

Prof. Dr. med. Dr. phil.
Hans Huchzermeyer
Habsburgerring 37 A
D-32427 Minden
hhuchzermeyer@gmx.de

Hans Huchzermeyer

Die „Schachtafeln der Gesuntheit“ des Michael Herr, Straßburg 1533

Anmerkungen zu den Buchillustrationen,
zur Bedeutung der Musik und zum Begriff Schachtafel *

Bitte zitieren Sie diesen Beitrag folgendermaßen:

Hans Huchzermeyer, Die „Schachtafeln der Gesuntheit“ des Michael Herr, Straßburg 1533

Online-Publikation Minden 2016.

URL:http://www.huchzen-verlag.de/pdf/Schachtafeln_der_Gesuntheit.pdf

Im späten Mittelalter und der frühen Neuzeit entwickelte sich eine umfangreiche medizinische Literaturgattung, die sich mit den Regeln einer gesunden Lebensführung und Ernährung befasste. Diese in der Regel von Ärzten primär für Mitglieder des Adels und des Klerus verfassten Traktate (regimina sanitatis) geben das zeitgemäße ärztliche Wissen unter Berücksichtigung von Aspekten der Volksmedizin, der Erfahrungsheilkunde und der jeweils aktuellen ärztlichen Theorien in vielfältiger Weise in Form von Tabellen, wie man sie in der Astronomie und der Mathematik einsetzte, in Prosa, in Merkversen und in Gedichtform wieder. Auch die bildliche Darstellung wurde zur Gesundheits-erziehung gewählt.^[1] Ein bedeutendes Beispiel der Regimen-Literatur sind die Gesundheitstafeln des christlichen Arztes Ibn Butlan, geschrieben um die Mitte des 11. Jahrhunderts. In diesem Tabellenwerk werden 280 Objekte, überwiegend Speisen und Getränke, zusammengestellt und ihre Eigenschaften und Wirkungen in Regeln erläutert. Nach 1250 wurde diese arabische Schrift unter dem Titel Tacuinum sanitatis ins Lateinische übersetzt (Tacuinum = Tabelle, kleine Tafel), bis zum 15. Jahrhundert kamen weitere Abschriften der lateinischen Version wie auch mit Bildern ausgestattete Fassungen (allerdings unter Verlust der ordnenden Tafeln und auch von Text) hinzu.^[2] Schließlich legte 1533 der Straßburger Stadtarzt Michael Herr mit den „Schachtafeln der Gesuntheit“ die erste reich mit Holzschnitten bebilderte Ausgabe in deutscher Sprache vor.^[3]

* Zur Erinnerung an meinen verehrten Lehrer Fritz Hartmann (1920-2007), dem ersten Rektor und langjährigen Direktor des Zentrums für innere Medizin an der Medizinischen Hochschule Hannover. Er gilt als der „geistige Vater“ dieser Einrichtung, entscheidend prägte er die inhaltliche und bauliche Konzeption. Neben internistischen Fragestellungen (er begründete in Deutschland die wissenschaftliche Rheumatologie als eigenständige Disziplin) widmete er sich zeitlebens den historischen, ethischen und philosophischen Aspekten der Medizin. Die Gründung des „Seminars für Geschichte, Theorie und Wertelehre der Medizin“ entsprang seiner Initiative. Im Kontext dieses Beitrags sei auf einige Arbeiten von F. Hartmann hingewiesen, die sich mit der Diätetik im umfassenden Sinne im Wandel der Zeit befassen.

^[1] Auf folgende Werke sei beispielhaft hingewiesen:

Schott R: Die Kunst sich gesund zu erhalten. Regimen sanitatis Salernitanum. Deutsche Nachdichtung. Rom: Saturnia 1954.

Muntner S (Hrsg.): Maimonides: Regimen Sanitatis, oder Diätetik für die Seele und den Körper mit Anhang der Medizinischen Responen und Ethik des Maimonides. Basel, New York: Karger 1966.

Cogliato Arano L (Hrsg.): Tacuinum sanitatis. Das Buch der Gesundheit. Einführung von Schipperges H und Schmitt W. München: Heimeran 1976.

Némethy F: Zum Regimen sanitatis in deutscher Sprache. Comm. Hist. Artis Med. 1984; 107-108: 11-23.

Von der gesunden Lebensweise. Nach dem alten Hausbuch der Familie Cerruti (Übers. Vogel S). München: BLV-Verlag 1985.

Schipperges H: Der Garten der Gesundheit. Medizin im Mittelalter. 2. Aufl. Zürich, München: Artemis 1987.

Telesko W: Die Weisheit der Natur. Heilkraft und Symbolik der Pflanzen und Tiere im Mittelalter, München, London, New York: Prestel 2001.

^[2] Verschiedene Handschriften finden sich im Faksimile-Programm der Akademischen Druck- und Verlagsanstalt, Graz, www.adeva.com und des Verlages M. Moleiro, Barcelona, www.moleiro.com.

^[3] Ibn Butlan: Schachtafeln der Gesuntheit. Reprint der Ausgabe 1533. Nachwort von Weber M und Starke E. Weinheim: VCH Verlag 1988. Die Abbildungen in dieser Arbeit wurden diesem Nachdruck entnommen.

