

# Zu viel Glück ist auch nicht gut

Wer im neuen Jahr sein Leben ändern will, kann sich an die üblichen Ratgeber halten. Oder zu einem tausend Jahre alten Buch greifen, dem erstaunlich modernen „Tacuinum sanitatis“ des arabischen Arztes Ibn Butlan. *Von Richard Friebe*



Die Alraune bitt, wenn man an ihr riecht, gegen Kopfschmerzen und Schlaflosigkeit, stumpft aber die Sinne ab.



Beischlaf dient der Erhaltung der menschlichen Spezies. Ibn Butlan empfiehlt ihn Heranzuschenden, rät aber Impotenten davon ab.



Der Winter lindert Gallenleiden und stärkt die Verdauung. Leider befördert er Stoffwechselstörungen. Ausweg: ordentlich beizen!



Seide, besonders die aus dem Orient, hält warm. Weniger gut ist, wenn sie zu sehr wärmt. Dabei rät Ibn Butlan zu Unterwäsche aus Leinen.



Sauerkirschen nehmen der Galle die Schärfe, schaden freilich Nerven und Zähnen. Antidot: süße Mandeln und Weintrauben.



Nüsse machen warmes Blut, wirken gegen Zahnschmerzen und Gift. Wer keine Pasteln im Mund bekommen will, sollte weiße Mohnkörner dazusetzen.

temberg und Teck, oder dessen Eltern angefertigt. Wann das war, ist unklar. Fritz Koreny vom Institut für Kunstgeschichte der Universität Wien ordnet den Stil der Miniaturen in die Zeit zwischen 1460 und 1470 ein, während Eberhard König von der Freien Universität Berlin und Stephan Kemperdick vom Frankfurter Stadel einen Zeitraum etwa 50 Jahre früher vermuten.

Man kann allerdings darüber spekulieren, ob Ibn Butlan sich im Grab herumgedreht hätte, wäre ihm diese Version seines Werkes je

zu Gesicht gekommen. Denn nicht nur das von ihm als Innovation eingeführte tabellarische Format ist in dieser wie in den anderen bekannten Abschriften verschwunden – auch die schon beim Autor komprimierten Informationen sind weiter vereinfacht. Er selbst heißt plötzlich aufgrund eines fortgeschriebenen Übersetzungsfehlers „Elbocasin von Baldach“, und der eigentliche Text wird von den Bildern bei weitem in den Schatten gestellt. Kein Zufall: Diese Illustrationen sind nicht nur atemberaubend

schön, sondern zum Teil auch geradezu frivol mit ihren sich unter Mispeln oder in den Auebergen entwickelnden Paaren mit eindeutigen Absichten, gefährlich rutschenden Bauernhosen und halbwegsinnig dreinschauenden Busengrapschern. Gerade dieses Manuskript, so schrieb einst der Kunsthistoriker Otto Pächt, sei wie kein anderes Tacuinum voller realistischer Darstellungen, die vor subtilem Charme geradezu übersprudeln.

Aus heutiger Sicht gehört zu diesem Reiz sicher auch die Kreativität, die der unbekannte Künstler bei Themen offenbart, die er nicht aus eigener Anschauung kannte.



Erbrechen reinigt den Magen, schadet ihm aber auch und den Augen gleich mit. Die Dame demonstriert den Ausweg: Augen zubalnen!



Der Nordwind bläst den Kopf frei, führt aber zu Brustschmerzen und Husten. Baden und passende Kleidung, rät Ibn Butlan.



Süße Milch ist gut für Brust und Lunge, schlecht bei Fieber und Kopfschmerz, wenn sie nicht zusammen mit kernlosen Trauben genossen wird.



