

Vorwort zur 27. Auflage

Einige Anmerkungen zu „Fasten“ und Internet: Die verschiedenen Fastengruppierungen, z.B. auf Facebook, konkurrieren miteinander. Anfangs versuchte ich, wenigstens unter www.facebook.com/groups/155299884513438/ ein wenig moderierend bzw. kommentierend und auch richtigstellend einzugreifen, aber angesichts meiner umfänglichen und zeitaufwendigen Arbeit mit und für Patienten in der Klinik Dr. Otto Buchinger/Bad Pyrmont und der vielen nicht immer im Buchinger-Sinne korrekten Facebook-Posts war das (nicht zuletzt auch wegen der mehr als 3000 häufig postenden Mitgliedern dieser Facebook-Gruppe) auf Dauer nicht möglich. Dass vereinzelt Posts zu meinem Leidwesen inhaltlich die Buchinger-Methode nicht immer korrekt wiedergeben, brauche ich nicht weiter zu erwähnen. Ähnliches gilt für andere Facebook-Fastengruppierungen. Auch andere soziale Medien bzw. Portale (oder was bzw. wer auch immer sich im Internet zum Fasten äußert) das Fasten betreffend kann ich aus Zeitgründen nicht mehr „bedienen“. Die „Fastenaktivitäten“ im Internet zeigen aber auch, auf welches Interesse das Fasten auch bei internetaffinen Menschen stößt.

Wer verlässliche Fakten zum methodisch korrekten Fasten sucht, sollte sich an der Leitlinie der Ärztesgesellschaft (www.aerztesgesellschaft-heilfasten.de/informationsdienst/leitlinien-zur-fastentherapie/) orientieren. Hier ist alles Wesentliche korrekt dargestellt, ein Suchen in möglicherweise zweifelhaften Quellen ist darüber hinaus nicht nötig!

Ebenso rate ich dazu, Herrn Professor Dr. Andreas Michalsen auf Instagram zu folgen. Prof. Dr. Michalsen präsentiert hier nicht nur Tipps zum Fasten, sondern weitergehende und umfassendere Hinweise speziell zur gesunden Ernährung.

Ein Meilenstein zum Thema „Fasten und rheumatoide Arthritis“ ist die im Oktober 1991 in *The Lancet* publizierte Studie „Controlled trial of fasting and one-year vegetarian diet in rheumatoid arthritis“ von J. Kjeldsen-Kragh et al. (www.sciencedirect.com/science/article/pii/014067369191770U). Seitdem nahmen die in der Fastenforschung erhobenen Daten und Publikationen enorm an Zahl zu, überwiegend positive durch Fasten bewirkte Ergebnisse wurden und werden weiterhin publiziert. Sucht man mit der „Google scholar“-Suchmaschine unter dem Stichwort „Fasten“ bzw. besser unter dem englischen „fasting“ (www.scholar.google.de/scholar?hl=de&q=fasting&btnG=&lr=), findet man zahlreiche Links mit – auch den maßgeblichen – Publikationen zum Thema „Fasten“.

Seit dem Millennium mehren sich die Hinweise auf eine positive Fastenwirkung bei Chemotherapie. Führend auf dem Gebiet der Forschung zum Thema „Onkologische Erkrankungen und Fasten“ ist derzeit Prof. Dr. Valter Longo (siehe z.B. www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1550413116302509). In Deutschland sind in neuerer Zeit auf dem Gebiet Naturheilkunde v.a. Prof. Dr. M. Bühring (1939–2014), Prof. Dr. G. Dobos und Prof. Dr. A. Michalsen bekannt für Forschungen zu Fastenwirkungen sowie zur Umsetzung des Fastens in der Praxis. Und schon 1952 schrieb mein Vater (und wurde deshalb von Kollegen angegriffen): „Aber es mag vielleicht einmal eine Zeit kommen, in der man bei bestimmten Krebsstadien sogar mit Erfolgserwartung fasten lassen wird!“ (Buchinger O. Das Heilfasten in der täglichen Praxis. Stuttgart 1952; 23 (3): 66–72)

