

Mein Vater, der F.X. Mayr-Arzt Dr. Alfred Bartussek (1908 – 1983)

Helmut Bartussek, Graz, im Juni 2024

1. Biografische Daten

Alfred Bartussek (im weiteren A.B. oder Vater) kam am 20. November 1908 in Polnisch Ostrau, österreichisch Schlesien (heute ein östlicher Bezirk der tschechischen Stadt Ostrava) als Sohn von Anton Bartussek, Gefällskontrollor (Zollbeamter) in Freiwaldau, Ostsudeten (heute Jeseník, Tschechien) und seiner Frau Leopoldine, geb. Preibsch, als der ältere von zwei Söhnen zur Welt. Erwin, der jüngere Bruder, wurde 1913 geboren.

A.B. engagierte sich bereits als Volksschüler in Freiwaldau in der dortigen Ortsgruppe des „Wandervogels“ ab deren Gründung 1916, deren Mitglied er bis 1927 war. Der „Wandervogel“ stellte den Beginn der deutschen Jugendbewegung dar, in der sich vor allem SchülerInnen und Studierende bürgerlicher Herkunft von den Vorgaben des gesellschaftlichen Umfelds lösten, um in freier Natur und durch Wanderungen über sehr weite Strecken - oft zu Fuß - eine eigene selbstbestimmte und gesunde Lebensart zu entwickeln (siehe: <https://de.m.wikipedia.org/wiki/Wandervogel>). Alkohol- und Nikotin-Abstinenz gehörten ebenso dazu wie die Pflege von Liedgut und Volkstanz bei absoluter Gleichberechtigung der Geschlechter. Hier wurden wohl die emotionalen, sozialen und intellektuellen Wurzeln für A.B.s spätere ganzheitliche Herangehensweise und sein überzeugtes Engagement in der Naturheilkunde gelegt. Er selbst hat gegen Ende seines Lebens zusammen mit acht weiteren ehemaligen Mitgliedern der Wandervogel Ortsgruppe Freiwaldau deren Geschichte in einem 13-seitigen Bericht festgehalten, der mir vorliegt.

1927 legte A.B. am Realgymnasium Freiwaldau die Reifeprüfung mit Auszeichnung ab und begann dann ein Studium der Elektrotechnik an der Deutschen Technischen Hochschule Prag, um nach vier Semestern 1929 ins Medizinstudium an der Deutschen Universität Prag zu wechseln. Dort promovierte er am 30.03.1935 zum Doktor der gesamten Heilkunde und begann sogleich seine Fachausbildung zum Internisten an der II. Medizinischen Universitätsklinik Prag (Direktor Prof.Dr. W. Nonnenbruch). 1936/37 absolvierte er dabei Studienaufenthalte am W.G. Kerckhoff-Institut Bad Nauheim, Rheumaforschungs-Institut Aachen, R. Virchow-Krankenhaus Berlin, Physikalisch-Therapeutisches Institut der Universität München und an der Klinik für Naturheilkunde in Dresden. Dass schon damals neben der ganzheitlich ausgerichteten praktischen kurativen Erfahrung auch das wissenschaftlich-experimentelle Interesse geweckt war, belegt eine Arbeit, die A.B. während seines Praktikums an der Balneologischen Abteilung des W.G. Kerckhoff-Instituts in Bad Nauheim durchführte und im wissenschaftlichen Organ „Der Balneologe“ des Julius Springer Verlags, Berlin, 1938, veröffentlichte (ich besitze davon mehrere Sonderdrucke: Bartussek, A.: Das Elektrokardiogramm im Bad. Verhalten der relativen Systolendauer. Der Balneologe, 5. Jg. 1938, Heft 1, S. 8-13).

Nach seiner Anerkennung als Facharzt für Innere Krankheiten 1938 durch die Reichsärztekammer Sudetenland (nach der Besetzung des Sudetenlandes durch Deutschland) wurde A.B. Assistenzarzt am Prießnitz-Sanatorium am Gräfenberg bei Freiwaldau. Dort wurden seit 1830 die Patienten vorerst von dem autodidaktischen Naturheiler Vincenz Prießnitz (1799-1851) und dann von seinen ärztlichen Nachfolgern mit Kaltwasserkuren behandelt (siehe: <https://kulturstiftung.org/biographien/priessnitz-vincenz-2>).

1938 heiratete A.B. die österreichische Studentin (Germanistik, Englisch, Leibesübungen) Berta Schönwiese aus Leoben (geb. 1915), die er beim Schifahren auf der Mörsbachhütte im steirischen Donnersbachwald kennen gelernt hatte. Die Mörsbachhütte war damals im Eigentum des Deutschen Alpenvereins Prag. Im 2. Weltkrieg kamen die Söhne Gerhard (*1939, +2024), Dieter (*1940) und Helmut (*1942) zur Welt; ein vierter Sohn Walter (er nannte sich später Samuel) wurde 1950 geboren.

Nach Auskunft der „Deutschen Dienststelle“ in Berlin vom 07.03.2018, wurde A.B. im Dezember 1939 zu einer Sanitätskompanie der deutschen Wehrmacht im Dienstgrad Unterarzt mit Stationierung in Breslau eingezogen. Nach einer Erkrankung ab November 1940 (Tuberkulose) wurde er am 05.04.1941 vom Reserve Lazarett Schreiberhau als „arbeitsverwendungsfähig“ in die Heimat entlassen. 1944 wurde er Leiter der Inneren Abteilung am Deutschen Krankenhaus Prag, wohin seine Frau Berta mit den drei Söhnen Anfang

Jänner 1945 vor den heranrückenden Russen aus Freiwaldau flüchtete. Mit zunehmender Bombardierung Prags durch die alliierte Luftwaffe ging die Flucht weiter in Richtung Österreich. Im April 1945 endete sie in Graz bei meinen Großeltern mütterlicherseits. A.B. verblieb in Prag und kam nach Kriegsende in tschechische Gefangenschaft. Nach neuerlichem Tbc-Ausbruch entlassen, bzw. vertrieben, und einer Arbeit als Hausarzt am Hilfskrankenhaus Dresden-Loschwitz schlug er sich ohne Papiere im September 1945 auf der Suche nach seiner Familie nach Graz durch.

