

Prof. Arnold Ehret

Lebensfragen

Vorwort zur ersten Auflage.

Ich folge der Aufforderung vieler Freunde und Anhänger, wenn ich meine Aufsätze, die in verschiedenen Zeitschriften erschienen sind, gesammelt vor meine Leser treten lasse. Sie geben in dieser Form ein einheitliches Bild, und die in ihnen niedergelegten Erfahrungen und Lebensgrundsätze können so viel mehr Nutzen bringen.

Den Besitzern meines Buches *Kranke Menschen*, das so rasch die weiteste Verbreitung gefunden hat, werden die „Gesammelten Aufsätze“ eine willkommene Ergänzung sein.

Arnold Ehret

Vorwort zum sechsten bis zehnten Tausend

Die Bücher *Arnold Ehrets*, den leider in fremden Ländern ein jäher („Unfall“?) -Tod ereilte, sind seit langem vergriffen und werden sehr viel verlangt. Dies lässt den Verleger, wenn auch unter ungeheuren Schwierigkeiten, wagen, neben der Neuerscheinung dieses Buches an eine neue Herausgabe von „**Kranke Menschen**“ als 13. - 20. Tausend heranzutreten. Dazu kommt in einem „Lehr- und Fastenbrief“, I. - 5. Tausend, vom gleichen Verfasser eine praktische Nutzenanwendung für die Ehret - Nachfolger.

Ehret ist tot, aber in seinen Werken soll dieser hochverdiente Gesundheitsapostel fortleben, den vielen Anhängern seiner originellen, auch von Ärzten geschätzten Lehren, zur Freude und den kranken und gesunden Menschen zum Nutzen,

Fürstenfeldbruck, im Herbst **1923**.
Der Verleger

Ein 49-tägiger Fastenversuch

(Vegetarische Warte 1909: Nr. 19, 20 u. 22, 1910: Nr.1 u. 2.)

Mein in diesem Sommer vorgenommener Fastenversuch von **sieben** Wochen bildet den Abschluss einer Reihe von diätetischen Versuchen, die ich in den letzten 12 Jahren vorgenommen habe und deren wichtige lehrreiche Ergebnisse ich hiermit zum ersten Male der Öffentlichkeit unterbreite. In der Tat sind meine Erfolge derart zugunsten der vegetarischen Ernährung und besonders der **Obstdiät** ausgefallen, dass es Zeit ist, sie den Vegetariern vorzulegen. Wenn ich mich zum Artisten herabgewürdigt habe, indem ich mich in „Kastans Panoptikum“ in Köln in eine vom Königlichen Notar *Dorst* versiegelte Glaszelle einschließen und Tag und Nacht vom Publikum begaffen ließ, so geschah dies aus drei wichtigen Gründen, mit denen ich dem allgemeinen Vorurteil gegen Schaustellungen begegnen möchte:

1. Um mich selbst gegen die Versuchung zu schützen, feste Nahrung zu mir zu nehmen.
2. Um dadurch einen amtlichen dafür zu erlangen, dass ich ohne jede Spur von fester Nahrung geblieben bin. Vorbei sind ja die Zeiten, wo man als Einsiedler im Walde fasten konnte und damit Glauben fand.
3. Um die Lehre vom Fasten an die breite Öffentlichkeit zu bringen. So wurde ich denn am 26. Juni 1909, abends 8 Uhr, nachdem ich einen Vortrag über die Einwirkung des Fastens auf den menschlichen Körper gehalten hatte, in die vorher genau untersuchte Zelle eingeschlossen und diese versiegelt.

Zu meiner Beschäftigung hatte ich Bücher, Zeitschriften, Schreibzeug, Zeichen- und Malgeräte mitgenommen. Ferner hatte ich 125 Liter Birresborner Wasser erhalten, das mir allerdings auch als Waschwasser dienen musste. In der Zelle war ausserdem ein gutes Bett, da gut zu ruhen sehr wichtig und schlafen nötiger als essen ist, worüber ich später noch sprechen werde. Ferner hatte ich zur Verfügung: eine automatische Waage, einen transportablen elektrischen Ventilator und einen elektrischen Fußwärmer. Meine Kleidung bestand aus einem Reformanzug von eigenem Schnitt.

Meine Zelle war 3 m hoch, war unten mit einem 30 cm hohen Gipssockel und oben mit einem 60 cm hohen Einsatz aus feinsten Fliegengaze versehen, die den Luftzutritt er möglichte. Zwischen beiden waren Glasscheiben von 1,60 m Höhe eingefügt. Um mir Korrespondenzen zu ermöglichen, hatte man in einer Leiste einen Spalt herstellen lassen, der nur durch einen Sägeschnitt gebildet war und nur eben genügte, um eine Postkarte durchzustecken. Einen Brief konnte man nur so

hindurchbefördern, dass man ihn öffnete und die Blätter einzeln durch den Spalt schob.

Ich hatte die Absicht, 51 Tage zu fasten, musste aber nach 49 Tagen aufhören, weil ich unter den sehr ungesunden Verhältnissen zu leiden hatte. Der Mangel an Licht und Luft, namentlich aber der Mangel an Ruhe und Schlaf, machte diesen Versuch weit schwieriger als die früheren, die ich in völliger Freiheit durchgeführt hatte.

Frische Luft ist das erste und wichtigste Nahrungsmittel. Ist sie reichlich vorhanden, dann ist die Kraftabnahme beim Fasten wesentlich geringer.

Im Panoptikum hätte ich mein Leben aufs Spiel gesetzt, hätte ich die Luft eingeatmet, welche die an den zwei letzten Tagen zu erwartenden Zuschauer im Saale erzeugt hätten. Ich verlangte daher nach 49 Tagen Öffnung der Zelle.

Ein dortiges Blatt schrieb darüber:

„Nach 51 tätigen Fasten sollte gestern Abend die Befreiung des Hungerkünstlers Arnold Ehret alias Num Nasor aus seinem notariell versiegelten Glashause in *Kastans Panoptikum* stattfinden. Es kommt indessen bekanntlich immer anders als man denkt. Das musste auch die Direktion des Panoptikums erfahren. Und zwar sollte gerade der „Mann, der schafen kann“ (arabisch: Num *Nasar*) derjenige sein, der ihr schlaflose Nächte bereitete. Allerdings hatte die in der Bezeichnung „Num Nasar“ zum Ausdruck kommende Fähigkeit des Schlafenkönnens in der letzten Zeit nur theoretische Bedeutung, denn in der Praxis störte das ungebührliche-Benehmen vieler nächtlicher Besucher schon geraume Weile den zur Durchführung des Experiments so notwendigen Schlummer Num *Nasars*. Und auf diesen Umstand wird es wohl in erster Linie zurückzuführen sein, wenn der Fastenkünstler das gesteckte Ziel nicht ganz erreicht hat. Bedenkliche Störungen seines Wohlbefindens nahmen am letzten Samstag bedrohlichen Charakter an, so dass die Direktion in ihrem Verantwortungsgefühl sich ver-anlasst sah, einen Arzt kommen und nach notarieller Entsiegelung der Zelle Num Nasar von diesem untersuchen zu lassen. Der ärztliche Rat lautete auf tunlichst sofortige Beendigung des schon 49 Tage dauernden Fastens. Doch wollte die zähe Willenskraft Num *Nasars* sich anfänglich der Weisung nicht fügen, sondern verlangte Fortsetzung des Versuchs bis zu dessen programmäßigem Ende. Allein, kaum hatte man die Zelle durch den Notar aufs Neue versiegeln lassen, als sich abermals nervöse Krisen einstellten, die selbst die Energie eines Num *Nasars* besiegten. (Folge des Massenbesuchs der letzten Tage. A.E.) So ward denn dieser zwei Tage vordem in Aussicht genommenen Termins befreit. Aber die fehlenden 48 Stunden vermögen nicht das Staunen zu vermindern, das uns eine Leistung im Fasten wie die von Arnold Ehret abnötigt, der es

vermochte, sich 49 Tage jeglicher Speise zu enthalten."

Man ersieht hieraus, dass mich meine Energie immer noch nicht verlassen hatte. Aber alles hat schließlich seine Grenzen.

Ich hatte mit 49 Tagen einen neuen, unerreichten Weltrekord im Fasten aufgestellt.

Denn der berühmte Berufs-Hungerkünstler *Ricardo Sacco* nennt sich Weltmeister der Hungerkunst aufgrund eines Experiments von 47 Tagen in Breslau. Er will jetzt 55 Tage fasten, um mich zu schlagen. Er möge sich hier Sorge wegen meiner Konkurrenz beruhigen, da ich das Fasten nicht berufsmäßig, sondern aus rein wissenschaftlichen Gründen vollführe und mit diesem öffentlich großen Versuche auch beschließe. Obgleich das Panoptikum an die Ärzteschaft Kölns Zirkulare mit einigen ärztlichen Gutachten gesandt hatte, welche die Zuverlässigkeit und die Reellität sowie den wissenschaftlichen Wert meiner Versuche klarstellten, hatte sich nur ein einziger (Dr. M.) offen dafür interessiert. Allerdings sind mir dessen Anordnungen insofern verhängnisvoll geworden, als mir damit die Möglichkeit abgeschnitten wurde, meine bereits vielfach erprobte Diät (Getränke und Speisen) nach dem Fastenversuch zu erhalten. Die Folge hiervon ist, dass ich zur Zeit des Niederschreibens dieses Aufsatzes noch nicht recht auf den Beinen bin, während ich sonst schon am anderen Tage auch nach 32 tätigem Fasten wieder munter war. Ich komme im zweiten Teil, dem theoretischen, noch genauer auf die Diät nach dem Fasten als Heilmittel zurück. Ich will nur bemerken, dass der wichtigste und gefährlichste Augenblick des ganzen Versuchs hierin liegt und dass vor allem Dilettantismus bei Fastenkuren eben darum aufs Entschiedenste gewarnt werden muss. Wenn nicht von einem hierin erfahrenen Arzte oder sonst guten, die Kur überwachenden Praktiker genaue Anordnungen, je nach Krankheit, Zahl der Fasttage, Individualität, Jahreszeit usw. getroffen werden, so ist damit Lebensgefahr verbunden, namentlich dann, wenn in der Angst nach Reizmitteln, wie Bohnenkaffee, Alkohol, Bouillon usw. gegriffen wird.

Gewöhnlich um die Zeit des 11. bis 13. Tages, die sog. kritische Zeit, raten gewisse Schwächezustände ein, die, wenn sie durch Todesangst des Unerfahrenen und des selbständig vorgehenden Dilettanten noch gesteigert werden, bedenklich werden können. Allein der Zustand nimmt mit der Zeit zu, er hält nicht einmal an, und somit kann man unter Umständen am 17. oder 18. Tag wieder leistungsfähiger sein als am dreizehnten. So konnte ich in Köln am 17. Tage ein Gewicht von 30 Pfund öfter stemmen als einige Tage vorher. Die Kräfteabnahme verläuft also bis zu einer gewissen Zeit nicht fortschreitend mit der Anzahl der Fasttage, sondern kurvenmäßig. Etwa vom 40. Tage an trat allerdings in Köln ein anhaltender Schwächezustand ein. Ich glaube aber, dass in frischer, staubfreier Luft und bei genügender Ruhe die Kräfte weit länger

erhalten bleiben. Ich habe in Köln, obgleich ich es durch Autosuggestion ähnlich den Fakiren zu einer gewissen Schlafkunst gebracht habe, während der ganzen 49 Tage nicht eine halbe Stunde ruhig schlafen können, da das Panoptikum Tag und Nacht unausgesetzt geöffnet war, zugleich zur Kontrolle der Realität durch das Publikum. Aber selbst das angestellte Personal war in seiner lärmenden Unterhaltung trotz meiner wiederholten Aufforderungen ebenso rücksichtslos wie die vielfach betrunkenen Nachtbesucher. An den sogenannten kritischen Tagen ist besonders die große seelische Belastung hervorzuheben, die aber für den Anfänger die Gefahr mit sich bringt, dass er in seiner Angst und Verstimmung die Versuchung zu essen nicht überwindet, wenn er nicht einen hierin erfahrenen Praktiker zur Seite hat, der ihn moralisch wieder aufrichtet. Denn das seelische Moment spielt bei einer Fastenkur, namentlich bei einem Kranken, eine größere Rolle als bei jedem anderen. Diese Kur muss daher sorgfältiger geleitet und überwacht werden als jede andere. Eigentlich dürften hierbei nur ganz wenige Patienten unter ständiger Überwachung behandelt werden. Dann ist aber der Erfolg so sicherer.

Mein Gewicht verminderte sich in diesen Tagen um 41 Pfund, wovon viel auf Rechnung der Schlaflosigkeit zu setzen ist. Wasser trank ich im Durchschnitt $1\frac{1}{2}$ Liter täglich. Außer Mineralwasser hatte ich noch etwas Abführtee und gegen Durst und Hustenreiz einige Pfefferminztabletten mitgenommen, die übrigens durchaus nicht als Nahrung gelten. Benutzt habe ich sie kaum. Ich habe also 49 Tage mit etwa 60 Liter Mineralwasser unter unhygienischen Bedingungen und bei Schlaflosigkeit, veranlasst durch Störung, gelebt. Der Puls und die Herztätigkeit blieben bis zu letzten Tag normal. Ich habe innerhalb eines Zeitraums von einem Jahre im ganzen 105 Tage gefastet und wage die Behauptung, dass ich mich im Durchschnitte noch überemährt habe, und dass dieses einzig dastehende Experiment meiner Gesundheit nicht nur nichts geschadet, sondern sogar genützt hat. Ich bin seit 6 Jahren Vegetarier. Etwa 2 Jahre lebte ich streng von Obst, auch im kalten Winter!

Zuweilen nahm ich ausnahmsweise, teils absichtlich zu Versuchszwecken, teils aus Gleichgültigkeit, etwas Fleisch zu mir, aber dann auch mit dem Fleisch etwas Wein oder Bier. Wochenlang vor dem großen Fasten lebte ich streng vegetarisch, fast nur von Obst; nur Kaffee und die Zigarre liess ich nicht ganz weg. Um aber den Vorurteilen in dieser Beziehung zu begegnen, will ich bemerken, dass ich einen früheren ziemlich ausgedehnten Fastenversuch ohne wesentliche Kraftabnahme deshalb leichter überstand, weil ich vier Wochen vorher im wesentlichen nur Kirschen gegessen hatte. Diese experimentelle Tatsache mag selbst in den Ohren des radikalen Vegetariers beinahe wahnsinnig klingen, und in denen des Fleischessers und Schulmediziners erst recht. Sie bleibt

aber deshalb doch als Tatsache bestehen und beweist eben mehr als tausend Bände, dass in Beziehung auf Stoffwechsel, Ernährung, Krankheitsbegriff, Fasten und die Fähigkeiten des vollkommen gesunden Menschen überhaupt die letzte Wahrheit noch lange nicht ergründet ist. Ich werde darüber in meinen weiteren Ausführungen ganz neue, zum Teil unerhörte Anschauungen aufgrund von Erfahrungstatsachen aufstellen und vor allem zu beweisen versuchen, dass das Fasten nicht nur das beste, sicherste und vor allem natürlichste Heilmittel, sondern, dass hier ein höchwichtiger Beitrag zur Lösung des ganzen Menschheitsrätsels, ja sogar, dass hier das interessanteste Problem vorliegt, welches es für die ganze Menschheit geben kann. Der Philosoph von der „Umwertung aller Werte“, Friedrich Nietzsche, sagte an einer Stelle seiner Werke: „Ich rühme mich, das mit einem Satz zu sagen, wozu ein anderer Bände braucht“. Ein anderer Ausspruch von ihm lautet, wenigstens dem Sinne nach: „Eine so genannte Wahrheit, die erst bewiesen werden muss, ist an sich schon zweifelhaft.“ Ich will nun zwei Sätze aufstellen, die allein den ganzen Inbegriff alles Wissenswerten enthalten, das Alpha und Omega aller Weisheit sind, weil der eine, wenn sie richtig sind, die Grundursache allen Übels in der Welt aufdeckt, und der andere wenigstens den Schlüssel zur Lösung aller Fragen und Rätsel und das Mittel angibt, wodurch das Menschliche zu einer paradiesischen Vollkommenheit in körperlicher und geistiger Beziehung gesteigert werden kann.

