

decken beobachten. Diese neue Feststellung verdanken wir Prof. Dr. Schede in Leipzig. Die Abflachung bei der Einatmung erfolgt aber nicht durch Zusammenziehung der Bauchmuskeln, sondern eine leichte Streckung der Lendenwirbelsäule spannt die vordere Bauchwand an. Bei der Ausatmung erfolgt dann durch aktive Muskelspannung der vorderen Bauchdecken am Schlusse der Ausatmung die Hochdrängung des Zwerchfelles. Wenn nun in vorgerückteren Jahren diese Streckung der Lendenwirbelsäule in Wegfall kommt, dann sieht man bei der Einatmung im Stehen eine deutliche Vorwölbung in der Magengrube, also nicht nur bei ruhiger Atmungsweise, sondern auch bei energisierter Einatmung. Die Aufrichtung des Rumpfes ist ungenügend geworden, die Bauchmuskeln schwächer. Das sind mahnende Zeichen. Nachlaß der Leistung von Rücken- und Bauchmuskeln ist das erste Zeichen bei Altersschwächung.

Der Widerstand gegen den vorzeitigen körperlichen Verfall zeigt sich in den modernen Verjüngungsbestrebungen. Ein natürliches Verjüngungsverfahren sind Haltungsgewöhnung, Gymnastik, Atmungsübungen.

Atmungsübungen beginnt man am besten mit der öfteren Betätigung ganz tiefer Ausatmung. Man bemüht sich, kräftig und langsam so ausgiebig wie möglich die Luft aus der Lunge auszutreiben, und man zieht zum Schlusse der Ausatmung die Bauchdeckenmuskeln mit voller Kraft zusammen. Diese Übung ist ganz besonders wertvoll und einflußreich, weil sie unauffällig und ohne Störung immer wieder in den Tageslauf eingeschoben werden kann.

Nach genügend geübter Betätigung kraftvoller Ausatmung beachtet man beim Einatmen die oben ausführlich erörterten Vorgänge der Brustkorbwölbung und der Flankendehnung.

Zur Pflege der Atmungsorgane ist der Aufenthalt in möglichst reiner Luft, daher auch Zufuhr frischer Luft in die Aufenthaltsräume, von großer Wichtigkeit. Aber tagsüber oft wiederholte Lüftung der Wohn- und Arbeitsräume ist kein vollkommener Ersatz einer dauernden Lufterneuerung durch gute Ventilation. Reine Luft ist auch von großer Bedeutung für die geistige Frische. Zumal hebt reine Luft bedeutend den Erholungswert des Schlafes, der für unsern Lebenslauf ebenso wichtig ist wie das regelmäßige Aufziehen für den Gang der Uhr.

Umschau

Das heutige Bild unserer ältesten Vergangenheit

Nicht eine neue Forderung, sondern eine alte Ehrensache ist die Bekanntschaft mit den Urgründen unseres Volkes und den ererbten Werten, über denen seine Gesittung sich aufbaut. Wir haben aber einen besonderen Anlaß, gerade heute für Belehrungen über deutsche Werte alter Zeit empfänglich zu sein. Insofern ist ein Bericht willkommen,

den kein Fachmann der Vorgeschichte, aber ein hervorragender Kenner altgermanischen Schrifttums verfaßt hat¹.

Neckel geht aus von der nicht zu

¹ Deutsche Ur- und Vorgeschichtswissenschaft der Gegenwart. Von Prof. Dr. Gustav Neckel (Wissenschaftliche Forschungsberichte zum Aufbau des neuen Reiches, Nr. 2) 8^o (85 S. u. 15 Tafeln) Berlin 1935, Junker & Dünhaupt. M 3.40.