Zotter H: Das Buch vom gesunden Leben. Die Gesundheitstabellen des Ibn Butlan in der illustrierten Übertragung des Michael Herr. Nach der bei Hans Schott erschienen Ausgabe Straßburg 1533. Mit 32 getreuen Farbwiedergaben aus dem Tacuinum sanitatis Codex Vindobonensis 2396. Graz: Akademische Druck- und Verlagsanstalt 1988.

Rippmann D: Schachtafeln der Gesundheit: präventive Medizin, Körpervorstellungen und Ernährung, in: Rippmann D und Neumeister-Taroni B: Gesellschaft und Ernährung um 1000, Vevey 2000; 114-129.

Entstehungsgeschichte der Schachtafeln

Der Straßburger Verleger Hans Schott (gest. 1548) gab 1533 die von dem Arzt Michael Herr (gest. nach 1551) ins Deutsche übertragenen „Schachtafeln der Gesuntheit“ heraus. Diese Schachtafeln fußen auf den „Tabellen der Gesundheit“ des Ibn Butlan (gest. um 1064), darüber hinaus auf den „Tabellen der Krankheiten“ des Ibn Jozlah (Dschezla) (gest. 1100). Von diesen aus Bagdad stammenden Ärzten (Ibn Butlan hielt sich in Kairo, Konstantinopel, Aleppo und zuletzt in Antiochia auf, Ibn Jozlah war in Bagdad ärztlich tätig) sind in Europa nur diese beiden medizinischen Werke bekannter geworden. Zunächst legte H. Schott 1531 und 1532 beide Werke in lateinischer Sprache im Druck vor, zuerst die *Tacuini sanitatis* von Ibn Butlan, im Anhang zwei weitere Werke arabischer Autoren, und dann die *Tacuini aegritudinum* von Ibn Jozlah. Im darauffolgenden Jahr schloss sich die gemeinsame Publikation nur der beiden *Tacuini* in der deutschen Übertragung von Michael Herr an.^[4]

Der Besprechung der Objekte (je sieben auf 64 Feldern) auf insgesamt vierzig Tafeln auf der linken (vornehmlich Speisen und Getränke) und den zugehörigen Kommentaren auf der rechten Seite folgt ein gemeinsames Regelbuch zu den in den Tafeln aufgestellten Regeln.

Die arabische Medizin als Vermittler antiker Heilkulturen

Die antike Medizin behielt in der Epoche der arabisch-islamischen Medizin (7. bis 13. Jh.) für die arabischen Ärzte weitgehend ihre Gültigkeit. In der ersten Phase beschränkte sich die Rezeption der hippokratischen und galenischen Medizin auf Übersetzungen, Kompilationen und Kommentierungen. Das 11. und 12. Jahrhundert, der Zeit der höchsten Blüte der arabischen Medizin, ist charakterisiert durch eine Erweiterung der antiken Texte sowie durch eine größere theoretische und praktische Eigenständigkeit der arabischen Ärzte. In diesem Zeitraum wurden die obigen Gesundheits- bzw. Krankheitstabellen durch Ibn Butlan und Ibn Jozlah verfasst, d. h. die Schriften antiker Autoren wurden durch sie übersetzt, in eine systematische Übersicht gebracht und zudem durch eigene Erfahrungen ergänzt. Dieser Schritt der Rezeption führte zwangsläufig zu Modifikationen des Textes. Im Zuge des Arabismus (11. bis 15. Jh.) übersetzte man dann die klassischen Texte aus dem Arabischen in die lateinische Sprache, die zur Universalsprache der wissenschaftlichen Welt avancierte.^[5] Bei dieser Übertragung in das Lateinische nahmen die Änderungen am Text der beiden arabischen Ärzte noch weiter zu. Die Namen der ursprünglichen Autoren ließ man mit der Zeit weitgehend weg, ihre Texte wurden geändert, gekürzt oder gingen, insbesondere in den illustrierten Handschriften, zum Teil verloren. Gleiches ist zu beobachten bei der von Michael Herr vorgenommenen deutschen Übersetzung der lateinischen Vorlagen, zudem brachte er zusätzlich das Wissen seiner Zeit in dieses Regelbuch ein.

Den verschiedenen Gesundheitslehren dieser Zeit ist gemeinsam, dass sie die Tradition der antiken Diätetik fortführen, jetzt erweitert um arabische und christliche Anschauungen.

^[4] Zotter H: Das Buch vom gesunden Leben, a. a. O., 1988; 7-9, 12-14.

Ibn Butlan: Schachtafeln der Gesuntheit, a. a. O., 1988; Nachwort 3-5, 9f.

^[5] Schipperges H: Arabische Medizin im lateinischen Mittelalter. Berlin, Heidelberg, New York: Springer 1976.