Auf beide dieser Thesen trifft auch das Wort Nietzsches zu, dass es eigentlich keines Beweises bedürfen sollte, das Wesen und die Zusammensetzung des menschlichen Blutes und den Ort seiner Zubereitung, den Verdauungskanal, als den Ausgangspunkt, das Entscheidende, das die Beschaffenheit Bestimmende im ganzen körperlichen und geistigen Leben des Menschen zu erkennen. Das ist eigentlich so selbstverständlich, wie jede Wahrheit, namentlich auch, was die seelischen und geistigen Funktionen, die Art des Denkens und die Weltanschauung selbst betrifft. Nicht allein Bau und Form des Gehirns ist bestimmend für die seelischen und geistigen Fähigkeiten, sondern vielmehr die Beschaffenheit des Blutes, wodurch das Gehirn ernährt wird. Da nun gerade heutzutage die Gelehrtesten und „Geistreichsten“ gegenüber den einfachen Dingen des Lebens mir Blindheit gestraft sind, so man auch ihnen dies beweisen, weil sie eben allen Glauben verloren haben. Ihr Misstrauen gegen das Leben und die Natur und damit ihr ganzer Pessimismus geht ja so weit, dass sie, beispielsweise angeführt, nicht einmal zugeben, dass kein Koch und kein Konditor der Welt etwas Vollkommeneres zustande bringen kann, als es ein Apfel oder Banane ist!

Noch möchte ich mich des Verdachtes erwehren, als ob ich einen einseitig krassen Materialismus verträte. Ich bin sogar ein entschiedener

Anhänger des Primates des Geistes vor der Materie, was ich auch durch meinen grossen Fastenversuch bewiesen zu haben glaube. Hier handelt es sich um den nachdrücklich bestimmenden Einfluss solcher materiellen Wirkungen auf Seele und Geist, wie sie bis jetzt noch nicht klar genug dargelegt worden sind. Meine beiden inhaltsschweren Sätze lauten:

1. Alle Krankheit, Schmerz, Leid und Leiden, alle Leidenschaften, Alkoholismus (selbst Morphium- und Tabakgenuss), alles „Böse“, der ganze soziale Kampf, die Ungleichheit der Menschen, Übervölkerung, Krieg, Grausamkeit, Unfreiheit und Knechtschaft (auch die des Weibes durch die Küche), die menschliche Missgestaltung, das Altern und vielleicht sogar der Tod selbst, alle philosophischen und moralischen Irrlehren, besonders aber der Pessimismus, kurz alle Entartung, kommt, von wenigen Umständen abgesehen, **von falscher, unnatürlicher Nahrung und von Überernährung.**

2. Fasten ist das Einzige von der Natur ohne menschliches Zutun angewendete Mittel, die Folgen der Überernährung, selbst die „Sünden der Väter“, wieder gut zu machen, und wenn mit der reinen natürlichen Diät (**strengen Obstdiät**) planmäßig verbunden, **der alleinige unfehlbare Weg, auf dem alle Übel aus der Welt geschafft werden könnten!**

Theoretisch ist das nach meiner Erfahrung sicher richtig. Dass die Menschheit dadurch aber gerettet werden könnte, glaube selbst ich nicht, da nur wenige die Energie haben, diesen von der Natur geforderten Durchgangsprozess (Krankheit) auszuhalten, der bis jetzt gründlich missverstanden wurde. Bevor ich nun hierauf näher eingehe, ist zunächst mein Versuchsmaterial vorzulegen nebst einigen andren Tatsachen, durch die unsere bisherigen Begriffe von Krankheit, Ernährung, Stoffwechsel, Schlaf, körperlichen und geistigen Fähigkeiten des Menschen in ein anderes Licht gerückt werden.

Mit dem 30. Lebensjahr brach ich unter der Last und Arbeit und den Folgen einer chronischen Nierenentzündung zusammen. Ich hatte fast doppelt so viele Schüler einer Oberrealschule unterrichtet wie meine Kollegen, und dazu noch viel Privatunterricht erteilt. Meine Mutter war an einem Nierenleiden, Vater und Bruder waren mehrere Jahre vorher an Lungenschwindsucht gestorben. Mit 18 Jahren hatte ich ebenfalls einen bedenklichen Lungenkatarrh. Nachdem ich bei einer Reihe von Ärzten und Autoritäten vergeblich Hilfe gesucht und schon ein Vermögen geopfert hatte, allein nur infolge der noch gesteigerten Überernährung, wandte ich mich der Naturheilkunde und dem Vegetarismus zu. Dadurch wurde mein Zustand gebessert, und ich erkannte wenigstens, dass vollkommene Heilung nur in dieser Richtung zu suchen ist, wenn ich auch noch lange nicht gesund war. Bei einem Winteraufenthalt in Algier versuchte ich es mit Obstdiät, kam aber auch nicht viel weiter, weil ich nicht fastete, /u viel aß und richtige Auswahl und Zusammenstellung

nicht kannte. **Solche Fehler sind auch die Hauptgründe, warum die Vertreter des einzig richtigen und streng natürlichen Vegetarismus, der Obstdiät, so in der Minderzahl sind.** Ich werde daher besonders darin hier in Locarno theoretische und praktische Lehrkurse abhalten, um damit einen gewissen Stab heranzubilden, der weniger als bisher - dafür garantiere ich - geeignet sein dürfte, der Lächerlichkeit unserer Gegner anheim zu fallen. ES

Ei begann in Algier mit kleineren Fastenversuchen, abei litt ich furchtbar unter der großen, für die eisten unüberwindlichen Klippe, der sogenannten **Krise**, weil ich noch immer die Vorstellung hatte, die Schwäche käme vom Nahrungsausfall, während durch meine großen Versuche und die nachherigen Leistungen das Gegenteil bewiesen wird. **Hier lag bis jetzt der größte und verhängnisvollste Denkfehler vor.** Eines Tages überwand ich dank meiner Energie die Krise, unter der ich mir eben damals nichts Klares vorstellte und setzte mich trotz großen Hungers, großer Schwäche und Verstimmung bis zum Selbstmord aufs Rad.

Hier heißt eben Wollen, durch Geist und Seele die Materie zu überwinden, vor allem glauben« d.h. Vertrauen zur Natur und zum Leben zu haben, oder anders ausgedrückt, wenn man in dem biblischen Worte physiologischen Sinn erkennen will: „Gott will nicht den Tod des Sünders (Übertretung der Naturgesetze), sondern dass er lebe“! Schon nach einer halbstündigen Fahrt bemerkte ich, daß Hunger, Schwäche und Verstimmung abnahmen, je länger und rascher ich fuhr. Als ich in der Stadt Blida (48 km Entfernung) angelangt war, fühlte ich mich wie neugeboren, munter, kräftig, fröhlich, und das Merkwürdigste war, daß auch der Hunger vollständig verschwunden war. Ich löschte nur meinen Durst mit einigen Mandarinen, die in diesem Lande herrlich gedeihen. Aber mit der Erkenntnis dieser Tatsache, diesem eigentlich unfreiwilligen Versuche, stiegen mir auch die ersten umstürzlerischen Gedanken gegen die Grundsätze unserer Ernährung überhaupt auf. Zwei Monate später fuhr ich mit trainiertem Sportsmann zu Rad von Algier nach Biskra und Tunis (etwa 1000km) in nicht ganz 14 Tagen. Man bedenke: ein ehemaliger Todeskandidat! In den Dienst zurückgekehrt, wurde ich durch die Verhältnisse gezwungen, wieder „gut“ zu essen. Es ist ja heute tausendmal schwerer, sich vor dem Krankessen zu schützen, als genügend Nahrung zu erhalten. Ich wurde wieder krank. Jetzt entschloss ich mich zusammen mit einem jungen Freunde, Herrn B., der seitdem mein treuester Schüler und Anhänger geblieben ist, auf eigene Gefahr eine entscheidende Kur aufbeben und Tod zu machen, und zwar in weiter Ferne, um namentlich mich den „guten“ Ratschlägen der Angehörigen zu entziehen. Welchen von den vielen Heilmethoden und Heilmitteln, die auch in unserem Lager angeboten werden, soll man denn Vertrauen schenken? Nach

siebtägigem Fasten und einmaligem Essen trugen wir unsere Koffer selbst 100 Stunden weit zur Bahn (in La Eroir, Südfrankreich), was vorher uns beiden unmöglich gewesen wäre. Nach einem neuntägigen Fasten und zwei Mahlzeiten (hierin die richtige Auswahl zu treffen, ist das Wichtigste) begannen wir einen Marsch von Nizza über den Col di Tenda nach Mailand. Wir fühlten uns beide so munter und kräftig, und mit Eintritt der Nacht steigerte sich die Lust zu marschieren und die frohe Stimmung derart geradezu ins Fabelhafte, daß wir fest glauben mochten, es hätte sich eine geheimnisvolle Macht über uns ergossen. Ein solches Gefühl einer unermüdlichen Kraft hatte ich in meiner gesündesten Jugend noch nicht empfunden, und dabei blieb ich niemals hinter meinem 12 Jahre jüngeren Freunde zurück. Ich konnte jetzt kaum selbst mehr glauben, daß ich vordem todkrank gewesen war und für unheilbar gegolten hatte. Wir hatten seit Nizza noch keine Nahrung zu uns genommen. Erst nachts nach 11 Uhr stillten wir in einer Schenke im Gebirge unseren Durst mit einer Zitronenlimonade. Hunger hatten wir beide nicht. So setzten wir unseren Marsch im besten Tempo die ganze Nacht, den anderen Tag und die folgende Nacht fort, wobei wir nur kurze Zeit und wenige Male ruhten, etwas Obst oder Limonade nahmen. Erst als wir um Mitternacht durch einen Straßentunnel kamen, schliefen wir kaum eine halbe Stunde auf einer Bank, und das genügte, uns beide wieder derart zu kräftigen, daß uns jetzt erst recht daran gelegen war, den ganzen Marsch zu einer Probe auf die geradezu unheimliche Kraft hin zu gestalten und so lange auszuhalten, bis sich ausgesprochenes Müdigkeitsgefühl einstellen würde. Dieses hatte sich aber mit der 56. Marschstunde immer noch nicht bemerkbar gemacht, als uns ein Landregen überraschte und wir deshalb zur Erreichung unseres Zieles, der Stadt Mailand, die Eisenbahn benutzen mußten. Von Mailand ging es wieder zu Fuß nach Genua, ohne ein Gasthaus aufzusuchen, mit Schlaf im Freien. Unsere Kräfte und das volle Gesundheitsgefühl steigerten sich bei reiner Obstkost ins Ungeahnte. In Genua mußten wir mehrere Tage auf unser Reisegepäck warten, und diese Großstadt, wo wir natürlich im Gasthause bleiben mußten, verführte uns wieder zum sogenannten „guten Essen“. Damit nahmen die fröhliche Stimmung und die Kräfte namentlich bei mir, aber wieder ab bis zum krankhaften Unbehagen. Zweifel an allem stellten sich wieder ein. Wir fuhren nach Capri und dort entschloss ich mich, meinen denkwürdigsten Fastenversuch auf Leben und Tod zu machen. Jetzt wollte ich unter allen Umständen Gewissheit haben, wo die Wahrheit liegt. Lieber wollte ich zugrunde gehen, als in diesem Zweifel des Ungewissen und auf dem halben Wege stehen zu bleiben, wo ich nie recht gesund und auch nicht recht krank war. Das ist nämlich ein typischer Zustand leider so zahlreicher Anhänger der Naturheilkunde und des Vegetarismus, die

man, wenn ich nicht irre, meist mit dem Namen Kurjäger belegt hat. Mein Freund fastete auf Capri in einer einsamen Villa 13 Tage, wodurch er, mit Hilfe einiger anderer von mir gegebenen Anordnung und entsprechender nachhcriger Diät, von bisher unheilbarem Stottern und ererbter Nervosität dauernd geheilt wurde. Ich hielt 21 Tage aus, wobei ich mich in den letzten 8 Tagen in einem unbeschreiblichen elenden Zustand befand, wofür ich aber bald belohnt werden sollte. Nach 3 Tagen Nahrungsaufnahme war ich endgültig nicht nur von meinem Nierenleiden befreit, sondern ich habe seitdem eine solche Reihe von hervorragenden körperlichen und geistigen Leistungen aufzuweisen, wie ich sie mir in der besten Vollkraft der zwanziger Jahre nie hatte träu-



ren lassen. Ich erreichte also nicht nur die volle Gesundheit wieder, sondern auch mein Äußeres hat sich verjüngt, wie ich es in meiner Broschüre über die Haarkrankheiten näher ausgeführt habe, die nunmehr in meinem Buch „Kranke Menschen“ aufgenommen ist. Wir marschierten durch ganz Süditalien, und ich unterzog mich einer strapaziösen Orientreise über Brindisi, Ägypten, Palästina, Konstantinopel, Ungarn, Wien und München, wobei ich, um dies nebenbei zu erwähnen, in 14 Monaten nur 1800 Mark gebraucht und doch alles Interessante auf meiner Reise gesehen habe. In Kürze seien noch folgende Proben und Tatsachen angeführt, die meine Anschauungen über Fasten und Obstdiät stützen. Bei ausschließlicher **Traubendiät ohne Brot** machte ich 150 Kniebeugen und Arme-
Biger Obstkosl (Kirschen) und leistete ohne Übung darin nicht Geringes. Ich machte während einer Reihe von Jahren diätetische Versuche mit großen Opfern und Mühen und Unannehmlichkeiten, wie dieselben in dieser Art vielleicht noch nicht ausgeführt worden sind, und wodurch ich über vieles, wie Alkohol, Vegetarismus, Kaffee usw. zu ganz anderen

Anschauungen gekommen bin. Das Wichtigste und das Entscheidende blieb mir aber die **Obstdiät und das Fasten**. In der Schweiz unterzog ich mich zwei öffentlichen Fastenversuchen von 20 und 24 Tagen, in Norddeutschland einem solchen von 32 Tagen mit Leitungs- (also nicht Mineral-) wasser, was bis jetzt noch niemand ausgeführt hatte. Der Kölner Versuch folgte schon 2 Monate danach. Auf Grund dieses vorwärts strecken, nach siebentägigem Fasten mit Zuführung ganz geringer Obstmengen (einiger Bissen täglich) ein Luftbad bei nächtlichem Schneegestöber, verbunden mit 250 Kniebeugen und Armevorwärtsstrecken. Bei Zufuhr ebenso geringer Obstmengen während 11 Tagen vollführte ich im Luftbade in der Junihitze über Mittag vor vielen Zuschauern, darunter einem Arzte, einen Dauerlauf von 2 % Stunden. Der Arzt konstatierte eine Zunahme der Pulsfrequenz von nur 9 Schlägen, während ich **früher an großen Herzbeschwerden** gelitten hatte. Auch hierdurch wird ein großer Irrtum der Physiologie richtig gestellt, der in einem Missverständnis besteht über den Zusammenhang zwischen Blut und Herz, was beim Fasten eine große Rolle spielt. Als Soldat war ich infolge Nervosität (ich wurde im II. Dienstmonat wegen Neurasthenie und Nervosität entlassen) einer der schlechtesten Schützen. Nach einem Fasten von 7 Tagen und zweitägiger Obstdiät schoss ich aber in einer Bude am Hafen in Marseille mit Flobert ohne vorherige Übung so sicher auf Nadeln, sogar auf bewegte, daß der Inhaber zu mir äußerte: Monsieur, je n' ai jamais vu Comme ca" (So etwas habe ich noch nicht gesehen). Ich fastete nur mit Wasser bei schwerer landwirtschaftlicher Arbeit 3 Tage und ermüdete weniger, als die anderen. Ich half des öfteren die schwerste Arbeit dieser Art zu vollbringen, nämlich das Mähen, mit reiner und ganz mä-