übersehenden Gegebenheit einer nordischen Rasse, die Niederdeutschland samt Holland und Flandern, Jütland, Schweden und Westfinnland, das Gepräge gibt. Hier braucht er keinen Widerspruch zu fürchten, solange er die von Paudler, Kern, v. Eickstedt, Dürré, Clauß u. a. hervorgehobene Scheidung der Nordischen in wuchtige, breitgesichtige Fälische und leichtgebaute, schmalgesichtige Nordische im engeren Sinn nicht leugnet. Beide bewohnen das angegebene Gebiet schon lange und sind im Laufe der Jahrtausende eine enge Mischung eingegangen. Daß die ursprünglichen Indogermanen, die ihr Volkstum über ganz Europa, über Armenien, Kurdistan, Persien, Nordindien verbreitet haben, vornehmlich nordisch, ihr germanischer, zum Teil auch ihr keltischer Teil ursprünglich stark nordisch-fälisch bestimmt waren, wird ebensowenig bestritten werden.

Der Verfasser will nun nicht gelten lassen, daß das Germanentum aus einer Mischung jener beiden Rassen bzw. zweier durch sie gekennzeichneten jungsteinzeitlicher Volkstümer: Hünengräberleute (im Ostseegebiet) und Streitaxtleute (in Thüringen und Sachsen) entstanden sei, wie Rydbeck, Schuchhardt, v. Eickstedt, Kern u. a. die Dinge auffassen. „Daß dies nicht angeht, dürfte schon darum einleuchten, weil die Gleichsetzung archäologischer Kulturkreise mit Stammgebieten oder Rassenlandschaften keinen Nichtarchäologen überzeugen kann.“ Schade, wenn unsere heutige Wissenschaft so in Einzelfächer verkrümmelt wäre, daß die Vertreter der einen die Gründe der andern nicht mehr verstehen könnten. Daß „heutzutage die Typen sämtlicher materieller Kulturgüter ohne Rücksicht auf Völker- und Staatsgrenzen sich verbreiten“, darf man zugeben. Daß es auch früher so war, heben die Vorgeschichtsforscher selber immer wieder hervor. Ihre Kulturkreise sind keine mit Brettern zugeschlagenen Welten. Beständig werden bald mehr, bald weniger Dinge aufgenommen, aber das Aufgenommene wird auch verarbeitet, dem heimischen Stile angepaßt, art-eigen gemacht. Geschähe dies nicht, so wäre es sinnlos, über germanische Gesittung schreiben zu wollen. Daß jedenfalls in der Frühgeschichte, jener Zeit, wo das erste Licht schriftlicher Quellen auf

europäische Völker fällt, Kultur- und Volkskreise sich deckten, haben Kossinna, Bosch Gimpera, Schumacher u. a. bewiesen. Seit wann die Urindogermanen (Streitaxtleute, Schnurkeramiker) ihre thüringisch-sächsische „Urheimat“ bewohnen, wird die Zukunft ergründen müssen. Aus Asien kamen sie, wie viele keineswegs durch die Bibel gebundene Forscher annehmen, auf jeden Fall. Dort war, wie v. Eickstedt endgültig gezeigt hat, die Wiege der Menschheit. Als ursprüngliche Hirten werden wir sie mit Schuchhardt, Schwantes u. a. wohl ansprechen dürfen.

Mit Recht wendet sich Neckel gegen den Versuch, aus den Neuerungen der germanischen Sprache gegenüber dem Indogermanischen, z. B. der ersten Lautverschiebung, den Formverlusten, beweisen zu wollen, daß einst der Großteil der germanischen Bevölkerung aus Leuten bestand, die das Indogermanische als fremde Sprache übernommen hatten und sich mundgerecht machten. Wir wissen wohl zu wenig über die Gesetze der Sprachveränderung; höchstens als Bestätigung der völkerkundlichen und vorgeschichtlichen Ergebnisse darf man solche Sprachtatsachen hinzuziehen. Man kann aber auch nicht sagen: der germanische Sprachschatz, die indogermanischen Ortsnamen sind offenbar so rein indogermanisch, daß in dem ursprünglichen Germanenlande mit einer vorindogermanischen Schicht nicht gerechnet werden darf. In den keltischen Ländern gab es offenbar eine vorindogermanische Schicht, und doch lassen sich die keltischen Wörter, die Orts- und Stammesnamen eingeschlossen, im allgemeinen leichter auf das Indogermanische zurückführen als die germanischen. Man denke daran, daß über die Erklärung des Wortes „Kelte“ große Übereinstimmung herrscht, während für den Germanennamen ein halbes Dutzend Erklärungen nicht ausreichen. Die ältesten germanischen Orts- und Stammesnamen bieten der Schwierigkeiten genug, ebenso die germanischen Ausdrücke für das Seewesen. Aber zu einem selbständigen Beweis halte ich all das im Gegensatz zu Feist und Güntert nicht für ausreichend.

