

Moses Maimonides

Jerusalemmer Texte
Schriften aus der Arbeit der
Jerusalem-Akademie

herausgegeben von
Hans-Christoph Goßmann

Band 14

Verlag Traugott Bautz

Wilhelm Kaltenstadler

Ernährung im
medizinischen Werk
des Moses Maimonides

Medikamente im Asthmawerk
von Maimonides

Verlag Traugott Bautz

Bibliografische Information
Der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese
Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet
über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Verlag Traugott Bautz GmbH
99734 Nordhausen 2015
ISBN 978-3-88309-960-6

Inhaltsverzeichnis

Geleitwort	7
Von Cordova nach Kairo – Leben und Werk	9
Quellen und Methoden	15
Einführung in das medizinische Konzept von Moses Maimonides	24
Essen und Trinken – eine der sieben fundamentalen Gesundheits-Kategorien von Maimonides	32
Nützliche, schädliche und verbotene Nahrungsmittel	34
Ernährung – eine Frage der Konstitution	34
Maimonides und die jüdischen Kashruts	36
Gutes Gemüse und Obst auch für Gelehrte	37
Fleischkonsum – mit Vorbehalten	38
Fische – eine problematische Nahrung?	43
Milch, Käse und Milchprodukte	44
Bier und Biersubstitute – auch für kranke Muslime?	45
Wein – sowohl Getränk als auch Medikament	47
Lepra – die Folge einer falschen Ernährung	48

Trinken – genauso wichtig wie Essen	51
Der Julep – ein Alkoholsurrogat	51
Das Wasser – Trinkwasser, Umwelt und Hygiene	53
Wein und Hydromel – besonders gesund	59
Bier – Nahrungsmittel und Getränk	64
Milch – Getränk für Kinder und Erwachsene	65
Suppen– die Kombination von Essen und Trinken	69
Essen und Trinken – eine Frage der Tageszeit	71
Ernährung – eine Frage des Gleichgewichts, der gesunden Mitte, der Mäßigung und der ‘richtigen’ Menge	75
Gibt es spezielle Ernährungsregeln?	79
Die philosophische und religiöse Dimension der Ernährung	85
Schlussbetrachtung – in wie weit hat Maimonides recht?	90
Quellen und Bibliographie	95
Bildteil	103

Geleitwort

Rabbeinu Moshe ben Maimon, besser bekannt als Moses Maimonides (1138-1204) ist bis heute eine der herausragenden halakhischen („religionsgesetzlichen“) Autoritäten des Judentums. Sein das rabbinische Recht kodifizierendes Hauptwerk *Mishne Thora* wird bis heute als maßgeblich rezipiert und angewandt. Es fehlt in nahezu keiner rabbinischen Bibliothek.

Der Philosoph des „Führers der Unschlüssigen“ (*Dalalat al-chairin* bzw. *More nevukhim*) wurde durch die Zeiten hindurch sowohl im Judentum als auch im Christentum und im Islam gelesen. Seit der jüdischen Aufklärung (Haskala) ist er seitdem fortdauernd Gegenstand philosophischer und wissenschaftlicher Diskussionen bis hin dazu, dass mitunter – analog zum katholischen Neuthomismus – von einem „Neumaimonidianismus“ gesprochen wird. Auch die meisten Veranstaltungen anlässlich des Gedenkens seines 800. Todestages waren nicht von ungefähr seiner Philosophie gewidmet.

Dass Maimonides auch Arzt war und als solcher eine Vielzahl medizinischer Abhandlungen verfasste, die ihrerseits eine sehr große Zahl mittelalterlicher jüdischer, muslimischer und auch christlicher Ärzte über die arabischen Originaltexte, ihre verschiedenen hebräischen und lateinischen Übertragungen bis zur paracelsischen Wende der Medizin (und teilweise auch noch darüber hinaus) beeinflusste, ist dagegen vergleichsweise in Vergessenheit geraten. Durch die ebenso bahnbrechenden wie herausragenden Arbeiten von David Winternitz, Moritz (Moshe) Steinschneider und Hermann Kroner wurde im 19. und beginnenden 20. Jahrhundert die Aufmerksamkeit wieder auf den Arzt Maimonides gelenkt. Den Arbeiten schlossen sich neben anderen die bedeutenden Werke von Max Meyerhof, Süßmann Muntner, Fred Rosner, Samuel S. Kottke, Heinrich Schipperges sowie jüngst von Gerrit Bos und seinem Schüler Carsten Schliwski an.

Der vorliegende Band des Polyhistor Wilhelm Kaltenstadler liefert eine willkommene Ergänzung der reichen Maimonidesliteratur, indem er einen bislang weniger beleuchteten Aspekt, nämlich die Ernährungslehre des Maimonides einer näheren Untersuchung und zugleich Aktualisierung unterzieht. Im Vergleich mit der einem gänzlich anderen Sprach- und Kulturkreis entstammenden Hildegard von Bingen zeigt der Verfasser die Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen beiden Medizinern

des 12. Jahrhunderts auf. Dadurch wird deutlich, dass die Ernährungslehre seit Hippokrates im Fluss war und es keine endgültigen Antworten geben konnte und kann. Zugleich zeigt sich hierdurch, dass sich auch in einem Werk der letzten Jahre des 12. Jahrhunderts durchaus bis heute aktuelle Elemente der Diätetik finden lassen und es sich lohnt, den Arzt Maimonides nicht allein vor dem historischen Hintergrund zu studieren, sondern der Ratio seiner dietätischen Ratschläge nachzudenken.