A.B. war vorerst staatenlos und ohne Berufsnachweis. In seinem „Lebenslauf“ vom 15.10.1967 steht dazu nur lapidar: „Dort nach verschiedenen Arbeitsversuchen Erwerb der österr. Staatsbürgerschaft“. Für eine Arbeitserlaubnis als Internist waren Bestätigungen zweier Grazer Ärzte vom Dezember 1945 essentiell: Prof. Dr. H. Knaus - 1934 bis 1945 ordentlicher Professor und Vorstand der gynäkologisch-geburtshilflichen Klinik an der deutschen Karl-Ferdinands-Universität Prag und nach deren Auflösung nach Kriegsende Frauenarzt in Graz - bestätigte, dass er A.B. 1935 als Rigorosanten in Prag geprüft habe und ihn aus seiner fachärztlichen Tätigkeit als Leiter der Inneren Abteilung am Deutschen Krankenhaus in Prag in den Jahren 1944 und 1945 kenne. Auch Doz. Dr. Gotsch, Supplierender Leiter der Medizinischen Universitätsklinik Graz, bestätigte als seinerzeitiger Oberarzt der II. Deutschen Medizinischen Universitätsklinik in Prag (Prof. Dr. W. Nonnenbruch), dass A.B. 1935 bis 1938 an der Klinik tätig war und 1944 bis 1945 die Interne am Deutschen KH Prag leitete.

In den Jahren 1946 bis ca 1950 arbeitete A.B. als Privatarzt in Graz und Feldbach, kurzfristig als Primarius der Inneren Abteilung am Landeskrankenhaus Feldbach und als Kur- und Badearzt in Bad Gleichenberg, wo er auch wissenschaftlich publizierte (4 Beiträge im Sammelband „Bad Gleichenberg - seine Heilquellen und Kuren, Springer Verlag, Wien, 1950 und „Über die Bedeutung von Bad Gleichenberg als Heilbad für bestimmte Gruppen von Frauenkrankheiten“, Österr. Heilbäder- und Kurortezeitung, 1950).

Wie A.B. auf Dr. F.X. Mayr aufmerksam wurde, weiß ich nicht. Tatsache ist, dass er 1952 bei Dr. Mayr in Wien persönlich eine Ausbildung in dessen Diät-Therapie absolvierte, seine Schriften studierte um sich sodann ausschließlich dieser Therapieform zu widmen. Er war der erste Mayr-Schüler, der seine Patienten ausschließlich stationär behandelte und zwar in mindestens vier Wochen langen Kuren. Kürzere Kur dauern lehnte er ebenso ab wie ambulante Behandlungen, wohl auch deshalb, weil er Schonung für eine der wesentlichen Prinzipien der Gesamttherapie hielt (siehe unten). Schon am 25.01.1953 ist er am Gaisberg Nr. 16 auf der Zistelalm bei Salzburg behördlich gemeldet und bringt seine vorerst nur wenigen PatientInnen im dortigen Berghotel unter. Da sich daneben der normale touristische Hotelbetrieb als unliebsamer Störfaktor erwies, fand A.B. in der Pension „Sonnhof“ in Großmain bei Salzburg ab 1954 eine vorerst brauchbare Unterkunft sowie Behandlungsräume für seine PatientInnen. Bald konnten nicht mehr alle hier untergebracht werden, und es wurden nun Behandlungswillige zusätzlich in der Pension „Schönblick“ beherbergt.

Aber auch die Kombination „Sonnhof und Schönblick“ - A.B. nannte die von ihm genutzten Teile der Häuser „Sanatorium Heilborn“ - erwies sich jedoch bald als zu klein, und A.B. fand in Herrn Feldinger – einem ehemaligen Landwirt, dessen Hof und Bodenflächen im Zuge des Aus- und Neubaus des Salzburger Flughafens 1958 (neue 2,2 km lange Pisten) abgelöst worden waren - einen Geldgeber für ein eigenes Sanatorium. Feldinger erbaute 1959/60 in Zusammenarbeit mit A.B. das neue größere „F.X.Mayr- Diätsanatorium Großmainerhof“, das danach mehrfach erweitert bzw. vergrößert wurde.

Von 1954 bis 1967 behandelte A.B. In Großmain bei Salzburg zahlreiche Menschen, die aus allen Staaten des damaligen Westeuropas, USA, Indien, Australien und aus mehreren Staaten Südamerikas und Afrikas kamen, darunter auch Prominente, wie z.B. die SchauspielerInnen Susi Nicoletti, Fred Liewehr, Karl Schönbeck und Hans Thimig oder Charlotte MacJannet, die mit ihrem Mann Donald MacJannet das „Tufts University European Center in Talloires“ (Frankreich) gründeten, oder Pir-o-Murshid Ali Khan, der bis zu seinem Ableben (1958) der Anführer der Internationalen Sufi-Bewegung war.