Versuchsmaterials werde ich nun im Folgenden die zwei vorangestellten Thesen noch näher beleuchten. Bevor ich auf die Darlegung meines eigenartigen Standpunktes und meiner zum Teil neuen Anschauungen eingehe, möchte ich noch an eine Anzahl von Tatsachen erinnern, die jeden denkenden Menschen in unserer bisherigen Auffassung von Ernährung usw. wankend machen dürfte. *Professor Graham* versichert in seiner „Physiologie der Ernährung“, daß Kaspar Hauser bei Wasser und Brot groß wurde. Wo nahm er nur den Stickstoff und den Kalk zu seinen Knochen her? Es steht wissenschaftlich fest, daß sich Fakire monatelang begraben lassen und wieder leben, ohne dabei fett zu sein, wie ein Tier im Winterschlaf. Wo bleibt denn hier der Stoffwechsel? Die katholische Kirche hat Heilige aufzuweisen, von denen bis zur Evidenz erwiesen ist, daß sie jahrelang außer Wasser und der Hostie fast nichts genossen haben, was man nach heutigen Begriffen als vollkommenes Fasten bezeichnen kann. Sie wurden dabei meistens sogar sehr alt, und viele haben geistig und körperlich keine geringeren Leistungen aufzuweisen. Im Aquarium zu

Paris ist eine wild eingefangene Schlange 3 Jahre ohne Nahrung am Leben geblieben, und der Zoologe Professor Weißmann soll beobachtet haben, daß ein Käfer 6 Jahre nur allein bei Luftzutritt, auch ohne Wasser gelebt hat, bis er zugrunde ging. Wo ist denn hier der Stoffwechsel, der allein das Leben erhalten soll? Und der Mensch, „**die Krone der Schöpfung**“, kann vor lauter Auf- und Abbauen kaum mehr eine Mahlzeit auslassen. Ich erinnere an den Greis beim Erdbeben in Messina, der 28 Tage nur von Gras lebte! Nun habe ich zunächst noch zu wichtigen, auch im Lager der Naturheilkunde vermeintlich wissenschaftlich feststehenden Begriffen und Anschauungen Stellung zu nehmen, um dann auf meine beiden Thesen näher eingehen zu können. Die Krankheit, der von der Natur bestgemeinte physiologische Prozess, um den Menschen zur Gesundheit sich durchringen zu lassen, die Nahrungsreste und die durch verwässertes Blut fauligen Gewebe und Muskelzellen zur Ausscheidung zu bringen, steht heute wieder im Zeichen einer pessimistischen und dämonischen Auffassung, und das dank der wissenschaftlich „Aufgeklärten“ des 20. Jahrhunderts, die sich brüsten, ohne Aberglauben zu sein, obwohl sie einen einzigen Bazillus mehr fürchten, als man ehemals den Teufel selbst fürchtete. **Es gibt in diesem Sinne nur eine Krankheit.**

Selbst Krebs, alle Geschwüre und Ausschlagskrankheiten usw. sind gewissermaßen nur Notventile,

Hilfsmittel der Natur, um abgelegte krankhafte Stoffe zu sammeln und nach außen zu befördern und damit den Kranken vor dem Tode zu schützen. Alle Drüsenanschwellungen, Verdickungen usw. sind vorläufige Ablagerungen, um das Blut so rein als möglich zu erhalten, trotz der fortwährenden viel zu großen Zufuhr von Nahrung. Man vergegenwärtige sich einmal diese gemischte Nahrung im Magen eines Menschen nach einem reichlichen Festmahle: Suppe, Fleisch, Mehlspeisen, Reis, Brot, Milch usw., dabei mindestens fünf-bis sechsmal mehr, als eigentlich notwendig wäre, und, infolge des fortwährenden Trinkens, in ungeheuren Flüssigkeitsmengen schwimmend! Da wundert man sich, wenn so viel Schleim abgesondert wird (Lungenkranke), und wenn schließlich alles faul und eiterig wird.

Das Wasser, ein Element des Lebendigen, wird im Übermaß zum Verhängnis an Pflanze, Tier und Mensch.

In Bezug auf Pflanzen und Tiere weiß das jeder Bauer, aber in Bezug auf den Menschen scheinen es die Abstinenter vergessen zu haben. Ich halte bei Überernährung Wein und Bier in bescheidenen Grenzen für gut, weil eben Alkohol der Eiweiß und Fettaufnahme entgegengewirkt. Der üppige Esser greift nicht umsonst instinktiv nach diesem „Gegengift“, und Graham sagt schon: „**Ein Säufer kann alt werden, ein Fresser nie**“.

Dass Alkohol beim Fleischessen als „Gegengift“ wirkt, ist richtig. **Um so mehr Grund hat der Abstinenz, den Fleischgenuss aufzugeben.**

Denn der Vegetarier hat des „Gegengift“ nicht nötig. Die Natur sucht also mit allen Reservekräften fortwährend die Überernährung und die Zufuhr falscher Nahrungsbestandteile auszugleichen. Gelingt ihr das nicht mehr, so gibt sie ein Signal, Schmerz genannt, begleitet von Verstimmung, Appetitlosigkeit, Fieber usw. das z.B. bei Zahnschmerz heißen will: „Du sollst nicht essen“. Statt zu gehorchen, antwortet man mit Betäubung und Ausreißen. Denn die heutigen Menschen, deren Zeit nur durch Geschäfte und Vergnügen ausgefüllt wird, haben keine Zeit, krank zu sein, d.h. gesünder zu werden. Die heutige Allopathie und Chirurgie ist eben auf diese Menschheit zugeschnitten. Mit allen ihren Giften und Serumpräparaten entspricht sie bloß der tatsächlichen Nachfrage und dem Bedürfnis der Masse, der „Vielzuvielen“. Die Mittel unterdrücken das Warnungssignal und die Symptome des Heilprozesses (Krankheit) solange, bis die letzten Reservekräfte erschöpft sind und der Tod eintritt. Wenn man den Geist der Krankheit richtig erfasst, so muß man sagen:

Wir können nicht früh genug krank werden. Fasten ist eigentlich eine künstliche Krankheit, Erst dann, wenn man mit dem **Vollfüllen aufhört**, gewinnt der Organismus Kraft und Zeit, um mit konzentriertem Blute an die ungestörte Ausscheidung des Abgelebten, der „Fremdstoffe“ heranzugehen. Tritt nun bald „Erschöpfung“ ein, so kommt diese nicht etwa vom Nahrungsmangel, wie auch die meisten Vegetarier glauben, sondern einzig und allein von der **Selbstvergiftung**, namentlich des Blutes durch die aufgelösten Fäulnisstoffe, die dann, wenn richtig vorgegangen wird, unter schrecklichem Gestank den Körper verlassen. Sobald dies Geschehen ist, tritt sofort, schon ohne Nahrungsaufnahme, ein größeres Kraftgefühl ein.

Die Schwäche aber, Krise genannt, unter der man sich bis jetzt nichts Richtiges vorstellte, ist für die meisten Vegetarier um so verhängnisvoller geworden, weil sie die Reizmittel ausschalten, die eben alle, auch das Fleisch allopatisch, d. h. in diesem Sinne und bis zu einem gewissen Grade „krankheitsverhindernd“ (d. h. die Krise beseitigend) wirken. Der Vegetarier, der nicht reiner Obstesser ist und meistens zu viel isst, geht aber nur den halben Weg. Dadurch findet ein fortwährender Ausscheidungsversuch im Körper statt, und es entstehen periodische Schwächezustände, die irrtümlich als Unterernährung gedeutet werden. Die Krisen hören nicht auf, und die vollkommene Gesundheit wird nie erreicht. Über diesen verhängnisvollsten Irrtum durch den lebendigen Versuch Klarheit geschaffen und ihn endgültig widerlegt zu haben, dies rechne ich mir als mein Verdienst an. Wenn auch da und dort bereits ähnliche Theorien bestanden haben, so ist und bleibt es doch mit meiner Anschauung unvereinbar, wenn man bei mir, der ich den Weltrekord im Fasten angestellt habe, Unterernährung finden will. Soviel über den

Geist der Krankheit.

Das Bedürfnis nach regelmäßigen Mahlzeiten ist vielleicht nur eine Krankheit des Kulturmenschen, weil ihm dadurch nur totgekochtes Material zugeführt wird; daher der rasche Zerfall. Ich greife die Stickstofflehre grundsätzlich an und glaube nicht mehr daran, daß ein in Zersetzung begriffenes (Haut gout!) Eiweißmolekül, das noch dazu in der Siedehitze gebraten ist, seine „Auferstehung“ feiert als ein Teil der Muskelsubstanz des Menschen. Fleisch und seine Wirkung ist nur als Reizmittel anzusehen. Es scheint mir sicher zu sein, dass die lebende Substanz den Stickstoff, den sie braucht, der Luft entnimmt, und dass der ausgewachsene gesunde Mensch kaum noch Ersatz, sondern fast nur Betriebsmaterial braucht. Oder sollte es ein Zufall sein, dass die Leben bedingende Atemluft 75 Prozent Stickstoff enthält? Soll etwa das Muskeleiweiß eines in Freiheit lebenden Ochsen allein nur aus dem Gras stammen? Ist das je berechnet worden? Aber wo stecken die „Wärmekalorien“⁴ eines Rehes bei 20 Grad Kälte. Sollten überhaupt die Funktionen eines tierischen Organismus berechenbar sein? Das ist der Fortschritt unserer Kultur, wenn uns jeder Professor etwas anderes vorrechnet, was und wieviel wir essen sollen, und dass die „geistreichsten“ Gelehrten und Künstler an Dinge glauben, die die Dümmeren des dunkelsten Mittelalters von sich gewiesen hätten. Dahin gehört z. B. der Glaube, daß man mit stinkendem halb verfaulten Ochsenblute (Hämatogen) seine tägliche Nahrung ergänzen und verbessern könnte. Überhaupt beruht die ganze Physiologie auf krassen Irrtümern, weil die ersten Gelehrten, die diese Wissenschaft begründeten, keine gründlichen naturwissenschaftlichen Kenntnisse hatten. So lehrt man z. B. das Herz sei eine Pumpe und bewirke den Kreislauf des Blutes, was meines Erachtens der größte physiologische Irrtum ist, den heute auch noch die meisten Naturärzte nachbeten. Ich denke, der tierische Organismus ist mit einem Gasmotor zu vergleichen, wobei die Luft und ihr Sauerstoff durch die Lungen pneumatisch und chemisch (Sauerstoff aufnehmen) das Blut in Bewegung setzen. Das Herz ist das Ventil, der Regulator dieses Pumpsystems. Wo sollte denn, wenn es anders wäre, die treibende Kraft im Herzen herkommen? Die könnte nur metaphysisch erklärt werden, und an dergleichen glaubt man heute nicht mehr. Hängt nicht vielmehr der „Gang“ des Herzens von der Zufuhr der Luft sowie von erhitzenden und kühlenden Einflüssen ab? Steht nicht auch das Herz still, sobald der Zutritt der Luft in die Lungen aufhört? Und dabei soll das Herz die Ursache der Bewegung des Blutes sein! Allerdings vollführt das Herz noch einige Schläge, wenn das Atmen aufhört, aber nur so lange, bis der durch die Atemluft ausgeübte Reiz aufhört und der pneumatische Druck ausgeglichen ist. Aus dem erstgenannten Grunde kann man ein ausgeschnittenes aufgespießtes Kaninchenherz nach mehreren Stunden durch

Kochsalzlösung oder verdünnten Traubenzucker wieder in Bewegung bringen. Die wissenschaftliche Irrlehre über den Zweck des Herzens ist aber die Hauptschuld an dem immer noch geheimnisvollen Dunkel, das über allen Krankheiten, besonders den Herzkrankheiten schwebt. Ich bestehe darauf, dass es auch innerliche Gase sind, wenigstens Duftstoffe, die den Betrieb des Herzens unterstützen und das Leben unterhalten, Die Duftstoffe sind die Träger des Lebens, die Professor Jäger Seelenstoffe genannt hat, nur mit dem Unterschiede, dass dieselben beim Menschen stinken, weil sie aus verlebten zersetzten organischen Stoffen der Nahrung kommen. Der Obstesser aber hält, abgesehen von dem vielleicht noch nötigen Ersatz, seinen Organismus durch duftende Wohlgerüche des Obstes in Bewegung. Das sind die eigentlichen und richtigen Energien, die aus der Materie des Fruchtfleisches kommen und die von Natur aus zum Wachstum neuen Lebens bestimmt sind.

Damit bin ich am wichtigsten Punkte der Ernährungs-frage angelangt, in der manche Vegetarier rückständiger sind als die Kulturesser. Das wesentliche, eigentlich kraftbringende aller Nahrung ist das Aroma, und von diesem Gesichtspunkte ist alles Gekochte fast wertlos und nur Ballast. So lange dieser Ballast bewältigt und wieder ausgeschieden wird und die zersetzten Stoffe noch nicht angegriffen werden, lebt der Mensch mit gekochter Nahrung eigentlich von weniger, als der Obstesser. Und aus diesem Grunde hat Dr. Dewen Recht, wenn er behauptet, dass Tausende von Menschen dadurch verhungern, dass sie den ganzen Tag essen. Unter diesen neuen Gesichtspunkten heißt die Reihe der Nahrungsmittel: Luft, Licht, Wasser, Wohlgerüche, namentlich die der Blumen, aromatisches nicht durch Kultur verwässertes^ nährsalzhaltiges Obst. Die heilige Katharina soll über 10 Jahre in frischer Gesundheit in einem Rosengarten bei Wasser und der Hostie gelebt haben, und Professor Jäger spricht allen Ernstes von einer „Dufttherapie“. Nun wird es klarer und verständlicher, warum der im Innern mit faulenden und gärenden Stoffen angefüllte Mensch schon nach einem Fasttage schwach wird. Nicht nur die blutvergiftenden Stoffe lähmen und ermüden die

motorischen und sensiblen Nerven, sondern dies und besonders die giftigen Gase, die sich durch deren Auflösung im Blute bilden, wenn die Nahrungszufuhr auf-

hört. Nun wird es auch verständlich, warum der indische Fakir das Fasten am längsten aushält - er lebt im wesentlichen von Datteln, und warum ich das Fasten am leichtesten überstand, nachdem ich vorher im wesentlichen von Kirschen gelebt hatte. Ein ideal gesunder Mensch müsste viel später erst ermüden und Hunger bekommen, weil er eben nicht oder fast nicht „stoffwechselt“, wie es der Kulturmensch tut. „Dormir c'est manger“ (schlafen heißt essen) will sagen, daß Schlaf wichtiger ist

als essen. Ein Hund hält ohne Nahrung 60-70 Tage aus, ohne Schlaf keine 10 Tage. Niemand wird behaupten, dass er durch fortwährendes Essen kräftiger würde, während man in kurzem, ruhigem Schlaf von schwerer

^Müdigkeit befreit werden kann. Die Kunst zu schlafen ist besonders bei Krankheit viel wichtiger, als zu essen.

Mit diesen Ausführungen, besonders aber durch meine Fastenversuche, ist die Ernährungslehre nicht etwa bezüglich der Menge der aufzunehmenden Nahrung von Neuem erschüttert, sondern ich glaube damit in die wissenschaftlichen Begriffe vom Stoffwechsel des Menschen überhaupt eine Bresche gelegt zu haben. Somit wären neue Gesichtspunkte für die Anwendung der rein natürlichen Diätetik, sowie auch der Ernährungstherapie, die ebenfalls die allein streng natürliche Heilweise ist, aufzustellen, wodurch der Mensch zur paradiesischen Gesundheit und zu ungeahnten Genüssen gelangen kann. Ich habe bei der physiologischen Seite meiner Thesen etwas lange verweilt, weil sie mir sehr wichtig zu sein scheint.

