Body Politics 10 (2022), Heft 14, S. 85–113

‚Ganzheitswissen' in der Diätetik um 1750, 1800 und 1850

Carsten Zelle

English Abstract: The article is in the research context of a literary anthropology of the 'whole human being'. Examples of three relevant works by Friedrich Hoffmann (1660–1742), Christoph Wilhelm Hufeland (1762-1836) and Ernst Freiherr von Feuchtersleben (1806-1849) verify the relevance of dietetic ('Lebensordnung') and its holistic knowledge for the change of affect economy and subject constitution during the threshold of the 'Sattelzeit' (1750/1850). The 'holistic knowledge' inherent in the diet not only shapes literature as a relevant thematic context, but also functions in this discourse itself as an instrument of a soul-diet aesthetic of impact that aims to stimulate senses and affects to temperate them properly. Literature as shown in scenes by Theodor Johann Quistorp (1722-1776), Johann Wolfgang Goethe (1749-1832) und Adalbert Stifter (1805-1868) becomes a dietetic.

Gegenüber der Auffassung des *Historischen Wörterbuchs der Philosophie,* das Wissen um die Mesotes-Lehre sei in der Neuzeit „weitgehend verloren" gegangen[1], hätte schon der Blick auf die Katharsis-Deutung Lessings, dass die Tragödie „von beiden Extremis des Mitleids zu reinigen vermögend" ist[2], stutzig machen müssen. Die Mittellagenlehre geht nicht verloren, sie steigt vielmehr in der Aufklärung zu einem zentralen Ordnungsmodell der Affektökonomie auf. Die Anthropologie des ‚ganzen Menschen' und die damit verbundene ‚Diät', d.h. eine Leib- und Seele

1 Henning Ottmann: Mesotes. In: Historischen Wörterbuchs der Philosophie. Hg. Joachim Ritter. Bd. 5. Basel: Schwabe 1980, 1158-1161, hier: 1161. Der Mesotes-Begriff geht auf Aristot. eth. Nic. II. 6. (1106b-1107a) zurück. Aristoteles bestimmt hierin Tugend als ein ‚Mittlers' (μεσότης) zwischen den Extremen des Zuviels und Zuwenigs, „die beide Schlechtigkeiten" sind, d.h. negativ bewertet werden. Siehe hierzu Nicolai Hartmann: Ethik [1925]. 3., unveränderte Aufl. Berlin: de Gruyter 1949 (Reprint: Berlin, Boston: de Gruyter, 2021), 48. Kap. Aristotelische Tugenden, 439-448, hier: 439. Mit der Einsicht, „daß es überhaupt positive sittliche Werte, und zwar mannigfache, in der Sphäre der Affekte gibt", sei Aristoteles „den Stoikern und den meisten der Späteren weit voraus gewesen." (448) Im Blick auf die zitierte Definition spreche ich von einem dreipoligen Metriopathie-Modell (-/+/-) und unterscheide es von dem zweipoligen Apathie-Modell (+/-) der Stoa und seinen frühneuzeitlichen Reprisen (siehe unten und Abb. 2).

2 Gotthold Ephraim Lessing: Hamburgische Dramaturgie [1767/68]. In: Ders. Werke. Hg. Herbert G. Göpfert. Bd. 4: Dramaturgische Schriften. Bearb. Karl Eibl. München 1973, 229-707, 78. Stück, 363. Zum Aristotelischen Begriff der ‚Katharsis' (Aristot. poet. 6 [1449b26]) und zu dessen widersprüchlichen Interpretationsgeschichte siehe Verf.: Katharsis. In: Reallexikon der deutschen Literaturwissenschaft. Neubearbeitung. Bd. II. Hg. Harald Fricke u.a. Berlin, New York: de Gruyter 2000, 249-252.

umfassenden Lebensordnung zielen insgesamt auf Ausgleich der Extreme, d.h. auf das ‚richtige' Maß eines ausgewogenen Mittelzustandes, der als ‚Gleichgewicht' oder ‚Harmonie' bezeichnet wird und mit Gesundheit, Heiterkeit und Freude verbunden ist. Ohne Einbezug solchen ‚Ganzheitswissens' in der Diätetik der Sattelzeit bleibt eine Geschichte des Körpers unvollständig.

Der folgende Beitrag steht im Forschungskontext einer literarischen Anthropologie des ganzen Menschen und schließt an die einschlägigen, diesbezüglichen Studien an.[3] Mit Friedrich Hoffmanns *Großer Diät* (1715-1728), Christoph Wilhelm Hufelands *Makrobiotik* (1796) und Ernst Freiherr von Feuchterslebens *Zur Diätetik der Seele* (1838) werden drei ‚Einsatzfelder' diätetischen, d.h. lebensordnenden ‚Ganzheitswissens' vorgestellt. Dabei prägt das der Diät innewohnende ‚Ganzheitswissen' die Literatur nicht nur als relevanten thematischen Kontext, wie in kurzen Hinweisen auf exemplarische Szenen bei Theodor Johann Quistorps (1722-1776), Johann Wolfgang Goethe (1749-1832) und Adalbert Stifter (1805-1868) herausgestellt wird, vielmehr fungieren die literarischen Werke in diesem Diskurs selbst als Instrumente einer seelendiätetischen Wirkungsästhetik, die darauf zielt, Sinne und Affekte richtig zu temperieren. Literatur wird zum Diätetikum, indem sie sich von heteronomen Indienstnahmen, etwa theologischer oder moralischer Art, zugunsten einer Ausgleichsästhetik des Spiels befreit. Die genannten Jahreszahlen 1750, 1800 und 1850 sind dabei als Abkürzungen für einzelne Phasen in der

3 Zur ‚anthropologischen Wende' in der (neugermanistischen) Literaturwissenschaft und zum Forschungskontext der literarischen Anthropologie siehe den paradigmatischen Sammelband *Der ganze Mensch*. Anthropologie und Literatur im 18. Jahrhundert. DFG-Symposion 1992. Hg. Hans Jürgen Schings. Stuttgart, Weimar: Metzler 1994. Zuvor hatte Schings in seiner Habilitationsschrift (Melancholie und Aufklärung. Melancholiker und ihre Kritiker in Erfahrungsseelenkunde und Literatur des 18. Jahrhunderts. Stuttgart: Metzler 1977) die Figur des ‚philosophischen Arztes' zugänglich gemacht. Zur ‚Vordatierung' der anthropologischen Wende von der Spät- in die Frühaufklärung siehe Verf. (Hg.): „Vernünftige Ärzte". Hallesche Psychomediziner und die Anfänge der Anthropologie in der deutschsprachigen Aufklärung. Tübingen: Niemeyer 2001. Vgl. zusammenfassend Verf.: Anthropologie: Literatur – Wissen – Wissenschaft. Aussichten einer ‚literarischen Anthropologie' der Aufklärung. In: Epoche und Projekt. Perspektiven der Aufklärungsforschung. Hg. Stefanie Stockhorst. Göttingen: Wallstein 2013, 285-302, und Verf.: Anthropologisches Wissen in der Aufklärung. In: Aufklärung. Epoche – Autoren – Werke. Hg. Michael Hofmann. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft 2013, 191-207. Das Konzept des ‚ganzen Menschen' rekapituliert Verf.: Zur Idee des ‚ganzen Menschen' im 18. Jahrhundert. In: Alter Adam und Neue Kreatur. Pietismus und Anthropologie. Beiträge zum II. Internationaler Kongress für Pietismusforschung 2005. Hg. Udo Sträter. Bd. I. Halle/Tübingen: Verlag der Franckeschen Stiftungen/Niemeyer 2008, 45-61. Zur ‚Körperpolitik' im 18. Jahrhundert vgl. das früh von mir konzipierte Themenheft „Die Aufklärung und ihr Körper. Beiträge zur Leibesgeschichte im 18. Jahrhundert" in: Das achtzehnte Jahrhundert 14 (1990), H. 2.

Epochenschwelle der Sattelzeit zu verstehen, in der sich ein solcher Prozess vollzieht.

Um 1750

Zunächst möchte ich ein naheliegendes Missverständnis ausräumen, insofern die Bezeichnung ‚Diät' seit dem 19. Jahrhundert eine Begriffsschrumpfung erfahren hat[4] und heute leicht mit bloßer ‚Brigitte-Diät', d.h. einer Anleitung zum Salatessen, verwechselt werden könnte. Im Kontext der alten Medizin bezeichnet die ‚Diät' eine umfassende Lebensordnung, die im ‚Haus der Medizin' zwischen den Bereichen des Gesunden und Kranken[5] ein neutrales Übergangsfeld der *sex res non naturales* bildet, zu denen 1) Aer (Licht und Luft), 2) Cibus et potus (Essen und Trinken), 3) Motus et quies (Bewegung und Ruhe), 4) Somnus et vigilia (Schlafen und Wachen), 5) Excreta et secreta (Stoffwechsel) und 6) Affectus animi (Gemütsbewegungen) gezählt werden (Abb. 1).[6]

4 Vgl. Dietrich von Engelhardt: Von der Stilistik des ganzen Lebens zum Haferschleim. Das 19. Jahrhundert als Wendepunkt in der Geschichte der Diät. In: Speisen, Schlemmen, Fasten. Eine Kulturgeschichte des Essens. Hg. Uwe Schultz. Frankfurt a. M./Leipzig: Insel 1993, 285-298.

5 Das Gesunde umfasst sieben *res naturales* (Elemente, Temperamente, Körperteile, Säfte, Geist, Fähigkeiten, Handlungen), das Kranke drei *res contra naturam* (Krankheiten, Ursachen, Symptome).

6 Vgl. Geschichte der Medizin in Schlaglichtern. Hg. Heinrich Schipperges. Mannheim, Wien, Zürich: Meyers Lexikonverlag 1990, 87. Siehe auch Philipp Sarasin: Reizbare Maschinen. Eine Geschichte des Körpers 1765-1914. Frankfurt a. M.: Suhrkamp 2001, bes. 33-51, der die entscheidende Rolle der *sex res non naturales* bei der Konstituierung des Hygienediskurses im 18. Jahrhundert im Zusammenhang des „Neohippokratismus" bzw. der „neohippokratischen Wende" (39) thematisiert und dabei auch die Rolle Hoffmanns (46 f.) heraushebt, sich aber im Übrigen auf spätere, vor allem französische, sensualistisch und materialistisch ausgerichtete Quellen konzentriert und dadurch den hier herausgestellten Zusammenhang aus den Augen verliert. Die diätetische „Lebenstechnik" mit ihren Operationen von Selbstbeobachtung und Selbstsorge greift nicht erst „um 1800" (Barbara Thums: Moralische Selbstbearbeitung und Hermeneutik des Lebensstils. Zur Diätetik in Anthropologie und Literatur um 1800. In: Die Grenzen des Menschen. Anthropologie und Ästhetik um 1800. Hg. Maximilian Bergengruen, Roland Borgards, Johannes Friedrich Lehmann. Würzburg: Königshausen & Neumann 2001, 97-111, hier: 103), sondern, wie das Beispiel Hoffmanns (oder Krügers) zeigt, bedeutend früher.

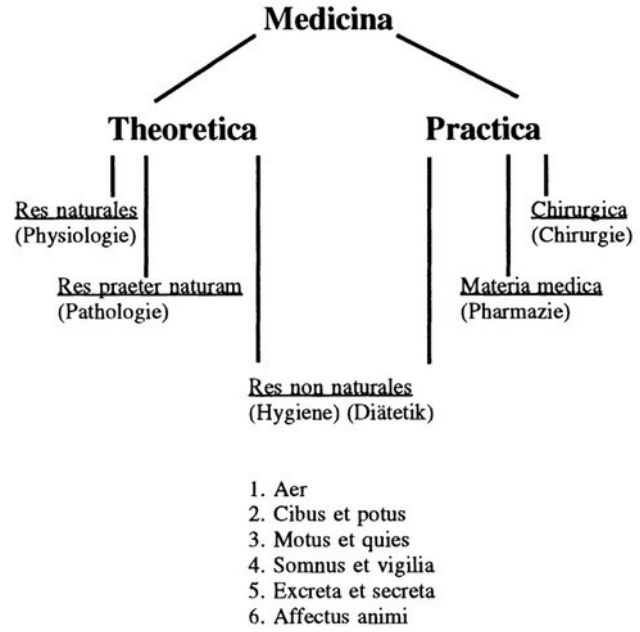

Abb. 1. System der Heilkunde

Abb. 1: Heinrich Schipperges: Verwurzelung und Entfaltung des präventiven Denkens und Handelns. In: Krankheitsverhütung und Früherkennung. Handbuch der Prävention. Hg. Peter Allhoff u.a. Berlin, Heidelberg: Springer 1993, 3-15, hier: 6.

Im Blick auf diese Aspekte entfaltet die Gesundheitsliteratur seit Beginn der Aufklärung eine neue Dynamik. Sie setzt auf das Prinzip der Selbstverantwortung und bringt dabei eine neue Literaturgattung hervor, deren Inhalt Diätetik, deren Form eine jedermann zugängliche Verständlichkeit und „deren Ziel Erziehung und die Vereinigung von Rationalität und Moralität in der praktischen Lebensführung ist."[7] Namentlich der berühmte Hallenser Arzt und Medizintheoretiker Friedrich Hoffmann (1660-1742) trägt mit seiner „Großen Diät" (1715-1728)[8], die nicht nur auf die *Diät oder Lebensordnung* (1751) seines Patensohns Johann Gottlob Krüger (1715-1759) als Muster gewirkt hat, sondern noch Hufelands *Makrobiotik* (1797) prägen sollte, zu einer Theorie des „für sich selbst

7 Fritz Hartmann. Wandel und Bestand der Heilkunde I. Materialien zur Geschichte der Medizin für Studenten. München, Wien, Baltimore: Urban & Schwarzenberg 1977, 193.