Görge K. Hasselhoff

Lintorf und Dortmund, im September 2014

Von Cordova nach Kairo – Leben und Werk

Moses Maimonides¹ – so lautet sein latinisierter Name – ist in Cordoba geboren. Heinrich Schipperges gelang es, aus dem Schlusskommentar des *Mishneh-Thora* (14 Bände) nachzuweisen, dass er erst im Jahre 1138 in Cordoba auf die Welt kam.² Dieses Geburtsjahr wurde durch G. Stemberger³ und andere bestätigt.

Sein hebräischer Name lautete *Mosheh Ben Maimon*, sein arabischer Name Abu Imran Musa Ibn Maimun⁴ or Mūsā ibn Maymūn (Arabic: موسى ميمون بن). Er ist auch unter dem Akronym RaMBaM (Hebrew: רמב"ם) – es steht für "**R**abbeinu **M**osheh **B**en **M**aimon" – bekannt. Das bedeutet auf Deutsch: Unser Rabbi/Lehrer Moses Sohn des Maimon.⁵ Einige Gelehrte vertreten die Auffassung, dass Arabisch sogar seine Muttersprache gewesen sei.

Seine Familie gehörte zur Elite von Cordova. Sein Vater R. Maimon ben Jossef (+ 1165) hatte an der renommierten rabbinischen Akademie von Lucena studiert und dann das Amt eines Richters ausgeübt. Auch sein Sohn Moses erwarb in einer umfassenden Ausbildung noch in Iberien „fundierte Kenntnisse in Logik, Mathematik, Physik, Astronomie und Medizin.“⁶

Maimonides war ein sephardisch-andalusischer Universalgelehrter, Theologe, Philosoph, Astronom, aber auch "einer der profiliertesten und

¹ Artikel „Moshe ben Maimon. In: Metzler Lexikon jüdischer Philosophen, hrsg. von Andreas B. Kilcher / Otfried Fraisse. Stuttgart 2003, S. 42-46.

² Heinrich Schipperges: Krankheit und Gesundheit bei Maimonides (1138-1204). Berlin-Heidelberg 1996, S. 7.

³ G. Stemberger: Maimonides als Mischna-Ausleger. In: Kairos 28, S. 196-208, hier S. 196.

⁴ Fred Rosner: Moses Maimonides the Physician. In: Fred Rosner-Samuel S. Kottek (Ed.): Moses Maimonides Physician, Scientist, and Philosopher, Northvale-New Jersey. London 1993, S. 3.

⁵ <http://en.wikipedia.org/wiki/Maimonides> (6. August 2014).

⁶ Frederek Musall und Yoseff Schwartz: Einleitung. In: Moses Maimonides. Wegweiser für die Verwirrten. Eine Textauswahl zur Schöpfungsfrage Arabisch/Hebräisch – Deutsch, Freiburg im Breisgau 2009, S. 9-45, hier S. 11f.

einflussreichsten Thora-Gelehrten und Ärzte des Mittelalters”⁷ Er starb am 12. Dezember 1204 in Ägypten und fand vermutlich seine letzte Ruhestätte in Tiberias am See Genezareth in Israel. Das Maimonides zugeschriebene Grabdenkmal stammt aus neuerer Zeit. „There are several indications to the originality of the location, and traditions about the occasion of his death in Tiberias.”⁸

Maimonides verließ sein Geburtsland Andalusien und Spanien im Jahre 1148. Um diese Zeit wurden die andalusischen Juden durch die fundamentalistischen Almohaden verfolgt.⁹ „Um der drohenden Zwangskonversion [zum Islam] zu entgehen, flohen viele Juden aus Córdoba, darunter auch Maimon ben Josef und seine Familie.“¹⁰

Eine wichtige Station auf seinem Weg über Nordafrika in sein späteres Heimatland Ägypten war die Stadt Fez in Marokko. Obwohl auch hier die Almohaden an die Macht gelangt waren, „herrschten hier – im Gegensatz zu al-Andalus – zunächst noch vergleichsweise liberale Bedingungen für die Angehörigen der religiösen Minderheiten.“¹¹

In Fez konnte Moses „seine in Andalus begonnene Ausbildung fortsetzen.“ Dort besuchte er die Talmudakademie von R. Jehuda ha-Kohen ibn Susan (+ 1165). Dieser war einer „der größten Rechtsgelehrten seiner Zeit.“ An der weit über Marokko hinaus bekannten *Ĝāma'at al-Qarawīyin*, „der wohl ältesten Universität der Welt“, studierte er „bei muslimischen Lehrern Medizin“¹². In Marokko erwarb er höchstwahrscheinlich auch von kundigen und erfahrenen einheimischen jüdischen und muslimischen Ärzten profunde medizinische Kenntnisse bzw. ver-

⁷ Ebd. Wikipedia in deutscher Übersetzung.

⁸ Vgl. <http://en.wikipedia.org/wiki/Maimonides> (6. August 2014).

⁹ Emilio Gonzales Ferrín: *Historia General de Al Andalus. Europa entre Oriente y Occidente*, 2. Auflage. Cordoba 2007, Kap. 7, S. 431-473 und Wilhelm Kaltenstadler: *Jüdisch-islamische Kultur im alten Andalusien*. In: Nicolas Benzin (Hrsg.): *Beiträge zur Kulturgeschichte des Judentums und der Geschichte der Medizin*, Vol. I. Frankfurt 2009, S. 82-127.

