

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 42 (1985)  
**Heft:** 12

**Artikel:** 50 Jahre Erfahrung  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969917>

### **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:** 31.01.2026

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



## 50 Jahre Erfahrung

Nicht umsonst gehen viele Patienten lieber zu älteren Ärzten, nicht nur wegen deren grossem Wissen, sondern auch wegen der Erfahrung, die sie haben. Sie rechtfertigen damit das Vertrauen, das man ihnen entgegenbringt. Besonders in einer ärztlichen Praxis, ob sie nun schulmedizinisch oder naturheilerisch betrieben wird, ist die Erfahrung das Wertvollste, was man dem Leidenden, dem Patienten, bieten kann. Ohne Erfahrung ist der am besten ausgebildete Schulmediziner gehemmt und noch nicht fähig, dem Patienten das zu geben, was er benötigt. Ich denke da an die Jahre um 1920 bis 1925. Ich hatte einen sehr guten Freund, einen Mediziner aus Zürich. Er war einer der besten und fähigsten Medizinstudenten, nicht nur von seinen Mitstudenten und Kollegen, sondern auch von den Professoren sehr geachtet. Ich bin mit Edwin, wie er hiess, oft im Café gesessen, im Kreise seiner Kollegen und wir unterhielten uns oft über wichtige wissenschaftliche Probleme und Neuentdeckungen in der Medizin.

### Mediziner, aber kein Arzt

Edwin hatte Hemmungen. Wenn ihm irgendetwas fehlte, ob er nur erkältet oder von irgendeinem Übel, wie es im täglichen Leben vorkommt, betroffen war, dann fragte er mich um Rat. Oder er ging zu seiner Mutter, die gegen schlimmen Katarrh, gegen Heiserkeit oder sonst einer Krankheit immer ein gutes Kräutlein wusste. Edwin ist nie ein guter Arzt geworden, weil er Hemmungen hatte, weil er sich nicht durchringen konnte, die Psychose, wenn man es so bezeichnen kann, zu überwinden. Er wurde wissenschaftlicher Schriftsteller und hat alles mögliche getan, aber nie den Mut gehabt, sich für den Patienten mit all seinem vielen Wissen einzusetzen und sich zu bewähren. Als er schon älter war, besuchte er mich in Teufen und war stolz darauf, dass sein alter Freund so viel geschrieben hat und bekannt geworden war. Aber er selbst hat trotz seiner Intelligenz

und seiner grossen Fähigkeiten – und ich hatte immer das Gefühl, dass er mir weit überlegen sei – nichts Wesentliches geleistet und hinterlassen.

### Erfahrungsgut namhafter Ärzte

Ich habe mich immer gerne mit älteren und erfahrenen Therapeuten unterhalten, um von ihnen zu lernen. Ich vergesse nicht, wie ich zum Beispiel mit Professor Killian in seinem schönen Heim, in einem Tälchen in der Nähe von Freiburg, zusammengetroffen bin. Er war damals schon ein älterer Mann. Als Chirurg wie auch als Schriftsteller hatte er ganz Enormes geleistet. Eines seiner Bücher «Hinter uns steht der Herrgott», die Aufzeichnung eines Chirurgen, ist so interessant zum Lesen, dass man einen Begriff von einer echten Heilweise erhält. Man lernt sehr viel, wenn man liest, wie er mit grosser Geschicklichkeit die schwersten Fälle übernommen hat, seine Überlegungen und Schlussfolgerungen, bis er diagnostisch das heraus hatte, was notwendig war, um mit gutem Gewissen eine Operation durchzuführen. All das hat mich sehr beeindruckt, und ich habe von diesem Mann, der nicht nur das Operationsmesser, sondern auch die Feder geschickt zu führen wusste, viel gelernt.

Ich denke da an Diskussionen zurück, die ich mit Professor Kötschau geführt habe, einem Mann, der den Mut hatte, als Schulmediziner aus dem konservativen Lager in das Lager der Erfahrungsheilkunde überzuwechseln, und der eigentlich in einem gewissen Sinne als Vater der Ganzheitsmedizin angesehen werden muss. Oder wenn ich mich an meine Gespräche mit Dr. Bircher-Benner erinnere, der auf dem Ernährungssektor viel geleistet hat und an Gespräche mit Professor Kollath und Professor Szabel, dann kommen unzählige Erfahrungen zusammen. Diese Männer haben neben ihrem grossen Wissen, ihrer Ausbildung, das wertvolle Vermögensgut der Erfahrung mit in ihre Tätigkeit einsetzen können.