8 Friedrich Hoffmann: Gründliche Anweisung, wie ein Mensch Vor dem frühzeitigen Tod und allerhand Arten Kranckheiten Durch ordentliche Lebens-Art sich verwahren könne. 9 Thle. Halle: Renger 1715-1728. Neben dieser ‚Großen Diät' gibt es von Hoffmann eine *kurzgefaßte Diätetic* (Andere Aufl. Jena, Leipzig: Gollner 1744, ^{3}1751) in einem Band, deren alphabetisch angeordnete Artikel als Register zum großen Werk benutzt werden können. Die hierin benutzten Bandbezeichnungen I-III beziehen sich auf die durchpaginierten Teile 1-3 (1715, 1716 und 1717), 4-6 (1718, 1719 und 1721) und 7-9 (o.J., 1727 und 1728) der *Gründlichen Anweisung*, die im Folgenden nur mit Kurztitel, Bd., (Jahr), Seite nachgewiesen wird.

verantwortlichen Subjekt[s]"[9] bei. In solcher ‚Anthropotechnik', besser: Anthropoiesis der Aufklärung sind aufklärerischer Selbstdenker- und diätetischer Selbstsorgerdiskurs komplementär aufeinander bezogen, geht es doch hier um die Formung des ‚ganzen Menschen'.

Der Terminus ‚Anthropoiesis' nimmt Anregungen einschlägiger (Seminar-)Diskussionen um Sloterdijks *Regeln für den Menschenpark* (1999) auf, worin die drei ‚Z' der ‚Menschenproduktion' – *Z*üchtung, *Z*ähmung und Erziehung – im Begriff der ‚Anthropotechnik' zusammengeführt werden[10], er konzentriert sich aber auf die kulturellen Modi solcher Formungs- bzw. Modellierungsprozesse. Anthropoiesis bezeichnet die kulturelle, d.h. geschichtliche Erschaffung des Menschen, der von Natur aus künstlich[11], d.h. Produkt von Technik (i.S. von gr. techné bzw. lat. ars) ist. Wenn es stimmt, dass die ‚Bestimmung des Menschen' seine Unbestimmbarkeit ist, muss er sich stets erneut erschaffen. Denn es ist ja nicht damit getan, wie das maritim-erhabene Schlussbild einer *Archäologie der*

9 Sarasin: Reizbare Maschinen, 50. In der ‚aufgeweckten Schreibart' Krügers wird der Sachverhalt mit den Worten ausgedrückt, dass „man sich selbst den Doktorhut aufsetzet, indem man sich zu seinen [!] eigenen Leibarzte macht." (Johann Gottlob Krüger: Diät oder Lebensordnung. Halle: Hemmerde 1751, § 5, 11)

10 Peter Sloterdijk: Regeln für den Menschenpark. Ein Antwortschreiben zu Heideggers Brief über den Humanismus. Frankfurt a. M.: Suhrkamp 1999, bes. 43 f. Vgl. hierzu auch die aus meinem Forschungsseminar zur Literarischen Anthropologie hervorgegangene Masterarbeit von Kevin Liggieri: Zur Domestikation des Menschen. Anthropotechnische und anthropoetische Optimierungsdiskurse. Berlin: Lit-Verlag 2014, pass. Der Begriff der ‚Anthropoetik' wird auch im altphilologisch-anthropologischen Arbeitszusammenhang um Claude Calame (Lausanne/Paris) benutzt: Francesco Remotti: Thèses pour une perspective anthropopoétique. In: La Fabrication de l'humain dans les cultures et en anthropologie. Ed. Claude Calame, Mondher Kilani. Lausanne: Payot 1999, 15-31; zuletzt: Claude Calame: Prométhée généticien. Profits techniques et usages de métaphores. Paris: Les Belles Lettres 2010.

11 Vgl. Helmuth Plessner: Die Stufen des Organischen und der Mensch. Einleitung in die philosophische Anthropologie [1928]. 3., unv. Aufl. Berlin, New York: de Gruyter 1975, 310: „Darum ist er [der Mensch] von Natur, aus Gründen seiner Existenzform *künstlich*." In der Anthropologie-Vorlesung vom Sommer 1961 heißt es bei Plessner (Philosophische Anthropologie. Göttinger Vorlesung vom Sommersemester 1961. Hg. Julia Gruevska, Hans Ulrich Lessing, Kevin Liggieri. Berlin: Suhrkamp 2019, 26), dass der Mensch das Wesen sei, „das sich selbst schaffen muß". Vgl. Max Scheler: Die Stellung des Menschen im Kosmos [1927/1928]. Hg. Wolfhart Henckmann. Hamburg 2018, 51: „Dieses [von Weltoffenheit geprägte, menschliche] Verhalten ist […] seiner Natur nach *unbegrenzt erweiterungsfähig*." Solche Vorstellungen sind in der Philosophischen Anthropologie ubiquitär und prägen gerade auch die Unterscheidungen von Welt/Umwelt, (menschlichem) Tod/(tierlichem) Verenden u.ä., die Heideggers Anthropologie im *Humanismusbrief* (1947) kennzeichnen und durch die der ‚anthropotechnische' Denkraum Sloterdijks eröffnet wird. Das Verhältnis zwischen den Anthropologien des früheren 20. Jahrhunderts und des späten 18. Jahrhunderts verfolgt – am Beispiel Schillers – Carina Middel: Schiller und die Philosophische Anthropologie des 20. Jahrhunderts. Ein ideengeschichtlicher Brückenschlag. Berlin, Boston: de Gruyter 2017.

Humanwissenschaften suggeriert, „daß der Mensch verschwindet wie am Meeresufer ein Gesicht im Strand".[12] Sondern wie das ‚Ende der Kunst' nicht deren Ende überhaupt bezeichnet, vielmehr nur ihrer Bestimmung, Medium von Wahrheit zu sein, bedeutet das ‚Ende des Menschen' nur das Ende einer seiner bestimmten Selbstgestaltungsformen. Die Anthropoetik verfolgt die kulturellen Regimes, das anthropologische Wissen und dessen Darstellungsformen, mit denen der Mensch sich stets neu erzeugt hat, d.h. anthropoietisch tätig geworden ist.

Eine solche anthropoietische Etappe ist der Umbau des Menschen im Aufklärungszeitalter. Die Diät setzt nicht nur auf das Konzept der Vorsorge, sondern vor allem auf einen mündigen Menschen, der auch in Gesundheitsdingen sein Schicksal selbst in die Hand nimmt. Neben die Vorsorge tritt das Konzept der Selbstsorge. In Hoffmanns Diät wird betont, dass es ein „schädliches Vorurtheil" sei, zu glauben, dass es in der Medizin darauf ankomme, bloß mit Hilfe von Medikamenten und Heilmethoden die Krankheiten wegzunehmen. Vielmehr bestehe die Arzneikunst in der „edle[n] Wissenschafft/ wie man sich vor Kranckheiten hüten/ und denselben durch eine ordentliche Lebens=Art vorbauen möge". Die Aufgabe der Medizin verschiebt sich dadurch von einer die Krankheit heilenden zu einer die Krankheit verhütenden, die Gesundheit erhaltenden Wissenschaft. Daraus folgert Hoffmann nicht nur die Erweiterung der Medizinerausbildung um diätetische Kenntnisse, sondern auch eine Verlagerung der Verantwortung vom Arzt auf den Patienten. Er muss dafür Sorge tragen, seine Gesundheit zu erhalten. Neben die Fremdbeobachtung durch den Arzt tritt Selbstbeobachtung, Selbsterkenntnis und Selbstverantwortung des Patienten, „so daß", fasst Hoffmann seine medizinischen Grundsätze zusammen, „ein jeglicher/ dem sein Leben und Gesundheit lieb ist/ selbst sein eigener Artzt seyn" müsse.[13]

Durch die Diät kommt beim ‚mechanischen' Arzt Hoffmann das Körper-Seele-Problem, das in der Ganze-Mensch-Anthropologie des 18. Jahrhunderts im Zentrum steht, wieder ins Spiel.[14] Als Folge davon rücken

12 Michel Foucault: Die Ordnung der Dinge. Eine Archäologie der Humanwissenschaften [frz. 1966]. Frankfurt a. M.: Suhrkamp 1980, 462.

13 Hoffmann: Gründliche Anweisung, Bd. I (1715), Vorrede, unpag., a7v f., a8v f. und b3v. Zur Stellung der Diät bzw. Lebensordnung im Sinne einer Präventivmedizin im Rahmen der damaligen Heilkunst, zu ihrer finanziell motivierten Geringschätzung durch die Ärzte sowie der Aufforderung, „daß man sein eigener Arzt" werden müsse, vgl Krüger: Diät oder Lebensordnung, §§ 2-5, 5-11. In der Forschung zur Präventivmedizin spielt die Geschichte der Diät mit der Ausnahme der Publikationen von Heinrich Schipperges nur eine Randrolle, z.B. Heinrich Schipperges: Verwurzelung und Entfaltung des präventiven Denkens und Handelns. In: Krankheitsverhütung und Früherkennung. Handbuch der Prävention. Hg. Peter Allhoff u.a. Berlin, Heidelberg: Springer 1993, 3-15.

14 Vgl. Sandra Pott (Medizin, Medizinethik und schöne Literatur. Studien zu Säkularisierungsvorgängen vom frühen 17. bis zum frühen 19. Jahrhundert. Berlin, New York: de

Medizin und Philosophie fächerübergreifend eng zusammen. Das Selbstverständnis des ‚vernünftigen' bzw. ‚philosophischen Arztes' entsteht und mit ihm ein neues Fachverständnis von Anthropologie, die als Commercium-Wissenschaft gefasst wird und entgegen dualistischen Konzeptionen ein integrales, leibseelisches Wechselverhältnis unterstellt. „Ich bin so wenig geneigt," schreibt z.B. der von Hoffmann geförderte Krüger, „bey einem lebendigen Menschen Leib und Seele voneinander zu trennen, daß ich vielmehr jederzeit auf beydes zugleich sehe."[15] Organisiert wird die Anordnung des diätetischen Wissens durch die Lehre von den *sex res non naturales*. Besonders Umweltfaktoren und psychophysische Aspekte werden für die Gesundheit geltend gemacht. Bei den Halleschen Ärzten stehen unter allen Diätregeln diejenigen, die die Gemütsbewegungen bzw. Affekte betreffen, an erster Stelle.[16] Wie Körper und Seele miteinander verknüpft sind, bleibt im Blick auf die im Gegenzug zur Cartesianischen Substanzentrennung ausgebildeten Modelle des Occasionalismus, der prästabilierten Harmonie und des Influxus umstritten, darüber, dass sie es sind und dass diese Verknüpfung im Affekt evident ist, besteht unter Medizinern Einigkeit.[17]

Gruyter 2002), hat daher betont, dass Hoffmann die Seele „ganz systematisch in seine Medizin ein[bezieht]" und sein Seelenbegriff „fast schon vitalistisch [klingt]" (221 f., Anm. 48). Vgl. Gernot Huppmann: Marginalien zur Medizinischen Psychologie des Stahlantipoden Friedrich Hoffmann (1660-1742). In: Schriftenreihe der deutschen Gesellschaft für Geschichte der Nervenheilkunde 3 (1997), 95-102, der Hoffmanns Konzept der psychischen Kur und den Einsatz moralischer, der Philosophie entlehnter Mittel auch bei körperlich begründeten Krankheiten als „höchst modern" (102) bezeichnet.

15 Johann Gottlob Krüger: Gedancken von der Erziehung der Kinder. 2 Thle. Halle 1752, hier: Thl. 1, § 41, 90.

16 Hoffmann: Gründliche Anweisung, Bd. I (1715), II. Die Ganze Diät oder Lebens=Ordnung in sieben Gesetze oder Regeln eingefasset, 93-141, hier: § 3, 99: „Vor das erste hat hierinnen unter allen [äußerlichen Sachen, d.h. den *sex res non naturales*; C.Z.] den Vorzug die Bewegung des Gemüthes/ welche vor an und vor sich nicht Ursach ist der natürlichen und ordentlichen Bewegung des Blutes/ jedennoch aber ist durch GOttes sonderliche Anordnung das Gemüthe mit dem Leibe in den Menschen so verknüpffet/ daß wann es in eine Unordnung und hefftige Begierde geräth die Bewegung des Hertzens und Geblüthes davon gleich alteriret und verkehret werden." Vgl. ebd., IV. Von der Seele, daß sie eine Ursache sowohl der Gesundheit als auch vieler Kranckheiten sey, 204-263.

17 Zu Kontext und Terminologie siehe insbes. Verf.: Sinnlichkeit und Therapie. Zur Gleichursprünglichkeit von Ästhetik und Anthropologie um 1750. In: „Vernünftige Ärzte". Hallesche Psychomediziner und die Anfänge der Anthropologie, 5-24. Einzelne Vertreter der Hallischen Ärzte werden inzwischen als „Pioniere einer psychosomatischen Medizin" angesehen. Antje Haag: Psychosomatik und Aufklärung im 18. Jahrhundert. Die ‚vernünftigen Ärzte' Johann August Unzer (1727-1799) und Johann Christian Bolten (1727-1757). In: Zeitschrift des Vereins für Hamburgische Geschichte 103 (2017), 35-56, hier: 56.