Ich habe nun im Weiteren darzulegen, dass auch die „geistigen Übel“ der Menschheit aus derselben Quelle entspringen, wie die leiblichen Krankheiten. Vielmehr wäre zu beweisen, dass die erstgenannten und alle anderen in meiner These aufgeführten Entartungserscheinungen von der Krankheit und somit von Überernährung und falscher Nahrung abzuleiten sind. Es sind sowohl für die Krankheit selbst, als auch für alle ihrer Folgeerscheinungen noch manche andere Ursachen und Umstände anzuklagen. Das weiß ich sehr wohl. Bis jetzt aber sind die letzteren die kleineren,

immer so sehr betont worden, gegenüber der Bedeutung des Magens in der „Schmiede des Schicksals“. („Der Mensch ist, was er isst“, Feuerbach). Streng genommen kann man durch Worte nichts beweisen. Beweiskräftig sind nur Tatsachen, und wer Tatsachen vollbracht hat, der darf eben den Glauben daran verlangen. Selbst die exakte Wissenschaft der Gelehrten, außer den Erfahrungstatsachen eben nur mittelbares Wissen, d.h. Glauben, nur mit dem Unterschiede, dass die betreffenden „Autoritäten“ nicht Papst, sondern mindestens Professor oder Doktore sein müssen, um für „unfehlbar“ gehalten zu werden. Man sieht, das System ist immer dasselbe; nur die Namen, Personen und Machthaber wechseln. Wehe dem, der es wagt, an den Dogmen der Gelehrten zu zweifeln! Er wird „verbrannt“, wie ehemals, aber geistig d.h. totgeschwiegen.

Aus meinen Versuchen und meiner Krankheitsauffassung geht hervor, dass es keinen vollkommen gesunden Menschen gibt. Was die heutige Nerven- und Gehirnpathologie als Geisteskrankheiten bezeichnet, für das trifft ebenfalls meine Auffassung insofern zu, als ich bereits erwähnt habe, dass der Fleischgenuss Alkoholbedürfnis erzeugt und somit auch

Ursache des Alkoholismus und der meisten Geisteskrankheiten ist, während man nie erleben wird, dass ein Vegetarier am Alkohol zugrunde geht. Es ist bekannt, daß oft Menschen bei unfreiwilligem Fasten gemütskrank und sogar wahnsinnig wurden, so z. B. bei der Belagerung von Paris. Ich habe als Experimentator hier wieder festzustellen, dass dieser pathologische Einfluss auf Geist und Gemüt nur dann stark zutage tritt, wenn vor dem Fasten viel Fleisch gegessen wurde, wenn also im Blut und Gehirn kreisende Leichengifte rückständiger Nahrungsreste die Ursache sind. Bei der wissenschaftlichen Anschauung des Zehrens vom eigenen Fleische während des Fastens, die auch Dr. Kellogg vertritt, ist zu bedenken, dass ja 70-80 Prozent des Fleisches aus Wasser bestehen, und dass nach meinen früheren Darlegungen wahrscheinlich überhaupt nur die kranken Zellen des eigenen Fleisches angegriffen werden, was schon daraus hervorgeht, dass die Gewichtsabnahme bei Nahrungsenthaltung um so geringer ist, je vollkommener die Gesundheit ist (Fakire). Mit dem Extrem psychopathischer Erscheinungen (Alkoholismus und Autointoxikation durch eigene Leichengifte) ist aber auch der Einfluss, wenn auch nur mittelbar, erwiesen, den falsche Nahrungsaufnahme und Überernährung auf den Geist ausüben. Was aber als Extrem Wahrheit ist, das trifft auch im Kleinen zu. Damit ist ein richtiges Denken, eine „unbefleckte“ Erkenntnis, die reine Vernunft des Menschen, in dem Augenblicke in Frage gestellt, sobald die ersten Spuren von zersetztem Zell- oder Nahrungsmaterial oder von Genussmitteln (Giften) im Blute und im Gehirne kreisen. Das Philosophieren, alles Grübeln und Fragestellen, die Wissenschaft selbst, und namentlich die medizinische, wenn es überhaupt eine solche gibt (Heilen war, ist und wird immer eine Kunst bleiben), wären an sich als pathologische Erscheinungen anzusehen. Wenn auch für die heutige Menschheit nötig, so sind sie doch im Grunde körperlich und auch geistig gesundheitsschädlich, und das ist das Entscheidende. Aller sogenannter „Fortschritt“ von heute steht im letzten Grunde im Dienste des Niedergangs. Nietzsche selbst nennt alle Philosophie Dekadenz und den gepriesenen Kant den größten Verstandeskrüppel seines Jahrhunderts. Maumner schreibt zwei Bände, um zu beweisen, dass die Sprache die babylonische Verwirrung gebracht hat, dass niemand die Bücher, die unsere Bibliotheken füllen, versteht, und dass alle Fragen des Daseins mit ebenso vielen Ja wie Nein beantwortet werden.

Wer über die neuesten Forschungen und geistigen Strömungen unterrichtet ist, weiß, dass alles noch so scheinbar feststehende Wissen ins Wanken gekommen ist, selbst die Naturwissenschaft. Viele Gelehrte, auch moderne, sind zu der Einsicht gekommen, dass wir nichts wissen können und nichts wissen werden (ignorabimus). Und ich sage, dass wir nichts zu wissen brauchen. Wohl braucht es die Menschheit zu ihrem angeblichen Fortschritte, aber der Mensch braucht es nicht. Zu was denn

Wissenschaft, wenn alles wieder auf Irrtum und Schädlichkeit hinausläuft und das Denken an sich pathologisch ist, solange (der Mensch nicht ganz gesund ist! Denken heißt: Tatsachen, Beobachtungen vergleichen; logisch verknüpfen. Alle Weltanschauungen und Wissenschaften leiden daran, dass sie die Welt nicht anschauen, d.h. nicht künstlerisch als „sinnliche Offenbarungserscheinung“ betrachten, sondern alles, auch die Organismen, niederreißen und sie durch das Mikroskop ansehen. Auf die „übersinnliche Offenbarung“ als allein gesunde und nützliche Gedanken des Menschen komme ich noch zu sprechen. Selbst das Häkeische „Welträtsel“, was der vorgeschichtliche Mensch war, löse ich durch das Experiment. Man gebe mir eine Gruppe geistig und körperlich Entarteter. Ich will sie im Walde, um mit Rousseau zu reden, durch Fasten und Obstdiät gesund machen. Es wird sich dann zeigen, ob sie ohne den „Segen“ der Kultur zum Halbaffen herabsinken, oder ob sie an Schönheit, Kraft und Intelligenz nicht alle „Gegenwärtigen“ in den Schatten stellen.

Als der Mensch mit dem Sündenfall von der einzig richtigen Nahrung abwich, da hat das ganze Elend seines Daseins begonnen; das steht ganz genau in der Bibel. Mit Zufuhr falscher und überschüssiger Nahrung setzt auch der Selbstreinigung= d.h. der Krankheitsprozess ein, der nur durch Steigerung der Nahrungsmenge, durch Reizmittel und später durch allopathische Mittel in Schach, d. h. latent gehalten wird. In Bezug auf Krankheitsursachen herrscht heute große Verwirrung und tiefste Unkenntnis. Aber in Bezug auf alle geistigen Fragen des Daseins, und namentlich über die Ursachen des „Übels“ des „Bösen“ u.s.w. übertrifft unsere Zeit alle anderen an Verwirrung, Widerspruch und Gegensatz, wie ich oben schon zeigte. Und doch kann es nur eine Wahrheit und nur eine Antwort geben auf alle Warum, Wieso und Woher. Kultur und damit Eigentum war erst nötig, als der Mensch zu viel und falsch gegessen hatte, und der erste, der ein Stück Land umzäunte, war nicht der erste Frevler (Rousseau), sondern das war der erste Kulturmensch. Er tat das, um sich und seine zahlreichen Kinder vor Hunger zu schützen, die er infolge des durch falsche Nahrung gesteigerten Sexualtriebes gezeugt hatte. Dadurch wurde seine Nahrung „gemischt“, und ebenso gemischt wurde sein „Denken“, sein Charakter. Er wurde „raffiniert“, d.h. er erfand Mittel, um seine Blößen zu bedecken, und um seine Nachbarn, die vielleicht noch nackt waren, namentlich bei der Geschlechtswahl zu täuschen, da auch seine Schönheit durch die falsche Nahrung gelitten hatte. Damit wurde die Kleiderindustrie geboren - ein Fingerzweig für die Freunde des Nackten. Über den Zusammenhang von Schönheit und Nahrung gibt heute noch der Versuch Aufschluss.

Mit dem Eigentum ging zugleich Freiheit, Gleichheit und Brüderlichkeit zu

Ende. Je mehr man besitzt, desto mehr wird man „besessen“. Die Ungleichheit der Menschen kommt nicht, wie Rousseau meint, von der Ungleichheit des Eigentums, sondern von der Ungleichheit der Ernährung. Diese kann aber nur bei der biologisch richtigen gleich sein, und das ist Obstdiät.

Also wurde mit der falschen Nahrung die soziale Frage geboren, und diese dann deshalb nie, wenigstens nicht im Sinne des Sozialismus oder Anarchismus, gelöst werden, weil eben der Zukunftsstaat die Gleichheit der Menschen, nicht nur in Bezug auf das Recht, sondern namentlich in Bezug auf ihre Eigenschaften, zur Voraussetzung hat. Das gerade die Vegetarier in ihren Ansichten so verschieden und so streitsüchtig sind, widerlegt meine Behauptung nicht; denn gerade unter ihnen gibt es die meisten Abstufungen in der Ernährung. Ein Industrievolk wird sich aber nicht von Obst ernähren. Das ist der wahre Grund für die Utopie des „Zukunftsstaates“- ein Fingerzeig für soziale Schwärmer.

Mit der weiteren Steigerung der Nahrungszufuhr wurde die Entdeckung von Reizmitteln bedingt von Gewürzen, Tabak, Kaffee, Alkohol usw., um den unter der Last der Überernährung geschwächten Körper anzuregen und „flott“ zu machen - ein Fingerzeig für einseitige Abstinenzschwärmer. Der jetzt besonders starke Geschlechtstrieb erzeugte das erste „Volk“, und mit dieser Vermehrung ging die Brüderlichkeit im natürlichen und im ethischen Sinne immer mehr in die Brüche. Dadurch wurde aber ein Diktator nötig, wozu eben der schönste, stärkste, vornehmste und klügste sich aufschwang. Das war derjenige, der noch am wenigsten vom Gesetz der natürlichen Ernährung abgewichen war, in dessen Adern noch adeliges, d. h. reines Blut rollte. Damit trat der erste Herrscher in Erscheinung, und damit auch Sklaven und Knechtschaft, das „Gottesgnadentum“, der erste Staat. Aber auch das Blut des Fürsten entartete aus bezeichneten Gründen und damit sank seine Herrscherkraft. Ein anderer tritt mit ihm in Wettstreit. Das Volk trennt sich, es entstehen Völker, Staaten und damit der Krieg aus Streit um Land und Eigentum für Ernährungszwecke.

Jetzt wird ein Sozial- und Moralköder nötig, und der Sieger im Kriege wird ebenso wohl als „böse“ bezeichnet, wie der Stärkere im Kampf ums Dasein - ein Fingerzeig für Moralisten, Friedensschwärmer und Nietzsche-Gegner. Das Volk wächst zur Nation und es wird Industrie nötig, um die Nahrungsmittel und den Verkehr zu steigern, während bis jetzt der „verfluchte“ Acker das Unheil allein angerichtet hatte. Jetzt werden die Nahrungs- und Reizmittel und damit die Regelung des Geschlechtstriebes „raffiniert“. Es entsteht die Prostitution - ein Fingerzeig für „Sittlichkeitsapostel“.

Es bleibt tausendmal mehr „Liebeshunger“ ungestillt als Nahrungs-

bedürfnis. Statt dessen wird mehr gegessen und getrunken. In dem Sprichworte, dass man von Luft und Liebe leben könnte, steckt ein großes Fünkchen Wahrheit.

Nun muß immer mehr gekocht, gebraten, gebacken, und es müssen soviel Nahrungs mittel fabriziert werden, dass drei Viertel der ganzen Menschheit und das weibliche Geschlecht ganz zum Sklaven dieser Arbeit geworden ist. Dagegen habe ich auf Grund langer Versuche berechnet, dass zehn richtige ausgewachsene Obstbäume im mitteleuropäischen Klima eine vierköpfige Familie mit ganz wenigen Zutaten dauernd ernähren können. Man sieht: das „Paradies" ist immer noch zu haben; man braucht es nur zu wollen.

Die ganze Landwirtschaft ist physiologisch ein Unsinn, weil sie außer unnötigen Reizmitteln, wozu ich auch das Fleisch rechne, im Wesentlichen Kohlehydrate erzeugt, die der Organismus erst in Traubenzucker umwandeln muss, den man doch in den Früchten unmittelbar, mühelos und ohne den „Schweiß seines Angesichtes" (w. Mos. 3,17 u. 18) haben kann. Außerdem sind es gerade die Kohlehydrate (Stärkemehlnahrung), deren Rückstände im Darmschleim und Magen pathologische Herde bilden - ein Fingerzeig für Brot- und Brei-Vegetarier und Nationalökonomien!

Dr. Weiniger, dessen Buch „Geschlecht und Charakter" so großes Aufsehen erregt hat, wie selten ein anderes, weist nach, dass es nur eine Art von Genie gibt, nämlich das Universalgenie, und das ist der Religionsstifter. Diese haben alle gefastet, um dadurch zur „Offenbarung einer göttlichen Weisheit" zu gelangen.

Modern ausgedrückt und vernünftig ausgelegt heißt das: **sie setzten sich in reiner Gebirgs- oder Wüstenluft dem freiwilligen, absichtlich hervorgerufenen Krankheitsprozesse durch Nahrungsenthaltung so lange aus, bis im Sinne meiner Auffassung die letzte pathologisch gewordene Zelle ausgeschieden war.** Erst in diesem Zustand tritt eine vollkommen reine Gehirntätigkeit auf und ein Empfangen wertvoller Gedanken ein, gleichsam ein instinktives, willenlosen Selbsterzeugen des höchsten Allwissens, dass die Dichter starker Zeiten „Inspiration" nannten.

Das ist „übersinnliche Offenbarung" im natürlichen Sinne, Physiologie des gesunden Denkens des Universalgenies und Religionsstifters, der nach Dr. Weiniger alles Wissenswerte weiß, ohne es gelernt zu haben. Mit diesen Fähigkeiten treten aber gleichzeitig körperliche und seelische Eigenschaften höheren Grades ein. Darüber werde ich an anderer Stelle genauer und ausführlicher sprechen und meine bereits, wenn auch noch in bescheidenem Maße erreichten okkulten Fähigkeiten näher erörtern. Dies sei nur ein Fingerzeig für Wundergläubige und auch für die alles verneinenden „Aufgeklärten" und „Modernen". Die transzendente Frage werde ich bei ande-

rer Gelegenheit erörtern, da sie nicht hierher gehört, wenngleich auch sie nur auf ein biologisches und damit im Grunde diätetisches Problem hinauslaufen kann, so widersinnig dies auch zu sein scheint. Zum Mindesten ist diese Frage nicht mit der modernen Phrase vom „dunklen Nichts“ abgetan, das eigentlich nur einen Wunsch ausdrückt, dass es so sein möge, weil man seiner Sache trotz aller sogenannten Aufklärung nicht sicher ist und mit einem „non tangere“ darüber hinweggeht.

Ich glaube damit meinen vorangestellten Behauptungen soweit gerecht geworden zu sein, als es der Raum gestattet, dass hier die Quelle zur Lösung der höchsten und wertvollsten Daseinsfragen vorliegt, ist unstrittig. Als moderner Vertreter der Askese unterscheide ich mich von denen aller Jahrtausende wesentlich.

