



Il bab dal «Birchermüesli» e pionier da la medischina cumplexsiva biologica, Maximilian Oskar Bircher-Benner gauda sia «Spys».



In dals numerus hosps prominents da tut il mund: Il violinist e dirigent american Yehudi Menuhin cun consorta vid la maisa da la clinica Bircher-Benner (enturn 1950). FOTOS BBA/MHZ

Co ch'ina buglia svizra conquista il mund

Purs da muntogna han inspirà Bircher-Benner per ses «Müesli»

DA HEINI HOFMANN

■ La damaun baud dals 22 d'avust 1867 sclerescha ina mar da flommas il tschiel matutin dal Aarau. La cularia da zains brischa. En ina chasa vischina s'agitescha ina dunna en speranza talmain pervi da l'incendi ch'ella parturescha dus mais memia baud ses segund figl Max che dueva daventar pli tard il Svizzer dal tschientaner. Quel aveva bain ertà la resistenza da survivor e l'immensa forza da lavur da ses perdavants, purs da muntogna.

Avant tschient onns

Nus discurren dal medi, fundatur da clinica e reformatur da l'alimentaziun Maximilian Bircher-Benner. Gia sco giuven medi s'interessava el per las metodos da la medischina natirala che cumenzavan a vegnir en moda, surtut per las curas d'aua. Gia cun 30 onns avra il giuven medi il 1897 a Turitg ina pitschna clinica privata da set letgs cun idroterapia. Pli tard è el cuniziant d'in dals emprims bogns da la citad.

Enconuscent è Bircher-Benner però daventà surtut cun sia clinica fundada avant 100 onns. Il 1904 avra il medi dama-naivel dal Dolder sin il Zürichberg in sanatori numnà «Lebendige Kraft», in'interpresa da famiglia manada a moda patriarchala – la clinica Bircher-Benner da pli tard. (L'edifizi existia anc oz, serva però sco center da svilup d'ina interpresa da finanzas internaziunala; dal sanatori è daventà in pecunari.)

En sia clinica po Bircher-Benner projectar sin ses pazients il program medicinal reformà e cumbatter il «pegiurament cuntinuà da la costituziun umana» (formulaziun d'in prospect da clinica). Schizunt prominenz internaziunala, sco per exempel Golda Meir u Yehudi Menuhin, èn sa sutta mess qua al reschim da cura extremamain sever, il qual Thomas Mann apostrofescha en ina brev sco «prashun igienica», nua ch'el sa sentia sco in «Nebucadnezar che mangia pastg»...

Bircher-Benner e Kellogg

Dus moviments principals influenzavan da quel temp la revoluziun da l'alimentaziun: Quai ch'il medi radical dal Zürichberg, Maximilian Oskar Bircher-Benner (1867–1939) era en Svizra, represchentava il medem temp il medi adventist ed inventader dals corneflakes John Harvey Kellogg (1852–1943) en ils Stadis Unids – era sche las metodos eran vaira differents. L'American da Michigan simbolisava l'alimentaziun industrial ed il nutriment vegetar, il Svizzer il nutriment criv integral e natiral.

Quai ch'als univa – e quai vala er per lur precursor Sylvester Graham (1794–

1851), il presbiterian da Connecticut e bab da la reforma d'alimentaziun moderna (paun da Graham) – era lur idea d'ina fisiologia morala, malgrà ch'els eran veritabels patriarcs ch'han però fatg via per la feminisaziun dal mangiar. Els eran per uschè dir l'incarnaziun da la tesa da l'antropologa sociala englaisa Mary Douglas, tenor la quala l'aspiraziun da purezza ed il patratgar ierarcic sa cundiziuneschan reciprocain.

Plinavant pari da cunfar a la regla che naturopats chattan il tema da lur vita sin fundament da cundiziuns da viver persunalas e d'atgnas malsognas e sa deditgeschan a quel cun ardur missiunaria. Tut ils traits reformatur da l'alimentaziun han gi' ina giuventetgna difficultusa, Kellogg

aveva tuberculosa, Bircher-Benner pativa da disturbis dal cor e da la sien. È la medischina natirala damai ina medischina d'experienscha?

Inspirà da pasters

Bircher-Benner è in da quels reformatur che han reflectà il pli profundamain davart il barat tranter nutriment, corp e societad. Cun gronda sensibilitad ha el anticipà sabientschas ch'èn daventadas oz bains comunabels da la scienza d'alimentaziun. El sa preschentava sco admonider da la societad burgaisa «dal venter da brassà, schambun e charn-portg», propagond spaisas crivas ed alimentaziun vegetala e preferind la qualitat a la quantitad ed il lev al grev.

«Nutriment da la glisch dal sulegl» era sia teoria scientificamain betg cumprovala – il return a la vita en armonia cun la natira, sco quai ch'el cartiva da vesair realisada en las sabientschas da la vita da ses antenats da purs da muntogna. El ha damai adina er accentuà che la quintessenza concreta da sia filosofia d'alimentaziun, la buglia da Bircher u «d'Spys», la spaisa, sco quai ch'el la numnava simplamain, saja parentada cun il nutriment dals pasters helvetic, ils quals manavan en ses eglis ina vita particularmain sauna, perquai ch'ella steva en stretg contact cun la natira.

La buglia da Bircher s'integrescha en princip pia en quella lunga tradiziun da las spaisas da granezza e buglias da solver che dominavan enfin a l'industrialisaziun las tratgas purilas; quels pasts che mancavan talmain a Gotthelf cura ch'el studegiava il 1821 a Göttingen.

