

## «Ich bin froh, dass ich nie etwas anderes getan habe, als Gemüse anzubauen!»



[1]

Hochbetagt und ohne Zivilisationskrankheiten? Werner Hofstetter ist das lebendige Beispiel dafür, dass vegane Ernährung nachhaltig gesund ist. Rundum fit besorgte er seinen Haushalt selbst, bis er vor rund einem Jahr ins Heim Sonnengarten in Hombrechtikon gezogen ist.

Herr Hofstetter, Sie sind am 5. Februar 100 Jahre alt geworden, mit 99 haben Sie sich freiwillig in die Obhut dieses anthroposophisch orientierten Heims begeben. Wie man in verschiedenen Zeitungen lesen konnte, waren Sie Ihr Leben lang Selbstversorger auf pflanzlicher Basis. Sich sein Essen selber anzubauen, ist heute ein grosser Trend. Wie fühlt es sich an, in Ihrem Alter ein Trendsetter zu sein?

[Er überlegt lange, wodurch sich die Gelegenheit ergibt, ihn zu betrachten. Er hat glänzendes weisses Haar, nun lächelt er, neigt den Kopf zur Seite, schaut sein Gegenüber verschmitzt und mit einem liebevollen, jugendlichen Lächeln an und beginnt zu erzählen:] Mein Vater war Möbelschreiner, hatte zu Beginn des 1. Weltkriegs bereits fünf Kinder. Um uns in diesen unsicheren Zeiten ernähren zu können, suchten meine Eltern einen Bauernhof. Fündig wurden sie 1915 in Maur bei Zürich, wo wir auch Viehwirtschaft betrieben. Während wir zuvor fast kein Fleisch gegessen hatten, gab es nun häufiger welches, da wir die Reste aufbrauchten. Das hat mir schon als kleiner Junge widerstrebt, doch ich habe mich gefügt. Auch Milch habe ich nie gern gehabt, als ich gezwungen wurde, diese kuhwarm zu trinken, habe ich mich erbrochen. Die verschiedenen Arten von gestockter Milch haben mir ebenfalls nie geschmeckt. Als meine Mutter gesundheitliche Probleme bekam, ging sie der Ursache auf den Grund und wurde Vegetarierin. Ich war zu der Zeit etwa elf Jahre alt und schloss mich ihr begeistert an, die Bibelaussage «Du sollst nicht töten» hat mir schon früh eingeleuchtet.

Gab es sonst noch etwas, das Sie geprägt hat?

Ja, Werner Zimmermann, der Anfang der 20er-Jahre als Erntehelfer zu uns kam. Als Kind war er schwächlich gewesen, auch als Erwachsener war er eher schmal gebaut. Aber er war so zäh und voller Kraft, dass er geübte Berufsmänner aus den verschiedensten Sparten in den Schatten zu stellen pflegte. Bei uns mähte er täglich von fünf bis gegen elf Uhr, und dies ohne Frühstück! Ich bewunderte diesen weit gereisten jungen Mann, der aus den USA direkt zu uns gekommen war, für seine spezielle Stärke und Bescheidenheit. Die Tierhaltung gaben wir zu meiner Freude bald auf, ab 1928 war der Stall leer, die letzten Tiere verkauft. Damals gründete mein Vater mit meinem ältesten Bruder eine Schreinerei.

Und Sie haben eine Lehre gemacht?

Nein, ich baute zusammen mit meiner Mutter, die immer einen Garten gehabt hatte, den Gemüseanbau auf. Ich habe mich im Biolandbau ausgebildet, bin viermal zu Kursen nach Deutschland gefahren, weil es das bei uns noch nicht gegeben hat. Bald konnten wir einen Teil unserer Ernte verkaufen. Zu Beginn wanderte ich mit dem Handwagen auf den Bürkliplatz, ein steiler Weg über einen Hügel, und hatte manchmal auf dem Rückweg keine zehn Franken in der Tasche. Später konnten wir sogar zwei Verkäuferinnen anstellen und doch haben die

Kundinnen reklamiert, weil sie zu lange anstehen mussten! Wir waren die Ersten, die biologisch angebaut haben und sehr beliebt, obwohl wir keine Propaganda machten. In dieser Phase habe ich auch geheiratet, das war 1942.

[Werner Hofstetter am Schreibtisch] Wann ist Ihre Frau gestorben? War sie auch Vegetarierin?

Vor 10 Jahren, sie wurde 89 Jahre alt und war keine überzeugte Vegetarierin, obwohl ich dies anfangs glaubte. Wir haben nicht so gut harmoniert, blieben aber zusammen und jeder ist seiner eigenen Wege gegangen. So wollte meine Frau auch ihr eigenes Geld haben, und darum und nicht aus Not ist sie Fremdverdienenden gegangen. Sie hat dann auch wieder Fleisch gegessen. Meine beiden Kinder sind auch Fleischesser, leider. Ich war halt immer ein Freigeist und Eigenbrötler und konnte mich anderen nicht so gut mitteilen.

Warum wollten Sie ins Heim?

Ich habe mir überlegt, dass niemand da wäre, wenn mir etwas zustossen würde, und wollte es nicht drauf ankommen lassen, denn ich habe im ausgebauten Dachstock von meinem ehemaligen Hof gewohnt. Unten leben die neuen Gemüsebauern und heutigen Besitzer, doch sie sind den ganzen Tag auf dem Feld. So habe ich mich um einen Platz im Sonnengarten bemüht. Bevor ich aufgenommen wurde, musste ich eine Eintritts-Untersuchung machen und dieser Arzt sagte zu mir: «Die werden aber Freude haben, einen so alten und gesunden Bewohner zu bekommen!»