Gut hebt Neckel die Pferdefreudigkeit der alten Germanen hervor. Keineswegs heben sie sich durch das Fehlen einer

solchen von den übrigen Indogermanen ab. Nun ist das Wildpferd im Norden Europas nicht nachgewiesen; anderseits weist alles auf die Entstehung der Pferdezeit bei den türkischen und vor allem den mongolischen Steppenvölkern Innerasiens. Nirgends gibt es Völker, die so mit dem Pferde verwachsen wären. Wagen und Rad wird man ebenfalls von den türkisch-mongolischen Stämmen herleiten müssen. Befindet sich die erste Heimat der Indogermanen in Innerasien, so erklärt sich ihre alte Pferdezeit, ihre Heilighaltung des Pferdes und manche andere Übereinstimmung mit jenen Stämmen. Daß sie, vielleicht schon ihre frühen Vorläufer, das Pferd nach Europa mitbrachten, wird nahegelegt durch ein in Kolsan (Norwegen) aufgefundenes Netzgerät aus Pferdeknöcheln (Menghin, Weltgeschichte der Steinzeit S. 311). Nordeuropa, 2000 v. Chr. schon bis auf die nördlichsten Teile indogermanisch, zeichnet sich früh durch besondere Vorliebe für das Pferd aus. Ein im indogermanischen Abendland entstandener schwerer Schlag findet sich auf den altpersischen Darstellungen, wodurch allerdings die von Menghin verfochtene und bewiesene Tatsache, daß alles Indogermanentum zunächst von Nordeuropa ausstrahlt, begründet wird; aber über die erste Urheimat ergibt sich daraus noch nichts. Wir müssen wohl mit v. Eickstedt sagen, daß die nordische Rasse in Asien zu Hause ist, daß mehrere Einwanderungen stattgefunden haben, deren erste, vielleicht schon gegen 8000 v. Chr., mit der urfälischen, der sog. Cromagnon-Rasse und einem Zusatz von alpinen Kurzköpfen die Hünengräberbevölkerung bildete, während die letzten Einwanderer als Streitaxtleute oder Schnurkeramiker auftreten und den greifbaren Ausgangspunkt des Indogermanentums bilden. Menghins Ansicht, daß alles Indogermanentum vom nordischen (megalithisch-schnurkeramischen) Kreise ausgeht, bleibt dabei zu Recht bestehen. Vom eigentlichen Germanentum dürfen wir seit Beginn der Bronzezeit sprechen.

Die Hünengräberleute sind echte Bauern, verbinden die Viehzucht mit dem Pflugbau. Zweifellos gilt von den Schnurkeramikern bei ihrer Ausbreitung das gleiche, wenn auch die Vorgeschichtsforscher, unbeeinflusst durch die Indo-