¹⁰ Frederek Musall und Yoseff Schwartz: *Einleitung*, a.a.O., S. 13.

¹¹ Frederek Musall und Yoseff Schwartz: *Einleitung*, ebd. S. 13.

¹² Frederek Musall und Yoseff Schwartz: *Einleitung*, ebd. S. 14.

vollständigste sein medizinisches Wissen, das er bereits von Andalusien mitgebracht hatte. Sein Studium in Marokko galt auch den Heiligen Schriften der Juden (Thora, Talmud, Halacha etc.), der antiken Philosophen wie Aristoteles und Plato und der altgriechischen Ärzte Hippokrates und Galen. Vermutlich ist Maimonides dann später in Ägypten auch mit der Medizin des antiken pharaonischen Ägyptens vertraut geworden. Es fällt allerdings auf, dass Maimonides in seinen Werken keine pharaonischen Ärzte nennt. Er zitiert auch keine antiken medizinischen Papyri, die man damals wohl auch noch nicht zu würdigen wusste.

Auf seiner langen Wanderung durch den Maghreb erwarb er sich eine Menge an empirischem medizinischen Wissen und Erfahrung. Im Jahre 1165 verließ er mit seiner Familie, als auch dort die Almohaden immer fundamentalistischer agierten, Fez und gelangte auf dem Schiffsweg nach Akko. Von hier setzte er seine Reise fort und gelangte schließlich in die ägyptische Hafenstadt Alexandria, in welcher schon seit der Antike viele Griechen und Juden in einer griechisch-jüdisch-ägyptischen Mischkultur lebten. Im 12. Jahrhundert, also im Jahrhundert von Maimonides, hatte sich seit rund 500 Jahren auch hier wie im heimatlichen Andalus die arabisch-muslimische Kultur entfaltet. Die altägyptische Kultur wurde immer mehr in den Hintergrund gedrängt, aber nicht völlig aufgehoben. Sie wirkte unterschwellig weiter.

Nach dem Tod seines Vaters und Bruders ließ sich Maimonides endgültig in Fustat, das heute ein Vorort von Kairo ist, nieder. Der Ort ist viel älter als die heutige Großstadt Kairo.

Hier in Fustat heiratete Maimonides eine Schwester von Abū-l'Maī. Dieser war ein Geheimschreiber der Gemahlin von Sultan Saladin. Maimonides behielt seinen jüdischen Glauben bei, seine Frau blieb aber wohl Muslimin. Durch seine Heirat in Fustat, wo er seit 1168 mit seiner andalusischen Familie gelebt hatte, kam er immer mehr in Kontakt mit dem muslimischen Hof des Wesirs von Kairo. Seit 1168 praktizierte er in Fustat und Kairo und übte den Beruf des Arztes dort aus. Das Wartezimmer

im Palast von Kairo war stets voll von muslimischen und jüdischen Patienten.¹³

Seit 1176/77 nahm er auch die schwere Bürde des geistigen / geistlichen Oberhauptes der Juden in Ägypten auf sich. Schließlich wurde er gegen 1183/85 einer der Leibärzte von al-Qadi al-Fadil (1131-1199), dem Großwesir von Sultan Saladin (er regierte von 1171-1193). Al-Qadi war auch Statthalter von Ägypten.¹⁴

Seine verschiedenartigen und vielfältigen Aktivitäten, die sich nicht nur auf seinen medizinischen Beruf bezogen, waren so belastend, dass er oft nicht einmal genug Zeit fand, ein Mahl einzunehmen. Trotz seiner knapp bemessenen Freizeit gelang es ihm, eine Menge von theologischen, philosophischen und medizinischen Abhandlungen¹⁵ zu schreiben, die meisten davon sogar in arabischer Sprache. Arabisch war damals auch die Kultursprache an den christlichen Höfen von Iberien und im Königreich Sizilien mit Süditalien. Bis 1250, dem Todesjahr von Kaiser Friedrich II. v. Hohenstaufen (gest. 13. Dezember 1250 im Castel Fiorentino), der die islam- und judenfreundliche Politik seiner normannischen Vorgänger fortsetzte, lebten die drei abrahamitischen Religionen in seinem Reiche gegen den Widerstand der Päpste relativ friedlich zusammen. Den drei Religionen und Kulturen – islamisch-arabisch, jüdisch, katholisch – entsprach auch die „dreisprachige Kanzlei von Palermo“.¹⁶ Es gab damals nicht nur kulturelle, sondern auch politische „Grenzüberschreitungen“¹⁷ mit Ansätzen einer allerdings straff organisierten interkulturellen Gesell-

¹³ Vorwort von Fred Rosner: *Medical Writings of Moses Maimonides*, Vol. 5, Herausgeber: Maimonides Research Institute. Haifa 1992, S. 3.

¹⁴ Frederek Musall und Yoseff Schwartz: Einleitung, a.a.O., S. 15.

¹⁵ Wilhelm Kaltenstadler: *Gesundheit, Hygiene und Krankheit bei Maimonides*. In: *Beiträge zur Kulturgeschichte des Judentums und der Geschichte der Medizin*, Vol. II (Ed. Nicolas Benzin). Frankfurt 2010, Kap. „Leben und medizinische Werke von Maimonides“, S. 86-94.

¹⁶ Eberhard Horst: *Der Sultan von Lucera. Friedrich II und der Islam*. München 2009, Kap. 2 „Die dreisprachige Kanzlei von Palermo“, S. 19-29.