Ich habe erkannt, dass Askese (Fasten) nicht Selbstzweck und, wenn gründlich ausgeführt, nur einmal nötig ist, wodurch allein man körperlich und geistig vollkommen gesund wird und damit erst zu richtigen, auch sinnlichen Genüssen kommt, von denen die heutige Menschheit keine Ahnung mehr hat. Ich unterscheide mich ferner von anderen Vertretern dieser Richtung dadurch, dass ich nicht die Welt, die Menschheit bekehren will? weil dies für mich eine klare Unmöglichkeit ist. Hier öffnet sich eine neue Welt nur für wenige. Ich bin bereits am Tore davon angelangt und werde versuchen, soweit es in meinen Kräften steht, weiter zu schreiten, weil ich in dieser Richtung das dem Menschen vom Naturgesetz gesteckte Ziel erkenne. Wer mit mir auf dieses Ziel bedingungslosen, rätsellosen und vor allem krankheitsfreien Daseins zusteuern will, den begrüße ich, und wenn er noch nicht „glaubt“, dann lade ich ihn einfach in die Schule des Versuches und er wird erleben, dass ihm das Unglaublichste selbstverständlich wird.

ALSO SPRICHT DIE KRANKHEIT

Ich bin ein Weib und schon deshalb unergründlich für „gelehrte“ Männer. Meine Mutter heißt Gesundheit, mein Vater, mein Erzeuger ist der Mensch, weil er den biologischen Spielraum (Freiheit), der allen Wesen gesetzt ist, missbraucht hat und durch falsche Kultur klüger sein wollte als die „göttliche Weisheit“, das Naturgesetz selbst. Meine Töchter, gezeugt im heiligen, d. h. heilmachenden, heilbringenden Geiste, heißen Wiedergeburt der absoluten Gesundheit, Schönheit, Weisheit und ewiges Leben, paradiesische, himmlische Luft und Glückseligkeit. Meine Söhne sind Schmerz, Leiden, Irrtum, Unglauben (an die Natur), Untergang, Mord und Tod.

Ich bin ein Geist, ein Prinzip, eine Richtung, ein Ziel, ein „Hinauf, ein „Wiedergutmachen“, ein Regulativ zur Gesundheit, eine Verteidigung, eine Abwehr des Toten, des Schlechten, des Lebensfeindlichen, kurz, ich bin eine Kraft, wenn ihr so wollt, ihr Modernen, wenigstens „ein Teil von jener Kraft, die das Böse will und das Gute schafft“. Im Grunde meines Wesens bin ich gut, wohlmeinend, ehrlich, aber ebenso böse, grausam und rachsüchtig kann ich werden. Ehemals hielt man mich für den Teufel selbst. Wie das Weib hat man mich seit Jahrtausenden missverstanden, unterdrückt, verachtet und nicht zu Worte kommen lassen. Ich bin gesetzt von Urbeginn, den „Teufel“, das Prinzip des Bösen, des Todes zu bekämpfen, mein Streben, mein Weg geht hinauf zum Leben, zur Gesundheit selbst. Mit allen erdenklichen Mitteln hat man mir meine Arbeit, das Leben zu erhalten und gegen seine Feinde zu verteidigen, erschwert, meine Würde immer mehr vergrößert, das ist, das Tote, das Abgelebte, das Faule, das Seelenlose, den verkochten Rest aller tierischen und pflanzlichen Substanzen, den verwesenen Schleim aus dem Organismus hinauszuschaffen.

Schon im Mutterleibe lasse ich das Warnungssignal Schmerz ertönen und dort schon arbeite und schöpfe ich aus „Reserven“ der Mutter, fernzuhalten. Statt Kalk der Früchte für die Grundlage eines werdenden Knochengerüsts bringt ihr mir verkochte Milch mit ausgefälltem Kalk. Aber eher nehme ich Kalk aus den Zähnen, aus den Knochen der Mutter dazu, selbst auf die Gefahr hin, daß sie selbst zugrunde geht. Ich bin gütig, sage ich euch, aber auch grausam. Ich halte es mit der Tugend; mir ist ein werdendes Geschöpf, mit dem ich immer wieder die gesunde Erneuerung des Menschengeschlechtes versuche, wertvoller als tausend Mütter. Das Gebären, der heiligste und oberste Akt des Lebens, ist euch zu Schmerz, Wehe und Tod geworden. Vergeblich erhebe ich meine Stimme der Unlust am Essen in der Schwangerschaft und die Luft nach Anderem, Unbekanntem, nach Ungewohntem, das ist das Obst; man nennt mich „Hysterie der Schwangern“, füttert weiter auf die Gefahr hin, die Mästung des Embryo mit dem Leben zu büßen. Kaum ist das Kleine am „Licht der Welt“, hüllt ihr es in „Finsternis“ und stopft es voll mit verkochter, das ist verkäster und kalk-

armer Milch und der ganzen Rüstkammer aller Schleimpräparate. Wiederum erhebe ich meine warnende Stimme durch das entsetzliche Geschrei und die Leichenfarbe des Kleinen; ihr versteht es nicht, meine Sprache ohne Worte. Schon das **verseuchte Blut der Mutter** dem Embryo gereinigt zuzuführen, war mir große Mühe und gelang mir nicht vollkommen, aber ich versuche dies mit ihrer Milch gutzumachen. Statt dessen bringt man dem Königskinde höchstens Milch einer Bauernmagd, von Alkohol und Tierleichen stammend, dem Armen Mehlkleister und die Milch einer kranken Kuh.

Ich vermag nicht mehr das Blut vor diesem Unrat zu schützen, da ihr den neuen Weltenbürger so einhüllt und ihn so vor frischer Luft „schützt“, dass es unmöglich wird, beim Fehlen dieses obersten Elementes des Lebens die Nahrungsrückstände zu verbrennen oder durch die natürlichen Ausgänge abzuführen. Ich vermag den fauligen Rückstand, den giftigen Schleim nicht mehr fernzuhalten von der Blutbahn, ich lasse alle Mittel, die Drüsen usw. in Aktion treten, diese kreisenden Gifte abzufangen und an geeigneten Stellen abzulegen, aber man überschüttet diese jungen Menschen geradezu mit Schleim.

Ich durchbreche jetzt die Poren der Haut und will diese Vergiftung des Blutes mit Fieber und Schweiß nach außen entladen, und man nennt mich Scharlach. Jetzt kommt ein „gelehrter“ Mann, bringt ein größeres Gift in den Magen und ich muß mich sofort mit allen zur Verfügung stehenden Kräften und Blutmassen dorthin wenden, um diese gefährlicheren, noch lebensfeindlicheren Stoffe unschädlich zu machen. Ich bin jetzt dort im Magen mit dem Blute beschäftigt, aber wehe dir, mein junges Geschöpf, nach zwei Seiten kämpfen, zwei Feinde auf einmal besiegen, das kann ich nicht. Der Scharlach, das heißt ich, die Krankheit, verschwindet, aber du auch, du selbst sinkst hinab ins Reich meines Sohnes, in das Element des „Urschleimes“, des Todes. Kommt



mir zufällig kein „Gelehrter“ in die Quere und gelingt es mir, durch den „Aus schlag“ der Gifte das Leben zu erhalten, so jammert sich der arme Wurm vielleicht so lange durch, bis man ihm Kälber-Eiter von Staats und Gesetzes wegen in eine Wunde bringt. Jetzt wird es mir zu stark, sofort bewerkstelle ich am Vergiftungs-ort eine solche Entzündung, eine Verdickung in der Absicht, das eingepfote Gift in den umliegenden Geweben lokal zu vereitern und abzustoßen. Vermag ich dies nicht oder ist soviel Gesundheitsfond vorhanden, diese Blutvergiftung unschädlich zu machen, so kommt man mir mit diesem Kälber-Eiter von Neuem, bis ich das Kind in Fieber stürze, ihm die Gurgel zuzschnüre, mit dem Tode drohe und, wenn man mich nicht daran hindert, eine auffallende Abmagerung in Szene setze.

Jetzt ergreift „im Geiste des gelehrten Mannes“ die Eltern, die Umgebung eine entsetzliche Angst vor mir und dem Tode und, wenn es gelingt, mich zum Schweigen zu bringen, mich am natürlichen Reinigungsprozess zu hindern, dann überschwemmt man geradezu diesen jungen Menschen mit Milch- und Schleimpräparaten, bis die Rückstände in seiner Gurgel in Fäulnis übergehen, Pilze treiben, Entzündung und Verengung der Luftröhre hervorrufen und Frau Krankheit mit Ersticken droht; mein Name ist jetzt Diphtheritis.

Jetzt kommt eine Ladung Serum, das ist aus einem künstlich kranken Tier gezüchteter „Abwehrstoff“, ins Blut, der zwar jene Pilze im Hals „ablöst“, aber für deren Vernichtung ich so viel Lebenskraft brauche, dass vielleicht dieser junge Mensch damit sein Leben rettet, aber sicher nicht verbessert. Das heißt doch mein Element, den Schleim, den Teufel durch Beelzebub austreiben. Gelingt es dem jungen Bürger trotz alledem, auf die Beine zu kommen, gleich stiehlt es Obst und Zucker, die Elemente der Gesundheit, die mit Freuden an die Hand gehen und mir helfen, unter entsetzlichem Gestank die faulen Schleimmassen des Magens und Darms abzuführen. Jetzt nennt man mich Kolik oder Diarrhée. Frau Krankheit freut sich mit Hilfe und Unterstützung lebendiger Elemente, Obst und Zucker, den Tod, den Schleim durch eine gründliche Abfuhr besiegt zu haben. Aber wehe ihr; gleich erscheint der „gelehrte“ Mann, es vollzieht sich dieselbe Prozedur wie oben; die stinkenden, fauligen Entleerungen, das Wesen giftigen und toten Materials darf nicht hinaus, man stopft und Frau Krankheit schweigt. Gesundheit selbst heiße ich jetzt fälschlich, weil ich ruhe, weil ich schlafe, da man die Reaktionsnerven des Darmes geschwächt, beruhigt hat, und wenn man mich und damit diesen jungen Organismus nicht zur ewigen Ruhe „beruhigt“, dann spanne ich in meinem gewaltsamen Schweigen die mächtigsten Kräfte bis zur Reife des Menschen. Unbemerkt im stillen bin ich zwar so gut als möglich immer an der Arbeit mit Hilfe der jugendlichen Kräfte. Zwar täuschen alle Reizmittel eine falsche Gesundheit, eine Art Kraft vor; in Wirklichkeit zehren sie an meinem Leibe, an der Reaktionskraft, und die Verblödung geht heute so weit, dass ihr euch rühmt, einen gesunden Magen zu besitzen, wenn er fünf Liter Bier und ein Diner mit sechs Gängen bei sich behält und diese Misshandlung wenigstens scheinbar sich gefallen lässt. Will ich mich rühren, das gefährdete Leben durch Schmerz, durch Appetitlosigkeit zu schützen, ein Morphiumpulver ist die Antwort, denn man hat keine Zeit vor Arbeit oder Vergnügen für mich, nämlich krank zu sein. Hört ihr, ihr Kranken, „die Zeit heilt alle Wunden“. Aber ein Leben lang habt ihr und die Menschheit Jahrtausende mich verachtet, mich nicht gehört, mir keine Zeit gelassen; und jetzt wollt

ihr mir, der Krankheit, zumuten, wenn ich Gewalt brauche, im Augenblick alles gut zu machen. Möge die Medizin ihre Macht entfalten, blühen und gedeihen und Lob allen den „Überflüssigen“, den „Vielzuvielen“, den Anbetern der „Wissenschaft“, die mich vernichten, aus der Welt schaffen wollen mit dem Reagenzglas. Ich sitze schlafend in ihrem Leib, und meine Mühlen mahlen langsam und sicher, aber um so geräuschloser. Ich habe Zeit zum Warten. Aber wehe euch, wenn mir Mutter Weltgesundheit mit einem einzigen heißen Sommer zu Hilfe kommt. Ich werde euch zeigen wie ehemals, dass ihr mich noch nicht im Glase gefangen habt.

Persönlich Sorge ich mich jetzt um unsern reif gewordenen Menschen. Mit der höchsten Spannung jugendlicher Kraft des Organismus bin ich am Werke, vor allem die Geschlechtsorgane rein zu halten. Da man gerade jetzt sich das Blut durch „gutes und zu vieles Essen“, Tierleichen, „Leichengiftextrakt“ Bouillon genannt, durch giftige Getränke verseucht und unsinnig verwässert, verdünnt, habe ich schwere Arbeit.

Um den „Gebärapparat“ von dem chronischen Kulturunrat vor Eintritt der periodischen, vierwöchentlichen Empfängnismöglichkeit zu säubern, „installiere“ ich beim Weibe jeweils einen reinigenden Aderlass, und man nennt mich Menstruation; früher sprach man deutlicher und nannte mich Reinigung. Jeanne d'Arc, Bernadette de Lourde - diese lebte nur von den Früchten des Waldes - und viele andere Heilige, d.h. Selbstgeheilte, **haben nie menstruiert**. Ihr nennt diese große, höchste Gesundheit Hysterie, Lüge.

Ich, Frau Krankheit, sage euch jetzt, ihr Modernen, ihr „Allwiser“: Wenn ihr's nicht glaubt, dann muss ich euch lehren, dass man heute noch das Experiment darauf machen kann. Gebt einer Frau die volle Gesundheit, die göttliche Reinheit mit Nahrung auf restlose Verdauung, durch paradiesische Diät, Obst, dann bleibt sie „unbefleckt“ und empfängt im heiligen Geist, gebiert schmerzlos, **und Frau Krankheit, die Menstruation, räumt des „Schlachtfeld“**.

[Angesichts der Erfahrungen Meiner Frau in dieser Hinsicht kann ich das voll bestätigen! Die Befreiung von der Menstruationspflicht geht sehr schnell – ca In 2-3 Monaten. Der Bearbeiter]

Hört ihr, ihr Ungläubigen wie ihr Gläubigen, und beinahe hätte ich mich versehen, dass meine Mutter, die Gesundheit, zu euch sprach. Wer Ohren hat, der höre. (*Zu was denn Reinigung, wenn nicht verunreinigt wird; warum menstruiert denn das Tier nicht?*) Aber so weit seid ihr gekommen, ihr Gebärerinnen von heute mit eurer „guten und vielen Schleimnahrung“, dass ich mit dieser regelmäßigen Reinigung nicht auskomme. Ich entschleime jetzt vielfach chronisch und man heißt mich weißen Fluss; wenigstens bei besseren Jungfrauen und sittsamen Gattinnen; ich führe das wenige Blut möglichst dorthin, und man sagt zu mir „Bleichsucht“, weil ich weißen Schleim mit mir führe, und Gesicht und Hände deshalb blutarm werden.

Aber ebenso und vielleicht noch schlimmer habe ich zu jungen Männern zu reden. Gelingt es mir kaum noch, die „Sünden der Mütter“ gutzumachen, so übersteigt der Kampf gegen mich bei Männern heute alles Dagewesene. Will mich in Europa denn kein einziger verstehen, dass man nicht mich, die Krankheit, heilen, zum Verschwinden bringen kann und darf, sondern dass man mich fördern, mich als Prinzip, als Prozess des Gesundwerdens auffassen und unterstützen muss; dass jeder deshalb seine eigene Haut zum Markte tragen muss und dass ihm, dem Kranken, niemand helfen kann, als es selbst, indem er meinen Willen versteht und diesen tut? Dass wir nicht Heilhelfer, sondern Heillehrer brauchen, die meinen Weg bewusst und sicher gegangen sind, Heillehrer aber nur für die Wenigen, die Zeit und Einsicht haben, - sich selbst, den Menschen und nicht mich, die Krankheit zu heilen. Ich, die Krankheit, werde nur deshalb gefährlich und tödlich, weil ihr mich durch Essen an der Arbeit stört oder durch Medizin.