Neben seiner kurativen Arbeit war A.B. stets bemüht, seine Erfahrungen mit anderen Mayr-Ärztinnen und Ärzten bei Arbeitstreffen, Tagungen und Kongressen zu teilen und zu diskutieren und sie zu verbreiten. Auch machte er öfters Besuche bei Dr. Mayr in Gröbming. Der letzte fand nur wenige Wochen vor Mayrs Ableben im Jahr 1965 statt. Ich war selbst nicht nur einmal dabei. Hier wird wohl auch das eine oder andere Fachliche vertieft worden sein. Jedenfalls bestärkte Mayr A.B. stets darin, seine Erkenntnisse wissenschaftlich zu

untermauern. Nach meiner Erinnerung war A.B. auch in der Österreichischen Gesellschaft der Mayr-Ärzte aktiv, es liegen mir dazu aber leider keine Dokumente vor, aus denen man seine Funktion und sein Wirken in diesem Gremium belegen könnte. Ich weiß nur, dass es nicht unbedeutende Meinungsverschiedenheit unter den KollegInnen gab, nicht nur in Hinblick auf die Aufgaben der Gesellschaft, sondern auch in Bezug auf die „richtige“ Therapie nach F.X. Mayr und die Art und Weise, wie der Nachwuchs ausgebildet werden sollte. Darauf verweisen auch Aussagen in zwei der in Abschnitt 4. zitierten Ausschnitte aus den Kondolenzschreiben von Mayr-ÄrztInnen anlässlich des Ablebens meines Vaters. Auf eine mir deutlich erinnerliche Differenz, nämlich zum gebotenen Schonungsprinzip während der Kur, gehe ich noch im nächsten Abschnitt ein.

Eine besondere Achse gab es zwischen A.B. in Großgmain und Bad Goisern: Dorthin übersiedelte Mitte der 1950er-Jahre der vielseitige und ganzheitlich orientierte Autor und Verleger Dr. Ludwig Stadelmann aus Schwarzach in Vorarlberg und verlegte auch den Sitz seines Verlages „Neues Leben“ nach Bad Goisern, der wesentliche Werke von F.X. Mayr neu auflegte (eine Besonderheit ist wohl die Faksimile-Herausgabe der handschriftlichen Kopie von Josef Dabernig [Erstausgabe 1920] des Buches von F.X. Mayr „Schönheit und Verdauung oder die Verjüngung des Menschen nur durch sachgemäße Wartung des Darmes“, 1977). Die von Stadelmann herausgegebene Zeitschrift „NEUES LEBEN durch Gesundung von Körper, Geist und Seele“ war nach eigener Angabe „.... auf den aufsehenerregenden medizinischen Erkenntnissen Dr. Franz Xaver Mayrs aufgebaut, die zu einer Umwälzung auf dem gesamten Gebiet der Ernährung geführt und eine neue Entwicklung eingeleitet haben.....“ (Zitat aus der letzten Seite der Hefte Neues Leben). Stadelmann war wegen der Ernährungsberaterin Sophie Sobotik nach Goisern gekommen, die ebendort (damals Goisern Nr. 8) ein Haus führte, in dem sie Menschen, die eine gesunde Ernährung suchten, vorerst mit Diäten nach Bircher-Benner versorgte (1955 veröffentlichten S. Sobotik und L. Stadelmann gemeinsam das Neues-Leben Heft „Bircher-Benner – F.X. Mayr: ihr gemeinsames Ziel, ihre verschiedenen Wege“). Sophie Sobotik organisierte im Jodschwefelbad Bad Goisern ca 1949/50 einen Vegetariertag, den auch F.X. Mayr besuchte. Er lud danach Frau Sobotik zu einer Kur nach Wien ein, und ihr Interesse an den Ideen Mayrs war geweckt: 1951 fand der erste Ärztekurs mit F.X. Mayr in Bad Goisern statt, organisiert von Dr. K. Schmiedecker. Von der mir seit Mitte der 1950er-Jahre gut bekannten Tochter von Sophie Sobotik, Frau Dr. Monika Sobotik, erhielt ich eine Kopie des Gästebucheintrags von F.X. Mayr zu dieser Tagung in Bad Goisern zu Ostern 1951. Er lautet: „Wir können nicht von dem Leben, was wir essen, so wie wir es genießen, sondern nur von dem, was unser Verdauungsapparat, die Gemeinschaftsküche unserer Körperzellen, aus dem Genossenen macht“. Zu den Mayr-Schülern der ersten Generation zählten Dr. Karl Schmiedecker 1949, Dr. Ernst Kojer 1950, beide aus Wien, Dr. Franz Drumbl und Dr. Strohmeier 1951 aus Graz, Dr. Alfred Bartussek, Dr. Gerta Soucek und Dr. Andreas Stühlinger 1952. A.B. empfahl allen seinen PatientInnen jeweils eine Nachkur bei Sophie Sobotik, d.h. zu einer Zeit mit einem sachgerechten langsamen Übergang zu einer gesunden Normalkost und veröffentlichte im Verlag Neues Leben, Bad Goisern, seine Broschüre „Die Lösung des Ernährungsproblems als Weg zu wahrer Gesundheit“ (Erstauflage 1957).

1967 gab A.B. die Leitung des ihm zu groß gewordenen Sanatoriumsbetriebs im Großgmainerhof aus gesundheitlichen Gründen auf und behandelte ab da seine PatientInnen in kleineren Kurheimen in Bad Reichenhall. Er war in zunehmend beschränktem Ausmaß bis zu seinem Ableben am 11.09.1983 als „Mayr-Arzt“ tätig. Der tödliche Herzinfarkt (nach mehreren vorangegangenen) ereilte ihn am Ende eines Treffens mit seinen sudetendeutschen Freunden in Bad Alexandersbad-Wunsiedel im Fichtelgebirge, einer Landschaft, die der seiner Schlesischen Heimat sehr ähnlich ist.

