

Plan des *Remedia amoris* d'Ovide (d'après l'édition des Belles Lettres, légèrement modifiée).

Avant-propos (v. 1-70). 1) But du poète (v. 1-40).

2) Ovide convie jeunes gens et jeunes femmes à écouter ses leçons (v. 41-74).

3) Invocation à Phébus-Apollon, dieu de la médecine et de la poésie (v. 75-78).

Développement du sujet. A) Avant tout, couper le mal à la racine (v. 79-106).

B) S'il est trop tard pour couper le mal, attendre avant d'agir le moment favorable (v. 107-135).

C) Aussitôt que pourront être appliqués des remèdes — 1) rechercher une vie active (v. 135-150).

2) Prendre une occupation à Rome (v. 151-163).

3) S'adonner à l'agriculture (v. 169-198).

4) Chasser ou pêcher (v. 199-212).

5) Mieux vaut quitter le lieu où se trouve l'être aimé (v. 218-248).

6) Par contre, la magie est absolument inutile (v. 249-290).

D) Si l'on est obligé de rester à Rome, différents remèdes peuvent agir (v. 291-510). — 1) Penser continuellement aux défauts de son amie (v. 291-356).

2) Conduite à tenir dans « l'acte même de Vénus ». Digression où Ovide se défend contre les critiques lui reprochant l'immoralité de ses écrits. (v. 357-418).

2 bis) Réponse à une autre objection possible : ces moyens sont-ils d'une réelle efficacité ? Oui, à condition d'associer entre eux les divers remèdes, sachant cependant que certains seront plus adaptés à notre caractère (v. 419-440).

3) Mieux avoir deux maîtresses pour diviser et attédir ses sentiments (v. 441-488).

4) Feindre la froideur (v. 489-522).

5) À défaut, chercher la fin de l'amour dans la satiété (v. 523-542).

6) Éviter la jalousie (v. 543-548).

7) Pour oublier, penser aux tourments que l'on a éprouvés (v. 549-598).

8) S'appuyer sur l'amitié en évitant la solitude ; exemple mythologique du suicide de Phyllis, abandonnée par Démophon, faute d'avoir trouvé une compagne pour la rassurer (v. 579-608).

9) Éviter la société des couples amoureux (v. 609-620).

10) Éviter tout ce qui peut réveiller les sentiments, rouvrir la cicatrice de la blessure amoureuse (par exemple, ne pas maintenir de lien avec la famille de son ancienne maîtresse) (v. 621-640).

11) Ne pas se complaire dans les plaintes (v. 641-648).

12) La haine envers l'ancienne maîtresse est indécente et de mauvais augure (v. 649-672) — "Sed modo dilectam scelus est odisse puellam" (v. 655) ; "Tutius est aptumque magis discedere pace / Nec petere a thalamis litigiosa fora" (v. 669-670).

13) Se défier des rencontres directes (v. 673-682).

14) Savoir pratiquer l'art de la rupture (v. 682-706).

15) Comparer son amie à des femmes plus belles (v. 707-714).

16) Renforcement du conseil des v. 621-640 : détruire tous les souvenirs de l'être aimé (v. 715-740).

17) La pauvreté peut aider car elle défend des assauts de la séduction ; éviter les spectacles de théâtre et les lectures qui parlent d'amour (v. 741-766). — "Eloquar invitus : teneros ne tange poetas", v. 757. "Me certe Sappho meliorem fecit amicae", v. 761.

18) Ne pas s'imaginer que l'on a un rival (v. 767-794).

19) Éviter les aliments aphrodisiaques et surtout le vin (v. 795-810).

Conclusion (v. 811-814) — "Postmodo reddetis sacro pia vota poetae / Carmine sanati femina virque meo" (v. 813-814).