Im ersteren Falle trägt der Kranke, im letzteren der Medizinarzt die Verantwortung.

Die heutige Medizin hat nicht die Aufgabe, Kranke zu heilen, sondern man verlangt von ihr aus- und nachdrücklich, mich, die Krankheit, zu beseitigen, was nur scheinbar geschieht, und dadurch wird mein Kampf ruhiger und langsam, chronisch statt akut. Das „Unangenehme“, mein Heilenwollen, unterdrückt man, um später um so schneller zu sterben, ändern, „Geburtsüberschüssigen“ Platz zu machen. Ihr bringt mich zwar

zur Ruhe, aber ihr seid Wasser auf meine Mühle, den Geburtsüberschuss der Minderwertigen zu regulieren, Ihr „Eifrigen“ spart euch die Mühe der Bekämpfung der Medizin, ihr werdet's nicht erreichen, denn ich bin gesetzt, alle die zu vernichten, welche den Glauben an meine Mutter, an eine absolute Gesundheit, verloren haben; aber Redefreiheit denen, die meinen Sinn, meine Weisheit verkünden, Freiheit den Wenigen, die mir folgen und euch (der Medizin) den Rücken kehren. Spart euch, ihr Gelehrten, die Angst vor diesen, man muss sie mit der Laterne suchen, sie werden euch das Feld nicht streitig machen.

Besorgt um die werdende Mutter bin ich es ebenso um die Reinheit des zeugungsreifen Mannes. Seine Zentrale der Butbildung macht er zur „Mistgrube“ und seine Säfte strotzen vor Unrat. Mit Hochdruck und Fieberspannung arbeitet der Organismus, und man hält ihn für gesund, während ihm aus Mangel an „Guten“ schon Zähne und Haare dem Tode verfallen lassen muss. Sein Leib ist „schwanger“ mit Wasser, Fett und Schleim und speißt unaufhörlich das tiefere „Stockwerk“, das mir jetzt die größten Sorgen macht. Ich reinige, ich entschleime selbst aus den inneren Geweben, weil es mir infolge größeren Blutdruckes gelingt, die Schleimhaut zu durchbrechen und ich habe mich jetzt als Gonorrhöe vorzustellen. Gerade jetzt kann mich der junge Mann nicht brauchen, und man begegnet mir mit „höllischen“ Mitteln so lange, bis der Höllenstein die Gewebe derart vernarbt und geätzt hat, dass es mir nicht mehr möglich wird, die schleimigen Bestandteile des Blutes (weiße Blutkörper) durchzudrücken, und ich dringe, vielleicht durch eine zufällige kleine Verletzung unterstützt, nach außen. Jetzt heiße ich weicher, harmloser Schanker, habe ich aber viel Höllenstein und viel Verbindungen mit Schleim und Eiter abzuführen und verklebt und versperrt man mir auch dieses „Notventil“, so entsteht, aber nur infolge des Höllensteins, ein „charakteristisches“ Aussehen oder eventuell Verhärtung eines Geschwürs, ich bin der harte Schanker, verdächtig, noch „schlimmer“ werden zu können. Jetzt versuche ich meine Arbeit im Halse und in der Rachenhöhle, um zugleich an Nichtessen, Fasten zu erinnern, damit die Verdauungskraft an

mich zur Ausscheidung abgetreten werden könnte. Man versteht mich nicht, ich bin eben ein Weib und man schuldigt vielleicht ein anderes falsch an, während der junge Mann eine stinkende Kloake im Leibe hat und Höllenstein in seinem Blute kreist. Die Bläschen im Halse haben gegen alle anderen sonstigen Ausschläge durch den Höllenstein ein bestimmtes Aussehen. Ich bin die konstitutionelle Syphilis.

Ehemals, wo man Höllenstein nicht gegen mich anwandte, waren meine Ausschläge nur insofern sexuell charakterisiert, als sie in dieser Zeit der Reife und im Zusammenhang mit Exzessen erfolgten, aber typisch syphilitisch im heutigen Sinne waren sie ebenso wenig, als es eine graue Trübung der Augen gab, was nur vom Höllenstein kommt. Alle, jedenfalls die meisten syphilitischen Augenleiden sind nicht auf mein, sondern auf das Konto der Medizin zu setzen, wie die konstitutionelle Syphilis selbst. Hört ihr's, Ihr Siechen des modernen Babels, warum bin ich bei Euch und nicht auf dem Lande? Hört ihr's, dass man Alkohol, Prostitution und Bazillen für die „Schleimerei“ anschuldigt und den Höllenstein, der euch die Knochen zerfrisst und eure tägliche Vollere! für unschuldig hält. Aber auch zum Halse lässt man mich nicht heraus. Jetzt wird es mir zu bunt, dieser Höllenstein muss unter allen Umständen entfernt werden, sonst zerstört er mir eventuell den Keim zu einem Leben. Ich fange ihn ab in den Leistendrüsen, deponiere ihn dort auf ruhigere Zeiten, durchbreche die Haut, wo es möglich ist, und trete durch schinkenbraune Roseola (vom Höllenstein) in die Erscheinung. Ich werde jetzt sicher als „konstitutionell“ angesprochen, und nachdem man mir auch an der Haut die Poren, die „Auswurfspforten“, und zwar mit einem noch größeren Gift, Quecksilber, verstopft hat, bin ich bald mit Hilfe dieser zwei weiteren Giftzulagen unfreiwillig im „sekundären Stadium“ angelangt. Jetzt geht man zum Spezialisten, aber an sich käme man nicht mehr nach Frankfurt, wenn es keine Eisenbahn gäbe.

Aber Frau Krankheit hat noch andere Mittel. Sie stellt jetzt das Ultimatum auf Leben und Tod, da der Spezialist mit noch stärkeren Dosen kommt. Ich vereitere

dir zunächst die Rachenhöhle, lasse dir die Zähne ausfallen und den Speichel fließen in der immer noch gu-



ten Absicht, dich meine Stimme hören zu lassen: Du sollst nichts oder wenigstens nichts Totes, sondern Lebendiges essen. Der „gelehrte“ Mann steckt dir ein Röhrchen oder einen Schlauch in den Hals, nur damit du den „nötigen“ Schleim erhältst, der jetzt bald zu allen Öffnungen herauskommt. Nicht ich, die Krankheit, die Medizin macht dir jetzt auch meine Bürde leicht, die Du nie tragen wolltest, als sie noch klein war. - Noch ein falscher „Ehrentitel“, eine falsche Anschuldigung der Krankheit: „tertiär“ und du stirbst „wissenschaftlich“. Ich beweine Dich nicht, denn Frau Krankheit wird hart und selbst mitleidlos, wenn man sie töten will und damit Menschen trifft. „Also sprich die Krankheit“.

Bald tausend Namen und ebensoviel Ursachen und falsche Anschuldigungen hat man mir „angedichtet“ und daher ebensoviel Mittel entdeckt und solche gesucht, während wirkliche Wissenschaft nach Einheit aller Ursachen, wenigstens von Erscheinungsgruppen, strebt.

Das Tollste, was man mit mir identifiziert hat, sind die Bazillen. Für jede Form meiner Erscheinung ein anderer Bazillus! Man bringt außer den täglichen Fleisch

und Stärkemehlmassen noch schlechtes, fauliges Wasser, oder man kommt mit unreifem Obst oder durch zufällige Hitze zu Hilfe, die Gärung der fauligen Rückstände im Magen und Darm wird so groß, dass tatsächlich Pilze, Bazillen entstehen, und wenn ich nun eine radikale Abfuhr versuche, weil das pilztreibende Stadium der Fäulnis lebensgefährlich wird, hindert man mich daran und stirbt „im Namen“ des Typhus oder der Cholera. Statt die Produkte der Zersetzung, die ich in bester Absicht hinausbringen will, im eigenen Leibe zu suchen, hat man auf dem ganzen „Außerhalb“ des Menschen eine Jagd darnach eröffnet, um ja den Menschen selbst nicht an seine Schuld zu erinnern. Mit einer Ladung „Ehrlich Hata“ oder Tuberkulin glauben die modernen Irrlehrer, die man mit Ruhm, Ehren und Geld überschüttet, mich, die Krankheit, zu vernichten, indem sie das Produkt, die Pilze der fauligen Nahrungsrückstände, töten wollen. Selbst wenn ihnen das gelingt, dann schneiden sie sich erst recht ins eigenen Fleisch. Diese Bazillen sind mein letztes Mittel gegen die Kulturimmunität“, weil sie mir den „latenten Schleim“ lebendig, selbstbeweglich machen, den ich infolge des Nahrungsüberschusses, des zunehmenden Alters und der zunehmenden „Krankheitsmittel“ nicht mehr herausbringen konnte.

Die schönsten und edelsten Menschen wollte ich wenigstens im Alter der Fortpflanzung blutrein, d.h. schleimfrei halten; sie magerten zum Schönheitstypus paradiesischer, vergeistigter, engelhafter Gestalten ab, indem ich den Schleim durch die Lungen abführen musste, da Magen und Darm durch Übernahrung geschwächt sind. Man hat meine „Heiltendenz“ der Abfuhr auf Umwegen und an gefährlichen Stellen durch Mästung gehindert und durch Gifte erschwert. Um die vielen empfindlichen Blutgefäße der Lunge zu schonen, lagere ich den Schleim in einzelnen Knötchen ab, und jetzt bin ich die Tuberkulose, die „Königin“ der Krankheiten, die sie die meisten ins Reich der Schatten befördert, aber nur aus dem einzigen und alleini-

gen Grunde, weil bei diesem Menschen soviel Schleimnahrung auf die „Mühle des Lebensbetriebes“ geschüttet wird und durch verkochte Milch (aus Angst vor Bazillen) zu wenig Kalk für einen normalen Brustkasten vorhanden ist, dass der ganze Organismus, besonders die Lungenblutgefäße, verschleimen und zerfallen und ich, die Krankheit, das „Heilenwollen“, dem Sohne Tode unterliege.

Soll ich mit dem täglichen Schleim, soweit es mir gelingt, ohne von meiner Arbeit ein Zeichen geben zu müssen, auch noch Mengen von Fleischgiften (Harnsäure usw.) ausscheiden, und sind die Blutgefäße, namentlich an gespannten Stellen (Gelenken) degeneriert, so gebe ich empfindliche „Signale“ und die Gelehrten taufen mich Rheumatismus und Gicht, um damit ebenso wenig zu sagen als mit dem Wort „Knötchenkrankheit“ (Tuberkulose). Muß ich noch Salicyl, sonstige Medizin oder überhaupt viel Selbstgifte und Schleim durch die zarten Herzblutgefäße jagen, selbst solche, die ich jahrelang auf ruhigere Zeiten (weniger Verdauungsarbeit) im Körper abgelagert hatte, so erlahmt das „arme Herz“ und auch das „entwickelte Kulturhirn“ (oder platzt ein Blutgefäß desselben) und man stirbt an einem „Schlage“ mit der einzigen Glorie eines lateinischen Namens.

Wo immer ich auch nur eine Ausgangspforte suche oder das Krankheitsmaterial durch ein Organ (Auge, Ohr, Niere, Leber usw. nicht mehr hindurch bringe, also eine lokale Verstopfung entsteht, gleich hat man mich wieder anders getauft, womöglich in fremder Sprache, damit ich dem Menschen um so fremder, um so geheimnisvoller erscheine.

Besinnt euch doch, ihr Kranken, auf die furchtbar einfache, aber zwingende Logik: ich habe im ganzen Tierreich nur ein Mittel meiner Tätigkeit des Heilens, das ist Fasten, daher kann und muss ich auch bei dem höchsten Tier, dem Menschen, nur eine Einheit sein, nur eine Grundursache haben, das ist verfaulter Nahrungsrückstand (Schleim), den ich zu eurem Wohle, zu eurer Gesundheit hinauszuschaffen unaufhörlich bemüht bin, und ihr richtet euch selbst zugrunde, weil ihr mich durch Zuvielessen oder durch falsche

Nahrung an dieser Arbeit stört.

Ein Tier im Stall, das der Luft entwöhnt und durch künstliche Nahrung (Mehltränke) „erkältungsfähig“ geworden ist, frisst nichts, oder wenn es dies tut, verweigert es sicher die „verbesserte“ Nahrung und isst damit klüger als die Erfinder aller Heilsysteme der Welt.

Allerdings sage ich euch, dass es der Weisheit und nicht des Wissens aus Büchern bedarf, um meine Strategie der Entgiftung zu verstehen. Ist erst euer „sesshafter Leichenschleim“ in die Festung der Gewebstiefen und der inneren Organe eingezogen, dann heißt es vorsichtig und behutsam gegen deinen Feind vorgehen.

Mein Geist, mein Sinn, sprach jetzt zu euch, ihr Kranken. Habt ihr noch Grund, mir böse zu sein, mich nicht zu verstehen, mich, das ewige Gesetz der Reinigung, der Regeneration, das euch wieder zur Gesundheit, zur Schönheit und jugendlichen Kräften bringen will? Habt ihr noch Grund, pessimistisch zu sein, wenn ich in der ganzen Natur ein Tier, das durch Verletzung oder „Krankheit“ seine Nahrung nicht beschaffen kann, durch Nichtessen heile?

Versteht ihr jetzt endlich, dass der gesunde Mensch bereits von nichts leben kann, wenn man durch „Zeit-haben“, „Zeitnehmen“, durch Zeit alleinaus, „Wasser und Geist wiedergeboren werden kann“? Leuchtet es jetzt ein, dass man noch nicht „kabakonfest“ wird, wenn man auch nur Kokosnüsse pfundweise isst und ihr mir dort im heißen Klima unter der Wucht der Reaktionskraft gegenüber größeren Sündern zugrunde geht?

Geht also meine Tätigkeit, die Krankheit, nicht bis auf Adam zurück, als von der Urdiät Obst zur gekochten Schleimnahrung übergegangen wurde? Wann geht endlich den Gläubigen und Ungläubigen ein Licht auf über den wahren Sinn der Taufe als „Heilmittel“ mit dem „Feuer des heiligen Geistes“, das ist Verbrennung der schlechten, abgelebten Bestandteile durch das „physiologische Feuer“, der Verdauung beim Fasten, während Johannes diese „Erbsünde“ mit Wassertaufe (Kopf- und Fußguß) a la Kneip gutmachen wollte? Wird nicht der wirklich Kluge mich freiwillig annehmen, so lange ich leichte Arbeit habe, um sich von mir reinigen zu lassen, bevor er „auf der Nase liegt“? Ist das nicht höchste und einzige Bemeisterung des Schicksals, indem man mich beizeiten entschleimen lässt und der Katastrophe den Boden entzieht und dann überhaupt durch wenig und richtige Nahrung defini-

tiv, unnötig, entbehrlich macht? Fasst ihr die Bedeutung und Wahrheit dieser Worte, die ihr immer auf mich wartet, indem ihr mich durch vieles Essen, Reizmittel oder Gifte zur Ruhe, zum Schlafen schickt und glaubt, ich sei davongegangen, während ich später um so mächtiger und um so sicherer aus dem Verstecke hervorbreche? Ich bin nicht zeitlich, ich bin ein Geist, eine Kraft ohne Raum und Zeit, überall und ewig bin ich Gesetz für diejenigen Wesen, welche stillstehen wollen, welche das „Hinauf vergessen haben; ich bin die „ewige Peitsche“ des Vorwärts, der Entwicklung.

