

Tacuinum Sanitatis



Im ausgehenden Mittelalter lernten Prinzen und Mächtige die Gesundheits- und Hygieneregeln der auf der Vernunft beruhenden Medizin in dem **Tacuinum Sanitatis**, einem im 14. und 15. Jahrhundert weit verbreiteten Traktat über Wohlergehen und Gesundheit.

Das Traktat wurde in arabischer Sprache von Ububchsym de Baldach, auch als Ibn Butlan bekannt, einem in Bagdad geborenen und 1068 verstorbenen christlichen Arzt, verfasst. **Es schlägt für die tägliche Erhaltung der Gesundheit sechs notwendige Elemente vor: das Essen und die Getränke, die Luft und die Umgebung, die Bewegung und die Ruhe, der Schlaf und das Wachsein, die Körpersäfte und Ausscheidungen, die Bewegungen oder Stimmungen des Gemüts (Freude, Zorn, Scham...).** Laut Ibn Butlan entstehen die Krankheiten aus der Störung des Gleichgewichts eines dieser Elemente, weshalb er ein Leben in Harmonie mit der Natur zur Erhaltung oder Wiederherstellung der Gesundheit empfiehlt.

Die *Taqwin al-sihha* von Ibn Butlan wurde am Hofe König Manfreds von Sizilien (1258-1266) in Palermo unter dem Titel **Tacuinum Sanitatis** in die lateinische Sprache übersetzt. Ausgangs des 14. Jahrhunderts wurde dieses Traktat in der Lombardei mit einem aufwändigen Illustrations-Zyklus ausgeschmückt, Ausgangspunkt einer Ausbreitung der Ausgaben, die über die Grenzen Italiens hinausging. Ein guter Beweis hierfür ist dieser im Rheinland entstandene Luxus-Kodex mit durchweg illuminierten Bögen. **Jeder Bogen enthält eine Miniatur über eines der besagten Elemente, denen eine erläuternde Fußnote in Latein, mit späterer Übersetzung ins Deutsche beigegeben ist. In ihr wird sein Wesen, die Eigenschaften, die als optimal oder für die menschliche Gesundheit vorzuziehend erachtet werden, der von ihm erbrachte Nutzen, der Schaden, den er verursachen kann, sowie das Heilmittel gegen besagten Schaden erläutert.**

In der mit bunten Gefäßen und funkelnden Glasfläschen gefüllten Zuckerbäckerei kann man leckere mit einer Zucker-Kräuter-Mischung überzogene Pinienkerne kaufen, eine der im Mittelalter beliebtesten Naschereien. Es werden auch Trockenobst, Feigen oder Rosinen vor allem die „großen Rosinen aus Gerasa“, deren Verzehr Ibn Butlan den alten Leuten im Winter empfiehlt, da sie „wirksam gegen Bauchschmerzen sind, die Leber und den Magen stärken und wenn sie das Blut verbrennen, man dem mit Zitrone entgegenwirken kann“ (f. 54).

Ibn Butlan empfiehlt auch den Verzehr von Schwarzbrot, weil “es den Magen entlastet, obgleich man es mit fetten Speisen essen muss, damit es keine Reizungen hervorruft“. Es ist das gängige Brot, da das Weißbrot seinerzeit den Tischen der privilegiertesten



- Bibliothèque nationale de France, Paris.
- Signatur: Ms. Lat 9333.
- Entstehung: Rheinland, Mitte des 15. Jahrhunderts.
- Format: 355 x 225 mm.
- 216 Seiten, alle mit Buchmalereien versehen.
- In elfenbeinfarbigem, blindgedrucktem Leder gebunden.
- Monographischer Kommentarband in Vielfarbendruck.

Schichten vorbehalten war. Der Miniaturist hat drei Frauen gemalt, die nach dem Zubereiten des Teigs gerade die Brote in den Ofen schieben (f. 61v). Andere Miniaturen zeigen die Herstellung von Käse, Nudeln oder Butter, den Salz-, Geflügel-, Mandelöhländler, den Verkäufer von eingesalzenen Nahrungsmitteln, Kerzen, Seidenstoffen...

Die Ernte der Kirschen, des süßen Granatapfels, der Aprikosen, der Walnüsse, der Kastanien und unendlich vieler Früchte, Gemüsearten nehmen eine Vielzahl von Bögen dieser Gesundheitstabellen ein, in denen die vorteilhaften und nachteiligen Wirkungen jedes Elements erläutert werden.