2. Alfred Bartusseks Rezeption der Mayr'schen Lehre und sein Versuch, sie wissenschaftlich zu untermauern

In zahlreichen Publikationen (in der Liste im Anhang fehlen die Publikationen aus Bad Gleichenberg; von fast allen Arbeiten sind Exemplare bzw. Sonderdrucke in meinem Besitz) hat A.B. versucht, sowohl der Fachwelt der Erfahrungsheilkunde als auch dem interessierten Laien (vor allem auch seinen PatientInnen und diejenigen, die überlegten, sich einer Kur zu unterziehen) das Wesen dessen zu vermitteln, was F.X. Mayr entdeckt, begründet und entwickelt hatte und wie diese Erkenntnisse in der Praxis umzusetzen seien. Im Zentrum stand dabei die Vermittlung der Mayr'schen „Diagnostik der Gesundheit“ (A.B. vermisste in der Schulmedizin einen echten Gesundheitsbegriff. Krankheit sei durch Symptome definiert, die sich aus Abweichungen

von Normen bestimmten. Diese seien aber nur statistische Durchschnittswerte von Personen, die sich ausreichend beschwerdefrei fühlten, ohne dass der Zustand „gesund“ an einem anzustrebenden Idealzustand definiert worden wäre. „Gesundheit“ im Sinne der Schulmedizin sei somit das Ergebnis eines Zirkelschlusses).

Das Gesamt-Krankheitsbild, das mit der Mayr-Kur erfolgreich zu behandeln ist, nannte A.B. im Jahr 1972 in dem Artikel „Abwehr von Umweltschäden nach F. X. Mayr“ (Erfahrungsheilkunde, Band XXI, 5, 1972, 146 – 149) erstmals das „Enteropathiesyndrom nach F. X. Mayr“.

Einen sehr wesentlichen Faktor im Gesamtkonzept der Mayr'schen Therapie sah A.B. im Schonungsprinzip. In allen seinen Publikationen geht er darauf ein. Etymologisch bedeute schonen „sorgfältig und rücksichtsvoll behandeln“. „..... Neben einer allgemeinen weitgehenden Ruhigstellung, die Kräfte frei macht für den Heilprozess, ist die Schonung des Verdauungssystems eine Frage der Diät und der Essensweise..... Als Schondiät wird eine in besonderer Weise einzunehmende Milch-Semmel-Diät nach Mayr – mit 2 Mahlzeiten und einem Lindenblütentee am Abend – bevorzugt.....“ (zit. nach einem Flugblatt von A.B. für seine PatientInnen). Die Schondiät wird ergänzt durch eine Darmsäuberung (Trinkkur mit einer isotonischen Bitterwasserlösung) und einer Bauchbehandlung nach Mayr im Zuge einer mindestens zweistündigen Bettruhe, auf die ich im nächsten Abschnitt noch eingehen werde. A.B. lehnt die von anderen seiner KollegInnen in den Kurverlauf eingebauten Wanderungs-, Fitness- und Massageprogramme ab: „Mit Rücksicht auf die tiefgreifenden Wirkungen einer solchen Behandlung (Schonung, Darmreinigung und -behandlung; Anmerkung von mir) und die Beanspruchung aller Reaktionskräfte des Körpers in Richtung auf die inneren Organe ist eine Kombination der Mayrkur mit anderen, vor allem auf die Körperoberfläche und Muskulatur wirkenden Heilanwendungen (Bäder, Massage, Gymnastik) nur beschränkt und unter strenger Berücksichtigung der Schwerpunktverteilung möglich und nützlich.....“ (zit. nach dem selben Flugblatt wie oben).

A.B. bemühte sich hingegen, seinen PatientInnen während der Kur Übungen und innere Haltungen nahe zu bringen, die das Schonen unterstützten. So betrieb er (und in seiner Vertretung auch seine Frau Bertl, die im Übrigen umfangreiche Unterstützung auf vielen Gebieten im und um den Sanatoriumsbetrieb leistete und daneben noch eine Ausbildung zur „diplomierten Assistentin in physikalischer Therapie in Salzburg absolvierte) mit ihnen regelmäßig „autogenes Training“ nach J.H. Schultz. Ein sehr großes Anliegen war A.B. - auch für seine PatientInnen - die „Eutonie“ nach Gerda Alexander. Gerda Alexander entwickelte ökonomische und kraftsparende Bewegungsmöglichkeiten, die Selbstregulierungs- und Heilkräfte im Organismus förderten (Tonusadaptation; siehe: <https://www.eutonie.de/was-ist-eutonie/die-gruenderin/>). Gerda Alexander war oft in Großgmain und A.B. war von 1972 bis Juli 1983, bis kurz vor seinem Ableben, Vorsitzender der DEGGA der „Deutschen Eutonie-Gesellschaft Gerda Alexander e.V.“. Ob und in welchem Umfang Eutonie auch mit seinen PatientInnen während der Kur betrieben wurde, entzieht sich meiner Kenntnis.