Glück ist gut für Traurige und Labile, weiß Ibn Butlan, kann aber auch den ums Leben bringen, der sich den Glücksmomenten allzu oft hingibt. Wichtig sind die richtigen Sozialkontakte, das Wohnen mit den Weisen. Und der Maler der Pariser Handschrift zeigt deutlich, was für ihn Glück bedeutet: Ein idyllischer Ort im Einklang mit der Natur, Vogelgesang – und die Hoffnung auf Nachwuchs.

ve mit Früchten, die eher an verkehr herum gewachsene rote Birnen erinnern. Auch von Trüffeln wusste der Künstler wohl nur, dass es sich bei ihnen um etwas Pilzartiges handelte – und zeichnete prompt ein paar riesige Scheiben, die ein Jüngling von einem Felsen pflückt. Und auch viele der erotischen Darstellungen fließen dem Künstler aus dem Pinsel, ohne dass der Begleittext auch nur die geringste aphrodisierende Wirkung erwähnt. Die Erfolgs- und Editions Geschichte des Tacuinum

sanitatis über die Jahrhunderte kann nicht nur Buchliebhaber ins Staunen versetzen. Sie erzählt auch beispielhaft die Wissenschaftsgeschichte des Mittelalters nach, deren Zentren die islamischen, oft von Toleranz und philosophisch-religiöser Vielfalt geprägten Metropolen Arabiens und des Nahen Ostens waren. Dort wurden die lateinischen und griechischen Klassiker ins Arabische übersetzt, von den Gelehrten wie Ibn Butlan oder auch dem besser als Avicenna bekannten Ibn Sina diskutiert, neu interpretiert und philosophisch sowie empirisch ergänzt. Die dabei entstandenen Schriften fanden in der frühen Renaissance ihren Weg über Sizilien nach Italien, in die deutschen Fürstentümer und nach Frankreich, wo sie übersetzt und zeitgemäß editiert und illustriert wurden.

Wie so häufig bei Manuskripten aus jener Zeit ist die Vorlage, die der deutsche Künstler benutzt haben muss, heute nicht mehr auffindbar. Ein ähnliches Manuskript, das ebenfalls als Faksimile erhältliche „Wiener Tacuinum“, ist wahrscheinlich Jahrzehnte zuvor in Italien entstanden, und sein Künstler nutzte dieselbe Vorlage, die möglicherweise danach über die Alpen nach Württemberg gelangte. Die aufwendig illustrierten Ausgaben des Tacuinum sanitatis wurden lange als pure Unterhaltungsbücher der herrschenden Klasse angesehen, Kunstwerke, deren Besitz man sich gerne prides, deren Inhalt aber bestenfalls sekundär war. Der Medizinhistoriker Alain Touwaide von der Smithsonian Institution in Washington, der sich mit allen bekannten Ausgaben beschäftigt hat, widerspricht allerdings dieser Ansicht. Sie waren, so schreibt Touwaide, bei denen, die sie besaßen, für den täglichen Gebrauch gedacht, als illustrierte medizinische Lehrbücher. Die jahrhundertalten Ratschläge galten auch in Zeiten neuen wissenschaftlich-medizinischen Aufbruchs noch als korrekt.

Und heute? Was selbst Ökologen und Sozial- und Umweltmediziner an Ibn Butlans Zusammenfassung des Medizinwissens vor 1000 Jahren überrascht, sind die zahlreichen Übereinstimmungen mit aktuellen Lehreinrichtungen – und der den ganzen Menschen berücksichtigende Ansicht. Für den



Der Autor Ibn Butlan, wie man ihn sich im 15. Jahrhundert vorstellte

Autor aus Bagdad ist die richtige Ernährung ebenso wichtig wie Sport, ausreichend Schlaf, Kleidung, zuträgliches Klima, gesunde Heizung und Wohnung. Wie selbstverständlich handelt der mittelalterliche Autor Aspekte ab, die sich in der modernen Pharmakologie erst durchzusetzen beginnen, seitdem die Genomforschung Erklärungen dafür gefunden hat – etwa die je nach individueller Konstitution, Umweltbedingungen, Jahreszeit oder individuellem Alter unterschiedliche Wirksamkeit von Substanzen. Ibn Butlan charakterisiert sie, nennt ihre Wirkungen

Herzogs dargestellt durch ein Paar in Erwartung von Nachwuchs, ist nicht nur legitimes Ziel, sondern hat für sich wieder Rückwirkungen. Liest man die kurzen Ausführungen zu diesem Thema, kommen sie einem wie die Zusammenfassung eines modernen Psychologiebuchs vor: Dass Glück für traurige Menschen ist, klingt noch fast banal, dass es im Übermaß zum Tode führt allerdings, ist offensichtlich nichts anderes als eine Warnung vor manischen Zuständen. Und dass man diese Nebenwirkung am besten vermeiden kann, wenn man sich mit „weisen Menschen“ umgibt, könnte in leicht abgewandelter Formulierung auch heute noch Ergebnis eines Therapiegesprächs sein.