Die die Affekte betreffende Hauptregel Hoffmanns, „*Sey allezeit fröhlich und ruhigen Gemüthes*“[18], darf nun nicht als Aufforderung zur Apathie missverstanden, sondern muss als Rat zur affektiven Modellierung der Affekte in einer mittleren Stärke aufgefasst werden. Hoffmanns diätetisches Grundgesetz lautet dementsprechend: „Man meide alles dasienige/ was zu viel ist“.[19] Das Zuviel oder Zuwenig gilt es zu vermeiden. Die stoische Affektausrottung verfällt dagegen als unnatürlich einem scharfen Verdikt. In Krügers *Diät* heißt es: „Ich habe gesagt, man solle die Affecten in Zaume halten, dieses heist gar nicht, sie unterdrücken. Die stoischen Weltweisen haben das Wesen der Tugend darinne gesetzt, und sie haben sich ohnfehlbar betrogen. Dieses ist eine Philosophie, die wider die Natur ist, und also eine Philosophie, die gar keine Philosophie zu nennen ist.“[20] In ganz ähnlicher Weise verwahrt sich Alexander Gottlieb Baumgarten (1714-1762) zur Legitimation der Ästhetik gegenüber dem Einwand, dass die unteren Vermögen („facultates inferiores“) und das Fleisch („caro“) bekämpft werden müssten, damit, dass der Ästhetiker die Sinnlichkeit nicht bestärke, sondern sie vielmehr lenke: „Imperium in facultates inferiores poscitur, non tyrannis".[21] Die Sinnlichkeit bedarf keiner Gewaltherrschaft, sondern sicherer Führung. Von der Apathie wird auf aristotelische Mittellagenlehre, d.h. auf Mesotes bzw. Metriopathie umgeschaltet. Das zweipolige, normative Plus/Minus-Konzept der Apathie (+/-) wird – überaus folgenreich für die Zukunft – durch ein dreipoliges, regulatives Minus/Plus/Minus-Modell (-/+/-) abgelöst. Affekte sind nicht an sich schädlich oder krankhaft, weshalb sie unterdrückt oder ausgerottet werden müssen (Plus/Minus-Modell der Apathie), sondern nur ihr Über- und Untermaß (Minus/Plus/Minus-Modell der Metriopahie). Der Affekt wird geformt, nicht vertilgt (Abb. 2).

18 Hoffmann: Gründliche Anweisung, Bd. I (1715), II. Die Ganze Diät, § 7, 112.

19 Ebd., § 4, 101.

20 Krüger: Diät, § 134, 419.

21 Alexander Gottlieb Baumgarten: Ästhetik [1750]. Lateinisch–deutsch. Übers. Dagmar Mirbach. 2 Bde. Hamburg: Meiner 2007, hier: Bd. I, § 12, 16 f. Zur sinnlichkeits- und affekt*formenden* Funktion von Baumgartens Ästhetik und Georg Friedrich Meiers (1718-1777) Affektenlehre siehe Verf.: Ästhetische Anthropoiesis – Leibniz’ Erkenntnisstufen und der Ursprung der Ästhetik. In: Leibniz und die Aufklärungskultur. Hg. Alexander Košenina, Wenchao Li. Hannover: Wehrhahn 2013, 93-116. Die im Zusammenhang mit Baumgartens Ästhetik verbreitete Rede von einer ‚Emanzipation‘, ‚Aufwertung‘ oder ‚Rehabilitation‘ der Sinnlichkeit‘ (Cassirer, Preisendanz, Kondylis, Dürbeck u.a.) polt die Wertungen des Apathie-Modells einfach nur um und bleibt ihm dadurch gerade verhaftet. Vgl. Verf.: Sinnlichkeit und Therapie, 23 f.

Apathie	**Metriopathie**
+ / - (zweipolig)	- / + / - (dreipolig)
Plus/Minus	Minus/Plus/Minus
Normativ: Vertilgung der Leidenschaften	Regulativ: Ausgleich der Leidenschaften gegenüber den Extremen eines Zuviels und Zuwenigs
‚*tyrannis*'	*‚imperium'*

Abb. 2 (C.Z.)

Wichtig ist, welche psychophysischen Mittel im Einzelnen zur Erlangung eines heiteren und ‚fröhlichen' Gemüts empfohlen werden. Während „Betrübnis, Chagrin und Bekümmerniß" oder auch gelehrte Grübelei die Lebenskräfte schwächen, vermag „ein ruhiges/ sanfftes/ freyes/ stilles/ fröhliches Gemüthe den Leib in Ruhe erhalten."[22] Dazu gehören „eine angenehme conversation mit lustigen schertzhaften Menschen/ anmuthige Music/ ein Spiel/ ein gutes Glaß Wein/ reiten/ fahren und eine gesunde Lufft."[23] An späterer Stelle wiederholt und erweitert Hoffmann den Katalog, sich Motion zu machen, um „Spazieren gehen [...]/ lauffen/ reiten/ Kegel schieben/ fechten/ schiffen/ Ball spielen/ tanzen/ fahren/ tragen lassen [...]/ Reisen/ laut reden/ schreyen/ singen" – wobei die genannten Mittel zur Gemütsaufhellung in ausführlichen Paragraphen (mit für den Halleschen Kontext signifikanter Ausnahme des Tanzes) eingehender erläutert werden.[24] Die unterschiedlichen, aktiven und passiven diätetischen Bewegungsformen werden in Krügers *Diät* aufgegriffen. Das Tanzen wird dabei als die allernatürlichste und allergesundeste Leibesbewegung ausgezeichnet, weil daran Leib und Seele gleichermaßen Anteil nehmen. Die Entscheidung, ob das gesunde Tanzen auch erlaubt sei, möchte er freilich den Gottesgelehrten überlassen, „welche", wie es spöttisch heißt, „grosse Bücher von dieser wichtigen Materie geschrieben haben."[25]

Prägnant wird die heilende Kraft der Fröhlichkeit in Theodor Johann Quistorps (1722-1776) Komödie *Der Hypochondrist* (1745) zur Darstellung gebracht, worin es die liebenswürdige Figur der Jungfer Fröhlichinn ist, die den Hypochondristen Ernst Gotthard gesund macht. Die Jungfer ist mit ihrem sprechenden Namen die eigentliche Hauptperson dieser Komödie: „Sie hüpft, sie tanzt, sie springt, sie singt, und ist eine lebendige

22 Hoffmann: Gründliche Anweisung, Bd. I (1715), II. Die Ganze Diät, § 7 [!], 115.
23 Ebd., 116 ff.
24 Hoffmann: Gründliche Anweisung, Bd. V (1719), VI. Unvergleichlicher Nutzen der Bewegung und Leibes=Übungen, bes. §§ 8 ff, 308 ff.
25 Krüger: Diät, Kap. 6: „Von der Bewegung und der Ruhe", 396-414, hier: 412 f.

Unruhe.“ Im IV. Akt ist eine Art Therapiesitzung mit Singen und Tanzen dargestellt, in der es zur Annäherung der Geschlechter kommt und die „Bewegung“ den Hypochondristen Ernst Gotthard nicht nur zum Lachen bringt, sondern ihn vor lauter Lustigkeit eine große Lust anfällt, die Jungfer Fröhlichinn, die sich freilich spröde stellt, küssen zu wollen.[26]

Mit der Diät tritt eine weltliche Lebensordnung, namentlich in Betracht der moralischen Bewertung von Leidenschaften und Sinnlichkeit, in Konkurrenz mit der christlichen, sei es der orthodoxen, sei es der pietistischen Seelsorge im protestantischen Raum. Signifikant ist, dass alle bei Hoffmann genannten Mittel in Halle auf dem Index stehen, d.h. von den Wortführern des ‚Halleschen Pietismus‘ unter Verdikt gestellt worden waren. Hoffmanns Diätetik für ein fröhliches, d.h. gesundes Gemüt, kommentiert und verwirft implizit die von Joachim Lange (1670-1744) in kontroverstheologischen Schriften nur wenige Jahre zuvor im Blick auf die Adiaphora, d.h. die Mitteldinge, die die Bibel weder ausdrücklich verboten noch erlaubt hat, aufgestellte „Dogmatik des Pietismus“.[27] Hierin werden die „Lust=Handlungen“ bzw. die „Wercke[n] des Fleisches“, zu denen u.a. neben Tanz, Schauspiel, Oper, Vokal- und Instrumental-Musik auch „das müßige und leichtsinnige spatzieren gehen und herüm lauffen“ sowie „die Lust des leichtsinnigen Lachens“ gehören, verboten.[28] Eine solche Auslegung der Adiaphora-Lehre distanziert sich ausdrücklich von der Aristotelischen Mesotes-Lehre, die besagt, dass die aufgezählten Dinge an sich unbedenklich seien und erst durch den „*Excess*“ schädlich bzw. zur Sünde würden. Das Prinzip der „Aristotelischen Mäßigung“, das in der weltlichen Lebensordnung der Affekte im weiteren Verlauf des 18. Jahrhunderts eine so entscheidende Rolle spielen sollte, wird von Lange ausdrücklich verworfen.[29] Der Vergleich von Hoffmanns Diät mit Langes

26 Theodor Johann Quistorp: Der Hypochondrist. Ein deutsches Lustspiel. In fünf Aufzügen. In: Johann Christoph Gottsched (Hg.): Die Deutsche Schaubühne nach den Regeln und Exempeln der Alten, Theil 6, Leipzig: Breitkopf 1745 (Reprint, hg. von Horst Steinmetz. Stuttgart: Metzler 1972), 277-396, hier: I 2, 298 und IV 2, 361. Siehe hierzu Verf.: Lachen, Literatur und Lebensordnung in zwei Lustspielen der Frühaufklärung – Christlob Mylius: *Die Ärzte* (1745) und Theodor Johann Quistorp: *Der Hypochondris*t (1745). In: Aufklärung 31 (2019) (Thema: Christlob Mylius. Ein kurzes Leben an den Schaltstellen der deutschsprachigen Aufklärung. Hg. Nacim Ghanbari, Michael Multhammer), 127-149.

27 Rolf Dannenbaum: Joachim Lange als Wortführer des Halleschen Pietismus gegen die Orthodoxie. Diss. Göttingen 1951 [masch.], Vorwort, II; zit. nach: Theodor Verweyen: Emanzipation der Sinnlichkeit im Rokoko? Zur ästhetisch-theoretischen Grundlegung und funktionsgeschichtlichen Rechtfertigung der deutschen Anakreontik. In: Germanisch-romanische Monatsschrift NF 25 (1975), 276-306, hier: 298.

28 Joachim Lange: Der richtigen Mittel=Straße [...] Vierter und letzter Theil. Halle: Renger 1714, 192-195.

29 „Alle Gattungen des bißher *recensir*ten ungöttlichen Wesens fliessen aus dem *Pelagianis*chen und *scholastis*chen *principio*, daß die Lust in dem Menschen durch den Fall

Dogmatik konfrontiert mit der Situation, dass alles, was nach pietistischer Seelsorge die „gantze Heils=Ordnung" verfälscht, verkehrt und vernichtet[30], in den Augen des vernünftigen Arztes Hoffmann „eine rechte Universal-Medizin"[31] ist.

Um 1800

Das Konzept der Diät geht im weiteren Verlauf des 18. und 19. Jahrhunderts nicht verloren, es wird vielmehr kulturanthropologisch verallgemeinert und zivilisationskritisch umbesetzt.

Zunächst gehe ich auf Christoph Wilhelm Hufeland (1762-1836) ein und stelle dabei zwei Werke in den Mittelpunkt, und zwar die bekannte *Macrobiotik* (1797) aus seiner ärztlichen Wirkungszeit in Weimar (1783 bis 1801) und Medizinprofessor in Jena (seit 1793) sowie einen späteren Aufsatz zur *Geschichte der Gesundheit* (1812), der in Berlin entstand, wohin Hufeland 1801 zum Leibarzt der königlichen Familie, Direktor des Collegium Medicum und Ersten Arztes der Charité berufen worden war.

In seiner *Macrobiotik*, d.h. der „Kunst das Leben zu verlängern", grenzt sich Hufeland zwar explizit von der „medicinischen Diätetik" ab, weil ihr Zweck Gesundheit sei, seine Macrobiotik hingegen auf Verlängerung des Lebens ziele, implizit folgen seine diesbezüglichen, vom Lebenskraftkonzept durchdrungenen Vorschläge jedoch der Topik der *sex res non naturales*, wenn u.a. Licht, Luft, Wärme, Ruhe und Schlaf als Stärkungs- und

---

nicht verderbet worden/ sondern gut geblieben/ und also *indifferent* sey/ aber erst sündlich werde durch den *Excess*, in der Aristotelischen Mäßigung aber gut und unsündlich sey. [...] Diese Irrlehre vom vorgegebenen *Indifferentismo* ist [...] gantz unvernünftig/ oder streitet auch wieder [!] die gesunde Vernunfft und wider das Recht der Natur. Was aber die Christliche Religion anlanget/ so verfälschet und vernichtet sie in derselben viel Evangelische Lehren." Ebd., 196 f.