Um die Wirkung der Mayr-Kur wissenschaftlich zu belegen und derart breiteren Fachkreisen nahe zu bringen, entwickelte A.B. folgendes Verfahren zur Datensammlung: von allen PatientInnen wurden zu Beginn und am Ende der Kur neben den von Mayr selbst gelehrt „Körpermaßen“ und weiteren sinnlich erfassbaren Gesundheitskriterien (Diagnostik, bzw. Untersuchungsgang nach F.X. Mayr) im Labor eine Blutanalyse mit komplettem Differentialblutbild erstellt und die Blutsenkungsgeschwindigkeit gemessen (1-, 2- und auch 24-Stundenwert). Zudem wurden die Patientinnen in einem standardisierten Setting stehend nackt vor einem gerasterten Hintergrund von vorne und von der Seite fotografiert, ergänzt durch eine Gesichts-Nahaufnahme (in A.B.s letzter Broschüre „Der chronische Darmschaden „Diagnostik der Gesundheit“ und Therapie nach Dr. Franz Xaver Mayr“, Braumüller Verlag, Wien, 1974, weitere Auflagen bis 1979, für die ich die Zeichnungen anfertigte, sind auf den Seiten 32, 33 und 36 typische Beispiele solcher Fotoaufnahmen wiedergegeben; das linke Foto zu Abb. 19 auf S. 36 bin ich im Alter von ca 15 Jahren). Derart sind im Laufe von etwa 20 Jahren viele hunderte personalisierte Datensätze zusammen gekommen, die A.B. schließlich einmal auswerten und die Ergebnisse publizieren wollte. Ich kann mich an Gespräche erinnern, in denen er darauf hinwies, wie deutlich sich alle physiologischen Werte bei allen PatientInnen durch die Kur positiv veränderten, ebenso die Gestaltkriterien dokumentiert durch die Fotos. Die meisten PatientInnen waren übergewichtig, die naturgemäß bei der Kur Gewicht verloren, aber es gab auch extrem untergewichtige mit Magersucht, die im Laufe der Kur zunahmen (es gab meiner Erinnerung nach nur eine einzige Indikation, für die A.B. die Mayr-Kur für nicht geeignet hielt: alle Formen von Krebs).

A.B. war leider nicht mehr in der Lage, die Auswertung seiner großen Datensammlung vorzunehmen. Nach seinem Ableben hat sie meine Mutter um 1985 der Österr. Gesellschaft der Mayr-Ärzte zur Verwertung angeboten, doch die zeigte kein Interesse (wer die angesprochenen Funktionäre waren, weiß ich nicht). Mein ältester Bruder Gerhard, Facharzt für Geburtshilfe und Gynäkologie, geprägt durch die Methoden der evidenzbasierten Medizin (Studien mit Versuchsanordnungen im Doppelblindversuch und statistischer Auswertung), meinte, das Material sei wissenschaftlich wertlos. Daraufhin vernichtete meine Mutter die sehr voluminöse Sammlung, alle Karteikarten mit den Labordaten und dem Fotomaterial.

3. Meine persönlichen Erfahrungen zur Mayr-Kur meines Vaters Alfred Bartussek

Nach der Rückkehr von Vaters Ausbildung 1952 zum Mayr-Arzt aus Wien nach Graz mussten oder „durften“ wir drei älteren Söhne Anfang 1953 – ich war als damals jüngster von diesen etwas mehr als 10 Jahre alt (der jüngste Sohn war erst 2 Jahre und blieb von diesem Versuch verschont) - selbst eine Mayr-Kur absolvieren; unsere Mutter wohl auch, dazu habe ich aber keine Erinnerung. Mein Bruder Dieter konnte angeben, dass wir die Kur nicht in den Ferien, sondern während der Schulzeit, also mit normaler Alltagsbelastung, absolvierten. Ich habe auch vergessen, wie ich diese Kur und ihre Wirkungen erlebt habe, doch blieben mir das langsame Essen und das gute Kauen wohl als Prägung aus dieser Zeit – und den späteren Kuren - ein Leben lang erhalten. Bis 1956 lebten wir Brüder bei den Großeltern in Graz, da mein Vater finanziell noch nicht in der Lage war, für seine große Familie ein entsprechendes zu Hause zu schaffen. Dann übersiedelten wir nach Großmain. In dieser Zeit – 1956 bis zu meiner Matura 1961 – erlebte ich bei zahlreichen gemeinsamen Mahlzeiten Gespräche meines Vaters, bei denen es um seine PatientInnen, die Kurverläufe und um alles, was mit seinem Engagement für die Mayr-Lehre zusammenhing. Auch Heiteres war dabei: da stellte sich z.B. heraus, dass eine Patientin aus Dänemark, des Deutschen nicht ganz mächtig, die nach Ende der Kur Aufbaukost nach Anleitung aß, einen guten Zentimeter Butter aufs Brot gestrichen hatte, weil sie den in der Anleitung verwendeten Begriff „hauchdünn“ als „Haut-dünn“ verstand und dann an der zusammengezogenen Ober- und Unterhaut ihres Armes Maß nahm. Zu Besuchen bei Dr. Mayr in Gröbming (mit Spaziergängen in der Umgebung -siehe Fotos) nahmen mich meine Eltern einige Male mit. Hier erlebte ich auch einmal eine Bauchbehandlung durch Mayr selbst.