Wie gefällt es Ihnen hier?

Es ist sehr schön. Das Essen ist nicht ganz das, was ich mir wünsche. Ich habe immer sehr einfach gegessen, hätte mich am liebsten von Rohkost ernährt, was aber wegen meiner Frau nicht ging. Wir haben einfach gegessen, im Voraus einen Salat und dann Kartoffeln und Gemüse oder Reis und Gemüse. Hier gibt es zu viele verschiedene Sachen aufs Mal, was da alles eingearbeitet wird, dabei sollte man nicht so viel mischen! Dreimal pro Woche gibt es Fleisch, und fast alle essen es. Die Desserts sind viel zu süß, die Alternative ist Obst, das aber meist unreif ist. Kürzlich habe ich eine Birne mitgenommen, um sie zu lagern, und nach 14 Tagen wurde sie nicht reif, sondern faul! Zum Frühstück werden Unmengen an Milchprodukten angeboten. Käse und Sachen mit Eiern drin weise ich zurück. Dennoch war ich schon dreimal erkältet, seit ich hier lebe, was für mich ungewöhnlich ist. Als ich noch selber gekocht habe, war ich jahrelang nie verschnupft. Hierfür gibt es zwei mögliche Erklärungen: Entweder gibt es viele Bakterien hier, oder ich bin nicht mehr so widerstandsfähig.

Geniessen Sie es trotzdem, sich nach Ihrem arbeitsreichen Leben nun versorgt zu fühlen?

Ja, es war richtig hierherzukommen, es gefällt mir gut.

Hatten Sie sich zu hundert Prozent selbst versorgt?

Nein, Sachen wie Mais, Reis, Öl und Teigwaren haben wir dazugekauft. Brot habe ich immer selber gemacht, aus frisch gemahlenem Getreide. Zuletzt hatte ich eine kleine Getreidemühle.

Was für Voraussetzungen muss man mitbringen, wenn man vom Eigenanbau leben will?

Erstens muss man die Erde, den Boden lieben, zweitens muss man ausdauernd sein, denn man darf nicht rasch aufgeben, muss den ganzen Tag arbeiten. Hacken und den Boden für die neue Aussaat vorbereiten, ist die grösste Arbeit, doch zu tun gibt es immer etwas, auch wenn es regnet. Ich persönlich habe mich meinem Land gegenüber so stark verantwortlich gefühlt, dass ich nicht ein Mal in die Ferien verreist bin. Doch ich bin froh, dass ich nie etwas anderes getan habe, als Gemüse anzubauen!

Was ist das Wichtigste, das Sie dabei gelernt haben?

Dass man auf die Natur Rücksicht nehmen und sich anpassen soll.

Ist es Ihnen schwergefallen, Ihr Land loszulassen?

Nichts gehört einem wirklich, alles ist geliehen. Irgendwann muss man loslassen, ich will auch nicht mehr viel länger leben im Wissen darum, dass die Seele weiterlebt.

Haben Sie sich immer so gesund ernährt?

Kaffee und Alkohol habe ich nie konsumiert, wohl aber Schoggi und Guetzli, doch das habe ich in den letzten zwei oder drei Jahren abgebaut.

Was würden Sie befehlen, wenn Sie König wären?

Dass die Menschen einfacher leben sollen. Und ich würde viele Aspekte der sogenannten «Freiwirtschaft» nach Silvio Gsell einführen, wie zum Beispiel den Zins abschaffen.

Würden Sie jedem ein Stück Land geben, damit sich die Familien selber ernähren könnten, und ihnen verbieten, Tiere zu essen?

Das kann man nicht gut. Die Welt ist so vielseitig, keiner ist wie der andere. Aber ich würde den Leuten schon das Wissen vermitteln, damit sie sich für den rechten Weg entscheiden könnten.

Sie waren Ihrer Zeit weit voraus, hatten Sie keine Auseinandersetzungen mit kommerziellen Bauern?

Die Nachbarn haben uns mit den Jahren gut akzeptiert, nachdem sie gesehen haben, dass wir viel gearbeitet haben.

Was haben Sie für eine Beziehung zu Tieren?

Bei uns waren Katzen zum Mäusen da, mit Haustieren habe ich mich nie gerne abgegeben. Nach meiner Ansicht macht man zu viel für sie. Eigentlich sollte man sie gehen lassen ... Ich liebe die Natur und Wildtiere, leider war ich schon früh kurzsichtig, sodass ich seit Längerem vieles nicht mehr so gut sehen kann. Freude machen mir auch das fröhliche Vogelgezwitscher im Frühling und der Ruf des Kuckucks.

Welches war ihre schönste Zeit?

Vielleicht als ich selber klein war.

Haben Sie einen unerfüllten Wunsch?

Reisen, die Tropenwälder hätte ich gerne gesehen.

Woran glauben Sie?

Ich weiss um das Gesetz von Karma und um die Wiedergeburt. Gott ist in uns und wir in ihm, und Gott ist Geist, ebenso alles, was uns umgibt.

Nell Andris

Letzte Aktualisierung: 27.07.2015

**Source URL (modified on 27.07.2015 - 16:23):** [https://www.swissveg.ch/werner\\_hofstetter](https://www.swissveg.ch/werner_hofstetter)

#### Links

[1] [https://www.swissveg.ch/werner\\_hofstetter](https://www.swissveg.ch/werner_hofstetter)