30 Ebd., 202.

31 Hoffmann: Gründliche Anweisung, Bd. V (1719), VI. Unvergleichlicher Nutzen der Bewegung und Leibes=Übungen, § 7, 305. Eine genauere Situierung von Hoffmanns *Gründlicher Anweisung* im kontroverstheologischen Kontext ist Desiderat. Sandra Pott (Medizin, Medizinethik und schöne Literatur), die mit Michael Alberti (1682-1757) und Friedrich Hoffmann „zwei Typen christlicher Medizin" (75) im frühaufklärerischen Halle unterscheidet, stellt die „theologieskeptische[n] Äußerungen" Hoffmanns heraus (58) und betont, dass er der christlichen Idee des ‚Christus medicus' den vernünftigen und klugen Arzt entgegensetzt (74). Während der Stahlianer Alberti eine (absolut) postlapsarische Anthropologie verfolgt, wonach der gefallene Mensch per se krank (vgl. 71) und dementsprechend auch erst im Jenseits im Zustand der Herrlichkeit wiederhergestellt sei, bleibt die Argumentation Hoffmans im Blick auf die Sünde als Ursache von Krankheit „inkonsistent" (55).

Restaurationsmittel der Lebensenergien empfohlen werden.[32] Hufelands zentraler Begriff der ‚Lebenskraft' ist speziell mit dem schottischen Arzt John Brown (1735-1788) und den nach ihm benannten ‚Brownianismus' in Verbindung gebracht worden[33], demzufolge Krankheiten Folgeerscheinungen zu starker (‚stenischer') oder zu schwacher (‚astenischer') Erregungszustände seien und die ‚psychische' Kur demzufolge auf Reizentziehung oder Reizzuführung zielen müsse. Tatsächlich war der Begriff der ‚Lebenskraft' jedoch um 1800 ubiquitär und in biologischen und biophilosophischen Kontexten bereits „fest verankert"[34], versteckte sich doch auch hinter dem Krankheitskonzept des ‚Brownianismus' nichts weiter als das diätetische Denkmuster der Mesoteslehre, der zufolge Gesundheit in der Mittellage zwischen den Extremen zu finden sei, d.h. sowohl im Blick auf therapeutische, prophylaktische oder gesundheitserhaltende bzw. lebensverlängernde Maßnahmen stets ein Pegelstand in der Mitte zwischen den Ausschlägen sthenischer und asthenischer Erregung angestrebt werden müsse. Was immer auch ‚Lebenskraft' im einzelnen sei, fest steht für Hufeland, dass sie „unter die allgemeinsten, unbegreiflichsten und gewaltigsten Kräfte der Natur" gehöre, das „größte Erhaltungsmittel des Körpers" sei und durch Fäulnis, Verwitterung und Frost geschwächt, durch Licht, Luft und Wärme dagegen gestärkt werde. Im Rahmen der *sex res* werden also Umweltbedingungen stets mitreflektiert. Wolle man sein Leben verlängern, müsse man daher alles tun, was die Lebenskraft stärkt,

32 Christoph Wilhelm Hufeland: Die Kunst das menschliche Leben zu verlängern. Wien, Prag 1797. Faksimile-Ausgabe des Originals von 1797. Hamburg: Walter Lichters o.J., Erster Theil, IV und 28-57. Der Erstdruck war 1797 in der akademischen Buchhandlung in Jena mit einer auf den „Julius 1796" datierten Vorrede erschienen. Freilich sollte schon Hoffmanns *Gründliche Anweisung*, wie es im Untertitel hieß, „Vor dem frühzeitigen Tod" verwahren. Zum Lebenskraftkonzept im Allgemeinen siehe Georg Toepfer: Vitalismus. In: Ders.: Historisches Wörterbuch der Biologie. Geschichte und Theorie der biologischen Grundbegriffe. 3 Bde. Stuttgart, Weimar: Metzler 2011, hier: Bd. 3, 692-710, bes. 699-705 („Lebenskraft"), worin Hufeland jedoch fehlt. Zu Hufelands *Makrobiotik* vgl. Ortrun Riha: Diät für die Seele. Das Erfolgsrezept von Hufelands Makrobiotik. In: NTM Zeitschrift für Geschichte der Wissenschaften, Technik und Medizin 9 (2001), 80-89.

33 Riha: Diät für die Seele, 81. Im Parteienstreit um Brown strebt Hufeland (Bemerkungen über die Brownsche Praxis. Erster Theil. Tübingen: Cotta 1799 [mehr nicht erschienen]), – signifikanter Weise – einen „Mittelweg" (4) an, zumal die Sachen, die Brown gelehrt habe, „soweit sie vernünftig sind, nicht neu" gewesen seien (18).

34 Toepfer: Vitalismus, 702. Vgl. Christoph Wilhelm Hufeland: Mein Begriff von der Lebenskraft. In: Journal der practischen Arzneykunde 6 (1798), 1. St., 785-796, worin die Lebenskraft mit der Schwerkraft bzw. der Denkkraft in Analogie gesetzte wird. Das Leben verhält sich zur Lebenskraft wie die Schwere zur Schwerkraft bzw. wie das Denken zur Denkkraft.

und alles vermeiden, was sie schwächt.[35] Vor allem gilt es, in allen Stücken den „Mittelton", die *aurea mediocritas*, d.h. den goldenen Mittelweg einzuhalten. Er sei für die Verlängerung des Lebens, wie die Erfahrung zeige, „am convenabelsten": „In einer gewissen Mittelmäßigkeit des Standes, des Clima, der Gesundheit, des Temperaments, der Leibesconstitution, der Geschäfte, der Geisteskraft, der Diät u.s.w. liegt das größte Geheimnis, um alt zu werden." Umgekehrt gilt: „Alle Extreme, so wohl das zu viel als das zuwenig, so wohl das zu hoch als das zu tief hindern die Verlängerung des Lebens."[36]

In der Forschung ist Hufelands makrobiotische Diät im Blick auf einen epochenspezifischen anthropologischen Strukturwandel als „Anthropologie des mittleren Ausgleichs", die „ganz auf kluges Bilanzieren von Lebenskraftzufuhr und Lebenskraftausgabe" eingestellt gewesen sei, bezeichnet und einer auf „Lebenskraftverausgabung" zielenden Ästhetik der „Genieepoche" diametral entgegengesetzt worden.[37] Was immer auch mit ‚Genieepoche' gemeint sein mag, eine solche Entgegensetzung von geniezeitlicher Verausgabungs- und klassischer Ausgleichsanthropologie übersieht jedoch, dass schon Jakob Michael Reinhold Lenz (1751-1792) in seiner Diätetik der „Unverschämte[n] Sachen" gegenüber den Extremen der Kastration und der unerlaubten, lasterhaften Stillung des Geschlechtstriebs die „Ehe […], in der wir diesen Trieb *mäßig* stillen dürfen" (meine Herv., C.Z.), empfohlen hatte: „Also – nur frisch geheirathet, ihr Herren."[38] Auch Hufeland rät, und zwar gleich im Anschluss an die eben

35 Hufeland: Die Kunst das menschliche Leben zu verlängern, Erster Theil, II. Vorlesung: Untersuchung der Lebenskraft und der Lebensdauer überhaupt, bes. 32, 36 und 40.

36 Ebd., Erster Theil, VI. Vorlesung: Resultate aus den Erfahrungen. Bestimmung des menschlichen Lebensziels, 130 f. Die Formel vom ‚goldenen Mittelweg' geht auf Hor. c. 2, 10 zurück. Eine zeitgenössische Übersetzung in Horaz: Oden. Übers. Karl Wilhelm Ramler. Berlin: Sander 1818, 77 f., „An den Licinius Muräna".

37 Volker Hoffmann: Novellenanthropologie statt Novellentheorie. In: Zs. der Germanisten Rumäniens 17/18 (2008/09), H. 1-2 (33-34)/2008, 1-2 (35-36)/2009, 63-73, hier: 67. Hoffmanns Bezeichnung „Genieepoche" ist denkbar elastisch gefaßt und umfaßt neben den ‚Kraftkerlen' des Sturm und Drang auch ‚Romantiker' wie Kleist, Tieck, von Arnim u.a. Vgl. ders.: Das Verhältnis der klassifikatorischen und normativen Verwendung der Sachgruppe „Gesund"-„Krank" zwischen diätetischem Schrifttum und Texten der sogenannten schönen Literatur. In: Die österreichische Literatur. Eine Dokumentation ihrer literarhistorischen Entwicklung. Ihr Profil im 19. Jahrhundert (1830-1880). Hg. Herbert Zeman. Graz: Akademische Druck- und Verlagsanstalt 1982, 173-187; ders.: Der Konflikt zwischen anthropologischer Extremisierung und Harmonisierung in der Literatur vor und nach 1848. In: Zwischen Goethezeit und Realismus. Wandel und Spezifik in der Phase des Biedermeier. Hg. Michael Titzmann. Tübingen: Niemeyer 2002, 377-391.

38 Jakob Michael Reinhold Lenz: Unverschämte Sachen. In: Ders.: Philosophische Vorlesungen für empfindsame Seelen. Frankfurt und Leipzig 1780. Faksimiledruck. Hg. Christoph Weiß. St. Ingbert: Röhrig 1994, 51-72, hier: 61. Angesichts der prekären,

zitierte ‚Mittelton'-Stelle, dass zur Verwendung der Zeugungskraft „Ordnung und Mäßigkeit" gehöre, „also der *Ehestand*, das einzige Mittel [sei], diese zu erhalten."[39]

Entscheidend scheint mir jedoch gegenüber solchen detaillierten Ratschlägen, z.B. über den Ehestand, Hufelands Verallgemeinerung einer auf Mäßigung kalkulierenden Ökonomie individueller Lebenskräfte zu einem Kulturmodell überhaupt zu sein, wenn am Schluss des Werks mit Hilfe der Mesoteslehre die „Textur" des kulturellen Körpers modelliert wird. Es gelte, die Extreme von „*Hypercultur* (die den Menschen zu sehr verfeinert und verzärtelt)", und „*Uncultur* (wenn die Anlagen des Menschen nicht oder zu wenig entwickelt werden)", zu vermeiden. Stattdessen gelte es im Rahmen einer „wahren Cultur" zur „harmonische[n] Ausbildung aller Kräfte", und zwar der geistigen und der körperlichen, zu gelangen.[40] Die epigenetisch modern, wohl eher aber aristotelisch antik im Sinn der Entelechie[41] gedachte „Vervollkommungsfähigkeit" [!] des Menschen, der organisch darauf angelegt ist, „nichts zu seyn, und alles zu werden", führt bei Hufeland konsequenterweise zum antirousseauistischen Modell einer kulturellen Menschwerdung:

> Ein roher unkultivierter Mensch ist noch gar kein Mensch, er ist nur ein Menschen-thier, welches zwar die Anlage hat, Mensch zu werden, aber, solange diese Anlage durch Cultur nicht entwickelt ist, weder im Physischen noch Moralischen sich über die Classe der ihm gleich stehenden Thiere erhebt.[42]

Der ‚Ursprung' liegt also nicht hinter uns, sondern steht uns erst noch bevor. Man wird sich lange darüber streiten können, ob die Konzepte von ‚natürlicher Künstlichkeit' und ‚Weltoffenheit', mit denen die Philosophische Anthropologie Kultivierung als vorgegebene menschliche Lebensform herausstellt und dadurch den Menschen vom umweltdeterminierten Tier unterscheidet, von der Klassik imprägniert sind, oder ob

---

ehelosen Karenzzeit eines auf eine bürgerliche Anstellung wartenden Hofmeisters zog Lenz ersatzweise auch Sublimation durch „empfindsame Liebe" ins Auge (72).

39 Hufeland: Die Kunst das menschliche Leben zu verlängern, Erster Theil, VI. Vorlesung: Resultate aus den Erfahrungen. Bestimmung des menschlichen Lebensziels, 131.

40 Ebd., Zweyter Theil, XIX. Cultur der geistigen und körperlichen Kräfte, hier: 234-235.

41 Vgl. Toepfer: Entwicklung. In: Ders.: Historisches Wörterbuch der Biologie, Bd. 1, 391-437, hier: 407 f. Die Anbindung von Hufelands Lebenskraft-Konzept an den aristotelischen Entelechie-Begriff betont Anthony Mahler: Die Kunst, die Lebensgeschichte zu verlängern. Zur narrativen Einheit der Diät in Hufelands *Makrobiotik*. In: Die Erzählung der Aufklärung. Beiträge der DGEJ-Jahrestagung 2015 in Halle a. d. Saale. Hg. Frauke Berndt, Daniel Fulda. Hamburg: Meiner 2018, 563-572.

