

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Karlsruher Tagblatt. 1843-1937 1926**

1.8.1926 (No. 31)

# Die Pyramide Wochenschrift zum Karlsruher Tagblatt

15. Jahrg. No 31



1. Aug. 1926

Alfons Fischer / Die kulturhygienische Bedeutung  
der Kalender.

Die Geschichte des Kalenderwesens teilte Trenkle\*) in drei große Abschnitte; der erste umfaßte die Zeit des vorgregorianischen Kalenders, der sich mit der Bestimmung der christlichen Feste beschäftigte, den zweiten bildet die Zeit der Astrologie mit ihren medizinischen und landwirtschaftlichen Anhängen, der dritte beginnt mit mannigfaltigen astronomischen, astrologischen, medizinischen und landwirtschaftlichen Beigaben. Wir befassen uns hier mit den Kalendern wegen ihres medizinisch-hygienischen Inhalts, der zwar naturgemäß in den jeweiligen Zeitabschnitten verschiedenartig gestaltet war, aber immer einen großen Einfluß auf die Gesundheitszustände weitester Volksschichten ausgeübt hat. Denn die „kleine Literatur“, zu welcher die Kalender an erster Stelle gehörten und gehören, kam und kommt in die breiten Volksmassen; sie wirkte und wirkt stark auf den Gang der Kultur, auch der hygienischen Kultur, ein. Darum dürfte die Betrachtung der Kalender einen lehrreichen Einblick in die kulturellen und besonders in die kulturhygienischen Verhältnisse der einzelnen Zeiträume bieten.

Die in Salerno etwa im 11. Jahrhundert ausgearbeiteten Gesundheitsregeln, die auch in Deutschland bekannt waren, sowie die aus dem 12. Jahrhundert stammende Diätetik des Magisters Johannes von Toledo, welche Vorschriften in der Art der heutigen hygienischen Volksbelehrung enthielten, scheinen, namentlich in ihrem Aderlastteil, die Kalendarien beeinflusst zu haben. Das Bedürfnis nach gesundheitlicher Belehrung war offenbar im Mittelalter weit verbreitet; schon in der ersten Zeit der Buchdruckerkunst wurden Kalender gedruckt, bei denen der medizinisch-hygienische Teil eine große Rolle spielte. Dies war ganz naturgemäß. Denn die Kalender befaßten sich damals, dem Stande der Wissenschaft gemäß, mit den astrologisch gefolgerten Beziehungen der einzelnen Tage und Monate zu den mannigfaltigen Angelegenheiten des Alltags und mithin auch zu gesundheitlichen Fragen; in den Kalendern war daher genau angegeben, zu welchen Zeiten, Monaten und Tagen es gut oder gefährlich sei, zur Arbeit zu lassen, zu schröpfen, Arznei- (Abführ-) Mittel einzunehmen und zu baden.

Schon im 15. Jahrhundert, also bereits in der Zeit der Inkunabeln (Wiegendrucke), gab es zwei Arten von Kalendern, nämlich die im Groß-Vogel-Format erschienenen (Einblatt-)Wandkalender und die als Bücher oder Feste gestalteten, auch mit leeren Seiten (zum Eintragen von Bemerkungen) versehenen Schreibkalender. Beide waren mit verschiedenartigen Bildern und Zeichnungen, welchen die für gesundheitliche Verrichtungen geeigneten Zeiten zu entnehmen waren, versehen; dem Laßmännlein wurde hierbei eine besondere Bedeutung eingeräumt.

Jetzt sind noch mehr als 200 Einblattkalender, die vor dem Jahre 1500 hergestellt worden sind, vorhanden; sie sind überwiegend in deutscher, viele auch in lateinischer Sprache verfaßt und zumeist in Augsburg, Ulm, Nürnberg, Basel und Straßburg i. E. gedruckt. Nicht weniger als sieben von den 20 Verfassernamen, die man aus sämtlichen dieser erhaltenen Einblattkalender kennen lernt, gehören, wie Konrad Häbler\*\*) angibt, Stadtärzten an. „Dadurch erklärt es sich ganz einfach, wenn in der großen Mehrzahl der Kalender das astronomische

Interesse bei weitem zurücktritt gegen das medizinische. Für den Stadtarzt sind nicht die Mondphasen und Finsternisse die wesentlichen Bestandteile des Kalenders, sondern der Laßzettel und was mit diesem zusammenhängt.“ Es sei hierbei daran erinnert, daß die Astrologie seit dem 13. Jahrhundert die Heilkunde lange Zeit hindurch beeinflusste, d. h. auf Irrwege führte. Die Ärzte machten damals ihre Vorschriften vom Sternenstande abhängig; je nachdem, welcher Stern herrschte, gab man z. B. ein Abführ- oder ein Brechmittel.

Wie künstlerisch und anschaulich die Einblätter gestaltet waren, zeigt unsere Abbildung 1, eine Nachbildung des Holzschnittes, der sich auf einem 1499 in Basel gedruckten, von dem dortigen Stadtarzt Hans Roman Bonecker\*\*\*) verfaßten Kalender befindet. Man sieht in der Mitte das Laßmännlein, das anzeigt, zu welchen Zeiten an den jeweiligen Körperteilen die Blutentnahme erfolgen soll. Das Mittelbild wird umrahmt von Sprüchen und Darstellungen, die sich mit dem Aderlaß, dem Arzneigebrauch und dem Schröpfen befassen.