Ich bin der Wurm, der ewig nagt, wenn er auch schläft, ich bin das Verhängnis, die Fallgrube der Schläfrigen, der Behaglichen, der Wohlhabenden" und „Gutgenährten" von heute, ich bin die unfehlbare Vernichtung aller „Vielwesser" und „Frommen" von heute, die nicht an „göttliche" Nahrung glauben. Ihr werdet an Leib und Seele in alle Ewigkeit keine Ruhe vor mir haben, bis ihr irdisch und vielleicht auch noch überirdisch das letzte „Atom des Todes" physiologisch und seelisch im „Fegfeuer des heilenden Geistes" verbrannt habt. Ich bin nicht der Teufel selbst, gesetzt bin ich von Anbeginn des Werdens aller Wesen, den Fürst des Todes zu bekämpfen und ihn dem Reiche der Kälte, der Finsternis, des Leblosen, des Gestanks, des „dunklen Nichts" zu überweisen, da sich die „moderne Seele" nach dem Tode so sehnlich wünscht, weil sie ihren Leib und sich selbst mit Toten speist. Vielleicht ist es genau so, wie man's wünscht, auf einem „toten" Planeten.

Ich, die Krankheit, bin **der Impuls, der Antrieb** aller Evolutionen, gesetzt nur für diejenigen, die dem „Hinauf der Gesundheit, meiner Mutter, nicht folgen, ich bin der „grausame Gott", den nicht einmal Kant begriffen, der alle diejenigen erbarmungslos unter Schmerz und Wehklagen tötet, ausrottet, die nicht zur höheren Form, zur neuen Gattung emporsteigen. Ich bin der Untergang, das Aussterben ganzer Gattungen von Schwachen, von nicht mehr Lebensfähigen, aus deren Zugrundegehen infolge von Entartung neue Formen entstehen (Darwin, Zwischenglieder?).

Wehe dir, o Menschheit, du hast dein stärkstes Organ, das Gehirn, zum Raub an Pflanzen, Tier und deinesgleichen missbraucht, du rühmst dich, mit den Flügeln des Fortschrittes auf höchsten Kulturhöhen zu sein und dabei ist das Allerwichtigste, das erste von allem, die Gesundheit am weitesten und mehr als bei den Tieren von dir- „fortgeschritten“. Ich, die Krankheit, bin bei dir zu Hause. Du bist in einen Strom nach dem Meere des Untergangs gelangt, indem es für dich keine Umkehr mehr gibt nach dem Gesetz der „natürlichen Vergeltung“ der Äquivalenz der Kräfte; du bist von Gehirnen geleitet, die den Raub an der Natur als recht und gut preisen, wodurch du immer tiefer in den Strom, in die Sackgasse hinabgleitest. Alle Propheten aller Zeiten, Männer wie Goethe, Rousseau usw., haben deine Scheinkultur verneint und mit meinem Namen Krankheit belegt. Jetzt kann auch ich dich nicht mehr retten, weil die Vielen meiner Stimme nicht mehr folgen können, selbst wenn sie noch wollten. Aber ich habe auch ihren Sinn getrübt, ihre Ohren verstopft, ihre Augen geblendet als Konsequenz ihres Abweichens vom Gesetze. Sie vermeinen, Geld, Macht, Wissen sei ihr Glück, ihre Gesundheit selbst. Jetzt rächt sich an dir, o Menschheit, der Missbrauch des Gehirnes, des „Klügerseinwollens“ als das Gesetz, als die Natur, als Gott selbst. Das Prinzip der Umkehr, der Wiedergeburt, des Leib= und Seelenheils, der Rettung, ich, die Krankheit, bin selbst an dir chronisch, latent, einschlafend geworden. Du hast keine Zeit mehr für mich, dass ich dich retten könnte. Zur Gesundheit und zum wahren Leben kann ich nur Individuen wieder hinaufbringen, denen noch beizeiten der „göttlich Funke“, die Erkenntnis meiner aufgeht, bevor es zu spät ist und die aus einem schlammigen, reizenden Strome des Untergangs an sonnige Ufer treten müssen, wenn sie selbst zu meiner Mutter, der großen und absoluten Gesundheit, kommen wollen. Diese habe jetzt das Wort. „Also sprich die Krankheit“.

Offener Brief an

Herrn E. R. Höfer, München (1911) *siehe Seite 45

Geehrter Herr! Es gibt ein Schicksal. Vernünftig heißt das: wenn schon in der anorganischen Welt alles mathematisch verläuft, so muss das in der organischen und im Leben des Menschen erst recht der Fall sein. Als ich am 18. Februar des Jahres, morgens 7 Uhr in München ankam, um abends einen Vortrag in der Gesellschaft für Vegetarismus zu halten, wurde mir die Zeitschrift „Lebenskunst“ überreicht, mit Ihrer Kritik meiner Auffassung der Geschlechtskrankheiten. Vier Tage vor meiner Abreise in Locarno traf ein Kranker bei mir ein, um sich als erster von „Ehrlich=Hata 606“ heilen zu lassen, d. h. in meiner Schule zu lernen, wie man die Natur heilen lässt. Ist das nicht Ironie des Schicksals, Herr Dr. Höfer? Befund: Bläschen im Munde, Entzündung an der Eingangsstelle des modernen „Zaubermittels“, Selbstmordgedanken. Drei Tage nur wenig Obst und eine gehörige Dosis Wahrheit über Syphilis von mir in seine erschütterte Seele „injiziert“, bringen Bläschen und psychische Depression zum Verschwinden.

Warum erschienen Sie denn nicht bei meinem Vortrag, den ich in München am Sonntag meinen Zuhörern wiederholen musste, um mir mit Ihren „tatsächlichen Verhältnissen des Lebens“ aufzuwarten? Ich will zu Ihrer Ehre und zu Ihrer Tapferkeit annehmen, dass Sie „verhindert“ waren. Nun zur Sache.

„Grundursache aller Krankheiten“; gemeinsamer Grundfaktor im Wesen aller Krankheiten heißt es in meinem Aufsatz. Ist das vielleicht dasselbe und spekulieren Sie auf die Gedächtnisschwäche Ihrer Leser? Oder leiden Sie selbst daran? Spaß beiseite: Haben Sie denn einen Witz gemacht? Ihre „nackten, unwiderlegbaren Tatsachen“ stehen im „Brockhaus“ und ich gestatte mir die Frage: Warum wird denn nicht jeder angesteckt, und wo hat der erste Mann mit „Gonorrhöe“ die Ansteckung her? Der „geeignete Boden“ sagen Sie selbst; aber Sie sagen doch damit ebenso wenig als mit dem medizinischen Fachausdruck „Disposition“, den Sie in ihrer Zeitschrift für „erwachende Laien“ vielleicht absichtlich vermeiden. Lesen Sie doch ges. meinen Aufsatz in Nr. 17 und 18 der „Lebenskunst“, 1910, noch einmal; dort steht's ge-

schrieben also: Schleim ist ein Faktor der Disposition, des „geeigneten Bodens“. Wenigstens dem Sinne nach behaupte ich dort ganz bestimmt, dass jetzt das Wesen der Disposition erklärt ist, indem „mein Schleim“ den Bazillen als Nährboden dient. Damit bestreite ich nicht einmal die Infektion. Es steht dort ebenso klar geschrieben, nur ist meine Auffassung etwas „ungelehrter“. Diese weißen Blutkörperchen zu deutsch Schleim, werden von Bazillen aufgefressen und nicht umgekehrt; die granuliert Eiweißzelle des Schleimes gärt, fault, zersetzt sich weiter, es entsteht ein Eiterkörperchen und damit Entzündung und Gefahr. Das ist meine Ansicht, ohne Mikroskop, aber nicht mehr. Woher wissen Sie denn, dass ein schleimfreier Mensch (durch Fasten und Obst) angesteckt wird? War je ein solcher Mensch, in meinem Sinne gesund, in einem Spital der Welt und unter Beobachtung eines Arztes? Ich empfehle Ihnen meinen neuesten Artikel „Krebs“ zu lesen („Natürlichere Heilmethoden“ Wien und „Gesundheit“ Zürich-Stässa). Dort beschreibe ich drei Experimente von Verwunderung am eigenen Körper, die „exakt“ dartun, wie ein schleimloser Körper auf Schleim reagiert. Haben Sie in der „Veget. Warte“ nicht gelesen, dass ich ohne Chinin und nur mit Obst im Malariaherd Süditaliens war? Sie haben mich auf den geistigen Kampfplatz gefordert, ich bitte Sie, mir auf den der „nackten Tat“ des Experiments zu folgen. Hat nicht J. Reißer selbst oder einer seiner Kollegen Hunden die ganze Blase mit Gonokokken gefüllt, ohne dass die Tiere infiziert wurden? Ich bin bereit, Herr Höfer, mich derselben Prozedur zu unterziehen: Sie auch? Sie können sich ja vorher eine Ladung Ehrlich-Hata geben lassen; wenn dies sicher Syphilis heilt, wird man doch mindestens damit gegen Tripper immun sein. So gesund wie ein Hund sollte doch der Mensch auch sein können.

Ich wette mein Vermögen mit Ihnen, dass ich Ihnen durch die Bank nachweise, dass ich nicht nur „immun“, sondern fieberfrei bleibe. Gehen Sie mit mir mitten in den Pest- oder Choleraherd. Ich verpflichte mich, noch unreifes Obst zu essen und Bazillen zu verschlucken. Dies zu tun habe ich schon vor einigen Jahren einem Arzt angeboten. Das wäre doch wertvoll für die „Wissenschaft“, aber sie stürzt damit, diese „Wissenschaft“,

und deshalb geht sie ebenso wenig darauf ein wie der Papst auf den Modernismus. Haben Sie nicht gelesen, dass die vegetarisch lebenden Japaner in der Mandschurei der Pest gegenüber fast immun geblieben sind, während der Charbin sogar zahlreiche europäische Ärzte von ihr ergriffen und hinweggerafft wurden? Aber nun zu den Geschlechtskrankheiten. Wo ist denn die Grenze zwischen Harnröhrenausfluß und Gonorrhöe? Warum findet man denn beim alten, chronischen Tripper keinen „Erreger“ mehr? Oder beim weißen Fluss der Frauen? Sie kehren die Tatsachen um, Herr Höfer. Sie sagen, bei Gonorrhöe findet man stets Gonokokken; nein, etwas mehr Logik; wenn man bei Ausfluss Gonokokken findet, feststellt, dann steht fest, dass Gonorrhöe vorliegt. Und wenn man sie nicht findet und sie sind am Ende doch da; was ist dann? Am Ende wäre das ein ärztlicher Beweis, dass man „tugendhaft und sittsam“ ist.

Warum gehen Sie bei Syphilis nicht auf Roseola und graue Trübung der Augen ein? Schinkenbraune Roseola und das Weiß der Augen grau gefärbt, das könnte am Ende jeder Laie ohne Mikroskop sehen, wenn ich ihm „die Augen öffne“. Kennen Sie nicht das Buch von Dr. Hermann: „Es gibt keine konstitutionelle Syphilis“? Einer meiner „Verehrer“ schreibt mir zu Ihren Ausführungen, dass er unter 14 Angesteckten im selben Falle allein frei blieb; ein Vegetarier, Herr Hof er! Vielleicht noch nicht einmal ganz schleimfrei! Ich bin auch hier zum Experiment bereit, wenn Sie es wollen. Sie sind über „606“ schon sicherer im Urteil als Professor Ehrlich selbst. Kommen nicht jetzt schon Berichte über sehr bedenkliche Nachwirkungen (Berl. Klein. Wochenschrift 1910) aus der Klinik usw.?

Ich möchte Ihnen „weissagen“, Herr Höfer, Ehrlich=Hata ereilt dasselbe Schicksal wie Tuberkulin. Das wäre doch ein Wunder, wie man es der Kirche als Aberglauben vorwirft, wenn man im Handumdrehen, wie mit einem Zaubermittel, einen Zustand, eine Krankheit vernichten könnte, welche die Natur gegen ihren „Willen“ infolge Unwissenheit des Menschen hervorbringt.

Beim Menschen entscheidet das Gehirn über Sein und Nichtsein, sagt „Frau Krankheit“. Die Masse, die Vielen und selbst die Gelehrten glauben an das „wissen-

schaftliche Wunder"; also muss es sein. Wir „Abtrünnigen“ glauben ebenso wenig mehr an „Mittel“ als an die Rettung der Menschheit. Wir glauben auch nicht an die „Verhältnisse des Lebens“, d.h. nicht mehr an Menschen; aber um so sicherer an die Natur. Diese allein betrügt uns nicht, wenn wir sie verstehen, ihr folgen. Auf sie allein können wir uns bedingungslos verlassen. Beruhigen Sie sich, Herr Höfer, das Wunder, d. h. der Glaube an die „plötzliche Heilung“, hat sich von der Kirche zur „Wissenschaft“ verschoben und dort beim „Wunder“ sind immer die „Bewunderer“, die Masse; es ist so „bequem“. Wir sind und wollen die wenigen, die Ausnahmen sein.

Locarno (Ascona), Februar 1911.

München. Am 18. Februar („Lebenskunff“ 1911. Nr. 4) hielt Herr Arnold Ehret, der Leiter der Schule für leibliche und geistige Diätetik in Locarno, auf Veranlassung der Gesellschaft für Vegetarismus München einen öffentlichen Vortrag über das Thema ab: „Wie können wir uns gesund essen?“ Trotz Karneval und sonstiger zahlreicher Veranstaltungen war der Vortrag von den Münchnern sehr gut besucht. Herr Ehret verstand es, seine Zuhörer durch seine inhaltvollen Ausführungen zu fesseln. Mit schlichten, aber markigen Worten rückte er einerseits der von ihm erkannten Grundursache der Krankheiten, der Schleimbildung, scharf auf den Leib und zeigte andererseits Mittel und Wege - mögliche Enthaltung von schleimbildender Nahrung, Fasten usw. - wie diesem Feinde der Gesundheit mit Erfolg begegnet werden könne. Der klare Vortrag des Redners hatte einen durchschlagenden Erfolg. Wie Herr Ehret in einem weiteren Vortrag am Sonntag im vegetarischen Restaurant Ethos, wieder vor einem zahlreichen Publikum, bekannt geben konnte, wird in einigen Wochen schon eine weitere Klarlegung der von ihm gefundenen und am eigenen Leib und Leben erprobten Grundsätze in Buchform erscheinen und sich „Kranke Menschen“ betiteln, der weiteste Kreise mit berechtigtem Interesse entgegen sehen dürfen! (Der Höfer-Brief steht hinten)

Vor mehreren Wochen ging die Nachricht durch die Zeitungen, dass Miss Eddy in Amerika, die Begründerin der „Christian Science“ (Gesellschaft der Gesundheitsbeter), an Krebs gestorben sei und

das ansehnliche Vermögen von einer Million Dollar hinterlassen habe. Da letztere Gesellschaft auch in Europa, besonders in Berlin, von sich reden macht, so dürfte es für Anhänger der naturgemäßen Heilweise nicht uninteressant sein, obige Krankheit näher ins Auge zu fassen. Auch Pfarrer Kneip soll an Darmkrebs gestorben sein; der deutschen Gesellschaft für Krebsforschung stehen Millionen zur Verfügung mit einem besonderen Institut zu diesem Zwecke in Heidelberg; Rockefeller hat jetzt bald eine Milliarde an Universitäten gestiftet, namentlich um die Schwesterkrankheit des Krebses, die Tuberkulose, zu erforschen. Auf alle diese Ereignisse und Tatsachen hin ist es der reinste Hohn, konstatieren zu müssen, dass die Verarbeitung dieser beiden „Geißeln“ der Menschheit in stetem Wachsen begriffen ist.