Einer weiteren Kur zu Hause unterzog ich mich 1964 nach einem zweimonatigem Sommer-Praktikum in den USA. Da hatte ich in einem kostengünstigen Gästehaus gewohnt, mit Halbpension und fetten Hauptmahlzeiten am Abend, und kam – als 22-Jähriger - mit einer Hepatitis zurück. Schließlich kurte ich in den 1990er-Jahren noch zweimal bei Frau Dr. Elisabeth Korinek, der Nachfolgerin von Dr. Ernst Kojer im Thalhof bei Reichenau an der Rax. Und da erlebte ich Überraschungen: Erstens waren hier die von meinem Vater abgelehnten Bäder, Bürstenmassagen und täglichen Morgengymnastiken verordnete Teile des Kurverlaufes, und zweitens – für mich fast ein Schock - hatte die von Korinek durchgeführten Bauchbehandlungen mit dem, was ich von meinem Vater und einmal auch von F.X. Mayr selbst erlebt hatte, nur noch die Bezeichnung gemeinsam: Hier wurde mit großem Druck hauptsächlich im Bereich des Dickdarms, relativ rasch und in Richtung dessen Peristaltik, also von oben gesehen im Uhrzeigersinn – massageartig mit über die Haut gleitenden und drückenden Händen - gewerkt, während A.B. und Mayr ganz sanft, behutsam in Bauchmitte langsam im Gegenuhrzeigersinn - die Hände nicht gegen die Haut verschiebend – den Dünndarm schonend behandelten. Ich möchte dazu meinen Vater wörtlich zitieren, wie er diese „dritte Säule der Mayr-Behandlung“ beschrieb: *„.....auf der neben der Schonung und Säuberung des Darms der Erfolg beruht. Ich meine die besondere Massage des Darms, vor allem des Dünndarms, die von Mayr entwickelt worden ist. Man hat sie als Tastmassage des Bauchs zu beschreiben versucht. Mayr selbst spricht gern von „Darmgymnastik“. Das trifft ein wesentliches Moment. Die Behandlung des Dünndarmkonvoluts durch die Bauchdecken hindurch will keine passive Beeinflussung der Darmfunktion sein, sondern die Eigentätigkeit anregen, eine aktive Leistungssteigerung auslösen und durch die Wiederholung übend wirken, zu einem regelmäßigen Kraftzuwachs führen. Das gelingt durch eine initiale Verbesserung der Dünndarmdurchblutung mit Hilfe langsamer, zarter Auspressungen des Konvoluts von der linken Leiste gegen die Leber hin. Sie ahmen nach und ersetzen gleichsam die Wirkung einer tiefen Zwerchfellatmung auf den Darm in umgekehrter Richtung. Vielleicht spielt auch die Intensivierung des Kontakts zwischen Darminhalt und Darmwand eine Rolle, die beim schlaffen Darm schlecht ist, normalerweise aber einen steuernden Effekt auf die Darmtätigkeit, die Motorik und Durchblutung hat. Die rhythmischen Druckschwankungen im Abdomen, die die Blutzirkulation vom Darm zur Leber hin anzuregen haben, müssen so vorsichtig erzeugt werden, dass jede Reizung empfindlicher*

oder entzündlicher Darmpartien ausgeschlossen ist. Die tastenden Hände haben also alle Defensstellen in der Bauchdecke zu registrieren und ohne Druck darüber hinweg zu gehen. Das ist nur bei feiner Sensibilität der Handflächen möglich. Sie zu erlangen, setzt eine möglichst gute Kondition des Behandlers voraus. Auch ein Grund für die Forderung an den Arzt, die Mayr-Kur in der Praxis erst anzuwenden, wenn sie am eigenen Leibe erprobt und damit an der Verbesserung der eigenen Gesundheit ernsthaft gearbeitet worden ist. „*Medicus curet se ipsum!*“ Bei der Behandlung selbst ist die notwendige Sensibilität der Hände nur gewährleistet, wenn diese völlig locker und entspannt auf der Bauchhaut aufliegen. Dazu hat der Arzt, bequem rechts neben dem liegenden Patienten sitzend, den notwendigen Druck aus den Schultern und die kreisende Bewegung aus den Hüften heraus zu entwickeln. Die zu einer Schaufel geformten Hände bewegen sich dann — im Rhythmus ruhiger Atmung — im Gegensinn des Uhrzeigers zartdrückend von links unten nach rechts oben und entlastet wieder zurück, wobei die Haut gegen die Muskeldecke verschoben wird.....“ (aus: Bartussek. A.: Mayr-Diät und Behandlung, Die Heilkunst, 74, 1961, 2, S. 40 – 46; als pdf im Anhang).

Überrascht war ich auch über folgende Anfrage von Herrn Dr. Sepp Fegerl, Präsident der Internationalen Gesellschaft der Mayr-Ärzte, Salzburg, in einer email vom 24.11.2023: „*Und sehr interessiert bin ich auch an Informationen darüber, wie Mayr die Diät gehalten hat in der Kur. Milch und Semmel wurden ja angeblich erst in sehr späten Jahren statt dem Fasten eingeführt?*“