Auf ähnlicher künstlerischer Stufe stehen, aber auch auf die gleichen hygienischen Irrwege führen die Schreibkalender des 15. Jahrhunderts. Sudhoff schildert in seinem 1908 erschienenen Werke „Deutsche medizinische Inkunabeln“ 24 Schreibkalender, unter denen sich an erster Stelle mehrere von Johannes Königsperger befinden. Einen im Jahre 1514 in Augsburg gedruckten „Kalendarius teutich Maister Joannis Königspergers“ besitzt die Landesbibliothek Karlsruhe. Das mit zahlreichen schönen Holzschnitten versehene Büchlein enthält u. a. 7½ Seiten, welche den Gesamttitel „Von dem Regiment der menschen“ tragen; die einzelnen Abschnitte sind überschrieben: „Wie man sich vor dem essen halten soll“, „Von dem Schlaffen“, „Von der purgacion“, „Ordnung der erknen“, „An gut leer Avicenne“, „Wie das baden geschehen soll“. Diese Abschnitte, in denen sich der Verfasser auf berühmte Ärzte stützt, bieten manche gute Lehre; aber vieles ist, wie man nicht anders erwarten darf, nach heutigen Anschauungen unhaltbar. So heißt es z. B. in dem Abschnitt über das Baden: „Aquerio der maister spricht, wenn man baden will oder schreiffen so soll der mon sein in dem abnemme. Wer bade well der thu es so der mon ist in dem Stier / Zwilling / Krebs / Wag / Scorpion un Bisch.“ Vernünftigerweise wird hier hinzugesetzt: „Du sollt deine bain oft waschen inn warmen wasser“. Am Schlusse des Kalenders befindet sich ein 5 Seiten umfassender „Canon von dem aderlassen“, unter Beifügung eines Holzschnittes, den wir in Originalgröße wiedergeben. Wir sehen hier im Gegensatz zu unserer Abbildung 1 nur das Laßmännlein dargestellt; Bilder dieser Art findet man in den Kalendern noch im 19. Jahrhundert.

Trenkle schildert den Inhalt eines ihm gehörenden, 1578 in Dillingen erschienenen Schreibkalenders, der in 12 Versen Gesundheitslehren für jeden Monat darbietet. Wenngleich viele dieser Vorschriften der sachlichen Grundlage, nach heutigen Begriffen, entbehren, so seien hier doch, wegen der gefälligen, auch jetzt noch nachahmenswerten Form, zwei dieser Monatsverse angeführt; sie lauten:

\*\*\*) Bonecker hat sich, wie K. Vaas in der Schrift „Gesundheitspflege im mittelalterlichen Basel“, Zürich 1926, angibt, vom Scherergerlehen zum Valler Stadtarzt emporgearbeitet. Er hat mehrere Kalender verfaßt.

\*) „Zur älteren süddeutschen Kalenderkunde“, Alemannia, Bd. 5, Bonn 1877.

\*\*) „Hundert Kalender-Inkunabeln“, Straßburg 1905.

**Jenner:** Ist in dem Jenner alle Jar  
Warme Speiß, die sey rein und klar,  
Kein Bluet solt du auch von dir lon,  
Es ist nit guet in diesem Mon.

**Augustmon:** Im Augustmon messiglich dich zuech,  
Schaff wenig und Unkeuscheit fleuch,\*)  
Nit laß, maß dich hitziger speiß,  
Bad und Arznei fleuch, bist du weiß.

Ein im Generallandesarchiv Karlsruhe aufbewahrter, mit schönen Bildern ausgestatteter Einblattkalender „New Corrigierter Kalender Basler Dichtumb“ für das Jahr 1677 enthält folgende Weisungen: „Aderlassen und Schreyffen / sollen erstlich junge Leuth über 14. Jahr / nach dem Neymond / wann er unverleht in der Jungfrauen / allenhalben außerhalb des Bauchs und Gedärm. 2. Männer über 26. Jahr / nach dem ersten Viertel / wann der Mond ist im Krebs / Scorpion und Fisch / außerhalb der Brust / Lunge / Leber / Milch / Senten / Blasen und Flüße. 3. Männer über das 35. Jahr nach dem Vollmond / wann der Mond ist im Widder und Schützen außerhalb der Zähnen / Augen / Ohren / Haut / Diech oder Hüfte. 4. Alte Leuthe über 49. Jahr / biß in das 60. nach dem letzten Viertel / so der Mond in der Waag und Wassermann / außerhalb der Lenden und Schinbein. 5. In andern Zeichen / als im Stier / Zwilling, Löw und Steinbock / wan der Mond antrossen / soll man kein Blut lassen / dann hier-

Auch der „New Verbesserte Schreib-Kalender, Mit einer vollkommenen Practica / Bericht vom Aderlassen / Baden und Schröpfen / von Finsternissen und Jahrmärkten“, der „mit sonderem Fleiß gestellt“ und 1709 in Memmingen gedruckt worden ist, beschäftigt sich mit medizinisch-hygienischen Fragen, z. B. „ein Mensch nicht schlaffen kann“, „Für das Jucken oder Weissen der Augen“, „Wer nicht wohl höret“, „Das Blut zu stillen auß der Nasen oder sonst / wo nichts anders helfen will“. Aber die erteilten Ratschläge werden wohl nicht immer den gewünschten Erfolg erzielt haben. Denn als Blutstillungsmittel wird folgendes empfohlen: „Nimb ein neuen schwarzen Filzhut / zerschneyd ihn ganz klein / thu darzu so vil Schweinsmist / thu es zusammen in ein neuen Hasen / verkleib ihn wohl / setze ihn auff Kohlen in ein Ofen / das es zu Pulver brenne / darnach stoß es klein / und verwahr es wol. Wan du es brauchen wilt, so schab von einem leinen Tüchlein Hasen / streue das Pulver darauff / und truck die Wunden / oder Nasenlöcher oder Ader.“