Aber auch der Lebensstil (*lifestyle matters*) entscheidet zu einem guten Teil darüber, wie alt wir werden und wie gesund wir sind. Wel-

chen Einfluss Forschungen haben, zeigt z.B. das Thema „Organisation der Mahlzeiten“. Während in der Vergangenheit zunächst drei Mahlzeiten als sinnvoll galten, wurden in den 1970er Jahren und danach zu den drei Hauptmahlzeiten kleinere Snacks zwischendurch („5 am Tag“) empfohlen, was nicht zu empfehlen ist! Heute werden eine Hauptmahlzeit am Tag plus allenfalls eine nicht zu späte Abendmahlzeit (aber kein Frühstück) angeraten: 16 Stunden fasten, 8 Stunden essen (= Intervallfasten). Dieses Intervallfasten mit am besten nur einer Mahlzeit am Tag fördere die Autophagie, d. h., die „Müll-Entsorgung“ mittels Phagosomen (= „verpackter“ Müll). In der Praxis könnte das bedeuten, lediglich jeden Tag zu Mittag zu essen und vor allem das Frühstück wegzulassen. Für seine Forschungen zu dem Thema „Phagosomen“ erhielt der Japaner Ohsumi übrigens 2016 den Nobelpreis (www.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1600-0854.2004.00245.x/full).

Des Weiteren wird unser Gehirn besser vor Demenz geschützt, wenn wir regelmäßig fasten und uns beim Verzehr rasch resorbierbarer Kohlehydrate zurückhalten (calorie restriction; siehe z.B. Mark P. Mattson: Intermittent fasting and caloric restriction ameliorate age-related behavioral deficits in the triple-transgenic mouse model of Alzheimer's disease. *Neurobiology of Disease* 2007; 1 (26): 212–220; www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0969996106003251).

Schon diese wenigen Beispiele zeigen, dass das Fasten nach Dres. Otto Buchinger I. und II. nach wie vor erfolgreich und sogar – wie man am andauernden Forschungsinteresse sehen kann – noch immer „modern“ ist. Natürlich fließen immer die aktuellsten Forschungsergebnisse, die das Thema „Fasten“ betreffen, sowie andere wichtige Erkenntnisse in die Behandlungspraxis ein. Selbstverständlich gehört zur Buchinger-Methode auch weiterhin die „heilende Seelenführung“ nach Dr. Otto Buchinger I. (1878–1966). Dieser Begriff steht nach heutigem Verständnis für aufmerksames Zuhören und Eingehen auf die ganz besonderen Anliegen des Patienten.

So geht es mit dem Fasten „weiter“ – ganz im Sinne meines Großvaters Dr. Otto Buchinger I., dessen Motto „weiter“ bzw. (lateinisch) *amplius* lautete. Seine Verdienste um die Medizin, nicht zuletzt auch durch seine Persönlichkeit und zu Zeiten des Naziregimes, wurden in einem Artikel in einer der letzten Ausgaben des Deutschen Ärzteblattes gewürdigt (Godde-meier C. Kein Mensch ohne Anlage zum „Weiter“. *Ärzteblatt* 2017; 114:498).

Nach 1945 war mein Vater Dr. Otto Buchinger II. (1913–2003) der Wegbereiter der Buchinger-Philosophie: Ohne ihn und seine stetige und unermüdlich selbstlose Arbeit für die Menschen und die Naturheilverfahren wäre die Buchinger-Methode nicht das, was sie heute ist.

Meinem Vater gebührt der Verdienst, dass es die Fastenmethode auch nach 1945 weiterhin gab. Unermüdlich reiste und publizierte er in Ost- und Westdeutschland im Sinne seines Vaters für die Naturheilverfahren. Dabei berücksichtigte er natürlich besonders das Heilfasten und wurde oft mit Kritik seitens der „Mainstream-Medizin“ konfrontiert. Er aber hatte sehr viele gute Argumente für das Fasten auf seiner Seite. Jedes Jahr am 19. März denken wir anlässlich seines Geburtstages in großer Dankbarkeit an Dr. Otto Buchinger II.

Ich freue mich sehr darüber, dass der „Klassiker“ des Heilfastens – eben dieses Buch – weiterhin so nachgefragt und oft auch als Quelle in verschiedensten Veröffentlichungen genannt wird! Mein Großvater und mein Vater würden darüber sehr glücklich sein.