germanenfrage, ein Überwiegen des Hirtentums bei ihnen festgestellt haben. Die Anfänge des Bodenbaues werden sie aus Innerasien mitgebracht haben. „Je weiter südlich, desto mehr Hornviehzucht und desto mehr Ackerbau. Im ausgiebigen Besitze des Schafes stimmen wieder beide, Turkvölker und Indogermanen, überein.“ So sucht Koppers (Die Indogermanenfrage im Lichte der historischen Völkerkunde, Anthropos XXX [1935] 1 ff.) das indogermanische Bauerntum aus den heutigen Verhältnissen Innerasiens zu erklären. Doch scheint es wahrscheinlich, daß sowohl Streitaxtleute wie Hünengräberleute der Hauptsache nach das Bauerntum in Nordeuropa angenommen haben. „Wir müssen zwei Arten von Bauerntum unterscheiden: die primäre, die dadurch entstand, daß sich Schweinezüchter- und Hornviehzüchterkultur unmittelbar miteinander vermischten, und eine sekundäre, die auf Ausbreitung des primären Bauerntums, zum Teil auch verbauerter Stadtkultur zurückgeht. Zur ersten gehören die orientalischen, zur zweiten die europäischen Dorfkulturen. Die Richtigkeit dieser Aufteilung läßt sich auch durch chronologische und typologische Gründe stützen. Die orientalischen Dorfkulturen setzen früh im vierten Jahrtausend ein, die europäischen mit dem dritten. (Wer etwa diese Zahlen zu niedrig findet, muß logischerweise mit beidem hinaufrücken.) Im Orient treten, soweit das Material ein Urteil gestattet, zuerst nur Rind und Schaf auf, die Ziege kommt später nach. In Europa erscheinen Schaf und Ziege gleichzeitig. Die ältesten orientalischen Dorfkulturen besitzen ferner die Horntiere in Rassen, die der Wildform noch näher stehen als die europäischen Kümmerformen“ (Menghin, Weltgesch. der Steinzeit, S. 467). Menghin, der eine Vorliebe für kleine Zahlen hat, läßt für die Zeit des Beginnes bäuerlicher Landwirtschaft im Norden einen gewissen Spielraum. Dies ist angesichts der Tatsache, daß der im ostfriesischen Moor von Walle entdeckte Pflug — ein gebogener Eichenast mit Pflugschar und Vorrichtung zum Anspannen von Zugtieren — laut Pollenuntersuchung ins vierte Jahrtausend v. Chr. zurückzugehen scheint, sehr angebracht gewesen.

Mit dem Beginn der Bronzezeit war,

wie gesagt, der Aufbau des Germanentums vollendet. Bekannt sind die prachtvollen Leistungen des germanischen Bronzealters, das anfangs nur Dänemark, Südschweden und Schleswig-Holstein umfaßte und die Zeit von 1800 bis 1000 v. Chr. ausfüllt. Der französische Vorgeschichtsforscher Déchelette gibt der nordischen Bronzekultur vor den andern Kreisen des bronzezeitlichen Europas, mit Ausnahme Urgriechenlands, den Vorzug, was Feinheit der Formen, Verschiedenheit der Gattungen, Vervollendung der Ausführung und Reichtum der gestochenen Verzierung angeht. Neckel weist noch einmal die längst widerlegten Anschauungen zurück, es handle sich bei den Erzeugnissen dieser so eigenartigen und geschlossenen Gesittung um Leistungen von Kelten, Phöniziern, Römern oder Etruskern. Gegen Montelius und die übrigen besonnenen Vertreter der Vorgeschichte, die die Erfindung der Bronze dem Morgenland zusprechen, bringt Neckel nichts Weltbewegendes vor. Wir brauchen hier nur auf die klassischen Arbeiten des Schweden Montelius zu verweisen. Schon der Umstand, daß die Bestandteile der Bronze, Kupfer, und Zinn, von allen in Frage kommenden Gebieten nur in Persien, Nordwestarabien und Kleinasien gemeinsam vorkommen, beweist die morgenländische Heimat der Bronze. Man muß den Tatsachen Gewalt antun, wenn man dies leugnen will. Übrigens versucht auch Neckel nicht, die Heimat der Bronze in den Norden zu verlegen.