In dem Schreibkalender, der 1747 in Konstanz bei Joh. Conrad Waibel gedruckt und von dem Doktor der Medizin Christoph Deimann „gestellt“ ist, findet man eine Art Anleitung zur Krankheits-erkennung mit der Ueberschrift „Die innerliche Gebrechen des Leibs aus dem Geblüt / nach der Aderlässe zu erkundigen / und zu erfahren.“ Hierbei werden uns heut ganz ungenügend erscheinende Angaben gemacht, wie man aus der Farbe und dem Wasser-

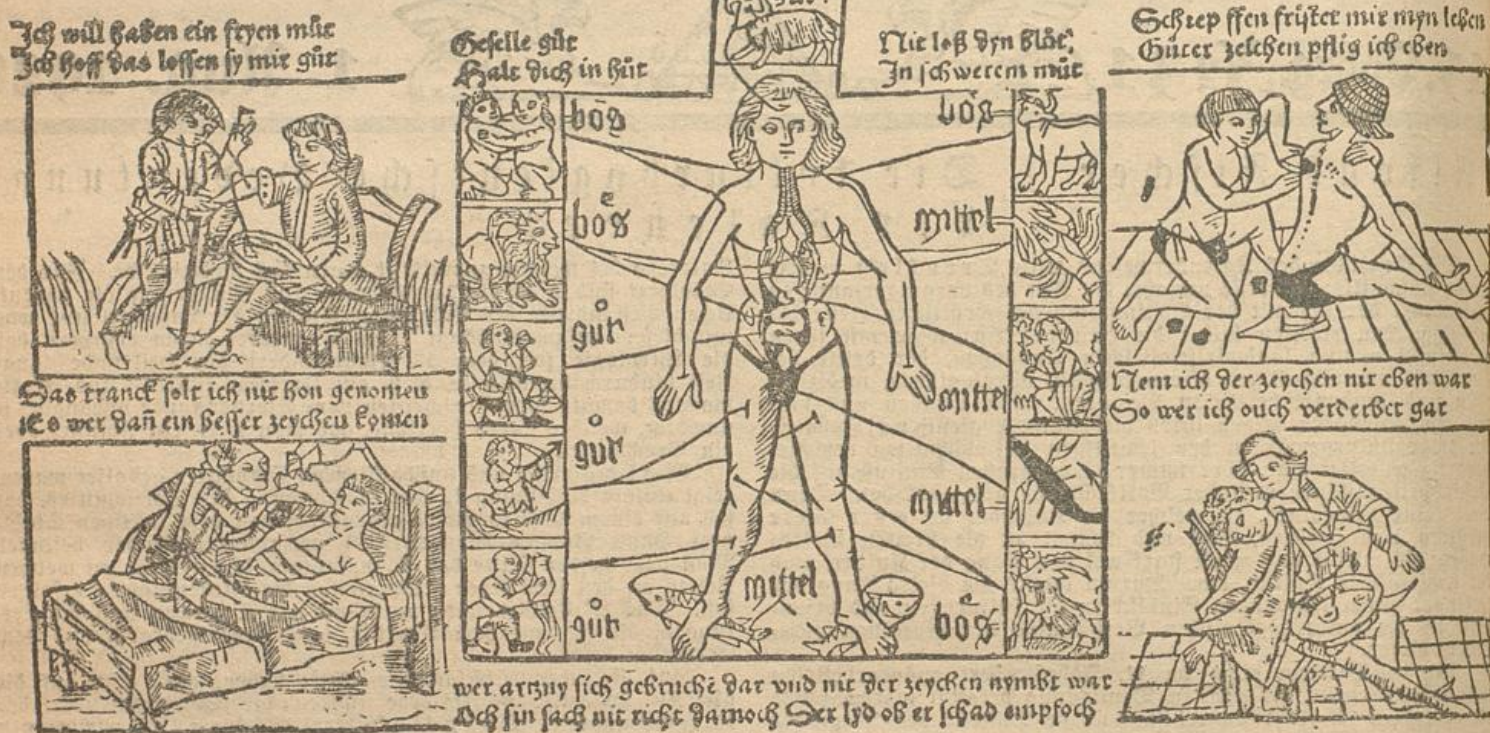


Abb. 1. Ausschnitt aus einem Wandkalender vom Jahre 1499.

durch Vähme / Ohnmachten / Husten / Heiserkeit / Handzittern / Trägheit der Schenkel / auch offtermal der schnelle Todt selbst verursacht wird / es seynd dann sonderliche gute Aspekten / oder grosse Noth vorhanden.“

Von den Schreibkalendern des 17. und 18. Jahrhunderts aus Orten, die heute zu Baden gehören oder in seiner Nähe liegen, besitzt die Landesbibliothek Karlsruhe eine Anzahl beachtenswerter Stücke, über welche hier einiges mitgeteilt sei.

Zuerst ist auf einen bei Johann Geng in Konstanz am Bodensee gedruckten „Schreib-Kalender sampt der Practic / Jahrmärkten und gemeiner Witterung außs Jahr Christi 1662“ hinzuweisen. Auf 3 Seiten bietet er „Kurze und nützliche Regula vom Purgieren, Aderlassen, Schreyffen, Baden, Säen, Pflanzen, Holzhawen usw. Aus den berühmtesten Astrologieis und Medizis genommen.“ Es wird hier in der schon gekennzeichneten Art angegeben, welche Zeiten für die Ausführung von Maßnahmen, die der Gesundheitspflege dienen sollen, geeignet sind.