42 Hufeland: Die Kunst das menschliche Leben zu verlängern, Zweyter Theil, XIX. Cultur der geistigen und körperlichen Kräfte, hier: 234.

umgekehrt die Klassik dieses Konzept antizipiert hat. Für Hufeland stand jedenfalls fest, dass Kultur Medium der Menschwerdung ist: „Nur durch Cultur wird der Mensch vollkommen."[43]

Im Blick auf die mit der Kulturalisierung verbundenen Kosten der ‚Entfremdung' bleibt Hufeland freilich Rousseauist, wenn er in seiner späteren Skizze einer „Geschichte der Gesundheit des Menschengeschlechts, nebst einer physischen Karakteristik des jetzigen Zeitalters im Vergleich zu der Vorwelt" (Vortrag 1810; ED 1812) den Kulturbegriff spaltet, d.h. die halbe, falsche Kultur, die zerstört, der wahren Kultur, die stärkt und erhält, gegenüberstellt. Das jetzige Zeitalter zeichne sich zwar durch mehr Geistigkeit, jedoch auch durch weniger Kraft als zuvor aus. Es leide an Überreizung, Unnatur, Verdorbenheit der Säfte, abnehmender Sehkraft aufgrund übermäßigem Stubenleben und zu vielem Lesen, habe ganz neue Krankheiten, namentlich langwierige Nervenkrankheiten, Krämpfe, Hypochondrie und mit Narrheit, Aberwitz und Schwermut auch neue, merkwürdige Formen des Wahnsinns hervorgebracht. Selbst der Charakter des Suizids, schließt Hufeland seine Skizze einer pathologischen Querelle des Anciens et des Modernes ab, habe sich vollständig geändert. War er bei den Alten ein aktiver Zustand und heroischer Akt edelster Freiheit, sei er jetzt passiver Zustand und Zeichen von Schwäche, Feigheit und einer durch Debauchen verursachten, äußersten Erschöpfung, dem die Ärzte mit der Bezeichnung der „Selbstvernichtungswuth", d.h. der *Melancholia suicida*, einen eigenen Namen hätten geben müssen.[44]

„Woher", fragt Hufeland, „soll nun Rettung – physische Regeneration der Menschheit – kommen?" Als „einzige[s] Prinzip der Rettung" erscheinen ihm nicht, wie es ironisch heißt, physische Heilmittel, kalte Bäder, Abhärtung oder magnetische Zauberkuren, sondern als das einziges Heilmittel erscheint ihm der „*Geist*", der zu Einfalt und Sitte zurückführt, d.h. eine neue Lebensquelle erschließt, durch die Leben, Reinheit, Frische und Kraft gerade in der physischen Natur neu geboren werden. Hierin folgt Hufeland dem Influxus-animi-Denkmuster, wonach zwischen Körper und Seele nicht nur ein Wechselverhältnis, d.h. ein psychosomatischer Zusammenhang im allgemeinen besteht, sondern wonach es bei diesem

43 Ebd., 234. Dass Kultur Medium der Menschwerdung ist, vertrat u.a. auch Schiller. Vgl. dazu Verf.: Friedrich Schiller. In: Handbuch Kulturphilosophie. Hg. Ralf Konersmann. Stuttgart, Weimar: Metzler 2012, 85-90.

44 Christoph Wilhelm Hufeland: Geschichte der Gesundheit des Menschengeschlechts, nebst einer physischen Karakteristik des jetzigen Zeitalters im Vergleich zu der Vorwelt. Eine Skizze […] (Vorgelesen d. 3. Aug. 1810 in der Königl. Akademie der Wissenschaften zu Berlin). In: Journal der practischen Arzneykunde und Wundarzneykunst 34 (1812), 1. St., 1-35, meine Paraphrase folgt Kapitel „III. *Jetziges Zeitalter*", 18-35, bes. 18-32.

Commercium gerade die geistigen bzw. seelischen Einflüsse, d.h. diätetisch gesprochen es die affectus animi sind, die vorherrschenden Einfluss haben.[45] Die Heilkraft der Affekte hatte Hufeland an anderer Stelle im Kontext der Euthanasie, d.h. der Rolle des Arztes angesichts einer scheinbar unheilbaren, totbringenden Krankheit mit besonderem Nachdruck herausgestellt, insofern es darauf ankomme, „alles zu vermeiden, was den Kranken niederschlagen oder muthlos machen könnte". Denn Angst und Schrecken lähmten die „Lebenskraft", Hoffnung und Mut hingegen seien „die grössten Belebungsmittel, die oft alle Arzeneien an Kraft übertreffen, und ohne welche die besten Mittel ihrer Kraft verlieren."[46]

Das seelendiätetische Modell des influxus animi wird von den vernünftigen bzw. philosophischen Ärzten der Aufklärung favorisiert, beherrscht die medizinische und ästhetische Theoriebildung des Spätaufklärers Schiller und wird von ihm dichterisch, z.B. in der Art und Weise wie die Kanaille Franz seinen Vater in den *Räubern* (ED 1781) zugrunde zurichten trachtet, gestaltet und in dem Vers Wallensteins, „Es ist der Geist, der sich den Körper baut"[47], zur Sentenz fixiert. Für Hufeland mündet die therapeutische „Kraft des Geistes", von der er sich angesichts der signifikanten Pathologie seiner Jetztzeit eine „Regeneration der Menschheit" erwartet, in eine geschichtsphilosophische Perspektive: „*Der Halbgeborene muss ganz geboren werden*."[48] Was soviel heißt, dass der durch die Natur nur zur Hälfte geborene Mensch durch die Kultur zum ‚ganzen Menschen' geformt werden muß.

Den diagnostischen und therapeutischen Einsichten der Diätetik Hufelands können jene an die Seite gestellt werden, die in literarischen Werken Goethes gestaltet werden. Den „Tragödien der Modernität" und den „Pathologien der modernen Subjektivität" wird darin eine Lebenskunst der Mäßigung, Dämpfung und Begrenzung entgegenzustellen getrachtet. Es sind vor allem „zwei extreme, aber signifikante Erscheinungsformen der Subjektivität", nämlich Hypochondrie und Willkür, die Glück und Gesundheit vernichten.[49] Umgekehrt sind es ästhetisch oder literarisch

45 Das Konzept geht auf Georg Ernst Stahl (Disputatio inauguralis de passionibus animi corpus humanum varie alterantibus [Über den mannigfaltigen Einfluß von Gemütsbewegungen auf den menschlichen Körper] Halle: Salfeld 1695) zurück: *„Anima sibi ipsi fabricat corpus"* [die Seele baut sich den Körper], 1. Korollar, unpag. Stahls Animismus dient als einer der Ausgangspunkte für das Lebenskraftkonzept des späten 18. und frühen 19. Jahrhunderts.

46 Hufeland: Die Verhältnisse des Arztes. In: Journal der practischen Arzneykunde und Wundarzneykunst 16 (1808), 3. St., 5-36, hier: 16 f.

47 Wallensteins Tod (1799), III 13, Vers 1813.

48 Hufeland: Geschichte der Gesundheit, 34 f.

49 Hans-Jürgen Schings: „Gedenke zu leben". Goethes Lebenskunst. In: Wilhelm Meister und seine Nachfahren. Vorträge des 4. Kasseler Goethe-Seminars [1997]. Hg. Helmut Fuhrmann. Kassel: Wenderoth 2000, 33-52, bes. 39, 50 und pass.

gestaltete seelendiätetische Kuren, die zu Glück und Gesundheit zurückführen sollen. Für die These, die den Aufsätzen von Hans-Jürgen Schings zur *historia morbi* bzw. „Pathogenese des modernen Subjekts“[50] folgt, seien drei Szenen aus dem literarischen Werk Goethes skizzenhaft geltend gemacht. Dabei übergehe ich Goethes Singspiel *Lila* (ED 1790), in dem die Melancholie der Titelfigur nicht durch eine Körperkur nach Maßgabe humoralpathologischer Prinzipien mechanischer Ärzte („sezieren, klystieren, elektrisieren“), sondern durch den philosophischen Arzt Verazio vermittels einer „psychische[n] Cur, wo man den Wahnsinn eintreten läßt, um den Wahnsinn zu heilen“ (Goethe an Carl Friedrich Moritz Paul Graf von Brühl, 1. Okt. 1818), d.h. nach einem ‚homoiopathischen' Prinzip, das auch der Wirkungsweise der Katharsis zugrunde liegt, therapiert wird.[51]

In den *Unterhaltungen deutscher Ausgewanderten* (1795), Goethes erzählerischem Komplementärunternehmen zu Schillers Theorie der ästhetischen Erziehung zum Schönen, entwickelt die Baronesse gegenüber der Heftigkeit des Streits, der im Gespräch über das weitere Schicksal der Mainzer Jakobiner entbrennt, die Gemüter aus der Fassung bringt und die Gemeinschaft dadurch zu entzweien droht, dass Karl sich dazu hinreißen lässt, dem Geheimenrat die Guillotine an den Hals zu wünschen, das

50 Diese Formel findet sich zuerst im Anschluss an sein großes Melancholie-Buch von 1977 in Schings' Aufsatz: Agathon – Anton Reiser – Wilhelm Meister. Zur Pathogenese des modernen Subjekts im Bildungsroman. In: Goethe im Kontext. Kunst und Humanität, Naturwissenschaft und Politik von der Aufklärung bis zur Restauration. Ein Symposium. Hg. Wolfgang Wittkowski. Tübingen: Niemeyer 1984, 42-68 und 82-88 (Diskussion). Schings' einschlägige Aufsätze sind gesammelt in seinem Band Zustimmung zur Welt. Goethe-Studien. Würzburg: Königshausen & Neumann 2011.

51 Goethe: Lila. <Ein Festspiel mit Gesang und Tanz>. In: Ders.: Sämtliche Werke nach Epochen seines Schaffens. Münchner Ausgabe. Bd. 2.1: Erstes Weimarer Jahrzehnt 1775-1786. Hg. Hartmut Reinhardt. München: Hanser 1987, 131-160 und 614-624 (Kommentar), hier: 135 und 620. Siehe hierzu die grundlegende Monographie von Gottfried Diener (Goethes „Lila“. Heilung eines ‚Wahnsinns' durch ‚psychische Kur'. Frankfurt a.M.: Athenäum 1971), der das Gros der späteren Kommentar- und Sekundärliteratur folgt. Diener stellt die von Goethe dramatisch gestaltete psychische Kur in den Kontext theatrotherapeutischer Kurmethoden ‚um 1800', u.a. von Johann Christian Reil (1759-1813). Kritisch hierzu Céline Kaiser (Spiel und Rahmen in der Theatrotherapie um 1800. In: Spielformen des Selbst. Hg. Regine Strätling. Bielefeld: transcript 2012, 151-166), die an dem Konzept des ‚heilsamen Betrugs', das der damaligen theatertherapeutischen Praxis bei Reil, Cox, Pinel, Fodéré u.a. zugrunde lag, eine „asymmetrische Rahmenstruktur“ herausarbeitet, die Ausdruck eines paternalistischen Arzt-Patienten-Verhältnisses sei, zum Vertrauensverlust führe und den Heilungsprozess zerstöre. Den Unterschied zwischen der zeitgenössischen theatrotherapeutischen Praxis und ihrer (meta-)theatralen Darstellung in Goethes Singspiel betont Sophie Witt: „Ist's erlaubt, daß ihr so einen Lärmen macht?“ Therapie/Spiel und Fest/Schrift mit Goethes *Lila. Ein Festspiel mit Gesang und Tanz*. In. Fest/Schrift. Für Barbara Naumann. Hg. Stéphane Boutin u.a. Bielefeld: Aisthesis 2019, 353-358.

narrative Programm „gesellige[r] Bildung“ durch „gesellige Schonung“. In ihm sollen Duldsamkeit und Höflichkeit mit Selbstbeherrschung und Entsagung verbunden werden.[52] Das Programm „narrative[r] Diätetik“, wie Cornelia Zumbusch das treffend genannt hat[53], wird in dem Novellenkranz der *Unterhaltungen* zwar nicht bis zum Ende durchgestaltet, das ihm zugrundeliegende Mesotes-Konzept jedoch im abschließenden „Märchen“ im Symbol der „prächtige[n] Brücke“, die den großen Fluss, der zu Beginn des Märchens „von einem starken Regen geschwollen und übergetreten war“, überspannt, zum Ausdruck gebracht.[54]

Gegenüber Zumbuschs Ineinssetzung einer „Ästhetik des Maßes und der Mäßigung“ mit dem medizinischen Konzept „emotionaler Immunisierung“ und ihrer These, dass „Immunisierungsphantasien […] ins Zentrum der klassischen Poetik“ führten, bin ich jedoch skeptisch, da ihre Überblendung von Diät und Immunisierung den Unterschied zwischen zweipoligem, stoischen Apathie- und dreipoligem Metriopathie-Modell, d.h. Immunisierung und Mäßigung verwischt (und überdies die Pointe einer ‚doppelten Ästhetik‘, die die Metaphernfelder von Schönheit und Erhabenheit zu unterscheiden gelehrt hat, einebnet). Nicht zufällig gerät ihre Immunisierungsthese, deren steuernde Inokulationsmetapher Schillers Spätschrift *Über das Erhabene* (1801) entnommen ist, daher in eine Fluchtlinie zu den von Helmut Lethen seinerzeit aufgearbeiteten neustoisch-neusachlichen Verhaltenslehren der Kälte.[55]

In den *Wahlverwandtschaften* (1809) ist das Konzept der Metriopathie ebenfalls zu greifen, auch wenn es hier ‚tragisch‘ endet und der sprichwörtliche „Mittler“, der mit seiner an Hufeland erinnernden Predigt über das Sechste Gebot Ottile buchstäblich zu Tode predigt, eher als komische Figur erscheint. Während Charlotte als Person gestaltet ist, die gewohnt ist, „sich ihrer selbst bewußt zu sein“, „sich selbst zu gebieten weiß“, zu entsagen versteht und dadurch ein heiteres Gleichgewicht hält, ist Eduard durch und durch unbeherrscht. Er kennt „kein Maß“, ist „ohne Grenzen“, sein Bewußtsein treibt ihn „ins Unendliche“, kurz: Er verursacht nicht nur eine, sondern sein ganzes Wesen *ist* eine einzige

52 Johann Wolfgang von Goethe: Unterhaltungen deutscher Ausgewanderten [1795]. In: Ders.: Werke. Hamburger Ausgabe. 14., überarb. Aufl. Bd. 6: Romane und Novellen I. München: Deutscher Taschenbuch Verlag 1998, 125-241, hier: 135 ff.

