

Mit Rohkost gegen die Degeneration

Vor 100 Jahren: Max Bircher-Benner gründet das Sanatorium «Lebendige Kraft»

S. Furger

Im März 1904 bezieht der spätere Rohkostpionier und Lebensreformer Max Bircher-Benner den Klinikneubau am Zürichberg. Das folgende historische Streiflicht skizziert einige Aspekte von Bircher-Benners Nährwertlehre und der frühen Klinikgeschichte. Aus Anlass des Centenariums lädt das Bircher-Benner-Archiv am Medizinhistorischen Institut und Museum der Universität Zürich zu Festakt (5. März 2004) und wissenschaftlichem Symposium (6./7. März 2004) ein.

Sogleich nach dem Staatsexamen eröffnet der junge Arzt Maximilian Bircher (1867–1939) im Jahre 1891 eine Praxis im Zürcher Industriequartier. Schon während der Studienjahre in Zürich und Berlin hat er die Lücke beklagt, die sich in der damaligen «Schulmedizin» zwischen dem Wissenszuwachs im Bereich von Anatomie, Physiologie und Diagnostik und der therapeutischen Anwendbarkeit dieser oft experimentell gewonnenen Erkenntnisse weitet. Er kritisiert die gängigen Arzneimittelbehandlungen als rein symptomatisch und erwartet von einer zukünftigen Medizin, dass sie Ursachenbehandlung betreibt und seelische Prozesse miteinbezieht.

Zwei Erfahrungen über den günstigen Einfluss von Rohkost – die Heilung einer schwer magenleidenden Patientin und seine eigene Genesung von einer Gelbsucht – lenken die Aufmerksamkeit des seit 1893 verheirateten Bircher-Benner auf die Bedeutung der Ernährung für Gesundheit und Krankheit, so jedenfalls ist es in der Vermächtnisschrift des später als Pionier der Vollwertkost berühmt gewordenen Mediziners nachzulesen [1]. Um das Heilpotential der vegetabilen Rohkost unter kontrollierten Bedingungen weiter studieren zu können, gründet Bircher-Benner 1897 in Zürich-Hottingen eine kleine Privatanstalt. Er nennt sich nun «Spezialarzt für diätetisch-physikalische Therapie» [2], seine Thesen über die Wirkungsweisen seiner Heilkost stossen jedoch bei der Zürcher Ärztesgesellschaft auf heftige Ablehnung. Bircher-Benner arbeitet trotzdem weiter. 1903 legt er mit der Schrift «Grundzüge der Ernährungstherapie auf Grund der Energetik» einen Versuch vor, seine Erkenntnisse theoretisch zu fundieren. Seine Energetiklehre setzt beim Sonnenlicht als primärer

Abbildung 1

Der Sanatoriumsbau von 1904 am Zürichberg (Bircher-Benner-Archiv).



Korrespondenz:
Sonja Furger, lic. phil.
Medizinhistorisches Institut
und
Museum der Universität Zürich
Hirschengraben 82
CH-8001 Zürich

E-Mail:
sonja.furger@mhiz.unizh.ch

Abbildung 2

Bircher-Benner isst sein Müesli (Bircher-Benner-Archiv).



Kraftquelle für alles organische Leben ein. Nicht der Gehalt an Eiweiss, Fett, Kohlenhydraten und Mineralsalzen entscheide über die Hochwertigkeit der Nahrung, sondern die Qualität einer in ihr enthaltenen energetischen Spannung. Laut Bircher-Benner ist dieser anerkannterweise (noch) nicht messbare Wert bei frischen unverarbeiteten Früchten und Nüssen am höchsten, weshalb sie – beispielsweise in Form des Original-Birchermüeslis – den Kurtisch dominieren.

