

Alte Riten, Christentum und Alpenschamanen

Dass die Klausen um den christlichen Nikolaustag ihr Unwesen treiben, ist kein Zufall. Die Kirche sah keinen anderen Weg, den »abergläubischen« Brauch unter Kontrolle zu bekommen, als ihn an ihren eigenen Festtag zu binden. So kam der hl. Nikolaus zu seinen wilden Begleitern Krampus und Klausen. Ähnlich erging es dem **Binden von Kräuterboschen** – Sträuße aus Wildblumen und Kräutern des Allgäus. Mitte August bis Mitte September sammelten heilkundige Frauen Kräuter, banden sie zu Sträußen und hängten sie in der Stube zum Trocknen auf, eine mobile Apotheke und Schutz vor Bösem zugleich. Das Miteinander von Magie und Naturmedizin war der Kirche ein Dorn im Auge, daher verbot sie den Brauch im 8. Jh. Als das nichts half, vereinnahmte sie ihn und da Mariä Himmelfahrt am 15. August ohnehin einer der großen christlichen Feiertage ist, passte es gut, den heidnischen Kräuterboschen zu dieser

Gelegenheit den kirchlichen Segen zu geben. Die Zeit zwischen 15. August und 12. September, in der die Heilkräuter gesammelt werden, heißt im Volksmund »Frauendreißiger«. Weise Frauen, die es im Allgäu immer noch gibt, begehen diesen Zeitraum mit einer Reihe von christlichen und vorchristlichen Riten an besonderen Kraftplätzen. Ein solcher Kraftort ist **die alte Eibe von Balderschwang**. Sie soll schon von den Kelten als heiliger Baum verehrt worden sein. Auch mystische Vorstellungen aus anderen Kulturkreisen fallen im Allgäu auf fruchtbaren Boden. Daher ist das Angebot an Seelenwanderungen, Krafttieren, Trommelritualen und Schwitzhütten groß. Kräuter spielen auch hier eine Rolle, manchmal nach dem Vorbild indianischer Riten, ergänzt um die halluzinogene Kraft von Pilzen. Für die einen ist das alberner Hokusfokus, für andere eine Offenbarung. Schamanen und Heiler vertritt das Alpenschamanische Netzwerk (www.alpenschamanismus.de), auf der Homepage sind auch Mitglieder im Allgäu gelistet.



GRÜN UND GESUND

Zertifizierte Allgäuer Wildkräuter-Führerinnen wie Sieglinde Walser-Weber (www.kraeutertopia.de) oder Ina Tenhündfeld (<https://naturwunderwerk.de>) veranstalten u. a. »Frauendreißiger«-Workshops (meist Anfang September), Kräuterführungen, Kochen mit Wildkräutern, Binden eines Kräuterboschen und vieles mehr. Dabei werden nicht nur Kräuter gesammelt, sondern auch zu Salben, Ölen und Tinkturen verarbeitet. Möchten Sie einen eigenen Kräuterboschen anfertigen? Einen Tag vor Mariä Himmelfahrt treffen sich Interessierte im Bauernhofmuseum in Illerbeuren (►S. 150) zum Sammeln und Binden. Und vergessen Sie nicht die Weihe tags drauf in der Kirche!

DAS IST ...
... DAS ALLGÄU



DER VATER ALLER KUREN

Kur oder Wellnessurlaub – wenn nicht im Allgäu, wo sonst? Hatte doch hier Pfarrer Sebastian Kneipp mit kalten Wassergüssen und Fünf-Säulen-Lehre unzähligen Menschen zu Gesundheit und Wohlbefinden verholfen!

◀ 1855 kam der junge Pfarrer Sebastian Kneipp nach Bad Wörishofen. Zu seinem ganzheitlichen Konzept einer gesunden Lebensführung gehört auch die Heilkraft von kaltem Wasser. Hier Anhänger seiner Überzeugung beim Wassertreten in Bad Wörishofen um 1935.

LEICHT hatte er es zunächst nicht mit seinen eigenwilligen Heilmethoden, der gute Pfarrer Kneipp (► Interessante Menschen S. 298). Was ihn in jungen Jahren von der damals unheilbaren Tuberkulose befreite – Bäder in der eiskalten Donau – hatte die Schulmedizin anfangs heftig bekämpft: Die Kur des »Wasserdoktors« setzt auf eine Kombination von Warm- und Kaltwasseranwendungen, Güssen und Wassertreten. Die unterschiedlichen Reize sollten die Abwehr- und Selbstheilungskräfte des Körpers mobilisieren. Darüber hinaus empfahl Kneipp viel Bewegung an der frischen Luft und bei Sonne, das Barfußlaufen auf morgentaunassen Wiesen, die Anwendung von Heilkräutern als Wickel, Tinkturen, Salben oder Tees sowie ausreichend Schlaf und eine ausgewogene, vitaminreiche und kalorienarme Kost.