Bad Pyrmont, im Sommer 2024

Dr. Andreas Buchinger

Vorwort zur 23. Auflage

Seit dem Erscheinen der ersten Auflage des Buches „Das Heilfasten“ vergangen inzwischen mehr als 60 Jahre. Und dem Vorwort zur 21. Auflage (1987) ist im Grunde weder etwas hinzuzufügen noch zu ändern.

Wir fragen uns nur, ob die bewährte Fasten-therapie nicht durch zuviel Verwissenschaftlichung (*sit venia verbo*) und Medizinalwissen im engsten Sinne in ihrem eigentlichen, geistigen Erkenntniswege gemindert wird? Sollten wir nicht nach *dem* Wege der Behandlung suchen, der über die bloße Wissenschaft und Technik vom Fasten hinaus weiterführt zur eigentlichen Substanz des Menschen, die die *Quinta essentia* im Sinne des Aristoteles und des Paracelsus ist? Sie ist das Spirituelle im Menschen, der Wurzelgrund und Keim jeder Krankheitsbesserung, einer jeglichen Heilung. Der Hiob, genannt Mensch, ganz prosaisch geführt in Listen als Krankheits-Fall, zeitweilig ausgeschieden aus seiner beruflichen oder häuslichen Tätigkeit, weiter nur noch interessierend als Konsument von mancherlei Behandlungen, Kuren, Diäten, Arzneien und auch gelegentlich als Wähler, ringt um seine Würde, auch mit sich selbst, den Sinn des Geschehens, seiner Schmerzen und seiner Einsamkeit zu begreifen. Ist da nicht in der Aufgeschlossenheit und der heilsamen Fasten-Atmosphäre die menschliche Nähe des Arztes zumindest von gleichem Rang und ähnlicher Wirkungskraft wie die hilfreichen Diäten, Bäder, Arzneien und Injektionen? Und von mindestens gleicher Notwendigkeit?

Eine Heilfastenkllinik ist, und das dürfen wir nicht vergessen, der Inbegriff eines Ortes vorbeugender Medizin, der psychosomatischen Heilkunde und der Gesundheitsschulung. Der Arzt trägt in einer solchen Klinik mit an der Schwierigkeit unserer Zeit, die darin liegt, dass

die hippokratisch-ethische Einstellung sich wandelt in der veränderten gesellschaftlichen Situation von Arzt und Patient. Man spricht viel zu viel von der Gesundheits-*Politik*, von einem Gesundheits-*Markt*. Der Arzt selbst wird rubriziert als *Leistungs-Anbieter*. Seine Aufgabe ist es anscheinend, das – häufig durch ungezügelte Konsum-Gewohnheiten – leidend gewordene Soma nach ausgehandeltem Tarif wieder in Ordnung zu bringen, so wie ein Fahrzeug repariert wird: sofern es noch reparabel ist.

Das entscheidende, innere, nämlich geistige Wesen jeder Heilung, insbesondere eben durch Fasten, geriete in Gefahr, verloren zu gehen. Die Arztpersönlichkeit und das große Amt für den Leidenden sollten eigentlich nie als bloßes Gesellschafts- und Gesundheitsproduktionswerkzeug angesehen werden. Zur vielbeschworenen Freiheit des Menschen gehört ganz allgemein das Risiko, sich psychophysischer Krankheitsgefahr ausgesetzt zu wissen. Aber es gehört zu seiner Freiheit und Würde, eben auch in seiner geistig-seelischen Wirklichkeit angesprochen und therapiert zu werden. Seien wir darum besorgt, dass nicht das Bewusstsein eigener Gesundheitsverantwortlichkeit dahinschwindet in die bürokratische Fürsorglichkeit großzügiger und bereitwilliger öffentlicher Einrichtungen!

Gesundheitslehrer jedoch von der Vorbildlichkeit und Glaubwürdigkeit des 1966 verstorbenen Otto Buchinger sind selten. Möchte uns die Erinnerung an ihn ebenso dienen, wie auch die dankbare Erinnerung an die freundschaftliche Begegnung mit vielen Kurpatienten und Mitarbeitern.

