

die Möglichkeit zur Hebung der Volksgesundheit und ein volkswirtschaftliches Heilmittel. Derartige Ansichten fanden nicht bei allen Kolleginnen und Kollegen ungeteilte Zustimmung.

Durchschnittlich hielt Buchinger pro Jahr 150 Vorträge, die meisten davon vor den Kurgästen in seinem Sanatorium, vor kleinen Gruppen bis zu einer Menge von etwa 300 Zuhörer. In seinen zahlreichen Schriften hat sich Buchinger immer wieder grundsätzlichen Fragen zugewandt. Bekanntheit erlangte er durch das sogenannte Paasche-Buch (Hamburg 1921), das dem Leben von Hans Paasche (1881–1920), einem weltreisenden Lebensreformer und später ermordeten Revolutionär, gewidmet war. Mit Paasche war Buchinger seit seiner Zeit als Marinearzt befreundet. Das Buch wurde 1933 von den Nationalsozialisten öffentlich verbrannt. Andere seiner Bücher, etwa die 2. Auflage von „Unterwegs“, wurden auf Weisung der örtlichen NSDAP-Leitung eingestampft, als man den Verkaufbestand der Quäkerbücher in Bad Pyrmont vernichtete. Als Marinearzt veröffentlichte Buchinger seine ersten Aufsätze unter dem Pseudonym Otto Wanderer. Seine bekanntesten Bücher sind „Das Heilfasten und seine Hilfsmethoden“ (1935) sowie „Ums Ganze“ (Bad Pyrmont 1947) und seine Autobiographie „Vom Marinearzt zum Fastenarzt“ (Überlingen 1974).

### Initiator des Heilfastens

Angesichts des „schillernden“ Lebenswegs des ewig suchenden und zwischen den Welten und Kulturen des vergangenen Jahrhunderts in der damaligen Zeitenwende ständig hin und her wandernden Otto Buchinger ist retrospektiv eine gewisse Parallele zur heutigen Zeit mit den noch nicht absehbaren Auswirkungen der Covid-Pandemie nicht zu übersehen.

So erlebte Buchinger in der damaligen Zeitenwende des Untergangs des zweiten deutschen Kaiserreichs nach dem Ende des Ersten Weltkriegs, den politischen Wirren der Weimarer Republik und des nachfolgenden Aufstieges des nationalsozialistischen sogenannten Dritten Reiches ab 1933 eine lang andauernde Krisensituation – begleitet von der damaligen globalen Pandemie in Form der „Spanischen Grippe“ mit Millionen Toten sowie dem anhaltenden wirtschaftlichen und sozialem Elend durch die nachfolgende Weltwirtschaftskrise von 1929 mit ihren politischen Nachwirkungen.

Hinzu kam für Buchinger eine schwere persönliche und zugleich gesundheitliche Existenzkrise (Früh-Invalidität nach Sepsis und nachfolgend Frühpensionierung aus der Kriegsmarine 1918) mit einem für ihn letztlich unerwartet glücklichen Ausgang. Inmitten eines anhaltenden, allgemeinen Krisenszenarios erlebte Buchinger seine eigene persönliche Fastenheilung als neu-

artige Quelle einer für ihn heilbringenden Existenzrettung. Sein persönliches Heilungserlebnis durch das „Heil-Fasten“ in einer katastrophalen Lebenskrise bewog Otto Buchinger für sein weiteres Leben zu einem ruhelosen Initiator und Propagator dieser von der Schulmedizin in der damaligen Zeit überaus kritisch bewerteten Heilmethode zu werden.

Der seit nunmehr 100 Jahren anhaltende empirische Erfolg und die Popularität der Heilfastenmethode nach Buchinger haben mittlerweile vermehrt zur wissenschaftlichen Erforschung dieser Form des Heilfastens mit Studien und Publikationen geführt. In der postmodernen Gesellschaft wurde die integrative Medizin und gesundheitliche Inspiration im Sinne Otto Buchingers zu einer Erfolgsgeschichte.

Die innerärztliche Diskussion um Sinn und Unsinn des Heilfastens bleibt dabei wie die Methode selbst seit Anbeginn kontrovers und spaltet weiterhin deren Anhänger und Befürworter von den beharrlichen Kritikern vor allem in den Reihen der Schulmediziner. Otto Buchinger selbst hielt es in seinen Aphorismen gerne mit dem altbekannten Paradigma des Hippokrates (ca. 500 v. Chr.) „Wer heilt, hat Recht“!

**Prof. Dr. med. Hans-Jürgen Kock**  
Darmstadt  
E-Mail: kock.da@t-online.de

Literatur beim Verfasser

## Bücher



### Manuelle Medizin 2

Ulrich W. Böhni, Markus Lauper,  
Hermann Locher (Hrsg.).  
Georg Thieme Verlag, Stuttgart,  
New York 2020, 580 S., ISBN  
9783131652720, € 199.99

Eine theoretische Abhandlung über manuelle Medizin ist ein Widerspruch in sich. Die manuelle Medizin kann nur in der Anwendung gelernt werden. Allerdings sind ohne das Studium die in den Kursen für manuelle Therapie erlernten Techniken nicht nachhaltig. Hier setzt das Werk von Böhni, Lauper und Locher an. Die Herausgeber haben ein umfassendes Werk geschaffen, das insbesondere mit 1.660 Abbildungen die diagnostischen und therapeutischen Techniken in der manuellen Medizin veranschaulicht. Ohne Vorkenntnisse aus den Kursen geht es allerdings nicht. Aber das möchten die Herausgeber auch nicht. Es ist viel-

mehr ein kursbegleitender Lehratlas und ein lebenslanges Nachschlagewerk für den Praktiker.

Im Buch wie im richtigen Leben geht die Diagnostik der Therapie voran. Es ist dabei nicht immer leicht, sich in den Kapiteln zurechtzufinden. Zum Beispiel widmet sich Kapitel 1 der kompletten Diagnostik der Halswirbelsäule (HWS) und Kapitel 2 der Therapie derselben. Das Wissen über bestimmte anatomische Regionen (hier einzelne Abschnitte der HWS) sind also im Buch verteilt. Das macht das Studium aufwendiger, lässt sich aber aus didaktischen Gründen nicht vermeiden.

Die Abbildungen sind eine große Hilfe: An einem Modell und wann immer sinnvoll an einem Skelett wird die jeweilige Technik demonstriert. Mittels Projektionstechnik wird das Skelett auch auf das Modell projiziert. Am Modell werden auch Techniken zur Eigenübung veranschaulicht. Ich möchte das Buch in der Praxis nicht mehr missen.

**Dr. med. Matthias Ott**, Lorch