¹⁷ Eberhard Horst: *Der Sultan von Lucera*, ebd., Kap. 7 „Grenzüberschreitungen“, S. 71-80.

schaft¹⁸, von der wir in der Europäischen Union nach wie vor weit entfernt sind.

Einige dieser Abhandlungen waren Auftragspublikationen für die Höfe von Alexandria und Kairo. Sein System der Medizin zielte nicht nur darauf ab, Kranke wieder gesund zu machen, sondern auch dahin, Wege und Methoden zu entwickeln, wie man Krankheiten vermeiden und die physische und geistig-seelische Gesundheit¹⁹ aufrechterhalten kann.

Da Maimonides Gesundheit und Krankheit vor allem von der menschlichen Seele aus betrachtet, war für ihn Gesundheit in erster Linie die Harmonie der menschlichen Seele mit Gott. Er ließ nie Zweifel daran, dass die Krankheit der Unwissenheit – die mittelalterliche *ignorantia* von Thomas von Aquin – die meisten Menschen immer wieder von Gott trenne. Darum war er auch als Arzt darum bemüht, die Schranken der Unwissenheit zwischen Gott und Menschen abzuschaffen bzw. zumindest zu reduzieren. Die von ihm angestrebte enge Verbindung mit Gott tangierte auch den Ernährungssektor, der im Zusammenwirken mit zahlreichen anderen Faktoren das Gesundheits-Gleichgewicht, das primär psychisch²⁰ ausgerichtet war, stabilisieren sollte. In diesem Gleichgewicht spielt die Ernährung für Maimonides, wie sogar aus seinen theologischen und philosophischen Werken deutlich wird, bei nicht wenigen Krankheiten sogar eine leitende Rolle, z.B. bei Krankheiten des Darm- und Verdauungstraktes. Diese Perspektive von Maimonides ist absolut 'modern', denn in der modernen Industriekultur leiden, wie man in jeder Tageszeitung nachlesen kann, immer mehr Menschen an Verdauungsstörungen. Immer mehr Menschen nehmen sich immer weniger Zeit zum

¹⁸ Vgl. Horst Stern: Mann aus Apulien, 5. Aufl. Reinbek bei Hamburg 2013.

¹⁹ Die Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft Pfaffenhofen“ veranstaltet am 2. Oktober 2014 einen „Tag der seelischen Gesundheit“ ziemlich feierlich „mit einem Stehempfang im Rathaussaal Pfaffenhofen.“ Auch die politische Landkreis-Prominenz lässt grüßen.

²⁰ Von den 8 Kapiteln in seiner Schrift „Acht Kapitel. Eine Abhandlung zur jüdischen Ethik und Gotteserkenntnis“, Deutsch und Arabisch (in hebräischer Schrift) von Maurice Wolff, 2. Auflage. Hamburg 1992“ beziehen sich zwei auf die Krankheiten der Seele. Kap. 3 betitelt sich „Von den Krankheiten der Seele“, Kap. 4 „Von der Heilung der Seelenkrankheiten“.

Essen. Schlechte und mangelhafte Ernährung ist auf jeden Fall ein Weg, der von Gott wegführt. Denn dieser Weg schwächt nicht nur den Körper, sondern auch die Seele und die Pneumata des Menschen.

Maimonides beeinflusste auch den großen Gelehrten der mittelalterlichen Scholastik, Thomas von Aquin, der die meiste Zeit seines Lebens in Paris lehrte, in seiner Gottes- und Schöpfungslehre und bis in die neueste Zeit herein noch weitere christliche Theologen und Philosophen²¹, wohl auch Baruch Spinoza.²² Seine theologisch-philosophische Lehre hatte überhaupt beträchtliche Auswirkungen auf die Theologie und Philosophie des gesamten lateinischen Westens.²³

Noch größer wurde die Belastung und Verantwortung für Maimonides, als Al Afdal Nur ad Din Ali, der ältere Sohn von Sultan Saladin, der 1193 bis 1196 Emir von Damaskus war, ihn am 3. März 1193 nach dem Tod seines berühmten Vaters zu seinem Leibarzt ernannte.²⁴

Das war eine Steigerung seines bisherigen Ranges, bedeutete aber auch viel mehr Arbeit als bisher. In dieser Position war Maimonides verantwortlich nicht nur für die Gesundheit von al Afdal, der zum Sultan avancierte, dessen Großfamilie und seine zahlreichen Kinder, die gesamte Verwandtschaft des Sultans, sondern auch für den großen Harem und die

²¹ Vgl. Jacob Guttman: Der Einfluß der maimonidischen Philosophie auf das christliche Abendland. In: Moses Ben Maimon. Sein Leben, seine Werke und sein Einfluß, hrsg. von der Gesellschaft zur Förderung der Wissenschaft des Judentums, Bd. I, Leipzig 1908, S. 224-250 und Yossef Schwartz: Dein ist die Stille. Meister Eckhart bei der Lektüre des Maimonides (Hebr.). Tel Aviv 2002.

²² Jacob Guttman: Der Einfluß der maimonidischen Philosophie auf das christliche Abendland, ebd. und Nahum Sokolov: Der Jude Spinoza. In: Spinoza-Festschrift, hrsg. von Siegfried Hessing. Heidelberg 1932.

²³ G.K. Hasselhoff: Dicit Rabbi Moyses: Studien zum Bild von Moses Maimonides im lateinischen Westen vom 13. bis 15. Jahrhundert. Würzburg 2004, 2. Auflage 2005 (mit einem Epilog) und G.K. Hasselhoff: The Reception of Maimonides in the Latin World: The Evidence of the Latin translations in the 13th-15th Century". In: *Materia Giudaica. Rivista dell'associazione italiana per lo studio del giudaismo* VI/2 (2001), S. 258-280.