### **Erfahrung, die Krone ärztlicher Kunst**

Wissen und Ausbildung ist recht, es ist notwendige Voraussetzung, die Erfahrung aber krönt das Wissensgut zum praktischen Erfolg im Beruflichen, wie speziell auf dem Gebiet der Heilkunst. Das Erfahrungsgut ist nicht immer nur aufgebaut auf Erfolgen, sondern auch durch Misserfolge kann man oft sehr wertvolle Schlussfolgerungen ziehen. Manches, was einem später hervorragend gelungen ist, war das Resultat eines früheren Misserfolges. Daraus hat man Erkenntnisse geschöpft und für die Zukunft gelernt. Die Zusammenhänge im Naturgeschehen lernt man nur so besser erkennen und auswerten. Es ist ein Geschenk dieser Menschen an uns, wenn sie dieses Erfahrungsgut in der Literatur niederschreiben und an spätere Generationen weitergeben. Ich möchte an dieser Stelle all denen, die ich erwähnt habe und noch weiteren, die das gleiche getan haben, nämlich ihre Erfahrungen niederzuschreiben, meinen Dank aussprechen.

### **Meine Bücher als Wegweiser**

In jungen Jahren habe ich mir zum Vorsatz gemacht, und meine Lebensgefährtin, die mir ein halbes Jahrhundert treu zur Seite gestanden ist, unterstützte und spornte mich immer wieder an, all meine Erfahrungen, meine Beobachtungen, solange sie frisch waren und gut im Gedächtnis haften, zu Papier zu bringen. So sind meine verschiedenen Bücher entstanden.

Im Jahre 1935 kam das erste, das schon längst vergriffen ist, heraus: «Die Nahrung als Heilfaktor». Vielleicht wird es mir möglich sein, dieses nochmals herauszugeben. Dann kamen noch weitere vier Bücher hinzu, die die meisten Leser schon kennen.

Alle Bücher gehören in einem gewissen Sinne zu unserem Vermächtnis an unsere Mitmenschen, und wir wünschen, dass dadurch noch viele eine Erkenntnis über das Wirken der Natur, über die Heilkräfte, die innere Regenerationskraft, die in uns liegt, die wir als Geschenk des Schöpfers erhalten haben, und über die Wirkungseffekte einer gesunden Denk- und Ernährungsweise bekommen. In den vielen Jahr-

zehnten haben wir hunderte und aberhunderte von Briefen aus dem In- und Ausland erhalten. Menschen, die oft scheinbar unheilbare Krankheiten hatten, und durch eine Änderung ihrer Lebensweise, in der Ernährung, in der geistigen Einstellung, wieder gesund geworden sind, teilten uns dies voller Freude mit. Sie haben ihre innere Kraft mobilisiert durch einen anderen Lebensmodus, und darauf haben sie berichtet, was die Natur an ihnen zustande gebracht hat. Nicht wir Menschen sind die grossen Heiler und Helfer, die Natur ist die grosse Heilerin. Wir können bestimmt raten, unser Erfahrungsgut zur Verfügung stellen, unsere Beobachtungen übermitteln, aber heilen muss die Natur. Und wenn sie nicht heilt, dann heilt niemand und nichts. Man muss ihr die Voraussetzungen schaffen, und das andere wird sie dann von selbst tun.

### **Es ist nie zu spät!**

Nach einem halben Jahrhundert intensiver Tätigkeit sehe ich immer mehr, wie gütig die Natur ist, wie es praktisch nie zu spät ist, sich zu besinnen und umzustellen. Viele Leute denken, dass es für sie keinen Wert mehr hat, weil sie zu lange Chemie eingenommen und somit zuviel in ihrem Körper verdorben haben. Es ist aber eigenartig: wenn in der Erbmasse noch Reserven und regenerierende Kräfte vorhanden sind, dann kann man auch in ganz schweren Fällen noch Wunder erleben. Darum möchte ich, wie immer die Dinge verlaufen, alle auffordern, diesbezüglich nicht nachzugeben, der Natur die Möglichkeit bieten, ihre Wunder zu beweisen. Und sie tut es gerne, wenn noch irgendwelche Reserven vorhanden sind.