Die Humoralpathologie als medizinisches Leitkonzept

Die stark schematisierende Krankheitskonzeption von Ibn Butlan wie auch von Michael Herr fußt auf der im Mittelalter dominierenden Humoralpathologie (Säftelehre), die – wesentlich ausgebaut in der hippokratischen Schule und durch Galen im zweiten nachchristlichen Jahrhundert - bis zur Wende vom 18. zum 19. Jahrhundert mit dem Beginn einer naturwissenschaftlichen Medizin über 2000 Jahre, wenn auch wiederholt modifiziert und ergänzt, weitgehend Gültigkeit hatte. Fast gleichzeitig mit der Lehre von den vier Grundelementen der belebten und unbelebten Welt: Feuer, Wasser, Erde und Luft, denen die vier Primärqualitäten: warm, kalt, feucht und trocken zugeordnet wurden, entwickelte sich in der Antike die Lehre von den vier Körpersäften (Humores): Blut, Schleim, gelbe und schwarze Galle, die in Verbindung mit den Primärqualitäten das humoralpathologische Viererschema bildeten. Die richtige Mischung (Krisis) dieser Säfte bedingte die Gesundheit (Eukrasie), die schlechte führte zur Krankheit (Dyskrasie). Die Wesensarten des Cholerikers, Melancholikers, Sanguinikers und Phlegmatikers wurden in Zusammenhang mit dem Überwiegen eines dieser Säfte gebracht. Die von der jeweiligen Krisis abhängige Natur (Physis) des menschlichen Organismus musste bei Eukrasie erhalten und gestärkt werden, bei Vorliegen von Krankheiten wurde angestrebt, die falsche Mischung der Säfte, je nachdem ob die warmen, kalten, trockenen oder feuchten Qualitäten überwogen, durch die Zufuhr einer speziellen Nahrung oder durch die Abfuhr überflüssiger Stoffe mit Urin, Kot, Atmung und Schweiß zu korrigieren. Das Grundprinzip war, nur solche Maßnahmen einzusetzen, die der Dyskrasie entgegenwirkten, die also dem Prinzip *contraria contrariis* folgten. Einer fieberhaften Erkrankung mit ihren warmen und trockenen Eigenschaften musste also durch kühl und feucht machende Stoffe begegnet werden, z. B. durch kalte (wie Salate, Äpfel, Gesalzenes und Gerstenschleim) und durch feuchte Nahrungsmittel (wie Fleisch, Eier, Salate, Gurken, Trauben und Feigen).

Die therapeutischen Möglichkeiten waren bis zum Beginn einer naturwissenschaftlichen Medizin stark eingeschränkt. Im Mittelpunkt des ärztlichen Denkens und Tuns stand daher seit der Antike die Prophylaxe im Sinne von Gesunderhaltung und Krankheitsvorbeugung, die die Therapie ergänzte. Die entsprechenden Konzepte, die unter dem Begriff *diata* zusammengefasst wurden, regelten die gesamte Lebensweise des Menschen, nicht nur sein Essen und Trinken, im Gegensatz zur Neuzeit, wo die antike Diätetik auf die Krankenkost reduziert wurde.^[6]

^{6]} Zur Bedeutung der Diätetik von der Antike bis in das 20. Jahrhundert siehe:
Hartmann F: Wandel und Bestand in der Heilkunde. München, Wien, Baltimore: Urban & Schwarzenberg 1977; 171-224.

Hartmann F: Der ganze Mensch – ein Thema antiker und gegenwärtiger Medizin, in: Hieber L, Müller R W (Hrsg.): Gegenwart der Antike. Zur Kritik bürgerlicher Auffassungen von Natur und Gesellschaft. Frankfurt, New York: Campus 1982; 120-151.

Hartmann F: Hausvater und Hausmutter als Hausarzt in der Frühen Neuzeit. Hausgewalt und Gesundheitsfürsorge, in: Colberg K, Nolte HH, Obenaus H (Hrsg.): Staat und Gesellschaft in Mittelalter und Früher Neuzeit. Gedenkschrift für Joachim Leuschner. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht 1983; 151-175.

Hartmann F: Ernährungsmedizin im Wandel der Zeit, in: Ernährungs-Umschau 1997; 44; S 10-S 18.

Die diätetischen Regeln in den Schachtafeln

Dem Stadtarzt von Straßburg Michael Herr standen demzufolge nur geringe Kenntnisse zur Verfügung, sich in seinem Traktat eingehender mit der Therapie akuter Krankheiten zu beschäftigen. Sein Ziel war vielmehr „Erstlich/Durch bewarung der Sechs neben Natürlichen ding“ (res non naturales), auf die er am Anfang des Titelblatts hinweist, auf die er in der Vorrede näher eingeht und die letztlich bei der Erstellung der Tabellen Anwendung finden, auf der Basis einer vervollkommeneten Konzeption der Säftelehre die Gesundheit zu erhalten oder wieder herzustellen.

Da nach den damaligen Vorstellungen die natürlichen Lebensbedingungen, die res naturales (wie Organe, Gliedmaßen, Konstitution), nicht beeinflusst werden konnten, lag somit der Schwerpunkt der Diätetik auf den sechs elementaren Lebensbedingungen, den res non naturales, die vom Menschen gefördert, aber auch vernachlässigt werden konnten. Ziel der Diätetik war es, wobei diese Lehre sich in das System der Elementen-, Säfte- und Qualitätenlehre einfügte, diese sechs zentralen Lebensbereiche (die „Sechs neben Natürlichen Ding“ bei Herr) in einem ausgewogenen Gleichmaß zu halten. Im Umgang mit Gesundheit und Krankheit waren also die folgenden sechs Bedingungen bedeutsam, die zusammenhängen und aufeinander einwirkten:

- Licht und Luft (aer)
- Essen und Trinken (cibus et potus)
- Schlafen und Wachen (somnus et vigilia)
- Bewegung und Ruhe (motus et quies)
- Ausscheidungen und Absonderungen (secreta et excreta)
- Gemütsbewegungen (affectus animi).

Der Gemütshaushalt nahm dabei eine besondere Stellung ein, da die fünf anderen diätetischen Grundbereiche diese affectus animi, also die Gefühle, Stimmungen, Leidenschaften, Triebe und Verhaltensweisen des Menschen beeinflussten, und umgekehrt die Gemütsbewegungen nicht ohne Rückwirkung auf den eigenverantwortlichen Umgang mit den fünf ersten Bereichen waren.