²⁴ http://en.wikipedia.org/wiki/Al-Aziz_Uthman (Time of downloading 13rd August 2014).

zahlreichen Konkubinen.²⁵ Der Tod von Maimonides im Jahre 1204 war nicht nur ein großer Verlust für die Juden, sondern auch für die Muslime. Auch die armen Leute hatten einen guten Freund verloren, der Arzt geworden war nicht primär des Geldes, sondern der Menschen und Gottes wegen.

Quellen und Methoden

Moses Maimonides ist der Verfasser vieler medizinischer Werke. Er publizierte aber nicht nur medizinische, sondern auch viele theologische und philosophische Abhandlungen von höchster Kompetenz. Ernährungsfragen behandelt er sowohl in den rein medizinischen Traktaten als auch – eher peripher - in seinen theologischen und philosophischen Werken, doch hier meist aus der seelisch-geistigen Perspektive. Selbst in seinem philosophisch-theologischen Hauptwerk *Guide of the Perplexed* (arabisch *Dalālat al Chā'irīn*, hebräisch *More ha-Nevukhim*, deutsch *Führer der Unschlüssigen*)²⁶ kommt Maimonides mehrfach auf Ernährungsfragen zu sprechen. Doch auch hier ist Ernährung weitaus mehr als eine rein physisch-materielle Bedürfnisbefriedigung. Der Schwerpunkt der Ernährung liegt für Maimonides allerdings bei den medizinischen Abhandlungen.

In dem Werk *More ha-Nevukhim*, das in arabischer Sprache und in hebräischen Lettern geschrieben ist²⁷, will er unschlüssige, unsichere Personen informieren und ihnen in religiöser Hinsicht helfen. Um diese Hilfe

²⁵ Maurice-Ruben Hayoun: Maimonides Arzt und Philosoph im Mittelalter. Eine Biographie, aus dem Französischen übertragen von A. Wildermann. München 1999, S. 78-82. Dieses Buch ist heftig kritisiert worden durch die meisten Gelehrten, nicht nur in Frankreich. Nach Prof. Hasselhoff ist es das "most deficient book about Maimonides of the last years."

²⁶ Sie finden einen guten Überblick über das Werk *The Guide of the Perplexed* und seine Bedeutung in der Maimonides-Forschung im Buch von G. K. Hasselhoff: Moses Maimonides interkulturell gelesen. Nordhausen 2009, S. 21-27, S. 41-46 und S. 56f.

²⁷ Artikel *Moshe ben Maimon*. In: J.F. Oppenheimer etc. (Hrsg.): Lexikon des Judentums, Gütersloh/Berlin/München/Wien 1971, S. 524. Vgl. auch Hans Christoph Goßmann: Altes Testament und christliche Gemeinde. Nordhausen 2012 (Jerusalem Texte, Vol. 10), S. 66.

zu ermöglichen und umzusetzen, ist es nicht ausreichend, nur die Gesundheit des Körpers wiederherzustellen, sondern man muss auch die Seele heilen bzw. heil machen. Vor allem in seinen theologischen und philosophischen Abhandlungen macht er deutlich, dass die Seele einen höheren Rang habe als der Leib. In diesem Sinne ist es also nur logisch für Maimonides, Essen und Trinken nicht nur auf den Körper, sondern auch und vor allem auf die Seele zu beziehen. Das Gleichgewicht von Seele und Körper - eine Idee, welche er von Aristoteles und den antiken Ärzten Hippokrates und Galen übernahm – ist für ihn nicht nur eine physische, sondern auch philosophische und theologische Kategorie.²⁸ Für Maimonides ist Gott auch präsent, wenn er isst und trinkt, also in allen Lebenslagen. Essen und Trinken sind für ihn viel mehr als ein physisch-materieller Prozess.

In einigen theologischen Werken nimmt Maimonides immer wieder Bezug auf Thora und Talmud. Und diese Bezugnahme ist wichtig, denn diese beiden heiligen Schriften äußern sich in besonderem Maße zur Frage, welche Nahrungsmittel und Getränke für Juden erlaubt sind oder welche nicht. Solche Kommentare finden sich – neben dem *Führer der Unschlüssigen (Guide of the Perplexed)* - besonders im Mishna-Kommentar zu den *Proverbs of Fathers (Avot)*, im *Kommentar zur Halakha*, im *Book of Commandments (Sefer ha-Mitsvot, Buch der Gebote)* und sogar in einigen Briefen. Ich verweise dabei vor allem auf den berühmten *Sendbrief in den Jemen* von 1199, in welchem Maimonides seinen Tagesablauf schildert²⁹ und sich negativ über die antijüdische Einstellung der „Leute des Ismael“, die muslimischen Araber, äußert.³⁰

²⁸ Vgl. Wilhelm Kaltenstadler: „Seelenkräfte“ und „Bewegungen der Seele“ im medizinischen Werk des Moses Maimonides - Moderne Betrachtungen zum 875. Geburtstag von Maimonides, auch als englische Version erhältlich: „Spirits“ und „Movements of the Soul“ in the medical work of Moses Maimonides, Weihnachtsausgabe der *Deutsche Medizinische Wochenschrift (DMW)*, Jahrg. 138, Heft 51/52, 2013, S. 2658-2662.

²⁹ Görge K. Hasselhoff: Moses Maimonides interkulturell gelesen, a.a.O., S. 27 inkl. Fußnote 40.