In den folgenden Jahren wird Bircher-Benner sein Theoriegebäude laufend weiterentwickeln unter oft selektivem Bezug jeweils aktueller Wissenschaftsparadigmen – so der keimtötenden Wirkung von Natur- und Kunstlicht, der Rolle des Harnstoffwechsels in der Ätiologie der Gicht, der Bedeutung der sogenannten Oralsepsis bzw. intestinaler Autointoxikation bei verschiedensten chronischen Krankheiten u. a. m. Seinem Syntheseverfahren liegt jedoch immer die Idee einer einst naturhaft gegebenen Harmonie des menschlichen Organismus zugrunde, der sich der Leidende wieder annähern muss, will er

Leistungsvermögen, Lebensfreude und Gesundheit zurückgewinnen. Bircher-Benner leitet daraus «Ordnungsgesetze des Lebens» [3] ab, die sein therapeutisches Handeln ebenso bestimmen wie den Anstaltsbetrieb.

Ein vollkommener Naturzustand, der spätestens mit der Industrialisierung verlorengegangen sei, die Förderung von Selbstheilungskräften, die Hinwendung zu natürlichen Heilfaktoren wie Sonne, Luft, Wasser und Bewegung*, der Vegetarismus – dies alles sind Postulate, die Bircher-Benners Teilhabe an der heteroformen, doch gut vernetzten bürgerlichen Lebensreformbewegung deutlich machen. Mit den Sehnsüchten partizipiert er auch an deren Entartungsängsten: «Die Zuchtwahl können wir nicht unter Polizeiaufsicht stellen», schreibt er 1906, hingegen sei ein Umdenken in der Ernährungsfrage, hin zu vegetabiler Rohkost, «zur Abhülfe der augenblicklichen Not» jedem einzelnen möglich. Sein Sanatorium sieht er folglich als «Lebensschule» und als ein «wirksames Instrument gegen die Degeneration» [4].

Bircher-Benners Heil- und Sinnstiftungsangebot erfreut sich wachsender und internationaler Nachfrage. Im März 1904 kann er von der 6-Betten-Anstalt in Zürich-Hottingen zum neu erstellten vierstöckigen Sanatoriumsbau am Zürichberg mit dem programmatischen Namen «Lebendige Kraft» umziehen. 1913 sind weitere Bauten dazugekommen, u. a. zwei «Schweizerhäuschen» [5] im Chaletstil. Den Kurgästen aus aller Welt stehen am Vorabend des Ersten Weltkrieges über sechzig Betten zur Verfügung, ein fünfköpfiges Ärzteteam sowie eine unbekannt grosse Anzahl weiteren Personals in Küche, Pflege, Labor, Therapie, Garten- und Hauswirtschaft. Für die neu konzipierte Kinderabteilung hat Chefarzt Bircher-Benner zusätzlich einen Pädagogen eingestellt.

Die Kriegs- und Nachkriegsjahre bringen einen Einbruch in den Belegungszahlen mit sich, doch in den 1920er Jahren erfolgt ein erneuter Aufschwung. Auch Bircher-Benners publizistische Aktivitäten intensivieren sich: 1923 gründet er die Zeitschrift «Der Wendepunkt im Leben und im Leiden». Seine Reputation als Vordenker in Ernährungsfragen kulminiert mit der Rezeption von Resultaten aus der Vitaminforschung. Auch nach seinem Tod bleibt die «Bircher-Benner-Klinik», wie sie nun heisst, über Jahrzehnte wichtiger Bezugspunkt für Naturheilkunde und Ganzheitsmedizin. 1994 wird der Klinikbetrieb eingestellt, der in seiner Kernsubstanz erhalten gebliebene, ursprüngliche Sanatoriumsbau dient heute den «Zurich Financial Services» als Tagungszentrum [6].

* Wobei, dies gilt es anzumerken, solche Anwendungen durchaus mittels moderner Technologie bzw. technisch generierter Substitute wie beispielsweise elektrischer Ströme oder künstlicher Lichtquellen erfolgen konnten. Rückwärtsgewandtheit schloss die Beanspruchung industrieller Produkte und Technologien keineswegs aus.