Die Ausschmückung des Buches mit Holzschnitt-Illustrationen des Graphikers Hans Weiditz (gest. um 1536), die bereits auch in der lateinischen Ausgabe von 1531 verwendet wurden, gibt dem Werk eine besondere Note. Neben den Holzschnitt-Zierleisten unterhalb der Tabellen und häufig auch oben rechts auf der Kommentarseite sind es besonders die genrehaften Darstellungen rechts am unteren Rande, in denen Weiditz in genauer Kenntnis des Textes die in der zugehörigen Tafel abgehandelten sieben Objekte abbildet.^[7]

^[7] Zotter H: Das Buch vom gesunden Leben, a. a. O., 1988; 13-15.

Ibn Butlan: Schachtafeln der Gesuntheit, a. a. O., 1988; Nachwort 15-19, 21-23.

Zur Bedeutung der Musik

Um die von Herr vorgenommene Auflistung der Emotionen mit den zugehörigen Bemerkungen, aber auch um den Aufbau einer Schachtafel und zusätzlich eine der reizvollsten inhaltsbezogenen Illustrationen zu zeigen, seien hier beispielhaft die Doppelseite der **Schachtafel 31** sowie die **Regel 32** (zu Tafel 31) wiedergegeben. Unterhalb der Überschrift, in der der Name des Objekts, die Natur (Eigenschaft), der Grad (Wirkung), die beste Art, der Nutzen, der Schaden, die Abwendung des Schadens etc. verzeichnet sind, befinden sich die 64 Felder, auf denen die sieben Objekte besprochen werden.

In der besonders gelungenen bildlichen Darstellung der Objekte wird der Gesang durch drei Sänger, die aus einem Notenblatt singen müssen (der Notendruck wurde erst 1476 erfunden), Orgel und Pfeifen durch ein Orgelpositiv, gespielt vom Organisten, und Töne und Springen (gemeint ist Musik und Tanzen) durch einen „springenden“ Mann, der offensichtlich mit der Rechten den Blasebalg betätigt, wiedergegeben.

Es fällt in Tafel 31 auf, dass neben den Affekten wie Freude, Scham und Zorn auch die gesunderhaltenden und heilenden Effekte der Musik erwähnt werden, die ebenfalls zu den Gemütsbewegungen zählt (das Sexualleben des Menschen gehörte zu Schlafen und Wachen). Auch hier war es ein Verdienst der arabischen Gelehrten, dass sie in Erweiterung der antiken Lehre vom Ethos der Musik diese ab dem 9. Jahrhundert in die Humoralmedizin einbauten und ihr einen festen Platz in der Diätetik einräumten. Der Musik wird eine unmittelbare Wirkung auf die Seele zugeschrieben, sie sei aber auch geeignet, Schmerzen zu lindern: „Instrumenten und Seytenspiel der Musica helfen auch die gesuntheit erhalten und die verloren wider zubringen. [...] Dan die tön seind eben den schwachen gemüteren vergleicht wie sich die arztneyen den schwachen leiben vergleichen. [...] Das gesäng macht geschickt/ belüstigt / und hilfft lange reden zuthun / so brauchen sein die ärzt / schmerzen damit zu lynderen“.^[8]

Der sechste diätetische Grundbereich verdeutlicht somit, dass die Diätetik eine doppelte Aufgabe wahrnahm, indem sie auf den Körper wie auf die Seele einwirkte, denen eine enge Wechselwirkung zugeschrieben wurde, ein auch aus heutiger Sicht umfassendes diätetisches Konzept und ein bereits den ganzen Menschen berücksichtigender Ansatz.

Allegorie des Hans Weiditz

Erstmals findet sich in der deutschen Fassung der Schachtafeln (nicht in der lateinischen Ausgabe von 1531) nach dem Tabellenteil unter den verschiedenen Holzschnittillustrationen eine ganzseitige **allegorische Darstellung**, die aus dem Rahmen fällt. Diese stammt wahrscheinlich ebenfalls von Hans Weiditz, eine Mitwirkung des Straßburger Holzschnittzeichners Johannes Wechtlin wird jedoch diskutiert. Vermutlich wurde dieser Holzschnitt schon in anderen Werken veröffentlicht, da er Abnutzungsspuren aufweist.^[9]

^[8] Kümmerl W F: Musik und Medizin. Ihre Wechselbeziehungen in Theorie und Praxis von 800 bis 1800. Freiburg, München: Alber 1977; 131-156 und 158-163.

^[9] Zotter H: Das Buch vom gesunden Leben, a. a. O., 1988; 14f.
Ibn Butlan: Schachtafeln der Gesuntheit, a. a. O., 1988; Nachwort 18.

lxij Die Einvnddreyßigst Schach Tafel
Von der Musica/Züfellen des gemüts/vnd artzneyen die den leib reynigen.