53 Cornelia Zumbusch: Die Immunität der Klassik. Frankfurt a. M.: Suhrkamp 2012, 303.

54 Goethe: Unterhaltungen, 238 und 209.

55 Zumbusch: Immunität, 232, 110 ff. und 361. ‚Immunisierungsphantasien‘ stehen nicht im Zentrum, sie ergänzen (im Supplement-Sinn Derridas) vielmehr die in der Klassik im Zentrum stehende Ausgleichsästhetik von Mäßigung, Mitte und freiem Spiel (Schiller). Die stoisch imprägnierte Erhabenheitsästhetik fungiert vielmehr, so meine einschlägige Formel, als ‚Notstandsgesetzgebung im ästhetischen Staat‘ (in: Der ganze Mensch, 440-468).

Überschwemmungskatastrophe – „alles, was in seiner Natur gebändigt war, bricht los, sein ganzes Wesen strömt gegen Ottilien."[56]

Gelingt in den *Wahlverwandtschaften* die Einhegung der Leidenschaften nicht, wird das diätetische Prinzip des Hufelandschen ‚Mitteltons' in der späten, in die *Wanderjahre* eingelegten Erzählung „Der Mann von funfzig Jahren" (1818/21 und 1829) mehrfach thematisiert.

Da ist zum einen der Versuch des Majors, sich mittels einer „heilsame[n] Toilette" zu verjüngen, weil sich Hilarie, seine Nichte, in ihn verliebt hat. Auch wenn die „Hauptpunkte", die des Majors „kosmetischer Kammerdiener" und „Schönheits-Erhaltungs-Lehrer" empfahl, nämlich „Maß in allem" und „Mäßigung aber- und abermals in allem, was den Menschen aus dem Gleichgewicht zu bringen pflegt", zu halten, ironisch gebrochen erscheinen und im weiteren Verlauf der Erzählung an Bedeutung verlieren, die Maxime „Der verständige Mann braucht sich nur zu mäßigen, so ist er auch glücklich." führt gegen Schluß der *Wanderjahre* zu einer geglückten, jedenfalls dem aptum des Alters entsprechenden Paarbildung, wodurch die in den *Wahlverwandtschaften* ironisch ausgestellten Aporien, die bei dem Versuch entstehen, die mit chemischer Notwendigkeit ablaufenden Reaktionen bei der kreuzweisen Umbesetzung einer Paarbeziehung auf kulturelle Weise einzuhegen, doch noch aufgelöst werden.[57]

Da wird zum anderen, aber erst in der abschließenden Fassung von 1829, der „Verlauf einer holden Kur" angedeutet, die die heilsame, kathartische Wirkung der Dichtung literarisch gestaltet. Völlig aufgelöst und psychisch gefährdet, klopft Flavio, der von der schönen Witwe zugunsten seines Vaters, des Majors, den Laufpass erhalten hatte, des Nachts an die Pforte des Haues, in dem die Baronesse, die Schwester des Majors, und ihre Tochter Hilarie, die sich in ihren Onkel verliebt hatte, wohnen. Es ist Mutter und Tochter beim Anblick des nahen, jungen Verwandten als

56 Goethe: Die Wahlverwandtschaften. Ein Roman [1809]. In: Ders.: Werke. Hamburger Ausgabe, Bd. 6: Romane und Novellen I, 482 f. (Mittler), 326 (Charlotte), 328 und 339 (Eduard). Vgl. hierzu Irmgard Egger: „[…] ihre große Mäßigkeit" Diätetik und Askese in Goethes Roman *Die Wahlverwandtschaften*. In: Goethe-Jahrbuch 114 (1997), 253-263, sowie dies.: Diätetik und Askese. Zur Dialektik der Aufklärung in Goethes Romanen. München: Fink 2001.

57 Goethe: Wilhelm Meisters Wanderjahre. In: Ders.: Werke, Bd. 8: Romane und Novellen III, 174, 199 und 437 f. Hierzu vgl. Gesa Dane: „Die heilsame Toilette". Kosmetik und Bildung in Goethes ‚Der Mann von funfzig Jahren'. Göttingen: Wallstein 1994, und Barbara Thums: Diätetische Toilettenkunst und organische (Selbst-)Bildung. Goethes ‚Der Mann von funfzig Jahren'. In: Sexualität – Recht – Leben. Die Entstehung eines Dispositivs um 1800. Hg. Maximilan Bergengruen, Johannes Friedrich Lehmann, Hubert Thüring. Würzburg: Königshausen & Neumann 2005, 295-316.

hätten sie „Orest gesehen, von Furien verfolgt“.[58] Die Wiederherstellung Flavios, d.h. die Hebung und Linderung der auf seinem Geist lastenden Leidenschaft geschieht durch die Integration unterschiedlicher künstlerischer Therapieformen, insofern von Flavio zur Beruhigung niedergeschriebene Verse von Hilarie auf dem Flügel mit Melodie begleitet und dichterisch ergänzt werden. Der Erzähler kommentiert die Passage, in der mythische Überhöhung, poesie-, musik- und bibliotherapeutische Elemente, intertextuelle Anspielung und ironische Antizipation der weiteren Handlung raffiniert verdichtet sind, in einer eingeschalteten, metapoetischen Reflexion: „Hier nun konnte die edle Dichtkunst abermals ihrer heilenden Kräfte erweisen. Innig verschmolzen mit Musik, heilt sie alle Seelenleiden aus dem Grunde, indem sie solche gewaltig anregt, hervorruft und in auflösenden Schmerzen verflüchtigt.“[59] Diese metapoetische Passage im Roman entspricht dem Katharsis-Verständnis Goethes, der sie in einer abhandelnden Parallelstelle als „Ausgleichung“, „Versöhnung“ und „Abrundung“ der Leidenschaften begreift, die als Wirkung nicht nur vom Drama, sondern vielmehr von „allen poetischen Werken“ gefordert und mit dem Effekt besänftigender Musik, die aufgeregte Gemüter wieder „ins Gleichgewicht“ bringen könnte, in Verbindung gebracht wird.[60] Was in Goethes „Nachlese zu Aristoteles' Poetik“ diskursiv zur Geltung gebracht wird, nimmt in der Romanszene der ‚holden Kur‘ literarische Gestalt an.

58 Goethe: Wilhelm Meisters Wanderjahre, 203. Die Heilung des vom Atridenfluch verfolgten Orest hatte Goethe zuvor in seiner *Iphigenie* (ED 1787) gestaltet. Vgl. Markus Winkler: Die Heilung des Orest. Ethnozentrismus und Humanität in Goethes Iphigenie auf Tauris. In: Heilkunst und schöne Künste. Wechselwirkungen von Medizin, Literatur und bildender Kunst im 18. Jahrhundert. Hg. Heidi Eisenhut, Anett Lütteken, Carsten Zelle. Göttingen: Wallstein 2011, 238-254.

59 Goethe: Wilhelm Meisters Wanderjahre, 206. Zum Zusammenhang von Musik, Medizin und Therapie im 18. Jahrhundert vgl. Musiktheorie 31 (2916), H. 3 (= Tonkunst und ‚Artzneygelahrheit‘ im 18. Jahrhundert. Die Rolle der Musik bei den ‚Vernünftigen Ärzten‘ aus Halle. Hg. Arne Stolberg). Paradigmatisch für Goethes psychotherapeutisches Literaturverständnis ist, wie oben erwähnt, sein psychodramatisches Singspiel *Lila*, das die musik- und tanztherapeutisch herbeigeführte Heilung einer Hypochondrie bzw. Melancholie durch einen vernünftigen bzw. philosophischen Arzt gestaltet.

60 Goethe: Nachlese zu Aristoteles’ Poetik [ED 1827]. In: Ders.: Werke. Hamburger Ausgabe, Bd. 12: Schriften zur Kunst und Literatur, 342–345, hier: 343 f. Verbunden werden hier die Parallelstellen, in denen Aristoteles in der *Poetik* (poet. VI 1449b27) und *Politik* (pol. VIII 1341a23 f. und 1341b38 ff.) die Bezeichnung ‚*kátharsis*‘ dort auf die Wirkung der Tragödie, hier auf die Wirkung der Musik bezieht. Die ‚Reinigung der Leidenschaften‘ wird im Sinn eines genitivus separativus als Reinigung von den Leidenschaften interpretiert, freilich im Sinn der in der Ethik (eth. Nic. II 6, 1106b-1107a) von Aristoteles vertretenden Mesotes-Lehre. In der Bezeichnung des erzählerisch gestalteten und metapoetisch kommentierten Prozesses als einer ‚holden Kur‘ werden zeitgenössische Konzepte diätetisch-therapeutischer Kurmethoden mit der Tradition philologisch-hermeneutischer Katharsis-Exegese überblendet.

Wenn Hilarie in ihrem Wechselgedicht gegenüber Flavio überdies die Mahnung ausspricht, wenn er sich „zu rasch gesundem Schritte […] Ermanne", werde ihm „in treuer Guten Mitte" des „Lebens heitre Quelle" sprießen, verdichtet sie zentrale Vorstellungen der Diät und der Aufklärung, da Heiterkeit jene Ruhe bezeichnet, die zwischen den Extremen in der ‚Mitte' steht, und im Imperativ des ‚Ermanne Dich' der Wahlspruch der Aufklärung versteckt ist – jenes Horazische *Sapere aude*, das Schiller, Kant variierend, in den „Ästhetischen Briefen" und ihren Vorarbeiten wahlweise als „Erkühne" bzw. „Ermanne Dich, weise zu sein" übersetzt hatte.[61] Zugleich verwebt Hilarie die Gesundung Flavios mit ihrem eigenen Schicksal, insofern sie unter Anspielung auf ihren sprechenden, das Ziel aller diätetischen Anstrengungen enthüllenden Namen sich selbst zur „Quelle" seiner Heilung macht: „Hilaritas […] semper bona est".[62] Das hier im Medium einer ‚holden Kur', in der kathartisch fundierte schreib-, musik- und bibliotherapeutische Aspekte zusammengeführt werden, inszenierte erotische *matchmaking* antizipiert, worauf die in der Erzählung angelegten Verhältnisse – freilich erst spät im weiteren Verlauf der Romanhandlung – hinauslaufen werden.[63]

Um 1850

In der 1872 in *Westermann's Illustrierten Deutschen Monatsheften* publizierten Novelle „Steuerlos" erzählt die Autorin, F. L. Reimar alias Marie Zedelius (1826–1892), eine Arzttochter aus Ovelgönne bei Oldenburg, wie die junge Josephine, deren Ausdruck schon früh „etwas entschieden Weiches und Träumerisches" hatte, buchstäblich aus dem ‚Ruder läuft' und schließlich in einer „Irrenanstalt" endet. Auf die Frage, ob Hoffnung auf Heilung bestehe, antwortet der behandelnde Arzt, ein Doktor Brauer: „Es ist ein Wort von verhängnisvolle Wahrheit, was einer unserer ausgezeichnetsten Seelenkundigen, der Arzt und Dichter Feuchtersleben,

61 Friedrich Schiller: Über die ästhetische Erziehung des Menschen. Hg. Wolfhart Henckmann. München: Fink 1967, 100 (Achter Brief) und 29 (An den Prinzen von Augustenburg, 11. November 1793). ‚Heiterkeit' und ‚Aufklärung' sind überdies meteorologische Metaphern. Im Blick auf die von mir hier vorgeschlagene Zusammenführung von Selbstsorge und Selbstdenken im Prozess der Aufklärung sollte die Aussage von Harald Weinrich (Kleine Literaturgeschichte der Heiterkeit [1990]. Erweiterte und überarbeitete Neuausgabe. München: Beck 2001, 10), Heiterkeit sei zwar „ein Aufklärungswort, jedoch kein Schlüsselwort der Aufklärung" überdacht werden.

62 Spinoza: Opera/Werke. Lateinisch und Deutsch. Bd. 2: Tractatus de intellectus emendatione/Ethica. Hg. Konrad Blumenstock. 4., unveränderte Aufl. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft 1989, hier: Ethica, pars quarta, propositio XLII, 444. Der Hinweis bei Schings: „Gedenke zu leben", 41.

63 Siehe Goethe: Wilhelm Meisters Wanderjahre, 437 f.

gesprochen hat, daß in jeder Menschenbrust ein entsetzlicher Keim von Wahnsinn schlummere und daß demselben entgegengearbeitet werden solle mit allen thätigen Kräften der Seele.“ Da aber eine solche Seelendiät versäumt worden sei, müsse Josephine „zu den unheilbaren Kranken unserer Anstalt zählen“.[64]

Tatsächlich war dem vielseitig begabten Wiener Arzt, Dichter, Kulturpolitiker und Schriftsteller, Ernst Freiherr von Feuchtersleben (1806-1849)[65] mit seinem Buch *Zur Diätetik der Seele* 1838 ein bemerkenswerter Longseller gelungen, dessen Gedankengut nicht nur in der Zeitschriftenliteratur des zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts verbreitet war, sondern der es bis 1907 auf 50 Auflagen gebracht hatte und zuletzt noch 1980, herausgegeben von Renate Riemeck, der Pflegemutter Ulrike Meinhoffs, in einem anthroposophischen Verlag wiederaufgelegt wurde. Im Folgenden sollen die Kerngedanken des Buchs umrissen und auf ihre Resonanz in der Literatur, namentlich in der Novellistik Adalbert Stifters, aufmerksam gemacht werden.