Der von dem Augsburger Arzt Joan. Christoph Hainzmann herausgegebene, 1707 in Konstanz gedruckte und verlegte und sonst nirgends als bey Franz Kaveri Strauben zu findende Schreibkalender enthält auf viele Seiten verstreute Ratschläge, was man „Wider des Grimmen im Leib“, „Wider den Stein“, „Für geschwör im Mund“, bei „Zu groß geschwollenen Knien“ zu tun habe. Die Behandlungsart erscheint uns heut, zumal sie ja nur die Symptome, nicht deren Ursachen berücksichtigt, als Kurpfuscheri. So wird z. B. gegen das Grimmen empfohlen: „Nimb Schmalz / worin Fisch gebachen worden, je öfter Fisch darinnen gebachen seyn, je besser es ist / mache solches heiß / und thu es also heiß in ein Kuschalen / lege solches über den Nabel und lasse es ein halbe Viertel-Stund darob / je öfter es also geschicht / je besser dasselbige ist.“

\*) Es herrichte allgemein die Ansicht, daß die Sommermonate der Verbreitung der Lußteuche günstig sind.

gehalt des Blutes auf das Vorhandensein der verschiedenartigsten inneren Krankheiten schließen kann.

Es gibt aber unter den im 18. Jahrhundert hergestellten badischen Kalendern auch solche, die hygienischen Nutzen gestiftet haben. Die Landesbibliothek Karlsruhe besitzt einen bei Georg Christian Voigt in Mannheim gedruckten Kalender auf das Jahr 1768, der einen Abschnitt „Ob der Steinkohlen-Brand der Gesundheit des Menschen nachteilig seye“ enthält; hier wird, unter Berufung auf hervorragende Aerzte, ein Friedrich Hoffmann, Alberti usw. an Schluß betont: „Unsere lieben Landsleute können also getrost die Vorurtheil von der Schädlichkeit der Steinkohlen verschwinden lassen, indem es gänzlich falsch ist.“

Des weiteren ist hier der auf dem Generallandesarchiv Karlsruhe aufbewahrte „Dochfürstl. markgräfl. badenische gnädigt privilegierte Genealogische Landkalender auf das Jahr nach Christi Geburt 1793“, der in Karlsruhe im Verlage des fürstlichen Gymnasiums erschien, anzuführen. Im Gegensatz zu den ebenfalls im Generallandesarchiv befindlichen „Genealogischen baden-durlachischen Landkalendern“ für die Jahre 1764 und 1767, die in Karlsruhe bei M. Macklot gedruckt und verlegt wurden, enthält der Kalender von 1793 keine Aderlästafel, auch keine sonstigen Ratschläge für die Behandlung in Krankheitsfällen, statt dessen folgende kurze beachtenswerte Befeuerung: „Die Gesundheit ist unstreitig das erste und schätzbarste Glück unseres Lebens; ihren großen Werth lernen aber leider die meisten Menschen erst alsdann kennen und schätzen, wenn sie selbe verloren haben. Was helfen Reichthum, Ehrenstellen und alle Freuden dieses Lebens demjenigen, der einen siechen Körper hat. Es wäre daher gut, wenn man gleich von unserer Jugend an den Werth der Gesundheit recht kennen lernten; und nicht unüberlegt auf unsere Gesundheit losstürmten: Dann würden wir gewiß, wenn Krankheiten uns heimsuchten, mit gelassenerem Muthe und Vertrauen zu Gott seiner gütigen Vorsehung, unser Schicksal ertragen lernen.“

Ueber die zu Beginn des 19. Jahrhunderts erschienenen badi-  
schen Kalender, welche ich auf der Landesbibliothek Karlsruhe  
durchgesehen habe, wäre etwa folgendes zu berichten: Der medi-  
zinisch-hygienische Teil spielt nun keine große Rolle mehr, nur fin-  
det man noch oft, gewöhnlich am Schluß, die Aderlasttafel. Leh-  
teres gilt z. B. für den „Kurfürstlich-Badischen gnädigst privile-  
gierten Land-Kalender der mittleren Markgrafschaft Baden auf  
das Jahr 1806“, der bei Joh. Jaf. Sprinzing in Rastatt gedruckt  
worden ist, sowie für die Jahrgänge 1811 und 1812 (nicht aber für  
die Jahrgänge 1810, 1813 und 1814) des in Karlsruhe im Verlag  
des Großherzoglichen Lyceums erschienenen, von Hebel geschrie-  
benen Kalenders, der den Namen „Der Rheinländische Hausfreund  
oder Neuer Kalender“ trägt. Bemerkenswert sei hier noch, daß sich in  
dem Hebelschen Kalender auf das Jahr 1810 die künstliche Geschichte  
„Der geheilte Patient“ befindet; es handelt sich um einen durch  
Neppigkeit krank gewordenen Mann, der einen auswärtigen Arzt

brieflich um Rat fragt und die  
Antwort erhält, er solle die Reise  
hin und zurück zu Fuß machen,  
weil nur dadurch der nagende  
Wurm und seine Eier getöbet  
werden können. Diese humor-  
volle Erzählung ist sicherlich ge-  
eignet, manchen durch Untätigkeit  
und Schlemmerei begünstigten  
Fall von Hypochondrie zu heilen.  
Die Kalender der späteren Zeit  
sind, hygienisch betrachtet, belang-  
los; sie schaden nicht viel und  
nützen nicht viel. In der letzten  
Zeit, seitdem die Kalender in sehr  
großen Auflagen erscheinen und  
daher vielfach auch für nicht ganz  
einwandfreie Geschäftsanzeigen  
benutzt werden, haben sie, wenn  
auch ungewollt und unbewußt,  
durch den Anzeigenteil das Kur-  
pfuschertum unterstützt.