	Die Nammen.	Die Natur	Das best dz du in d art findest.	Sein hilff.	Sein schaden es thüt.	Wie man den schaden abwendet.	Landtschafft Die zeyt Das Alter Complexion was es gebürt
i	Gesäng.	So man die stymmen ver gleichen mit iden der instrument	Der die oren bewegt.	Er erledigt von frantz heyten.	So man sein gewont von lusts willen.	So man einen brennt/von seiner hilff wegen.	Engewohnen Zillen Zillen Zillen
ij	Oglen/ond Pfeiffen.	Wen stymmen de stym/oder gewaltiger gesäng.	So sye einhel lig proportio niert seind in stymmen.	So man lustig klich syngt.	So man mis hellig syngt/dz man einen nit hört.	So man sich in rechter maß ver gleicht.	Engewohnen Zillen Zillen Zillen
iiij	Tönen/ond Spungen.	Die fülls de wegen/ond den leib nach dem ton schisfen.	So sich rechter maß vergleich en/der gsäng/ vnd die übung der person.	So es gleich ver teylt würt/sehen vñ hören/ die vergleich ung d stymen.	So man ab weicht vom rechten ton der notch.	So man wid kompt zü rechter stymung der noten.	Engewohnen Zillen Zillen Zillen
iiij	Freüd.	Wo ist ein vff gang der lebhafftige freuff/ vnd der hüt nach einander	Die zü glück seligkeys fürt.	Denē die traur ig vnd in nöten seind.	Zü vil freüd/ iddret.	Mit beysein der weisen vnd verstandigen.	Kalten Kalten Den vialten Kalten
v	Scham.	Bewegung des bergens innerlich ond eüßerlich.	Die on ein red lich vrsach ist.	Verbergen die sham.	Sye ist lebhafftig so sye köpt nach bösem wüten.	Mit besserüg der züchr.	Zillen Zillen Den lungen Temperieren
vj	Zorn.	Vffwallung des blutes im bergens.	Der seyst macht vnd verlose farb bingt.	Dem schlagk/ vnd verzyehung des mundis.	Denen die vn zymlichem willen gebellen.	Man soll in wenden mit hößlicher weyßheyt	Kalten Mit winter Den vialten Kalten
vij	Sylbers glett.	Temperiert in hitz Es trüchert	Das vñ Behem durchsich tig ist.	Es trücknet die apostem/so es fleysch macht wachsen.	Es treibet die überflüssig feyr züm bergens.	Nitrosöl.	Kalten Kalten Den alten Kalten
viiij	Mein Nam/ vnd Grad/ darzū Natur/	Zübigt klarlich an diß klein signur.	Züm Bestē sonder	Hilfflich klag/	Mein schad	Benunien würt all tag.	Dem Gemeynen Nutz zü güt



M.D.
xxxij.



Itr ewolung/eygentchafft/vnd täglich würckung.

i) **Gesang.** Ein schwache vñ abgelassene stym/oder halb tönend ist/so kein vergleichung hat zu der scharpffe/oder schwärze/sonst ist allein ein anfang der tön/doch vergleicht sye sich zu den tonē wie sich die büchstaben gegen der red vergleichen. dan sye werden daruß/vñ werden wider darēin zertheilt. Das schlagen vff den instrumenten helle sich gegen dem gesāng/wie die kunst verß zu machen/gegen den versen. Die zal der tön ist nach der zal der complexionen/darumb seind sye güt zu den franckheytē die da kommen vß zu fällen des gemüts. Dan etlich ärzt curieren auch da mit die hüfft/oder adersucht/vnd die Musica würckt im gemüt.

ii) **Orglen.** Der nutz der orglen/gesāngs/vnnd des schlagens ist das/so der singer die stym nit so hoch bringen mag als von nöten wer/vnnd mag auch mit seyten sein willen nit erstaten/so thut er es mit der orglen/oder mit einer pfeiffen. Als der gesang der über das demi gath/ist sterck er/dann der über zir gath. Der pfeiffen ton soll ein miler sein zwischen dem senger/vnnd dem der nit redt/das seind die seyten. darumb beschreibet man das pfeiffen/das es sey zum theyl ein stummender gesang. Die von Signa seind zu pfeiffen erwölte worden. dan sye haben weit backen damit sye den lufft fasszen/vnd dicke leffzen die pfeiffen rdt zu heben/auch ein kalt hertz/das sye lang blaßē en mögen/vnnd seind sunst ongeschickt zu singen. Im gesang/orglen/vnd allen instrumenten/soll der Mon erstlich sein in lufftigen zeychen/vnd folgendts in feürinen/darzu Veneri vnd Mercurio vereynt.

iii) **Springen.** Der ton von instrumentē ist ein art von springen/vñ der bewegung. Der würck getheyle zum ersten in ein schwären/vnd ein leichten den anderen/vnd in ein mittelmäßigen vnd sein leichten/vnd in ein donder ton vnd sein leichten. deren ein yeder hat sechs oidenlicher weiß des gesāngs/das ist. Schlechter gesang. Vogel gesang. Hoher gesang. Süßzer gesang. Enger gesang. Gesang der durch vil notē vñ den versen abweichet/gesang mit mancherley notē/gesang vnd schydlicher noten die von der stym abweichē zu dem ersten gesang. Etlich springē thut man mit instrumenten/etlich on. Der springer soll leicht sein von natur/angenehm in seiner kunst/vnd temperiert in glydmaß seins leibs.

iiii) **Freud/macht die mageren vnd rhanen leib feyßt.** dan sye vergleicht die feuchit/vnd zetliche die natürlich hitz häruff. So sye aber viblylich kompt/so rddret sye/besshalb. das sye die natürlich hitz schnell häruff führt. Darumb die so in freuden seind/sollen oft andere gedencen annemen. Angst ist der freud entgegen/vnd ist schädlich allen leiben die kalt vnd trucken seind/vnnd so sye lang wärer/sd rddret sye/es halte dan einer gar ein güt regiment.