³⁰ Quelle: <http://guapotg.wordpress.com/2011/04/03/excerpt-from-maimonides-letter-to-yemen-concerning-mohammed-and-islam/>.

Genauere Aussagen, Erklärungen und Informationen über Nahrungsmittel und Getränke enthalten jedoch die medizinischen Abhandlungen von Maimonides. Eine Fülle von Material findet sich in den folgenden medizinisch ausgerichteten Abhandlungen:

Laws of Human Temperaments, Maimonides Medical Writings, Vol. 4, Haifa 1990. In dieser Abhandlung beschreibt Maimonides die vier Temperamentstypen, die bereits den antiken Ärzten bekannt waren, nämlich Melancholiker, Sanguiniker, Melancholiker und Choleriker und deren Anfälligkeit bzw. Disposition für bestimmte Krankheiten. Maimonides kombiniert dann diese Temperamentstypen mit den vier Basis-Elementen, nämlich Erde, Luft, Wasser und Feuer und den vier Grundeigenschaften (Qualitäten) trocken, kalt, feucht und heiß.³¹ Diese Abhandlung wurde wohl erst nach 1190, also in den letzten Lebensjahren von Maimonides publiziert.

Abhandlung zu den *Ursachen der Symptome* (Treatise on the Causes of Symptoms), Vol. 4, Haifa 1990, wahrscheinlich in den späten 90er Jahren des 12. Jahrhunderts (siehe unten) veröffentlicht.

Maimonides' Medical Aphorisms, Treatises 1-5 (*Kitāb al-fusūl fī al al-tibb*), Medical Works, hrsg. durch Gerrit Bos, Provo/Utah 2007, Vol. 3 von Maimonides' Medical Writings (Herausgeber Fred Rosner), Haifa 1989. "Nach Harry Friedenwald handelt es sich bei dieser Schrift gewissermaßen um das (medizinische) Lebenswerk des Maimonides."³² Diese Abhandlung wurde in den Jahren zwischen 1187 und 1190 verfasst.³³

³¹ Wilhelm Kaltenstadler: Gesundheit, Hygiene und Krankheit bei Maimonides, ebd., S. 91-94 und mein unpublizierter Vortrag „Gesundheit und Krankheit bei Moses Maimonides“ in der Synagoge von Ermreuth (Oberfranken) im Juli 2013.

³² Görg K. Hasselhoff: Moses Maimonides interkulturell gelesen, a.a.O. S. 31f.

³³ Harry Friedenwald: The Jews, S. 201-208, zit. nach G.K. Hasselhoff: Moses Maimonides interkulturell gelesen, ebd. S. 32.

Two *Regimina Sanitatis*, *Treatises on the Regimen of Health*, Maimonides' Medical Writings, Vol. 4, Haifa 1990³⁴. Das große *Regimen Sanitatis* wird in zwei Übersetzungen³⁵ überliefert, eine davon in zwei Versionen.³⁶ Diese „Diätetik für die Seele und den Körper“ enthält „die wichtigsten Anschauungen des Maimonides über Medizin und die Aufgaben eines guten Arztes.“³⁷ Viele medizinischen Werke von Maimonides wurden durch den jüdischen Konvertiten Johannes von Capua (geb. ca. 1250, gest. ca. 1310)³⁸ und Armengaud Blaise (gest. 1312) im Laufe des 13. Jahrhunderts ins Lateinische³⁹ übersetzt. Das kleine *Regimen*, in zwei Versionen überliefert, ist identisch mit der Schrift *De causis accidentium* (*On the causes of symptoms*).⁴⁰ Diese Schrift ist ursprünglich überliefert als Anhang zum *Regimen Sanitatis* und bildet Kap. 5 davon.⁴¹ Im großen *Regimen* gibt Maimonides dem Kalifen von Kairo gute Ratschläge für eine gesunde Lebensführung und zeigt, wie man melancholische Anfälle vermeiden kann. Im 1. Kapitel äußert er sich zu den Diät-Ratschlägen von Hippokrates und Galen. Im 2. Kapitel stabilisiert er diese durch philosophische Ratschläge für eine Hygiene der Seele. Das letzte Kapitel bietet eine Liste von 17 Anwendungsmöglichkeiten im Bereich der See-

³⁴ G. K. Hasselhoff: Moses Maimonides interkulturell gelesen, ebd., S. 32f. In dieser Abhandlung gibt Maimonides vor allem gute Ratschläge für einen gesunden Lebensstil.

³⁵ *Regimen Sanitatis* oder Diätetik für die Seele und den Körper, ins Deutsche übersetzt durch Süßmann Muntner, Basel und New York 1966.

³⁶ Sie finden eine Menge von Bemerkungen zu den medizinischen Übersetzungen von Maimonides in der Abhandlung von G.K. Hasselhoff: *The Translations and the Reception of the Medical Doctor Maimonides in the Christian Medicine of the Fourteenth and Fifteenth Centuries*. In: Georges Tamer (Hrsg.), *The Trias of Maimonides / Die Trias des Maimonides: Jewish, Arabic, and Ancient Culture of Knowledge / Jüdische, arabische und antike Wissenskultur* (*Studia Judaica: Forschungen zur Wissenschaft des Judentums*, 30). Berlin-New York 2005, S. 395-410.

³⁷ Süßmann Muntner: *Regimen Sanitatis* oder Diätetik für die Seele und den Körper, Basel und New York 1966, S. 25.