Von den Volkskalendern des  
19. Jahrhunderts ist mir bisher  
nur einer, der planmäßig hygie-  
nisch aufklärend zu wirken suchte,  
bekannt geworden; es ist dies  
der Bamberger Stadt- und Land-  
kalender auf das Jahr 1816, der  
mir nur durch einen Zufall zu  
Gesicht gekommen ist. Auf sieben  
Seiten werden folgende Gegen-  
stände behandelt: „Nutzen der  
Kenntnis des menschlichen Kör-  
pers zur Erhaltung der Gesund-  
heit“, „Ueber Krankheiten, und  
wie sie zu verhüten sind“, „Von  
dem Schlafe“, „Der Magen“.  
Diese Abschnitte sind stellenweise  
so vortrefflich geschrieben, daß  
man nur wünschen kann, man  
würde solchen Gedanken in die-  
ser klaren Darstellung auch heute  
in allen Volkskalendern bege-  
gen. Eine Probe aus dem ersten  
dieser Abschnitte sei hier geboten,  
sie lautet: „Jeder Mensch muß  
in einem gewissen Sinne sein  
eigener Arzt seyn; nicht daß er  
sich selbst Heilmittel bereitet, ver-  
ordnet, sondern daß er auf seinen  
Körper-Zustand aufmerksam ist; daß er diesen genau kennen lernt,  
um viele Gefahren in Rücksicht seiner Gesundheit zu vermeiden.  
Diese Aufmerksamkeit, auf allgemeine Kenntnisse der Gesundheits-  
lehre gegründet, sollte der Mensch sich von Jugend auf erwerben,  
und mit den Jahren zu vervollkommen suchen. Schon dies ist  
ein sehr großer Nutzen dieses Studiums, daß er bey Krankheiten  
dem Arzte desto genauer angeben kann, wie sein Körper-Zustand  
beschaffen ist; welche Dinge einen besonders schädlichen oder heil-  
samen Einfluß auf ihn haben; zu welchen Krankheiten er beson-  
ders geneigt ist. Nur muß bey der Beurtheilung seiner eigenen  
Constitution alle hypochondrische Neugierlichkeit eben so weit ent-  
fernt seyn als eine leichtsinnige Unachtsamkeit, mit der man immer  
von einem Tag zum andern fortlebte, ohne daran zu denken, was  
das Leben ist. Dem Gesunden ist alles gesund, sagt das Sprich-  
wort, von einer gewissen Seite betrachtet, ziemlich richtig; näm-  
lich alles, was bey einer guten Gesundheit nicht von der Art ist,  
daß es solche an sich zerstören sollte. So verdammt ein guter Magen  
bey freyer Lust und Bewegung harte, rohe Speisen, die einen  
Schwächling vollends krank machen würde. Aber man verzeihe  
nicht, daß das, was an und für sich schädlich ist, auch den Gesunden  
ungesund bleibt. Der festeste Körper bedarf eben sowohl der Auf-  
merksamkeit auf seinen Gesundheits-Zustand, als der schwächliche.  
Der erste entgeht dadurch der Veranlassung, krank zu werden; der  
letztere fristet sein Leben zu aller Verwunderung von Jahr zu  
Jahr fort; indessen mancher Niese an Gesundheit an seiner Stelle  
fällt. So viel hängt von uns selbst ab, wenn uns das Leben  
nicht eine Last werden soll.“

Fragen wir nun, welche hygienischen Wirkungen die Kalender  
in den einzelnen Jahrhunderten ausgeübt haben. Daß diese  
„Kleine Literatur“ reichen Absatz gefunden hat, läßt sich aus den  
zahlreichen ununterbrochen erschienenen Druckwerken, von denen  
wir jetzt noch viele Reste besitzen, schließen. Die Frage aber, ob  
die Leser aus den Lehren, welche die Kalender boten, einen hygie-  
nischen Nutzen gezogen haben bzw. ziehen konnten, dürfte nach  
unseren obigen Darlegungen doch wohl meistens zu verneinen  
sein. Doch hören wir, was Sachverständige früherer Zeiten über  
das Aderlassen und über die Beziehungen der Sternennwelt zu  
medizinisch-hygienischen Berrichtungen geäußert haben.

Schon auf einem 1478 in Basel verlegten, von R. Häbler  
nachgebildeten Einblatt-Kalender, dessen Verfasser nicht bekannt  
ist, wird bemerkt, daß „aber zu lassen und arhny zu nemen künftige  
krankheit zu verkommen“ dienen soll, „wer aber in krankheit be-  
griffen wird, der soll aber lassen oder arhny nemen, nach der  
krankheit art und wesen, die den  
weisen arketen allein kund sind.“  
Man muß aus dieser Warnung  
schließen, daß im 15. Jahrhundert  
viele das Aderlassen und Pur-  
gieren auf eigene Faust in Krank-  
heitsfällen nach Angabe der Ka-  
lender anwandten und sich da-  
durch gesundheitlich geschädigt  
haben. Der Verfasser dieses Ka-  
lenders war offenbar kein Geg-  
ner dieser Berrichtungen, soweit  
es sich um Krankheitsverhütung  
handelte; aber er warnte vor  
dem Selbstkurieren und riet da-  
zu, in Krankheitsfällen weise  
(sachkundige) Aerzte um Hilfe an-  
zugehen.