v) **Scham bewegt die natürlich hitz hynein/vnnd sticht das so die scham bracht hat.** darumb würdt der schämig zu erst bleych/darnach durch dedächmüß wider häruff geführt/vnd würdt die farb rot. Des gleichen geschicht in traurigkeit. Etlich meynen/das im bedencen der scham vnd traurigkeit/wer d die hitz hynein getriben/vnd so einer verhofft etwas züerlangen/so werd sye wider häruff getriben. Diffe ding dören den leib. Dohär sycht man/das etlich angefochten werden vß hoffnung/oder verzweiffelung. Die farb deren so in hoffnung seind/ist annütig/die aber verzwyfflen die seind bleych. Zwey vnglück sollen nit erfunden werden im vffsteigenden zeychen/auch weds er Veneri/Mercurio/oder dem Mon zügefögr. Vnd hab acht/das in der zeit erwölung/der Mon nit sey im sybenden/oder ersten hauff.

vi) **Zorn bringt gelfarb/zytteren/vnd angst/er vertreibt auch das f. ber/die natürlich zucht ver treid in dan/darumb soll man sich sein masszen.** Her wider so ist er nutz den forcht samen/vnnd die kalter complex seind. darumb/das er das blüt häruff führt/macht rotfarb/fülle die aderen/vnd macht schwarzē. Forcht ist im zügegen. dan würdt die hitz hynein trungen/darumb mögen die Melancholici dauon sterben/die sich leichtlich fürchten/vnd haben üppige argwon.

vii) **Sylbeeget.** So man tuciam/vnd tamarischen samen züsammen stofft vñ es mischt mit roßwasser/dz vertreibt den gestanck des schweyßso vnd den armen/vñ zwischen den beynen. Auch der safft von gilgen bletteren/so man yn bereyt in ein yrdenen geschirt/vnd laßzt in trücfnen/vnd stofft yn darnach mit dem geschirt/das ist dan auch darzu güt. Willeiner das den kinden kein har an der scham wachß/so ropffer es zu erst vß/vnd salb es darnach mit frösch blüt/oder schneckē en blüt/omeyßen eyeren/oder mit öl von ein hußheydey/stellio genaüt. Die röte vnd dicke die an den augbrawē würdt/heyl mit roßwasser do sumac vñ agreß bey sey. So ein mensch vil schwytzt/so salb yn mit alchanna/vnd gilgen bletter safft.



C Die Zwey vnd dreyßigste Regel / vñ branch vñ
 übung der Musica / vnd von zufällen des
 gemüts. Zu der. xxxj. Tafeln. Am
 lxxij. blatt.



A Instrumenten vnd Seytenspil der Musica helfen auch
 die gesuntheit erhalten / vnd die verloren wider zübringen. Damit
 die Alten brauchten sye dahyn / das sye das gemüt zü gütten sitten
 zugen. Demnach haben die gelerten Erzt trachtet / wie man die
 Francken leib damit curiert. Dañ die tön seind eben den schwach
 en gemüteren vergleicht / wie sich die arzneyen den schwachē leib
 en vergleichē. Die krafft der Musica empfindt man an den gelad
 enen Camelthyeren / so ire fürer bey jnen singen / das sye vom ge
 säng krafft empfahen. So sycht man auch offentlich / das die kind
 er ein erquickens haben / so jnen die müter singē. Das gesäng ma
 cht geschickt / belüftigt / vnd hilfft lange reden züthün / so brauchen
 sein die ärzt / schmerzen damit zü lynderen. also geschicht auch
 denen so grossz bürden tragen / oder sunst in arbeyt seind. dañ das
 gesang bringt jnen ein leichterung. Vnd ist das der bestz gesang /
 der nach den seyten der instrument vñnd iren tonen gemassz ist /
 der höhe vñnd tresse nach. Auch gericht vff der pfeissen ton / nach
 ordnung vnd proportz der stym. Dañ ein streych / ist ein bewegung
 der stym / nach massz der zeit. Vñ die besten seind jnen selbs gleich.
 vnd welche anders seind / die soll man also ordnen. mag es natur

B
 Wirkung
 der Seyten
 spil vnd Mu
 sica.

Das bestze
 gesäng.

Bb ij

C lich nit sein / so thue man es mit veruüsstiger syñlichkeit. Die
 zufäll des gemüts haben fünff ordnung. als Zorn / freud / Scham /
 Traurigkeit / vnd Forcht. Vnd die werdē also bewegt. Das hertz
 würt entweder gegen der brust / oder gegen dem rucken bewegt /
 oder gegen jnen beyden. vnd vff yede gegne bewegt es sich entwe
 der mit gewalt vñ schnell / oder hübschlich vnd langsam. Bewegt
 es sich mit gewalt gegen der brust / so macht es Zorn. Bewegt es
 sich allgemach / so macht es freud. Bewegt es sich dañ schnell geg
 en dem rucken / so macht es Forcht. Bewegt es sich langsam / so
 macht es traurigkeit. Vff beyde seiten / da macht es Scham vnd
 trostnütigkeit. vñnd das seind zufäll des gemüts. Neben denen
 seind auch lebhaftige leytungen. als die Syñ / vnd Gedächtnüß.
 Dañ die syñ bringen dem hertzen für was lustig / oder vnlustig ist.
 das auch thüt die gedächtnüß. Was ängstlich ist / das ist von ver
 gangen dingen. Traurigkeit aber ist von dingen die hoffnung
 vnd verzweiflung vff jnen tragen.

