

# Alfred Sigrist (Teufen, 1918-2012)

Autor(en): **Spörri, Hanspeter**

Objektyp: **Obituary**

Zeitschrift: **Appenzellische Jahrbücher**

Band (Jahr): **139 (2012)**

PDF erstellt am: **26.09.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Alfred Sigrist

(Teufen, 1918–2012)

HANSPETER SPÖRRI, TEUFEN (NEFFE)

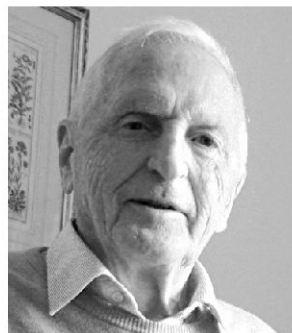
Am 8. Juni 2012 starb in Teufen der Naturarzt Alfred Sigrist im 93. Altersjahr. Er verkörperte als Person die Tradition der freien Heiltätigkeit in Appenzell Ausserrhoden und pflegte ein Wissen, das über Generationen in Bauernfamilien entstanden war – ein Frauenwissen eigentlich, das bei ihm in guten Händen war.

Bereits seine Mutter Karolina Sigrist-Schefer (1891–1976) und seine Grossmutter Katharina Schefer (1850–1928) waren heilkundige Frauen und führten in Teufen eine Praxis. Nach den in der Familie überlieferten Rezepturen stellte auch Alfred Sigrist die traditionellen Salben und Tinkturen her, die den Grundstock seines Arsenal bildeten. Die dafür benötigten Heilpflanzen sammelte er zum grössten Teil selber in Wald und Feld, auf Bergtouren und Spaziergängen.

Als gelernter Drogist mit Diplomabschluss in Neuenburg erwarb er sich im gründlichen Selbststudium ein grosses Wissen über Heildrogen. Aber Pflanzen waren für ihn mehr als nur die Summe ihrer Inhaltsstoffe. Die Wirkung der ganzen Wurzeln, Blüten oder Blätter zog er derjenigen der isolierten Inhaltsstoffe stets vor.

Alfred Sigrist erlebte 1965 den Abstimmungskampf um das neue Gesundheitsgesetz, das er im Gegensatz zu vielen seiner Berufskollegen befürwortete, weil es zwar den Naturärzten ihr Handwerk weiterhin erlaubte, allerdings eine Handhabe zur Bekämpfung der Scharlatanerie bot. Nach dessen Annahme durch die Landsgemeinde wurde er in die kantonale Heilmittelkommission berufen und wirkte mit bei der obligatorischen Inspektion von Naturarztpraxen. Unermüdlich setzte er sich aber auch ein für die Erhaltung der freien Heiltätigkeit.

Den öffentlichen Auftritt mied Alfred Sigrist nach Möglichkeit. Stolz war er, dass es ihm gelang, sein Wissen in leicht verständlichen und



(Bild: Archiv  
Tüüfner Poscht)

deshalb nützlichen Büchern zusammenzufassen. Das erste erschien bereits in den 1950er-Jahren unter dem Titel «Wildwachsende Nahrung». An dessen Ratschläge hielt er sich auch selbst. Bis ins hohe Alter sammelte er in der Natur nicht nur Heilkräuter, sondern fast das ganze Jahr über auch Salat- und Gewürzpflanzen. 1997 und 2001 erschienen die beiden Bücher «Appenzeller Kräuterapotheke» und «Appenzeller Naturarztpraxis» im Appenzeller Verlag.

Obwohl er ein Einzelgänger war, hatte er die Menschen gern. Seine Patientinnen und Patienten konnte er manchmal mit wenigen Worten aufrichten. Denn er wusste: Es ist nicht der Arzt, der heilt. Es sind die Heilkräfte im Menschen selbst, welche die Gesundheit wieder herstellen. Die Selbstheilung war immer das Ziel seiner Behandlung, sei es mit Worten, mit Kräutermedizin oder homöopathischen Tropfen. 1998 übergab er seine Praxis mit allen Rezepturen an Roland Vontobel, mit dem er während mehrerer Jahre zusammengearbeitet hatte.

Die letzten zwei Jahre lebte Alfred Sigrist im Altersheim Lindenhügel in Teufen. Er genoss dort die Betreuung und die Unabhängigkeit und verbrachte viel Zeit in der Natur und mit Gesprächen über Botanik und Heilkunst.