Was ist Krebs? Was ist Krankheit? Ich habe voriges Jahr in meiner Zeitschrift den letzteren Begriff auf eine gemeinsame Einheit, auf einen gemeinsamen „Nenner“ zurückzuführen versucht und gezeigt, dass es eine gemeinsame Substanz, den Schleim, gibt, dessen Ausscheidungsbestreben durch den Organismus bei allen Krankheiten vorliegt und ebenso bei jedem Kulturmenschen sich einstellt, sobald dieser mit Nahrungszufuhr aufhört, fastet, d. h. künstlich, freiwillig sich dem Reinigungsprozesse, Krankheit genannt, aussetzt. Das ist eine experimentelle Tatsache, die mir niemand widerstreiten kann, weil sie sich an jedem Kranken und an jedem Menschen wahrnehmen lässt, sobald dieser unfreiwillig, durch Krankheit gezwungen, oder freiwillig die Nahrungsaufnahme auch nur vermindert. Namentlich auf der Zunge, die das genaue Spiegelbild der Magenschleimhaut ist, erscheint dieser Schleim. Ist an der Peripherie oder im Innern eine Wunde, ein eiterndes Geschwür vorhanden, so nimmt mit der Nahrungseinstellung die Schleim- und Eiterabsonderung zunächst an der „Ausflussstelle“ zu. Wird längere Zeit gefastet (sehr oft genügen sogar schon wenige Tage), so hört der „Auswurf“ durch die Öffnung allmählich auf und die eiternde Wunde, das Geschwür heilt. Es ist durch die Erfahrung bestätigt, dass Geschwüre, Ausschläge, verunreinigte Wunden usw., die wochen- und monatelang den Mitteln der Allopathie und der Naturheilkunde trotzen, in wenigen Ta-

gen durch Fasten heilen.

Nun ist Krebs weiter nichts als zunächst ein Geschwür, eine Verdickung, später eine eiternde Öffnung, eine „Auswurfstelle“ für „Fremdstoffe“ und Schleim, gewissermaßen ein Notventil, das „chronisch“ geworden und dessen Umgebungsgewebe so lange mit Schleim und Eiter durchsetzt werden, bis sich in den meisten Fällen eine vulkankraterartige Erhöhung, eine Wucherung um die eigentliche Auswurfsöffnung bildet, welche mit der Zeit selbst in Eiter übergeht, verfault, zerfällt, wenn nicht vorher, z. B. bei Brustkrebs, das ganze Organ oder ein Teil desselben weg geschnitten wird. Es besteht also beim kranken Organismus die Neigung, dass er sich selbst solche „Auswurfsöffnungen“, solche „Notventile“ in der Absicht schafft, unreine Bestandteile des Blutes, „Fremdstoffe“, Schleim und Eiter damit nach außen abzuführen und sobald diese Eiterungen lange genug dauern, chronisch werden, notgedrungen sich die Umgebung in bezeichneter Weise umgestaltet und zersetzt wird, wuchert, so dass damit das Symptomatische für den Begriff von Karzinom, von Krebs, gegeben ist.

Der Schleim ist ein Fremdstoff, ein Stoffwechselprodukt, das der Körper auszuschleiden sucht, sobald man ihm kein Hindernis in der Weg legt. Das Vergiftende, Krankmachende des Schleimes ist also, und allerdings zunächst, mechanisch physiologisch, dass die feinen Kapillaren verstopft werden. Vom chemischen Standpunkt aus enthält dieser Schleim pflanzliche und tierische Stickstoff-Moleküle, die in einer gewissen Flüssigkeit, die im wesentlichen Wasser ist, schwimmen. Diese Stickstoff-Moleküle unterliegen natürlich, außerhalb wie innerhalb des Körpers, einem Zersetzungsprozess, der Fäulnis, wissenschaftlich, chemisch gesprochen. Sie werden in ihre Bestandteile zerlegt und bilden neue Körper, von denen Hensel mit chemischen Formeln nachgewiesen hat, dass es Cyan-Derivate (Cyan-Blausäure) sind. Hensel wirft mit giftiger Ironie den Bazillengelehrten vor, dass das, was sie Bazillen nennen, eben giftiger Zyanverbindungen sind. Soviel ist sicher, dass Zyanverbindungen gebildet werden, wenn Fleisch verfault (Leichengifte). Auf Grund meiner bescheidenen chemischen Kenntnisse glaube ich aber, dass die Sache so liegt: Es wird Zyan

frei, und es bilden sich in diesem Fäulnisstadium neue Keime, neues Leben, vielleicht sogar tierisches, denn das Problem der Urzeugung, für das Hensel eintritt, ist noch nicht gelöst. Das Schlimme, das eigentlich Vergiftende, Krankmachende, sind nicht die Bazillen selbst, sondern ihre Stoffwechselprodukte, wie diese Gelehrten neuerdings behaupten, und was ich selbst im Hörsaal wiederholt gehört habe, und diese giftigen Stoffwechselprodukte der Bazillen werden also wahrscheinlich das Henselsche „Cyan“ sein.

Wenn jetzt klargestellt ist, wie die äußerliche Erscheinung der Krankheit Krebs zustande kommt, so ist es ungleich wichtiger, zu zeigen, „hineinzusehen“, wie und woher eine solche Auswurfstelle im „physiologischen Betriebe“ des kranken Organismus durch Schleim und Eiter gespeist wird. Gelingt es, nachzuweisen, wo diese Fremdstoffe, Schleim und Eiter, herkommen, und will man einsehen und objektiv eingestehen, dass ebenso „chronisch“ Schleim und Eitermaterial, wenigstens im Vorstadium, zugeführt werden („totes und totgekochtes“ Fleisch usw.), so muss es ebenso logisch und einleuchtend sein, dass das betreffende Geschwür „chronisch“ ausscheidet, seine ganze Umgebung verwuchert und damit die Bedingungen zur Diagnose des Krebses vorliegen, vorausgesetzt, dass die Masse, der Zersetzungsgrad und die Dauer des Auswurfes entsprechend groß sind. Hierzu muss ich wieder auf meinen Aufsatz „Der gemeinsame Grundfaktor im Wesen aller Krankheiten“ verweisen, der unterdessen als Buch „Kranke Menschen“ erschienen ist. Milliarden werden ausgegeben und Tausende von Forschern suchen nach den Krebsbazillen. Sobald aber ein „unberühmter Mann“, und wenn er sein Leben dafür aufs Spiel setzt, die Wahrheit aufdeckt, so kümmert sich niemand darum, am wenigsten die Forscher selbst. Sogar die „große Politik“ des Sozialismus erkennt diese geistige Tyrannei noch nicht, wodurch Tausenden von Kranken die Wahrheit vorenthalten wird. Man hat diesen „geistigen Kapitalismus“ in jenem Lager der „Aufklärung“ bis jetzt nicht einmal geahnt, geschweige denn erkannt oder bekämpft. Aber nur ändern die Schuld des menschlichen Elends zuschreiben, ist leichter und bequemer, als bei sich selbst anfangen. Dem modernsten Aufgeklärten und „Alleswischer“

ist Krankheit immer noch eine „dunkle Fallgrube“. Bis zu einem gewissen Grad „exakt“ reagiert erst der reine, gesunde, schleimlose Organismus. Nach zirka zweijähriger strenger Obstdiät, nachdem ich damit durch Fasten eine Gesundheit erreicht hatte, von der man in Europa noch keine Ahnung hat und die ich in meiner Arbeit: „Ein 49-tägiger Fastenversuch“ näher beleuchtet habe, machte ich folgende Experimente: Ein Messerschnitt im Unterarm. Es fließt kein Blut, sofort Eindickung desselben und Verschluss der Wunde, keine Entzündung, kein Schmerz, kein Schleim und kein Eiter. In 3 Tagen verheilt, Blutkruste abgestoßen. Später bei vegetarischer Nahrung einschließlich Schleimbildnern (Stärkemehlnahrung), aber ohne Eier und Milch: Die Wunde blutet etwas, schmerzt und eitert leicht, leichte Entzündung, völlige Verheilung erst nach mehreren Tagen. Später dieselbe Verwundung bei Fleischkost und etwas Alkohol: Längeres Bluten; das Blut ist viel heller und dünner, wie in meiner Jugend bei Verletzungen; Entzündung, Schmerz, eitert mehrere Tage und heilt erst durch 2 Tage Fasten. Ich habe mich dem deutschen Kriegsministerium, natürlich vergebens, zur Wiederholung dieses Experiments angeboten. Warum heilten denn die Wunden der Japaner viel schneller und besser in dem damaligen Kriege, als die der „Fleisch- und Schnapsrussen“? Hat seit zwei Jahrtausenden denn noch niemand darüber nachgedacht, warum Öffnen der Pulsader und selbst der Giftbecher Senecca nicht töten konnten, nachdem er vorher Fleisch verachtet hatte und im Kerker fastete?

Wenn man fettes Fleisch, das sofort nach dem Schlachten Leichengifte bildet, lange genug kocht, erhält man Schleim und Leim. Dasselbe ergibt sich bei genügendem Kochen von Mehl, Reis oder Kartoffeln. Ebenso sind Kaseine der Milch und Käse selbst natürlich tote, klebende Schleimsubstanzen. Aus allen diesen Nahrungsmitteln, die alle zuerst durch Kochen für die Verdauung künstlich vorbereitet werden müssen, zieht der Körper bei Kochprozess der Verdauung unter großem Kräfteverlust etwas Traubenzucker, aus dem Fleisch gar nichts Brauchbares; das ist nur Reizmittel durch seine Leichengifte und wirkt eben fälschlich kräftig und scheinbar ernährend. Der Rückstand ist Kleister und Leichenschleim, mit denen man ein Leben, die

„Zentrale“, den Magen und den Darm verschleimt und die im Laufe des Alterns fortgesetzt das Blut verunreinigen und in fraglichem Falle an der Auswurfstörung dieses Röhrensystems, Organismus genannt, chronisch abgesetzt werden und auch die Umgebung bis zum Absterben überwuchern und die „eigenartigen Zellen“ und Knoten bilden. Weiß man jetzt, was Krebs ist und warum man daran sterben kann, trotz allen Betens, aber unter Verachtung der „göttlichen schleimlosen Nahrung“, des Obstes? Oder warum man auch nicht gegen diese „Geißel“ gefeit ist, wenn auch noch so lange durch künstliche Erkältungen (Kaltwasseranwendungen) Schleim „hinausgepeitscht“ wird, man aber täglich wieder nachfüllt?



A handwritten signature in cursive script, which appears to read "F. Schaudinn".

Fritz Schaudinn (1871 - 1906)

ERICH HOFFMANN



Leserbrief Herr Hoefler *vgl. Seite 36

Schon in einer der letzten Nummern berichtet Arnold Ehret, dass es ihm gelungen sei, die Grundursache aller Krankheiten zu entdecken: Sie alle kommen von der Schleimnahrung und alle werden geheilt durch Fasten und Obstdiät.

Dass Fruchtnahrung und in geeigneten Fällen auch Fasten ganz gute Wirkung haben können, war schon länger bekannt, aber über die Grundursache aller Krankheiten war man sich bisher noch nicht einig. Diese Entdeckung gemacht zu haben, blieb Herrn Ehret vorbehalten, und wie aus einer Beilage zur Lebenskunst hervorging, hat er auch schon eine Reihe gebührenden Bewunderer gefunden. Aber Spaß beiseite; ein bisschen Sachkenntnis sollte man, meine ich, wohl auch dabei verlangen dürfen.

Als ich zum ersten Male von der großen Entdeckung las, war ich neugierig, wie sich Arnold Ehret mit den ansteckenden, vor allem mit den Geschlechtskrankheiten abfinden werde, bei denen sogar der erfahrene Laie Ort und Stunde anzugeben vermag, wo er sie sich geholt hat.

Nun, inzwischen hat uns ja Arnold Ehret seine gesamte Lehre von den Krankheiten vorzuführen begonnen, und da hat er uns u. a. auch mitgeteilt, wie er sich das Zustandekommen der Geschlechtskrankheiten denkt. Die Art seiner Ausführung in diesem Punkte zeigt, wie sehr er berufen ist, in ärztlichen Dingen ein Urteil zu fällen.

Was hier folgt, sind nackte, unwiderlegbare Erfahrungstatsachen. Bei der Gonorrhöe des Mannes und des Weibes werden stets die von Neißer=Breslau entdeckten Gonokokken vorgefunden. Sie sind im gonorrhöischen Eiter massenhaft vorhanden und sobald auch nur eine Spur davon auf die Schleimhaut der Geschlechtsorgane oder auch des Auges gebracht wird, entwickeln sich die Gonokokken dort weiter. Der Betreffende ist damit angesteckt und wird selbst auch gonorrhöisch. Die Übertragung geschieht gewöhnlich durch geschlechtlichen Verkehr; doch kann durch Unvorsichtigkeit und Unreinlichkeit auch eine Übertragung aufs Auge vorkommen; es entsteht dann eine heftige eitrige Entzündung der Bindehaut, die zur Erblindung führen kann, wenn nicht rechtzeitig eingegriffen wird. Dies lehrt tausendfache Erfahrung und es lässt sich nur dadurch erklären, dass der Gonokokkus, sobald er geeigneten Boden findet, zu wuchern anfängt; die Eiterung entsteht dadurch, dass weiße Blutkörperchen vom Körper zur Abwehr gegen den Eindringling und seine giftigen Stoffwechselprodukte ausgesendet werden und an dem Gift dann selbst zugrunde gehen. Aus dem weißen Blutkörperchen ist dann ein Eiterkörperchen geworden.

Dass die Nahrung mit Gonorrhöe in keinem Zusammenhang steht, lässt sich auch daraus ersehen, dass ein Mensch niemals an Gonorrhöe

erkrankt, wenn er sich von ansteckendem Verkehr fernhält, mag er sich auch noch so falsch ernähren, wie er nur will. Umgekehrt kann er noch so lange fasten und nur von Obst leben, er wird doch an Gonorrhöe erkranken, wenn die Schleimhaut der Geschlechtsorgane oder des Auges mit gonorrhöischem Sekret in Berührung kommt.

Ganz ähnlich verhält es sich bei der Syphilis. Nach der Entdeckung von Schaudinn und Hoffmann im Jahre 1905 beruht diese langwierige Krankheit auf einer Ansiedlung der Spirochaeta pallida, eines mikroskopisch kleinen, korkzieherähnlichen Lebewesens, das sich in den syphilitischen Geschwüren vorfindet. Die Ansteckung erfolgt hier nicht durch Ansiedlung des Erregers auf der Schleimhaut, sondern durch Eindringen in die Blutbahn, was durch winzige kleine Risse in der Haut oder Schleimhaut ermöglicht wird.

Die Übertragung geschieht auch hier gewöhnlich durch Geschlechtsverkehr mit Syphilitischen. An der Eintrittspforte des Syphiliserregers in den Körper entsteht ein hartes Geschwür, der so genannte harte Schanker. Die Spirochaeta verbreitet sich sofort im ganzen Blutkreislauf, und die Krankheit haust Jahre, Jahrzehnte lang im Körper des Befallenen, wenn sie nicht richtig behandelt wird, und sie kann sich in den verschiedensten Erscheinungen geltend machen. Zum Glück haben wir seit einem Jahre in dem Arsenpräparat von Ehrlich = Frankfurt ein Mittel, das nach den bisherigen Erfahrungen imstande ist, die Syphilis vollständig zu heilen.

Höchst eigentümlich ist es, dass Arnold Ehret den weichen und auch den harten Schanker (Syphilis) aus der mit Höllenstein behandelten Gonorrhöe ableitet. Nach den bisherigen Erfahrungen haben die drei Krankheiten gar nichts miteinander zu tun. Es kommt natürlich manchmal vor, dass sie ein Patient neben- und nacheinander hat, aber das ist reiner Zufall. Nach Arnold Ehret müsste jeder, der an weichem Schanker oder an Syphilis erkrankt, vorher Gonorrhöe gehabt haben und mit Höllenstein behandelt worden sein, was durchaus nicht der Fall ist. Diese Feststellungen, die sich freilich nur auf einen kleinen Teil der Arnold Ehret'schen Behauptungen beziehen, mögen genügen, dem kritischen Beurteiler zu zeigen, dass Sachkenntnis und Erfahrung nicht die Stärke von Arnold Ehret sind und seine Ausführungen lediglich ein [theoretisches System](#) darstellen, das mit den tatsächlichen Verhältnissen des Lebens nichts zu tun hat.

Anmerkung des Bearbeiters: Dieses „theoretische System“ erweist sich aber in der Praxis als außerordentlich wirksam und real „gut“.

Ich kann es jedem empfehlen, der sich nicht mehr verarschen lassen will.