³⁸ G.K. Hasselhoff: Johannes von Capua und Armengaud Blaise als Übersetzer medizinischer Werke des Maimonides. In: *Wissen über Grenzen. Arabisches Wissen und lateinisches Mittelalter*, hrsg. von A. Speer und L. Wegener. Berlin – New York 2006, S. 347-352.

³⁹ G.K. Hasselhoff: Johannes von Capua und Armengaud Blaise, ebd., S. 343-347.

⁴⁰ G.K. Hasselhoff: Moses Maimonides interkulturell gelesen, a.a.O., S. 52.

⁴¹ G.K. Hasselhoff: Johannes von Capua und Armengaud Blaise, ebd., S. 348.

lenhygiene.⁴² „Beide *Regimina sanitatis* des Maimonides stammen wahrscheinlich aus der Regierungszeit des Sultan Al-Afdal (1198-1200).“⁴³ In seiner „Übersicht über Entstehungszeiten und –orte der wichtigsten Schriften von Maimonides“ datiert Hasselhoff den *Regimen Sanitatis* auf das Jahr 1198.⁴⁴

Abhandlungen zu *Poisons Hemorrhoids Cohabitation*, Maimonides' Medical Writings, von Fred Rosner übersetzt und mit Anmerkungen versehen, publiziert durch das *Maimonides Research Institute*, Vol. 1, 2. Auflage, Haifa 1988. Dieses Werk veranschaulicht die medizinische Philosophie von Maimonides. Diese besteht darin, sanftere Methoden der Medizin zu bevorzugen und medizinische Eingriffe und Operationen nach Möglichkeit zu vermeiden.⁴⁵ Bei diesen Krankheitsarten ist es typisch, dass verschiedene Methoden der Medizin (möglichst sanfte) und oft auch mehrere Medikamente kombiniert werden, um Patienten wieder gesund zu machen. Diese Abhandlung wurde wahrscheinlich in den Jahren von 1190 bis 1198 verfasst.

The Art of Cure. Extracts from Galen, Maimonides' Medical Writings, übersetzt nach arabischen Manuskripten und mit Anmerkungen versehen durch Uriel S. Barzel mit einem Vorwort von Fred Rosner und einer Bibliographie von Jacob I. Dienstag, publiziert durch das *Maimonides Research Institute*, Vol. 5, Haifa 1992 (mit einem Vorwort von Fred Rosner).

Maimonides' Kommentar zu den Aphorismen von Hippocrates, Maimonides' Medical Writings, übersetzt und mit Anmerkungen versehen von Fred Rosner, publiziert durch das *Maimonides Research Institute*, Vol. 2, Haifa 1987. Diese Schrift entstand in den Jahren von 1190-1198.⁴⁶

Maimonides: Responsen auf medizinische Fragen. Über die Ursachen der Anfälle (für den Sultan Al-Afdal Nur Al-Din-'Ali), deutsche Überset-

⁴² G.K. Hasselhoff: Moses Maimonides interkulturell gelesen, ebd., S. 33.

⁴³ G.K. Hasselhoff: Moses Maimonides interkulturell gelesen, ebd., S. 32.

⁴⁴ G.K. Hasselhoff: Moses Maimonides interkulturell gelesen, ebd., S. 36f.

⁴⁵ G.K. Hasselhoff: Moses Maimonides interkulturell gelesen, ebd., S. 34f.

⁴⁶ G.K. Hasselhoff: Moses Maimonides interkulturell gelesen, ebd. S. 31.

zung durch Süßmann-Muntner (Anhang zu *Regimen Sanitatis*), S. Karger, Basel – New York 1966. Al Afdal regierte nur zwei Jahre als Sultan. „Al-Adil, ein Bruder Saladins, besiegte seine Armeen und wurde demzufolge zum Sultan von Ägypten ernannt.“⁴⁷ Diese für Al-Afdal bestimmte Schrift ist wohl um 1200 herum in enger Verbindung mit dem *Regimen Sanitatis* entstanden. Denn das den Regimen betreffende Sendschreiben von Maimonides an den Sultan El-Afdal (al-Afdal) wurde auf die Jahre 1198-1200 datiert.⁴⁸ „Die <Responsen> befassen sich mit dem Essen und Trinken, Schlaf und Unterhaltung, Reiten und Leibesübungen und Musik als Beihilfe zu gutem Schlaf.“⁴⁹ In den Responsen gibt Maimonides seinem Patienten Sultan Al-Afdal Anweisungen, die sich vor allem auf seine namentlich nicht näher bezeichneten Anfälle beziehen. Fest steht dass der Sultan zu Depressionen neigte und dass Maimonides ihm sogar Bier und Wein, gewissermaßen als Medikamente, und alkoholhaltige Präparate wie den Hydromel empfahl.⁵⁰

Das Werk des Maimonides, das die meisten Informationen zum Nahrungswesen enthält und mit einer gut strukturierten systematischen Methode verbunden ist, die sich nicht nur auf die Krankheiten des Asthma-Komplexes erstrecken, ist sein Buch über das Asthma, *Maimonides' On Asthma. A parallel Arabic-English text edited, translated, annotated by Gerrit Bos, Volume I of the complete medical works of Moses Maimonides*, Brigham Young University Press, Provo, Utah 2002.

Gerrit Bos bietet die erste wirklich kritische Edition der Abhandlung über das Asthma zusammen mit einer sehr brauchbaren Übersetzung vom Arabischen ins Englische. Es gibt aber auch eine sehr empfehlenswerte,

⁴⁷ Einleitung zur Geschichte der Abfassung dieser Schrift zu Süßmann Muntner: *Regimen Sanitatis*, a.a.O., S. 21-23, hier S. 22.