Bad Pyrmont, Frühjahr 1999

Dr. med. Otto Buchinger II

Dr. med. Andreas Buchinger

Aus dem Vorwort zur 21. Auflage

Man nennt dieses Buch den Klassiker des Fastens und meint damit etwas Mustergültiges, Vorbildliches. Wie der römische Staatsmann *Aurus Gallius* (2. Jahrh. n. Chr.) die Bezeichnung „*scriptor classicus*“ zum ersten Mal verwandte, so darf man die Charakterisierung seines „*liber classicus*“ gewiss heute einem Autor zusprechen, der mit seinen Veröffentlichungen, seinem exemplarischen ärztlichen Wirken eine bedeutsame neue Seite des Buches der biologischen Therapie aufschlug und Schule machte im besten Sinne des Wortes. Der Inhalt bedarf keiner Änderung, ist nach wie vor gültig.

Zu seinen namhaften, erfolgreichen Schülern zählt *Heinz Fahrner*, Überlingen. In vorbildlicher Weise hat er die Fastenwirkungen und -indikationen wissenschaftlich dargelegt, sie in ihren physiologischen Vorgängen, in den Stoffwechsel- und Regulationszusammenhängen erläutert und die Umstände der sinnvollen psychovegetativen Gesamt-Steuerungseinflüsse beschrieben. Es freut mich besonders, dass *Heinz Fahrners* maßgebliches Buch „Fasten als Therapie. Buchinger-Heilfasten; Pathophysiologie; Indikationen und Verläufe; Methode; Fastenphysiologie“ vor einem Jahr im gleichen Verlag erschien wie *Otto Buchingers* Klassiker. Beide Bücher werden dem Gedanken und der Praxis des Heilfastens den Weg bahnen in einer Zeit, die sich in wachsendem Maße einer bionomischen, einer lebensgesetzlichen Medizin zuwendet.

Otto Buchinger war ein Arzt, dessen Persönlichkeit das Buch „Heilfasten“ widerspiegelt in der Ganzheit seines Wesens und Wirkens, im Einklang der Medizin des Leiblichen mit dem Seelisch-Geistigen.

Friedrich Nietzsche („Menschliches–Allzumenschliches“) sagt: „... Es gibt jetzt keinen

Beruf, der eine so hohe Steigerung zuließe wie der des Arztes ... Die höchste geistige Ausbildung eines Arztes ist nicht erreicht, wenn er die besten, neuesten Methoden kennt, auf sie eingeübt ist und jene fliegenden Schlüsse und Wirkungen auf Ursachen zu machen versteht, derentwegen die Diagnostiker berühmt sind; er muß außerdem eine Bedeutsamkeit haben, die sich jedem Individuum anpaßt und ihm das Herz aus dem Leibe zieht ... er muß die Geheimnisse einer Seele verstehen, ohne sie zu verraten ...“ In einer Ansprache (Bad Pyrmont, Mai 1959) sagte *Otto Buchinger*: „Shakespeare läßt seinen tiefsinnigen Prinzen Hamlet einmal sagen:

„Dies ist des Wohlstands und der Ruh Geschwür / das *innen* aufbricht, während sich von *außen* / kein Grund zum Tode ...“

Und er fährt fort: „Die Menschenmassen und Massenmenschen des relativen Wohlstands, vom Generaldirektor bis zum einfachen Fließbandarbeiter, sie leben *zu* gut! Ach nein: im vollen Sinne leben sie eigentlich *zu* schlecht! Masse und Üppigkeit senken die Lebenswerte!“ ... Vierzig Jahre Naturheilverfahren und Fasten haben mich und schon maßgeblich Andere überzeugt, dass Hilfe und Rettung da sind. Wir stellen jetzt den Satz auf, der auf Transparenten und Fernsehschirmen erscheinen sollte: „*Das mehrwöchige Heilfasten ist der bewährteste Weg zur Heilung chronischer Krankheiten, der königliche Heilweg.*“ Ich füge hinzu: *es muss dann ein stationäres, ein sanatorisch geleitetes Heilfasten sein.*

Bad Pyrmont, Januar 1987

Otto Buchinger II

Vorwort zur 1. Auflage

„Den höchsten Wert muss man in der ganzen Kunst darauf legen, daß man den Kranken gesund macht. Kann man ihn auf viele Arten gesund machen, so muß man die am wenigsten umständliche wählen, Denn nichts ist für einen Mann ehrenwerter, nichts der Kunst mehr entsprechend, als wenn er nicht darauf ausgeht, der großen Menge etwas vorzumachen.“

(Corpus Hippocraticum)

Es ist gewiss etwas Richtiges in der gefühlsmäßigen Einschätzung, dass alles Konstruierte, Künstliche, Komplizierte in der Behandlung kranker Menschen schon als bedenklich gilt, und in der Beobachtung, dass der weise wie der unverbildete Mensch immer mehr Zutrauen hat zum einfachen, klar Überblickbaren, dessen Folgerichtigkeit unmittelbar einleuchtet.