Grüner, ein hervorragender  
Arzt am Ende des 18. Jahrhun-  
derts, der, wie damals wohl alle  
Aerzte, in dem Aderlaß ein wert-  
volles Heilmittel erblickte, äußerte  
sich in einem Aufsatz, der „Kalen-  
derlegenden“ betitelt ist, allge-  
mein über die hygienischen Schäd-  
igungen, welche die Kalender in  
vielerlei Hinsicht anrichten, und  
betonte hierbei folgendes: „Ich  
kenne eine schwangere Person,  
die diesem Kalender zu Gunsten,  
lieber die größten Beschwerden  
erlitt, als während der Hundst-  
tage Blut ließ. Eine andere hatte  
zweimal mißgeboren, weil sie  
das Aderlassen aus einer beson-  
deren Furcht immer verschob, und  
endlich, da kein Aufschub mehr  
möglich war, im Kalender grade  
keinen guten Tag angeeignet  
fand. Welche Schwachheit!“

Eine für die damalige Zeit be-  
sonders fortgeschrittene Auffas-  
sung befundete der figuringer  
Arzt Mezler, der ver-  
dienstvolle Gründer der „Vater-  
ländischen Gesellschaft der Aerzte  
u. Naturforscher Schwabens“, in  
seiner 1810 bei C. F. Müller in  
Karlsruhe erschienenen „Diätetik  
für bürgerliche Mädchenschulen“.

Er warnt davor, sich des Aderlassens oder der Brech- und Abführ-  
mittel ohne ärztlichen Rat zu bedienen, bezeichnet es als unsinnig,  
bloß aus Gewohnheit, jährlich zu gewissen Zeiten, zur Ader zu  
lassen, und fährt dann wörtlich folgendermaßen fort: „Auch sind  
die Zeiten, an die man sich mit dem Aderlassen hält, und die Ader-  
lasttafel noch Kinder der früheren Unwissenheit. Die Beschaffen-  
heit des Menschen und der Krankheitszustände, und nicht das Wet-  
ter bestimmt hierüber; und das zwar nur durch den Rath eines  
verständigen Arztes. Eben so unnütze und lächerlich ist das Blut-  
schauen, es ist die Sache der Aderärzte.“

Sehr scharf ist Hippolytus Guarinonius, der Stiffts-  
arzt in Hall (Tirol), gegen die Kalender vorgegangen. In seinem  
1610 erschienenen, sieben Bücher umfassenden, jetzt wohl nur ganz  
Wenigen bekannten, aber trotzdem sehr bedeutungsvollen Werke  
„Die Grenel der Vermüstung menschlichen Geschlechts“ führt er  
nicht weniger als „zweyer Dubeten Calendrischen Thorheiten“ an.  
Da es hier nicht möglich, alle diese „Narheiten“ zu nennen, so sei  
wenigstens die erste hervorgehoben. Guarinonius hat einen Ka-  
lendermacher gefragt, warum in dem einen Kalender dieser, in  
einem anderen jener und in einem dritten Kalender wieder ein  
anderer Tag als geeignet für den Aderlaß bezeichnet wird, und  
er erhielt die Antwort: „Die unterschiedliche Kalender die treffen  
mit ihren Zeichen auf ein Tag darumben nicht zu / das nit alle  
über ein Hemisphaerium, sondern über unterschiedliche gemacht  
und gericht seyn, darumb gehört jeder Kalender über sein  
Hemisphaerium.“ Dazu bemerkte nun Guarinonius: „Ueber  
Derr Kalendermacher / wann du wüßtest, daß dein Kalender nicht

## Du sollt nit lassen das glied an dir So yedes Zeichen sein Ader ryer



Klarheit der Zeit bessert all lasttag

Abb. 2. Ausschnitt aus einem Schreibkalender vom Jahre 1514.

wetter als unter deinem Horizont, das ist im Umkreis 30 Meilen / sollte aufgehört und verschleift werden / derfestu ihn bald nicht machen / dann weil du nicht als den Gwin / viel mehrer aber das Verderben vieler Leut / damit suchst / so begerest du / daß deine Kalender nur weit in andere Länder vertragen / und du durch deine Calendrischen Weissagungen verhümbt / und von den Bauern gepriesen werdest." Am Schlusse seiner gegen die Kalender gerichteten Vorwürfe teilt er mit, daß der König Alfons von Aragonien, welcher alle gelehrte und tugendliche Leut ehrlich und freigebig / außer der Kalendermacher und Sternquader gehalten / und darumb befragt worden / warum solches geschehe, geantwortet hat:

"Die Klug und Weisn gebietn über das Gtirn /  
Allein die Narrn lassen sich davon regiern."

Auch der berühmte Arzt Tissot in Lausanne, der Verfasser der "Anleitung für das Landvolk in Absicht auf seine Gesundheit" (übersetzt von Hirzel, Zürich, 1763), hat die in den Kalendern übliche Verwendung astrologischer Regeln für die Heilkunde und Gesundheitspflege abgelehnt; er äußerte sich hierüber: "Es wäre gewißlich nicht unnützlich, wenn man aus den Kalendern die Astrologischen Regeln in Absicht auf die Arzneikunst verbannete, da diese zu nichts dienen als gefährliche Vorurtheile in einer Wissenschaft zu unterhalten, in welcher die kleinsten Irrthümer die unglücklichsten Folgen haben. Wie viele Bauern haben es mit dem Leben bezahlen müssen, daß sie eine Aderlässe aufgeschoben oder vorgenommen haben, nur weil es der Kalender so haben wollte."