Das Wertvollste im vorliegenden Buche steht auf den Seiten 40—83. Wer je germanische Bronzearbeiten gesehen hat, wird den Worten beistimmen: „Keine dieser Industrien kann an die nordisch-germanischen Erzeugnisse heranreichen, bei denen wir eine klassisch-schöne Formgebung antreffen und eine Ornamentation, die mit den kleinsten Mitteln durch ausgesuchten Geschmack die schönsten Wirkungen erreicht, reich ausgebildet am Schmuck der Frau, sparsamer verwendet bei den Waffen des Mannes. Besonders ist das der Fall bei der zweiten der fünf Perioden dieser Epoche, mit der diese Kultur ihre höchste Blüte erreicht, und wo zugleich das schöne Spiralornament die stärkste Vorherrschaft ausübt.“ Das Schwert, der geschmackvolle, in den Eichensärgen erhaltene

Schmuck, die Webekunst wird besonders gewürdigt. Dem germanischen Seewesen, das ebenfalls zu dieser Zeit eine hohe Entwicklung erreicht hatte, widmet Neckel gebührende Aufmerksamkeit. Ebenso können wir seinen Bemerkungen über die Kriegsführung zustimmen, obgleich man der Gleichung „griechisch: koiranos = nordisch: herian“ wohl kaum eine lange Lebensdauer versprechen darf.

Als Spitzenleistung des germanischen Bronzealters werden mit Recht die herrlichen, als Luren bezeichneten Blashörner betrachtet. Bis jetzt hat man 53, meist in Dänemark, aufgefunden. Die Herstellungsweise, die Schönheit und Mannigfaltigkeit der Töne ist viel bewundert worden. Dazu kommt, daß es sich hier um die ältesten wirklich erhaltenen Klangwerkzeuge von Bedeutung handelt, und daß man nirgendwo außerhalb des Germanengebietes Ähnliches oder gar Vorbilder kennt. Hier kommt Neckel auf die Frage zu sprechen, ob die im Süden ursprünglich nicht geübte mehrstimmige Tonkunst dem Germanentum entstammt. Wenn man bedenkt, daß die Urstämme von Malakka und die Polynesier zweistimmigen Gesang üben — man sehe die Beispiele bei Kolinski: Die Musik der Primitivstämme auf Malakka und ihre Beziehungen zur samoanischen Musik (Anthropos 1930, 585 ff.) —, so wird man den Germanen mehrstimmige Tonkunst sicher nicht absprechen wollen.

Die bronzezeitliche Gottesverehrung, in deren Mittelpunkt die Erdmutter und ihr Gatte, der jährlich wiederkehrende Fruchtbarkeitsgott, stehen, hat der schwedische Forscher Almgren durch Vergleich der skandinavischen Felszeichnungen mit südlichen und östlichen Beispielen und mit der späteren germanischen Götterlehre überzeugend gedeutet. Dieser Kern kommt nach ihm mit dem Bauerntum aus dem Morgenland. Neckel beschreibt den hierher gehörigen skandinavischen Stoff sehr gut.

Von der Bronzezeit geht es hinüber zur Zeit der Christwerdung. Eine Verbindung bildet die bronzezeitliche Siedlung von Buch bei Berlin, deren Herrenhalle ein unverkennbares Gegenstück zu der im angelsächsischen Gedicht Beowulf (gegen 700 n. Chr.) beschriebenen bietet. Dem germanischen Bauerntum der Bekehrungszeit wird die gebührende Ehre erwiesen. Es war genossenschaft-

liche Dreifelderwirtschaft. Wie Leser in seinem Werk: Entstehung und Verbreitung des Pfluges (Anthroposbibliothek Band III, Heft 3) gezeigt hat, war der germanische Landbau dem römischen gleichwertig. Nach Leser geht auf die Germanen auch die Erfindung des Räderpfluges zurück.