Die Arsenale unserer Heilkunst sind heute derart überlastet, die Untersuchungsmethoden und die Mittel der Krankenbehandlung derart vermehrt und ausgetüfelt, dass eine gewisse Universalität, die zur Zeit *Goethes* noch einigermaßen die Welt des gesamten Wissens und der Künste umfassen konnte, heute nicht einmal auf dem einzigen Gebiet der Heilkunde mehr möglich ist. Fachärzte überall! Nerven-, Magen-Darm-, Kinder-, Augen-, Hals-Nasen-Ohren-, Haut- und Sexual-, Lungen-, Frauen- und Stoffwechsel-Ärzte usw. Allein schon das Fach des Chirurgen zeigt uns, dass der eine mehr Gallenblasen-Spezialist, der andere mehr Gehirn-Operator, der dritte mehr Orthopäde ist usw. Dazu kommt dann noch das Heer der Psychotherapeuten (nach *Coué*, nach *Freud*, nach *Jung*, nach *Adler* usw.). Und nicht zuletzt die Masse der sogenannten Gutachten-Ärzte, die allerdings weniger „behandeln“, als dass sie infolge ihrer „Feststel-

lungen“ oft mehr Krankheit in den Menschen „fest“stellen, als wir für gewöhnlich ahnen! Was allerdings nichts gegen die vielen ehrenwerten Schreib-Ärzte und gegen das leider notwendige Attest-Schreiben besagen soll.

Auf Grund 50-jähriger Beobachtung am Krankenbett und in der Sprechstunde bin ich heute der Ansicht, dass die Heilmittel Luft, Licht, Wasser, Diät, Homöopathie, Gutzureden und Fasten fast alles zu leisten imstande sind, was nötig ist, um Menschen vor Krankheiten zu bewahren und sie von Krankheiten zu befreien.

Um billiger Kritik gleich die Waffe aus der Hand zu nehmen: alle Achtung vor der Unfall-Chirurgie, vor der Wohltat des Morphins, vor der Geburtshilfe und vor den sehr beträchtlichen Erleichterungen des Erkennens der Krankheit durch Röntgenplatten, Blutkörperchen-Senkung und Augenspiegel, um nur weniges zu nennen! Der obige Satz von den Naturheilmitteln¹ bleibt bestehen. Von allen natürlichen Heilmitteln aber hat mir doch bisher den größten Eindruck das Fasten² gemacht.

Ein berühmter Engländer, es kann aber auch der *Ire Bernhard Shaw* gewesen sein, antwortete einmal, nach dem „Hauptgrund“ für seinen Vegetarismus gefragt, nur das eine Wort: „Myself!“ Ja natürlich, das Beweismittel eigenen Erlebens wiegt eben schwerer, ist „lebendiger“, auch für andere, die von Errechnetem und Erlesenem kaum berührt werden.

Wie es so häufig im Leben der Fall ist: Auch ich bin durch eigenes, schweres Leiden erst zum Fasten gekommen. Nach einer lakunären Mandelentzündung gegen Ende des Krieges erkrankte ich an einem gefährlichen akuten Gelenkrheumatismus mit septischer Fieberkurve, der nach zwei Monaten in eine übel aussehende chronische Form überging, mit Muskelschwund, vergrößerter Leber und ei-

ner immer wiederkehrenden Gallenblasen-Entzündung. Die Prognose des ersten Wiesbadener Facharztes war einfach vernichtend, und ich schlich und hinkte einer recht traurigen Zukunft entgegen. Da versuchte ich denn, alle ordentlichen vorgeschriebenen Bahnen verlassend, das Äußerste. Auf den Rat eines Laien(!), eines befreundeten älteren Seeoffiziers, machte ich ein strenges Dreiwochen-Fasten durch, in Freiburg, bei *Gustav Riedlin*, dem Nestor der deutschen Fastenärzte.