⁴⁸ Untertitel zum Vorwort zur „Diätetik für die Seele und den Körper“ zu Süßmann Muntner, ebd., S. 59.

⁴⁹ Süßmann Muntner: Inhaltsübersicht über die <Responsen> als Anhang zu *Regimen Sanitatis*, 1966, S. 119-124, hier S. 120.

⁵⁰ Maimonides: Responsen, a.a.O., Absatz 20 und 21.

manchmal allerdings etwas freie kritische Übersetzung durch Fred Rosner:

Moses Maimonides' *Treatise on Asthma*, Maimonides' Medical Writings, translated and annotated by Fred Rosner with bibliography by Jacob I. Dienstag, Maimonides Research Institute, Vol. 6, Haifa 1994.

Das Buch über das Asthma verdankt seine Entstehung dem Auftrag eines unbekanntem wohl in Alexandria lebenden Sponsors von hohem sozialem Rang⁵¹. Es wurde etwa um 1190 herum in arabischer Sprache, aber mit hebräischen Lettern veröffentlicht. In fast allen Kapiteln dieses Buches nimmt Maimonides mehr oder weniger intensiv Stellung zu Fragen der Ernährung. Allein sechs Kapitel haben jedoch ausschließlich mit Ernährung zu tun. Ich verweise im Folgenden ganz kurz auf die Inhalte dieser Kapitel:

Kapitel 2: "On the provision of rules concerning the foods to be eaten or avoided in relation to this disease" (Gerrit Bos)⁵²

Kapitel 3: "On the different kinds of food which should be avoided or consumed, [selected] from those foods that are [readily available and] common [among us]" (Gerrit Bos)⁵³

Kapitel 4: "On the composition of [different] dishes which are beneficial in this disease" (Gerrit Bos)⁵⁴

Kapitel 5: "On the quantity of food" (Gerrit Bos)⁵⁵

⁵¹ Vgl. Wilhelm Kaltenstadler: *Maqāla fī al-rabw* – Die Abhandlung des Maimonides über das Asthma. Nordhausen 2013 (= *Jerusalem Texts*, Vol. 12), Kap. „Das Asthmawerk im Rahmen des medizinischen Gesamtwerkes von Maimonides“ S. 9-15 und „Maimonides' Einführung in sein Asthmawerk“, S. 15-17.

⁵² Übersetzung: Zur Festlegung von Regeln, welche Nahrungsmittel betreffen, welche gegessen oder mit Bezugnahme auf diese Krankheit [Asthma] vermieden werden sollen.

⁵³ Übersetzung: Über die verschiedenen Arten von Nahrung, welche vermieden oder konsumiert werden sollten, ausgewählt aus den Nahrungsmitteln, die ohne weiteres beschaffbar und bei uns üblich sind.

⁵⁴ Übersetzung: Über die Zusammensetzung verschiedener Gerichte, die bei dieser Krankheit förderlich sind.

Kapitel 6: “On the times [of day] for the consumption of food” (Gerrit Bos)⁵⁶

Kapitel 7: “On beverages” (Gerrit Boos)⁵⁷

In einem weiteren Sinne haben auch die folgenden Kapitel etwas mit Ernährung zu tun: Kapitel 9 “On the [proper] regimen for retention and evacuation”⁵⁸ zeigt die Auswirkungen einer schlechten oder mangelhaften Ernährung vor allem im Bereich der Retention und Entleerung.

Kapitel 10 “On the [proper] regimen regarding sleep and waking, bathing, massage, and sexual intercourse”⁵⁹ demonstriert die positive Auswirkung der Ernährung an der Qualität des Schlafens, Wachens, Badens, der Massage und des sexuellen Verkehrs.

Eine gute Ernährung ist für Maimonides – nicht nur in seinen medizinischen Werken – die Vorbedingung für eine Anwendung therapeutischer Regeln auf die Behandlung des Asthmas und vergleichbarer Krankheiten, wie das sehr gut im Kapitel 11 des Asthmawerkes nachgewiesen ist.

Das antike Prinzip des gesunden Mittelweges gilt nicht nur für seelische und geistige Aktivitäten, sondern lässt sich auch auf die Nahrungsaufnahme anwenden. Die beiden folgenden Beispiele finden sich interessanter Weise nicht in einem medizinischen Werk, sondern in der philosophisch-theologischen Abhandlung mit dem bescheidenen, unscheinbaren Titel „Acht Kapitel“ (*Schemona Perakim*). Diese Schrift, ursprünglich in Arabisch verfasst, ist in dem im Jahre 1167/68 abgeschlossenen *Perusch all Mischna* (Kommentar zur Mischna) enthalten. Bei *Schemona Perakim* handelt es sich um einen Kommentar zum Mischna-Traktat *Awot*, „in dem Maimonides in seinen Erörterungen über die Vervollkommnung der

⁵⁵ Übersetzung: Über die Nahrungsmenge.

⁵⁶ Übersetzung: Über die Zeiten (Tageszeiten) der Nahrungsaufnahme.

⁵⁷ Übersetzung: Über Getränke.

⁵⁸ Übersetzung: Über die geeignete Kur zur Retention und Entleerung [des Darmes].

⁵⁹ Übersetzung: Über das geeignete Verhalten Im Bereich des Schlafes, Wachens, Baden, Massage und sexuellem Verkehr.