Nach **Bad Wörishofen**, dem Mittelpunkt seines heilenden Wirkens, kam Kneipp 1855 als junger Geistlicher, um den durch die Säkularisierung verzagten Nonnen des Dominikanerinnenklosters Mut zu machen. Ob er auch sie mit kalten Wassergüssen behandelte, ist nicht überliefert, doch sein Ruf als Heiler

machte schnell die Runde, und so beförderte er nicht nur das Klosterleben, sondern auch den Ruf des Dorfes Wörishofen als Kurort. 1886 erschien sein Buch »Meine Wasserkur« und ab 1889 leitete Kneipp gar den Kurbetrieb – Schwarz-Weiß-Aufnahmen zeigen den etwas streng wirkenden Wasserdoktor bei den Anwendungen mit Gießkanne und Schlauch. 1920, 23 Jahre nach Kneipps Tod, bekam Wörishofen das Prädikat »Bad«. Und seit 2016 zählt das Kneippen zum immateriellen Kulturerbe der UNESCO.

► Kur contra Wellness

Nun sind Wassertreten im Storchengang oder Kaltwasserduschen mit dem Schlauch nicht gerade sexy. Medizinische Kuren in Kliniken mussten »Wellnessanwendungen« in fantasievoll und meist auch etwas esoterisch eingerichteten Räumen mit Duftkerzen und sphärischen Klängen weichen. Dieser Geschmackswandel sowie die Budgetkürzungen der Krankenkassen zwangen alle Kurorte und auch Bad Wörishofen, sich ein moderneres Image (mit ent-



WILLKOMMEN IM KNEIPP-HOTEL

Im Bad Wörishofener Kurpark gibt es noch alle Elemente der Kneipp'schen Lehre: Becken zum Wassertreten und für Armbäder, einen Barfußpfad, Besinnungsstationen und Heilkräutergarten. Ausprobieren macht Spaß, und vielleicht checken Sie dann doch in einem »klassischen« Kneipp-Hotel ein wie der »KurOase im Kloster« (www.kuroase-im-kloster.de, ► S. 49); hier wird des Meisters Lehre noch wörtlich genommen.

sprechendem Angebot) zuzulegen. Diesem Facelifting verdankt **Bad Wörishofen** seine riesige Wellnesslandschaft mit jodid-, fluorid- und solehaltigem Wasser, das mit angenehmen 37 °C aus der Erde sprudelt und mit Kneipp'schen Wechselbädern nicht mehr viel gemein hat. Rund 700 000 Übernachtungen im Jahr 2017 scheinen dieser Verbesserung Recht zu geben. Auch andere Allgäuer Kneippkurorte wie Bad Grönenbach, Scheidegg, Bad Hindelang, Ottobeuren, Oy-Mittelberg und Füssen modernisieren ihr Angebot.

Was sonst noch heilt

Gekurt wird im Allgäu übrigens nicht nur nach Sebastian Kneipp: **Johann Schroth** entwickelte in der ersten Hälfte des 19. Jh.s in Oberstaufen eigene Vorstellungen: Salz- und eiweißarme sowie fettlose Kost und warme Wickel bringen den Säure-Basen-Haushalt wieder ins Gleichgewicht, aktivieren die Selbstheilungskräfte und helfen gegen Gelenkschmerzen und Arthrose. Unter dem Schlagwort Detox ist die **Schrothkur** heute wieder trendy und im Allgäu, besonders aber in Oberstaufen, wird sie von mehreren Kurhotels angeboten. **Bad Wurzach** hat sich als **Moorheilbad** einen Namen gemacht, **Scheidegg** dagegen setzt auf die **Darmsanierung** nach **F. X. Mayr**. **Pfronten** empfiehlt sich mit einer **Heukur**. Das gesunde Grün, über 60 Arten Blumen, Gräser und Heilkräuter, wächst auf naturbelassenen Bergwiesen. Heilsame Wirkung, sagen die Pfrontener Spezialisten, entfalte der Rohstoff von der Wiese u. a. bei Schlaflosigkeit, Erschöpfung, schlechter Durchblutung, Rheuma und Hexenschuss. Zur Heukur gehören warme Heuwickel und Heustempelmassagen,

bei denen ätherische Öle und Aromen über die Haut aufgenommen werden.

Kneipps Vermächtnis

Während der Wellnessstrend die Allgäuer Kurorte verjüngt, erlebt die klassische Kur ihren Niedergang und mit ihr auch altehrwürdige Institutionen wie das Bad Wörishofener Kneippianum, dessen Schließung Ende 2018 einen Aufschrei auslöste. Das noch von Pfarrer Kneipp gegründete Sanatorium erwies sich als zunehmend defizitär. Auch der Orden der Barmherzigen Brüder, der Kneipps Erbe weiterführt, ist Marktgesetzen unterworfen. So bleibt dem Kurort eine einzige Kureinrichtung, die noch direkt auf des Wasserdoktors Wirken zurückgeht, das **Sebastianium**.

Schon Kleopatra schwor auf (Esels-) Milch. Auch heute sorgen Milch-, Molke- oder Sahnebäder für samtweiche Haut und gute Laune.