Mir war seit 1952 nie etwas anderes untergekommen, als dass bei den beiden Mahlzeiten der Kur pro Tag immer Milch in kleinen Löffelportionen jeweils dem vollständig durch Speichel verflüssigten kleinen halbtrockenen Semmel- Stückchen im Mund zugemischt und dann abgeschluckt wurde. Deutlich erinnerlich ist mir, dass ich derart für den Verzehr von einer Semmel und einem Glas Milch eine gute halbe Stunde benötigte und dann vollständig satt. Auch dazu zitiere ich wörtlich meinen Vater wie folgt: „*....Die therapeutisch eingesetzte strenge Mayr-Diät ist keine Fastendiät. Fasten meint zwar auch Schonung, das aber zu sehr im einseitig negativen Sinne der bloßen Ruhigstellung des gestörten Organs. Besser ist es, bei aller notwendigen Ausschaltung von Überforderungen gleichzeitig dafür zu sorgen, daß sich die richtige Zusammenarbeit der Einzelabschnitte, das genaue Ineinandergreifen der Einzelfunktionen im Verdauungssystem wieder einspielen, daß die verkümmerten Regulationsreflexe, der Schluck- und Sättigungsreflex vor allem, von neuem wirksam werden. Auch damit der Kureffekt, die Besserung anhalte, soll der Patient nicht fasten, sondern essen - richtig essen lernen! Daß wir dem Organismus dabei zur Heilung wichtige Nährstoffe zuführen können, ist eine angenehme Zugabe. Als Nahrung dient die Milch. Sie erfüllt alle Anforderungen, die man nur irgend an eine vollwertige Kost stellen kann (einschl. der Bedeutung einer Rohkost etwa als Quelle „lebendiger Substanz“ im Sinne von Rusch). Und sie ist, da ballastfrei, Schonkost - allerdings ideal nur dann, wenn sie nicht getrunken, sondern „gegessen“ wird. Beim Trinken der Milch kommt es zur Gerinnung in der Säure des Magens und damit zur Bildung schwer verdaulicher Klumpen von Quark. Das ist der Grund für ihre schlechte Verträglichkeit bei manchen Magenkrankheiten. In solchen Fällen die Milch zu verbieten, ist nicht der richtige Schluß. Das Trinken der Milch muß verboten werden. Wird die Milch mit Speichel zusammen geschluckt, dann fällt das Casein im Magen in kleinen, leicht auflösbaren Flöckchen aus. Was der Säugling durch sein kräftiges Saugen an der schwerkgehenden Mutterbrust erzielt, das hat der Patient bei der Mayr-Diät durch gründliches Verkauen kleiner Bissen trockener Semmel (Brötchen) zu tun. Erst wenn er den Semmelbissen verflüssigt, ein Schlückchen Speichel im Munde gesammelt, eine verzuckerte Semmelsuppe erzeugt hat, darf er einen Kaffeelöffel Milch hinzufügen und das entstehende Gemisch schlucken. Es ist eine ernsthafte, ja anfangs fast mühsame Arbeit, die da vom Patienten verlangt wird.....“ (aus: Bartussek. A.: Mayr-Diät und Behandlung, Die Heilkunst, 74, 1961, 2, S. 43; siehe pdf im Anhang).*

4. Zeugnisse von Mayr-ÄrztInnen und anderen über meinen Vater Alfred Bartussek

Nach dem Ableben meines Vaters erhielt meine Mutter zahlreiche großteils handschriftliche Kondolenzschreiben, aus denen ich jene Stellen zitiere, die zum ärztlichen Wirken meines Vaters in Beziehung stehen:

Dr. med. Erich Rauch, Mayr-Arzt, Maria Wörth – Dellach, 10.10.1983: „*.....Ihr lieber Mann hat als Arzt enorm vielen Menschen wirklich helfen können und hat außerdem an hervorragender Stelle ganz Wesentliches zur Verbreitung und Weiterentwicklung der Mayr-Lehre beigetragen. Auch ich verdanke ihm viele wertvolle Anregungen. Sein ganzes Wirken und seine ideellen Bestrebungen werden in der gesamten Gesellschaft der Mayr - Ärzte wie auch bei mir weiter - hin sehr lebendig bleiben.....“*

Dr. med. W. (?) Krüger, Mayr-Arzt, Bad Wiessee, 15.09.1983: „..... Von allen Mayr-Ärzten, darf ich mit gutem Gewissen sagen, ist er derjenige gewesen, der wohl am besten verstanden hatte, worum es sich bei der Lehre Mayrs handelt. In dieser, seiner Eigenschaft habe ich ihn auch sehr geschätzt. Für mich war es immer eine Freude seine Vorträge, Ausführungen, seine Argumentation zu hören. Er wäre ein vorzüglicher Lehrer für die reine Lehre gewesen. Leider habe ich ihn, auch durch meine eigene Krankheit bedingt, in der letzten Zeit nicht mehr zu sehen bekommen. Ich darf hoffen, daß er kein schweres Krankenlager hat durchmachen müssen. Mir jedenfalls wird der Kollege Bartussek in Verbindung mit Dr. F. X. Mayr in bester Erinnerung bleiben. Leider sind unsere Versuche, für die Sache F.X. Mayers der jungen Ärztegeneration etwas handfestes zu dokumentieren, an den menschlichen Imponderabilien mehrerer Mayrärzte gescheitert.....“

Dr. med. Hans Georg Holtzmann, Mayr-Arzt, Simmerberg, 21.09.1983: „..... Denn wir trauern nun um den Verlust des besten Verwalters der Werke F.X. Mayers. Verdanken wir es doch den ständigen Bemühungen Ihres Mannes in Wort und Schrift, dass das Gedankengut Mayrs durch seine treffsicheren wissenschaftlichen Formulierungen in die moderne Medizin integriert werden konnte und somit der heutigen Ärztegeneration nahe gebracht wurde. In den letzten Jahren verband uns öfter die gemeinsame Sorge um den Nachwuchs. Aber die Bemühungen Ihres Mannes fanden keine Mehrheitsbeschlüsse mehr. Denn die große Teilnehmerzahl an den Kursen kann uns nicht darüber hinwegtäuschen, dass keine engagierten „Voll-Mayrärzte“ mehr aufgetaucht sind. Ihr Mann war und bleibt mir ein Vorbild echten Arzttums, besonders als kritischer und leidenschaftlicher Verfechter der wissenschaftlichen Naturheilverfahren.....“

Dr. med. Irene von Unruh, Mayr-Ärztin, Murnau, 17.09.1983: „.....Aber auch in unseren Reihen eine große Lücke. Allein das Gefühl, diese Mayr'sche Stütze ist noch da, war irgendwie beruhigend, auch wenn wir beide nicht mehr zusammen kamen. Wie hat Ihr lieber Mann doch Mayrs Erkenntnisse fortgetragen und anderen übermittelt in echter Reinheit (die immer mehr getrübt wird!). Auch ich habe ihm viel zu danken.....“

Traute Wodan, Patientin, Burgkirchen, 20.11.1983: „..... Ich verdanke deinem Mann als Arzt sehr viel, meine jetzige zufriedenstellende Altersgesundheit ganz. Er hat sich für seine Patienten ganz verausgabt und richtig aufgeopfert. Nie hab ich es so bei irgendeinem anderen Arzt erlebt – Du weißt es ja selbst am besten – und unzählige sind ihm dankbar dafür.....“