Eine gewaltige Umstimmung trat ein. Die Glieder wurden frei. Aber die Gallenanfälle hörten immer noch nicht auf. Eine zweite Fastenkur von vier Wochen, in Dresden, bei *Siegfried Möller*, hatte den Erfolg, dass nach einer fünf Minuten dauernden, sehr heftigen Gallenkolik die alten Leberbeschwerden für immer aufhörten. Seitdem bin ich stets gesund und arbeitsfähig geblieben. Aber jedes zweite Jahr faste ich „meine“ zwei bis drei Wochen.

Wenn dem Laien etwas geholfen hat, dann empfiehlt er es gern kritiklos aller Welt. Wenn aber dem zünftigen Arzte ein Mittel geholfen hat, das ihm überdies noch theoretisch einleuchtet, dann wendet er es nachprüfend an bei seinen Kranken, lernt dabei, vervollständigt seine ersten Beobachtungen und baut dann die Methode nach seiner Weise aus.

Seit dem Jahre 1919 habe ich die Fastenkur an 3200 Fällen beobachtet und habe in einem so ausreichenden Maße Erfahrungen sammeln können, dass ich mich nunmehr verpflichtet fühle, diese wunderbare und einfache Kur zusammen mit ihren Hilfsmethoden – auch auf diese kommt es an! – eingehender zu schildern, damit in Laien- und besonders auch in Ärztekreisen endlich das Vorurteil gegen dieses überragende Heilmittel verschwinden möge, zum Wohle unseres deutschen Volkes und der ganzen Menschheit.

Das weitaus meiste an exakten Daten der Physiologie und Pathologie des „Hungerns“ ist der Literatur entnommen. Es liegen da nämlich schon sehr wertvolle Arbeiten vor, und die wichtigsten Autoren sind: *Francis Benedict*³, *Sergius Morgulis*⁴, *Hans Günther*⁵ und *Edouard Bertholet*⁶. Eine Erfahrung mit Fasten-

kuren hat keiner dieser großen Autoren. Erfahrungen sind dagegen *G. Riedlin*, *S. Möller*, *R. Kapferer* und *Fr. v. Segesser*, deren Schriften in späteren Kapiteln angegeben sind.

Der Verfasser dieses Buches ist Praktiker, Therapeut, hat nur ein ganz kleines Laboratorium zur Verfügung und hat erst seit drei Jahren eine ärztliche Assistenz. Es fehlt weitaus an Zeit, etwa Stoffwechsel-Untersuchungen anzustellen, überhaupt das große Material wissenschaftlich auszuwerten.⁷ Aber der Verfasser dieses Buches über das Fasten darf doch für sich in Anspruch nehmen, genügend praktische Erfahrungen gesammelt und auch stets aufmerksam beobachtet zu haben, dergestalt, dass er hieraus das Recht ableiten darf, die schon vorhandenen gelehrten und bereits experimentell genügend gestützten wissenschaftlichen Veröffentlichungen über Hungern und Fasten, besonders aber über die eigentliche Fastenkur, durch seine Erfahrungen noch zu ergänzen.⁸

Dies Buch, ich weiß es, ist ein merkwürdiges Buch. Es ist der einmalige und, ich darf wohl auch sagen waghalsige Versuch eines Arztes, nicht nur seine therapeutischen Erfahrungen wiederzugeben, sondern auch „Gefühl und Schauen“ (*Goethe*) als tragende Atmosphäre des ärztlichen Handelns aufzuzeichnen. Herzgedanken nicht zu verbergen, sofern sie am Erfolg teilzuhaben scheinen, also auch etwas zu bekennen und Zeugnis abzulegen vom eigenen Lebensfundament.

Dies Buch stellt also keine Normen auf, nichts Allgemeingültiges, sagt nicht, wie es etwa einer „machen muss“. Die Welt *jedes* Arztes, *seine* Welt ist die hohe Norm, aus der heraus Heil und Erfolg erblüht. Es genügt, am Schlusse dieses Buches zu wissen, dass das Heilfasten als Heilweg höchst beachtenswert ist und – dass eigentlich, nein: so *recht* eigentlich auch das *Beten* dazu gehört, oder, um es weniger einfach und weniger allgemeinverständlich auszudrücken, die Theurgie als vollbringende Komponente.

Im Mai 1935

Otto Buchinger I