Ibn Butlan lehrt uns ebenfalls, jede Jahreszeit, die Folgen jedes Klimas, der Winde, des Schnees genießen, weist auf die Bedeutung des geistigen Wohlbefindens hin und spricht beispielsweise über die Vortrefflichkeit des Musikhörens, Tanzens, einer angenehmen Unterhaltung...

Dem Wappenschild am Anfang (f. Dv) zu Folge hat dieses herrliche Manuskript kurz nach seiner Fertigstellung dem Grafen Ludwig I. (Württemberg-Urach) und seiner Gattin Mechthild von der Pfalz, einer Tochter des Kurfürsten Ludwig III. von der Pfalz (genannt der Bärtige), gehört.

Dieser Kodex ist nicht nur eine interessante Informationsquelle medizinischer Art, sondern stellt zudem eine privilegierte ikonographische Fundgrube für das Studium des täglichen Lebens im Mittelalter dar.




Unsere „**Quasi-Originale**“
erscheinen in einer streng limitierten Auflage von
987 Exemplaren, werden durchnummeriert
und notariell beglaubigt.

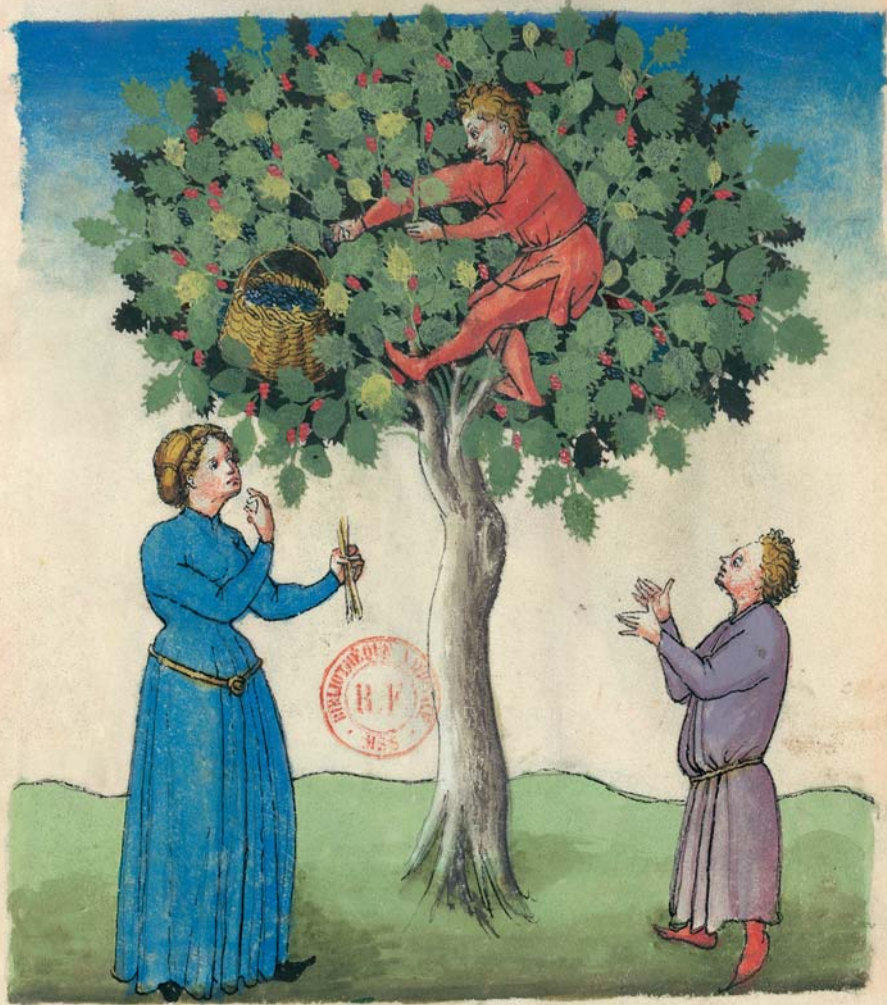
Mala acetosa



.X.

Mala acetosa comple fr̄ 4 sic 12° Et melius est pontica Amantia
confit incopi Locum articulis & nervis Femo nocti ai vno citrino Et
huic sanguinem flegmatici Concuiit flatibus al colicis estate adolefcentibz
et regione meridionali 

Wäure äpfel kien und trüchsen im andern grad, die besten kommen vñ Ponto, sind güt
für die sunnast, jedoch den Stachen und Nerven, Mögen corrigiert werden mit starkem
wein, machen ain trückerig gebliet. füegen den loerischen sümmer, seitten, den sümmer
in warmen landen.