Einen Höhepunkt altgermanischen Kunsthandwerks im 9. Jahrhundert bildet das als Grab der norwegischen Königin Asa verwandte „Osebergsschiff“ samt seinem Inhalt. Die herrlichen Schnitzereien am Schiff selbst, der Prunkwagen, die Bettstatt, die vier Schlitten, der Webstuhl, die Kücheneinrichtung, alles weist auf eine bedeutende Entwicklung hin. Wer unsere Vorfahren Alphabeten nennen wollte, dürfte sie wenigstens nicht Afutharken nennen. F, u, th, a, r, k waren die ersten Buchstaben ihrer Runenreihe. Daß man diese Buchstaben für kurze Nachrichten, Inschriften und Zauberei gebrauchte, ist bekannt. „Der älteste germanische Text ist in einem Übergangsalphabet von der etruskischen Schrift zu den indogermanischen Runen abgefaßt und erhalten auf einem Helm aus Negau in Steiermark.... Nach Kretschmer ist aus der Form des Helmes und dem Stil der Zeichen auf das 2. Jahrhundert v. Chr. zu schließen“ (A. Closs, Neue Problemstellungen der germanischen Religionsgeschichte: Anthropos 1934, 477 Anm.). Freuen wir uns, daß wir eine so wertvolle Errungenschaft, wie sie die Aneignung der Buchstabenschrift für unsere Väter bedeuten mußte, hier mit Händen greifen können. Angesichts dieser so befriedigenden Feststellung verzichten wir gerne auf alle Träumereien Herman Wirths, von denen Neckel sich leider nicht ganz frei gehalten hat. Zum Schluß erhalten wir noch einige wertvolle Mitteilungen über altgermanische Dichtkunst. Gerade hier hätte uns Neckel mehr bieten können.

Wir freuen uns im ganzen des von Neckel erstatteten Berichtes, hoffen aber, daß mehr eigentliche Fachleute der Vorgeschichte sich der Aufgabe unterziehen werden, unser Volk mit seinen Anfängen bekannt zu machen. Ein schönes Beispiel hat Schwantes in seiner Deutschen Vorgeschichte gegeben.

Gustav Lehmann S. J.

Das Lebensbuch Gottes.

„Gott ist des Lebens Buch, ich stehe in ihm geschrieben mit seines Lammes Blut: wie sollt er mich nicht lieben? Mensch, wird dein Herz nicht das Buch des Lebens sein, so wirst du nimmermehr zu Gott gelassen ein.“ So beginnt das letzte große Werk, das uns Joseph Haas geschenkt hat: „Das Lebensbuch Gottes.“ Ein Oratorium nach Worten des Angelus Silesius¹. Mit dieser Einleitung ist der Sinn der Titelworte festgelegt — schon Thomas von Aquin führt ihn als einen unter mehreren möglichen an: „Buch des Lebens“ betrachtet als „conscriptio agendorum, quae ducunt in vitam“, das Leben des menschengewordenen Gottessohnes als Ur- und Vorbild alles Menschenlebens, in dem der einzelne Mensch lesen soll, um es nachzugestalten. Das Werk ist also eine Art musikalischer „Nachfolge Christi“. Vielleicht hat kein Leben-Jesu-Oratorium diesen praktischen, nicht historisierenden Grundzug so stark ausgeprägt wie das vorliegende. Selbst Händels „Messias“, zu dem sonst verschiedene geistige Beziehungen bestehen, hat durch die gelegentliche Verwendung geschichtlicher Schriftstellen erzählenden Einschlag. Stärker ist die geistige Verwandtschaft zu Bachs „Matthäusp passion“ mit ihren breit betrachtenden Teilen. Denkt man sich dort alles Berichtende und Schildernde weg und statt dessen nur Reflexionen und Gefühlsäußerungen über die als bekannt vorausgesetzten Heilstaten, so kommt man der Eigenart des neuen Oratoriums ziemlich nahe.

Schon die Wahl des Dichters — Haas hat die Texte selbst aus Angelus Silesius zusammengestellt — läßt ahnen, daß wir es nicht mit einem „dramatischen“ Oratorium zu tun haben, sondern mit einem vorwiegend lyrisch-betrachtenden. Trotz dieser Einseitigkeit die Gefahr der Einförmigkeit gebannt zu haben, ist die Kunst des Komponisten: er hat die Verse zum großen Teil einander dialogisch gegenübergestellt, woraus sich eine ungeahnte Lebendigkeit ergab.

¹ Opus 87. Mainz 1934, B. Schotts Söhne. Besetzung: Sopran- und Altsolo, Frauenchor, ein- und mehrstimmiger gemischter Chor (oder Frauenchor allein) mit kleinem Orchester (oder Klavier bzw. Orgel).