### **Mit dem Buchinhalt vertraut machen**

Ich möchte aber zugleich mit dieser Feststellung an die Hunderttausenden von Lesern die Bitte richten, meine Bücher gut zu studieren, die Erkenntnis und das Erfahrungsgut darin für sich zu verwerten. Dass, was man dafür ausgibt, ist ja nur ein kleiner Anteil an Papier und Druck und die Begleitumstände. Die Werte, die darin zur Ver-



fügung stehen, das ganze Erfahrungsgut, jahrzehntelange Überlegungen und Beobachtungen, das kann mit dem Buchpreis nicht aufgewogen werden. Es soll, wie von jedem Autor, der sich die Mühe genommen hat, seine Erfahrungen und sein Wissen zu Papier zu bringen, ein Geschenk sein und als solches sollte es betrachtet werden. Es ist der Lohn meiner Mühe, einen weltweiten Leserkreis gefunden zu haben.

### **Zuerst nachschlagen – dann schreiben**

Man sollte an Autoren, besonders wenn sie das achte Lebensjahrzehnt überschritten haben, nicht wegen jeder kleinen Unpässlichkeit, sei es Schnupfen oder Erkältung, herantreten. Damit würde viel Kraft und Zeit auch dem Schreibenden erspart bleiben. Besser wäre es, sich zuerst die Mühe zu machen, in einem der Bücher nach einer Lösung zu suchen und erst dann zu schrei-

ben. Es gibt Leute, die sich jahrelang mit einem Leiden herumplagten und dann ungeduldig innerhalb von drei Tagen eine Antwort erwarten, und wenn diese nicht gleich erfolgt, einen mit Telefonaten bedrängen. Ein solches Verhalten ist unverständlich. Eine Antwortfrist von zehn Tagen darf man vom Schreibenden, im Hinblick auf die grosse Flut der Briefe, wohl erwarten.

Wer mit der Natur und den ganz einfachen, natürlichen Anwendungen gute Erfahrungen gemacht hat, der bespreche dies mit seinen Freunden und seinen Kollegen, damit sie ebenfalls von der Güte und der Zuverlässigkeit der Natur und der in uns wohnenden regenerierenden Kräfte überzeugt werden können. Vergessen Sie auch nicht, uns diese Erfahrungen mitzuteilen, damit eine grosse Leserschaft der «Gesundheits-Nachrichten» einen Nutzen daraus ziehen kann.

## **Alt werden und jung bleiben**

Oft werde ich aufgefordert, in Kreisen von Pensionierten über dieses Thema zu sprechen. Im Grunde genommen sollte man auch mit Jugendlichen über dieses Thema diskutieren können, aber in diesem Lebensabschnitt hat man eben noch wenig oder gar kein Interesse, gesundheitliche Vorsorge zu treffen, um eben im Alter noch mit gewissen Reserven und einer guten Grundlage rechnen zu können. In der Regel kümmert man sich erst um seine Gesundheit, wenn sie anfängt in eine Krise zu geraten.

### **Es ist nie zu spät**

Oft sagen ältere Leute, einen alten Baum kann man nicht mehr versetzen, oder es hat doch keinen Wert mehr, wenn all die Altersbeschwerden kommen, sei es nun Rheuma, Nervenschmerzen, Schwierigkeiten mit dem Darm oder sonstige Probleme, die als eine Folge von Fehlern in der Ernährung, der Lebensweise oder irgendwie einer Überbeanspruchung des Körpers in Erscheinung treten. Diese Einstellung ist im

Grunde genommen falsch. Der Körper ist immer bereit zur Regeneration. Man muss ihm nur helfen und die Möglichkeit dazu geben. Es ist falsch, wenn man Krankheits-symptome unterdrückt, ob es sich nun um Kopfweg, unbestimmte Schmerzen, eine Gehbehinderung oder sonst eine Störung, die einen plagt und Unannehmlichkeiten verschafft, handelt. Statt die Symptome mit Chemie oder einem Betäubungsmittel zu beseitigen, muss man sich darüber klar werden, was die Ursache dieser Beschwerden ist und woher sie kommen. Wenn man dann den Grund erkannt hat, dann muss man eben die Natur unterstützen, damit sie selbst die Störung wieder korrigiert. Es ist nun eine Erfahrungstatsache, und wir dürfen darauf vertrauen, dass die Natur immer bereit ist zu regenerieren, wenn man ihr dabei hilft. Es braucht allerdings etwas Zeit und Geduld. Es geht nicht so schnell wie mit irgend einem Betäubungsmittel oder mit einer Tablette, also einem chemischen Präparat.