Karin Sackmann, Vorsitzende, Deutsche Eutonie-Gesellschaft Gerda Alexander e.V., Achim, 20.09.1983: „.....Auch Ihr Mann hatte sich der Eutonie verschrieben und wurde von der Gesellschaft zu ihrem Vorstand gewählt. So war das Entstehen und Bestehen der DEGGA unmittelbar mit Ihrem Mann verbunden. Sie wissen mit welcher Treue er einer Sache diente, der er sich verschrieben hatte. Mit dieser Treue diente er auch der Eutonie und allen mit der Eutonie verbundenen Menschen. In seinem Verantwortungsbewußtsein und seinem Verständnis von Pflicht und Zuverlässigkeit hat er sich alle Belange der DEGGA zu Herzen genommen und sich für ihre Entwicklung mit seiner Persönlichkeit eingesetzt. Den Vorstand der DEGGA gab er nach elf Jahren zu dem Zeitpunkt auf, den er selbst für richtig hielt: Er fühlte, daß seine Kraft, durch Krankheit bedingt, abnahm und fürchtete, seinem hohen Anspruch an sich selbst nicht mehr nachkommen zu können. Die Übergabe erfolgte mit der ihm eigenen Sorgfalt. Seine letzte Rede vor der Mitgliederversammlung der DEGGA im Juli 1983 wird allen Anwesenden in Erinnerung bleiben. Die Motivation Ihres Mannes für sein Wirken war seine Sorge um die Zukunft und die Sorge um die Menschen. Diese Motivation wird lebendig bleiben.“

5. Anhang

Publikationsliste Alfred Bartussek

Verzeichnis der Veröffentlichungen von **Alfred Bartussek** (mit Ausnahme der Publikationen aus Bad Gleichenberg):

1. Broschüren

- Darm, Ernährung und Gesundheit, Die "Diagnostik der Gesundheit" nach Dr. F.X. Mayr-Wien als Grundlage heilerischen Handelns, Drei Eichen Verlag, München, **1954**, 45 Seiten, vergriffen.
- Die Lösung des Ernährungsproblems als Weg zu wahrer Gesundheit, Verlag Neues Leben, Bad Goisern, 1. Auflage, **1957**; 2. Auflage o.J., 3. Auflage, **1963**, 60 Seiten, vergriffen.
- Ægte sundhed gennem løsning af ernæringsproblemet. Verlag Borgen, København, **1972**.
- Der chronische Darmschaden (Enteropathie-Syndrom) "Diagnostik der Gesundheit" und Therapie nach Dr. Franz Xaver Mayr, Wilhelm Braumüller Verlag, Wien, **1974** (mehrere weitere Auflagen bis **1989**), ISBN: 978-3-7003-0836-2, vergriffen.

2. Artikel

- Elektrokardiogramm im Bad - Verhalten der relativen Systolendauer. Der Balneologe, **5**, 1938, 1, 8 – 13.
- Die zentrale Bedeutung des Dünndarms für Gesundheit und Krankheit. Die Heilkunst, **68**, 1955, 9, 319 – 326.
- Das Problem der Ernährung in vertiefter Sicht. Erfahrungsheilkunde, **5**, 1956, 5.
- Die "Diagnostik der Gesundheit" nach Dr. F.X. Mayr. Erfahrungsheilkunde, **5**, 1956, 6.
- Die Dünndarmhypotonie als Grundphänomen der Gesundheitsschädigung. Erfahrungsheilkunde, **5**, 1956, 7.
- Zur Therapie der Dünndarmhypotonie nach Dr. F.X. Mayr. Erfahrungsheilkunde, **5**, 1956, 8/9.
- Die Darmträgheit nach Franz Xaver Mayr. Heilkunst, **72**, 1959, 5, 169 – 174.
- Mayr-Diät und Behandlung. Heilkunst, **74**, 1961, 40 – 46.
- Ernährung und Haltung. Heilkunst, **75**, 1962, 20 -23.
- Die Gesundheitslehre Franz Xaver Mayrs. Der Landarzt. **42**, 1966, 1 – 7.
- Abwehr von Umweltschäden nach F.X. Mayr. Erfahrungsheilkunde, **21**, 1972, 5, 146 – 149.
- Das Enteropathiesyndrom nach F.X. Mayr und der rheumatische Formenkreis. Erfahrungsheilkunde, **22**, 1973, 10, 299 – 303.
- Ernährung und Verdauung aus der Sicht F.X. Mayrs. Erfahrungsheilkunde, **23**, 1974, 7, 220 – 225.
- Die Bedeutung des Lebenswerkes von F.X. Mayr für die moderne Medizin. in: Festschrift zum 100. Geburtstag von Dr. Franz Xaver Mayr am 28. November 1975, herausgg. von der Gesellschaft der Mayr- Ärzte, Wien, Schriftenreihe Erfahrungsheilkunde, Haug Verlag, Heidelberg, **1975**, ISBN 3-7760-0373-1, S. 24 – 35.
- Abwehr von Umweltschäden nach F.X. Mayr. in: Festschrift zum 100. Geburtstag von Dr. Franz Xaver Mayr am 28. November **1975**, herausgg. von der Gesellschaft der Mayr- Ärzte, Wien, Schriftenreihe Erfahrungsheilkunde, Haug Verlag, Heidelberg, 1975, ISBN 3-7760-0373-1, S. 84 – 94.
- Grundsätzliches über die Mayr-Kur. Erfahrungsheilkunde, **30**, 1981, 2, 78 – 86.