Triumf internaziunal

La dumonda decisiva è bain quella, pertge ch'ina tala spaisa tradiziunala è daventada in hit mundial anc oz actual. Il manader da l'archiv Bircher-Benner en l'institut d'istorgia medicinala e museum da l'universitad da Turitg (nua ch'il relasch da 160 meters lunghezza da la clinica vegn archivà), l'etnolog ed istoriograf da la medischina Eberhard Wolff, ha ina resposta plausibla: la buglia dad oz è fitg variada e multifunziunala, adattada per gliעד cunscenta da la sanadad e da l'ecologia, ma er per sportists e persunas attempadas, per giuven e vegl, insumma per tuts – e plinavant ha ella in gust d'acceptanza globala.

Igl è bain remartgabel ch'in helvetissem sco il pled «Birchermüesli» u simplamain «Müesli» chatta access en il pitschen vocabulari d'internazionalissem che vegnan chapids dapertut sin il mund. Avant è quai reussi be a paucs ples, sco per exempel a la «malsogna svizra» da l'encreschadetgna, il «Heimweh» che vegn numnà en franzos «hemvè» ed en englais «home-sickness».

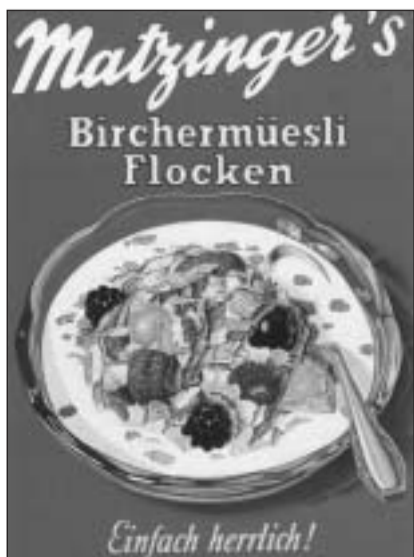
Saja quai müesli, müsli, musli, mussly u co che questa spaisa simbolica per la societad postmoderna fixada sin il corp vegn numnada oz en ina part u l'autra dal mund, ella na regorda betg mo ad in reformatur da l'alimentaziun ils pli marcants dal 20avel tschientaner, mabain mantegna plinavant l'idea flattanta da la Svizra sco in'idila da las Alps innocenta e manavla a la natira.

Exposiziun speziala

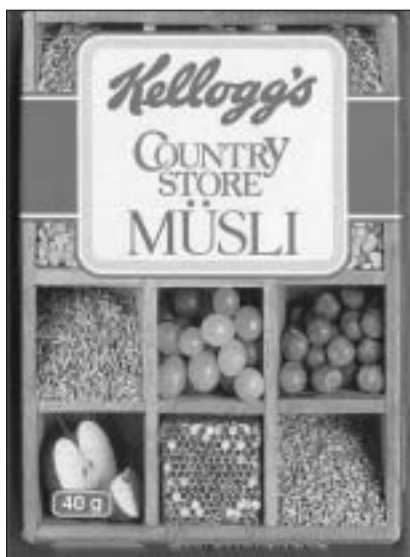
Dals 29-04-04 enfin ils 31-01-04 deditgescha il museum «Mühlerama» en il mulin Turitg-Tiefenbrunnen in'exposiziun speziala al «Birchermüesli» (www.muehlerama.ch).



En la cuschna gronda da la clinica Bircher-Benner preparan bieras dunnas il «Birchermüesli» tenor recept original.



Sin in placat da la firma Matzinger sa numnan las floccas d'avaina gia «floccas da 'Birchermüesli'»



Il pendant american da Bircher-Benner è John Harvey Kellogg. El numna ses product «Country Store Müsli»

«D'Spys», la spaisa – il recept original

Senza sminar che la societad d'aglomeraziun vegnia in di a consistenter surtut da chasadas pitschnas, n'ha Bircher-Benner betg concepì sia spaisa criva ch'el numnava plain affecziun «d'Spys» – la spaisa che dueva daventar in hit mundial – per ina famiglia da quatter persunas, sco usità en cudeschs da cuschnar burgais, mabain per ina singula persuna. Per ses «Birchermüesli» eran tant las ingredienzas sco la preparaziun da grond'impurtanza:

Ingredienzas:

- 2-3 mails pitschens u in grond cun la paletscha ed il puegl
- 1 tschadun grond nuschs u nitscholas sgrattadas e mandels
- 1 tschadun grond stritgà floccas d'avaina, lomiadas 12 uras ordavant en 3 tschaduns aua
- suc d'ina mesa citrona ed 1 tschadun grond latg condensà zutgerà

Preparaziun:

L'emprim vegnan maschadads il latg condensà ed il suc da citrona cun las floccas d'avaina, lura sgrattà il mail cun la sgrattairola e maschadà successivamain en la buglia, per che la pulpa dal mail na midia color. Igl è impurtant da preparar la buglia directamain avant la consumaziun. Las nuschs sgrattadas (sco supplement d'alumin e da grass) vegnan springidas sin la buglia pir avant che servir.

Consumaziun:

Bircher-Benner proponiva sia buglia sco solver, tschaina u emprim tratg da gentar – però mai sco dessert u schizunt sco tschavera. Il principal dal müesli era il mail, betg las floccas; perquai è la quantitad sappientivamain pitschna. E cuntrari a las spaisas da granezza tradiziunalas vegniva il müesli consumà fraid – in avantatg per la cuschniera.

Aspects negativs:

Sche Bircher-Benner veses tge creaziuns confusas che vegnan oz tut offridas sut il num «Birchermüesli», e sch'el savess ch'il num da sia spaisa sauna è daventà in sinonim per «in sgarschavel battibugl» («Quai è la detga buglia da Bircher!»), sa vulves el bain anc en fossa!