Die menschliche Umwelt ordnet Ibn Butlan in sechs Kategorien von durch den Menschen beeinflussten Faktoren: Luft, Essen und Trinken, Bewegung und Ruhe des Körpers, Schlaf, die Körpersäfte sowie Gefühle wie Freude und Furcht. Der Mensch ist für ihn charakterisiert durch eine „Jahle Natur“ und muss deshalb stetig versuchen, ein inneres Gleichgewicht und ein Gleichgewicht mit seiner Umwelt zu bewahren: „Die Erhaltung der Gesundheit liegt in der Balance, ihre Störung erzeugt Krankheit.“

Und wer Ibn Butlans Buch liest, findet dort das Wissen seiner Zeit über die Stellschrauben dieses Gleichgewichts – und sogar, wie man an ihnen dreht. Modern ist er auch, wenn er einräumt, dass sein Werk trotz all der in ihm enthaltenen Weisheit der „Besten unter den Alten“ sicher nicht ohne Fehler sei und Gott helfen möge, diese zu korrigieren.

Im arabischen Original fordert Ibn Butlan nachfolgende Mediziner- und Forschergenerationen sogar dazu auf, Unklarheiten durch rigorose Experimente auszuräumen und die Ratschläge, wenn es sein muss, zu korrigieren. Darbei vermisst man in heutigen Gesundheits- oder Ernährungsratgebern nur allzu oft.

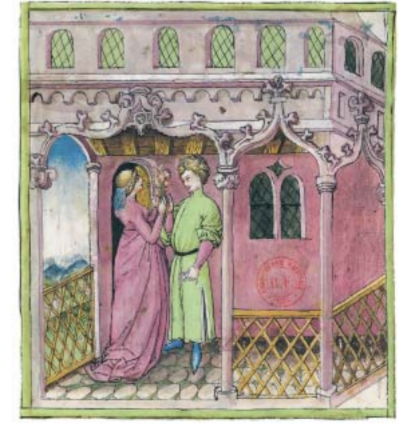
Ein Faksimile der Pariser Handschrift des „Tacuinum Sanitatis“ ist jetzt im Verlag M. Moleiro (Barcelona) erschienen. Ihm sind die Abbildungen auf dieser Seite entnommen. Im Internet: www.moleiro.com. Ein stark verkleinertes Faksimile von einer der Wiener Handschriften des „Tacuinum sanitatis“ liegt bei der Akademischen Druck- und Verlagsanstalt (Graz) vor: www.adeva.com.



Weißbrot nährt, führt jedoch zu Verstopfungen, wenn es nicht gut durchstüert ist. Empfohlen wird es immer, überall und jeden.



Birnen fördern einen schwachen Magen, behindern aber die Gallenfunktionen. Gegengmittel: Knoblauch direkt nach dem Frühstück.



Sommerkammern sollten feucht und kühl sein, um ihren Bewohnern ein gesundes Frühlingsklima zu verschaffen: Das ist gut für die Verdauung.

Alle Abbildungen aus Ibn Butlans „Tacuinum Sanitatis“. Faksimile: Verlag M. Moleiro, Barcelona.



Knoblauch hilft gegen Skorpionen und Würmer, doch er schadet Augen und Hirn, glaubt Ibn Butlan. Außer, wenn man Essig und Öl zugibt.



Abendgespräche dienen der Verdauung, verwirren aber, wenn zu viele reden. Die Lösung? Einfach allen außer einem den Mund verbieten.