· XII.

Sycorum Complō frigit sc̄i 20 Elō magnū & nigri Junanitu apostema
libi Mocu facit̄ dolorē stō et ato cōstitur̄ ad malū Remouet nocumt
cū terfere mōri Quid chuant sanguiez imūdu Cōuēt magis sanguinēis
adolestentibz ī ūe et regione midionali et calide.

Maulbër sein baelt vund trüchlen im andern grad. Die groosen vund schwarzen seind die besten. Ein giet für die anfasende gesesver. schaden dem magen. vund werden saed cor. rumpiert. werden doch corrigiert mit Triphera minorj. Cist ain sonndere composition in der Apotecks. Machen ain onvain gebliet. Kriegen mer dener so bliet reich. In jungen früclings seitt in mo...



Melones indi palestini et sūt anglicū atque magis dulces Complō sūt & hū
 12^o al' m^o Et mag' dulces & aquosi Inuicem contritidibz. acutis calis Noct.
 iferūt digōis impedimētū Remo cū quindus aut cararo Quid granē sanguinem
 Aquosum Conuicunt calis hucibus estate & mēdionali regione 22

Sind kalt und feich im andern alias im dritten grad. Die siessen und wässerigen sind am besten. süßen süßigen schnellen krankheiten hindern die döring, corrigiers mit züch oder zücker penit. Machen wässerig gekliet. süßen süßigen süßen leutthen. süßers zeitten und in warmen launden.



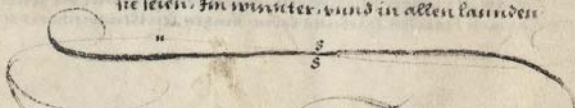
Galena Completa cal' r' sic r' Et grossu ex eo huic confer uene frate
 ons odorem bonum Confortat stoz sem auget contu Notu notz cordi Remo
 nona in ferculis uctuoze Quid gnat huic anua Conuic frat et huic
 . semitz hreme omibz regionibz

Galgent ist warm im dritten vund treicken im anudern grad. Der gross ist der best. Maest
 ain roolsemacksen in Münd stercke den lasten Magen vund fuerdert die eseligen moerech.
 Besadt dem herten. Corrigier die mit faulsten speisen. Maest ain sesapft gebliet. Siegt den
 seichsten ballen alten wuinters zeiten vund in allen launden.

Rizon · Drisa · Reiß.



Rizon Complē fir + sic i 20 flē margaritina albi quod crevit i roctua
Juaniti confect. videri so + diffinitio Nocumatu infert patientibus
 colicam et stupias Feno noan. in aleo et lacte et Zucaro Quid quat in
Rementu laudabile Couet calu + huc omj etate hyeme + in omib; regio.
 Reiß. ist kalt vnd trüch in andern grad. Das weiß so im sieden weest ist das best. siegt dem
 sizigen ungesickten Magen. Sozad den die das Grimmen haben vnd in leid verstopft. Lert i
 giers mit öl. mias vnd hieker. Macht ain guet gebliet. sömpf den warmen feiesten. was allers
 sie seien. In winter. vnd in allen landen.



Ventus occidentalis Wind von Nidergang.



Ventus occidentalis Compl tempore sit t^r al p^{no} Et dertmaß septentrionali
Inmanitū digōem Nonmitū notū t^r frigiori Rem notū tū calefitione
 et pāne Conest ipatit of etite/ vero/ orientali region -

Ist temperiert trüchen im andern grad (sonst er stert) Der off den nortwest Wind seiget ist der best
 hierder die doring-lesadt dem sittern vnd frost-widerf tann im mit wermen vnd klaiden siegt der
 temperierten. allen leiten / im Gens- vnd offgang der Sonnen.

Lac dulce Siefse Mälch.



Lac dulce Cople omni quereit q' sit ipate cople. Welman ad ca. Et
peccidina Inua tu pectoi & pulmo Notu tu febricitantibz et dolentibz caput
Renis not. cu passulis sine nucleis Quid grud nutrietid bono coner
tempans adolestentibz estate & indionalibz

Siefse Milch. siegt iederman darüms das sie temperiert ist. ob sie gleichwol etwas wärmer ist. die küh Milch ist die bestt ist der trüht vnuß lingen gesündt / Sedat denen so hieber. zart und solpft wie haben. Corrigiers mit koseinten dauon die derten vnuß kernlen gezogen. Macht güet gebliet. siegt den temperierten iungen Sommerszeiten vnuß in warmen länden.

