

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 30 (1973)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Der "Wendepunkt" und sein 50jähriges Jubiläum  
**Autor:** Vogel, A.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-554461>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 15.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Arme greifen und ihm helfen, sich mutig wieder aufzurichten, genau so, wie man uns geholfen hat.

Das nennt man tragen helfen, denn sobald man jemanden geistig wieder ins Gleichgewicht bringen kann, so dass er bejahend zu urteilen und zu handeln beginnt, wird er auch wieder einen lebenswerten Ausweg erkennen können. Auch für den Kranken ist ein gutes Wort zur rechten Zeit oft belebender und wirkungsvoller als eine neue Medizin, wenn man ihm aber vor Augen führt, dass man seinen Zustand als erbärmlich betrachtet, auch wenn er uns dies vielleicht bloss aus dem Ausdruck unseres Gesichtes abliest, dann muss er innerlich stark sein, um dadurch nicht erschüttert und mutlos zu werden, was ihm zu bedenklichem Schaden gereichen könnte. – Kranke, die zuversichtlich und frohgemut bleiben, kommen eher wieder hoch, als wenn verkehrtes Mitleid ihre innwohnende Entschlussfähigkeit und Widerstandskraft schwächt. – Es ist also sehr wichtig, dem Kranken oder sonstwie Benachteiligten auf anspornende Weise tragen zu helfen, damit er die Schwierigkeiten zielbewusst schultert und selbst allfälligen Trümmern das Beste entnimmt, wie dies unser Beispiel anschaulich zeigt.

#### **Ansponnende Tragfähigkeit**

Vor allem haben es Ärzte in der Hand, den Leidtragenden Lasten tragen zu helfen. Wer sie innerlich zu stärken und zu ermutigen versteht, wird sich selbst seine Aufgabe erleichtern, denn wenn sich ein Kranke angespornt fühlt, durch eine zuversichtliche Einstellung mitzuwirken, dann wird auch eher eine Heilung zustande kommen können. – Ein Chirurg lobte

einmal eine Kranke, die durch ihr vernünftiges Verhalten seine Bemühungen dermassen unterstützte, dass er die raschen Fortschritte diesem Umstand zuschrieb. Als ihn die Patientin darauf aufmerksam machte, dass er ja der Künstler gewesen sei, meinte er anerkennend, ja, aber es braucht dazu auch die entsprechenden Leute. Wenn man also die gegebenen Wechselwirkungen richtig auswerten würde, dann müsste der Arzt den Kranken in bejahendem Sinne anspornen, so dass dieser in gehobener Stimmung sein Bestes beitragen könnte. Noch immer vermag die Mithilfe der Natur mehr als die ganze Wissenschaft, denn Kranke, die man des Mutes beraubt, können meist schwer wieder hochkommen. So kann sich denn die innere Haltung des Patienten, sein bejahendes Denken und seine Bereitschaft zur Gesundung, als wesentliche Helfer im Kampf gegen das körperliche Versagen auswirken. Wenn der Arzt daher solche Beziehungen zum Kranken richtig zu pflegen und auszuwerten versteht, wird er ihm im wahren Sinne seine Last tragen helfen. Dies wird auch seine Bemühungen günstig unterstützen, ganz besonders dann, wenn er den Ernährungsfragen die richtige Bedeutung beimisst und auch physikalische Anwendungen nebst erfolgreichen Naturmitteln zuzieht. Wie oft aber wird die Last des Kranken unnötig erschwert durch ein Erdrosseln der Fieber und durch Medikamente, die nur den Schmerz betäuben, durch ihre Neben- und Nachwirkungen aber die Heilfähigkeit des Körpers untergraben. Es braucht geschickte Wachsamkeit, um den Menschen im Tragen ihrer Lasten beistehen zu können, und es würde dies viel zum Guten mitwirken.

#### **Der «Wendepunkt» und sein 50jähriges Jubiläum**

Es war um das Jahr 1925 herum, als ich das erstmal mit Dr. Bircher-Benner zusammentraf. Er musterte den damals noch jungen Mann, der so begeistert für natürliche Ernährung und Naturheilmethode Stellung bezog, etwas misstrauisch, denn

ich war als Anfänger gewissemassen doch noch niemand. Immerhin schienen ihn meine Erfahrungen und Ansichten auf dem Gebiet der Rohkost zu interessieren, denn die Versuche, die ich mit Sonne und Rohkost im Hochgebirge vorgenommen

