



DR. HANS GASPERL

GESUND AUS EIGENER KRAFT

Sebastian Kneipps altbewährtes Heilwissen



Servus

SEBASTIAN KNEIPP UND DIE WASSERTHERAPIE

Zu Beginn seines Theologiestudiums veränderte Sebastian Kneipps Schwindsucherkrankung seine Lebenspläne. Seit 1849 laborierte er nachweislich an dieser Krankheit. Damals war er 25 Jahre alt. Die Wohn- und Lebensumstände in seinem ärmlichen Elternhaus waren ein wesentlicher Grund für das Auftreten der lebensbedrohlichen Erkrankung. Der „Weberbartl“, wie er genannt wurde, half seinen Eltern in der im Keller untergebrachten Weberei – und dort war das feuchte und möglicherweise lichtarme Arbeitsklima gewiss nachteilig und krankmachend. Zudem ist anzunehmen, dass bei der Weberfamilie karge Kost als Nahrung dienen musste – Mangelernährung durch eiweißarme Lebensmittel hatte beträchtlichen Einfluss auf die Gesundheit. Trauriges Ergebnis dieser nachteiligen Lebensumstände war die Erkrankung an Tuberkulose.



Beratung bei Kneipp und seinen Helfern

Welche Hilfen, welche Heilmittel gab es zu dieser Zeit? Wie waren die Heilungschancen? Antibiotika, welche heute gegen bakterielle Infektionskrankheiten eingesetzt werden, waren noch nicht erfunden. Die Theorie der Säftelehre – diese hielt sich

trotz vieler Anfeindungen bis ins 17./18. Jahrhundert – war die Lehrmeinung der Zeit. Die Heilmittel waren einfache, aber auch wirksame Naturprodukte. Die Erfahrungsheilkunde, entstanden aus den Anschauungen der Säftelehre (Humoralpathologie), wurde über die Jahrhunderte hinweg überliefert. Die Beeinflussung und Veränderung der Körpersäfte durch Pflanzen, mineralische Stoffe und auch tierische Produkte waren Grundgedanken jeder Heilanwendung. Aderlässe, Blutegel und Entleerungen des Darmes waren dabei entsprechende Hilfsmittel, um die Qualitäten der Körpersäfte zu regulieren.

»»» DIE SÄFTELEHRE «««

Aus dem Altertum war nach den Vorstellungen der Hippokratiker folgende zu Lebzeiten Kneipps noch gängige Lehrmeinung überliefert: In der Humoralpathologie geht man davon aus, dass die Lebensvorgänge im Körper durch vier Säfte (Blut, gelbe Galle, schwarze Galle, Schleim) gesteuert werden und die Ausgewogenheit dieser vier Körpersäfte Gesundheit bedingt. Kommt es aber im Körper zu einer Störung dieses Säftegleichgewichts, zu einem Zuviel oder Zuwenig oder gar zu einem Verderb der Säfte, entsteht Krankheit. Alle Heilmethoden dieser Zeit hatten das Ziel, derartige Störungen auszugleichen und dieses Ungleichgewicht zu behandeln. Das war ein weltanschaulicher Fortschritt. Das Auflösen und Ausleiten der Säfte war der Grundgedanke der vorhandenen Heilverfahren.

Schon bei Hippokrates, dem sogenannten Vater der europäischen Heilkunst, ist die Vorstellung der Säftelehre schriftlich festgehalten. Es gibt im menschlichen Körper Säfte, welche den Gesundheitszustand des Menschen beeinflussen und alle Körperfunktionen sowie die einzelnen Lebensabschnitte steuern. Des Weiteren lehrt Hippokrates, dass diese vier Säfte mit den vier Elementen, den vier Jahreszeiten, den vier Lebensaltern und den vier Temperamenten zusammenhängen. Ein Wissenschaftler, der ebenfalls das Wissen seiner Zeit zusammenfasste, war Galen. Dieser baute um 150 n. Chr. als Naturforscher und Arzt auf den Theorien des Hippokrates auf und formulierte die sogenannte Humoralpathologie. Diese Säftelehre war Grundstock medizinischer Beschreibung und ärztlichen Handelns, bis Rudolf Virchow Mitte des 19. Jahrhunderts erstmals die Zelle beschrieb. Daraus entstand die Zellulärpathologie. In dieser Wissenschaft wird gelehrt, dass alle Krankheiten auf Störungen der Zellfunktion beruhen. Virchow lebte zu Zeiten von Sebastian Kneipp. Der wiederum war aber noch fest mit der Säftelehre verbunden. In seinem Buch *Mein Testament für Gesunde und Kranke* schreibt Kneipp: „*Warum sollen nicht auch Krankheiten von den Eltern auf die Kinder übergehen können? Haben die Eltern krankes Blut und Säfte, dann können doch die Kinder auch nur von krankem Blut oder kranken Säften abstammen. Also können Krankheiten als Erbgut mit auf die Welt gebracht werden.*“

In gewissem Sinne wird diese Säftelehre auch heutzutage in verschiedene alternativmedizinische Heilweisen integriert und nicht immer verantwortungsvoll

angewandt. Mein Anliegen ist es, auch hier eine kleine Blickkorrektur zu bewirken. Dabei müssen wir auf den Unterschied zwischen alternativ-esoterischer und wertvoller komplementärer Medizin achten.

Kneipp beschreibt in der Einleitung zur ersten Auflage des 1886 erschienenen Buches *Meine Wasserkur* eine Vielzahl an Arzt- und Heilerbesuchen, um der Krankheit zu entrinnen. Er schildert einen Militärarzt als großherzigen Helfer, welcher ihn im vorletzten Jahre seiner Gymnasialzeit 90 Mal besuchte und im letzten Gymnasialjahr „*wohl über 100 Mal. So gerne hätte er mir geholfen; aber das fortschreitende Siechtum siegte über seine ärztlichen Kenntnisse und seine Nächstenliebe. Ich selbst hatte längst alle Hoffnung aufgegeben und sah mit stiller Ergebung meinem Ende entgegen.*“ Ein fürchterlich trauriger Zustand für einen jungen Menschen. Bei diesem Krankheitsbild gab es nur zwei Wege: Entweder wurde die Erkrankung ausgeheilt und der Patient erholte sich – oder die Schwindsucht brachte den sicheren Tod.



Bei seiner Suche nach Hilfe und Heilung stieß Kneipp auf ein Buch des Wassertherapeuten Hahn. Wie das Krankheitsbild in diesem Lehrbuch geschildert war, fand sich Kneipp sozusagen persönlich beschrieben und begann, den darin enthaltenen Ratschlägen zu folgen: *„Ein unscheinbares Büchlein; ich öffnete es; es handelte von der Wasserheilkunde. Ich blätterte hin und blätterte her; da stand Unglaubliches. Am Ende, so blitzte ein Gedanke auf, findest du gar deinen selbsteigenen Zustand. Richtig, das passte,*