100-Jahr-Feier

Das Bircher-Benner-Archiv am Medizinhistorischen Institut und Museum der Universität Zürich (www.mhiz.unizh.ch/projects/bircher_benner) nimmt das Centenarium zum Anlass, um an Person und Werk Bircher-Benners zu erinnern und um im Rahmen eines wissenschaftlichen Symposiums sein Denken und Schaffen aus historischer Sicht zu interpretieren. Das Bircher-Benner-Archiv ist u.a. im Besitz eines grossen Teils der erhalten gebliebenen Krankenakten der ehemaligen Bircher-Benner-Klinik, einer medizin- und sozialgeschichtlich reichen Quelle, die zurzeit mit digitalen Hilfsmitteln erschlossen wird.

Festakt am Freitag, 5. März 2004

16.00 bis etwa 18.00 Uhr, mit anschliessendem Apéro.

Unter dem Titel *Erinnerung an die Bircher-Benner-Klinik* sind u. a. folgende Beiträge vorgesehen:

- Erinnerungen aus der Sicht einer ehemaligen Patientin
Maria Becker, Schauspielerin, Zürich
- Maximilian Bircher-Benner und die Präventivmedizin
Nationalrat Prof. Dr. med. Felix Gutzwiller, Direktor des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich
- «Schulmedizin» – «Komplementärmedizin»: zur aktuellen Problematik eines alten Verhältnisses (Festvortrag)
Dr. med. Hans Heinrich Brunner, Präsident FMH

Musikalische Umrahmung durch das Ensemble Chamäleon.

Wissenschaftliches Symposium

am Samstag und Sonntag, 6./7. März 2004

Samstag: 9.00 bis 17.30 Uhr; Sonntag: 9.00 bis 12.30 Uhr

Maximilian Bircher-Benner und seine Klinik im historischen Kontext, unter diesem Titel versammeln sich rund zwanzig Referentinnen und Referenten aus den USA, Frankreich, Schweden, Deutschland und der Schweiz, um anhand aktueller Fragestellungen aus dem Bereich der Medizin-, Sozial-, Politik- und Geschlechtergeschichte das Phänomen Bircher-Benner zu kontextualisieren. Insbesondere interessiert, Leben, Werk und Rezeption des Ernährungs- und Lebensreformers in vergleichender Perspektive zu diskutieren.

Beide Veranstaltungen finden in Zürich an der Keltenstrasse 48 (Zürich Development Center) statt, also am historischen Ort der ehemaligen Bircher-Benner-Klinik. Festakt und Symposium sind öffentlich, es wird um Anmeldung bis zum 21. Februar 2004 gebeten. Für das Symposium wird ein Tagungsbeitrag von Fr. 50.– erhoben. Das detaillierte Programm ist auf der Website des Medizinhistorischen Instituts und Museums der Universität Zürich ersichtlich (www.mhiz.unizh.ch/bb-symposium), das gedruckte Programm kann auch über das Tagungssekretariat (Tel. 01 634 41 60 oder über E-Mail: BBK100@mhiz.unizh.ch) angefordert werden.

Literatur

- 1 Bircher-Benner M. Vom Werden des neuen Arztes: Erkenntnisse und Bekenntnisse. Dresden: Heyne; 1938.
- 2 Prospekt des Centralbades von 1901.
- 3 Bircher-Benner M. Ordnungsgesetze des Lebens als Wegweiser zur Gesundheit. Zürich: Wendepunkt-Verlag; 1938.
- 4 Anstaltsprospekt des Sanatoriums «Lebendige Kraft» aus dem Jahre 1906, S. 28.
- 5 Anstaltsprospekt des Sanatoriums «Lebendige Kraft» aus dem Jahre 1913, S. 9.
- 6 Zur weiteren Lektüre empfohlen: Wirz A. Die Moral auf dem Teller, dargestellt an Leben und Werk von Max Bircher-Benner und John Harvey Kellogg ... Zürich: Chronos; 1993.