Zufäll des
 Gemüts.

Zorn.
 freud.
 Forcht.
 Traurigkeit.
 Scham.

Im Mittelpunkt der Darstellung, die in einer weiten Landschaft verschiedene Szenen zeigt, die auf die krank machenden Leidenschaften hinweisen, steht ein dürrer Baum, auf dem der mumifizierte Teufel, sich mit der Linken am Ast festhaltend, hockt. Mit der Rechten hält er den Menschen die Sanduhr entgegen als Sinnbild der unaufhaltsam verrinnenden Zeit und der in Kürze abgelaufenen Lebensuhr. Links im Hintergrund stürmen im ritterlichen Kampfspiel zwei geharnischte Reiter mit ihren Lanzen aufeinander los. Davor sitzen zwei Männer beim Würfel- und Kartenspiel. Zwei weitere vermutlich betrunkene Männer gehen im Streit mit Messern aufeinander los, die umgefallene leere Weinkanne weist auf die schädlichen Wirkungen des übermäßigen Alkoholgenusses hin. Am Fuße des Baumes lehnt ein Liebespaar, es ahnt nicht, welches Schicksal ihm droht. Rechts im Hintergrund werden von einem Schiff antransportierte Weinfässer an Land verkauft, an einem Tisch davor sitzen drei gut genährte Personen, zwei Männer und eine Frau, die sich Speis und Trank widmen. Die Folgen des unmäßigen Essens und Trinkens lassen sich an dem rechts sitzenden adipösen Mann erkennen. Bedingt durch die Perspektive sind im Vordergrund übergroß zwei Teufelsgestalten mit Tierköpfen und einem zweiten Gesicht auf dem Thorax zu sehen, die einen Mann und eine Frau, beide gefesselt und mit verbundenen Augen, in ihrer Gewalt haben. Überwältigt von ihren Leidenschaften sind diese Menschen blind geworden für die Gefahren ihrer unvernünftigen Lebensführung und werden rasch eine leichte Beute des Todes.

Die Sanduhr in der Hand des Todes als Zeichen seiner Macht über die Zeit soll den Menschen die Augen öffnen, sie an die Endlichkeit ihres Lebens erinnern und sie auffordern, sich rechtzeitig in der *ars vivendi* wie in der *ars moriendi* zu üben. Als Symbol für Mäßigung, Bescheidenheit und Gleichmaß lässt die Sanduhr gleichzeitig erkennen, dass noch Zeit sei für eine Umkehr zu einer der Gesundheit dienenden eigenverantwortlichen Lebensführung. Diese Botschaft des Bildes wird aufgenommen in einem dem Holzschnitt angefügten Gedicht, das vor Übermaß warnt und zur Bescheidenheit auffordert. Mit ihren Aussagen passen sich Bild wie Verse, die primär nicht im Zusammenhang mit den Schachtafeln der Gesundheit stehen, gut in das von Michael Herr entworfene breite Programm der Diätetik ein.^[10]

^[10] In einem weiteren Holzschnitt von Hans Weiditz aus dem Jahre 1535, in dem ein toter Baum mit Totenschädel, Sarg, Köcher mit Pfeilen, Schippe, Harke und Spinnrad als Vergänglichkeitssymbolen dargestellt ist, wird in gleicher moralisierender Absicht auf die Zerbrechlichkeit des menschlichen Lebens hingewiesen und die Zurückhaltung im Genuss irdischer Güter angemahnt. In: Marcus Tullius Cicero: *Der Teutsch Cicero*, übersetzt von Johannes Neuber, hg. von Johannes Schwarzenberg. H. Steiner, Augsburg 4. März 1535.



¶ All kurzweil/wollust diser welt/
 An manchem hatt gar grob gefelt.
 Das er nit wiffzt bescheydenheyt/
 Vnd halten sich der maßigkeit/
 In essen/trincken/freüden spil/
 In thün vnd lon recht treffens zil.
 Damit fein leben ordenlich
 On gsuntheit/schritt nit hinder sich!

Bekrencht im selb leib/seel/vnd güte/
 Vnd hett dabey fein gsunden müte.
 Darumb leer leben nach der art
 Natürlich wie ein mensch hynfart/
 Syrich/vernünfftig/adenlich/
 Wie dich dis Büch weist ordenlich/
 Fürschreibe der Reglen vil on zal/
 Der du dich halsen solt mit wol.

Die Schachtafel als Mittel der moralischen Didaxe

Um für eine große Verbreitung seines Gesundheitsbuches zu sorgen, wählte Michael Herr nicht nur einen allgemeinverständlichen Text, den er mit reizvollen Illustrationen ausschmückte, sondern mit Bedacht auch den neuen Titel „Schachtafeln der Gesuntheit“. Er wollte mit der Anordnung der Regeln auf 64 Feldern auf die Ähnlichkeit mit einem Schachbrett, mehr noch aber auf das Schachspiel selbst, das sich zu seiner Zeit großer Beliebtheit erfreute und mit hohem Symbolgehalt besetzt war, hinweisen.