Panis opus Cais.



Panis opus Complod tal in 2^o Et qui unguis fufuris et stene p
 noctem an coctionem huat optempat uentrem Noti aduoc privatū
 et stabiem femo notū. cū copanagio lictuoso Quid quāt nutritū bonū
Educat omibz complombz etatibus tyābz & regionibz hūis

Cais. ist warm im andern grad. Der am wenigsten kleien salt. vnd über nacht gel tarnden ist der
 best. Er fürdert den stuelhannig. Macste heissen vnd rauden. Corrigier in mit amnderer salten
 speis. Macste gutt gebliet. sücht allen leuten zu jederzeit vnd in allen lanndern.

Carnes porcine
Schweine fleisch.



Carnes porcine Complet fit in primo huius fine 2^o alio in 3^o. Et aialium
 castatorum exiratorum luna tu prestat talis a sic corporibz a maalens
 in mltu et copiose nutunt Non tu s^o flaticz a tenu dyeta utetibz Vemo
 cu admatis arcahy calefacientu exurtancu Quid huius nutinetu coprofit
 et huius Conciet talis hucibz antipno et midionalibus

Schweine fleisch. ist kalt im ersten vnd feist im Enndt des andern grade Lionst im dritten der ver-
 schnitnen arbeitamen Schwein fleisch ist besser. ist gut den warmen treibzen vnd magern
 feiltzen. daru es neeret seer wol. Schad dem Bilgematischen Magen vnd daren. so mässig leben. Corri-
 gers mit gewirck. damit es deso weniger oder siec rieche. Macht vil feicstz gebluets. süegt den warmen
 zürngen im herpft vnd in warmen landen.



Vnum eternum aratum Compl^{te} ca x^{to} sic i^{to} Et amale lunda Inuame uena
 uenena et peripue fra Nou^u sedat appetitu^m coptu^m Remo^u noc^u cu^m atomis
 muzis Quid quia colam aratum Conuic^u mag^{is} fra^m decipit uere septima^{ly}

Selber wein. ist man vnd trüeken in andern grad. Der wines jus alt vnd lautter. ist der best.
 ist gut für Safft vnd sonderliche kälte. Er stillt den löst der eseliesen were. Darumb corrigier
 in mit sauren kettir. Mueß sebarpffe Gallen. sücht mer den allten im gleyß vnd kälten launden.

V' lre et glaciers.
Schnee vund Eys.



V' lre et glaciers Complet frigida et hui in 3^o. Et ex aqua dulci et bona
 (Junat^{re} meliorat digores Notu tu tuffim amouet Remo nor.ⁿ bbedo antea
 modum Quid quat desicatoez mētare + palisiz Concu magis calis
 Inueitiz estate midianis regionibus ---

Schnee vund Eys. sind kalt vund heist, die im dritten grad^{us} vñ sielsam wasser oues gueten kommen
 sind die besten. sie bestern die Dörung/bringen den Guesten. Darinb trinckh allweg et was wenig
 darvor. Sie trücket den leid/vund bringendt den beslag. siegen mer den warmen lüngen Sünners
 zeiten vund in warmen landen.

Luctatio Kinnigen.



Luctatio Complē. o. Et post au) sine sentē lenitas hūmā corp^o. fortibz non
 plenis hūmōibz Non induat pectōibz et q^o rupturā uene Remd not. ad
 sopno post balnea Conuē mag^o calis et hūm^o huicibz uer et cūstōriis ei
omibz regionibz .

Das kinnigen. ist guet. wann der Menschen feigt vnd ring darnach wieder. Ist guet den starcken
 aber denen nit die vollen feichtkrieten sein. Es zerbrechen zū seiten die Adern in der brust zū auß.
 Darumb soll man naech dem bad darauff schlaffen. Es sieget mer den warmen feichten kinnigen
 im gley vnd allen lannern.



Abbildungsverzeichnis:

Rosinen, f. 54r (Titelblatt) • Pfirsiche, f. 2v (Detail) • Saure Äpfel, f. 6v;
Maulbeeren, f. 7r • Fade Melonen, f. 19r; Galgant, f. 29v • Reis, f. 44r;
Westwind, f. 55v • Süße Milch, f. 57r; «Opiro»-Brot, f. 60v •
Schweinefleisch, f. 72v; Wein, f. 85v • Schnee und Eis, f. 87r; Schlacht, f. 93v •
Kohlköpfe, f. 20r (Detail Rückseite)