So berechtigt der Wunsch ist, die Bevölkerung vor hygienischer Irreführung, zu welcher viele Kalender veranlassen, zu bewahren, so verfehlt wäre es, die Kalender selbst mit Stumpf und Stiel auszurotten, statt sie für die gesundheitliche Volksbelehrung benutzen zu wollen. Dies hat der schweizerische Arzt Joh. Georg Zimmermann, der mit Tissot (und auch Goethe) persönlich befreundet war und Friedrich den Großen behandelt hat, in seinem 1767 erschienenen Werke über die "Ruhr" folgendermaßen zum Ausdruck gebracht: "Dem Geiste der Bauern kann man nur durch zweien Wege bekommen, durch die Kalender und die Pfarrer. Die Kalender öfnen uns einen vortrefflichen Weg, die Vorurtheile der Bauern in Absicht auf die Gesundheit nach und nach zu heben. Ich habe es leider nur zu oft gefühlt, wie selbstzufrieden und stolz einem nach den unumstößlichen Wahrheitsgründen bey dem Krankenbette verfahrenen Arzt der Kalender von Leuten unter die Nase gerieben wird, die sich trübseliger Weise einbilden, sie haben auch Verstand. . . . Schon für das Jahr 1765 wurden verschiedene sehr gemeinnützige, den Landbau betreffende Rätze in dem Bernerischen Kalender mitgetheilt; für das Jahr 1766 gibt man dem Landvolke einen guten und nützlichen Unterricht über die körperliche Anserziehung der Kinder; und jemand hatte den fürrefflichen Einfall, die Harnquaderen auf eine den Bauern und den Kalendergelehrten verständliche Weise darinn lächerlich zu machen. In einem andern Bernerischen Kalender, für das Jahr 1766, ist der Unterricht des Doktors Jth in Absicht auf unsere Faulfieber abgedruckt; für die folgenden Jahre darf man in allem, was die Arzneikunst betrifft, nur die Schwedischen Kalender nachahmen. Unsere Bauern haben eine unbegrenzte Hochachtung für den Kalender, und wenn man auch wirklich in Absicht auf den Landbau und die Pflege der Gesundheit ihren Vorurtheilen und Meinungen darinn widerspricht, so werden sie doch dieses allemal lesen, weil es in dem Kalender steht; und es glauben, weil es gedruckt ist. Die äufferst aufgeklärte, ihre Armuth durch ihren Fleiß, und ihr Clima durch ihre Künste besiegende Schwedische Nation ist hierin ein leuchtendes Beyispiel. Ein kleiner, in einem viereckigen Format erscheinender Kalender ward, unter den Händen des Königlich Schwedischen Herrn Arzhiaters und Ritters Rosen von Rosenstein, ein löbliches Mittel vielen Glenden zumal unter der Armuth zu helfen. Schon im Jahr 1751 und 1752 gab Herr Rosen, ohne sich zu nennen, eine Abhandlung vom Blasenstein in diesen Schwedischen Populärbüchern heraus; im Jahre 1753 lieferte er in demselben den Anfang eines ganzen Werkes von den Kinderkrankheiten, welches im Jahre 1764 die Königl. Akademie der Wissenschaften in Stockholm zusammendrucken ließ, das nunmehr auch von dem verdienstvollen Göttingischen Professor, Herrn Andreas Murray, in das Deutsche übersezt, und wirklich eines der besten medizinischen Bücher unserer Zeiten ist." Es sei hierzu noch bemerkt, daß der Königsberger Professor der Arzneiwissenschaft Joh. Dan. Mehger in seiner 1784 erschienenen "Medizinischen Topographie der Stadt Königsberg" auf diese Darlegungen Zimmermanns zu sprechen kam und sich dann folgendermaßen äußerte: "Es wäre zu wünschen, daß die Berlinische Akademie der Wissenschaften, unter deren Direktion die Kalender für die preussischen Lande verfertigt werden, ebenfalls gemeinnützige Kenntnisse für das Wohl des Landmannes durch dieselben verbreiten möchte." Schließlich sei noch erwähnt, daß der Heidelberger Arzt F. A. Mai, dessen bahnbrechende Tätigkeit als Vorkämpfer für Gesundheitsrecht und Gesundheitspflicht ich in der "Pyramide" vom 1. und 15. November 1925 zu schildern gesucht habe, 1781 von der

Deutschen Gesellschaft zu Mannheim aufgefordert worden ist, für den pfälzischen Volkskalender "nützliche Anleitungen zu Ausrottung schädlicher Mißbräuche und Vorurtheile, in Absicht auf die Gesundheit des Pfälzischen Landmannes" zu schreiben. Mit dem Scharfblick des Hygienikers hat er sogleich erkannt, wie wertvoll es für die Volksgesundheit ist, wenn eine hygienische Belehrung gerade im Volkskalender, der in jedem Bauernhaus gelesen wird, erscheint. Mai nahm daher seinen Auftrag sehr ernst und traf gründliche Vorbereitungen. Ob aber seine Arbeit ausgeführt und erschienen ist, konnte ich trotz jahrelanger Bemühungen bis jetzt nicht feststellen.