Das Schachspiel, das um die Jahrtausendwende von den Arabern ins christliche Europa gebracht wurde, fand in der mittelalterlichen Gesellschaft breite Akzeptanz. Es wurde in der Folge in vielfältiger Weise immer neuen Deutungen unterworfen, sei es als Muster für das menschliche Miteinander, indem mit Hilfe der Schachfiguren, die die Menschen in ihren verschiedenen gesellschaftlichen Funktionen darstellen, die Rechte und Pflichten der Stände ausgedeutet wurden, sei es die Betrachtung des Spiels als Sinnbild der Vergänglichkeit. Die Auffassung, das Verhalten des Menschen auf Erden entscheide darüber, ob er in das Himmelreich gelange, brachte zahlreiche Schriften hervor, die ihn auf den rechten Weg führen sollten. Diese Aufgabe kam auch dem didaktischen Schrifttum der „Schachbücher“ oder „Schachzabelbücher“ („zabel“ ist abgeleitet von tabula = Brett, Tafel) zu, in denen zwar das Schachspiel selbst nur noch am Rande Erwähnung fand, die zahlreichen Schachallegorien dagegen eine umso größere Bedeutung erfuhren. Zum wichtigsten Werk wurde das in lateinischer Sprache verfasste Schachbrettbuch „Liber de moribus“, fußend auf einer Sammlung von Predigten, des Dominikaners Jacobus de Cessolis Ende des 13. Jahrhunderts, von dem zahlreiche Abschriften, Bearbeitungen und Übersetzungen in verschiedene Sprachen vorliegen. Die bekannteste Bearbeitung ist das Schachzabelbuch des Mönchs Konrad von Ammenhausen von 1337, eine mittelhochdeutsche Versdichtung, in der dieser die lateinische Vorlage mit zahlreichen eigenen Anekdoten und Belehrungen erweiterte.^[11]

Es ist davon auszugehen, dass Herr wie sein Verleger Schott bestens informiert waren über die damalige vielfältige gesundheitserzieherische Literatur in Prosa oder Versform, einschließlich der bildlichen Darstellungen und Tafeln, genau so aber auch über die Schachallegorien und die zahlreichen belehrenden Beispiele in den Schachzabelbüchern. Ebenso dürfte ihnen das Monumentalgemälde im Straßburger Münster gegenwärtig gewesen sein, auf dem an einem länglichen Tisch, umgeben vom Hofstaat, der König mit dem personifizierten Tod Schach spielt und von ihm matt gesetzt wird. Am Ende des Tisches steht ein Engel mit ausgebreiteten Flügeln und einer abgelaufenen Sanduhr.^[12]

Michael Herr versuchte erstmals mit den 64 Feldern in den „Schachtafeln“ einen Zusammenhang herzustellen zwischen dem Schachspiel, ursprünglich ein Kriegsspiel, und den Konzepten der Diätetik. Die weißen und schwarzen Felder des Schachbretts, das die Erde repräsentiert, symbolisieren beispielsweise Gegensatz-Paare wie Leben und Tod oder Gesundheit und Krankheit, sie deuten auf den Kampf zwischen den Lastern und den christlichen Tugenden, zwischen den schlechten und guten Eigenschaften (wie Völlerei und Maßhalten) der Menschen hin.

^[11] Wichmann, H und S: Schach. Ursprung und Wandlung der Spielfigur in zwölf Jahrhunderten. München: Callwey 1960; 36-45.

Plessow O: Mittelalterliche Schachzabelbücher zwischen Spielsymbolik und Wertevermittlung – Der Schachtraktat des Jacobus de Cessolis im Kontext seiner spätmittelalterlichen Rezeption. Münster: Rhema 2007; 18- 45.

^[12] Das Gleichnis vom Todesschach war in einem 1715 zerstörten Bild im Münster zu Straßburg dargestellt. Es ist als Kopie erhalten in einem Kupferstich „Schach dem König“ des Monogrammistens BR aus der zweiten Hälfte des 15. Jahrhunderts. S. hierzu: Wichmann H und S: Schach, a. a. O., 1960; 43 und Abb. 76 im Bildteil.

Resümee

Für Michael Herr bedeutet das ärztliche Handeln mehr als nur das Bemühen, im Krankheitsfalle durch geeignete Maßnahmen die Synkrasie wieder herzustellen. Er will die Menschen zur Gesundheit erziehen und zum Gesundheitsbewusstsein anhalten. Diätetik und Paideia sind bei ihm eng miteinander verzahnt. Zu diesem Zwecke setzt er als erster den Symbolgehalt des Schachspiels und die in ihm wohnenden erzieherischen und moralischen Kräfte ein. Er präsentiert in den „Schachtafeln“ das medizinische Wissen seiner Zeit in kurz gehaltenen Regeln und Merksätzen, die in der Volkssprache und nicht mehr in der lateinischen Gelehrtensprache geschrieben sind. Er wendet sich also bewusst an den Laien, um die Erkenntnisse des „Gartens der Gesundheit“ in ihre Alltagswelt hinein zu transportieren. Die dem Werk beigegebenen Illustrationen von Hans Weiditz bestärken das didaktische Konzept, dienen aber auch dem Zweck, die Mitmenschen zum Kauf der Schrift zu animieren. Das großformatige Memento mori warnt anschaulich und eindringlich vor den Gefahren der „wollust dißer welt“, es appelliert an das Gewissen der Menschen und unterstützt damit die Intentionen von Autor und Herausgeber, unter Beachtung des Gebots der Maßhaltung eine gesundheitsdienliche Lebensordnung anzustreben.