hatte, sprachen ihn irgendwie an. Er erteilte mir in seiner väterlichen Art manchen guten Rat, und mir schien, er entnehme auch meinen Erfahrungen einiges. Leider waren wir nun aber in einem bemerkenswerten Punkte nicht einig, denn ich war der Ansicht, dass der Erfolg gesunder Nahrung durch pflanzliche Heilmittel beschleunigt und verbessert werden könne, wohingegen Dr. Bircher diese Meinung nicht vertrat. Damals standen in der Schweiz bereits vertrauenswürdige, phytotherapeutische Heilmittel, vor allem Frischpflanzenpräparate, zur Verfügung, und sie bestärkten meine Überzeugung. Auf dem Gebiet der Frischkost aber stimmten wir überein, denn Dr. Bircher bezeichnete sie als aufgespeicherte Sonnenenergie, was meinem Empfinden voll entsprach, und die erwähnte Formulierung begrüsste ich als sehr geschickt und einleuchtend. Aber es war da noch ein anderer Punkt, in dem wir uns nicht einigen konnten, denn ich legte schon damals grossen Wert darauf, dass besonders empfindliche Menschen Gemüse und Früchte nicht zur gleichen Mahlzeit geniessen sollten. Dr. Bircher war der Meinung, er könne keinen wissenschaftlich erklärbaren Grund dafür finden. Zwar konnte auch ich ihm keine wissenschaftliche Begründung vorlegen, aber gleichwohl bin ich selbst heute noch überzeugt, dass die praktische Erfahrung meinen Standpunkt rechtfertigt.

Wenn ich nun im Zusammenhang mit dem Leben von Dr. Bircher-Benner etwas bedauerte, dann war es die leidliche Tatsache, auf die ich bei Gelegenheit immer wieder hinweise, dass er an der Universität Zürich keinen Lehrstuhl für Ernährungstherapie erhalten hat. Bis heute ist noch kein solcher errichtet worden, worauf auch die grosse Unwissenheit der Ärzte auf diesem Gebiet beruht.

Kürzlich unterhielt ich mich mit einem befreundeten Arzt über die Ernährungsfrage im Krankheitsfalle. Da er selbst an Krebs erkrankt war, wollte er bei seinem Kollegen, der ihn behandelte, Auskunft einholen, wie es um die Diät und Ernäh-

rungsregeln in seinem Falle bestellt sei. Die Antwort lautete, er könne essen, was er wolle, das habe keinen Einfluss. Der Kranke regte sich darüber natürlich sehr auf, denn er war der Meinung, dass jeder Bauer für ein erkranktes Tier beim Veterinär Anweisung für entsprechende Fütterung erhalte. Es war ihm daher unerklärlich, dass die Ernährung beim Krebskranken keine Rolle spielen sollte. Gut, dass nicht alle Ärzte so eingestellt sind.

### Aufschlussreiche Tätigkeit

In den 50 Jahren seiner Tätigkeit hat «Der Wendepunkt» so viel beweiskräftiges Material über den Heilwert natürlicher Nahrung veröffentlicht, dass jeder, der auf dem Gebiet der Krankenheilung erfolgreichen Aufschluss erlangen möchte, für die geleistete Mühe und Arbeit sehr dankbar sein muss. Ich rede aus Erfahrung, da ich die grosse Mühewaltung, die mit solcher Wirksamkeit verbunden ist, kenne, gab ich doch damals einige Zeit die Gesundheitszeitschrift «Das neue Leben» und später bis heute die «Gesundheits-Nachrichten» heraus, die nun im 30. Jahrgang stehen. Da ich daher die Arbeit von Dr. Ralph Bircher voll zu schätzen weiss, möchte ich ihm gebührend gratulieren, ist er doch in die Fussstapfen seines Vaters getreten, so dass «Der Wendepunkt» weiter bestehen blieb, denn sein heutiger Redaktor besitzt den gleichen Mut, das verständlich darzustellen, was nicht verschwiegen werden darf, selbst auf die Gefahr hin, dass daraus unangenehme Gegnerschaft erwachsen könnte.