Den Urteilen von Zimmermann, Mehger und F. A. Mai über die hygienisch-erzieherische Bedeutung der Volkskalender schloße ich mich in vollem Umfange an. Gewiß haben die Kalender seit dem 15. Jahrhundert viele hygienische Irrtümer, die zum Teil noch heute in der Bevölkerung wuchern, verbreitet. Aber der Grund hierfür liegt nicht im Wesen der Kalender, sondern in der ehemals mangelhaften Entwicklung der Hygiene als Wissenschaft und der entsprechenden Unkenntnis der Kalendermacher, selbst wenn diese Aerzte waren. Alle kulturellen Maßnahmen, auch die an sich besten, können, wenn sie nicht richtig gehandhabt werden, gesundheitliche Schäden herbeiführen; dies trifft für die Theater, Kinos, Bücher, Zeitschriften und Zeitungen, wie für die Kalender zu. Man muß hier überall die hygienischen Irrtümer beseitigen und an ihre Stelle gute Lehren setzen.

Um ein Beispiel dafür zu bieten, wie ein Kalender hygienisch-erzieherisch zu gestalten ist, seien hier die "Zehn Grundregeln der Gesundheitspflege", welche, nach Angabe der Zeitschrift "Hygieia" vom 15. Oktober 1895, in dem Schweizerischen Gewerbe-Kalender für 1895 erschienen sind, angeführt. Sie lauten: 1. Reine Luft bei Tag und Nacht ist Grundbedingung zum Gesundsein und der beste Schutz gegen Lungenkrankheiten. 2. Bewegung ist Leben. Tägliche Körperübung im Freien, sei es Arbeit, Spaziergang oder Turnspiel, gleicht den Einfluß eines gesundheitsschädlichen Berufs mit sitzender Lebensweise in schlechter Luft am ehesten wieder aus. 3. Mäßigkeit und Einfachheit im Essen und Trinken ist die beste Garantie für ein gesundes und langes Leben. Wer statt des gesundheitsschädlichen Alkohols Wasser, Milch, Früchte zu Ehren bringt, handelt im Interesse seiner Gesundheit, Arbeitskraft und Wohlfahrt. 4. Gewissenhafte Hautpflege und vernünftige Abhärtung, z. B. Körperwaschungen täglich und warmes Vollbad wöchentlich, Winter wie Sommer, fördern die Gesundheit wesentlich und schützen am sichersten vor dem sogenannten Erkälten. 5. Eine richtige Kleidung darf nicht verweichlichend warm sein und nicht beengend; sie sei einfach, diene zum Schutz, nicht zum Putz, der Gesundheit und dem Wohlbefinden, nicht der Mode. 6. Eine gesunde Wohnung muß sonnig, trocken, geräumig, rein, hell, behaglich und heimlich sein. Statt dem Wohnhaus widme Zeit und Geld deinem eigenen Hause; ein glückliches Daheim wird es dir tausendfach lohnen. 7. Reinliche Keiligkeit in allen Dingen, wie Luft, Nahrung, Wasser, Haut, Wäsche, Kleidung, Wohnung, Abort, Grund und Boden, sowie Sitte und Moral, ist im Verein mit Mäßigkeit das beste und bewährteste Mittel gegen Cholera, Typhus, Blattern, Diphtheritis, kurz gegen die sämtlichen ansteckenden Krankheiten. 8. Gezielte, tüchtige, erfolgreiche Arbeit ist eine Heilkräft für Leib und Seele, Zuflucht und Trost im größten Leide, unseres Lebens reinstes Glück. 9. Zweckmäßige Ruhe und Erholung finden sich nicht in lärmender und betäubender Fest- und Genußsucht. Die Nacht ist dem Schlafe, die Mußestunden und der Sonntag der Familie, der Pflege des Gemüths, der Bildung des Geistes zu widmen. 10. Ein nützliches, an Arbeit, Taten und reinen Freuden reiches Leben sei Endzweck aller Gesundheitspflege. Das redliche Bestreben, der Familie ein guter Vater, im Berufe ein Meister, dem engeren und weiteren Vaterlande ein pflichtgetreuer Bürger zu sein, das sichert gesunden Leben einen würdigen Inhalt."

Sehr viele Kalender aller Art werden alljährlich in Deutschland, zum Teil in Auflagen, die nach Hunderttausenden von Stücken zählen, gekauft und in zahlreichen Familien fast als einziges Buch gelesen. Der Kulturhygieniker darf die Gelegenheit, mit Hilfe der Kalender gesundheitliche Belehrung in den weitesten Volksschichten und namentlich auch unter der Landbevölkerung zu verbreiten, nicht mehr unbenutzt lassen. In jedem Volkskalender, der auf den mannigfaltigsten Gebieten des Alltagslebens belehrend wirken will, sollte der Gesundheitspflege der gebührende Raum zugemessen werden. Dieser Wunsch gilt besonders für das Land Baden, das D. E. Suter in seinem trefflichen Büchlein "Aus badischen Kalendern" (Konstanz 1920) das klassische Land der Kalender-Literatur genannt hat. Es ist mir eine Freude, mitteilen zu können, daß der seit dem Jahre 1800 in Laß erschienenende "Sinkende Vote", der in ganz Deutschland stark verbreitet ist und namentlich in zahlreichen badischen Familien ständig gelesen wird, meinen Vorschlag, auch für hygienische Belehrung zu sorgen, bereits im Kalender für das Jahr 1927 verwirklicht wird.