Der enge Konnex zwischen von Feuchterslebens Seelendiät, die „zu einer ganzheitlich-harmonischen Selbstheilung und Selbstbildung“[66] anhält, und dem erzählerischen Werks Adalbert Stifters ist in den letzten Jahrzehnten mehrmals herausgestellt worden. Wegweisend hierfür ist der Vorschlag Volker Hoffmanns gewesen, dem gesamten erzählerischen Werk Stifters als Handlungsmodell diätetische Heilungsprozesse zu unterlegen, worin physische Rettung und psychosoziale bzw. sozial-erotische Heilung aufeinander bezogen sind.[67] Christian von Zimmermann hat die seelendiätetischen Maximen von von Feuchtersleben in Stifters ‚sanftem Gesetz‘, das in der „Vorrede“ der *Bunten Steine* (1853) formuliert wird, wiedererkennen wollen.[68] ‚Ausgleich‘, ‚Mäßigung‘, ‚Entsagung‘, ‚Bezähmung‘ und ‚Beherrschung‘ bilden die Voraussetzungen leibseelischer

64 F. L. Reimar [d.i. Caroline Marie Friederike Zedelius]: Steuerlos. Novelle. In: Westermann's Illustrierte Deutsche Monatshefte XXXI, Nr. 186, März 1872, 561-599, hier: 598.

65 Zur Biographie von Feuchterslebens vgl. das populär gehaltene Buch von Karl Pisa: Ernst Freiherr von Feuchtersleben. Pionier der Psychosomatik. Wien, Köln, Weimar: Böhlau 1998.

66 So die Charakterisierung des Werkinhalts von Christian von Zimmermann: ‚Brigitta‘ – seelenkundlich gelesen. Zur Verwendung „kalobiotischer“ Lebensmaximen Feuchterslebens in Stifters Erzählung. In: Adalbert Stifter. Dichter und Maler, Denkmalpfleger und Schulmann. Neue Zugänge zu seinem Werk. Hg. Hartmut Laufhütte, Karl Möseneder. Tübingen: Niemeyer 1996, 410-434, hier: 411.

67 Vgl. Hoffmann: Das Verhältnis der klassifikatorischen und normativen Verwendung der Sachgruppe „Gesund“–„Krank“, 182.

68 Vgl. Christian von Zimmermann: Biographische Anthropologie: Menschenbilder in lebensgeschichtlicher Darstellung (1830-1940). Berlin, New York: de Gruyter 2006, Kap. „Gefährdete Gemütsruhe (Feuchtersleben)“, 83-97, hier: 89.

Gesundheit, wobei die irrationalen Kräfte des Menschen, Temperament, Leidenschaft und Affekte nicht verdrängt, sondern reguliert werden sollen[69] – also, um es mit Baumgartens alter Unterscheidung, die die Apathie- zugunsten der Metriopathie-Logik verabschiedete, zu formulieren: ‚Imperium' statt ‚Tyrannis'. Das Grundgesetz der ganzen Seelendiät bedeutet für von Feuchtersleben nämlich nicht „Kirchofsruhe", sondern vielmehr Weckung der Kräfte, wo sie einzuschlafen, und Beschwichtigung, wo sie das Leben zu zerstören drohen: „Man kann einen Moment", heißt von Feuchterslebens im Begriff der *Oszillation* gefasstes Mesotes-Prinzip, „durch den anderen mäßigen, einen durch den andern erhöhen."[70]

Der Unterschied zu Hufeland, dessen ‚Ausgleichsdiät' man von von Feuchterslebens ‚Beherrschungsmodell' in Verkennung der beiden Konzepten zugrundeliegenden Metriopathie-Logik zu kontrastieren geglaubt hat[71], ist gering, zumal auch bei von Feuchtersleben der seelendiätetischen Therapie eine Gegenwartsdiagnose vorangeht: „Wir sind müde, blasirt, zerfallen, incomplet, wir nennen uns Epigonen, leiden an Desenganno, am Weltschmerz, an – Gott weiß sonst noch an allem!"[72] Der Hypochondrie, die für solchen ‚Verlust der Mitte' (Hans Sedlmayr) epochenspezifisch steht, ist ein ganzes Kapitel gewidmet.[73]

Vor allem wird bei von Feuchtersleben der Begriff des ‚Geistes', der bei Hufeland vorausgesetzt wurde, letztlich aber bloß idealistisch in der Luft

69 Vgl. von Zimmermann: Biographische Anthropologie, 84 und 95 f.

70 Ernst Freiherrn von Feuchtersleben: Zur Diätetik der Seele [1838]. Vierte, vermehrte Aufl. Wien: Gerold 1845, Kap. VIII: „Oszillation", 91-104, hier: 93. Ein Journaldruck erschien in der *Neuen Folge der Gesundheits-Zeitung* 1837, Nr. 1 ff. Zur ‚Seelendiät' vgl. Karin S. Wozonig: Psychosomatik und Literatur. Ernst von Feuchtersleben zur Diätetik der Seele. In: Wissenskulturen des Vormärz. Hg. Gustav Frank, Madleen Podewski. Bielefeld: Aisthesis 2012, 289-313. In der von der Österreichischen Akademie der Wissenschaften veranstalteten kritischen Ausgabe der *Sämtlichen Werke und Briefe*, die stockt, ist die ‚Seelendiät' bisher nicht erschienen.

71 Hoffmann: Der Konflikt zwischen anthropologischer Extremisierung und Harmonisierung, hier: Kap. 3: „Von der Ausgleichsdiätetik zur Beherrschungsdiätetik", 383-387. Bei allem Verdienst, das Hoffmann für den Impuls, diätetisches Schrifttum für die Analyse literarischer Texte heranzuziehen, zukommt, muss festgehalten werden, dass eine in das 18. Jahrhundert zurückführende Tiefendimension, z.B. im Blick auf die Commercium- und Influxus-Lehre der ‚vernünftigen' bzw. ‚philosophischen Ärzte', bei ihm fehlt. Eine Monographie, die die Summe des „größeren Forschungsprojektes", das 1982 angekündigt wurde (Hoffmann: Das Verhältnis der klassifikatorischen und normativen Verwendung der Sachgruppe „Gesund"–„Krank", 173, Anm. *), zieht, ist mit Ausnahme der in Anm. 37 nachgewiesenen Aufsätze nicht zustande gekommen.

72 von Feuchtersleben: Zur Diätetik der Seele, „Vorwort zur zweiten Auflage" [1841], VI. Angespielt wird u.a. auf Karl Immermanns Roman *Die Epigonen* (1836) und Franz von Gaudys Novelle *Desengaño* (1834).

73 von Feuchtersleben: Zur Diätetik der Seele, Kap. IX, 105-118.

hing, anthropologisch zu fixieren gesucht, und zwar nicht nur dadurch, dass von Feuchtersleben geltend macht, dass der Mensch sich als Mittelglied zweier Welten erkennt – wir also nicht selbst ‚Geist' sind, „sondern", wie es in der nachgelassenen, erst kürzlich publizierten Anthropologie-Vorlesung von 1849 heißt, „wir belauschen gleichsam dasjenige, was wir so nennen, und was nur durch seine Gesetze in uns spricht."[74] Diese Bemerkung führt zur Frage, warum der Mensch vom Sinnengesetz bzw. vom sinnlichen Bedürfnis abweichen könne. Sie wird ganz im Sinne der Anthropologie des späten Max Schelers, der den Menschen im Unterschied zum Tier, das immer ‚ja' zur Wirklichkeit sage, als „‚*Neinsagenkönner*'" und „‚*Asket des Lebens*'" faßt[75], beantwortet:

> Warum kann überhaupt der Mensch vom Gesetz der Sinne abgehen? warum entsagen? warum ist er, wenn ihn der Hunger peinigt, doch im Stande, den schönen Leckerbissen abzuweisen und sich vom Bedürfnisse verzehren zu lassen? können Handlungen, die sich, im entgegengesetzten Sinne zugleich zeigen, aus Einer Quelle fließen? Nimmermehr! Nennt das Wort für das Element, das hier zu Grunde liegt, wie ihr mögt, – das Element des Körpers ist es nicht.[76]

Worte wie ‚Beherrschung' oder ‚Selbstbeherrschung' sollten daher nicht als krude Repression, wie es ein böser, post-68-trainierter Blick suggerieren könnte, missverstanden werden, sie bezeichnen vielmehr apollinische Formations- bzw. autoformative Regulationsprozesse, mit denen sich ein Subjekt selbst bildet.[77] Es geht nicht um Zwang, sondern um

74 von Feuchtersleben: Fünf Vorlesungen zur Anthropologie (bestimmt zu Vorträgen im Theresiano) 1849. In: Ders.: Sämtliche Werke und Briefe. Kritische Ausgabe. Hg. Hedwig Heger. Bd. III: Pädagogische und politische Schriften und Reden. Text. Apparat. Bearb. Horst Pfeiffler. Wien: Österreichische Akademie der Wissenschaften 2006, 223-259, hier: 232.

75 Scheler: Die Stellung des Menschen im Kosmos, 71.

76 von Feuchtersleben: Fünf Vorlesungen zur Anthropologie, 234. Die Aussage wäre in der seinerzeitigen Anthropologie zu situieren.

77 Vgl. Freiheit und Selbstliebe. Gespräch mit Michel Foucault am 20. Januar 1984. In: Michael Foucault: Freiheit und Selbstsorge. Interview 1984 und Vorlesung 1982. Hg. Helmut Becker u.a. Frankfurt a. M.: Materialis 1985, 9-28, hier: 10: „Frage: Es gibt jetzt also so etwas wie eine Verlagerung: Diese Spiele der Wahrheit betreffen keine Zwangspraxis mehr, sondern eine Praxis der Selbstbildung des Subjekts, seine Autoformation. M[ichel] F[oucault]: Richtig. Man könnte das eine asketische Praxis nennen, wenn man der Askese eine sehr allgemeine Bedeutung gibt, also nicht die einer Moral des Verzichts, sondern die eines Einflusses des Selbst auf sich selbst, womit man versucht, sich herauszuarbeiten, sich zu transformieren und zu einer bestimmten Seinsweise Zugang zu finden." In analoger Weise kritisiert Sarasin (Reizbare Maschinen, 356 ff.) im Anschluss an Foucaults Spätwerk im Blick auf die Geschichte der Sexualität nach 1850 die ältere Sexualunterdrückungs- und -feindschschaftsthese. Der Sex werde nicht unterdrückt und ausgelöscht, sondern durch Praktiken der Mäßigung kultiviert.

Selbstbildung – Autopoiesis. In diesem Sinn hat von Feuchtersleben in Analogie zum Dichter, der seine Stimmungen brauche, „wie der Bildhauer seinen Marmor", die Diät als „ein *Kunstwerk* des Lebens" bezeichnet.[78] Wie der Dichter die Stimmung oder der Bildhauer den Marmor, so forme der Mensch seelendiätetisch sein eigenes Leben zum Kunstwerk. Nur in diesem Zusammenhang benutzt von Feuchtersleben ein einziges Mal das Wort „Kallobiotik" [!], d.h. ‚Schönlebekunst', das damals in Wien *à la mode* war und in der Forschungsliteratur für solche Verwirrung gesorgt hat, dass selbst in der medizinhistorischen Fachliteratur behauptet wird, es handle sich hierbei um ein „abgelegene[s]" Werk von von Feuchtersleben selbst.[79]

Tatsächlich steckt hinter dem Konzept der ‚Kalobiotik' Wilhelm Freiherr von Puteani (1799-1872), ein früh pensionierter k.k. Kämmerer und Hofsekretär, der unter dem Pseudonym Wilhelm Bronn zwei einschlägige Werke verfasste, nämlich *Für Kalobiotik, Kunst, das Leben zu verschönern als neu ausgestecktes Feld menschlichen Strebens* (2 Bde, Wien: Gerold 1835/38), in dem die „Lebensverschönerungskunst" als Teil einer angewandten Ästhetik gefordert, und *Kalobiotik, oder die Kunst schön zu leben* (Leipzig: Binder 1844, [2]Prag: Selber 1872, [3]Prag: Buchdr. d. k.k. Statthalterei 1905), worin sie in systematisch ausgreifender Weise entfaltet wurde.[80] Das Konzept eines universalen, vom Individuum bis zur Welt

78 von Feuchtersleben: Zur Diätetik der Seele, 48.

79 Heinrich Schipperges: Konzepte der Lebenskunst in Aufklärung und Romantik. Orthobiotik, Makrobiotik, Kalobiotik. In: Jb. des Freien Deutschen Hochstift 1991, 90-108, hier: 101. Vgl. ders.: Geschichte der Medizin in Schlaglichtern, 321 und 367, sowie weitere einschlägige Texte dieses Autors.