«Der Wendepunkt» hat mir durch manchen wichtigen Aufschluss immer wieder Anregung gegeben, um meinen Lesern grundsätzliches Wissen mit meinem eigenen Erfahrungsgut in einer etwas einfacheren, noch volkstümlicheren Sprache bekanntzugeben. Es braucht Freude, Mut und Tatkraft im Kampf für natürliche Lebensweise und gesunde Ernährungstherapie in die Reihen vernünftig denkender Ärzte einzudringen, damit auch diese für die Kranken daraus den notwendigen Nutzen ziehen können. Dieser Arbeit stand

schon Dr. Bircher-Benner gegenüber und da sie heute bei der zunehmenden Erkrankung der Menschheit noch dringlicher ist, wird sich auch Dr. Ralph Bircher der gesteigerten Verantwortung bewusst sein, weshalb es ihm zugute kommt, die entsprechenden Fähigkeiten dafür zu besitzen. Schon liessen sich in Deutschland auf diesem Gebiet viele Ärzte umstellen, und es ist sehr zu begrüssen, wenn auch die

schweizerische Ärzteschaft die Not unserer Zeit erkennt und sich ihnen anschliesst. Dies würde sicher auch für Dr. Ralph Bircher eine gewisse Erleichterung bedeuten, weshalb ihm alle jene, die am gesundheitlichen Wohl der Kranken interessiert sind, fernerhin erfolgreiche Wirksamkeit wünschen.

Als Herausgeber der «GN»  
A. Vogel

## Aus dem Leserkreis

### Ergänzender Warzenbericht

Im April 1969 veröffentlichten wir eine Abhandlung über Warzen und erwähnten dabei auch die erfolgreiche Erfahrung eines Freundes durch die Behandlung mit einem rohen Knoblauchbrei, denn seine Warze verschwand damals vollständig. – Letzten Herbst nun schrieb mir dieser Freund erneut von einer weiteren, noch erstaunlicheren Heilung. Diesmal betraf es seinen 14jährigen Sohn, der schon 6 Monate eine grosse Warze auf seiner rechten, inneren Handfläche hatte. Mein Freund schrieb darüber Näheres wie folgt: «Mein Sohn fragte mich, ob seine Warze vielleicht auch mit Knoblauch zu entfernen wäre? Ich lehnte ab, da sie mir viel zu gross und zu hart erschien. Meine Frau wagte dann aber trotzdem beherzt einen Versuch damit, indem sie meinem Sohn über Nacht einen Wickel mit Knoblauchbrei auflegte. Am anderen Morgen war die Enttäuschung da, denn die Warze blieb unverändert. Dafür hatten sich aber rundherum grosse Wasserblasen gebildet, weshalb wir die Behandlung sofort einstellten. Sieben Tage später kam die Überraschung, denn mein Sohn konnte eine grosse, ausgedörnte Warze vollständig und schmerzlos von der Haut lösen.» So hat sich denn das Mittel ein zweites Mal bewährt, wenn auch in etwas anderer Weise, doch fühlt man sich durch die erfolgreiche Erfahrung angespornt, sich im Notfall seinem Wirkstoff anzuvertrauen.

### Erfolgreiche Vorbereitung zur Operation

Im Herbst letzten Jahres berichtete uns

Frl. Z. aus U., wie vorteilhaft sich ihre Vorbereitung zur Huftgelenkoperation ausgewirkt habe. Sie schrieb: «Zu meiner grossen Freude kann ich sagen, dass die Operation gut verlaufen ist und ich seither im Huftgelenk schmerzfrei und schon wieder schön beweglich bin. Ohne Zweifel haben mich Ihre Mittel: Hyperisan, Aesculaforce, Urticalcin und Crataegisan gut vorbereitet, da ich mich, kurz nach dem Eingriff – entgegen früheren Erfahrungen – ganz wohl fühlte und keinerlei Kreislaufbeschwerden hatte. Mit einem Wort, ich bin so dankbar und empfinde nach all den Jahren mehr oder weniger heftiger Gehschmerzen ein ganz neues Lebensgefühl!»

Nicht alle sind so geschickt wie diese Patientin, die verstanden hat, dass eine unterstützende Vorbereitung des Körpers für die Operation notwendig ist. Es hat sich für sie gelohnt, vor allem dem Kreislauf gute Beachtung zu schenken, sonst wäre sie nachträglich nicht so entlastet gewesen. Die günstige Auswirkung bestärkt unsere diesbezügliche Ansicht und Erfahrung.

### BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH

Öffentlicher Vortrag: Mittwoch, den 21. März, 20 Uhr, im Restaurant «Karl der Grosse», Herr Nussbaumer spricht über: «Biochemie», mit Fragenbeantwortung.

### VEREIN FÜR HOMÖOPATHIE ZÜRICH

Vortrag von Dr. med. F. Pellegrini:  
**Biologische Medizin heute**  
(Homöopathie, Akupunktur, Naturheilverfahren). 15. März 1973, 20 Uhr, im Kramhofsaal, Füsslistr. 4, Zürich 1. Eintritt: Fr. 2.20.