUTNING

Det romerska lantlivet fångar de grundläggande existentiella villkoren, att överleva, att få i sig näring och friskt vatten, att inte frysa, att inte bli blöt, att ha tak över huvudet när det regnar och blåser – att hålla sig vid liv och vara vid god hälsa så att man kan njuta av det romerska lantlivet. Den syn på hälsan och de medicinska behandlingarna som framskymtar i de agrara texterna vilar

till stor del på beprövade erfarenheter, lantmannens kännedom om sin livsmiljö, hans kunskaper om landskapet, myllan, vindarna och vattenkällorna omkring honom, erfarenheterna av alla år som han har odlat dessa växter som frodas på hans marker och vad som händer när man äter dem. Trots de outgrundliga sjukdomarnas ohanterbarhet, var inte metoderna alltid slumpartade tillgrepp i förvirring. Äldre romerska folkliga föreställningar glimtar till här och var, men texterna förmedlar också samtidens tänkande om hälsa som man finner i de bildade kretsarna i Rom, den romerska medicinen och dess rötter i den grekiska-hippokratiska medicinen. Humoralpatologin och den hippokratiska synen på miljöns inverkan på hälsan är tydliga i råden vad gäller lantgårdens placering bland kullar och vattendrag, hur

man blir frisk när man blivit sjuk, hur man tömmer kroppen på onda vätskor samt hur man gör sina egna mediciner och behandlar magont, sår och huvudvärk. Dessa beprövade erfarenheter och humoralpatologins, Hippokrates och Galenos läror kom att få stor betydelse långt fram i tiden; ännu under 1700-talet återopades de på medicinska fakulteter över hela Europa, på apotek, i läroböcker och i farmakopéer.<sup>23</sup>

För din hälsas skull, tillbringa dina dagar på den romerska landsbygden, vid foten av ett berg, vänd mot solen i söder, med tempererade, hälsosamma vindar, och friskt vatten från bergsbäckarna. Gå upp i gryningen, arbeta flitigt och noggrant, lev sedesamt och dygdigt. Rena kroppen med kräkning och lavemang. Drick vin med honung, och ät massor av kål.

71. Frayn 1984, s. 130–131; Curtis 2001, s. 400.
72. McGee 2004, s. 57.
73. McGee 2004, s. 57.
74. För ett typiskt keramikkarl använt vid osttillverkning, se: Heimberg 2011, Abb. 26.
75. Ränk 1987 [1966], s. 112.
76. Ränk 1987 [1966], s. 98–112; McGee 2004, s. 52–59. Handpressad ost: Col 7,8,7; Suetonius, *Aug.* 76. Korgar och formar: Col 7,8,4; Tibullus 2,3, 14b–16. Vikten av att vara sparsam med saltet: Palladius 6,9.
77. Curtis 2001, s. 400.
78. Robinson 1991, s. 144–147; Mattingly & Aldrete 2000.
79. Nippel 1995, s. 101–102.
80. Trädgårdar i Pompeji, se exempelvis: Jashemski 1977.
81. Frayn 1993; se även MacMullen 1970.
82. Översättning av P. Sandin, hämtad ur Ingemark & Gerding 2000, s. 97.
83. *CIL* I(1)206, 56–61 [*Tabula Heracleensis* = *Lex Iulia Municipalis* från 45 f.Kr.]. Se även diskussionen i Robinson 1991, s. 73–75.
84. Meijer & van Nijf 1991, s. 133–134.
85. Vioque m.fl. 2000.

## DAVID DUNÉR

*Det romerska lantlivets medicin och huskurer*

1. Scarborough 1969; Jackson 1988; Gourevitch 1998; King 2001; Cruse 2004.
2. Smith 1979.
3. Scarborough 1969, s. 53.
4. King 2001, s. 33.
5. Scarborough 1969, s. 56.
6. Brunner 1977; Schulze 1999.
7. Scarborough 1969, s. 60, 195 (n. 45).
8. Scarborough 1969, s. 80f.
9. Hedberg 2009, s. 459.
10. Se Ingemark 2001, s. 37–49.
11. Wikander 2009, s. 510.
12. Scarborough 1969, s. 57.
13. King 2001, s. 36.
14. Scarborough 1969, s. 18f.
15. Jfr Jashemski 1979–1993; Jashemski 1999; Ciarallo 2000.
16. Riddle 1985; Touwaide 2000.
17. Hewe 1952; Ellwyn 1985; Heilmeyer 2007.
18. Flemming 2000.
19. Se även Deichgräber 1971.
20. Övers. från engelska av M. von Heland (*Apicius*, s. 139).
21. Övers. från engelska av M. von Heland (*Apicius*, s. 139).
22. King 2001, s. 36.
23. Dunér 2008. Se t.ex. Peder Månsson, *Bondakunst*, s. 46–47, som just återoppar Columella och Palladius, den senare i fråga om att gräva brunn och pröva vattnets kvalitet. Jfr Palladius, 1,4; 9,8–10.

## DOMINIC INGEMARK &amp; ÖRJAN WIKANDER

*Tron på högre makter*

1. Av kapitlets båda delar har Dominic Ingemark skrivit den om folklore, Örjan Wikander den om religionen.
2. För lättillgängliga introduktioner till romersk religion, se Ogilvie 1969, Shelton 1988, s. 360–437, och Turcan 2000.
3. Cicero (*Nat.* 1,41,116) definierar uttryckligen *pietas* som "rättfärdighet gentemot gudarna" (*iustitia adversum deos*).
4. Återgiven av Augustinus, *Civ.* 4,31,2. Jfr Plutarchos, *Numa* 8.
5. Livius 34,4,4 (Cato); Augustinus, *Civ.* 4,31,2 (Varro).
6. En fortfarande på det hela taget övertygande bakgrund till dessa östliga inflytanden står att finna i Nilsson 1946, s. 107–209. För mysteriekulterna, se Burkert 1987.
7. Jfr Burkert 1987, s. 89–95.
8. Denna ceremoni berörs inte sällan av de latinska skalderna. Se t.ex. Horatius, *Carm.* 3,23.
9. Turcan 2000, s. 15–18, 29–33; Johansson 2013.
10. Helt klar är dock inte uppdelningen av husgudarna: larers och penaters exakta verksamhetsområden blandas ofta samman i antik litteratur. Tillsammans med manerna (förfädernas andar) och Vesta (hårdens gudinna) utgjorde de kärnan i familjekulten, men deras ursprung, symbolvärde och egenskaper är fortfarande omtvistade i modern forskning.
11. Av dem som nämns av Columella tar jag här inte upp kraftuttrycket "vid Herkules" eller de fjorton som bara förekommer som ren litterär utsmyckning i hans mytologiskt överfyllda ti-  
onde bok: se Wikander 2009, s. 512. På samma sätt bortser jag från de sju som bara förekom-