80 „Wilhelm Bronn ist Pseudonym. Es ist mir nicht gelungen bis jetzt eindeutig zu enthüllen, wer sich darunter versteckt. Laut dem Widerhall seiner Arbeiten in Böhmen, hauptsächlich in der Zeitschrift *Ost und West*, handelt es sich wahrscheinlich um einen Deutsch-Böhmen." So Helena Lorenzová: Dietetika duše. K praktické filozofii (estetice) osvícenství a biedermeieru [Diätetik der Seele. Zur praktischen Philosophie (Ästhetik) der Aufklärung und des Biedermeier]. In: Dies.: Hra na krásný život. Estetika v českých zemích mezi lety 1760-1860 [Ein schönes Leben spielen. Ästhetik in den böhmischen Ländern zwischen 1760 und 1860]. Praha: Koniasch Latin Press 2005, 149-166, hier: 158, Fn. 9. Für die Übersetzung dieser Fußnote danke ich Tomáš Hlobil (elektronisch, 27.10.2019). Nach Hlobils Urteil war die Kalobiotik in Böhmen unheimlich populär, deren systematische Aufarbeitung ist jedoch noch Desiderat. Peter Stachel (Wien) annociert auf der Web-Seite der ÖAW das Projekt "Kalobiotik. Zur Genese und Wirkung einer altösterreichischen Denktradition" (2016-2023). Publikationen scheinen hieraus noch nicht hervorgegangen zu sein. Es bleibt abzuwarten, ob und inwieweit von Feuchterslebens ‚Seelendiät' tätsächlich von der ‚Kalobiotik' Bronn/Puteanis beeinflußt gewesen ist. Die zuvor nicht befriedigend gelungene Aufdeckung, wer sich hinter dem Pseudonym ‚Bronn' verbirgt, gelingt, wenn man folgende Zeitungsartikel konsultiert, und zwar die mit ‚Junius' gezeichnete „Prager Plauderei" in: Neues Fremden-Blatt, Wien 8. Jg. Nr. 67, Freitag, 8. März 1872, Feuillton, unpag., und den kurzen Nekrolog

aufsteigenden kalobiotischen Designs war seinerzeit insbesondere in Böhmen so erfolgreich, dass die in Prag erscheinende Zeitschrift *Ost und West* zwischen 1845 und 1848 ihr Blatt alle 14 Tage um die Beilage „Blätter für Kalobiotik" ergänzte, worin statt „nation-building" als Identifikationsangebot ein „kalobiotische[s] life-building" propagiert wurde.[81]

Für von Feuchtersleben sind ‚Selbsterkenntnis' und ‚Selbstbeherrschung' komplementär aufeinander bezogen und mit der Figur, dass es gelte, „sein eigener Arzt zu sein"[82], sowie mit dem Mesotes-Modell aufs Engste eng verbunden. Die Affinität zum vorausgehenden Aufklärungsdiskurs stellt schon das Motto seines Werks, „Valere aude!" (Habe den Mut, dich deiner eigenen Kraft zur Gesundheit zu bedienen!) aus, das demonstrativ Kants Wahlspruch „Sapere aude!" („Habe den Mut, dich deines eigenen Verstandes zu bedienen!") diätetisch variiert. In seinem *Lehrbuch der ärztlichen Seelenkunde* von 1845 werden die Schritte und Grundsätze der Seelendiät im Kontext psychophysischer Therapiemaßnahmen knapp so umrissen: Den Anfang macht das ‚nosce te ipsum', das schon im Mittelpunkt der empirischen Psychologie der Aufklärung stand. „Die erste Aufgabe der Seelendiät ist, sich objektiv zu werden (Selbsterkenntnis)." Ausdrücklich ermuntert er im Blick auf diese Forderung zur Führung eines Tagebuchs.[83] „Hat man sich in seinen psychischen Verhältnissen erkannt, so ist die zweite Aufgabe, diese harmonisch zu gestalten, d.i das Übergewicht der Einen Richtung über die Andere aufzuheben." Es kommt also nicht nur darauf an, die Fantasie zu bändigen, das Temperament zu temperieren, die Kräfte harmonisch zu entwickeln, vielmehr übe man sich vorzüglich darin, wie es im ausdrücklichen Rückbezug auf die zuvor gedruckte ‚Seelendiät' heißt, „die immer oscillirenden Gegensätze des Lebens: Freude und Schmerz als nothwendig anzuerkennen und innerlich zu balanciren, damit auch von dieser Seite das Gleichgewicht hergestellt werde."[84] An entsprechender Stelle hieß es in der ‚Seelendiät', wie bereits

---

in: Blätter für Theater, Musik u. Kunst, Wien 18. Jg., Nr. 22, Freitag, 15. März 1872, Gestorben sind, unpag.

81 Anna Anaieva, Rolf Haaser: Elegante Unterhaltung. Die Leipziger *Zeitung für die elegante Welt* und ihre deutschsprachigen Nachfolger in Prag und Ofen-Pest. In: Vergessene Konstellationen literarischer Öffentlichkeit zwischen 1840 und 1885. Hg. Katja Mellmann, Jesko Reiling. Berlin, Boston: de Gruyter 2016, 35-60, bes. 48-51, hier: 50.

82 von Feuchtersleben: Zur Diätetik der Seele, 4.

83 Zur therapeutischen und anthropoietischen Funktion des Tagebuchs vgl. Ralph Köhnen: Die Selbstpoetik des guten Lebens. Optimierungsprogramme in der Diaristik seit der Frühen Neuzeit. In: Menschen machen. Die hellen und dunklen Seiten humanwissenschaftlicher Optimierungsprogramme. Hg. Anna Sieben u.a. Bielefeld: transcript 2012, 409-444.

84 Ernst Freiherrn von Feuchtersleben: Lehrbuch der ärztlichen Seelenkunde. Als Skizze zu Vorträgen bearbeitet. Wien: Gerold 1845, 373. Feuchterslebens psychiatrisches

zitiert wurde, daß es nicht darum gehe, ‚Kirchhofsruhe' herzustellen, sondern „den verjüngenden Kampf in sich zu wecken". Im Management der „Gegensätze", im „Gleichgewicht" des Gemüts und in der „Versöhnung" von Kraft und Stille, d.h. in Mäßigung *und* Erhöhung liege das „*Grundgesetz des ganzen Seelendiät*".[85]

Einen solchen auf Selbsterkenntnis basierenden Selbstformationsprozess, der aus der Enge der Hypochondrie in die Weite eines glücklichen Ehelebens führen sollte, hat Adalbert Stifter in seiner Erzählung *Der Waldsteig*, die 1845 in der Journal-, 1850 in erheblich erweiterter *Studien*-Fassung erschien, gestaltet.[86] Hierin werden eine als ‚Narrheit' umschriebene Hypochondrie und deren diätetische Heilung sowohl mit der räumlichen Opposition von Enge und Weite als auch mit der entsprechenden sozialen Opposition von Einsamkeit und ehelicher Gemeinschaft koordiniert. Tiburius Kneigt, dessen Umwelt sich immer stärker einengt, bis er nicht mehr aus dem Haus geht, sein Wohnzimmer nicht mehr verläßt und schließlich die Fenster zunageln läßt, erkennt endlich, „daß er krank sei" (417) und beschließt, „sich zu behandeln" (419). Als alle Behandlungsarten für „Nervenkrankheiten", die „den menschlichen Körper" (419 f.) betrafen, nicht anschlagen, trifft er auf einen ebenfalls als Narren bezeichneten „Doktor der Heilkunde", der ihm keine Arznei gibt, sondern ihn fortschickt und ihm „viel Arbeit, ein besseres Essen, als er bisher hatte, sowie ein angelweites Öffnen aller Fenster seiner Wohnung" verschreibt (422). Vor allem aber weist er dazu an: „Sie müssen heiraten, aber zuvor müssen Sie in ein Bad gehen, wo Sie sogar Ihr Weib finden werden." (427) Diätetische *sex res non naturales*, balneologische Therapie und die mit dem Besuch eines Bades verbundenen sozialen und erotischen Implikationen eines Heiratsmarkts sind versammelt. Tiburius' Genesung, die an dieser Stelle im Bild der Metamorphose der Raupe in einen Schmetterling antizipiert wird, vollzieht sich tatsächlich im Zuge des Bad-Besuchs, freilich nicht aufgrund der Konsultationen des Badearztes und des Molke-Trinkens, sondern vielmehr mittelst Gehen, das er sich auf

Lehrbuch ist mehrfach, u.a. ins Englische (1847) und Holländische (1848), übersetzt worden.

85 von Feuchtersleben: Zur Diätetik der Seele, Kap. VIII „Oscillation", 91-104, hier: 93.

86 Adalbert Stifter: Der Waldsteig. In: Ders.: Studien. Hg. Jürgen Jahn. Bd. II. Leipzig: Insel 1968, 407-483. Seitenangaben im Folgenden in ( ) im fortlaufenden Text. Einen kurzen Forschungsüberblick zu Stifters Erzählung bietet Barbara Neymeyr: Der Waldsteig. In: Stifter-Handbuch. Leben – Werk – Wirkung. Hg. Christian Begemann, Davide Giuriato. Stuttgart: Metzler 2017, 52-55. – Die obigen Ausführungen zur Diätetik bei Hoffmann und Hufeland überschneiden sich passagenweise, z.T. auch wörtlich, mit meinem parallel entstandenen Aufsatz, in dem Goethes Novelle aus den *Wanderjahren* im Mittelpunkt steht (Exzess und Mäßigung in Goethes *Der Mann von funfzig Jahren*. In: Aufklärung und Exzess. Epistemologie und Ästhetik des Übermäßigen im 18. Jahrhundert. Hg. Bernadette Grubner, Peter Wittemann. Berlin, Boston: de Gruyter 2022, 15-38).

seine „eigene Art ausgesonnen“ hatte (433). Wieder werden die selbstformativen Anstöße des Heilungsprozesses unterstrichen. Er verirrt sich nämlich beim Gehen auf einem Waldsteig. Stifter beschreibt das fortgesetzte Fortgehen auf dem Pfad, der Tiburius bis über die Baumgrenze auf eine Wiese im Freien und bis auf die Höhen großer Schneefelder führt, wo er ein kathartisch wirkendes, zugleich erhebendes und erschreckendes Schauspiel erlebt, eindringlich über viele Seiten, bis schließlich ein Holzknecht Tiburius zurück ins Tal führt. Die vielmalige Wiederholung dieser Wanderung führt endlich dazu, dass Herr Tiburius, dessen richtigen Namen Theodor wir nun als weiteres Indiz einer gelungenen gesundheitlichen Verwandlung erfahren, „schon lange kein Narr mehr war“ (455). Endlich begegnet er bei einer abermaligen Wanderung auf dem Waldsteig einem jungen Mädchen, das für ihren Vater diätetisch kräftigende Walderdbeeren sammelt, die auch das Verlangen Tiburius' erregen, „einige davon zu haben“ (456). Die erotische Symbolik des Maria genannten „Erdbeermädchen[s]“ (482) liegt auf der Hand. Sexualität und Heil werden in ihrer Person verbunden. Stifter entschleunigt die Geschehnisse aber extrem, verlangsamt die Erzählung gegenüber der viel kürzeren Journalfassung und läßt mehrere Jahre und Badbesuche vergehen, bis beide wenige Seiten vor Schluß erwartungsgemäß heiraten, nach Italien reisen, das „Luftmeer“ (482) durch die nun weit geöffneten Fenster einströmen lassen und zuletzt auch noch einen lustigen Knaben bekommen…

Das kann man natürlich alles familienideologisch und genderpolitisch als äußert fragwürdig dekonstruieren, man würde sich dadurch jedoch um das Lektürevergnügen und um die Einsicht in Stifters seelendiätetisch imprägniertes Erzählprogramm bringen.

***

Gegenüber einem christlichen, den sündigen Körper betreffenden Krankheitsverständnis, in dessen Rahmen die Affekte als Störungen der Seele aufgefasst werden, reaktivieren ‚vernünftige‘ bzw. ‚philosophische Ärzte‘ im Zuge der Aufklärung – um 1750 – diätetisches Wissen, werten Sinne und Affekte neu, setzen auf Eigenverantwortung und Selbstsorge des Einzelnen und tragen dadurch zur Konstitution aufgeklärter, d.h. selbstdenkender Subjekte bei. Das Konzept des ‚ganzen Menschen‘ wird in der klassisch-romantischen Kultur – um 1800 – zu einem Leitmodell und Korrektiv gegenüber den als zerrüttend empfundenen Kosten der Moderne, bevor es im weiteren Verlauf des 19. Jahrhunderts durch einen staatlich inszenierten, einseitig materialistisch orientierten und körperbezogenen Hygienediskurs überformt und verdrängt wird. Die Dimension einer ganzheitlichen Lebensordnung, insbesondere die affektpolitische Seite

der Diätetik, wirkt im Medium populärmedizinischer und schöner Literatur als Seelendiätetik – das zeigen die Beispiele um 1850 – jedoch breitenwirksam weiter.

Diätetische Wissensbestandteile feiern heutzutage in unterschiedlichsten Verpuppungsformen, sei es in der Optimierungskultur zwischen Fitnessstudio und Achtsamkeit, den Modellen der ‚Lebensbalance' oder einer wissenschaftlichen ‚Ökologie der Emotionen' (Thomas Fuchs) fröhliche Urständ – freilich ohne dass noch der innere Zusammenhang dieser einzelnen Formen und ihre Wechselbeziehungen präsent wären.

Carsten Zelle, Dr. phil., emeritierter Professor für Neuere Deutsche Literaturwissenschaft, insbesondere Literaturtheorie und Rhetorik, am Germanistischen Institut der Ruhr-Universität Bochum, carsten.zelle@rub.de., https://orcid.org/0000-0001-7841-819X, http://staff.germanistik.rub.de/zelle/.